

ISSN: 2149-1046



BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR BİLİMLERİ

D E R G İ S İ

Cilt/Vol: 13 • Sayı/No: 2 • Aralık/December 2018



MANİSA
CELAL BAYAR
ÜNİVERSİTESİ

CBÜ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ | **CBU JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCIENCES**

2018, Cilt 13, Sayı 2 | 2018, Volume 13, Issue 2
Çevrimiçi Basım Tarihi: Aralık 2018 | Publishing Date: December 2018
ISSN: 2149-1046 | ISSN: 2149-1046

Yayın hakkı©1995 CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi
CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi yılda 2 kez yayımlanan hakemli süreli bir yayındır.

<http://dergipark.gov.tr/cbubesbd>

CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Adına

Sahibi – Owner

Prof. Dr. Bilal-i Habeş GÜMÜŞ

Baş Editör – Editor in Chief

Prof. Dr. Bilal-i Habeş GÜMÜŞ

Editör Yardımcıları/ Associate Editors

Prof. Dr. Murat TAŞ

Doç. Dr. Pınar GÜZEL

Yayın Kurulu / Editorial Board

Dr. Ahmet UZUN	Necmettin Erbakan Üniversitesi
Dr. Ali ÖZKAN	Bartın Üniversitesi
Dr. Hatice ÇAMLIYER	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Metin Vehbi SAYIN	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Selhan ÖZBEY	Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR	Anadolu Üniversitesi

Yayın/Teknik Koordinatörü- Publishing/Technical Coordinator

Dr. Kadir YILDIZ

Yazım Kontrol Grubu/ Editing Scout

Dr. Mehmet ASMA

Yayın Dili/ Language

Türkçe- İngilizce

İndeks Bilgisi: CBU Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Worldwide Scientific and Educational Library, Türkiye Atıf Dizini, SOBİAD ve Türk Eğitim İndeksi tarafından dizinlenmektedir.

BİLİMSEL DANIŞMA KURULU – SCIENTIFIC ADVISORY BOARD

Dr. Ahmet UZUN	<i>Necmettin Erbakan Üniversitesi</i>
Dr. Ali ÖZKAN	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Angela MAGNANINI	<i>University of Rome Foro Italico, ITALY</i>
Dr. Aylin ZEKİOĞLU	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Aysel PEHLİVAN	<i>Haliç Üniversitesi</i>
Dr. Aytekin SOYKAN	<i>Marmara Üniversitesi</i>
Dr. Bahar ATEŞ	<i>Uşak Üniversitesi</i>
Dr. Baki YILMAZ	<i>Yıldırım Beyazıt Üniversitesi</i>
Dr. Betül BAYAZIT	<i>Kocaeli Üniversitesi</i>
Dr. Beyza Merve KARAKÜÇÜK	<i>Gazi Üniversitesi</i>
Dr. Burak GÜRER	<i>Gaziantep Üniversitesi</i>
Dr. Cem KURT	<i>Trakya Üniversitesi</i>
Dr. Cenab TÜRKERİ	<i>Çukurova Üniversitesi</i>
Dr. Çağrı ÇELENK	<i>Erciyes Üniversitesi</i>
Dr. Dana BADAU	<i>University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures, ROMANIA</i>
Dr. Defne ÖCAL KAPLAN	<i>Kastamonu Üniversitesi</i>
Dr. Dimitris CHATZOPOULOS	<i>Aristotle University of Thessaloniki, GREECE</i>
Dr. Dilşad ÇOKNAZ	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Dilşad MİRZEOĞLU	<i>Sakarya Üniversitesi</i>
Dr. Ercan POLAT	<i>Ömer Halisdemir Üniversitesi</i>
Dr. Erdi KAYA	<i>Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi</i>
Dr. Erdil DURUKAN	<i>Balıkesir Üniversitesi</i>
Dr. Ersan TOLUKAN	<i>Yıldırım Beyazıt Üniversitesi</i>
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Fatih KIYICI	<i>Atatürk Üniversitesi</i>
Dr. Feyza Meryem KARA	<i>Kırıkkale Üniversitesi</i>
Dr. Fırat ÇETİNÖZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Gökhan ÇOBANOĞLU	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. H. Alper GÜNGÖRMÜŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. H. Birol YALÇIN	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Hacı Murat ŞAHİN	<i>Batman Üniversitesi</i>
Dr. Hakkı ÇOKNAZ	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Hatice ÇAMLIYER	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Hayri AYDOĞAN	<i>Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi</i>
Dr. Hikmet VURGUN	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Hulusi ALP	<i>Süleyman Demirel Üniversitesi</i>
Dr. Hüseyin ÇAMLIYER	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. İbrahim CAN	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. İlker ÖZMUTLU	<i>Namık Kemal Üniversitesi</i>
Dr. İsa SAĞIROĞLU	<i>Trakya Üniversitesi</i>
Dr. Jerónimo G. FERNANDEZ	<i>Universidad de Sevilla, SPAIN</i>
Dr. Jerzy KOSIEWICZ	<i>Josef Pilsudski University of Physical Education, POLAND</i>
Dr. Kadir YILDIZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Kemal GÖRAL	<i>Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi</i>
Dr. Khaled EBADA	<i>Faculty of Physical Education. Port Said University, EGYPT</i>
Dr. Levent ATALI	<i>Kocaeli Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet ASMA	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet GÜL	<i>Cumhuriyet Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet GÜLLÜ	<i>Malatya İnönü Üniversitesi</i>
Dr. Meliha Atalay NOORDEGRAAF	-----
Dr. Melike ESENTAŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Meriç ERASLAN	<i>Akdeniz Üniversitesi</i>
Dr. Metin Vehbi SAYIN	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Murat AKYÜZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Murat KUL	<i>Bartın Üniversitesi</i>

Dr. Murat TAŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa AKIL	<i>Uşak Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa ÖZDAL	<i>Gaziantep Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN	<i>Gazi Üniversitesi</i>
Dr. Mutlu TÜRKMEN	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Müfide Y. ÇOTUK	<i>Marmara Üniversitesi</i>
Dr. Müge MUNUSTURLAR	<i>Anadolu Üniversitesi</i>
Dr. Mümine SOYTÜRK	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Mürsel BİÇER	<i>Gaziantep Üniversitesi</i>
Dr. Nazmi SARITAŞ	<i>Erciyes Üniversitesi</i>
Dr. Nevzat MİRZEÖĞLU	<i>Sakarya Üniversitesi</i>
Dr. Nevzat MUTLUTÜRK	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Nilgün VURGUN	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Niyazi ENİSELER	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Nuran KANDAZ GELEN	<i>Sakarya Üniversitesi</i>
Dr. Nurgül TEZCAN	<i>Düzce Üniversitesi</i>
Dr. Nurten DİNÇ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Osman Tonguç MUTLU	<i>Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi</i>
Dr. Ömer ŞENEL	<i>Gazi Üniversitesi</i>
Dr. Özden TEPEKÖYLÜ	<i>Pamukkale Üniversitesi</i>
Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI	<i>Pamukkale Üniversitesi</i>
Dr. Özkan IŞIK	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Öznur AKYÜZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Pınar GÜZEL	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Petronal MOISESCU	<i>Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA</i>
Dr. Recep CENGİZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Recep GÜRSOY	<i>Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi</i>
Dr. Recep SOSLU	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Rıdvan EKMEKÇİ	<i>Pamukkale Üniversitesi</i>
Dr. S. Cem DİNÇ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Sabri ÖZÇAKIR	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Selhan ÖZBEY	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Serdar TOK	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Sevda ÇİFTÇİ	<i>Sakarya Üniversitesi</i>
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR	<i>Anadolu Üniversitesi</i>
Dr. Şebnem CENGİZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Taner BOZKUŞ	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Tennur YERLİSU LAPA	<i>Akdeniz Üniversitesi</i>
Dr. Turan IŞIK	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Uğur ABAKAY	<i>Gaziantep Üniversitesi</i>
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU	<i>Pamukkale Üniversitesi</i>
Dr. Umut Davut BAŞOĞLU	<i>Nişantaşı Üniversitesi</i>
Dr. Ümid KARLI	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Ünal KARLI	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Vedat ÇINAR	<i>Fırat Üniversitesi</i>
Dr. Yavuz YILDIZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Yrij DOLINNYI	<i>Donbas'ka Derzhavna Mashinobudivna Akademiya, UKRAINE</i>
Dr. Zeynep ONAĞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Zuhâl KILINÇ	<i>Batman Üniversitesi</i>

2018:13 (2) BİLİMSEL DANIŞMA KURULU / ADVISORY BASED MEMBERS FOR 2018:13 (2)

Dr. Ali ÖZKAN
Dr. Alper KARTAL
Dr. Cenab TÜRKERİ
Dr. Cenk TEMEL
Dr. Defne ÖCAL KAPLAN
Dr. Dilşad ÇOKNAZ
Dr. Ebru ÇETİN
Dr. Ender EYÜPOĞLU
Dr. Ender ŞENEL
Dr. Ercan POLAT
Dr. Esin ERGİN
Dr. Fatma ARSLAN
Dr. Hanifi ÜZÜM
Dr. Hüseyin GÖKÇE
Dr. İbrahim CAN
Dr. İsa SAĞIROĞLU
Dr. Kemal GÖRAL

Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK
Dr. Melike ESENTAŞ
Dr. Müberra ÇELEBİ
Dr. Olcay KİREMİTÇİ
Dr. Özden TEPEKÖY
Dr. Özkan IŞIK
Dr. Özlem ORHAN
Dr. Serdar TOK
Dr. Sevda ÇİFTÇİ
Dr. Sevim GÜLLÜ
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR
Dr. Süleyman Murat YILDIZ
Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Tonguç Osman MUTLU
Dr. Uğur ABAKAY
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU
Dr. Umut Davut BAŞOĞLU

İÇİNDEKİLER
CİLT 13, SAYI 2, ARALIK 2018

CONTENTS
VOLUME 13, ISSUE 2, DECEMBER 2018

Orijinal Makale / Original Article

Sayfa/ Pages

- Elit ve Sub-elit Genç Karateçilerin Reaktif Çeviklik ve Planlı Yön Değiştirme Becerilerinin Karşılaştırılması**
Comparison of the Reactive Agility and Preplanned Change of Direction Abilities of the Elite and Sub Elite Young Karate Players
Mehmet YILDIZ, Rabia ÇİĞİRDİK..... 192-199
- Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılımlarına Engel Olan Faktörlerin İncelenmesi (Üsküdar Üniversitesi Örneği)**
Investigation of the Factors that Hinder Participation of Recreational Activities of University Students (The Case of Uskudar University)
Orhan Şükrü BOSNA, Betül BAYAZIT, Ozan YILMAZ..... 200-211
- Bankacılık Sektörü Çalışanların Rekreatif Sporlara Katılma İten Unsurların Demografik Faktörlerle Değerlendirilmesi**
The Research on The Relationship on Finding The Factors that Force Employess' in Banking Sector Participating in Recreational Sports and Demographical Variables
Gökhan ÇETİNKAYA, Serap Mungan AY, Ayhan BAYRAM..... 212-230
- Mobbing Davranışlarının Amatör Futbolcuların Tükenmişliğine Etkisi**
The Effect of Mobbing Behaviors on Amateur Footballers' Burnout
Bekir S. YILDIZ, Abdurrahman KEPOĞLU, Süleyman Murat YILDIZ..... 231-246
- Spor Bilimleri Alanında Eğitim Gören Üniversite Öğrencilerinin Sportmenlik Davranışları ile Saygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**
Relationship between Sportsmanship Behaviors and Respect Levels of University Students in Sport Sciences
Yakup KOÇ, Emrah SEÇER..... 247-259
- Futbol Hakemlerinin Farklı Egzersiz Şiddetlerinde Sezinleme Zamanı, Kan Laktat Düzeyi ve Karar Verme Becerilerinin İncelenmesi**
Examining the Coinciding-Anticipation Timing, Blood Lactate Level and Decision-Making of Football Referee at Different Exercise Intensities
Kurtuluş ASLAN, Özcan SAYGIN, Halil İbrahim CEYLAN..... 260-276
- Sporun Kamu Diplomasisi Açısından Türkiye'nin İmajına Etkisi**
Sport's Effect on Turkey's Image from the Point of Public Diplomacy
Halil Erdem AKOĞLU, Tonguç Osman MUTLU..... 277-295
- Çizgi Filmlerdeki Spor Unsurlarının İncelenmesi: Niloya ve Kuzucuk Örnekleri**
Investigation of Sports Elements in Cartoons: Niloya and Kuzucuk Samples
Aynur YILMAZ, Akın ÇELİK..... 296-309

- Foam Roller Kullanılarak Gerçekleştirilen Kendi Kendine Miyofasiyal Gevşetme Egzersizlerinin Esneklik ve Alt Ekstremité Gücü Üzerine Akut Etkisi**
Acute Effect of Self-Myofascial Release Using a Foam Roller on Flexibility and Lower Extremity Power
Ramazan YİTİK, Bahar ATEŞ..... 310-317
- Şampiyonluk ve Yenilgi Arasında Bir Kimlik: Wushu’da Üretilen Erkeklik Formları**
An Identity between Championship and Defeat: Masculinity forms built in Wushu
İrem KAVASOĞLU, Aydın YIKILMAZ..... 318- 341
- Üniversite Öğrencilerinde, Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**
Investigation of The Correlation Between Quality of Life and Participation in Recreative Activities of University Students
Gülsüm BAŞTUĞ, Ercan ZORBA, Şahali ÖZKARA, Uğur ALTINCI..... 342-355
- Serbest Zaman Engelleri ile Engellerle Baş Etme Stratejileri arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Keşifsel Bir Çalışma**
Investigation of the Relationship between Leisure Constraints and Negotiation Strategies: An Exploratory Study
Tennur YERLİSU LAPA, Elif KÖSE..... 356-375
- Farklı Kategorideki Amatör Futbol Maçlarında Atılan Gollerin Taktik Analizi**
Tactical Analysis of Attitude Goals in Amateur Football Matches in Different Categories
Yakup Akif AFYON, Abdurrahman BOYACI, Olcay MÜLAZIMOĞLU..... 376-387
- Gaziantep Yöresi Halk Oyunları Çalışmalarının Üniversite Öğrencilerinin Vücut Kompozisyonu ve Fiziksel Uygunlukları Üzerine Etkisi**
The Effects of Gaziantep Region Folk Dances Training on The Body Composition and Physical Fitness of University Students
Burak KORKMAZ, Oğuzhan YONCALIK, Aziz GÜÇLÜÖVER..... 388-404
- 6-7 Yaş İlkokul Dönemi Çocuklarının Spora İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi**
Examining Views of Primary School Children Aged 6-7 on Sports
Murat SARIKABAK, Ali Asker RECEP, Mert AYRANCI..... 405-417
- Türkiye Futbol 2.Liginde Oynanan Müsabakaların Ev Sahibi Olma Avantajı Değişkeni Açısından Analizi**
Analysis of Turkey Second League Football Competitions in terms of the Home Advantage
Oğuz GÜRKAN, Kemal GÖRAL, Özcan SAYGIN..... 418-425

Elit ve Sub-elit Genç Karatecilerin Reaktif Çeviklik ve Planlı Yön Değişirme Becerilerinin Karşılaştırılması*

Comparison of the Reactive Agility and Preplanned Change of Direction Abilities of the Elite and Sub Elite Young Karate Players

ORJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Mehmet YILDIZ^{1†}

Rabia ÇİĞİRDİK²

¹Afyon Kocatepe Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar.

<http://orcid.org/0000-0003-3481-7775>

²Afyon Kocatepe Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Afyonkarahisar.

<http://orcid.org/0000-0003-3481-7775>

Öz

Bu çalışmanın amacı elit ve sub-elit genç karatecilerin yumruk vuruşlarına göre düzenlenmiş reaktif çeviklik ve planlı yön değiştirme becerilerinin karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya on üç elit (yaş:14.92±1.65 yıl, boy:157.53±9.07 cm, kilo:52.92±9.86 kg) ve on sub-elit (yaş:13.50± 0.52 yıl, boy:153.00±7.22 cm, kilo:54.40±9.93 kg) genç karateci katılmıştır. Sporcuların yumruk atışları esnasındaki reaktif çevikliklerinin belirlenmesi amacıyla kum torbasının dört ayrı noktasına dört kızılötesi sensör yerleştirilmiştir. Sensörlerin üzerinde led ışık bulunmaktadır. Bu sensörlerden biri araştırmacı tarafından tetiklenerek açılır. Sporcu ışığı aktifleşen ledin altına yumruk atar yumruk atıldığında sensör yumruğu algılar ve diğer ledi yakar. Sporcu toplamda dört ledi söndürdüğünde test sona erer. Sporcu bu testte hangi sensörün aktifleşeceğini bilmemektedir. Her sporcu için farklı rota belirlenmiştir. Planlı yön değiştirme testinde ise bu sefer sporcular hangi sensörün altına sırasıyla yumruk atacaklarını bilmektedir. Startla beraber sırasıyla dört ledin altına yumruk atışı yapıldığında test sona ermiştir. Her iki testin sonucunun gruplar arasında karşılaştırılması amacıyla bağımsız değişken t testi kullanılmıştır. Testler arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Çalışma sonunda elit sporcuların reaktif çeviklik değerleri istatistiksel olarak daha kısa iken (2.567±0.50sn. karşın 3.469±0.77sn., p<0.05), planlı yön değiştirme becerileri arasında anlamlı fark tespit edilememiştir. Bununla beraber, iki test arasında pozitif yönde yüksek bir ilişki tespit edilmiştir (r= 0.874, p<0.05). Sonuç olarak; dövüş sporlarında antrenmanlarda reaktif çeviklik çalışmalarına yer verilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Reaktif Çeviklik, Karate, Yumruk

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 01.12.2017

Kabul Tarihi: 20.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

The purpose of this study was to compare elite and sub-elite young karate players' reactive agility and preplanned change of direction abilities regulated considering their punches. Thirteen elite (age: 14.92±1.65 height:157.53±9.07cm, weight: 52.92±9.86kg) and 10sub-elite (age: 13.50±0.52, height:153.00±7.22cm, weight: 54.40±9.93kg) young karate players participated in the current study. Four infrared sensors were placed on four different points of the sandbag for the purpose of determining reactive agilities of the players during their punching. Led light was present on the sensors. One of these sensors was turned on by the researcher by being triggered. The player punched under the sensor for becoming active, the sensor detected the punch when it was thrown out and it triggered on another sensor. As the player turned off four led lights in total, the test ended. The player did not know which sensor became active in this test. A different course was set for each player. In preplanned change of direction test, the players knew which sensor will be triggered respectively. With the start, when punches were thrown out under four led lights respectively, the test ended. Independent variable t-test was used for comparing the results of two tests among the groups. Pearson correlation analysis was used to determine the relationship between the tests. As a consequence of the study, the reactive agility values of the elite players were statistically lower (2.567±0.50 sec. vs. 3.469±0.77sec. p<0.05) while a meaningful difference was not found between their preplanned change of direction. In addition, there was high positive correlation between two tests (r= 0.874, p<0.05). In conclusion, it was suggested that reactive agility exercises should be included in trainings of the martial sports.

Key Words: Reactive Agility, Karate, Punch

* Bu çalışma 13-26 Kasım 2017 tarihleri arasında Manisa Celal Bayar Üniversitesi tarafından gerçekleştirilen Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur

† Sorumlu yazar: Mehmet Yıldız, mehmetyildiz@aku.edu.tr

GİRİŞ

Çeviklik hareketleri takım, raket ve dövüş sporları başta olmak üzere birçok spor dalı için çok önemlidir. Uzun yıllar boyunca çeviklik hızlı hareketleri uygulama ve hızlı bir şekilde durup yeniden hızlanma kapasitesi olarak sınıflandırılmıştır (Farrow, Young ve Bruce, 2005; Zemkova, 2016). Genel itibari ile bu tip hareketler rakip oyuncuları aldatmak ya da takip etmek, rakipteki topu almak veya hareket halindeki topa reaksiyon göstermek için kullanılmaktadır (Young, James ve Montgomery, 2002). Çevikliğin ortak bir tanımı olmamasına rağmen (Holmberg, 2009; Jeffreys, 2011; Sheppard ve Young, 2006), sıklıkla hız ve kontrol kaybının en az olduğu efektif ve hızlı (planlı) yön değiştirme kabiliyeti olarak tanımlanır (Barnes, Schilling, Falvo, Weiss ve Creasy, 2007; Young ve Wiley, 2010). Bu tanımlar daha çok motorik özelliklere odaklanmıştır. Bu tip klasik çeviklik test ve çalışmalarında sporcuların alanı, başlangıç noktasını, dönüş noktalarını önceden bilmelerinden dolayı bu becerilerin planlı yön değiştirme (PYD) kabiliyeti olarak tanımlanması daha doğru olacaktır (Young ve Farrow, 2006).

Gerek sportif alanda gerekse bilimsel çalışmalarda çeviklikle ilgili kullanılan bu testlere bakıldığında önceden planlanmış yer değiştirmelerden oluştuğu görülmektedir (Young ve Farrow, 2006). Bu amaçla kolay uygulanabilir ve değerlendirilmesi basit birçok saha testleri geliştirilmiştir. Bu testler basit birkaç ekipmanla ölçümün yapılmasına ve değerlendirilmesine imkan vermektedir (Karacabey, 2013). Bu tip çalışmalarda koni, çubuk veya basamak gibi engeller kullanılarak kolaylıkla test alanı oluşturulabilmektedir (Young ve Farrow, 2006). Sporda en yaygın kullanılan kapalı beceri çeviklik testlerinin başında T Testi, Pro-Agility Çeviklik Testi, Illinois Çeviklik Testi ve 505 Çeviklik testi gelmektedir. Bu testler spor branşlarına, saha yeterliliğine ve elde bulunan ekipmanlara göre değişim gösterir (Karacabey, 2013). Bu tip çalışmalarda atletik olarak bu sporcuların kapasitesi ölçülebilir fakat hızlı düşünme, çabuk karar verme ve çabuk reaksiyon verme gibi algısal ve karar verme faktörleri ölçülememektedir. Örneğin planlı yön değiştirme becerisi orta seviyede olan bir sporcunun aynı zamanda algılama ve karar verme becerisi çok daha gelişmiş olabilmektedir (Young ve Farrow, 2006). Fakat takım, raket ve dövüş sporlarında sporcular bir uyarana ya da sezinlemeye göre tepki verirler. Bu durum görsel ve bilişsel faaliyetlerin de işin içine girdiğini göstermektedir. Bu neden dolayı, çeviklik ile ilgili görsel ve bilişsel faaliyetleri de kapsayan yeni tanımlar ortaya çıkmıştır. Örneğin; Sheppard ve Young (2006), çevikliği algısal ve karar verme faktörleri ile yön değiştirmeli koşu altında iki bölüme

ayırmıştır. Görsel taramanın algısal ve karar verme faktörleri içinde çevikliği etkileyen çok önemli bir unsur olduğu bildirilmiştir (Karacabey, 2013). Takım, raket ve dövüş sporlarında sporcunun alandan elde ettiği görsel bilgiler doğrultusunda yanıtlar vermesi gerekir. Sporcu performansı olarak hızlı ve doğru, görsel ve nöromusküler işlemler önemli bir kabiliyet olarak görülür. Bundan dolayı görsel-motor reaksiyon hızını değerlendirmek ve geliştirmek için birçok cihaz ve sistem (FITLIGHT Trainer, Wayne Saccadic Fixator, Dynavision, Vision Coach, Sanet Vision Integrator, Cybex reactor) geliştirilmiştir (Appelbaum ve Erickson, 2016; Hertel, Denegar, Johnson, Hale ve Buckley, 1999).

Literatürde elit ve sub-elit sporcuların reaktif çeviklik ve planlı yön değiştirme becerilerinin karşılaştıran birçok çalışma bulunmaktadır (Farrow ve ark., 2005; Gabbett ve Benton, 2009; Serpell, Ford ve Young, 2010; Young, Farrow, Pyne, McGregor and Handke, 2011). Bu çalışmalarda gruplar arasında planlı yön değiştirme becerilerinde anlamlı bir fark bulunmazken reaktif yön değiştirme becerilerinin elit sporcularda daha iyi olduğunu bildirmişlerdir. Bununla beraber dövüş sporlarında reaktif çeviklik uygulamaları ile ilgili çok sınırlı bilgileri bulunmaktadır. Bu çalışmanın amacı elit ve sub-elit genç karate sporcularının reaktif çeviklik ve planlı yön değiştirme becerilerinin karşılaştırılmasıdır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Çalışmaya 13 elit (yaş:14.92±1.65 yıl, boy:157.53±9.07 cm, kilo:52.92±9.86 kg) ve 10 sub-elit (yaş:13.50± 0.52 yıl, boy:153.00±7.22 cm, kilo:54.40±9.93 kg) genç karateci katılmıştır. Elit karateciler Afyonkarahisar'da bulunan farklı kulüplerde yarışan ve Türkiye derecesi olan sporculardan seçilirken, sub-elit karateciler aynı kulüplerde yarışan fakat Türkiye derecesi bulunmayan sporculardan seçilmiştir. Tüm katılımcılar gönüllü olur formunu doldurmuştur.

İşlem yolu

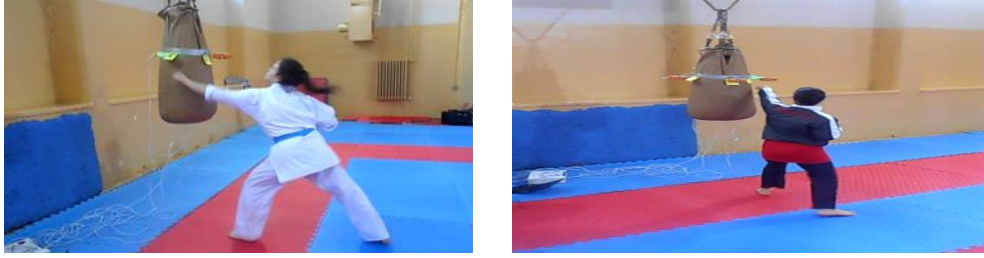
Sporcuların yumruk atışları esnasındaki reaktif çevikliklerinin belirlenmesi amacıyla kum torbasının dört ayrı noktasına (30⁰ açı ile) dört kızılötesi sensör yerleştirilmiştir. Sensörlerin üzerinde led ışık bulunmaktadır. Bu sensörlerden biri araştırmacı tarafından tetiklenerek açılır.

Sporcu ışığı aktifleşen ledin altına yumruk atar yumruk atıldığında kızılötesi sensör yumruğu algılar ve diğer ledi yakar. Sporcu toplamda dört ledi söndürdüğünde test sona erer. Sporcu bu testte hangi sensörün aktifleşeceğini bilmemektedir. Her sporcu için farklı rota belirlenmiştir. Planlı yön değiştirme testinde ise bu sefer sporcular hangi sensörün altına sırasıyla vuracaklarını bilmektedir. Startla beraber sırasıyla dört ledin altına yumruk atışı yapıldığında test sona ermiştir.

Tüm testler toplam dört gün, sabah saat 10:30 ile 12.30 arasında kulübün spor salonunda gerçekleştirilmiştir. Tüm katılımcılara sabah her zamanki alışkanlıklarına göre kahvaltı yapmaları ve normal sıvı alımı gerçekleştirmeleri söylenmiştir. Ayrıca ölçümlerden bir gün önce ağır antrenmandan uzak durmaları istenmiştir. Ölçümlerden önce katılımcıların tanımlayıcı istatistik olarak yaş, boy ve vücut ağırlığı değerleri alınmıştır. Daha sonra katılımcılar 10 dk. submaksimal aerobik egzersiz (jogging) daha sonra 10 dk. dinamik stretching yapmışlardır. Gerçek test ölçümlerden önce tüm katılımcılar alıştırma ve ölçüm esnasındaki kuralların gösterilmesi amacıyla reaktif çeviklik protokolünü 3'er kez denemiştir. Ayrıca planlı yön değiştirme protokolü uygulamasında her aday için önceden yerleri belirlenmiş ve numaralarla gösterilen noktaları ezberlemeleri için 2 dk. verilmiş ve 5 er kez deneme yapmaları istenmiştir. Birinci ışık uyarını verildiğinde katılımcı mümkün olan en hızlı şekilde ışık uyarının verildiği sensörün altına tekniğe uygun olarak (maksimal hızda yumruk atıp, tekrar adımlama tekniği ile geri gelip, yumruk yanağın hizasına geldiğinde ikinci yumruğa geçmiştir) yumruk atıp daha sonra ikinci uyarının yandığı ledin altına yumruk atmıştır. Katılımcılar toplam dört ışık uyarını tamamlandıktan sonra test sona ermiştir.

Reaktif Çeviklik Testi: Katılımcıların reaktif çeviklik değerleri Fittest A (Fitmac, Türkiye) cihazıyla ölçülmüştür. Reaktif çeviklik protokolü şekil 1'de görüldüğü gibi kum torbasının üzerine monte edilen aparat sayesinde 30° aralıklarla dört farklı vuruş noktası tespit edilmiştir.

Sensörlü ledlerin başı vuruş noktalarını görecektir şekilde aşağıya bakar olarak aparata monte edilmiştir. Katılımcılar sensörlerin 30 cm. altına yumruk atmışlardır. Bu testte katılımcı hangi sensörün yanacağını bilmemektedir. Katılımcıların reaktif çeviklik protokolündeki ışık uyarılarının yerini ezberlememeleri için her katılımcıya farklı senaryolar düzenlenmiştir. Testin toplam süresi istatistiksel analiz için kayıt altına alınmıştır.



Şekil 1. Sporcunun aktifleşen sensöre doğru tekniğe uygun yumruk atarken görüntüsü

Planlı Çeviklik Testi: Katılımcıların tamamı reaktif çeviklik testinde kendilerine uygulanan senaryonun aynısını bu sefer tüm sensörler üzerine numara yapıştırılmış şekilde (başlangıcı, sonu, yön değiştirme noktaları bilinen) şekilde uygulanmıştır. Bu test literatürdeki planlı çeviklik testleri gibi herhangi bir görsel strateji ya da bilişsel bir faaliyeti kapsamamaktadır.

İstatistiksel analiz

Tüm katılımcıların tanımlayıcı istatistikleri analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığının belirlenmesi için Kolmogorov Smirnov ve homojenliğin belirlenmesi için Levene testleri uygulanmıştır. Verilerin normal dağılım gösterdiği ve homojen olduğu belirlendikten sonra gruplar arasında reaktif ve planlı yön değiştirme değerlerinin karşılaştırılması amacıyla bağımsız değişken t testi kullanılmıştır. Ayrıca her iki test arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır. Anlamlılık değeri olarak $p < 0.05$ değeri alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1’de görüldüğü üzere, elit sporcuların reaktif çeviklik süreleri istatistiksel olarak daha kısa (2.56 ± 0.77 sn vs. 3.46 ± 1.21 sn $p < 0.05$), planlı yön değiştirme becerileri arasında anlamlı fark tespit edilememiştir.

Tablo 2’de görüldüğü gibi, reaktif çeviklik ile planlı yön değiştirme becerileri arasında pozitif yönde yüksek bir ilişki tespit edilmiştir ($r: 0.823$, $p < 0.05$).

Tablo 1. Elit (n=13) ve sub-elit karatecilerin (n=10) reaktif çeviklik ve planlı yön değiştirme becerilerinin karşılaştırılması

Değişkenler	Elit Sporcular (n= 13) $\bar{X} \pm SS$	Sub-elit Sporcular (n= 10) $\bar{X} \pm SS$
Reaktif çeviklik (sn)	2.567±0.50*	3.469±0.77
PYD (sn)	2.484±0.52	2.163±0.63

\bar{X} : Ortalama, SS: Standart sapma, PYD: Planlı Yer Değiştirme, *: p<0.05

Tablo 2. Tüm katılımcıların (n:23) reaktif çeviklik ve planlı yön değiştirme becerileri arasındaki ilişki

Değişkenler	n	r	p
Reaktif Çeviklik PYD	23	,874**	0.001

PYD: Planlı Yer Değiştirme, **: p<0.01

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın amacı elit ve sub-elit karatecilerde yumruk atış tekniğine göre düzenlenmiş reaktif çeviklik ile planlı yön değiştirme becerilerinin karşılaştırılması ve iki test arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Çalışma sonunda elit ve sub-elit sporcular arasında planlı yön değiştirme değerleri arasında anlamlı bir fark görülmemişken, reaktif çeviklik test sonuçlarının elit grupta anlamlı olarak daha iyi olduğu tespit edilmiştir. Bununla beraber her iki test arasında yüksek derecede pozitif bir ilişki belirlenmiştir. Elit genç karatecilerin verilen uyaranlara daha kısa sürede yanıt vermeleri bu oyuncuların gereksiz bilgi kaynaklarını göz ardı ederek görsel ve bilgi işlem stratejilerini daha iyi kullandıklarını düşündürmektedir.

Bu çalışma ile paralel olarak reaktif testlerde elit sporcuların karar verme hızının sub-elit oyunculara göre daha hızlı olduğunu ortaya koyan birçok çalışma bulunmaktadır (Farrow ve ark., 2005; Gabbett ve Benton, 2009; Serpell ve ark., 2010). Örneğin; Gabbett ve Benton'un (2009) reaktif çeviklik testinde karar verme ve hareket hızının elit oyunculara daha hızlı olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde, Serpell ve ark. (2010), elit ve sub-elit rugby oyuncularının spora özgü reaktif çeviklik test değerlerini karşılaştırmışlar ve elit oyuncuların çok daha iyi değerlere

sahip olduklarını bildirmişlerdir. Reaktif çeviklik performansındaki bu farkı elit oyuncularındaki algılama becerileri ve/veya reaksiyon yeteneği farklılıkları ile açıklamışlardır. Benzer şekilde, Gabbett, Kelly ve Sheppard, (2008) elit ve sub-elit ragbi oyuncularında planlı yön değiştirme, sürat ve reaktif çeviklik değerlerini karşılaştırdığı çalışmasında 1. ligdeki oyuncuların hareket ve karar verme sürelerinin 2. ligdeki oyunculara oranla daha iyi olduğunu bildirmiştir. Bununla beraber planlı yön değiştirme değerleri arasında anlamlı bir fark bulamamışlardır.

Algısal karar hızı toplam reaktif çeviklik süresini güçlü bir şekilde etkilemektedir. Örneğin; Young ve Willey, toplam reaktif çeviklik zamanı ile algısal karar verme süresi arasında çok yüksek bir korelasyon ($r= 0.77$, $p<0.00$) belirlemişlerdir. Bu ilişki toplam süreyle hareket hızı arasında daha düşüktür ($r = 0,59$). Bu nedenle, araştırmacılar çeviklik test ve antrenmanlarına algılama becerilerinin dahil edilmesini önermişlerdir. Farrow ve ark., (2005), yüksek, orta ve düşük seviye netball oyuncularında dış uyaran olarak video gösterimi kullandıkları reaktif çeviklik testi ile planlı çeviklik testini karşılaştırmışlardır. Her iki testte yaklaşık olarak %50 ($r^2 =0.49$) ortak varyansı paylaşmışlardır. Bu da planlı ve reaktif çeviklik testlerin benzer durumları fakat farklı becerileri ölçtüğünü göstermektedir. Oliver ve Meyers (2009), dışarıdan ışık uyarını vererek oluşturdukları reaktif çeviklik testi ile planlı çeviklik testini karşılaştırmışlardır. Analizler sonucunda her iki çeviklik protokolü arasında yüksek derecede ortak varyansı göstermiştir ($r^2 = 0.87$). Bulgular her ne kadar reaktif testin planlı testten daha yavaş olduğunu gösterse de, her iki testte benzer baskın fiziksel özellikleri ölçmektedir.

Spor Bilimlerinde yetenek sürekli olarak sportif performans üstünlüğü olarak tanımlanmıştır. Her ne kadar motorik performans rahatlıkla gözlemlenebilirken bunun içinde performansa katkı sağlayan algısal ve bilişsel mekanizmalar çok az aydınlatılabilmıştır. Algısal ve bilişsel beceri var olan bilgi ile entegrasyon için çevresel bilginin elde edilmesi ve anlamlandırılması ve tercihler üretilmesi, bunun sonucunda bunlar içinden seçilen ve uygulanan en uygun yanıtın verilmesi ile ilgili kabiliyet olarak tanımlanır (Mann, Williams, Ward ve Janelle, 2007). Çeviklik performansı yukarıda bahsedildiği gibi hem fiziksel hem de zihinsel süreçlerin hızlılığına ve doğruluğuna bağlıdır. Her spor dalında olduğu gibi karate gibi dövüş sporlarında da antrenman veya müsabaka sırasındaki birçok durumda algılayıcılar tarafından ortamdan elde edilen bilginin beyinin üst merkezlerinde işlenmesi gerekmektedir. Elde edilen bu bilgilerdeki karmaşıklık çoğaldıkça beyinin ilgili bölgelerindeki bilişsel işlem ve sonuç davranışın ortaya

çıkması esnasında geçen süre artış ortaya çıkmaktadır (Karacabey, 2013). Başarılı bir Performans açısından nereye ve ne zaman bakılacağı hayati önem taşır. Yapılacak iş ile ilgili birçok gerekli ve gereksiz bilgi bulunmaktadır. Sporcu alandaki bu kadar çok bilgiyi anlamlandırabilmek, dikkatini uygun alana yöneltip bu alandan verimli ve etkili sonucu almak zorundadır (Mann ve ark., 2007). Sonuç olarak; çevikliğin artırılması ya da test edilmesi amacıyla yapılan faaliyetlerde görsel strateji ve bilişsel işlemlerinde dahil edilmesinin çok daha faydalı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Appelbaum, L. G., & Erickson, G. (2018). Sports vision training: a review of the state-of-the-art in digital training techniques. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 160-189.
- Barnes, J. L., Schilling, B. K., Falvo, M.J., Weiss, L.W. & Creasy, A. K. (2007). Relationship of jumping and agility performance in female volleyball athletes. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 21(4), 1192-6.
- Farrow, D., Young, W. & Bruce, L. (2005). The development of a test of reactive agility for netball: A new methodology. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 8(1), 52-60.
- Gabbett, T. J., Kelly, J. N., & Sheppard, J. M. (2008). Speed, change of direction speed, and reactive agility of rugby league players. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 22(1), 174-181.
- Gabbett, T. & Benton, D. (2009). Reactive agility of rugby league players. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 12(1), 212-214.
- Hertel, J., Denegar, C.R., Johnson, P.D., Hale, S.A. & Buckley, W.E. (1999). Reliability of the Cybex Reactor in the Assessment of an Agility Task. *Journal of Sport Rehabilitation*, 8(1), 24-31.
- Holmberg, P. M. (2009). Agility training for experienced athletes: A dynamical systems approach. *Strength and Conditioning Journal*, 31(5), 73-78.
- Jeffreys, I. A. (2011). Task-Based Approach to Developing Context-Specific Agility. *Strength and Conditioning Journal*, 3(4), 1524-1602.
- Karacabey, K. (2013). Sporda performans ve çeviklik testleri. *International Journal of Human Sciences*, 10(1), 1693-1704.)
- Mann, D.T.Y., Williams, A. M., Ward, P. & Janelle M. C. (2007). Perceptual-Cognitive Expertise in Sport: A Meta-Analysis. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 29(4), 457-478.
- Oliver, J. & Meyers, R. W. (2009). Reliability and generality of measures of acceleration, planned agility, and reactive agility. *International Journal of Sports Physiology Performance*, 4(3), 345-354.
- Serpell, B.G., Ford, M. & Young, W.B. (2010). The development of a new test of agility for rugby league. *J Strength Cond Res*, 24(12), 3270-3277.
- Sheppard, J. M. & Young, W. B. (2006). Agility literature review: Classifications, training and testing. *Journal of Sports Sciences*, 24(9), 919-932.
- Young W.B., James, R. & Montgomery, J.R. (2002). Is muscle power related to running speed with changes of direction? *Journal of Strength & Conditioning Research*, 42(3), 282-288. -1248.
- Young, B.W. & Willey, B. (2010). Analysis of a reactive agility field test. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13(3), 376-378
- Young, W., Farrow, D., Pyne, D., McGregor, W. & Handke, T. (2011). Validity and reliability of agility tests in junior Australian football players. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 25(12), 3399-3403.
- Young, W. & Farrow, D. (2006). A Review of Agility: Practical Applications for strength and conditioning. *Strength & Conditioning Journal*, 28(5), 24-38.
- Zemkova, E. (2016). Differential Contribution of Reaction Time and Movement Velocity to the Agility Performance Reflects Sport-Specific Demands. *Human Movement*, 17(2), 94-101.

Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklere Katılımlarına Engel Olan Faktörlerin İncelenmesi (Üsküdar Üniversitesi Örneği)*

Investigation of the Factors that Hinder Participation of Recreational Activities of University Students (The Case of Uskudar University)

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Orhan Şükrü BOSNA^{1†},

Betül BAYAZIT²,

Ozan YILMAZ³

¹Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

<https://orcid.org/0000-0002-4946-4290>

²Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,

<https://orcid.org/0000-0003-3547-2035>

³Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Mezunu,

<https://orcid.org/0000-0001-5889-7365>

Öz

Bu araştırmada, Üsküdar Üniversitesi'nde okuyan öğrencilerin rekreatif etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya, Üsküdar Üniversitesi'nde okuyan 96'sı erkek, 99'u kadın olmak üzere toplam 195 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Gürbüz ve Karaküçük (2007) tarafından yapılan "Boş Zaman Engelleri" ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, toplam 6 alt boyut ve 27 maddeden oluşmaktadır. Elde edilen veriler, SPSS 21.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılan boş zaman engelleri ölçeğinden elde edilen verilerin frekans ve yüzde değerleri alındıktan sonra parametrik testlerden Bağımsız Örneklem T-Testi (independent sample t-test) ve ANOVA testi uygulanmıştır. Anlam düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Elde edilen bulgulara göre, Üsküdar Üniversitesi öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımını etkileyen faktörlerde büyük bir farklılığın olmadığı görülmektedir. "Cinsiyet" ve "Bölüm" değişkenlerine göre karşılaştırıldığında alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). "Sınıf" değişkenine göre karşılaştırıldığında ise alt boyutlarda "zaman ve ilgi eksikliği" ile "birey psikolojisi" alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$).

Anahtar Kelimeler: Rekreatif, boş zaman engelleri, üniversite öğrencileri

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 08.12.2017

Kabul Tarihi: 20.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

In this research, it was aimed to investigation of the factors that hinder participation of recreational activities of university students. A total of 195 students, 96 males and 99 females attending Üsküdar University, voluntarily participated in the research. As a data collection tool, the validity and reliability study of Turkish adaptation developed by Alexandris and Carroll (1997) is used on Gürbüz and Karaküçük (2007) "Leisure Time Barriers" scale. The scale consists of 6 sub-dimensions and 27 items. The obtained data were analyzed with SPSS 21.0 package program. Independent sample t-test and ANOVA test were applied to the parametric tests after the frequency and percentage values of the data obtained from the time-of-use barriers used in the study were taken. Meaning level is taken as 0.05.

According to the findings, it is seen that there is not a big difference in the factors that affect the participation of Üsküdar University students in recreational activities. There was no statistically significant difference in the sub-dimensions when compared to the variables of "Gender" and "Department" ($p>0.05$). Compared to the "class" variable, there was a statistically significant difference in the subscales of "time and interest incompleteness" and "individual psychology" sub - dimensions ($p<0.05$).

Keywords: Recreation, leisure constraints, university students

* Bu çalışma 23- 26 Kasım 2017 tarihleri arasında Manisa'da düzenlenen Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Orhan Şükrü BOSNA, s.bosna@hotmail.com

GİRİŞ

Günümüz insanı şimdiye kadar hiçbir insanın sahip olamadığı kadar serbest zamanlarını değerlendirme olanaklarına sahip olarak görülmektedir. İnsanın dinlenme, rahatlama, bilgi ve görgüsünü arttırma, psikolojik ve fizyolojik olarak insan hayatının özel bir alanıdır (Yetim, 2005). Serbest zaman yaşamın pratik ihtiyaçlarını yerine getirdikten sonra geriye kalan zaman dilimi olarak da tanımlanmaktadır (Torkildsen, 2005). Kemp ve Pearson'a (1997) göre ise serbest zaman; çalışma, uyku, yemek yeme ve diğer zorunlu işler için ayrılan vakit sonrasında arta kalan zaman dilimidir. Günlük yaşantımız içinde, çalışma ve diğer etkinliklerimizin sıkıcı ve kendini tekrarlayan çabalara dönüşmesi, serbest zaman değerlendirme etkinliklerini yaşamımızın önemli bir parçası haline getirmiştir (Özşaker, 2012). Serbest zaman etkinlikleri, bireyin yaşamındaki birçok sıkıntıdan kurtulmasını ve bireyin kendisini geliştirmesini sağlayarak, bireylerin kendilerine, ilişkilerine ve sosyokültürel uyumlarını olumlu yönde etkilemektedir. (Axelsen, 2009; Iwasaki, 2007; Şener, Terzioğlu ve Karabulut, 2007). Bireyler serbest zamanlarında; dinlenmek, iş stresinden uzaklaşmak, eğlenmek, sosyalleşmek gibi amaçlarla açık veya kapalı alanlarda, aktif veya pasif şekilde, gönüllü olarak çeşitli etkinliklere katılmaktadırlar. İnsanlar sahip olduğu bu zaman dilimini bazen bireysel olarak bazen de grup olarak değerlendirebilirler. Son dönemlerde yapılan pek çok çalışmanın sonuçlarına göre ise bireylerin serbest zamanlarını daha çok pasif etkinliklere katılarak ya da hiçbir etkinliğe katılmayarak değerlendirdikleri tespit edilmiştir (Temir ve Gürbüz, 2012).

Kampüse sahip her kurum için geçerli olan kampüs rekreasyon mekan ve etkinlikleri kampus özelliklerine göre farklılıklar gösterebilir. Fakat kampüs rekreasyonunun en dikkat çekici yönü tüm üniversite mensuplarına, öğrenci ve öğrenci ailelerine, personel ve personel ailelerine çok yönlü program ve hizmetler sunmasıdır. Bu programlar katılımcı özelliklerine göre çeşitli ve amaca yönelik hazırlanırlar. Kampüs rekreasyonu ciddi bir tesisleşmeyi gerektirdiği gibi bu tesislerin verimli kullanımını sağlayacak personel istihdamını da ön görür. Bu tesislerin en mantıklı şekilde gün boyu verimli kullanılması hem hizmetlerin sunulması hem de üniversite mensuplarına fayda sağlanması açısından önem taşır (Kaba, 2009). Üniversite gençlerinin boş zamanlarını değerlendirmeleri ve rekreasyon etkinliklerine katılımları, üniversite eğitimleri süresinde okulların kendilerine sunduğu olanaklar kapsamında yarı örgütlü bir şekilde gerçekleşmekte; bu bağlamda üniversiteler öğrencilerinin resmî eğitimleri dışında kalan

zamanlarını iyi bir şekilde değerlendirmeleri için de yönlendirici rol üstlenebilmektedirler (Balcı, 2003). Literatürde yer alan ve bireylerin rekreasyonel aktivitelere katılmalarına engel teşkil eden unsurların belirlenmesine yönelik yapılan model geliştirme çalışmalarının sonuçlarına göre etkinliklere katılımı engelleyen veya kısıtlayan faktörlerin; bireysel, bireylerarası ve yapısal olarak üç temel grupta ele alınabileceği ortaya konmuştur. Rekreasyonel aktivitelere katılımın pozitif etkileri düşünüldüğünde bu tür aktivitelere katılımı engelleyen faktörlerin belirlenmesi hem bireysel hem de toplumsal anlamda önem arz etmektedir (Temir ve Gürbüz, 2012). Üniversite gençlerinin boş zamanlarını değerlendirmeleri ve rekreasyon etkinliklerine katılımları, üniversite eğitimleri süresinde okulların kendilerine sunduğu olanaklar kapsamında yarı örgütlü bir şekilde gerçekleşmekte; bu bağlamda üniversiteler öğrencilerinin resmî eğitimleri dışında kalan zamanlarını iyi bir şekilde değerlendirmeleri için de yönlendirici rol üstlenebilmektedirler (Balcı, 2003). Aynı zamanda öğrenciler okullardaki boş zaman faaliyetlerine katılmakla, kendi boş zaman saatlerini geliştirebilmelerini sağlayacak ilgi ve becerileri kazanmaktadırlar (Hendry ve Marr, 1985). Üniversite öğrencilerinin boş zaman aktivitelerinin organizasyonlu bir biçimde yönlendirilmesi, özellikle sportif aktivitelere katılımlarının sağlanması öğrencilerin fiziksel ve ruhsal sağlıkları açısından olumlu etki gösterip uzun vadede öğrencilerin başarı oranları, hatta üniversitelerin kalite ölçütlerine katkıda bulunacaktır (Guo ve Liu, 2016). Bu bağlamda yapılan araştırmada, Üsküdar Üniversitesi'nde okuyan öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerin incelenmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırmaya, Üsküdar Üniversitesi'nde okuyan 96'sı erkek, 99'u kadın olmak üzere toplam 195 öğrenci (Psikoloji programından 73, Felsefe programından 77, Sosyoloji programından 16, Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler programından 15, Diğer programlardan 14) gönüllü olarak katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada, veri toplama aracı olarak; Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması geçerlik ve güvenilirlik çalışması Gürbüz ve Karaküçük (2007) tarafından

yapılan “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek, toplam 6 alt boyut ve 27 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, bireyleri Boş Zaman Engellerini belirlemeye iten, (1) “zaman ve ilgi eksikliği”, (2) “birey psikolojisi”, (3) “bilgi eksikliği”, (4) “ulaşım sorunu”, (5) “tesis yetersizliği” ve (6) “arkadaş eksikliği” olmak üzere 6 alt boyutta ölçmeye yönelik 27 maddeden oluşmaktadır. Bireylerin Boş Zaman Engelleri, “Kesinlikle Önemsiz (1)” ve “Önemsiz (2)”, “Önemli (3)”, ve “Çok Önemli (4)” şeklinde 4’lü likert tipi ölçek üzerinde değerlendirilmektedir. Zaman ve ilgi eksikliği” 21, 22, 23, 24, 25, 26 ve 27. maddelerden, “birey psikolojisi” 1, 2, 3, 4, 5 ve 6. maddelerden, “bilgi eksikliği” 7, 8 ve 9. maddelerden, “ulaşım sorunu” 14, 15, 16 ve 17. maddelerden, “tesis yetersizliği” 10, 11, 12 ve 13. maddelerden ve “arkadaş eksikliği” ise 18, 19 ve 20. maddelerden oluşmuştur.

Verilerin Toplanması

Anket uygulanmadan önce yetkili kişilerle görüşülüp gerekli izinler alındıktan sonra, araştırmaya gönüllü olarak katılan öğrencilere araştırmanın içeriği ve amacıyla ilgili bilgi verilmiştir.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler, SPSS 21.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılan boş zaman engelleri ölçeğinden elde edilen verilerin frekans ve yüzde değerleri alındıktan sonra parametrik testlerden olan bağımsız örneklem t testi (independent sample t-test) ve ANOVA testi uygulanmıştır. Anlam düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların bazı değişkenlere göre dağılımı

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Erkek	96	49.2
	Kadın	99	50.8
Sınıf	1.sınıf	77	39.5
	2.sınıf	39	20.0
	3.sınıf	29	14.9
	4.sınıf	42	21.5
	5.sınıf ve üzeri	8	4.1
Bölüm	Psikoloji	73	37.4
	Felsefe	77	39.5
	Sosyoloji	16	8.2
	Siyaset Bilim ve Uluslararası İlişkiler	15	7.7
	Diğer	14	7.2
Aile gelir durumu	1500-2000 TL	3	1.5
	2001-2500 TL	14	7.2
	2501-3000 TL	15	7.7
	3001-3500 TL	16	8.2
	3501-4000 TL	14	7.2
	4001-4500 TL	14	7.2
	4501-5000 TL	44	22.6
	5000 TL ve üzeri	75	38.5
İkamet yeri	Ailemle	47	24.1
	Arkadaşlarıyla	75	38.5
	Yalnız	18	9.2
	Yurtta	55	28.2
Yaşamının çoğunluğunu geçirdiği yer	Köy/Kasaba	7	3.6
	Şehir	69	35.4
	Büyükşehir	119	61.0
Haftalık boş zaman süresi	1-5 saat	23	11.8
	6-10 saat	67	34.4
	11-15 saat	61	31.3
	16 saat ve Üzeri	44	22.6
TOPLAM		195	100.0

Tablo 1’de, araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyete göre 96’sı (%49,2) erkek, 99’u (%50,8) kadın; okuduğu sınıfa göre 1.sınıf 77 (%39,5) öğrenci, 2.sınıf 39 (%20,0) öğrenci, 3.sınıf 29 (%14,9) öğrenci, 4.sınıf 42 (%21,5) öğrenci, 5.sınıf ve üzeri 8 (%4,1) öğrenci; eğitim aldığı bölüme göre, Psikoloji 73 (%37,4) öğrenci, Felsefe 77 (%39,5) öğrenci, Sosyoloji 16

(%8,2) öğrenci, Siyaset Bilim ve Uluslararası İlişkiler 15 (%7,7) öğrenci, diğer değişkenine 14 (%7,2) öğrenci bulunmaktadır. Aile gelir durumuna göre, 1500-2000 TL 3 (%1,5) öğrenci, 2001-2500 TL 14 (%7,2) öğrenci, 2501-3000 TL 15 (%7,7) öğrenci, 3001-3500 TL 16 (%8,2) öğrenci, 3501-4000 TL 14 (%7,2) öğrenci, 4001-4500 TL 14 (%7,2) öğrenci, 4501-5000 TL 44 (%22,6) öğrenci, 5000 TL ve üzeri 75 (%38,5) öğrenci olarak belirlenmiştir. Katılımcıların 75'i (%38,5) arkadaşlarıyla ikamet ettiğini; 119'u (%61,0) büyükşehirde yaşamının çoğunu geçirdiğini; 67'si (%34,4) haftalık boş zaman sürelerinin 6-10 saat olduğunu belirtmişlerdir.

Tablo 2. Katılımcıların boş zamanlarını değerlendirmesine yönelik ifadelerle göre dağılımı

Değişkenler	N	%	
Boş Zamanlarını Genellikle	Ev içi aktivitelere katılarak	17	8.7
	Fiziksel aktivitelere katılarak	24	12.3
	Sosyal etkinliklere katılarak	109	55.9
	Kültürel-Sanatsal etkinliklere katılarak	29	14.9
	Açık alan etkinliklere katılarak	9	4.6
	Diğer	7	3.6
Üniversitesinin Sahip Olduğu Rekreasyon Alanları	Kesinlikle Yetersiz	29	14.9
	Yetersiz	45	23.1
	Kısmen	87	44.6
	Yeterli	34	17.4
	Kesinlikle Yeterli	-	-
Üniversitesinin Sahip Olduğu Rekreasyon Alanlarını Ne Sıklıkla Kullandığı (Haftalık)	1 - 5 saat	109	55.9
	6 - 10 saat	60	30.8
	11 - 15 saat	19	9.7
	16 saat ve üzeri	7	3.6
Yaşadığı İlin Sahip Olduğu Rekreasyon Alanları	Kesinlikle Yetersiz	22	11.3
	Yetersiz	40	20.5
	Kısmen	70	35.9
	Yeterli	52	26.7
	Kesinlikle Yeterli	11	5.6
Yaşadığı İlin Sahip Olduğu Rekreasyon Alanlarını Ne Sıklıkla Kullandığı (Haftalık)	1 - 5 saat	79	40.5
	6 - 10 saat	71	36.4
	11 - 15 saat	33	16.9
	16 saat ve üzeri	12	6.2
Sahip Olduğu Boş Zamanı Daha Çok Nerede Değerlendirdikleri	Kampus İçi	29	14.9
	Kampus Dışı	151	77.4
	Diğer	15	7.7
TOPLAM	195	100.0	

Tablo 2’de, katılımcıların 109’u (%55,9) sosyal etkinliklere, 29’u (%14,9) kültürel-sanatsal etkinliklere, 24’ü (%12,3) fiziksel aktivitelere, 17’si (%8,7) ev içi aktivitelere, 9’u (%4,6) açık alan etkinliklerine, 7’si (%3,6) diğer etkinlik türlerine katılarak boş zamanlarını değerlendirdiklerini, % 82.6’sı üniversitenin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yeterli olmadığını, 109’u (%55.9) üniversitenin sahip olduğu rekreasyon alanlarını haftada 1-5 saat arasında kullandıklarını, % 67.7’si yaşadığı ilin sahip olduğu rekreasyon alanlarının yeterli olmadığını, 79’u (%40.5) yaşadığı ilin sahip olduğu rekreasyon alanlarını haftada 1-5 saat arasında kullandıklarını ve 151’i (%77,4) boş zamanlarını kampüs dışında değerlendirdiklerini belirtmişlerdir.

Tablo 3. Cinsiyete göre karşılaştırma T-testi sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	Ort	SS	t	p
Zaman ve İlgi Eksikliği	Erkek	96	19.68	4.80	1.089	0.277
	Kadın	99	19.02	3.68		
Birey Psikolojisi	Erkek	96	16.36	4.46	.104	0.917
	Kadın	99	16.30	3.78		
Bilgi Eksikliği	Erkek	96	8.01	2.20	-.899	0.370
	Kadın	99	8.31	2.48		
Ulaşım Sorunu	Erkek	96	10.72	2.32	.533	0.595
	Kadın	99	10.53	2.73		
Tesis Yetersizliği	Erkek	96	11.64	2.31	-1.102	0.272
	Kadın	99	12.01	2.29		
Arkadaş Eksikliği	Erkek	96	8.39	2.11	1.182	0.239
	Kadın	99	8.03	2.19		

Tablo 3’te, cinsiyete göre karşılaştırma yapıldığında alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4. Sınıf değişkenine göre karşılaştırma ANOVA- TUKEY sonuçları

Alt Boyutlar	Sınıf	N	ORT	SS	Fark	p
Zaman ve İlgisi Eksikliği	1.Sınıf	77	18.61	3.62	5-1,2,3,4	0.001*
	2.Sınıf	39	19.10	4.51		
	3.Sınıf	29	18.79	4.56		
	4.Sınıf	42	20.23	4.33		
	5.Sınıf ve üstü	8	25.00	3.46		
	TOPLAM	195	19.34	4.27		
Birey Psikolojisi	1.Sınıf	77	16.16	3.71	3-5	0.023*
	2.Sınıf	39	16.05	3.27		
	3.Sınıf	29	15.10	4.69		
	4.Sınıf	42	17.00	4.83		
	5.Sınıf ve üstü	8	20.25	3.24		
	TOPLAM	195	16.33	4.12		
Bilgi Eksikliği	1.Sınıf	77	7.71	2.39	-	0.302
	2.Sınıf	39	8.35	2.47		
	3.Sınıf	29	8.44	2.38		
	4.Sınıf	42	8.50	2.02		
	5.Sınıf ve üstü	8	8.75	2.54		
	TOPLAM	195	8.16	2.34		
Ulaşım Sorunu	1.Sınıf	77	10.80	2.66	-	0.459
	2.Sınıf	39	10.43	2.75		
	3.Sınıf	29	10.27	2.11		
	4.Sınıf	42	10.47	2.39		
	5.Sınıf ve üstü	8	12.00	2.32		
	TOPLAM	195	10.63	2.53		
Tesis Yetersizliği	1.Sınıf	77	11.94	2.10	-	0.203
	2.Sınıf	39	12.28	2.37		
	3.Sınıf	29	11.82	2.13		
	4.Sınıf	42	11.11	2.56		
	5.Sınıf ve üstü	8	12.25	2.76		
	TOPLAM	195	11.83	2.30		
Arkadaş Eksikliği	1.Sınıf	77	7.97	2.01	-	0.525
	2.Sınıf	39	8.28	2.33		
	3.Sınıf	29	8.68	2.37		
	4.Sınıf	42	8.11	2.12		
	5.Sınıf ve üstü	8	8.87	2.16		
	TOPLAM	195	8.21	2.16		

*p<0.05

Tablo 4'te, sınıf değişkenine göre karşılaştırma yapıldığında zaman ve ilgi eksikliği ile birey psikolojisi alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0.05). Bilgi

eksikliği, ulaşım sorunu, tesis yetersizliği ve arkadaş eksikliği alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde bulgulardan elde edilen Üsküdar Üniversitesi'nde okuyan öğrencilerin rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlere ilişkin görüşlerine ait sonuçlar, araştırmanın sorularına cevap aranarak boş zaman engelleri çerçevesinde tartışılmış ve diğer literatürler ile karşılaştırılarak yorum yapılmıştır.

Elde edilen bulgulara göre, Üsküdar Üniversitesi öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımını etkileyen faktörlerde büyük bir farklılığın olmadığı görülmektedir. “Cinsiyet” değişkenine göre karşılaştırıldığında alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). “Sınıf” değişkenine göre karşılaştırıldığında ise alt boyutlarda “zaman ve ilgi eksikliği” ile “birey psikolojisi” alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Üsküdar Üniversitesi öğrencileri sınıflar arasında zaman ve ilgi eksikliği ile birey psikolojisi alt boyutlarından kaynaklı rekreatif faaliyetlere katılmalarına engel olduğunu görülmektedir. Bundan kaynaklı olduğu düşünülerek öğrencilerin 151’i (%77,4) boş zamanlarını kampüs dışında geçirdikleri görülmektedir. Bunun nedeni kampüs alanı içinde rekreasyon alanlarının yeterli olmadığına bağlanabilir. İkinci, Kalkavan, Üstün ve Gündüz’ün (2014) çalışmasında üniversite öğrencilerinin % 92,6’sının boş zamanlarını kampüs dışında geçirdiklerini belirttiler. Bu sonuç yapılan çalışmanın sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Katılımcıların 109’u (%55,9) sosyal etkinliklere, 29’u (%14,9) kültürel-sanatsal etkinliklere, 24’ü (%12,3) fiziksel aktivitelere, 17’si (%8,7) ev içi aktivitelere, 9’u (%4,6) açık alan etkinliklere, 7’si (%3,6) diğer etkinlik türlerine katılarak boş zamanlarını değerlendirdiklerini belirlenmiştir. İkinci ve ark., (2014) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmalarında, % 36’ sının ($n=122$) boş zamanlarını ev içi aktivitelere katılarak, %19,2’ sinin sportif aktivitelere katılarak, %26.8 ise kültürel/sanatsal etkinliklere katılarak değerlendirdiklerini belirtmiştir. Bu farklılığın nedeni, araştırmanın yapıldığı İstanbul ilindeki sosyal etkinliklerin Kütahya iline göre daha çeşitli olmasından dolayı kaynaklandığına bağlanabilir.

Ekinci ve ark., (2014) çalışmasında katılımcıların boş zaman engellerinin cinsiyetlerine göre “bilgi eksikliği”, “arkadaş eksikliği” ve “zaman” alt boyutlarında, yaşlarına göre “zaman” alt boyutunda, aylık ortalama gelir seviyelerine göre ise “birey psikolojisi” ve “tesisler/ hizmet” alt boyutlarında anlamlı farklılıklar gösterdiğini belirtmişlerdir. Demirel ve Harmandar’ın (2009) yaptığı çalışmada, katılımcıların boş zaman aktivitelerine katılımında en büyük engel olarak sosyal ortam ve bilgi eksikliğini gördükleri, bunu ise tesis/hizmet/ulaşım ve birey psikolojisi faktörlerinin takip ettiğini belirtmiştir. Çakır, Şahin, Serdar ve Parlakkılıç’ın (2016) yaptığı çalışmada, cinsiyetin serbest zaman engel düzeyleri açısından önemli ve anlamlı farklılık yaratan bir değişken olduğu, fakat aylık gelirin etken bir faktör olmadığını tespit etmişlerdir. Temir ve Gürbüz’ün (2012) yaptıkları çalışmada katılımcıların rekreasyonel aktivitelere katılımlarındaki zaman faktörünün ilk sırada yer aldığı buna karşın ilgi eksikliği faktörünün en alt sırada yer aldığı sonucuna varılmıştır. Çoruh’un (2013) yapmış olduğu çalışmada, ankette yer alan altı faktörün üçünde belirtilen bağımsız değişkenlere göre farklılaşmaların gözlemlendiği ancak, bu farklılaşmaların daha çok “zaman ve ilgi eksikliği” alt boyutunda yoğunlaştığı belirtilmiştir. Kahraman, Çolak, Bayazıt ve Yılmaz’ın (2017) yapmış olduğu çalışmada, spor lisesi ile anadolu lisesi öğrencileri karşılaştırıldığında ulaşım sorunu ile zaman ve ilgi eksikliği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Şahin ve Kocabulut’un (2014) yapmış olduğu çalışmada, Alexandris ve Carrol tarafından geliştirilen, toplam 7 alt boyut ve 27 maddeden oluşan “Boş Zaman Engelleri” ölçeğinden faydalanılmış; anket çalışması neticesinde elde edilen verilerle yapılan AFA Analizi’nde ise söz konusu ölçeğe ait iki ifadenin 7 alt boyuta ek olarak 8. boyut altında toplandığı görülmüştür. Elde edilen boyutun ise “yorgunluk hissi” olarak adlandırılmasını uygun bulmuşlardır. Paksoy, Çalık, Yaşartürk ve Çimen’in (2016) yapmış olduğu çalışmada, 17-20 yaş aralığındaki öğrencilerin rekreasyon faaliyetleri tercih şekli ile 21 yaş ve üstü öğrencilerin rekreasyon tercihleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Öğrencilerin rekreasyon etkinliklerine katılımını; öğrencilerin yaş ve gelir düzeyi, kampüs fiziki ortamı, rekreasyon tercihlerinin niteliği, rekreasyona katılım şekli, rekreasyona yüklenen anlamın etkilediği sonucuna varılmıştır. Yaşartürk, Akyüz ve Karataş’ın (2017) yapmış olduğu çalışmada, serbest zamanlarında rekreatif etkinliklere katılan üniversite öğrencilerinin çeşitli faktörlere bağlı olarak “sıkılma” düzeyleri azaldıkça, yaşam doyumu düzeylerinin arttığı, ayrıca rekreatif etkinlikler içerisinde yer alan üniversite öğrencilerinin serbest zamanda algıladığı “doyum” düzeyi arttıkça da, eş zamanlı olarak yaşam doyumu da artış göstermekte ve bu tür faaliyetler içerisinde daha

verimli zaman geçirildiği belirtilmektedir. Ayhan, Eskiler ve Soyer'in (2017) yapmış olduğu çalışmada, aktif sporcuların genel olarak boş zaman değerlendirme etkinliklerine katılımlarında güçlük çektiği ve boş zamanlarını çoğunlukla dinlenerek, fiziksel ve sosyal aktivitelere katılarak geçirdiği belirtilmiştir. Ayrıca, aynı çalışmada boş zaman engellerinin arkadaş eksikliği ve zaman alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu farklılıkların arkadaş eksikliğinde erkek sporculardan, zamanda ise kadın sporculardan kaynaklandığı belirtilmiştir. Soyer ve ark., (2017) yapmış olduğu çalışmada, boş zaman engellerinin “zaman” alt boyutunda cinsiyetler arasında anlamlı bir farklılık bulunduğu ifade edilmiştir.

Sonuç olarak, öğrenciler üniversitenin rekreasyon alanlarının yeterli olmadığını belirtmiştir. Bu bağlamda, boş zamanlarının büyük çoğunu kampüs dışında geçirdikleri görülmüştür. Boş zaman engelleri puanları cinsiyet değişkenine göre karşılaştırıldığında alt boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sınıf değişkenine göre karşılaştırıldığında ise alt boyutlarda “zaman ve ilgi eksikliği” ile “birey psikolojisi” alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Üniversiteler rekreasyon hizmetleri birimi oluşturarak, rekreasyon uzmanlarının öğrencilerin kampüs içinde boş zamanlarını daha fazla ve verimli geçirebilmeleri için sportif, kültürel, sosyal ve sanatsal etkinlikler planlamaları sağlanabilir.

KAYNAKLAR

- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997). Demographic differences in the perception of constraints on recreational sport participation: Results from a study in Greece. *Leisure Studies*, 16(2), 107-125, [Available online at: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/026143697375449>], Erişim tarihi: 28 Mayıs 2017.
- Axelsen, M. (2009). The power of leisure: I was an anorexic; I'm now a healthy triathlete. *Leisure Sciences*, 31(4), 330-346, [Available online at : <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/01490400902988283>], Erişim tarihi: 20 Kasım 2018.
- Ayhan, C., Eskiler, E. & Soyer, F. (2017). Aktif sporcuların rekreatif etkinliklere katılımlarına engel oluşturabilecek faktörlerin yaşam tatmini ve yaşam kalitesi üzerine etkisi, Erpa Int. *Congresses on Education, Hungary*, 164-175.
- Balcı, V. (2003). Ankara'daki üniversite öğrencilerinin boş zaman etkinliklerine katılımlarının araştırılması. *Milli Eğitim Dergisi*, 158, 161-173.
- Çakır, V. O., Şahin, S., Serdar, E. & Parlaklıç, Ş. (2016). Kamu çalışanlarının serbest zaman engelleri ile yaşam tatmini düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Tourism Theory and Research*, 2(2), 135-141.
- Çoruh, Y., (2013). *Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörler: (Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi örneği)*. Yayınlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Demirel, M. & Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 838-846, [Available online at: https://www/profile/Demirel_Mehmet/publication/26618965_Determination_of_the_constraints_on_researchgate_net_recreational_participation_of_university_students/links/569766f508aea2d7437519de.pdf], Erişim tarihi: 30 Mayıs 2017.
- Ekinci, N. E., Kalkavan, A., Üstün, Ü. D. & Gündüz, B. (2014). Üniversite öğrencilerinin sportif ve sportif olmayan rekreatif etkinliklere katılmalarına engel olabilecek unsurların incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-13, [Available online at: <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/355491>], Erişim tarihi: 30 Mayıs 2017.

- Guo, J. & Liu, X., 2016. College Students' Consciousness of Participation in Leisure Activities Behavior Related Research," *International Journal of e-Education, e-Business, e-Management and e-Learning*, 6(3), 186-192. [Available online at : <http://www.ijeeee.org/vol6/404-JZ0127.pdf>]
- Gürbüz, B. & Karaküçük, S. (2007). Boş zaman engelleri ölçeği-28: ölçek geliştirme, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 3-10. [Available online at : <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/283474>], Erişim tarihi: 29 Mayıs 2017.
- Hendry, L. & Marr, D. (1985). Leisure education and young people's leisure. *Scottish Educational Review*, 17(2), 116-27.
- Iwasaki, Y. (2007). Leisure and quality of life in an international and multicultural context: What are major pathways linking leisure to quality of life?. *Social Indicators Research*, 82(2), 233-264. [Available online at : <https://link.springer.com/article/10.1007/s11205-006-9032-z>], Erişim tarihi: 20 Kasım 2018.
- Kaba, İ. C. (2009). *Türkiye'deki üniversitelerde kampüs rekreasyonunun mevcut durumu ve kampüs rekreasyon modellemesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Kahraman, G., Çolak, E., Bayazıt, B. & Yılmaz, O. (2017). Lise Öğrencilerinin Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 28-40, [Available online at : <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/337921>], Erişim tarihi: 1 Haziran 2017.
- Kemp, K. & Pearson, S. (1997). *Leisure and Tourism*. Great Britain: Longman Press.
- Özşaker, M. (2012). Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14 (1), 126, [Available online at : <http://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423931854.pdf>], Erişim tarihi: 20 Kasım 2018.
- Paksoy, M., Çalık, F., Yaşartürk, F. & Çimen, K. (2016). Abdullah Gül Üniversitesi öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımını etkileyen faktörler. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 4(1), 39-50. [Available online at : http://www.iscsjournal.com/Makaleler/108516971_sil_5_paksoy.pdf], Erişim tarihi: 20 Kasım 2018.
- Soyer, F., Yıldız, N. O., Harmandar Demirel, D., Serdar, E., Demirel, M., Ayhan, C. & Demirhan, Ö. (2017). Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımlarına engel teşkil eden faktörler ile katılımcıların yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 2035-2046. doi:10.14687/jhs.v14i2.4647
- Şahin, İ. & Kocabulut, Ö. (2014). Sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesi: Akdeniz üniversitesi turizm fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 1(2), 46-67. [Available online at : https://www.researchgate.net/profile/Ilker_Sahin3/publication/312219091_Sportif_Aktivitelerine_Duzenli_Katilimi_Engelleyen_Faktorlerin_Incelenmesi_Akdeniz_Universitesi_Turizm_Fakultesi_Ogrencileri_Uzerine_Bir_Arastirma/links/587748ec08ae6eb871d149c6/Sportif-Rekreasyon-Aktivitelerine-Duzenli-Katilimi-Engelleyen-Faktoerlerin-Incelenmesi-Akdeniz-Ueniversitesi-Turizm-Fakueltesi-Oegrencileri-Uezerine-Bir-Arastirma.pdf], Erişim tarihi: 1 Haziran 2017.
- Şener, A., Terzioğlu, R. G., & Karabulut, E. (2007). Life satisfaction and leisure activities during men's retirement: a Turkish sample. *Aging and Mental Health*, 11(1), 30-36. [Available online at : <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13607860600736349>], Erişim tarihi: 20 Kasım 2018.
- Temir, Ö. & Gürbüz, B. (2012). Rekreasyonel aktivitelere katılımın önündeki engellerin incelenmesi, *1. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi*, Antalya.
- Torkildsen, G. (2005). *Recreation and leisure management*. 5th Ed. London and New York: Routledge, Taylor and Francis Group.
- Yaşartürk, F., Akyüz, H. & Karataş, İ. (2017). Rekreatif etkinliklere katılan üniversite öğrencilerinin serbest zamanda sıkılma algısı ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 3(2), 239-252, [Available online at : <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/388848>], Erişim tarihi: 20 Kasım 2018.
- Yetim, A. (2005). *Sosyoloji ve spor*. İstanbul: Yayıncılık Matbaası.

Bankacılık Sektörü Çalışanlarını Rekreeyonel Sporlara Katılma İten Unsurların Demografik Faktörlerle Değerlendirilmesi*

The Research on The Relationship on finding The Factors that Force Employess' in Banking Sector Participating in Recreational Sports and Demographical Variables

ORJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Gökhan ÇETİNKAYA^{1†}

Serap AY²

Ayhan BAYRAM³

¹Okan Üniversitesi, İstanbul,
<https://orcid.org/0000-0001-7676-6852>

²Marmara Üniversitesi, İstanbul,
<https://orcid.org/0000-0002-1296-462X>

³Giresun Üniversitesi, Giresun,
<https://orcid.org/0000-0003-0640-8106>

Öz

Bu çalışmanın temel amacı, yoğun çalışma saatleriyle, sert rekabet koşulları altında hizmet veren bankacılık sektörü çalışanlarını rekreeyonel sporlara katılmaya motive eden unsurların demografik etkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemektir. Araştırmanın evrenini Türkiye’de faaliyet gösteren 51 bankada çalışan 217.525 kişi oluşturmaktadır. Örneklem hesaplanırken % 4 hata marjı baz alınarak 700 sayısı belirlenmiş ve tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Ölçme aracı olarak, Rogers ve Morris (2003) tarafından geliştirilen ve Gürbüz, Aşçı ve Çelebi tarafından (2006) Türkçe’ye uyarlanarak, geçerliliği ve güvenilirliği test edilen Rekreeyonel Egzersize Güdülenme Ölçeği (REMM) uygulanmıştır. REMM’e ek olarak demografik özellikleri belirlemek için kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Analiz aşamasında verilerin normal dağılıma uygunluğunu belirlemek için Kolmogorov Simirnov testi yapılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygun olmaması nedeniyle Mann Whitney U ve Kruskal Wallis H testleri uygulanmış, ayrıca boyutlar arasındaki ilişkileri ölçmek için korelasyon analizi yapılmıştır. Bankacılık sektörü çalışanlarını rekreeyonel sporlara katılma motive eden unsurların boyutlara göre önem sıralaması sağlık, beceri gelişimi, sosyal ve eğlence, vücut ve dış görünüm ve rekabet olarak bulunmuştur. Bankacılık sektörü çalışanlarını rekreeyonel sporlara katılmaya motive eden unsurların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve gelir durumu değişkenlerine göre farklılaştığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Motivasyon, Serbest Zaman, Şirket Rekreeyonu.

Abstract

The main purpose of this study is to evaluate the relationship between motivation reasons, demographical factors and employees' negative working conditions such as; hours of hard work, though environmental competitive environment. The research is aimed to be done with 217.525 employees' in 51 banks operating in Turkey. The samples of the research consist of 217.525 employees in banks existing in Turkey. During the calculation of sample, 4% error margin was taken into consideration and 700 samples were determined, then stratified sampling was used. As a measurement tool, REMM measurement, developed by Rogers and Morris (2003), and adapted into Turkish by Gürbüz, Aşçı and Çelebi (2006) in order to be tested in terms of validation and reliability. In addition to REMM, personal information form is used so as to determine demographic features and other parameters. Analiz Stage to determine the suitability of the normal distribution of data Kolmogorov Simirnov tests. Due to the lack of normal distribution of data according to the Mann Whitney and Kruskal-Wallis H test was applied for further correlation analysis was performed to measure the relationship between the dimensions. According to dimensions of the factors motivating corporate employees to participate recreational sportive activities sorder of importance have been found as health, development of skills, social ization and entertainment, body and appearance and competition. It has also been obtained from the research that motivation factors for employees in banking sector to participate recreational sportive activities differ according to so me demographic and other parameters. In the light of the results, gender, age, marial status, educational status and income status have been put forward.

Keywords: Motivation, Leisure Time, Corporate Recreation,

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 12.01.2018

Kabul Tarihi: 20.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

*Bu çalışma, Gökhan Çetinkaya'nın Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nde tamamladığı “Şirket Çalışanlarını Sportif Rekreeyonel Faaliyetlere Katılmaya Motive Eden Unsurların İncelenmesi” adlı doktora tez çalışmasından türetilmiştir.

† Sorumlu yazar: Gökhan Çetinkaya, gokhan.cetinkaya@gmail.com

GİRİŞ

Rekreasyon aktiviteleri içinde, temeli fiziksel egzersize veya çeşitli spor branşlarının rekreatif amaçlı uygulanmasına dayanan ve rekreasyon aktivitelerinin büyük bir bölümünü oluşturan türüne rekreasyonel spor denmektedir (Chase,1996). Başka bir tanımla rekreasyonel spor, katılımcıların maddi kazanç beklentisi olmaksızın, serbest zamanlarında yaptığı, tatmin, eğlence ve sosyalleşme sağlayan; sağlıklı, dinamik ve zinde kalmayı amaçlayan ve genellikle fiziksel aktiviteye dayalı açık veya kapalı alanlarda yapılan faaliyetlerin bütünüdür (Şahin ve Kocabaş, 2014). Gündelik yaşamın kaçınılmaz bir sonucu olarak ortaya çıkan fizyolojik ve psikolojik sorunlarla başa çıkmada, stresleri azaltma, sağlıklı bir yaşam sürme, sosyal çevre edinme, takım çalışması içinde bulunma (Birol ve Karaküçük, 2014), organizmayı sağlıklı ve zinde tutmada, serbest zamanda katılan rekreasyonel spor faaliyetleri önemli bir rol oynamaktadır (Güngörmüş, Yenel ve Gürbüz, 2014). Rekreasyonel spor programları hayatın diğer alanlarındaki sorunları aşmada fayda sağlar ve halkla ilişkilerde pozitif bir etkileşim rolü oynar (Mull, Bayless ve Jamiesson, 1997). Rekreasyonel spor faaliyetleri, bireyin yaşamındaki birçok sıkıntıdan kurtulmasını ve bireyin kendisini geliştirmesini sağlayarak, bireylerin kendilerine, ilişkilerine ve sosyo-kültürel uyumlarına olumlu yönde etkilemektedir (Iwasaki, 2007).

Bireyin sportif etkinliklere katılma isteğini gerçekleştirme şekli ve düzeyi, bu konuda sahip olduğu bilince, maddi olanaklara ve içinde bulunduğu çevrenin fiziki olanakları ile teşvik ve yönlendirilmesine bağlıdır (Hazar, 2014). Her ne kadar serbest zaman faaliyetlerine katılım amaçlarının, beklentilerinin, doyum düzeylerinin ve aktivite seçimlerinin bireysel faktörlere ve dış etkenlere göre değiştiği kabul edilse de, bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılımında ön plana çıkan motivasyon faktörlerinin ne olduğunu belirlenmelidir.

Motivasyon, bireyin örgüt amaçları doğrultusunda bir hedefe ulaşmak için gösterdiği gayret yoğunluğunu, yönelimini ve çabasını sürdürme düzeyini ifade eden bir süreçtir (Robins, 2003). İş hayatı açısından motivasyon; çalışanların istekli, verimli, aktif çalışması ve çalışanlarda iş başarıma arzusunun ortaya çıkarılması gayesine hizmet eder (Gök, 2009). Kişileri harekete geçirebilen, hareketlerini olumlu yönde sürdürmelerini sağlayan motivasyon, işyerlerinde verimliliğin artması için çok önemli bir unsurdur (Adair, 2003). Bu nedenle çalışma koşullarının şartlar elverdiğince çalışanların beklentilerini karşılayacak ve motivasyonlarını artıracak şekilde planlanması büyük önem arz etmektedir (Drucker, 2003).

Şirketler çalışanlarının iş verimlerini arttırmak ve üst düzey motivasyonu sağlamak için çeşitli yollara başvurmaktadır (Roberts ve Harris, 2009). Çalışanların motivasyonunu artırmak kurumlar futbol turnası, doğa yürüyüşleri, kamplar vb. rekreasyonel spor faaliyetlerinden yararlanmaktadırlar. Sportif etkinlikler aracılığıyla işe ilişkin yaratıcılık düzeyinde oluşan ciddi azalmaların önüne geçilmesi hedeflenmektedir (Can, 1997). Bu hedeflerin gerçekleştirilmesinde iş yaşamı dışındaki gereksinimlerini karşılamaya yönelik çeşitli faaliyetler olarak tanımlanan şirket rekreasyonu önemli bir yere sahiptir. Şirket rekreasyonu ile işverenlerin-kurumların çalışanlarını memnun etmek, kurumlarına bağlamak, sağlıklı olmalarını ve verimli çalışmalarını sağlamak için iş yerinde veya dışında çalışanlara, ailelerine ve emekli çalışanlarına yönelik uyguladığı rekreasyon programları uygulanmaktadır (Hacıoğlu Gökdeniz ve Dinç, 2003).

Çoğunlukla büyük coğrafi alanlara yayılan şube yapıları ve yüksek çalışan sayıları nedeniyle bankacılık sektörü çalışanlarına yönelik rekreasyonel spor faaliyetlerini uygulayan sektörler arasında yer almaktadır. Bu çalışmanın bankacılık sektörü çalışanlarına yönelik rekreasyonel spor faaliyetlerinin planlanması ve uygulanması aşamalarında motivasyon unsurlarının dikkate alınabilmesine olanak tanıyacağı, bankacılık sektörü çalışanlarını sportif rekreasyona katılmaya motive eden unsurlara ilişkin görüşlerinin tespit edilmesi ve bu unsurlara etki eden demografik etkenlerin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Dolayısıyla hem şirketler, hem rekreasyon profesyonelleri hem de faaliyetlere katılım gösteren şirket çalışanlarına çok çeşitli faydalar sağlaması amaçlanmaktadır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

Bu araştırmada, bankacılık sektörü çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurlara ilişkin görüşlerinin tespit edilmesi ve bu unsurlara etki eden demografik etkenlerin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Bu çalışmada yüz yüze anket yöntemi kullanılarak veriler toplanmıştır. Anket formunun ilk kısmında, bankacılık sektörü çalışanlarının demografik özelliklerini belirlemeye yönelik 6 adet soru sorulmuştur. İkinci kısımda ise, rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurları ölçmeye yönelik toplam 66 adet ifade yer almaktadır. Ankete katılanlardan, sorulan her bir ifadeye kendi durumlarına uygun cevap vermeleri istenmiştir.

Araştırmada Kullanılan Veri Toplama Araçları ve Hipotezler

Bankacılık sektörü çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurları ölçmek amacıyla Rogers ve Morris tarafından (2003) tarafından geliştirilen ve Gürbüz, Aşçı ve Çelebi tarafından (2006) Türkçe'ye uyarlanarak, geçerliliği ve güvenilirliği test edilen Rekreasyonel Egzersize Güdülenme Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek sağlık, rekabet, vücut ve dış görünüm, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte toplam 66 adet ifade bulunmaktadır.

Araştırmada demografik faktörlerle değişkenler arasında farklılık tespit edilenlere yer verilmiştir. Araştırmanın hipotezleri aşağıdaki gibidir:

H₁: Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında cinsiyete ilişkin fark vardır.

H₂: Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında yaşa ilişkin fark vardır.

H₃: Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında medeni duruma ilişkin fark vardır.

H₄: Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında eğitim durumuna ilişkin fark vardır.

H₅: Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında gelir durumuna ilişkin fark vardır.

H₆: Bankacılık sektörü çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden değişkenler arasında (pozitif yönlü) doğrusal ilişki vardır.

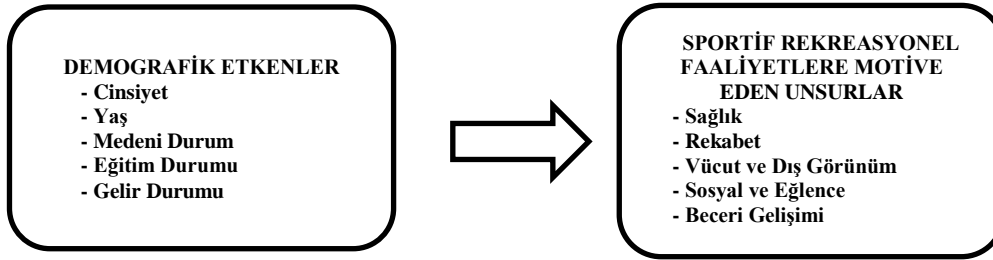
Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Türkiye'deki bankacılık sektörü çalışanları (217.525 kişi) oluşturmaktadır (Türkiye Bankalar Birliği, 2014). Örneklem seçimi, olasılığa dayanan ve olasılığa dayalı olmayan olmak üzere iki şekilde yapılmaktadır (Altunışık, Coşkun, Bayraktaroğlu ve Yıldırım, 2005). Araştırmanın örnekleminde olasılığa dayanan örneklem seçme tekniklerinden tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Tabakalı örnekleme yöntemi, sınırları belirlenmiş bir evrende alt tabakalar veya alt birim gruplarının var olduğu durumlarda kullanılmaktadır. Tabakalı örnekleme, evren içindeki alt tabakaların varlığından yola çıkarak evren üzerinde çıkarımlarda bulunmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2005). Türkiye'de faaliyet gösteren 51 bankanın (4 Kamu-47 Özel Banka) her birinin çalışan sayısının bankacılık sektöründe çalışan sayısına (Kamu ve Özel Sektör 14.632+202.893=217.525) oranlaması yapılarak elde edilen sonucunda örneklem grubunda isabet ettiği sayıda ilgili bankada anket

uygulanmıştır (Altunışık ve ark., 2005). Araştırmada toplam 709 kişiye anket uygulanmasına karşın hatalı ve eksik olan 9 anket araştırmaya dahil edilmeyerek kalan 700 anket araştırmada kullanılmıştır.

Araştırmanın Modeli

Araştırmanın modeli şekil 1’de sunulmuştur. Araştırma modelinde öncelikle demografik etkenlere yer verilmektedir. Daha sonra bankacılık sektörü çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurlara yer verilerek, aralarındaki ilişki saptanmaya çalışılmaktadır.



Şekil 1. Araştırmanın Modeli

Şekil 1’de yer alan araştırma modelinin demografik etkenlerle ve bankacılık sektörü çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurlar arasındaki ilişkiyi incelediği görülmektedir.

Araştırmada Kullanılan İstatistiksel Analizler

Ölçeklerle ilgili daha önce faktör analizi yapıldığı için yeniden faktör analizi yapılmayarak ölçeğin orijinalinde yer alan sağlık, rekabet, vücut ve dış görünüm, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi değişkenlerinin normal dağılıma uygun olup olmadığının belirlenmesi amacıyla Kolmogorov Smirnov testi yapılmıştır. Veriler normal dağılım göstermediği için Mann Whitney U ve Kruskal Wallis H testleriyle farklılık analizleri, spearman korelasyon analiziyle değişkenler arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca verilerin analizinde, frekans, ortalama, mod, medyan ve standart sapma gibi tanımlayıcı istatistiklerden yararlanılmıştır. Araştırmada demografik faktörlerle ilgili ortalama değerlerin belirlenmesinde nominal ölçüm düzeylerinde kullanılan mod değeri kullanılmıştır (Altunışık ve ark., 2005).

BULGULAR

Likert Tipi ölçeğe göre hazırlanan soruların güvenilirliği Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ile ölçülmüştür. Güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach’s Alpha değeri sağlık alt boyutu için ,953, rekabet alt boyutu için ,937, vücut ve dış görünüm alt boyutu için ,925, sosyal ve eğlence alt boyutu için ,933, beceri gelişimi alt boyutu için ,916 olarak bulunmuştur. Toplam

Cronbach's Alpha değeri ise ,963 olarak bulunmuştur. Bu değer $0,80 \leq \alpha < 1,00$ değerleri arasında olmasından dolayı ölçek yüksek derecede güvenilirdir denilebilir (Kalaycı, 2010).

Bankacılık sektörü çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurlar 5 alt boyut altında ölçülmüştür. Çalışmada, çalışanların demografik özelliklerine ilişkin cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve gelir durumuna ilişkin sorular sorulmuştur. Bu sorulara verilen cevaplar ışığında örneklem grubuna ait demografik bilgiler Tablo 1 de gösterilmiştir.

Tablo 1: Örneklem grubuna ilişkin demografik bilgiler

Cinsiyet	Frekans	% Frekans	Mod
Kadın	194	27.7	2
Erkek	506	72.3	
Yaş			
20-30 Yaş	265	37.9	2
31-40 Yaş	316	45.1	
41-50 Yaş	103	14.7	
51 Yaş ve Üzeri	16	2.3	
Medeni Durum			
Evlü	405	57.9	1
Bekar	295	42.1	
Eğitim Durumu			
Lise	29	4.1	3
Ön Lisans	36	5.1	
Lisans	450	64.3	
Lisansüstü	185	26.5	
Gelir Durumu			
1000-2000 TL	90	12.9	2
2001-3000 TL	141	20.1	
3001-4000 TL	138	19.7	
4001-5000 TL	100	14.3	
5001 TL ve Üzeri	231	33	

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılanların büyük bir kısmının erkek (% 72,3), 31-40 yaş aralığında (% 45,1), medeni durumlarının evli (% 57,9), eğitim durumlarının lisans eğitimi (% 64,3) ve gelir durumlarının 2001-3000 TL aralığında (% 20,1) olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurların puan ortalamaları

	n	Ort.	S.s.
Sağlık	700	4.11	0.59
Beceri Gelişimi	700	3.64	0.80
Sosyal ve Eğlence	700	3.32	0.86
Vücut ve Dış Görünüm	700	3.3	0.86
Rekabet	700	2.4	0.85

Tablo 2'de değişkenlere ilişkin ortalama puanlara yer verilmiştir. Sağlık değişkeninin \bar{X} 4,11 (ss. 0,59), beceri gelişimi değişkeninin \bar{X} 3,64 (ss. 0,80), sosyal ve eğlence değişkeninin \bar{X} 3,32 (ss. 0,86), vücut ve dış görünüm değişkeninin \bar{X} 3,30 (ss. 0,86) ve rekabet değişkeninin \bar{X} 2,4 (ss. 0,85), olduğu görülmektedir. Sağlık değişkeninin \bar{X} en yüksek, rekabet değişkeninin

\bar{X} ise en düşük olduğu görülmektedir. Ölçekteki soruların genel \bar{X} ise 3,42'dir. Değişkenlere ilişkin normal dağılım testi sonuçları Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3: Değişkenlere ilişkin normal dağılım testi sonuçları

	N	KS	P
Sağlık	700	.10	.000
Rekabet	700	.10	.000
Vücut ve Dış Görünüm	700	.05	.000
Sosyal ve Eğlence	700	.08	.000
Beceri Gelişimi	700	.13	.000

Tablo 3 incelendiğinde boyutların ($p>,05$) olmadığı görülmektedir. Bu nedenle örneklem grubu normal dağılım göstermemektedir. Değişkenlerin karşılaştırılabilmesi için (2 grup olması durumunda) parametrik olmayan testlerden Mann-Whitney U Testi ve (3 ve daha fazla grup olması durumunda) Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır.

Bankacılık sektöründe çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında cinsiyete ilişkin farklılık sonuçlarını gösteren Mann Whitney U Testi sonuçları Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4: Alt boyutlar arasında cinsiyete bağlı fark tablosu

	Cinsiyet	n	Sıra Değer Ort.	Z	P
Rekabet	Erkek	506	365.27	-3.123	.002
	Kadın	194	311.97		
Vücut ve Dış Görünüm	Erkek	506	340.32	-2.153	.031
	Kadın	194	377.06		
Sosyal ve Eğlence	Erkek	506	375.38	-5.261	.000
	Kadın	194	285.61		
Beceri Gelişimi	Erkek	506	360.54	-2.128	.033
	Kadın	194	324.32		

Tablo 4'te yer alan Mann Whitney U Testi sonucuna göre rekabet alt boyutunda cinsiyete ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $Z= -3,123$ olarak bulunmuştur. Rekabet alt boyutunda, erkeklerin sıra değer ortalamasının kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda cinsiyete ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $Z= -2,153$ olarak bulunmuştur. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda, kadınların sıra değer ortalamasının erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Sosyal ve eğlence alt boyutunda cinsiyete ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $Z= -5,261$ olarak bulunmuştur. Sosyal ve eğlence alt boyutunda, erkeklerin sıra değer ortalamasının kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Beceri gelişimi alt boyutunda cinsiyete ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $Z= -2,128$ olarak bulunmuştur. Beceri gelişimi alt boyutunda sıra değer ortalaması, erkeklerin kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında yaşa ilişkin farklılık sonuçlarını gösteren Kruskal Wallis H-Testi sonuçları Tablo 5’te verilmiştir.

Tablo 5: Alt boyutlar arasında yaşa bağlı fark tablosu

	Yaş	Grup	n	Sıra Değer Ort.	X ²	P
Rekabet	20-30	I	265	377.57	14.732	.002
	31-40	II	316	349.02		
	41-50	III	103	287.99		
	51 ve üzeri	IV	16	333.81		
Vücut ve Dış Görünüm	20-30	I	265	399.33	28.374	.000
	31-40	II	316	329.64		
	41-50	III	103	289.02		
	51 ve üzeri	IV	16	349.47		
Beceri Gelişimi	20-30	I	265	377.34	15.032	.002
	31-40	II	316	349.84		
	41-50	III	103	287.51		
	51 ve üzeri	IV	16	324.44		

Tablo 5’te yer alan Kruskal-Wallis H Testi sonucuna göre rekabet alt boyutunda yaşa ilişkin fark vardır ($p<.05$). Test sonucunda $X^2= 14,732$ olarak bulunmuştur. Rekabet alt boyutunda, 41-50 yaş aralığında yer alan katılımcıların sıra değer ortalamasının, diğer gruplarda yer alan katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda yaşa ilişkin fark vardır ($p<.05$). Test sonucunda $X^2= 28,374$ olarak bulunmuştur. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda, 20-30 yaş aralığında yer alan katılımcıların sıra değer ortalamasının diğer gruplarda yer alan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Beceri gelişimi alt boyutunda yaşa ilişkin fark vardır ($p<.05$). Test sonucunda $X^2= 15.032$ olarak bulunmuştur. Beceri gelişimi alt boyutunda, 41-50 yaş aralığında yer alan katılımcıların sıra değer ortalamasının, diğer gruplarda yer alan katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir.

Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında yaşa ilişkin farklılığın hangi yaş grupları arasında olduğunu belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmış çıkan sonuçlar Tablo-6’da verilmiştir.

Tablo 6: Alt boyutlar arasında yaşa bağlı fark gösteren yaş grupları tablosu

	Yaş D. Grubu	n	Sıra Değer Ort.	Z	P
Rekabet	I	265	197.27	-3.696	.000
	III	103	151.65		
	II	316	219.26	-2.743	.006
	III	103	181.59		
Vücut ve Dış Görünüm	I	265	322.73	-4.175	.000
	II	316	264.39		
	I	265	200.15	-4.531	.000
	III	103	144.24		
Beceri Gelişimi	I	265	197.63	-3.812	.000
	III	103	150.72		
	II	316	219.20	-2.732	.006
	III	103	181.77		

Tablo 6’da yer alan Mann Whitney U Testi sonucuna göre rekabet alt boyutunda yaşa ilişkin fark, grup I ile grup III ($p<,05$) $Z= -3,696$ ve grup II ile grup III ($p<,05$) $Z= -2,743$ arasında bulunmuştur. Farklılık grup III’te yer alan (41-50 yaş aralığında) katılımcılardan kaynaklanmaktadır. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda yaşa ilişkin fark, grup I ile grup II ($p<,05$) $Z= -4,175$ ve grup I ile grup III ($p<,05$) $Z= -4,531$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup I’de yer alan (20-30 yaş aralığındaki) katılımcılardan kaynaklanmaktadır. Beceri gelişimi alt boyutunda yaşa ilişkin fark, grup I ile grup III ($p<,05$) $Z= -3,812$ ve grup II ile grup III ($p<,05$) $Z= -2,732$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup III’te yer alan (41-50 yaş aralığındaki) katılımcılardan kaynaklanmaktadır.

Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında medeni duruma ilişkin farklılık sonuçlarını gösteren Mann Whitney U Testi sonuçları Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7: Alt boyutlar arasında medeni duruma bağlı fark tablosu

	Medeni Durum	n	Sıra Değer Ort.	Z	P
Vücut ve Dış Görünüm	Bekar	295	392.04	-4.642	.000
	Evli	405	320.24		
Beceri Gelişimi	Bekar	295	373.42	-2.568	.010
	Evli	405	333.80		

Tablo 7’de yer alan Mann Whitney U Testi sonucuna göre vücut ve dış görünümü alt boyutunda medeni duruma ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $Z= -4,642$ olarak bulunmuştur. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda, bekarların sıra değer ortalaması evlilere göre daha yüksektir. beceri gelişimi alt boyutunda medeni duruma ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $Z= -2,568$ olarak bulunmuştur. Beceri gelişimi alt boyutunda, bekarların sıra değer ortalamasının kadınlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında eğitim durumuna ilişkin farklılık sonuçlarını gösteren Kruskal Wallis H-Testi sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8: Alt boyutlar arasında eğitim durumuna bağlı fark tablosu

	Eğitim Durumu	Grup	n	Sıra Değer Ort.	X ²	P
Sağlık	Lise	I	29	301.41	10.741	.013
	Ön Lisans	II	36	442.01		
	Lisans	III	450	353.87		
	Lisansüstü	IV	185	332.20		
Rekabet	Lise	I	29	390.84	17.087	.001
	Ön Lisans	II	36	473.92		
	Lisans	III	450	347.51		
	Lisansüstü	IV	185	327.43		
Sosyal ve Eğlence	Lise	I	29	400.29	12.068	.007
	Ön Lisans	II	36	413.72		
	Lisans	III	450	357.50		
	Lisansüstü	IV	185	313.38		
Beceri Gelişimi	Lise	I	29	333.88	11.527	.009
	Ön Lisans	II	36	450.64		
	Lisans	III	450	352.95		
	Lisansüstü	IV	185	327.66		

Tablo 8’de yer alan Kruskal-Wallis H Testi sonucuna göre sağlık alt boyutunda eğitim durumuna ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $X^2= 10,741$ olarak bulunmuştur. Sağlık alt boyutunda, ön lisans eğitim durumunda olan katılımcıların sıra değer ortalamasının, diğer gruplarda yer alan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Rekabet alt boyutunda eğitim durumuna ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $X^2= 17,087$ olarak bulunmuştur. Rekabet alt boyutunda, ön lisans eğitim durumunda olan katılımcıların sıra değer ortalamasının, diğer gruplarda yer alan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Sosyal ve eğlence alt boyutunda eğitim durumuna ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $X^2= 12,068$ olarak bulunmuştur. Sosyal ve eğlence alt boyutunda, lisansüstü eğitim durumunda olan katılımcıların sıra değer ortalamasının, diğer gruplarda yer alan katılımcılara göre daha düşük olduğu görülmektedir. Beceri gelişimi alt boyutunda eğitim durumuna ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $X^2= 11,527$ olarak bulunmuştur. Beceri gelişimi alt boyutunda, ön lisans eğitim durumunda olan katılımcıların sıra değer ortalamasının, diğer gruplarda yer alan katılımcılara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında eğitim durumuna ilişkin farklılığın hangi eğitim durumu grupları arasında olduğunu belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmış çıkan sonuçlar Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9: Alt Boyutlar Arasında Eğitime Bağlı Fark Gösteren Eğitim Durumu Grupları

Tablosu

	Eğitim D. Grubu	n	Sıra Değer Ort.	Z	P
Sağlık	I	29	26.21		
	II	36	38.47	-2.606	.009
	II	36	300.88		
	III	450	238.91	-2.550	.011
	IV	185	105.42	-2.943	.003
Rekabet	II	36	324.64		
	III	450	237.01	-3.604	.000
	II	36	149.83		
	IV	185	103.44	-3.985	.000
Sosyal ve Eğlence	I	29	130.31		
	IV	185	103.92	-2.135	.033
	II	36	136.46		
	IV	185	106.05	-2.613	.009
	III	450	329.76		
IV	185	289.41	-2.520	.012	
Beceri Gelişimi	I	29	26.98		
	II	36	37.85	-2.316	.021
	II	36	306.83		
	III	450	238.43	-2.822	.005
	IV	185	104.78	-3.286	.001

Tablo 9’da yer alan Mann Whitney U Testi sonucuna göre sağlık alt boyutunda eğitim durumuna ilişkin fark, grup I ile grup II ($p<,05$) $Z= -2,606$, grup II ile grup III ($p<,05$) $Z= -2,550$ ve grup II ile grup IV olarak ($p<,05$) $Z= -2,943$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup II’de yer alan (ön lisans) katılımcılardan kaynaklanmaktadır. Rekabet alt boyutunda eğitim durumuna ilişkin fark, grup II ile grup III ($p<,05$) $Z= -3,604$ ve grup II ile grup IV ($p<,05$) $Z= -3,985$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup II’de yer alan (ön lisans) katılımcılardan kaynaklanmaktadır. Sosyal ve eğlence alt boyutunda eğitim durumuna ilişkin fark, grup I ile grup IV ($p<,05$) $Z= -2,135$, grup II ile grup IV ($p<,05$) $Z= -2,613$ ve grup III ile grup IV ($p<,05$) $Z= -2,520$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup IV’te yer alan (yüksek lisans) katılımcılardan kaynaklanmaktadır. Beceri gelişimi alt boyutunda eğitim durumuna ilişkin fark, grup I ile grup II ($p<,05$) $Z= -2,316$, grup II ile grup III ($p<,05$) $Z= -2,822$ ve grup II ile grup IV ($p<,05$) $Z= -3,286$ olarak bulunmuştur. Farklılık II’de yer alan (ön lisans) katılımcılardan kaynaklanmaktadır.

Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında gelir durumuna ilişkin farklılık sonuçlarını gösteren Kruskal Wallis H-Testi sonuçları Tablo-10’da verilmiştir.

Tablo 10: Alt Boyutlar Arasında Gelir Durumuna Bağlı Fark Tablosu

	Gelir Durumu	Grup	n	Sıra Değer Ort.	X ²	P
Rekabet	1000-2000 TL	I	90	458.46	47.432	.000
	2001-3000 TL	II	141	372.97		
	3001-4000 TL	III	138	356.58		
	4001-5000 TL	IV	100	350.27		
	5001 TL ve üzeri	V	231	291.19		
Vücut ve Dış Görünüm	1000-2000 TL	I	90	399.57	9.782	.044
	2001-3000 TL	II	141	348.59		
	3001-4000 TL	III	138	368.35		
	4001-5000 TL	IV	100	323.94		
	5001 TL ve üzeri	V	231	333.39		
Sosyal ve Eğlence	1000-2000 TL	I	90	417.06	17.556	.002
	2001-3000 TL	II	141	362.61		
	3001-4000 TL	III	138	362.86		
	4001-5000 TL	IV	100	330.14		
	5001 TL ve üzeri	V	231	318.61		
Beceri Gelişimi	1000-2000 TL	I	90	443.74	27.469	.000
	2001-3000 TL	II	141	349.45		
	3001-4000 TL	III	138	363.88		
	4001-5000 TL	IV	100	322.64		
	5001 TL ve üzeri	V	231	318.88		

Tablo 10’da yer alan Kruskal-Wallis H Testi sonucuna göre rekabet alt boyutunda gelir durumuna ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $X^2= 47,432$ olarak bulunmuştur. Rekabet alt boyutunda, sıra değer ortalamasına göre 1000-2000 TL arasında geliri olanlar en fazla katılırken, 5001 TL ve üzeri geliri olanlar en az katılım düzeyine sahip katılımcılardır. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda gelir durumuna ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $X^2= 9,782$ olarak bulunmuştur. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda, sıra değer ortalamasına göre 1000-2000 TL arasında geliri olanlar en fazla katılım düzeyine sahip katılımcılardır. Sosyal ve eğlence alt boyutunda gelir durumuna ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $X^2= 17,556$ olarak bulunmuştur. Sosyal ve eğlence alt boyutunda, sıra değer ortalamasına göre 1000-2000 TL arasında geliri olanlar en fazla katılırken, 5001 TL ve üzeri geliri olanlar en az katılım düzeyine sahip katılımcılardır. Beceri gelişimi alt boyutunda gelir durumuna ilişkin fark vardır ($p<,05$). Test sonucunda $X^2= 27,469$ olarak bulunmuştur. Beceri gelişimi alt boyutunda, sıra değer ortalamasına göre 1000-2000 TL arasında geliri olanlar en fazla katılırken, 5001 TL ve üzeri geliri olanlar en az katılım düzeyine sahip katılımcılardır.

Bankacılık sektöründe çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörler arasında gelir durumuna ilişkin farklılığın hangi gelir grupları arasında olduğunu belirlemek için Mann Whitney U testi yapılmış çıkan sonuçlar Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11: Alt boyutlar arasında gelire bağlı fark gösteren gelir durumu grupları tablosu

	Gelir D. Grubu	n	Sıra Değer Ort.	Z	P
Rekabet	I	90	133.11		
	II	141	105.08	-3.109	.002
	I	90	134.91		
	III	138	101.19	-3.775	.000
	I	90	111.29		
	IV	100	81.29	-3.758	.000
	I	90	215.64		
	V	231	139.71	-6.589	.000
Vücut ve Dış Görünüm	II	141	213.05		
	V	231	170.29	-3.723	.000
	III	138	206.92		
	V	231	171.91	-3.053	.002
	IV	100	186.14		
	V	231	157.28	-2.521	.012
	I	90	106.28		
	IV	100	85.80	-2.565	.010
	I	90	182.29		
	V	231	152.70	-2.568	.010
Sosyal ve Eğlence	I	90	127.44		
	II	141	108.70	-2.082	.037
	I	90	125.31		
	III	138	107.45	-2.001	.045
	I	90	107.74		
	IV	100	84.48	-2.914	.004
	I	90	193.06		
	V	231	148.51	-3.866	.000
	II	141	201.44		
	IV	231	177.38	-2.095	.036
III	138	199.67			
	V	231	176.24	-2.043	.041
Beceri Gelişimi	I	90	135.82		
	II	141	103.35	-3.629	.000
	I	90	130.11		
	III	138	104.32	-2.899	.004
	I	90	112.47		
	IV	100	80.23	-4.049	.000
	I	90	201.85		
	V	231	145.08	-4.937	.000
	III	138	199.74		
	V	231	176.20	-2.056	.040

Tablo 11’de yer alan Mann Whitney U Testi sonucuna göre rekabet alt boyutunda gelir durumuna ilişkin fark, grup I ile grup II ($p<,05$) $Z= -3,109$, grup I ile grup III ($p<,05$) $Z= -3,775$, grup I ile grup IV ($p<,05$) $Z= -3,758$ ve grup I ile grup V ($p<,05$) $Z= -6,589$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup I’de yer alan (1000-2000 TL aralığında) katılımcılardan kaynaklanmaktadır. Vücut ve dış görünüm alt boyutunda gelir durumuna ilişkin fark, grup II ile grup V ($p<,05$) $Z= -3,723$, grup III ile grup V ($p<,05$) $Z= -3,053$, grup IV ile grup V ($p<,05$) $Z= -2,521$, grup I ile grup IV ($p<,05$) $Z= -2,565$ ve grup I ile grup V ($p<,05$) $Z= -2,568$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup I ve grup V’te yer alan (1000-2000 TL ve 5001 TL ve üzeri) katılımcılardan kaynaklanmaktadır. Sosyal ve eğlence alt boyutunda gelir durumuna ilişkin fark, grup I ile grup II $Z= -2,082$, grup I ile grup III ($p<,05$) $Z= -2,001$, grup I ile grup IV ($p<,05$) $Z= -2,914$, grup I ile grup V ($p<,05$) $Z= -3,866$, grup II ile grup V ($p<,05$) $Z= -2,095$ ve grup III ile grup V

($p<,05$) $Z= -2,043$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup I ve grup V'te yer alan (1000-2000 TL ve 5001 TL ve üzeri) katılımcılardan kaynaklanmaktadır. Beceri gelişimi alt boyutunda gelir durumuna ilişkin fark, grup I ile grup II ($p<,05$) $Z= -3,629$, grup I ile grup III ($p<,05$) $Z= -2,899$, grup I ile grup IV ($p<,05$) $Z= -4,049$, grup I ile grup V ($p<,05$) $Z= -4,937$ ve grup III ile grup V ($p<,05$) $Z= -2,056$ olarak bulunmuştur. Farklılık grup I ve grup V'te yer alan (1000-2000 TL ve 5001 TL ve üzeri) katılımcılardan kaynaklanmaktadır.

Rekreasyonel spor faaliyetlerine katılımında motive eden sağlık, rekabet, vücut ve dış görünüm, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi değişkenleri arasındaki ilişki verilerin normal dağılım göstermemesi nedeniyle Spearman korelasyon analizi yapılarak belirlenmiştir. Yapılan Spearman korelasyon analizi sonuçları Tablo 12'de verilmiştir.

Tablo 12:Değişkenlere ilişkin Spearman Korelasyon analizi sonuçları

Boyutlar	Boyut	n	r	P
Sağlık	Rekabet	700	.213	.000
Sağlık	Vücut ve Dış Görünüm	700	.352	.000
Sağlık	Sosyal ve Eğlence	700	.275	.000
Sağlık	Beceri Gelişimi	700	.396	.000
Rekabet	Vücut ve Dış Görünüm	700	.484	.000
Rekabet	Sosyal ve Eğlence	700	.529	.000
Rekabet	Beceri Gelişimi	700	.574	.000
Vücut ve Dış Görünüm	Sosyal ve Eğlence	700	.258	.000
Vücut ve Dış Görünüm	Beceri Gelişimi	700	.497	.000
Sosyal ve Eğlence	Beceri Gelişimi	700	.622	.000

Tablo 12'de sağlık ile rekabet değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan Spearman korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 21,3 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) çok zayıf bir ilişki bulunmuştur. Buna göre sağlık değişkeninin puanı arttıkça rekabet değişkeninin de puanı artmaktadır. Sağlık ile vücut ve dış görünüm değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 35,2 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) zayıf bir ilişki bulunmuştur. Buna göre sağlık değişkeninin puanı arttıkça vücut ve dış görünüm değişkeninin de puanı artmaktadır. Sağlık ile sosyal ve eğlence değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 27,5 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) zayıf bir ilişki bulunmuştur. Buna göre sağlık değişkeninin puanı arttıkça sosyal ve eğlence değişkeninin de puanı artmaktadır. Sağlık ile beceri gelişimi değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 39,6 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) zayıf bir ilişki bulunmuştur. Buna göre sağlık değişkeninin puanı arttıkça beceri gelişimi değişkeninin de puanı artmaktadır.

Rekabet ile vücut ve dış görünüm değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 48,4 düzeyinde pozitif yönde anlamlı

($p=,000<,05$) zayıf bir ilişki bulunmuştur. Buna göre rekabet değişkeninin puanı arttıkça vücut ve dış görünüm değişkeninin de puanı artmaktadır. Rekabet ile sosyal ve eğlence değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 52,9 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) orta bir ilişki bulunmuştur. Buna göre rekabet boyutunun puanı arttıkça sosyal ve eğlence boyutunun puanı da artmaktadır. Rekabet ile beceri gelişimi değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 57,4 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) orta bir ilişki bulunmuştur. Buna göre rekabet değişkeninin puanı arttıkça beceri gelişimi değişkeninin de puanı artmaktadır.

Vücut ve dış görünüm ile sosyal ve eğlence değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 25,8 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) çok zayıf bir ilişki bulunmuştur. Buna göre vücut ve dış görünüm değişkeninin puanı arttıkça sosyal ve eğlence değişkeninin de puanı artmaktadır. Vücut ve dış görünüm ile beceri gelişimi değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 49,7 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) orta bir ilişki bulunmuştur. Buna göre vücut ve dış görünüm değişkeninin puanı arttıkça beceri gelişimi değişkeninin de puanı artmaktadır.

Sosyal ve eğlence ile beceri gelişimi değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan korelasyon analizi sonucunda, puanlar arasında % 62,2 düzeyinde pozitif yönde anlamlı ($p=,000<,05$) orta bir ilişki bulunmuştur. Buna göre sosyal ve eğlence değişkeninin puanı arttıkça beceri gelişimi değişkeninin de puanı artmaktadır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bankacılık sektörü çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurlar ortalamalara göre sağlık, beceri gelişimi, sosyal ve eğlence vücut ve gelişim ve rekabet olarak sıralanmıştır. Sağlık ve vücut ve dış görünüm değişkenlerinde kadınların puan ortalamaları erkeklere göre daha fazlayken, rekabet, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimlerinde ise erkeklerin puan ortalamalarının kadınlarından daha fazla olduğu görülmektedir. Ayrıca yapılan Spearman korelasyon analizi sonucunda değişkenler arasında anlamlı pozitif bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir. Güngörmüş ve arkadaşları (2014) yaptıkları çalışmada rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden faktörlerden sağlık faktörünün ilk sırada, beceri gelişimini ikinci, vücut ve dış görünüm faktörünü üçüncü, sosyal ve eğlence

faktörünü dördüncü, rekabet faktörünün ise son sırada yer aldığı sonucuna ulaşmıştır. Öztürk ve arkadaşları (2012) yaptıkları çalışmada Güngörmüş ve arkadaşlarının çalışmalarını destekler sonuca ulaşmışlardır.

Bankacılık sektöründe çalışanlarını rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive eden unsurların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve gelir durumu değişkenlere göre farklılaştığı sonucuna varılmıştır. Genel olarak anketi oluşturan beş alt boyutta anlamlı farklılıklar gözlemlendiği ancak, bu anlamlı farklılıkların daha çok rekabet, vücut ve dış görünüm ve beceri gelişimi alt boyutlarında olduğu belirlenmiştir.

Araştırma tabakalı örnekleme yöntemine göre oluşturularak dağılımı yapılan ve ülkemizdeki 51 bankada çalışan 700 kişi üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonucuna göre cinsiyet değişkeniyle rekabet, vücut ve dış görünüm, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Rekabet, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi alt boyutlarında erkeklerin, vücut ve dış görünüm değişkeninde ise kadınların yönelimlerinin olduğu bulunmuştur. Güngörmüş ve arkadaşları yaptığı çalışmada sağlığa kadınların daha fazla, rekabete ise erkeklerin daha fazla önem verdiğini belirlemiştir. Öztürk ve arkadaşları (2012) yapmış olduğu çalışmada kadınların egzersize güdülenme yönelimlerinin sağlık, erkeklerin ise rekabet değişkeni olduğunu bulmuştur. Jackson ve Henderson (2002) yaptıkları çalışmada bayanların erkeklere göre zaman, bilgi eksikliği ve para gibi faktörler nedeniyle rekreasyonel etkinliklere katılmakta zorlandıkları veya daha düşük düzeyde katıldıkları belirlenmiştir (Aktaran; Mutlu ve ark., 2011). Çoruh (2013) yaptığı çalışmada üniversite öğrencilerinin rekreasyonel eğilimleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımına engel olan faktörlerle ilgili yapmış olduğu çalışmada kız ve erkek öğrencilerin rekreasyonel faaliyetlere katılımında ulaşım sorunun önemli bir etken olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Yaş değişkeniyle rekreasyonel spor faaliyetlerine katılımda motive eden rekabet, vücut ve dış görünüm ve beceri gelişimi alt boyutları arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir. 20-30 yaş aralığında yer alan kişilerin diğer yaş gruplarına göre daha fazla rekabet güdüsüyle faaliyetlere katıldığı, 41-50 yaş aralığında yer alan katılımcıların diğer yaş gruplarına göre daha az rekabet güdüsüyle faaliyetlere katıldığı belirlenmiştir. 20-30 yaş aralığında yer alan kişilerin diğer yaş gruplarına göre daha fazla vücut ve dış görünüm ve beceri gelişimi güdüsüyle faaliyetlere katıldığı, 41-50 yaş aralığında yer alan katılımcıların diğer yaş gruplarına göre daha az vücut ve dış görünüm ve beceri gelişimi güdüsüyle faaliyetlere katıldığı belirlenmiştir. Yaş değişkeniyle ilgili elde edilen sonuçlar rekabet, vücut ve dış görünüm ve beceri gelişimi alt

boyutlarının yaş ilerledikçe motivasyonda daha az etkili olduğu sonucunu ortaya koymaktadır. Öztürk ve arkadaşları (2012) yapmış oldukları çalışmada, yaş grupları açısından genç yetişkinlerin (21-30 yaş) diğer yaş gruplarına (31-40 yaş ve 41-50 yaş) göre daha fazla sağlık güdüsüyle egzersize katıldıkları sonucuna ulaşmıştır. 41-50 yaşındaki kişilerin ise diğer yaş gruplarına göre daha fazla rekabet güdüsüyle egzersize katıldıklarını bulmuştur. Güngörmüş ve arkadaşları (2014) yaptığı çalışmada ise rekabet, vücut ve dış görünüm ve beceri gelişimi değişkenlerinin yaş ilerledikçe motivasyonda daha az etkili olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Medeni durum değişkeniyle rekreasyonel spor faaliyetlerine katılımında motive eden vücut ve dış görünüm ve beceri gelişimi alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Medeni durum değişkeninde bekârların evlilere göre vücut ve dış görünüm ve beceri gelişimi yönelimlerinin daha fazla olduğu bulunmuştur. Araştırma sonuçlarımız literatürle kısmen benzerlikler göstermektedir. Güngörmüş ve arkadaşları (2014) yaptığı çalışmada bekâr katılımcıların rekabet, vücut ve dış görünüm, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi değişkenleri puanlarının evlilere göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Tsai (2005) yaptığı çalışmada bireylerin medeni durumlarına göre egzersize katılım düzeylerinin farklılaşmadığını belirlemiştir.

Eğitim durumu değişkeniyle rekreasyonel spor faaliyetlerine katılımında motive eden sağlık, rekabet, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi alt boyutları arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir. Ön lisans mezunu olan katılımcıların rekreasyonel spor faaliyetlerine daha fazla katılım gösterdikleri görülmektedir. Araştırma sonuçlarımız Droomers, Schrijvers ve Mackenbach (2001) yaptıkları çalışmada, eğitim düzeyi yüksek olan bireylerin sportif rekreasyona daha fazla katıldıklarını belirlediği çalışmanın sonuçlarıyla farklılık göstermektedir. Lindsay ve Ogle (1972) yaptıkları çalışmada serbest zaman değerlendirme davranışı meslek sahiplerinin prestijlerini gösterme alanı olarak da değerlendirilebilir. Bireyler eğitim düzeyinin artması ile beraber prestijleri yüksek konumlara ulaştıkça, serbest zaman yaratma ve bu zamanı gösterişli ve bireysel gelişmeler için kullanma isteğinde de artış görülebilir (Aktaran; Mutlu ve ark., 2011).

Gelir durumu değişkeniyle rekreasyonel spor faaliyetlerine katılımında motive eden rekabet, vücut ve dış görünüm, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi değişkenleri arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir. Gelir durumu değişkeniyle rekabet, vücut ve dış görünüm, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi değişkenleri arasında ters yönlü bir ilişki vardır. Ardahan (2013) yapmış olduğu çalışmasında gelir durumu değişkeniyle sağlık, rekabet, vücut ve dış

görünüm, sosyal ve eğlence ve beceri gelişimi değişkenleri arasında anlamlı farklılık bularak, rekabet ve sosyal ve eğlence değişkeniyle gelir durumu arasında ters yönlü doğrusal bir ilişki olduğunu belirtmiştir.

Bankacılık sektörünün hizmet sektörü ve müşteri odaklı bir anlayışa sahip olması nedeniyle çalışanlarının zinde ve sağlıklı olması gerekmektedir. Bu zinde ve sağlıklı olma durumu ise en kolay ve en hızlı sportif rekreasyonel faaliyetlerle sağlanabilmektedir. Çalışanlar rekreasyonel spor faaliyetlerine katılmaya motive edilmeli ve bu yönde çalışmalar yapılmalıdır. Çalışanları rekreasyonel spor faaliyetlerine motive eden unsurlara etki eden değişkenler belirlenerek, bu değişkenlerle ilgili çözümler üretilmelidir.

Gelecekte bu konuda araştırma yapacak araştırmacılar sportif rekreasyonel faaliyetlere katılmaya motive eden unsurların iş doyumunu, yaşam doyumunu, yaşam kalitesi ve çalışan performansını nasıl etkilediği gibi konulara dikkat etmeleri yapacakları çalışmalarına önemli katkı sağlayacaktır. Yapılan anketler sonucu elde edilen verilerle bu çalışmanın sonucu elde edilen verilerin karşılaştırılması sportif rekreasyonel faaliyetlere katılmaya motive eden unsurların farklılık gösterme durumlarıyla ilgili daha net bilgilere ulaşılmasını sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

- Adair, J. (2003). *Etkili Motivasyon: İnsanlardan En Yüksek Verimi Nasıl Alabilirsiniz?* (Çev.Ö. Çolakoğlu.). İstanbul: Babıalı Kültür Yayıncılığı.
- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S. ve Yıldırım, E. (2005). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri*. (3. Basım). Sakarya: Sakarya Kitabevi.
- Ardahan, F. (2013). Bireyleri rekreatif spor etkinliklerine motive eden faktörlerin remm ölçeğini kullanarak çeşitli demografik değişkenlere göre incelenmesi: Antalya örneği. *Pamukkale Journal of Sport Science*, 4 (2), 1-15.
- Biröl, S.S. ve Karaküçük, S. (2014). Sportif rekreasyon uygulama politikaları üzerine bir araştırma. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 16(27), 80-86.
- Can, H. (1997). *Organizasyon ve Yönetim* (4. Basım). Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Chase, A. (1996). *Recreation and Leisure Programming*. Dubuque, Iowa: Eddie Bowers Publishing.
- Droomers, M., Schrijvers, C.T.M., Mackenbach, J.P. (2001). Educational Level and Decreases in Leisure Time Physical Activity: Predictors from the Longitudinal Globe Study. *Journal of Epidemiol Community Health*, 55(8), 562-568.
- Drucker, P.F. (2003). *Geleceğin Toplumunda Yönetim*. (Çev: M. Zaman), İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Gök, S. (2009). Örgüt İkliminin Çalışanların Motivasyonuna Etkisi Üzerine Bir Araştırma. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 571.
- Güngörmüş, H.A., Yenel, F., Gürbüz, B. (2014). Bireyleri rekreasyonel egzersize güdüleyen faktörlerin belirlenmesi: demografik farklılıklar. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 373 – 386.
- Gürbüz, B, Aşçı, F.H., Çelebi, M.(2006). The reliability and validity of the turkish version of the recreational exercise motivation measure. *Proceedings of 9th International Sport Sciences Congress*, (ss.1044) Muğla: Gazi Üniversitesi.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., Dinç, Y. (2003). *Boş Zaman & Rekreasyon Yönetimi Örnek Animasyon Uygulamaları*, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Hazar, A. (2014). *Rekreasyon ve Animasyon*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Iwasaki, Y. (2007). Lesiureand quality of life in an international and multicultural context: what are major pathways linking leisure to quality of life. *Social Indicators Research*, 82, 233–264.
- Kayış, A. (2010). SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri.Ş. Kalaycı. (Eds) içinde, *Güvenilirlik Analizi* (ss.405). İstanbul: Asil Yayın Dağıtım.
- Lindsey, J.J, Ogle, R.A. (1972). Socioeconomic patterns of outdoor recreation use near urban areas. *Journal of Leisure Research*, 4(1). 19.

- Mull, F.R., Bayless, G.K., Jamiesson, L.Y. (1997). *Recreational Sport Management* (Fourth Edition), USA: Human Kinetics.
- Mutlu, İ., Yılmaz, B., Güngörmüş, H.A., Sevindi, T., Gürbüz, B. (2011). Bireyleri rekreasyonel amaçlı egzersize motive eden faktörlerin çeşitli değişkenlere göre karşılaştırılması. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(1), 54-61.
- Roberts, M., & Harris, G.T. (2009). Wellness at work. *Psychology Today*, 23(5), 54-58.
- Robins, S.P. (2003). *Organizational behavior*. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Rogers, H., & Morris, T. (2003). An Overview of the Development and Validation of the Recreational Exercise Motivation Measure (REMM), *11th European Congress of Sport Psychology. Congress Proceedings Book* (pp.144), Copenhagen.
- Şahin, İ. ve Kocabulut, Ö. (2014), Sportif rekreasyon aktivitelerine düzenli katılımı engelleyen faktörlerin incelenmesi: Akdeniz üniversitesi turizm fakültesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 1(2), 46-67.
- Öztürk, P., Koca, C. ve Gürbüz, B. (2012). Sosyal fizik kaygı ve rekreasyonel egzersize güdülenme arasındaki ilişkinin incelenmesi. *I.Rekreasyon Araştırmaları Kongresi*, 605.
- Tsai, E.H. (2005). A cross-cultural study of influence of perceived positive outcome on participation in regular active recreation: Hong Kong and Australian university students. *Leisure Sciences*, 27(5), 385-404.
- Türkiye Bankalar Birliği. (2014). *Türkiye’de Bankacılık Sistemi, Banka, Şube ve Personel Sayıları Raporu*.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2005). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

Mobbing Davranışlarının Amatör Futbolcuların Tükenmişliğine Etkisi***The Effect of Mobbing Behaviors on Amateur Footballers' Burnout****ORİJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH**

Bekir S. Yıldız^{1†},
Abdurrahman Kepoğlu²,
Süleyman M. Yıldız³

¹Muğla Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü,
<http://orcid.org/0000-0003-3652-8985>

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
<http://orcid.org/0000-0003-0207-9288>

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
<http://orcid.org/0000-0002-5335-3593>

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 16.01.2018
Kabul Tarihi: 20.12.2018
Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Öz

Bu çalışmada, mobbing davranışlarının amatör futbolcuların tükenmişliği üzerine etkisi incelenmiştir. Bu çerçevede, ilk olarak futbolcuların mobbinge maruz kalma ve tükenmişlik düzeyleri belirlenmiştir. Daha sonra, demografik değişkenler ile mobbingin alt boyutları olan kişi ilişkili mobbing, iş ilişkili mobbing ve fiziksel korkutucu mobbingin futbolcuların duygusal/fiziksel tükenmesi, duyarsızlaşması ve başarıda düşüş hissi üzerine etkisi incelenmiştir. Veri toplama aracı olarak, mobbingi ölçmek için Olumsuz Davranışlar Ölçeği-Futbol, tükenmişliği ölçmek için Sporcu Tükenmişlik Ölçeği kullanılmıştır. Veriler Amatör Futbol Liginde yer alan oyunculardan (N=102) elde edilmiştir. Verilerin analizinde, betimleyici analiz, güvenilirlik, korelasyon ve regresyon analizi kullanılmıştır. Çalışmanın sonucunda amatör futbolcuların mobbing algısının ve tükenmişlik düzeylerinin düşük olduğu ve amatör futbol takımlarındaki mobbing davranışlarının futbolcuların tükenmişliğini anlamlı ve pozitif olarak etkilediği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Mobbing, Tükenmişlik, Amatör Futbolcu.

Abstract

This study was conducted in order to investigate the effect of mobbing behaviour on the burnout of amateur footballers. The study mainly looked into the exposure level of mobbing behaviors and levels of burnout of footballers and the effects of different dimensions of mobbing, namely as person-related mobbing, work-related mobbing and physically intimidating mobbing, on the emergence of emotional/physical exhaustion and devaluation as well as reduced sense of accomplishment among amateur footballers. To measure mobbing behaviour and burnout, NAQ-F (Negative Acts Questionnaire-Football) and ABQ (Athlete Burnout Questionnaire) scales were used. Data was gathered from a sample of amateur footballers (N=102) in the Amateur Football League, in Turkey. Descriptive statistic, reliability, correlation and regression analysis were utilized for the evaluation of data. The study showed that amateur footballers had low levels of mobbing perception and burnout, and mobbing behaviors had a significant and positive effect on amateur footballers' burnout.

Key Words: Mobbing, Burnout, Amateur Footballer.

*Bu çalışma Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında Bekir S. Yıldız tarafından hazırlanan "Mobbing Davranışlarının Amatör Futbolcuların Tükenmişliğine Etkisi" isimli yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

† Sorumlu yazar: Bekir S. YILDIZ, E-Mail: bekir_48_yldz@hotmail.com

GİRİŞ

Spor sektörü içerisinde futbolun yoğun ilgi görmesi, yaygınlığı, ekonomik ve sosyal hareketliliği futbol üzerine yapılacak araştırmaları zorunlu kılmaktadır. Dolayısıyla seyredenlere daha fazla zevk, heyecan ve sosyal getiri sağlaması, oynayanlara ise daha iyi statü ve ekonomik getiri sağlaması, futbolun sağlıklı şartlarda sürdürülmesine bağlıdır. Futbolun ana aktörleri futbolculardır. Dolayısıyla, futbolcuların iyi bir psikolojik yapıya sahip olması onların performanslarını artıracaktır. Yüksek performans, bir taraftan futbol oyununun kalitesini artırarak seyir zevkine katkı sağlayacak, diğer taraftan futbolculara çeşitli avantajlar sunacaktır. Bu noktada futbolcuların performanslarını düşürecek olgular birer problem olarak karşımıza çıkmaktadır. Mobbing davranışları ve mesleki tükenmişlik olguları da bu problemler içerisinde değerlendirilmektedir (Yıldız, 2015).

Mobbing bir işyerinde çalışanın, diğer bir çalışan veya çalışanlar tarafından kabadayılık yapılarak, hak etmediği ve ahlak dışı davranışlara maruz kalmasını ifade eden bir kavramdır. Mesleki tükenmişlik ise, iş ortamından kaynaklanan çeşitli streslere maruz kalan çalışanın zihinsel, duygusal ve fiziksel olarak tükenmesini ifade eden bir kavramdır. Literatürde, işyerinde mobbing ile mesleki tükenmişlik üzerine yapılmış araştırmalar oldukça yaygındır. Ancak gerek mobbing gerekse mesleki tükenmişlik üzerine futbolcular üzerinde yapılmış araştırmalar ise oldukça kısıtlıdır. Örneğin, İyem (2007) sadece mobbing konusunu profesyonel futbolda incelemiştir. Bu araştırmasında mobbing olgusunun profesyonel futbolda varlığını ortaya koymuştur. Mobbing ve tükenmişlik ilişkisini ele alan araştırmalara göz atıldığında, Yıldız'ın (2015) profesyonel futbolcular üzerinde, Karık ve Yıldız'ın (2015) kadın basketbolcular üzerinde yapmış oldukları araştırmalar dikkat çekmektedir. Her iki araştırma sonuçları mobbing davranışlarının sporcuların tükenmişlikleri üzerinde anlamlı etkileri olduğuna işaret etmektedir.

Futbolda amatör ve profesyonel olarak iki statü bulunmaktadır. Amatör futbol daha çok serbest zamanı kullanmak, haz almak vb. gibi nedenlerle yapılırken, profesyonel futbol para kazanmak amacıyla meslek olarak yapılmaktadır (Amman, 2000:104). Literatürde yapılan araştırmalara göz atıldığında, futbolcularda mobbing ve tükenmişlik ilişkisini inceleyen araştırmaların oldukça sınırlı olduğu görülmektedir. Dünyada ciddi derecede ilgi gören futbol sektöründe bu tür araştırmaların az olması bir problem olarak görülebilir. Çünkü, gerek mobbing davranışlarının gerekse mesleki tükenmişliğin çalışma hayatındaki insanların performansını düşürdüğü ile ilgili ciddi kanıtlar mevcuttur (Devonish, 2013; Demerouti, Bakker ve Leiter, 2014;

Ekici, 2011). Futbolda oyuncuların performansının olumsuz etkilenmesi, oyuncu ve kulüp açısından hem maddi (parasal) ve manevi (imaj, statü, haz vb.) kayıplara, hem de seyir zevki düşmüş durumlara neden olabilir. Futbolcularda yüksek performansa ulaşmanın yollarından birisinin de onları olumsuz etkileyebilecek durumları mümkün olduğunca ortadan kaldırmaktır. Bu çerçeveden bakıldığında, amatör futbolcular bağlamında mobbingin tükenmişliğe nasıl bir etki edeceğinin ortaya koyması açısından bu çalışma önem taşımaktadır. Dolayısıyla, spor yönetimi alanına katkıda bulunmak amacıyla, bu çalışmada mobbing davranışlarının amatör futbolcuların tükenmişliği üzerine etkisi incelenmiştir.

LİTERATÜR BİLGİLER

Mobbing

Örgüt içinde gerilime ve çatışmalı bir iklime yol açan tüm psikolojik faktörlerin birleşimi sonucunda ortaya çıkan, örgüt sağlığını bozan, çalışanların iş tatminini ve çalışma barışını olumsuz yönde etkileyen temel bir örgütsel sorun olan mobbing, bir işyerinde çalışanların, bir başka kişiyi ya da kişileri rahatsız edici, ahlak dışı ve sistematik söz ve davranışlarla taciz ettikleri; kısaca başkalarına karşı psikolojik şiddet uyguladıkları bir süreçtir. Yaygın amaç, örgütlerde istenmeyen ya da yıpratılmak istenen kişilere karşı baskılar yaparak, onların direnme gücünü yok edip, işten ayrılmalarına neden olmaktır (Tetik, 2010).

Kanun dışı şiddet uygulayan düzensiz kalabalık anlamına gelen mob sözcüğü Latince’de “ortalıkta toplanmak, saldırmak veya rahatsız etmek” anlamına gelmektedir (Davenport, Schwartz ve Elliot, 1999:20). Uluslararası literatür incelendiğinde mobbing kavramı “violence, psychological harassment, psychological terror, bullying” gibi kavramlarla da ifade edilirken, Türkiye’deki araştırmalarda “yıldıрма, psikolojik taciz, iş yeri terörü, zorbalık” adları ile ele alınmaktadır.

Literatür incelendiğinde işyerinde mobbing kavramının ilk defa İsveçli Bilim Adamı Heinz Leymann tarafından ele alındığı görülmektedir. Leymann (1996) yaptığı araştırmalarda iş yaşamında çalışanların (psikolojik, sosyal ve ekonomik sonuçları olan) bir takım olumsuz davranışlara maruz kaldığını tespit etmiştir. Daha sonraki araştırmalarında mobbing

davranışlarının aşamaları ve mobbinge maruz kalan çalışanlar üzerindeki psikolojik, sosyal ve ekonomik etkiler üzerinde durmuştur.

Leymann (1996) tanımladığı 45 ayrı mobbing davranışını özelliklerine göre beş grupta sınıflamıştır. Bunlar; kişinin saygınlığına saldırı, performansa yönelik saldırılar, iletişime yönelik saldırılar, sosyal koşullara yönelik saldırılar ve fiziksel saldırı tehdidi. Bu davranışlardan herhangi biri bir defaya mahsus ve sınırlı olmak üzere belli şartlardan dolayı ortaya çıkabilir. Buna mobbing demek doğru olmaz. Mobbing davranışının söz konusu olabilmesi için, daha önce de belirtildiği gibi, hedef gözetilmek suretiyle mobbinge giren birçok davranışın uzun süreli tekrarı gerekmektedir. Mobbing davranışlarını ölçmek amacıyla bir takım araştırmalar yapılmıştır. Leyman'ın (1996) 48 maddeli Leymann Inventory of Psychological Terror (LIPT), Neuman ve Keashly'in (2004) 60 maddeli Workplace Aggression Research Questionnaire (WAR-Q) ve Einarsen, Hoel ve Notelaers'in (2009) 22 maddeli Negative Acts Questionnaire-Revised (NAQ-R) ölçekleri örnek olarak verilebilir.

İşyerinde mobbingin belli bir nedeni yoktur; birçok faktör mobbingin ortaya çıkmasına kaynaklık edebilir. Başlangıçta iki taraf arasında bir anlaşmazlık olur. Hedef şahıs boyun eğmeyi reddettiği, kontrole direnç gösterdiği için öfkelenen ve kabadayılaşan mobber (mobbing uygulayan kişi) harekete geçer. Artık onun için tek amaç, ulaşılabilecek bir tek hedef vardır; o da kendisini rahatsız eden, tekerine çomak soktuğunu düşündüğü veya kendisinin aslında çıplak olduğunu gören hedefi zayıflatmak, yaptığına pişman edip kendisini yadsır hale getirmek, sonuçta yer değişmesini, mümkünse işten ayrılmasını sağlamaktır. Kurban (mobbinge maruz kalan kişi), yetenekleri ve kişiliği ile öne çıkıyor ise bu durum mobberi rahatsız eder; zira mağdurun yeteneği, mobberin yalan, iftira, göz boyama ve karalama üzerine kurduğu statüsünü sarsar. Bu durumda mobber bastığı dalın kesilmekte olduğu düşüncesiyle ve adeta can havliyle kurbanı saldırıya geçer (Tutar, 2015:143). Bu davranışların mağdurlara, mobberlere ve işletmelere bir takım sonuçları bulunmaktadır (Tınaz, 2006). İşyerinde mobbing davranışlarına maruz kalan mağdurlar ekonomik (örneğin, işten ayrılma), sosyal (örneğin, sosyal imajın zedelenmesi), ruhsal ve fiziksel sağlık (örneğin, depresyon) açısından negatif etkilenmektedir. Mobberler ise, davranışları sonucunda hukuksal olarak ciddi yaptırımlarla karşı karşıya kalmaktadırlar. Diğer taraftan, işletmeler yetenekli ve alanında uzmanlaşmış çalışanların işten ayrılması ile iş kalitesi ve genel performans düşüklüğü ile karşı karşıya kalmaktadırlar (Yıldız, 2017).

Literatürde mobbing konusunu ele alan araştırmalar oldukça yaygındır ve spor alanında da bir takım araştırmalar yapılmıştır. Ancak spor alanında yapılan araştırmalar oldukça kısıtlıdır (Salman ve Yalçındağ, 2017). Bu araştırmalara göre, diğer sektör alışanlarında görölen mobbing olgusunun varlığı sporcularda da söz konusudur (İyem, 2007; Salman ve Yalçındağ, 2017). Tüm araştırma sonuçları mobbing davranışlarının sporcuların performanslarını olumsuz etkilediğini vurgulamaktadır.

Mesleki Tükenmişlik

İlk kez iş ilişkili stres olarak ele alan klinik psikolog Herbert J. Freudenberger tükenmişlik kavramını “başarısız olma, yıpranma, enerji ve güç kaybı ya da karşılanamayan görev talepleri sonucu bireyin içsel kaynaklarında tükenme durumu” şeklinde tanımlamıştır (Freudenberger, 1974). Günümüzde en yaygın olan tanım Maslach’a aittir. Maslach (2003) tükenmişliği “işyerinde stresörlerin uzun etkileri ile ortaya çıkan bir psikolojik sendrom” olarak tanımlamıştır.

Tükenmişliği bir süreç olarak ele alan Maslach, duygusal tükenme, duyarsızlaşma ve kişisel başarıda düşüş hissi olarak üç boyutta incelemiştir. Maslach’a göre birbirinden farklı gibi görünen bu üç boyut temelde birbirleri ile ilişkilidir. Tükenmişlik, iş ortamındaki stres kaynaklarına yönelik tepki olarak çalışanda ilk duygusal tükenme ile başlar. Duygusal olarak yıpranan kişi işe ve çevresindekilere (alışma arkadaşları, müşterilere) karşı duyarsızlaşır. Duyarsızlaşan kişi, çalışma ortamındaki iş gereklerini karşılayamadığı ve yeteneğini tam olarak yansıtamadığı için başarıda düşüş hissine kapılır (Maslach ve Jackson, 1981).

Çalışanların mesleki tükenmişliğini etkileyen faktörler “bireysel ve sosyal faktörler” ile “iş ve çalışma ortamı ile ilgili faktörler” olarak ikiye ayrılabilir. Bireysel özellikler, bireyin sahip olduğu, bazı durumlarda tükenmişliğe zemin hazırlayan ya da tükenmişliği artıran, bazı durumlarda ise tükenmişliği ve etkilerini azaltıcı bir rol oynayan özellikleri ifade etmektedir. Tükenmişliği etkileyen bireysel ve sosyal özellikler arasında cinsiyet, yaş, eğitim, medeni durum, işte çalışma süresi, sosyal destek, kişilik ve beklentiler sayılmaktadır (Arı ve Bal, 2008). Çalışma ortamı ile ilgili faktörler, iş yoğunluğu, rol çatışması ve rol belirsizliği, işi-yükü kontrolü vd. faktörlerden oluşur. İş ortamında yoğun tempo ve stres altında çalışan bireyler tükenmişlikle karşı karşıya kalmaktadırlar. Yoğun gerilim altında çalışma bireylerin verdikleri hizmetin niteliğinde bozulmalara, bu da hem iş hem de aile yaşamını olumsuz etkilemektedir (Ok, 2012). Literatür,

çalışanların olumsuz etkilenecek performansının düşmemesi için işyerinde mesleki tükenmişliğin azaltılması gerektiğini ileri sürmektedir (Ekici, 2011).

Literatürde mesleki tükenmişlik konusunu ele alan araştırmalar oldukça yaygın olmakla birlikte, spor alanında tükenmişlik konusunu ele alan araştırmalar da mevcuttur. Ancak spor alanında daha çok antrenör tükenmişliğine (Biber, Ersoy, Acet ve Küçük, 2010) odaklanıldığı, buna karşın sporcu tükenmişliği (Kelecek ve Göktürk, 2017) bağlamında araştırmaların oldukça kısıtlı olduğu görülmektedir. Genel olarak araştırmalar tükenmişliğin çalışanların performansı üzerinde negatif etkisini vurgulasa da, sporcu tükenmişliği üzerine yapılacak araştırmaların fazlalaşması, tükenmişlik olgusunun sporcular üzerindeki etkilerinin daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma amatör futbol liglerinde mücadele eden futbolcular üzerinde genel tarama modelinden biri olan ilişkisel tarama modeline göre yürütülmüştür. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2005:77,81).

Veri Toplama Araçları

Çalışmada, mobbingi ölçmek için Yıldız (2015) tarafından futbola özgü olarak geliştirilen “Olumsuz Davranışlar Ölçeği-Futbol” kullanılmıştır. Bu ölçek 12 maddeli ve 3 alt boyutludur (kişi ilişkili mobbing, iş ilişkili mobbing, fiziksel korkutucu mobbing). Bu ölçme aracının psikometrik özelliklerine bakıldığında, aracın diğer araştırmalarda kullanılabilmesi için, gerekli ölçütleri karşılamada oldukça yeterli olduğu görülmektedir. Tükenmişliği ölçmek için Raedeke ve Smith (2001) tarafından geliştirilen “Sporcu Tükenmişlik Ölçeği” kullanılmıştır. Bu ölçek 15 maddeli ve 3 alt boyutludur (başarıda düşüş hissi, duygusal/fiziksel tükenme, duyarsızlaşma). Sporcu Tükenmişlik Ölçeği’nin Türkçe’ye uyarlama çalışması Kelecek, Kara, Çetinkalp ve Aşçı (2016) tarafından yapılmıştır. Bu ölçeğin uyarlamasının, orijinal model ve farklı kültür uyarlamaları ile iyi uyum gösterdiği saptanmıştır. Ölçeklerin geçerliliği daha önce yapılan araştırmalarda (Karık

ve Yıldız, 2015; Yıldız, 2015) test edildiğinden tekrar faktör analizi yapılmasına gerek görülmemiştir.

Her iki ölçek Likert tipi (1=Hiçbir zaman, 2=Nadiren, 3=Ara sıra, 4=Çoğu zaman, 5=Her zaman) beşli dereceden oluşmaktadır. Ölçekler önce Türkçe'ye çevrilerek alan uzmanlarına kontrol ettirilmiştir. Ardından olası anlaşılamayan yerlerin düzeltilmesi amacıyla 5 futbolcuya incelettirilmiştir. Küçük düzeltmeler yapıldıktan sonra ölçekler uygulama formu haline getirilmiştir.

Evren ve Örneklem

Amatör futbolcular araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Çalışma evreni ise Ege Bölgesidir. Örneklem ise Amatör Liglerde mücadele eden Didim Belediyespor, Bodrumspor, Ortaca Belediyespor, Ödemişspor ve Muğlaspor futbolcularıdır. Öncelikle kulüplerden izin alınarak futbolculara araştırmaya konu olan ölçek formları dağıtılmıştır. Dağıtılan ölçek formlarına iki hafta içerisinde yanıt vermeleri istenmiştir. Formlarının toplanmasında gizliliğe önem verilmiştir. Başlangıçta kulüplere dağıtılan toplam ölçek sayısı 125'tir. Daha sonra formların 104'ünün geri döndüğü tespit edilmiştir (ölçek formlarının geri dönüş oranı %83,2). Yapılan incelemelerde hatalı görülen 2 form analizlere dahil edilmemiş, tam olarak doldurulan 102 ölçek formu analiz için uygun bulunmuştur.

İstatistiksel Analiz

Ölçeklerin güvenirliliği için Cronbach alpha katsayısı hesaplanmıştır. Ardından değişkenler arasındaki ilişkilerin yönünü ve kuvvetini belirlemek için korelasyon analizi, mobbingin tükenmişlik boyutları üzerindeki etkisini tespit edebilmek için de çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Futbolcuların mobbing davranışına maruz kalma ile tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesinde aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Her iki değişkene yönelik değerlendirmeler ise şu puan aralıklarına göre yapılmıştır: 1,00-1,79 arası "hiçbir zaman"; 1,80-2,59 arası "nadiren"; 2,60-3,39 arası "ara sıra"; 3,40-4,19 arası "çoğu zaman"; 4,20-5,00 arası "her zaman".

BULGULAR

Demografik Özellikler

Demografik özellikler incelendiğinde futbolcuların çoğunun bekâr (%88,2) ve lise mezunu (%54,9) olduğu görülmektedir. Futbolcuların %64,7'si genellikle ilk 11'e girmekte, 30,4'ü genelde yedek kalmakta, %4,9'u ise genelde kadroda kendilerine yer bulamamaktadırlar. Futbolcuların yaş ortalamaları 23,3; şuan oynadığı kulüpte bulunma yılı 2,43; toplam futbol oynama yılı ise 10,16'dır (Tablo 1).

Tablo 1. Futbolcuların demografik özellikleri

Medeni Durum	f	%
Evli	12	11.8
Bekar	90	88.2
<i>Toplam</i>	102	100
Eğitim Durumu	f	%
Lise	56	54.9
Üniversite	46	45.1
<i>Toplam</i>	102	100
Takımdaki Pozisyon Durumu	f	%
Genelde ilk 11'e girerim	66	64.7
Genelde yedek kalırım	31	30.4
Genelde kadroda yer alamam	5	4.9
<i>Toplam</i>	102	100
Diğer Değişkenler	X (yıl)	SS
Yaş	23.3	4.52
Şu an oynadığı kulüpte bulunma yılı	2.43	1.70
Toplam futbol oynama yılı	10.16	3.71

Güvenirlilik Analizi Sonuçları

Çalışmada kullanılan Olumsuz Davranışlar Ölçeği-Futbol'un Cronbach alpha katsayısının 0,760 olduğu tespit edilmiş olup, bu sonuç ölçeğin "oldukça güvenilir" olduğunu göstermektedir (Alt boyutlar; kişi ilişkili mobbing=0,757, iş ilişkili mobbing=0,705, fiziksel korkutucu mobbing=0,684). Çalışmada kullanılan diğer ölçek olan Sporcu Tükenmişlik Ölçeğinin Cronbach alpha katsayısı ise 0,873 olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç ölçeğin "yüksek derecede güvenilir" olduğunu göstermektedir (Alt boyutlar; başarıda düşüş hissi=0,746, duygusal/fiziksel tükenme=0,692, duyarsızlaşma=0,714) (Özdamar, 1999:522).

Korelasyon Analizi Sonuçları

Korelasyon analizine göre, tükenmişliğin bağımsız değişkenler ile herhangi bir ilişkisi bulunmamaktadır. Diğer taraftan tükenmişliğin mobbing ve alt boyutları ile ilişkisi bulunmaktadır. Buna göre tükenmişliğin, mobbing ($r=0,411$; $P<0,01$), kişi ilişkili mobbing ($r=0,312$; $P<0,01$), iş ilişkili mobbing ($r=0,311$; $P<0,01$) ve fiziksel korkutucu mobbing ($r=0,345$; $P<0,01$) ile anlamlı ve pozitif ilişkisi söz konusudur. Tükenmişliğin bu değişkenlerle ilişkisinin “orta düzeyde” olduğu söylenebilir (Tablo 2).

Tablo 2. Korelasyon analizi

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Yaş	1									
2. Şuanki kulüpte oynama yılı	-.043	1								
3. Toplam futbol oynama yılı	.780**	.015	1							
4. Kişi ilişkili mobbing	-.273**	-.208*	-.159	1						
5. İş ilişkili mobbing	-.151	-.110	-.255**	.505**	1					
6. Fiziksel korkutucu mobbing	.288**	-.251*	.203*	.292**	.401**	1				
7. Duygusal/fiziksel tükenme	.139	.096	.057	.229*	.229*	.225*	1			
8. Duyarsızlaşma	.158	.099	-.033	.125	.240*	.243*	.720**	1		
9. Başarıda düşüş hissi	.101	.019	.082	.416**	.321**	.396**	.670**	.470**	1	
10. Mobbing	-.097	-.235*	-.122	.802**	.842**	.672**	.292**	.255**	.481**	1
11. Tükenmişlik	.151	.078	.044	.312**	.311**	.345**	.908**	.828**	.853**	.411**

* $P<0,05$; ** $P<0,01$

Futbolcuların Mobbing ve Tükenmişlik Düzeyleri

Tablo 3'e göre, amatör futbolcuların mobbing davranışına maruz kalmalarının oldukça düşük olduğu görülmüştür. Mobbing boyutları içerisinde kişi ilişkili mobbing, iş ilişkili ve fiziksel mobbing davranışına göre daha yüksektir. Futbolcuların genel tükenmişlik düzeyleri de düşüktür. Futbolcular nadiren başarıda düşüş hissi yaşamaktadırlar.

Tablo 3. Futbolcuların mobbing ve tükenmişlik düzeyleri

Değişkenler		X	SS
Mobbing	Kişi ilişkili mobbing davranışına maruz kalma	1.61	.51
	İş ilişkili mobbing davranışına maruz kalma	1.44	.51
	Fiziksel korkutucu mobbing davranışına maruz kalma	1.24	.38
	Genel mobbing davranışına maruz kalma	1.43	.36
Tükenmişlik	Duyusal/fiziksel tükenme	1.53	.46
	Duyarsızlaşma	1.48	.51
	Başarıda düşüş hissi	1.84	.62
	Genel tükenmişlik	1.62	.46

Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenlerin Duyusal/Fiziksel Tükenme Üzerindeki Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Analizi

Yapılan çoklu regresyon analiz sonucunda, bağımsız değişkenlerden sadece “şuanki kulüpte oynama yılı” ($\beta=0,202$; $P<0,05$) duygusal/fiziksel tükenmeyi anlamlı olarak etkilemektedir. Diğer taraftan, mobbingin alt boyutlarından sadece “kişi ilişkili mobbing” ($\beta=0,261$; $P<0,05$) duygusal/fiziksel tükenmeyi anlamlı olarak etkilemektedir. “Kişi ilişkili mobbing” burada en fazla etkileycilik gücüne sahiptir (Tablo 4).

Tablo 4. Bağımsız değişkenlerin duygusal/fiziksel tükenme üzerindeki etkisine yönelik çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Standartlaştırılmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	t	P
	Beta	St.Hata	Beta		
Yaş	.033	.017	.323	1.946	.055
Şuanki kulüpte oynama yılı	.055	.027	.202	2.039	.044
Toplam futbol oynama yılı	-.019	.020	-.154	-.967	.336
Kişi ilişkili mobbing	.239	.110	.261	2.175	.032
İş ilişkili mobbing	.079	.111	.087	.716	.476
Fiziksel korkutucu mobbing	.125	.142	.103	.883	.379

$R^2=0,158$; Düzeltilmiş $R^2=0,105$; $F=2,974$; $P<0,05$

* $P<0,05$

Bağımsız Değişkenlerin Duyarsızlaşma Üzerindeki Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Analizi

Yapılan çoklu regresyon analiz sonucunda, bağımsız değişkenlerden “yaş” ($\beta=0,489$; $P<0,01$), “şuanki kulüpte oynama yılı” ($\beta=0,205$; $P<0,05$) ve “toplam futbol oynama yılı” ($\beta=-0,400$; $P<0,05$) duyarsızlaşmayı anlamlı olarak etkilemektedir. Diğer taraftan, mobbingin alt boyutlarından hiçbirinin duyarsızlaşmaya anlamlı etkisi yoktur. Bağımsız değişkenlerden “yaş” burada en fazla etkileycilik gücüne sahiptir (Tablo 5).

Tablo 5. Bağımsız değişkenlerin duyarsızlaşma üzerindeki etkisine yönelik çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Standartlaştırılmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	<i>t</i>	<i>P</i>
	Beta	St.Hata	Beta		
Yaş	.056	.019	.489	3.010	.003
Şuanki kulüpte oynama yılı	.062	.029	.205	2.112	.037
Toplam futbol oynama yılı	-.056	.022	-.400	-2.554	.012
Kişi ilişkili mobbing	.143	.119	.142	1.205	.231
İş ilişkili mobbing	.102	.121	.101	.847	.399
Fiziksel korkutucu mobbing	.206	.154	.153	1.338	.184

$R^2=0,190$; Düzeltilmiş $R^2=0,139$; $F=3,714$; $P<0,01$

* $P<0,05$; ** $P<0,01$

Bağımsız Değişkenlerin Başarıda Düşüş Hissi Üzerindeki Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Analizi

Yapılan çoklu regresyon analiz sonucunda, bağımsız değişkenlerden sadece “şuanki kulüpte oynama yılı” ($\beta=0,180$; $P<0,05$) başarıda düşüş hissini anlamlı olarak etkilemektedir. Diğer taraftan, mobbingin alt boyutlarından “kişi ilişkili mobbing” ($\beta=0,392$; $P<0,01$) ve “fiziksel korkutucu mobbing” ($\beta=0,261$; $P<0,05$) başarıda düşüş hissini anlamlı olarak etkilemektedir. “Kişi ilişkili mobbing” burada en fazla etkileycilik gücüne sahiptir (Tablo 6).

Tablo 6. Bağımsız değişkenlerin başarıda düşüş hissi üzerindeki etkisine yönelik çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Standartlaştırılmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	<i>t</i>	<i>P</i>
	Beta	St.Hata	Beta		
Yaş	.024	.021	.176	1.167	.246
Şuanki kulüpte oynama yılı	.066	.033	.180	1.995	.049
Toplam futbol oynama yılı	-.006	.025	-.034	-.235	.814
Kişi ilişkili mobbing	.482	.134	.392	3.593	.001
İş ilişkili mobbing	.068	.136	.056	.501	.618
Fiziksel korkutucu mobbing	.426	.173	.261	2.459	.016

$R^2=0,302$; Düzeltilmiş $R^2=0,258$; $F=6,866$; $P<0,001$

* $P<0,05$; ** $P<0,01$

Bağımsız Değişkenlerin Tükenmişlik Üzerindeki Etkisine Yönelik Çoklu Regresyon Analizi

Yapılan çoklu regresyon analiz sonucunda, bağımsız değişkenlerden “yaş” ($\beta=0,371$; $P<0,05$) ile “şuanki kulüpte oynama yılı” ($\beta=0,226$; $P<0,05$) tükenmişliği anlamlı olarak etkilemektedir. “Yaş” burada en fazla etkileyicilik gücüne sahiptir. Diğer taraftan, mobbingin alt boyutlarından sadece “kişi ilişkili mobbing” ($\beta=0,318$; $P<0,01$) tükenmişliği anlamlı olarak etkilemektedir (Tablo 7).

Tablo 7. Bağımsız değişkenlerin tükenmişlik üzerindeki etkisine yönelik çoklu regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Standartlaştırılmamış Katsayılar		Standartlaştırılmış Katsayılar	<i>t</i>	<i>P</i>
	Beta	St.Hata	Beta		
Yaş	.038	.016	.371	2.392	.019
Şuanki kulüpte oynama yılı	.061	.025	.226	2.439	.017
Toplam futbol oynama yılı	-.027	.019	-.217	-1.451	.150
Kişi ilişkili mobbing	.288	.102	.318	2.837	.006
İş ilişkili mobbing	.083	.103	.092	.810	.420
Fiziksel korkutucu mobbing	.252	.131	.209	1.924	.057

$R^2=0,264$; Düzeltilmiş $R^2=0,218$; $F=5,689$; $P<0,001$

* $P<0,05$; ** $P<0,01$

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın sonucu, amatör futbolcuların mobbing algılarının ve tükenmişlik düzeylerinin oldukça düşük olduğunu göstermektedir. Buna karşın, profesyonel futbolculara yönelik olarak yapılan diğer araştırmalarda hem mobbing algılama (İyem, 2007) hem de tükenmişlik (Yıldız, 2011) düzeylerinin amatör sporculara göre yüksek olduğu görülmektedir. Bunun sebebi, profesyonel futbolun endüstri haline gelmesi, yüksek ödüllerin futbolcuları rekabete sokmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Diğer taraftan bu çalışmanın diğer sonucu, amatör futbol takımlarındaki mobbing davranışlarının futbolcuların tükenmişliğini anlamlı olarak etkilediğini ortaya koymaktadır. Diğer bir deyişle, mobbing davranışları futbolcuların tükenmişliğini artırmaktadır. Korelasyon analizine göre mobbing ile tükenmişlik arasındaki ilişkinin kuvveti orta düzeydedir (Cohen, 1988). Bu sonuçlara göre bu çalışma, literatürde yer alan diğer araştırma sonuçları ile benzerlikler göstermektedir (Karık ve Yıldız, 2015).

Diğer sektörlerde yapılan araştırmalara göre, mobbing davranışları çalışanların tükenmişliğini pozitif etkilemektedir (Albar ve Ofluoğlu, 2017). Son yıllarda spor sektöründe yapılan araştırmalarda da benzer sonuçlar görülmüştür. Türkiye Profesyonel Süper Liginde yapılan araştırmada, bazı futbolcuların takım arkadaşları ve yöneticiler tarafından mobbing davranışına maruz kaldıkları tespit edilmiştir (İyem, 2007). Profesyonel futbolcular üzerinde yapılan diğer bir araştırmada, mobbing davranışlarının futbolcuların tükenmişliğini anlamı ve pozitif etkilediği bulunmuştur (Yıldız, 2015). Yine futbolda, ancak antrenörler üzerinde yapılan başka bir araştırmada, antrenörler üzerinde negatif davranışlar tespit edilmiştir. Bu araştırma sonuçlarına göre, futbol kulüplerinde sportif beklentiler karşılanamadığı zaman, antrenörler kulüp menajerleri ve medyanın baskılarına maruz kalmakta, dolayısıyla bu durum antrenörleri negatif etkilemektedir. Ayrıca, negatif davranışlara daha çok genç antrenörler maruz kalmaktadır (Cengiz, Yenel ve Sunay, 2013). Mobbingin tükenmişliğe olan etkisi basketbol branşında da incelenmiştir. Türkiye Kadınlar Basketbol 1. Ligindeki basketbol takımlarında bulunan oyuncular üzerinde gerçekleştirilen araştırmada, mobbing davranışları kadın basketbolcuların tükenmişliğini anlamlı ve pozitif yönde etkilediği bulunmuştur (Karık ve Yıldız, 2015). Yukarıdaki araştırmalarda da görüleceği üzere, bu çalışma diğer araştırmalarla benzerlik göstermektedir.

Bu çalışmada ayrıca, mobbingin alt boyutlarının tükenmişliğin alt boyutlarına olan etkileri ayrı ayrı incelenmiştir. *Duygusal/fiziksel tükenmenin* sadece “kişi ilişkili mobbing” ile bağımsız değişkenlerden sadece “şuanki kulüpte oynama yılı”ndan anlamlı olarak etkilendiği görülmüştür. Burada, kişi ilişkili mobbing davranışlarının futbolcuların duygusal/fiziksel tükenmesini artırdığı, ayrıca futbolcuların şuanki kulüpte oynama yılı arttıkça -mobbingden bağımsız olarak- futbolcuların duygusal/fiziksel tükenmesini artırdığı söylenebilir. Benzer şekilde, basketbol takımlarında bulunan oyuncular üzerinde gerçekleştirilen bir araştırmada, kişi ilişkili mobbing davranışlarının kadın basketbolcuların tükenmişliğini anlamlı ve pozitif yönde etkilediği bulunmuştur (Karık ve Yıldız, 2015). *Duyarsızlaşma* mobbingin alt boyutlarından hiçbirinden anlamlı olarak etkilenmezken, bağımsız değişkenlerden “yaş”, “şuanki kulüpte oynama yılı” ve “toplam futbol oynama yılı”dan anlamlı olarak etkilendiği görülmüştür. Mobbingden bağımsız olarak, futbolcuların yaşı ilerledikçe ve futbol oynama yılı arttıkça çevrelerine karşı daha fazla duyarsızlaşmaktadır. Bu durumun uzun yıllar aynı işi yapmanın verdiği yorgunluktan kaynaklandığı söylenebilir. *Başarıda düşüş hissi* mobbingin alt boyutlarından sadece “kişi ilişkili mobbing” ve “fiziksel korkutucu mobbing”den anlamlı olarak etkilenmektedir. Kişi ilişkili mobbing ile fiziksel korkutucu mobbinge maruz kalan futbolcular başarılarında düşüş hissine kapıldıkları söylenebilir. Ayrıca, başarıda düşüş hissi bağımsız değişkenlerden sadece “şuanki kulüpte oynama yılı”ndan etkilenmektedir. Futbolcuların tükenmişliğine genel olarak bakıldığında, tükenmişliğin mobbingin alt boyutlarından sadece “kişi ilişkili mobbing”den; bağımsız değişkenlerden ise sadece “yaş” ile “şuanki kulüpte oynama yılı”ndan anlamlı olarak etkilendiği görülmüştür. Buna göre futbolcuların yaşları ve mevcut takımında bulunma süresi arttıkça tükenmişlikleri de artmaktadır. Bunun sebebi, yaşın ve oynama yılının artması ile birlikte futbolcuların fiziksel ve zihinsel olarak beklenen iş yükünü kaldırmakta zorlanmaları olabilir. Profesyonel futbolcular üzerinde yapılan bir araştırmada, mobbing davranışlarının futbolcuların tükenmişliğini tüm alt boyutlarda anlamlı ve pozitif etkilediği bulunmuştur. Bununla birlikte, tükenmişliğin bağımsız değişkenlerden hiçbiri ile anlamlı bir ilişkisi görülmemiştir (Yıldız, 2015). Diğer araştırmaların sonuçları bu çalışma ile karşılaştırıldığında, farklılığın futbolcuların amatör ve profesyonel statüde olmalarından kaynaklandığı söylenebilir. Profesyonel futbolcuların mobbingten daha fazla etkilenmeleri, profesyonel futbolda para kazanmanın ön planda olmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Sonuç olarak bu çalışma, futbol takımlarında mobbing davranışlarının futbolcuların tükenmişliğini artıracaklarını ortaya koymaktadır. Futbol takımlarının sadece rakip takımlarla rekabeti söz konusu değildir, bunun yanında futbolcuların takım içerisinde aktif rol almak ve ön plana çıkmak istemeleri de takım içi rekabeti gündeme getirmektedir (Yıldız, 2015). Tükenmişliğin kişilerin performansını ciddi derecede düşürdüğü göz önüne alındığında, başarılı olmak isteyen futbol kulüplerinin yöneticileri ve antrenörleri takım içerisindeki mobbing davranışlarını önlemeleri ve bu tür davranış ortaya çıktığında engellemeleri gerekmektedir. Bunun için spor kulüplerinin tüm üyelerine yönelik mobbing farkındalığını yaratacak eğitimler verilmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Albar, B.Ö. ve Ofloğlu, G. (2017). Çalışma hayatında mobbing ve tükenmişlik ilişkisi. *HAK-İŞ Uluslararası Emek ve Toplum Dergisi*, 6(6), 538-550.
- Amman, M.T. (2000). Spor sosyolojisi. İçinde *Spor Sosyal Bilimler*, Ed: H.C. İkizler, İstanbul: Alfa Basım.
- Arı, G.S. ve Bal, E.Ç. (2008). Tükenmişlik kavramı: Bireyler ve örgütler açısından önemi. *Yönetim ve Ekonomi, Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi*, 15(1), 132-148.
- Biber, E., Ersoy, A., Acet, M. ve Küçük, V. (2010). Türk futbol antrenörlerinin tükenmişlik düzeylerinin değerlendirilmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 12(2), 134-143.
- Cengiz, R., Yenel, I.F. ve Sunay, H. (2013). A research on mobbing behaviors football trainers face in club environment. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 15(1), 88-94.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences*. (2nd Edition). NJ: Lawrence Erlbaum.
- Davenport, N., Schwartz, R.D. & Elliot, G.P. (1999). *Mobbing: Emotional abuse in the American workplace*. Ames, IA: Civil Society Publishing.
- Demerouti, E., Bakker, A., & Leiter, M. (2014). Burnout and job performance: The moderating role of selection, optimization, and compensation strategies. *Journal of Occupational Health Psychology*, 19(1), 96-107.
- Devonish, D. (2013). Workplace bullying, employee performance and behaviors: The mediating role of psychological well-being. *Employee Relations*, 35(6), 630-647.
- Einarsen, S., Hoel, H., & Notelaers, G. (2009). Measuring exposure to bullying and harassment at work: validity, factor structure and psychometric properties of the Negative Acts Questionnaire-Revised. *Work & Stress*, 23(1), 24-44.
- Ekici, S. (2011). Burnout levels of sport managers in provincial organizations of Turkish Youth and Sport General Directorate. *African Journal of Business Management*, 5(15), 7162-7164.
- Freudenberger, H.J. (1974). Staff burn-out. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- İyem, C. (2007). Futbolda mobbing: Sakaryaspor A.Ş. örneği. XV. Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi Bildiriler Kitabı, Sakarya, 919-938.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. 15. Baskı, Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kank, T. ve Yıldız, S.M. (2015). Mobbing davranışlarının kadın basketbolcuların tükenmişliği üzerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 12(2), 430-442.
- Keleş, S., Kara, F.M., Çetinkalp, Z.K. ve Aşçı, H. (2016). Sporcu tükenmişlik ölçeği'nin Türkçe uyarlaması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(4), 149-161.
- Keleş, S. ve Göktürk, E. (2017). Kadın futbolcularda sporcu bağlılığının sporcu tükenmişliğini belirlemedeki rolü. *Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 2(2), 162-173.
- Leymann, H. (1996). The content and development of mobbing at work. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 5(2), 165-184.
- Maslach, C., & Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.
- Maslach, C. (2003). Job burnout: New directions in research and intervention. *Current Directions in Psychological Science*, 12(5), 189-192.
- Neuman, J.H., & Keashly, L. (2004). Development of the Workplace Aggression Research Questionnaire (WAR-Q): Preliminary data from the workplace stress and aggression project. Paper presented at the annual meeting of the Society of Industrial and Organizational Psychology, Chicago.
- Ok, S. (2012). Banka çalışanlarının tükenmişlik düzeylerinin iş doyumunu, rol çatışması, rol belirsizliği ve bazı bireysel özelliklere göre incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(21), 57-67.

- Özdamar, K. (1999). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi*. Eskişehir: Kaan Kitapevi.
- Raedeke, T.D., & Smith, A.L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 281-306.
- Salman, M.N., ve Yalçındağ, S. (2017). Sporda mobbing uygulamaları ve sporcuların mobbing algılama düzeylerinin tespiti. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(6), 2479-2490.
- Tetik, S. (2010). Mobbing kavramı: Birey ve örgütler açısından önemi. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 12(18), 81-89.
- Tınaz, P. (2006). İşyerinde psikolojik taciz (mobbing). *Çalışma ve Toplum*, 4, 13-28.
- Tutar, H. (2015). *Mobbing. Nedenleri ve başa çıkma stratejileri: Kuramsal yaklaşım*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Yıldız, S.M. (2011). Relationship between leader-member exchange and burnout in Professional footballers. *Journal of Sport Sciences*, 29(14), 1493-1502.
- Yıldız, S.M. (2015). The Relationship between bullying and burnout: An empirical investigation of Turkish professional football players. *Sport, Business and Management: An International Journal*, 5(1), 6-20.
- Yıldız, S.M. (2017). *Örgütsel davranış Seçme konular*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Spor Bilimleri Alanında Eğitim Gören Üniversite Öğrencilerinin Sportmenlik Davranışları ile Saygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Relationship between Sportsmanship Behaviors and Respect Levels of University Students in Sport Sciences

ORJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Yakup KOÇ^{1†}

Emrah SEÇER²

¹Erzincan Binali Yıldırım
Üniversitesi, Erzincan,
<https://orcid.org/0000-0003-0141-7177>

²Erzincan Binali Yıldırım
Üniversitesi, Erzincan,
<https://orcid.org/0000-0002-6683-680X>

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 24.01.2018

Kabul Tarihi: 20.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Öz

Bu araştırmanın amacı; spor bilimleri alanında eğitim gören üniversite öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile saygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma grubunu 2016-2017 eğitim-öğretim yılında spor bilimleri alanında öğrenimlerine devam eden 302 üniversite öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmada Koç (2013) tarafından geliştirilen “Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Ölçeği (BEDSÖ)” ile Yazıcı & Yazıcı (2015) tarafından geliştirilen “Saygı Ölçeği” ve araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Öğrencilerin ölçeklerden aldığı puanlar bağımsız değişkenlere göre incelenmiştir. Ayrıca öğrencilerin sportmenlik değerleriyle saygı düzeyleri arasındaki ilişkiye (Pearson) bakılmıştır. Ölçeklerin üniversite öğrencileri için geçerli ve güvenilir ölçekler olduğu anlaşılmıştır. Öğrencilerin sportmenlik davranışlarının ve saygı düzeylerinin cinsiyetlerine (kadınlar lehine) ve sınıf düzeylerine (1 ve 4. sınıflar lehine) göre bazı boyutlarda anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Ölçek puanlarının öğrencilerin üniversite takımlarında oynamalarına, aktif spor yapmalarına ve yaptıkları branş türlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Öğrencilerin sportmenlik davranışlarıyla saygı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Üniversitede öğrencilerin saygı düzeylerini geliştirmeye yönelik etkinlikler uygulamanın öğrencilerin sportmenlik davranışlarını geliştirmede faydalı olacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri, sportmenlik davranışı, saygı düzeyi, fair play

Abstract

The purpose of this study is to examine relationship between sportsmanship behaviors and respect levels of university students in sport sciences. The research group consisted of 302 university students who continued their education in sport sciences in 2016-2017 academic year. “Physical Education Course Sportsmanship Behavior Scale” (PECSBS) developed by Koç (2013), “Respect Scale” developed by Yazıcı & Yazıcı (2015) and personal information form created by the researcher were utilized in the study. The scores obtained by the students from the scales were examined according to the independent variables. In addition, the relationship between sportsmanship values and respect levels for the students was examined (Pearson). It was found that the scales was valid and reliable and could be used for university students. Sportsmanship behaviors and respect levels significantly differed according to the gender of the students (in favor of the girls) and the grade (in favor of 1st and 4th grades). It was understood that the scale scores of the students are not significantly different according to playing in university teams, actively doing sports and the type of sports. It was found total sportsmanship behaviors are significantly related to total respect levels positively. It is believed that the implementation of activities aimed at improving the level of respect of students in university will be helpful in improving sportsmanship behaviors of students.

Keywords: Sport sciences, sportsmanship behavior, level of respect, fair play

* Bu çalışma, Uluslararası 9. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi’nde (19-22 Ekim 2017) aynı adla sözlü bildiri olarak sunulmuştur.

†Sorumlu yazar: Yakup Koç, ykoc79@gmail.com

GİRİŞ

Sportmenlik kavramı tanımlarına bakıldığında insan onuruna gösterilen saygının ifadesi olarak ortaya çıkmış, beden eğitimi ve sporun her aşamasında ve her türünde hakça ve dürüstçe oyun oynama olarak kendini kabul ettirmiştir (Pehlivan, 2004). Sportmenlik, spor geleneğinin bir parçasıdır. Sporda sık sık referansın yapılan bir terim olmasına karşın tanımlamadan ziyade içeriği ile ilgili kısa açıklamalar verilmektedir. Sportmenlik ve onun spor ve ahlak ile ilişkisi yaygın olarak varsayılsa da karmaşık yapısı nedeniyle tanımlama yapılması pek tercih edilmemektedir (Arnold, 1998). Spor ortamında ahlaki idealleri ifade etmek için kullanılan sportmenlik kavramı için farklı bakış açılarıyla değişik tanımlamalar yapılmıştır. Shields & Bredemeier, (1995), sportmenliği ahlaki hedeflerin ışığında rekabetçi oyun dürtüsünü düzenleme erdemi olarak tanımlar. Keating (2007), sportmenliğin doğruluk, sabır, öz kontrol, öz saygı, adalet, bağışlama, büyüklük ve nezaket gibi özellikleri içerdiğini vurgulamıştır. Başka bir kaynakta sportmenlik, spor ve aktiviteyi adalet, ahlak, saygı ve arkadaşlık gibi uygun davranışlarla güzelleştirme istek ve kültürü olarak tanımlanmıştır (Ellis, Henderson, Paisley, Silverberg & Wells, 2004).

Beden eğitimi ve spor faaliyetlerinde sportmenlik davranışının daha iyi anlaşılacak içeriğinin net olarak ortaya konması sportmenlik davranışını geliştirmeye yönelik programlara yol gösterecektir. Literatüre bakıldığında sportmenliğin bazı kişilik özellikleri ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Sportmenliğin empati (Balçıkanlı & Yıldırım, 2011; Koç, 2017b), sabır (Koç, 2017a), şiddet eğilimi (Koç, 2017b), saldırganlık (Koç & Güllü, 2017), gibi kişilik özellikleri ile yakın ilişkili olduğu ortaya konmuştur. Sportmenlik kavramı ne kadar iyi anlaşılırsa sportmenliği geliştirici uygulamalar da o kadar etkili olacaktır. Bu açıdan sportmenlik tüm yönleriyle ele alınmalı ve kuramsal çalışmalar çoğaltılmalıdır.

Sportmenliğin kişilik özelliklerinden saygı davranışı ile ne derece ilişkili olduğu yeterince araştırılmadığı görülmüştür. Oysa spor sahalarında sportmenlik ve Fair play'e yönelik materyallere bakıldığında bireyin saygı davranışına vurgu yapıldığı görülmektedir. Bu kavramların tanımlarında da bireyin saygı davranışına atıfta bulunmaktadır. Örneğin; Valerand ve arkadaşları geliştirdikleri ve Türkçe'ye de çevrilen sportmenlik yönelimi ölçeğinde sportmenliğin 6 boyuttan 4'ünü "saygı" adıyla nitelendirmiştir (Vallerand, Briere, Blanchard & Provencher, 1997). Diğer taraftan FIFA'da resmi kampanyalarında Fair play ile saygı kavramını (respect) beraber kullanmaktadır (www.fifa.com, 2017).

Sözlükler saygı ile ilgili sayısız sayıda tanımlamalar yapmaktadır (Hendrick, Hendrick, & Zacchilli, 2011). Saygı, sadece temel değerlerden biri değil, aynı zamanda birçok değer de temelidir (Loomans & Loomans, 2005). Saygı, insanın kendi kişiliğiyle başkalarının kişiliğinin arasındaki sınırı bilip o sınırı aşmaması, kendi aleyhine dahi olsa başkasının hakkına, hukukuna özen göstermesidir (Demircan, 2017). Literatürde saygıyı kuramsal olarak inceleyen az da olsa bazı çalışmalar mevcuttur. Bu çalışmalardan birinde Yazıcı & Yazıcı (2015), saygının evrensel değerlerin anlaşıldığı kozmopolitan saygı ve yerel değerlerin vurgulandığı komüniteryan saygı olarak iki boyuttan oluştuğunu öne sürerek aynı adlardan oluşan iki boyutlu saygı ölçeği geliştirmişlerdir. Evrenselci (cosmopolitan) ve cemaatçi (communitarian) düşünme biçimleri son otuz yıl ahlak ve siyaset felsefesi literatüründe yer alan iki yaklaşımdır. Evrensel düşünme tarzı ifade özgürlüğünü savunarak, insanlar arasında her türlü eşitliği benimseyerek, cezaya taraf değildir. Demokratik ve eşitlikçi yaşam anlayışını önemsemektedir. Yerel düşünce tarzı ise insanlar açısından kurtuluşu ve çareleri, kendi toplumu içerisinde arayarak topluma ait olan her şeye önem verir (Türk, 2009).

Sportmenlik ve fair-play alanında yapılan çalışmalarda doğrudan sportmenlik ve saygı davranışları arasındaki ilişkinin boyutunu araştıran bir çalışmaya Koç ve Yeniçeri'nin (2017) lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışma haricinde rastlanılmamıştır. Dolayısıyla sportmenlik ile saygı arasındaki ilişki düzeyinin incelenmesine daha fazla ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

Spor bilimleri alanında eğitim gören üniversite öğrencilerinde kullanılacak sportmenlik ölçeği bulunmaması eksiklik olduğu düşünülmektedir. Özellikle spor bilimleri eğitimi alan lisans öğrencileri için uygulanacak etkinliklerde sportmenlik ile ilişkili kişilik özelliklerinin bilinmesi etkinliklerin başarı şansını arttıracaktır. Ayrıca sportmenlik ölçeğinin üniversitede okuyan spor bilimleri öğrencileri için de kullanılabilirliğinin anlaşılması, ölçeğin sportmenlik davranışı ile ilgili araştırmalarda kullanılabilmesini sağlayacaktır.

Bu araştırmanın ana amacı; spor bilimleri alanında eğitim gören üniversite öğrencilerinin sportmenlik davranışları ile saygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve öğrencilerin saygı seviyesinin öğrencilerin sportmenlik davranışlarını ne ölçüde yordadığını ortaya koymaktır. Ayrıca araştırmanın alt amaçlarını öğrencilerin ölçeklerden aldığı puanların bağımsız değişkenlere göre (cinsiyet, sınıf, üniversite takımlarında oynama, aktif spor yapma ve yapılan branş türü) incelenmesi oluşturmuştur.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem iki ve daha fazla değişken arasında birlikte ortaya çıkan değişimi ve/veya derecesini tespit etmeyi hedefleyen araştırma yöntemidir (Karasar, 2003).

Çalışma Grubu

Araştırma grubunu 2016-2017 eğitim-öğretim yılında spor bilimleri alanında 2 farklı üniversitede (Erzincan Üniversitesi ve Karadeniz Teknik Üniversitesi) öğrenimlerine devam eden ve seçkisiz örneklem yoluyla seçilen 302 üniversite öğrencisi (97 kadın, 205 erkek) oluşturmuştur.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada “Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ)”, “Saygı Ölçeği” ve araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ): Koç, (2013) tarafından geliştirilen beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeği 5’li Likert tipi ölçektir. Orijinal ölçek 11 madde “Pozitif Davranışlar Sergileme” (PDS) faktörü (madde 1, 2, 4, 7, 9, 11, 12, 14, 16, 19 ve 21) ve ters puanlanan 11 madde “Negatif Davranışlardan Kaçınma” (NDK) faktörü (madde 3, 5, 6, 8, 10, 13, 15, 17, 18, 20 ve 22) olmak üzere toplam 22 maddeden oluşmaktadır. PDS Faktörüne “Beden eğitimi dersinde oyunda rakibim düşerse kalkmasına yardım ederim” ve NDK Faktörüne “Beden eğitimi dersinde yendiğim zaman karşı takımın oyuncusuyla dalga geçerim” maddeleri örnek olarak verilebilir. Çalışma spor bilimlerinde okuyan öğrencilere uygulandığı için maddelerin başında yer alan “Beden eğitimi dersinde” ibaresi yerine “Uygulama derslerinde” ifadesi kullanılmıştır. Ölçeğin dereceleme biçimi maddelerde yer alan davranışların sergilenme sıklığını ölçmeye yönelik olarak hazırlanmıştır. Ölçek maddelerine verilebilecek cevaplar “(5) Her Zaman, (4) Çok Sık, (3) Ara Sıra, (2) Nadiren ve (1) Hiçbir Zaman” şeklinde sıralanmıştır. Ölçeğin toplamından elde edilen puan “Toplam Sportmenlik (TS)” olarak değerlendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 22 (ortalama 1) ve en yüksek puan 110 (ortalama 5) dur. Faktör 1 ve Faktör 2 den ayrı ayrı olarak alınabilecek puanlar en düşük 11 (ortalama 1) ve en yüksek 55

(ortalama 5) dir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça öğrencilerin sportmenlik düzeylerinin daha iyi olduğu anlaşılmaktadır.

Ölçeğin daha önce üniversite öğrencilerinde kullanılmadığı göze alınarak öncelikle alanında uzman öğretim üyelerince ön incelenme yapılmıştır. Sonraki aşamada ölçek 20 Spor bilimleri öğrencisiyle yapılan ön uygulamaların değerlendirilmesinden sonra çalışmada kullanılmıştır. Ve çalışma grubunda sportmenlik ölçeği için Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda uyum indekslerinin iyi ve kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu anlaşılmıştır ($\chi^2/df = 2.16$, RMSEA=.062, CFI=.95, NNFI=.94 ve AGFI=.85). Ayrıca sportmenlik ölçeğin iç tutarlılık güvenilirliği (Cronbach Alpha) NDK faktörü için 0.86, PDS faktörü için 0.81 ve tüm ölçek için 0.84 olarak hesaplanmıştır.

Saygı Ölçeği: Yazıcı & Yazıcı (2015) tarafından geliştirilen Saygı Ölçeği 5’li Likert tipi ölçektir. Ölçek 9 madde “Kozmopolitan Saygı” faktörü (maddeler 1-9) ve 8 madde “Komüniteryan Saygı” faktörü (maddeler 10-17) olmak üzere toplam 17 maddeden oluşmaktadır. Kozmopolitan Saygı faktörüne “İnsanları birbirinden ayırmadan saygı göstermeliyiz” maddesi ve Komüniteryan Saygı faktörüne de “Yakın çevremizdeki insanlara karşı saygılı olmada özel önem göstermeliyiz” maddesi örnek gösterilebilir. Ölçeğin toplamından elde edilen puan “Toplam Saygı” olarak değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça öğrencilerin saygı düzeylerinin daha iyi olduğu anlaşılmaktadır. Çalışma grubunda saygı ölçeğinin geçerliliğini test etmek için de DFA yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda uyum indekslerinin büyük oranda kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğu anlaşılmıştır ($\chi^2/df = 2.95$, RMSEA=.08, CFI=.90, NNFI=.88 ve AGFI=.85). Saygı Ölçeği’nin iç tutarlılık güvenilirliği (Cronbach Alpha) Kozmopolitan Saygı faktörü için 0.81, Komüniteryan Saygı faktörü için 0.72 ve tüm ölçek için 0.79 olduğu hesaplanmıştır. Ölçeğin toplamından elde edilen puan “Toplam Saygı (TS)” olarak değerlendirilmektedir. Veriler doğrultusunda çalışmada kullanılan ölçeklerin üniversite öğrencileri için geçerli ve güvenilir ölçekler olduğu anlaşılmıştır.

Verilerin Analizi

Ölçeklerin geçerliliği (doğrulayıcı faktör analizi) ve güvenilirliği (Cronbach Alpha) test edilmiştir. Ölçek puanların çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak normallik sınaması yapılmıştır. Öğrencilerin ölçeklerden aldığı puanlar bağımsız değişkenlere göre incelenmiştir. Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistiksel teknikler, ikili grup karşılaştırmalarında Independent

Sample t, çoklu grup karşılaştırmalarında ise One-Way ANOVA ile birlikte Tukey HSD testleri yapılmıştır. Öğrencilerin sportmenlik değerleriyle saygı düzeyleri arasındaki ilişkiye (Pearson) bakılmıştır. Ölçekler değerlerinin normal dağılım göstermesi ve ölçekler arasında doğrusal ilişki görüldüğünden saygı düzeyinin sportmenlik davranışını ne ölçüde yordadığına (basit doğrusal regresyon analizi) bakılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde SPSS 22 ve LISREL 8.7 programları kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Öğrencilerin ölçek puanlarının ortalama, standart sapma, minimum, maksimum, çarpıklık ve basıklık değerleri

	\bar{x}	Ss.	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık
Pozitif Davranışlar Sergileme	4.05	.62	2.00	5.00	-.53	-.11
Negatif Davranışlardan Kaçınma	3.90	.81	1.27	5.00	-1.18	.93
Toplam Sportmenlik	3.98	.59	2.48	5.00	-.48	-.59
Kozmopolitan Saygı	4.08	.67	1.67	5.00	-.78	.32
Komüniteryan Saygı	3.86	.63	2.00	5.00	-.23	-.41
Toplam Saygı	3.97	.51	2.40	5.00	-.17	-.44

Tablo 1’de öğrencilerin ölçek puanlarının tanımlayıcı istatistiklerine yer verilmiştir. Tüm ölçek puanlarında çarpıklık ve basıklık katsayılarının -1,5, +1,5 sınırları içerisinde olduğu tespit edilmiştir. Tabachnick ve Fidell (2013), ölçeklerde yer alan ifadelerle ilişkin çarpıklık ve basıklık değerlerinin, -1,5- +1,5 değerleri arasında olması durumunda, verinin normal dağılım sergileyeceğini ifade etmektedir. Verilerin karşılaştırılması için parametrik testler kullanılmasının uygun olduğu görülmüştür.

Tablo 2. Öğrencilerin ölçek puanlarının cinsiyetlerine göre karşılaştırılması (t-Test)

Faktör	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss.	t	p
Pozitif Davranışlar Sergileme	Kadın	97	4.04	.55	-.23	.821
	Erkek	205	4.06	.66		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	Kadın	97	4.09	.65	2.77	.006**
	Erkek	205	3.82	.86		
Toplam Sportmenlik	Kadın	97	4.07	.47	1.77	.077
	Erkek	205	3.94	.63		
Kozmopolitan Saygı	Kadın	97	4.23	.58	2.63	.009**
	Erkek	205	4.01	.71		
Komüniteryan Saygı	Kadın	97	3.80	.66	-1.24	.218
	Erkek	205	3.89	.62		
Toplam Saygı	Kadın	97	4.01	.50	.96	.340
	Erkek	205	3.95	.51		

** p<0.01

Öğrencilerin sportmenlik davranışlarının ve saygı düzeylerinin cinsiyetlerine göre negatif davranışlardan kaçınma [$t_{(300)} = 2.77, p < 0.05$] ve kozmopolitan saygı boyutlarında [$t_{(300)} = 2.63, p < 0.05$] anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Öğrencilerin negatif davranışlardan kaçınma alt boyutunda kadınların puanları ($\bar{x} = 4.09$) erkeklerin puanlarından ($\bar{x} = 3.82$) anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Aynı şekilde kozmopolitan saygı alt boyutunda kadınların puanları ($\bar{x} = 4.23$) erkeklerin puanlarından ($\bar{x} = 4.01$) anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır (Tablo 2).

Tablo 3. Öğrencilerin ölçek puanlarının sınıf seviyesine göre karşılaştırılması (One-Way Anova)

Faktör	Sınıf	N	\bar{x}	Ss	F	p	Tukey T.
Pozitif Davranışlar Sergileme	1	132	4.13	.65	2.487	.061	
	2	55	4.00	.61			
	3	75	3.91	.58			
	4	40	4.14	.59			
Negatif Davranışlardan Kaçınma	1	132	4.08	.61	11.452	.000	*(1>3)
	2	55	3.78	.91			*(4>2)
	3	75	3.52	1.00			*(4>3)
	4	40	4.24	.43			
Toplam Sportmenlik	1	132	4.10	.54	10.082	.000	*(1>3)
	2	55	3.89	.58			*(4>3)
	3	75	3.71	.65			
	4	40	4.19	.43			
Kozmopolitan Saygı	1	132	4.08	.64	1.265	.286	
	2	55	4.18	.71			
	3	75	3.97	.70			
	4	40	4.15	.69			
Komüniteryan Saygı	1	132	3.75	.66	2.930	.034	
	2	55	3.93	.60			
	3	75	3.92	.53			
	4	40	4.04	.72			
Toplam Saygı	1	132	3.92	.51	1.935	.124	
	2	55	4.06	.49			
	3	75	3.94	.49			
	4	40	4.10	.55			

* $p < 0.05$ ** $p < 0.01$

Öğrencilerin sportmenlik davranışlarının ve saygı düzeylerinin sınıf düzeylerine göre negatif davranışlardan kaçınma [$F_{(3-298)} = 11.45, p < 0.05$] ve toplam sportmenlik puanlarında [$F_{(3-298)} = 10.02, p < 0.05$] anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Negatif davranışlardan kaçınma alt boyutunda 1. sınıf ($\bar{x} = 4.08$) ve 4. sınıf ($\bar{x} = 4.24$) öğrencilerinin ortalamalarının 2. sınıf ($\bar{x} = 3.78$) ve 3. sınıflara ($\bar{x} = 3.52$) göre anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür. Aynı şekilde Toplam Sportmenlik davranışlarında da 1. sınıf ($\bar{x} = 4.10$) ve 4. sınıf ($\bar{x} = 4.19$) öğrencilerinin ortalamaları 2. sınıf ($\bar{x} = 3.89$) ve 3. sınıflara ($\bar{x} = 3.71$) göre anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 3).

Tablo 4. Öğrencilerin ölçek puanlarının üniversite takımlarında görev almalarına göre karşılaştırılması (t-Test)

Faktör	Grup	N	\bar{X}	ss	t	p
Pozitif Davranışlar Sergileme	Evet	111	4.11	.59	1.14	.257
	Hayır	191	4.02	.64		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	Evet	111	3.87	.82	-.58	.561
	Hayır	191	3.92	.81		
Toplam Sportmenlik	Evet	111	3.99	.60	.20	.840
	Hayır	191	3.97	.58		
Kozmopolitan Saygı	Evet	111	4.02	.74	-1.21	.226
	Hayır	191	4.12	.64		
Komüniteryan Saygı	Evet	111	3.90	.60	.75	.456
	Hayır	191	3.84	.65		
Toplam Saygı	Evet	111	3.96	.54	-.34	.735
	Hayır	191	3.98	.50		

Ölçek puanlarının öğrencilerin üniversite takımlarında görev almalarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0.05$) (Tablo 4).

Tablo 5. Öğrencilerin ölçek puanlarının aktif spor yapmalarına göre karşılaştırılması (t-Test)

Faktör	Grup	N	\bar{X}	sd	t	p
Pozitif Davranışlar Sergileme	Evet	185	4.11	.62	1.89	.060
	Hayır	117	3.97	.63		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	Evet	185	3.89	.81	-.24	.812
	Hayır	117	3.92	.81		
Toplam Sportmenlik	Evet	185	4.00	.59	.83	.405
	Hayır	117	3.94	.59		
Kozmopolitan Saygı	Evet	185	4.04	.70	-1.44	.151
	Hayır	117	4.15	.63		
Komüniteryan Saygı	Evet	185	3.90	.63	1.40	.163
	Hayır	117	3.80	.64		
Toplam Saygı	Evet	185	3.97	.53	-.09	.932
	Hayır	117	3.97	.48		

Ölçek puanlarının öğrencilerin aktif spor yapmalarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0.05$) (Tablo 5)

Tablo 9. Öğrencilerin ölçek puanlarının yaptıkları branş türlerine göre karşılaştırılması (One-Way Anova)

Faktör	Grup*	N	\bar{X}	Ss.	F	p
Pozitif Davranışlar Sergileme	1	60	4.01	.67	1.18	.308
	2	72	4.17	.61		
	3	53	4.13	.56		
Negatif Davranışlardan Kaçınma	1	60	3.99	.75	.76	.470
	2	72	3.81	.86		
	3	53	3.90	.82		
Toplam Sportmenlik	1	60	4.00	.57	.02	.976
	2	72	3.99	.61		
	3	53	4.02	.59		
Kozmopolitan Saygı	1	60	3.95	.71	.93	.398
	2	72	4.03	.75		
	3	53	4.13	.63		
Komüniteryan Saygı	1	60	3.84	.60	2.61	.076
	2	72	4.03	.57		
	3	53	3.80	.70		
Toplam Saygı	1	60	3.89	.53	1.14	.321
	2	72	4.03	.53		
	3	53	3.97	.53		

N= 185, * (Gruplar: 1= Bireysel mücadele sporu, 2= Topla oynana takım sporu 3= Bedensel temas olmayan spor)

Ölçek puanlarının öğrencilerin yaptıkları branş türlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür ($p>0.05$) (Tablo 6).

Tablo 7. Öğrencilerin Sportmenlik Davranışlar ile Saygı Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Sonuçları (Pearson)

Faktör	1	2	3	4	5	6
1. Pozitif Davranışlar Sergileme	-	.32**	.76**	.28**	.12*	.26**
2. Negatif Davranışlardan Kaçınma		-	.87**	.15*	-.03	.08
3. Toplam Sportmenlik			-	.25**	.04	.19**
4. Kozmopolitan Saygı				-	.22**	.80**
5. Komüniteryan Saygı					-	.77**
6. Toplam Saygı						-
\bar{x} (1-5)	4.05	3.90	3.98	7.08	3.86	3.97
SS.	.62	.81	.59	.67	.63	.51

N=302, * $p<0.05$, ** $p<0.01$

Öğrencilerin toplam sportmenlik davranışlarıyla toplam saygı düzeyleri arasında pozitif yönde zayıf anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.19$, $p<0.01$) (Tablo 7).

Tablo 8. Öğrencilerin ölçek sonuçlarının basit doğrusal regresyon analizi sonuçları

Pozitif Davranışlar Sergileme	B	SE(B)	β	<i>t</i>	<i>p</i>	R ²	Düz. R ²	Anova f	Anova p
Kozmopolitan Saygı	.260	.051	.281	5.063	.000**	.079	.076	25.63	.000
Komüniteryan Saygı	.115	.057	.116	2.027	.000**	.014	.010	4.11	.044
Toplam Saygı	.314	.068	.257	4.612	.000**	.066	.063	21.27	.000
Negatif Davranışlardan Kaçınma	B	SE(B)	β	<i>t</i>	<i>p</i>	R ²	Düz. R ²	Anova f	Anova p
Kozmopolitan Saygı	.174	.068	.145	2.545	.000**	.021	.018	6.48	.011
Komüniteryan Saygı	-.039	.074	-.31	-.533	.000**	.001	-.002	.28	.594
Toplam Saygı	.122	.091	.077	1.337	.000**	.006	.003	1.79	.182
Toplam Sportmenlik	B	SE(B)	β	<i>t</i>	<i>p</i>	R ²	Düz. R ²	Anova F	Anova p
Kozmopolitan Saygı	.217	.049	.249	4.458	.000**	.062	.059	19.88	.000
Komüniteryan Saygı	.038	.054	.041	.704	.000**	.002	-.002	.50	.482
Toplam Saygı	.218	.065	.190	3.349	.000**	.036	.033	11.22	.001

N=302, * p<0.05, ** p<0.01

Tablo 8’de bulgulara bakıldığında öğrencilerin toplam saygı düzeylerinin toplam sportmenlik davranışlarının yordayıcısı olduğu görülmüştür ($R^2=.04$, $p<.01$). Alt boyutlara bakıldığında kozmopolitan saygının toplam sportmenlik davranışlarını ($R^2= .06$, $p<.01$) anlamlı olarak yordadığı anlaşılmıştır. Ayrıca kozmopolitan saygının pozitif davranışlar sergileme boyutunu ($R^2=.08$, $p<.01$) ve negatif davranışlardan kaçınma boyutunu ($R^2=.02$, $p<.01$) anlamlı olarak yordadığı görülmüştür.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Öğrencilerin sportmenlik davranışlarının negatif davranışlardan kaçınma boyutunda ve saygı düzeylerinin kozmopolitan saygı boyutunda kadınlar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmüştür. Genel olarak ortaokul ve liseler için yapılan bazı çalışmalarda kızların erkeklere göre daha yüksek sportmenlik davranışlarına sahip oldukları görülmüştür (Esentürk, İlhan, & Çelik 2015; Koç & Tamer, 2016; Koç, 2017a; Koç, 2017b; Koç & Karabudak, 2017; Koç & Güllü, (2017); Tasi & Fung, 2005). Saygı için yapılan bir çalışmada Kozmopolitan saygı ve toplam saygı kadınlarda anlamlı düzeyde daha yüksek çıkmıştır (Koç & Yeniçeri, 2017). Toplumsal beklentiler kadınların erkeklere göre daha olumlu davranışlar sergilemesi yönündedir. Bu beklentiler doğrultusunda kadınların davranışlarını olumlu yönde düzenlemeye yönelik sosyal baskı oluşturabileceği düşünülmektedir.

Öğrencilerin sportmenlik davranışlarının sınıf düzeylerine göre negatif davranışlardan kaçınma ve toplam sportmenlik puanlarında 1 ve 4. sınıflar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı

görülmüştür. Öğrencilerin sportmenlik değerlerinde görülen düşüş ve artışların çeşitli sebepleri olabilmektedir. Sonuçlara derinlemesine bakıldığında 1. sınıftan itibaren düşme eğilimi göstermekte ve son sınıfta beklenmeyen bir şekilde yükselmektedir. Başka çalışmalarda elde edilen sonuçlar dikkate alındığında yaş ile birlikte sportmenlik davranışlarında azalma meydana gelmektedir (Esentürk, İlhan, & Çelik 2015; Koç & Tamer, 2016; Koç, 2017b; Koç & Karabudak, 2017). Öğrencilerdeki bu düşme eğiliminin 4. sınıfa yaptıkları staj uygulamaları ve doğru öğretmenlik yapma sorumluluğu sonucunda sportmenlik davranışlarında düzelme eğilimi olarak kendini gösterdiği düşünülmektedir. 4. sınıfa gelen üniversite öğrencisi toplumda alacağı görev ve sorumlulukları çerçevesinde toplumun beklentileri doğrultusunda davranışlarda bulunma eğilimi geliştirebileceği düşünülmektedir. Bu düşüncenin test edilebilmesi için nitel çalışmalara ihtiyaç olduğu görülmüştür.

Ölçek puanları öğrencilerin üniversite takımlarında görev almalarına göre, aktif spor yapmalarına göre ve yaptıkları branş türlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmüştür. Benzer şekilde lise öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada da sportmenlik davranışlarında okul takımlarında görev almanın etkisi görülmemiştir (Koç & Tamer 2016). Spor bilimlerinde okuyan üniversite öğrencilerinde okul takımlarında görev almanın sportmenlik ve saygı düzeylerine olumlu ya da olumsuz etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarının aksine Başaran ve ark. (2017), aktif spor yapan besyo öğrencilerin sportmenlik yönelimlerini aktif spor yapmayanlara göre anlamlı olarak düşük bulmuştur. Ortaokul ve liselere yapılan bazı çalışmalarda temassız sporlarla ilgilenen öğrencilerin sportmenlik davranışlarının (negatif davranışlardan kaçınma boyutunda) temaslı sporlarla ilgilenen öğrencilerden daha yüksek olduğu görülmüştür (Koç, 2017a; Koç, 2017b; Koç & Karabudak, 2017). Saygı düzeyi için yapılan bir çalışmada da fiziksel teması olmayan sporlar ile ilgilenen lise öğrencilerin kozmopolitan saygı ve toplam saygı düzeylerinin fiziksel teması olan sporlarla ilgilenen öğrencilere göre anlamlı olarak daha iyi olduğu bulunmuştur (Koç ve Yeniçeri, 2017). Yapılan çalışmalarda ortaokul ve lise öğrencilerinde spor türünün davranışları etkilediği görülmüşken üniversitede okuyan spor bilimleri öğrencilerinde anlamlı farkın görülmemesi spor türünün etkisinin eğitimin de yardımıyla yaşla birlikte azalabileceğini akla getirmektedir. Öğrenciler spora başladığı ilk yıllarda yaptığı sporun doğasının etkisinde kalabilmektedir. Öğrenciler daha sonraki yıllarda aldıkları eğitimin etkisiyle olumsuz davranışlarını azaltabilmektedirler.

Öğrencilerin toplam sportmenlik davranışlarıyla toplam saygı düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($r=.19$). Benzer şekilde lise öğrencileri üzerinde yapılan farklı bir çalışmada sportmenlik değerleri ile saygı değerleri arasında anlamlı ilişki bulunmuş fakat toplam sportmenlik değerleri ile toplam saygı düzeyleri arasındaki ilişki düzeyi daha yüksek ($r=.31$, $p<0.01$) çıkmıştır.

Ölçekler arasında yapılan korelasyon analizinde doğrusal ilişki görüldüğünden saygı düzeyinin sportmenlik davranışını ne ölçüde yordadığına bakılmıştır. Elde edilen bulgulara bakıldığında öğrencilerin toplam saygı düzeylerinin toplam sportmenlik davranışlarının yordayıcısı olduğu görülmüştür ($R^2=.04$, $p<.01$). Özellikle kozmopolitan saygının pozitif sportmenlik davranışlar sergileme boyutunun %8'ini ve toplam sportmenlik davranışlarının da %6'sını yordadığı görülmüştür. Koç ve Yeniçeri (2017) ise çalışmalarında kozmopolitan saygının pozitif sportmenlik davranışlar sergileme boyutunun %11'ini ve toplam sportmenlik davranışlarının da %12'sini yordadığını tespit etmiştir. Bu sonuçlar Koç ve Yeniçeri'nin (2017) çalışmasıyla karşılaştırıldığında saygı düzeyinin sportmenliği yordama gücünün üniversite öğrencilerinde daha düşük olduğu anlaşılmıştır. Karşılaştırma yapılabilecek başka bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Saygı davranışının sportmenlik tanımlaması içinde yer alması (Ellis, vd., 2004; Keating, 2007), saygı ile ilgili boyutun sportmenlik için geliştirilen ölçek içerisinde yer alması (Vallerand, vd., 1997) ve spor ortamında da Fair play davranışı için saygıya atıf yapılması (www.fifa.com, 2017) saygı davranışının sportmenlik davranışını etkilediği iddiasını güçlendirmektedir. Kozmopolitan saygının sportmenlikle olan ilişkisinin daha yüksek çıkması sportmenlik davranışının evrensel bir değer olduğunu ön plana çıkarmıştır.

Yapılan çalışma sonucunda sportmenlik davranışı ile saygı davranışı arasındaki ilişki ortaya konulmuştur. Özellikle kozmopolitan saygının sportmenlik davranışını anlamlı olarak yordadığı anlaşılmıştır. Spor bilimlerinde okuyan öğrencilerin saygı düzeylerini geliştirmeye yönelik etkinlikler uygulanmasının öğrencilerin sportmenlik davranışlarını geliştirmede faydalı olacağı düşünülmektedir.

Sportmenlik davranışları ile saygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmaların azlığı nedeni ile farklı gruplarla ve büyük ölçekli çalışmalar yapılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Arnold, P.J. (1998). *Sport, ethics and education*. London: Cassell.
- Balçıkanlı, S. G. & Yıldırım, İ. (2011). Profesyonel futbolcular sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, IX(2), 49-56.
- Başaran, Z., Erdoğan, R. B., Körmükçü, Y. & Adalı, H. (2017). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin fair-play anlayışlarının incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi (BESAD)*, 9(1), 35-43.
- Demircan, Ş. (2017). Çocuklarda saygı eğitimi, Retrieved 31.05.2017 from <http://www.mirathaber.com/seyma-demircan-cocuklarda-saygi-egitimi-20-373y.html>
- Ellis, G.D., Henderson, H.L., Paisley., Silverberg, K.E., & Wells, M.S., (2004). Bringing sportsmanship back to your youth sports leagues, *Parks & Recreation*, 39, 46-51.
- Esentürk, O. K., İlhan E. L., & Çelik, O. B. (2015). Examination of high school students' sportsmanlike conducts in physical education lessons according to some variability. *Science, Movement and Health*, 15(2, Supplement), 627-634.
- FIFA, (2017). <http://www.fifa.com/sustainability/news/y=2010/m=9/news=the-world-unites-fair-play-and-respect-1293362.html> (Retrieved August 26, 2016).
- Hendrick, C. Hendrick, S. S., & Zacchilli, T. L. (2011). Respect and Love in Romantic Relationships, *Acta De Investigación Psicológica*, 1(2), 316-329.
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Keating, J. W. (2007). Sportsmanship as a moral category. In W. J. Morgan (Ed.), *Ethics in Sport* (2nd ed., pp. 141-152). Human Kinetics.
- Koç, Y. (2013). Beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeği (BEDSDÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 96-114.
- Koç, Y. (2017a). A study on the relationship between high school students' physical education course sportsmanship behaviors and their patience levels. In M. Gammone, M. A. Icbay, & H. Arslan (eds.), *Recent Developments in Education* (pp. 191-200). Bialystok: E-BWN. Available from <http://iassr2.org/rs/005.pdf>.
- Koç, Y. (2017b). Relationships between the physical education course sportsmanship behaviors with tendency to violence and empathetic ability. *Journal of Education and Learning*, 6(3), 169-180.
- Koç, Y. & Güllü, M. (2017). Research into sportpersonship behavior of high school students in physical education course in terms of some variables [In Turkish with English Abstract]. *SPORMETRE*, 15(1), 19-30.
- Koc, Y. & Karabudak, A. A. T. (2017). The relationship between sportsmanship level of secondary school students and their success regarding the religious culture and knowledge of ethics course. *Educational Research and Reviews*, 12(16), 754-761. DOI: 10.5897/ERR2017.3316.
- Koç, Y. & Tamer, K. (2016). A study on the sportsmanship behaviors of female students in physical education course according to different variables. *Nigde University Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 7(1), 16-27.
- Koç, Y. & Yeniçeri, S. (2017). An investigation of the relationship between sportsmanship behavior of students in physical education course and their respect level. *Journal of Education and Training Studies*, 5(8), 114-122. <https://doi.org/10.11114/jets.v5i8.2477>.
- Loomans, D. & Loomans, J. (2005). *Çocuklara öz saygıyı ve değerleri öğretmenin 100 yolu* (Birinci Baskı), İzmir: Ege-Meta Yayınları.
- Pehlivan, Z. (2004). Fair-play kavramının geliştirilmesinde okul sporunun yeri ve önemi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, II (2), 49-53.
- Shields, D. L., & Bredemeier, B. J. L. (1995). *Character development and physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Tabachnick, B. G. & Fidell, L.S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th Edit.). Boston: Pearson.
- Tsai, E., & Fung, L. (2005). Sportpersonship in youth basketball and volleyball players. *The Online Journal of Sport Psychology*, 7(2), 37-46. Retrieved April 17, 2013, from <http://www.athleticinsight.com/Vol7Iss2/Sportpersonship.htm>.
- Topan, A. (2011). Ortaöğretim kurumlarında okullar arası futbol müsabakalarına katılan öğrencilerin fair play anlayışlarının kulüp deneyimlerine göre incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Türk, İ. (2009). *Değerler eğitiminde saygı*. Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat, Türkiye.
- Vallerand, R. J., Briere, N. M., Blanchard, C. M., & Provencher, P. J. (1997). Development and validation of the multidimensional sportpersonship orientations scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 19(2), 197-206. <https://doi.org/10.1123/jsep.19.2.197>.
- Yazıcı, A. & Yazıcı, S. (2015). Saygı ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 10(4), 769-780. Retrieved 4 January 2016 from <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.9079>.

Futbol Hakemlerinin Farklı Egzersiz Şiddetlerinde Sezinleme Zamanı, Kan Laktat Düzeyi ve Karar Verme Becerilerinin İncelenmesi*

Examining the Coinciding-Anticipation Timing, Blood Lactate Level and Decision-Making of Football Referee at Different Exercise Intensities

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Öz

Bu çalışma, futbol hakemlerinin farklı egzersiz şiddetlerinde sezinleme zamanı, kan laktat düzeyi ve karar verme becerilerini incelemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya Muğla ilinde hakemlik yapan, herhangi bir sağlık problemi ve sportif yaralanması olmayan 12 erkek futbol hakemi (yardımcı hakem: 6, hakem: 6) gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmaya katılan hakemlere, farklı günlerde bisiklet ergometresinde düşük şiddetli (%40) egzersiz, orta şiddetli (%60) egzersiz, yüksek şiddetli (%90) egzersiz protokolü uygulanmıştır. Hakemlerin her bir egzersiz şiddeti için belirlenen hedef kalp atım sayısında sezinleme zamanı ve maç içerisinde çok sık rastlanan pozisyonlarla ilgili karar verme becerileri egzersiz sırasında ölçülmüştür. Ayrıca hakemlerin her bir egzersiz öncesi ve egzersiz sonrasında (1., 4. ve 8. dk) kan laktat düzeyi incelenmiştir. İstatistiksel analiz sonucunda; düşük, orta ve yüksek egzersiz şiddeti sırasında ölçülen mutlak hata skorları (6mph ve 12mph) karşılaştırıldığında, istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Düşük, orta ve yüksek şiddetdeki egzersizler sırasında ölçülen karar verme becerilerinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Her üç egzersiz şiddetinde de (düşük, orta, yüksek) egzersizden önce, egzersizden sonra 1. dakika, 4. dakika ve 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeyinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür ($p<0.05$). Düşük şiddetdeki egzersizden sonra 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeyi ile karar verme toplam skoru arasında istatistiksel olarak negatif yönde ilişki bulunmuştur ($r=-.577, p<0.05$). Yüksek egzersiz şiddeti sırasında ölçülen mutlak hata skoru (6mph) ile egzersizden sonra 4. dakika ($r=.662, p<0.05$) ve 8. dakikada ($r=.741, p<0.05$) ölçülen kan laktat düzeyi değerleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Hakemlerin antrenman programlarının planlanmasında fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin yanı sıra bilişsel fonksiyonlarının da yorgunluğa olan toleransını geliştirici egzersizlerin programa dahil edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbol Hakemi, Karar Verme, Sezinleme Zamanı, Kan Laktat Düzeyi.

Kurtuluş ASLAN^{1†}

Özcan SAYGIN²

Halil İbrahim CEYLAN³

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<https://orcid.org/0000-0001-7879-9180>

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<https://orcid.org/0000-0003-0380-586X>

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<https://orcid.org/0000-0003-1133-5511>

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 12.10.2018

Kabul Tarihi: 16.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

The study was conducted to examine the coinciding anticipation timing, blood lactate level and decision-making of football referees at different exercise intensities. Twelve male referees (6 referees and 6 assistant referees) who were all active in Mugla and had any health problems and injuries, participated in this study voluntarily. Low intensity exercise (%40), moderate intensity exercise (%60) and high intensity exercise (%90) were applied to the referees on the cycling ergometer on different days. The referees' coinciding anticipation timing and decision-making skills about positions that occur very often in the match were measured at the target heart rate determined for each exercise intensity. In addition, blood lactate levels of referee were also examined before each exercise protocol and after exercise (1., 4 and 8. min). As a result of the statistical analysis, when the absolute error scores (6mph and 12 mph) measured during the low, moderate and high exercise intensity were compared, no statistically significant difference was found ($p>0.05$). In the comparison of measured decision-making skills during the low, moderate and high intensity exercise were found to be significant. A statistically significant difference was observed in the comparison of the blood lactate levels measured rest (before exercise), the 1st minute, 4th minute and 8th minute after exercise at all three exercise intensity (low, moderate, high). A statistically significant negative correlation was found between the blood lactate level measured at 8th minute after the low intensity exercise and total score of decision-making ($r=-.577, p<0.05$). Significant positive correlation were found between absolute error (6mph) measured high exercise intensity and blood lactate levels measured at 4th minute ($r=.662, p<0.05$) and 8th minute ($r=.741, p<0.05$) after high intensity exercise. In the planning of training programmes of the referees, it is thought to be important to add the cognitive functions to the training programmes for the improving tolerance of exhaustion as well as the physical and physiological function.

Keywords: Football Referee, Decision-making, Coinciding Anticipation Timing, Blood Lactate Level.

* Bu çalışma, 5- 8 Nisan 2018 tarihleri arasında Alanya'da düzenlenen Uluslararası Herkes için Spor ve Wellness Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Kurtuluş Aslan, kurtulusaslan2@gmail.com

GİRİŞ

Hakemler futbol oyununun temel unsurlarından bir tanesidir. Hakemin görevi oyunun rekabet gücünü olumsuz yönde etkilemeden kuralları doğru ve tutarlı bir şekilde uygulamaktır (Gaoua ve ark., 2017). Topun hızı ve yönünün sürekli değişmesinden dolayı hakemler de yoğunluğu değişen ve sürekli olmayan aktiviteler yapar. Bu nedenle maç sırasında pek çok fizyolojik zorlanmaya maruz kalır. Hakemler 90 dakika boyunca ortalama kalp atım hızının %85'ine ulaşmakta, bu da egzersiz şiddetinin anaerobik eşik düzeyine yaklaştığını göstermektedir (Helsen ve Bultynck, 2004). Resmi maçlarda hakemlerin 9-13 km mesafe koştuğu, bunun yaklaşık %4 ile %18'inin yüksek şiddette egzersiz olduğu, kan laktat düzeyinin ise 14 mmol'a kadar yükseldiği görülmüştür (Castagna ve ark., 2007). Elit futbol hakemlerinin maç içerisindeki fiziksel performansı futbol oyuncularıninkine kadar iyi olması gerekir (Weston ve ark., 2011). Futbol hakemlerinin fiziksel performansları, doğru karar verme yetenekleriyle ayrılmaz bir şekilde bağlantılıdır; bu nedenle karar verme, hakemliğin önemli bir yönüdür (Weston, 2015). Bir hakemin karar vermesi hareketin oluştuğu anda veya mümkün olan en kısa sürede olmalıdır (Ekmekçi, 2011). Literatüre bakıldığında doğru karar vermenin, hakemlerin iyi bir fiziksel kapasite ve fiziksel uygunluk unsurlarına sahip olması (Riiser ve ark., 2017; Schenk ve ark., 2018), oyun alanında doğru konumlanması (Mallo ve ark., 2012; Schenk ve ark., 2018) ile yüksek düzeyde ilişkili olduğu belirtilmiştir. Hakemler, oyunun hızına ayak uydurmalı ve oyuncuların kurallara uyup uymadıklarını belirlemek için doğru pozisyon alarak oyunu yakından takip etmelidir (Schenk ve ark., 2018). Yapılan bir çalışmada, hakemlerin pozisyonları 11-15 m mesafeden takip ettiğinde yanlış karar verme riskinin azaldığı belirtilmiştir (Mallo ve ark., 2012). Hakemlerin fiziksel ve fizyolojik açıdan belirli yeterliğe sahip olması karar verme düzeyini etkilediği gibi, karar verme becerisi hakemin sahip olduğu algısal ve bilişsel özelliklerden de etkilenebilir. Literatüre bakıldığında üst düzey performans ile ilişkili, bir dizi alana özgü algısal-bilişsel beceriler tanımlanmıştır (Spitz ve ark., 2018). Bu algısal ve bilişsel becerilerden bir tanesi de sezinleme zamanıdır.

Sezinleme zamanı olayın kendisinden önce gerçekleşmesi muhtemel olanı tahmin etme yeteneğini ifade eder (Piras ve ark., 2014). Sezinleme zamanının doğru oyuncunun uyararı ile hedefin zaman ve konum özellikleri hakkında bilgi edindiği duyuşsal bir aşama, hareket cevabının duyuşsal bilgilerle bütünleştiği bir sensorimotor aşama ve hareketin yürütüldüğü 3 aşamalı bir süreç olarak ifade edilmektedir (Williams, 2000). Oyun okuma yeteneği olarak da tanımlanan sezinleme zamanı, bir rakibin eyleminden önce genellikle kararların alınması gereken hızlı oyunlu sporlarda oldukça önemlidir (Piras ve ark., 2014). Ne olacağına önceden kestirilmesi, uygun cevap vermek için zaman yaratılmasına olanak sağlar (Spitz ve ark., 2018). Özellikle, topla oynanan oyunlarda olayların önceden tahmin edilmesinde, top ile ilgili tüm bilgilerin alınması (Sors ve ark., 2017) ile rakibin vücut hareketlerinden postüral ipuçlarını alma önemlidir (North ve ark., 2016). Hakemlerin iyi bir sezinleme zamanına sahip olması,

oyun alanı içinde doğru pozisyon almasına yardımcı olur. Böylece, hakem herhangi bir karar öncesi iyi yer alarak karar verme doğruluğunu artırır (Byun ve ark., 2014; Elsworthy ve ark., 2014).

Sezinleme zamanı ve karar verme becerisi yüksek şiddette yapılan egzersizlerden olumsuz etkilenmektedir (Duncan ve ark., 2014; Elsworthy ve ark., 2014). Yapılan çalışmalarda anaerobik laktat eşik noktasına yakın düzeyde yapılan egzersizin bilişsel performans üzerinde olumsuz etki yaratmadığı (Hüttermann ve Memmert, 2018), hatta geliştirdiği görülmüştür (Riquelme, 2015; Mcmorris ve Hale, 2015). Literatürde akut egzersiz ile bilişsel performans arasındaki ilişkiye bakıldığında farklı sonuçlar görülmektedir. Bazı çalışmalarda şiddetli egzersizin bilişsel performansı olumsuz yönde etkilediği (Hüttermann ve ark., 2014; Smith ve ark., 2016; Almonroeder ve ark., 2018; Ceylan ve Saygın, 2018), bazı çalışmalarda herhangi bir etkiye sebep olmadığı (Davrance ve ark., 2015; Lyons ve ark., 2008) görülmüştür. Egzersiz ile bilişsel performans arasındaki ilişkinin sonuçları çeşitli teorilere dayandırılmıştır. Bu teoriler Ters U hipotezi, Catastrophe Modeli (Jarvis, 2006) ile bireysel optimal işlevsel bölge (IZOF) teorisidir (Robbins ve Madrigal, 2016).

Müsabaka veya yarışma ortamı, hızlı bilişsel süreçleri gerektirir. Sporcular, algısal ve bilişsel performanslarını yorgunken bile üst noktada tutmak zorundadır. Bu yüzden, sporcuların temel bilişsel işlem becerilerinin belirlenmesinin yanı sıra, yorgunluğun bilişsel işlem kapasitesini nasıl etkilediğini, bunun da hareket kontrolüne nasıl yansıtacağını anlamak da önemlidir. Dinamik spor ortamında, sporcuların hareketlerini yönlendirebilmesi için görsel bilgiyi sınırlı zaman içerisinde kullanması gerekir. Bu da etkili bilişsel işlem sürecini gerektirir. (Almonroeder ve ark., 2018). Aynı şey bir futbol hakemi içinde geçerlidir. Futbol hakemi maç içerisinde aralıklı olarak yüksek şiddette aktivite yapmaktadır (Da Silva ve ark., 2008). Yorgunken bile kısa zaman içerisinde, oyunu iyi okuyup doğru karar vermesi önemlidir. Literatürde futbol hakemlerinin maç içerisindeki performanslarının ölçülmesi ile ilgili çalışmalar mevcuttur (D'Ottavio ve Castagna, 2001; Da Silva ve ark., 2008; Krusturup ve ark., 2002; Krusturup ve ark., 2009; Weston, Drust, Atkinson ve Gregson, 2011; Castillo ve ark., 2018; Choi ve Roh, 2018). Laboratuvar ortamında futbol hakemlerinin farklı egzersiz şiddetlerinde sezinleme zamanı ve karar verme becerilerini inceleyen ve bu algısal-bilişsel özellikler ile kan laktat düzeyi arasındaki ilişkiyi ortaya koyan çalışmalar sınırlıdır. Bu da çalışmanın önemini ortaya koymaktadır.

YÖNTEM

Örneklem grubunun belirlenmesi

Örneklem grubunun belirlenmesinde, ilk olarak Türkiye Futbol Federasyonu Muğla İl Hakem Kurulu'ndan izin alınarak faal olarak hakemlik yapan bireyler ile yüz yüze görüşüldü. Görüşmede, çalışmanın amacı ve içeriği hakkında bilgi verilerek, çalışmaya katılmak isteyen gönüllü bireyler belirlendi. Daha sonra, çalışmaya katılmayı kabul eden gönüllülere Bilgilendirilmiş Olur Formu imzalatılarak, 1.oturuma çağrıldı.

Katılımcılar ve Etik Onay

Bu çalışmaya, Muğla ilinde faal olarak hakemlik yapan 12 erkek futbol hakemi (yardımcı hakem: 6, hakem: 6) gönüllü olarak katıldı. Çalışmaya başlamadan önce M.S.K.Ü Sağlık Bilimleri Etik Kurulu'ndan izin alındı (Karar no: 18, Protokol no: 18).

DeneySEL Prosedür

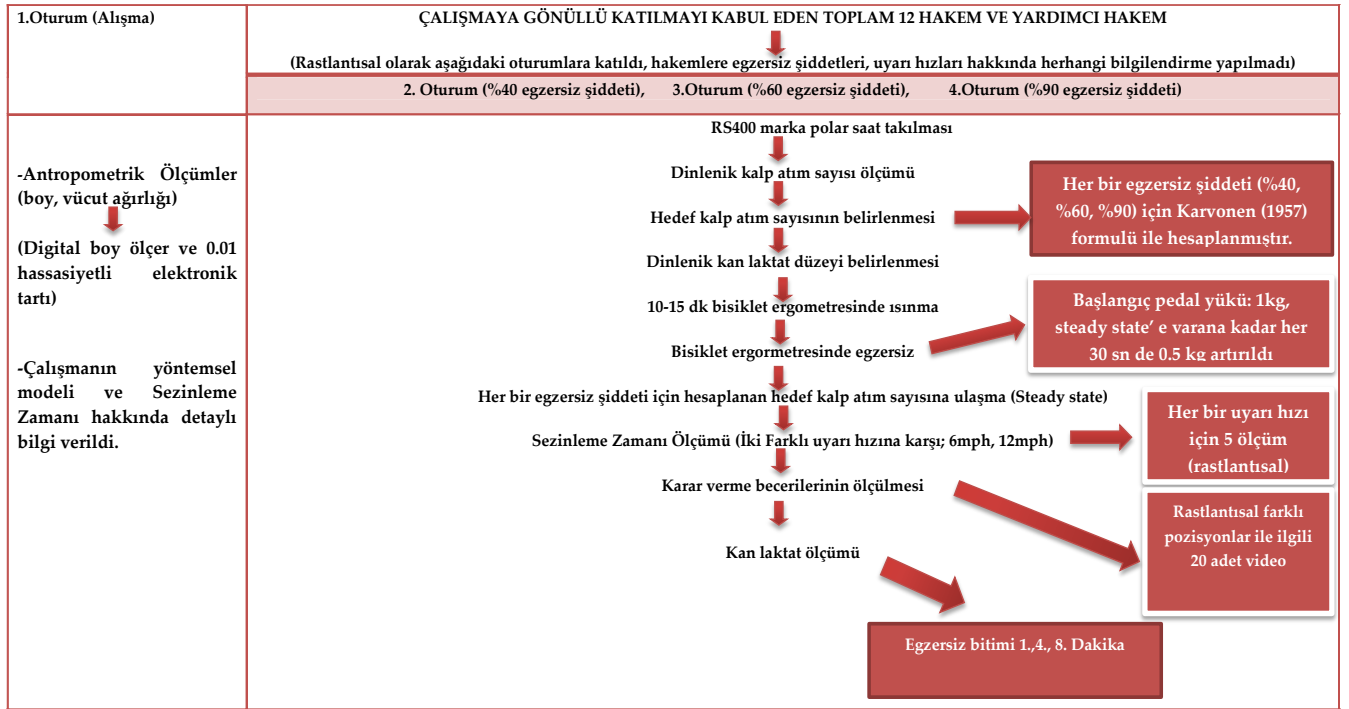
Çalışmanın ölçümleri sabah 08.00-12.00 saatleri arasında, 4 oturumda gerçekleştirildi. 1. oturumda hakemler, M.S.K.Ü. Spor Bilimleri Fakültesi Laboratuvarı'na davet edilerek çalışmanın yöntemsel modeli ve sezinleme zamanı ölçüm cihazı (Bassin Anticipation Timer) hakkında bilgilendirildi. Daha sonra, hakemlerin boy uzunluğu ve vücut ağırlığı ölçümleri yapıldı. Hakemler, 2. oturumda %40, 3. oturumda %60, 4. oturumda %90 egzersiz şiddetinde bisiklet ergometresinde egzersize tabi tutuldu. Her bir oturum günü arasında hakemlere 2 gün dinlenme verildi. 2., 3., 4. oturumdan önce hakemler, ağır egzersiz yapmamaları ve kafein tarzı uyarıcı madde almamaları konusunda bilgilendirildi. Egzersize hafif kahvaltı yaparak gelmeleri istendi.

Laboratuvarda her bir hakemin farklı egzersiz şiddetlerinde (2., 3., 4. oturum) sezinleme zamanı, kan laktat düzeyi ve kara verme becerilerini incelemek için hakemler laboratuvara tek tek çağrıldı ve aşağıda belirtilen deneySEL prosedür sırası kullanıldı;

Hakeme ilk olarak polar saat takılarak sırasıyla dinlenik kalp atım sayısı ve dinlenik kan laktat düzeyi belirlendi. Daha sonra, Karvonen yöntemi ile belirlenen egzersiz şiddeti için hedef kalp atım sayısı hesaplandı. Daha sonra hakem, 8-10 dakika arasında Monark Ergomediks 834 (Ergomedic, Finland) marka bisiklet ergometresinde pedal yükü olmadan ısındı. Isınma bölümünden sonra, hakeme bisiklet ergometresinde (başlangıç pedal yükü: 1 kg, steady-state durumuna gelene kadar her 30 sn de 0.5 kg pedal yükü artırılarak) (Duncan ve ark., 2013) pedal çevirmesi istendi. Hakem, hesaplanan hedef kalp atım sayısına geldiğinde ilk olarak sezinleme zamanı ölçümü gerçekleştirildi. Her bir uyarı hızı için (6mph ve 12mph) 5 olmak üzere toplamda 10 ölçüm randsal olarak yapıldı. Sezinleme zamanı ölçümlerinin akabinde maç içerisinde sık rastlanan pozisyonlarla ilgili 15 saniyelik toplam 20 video

hakemlere izletilerek, karar vermesi istendi. Sezinleme ve karar verme becerilerinin ölçümünden sonra, egzersiz sonlandırıldı. Tekus ve ark., (2012)'nin yaptıkları çalışmada belirtildiği gibi hakemlerin, egzersiz bittikten sonra 1., 4., 8., dakika da kan laktat düzeyleri ölçüldü (Şekil 1).

*Hakemlerin steady-state durumuna geliş süresi, egzersiz şiddetine ve kondisyon düzeyine göre ortalama 4 ile 8 dakika arasında sürdü. Hakemler hesaplanan hedef kalp atım sayısına geldikten sonra, sezinleme zamanı ölçümleri için 2 dakika, karar verme becerilerinin ölçümü için (15 sn'lik 20 video) 5 dakika olmak üzere toplamda 7 dakika daha egzersizi sürdürdü. Her bir egzersiz oturumunda hakemlere aynı videolar izletildi fakat yerleri değiştirildi. Ayrıca hakemler sezinleme zamanı ölçümleri yapılırken uyarı hızları, egzersiz şiddetleri hakkında ve karar verme için kullanılan videolar hakkında önceden bilgilendirilmedi. Çalışmanın ölçümleri 10 gün içerisinde tamamlandı.



*Her oturum farklı günlerde, oturumlar arası 2 gün dinlenme, Egzersiz şiddetleri için ACSM (2014) kriter alındı.

Şekil 1. Hakemlere uygulanan deneysel prosedür

Veri toplama araçları:

Vücut Ağırlığı ve Boy Uzunluğu: Ağırlık 0.1 kg hassaslıkta bir elektronik terazi ile ölçülürken, boy 0.01 cm hassaslıkta dijital boy ölçer aletiyle ölçüldü (Günay ve ark., 2013).

Kalp Atım Hızı: Katılımcıların, farklı şiddetlerdeki egzersizler sırasındaki kalp atım hızları, göğsüne yerleştirilen bir verici ve kolunda takılı olan telemetrik monitörler (Polar RS400, Finland) aracılığı ile takip edildi.

Egzersiz Şiddetinin Belirlenmesi: Araştırmaya katılan hakemlerin egzersiz şiddeti Karvonen Metodu ile belirlendi (Karvonen ve ark., 1957).

Kan Laktat Analizi: Kan laktat ölçümü; dinlenme, egzersiz bitiminden sonra 1.dakika, 4. dakika ve 8. dakika olmak üzere Nova Biomedical Lactate Plus 40828 marka laktat ölçer aleti ile katılımcıların parmak ucundan alındı (Tekus ve ark., 2012).

Sezinleme Zamanı Ölçümü: Hakemlerin farklı egzersiz şiddetleri için (%40, %60, %90) hesaplanan hedef kalp atım sayısında (Ferguson, 2014) farklı uyarı hızlarındaki (6mph, 12 mph) sezinleme zamanı ölçümü bisiklet ergometresi önüne yerleştirilen Bassin Anticipation Timer aleti ile yapıldı (Rudisill ve Jackson, 1992' den aktaran Söğüt ve ark., 2009). Cihaz, kontrol konsolü ve cevap verme butonu ile LED ışıklarının (49 lamba) doğrusal bir seri şeklinde hareket ettiği runway (set; LED ışıklarının hareket ettiği zemin) olarak adlandırılan 3 parçadan oluşur. Tüm LED ışıklar, doğrusal bir düzende sıralanmış, katılımcılara doğru hareketli uyarın (soldan sağa doğru) geliyor mantığıyla dizayn edilmiştir (Alaei, 2015). Bu çalışmada, tüm denemelerde, başlangıç ve bitiş hızları her bir farklı uyarı hızı için 6, 12mph şeklinde sabitlenmiş ve hedef ışık, 3. setin son ışığı olarak seçildi. Hakemlerin, denemenin zamanını tahmin etme konusundaki olasılığını en aza indirmek için, aletin uyarı ışığı, 1 saniye bir minimum gecikme ve 2 saniyelik maksimum gecikme şeklinde rastgele ayarlandı (Duncan ve ark., 2013). Hakem, her bir egzersiz şiddeti için hesaplanan hedef kalp atım sayısına geldiğinde her bir uyarı hızında (6mph, 12mph) 5 olmak üzere toplamda 10 ölçüm randomsal olarak alındı. Ölçümler milisaniye cinsinden tepkinin geç veya erken olması şeklinde kaydedildi. Milisaniye cinsinden alınan ölçümler, mutlak hata skoruna dönüştürülerek, istatistiksel analiz için değerlendirmeye alındı (Rudisill ve Jackson, 1992' den aktaran Söğüt ve ark., 2009).



Şekil 2. Bisiklet ergometresinde farklı egzersiz şiddetlerinde sezinleme zamanı ve karar verme becerisi ölçümü

Karar Verme Becerisi: Literatüre bakıldığında video analizi ile hakemlerin karar verme becerilerini ölçen çalışmalar mevcuttur (Kittel ve ark., 2018; Spitz ve ark., 2018). Bu çalışmada, hakemlerin farklı egzersiz şiddetlerinde karar verme becerilerinin belirlenmesinde Türkiye Futbol Federasyonu'nun hakemlere aylık olarak yaptığı eğitimlerde kullandığı videolardan yararlanıldı. Hakemlere, steady state durumunda ve sezinleme zamanı ölçümlerinin tamamlanmasından sonra farklı pozisyonları içeren (teknik ceza için; 15 tane direk serbest vuruş (2 tanesi penaltı), 3 tane indirek serbest (2 tanesi ofsayt), 2 tane oyuna devam seçeneği, disiplin yaptırımı için; 7 tane ihtar, 8 ihraç, 5 tane de kart yok seçeneği) toplam 20 adet 15'er saniyelik maç videosu izletilerek, pozisyonlar hakkında anında karar vermesi istendi. Videolarda doğru cevap seçeneği için teknik cezayı belirleme 1 puan, disiplin yaptırımlarını belirleme 1 puan olacak şekilde her bir video testi için toplam 2 puan ve tüm test için toplamda maksimum 40 puanlık puanlama sistemi oluşturuldu.

İstatistiksel Analiz

Araştırmada elde edilen tüm veriler, SPSS (version 16.0) programında kaydedildi. Shapiro Wilk test sonuçlarına göre her bir değişken için p değeri 0.05'ten büyük olarak bulundu. Hakemlerin farklı egzersiz şiddetlerinde sezinleme zamanı ve karar verme becerisi ile kan laktat düzeyi arasındaki farklılıkları bulmak için Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi, ikili karşılaştırmaların olduğu durumlarda ise Bonferroni Testi kullanıldı. Küresellik, Mauchly testi ile analiz edildi. Sphericity Assumed değerleri dikkate alındı. Sezineleme zamanı ve karar verme becerisi ile kan laktat düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Correlation testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edildi.

BULGULAR

Tablo 1. Hakemlerin ve yardımcı hakemlerin yaş, boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve deneyimlerini gösteren tablo.

	Gruplar	Sayı	X	S.S.
Yaş (yıl)	Hakem	6	24.00	.63
	Yardımcı Hakem	6	21.83	1.83
Boy (cm)	Hakem	6	183.00	7.15
	Yardımcı Hakem	6	180.66	7.42
Vücut Ağırlığı (kg)	Hakem	6	77.83	4.70
	Yardımcı Hakem	6	72.66	7.96
Deneyim (yıl)	Hakem	6	4.33	.81
	Yardımcı Hakem	6	4.00	.00

Tablo 1'de gösterildiği gibi, hakemlerin yaş 24.00 ± 0.63 yıl, boy 183.00 ± 7.15 cm, vücut ağırlığı 77.83 ± 4.70 kg, deneyimi 4.33 ± 0.81 yıl, yardımcı hakemlerin ise yaş 21.83 ± 1.83 yıl, boy 180.66 ± 7.42 cm, vücut ağırlığı 72.66 ± 7.96 kg, deneyimi 4.00 ± 0.00 yıl olarak bulunmuştur.

Tablo 2. Düşük (%40), orta (%60) ve yüksek (%90) şiddetteki egzersizler sırasındaki mutlak hata skorlarının (6mph) (ms) karşılaştırılması.

Egzersiz Şiddeti	X	S.S.	Sayı	F	p
Düşük (%40)	34.8	15.06	12		
Orta (%60)	48.5	22.27	12	1.454	.117
Yüksek (%90)	42.1	27.87	12		

Tablo 2’de gösterildiği gibi Mauchly’s testi sonucuna göre, küresellik varsayımı $p=.235$ olarak bulunmuştur. Dolayısıyla Sphericity assumed değerleri dikkate alınmıştır. Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi sonuçlarına göre; %40, %60 ve %90 egzersiz şiddetleri sırasındaki mutlak hata skorları (6mph) karşılaştırıldığında, istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır ($F(2,22)=1.451$, $p=.117$).

Tablo 3. Düşük (%40), orta (%60) ve yüksek (%90) şiddetteki egzersizler sırasındaki mutlak hata skorlarının (12mph) (ms) karşılaştırılması.

Egzersiz Şiddeti	X	S.S.	Sayı	F	p
Düşük (%40)	27.7	12.35	12		
Orta (%60)	30.8	16.95	12	.300	.744
Yüksek (%90)	32.5	18.32	12		

Mauchly’s testi sonucuna göre, küresellik varsayımı $p=.625$ olarak bulunmuştur. Tablo 3’de gösterildiği gibi Sphericity assumed değerleri dikkate alınmıştır. Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi sonuçlarına göre; %40, %60 ve %90 egzersiz şiddetleri sırasındaki mutlak hata skorları (12mph) karşılaştırıldığında, istatistiksel olarak anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır ($F(2,22)=.300$, $p=.744$).

Tablo 4. Düşük (%40), orta (%60) ve yüksek (%90) şiddetteki egzersizler sırasında ölçülen karar verme becerilerinin toplam skorunun karşılaştırılması.

Egzersiz Şiddeti	X	S.S.	Sayı	F	p
Düşük (%40)	32.16	2.72	12		
Orta (%60)	30.58	3.77	12	7.004	.004*
Yüksek (%90)	29.08	1.78	12		

Mauchly’s testi sonucuna göre, küresellik varsayımı $p=.069$ olarak bulunmuştur. Tekrarlı Ölçümlerde Varyans Analizi sonuçlarına göre; düşük (%40), orta (%60) ve yüksek (%90) şiddetteki egzersiz sırasında ölçülen karar verme becerilerinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($F(2,22)=7.004$, $p=.004$). Yapılan ikili karşılaştırmalarda, düşük (%40) ile yüksek (%90) şiddetteki egzersizler sırasında ölçülen karar verme becerileri arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur (ortalama farkı: 3.083, $p=.002$). Hakemler, düşük, orta ve yüksek şiddetli egzersizlerde,

sırasıyla %80.4, %76.45, %72.7'ini doğru karar vermiştir. Hakemlerin, yüksek şiddetli egzersiz sırasında verdikleri kararlar, düşük şiddetli egzersiz sırasında verdikleri kararlar ile karşılaştırıldığında, %7.7 karar verme performansında azalma gözlemlenmiştir.

Tablo 5. Dinlenik ve düşük (%40) şiddetteki egzersizden sonra 1. dakika, 4. dakika ve 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeylerinin (mmol) karşılaştırılması.

Kan laktat düzeyi	X	S.S.	Sayı	F	p
Dinlenik	1.85	1.18	12		
1.Dakika	4.51	1.64	12	3.100	.040*
4. Dakika	3.00	1.04	12		
8. Dakika	3.67	4.32	12		

Tablo 5’de görüldüğü gibi dinlenik ve düşük (%40) şiddetteki egzersizden sonra 1. dakika, 4. dakika ve 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeyinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür (F(3, 33)= 3.100, p=.040). Bonferroni testi sonuçlarına göre; dinlenik kan laktat değeri ile egzersizden sonra 1. dakikada ölçülen kan laktat düzeyi arasında (ortalama fark: -2.658*, p=.000); egzersizden sonra 1. dakika ile 4. dakikalarda ölçülen kan laktat düzeyleri arasında (ortalama fark: 1.517*, p=.009) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur.

Tablo 6. Dinlenik ve Orta (%60) şiddetteki egzersizden sonra 1. dakika, 4. dakika ve 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeylerinin (mmol) karşılaştırılması.

Kan laktat düzeyi	X	S.S.	Sayı	F	p
Dinlenik	1.52	.58	12		
1.Dakika	5.15	1.46	12	44.181	.000*
4. Dakika	4.10	1.18	12		
8. Dakika	3.73	1.16	12		

Mauchly’s testi sonucuna göre, küresellik varsayımı p=.631 olarak bulunmuştur. Tablo 6’da görüldüğü gibi Dinlenik ve orta (%60) şiddetteki egzersizden sonra 1. dakika, 4. dakika ve 8. Dakikada ölçülen kan laktat düzeylerinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark bulunmuştur (F(3, 33)= 44.181, p=.000). Bonferroni testi sonuçlarına göre; dinlenik kan laktat düzeyi ile egzersizden sonra 1. dakika (ortalama farkı: -3.633, p=.000), 4. dakika (ortalama farkı: -2.575, p=.000) ve 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeyi arasında (ortalama farkı: -2.208, p=.000) istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Ayrıca, egzersizden sonra 1. dakika ile 4. dakika (ortalama farkı: 1.058, p=.037) ve 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeyleri arasında (ortalama farkı: 1.425, p=.006) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Tablo 7. Dinlenik ve yüksek (%90) şiddetteki egzersizden sonra 1. dakika, 4. dakika ve 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeylerinin (mmol) karşılaştırılması.

Kan laktat düzeyi	X	S.S.	Sayı	F	p
Dinlenik	2.10	1.08	12	36.697	.000*
1.Dakika	11.81	3.96	12		
4. Dakika	9.48	3.05	12		
8. Dakika	7.97	3.10	12		

Mauchly's testi sonucuna göre, küresellik varsayımı $p=.340$ olarak bulunmuştur. Tablo 7'de görüldüğü gibi dinlenik ve yüksek (%90) şiddetteki egzersizden sonra 1. dakika, 4. dakika ve 8. dakikada ölçülen kan laktat düzeylerinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmüştür ($F(3,33)=36.697$, $p=.000$). Bonferroni testi sonuçlarına göre; dinlenik ile egzersizden sonra 1. Dakika (ortalama farkı: -9.708 , $p=.000$), 4. dakika (ortalama farkı: -7.375 , $p=.000$) ve 8. dakika (ortalama farkı: -5.867 , $p=.001$) ölçülen kan laktat düzeyi arasında; egzersizden sonra 1. dakika ile 4. (ortalama farkı: 2.333 , $p=.041$) ve 8. dakika (ortalama farkı: 3.842 , $p=.026$) arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark bulunmuştur.

Tablo 8. Düşük (%40), orta (%60) ve yüksek (%90) şiddetteki egzersizden önce ölçülen dinlenik kan laktat düzeylerinin (mmol) karşılaştırılması.

Egzersiz Şiddeti	X	S.S.	Sayı	F	p
Düşük (%40)	1.85	1.18	12	.945	.404
Orta (%60)	1.52	.589	12		
Yüksek (%90)	2.10	1.08	12		

Mauchly's testi sonucuna göre, küresellik varsayımı $p=.061$ olarak bulunmuştur. Tablo 8'de görüldüğü gibi hakemlerin düşük (%40), orta (%60) ve yüksek (%90) şiddetteki egzersizden önce ölçülen dinlenik kan laktat düzeylerinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmemiştir ($F(2,22)=.945$, $p=.404$).

Tablo 9. Hakemlerin düşük (%40), orta (%60), yüksek (%90) egzersiz şiddeti sırasında ölçülen sezinleme zamanı ve karar verme becerileri ile kan laktat düzeyi arasındaki ilişkisi

Kan Laktat Düzeyi		Düşük (%40) şiddet			Orta (%60) şiddet			Yüksek (%90) şiddet		
		1.dk.	4.dk.	8.dk.	1.dk.	4.dk.	8.dk.	1.dk.	4.dk.	8.dk.
6mph	r	-.393	-.107	.030	-.047	-.211	.073	.367	.662*	.741**
	p	.206	.740	.927	.884	.511	.821	.240	.019	.006
12mph	r	-.335	-.266	-.103	.247	-.328	-.076	.338	.438	.202
	p	.287	.404	.750	.440	.298	.815	.282	.155	.528
Karar Verme	r	-.345	-.570	-.577*	.046	.155	-.034	-.205	-.110	.143
	p	.271	.053	.049	.888	.631	.917	.523	.733	.657

* $p<0.05$

Tablo 9’da gösterildiğinde; %40 şiddette yapılan egzersizden sonra 8.dakika ölçülen kan laktat düzeyi ile karar verme düzeyi arasında negatif yönde anlamlı ilişki ($r=-.577$, $p=.049$) bulunmuştur. Orta (%60) şiddette yapılan egzersizden sonra 1. dakika, 4. dakika ve 8. dakika ölçülen kan laktat düzeyi ile mutlak hata skoru (6mph, 12mph) ve karar verme düzeyi arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır ($p>0.05$). Yüksek (%90) şiddette yapılan egzersizden sonra 4. dakika ($r=.662$, $p=.019$) ve 8. dakikada ($r=.741$, $p=.006$) ölçülen kan laktat düzeyi ile mutlak hata skoru (6mph) arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı ilişki bulmuştur.

TARTIŞMA

Bu çalışma, futbol hakemlerinin farklı egzersiz şiddetlerinde (%40, %60, %90) sezinleme zamanı (6mph ve 12mph) ve karar verme becerisi ile kan laktat düzeyini incelemek amacıyla yapılmıştır.

Yüksek şiddette yapılan egzersizde laktik asit artarken Ph azalır. Bunun sonucunda ise yorgunluk oluşur. Egzersiz sonrasında laktik asidin uzaklaştırılması için enerji gerekmektedir. Bu enerji daha çok aerobik yolla sağlanır. Maksimal egzersiz sonrasında laktik asidin yarısının uzaklaştırılması için 25 dakikalık dinlenme-toparlanma periyoduna ihtiyaç vardır. Ayrıca laktik asidin % 95’i 1 saat 15 dakika da uzaklaştırılır (Günay ve ark., 2013). Çalışmanın bulgularına bakıldığında özellikle yüksek şiddetli egzersizden (%90) sonra 1. dakikada ölçülen kan laktat düzeyinin yüksek olduğu (11.81 ± 3.96 mmol) görülmektedir. Düşük, orta ve yüksek şiddetli yapılan egzersizden sonra kan laktat düzeyinde kademeli olarak düşüş gözlenmiştir (Tablo 5, 6, 7). Ishiara ve ark., (2015) maç sırasında futbol hakemlerinin toplam 11.3 ± 0.6 km mesafe yaptığını, bunun 1.9 ± 0.4 km’sinin yüksek şiddetli aktivite olduğunu belirtmiştir. Kan laktat değeri (14.5 ± 1.0) ile yüksek şiddetli aktivite arasında pozitif yönde ilişki bulmuştur. Ayrıca, hakemlerin maç performansının değerlendirilmesinde maç içerisinde kat ettikleri toplam mesafeden ziyade yüksek şiddetli koşu mesafesinin önemli olduğunu göstermiştir. Castillo ve ark., (2018) İspanya 3.ligi maçlarını yöneten 44 ulusal hakem üzerinde yaptıkları çalışmada, hakemlerin maç içerisinde toplam $10,091.12 \pm 794.06$ m mesafe aldığını, bu mesafenin 2901.76 ± 688.82 m’sinin yüksek şiddetli aktivite olduğunu belirtmiştir. Ayrıca maç sonunda hakemlerin kan laktat düzeyinin 7.65 ± 1.45 (mmol· L⁻¹) olduğunu bildirmiştir. Yüksek şiddetli aktivite ile kan laktat düzeyleri arasında ilişki olmadığını rapor etmiştir. Castillo ve ark., (2016) en az 6 yıl deneyime sahip, İspanya Ulusal Liglerinde görev yapan 45 hakemin Yo-Yo AT1 sonucunda; kan laktat düzeyini hakem için 8.33 ± 2.04 mmol.L⁻¹, yardımcı hakem için 7.34 ± 2.46 mmol.L⁻¹ olarak bulmuştur. Da Silva ve ark., (2008) resmi maçlarda Brezilyalı hakemlerin ortalama 9155.47 ± 379 m mesafe kat ettiklerini, 734.7 ± 65 kcal enerji harcadıklarını bildirmiştir. Toplam mesafe ve enerji tüketimi bakımından hakemlerin futbolcularla benzerlik gösterdiğini tespit etmiştir. Castagna ve ark., (2005) Yo-Yo AT1 testi sonrasında kan laktat düzeyi elit hakemler için 8.0 mmol.L⁻¹, orta seviyedeki hakemler için 11.5 mmol.L⁻¹, düşük seviyedeki hakemler için ise 10.5 mmol.L⁻¹ olarak bulmuştur. Boullosa ve ark., (2012) İspanya bölgesel ve üçüncü lig kadın ve

erkek futbol hakemlerinin Yo-Yo AT1 testi sonrasında kan laktat düzeyini kadın hakemlerde 8.2 mmol.L^{-1} erkek hakemlerde 10.5 mmol.L^{-1} olarak rapor etmiştir. Kumar ve ark., (2012) yüksek egzersiz şiddeti ile kan laktat üretimi arasında pozitif ilişki bulmuştur.

Araştırmanın bulguları incelendiğinde; düşük (%40), orta (%60) ve yüksek (%90) egzersiz şiddeti sırasında 6mph ve 12 mph uyarı hızı için ölçülen mutlak hata skorları karşılaştırıldığında, istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0.05$). (Tablo 2, Tablo 3). Bu araştırmanın bulguları ile paralel olmayan çalışma sonuçlarına bakıldığında; Duncan ve ark., (2013) yüksek şiddetli egzersizlerin, rastlantıya bağlı sezinleme zamanını olumsuz yönde etkilediğini göstermiştir. Duncan ve ark., (2014) 8 erkek, 10 kadın üzerinde yapmış olduğu çalışmada fizyolojik uyarılmanın sezinleme zamanı üzerindeki etkinin catastrophe modeli ile açıklanıp açıklanmayacağını araştırmıştır. Yüksek kaygı ve yüksel fizyolojik uyarılmaların olduğu durumlarda, mutlak hata skorlarının yüksek olduğunu bildirmiştir. Bilişsel olarak duyulan kaygının, kalp atım rezervinin %30, %50, %70'inde yapılan egzersizlere göre kalp atım rezervinin %90'ında yapılan egzersizlerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Duncan ve ark., (2013) ve Duncan ve ark., (2014) yaptığı çalışmada örneklem grubu öğrencilerden oluşmuştur. Bu çalışmada ise örneklem grubu düzenli olarak haftada 2 gün antrenman yapan bireylerden seçilmiştir. Sezinleme zamanının farklı egzersiz şiddetlerinden anlamlı düzeyde etkilenmemesi örneklem grubu ile ilgili olabilir. Bu yorumu destekleyen çalışmalara bakıldığında; Hüttermann ve ark., (2014) yaptığı çalışmada takım sporcuları ile sporcu olmayanların üç farklı egzersiz şiddetinde dikkat performanslarını incelemiştir. Sporcu olanlar, sporcu olmayanlara göre yüksek şiddetli egzersizler sırasında dikkat performanslarını devam ettirmiştir. Sporcu olmayanlar ise bireysel kalp atım sayılarının %60'ında iken fiziksel egzersiz ile bilişsel performansları ters U göstermiştir. Atletik düzeyin, egzersiz şiddeti ile bilişsel performans arasındaki ilişkide moderator bir etkiye sahip olduğunu bildirmiştir. Lyons ve ark., (2008) yaptığı çalışmada, farklı egzersiz şiddetlerinin deneyimli beyzbol oyuncularının sezinleme zamanı üzerinde istatistiksel olarak herhangi bir etkiye sebep olmadığını, sadece orta şiddetli egzersizlerde gelişmiş sezinleme zamanı performansının görüldüğünü bulmuştur. Kashiara ve Nakara (2005) laktat eşliğinde yapılan egzersizlerin bilişsel performans üzerinde olumsuz etki yaratmadığını belirtmiştir. Davrance ve ark., (2015) yüksek egzersiz şiddetinin bilişsel kontrolü etkilemediğini bildirmiştir. Browne ve ark., (2017) yaptıkları sistematik derleme çalışmasında, yüksek fitness düzeyine sahip olmanın, şiddetli egzersizin bilişsel performans üzerindeki yıkıcı etkisini azalttığını göstermiştir. Ayrıca, antrenmanlı bireylerde akut yüksek yoğunluklu egzersizin bilişsel performans üzerindeki etkisinin değerlendirilen spesifik bilişsel alana bağlı olduğunu belirtmiştir. Genel olarak, basit görevler etkilenmezken, karmaşık görevlerdeki sonuçlar belirsiz kalmıştır. Doğruluk, hız ölçümlerine kıyasla yüksek yoğunluklu egzersizden çok az etkilenme eğilimi göstermiştir. Schapschröer ve ark., (2016) akut fiziksel egzersizin sporcuların algısal performansları üzerindeki etkisinin, uyarılan egzersizin ve algısal-bilişsel görevin

özgüllüğüne bağlı olduğunu rapor etmiştir. Sporcuların sporcu olmayanlara göre akut fiziksel egzersizden daha pozitif etkilendiğini bildirmiştir.

Hakemliğin en önemli yönü karar verme sürecidir. Oyun boyunca bir hakem kısıtlı zamanlar içerisinde doğru kararlar vermek zorundadır (Helsen ve Bultynck, 2004). Yorgunluk bilişsel işlem sürecini etkileyerek hareket kontrol yeteneğini azaltır. Bu da kararların geç alınmasına sebep olur (Almonroeder ve ark., 2018). Araştırmanın sonucuna bakıldığında; düşük (%40), orta (%60) ve yüksek (%90) şiddetteki egzersiz sırasında ölçülen karar verme becerilerinin karşılaştırılmasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde fark görülmüştür ($p<0.05$). İkili karşılaştırmalarda; düşük (%40) ile yüksek (%90) şiddetteki egzersizler arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur ($p<0.05$). Hakemler, düşük, orta ve yüksek şiddetli egzersizler sırasında kararların sırasıyla, %80.4, %76.45, %72.7'ini doğru bilmıştır. Hakemlerin, yüksek şiddetli egzersiz sırasında verdikleri kararlar, düşük şiddetli egzersiz sırasında verdikleri kararlar ile karşılaştırıldığında, %7.7 karar verme performansında azalma gözlemlenmiştir (Tablo 4). Yerkes ve Dodson tarafından öne sürülen teoriye göre düşük (uykulu, uyuşuk) ve çok yüksek uyarı düzeylerinde (heyecanlı, tedirgin) performansın olumsuz yönde etkilenir. Orta düzey bir uyarının optimal performans için gereklidir (Papaioannou ve Hackfort, 2014). Performans ile uyarı arasındaki ilişkiyi açıklayan teorilerden bir tanesi de Catastrophe modelidir. Hardy ve Parfitt tarafından geliştirilen teoriye göre fizyolojik uyarı yüksek olduğunda, bilişsel kaygı ve performans arasında negatif ilişki olur. Bilişsel kaygı düşük olduğunda performans ile uyarı arasındaki ilişki Ters U gösterir. Bilişsel kaygı düzeyi yüksek olduğunda ise artan fizyolojik uyarı, atletik performansta ciddi düşüşe sebep olur. Bir başka teori ise, Hanin tarafından öne sürülen bireysel optimal işlevsel bölge (IZOF) teoridir. Bu teori, optimal uyarının bireysel olarak değiştiğini, bazı sporcuların, çok düşük veya çok yüksek uyarılma düzeylerinde iyi bir performans sergilediğini belirtir (Robbins ve Madrigal, 2016). Bu çalışmanın karar verme becerileri ile ilgili sonuçları, Ters U hipotezi ile Catastrophe modelini desteklemektedir. Gaoua ve ark., (2017) tarafından yapılan çalışma, aşırı sıcak ortamlarda yapılan şiddetli egzersizin karar vermeyi etkileyebilecek fizyolojik ve psikolojik stresi artırdığını göstermektedir. Bu nedenle, oyunun temposuna ayak uydurmak için gerekli olan fiziksel ve aşırı sıcaklıklardan kaynaklanan termal zorlamanın, hakemlerin hızlı ve doğru kararlar vermesini engelleyebileceğini bildirmiştir. Helsen ve Bultynck (2004) yaptıkları çalışmada video eğitimin hakemlerin karar verme becerilerini geliştirmede önemli bir araç olduğunu bildirmiştir. Hakemlerde, karar vermeden hemen önce artan fizyolojik yükün, karar verme sürecine dahil olan bilişsel süreçleri olumsuz yönde etkilediğini bulmuştur. Bir karar öncesi yüksek koşu hızının, karar verme hata olasılığını artırdığını göstermiştir. Mallo ve ark., (2012) hakem ve yardımcı hakemlerin maç sonlarına doğru yanlış karar verme riskinin arttığını belirtmiştir. Catteeuw ve ark., (2010) yaptıkları çalışmada, yorgunluğun hakemlerin off-side kararını etkilemediğini bildirmiştir. Balmer ve ark., (2007) gürültü ile birlikte artan kaygının, hakemlerin kararlarında tutarsızlığa sebep olduğunu

belirtmiştir. Yapılan bir çalışmada serbest vuruş öncesi hakemin koşu hızının yüksek olmasının, karar verme becerileri ile ilişkili bilişsel süreçler üzerinde olumsuz etki yarattığını (Elsworthy ve ark., 2014). Almonroeder ve ark., (2018) sporcular tükenme noktasına yaklaştıklarında yorgunluğun karar verme ile ilgili bilişsel süreçleri etkileyebileceğini belirtmiştir. Smith ve ark., (2016) 15 antrenmanlı denek üzerinde yaptığı araştırmada, 10 dakika süren yüksek şiddetli egzersiz sırasında reaksiyon zamanının yavaşladığını, ihmal ve karar verme hatalarının ise arttığını rapor etmiştir. Whyte ve ark., (2015) yüksek şiddetli egzersizlerin özellikle frontal yönetici fonksiyonda olmak üzere nöro-bilişsel fonksiyonda azalmaya sebep olduğunu bildirmiştir. Labelle ve ark., (2013) orta şiddetteki egzersizlere göre yüksek şiddetli egzersizler sırasında bilişsel performansın (yönetici kontrol) olumsuz etkilendiğini göstermiştir. Rooks ve ark., (2010) düşük şiddetten yüksek şiddetli egzersize doğru serebral oksijenasyonun arttığını ve daha sonra plato oluştuğunu, çok şiddetli ve yorucu egzersizler sırasında ise serebral oksijenasyonun azaldığını belirtmiştir. Mcmorris ve Hale (2012) yüksek şiddetli egzersizlerin katekolamin düzeylerinde artışa sebep olduğunu, bu artışın nöral gürültüyü tetiklediğini bunun da bilişsel performans olumsuz etkilendiğini vurgulamıştır. Yapılan başka bir çalışmada Elsworthy ve ark. (2014) hakemlerin herhangi bir karar öncesi yaptığı egzersiz, solunum eşiğinin üzerinde olursa, serebral kan akımındaki değişikliklerden dolayı, karar verme becerilerinin olumsuz etkilenebileceğini göstermiştir.

SONUÇ, SINIRLIKLAR VE ÖNERİLER

Lambourne ve Tomporowski (2010) egzersize bağlı uyarının bilişsel performans üzerine olan etkisini incelediği meta-analiz çalışmasında, egzersiz ile bilişsel performans arasında kompleks ilişki olduğunu, bilişsel performansın gelişmesi veya bozulmasının, egzersiz şiddetine, egzersiz çeşidine ve ölçülecek olan bilişsel görevin tipine bağlı olduğunu belirtmiştir. Sonuç olarak; özellikle hakemlerin yüksek şiddetteki egzersizlerden sonra kan laktat düzeyi yüksek bulunmuştur. Yüksek şiddetteki egzersizlerde karar verme düzeyi anlamlı düzeyde bozulurken, sezinleme zamanı da anlamlı olmamasına rağmen olumsuz etkilenmiştir. Bunun sebebi ise kan laktat düzeylerindeki artıştan kaynaklanmış olabilir. Farklı egzersiz şiddetlerinin karar verme becerisi üzerinde anlamlı, sezinleme zamanının üzerinde ise anlamlı olmamasına rağmen olumsuz etkiye sahip olmasının sebebi ise Lambourne ve Tomporowski (2010) belirttiği gibi ölçülen bilişsel performans görevinin tipi ile de ilişkili olabilir. Hakemlerin, sezinleme zamanı ve karar verme becerilerinin egzersiz sırasında ölçümü yapılırken, aynı zamanda kan laktat düzeylerinin belirlenmesinin hakemlerin yorgunluk ve algısal bilişsel becerileri arasındaki ilişkiyi açıklamak için net bilgi sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu da çalışmanın sınırlıkları arasında değerlendirilebilir.

Bu çalışmada hakemlerin laboratuvar ortamında farklı şiddetteki egzersizler sırasında sezinleme zamanı ve karar verme becerileri ölçüldü. Oysa gerçek futbol müsabakasında hakemler artan fizyolojik

yükün yanı sıra birçok faktör (seyirci veya oyuncu baskısı) ile karşı karşıya kalmaktadır. Bu çalışmada bu gibi faktörler dikkate alınmadı. Bir sonraki çalışmalarda, hakemlerin resmi maçlar sırasında maç performansının (egzersiz şiddeti, karar verme becerileri) değerlendirilmesi önerilmektedir. Bu çalışmada egzersiz şiddeti Karvonen yöntemi ile belirlenmiştir. Egzersiz şiddeti belirlenirken hakemlerin maksimal güç çıktıkları veya MaxVO₂ kapasiteleri de dikkate alınabilirdi. İleriki çalışmalarda cinsiyet ve deneyim faktörü de dikkate alınarak elit hakem ve yardımcı hakemlerde, farklı egzersiz şiddetlerinin üst düzey çeşitli algısal-bilişsel özellikler üzerine etkisinin incelenmesi önerilmektedir. Hakemlerin artan egzersiz şiddetinde ve kan laktat düzeyinde algısal özelliklerini koruyup düzgün kararlar verebilmesi için antrenmanlarda algısal ve motorsal özelliklerinin geliştirilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Alaei, F. (2015). *Effects of exercise intensity and stimulus speed on coincidence anticipation timing with respect to gender in adolescent badminton players*. Doctor of Philosophy dissertation, Middle East Technical University. Ankara.
- Almonroeder, T. G., Tighe, S. M., Miller, T. M., Lanning, C. R. (2018). The influence of fatigue on decision-making in athletes: a systematic review. *Sports Biomechanics*, 14, 1-14.
- Balmer, N.J., Nevill, A.M., Lane, A.M., Ward, P., Williams, M.A., Fairclough, S.A. (2007) Influence of crowd noise in soccer on soccer refereeing consistency. *Journal of Sport Behavior*, 30(2), 130-145.
- Boullosa, D.A, Abreu, L., Tuimil, J.L, Leicht, A.S. (2012). Impact of a soccer match on the cardiac autonomic control of referees. *European Journal of Applied Physiology*, 112(6), 2233-2242.
- Browne, S. E., Flynn, M. J., O'Neill, B. V., Howatson, G., Bell, P. G., Haskell-Ramsay, C. F. (2017). Effects of acute high-intensity exercise on cognitive performance in trained individuals: A systematic review. In *Progress in Brain Research*, 234, 161-187.
- Byun, K., Hyodo, K., Suwabe, K., Ochi, G., Sakairi, Y., Kato, M., Dan, I., Soya, H. (2014). Positive effect of acute mild exercise on executive function via arousal-related prefrontal activations: an fNIRS study. *Neuroimage*, 98, 336-345.
- Castagna, C., Abt, G., & D'ottavio, S. (2007). Physiological aspects of soccer refereeing performance and training. *Sports Medicine*, 37(7), 625-646.
- Castagna, C., Abt, G., D'Ottavio, S. (2005). Competitive level differences in yo-yo intermittent recovery and 12 min run test performance in soccer referees. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 19(4), 805-809.
- Castillo, D., Camara, J., Lozano, D., Berzosa, C., Yanci, J. (2018). The association between physical performance and match-play activities of field and assistants soccer referees. *Research in Sports Medicine*, 20, 1-15.
- Catteeuw, P., Gilis, B., Wagemans, J., & Helsen, W. (2010). Offside decision making of assistant referees in the English Premier League: Impact of physical and perceptual-cognitive factors on match performance. *Journal of Sports Sciences*, 28(5), 471-481.
- Ceylan, H. I., Saygın, O. (2018). Acute effect of various exercise intensities on cognitive performance. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 4(2), 157-172.
- Choi, Y., Roh, J. (2018). Activity profile and physiological responses of Korean amateur football referees during matches. *Journal of Physical Therapy Science*, 30(2), 351-354.
- Da Silva, A. I., Fernandes, L. C., Fernandez, R. (2008). Energy expenditure and intensity of physical activity in soccer referees during match-play. *Journal of Sports Science & Medicine*, 7(3), 327-334.
- Davranche, K., Brisswalter, J., Radel, R. (2015). Where are the limits of the effects of exercise intensity on cognitive control? *J Sport Health Sci*, 4, 56-63.
- D'Ottavio, S., Castagna, C. (2001). Physiological load imposed on elite soccer referees during actual match play. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 41(1), 27-32.
- Duncan, M., Smith, M., Lyons, M. (2013). The Effect of exercise intensity on coincidence anticipation performance at different stimulus speeds. *European Journal of Sport Science*, 13(5), 559-566.
- Duncan, M.J., Smith, M., Bryant, E., Eyre, E., Cook, K., Hankey, J., Tallis, J., Clarke, N., Jones, M.V. (2014). Effects of increasing and decreasing physiological arousal on anticipation timing performance during competition and practice. *European Journal of Sport Science*, 16(1), 27-35.
- Ekmekçi, R. (2011). İyi bir hakemin özellikleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 2(1), 1-5.
- Elsworthy, N., Burke, D., & Dascombe, J. B. (2014). Factors relating to the decision-making performance of Australian football officials. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 14(2), 401-410.

- Ferguson, B. (2014). ACSM's guidelines for exercise testing and prescription 9th Ed. *The Journal of the Canadian Chiropractic Association*, 58(3), 328.
- Gaoua, N., de Oliveira, R. F., & Hunter, S. (2017). Perception, action, and cognition of football referees in extreme temperatures: impact on decision performance. *Frontiers in Psychology*, 8, 1479. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01479.
- Günay, M., Tamer, K., Cicioğlu, İ. (2013). *Spor fizyolojisi ve performans ölçümü*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Helsen, W., Bultynck, J.B. (2004) Physical and perceptual-cognitive demands of top-class refereeing in association football, *Journal of Sports Sciences*, 22(2), 179-189.
- Hüttermann, S., Memmert, D. (2014). Does the inverted-U function disappear in expert athletes? An analysis of the attentional behaviour under physical exercise of athletes and non-athletes. *Physiol Behav*, 131, 87-92.
- Ishihara, Y., Naito, H., Ozaki, H., Yoshimura, M. (2015). Aerobic fitness relation to match performance of Japanese soccer referees. *Football Science*, 12, 91-97.
- Jarvis, M., (2006). *Sport psychology: a student's handbook*. New York: Routledge.
- Karvonen, M. J., Kentala, E., Mustala, O. (1957). The effects of training heart rate: a longitudinal study. *Annales Medicinae Experimentalis et Biologiae Fenniae*, 35, 307-315.
- Kashihara, K., Nakahara, Y. (2005). Short-term effect of physical exercise at lactate threshold on choice reaction time. *Perceptual and Motor Skills*, 100, 275-291.
- Kittel, A., Elsworth, N., & Spittle, M. (2018). Incorporating perceptual decision-making training into high-intensity interval training for Australian football umpires. *Journal of Sports Sciences*, 1-7. doi:10.1080/02640414.2018.1480257.
- Krustrup, P., Helsen, W., Randers, M. B., Christensen, J. F., MacDonald, C., Rebelo, A. N., Bangsbo, J. (2009). Activity profile and physical demands of football referees and assistant referees in international games. *Journal of Sports Sciences*, 27(11), 1167-1176.
- Krustrup, P., Mohr, M., Bangsbo, J. (2002). Activity profile and physiological demands of top-class soccer assistant refereeing in relation to training status. *Journal of Sports Sciences*, 20(11), 861-871.
- Kumar, A., Kumar, R., & Kumar, R. (2012). Blood lactate response to different workload patterns in female weight lifters. *Journal of Exercise Science and Physiotherapy*, 8(2), 87-92.
- Labelle, V., Bosquet, L., Mekary, S., & Bherer, L. (2013). Decline in executive control during acute bouts of exercise as a function of exercise intensity and fitness level. *Brain and Cognition*, 81(1), 10-17.
- Lambourne, K., Tomporowski, P. (2010). The effect of exercise-induced arousal on cognitive task performance: a meta-regression analysis. *Brain Research*, 1341, 12-24.
- Lyons, M., Al-Nakeeb, Y., Nevill, A., (2008). Post-exercise coincidence anticipation in expert and novice gaelic games players: the effects of exercise intensity. *European Journal of Sport Science*, 8(4), 205-216.
- Mallo, J., Frutos, P. G., Juárez, D., & Navarro, E. (2012). Effect of positioning on the accuracy of decision making of association football top-class referees and assistant referees during competitive matches. *Journal of Sports Sciences*, 30(13), 1437-1445.
- McMorris, T., & Hale, B. J. (2012). Differential effects of differing intensities of acute exercise on speed and accuracy of cognition: a meta-analytical investigation. *Brain and Cognition*, 80(3), 338-351.
- McMorris, T., & Hale, B. J. (2015). Is there an acute exercise-induced physiological/biochemical threshold which triggers increased speed of cognitive functioning? A meta-analytic investigation. *Journal of Sport and Health Science*, 4(1), 4-13.
- North, J. S., Hope, E., & Williams, A. M. (2016). The relative importance of different perceptual-cognitive skills during anticipation. *Human Movement Science*, 49, 170-177.
- Papaioannou, A. G., Hackfort, D. (2014). *Routledge companion to sport and exercise psychology: global perspectives and fundamentals concepts*. London and Newyork: Routledge.
- Piras, A., Lobiatti, R., & Squatrito, S. (2014). Response time, visual search strategy, and anticipatory skills in volleyball players. *Journal of Ophthalmology*. <http://dx.doi.org/10.1155/2014/189268>.
- Riiser, A., Pettersen, S. A., Andersen, V., Saeterbakken, A. H., Froyd, C., Ylvisaker, E., Moe, V. F. (2017). Accelerations and high intensity running in field and assistant football referees during match play. *Science and Medicine in Football*, 1(3), 280-287.
- Riquelme, D. (2015). *The effects of moderate-intensity aerobic exercise on cognition and arousal in extrovert and introvert personality types*. Doctor of Philosophy dissertation. Faculty of the University of Miami, Florida.
- Robbins, J. E., Madrigal, L. (2016). *Sport, exercise, and performance psychology: bridging theory and application*. New York: Springer Publishing Company.
- Rooks, C. R., Thom, N. J., McCully, K. K., & Dishman, R. K. (2010). Effects of incremental exercise on cerebral oxygenation measured by near-infrared spectroscopy: A systematic review. *Progress in Neurobiology*, 92(2), 134-150.
- Schapschröder, M., Lemeiz, S., Baker, J., & Schorer, J. (2016). Physical load affects perceptual-cognitive performance of skilled athletes: A systematic review. *Sports Medicine-Open*, 2(1), 37. doi: 10.1186/s40798-016-0061-0.
- Schenk, K., Bizzini, M., & Gatterer, H. (2018). Exercise physiology and nutritional perspectives of elite soccer refereeing. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(3), 782-793.
- Sors, F., Murgia, M., Santoro, I., Prpic, V., Galmonte, A., & Agostini, T. (2017). The contribution of early auditory and visual information to the discrimination of shot power in ball sports. *Psychology of Sport and Exercise*, 31, 44-51.
- Söğüt, M., Ak, E., Koçak, S. (2009). 8-10 Yaş grubu tenis oyuncularının sezinleme zamanı. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 20(1), 1-5.
- Smith, M., Tallis, J., Miller, A., Clarke, N. D., Guimaraes-Ferreira, L., Duncan, M. J. (2016). The effect of exercise intensity on cognitive performance during short duration treadmill running. *Journal of Human Kinetics*, 51(1), 27-35.

- Spitz, J., Put, K., Wagemans, J., Williams, A. M., & Helsen, W. F. (2018). The role of domain-generic and domain-specific perceptual-cognitive skills in association football referees. *Psychology of Sport and Exercise*, 34, 47-56.
- Tekus, E., Kaj, M., Szabo, E., Szenasi, N., Kerepesi, I., Figler, M., et al. (2012). Comparison of blood and saliva lactate level after maximum intensity exercise. *Acta Biologica Hungarica*, 63(1), 89-98.
- Weston, M. (2015). Match performances of soccer referees: the role of sports science. *Movement & Sport Sciences-Science & Motricite*, 87, 113-117.
- Weston, M., Drust, B. and Gregson, W. (2011). Intensities of exercise during matchplay in FA Premier League referees and players. *Journal of Sports Sciences*, 29(5), 527-532.
- Weston, M., Drust, B., Atkinson, G., & Gregson, W. (2011). Variability of soccer referees' match performances. *International Journal of Sports Medicine*, 32(3), 190-194.
- Whyte, E. F., Gibbons, N., Kerr, G., Moran, K. A. (2015). Effect of a high-intensity intermittent-exercise protocol on neurocognitive function in healthy adults: implications for return-to-play management after sport-related concussion. *Journal of Sport Rehabilitation*, 24(4),1-5. <http://dx.doi.org/10.1123/jsr.2014-0201>.
- Williams, A., Davids, K., & Williams, J. (2000). *Visual perception and action in sport*. New York: Routledge.

Sporun Kamu Diplomasisi Açısından Türkiye'nin İmajına Etkisi

Sport's Effect on Turkey's Image from the Point of Public Diplomacy

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Halil Erdem AKOĞLU^{1*}

Tonguç Osman MUTLU²

¹Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Ankara.

<http://orcid.org/0000-0002-0818-7143>

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Muğla.

<http://orcid.org/0000-0003-1270-6978>

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 18.09.2018

Kabul Tarihi: 21.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Öz

İletişim teknolojilerinin hızla gelişmesi ile dünya üzerinde yaşanan her olaya tüm dünya neredeyse anında ve canlı olarak kolayca ulaşabilmektedir. Kamu diplomasi aktörlerinin de günümüz teknolojisine ayak uydurmaları onları devletlerin önemli bir gücü haline getirmektedir. İnsanların en çok ilgi duyduğu ve takip ettiği büyük spor organizasyonlarını kullanarak kamu diplomasisi uygulamalarını yürütmek birçok gelişmiş ve gelişmekte olan ülkenin öncelikleri arasına girmiştir. Sportif başarı, son 20 yıldır uluslararası ilişkiler literatüründe yumuşak güç unsuru olarak yerini almış ve spor, ülkelerin uluslararası alandaki imajlarının oluşumunda önemli bir etken olmaya başlamıştır. Bu bilgiler doğrultusunda bu çalışmanın amacı, sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına etkisini incelemektir. Bu kapsamda uluslararası spor organizasyonlarında yer almış spor yöneticileri, uluslararası hakemler, spor yazarlarını ile çeşitli branşlarda milli takımlarda yer almış veya almakta olan sporcuları ve antrenörleri kapsayan 394 kişiye Gök (2016) tarafından geliştirilen İmaj Ölçeği uygulanmıştır. Uygulanan ölçek analiz edilmiş ve sonuçları değerlendirilmiştir. Sonuç olarak araştırmaya katılan kişiler, Türkiye'nin ülke imajı olarak tesisleşme, uluslararası organizasyonları başarıyla düzenleme, spor alanında zengin bir kültürel mirasa sahip olma ifadelerinde daha olumlu görüş bildirirken, spor kültürünün, spor biliminin yeterli düzeyde oluşmadığı ve spor alanında teknolojinin geri kaldığı bir ülke imajının olduğunu belirtmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Kamu Diplomasisi, Spor, İmaj, Spor Diplomasisi

Abstract

With the rapid development of communication technologies, the world is able to reach almost all worlds almost instantly and live. The fact that the public diplomacy actors keep pace with today's technology makes them an important power of states. Operating public diplomacy by using large sports organizations that people are most interested in and following is one of the priorities of many developed and developing countries. Sportive success has taken its place as an element of soft power in the international relations literature for the last 20 years and sports has become an important factor in the formation of countries' international image. In the light of this information, the aim of this study is to examine the effect of the sport as an instrument of the public diplomacy on the image of the Turkey. In this context, the Image Scale developed by Gök (2016) was applied to 394 people including sports managers, international referees, sports writers and sportsmen and coaches in various sports branches of international sports organizations. The questionnaires were analyzed and the results were evaluated. In conclusion, it appears that while persons participated in the survey express positive opinion about the image of Turkey in the view of sports facilities, the successfully hosting of international sports organizations, the possessive of the rich cultural heritages in sport field; it has been seen as a country image that sport culture and sport sciences have been able to not reach to an adequate level and it is left behind at technology level in sport field.

Keywords: Public Diplomacy, Sport, Image, Sport Diplomacy

*Bu araştırma Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği ABD Yüksek lisans Öğrencisi Halil Erdem AKOĞLU'nun "Sporun Kamu Diplomasisi Açısından Türkiye'nin İmajına Etkisi" başlıklı tezinden üretilmiştir.

* Sorumlu yazar: Halil Erdem Akoğlu, erdemakoglu@hotmail.com

GİRİŞ

KüreselleŐen dünyada teknolojinin gelişmesi, sosyal medya araçlarının önem kazanması nedeniyle toplumlar arasındaki mesafeler kısalmıŐ, bir anlamda dünya bir köye dönüŐmüŐtür. İnsanların doğru bilgiye kolayca ulaŐabilmesiyle birlikte iletişim artık çift yönlü hale gelmiştir. Geleneksel diplomasi kavramı devletten-devlete olmaktan çıkmış devletten-halka veya halktan-halka Őeklini almıştır (Kalın, 2010). Bir lke başka bir ülke üzerinde çıkarlarına uygun politikalar gerçekleŐtirmek için stratejiler geliştirmektedir. Geleneksel diplomasi kavramı gelişen teknoloji ile birlikte bu noktada yetersiz kalmakta ve yumuşak güç olarak tabir edilen kamu diplomasisi kavramı devletlere yabancı kamuoyunu etkileme ve istenilen politikaları yumuşak güç aracılığıyla gerçekleştirme firsatı sunmaktadır.

Günümüz uluslararası ilişkiler literatüründe yumuşak güç ve kamu diplomasisi kavramları çok sık yer almaya başlamıştır. Joseph Nye'ye göre sert güç "itmek" tir, yumuşak güç ise "ekmek" tir. Yumuşak güç, baŐkalarını cezbetme, onların kalbini ve zihnini kazanma yeteneğidir. Ekonomik ve siyasi yaptırım gibi somut yöntemler sert gle iliŐkilendirilirken bunun yanı sıra fikirler, değerler, politikaların meŐruiyet algısı gibi soyut kavramlar ise yumuşak güç ögeleri olarak nitelendirilmektedir (Nye, 2011). Yumuşak gcn en önemli unsurlarından biri olan kamu diplomasisinin amacı, bir devletin başka bir devletin halkını, aydınlarını ve politikalarını kendi çıkarları doğrultusunda etkilemeye çalıŐmasıdır (Akçadağ, 2010).

Kamu diplomasisi kavramı ilk olarak 1965 yılında "Amerika BirleŐik Devletleri'nin Tufts Üniversitesi Fletcher Schools of Law and Diplomacy Dekanı Edmund GULLION" tarafından kullanılmıştır. Gullion'a göre kamu diplomasisi, bir ülkenin dış politikasının oluşturulması ve uygulanması sürecinde politikaların uygulanacağı diğer uluslararası kamuoyunun tutumlarını etki altına almaktır. Kamu diplomasisi, aynı zamanda yabancı toplumların uluslararası algılarını, tutumlarını ve politikalarını etkilemek üzere yürütülen iletişim sanatı olarak da tanımlanmaktadır (Köksoy, 2013).

Bir lke, sert güç olarak nitelendirilen askeri ve ekonomik yaptırımlar kullanmadan da dünya siyasetinde istediği sonuçları, ülkesinin sahip olduğu değerlere hayranlık duyan, ülkesini örnek alan, ülkenin refah düzeyine ve olanaklarına özenen diğer ülkeleri kendine çekerek ve onları cezbederek de elde edebilir. Yumuşak güç, çekici güçtür ve kaynakları böylesine bir cazibeyi oluşturan değerlerdir (Nye, 2005).

Kamu diplomasisi, bir ülke imajının ve bilinirliğinin kişisel etkileşim için uygun ortam oluşturabilecek bir g olduğu varsayımına dayanmaktadır. Uluslararası kongreler, konferanslar, ğrenci değişim programları, kültür-sanat etkinlikleri, sportif faaliyetler ve benzeri kamu diplomasisi uygulama teknik ve yöntemleri ile uzun süreli ilişkilerin oluşturulması, bir taraftan ülkelerin cazibesini artırırken diğer taraftan kalıcı işbirliklerini sağlamakta ve ülke imajına olumlu katkılar sunmaktadır (zkan, 2014).

Türkiye'nin sahip olduğu kamu diplomasisi uygulama alanlarından biri olan spor, olumlu bir ülke imajının ve ülke markasının oluşturulmasının yanı sıra yabancı kamuoyunun zihninde var olan ülke imajının da iyileştirilmesine yardımcı olabilecek önemli yumuşak güç araçlarındandır. Bu araçlar kullanılarak oluşturulan ilişkiler sayesinde bir taraftan ülkenin tanınırlığı ve ülke imajı olumlu yönde inşa edilip geliştirilebilirken diğer taraftan olumlu yönde oluşturulan ülke algısından faydalanılarak diğer alanlarda da ilişkiler kurulup işbirlikleri geliştirilebilecektir (Gök, 2016).

Sancar'a (2012) göre uluslararası spor faaliyetleri gelişmiş ve gelişmekte olan ülkeler arasındaki ekonomik ve siyasi farkların giderilmesini sağlamak bakımından ve ilişkileri düzenlemek açısından diplomasi için önemli bir araçtır. Gelişmekte olan ülkeler spor aracılığıyla dünya kamuoyuna kendilerini daha kolay tanıtabilme ve anlatabilme imkanı bulmaktadırlar.

Kotler ve arkadaşlarına (1999) göre; sanayi devrimiyle birlikte ülkeler ve kentler uluslararası alanda imaj sahibi olabilmek için uluslararası sosyal ve kültürel etkinlikler düzenlemeye başlamış ve zaman içerisinde bu etkinlikler içerisinde spor da yerini almıştır. Yenidünya düzeninde artan ülke sayısıyla birlikte, ülkelerin ve kentlerin markalaşması giderek önem kazanmaya başlamıştır. İmaj, markalaşmada önemli ve belirleyici bir rol oynamaktadır. Uluslararası ilişkilerde yeni yeni söz sahibi olmaya başlayan ve bir dönemin gelişmekte olan ülkeleri, marka ülke olma istekleri doğrultusunda küresel marka özelliğindeki spor organizasyonlarının ev sahipliklerine soyunmaktadırlar (etin, 2014). 1988 Yaz Olimpiyat Oyunları, 2002 FIFA Dünya Kupası ve 2011 IAFF Dünya Atletizm şampiyonası'na ev sahipliği yapan Güney Kore, 2014 Kış Olimpiyat Oyunları'na PyeongChang kentiyle aday olmuş ancak PyeongChang kenti adaylığını Rusya'nın Sochi kentine karşı kaybetmiştir. Sovyetler Birliği'nin dağılmasından sonra Rusya, tüm dünyaya modern bir devlet olma yolunda ilerlediğini göstermek için 2014 Kış Olimpiyat Oyunlarını düzenlemiş ayrıca dünyanın en büyük ve önemli spor

organizasyonlarından sayılan 2018 FIFA Dünya Kupası'na ev sahipliği yapmıştır (Akçadağ, 2013).

Diplomasinin alt dallarından biri olan spor diplomasisi, kamu diplomasisinin araçları arasında yer almaktadır. Spor diplomasisi, bir ülkenin en medeni, en barışçıl ve en fazla kitleye ulaşma imkn sağlayan diplomasi araçlarından ve birçok ülke tarafından faydalanılan önemli kamu diplomasisi aracı olarak kullanılmaktadır (Kurt, 2014).

Spor diplomasisi; sporcular, antrenörler, hakemler, spor yöneticileri aracılığıyla ülkelerini temsil etme ve hatta o ülkenin hkmet yetkilileriyle birlikte hareket eden diplomatik etkinlikleri kapsamaktadır. Spor diplomasisinde amaç yabancı kamuoyu ve spor örgütleri ile bütünleşerek onları kendi ülkeleri hakkında bilgilendirmek aynı zamanda da ülkeleri hakkında olumlu imaj yaratmak ve hkmetin dış politika hedeflerini ifade etmeye yardımcı olmak için hedef kitlelerin algılarını şekillendirmekte kullanılmaktadır (Gök, 2016).

Dolayısıyla spor diplomasisi, bir ülkenin yetiştirdiği sporcudan antrenrne, hakeminden uluslararası spor örgütlerinde görev alan temsilcilerine kadar tüm unsurlarıyla uluslararası alanda sahneye çıkmakta, aynı zamanda ülkenin cazibesini ve gücünü göstermektedir. Bir ülkenin sporcuları, antrenörleri, hakemleri ve spor yöneticileri, o ülkenin uluslararası alandaki en önemli temsilcileri ve elçileri olarak nitelendirilmektedir.

Yukarıdaki bilgiler ışığında bu çalışmada, genel olarak amacı yurt içinde ve yurt dışında düzenlenen uluslararası spor organizasyonlarının ülkemize ilişkin olumlu imaj yaratma ya da olumsuz imajın iyileştirilmesinde kültürler arası bir iletişim aracı olarak kamu diplomasisi açısından belirtilen faaliyetlerde kullanılan iletişim stratejilerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmada olasılıklı olmayan örnekleme modeli kullanılmış ve araştırmaya katılan kişilerin, uluslararası spor organizasyonu tecrübesine sahip kişilerden oluşmasına zen gösterilmiştir. Araştırmanın evreni, Ankara'da bulunan Spor Genel Müdürlüğü (622), spor federasyonları (920) ile Türkiye Spor Yazarları Derneği Ankara ve İstanbul şubelerine ye olan

spor gazetecileri (1554) olmak üzere yaklaşık 3096 kişiden oluşmaktadır. Araştırma evrenini oluşturan 3096 kişiye karşılık gelen 0,05 örnekleme hatası için örnekleme büyüklüğü 346 kişi olarak hesaplanmıştır (Arıkan, 2007).

Bu araştırmanın örnekleme grubunu, Spor Genel Müdürlüğü merkez teşkilatı ve spor federasyonlarında görev yapan spor yöneticileri, milli takım sporcuları ve antrenörleri, uluslararası hakemler ile TSYD Ankara ve İstanbul Őubelerine ye olarak kayıtlı spor gazetecileri arasından olasılığa dayalı olmayan örnekleme yöntemi ile uluslararası düzeyde spor organizasyonlarında görev almış olan 93' kadın ve 301'i erkek olmak üzere toplam 394 kişi oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama aracı, iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde; yapılan alan yazın araştırması sonucu, araştırma sonuçları ile ilgili olabileceği düşünülen 11 değişkene (soruya) yer verilmiştir. Bu sorular bireylerin; cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, meslek, internette hangi sıklıkla takip ettikleri ve yabancılar tarafından Türkiye'nin hangi kıtada bilindiğine yönelik sorulardır. İkinci bölümde ise sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına etkisinin değerlendirilmesine yönelik Gök (2016) tarafından geliştirilmiş olan 21 adet soruyu içeren ve 5 puanlı likert (5-Kesinlikle katılıyorum, 4-Katılıyorum, 3-Fikrim Yok, 2-Katılmıyorum, 1-Kesinlikle Katılmıyorum) tipi imaj leği bulunmaktadır.

Bu araştırmada sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına etkisini değerlendirmek amacıyla Gök (2016) tarafından geliştirilen ve 21 maddeden oluşan "İmaj leği"nden yararlanılmıştır. Üç alt boyuttan oluşan ölçeğin Ekonomik-Bilim-Teknoloji alt boyutu 8 madde, siyasal-politik alt boyutu 5 madde ve sosyal-kültürel alt boyutu 6 maddeden oluşmaktadır. Kullanılan leğin Cronbach's Alpha testi sonucunda, güvenilirlik kat sayı puanı Ekonomik-Bilim-Teknoloji boyutu için 0,91, Siyasal-Politik boyutu için 0,82 iken, Sosyal-Kültürel boyutu için ise 0,91 olarak çıkmıştır. Alpar'a (2006) göre ölçeğin alfa katsayısı 0,80-1,00 arasında ise ölçek yüksek güvenilir, 0,60-0,80 arasında ise oldukça güvenilir, 0,40-0,60 arasında ise düşük güvenilir ve 0,00-0,40 arasında ise güvenilir değildir. Bu sonuçlar doğrultusunda ölçeğin yüksek güvenilir olduğu söylenbilir.

Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin çözümlenmesinde SPSS 24 paket programı kullanılmıştır. Araştırmada kullanılan lme aracının ve alt boyutlarının güvenilirlik analizleri için alfa katsayıları incelenmiştir. Alt boyutların birbiriyle olan ilişkisini görmek için ise Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Verilerin normallik dağıllımlarına Kolmogrov-Smirnov ve Shapiro-Wilk analizleriyle bakılmış ve normal dağılım göstermediği sonucuna varılmıştır. Merkezi limit teoremine göre N sayısı 30'dan fazla olan analizlerde parametrik testler uygulanmış olup bu teoreme uymayan değişkenlerde non-parametrik testler uygulanmıştır.

Merkezi Limit Teoremine göre; ilgili X değişkenine göre yığının blnm normal değilse örnek çapı arttıka örneklem dağılımı da normale yaklaşır. Yani n'nin artması ile örneklem blnmnn normale yaklaşması arasında doğru orantı vardır. rnek çapının hangi değerleri için örneklem blnmnn normale yaklaşacağı yığına ilişkin blnmn yatıklık derecesine bağlıdır. Aşırı yatık blnmler için örnek çapının 30 dolayında olması örnek blnmnn normalliği için yeterli sayılmaktadır (il, 2008)

Ölçeğin güvenilirlik analizinden sonra değerlendirmeye alınan katılımcıların kişisel bilgi formuna verdikleri cevaplara ilişkin yüzde ve frekans dağıllımları ile aritmetik ortalamaları verilmiştir. Sonrasında imaj ölçeğinde yer alan alt boyutlara ilişkin kişisel bilgi formunda bulunan bağımsız değişkenler arasında iki ortalama arasındaki farkın anlamlılığı testi (independent t-test-Mann Whitney U), Pearson Korelasyon analizi ve tek yönlü varyans analizi testi (One Way ANOVA-Kruskal Wallis) uygulanmıştır. Tek yönlü varyans analizi testi sonucunda grupların varyansının homojen olduğu durumlarda Post Hoc Tukey testi kullanılmışken homojen olmadığı durumlarda ise Games-Howell testinden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Demografik Bulgular

Araştırmada elde edilen verilerin demografik dağılımı Tablo 1'deki gibidir.

Tablo 1. Demografik Verilerin Frekans Dağılımı

Cinsiyet	Frekans	Yüzde (%)
Erkek	301	76.4
Kadın	93	23.6
Yaş	Frekans	Yüzde (%)
20 yaş ve altı	61	15.5
21-30 yaş	151	38.3
31-40 yaş	99	25.1
41-50 yaş	42	10.7
51 yaş ve üstü	41	10.4
Eğitim Düzeyi	Frekans	Yüzde (%)
Lise	96	24.4
Önlisans	35	8.9
Lisans	211	53.6
Lisansüstü	52	13.2
Meslek	Frekans	Yüzde (%)
Antrenör	80	20.3
Sporcu	94	23.9
Spor Yöneticisi	97	24.6
İletişim-Medya-Basın	97	24.6
Hakem	26	6.6
Uluslararası Organizasyonları Takip Etme Süresi	Frekans	Yüzde (%)
1-5 yıl	82	20.8
6-10 yıl	64	16.2
11 yıl ve daha fazla	248	62.9
Uluslararası Organizasyonları Takip Etme Süresi	Frekans	Yüzde (%)
Avrupa	230	58.4
Avrasya	37	9.4
Asya	127	32.3

Tablo 1'e göre araştırmaya katılan bireylerin demografik özelliklerine ilişkin dağılımlar incelendiğinde; araştırmaya katılan bireylerin %76,4'ünün erkek; %23,6'sının kadın olduğu görülmektedir. 21-30 yaş aralığındaki bireyler %38,3 ile lisans eğitim düzeyine sahip bireyler ise %53,6 ile araştırmaya katılanların çoğunluğunu oluşturmaktadır. Meslek gruplarına göre frekanslar incelendiğinde ise; %24,6'sının spor yöneticisi ve iletişim-medya-basın mensubu,

%23,9'unun milli takım sporcusu, 20,3'ünün antrenör ve %6,6'sının uluslararası hakem olduğu belirlenmiştir. Bireylerin spor organizasyonlarını takip etme durumlarını belirleyici sorulara verilen cevaplara ilişkin dağılımlarda ise katılımcıların %62,9'u uluslararası spor organizasyonlarını 11 ve daha fazla yıldır takip ettiğini belirtmişlerdir. Araştırmaya katılan bireyler çoğunlukla, uluslararası alanda Türkiye'nin Avrupa kıtasında (%58,4) yer aldığını düşünmektedir.

Tablo 2. Türkiye'nin imajına ilişkin Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT), Siyasal-Politik (SP) ve Sosyal-Kültürel Boyutları arasındaki ilişki

	Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT)	Siyasal-Politik (SP)	Sosyal-Kültürel (SK)
Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT)	-	0.79**	0.84**
Siyasal-Politik (SP)	0.79**	-	0.83**
Sosyal-Kültürel (SK)	0.84**	0.83**	-

Tablo 2'ye bakıldığında Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT), Siyasal-Politik (SP), Sosyal-Kültürel (SK) boyutları arasında pozitif yönde yüksek düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca güreşe yönelik algı, ilgi ve tutum puanlarının genel düzeyini belirleyebilmek için normal dağılmayan verilerde ortalamaların kıyaslanmasında daha sağlıklı sonuçlar veren medyan değerleri tercih edilmiştir. Bu doğrultuda her üç değişkene ait medyan değerleri hesaplanmış ve Tablo 4'deki bulgular elde edilmiştir.

Tablo 3. Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde "Cinsiyet" değişkenine göre t-testi analizi sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{x}	S	t	SD	p
EBT	Kadın	93	3.18	0.87	0.179	392	0.17
	Erkek	301	3.33	0.94			
SP	Kadın	93	3.25	0.88	0.001	392	0.01
	Erkek	301	3.61	0.85			
SK	Kadın	93	3.04	0.88	0.238	392	0.23
	Erkek	301	3.18	1.00			

Tablo 3 incelendiğinde; Siyasal-Politik (SP) boyutta "cinsiyet" değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu ve bu farkın erkek ($\bar{x}_{\text{erkekort}}=3,61$) katılımcılar lehine olduğu görülmektedir. Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT) ve Sosyal-Kültürel (SK) boyutlarda ortalamalar arasında farklılık olmasına rağmen bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$)

Tablo 4. Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde "Yaş" değişkenine göre varyans (One-Way Anova) analizi testi sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	\bar{X}	S	F	SD	P	Fark *
EBT	*20 yaş ve altı	61	3.91	0.74	13.910	4-389	0.00	1*-2
	21-30 yaş	151	3.40	0.86				1-3
	31-40 yaş	99	2.99	0.91				1*-4
	41-50 yaş	42	2.87	0.80				1*-5
	51 ve üstü	41	3.14	1.01				2*-3
							2*-4	
SP	*20 yaş ve altı	61	4.02	0.72	7.683	4-389	0.00	1*-2
	21-30 yaş	151	3.49	0.85				1*-3
	31-40 yaş	99	3.27	0.91				1*-4
	41-50 yaş	42	3.46	0.81				1*-5
	51 ve üstü	41	3.59	0.86				
SK	*20 yaş ve altı	61	3.89	0.74	16.416	4-389	0.00	1*-2
	21-30 yaş	151	3.23	0.91				1*-3
	31-40 yaş	99	2.83	0.93				1*-4
	41-50 yaş	42	2.74	0.92				1*-5
	51 ve üstü	41	2.89	1.04				

Tablo 4'de yer alan bulgular sonucunda "yaş" değişkenine göre; kamu diplomasisi aracı olarak sporun Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT), Sosyal-Kültürel (SK) ve Siyasal-Politik (SP) boyutlarında Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde bazı yaş gruplarında farklılık olduğu ve bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Kamu diplomasisi aracı olarak sporun Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT) boyutunda farklılığın hangi yaş grubundan kaynaklandığını belirlemek üzere (post – hoc) çoklu karşılaştırma testlerinden olan "Games-Howell" testi uygulanmıştır. Buna göre, 20 yaş altı grubu ($\bar{x}=3,91$) ile 21-30 yaş ($\bar{x}=3,40$), 31-40 yaş ($\bar{x}=2,99$), 41-50 yaş ($\bar{x}=2,87$) ve 51 yaş üstü ($\bar{x}=3,14$) gruplar arasında EBT boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu ve bu farklılığın 20 yaş ve altı grubunun lehine olduğu görülmüştür. Bu gruptaki bireylerin EBT boyutunda Türkiye'nin imajına ilişkin daha olumlu cevaplar verdiği gözlemlenmiştir. Ayrıca 21-30 yaş grubu ($\bar{x}=3,40$) ile 31-40 yaş ($\bar{x}=2,99$) ve 41-50 ($\bar{x}=2,87$) yaş grubu arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüş ve bu farkın 21-30 yaş grubu lehine olduğu sonucuna varılmıştır.

Ölçeğin; Siyasal-Politik (SP) boyutu bakıldığında ise 20 yaş ve altı yaş grubu ($\bar{x}=4,02$) ile 21-30 yaş ($\bar{x}=3,49$), 31-40 yaş ($\bar{x}=3,27$), 41,50 yaş ($\bar{x}=3,46$) ve 51 yaş üstü ($\bar{x}=3,59$) grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda bu farkın ortalama olarak yüksek olan 21 yaş ve altı grubun lehine olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde bireylerin eğitim düzeyine göre varyans (One-Way Anova) analizi testi sonuçları

Alt Boyutlar	Öğrenim Durumu	N	\bar{X}	S	F	SD	P	Fark*
EBT	Lise	96	3.83	0.79	17.030	3-390	0.00	1*-2 1*-3 1*-4
	Önlisans	35	3.03	0.92				
	Lisans	211	3.18	0.91				
	Lisansüstü	52	2.96	0.81				
SP	Lise	96	3.94	0.78	11.323	3-390	0.00	1*-2 1*-3 1*-4
	Önlisans	35	3.30	0.90				
	Lisans	211	3.44	0.86				
	Lisansüstü	52	3.23	0.81				
SK	Lise	96	3.75	0.90	19.817	3-390	0.00	1*-2 1*-3 1*-4
	Önlisans	35	3.00	0.88				
	Lisans	211	3.00	0.95				
	Lisansüstü	52	2.71	0.82				

Tablo 5'e göre araştırmaya katılan bireylerin eğitim düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p < 0.05$). Bu farklılığın tüm boyutlar için lise ($\bar{X}_{EBT\text{liseort.}}=3,83$ - $\bar{X}_{SP\text{liseort.}}=3,94$ - $\bar{X}_{SK\text{liseort.}}=3,75$) grubu lehine olduğu belirlenmiştir.

Tablo 6. Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde bireylerin meslek gruplarına göre Kruskal Wallis ve Mann Whitney U testi sonuçları

Alt Boyutlar	Meslek Grupları	N	\bar{X}	SD	X ²	P	Fark*
EBT	1.Antrenör	80	204.64	4	64.908	0.00	1-2* 1*-4 1*-5 2*-3 2*-4 2*-5
	2.Sporcu	94	272.95				
	3.Yönetici	97	176.19				
	4.Basın-Medya-İletişim	97	154.28				
	5.Hakem	26	143.37				
SP	1.Antrenör	80	199.37	4	49.709	0.00	1-2* 1*-4 2*-3 2*-4 2*-5 3*-4
	2.Sporcu	94	263.18				
	3.Yönetici	97	185.54				
	4.Basın-Medya-İletişim	97	152.14				
	5.Hakem	26	168.13				
SK	1.Antrenör	80	194.77	4	56.616	0.00	1-2* 2*-3 2*-4 2*-5
	2.Sporcu	94	271.95				
	3.Yönetici	97	163.73				
	4.Basın-Medya-İletişim	97	167.88				
	5.Hakem	26	173.19				

Tablo 6'da meslek gruplarından hakem olanların sayısı merkezi limit teoremine göre 30'dan az olduğu için non-parametrik testlerden Kruskal Wallis uygulanmış ve değişkenler arasındaki farkı bulmak için ise Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Türkiye'nin imajına ilişkin

görüşlerde bireylerin mesleki düzeylerine göre tüm boyutlarda istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu sonucuna varılmıştır ($p < 0.05$). Bu farkın Ekonomik-Bilim-Teknoloji boyutunda tüm meslekler arasından sporcu ($\bar{x}=272,95$) olan grup lehine olduğu görülürken; antrenörler ($\bar{x}=204,64$) ile basın-medya-iletişim ($\bar{x}=154,28$) ve hakem ($\bar{x}=143,37$) grupları arasında da “antrenörlerin” lehine istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür.

Siyasal-Politik (SP) boyutunda ise yine sporcu ($\bar{x}=271,18$) grubu ile tüm meslekler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülürken, bu farkın sporcu grubu lehine olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca basın-medya-iletişim grubu ($\bar{x}=152,14$) ile antrenörler ($\bar{x}=199,37$) ve yöneticiler ($\bar{x}=185,54$) arasında istatistiksel olarak anlamlı farkın olduğu ve bu farkın antrenörler ve yöneticiler lehine olduğu sonucuna varılmıştır.

Sosyal-Kültürel (SK) boyutunda da diğer boyutlarda olduğu gibi tüm meslek grupları ile sporcu grubu ($\bar{x}=271,95$) arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiş ve bu farkın tüm gruplarda sporcu grubunun lehine olduğu sonucuna varılmıştır.

Tablo 7. Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde bireylerin büyük spor organizasyonlarını takip etme sürelerine göre varyans (One-Way Anova) analizi sonuçları

Alt Boyutlar	Takip Etme Süresi	N	\bar{x}	S	F	SD	p	Fark*
EBT	5 yıl ve daha az	82	3.66	0.84	16.081	393	0.00	*11 yıl ve daha fazla
	6-10 yıl	64	3.58	0.77				
	11 yıl ve daha fazla	248	3.10	0.93				
SP	5 yıl ve daha az	82	3.71	0.85	5.916	393	0.00	*11 yıl ve daha fazla
	6-10 yıl	64	3.73	0.80				
	11 yıl ve daha fazla	248	3.41	0.88				
SK	5 yıl ve daha az	82	3.58	0.85	20.084	393	0.00	*11 yıl ve daha fazla
	6-10 yıl	64	3.48	0.84				
	11 yıl ve daha fazla	248	2.92	0.98				

Tablo 7'de yer alan bulgular sonucunda kamu diplomasisi aracı olarak spor alanında Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT), Siyasal-Politik (SP) ve Sosyal-Kültürel (SK) boyutlarında Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde, uluslararası spor organizasyonlarını takip süresine göre istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($p < 0.05$). Bu fark, tüm boyutlarda 5 yıl ve daha az takip edenler grubu ($\bar{x}_{EBT5yılıaltı}=3,66-\bar{x}_{SP5yılıaltı}=3,71-\bar{x}_{SK5yılıaltı}=3,58$) ile 11 yıl ve daha

fazla ($\bar{X}_{EBT11yılıüstü}=3,10-\bar{X}_{SP11yılıüstü} =3,41-\bar{X}_{SK11yılıüstü} =2,92$) takip edenler arasındayken 11 yıl ve daha fazla takip edenlerin lehine olduğu sonucuna varılmıştır.

Tablo 8. Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerde, Türkiye'nin yabancılar tarafından daha çok hangi kıtada bilindiğine göre yapılan varyans (One-Way Anova) analizi sonuçları

Alt Boyutlar	Türkiye Hangi Kıtada Bilinmektedir	N	\bar{X}	S	F	SD	P	Fark*
EBT	1.Avrupa	230	3.46	0.89	10.166	393	0.00	1*-2 1*-3
	2.Avrasya	38	2.93	0.92				
	3.Asya	126	3.09	0.92				
SP	1.Avrupa	230	3.66	0.86	7.472	393	0.00	1*-2 1*-3
	2.Avrasya	38	3.25	0.90				
	3.Asya	126	3.35	0.85				
SK	1.Avrupa	230	3.34	0.95	11.877	393	0.00	1*-2 1*-3
	2.Avrasya	38	2.77	1.01				
	3.Asya	126	2.90	0.93				

Tablo 8 incelendiğinde; kamu diplomasisi aracı olarak spor alanında Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT), Siyasal-Politik (SP) ve Sosyal-Kültürel (SK) boyutlarında Türkiye'nin yabancılar tarafından daha çok hangi kıtada bilindiğine göre bireylerin görüşlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmüştür. Bu anlamlı farkın tüm boyutlar için Avrupa kıtası ($\bar{X}_{EBTAvrupaort}=3,46-$ $\bar{X}_{SPAvrupaort}=3,66-$ $\bar{X}_{SKAvrupaort}=3,34$) lehine olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bir ülkenin imajı yalnızca politik aktörler, dış politikalar, bakanlık yaptırım, tanıtım ve politikalarıyla değil, aynı zamanda çağımızın gerekliliği olan sosyal medya araçları ve iletişim ağları kullanılarak da yapılabilmektedir. Özellikle yurt içinde ve yurt dışında gerçekleşen spor organizasyonlarına katılan sporcular ve taraftarlar o zaman diliminde ve mekânda ülkelerini temsil etmekte ve tanıtmaktadır. Bu uluslararası organizasyonlar, tüm dünyanın gözü önünde gerçekleşmekte ve ülkelerin medya aracılığıyla ülke tanınırlığına ve ülke imajına olumlu katkılar sağlamasına yardımcı olabilmektedir.

Tablo 2'de yer alan araştırma bulgularına göre sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına ilişkin görüşler, cinsiyet değişkenine göre Siyasal-Politik (SP) boyutta istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiş ve bu boyutta erkeklerin kadınlara göre daha olumlu

görüşlere sahip olduğu anlaşılmaktadır ($p<0,05$). Erkeklerin Siyasal ve Politik (SP) boyutunda daha olumlu görüşe sahip olmalarının nedeni, kadınlara göre siyasi ve politik meselelerle daha ilgili olmaları ve bu konuları kadınlara göre daha yakından takip etmeleri olarak gösterilebilir.

Erkeği toplumda egemen olarak kabul eden ataerkil bir anlayışa sahip olan Türkiye'ye bakıldığında, bu anlayış kapsamında kadınların spor ve siyasete ilişkin görüşleri erkeklere göre daha olumsuz bir görünüm sergilemektedir. Kadına ve kadınlığa yüklenen roller ve kadınlık algısı, kadını evle ilişkilendiren, bakım işlerinden sorumlu kılan, kadının bedeni üzerinde hak iddia eden, kadına kırılğan, duygusal, mantıksız (irrasyonel) gibi değerleri yakıştıran bir eğilim göstermektedir. Bu değerler ve zihniyet kalıpları bütünüyle kadının tam yurttaşlığı ve dolayısıyla karar verme süreçlerine katılımı önünde önemli engeller oluşturmaktadır. Bu nedenle Türkiye'de daha çok kamusal alan erkeğin var olduğu yaşam alanı olarak algılanmaktadır (KONDA, 2011).

Tablo 3 incelendiğinde, sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına ilişkin görüşler bireylerin yaş gruplarına göre tüm boyutlarda 20 yaş ve altı grubun lehine fark gösterirken ($p<0,05$), bu yaş grubunun Türkiye'nin imajına ilişkin ifadelerle daha olumlu cevaplar verdiği görülmüştür. Bu yaş grubundaki katılımcılar daha çok sporculuk ve antrenörlük mesleğiyle uğraşan kişilerdir.

Genel olarak orta yaş grubunda nitelendirebileceğimiz 31-40 yaş grubu katılımcılar, tüm boyutlarda Türkiye'nin imajına ilişkin verdikleri ifadelerde diğer yaş gruplarına göre daha olumsuz görüş bildirmişlerdir. Ölçeğin Sosyal-Kültürel (SK) boyutunda yer alan ifadelerle verilen cevaplara bakıldığında, katılımcıların yaşları arttıkça verilen cevapların da daha olumsuz olduğu tespit edilmiştir. Gök'ün (2016) yaptığı benzer çalışmaya bakıldığında 20 yaş ve altı grubun, Siyasal-Politik (SP) boyutta yer alan ifadelerle daha olumsuz cevaplar verdiği görülürken, yapılan çalışma sonucunda ise 20 yaş ve altı grubun her üç boyutta da diğer yaş gruplarına göre daha olumlu cevaplar verdiği görülmüştür. Algının ve imajın oluşumunu etkileyen önemli unsurlardan birisi, bireyin sosyal, kültürel, demografik özellikleri, geleceğe ilişkin beklentileri, toplumsal konumu ve tecrübeleri ile öğrenilmiş olgulardır. Bireylerin çevresinde gerçekleşen olay ve olguları algılamak ve anlamlandırırken öğrenilmiş olgu ve olayları önceki hayat tecrübeleri ve deneyimlerine göre filtrelerden geçirerek algıladıkları ileri sürülmektedir (Başbüyük, 2014). Başbüyük'ün ifadelerinden yola çıkarak, genç nesil olarak nitelendirebileceğimiz bireylere göre

hayat tecrübesi edinmiş ve belli bir yaşa erişmiş insanların Türkiye'nin imajı hakkındaki görüşleri, yaşanmışlıkları ile doğru orantılı olarak daha olumsuz yönde artış göstermektedir.

Ne gördüğümüz, nasıl yorumladığımız, neye inandığımız ve nasıl davrandığımız tecrübeye göre farklılık göstermektedir. Bu tecrübeye dayanan imaj algılamanın ise bireylerin görme, duyma, dokunma, koklama ve tat alma şeklindeki duyular ile geliştirilebildiğini ifade etmektedir (aktaran, Şeyhanlıoğlu, 2014). İnsanlar için imaj ve algı kavramının kişilerin sahip olduğu bilgi ve yaşamışlıkları sonucunda şekillendiği; algılanan imajın ise duyu organları ve hisleri ile zihinsel süzgeçten geçirmek suretiyle yorumladığı söylenebilir. Bununla birlikte zaman içinde insanların yaşadıkları yeni deneyimler ile bir olaya ya da duruma karşı bakış açılarının değişmesi mümkün olabilmektedir.

Tablo 4'e göre sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına ilişkin görüşler, bireylerin eğitim durumlarına göre tüm boyutlarda lise mezunu grubun lehinedir. Tüm boyutlarda en olumlu cevapları eğitim düzeyi lise olan katılımcılar verirken lisansüstü eğitim gören katılımcılar ise en olumsuz görüşleri bildirmişlerdir. Bu sonuca göre eğitim düzeyi arttıkça ülke imajı hakkında ki görüşlerin de olumsuz yönde eğilim gösterdiği anlaşılmaktadır. Bireylerin eğitim düzeyleri arttıkça imaja yönelik görüşlerinin daha olumsuz olmasının sebebi, olaylara daha sorgulayıcı ve geniş bakış açılarıyla bakmaları ve değerlendirmeleri olarak gösterilebilir. Eğitim düzeyi lise olan katılımcıların daha olumlu cevaplar vermesinin sebebi olarak ise bu grupta yer alan bireylerin eğitim sisteminin gerektirdiği ve öğrettiği ölçüde ülkeleri hakkında bilgi sahibi olması ve olaylara daha dar bir bakış açısıyla sorgulamadan bakmaları gösterilebilir.

Yakın zamana kadar eğitim, eğitimcilerin büyük çoğunluğunca kabul gören biçimde, bireyin davranışlarında kasıtlı olarak istendik yönde değişiklik oluşturma süreci olarak tanımlanmış ve bireyin davranışını istendik biçimde değiştirmek isteyen kim olacağı sorusunu gündeme getirmektedir. Bu noktada "isteyen" devlet ve devleti yönetme yetkisini elinde bulunduran egemenlerdir. Bu anlayış eğitim sistemlerinin genel amaçlarından ders içeriklerine kadar yansımıştır (Akın ve Arslan, 2014).

Tablo 4'e göre sporun kamu diplomasisi aracı olarak Türkiye'nin imajına ilişkin görüşler, bireylerin mesleklerine göre tüm boyutlarda sporcu grubunun lehine olarak tespit edilmiştir. EBT boyutunda antrenör grubu ile basın-medya-iletişim ve hakem grubu arasında anlamlı fark çıkmış ve bu farkın antrenör grubunun lehine olduğu sonucuna varılmıştır.

Bu kapsamda, Türkiye'nin spor alanında uluslararası imajı Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT), Siyasal-Politik (SP) ve Sosyal-Kültürel (SK) boyutlarında değerlendirildiğinde; sporcu ve antrenör gruplarının daha olumlu görüşler bildirmesinin nedeni olarak, bu grupların diğer meslek gruplarına göre uluslararası spor organizasyonlarda fazla görev almaları ve bu sebeple birçok ülkede bulunarak çok daha fazla insanla bir araya gelmeleri olarak gösterilebilir. Çünkü uluslararası spor organizasyonları nedeniyle antrenör ve sporcu grupları yabancı ülkelerin ekonomisini, teknolojisini, bilimini, siyasi ve politik yapısını aynı zamanda sosyal ve kültürel yönlerini daha çok öğrenme olanağına sahip olabilmekte ve o ülkenin insanların Türkiye hakkındaki imajına yönelik düşüncelerini öğrenme imkanı bulabilmektedir.

Bireyler içinde yaşadığı toplumun etkisiyle kişi ya da olayları algılayıp tutumlar oluşturmakta ve bu da toplumsal algıyı meydana getirmektedir. Bireyin aile, akran, arkadaş gibi önemli ötekiler (significant others) ile girdiği ilişki ve etkileşimin algı üzerindeki etkisini grup bağlılıkları ifade etmektedir ve meslek grupları arasında oluşan grup bağlılıkları da algının oluşmasında önemli rol oynamaktadır (Başbüyük, 2014).

Tablo 5'te sporun uluslararası alanda Türkiye'nin imajına yönelik Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT), Siyasal-Politik (SP) ve Sosyal-Kültürel (SK) boyutlarda bireylerin büyük spor organizasyonlarını takip etme sürelerine göre verdikleri cevaplardaki fark 11 yıl ve daha fazla süredir spor organizasyonlarını takip eden katılımcıların lehinedir. Bu sonuçlara göre 11 yıl ve daha fazladır spor organizasyonlarını takip eden bireyler 5 ve daha az ve 6-10 yıl arası takip edenlere göre daha olumsuz ve eleştirel cevap verme eğilimi göstermişlerdir. Bu araştırma analizleri sonucunda elde edilen veriler ile Gök'ün (2016) yaptığı "Türkiye'nin Gençlik ve Spor Alanındaki Kamu Diplomasisi Etkinliği" adlı çalışmanın spor organizasyonlarını takip etme yılına göre çıkan sonuçlar benzerlik göstermektedir. Her iki çalışmada da "11 ve daha fazla" süredir organizasyonları takip eden bireylerin daha olumsuz görüşler bildirdikleri görülmüştür.

Türkiye sözcüğünün bir yabancıda uyandırdığı çağrışım, görüş ve duygular Türkiye'nin imajını yansıtmaktadır ve bu imaj genel olarak özellikle Avrupa Birliği üyesi ülkelerde olumlu olmaktan uzaktır. İmajın gerçek olmaması durumunda hedeflenen kitlenin zihninde yanlış algılamalar yaratacaktır. Ulusların imajı karmaşık bir süreçle meydana gelir. Süreç, birisinin hayatının ilk yıllarında okul, kitaplar, tiyatro, arkadaşlar gibi deneyimlerle başlar. Ancak kitle

iletişim araçları, gazete ve dergiler, spor organizasyonları da insan yaşamı suresince kişilerde oluşan imajı etkileyen güçlü faktörlerdir (Sancar, 2012).

Kamu diplomasisi açısından sporun ülke imajına bakıldığında kişilerin organizasyonlarda bulunma sureleri arttıka karşılaştıkları kültürler, görüşler ve insanlar çeşitlenirken kişilerin tecrübeyle ilişkili olarak algılarında da edinilen bilgi ve birikimle orantılı olumlu ya da olumsuz farklılıklar oluşmaktadır.

Tablo 6'da araştırma grubunun Türkiye'nin imajına ilişkin görüşlerinde anlamlı fark tüm boyutlarda Avrupa kıtası lehinedir. Türkiye'nin yabancılar tarafından Avrupa kıtasında bilindiğini soyleyen katılımcılar tüm boyutlarda yer alan ifadelere daha olumlu cevaplar vermişlerdir. Türkiye bu sonuçlara göre değerlendirildiğinde, daha önceki yıllarda yabancı kamuoyu tarafından daha çok Asya kıtasında ve bir Arap lkesi olarak bilinirken son yıllarda bu algının değiştiği, daha çok Avrupa kıtasında yer aldığı sonucuna varıldığı söylenebilir.

Devletlerin coğrafı özellikleri ve dünya üzerindeki konumlarıyla izledikleri dış politika arasında, doğrudan bir ilişki olduğu bilinmektedir. Diğer faktörler sabit kalmak üzere, ülke coğrafyasının dış politikayı belirlediği savunulmaktadır. Buna göre, ülkenin kara ülkesi ya da okyanuslarla çevrili olması, önemli nehirlerle ve deniz ticaret yollarına sahip olması, o ülkenin dış politikasında belirleyici bir etki yaratmaktadır. Dolayısıyla devletler arasındaki rekabette, bu tür coğrafı özellikleri olan bölgelere sahip olmanın sağlayacağı avantaj, önemli rol oynamaktadır. Ayrıca, devletlerin dünya üzerindeki konumu, devletin dış politika gündemini ve önceliklerini belirlemektedir. Bir devletin geniş bir coğrafyaya sahip olması, zengin doğal kaynaklara sahip olmasını etkileyebileceği gibi, iklimsel faktörler de bir ülkenin sahip olduğu kaynakların kullanımını etkileyebilmektedir. Doğal olarak bu değişkenlerde söz konusu olan herhangi bir değişiklik, ülkenin siyasal yapısında ve dış politikadaki etkinliğinde kendisini göstermektedir (Arı, 2013).

Türkiye, Batı'yla Doğu'nun, Kuzey'le Güney'in buluştuğu bir noktada, Avrasya'nın merkezinde yer alan jeo-stratejik konuma sahip bir ülkedir. Türkiye'nin bulunduğu coğrafı konumdan dolayı küreselleşme sürecinden büyük lde etkilenirken, ayrıca coğrafyasında birçok farklı insan topluluğunun barındırmaktadır. Türkiye, sahip olduğu özel coğrafı konumu ve köklü tarihi nedeniyle kültürler ve medeniyetler arası diyaloğa ev sahipliği yapan bir ülke konumundadır (Bayar, 2008). Jeo-stratejik bir konuma sahip olan Türkiye, yabancı ulus halkları tarafından farklı

kıtalarda bilinmektedir. Türkiye'nin Avrupa'nın güneydoğusunda bulunması ve Balkan yarımadasının Trakya bölgesine sahip olması, Türkiye'yi Avrupa lkesi yaparken, Asya kıtasının güneybatı bölgesinde Anadolu yarımadası üzerinde bulunması ve Anadolu ile özdeşleşmesi ülkenin de Asya lkesi olarak da tanımlanmasına neden olmaktadır (Gök, 2016).

Spor, diplomatik bir araç olarak kamuoyu diplomasisi gibi düşünebilir. Savaş, bir spor olayının sonucu olamaz. UNESCO, yıllar boyunca spor aracılığıyla farklı bölgelere barış ve hoşgörü sağlamaya çalışmaktadır. Spor müsabakaları, iki dost ülke arasındaki iyi ilişkileri bozamaz veya birbirleriyle düşman iki ülke arasına da barış getiremez. Fakat politikacılar, fikirlerini yaymak için sporu önemli bir araç olarak kullanmaktadır (Bainvel, 2005). Spor, lkeler arası ilişkileri düzeltmek, farklı kültürlerin ve milletlerin bir araya gelmesini sağlamak aynı zamanda da gelişmekte olan toplumların gelişmiş toplum olabilme yolunda önemli diplomatik bir araçtır. Birleşmiş Milletler eski Genel Sekreteri Ban Ki Moon, sporu uluslararası alanda herkesin konuşabileceği bir dil olarak tanımlamış ve kamu diplomasisi kavramında gittikçe önem kazanan sporun, diplomasi ile bir araya getirilerek birçok dış politika hedefine ulaşılabileceğini belirtmiştir (Kurt, 2014).

Dünyanın en büyük spor olayı olarak grlen yaz ve kış olimpiyatları her dört yılda bir düzenlenmekte ve yüz milyonlarca izleyici tarafından aktif ya da pasif olarak takip edilmektedir. Olimpiyat oyunları ev sahibi ülkeye, kültürel zenginliklerini dünyaya tanıtmak, insanlar için iş olanakları sağlamak, turizm gelirlerini arttırmak ve diğer ülkeler ile dostça ilişkiler kurmakta dahil olmak üzere birçok fayda sağlamaktadır. Bu faydaların yanı sıra, Çin'de düzenlenen 2008 Pekin Olimpiyatları'nda Çin Hkmeti gösterişli açılış ve kapanış törenleriyle övgü almasına rağmen, politikalarının insan haklarına aykırı olması ve Tibet halkına saldırmaması insanların protesto etmesine neden olmuştur. Birçok katılımcı organizasyonu protesto aracı olarak kullanmış ve Çin Hkmeti'ne karşı yabancı kamuoyunda olumsuz imaj yaratmıştır (Yao, 2010). Siyaset, her zaman olimpiyat oyunlarının bir parçası olmuştur. Hatta bazı spor yazarları ve düşünürleri modern olimpiyat oyunlarının siyasi mesajları yaymak için yeniden ortaya çıktığını söylemektedir.

Sonuç olarak, araştırmaya katılanların Türkiye'nin ülke imajı olarak tesisleşme, uluslararası organizasyonları başarıyla düzenleme, spor alanında zengin bir kültürel mirasa sahip olma gibi düşüncelere daha olumlu görüş bildirdikleri anlaşılırken, daha çok spor kültürünün, spor biliminin yeterli düzeyde oluşmadığı ve spor alanında teknolojinin geri kaldığı imajının olduğu

görülmektedir. Araştırma grubunun Ekonomik-Bilim-Teknoloji (EBT), Sosyal-Kültürel (SK) ve Siyasal-Politik (SP) boyutlarda yer alan ifadelere genel olarak orta düzeyde katılım gösterdikleri görülmüştür. Sonuçlara göre Türkiye'nin ülke imajının orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Bu çalışmadan elde edilen sonuç itibariyle sporun kamu diplomasisi açısından Türkiye'nin imajını olumlu yönde değiştirebilecek önerilerde bulunulmuştur:

- Jeopolitik ve stratejik olarak çok önemli bir konumda bulunan ve bu nedenle tüm dünyanın dikkatini üzerine çeken Türkiye'nin Avrupa ve yabancı kamuoyunda oluşan olumsuz Türkiye imajını, sporun yumuşak gücünü daha etkin ve verimli kullanarak değiştirmesi gerekmektedir.
- 30 Ocak 2010 tarihli ve 27478 sayılı Resmi Gazete'de yayımlanan 2010/3 sayılı Başbakanlık Genelgesi ile kurulan Kamu Diplomasisi Koordinatörlüğünün yumuşak güç araçları arasında sporu daha etkin kullanması ve devletin bu kuruma ayırdığı bütçenin arttırılması gerekmektedir.
- Ülkemizde yaşayan insanlarda bir spor kültürü oluşturulmalı ve devletimiz bu kapsamda uygulanması mümkün somut politikalar geliştirmelidir.
- Spor bilimlerinde ve bu alanda içinde bulunan teknoloji takip edebilmek amacıyla ülkemizde bulunan bilim insanlarını spor alanında gelişmiş ülkelere göndererek yeterlilikleri sağlanmalıdır.
- Bu alışma uluslararası alanda spor organizasyonlarında görev almış kişilere uygulanmıştır. Bundan sonra bu alanda yapılabilecek çalışmaların yabancı kamuoyu üzerine yapılması daha faydalı olabilecektir.
- Türkiye olarak yabancı kamuoyunda bir marka değeri oluşturulmalıdır.

KAYNAKLAR

- Akçadağ, E. (2010). Dünya'da ve Türkiye'de kamu diplomasisi. [Available online at: <http://www.kamudiplomasisi.org/pdf/emineakcadag.pdf>], Erişim Tarihi: 15 Temmuz 2017.
- Akçadağ, E. (2013). *Bir kamu diplomasisi rneği olarak Güney Kore*. [Available online at: <http://www.bilgesam.org/incele/124/-bir-kamu-diplomasisi-orneği-olarak-guney-kore/#.Vb-jvYuRObg>], Erişim Tarihi: 28 Ağustos 2017.
- Akın, U. ve Arslan, G. (2014). Ideoloji ve Eğitim: Devlet-Eğitim İlişkisine Farklı Bir Bakış. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (4), 81-90.
- Alpar, R. (2006). *Spor bilimlerinde uygulamalı istatistik*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Arı, T. (2013). *Uluslararası ilişkiler kuramları I*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Arıkan, R. (2016). *Araştırma teknikleri ve rapor hazırlama*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım.
- Bainvel, S. (2005). *Sport and Politics: A study of the relationship between International Politics and Football*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi, *Linköping Üniversitesi. İşletme ve Mühendislik Bölümü*, Linköping.
- Bayar, F. (2008). Küreselleşme kavramı ve küreselleşme sürecinde Türkiye. *Uluslararası Ekonomik Sorunlar Dergisi* (32), 25-34.
- Başıbyyk, O. (2014). Alđı yönetimi. B. Karabulut. (Eds) İçinde, *Alđı yönetimi ve bilgi savaşlarında sosyal medyanın rolü* (ss.39-64). İstanbul: Alfa.
- Büyüköztürk, ř., Kılıç akmak, E., Akgün, . E., Karadeniz, ř. ve Demirel, F. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem.
- etin, C. (2014). *Spor iletişimi "Spor-Tv birlikteliği sattırıyor"*. Ankara: Nobel.
- il, B. (2008). *İstatistik*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Gök, Y. (2016). *Türkiye'nin gençlik ve spor alanındaki kamu diplomasisi etkinliği*. Yayınlanmış doktora tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Kalın, İ. (2010). *Türk dış politikası ve kamu diplomasisi*. [<https://kdk.gov.tr/sag/turk-dis-politikasi-ve-kamu-diplomasisi/20>], Erişim Tarihi: 08 Ağustos 2017.
- KONDA (2011). Siyasette kadın temsili araştırması. [http://kasaum.ankara.edu.tr/files/2013/11/2011_04_KONDA_Siyasette_Kadin_Temsili_Raporu.pdf], Erişim Tarihi: 12 Aralık 2017.
- Kotler, P., Armstrong, G., Sounders, J. ve Wony, V. (1999). *Principles of marketing: Second European Edition*. Prentice-Hall: Europe.
- Köksoy, E. (2013). *Halkla ilişkiler bağlamında kamu diplomasisi yönetimi Türkiye'nin kamu diplomasisindeki yetkinlik inceleme*. Yayınlanmış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Kurt, G. (2014). Türkiye'de spor ve medya. V. Ekin. (Eds) içinde, *Spor diplomasisi aracı olarak futbol, Galatasaray profesyonel futbol takımı ve ülke markası ilişkisi üzerine bir araştırma* (ss.135-164). İstanbul: Köprü Kitapları.
- Nye, J. S. (2005). *Dünya siyasetinde başarının yolu yumuşak güç*. (ev.R. İnan Aydın), Ankara: Elips.
- Nye, J. S. (2011). *The Future of power*. New York: Public Affairs.
- zkan, A. (2014). lke markası inşasında kamu diplomasisinin stratejik rolü. [<http://www.kamudiplomasisi.org/makaleler/makaleler/138-uelke-markas-nasnda-kamu-diplomasisinin-stratejik-rolue>], Erişim Tarihi: 25 Ağustos 2017
- Sancar, G. (2012). *Kamu diplomasisi ve uluslararası halkla ilişkiler*. İstanbul: Beta.
- şeyhanlıoğlu, H. (2014). Alđı yönetimi. B. Karabulut. (Eds) içinde, *Siyasi partiler ve liderler: Türkiye'den alđı ve imaj yönetimi örnekler* (ss.331-353). İstanbul: Alfa.
- Yao, J. (2010). *The effect of hosting the Olympics on national image: An analysis of US newspaper coverage of host countries with reputation problems*. Yayınlanmış yüksek lisans tezi, Iowa State University, Iowa.

Çizgi Filmlerdeki Spor Unsurlarının İncelenmesi: Niloya ve Kuzucuk Örnekleri***Investigation of Sports Elements in Cartoons: Niloya and Kuzucuk Samples**ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCHAynur YILMAZ^{1†}Akın ÇELİK²¹Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Trabzon
<https://orcid.org/0000-0001-7562-9469>²Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Trabzon
<https://orcid.org/0000-0002-2411-5465>**Öz**

Bireylerin sağlıklı bir hayat sürdürmesi için hareket etmeye ihtiyacı vardır. Özellikle günümüz bilgi çağında teknolojik araç gereçler bireyleri hareketsiz bir yaşam sürmeye maruz bırakmaktadır. İnsanın en temel ihtiyacı olan hareketin önemi, daha küçük yaşlarda çocuklara verilmelidir. Bu alışkanlığın kazandırılmasında çocukların bütüncül gelişiminde önemli role sahip olan, etkili ve kalıcı öğrenmeyi sağlayan çizgi filmler önemli bir yere sahiptir. Bu çalışmada; okulöncesi kategorisinde yer alan TRT Çocuk kanalında yayınlanan Niloya ve Kuzucuk çizgi filminin spor unsurları açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla incelenen çizgi filmde içerisinde spor ile ilgili olan bölümler içerik analizine tabi tutulmuştur. Verilerin analizinde hem görsel hem de sözel unsurlar dikkate alınmıştır. Araştırma sonucunda her iki çizgi filmde çeşitli spor branşlarına, spor branşları ile ilgili kavram ve terimlere, spora özgü materyallere yer verildiği saptanmıştır. Ayrıca spor yarışlarında sportmence mücadele etmenin gerekliliği verilen mesajlar arasında yer almaktadır. Okulöncesi dönem birçok becerinin kazandırılması açısından önemli olduğu için sporla ilgili beceri ve kazanımların çizgi filmlerde daha sıklıkla yer verilmesi önemli olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Okulöncesi dönem çocukları, Spor unsurları, Çizgi film, Doküman analizi

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 06.10.2018

Kabul Tarihi: 22.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

Individuals need to act to maintain a healthy life. Especially in today's information age, technological tools expose individuals to an inactive life. The importance of movement, which is the most basic need of man, should be given to children at younger ages. The cartoons that play an important role in the holistic development of children have an important role in gaining this habit. In this study, it was aimed to examine the Niloya and Kuzucuk cartoon films published on TRT Child Channel in terms of sport elements. For this purpose, the sections related to sports were subjected to content analysis. In the analysis of data, both visual and verbal elements were taken into consideration. At the end of the study, it was determined that both cartoons contain sports-related materials, concepts and terms related to sports, sports-specific materials. In addition, sports competitions emphasized the emphasis on sportsmanship. Since preschool period is important in terms of gaining many skills, it is thought that it is important to include skills and gains related to sport more often in cartoons.

Keywords: Preschool children, Sport elements, Cartoons, Document analysis

* Bu çalışma 19-21 Eylül 2018 tarihleri arasında Batum'da düzenlenen 2. Akademik Spor Araştırmaları Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

* Sorumlu yazar: Aynur YILMAZ, aynuryilmaz@ktu.edu.tr

GİRİŞ

İnsanoğlunun doğası gereği hareket etmeye ihtiyacı vardır. Hareket, büyüme ve gelişmeyi etkileyen önemli bir etken olup, spor kavramı içerisinde kendisine yer bulmaktadır. Büyüme çağındaki çocuklar için ise spor kavramı; hem fiziksel gelişim hem de kişilik gelişimini sağlamakta olup, aynı zamanda ruh sağlığına da olumlu yansımaları olmaktadır.

Spor, bir yaşam tarzı olarak kabul edilir ve temelde bireylerin yaşantılarına hizmet etmesi beklenir. Bireyin hareket etme ihtiyacının karşılanması, eğlenme, oyun, neşelenme, sosyalleşme, statü elde etme ve daha birçok nedenle tercih edilen, meslek olarak seçilebilen bir alan; kişisel ya da toplu biçimde yapılan ve genellikle yarışmaya dayanan, kimi kurallara göre uygulanan beden hareketlerinin tümü spor (Heper, 2012) olarak tanımlanmaktadır. Çocuğun sportif aktivitelere katılımı, gelişimi açısından oldukça önemlidir. Öyle ki gelişmiş ülkelerde spora büyük önem verilmekte ve erken yaşlardan başlayarak çocuklara spor ve beden eğitimi programları uygulanmaktadır (Küçük ve Koç, 2003). Spor yapma alışkanlığının küçük yaşlarda çocuklara kazandırılması, sporun yaşam tarzı haline getirilmesinde etkisi vardır.

Birçok olumlu tutum, davranış ve alışkanlıkların temeli okulöncesi dönemde atılmaktadır. Çocukların bilişsel, duyuşsal, sosyal, psikolojik ve psikomotor gelişimini sağlayan spor alışkanlığının alt yapısı okulöncesi eğitim kurumlarında uygulanan etkinliklerle kurulmakta olup, yaşamın ileriki yıllarında devam etmektedir (Tezel Şahin ve Yüksek Usta, 2016). Yapılan araştırmalar da, yetişkinlikte spora olan ilginin temellerinin çocuklukta spor uğraşları ile ilgili olduğunu ortaya koymuştur (Bluechhardt ve Shephard, 1995).

Çocuklar bir takım becerileri taklit etme ya da model alma yoluyla öğrenmektedir. Çocuk anne ve babasını genellikle rol almakta ve onların davranışlarını öğrenerek kişilik gelişimini şekillendirmektedir. Ayrıca çocukların doğduğu andan itibaren karşı karşıya kaldığı televizyonun da çocuk gelişimi üzerine önemli etkileri bulunmaktadır (Erdoğan ve Baran, 2008). Araştırmalar çocukların seyrettikleri yayınlar arasında ilk sırayı çizgi filmlerin aldığını göstermektedir (Cesur ve Paker, 2007). Çocukların çizgi filmleri izlemesinin nedenleri olarak; bilişsel, duygusal durum ve davranışlarına yakın olması, çizgi film kahramanları ile kolaylıkla özdeşim kurabilmeleri gösterilmektedir (Yazıcı, 2011). Okul öncesi dönem çocuklarının çizgi film karakterleri ile özdeşim kurduklarını belirten çalışmalar bulunmaktadır (Hamarat, Işıtan, Özcan ve Karaşahin, 2015; Özakar ve Koçak, 2012). Okulöncesi dönem çocukları taklit etme/model alma yoluyla birçok

kavramı çeşitli çocuk programları ya da gelişim özelliklerine uygun çizgi filmlerden öğrenmektedir. Televizyonlarda yaygın bir biçimde kullanılan çizgi filmlerin amaçlarından birisi öğreticiliktir (Güler, 1992). Çizgi filmler çocukları eğlendirirken, aynı zamanda eğitsel amaçlarla onların kişilik gelişimini de etkilemektedir. Bu nedenle çocuklara kazandırılmak istenen bilgi, beceri, farkındalık ve değerler çizgi filmlerde çocukların gelişimini destekleyecek şekilde olmalıdır. Bu farkındalıklardan birisi de insan yaşamı için önemli olan spor ve spora ait olan unsurlardır.

Çizgi filmlerin en iyi takipçisi olan çocukların hayal dünyaları, hayata karşı savunmasız tavırları çizgi filmlerden etkilenmekte ve kendi içinde belli bir şekil almaktadır (Samancı, 2004). Bu nedenle onlara küçük yaşlarda sporu sevdirmek, gelecekte sporu bilinçli olarak yapabilen, sporun kendine sağladığı faydaların farkında olan sağlıklı fiziksel ve psikolojik bir yapıya sahip bireylerin yetişmesine katkı sağlayacaktır. Bu nedenle bu çalışmada; çocukların sıklıkla izledikleri çizgi filmlerden olan Niloya ve Kuzucuk çizgi filmlerinde spor ve spora ait unsurlara ne kadar yer verildiği, bu çizgi filmlerde yer alan sportmenlik davranışlarının ne kadar konu edinildiği amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki alt problemlere cevap aranmıştır.

1. Çizgi filmlerde yer alan spor branşları nelerdir?
2. Çizgi filmlerdeki spor branşlarına özgü materyaller nelerdir?
3. Çizgi filmlerdeki spor branşlarına yönelik teknik kavramlar nelerdir?
4. Çizgi filmlerdeki spora özgü değerler ve bu değerlerin yer alma sıklığı nasıldır?

YÖNTEM

Çalışmada nitel araştırma yaklaşımlarından doküman incelemesi kullanılmıştır. Doküman incelemesi; araştırılması amaçlanan olgu ya da olaylar hakkında bilgilerin yer aldığı yazılı materyallerin analizini kapsayan bir veri toplama yöntemidir (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Araştırmaya konu olan olgu ve olgulara ilişkin yazılı materyallerin analizini kapsayan “doküman incelemesi”, gerekli durumlarda yazılı kaynakların yanı sıra film, video ya da fotoğraf gibi görsel malzemeleri de kapsamaktadır.

Çalışma Grubu

Okulöncesi dönemindeki çocukların en çok hangi çizgi filmleri izledikleri araştırmacılar tarafından Ankara’da farklı sosyo-ekonomik yapıya sahip ilçelerde (Çankaya, Yenimahalle, Keçiören, Pursaklar) yaşayan okulöncesi çağındaki çocuklara (25’i kız ve 31’i erkek) sorularak tespit edilmiştir. Çocuklar yaklaşık olarak 30 çizgi film belirtmiştir. Çalışma grubuna alınacak bölümler tespit edilirken ölçüt örnekleme tekniğinden yararlanılmıştır. İçerisinde spora ait unsurlara yer verilen bölümler araştırma kapsamında incelenmiştir. Ayrıca çizgi filmlerin okulöncesi dönemindeki çocuklara uygun olmasına dikkat edilmiştir. TRT çocuk kanalında yayınlanan “Niloya”, “Rafadan Tayfa” ve “Kuzucuk” çizgi filmleri çocuklar tarafından sıklıkla izlendiği tespit edilmiştir. Rafadan tayfa 6-9 yaş gelişim özelliklerine uygun olduğundan, hedef kitlesi okulöncesi olan ve araştırma kapsamında çocukların sıklıkla belirttikleri Niloya ve Kuzucuk çizgi filmleri çalışmaya dâhil edilmiştir. Bu iki çizgi film sunuluş açısından birbirinden farklılık göstermektedir. Kuzucuk sadece görsel içerikli iken, Niloya hem sözel hem de görsel içeriğe sahiptir. Toplam 80 bölümden oluşan “Niloya” filminin 10 bölümünde sporla ilgili kavram ve unsurlara rastlanmış ve bu bölümler incelemeye alınmıştır. Araştırmada yer alan diğer çizgi film “Kuzucuk” ise 71 bölümden oluşmakta olup, konusu spor olan 16 bölüm çalışma kapsamında değerlendirilmiştir. Bu çizgi filmlerin her biri doküman olarak kabul edilmiş ve analize tabi tutulmuştur. Bu analiz türü; sözel, yazılı ve diğer materyallerin iletmiş mesaj ve anlam/dilbilgisi açısından nesnel ve sistematik olarak sınıflandırma, sayılara dönüştürme ve çıkarımında bulunma aracılığıyla sosyal gerçeği araştıran yaklaşımdır (Tavşancıl ve Aslan, 2001). Tablo 1’de çocukların sevdikleri çizgi filmlere ait yüzde ve frekans değerleri verilmiştir.

Tablo 1. Okul öncesi dönem çocuklarının en çok izledikleri çizgi filmler

Çizgi Filmler	Toplam bölüm	Sporla ilgili bölüm sayısı	Çizgi film türü	Çocukların en çok izledikleri (f)	Yüzde
Canım Kardeşim	109	3	Sözel+görsel	4	7.84
Niloya	80	10	Sözel+görsel	8	15.68
Rafadan Tayfa	51	4	Sözel-görsel	8	15.68
Kuzucuk	71	16	Görsel	7	13.72
Emiray	26	-	Sözel+görsel	6	11.76
Diğer	-	-	Sözel+görsel	18	35.29
Toplam	337	32	-	51	100

Tablo 1’de okulöncesi çocuklarının en sevdikleri çizgi filmlerin isimleri ve sıklıklarına yer verilmiştir. Niloya ve Rafadan Tayfa çocuklar tarafından en çok izlenen çizgi filmler olduğu görülmüştür. Bunu sırasıyla Kuzucuk, Emiray ve Canım Kardeşim izlemektedir. Çocuklar farklı

çizgi filmlere de yer vermişlerdir. Ancak araştırmanın amacına uygun çalışma grubun okulöncesi olması, ilköğretim düzeyinde yer alan çizgi filmlerin çalışma dışı bırakılmasına neden olmuştur. Çizgi filmlerin izlenen bölüm isimleri aşağıda Tablo 2 ve Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 2. Niloya çizgi filminde sporla ilgili bölüm isimleri

Bölüm	Bölüm İsimleri	Bölüm	Bölüm İsimleri
7. Bölüm	Barış	40. Bölüm	Birlikte oynayalım
8. Bölüm	Basketbol	42. Bölüm	Oyun
11. Bölüm	Paten	48. Bölüm	Bisiklet
20. Bölüm	Buz (kayak)	68. Bölüm	Çuval yarışı
36. Bölüm	Denizden ne çıkacak?	73. Bölüm	Ayakkabı bağı

Tablo 3. Kuzucuk çizgi filminde sporla ilgili bölüm isimleri

Bölüm	*Bölümde yer alan spor branşları	Bölüm	*Bölümde yer alan spor branşları
1. Bölüm	Futbol	48. Bölüm	Taekwondo
5. Bölüm	Yüzme	49. Bölüm	Voleybol
10. Bölüm	Basketbol	51. Bölüm	Kayak
19. Bölüm	Atletizm	53. Bölüm	Yüzme
25. Bölüm	Masa tenisi	56. Bölüm	Atletizm
28. Bölüm	Bisiklet	63. Bölüm	Yarışma/rekabet
31. Bölüm	Balık tutma	64. Bölüm	Futbol
43. Bölüm	Ağırlık kaldırma	70. Bölüm	Futbol

*Bölüm isimlerine ulaşamadığından, bölüm içerisinde geçen spor branşlarına yer verilmiştir.

Çizgi Filmlerin Özellikleri

Niloya Örneği:

2008 yılında ilk yapımına başlanmıştır. Şu an TRT Çocuk kanalında yayınlanmaktadır. Niloya, tamamen Türk stüdyoları tarafından hazırlanmakta olan ve 3-6 yaş grubunu hedefleyen bir yapımdır (Yağan Güder, Ay, Saray ve Kılıç, 2017). Nehir kenarında, neşeli kuşların şarkı söylediği şirin bir köyde dünyaya gelen Niloya, ismini mutluluktan almıştır. Annesi kızının adının Nil olmasını, babası Oya olmasını istemiştir. Nil mi? Oya mı? derken; çizgi film kahramanın dedesi ikiniz de mutlu olun, adı Niloya olsun diyerek sevimli kahramanın adını koymuştur. Böylece herkes mutlu olmuştur. Niloya ailesi ve arkadaşları ile eğlenceli zaman geçiren mutlu bir çocuk figürü çizgi filmde yansıtmaktadır. Niloya bölümlerde farklı alanlara yer vererek, okulöncesi çocuklarına eğitici, öğretici ve eğlenceli içerikler sunmaktadır.

Kuzucuk Örneği:

Çiftlik de birbirinden sevimli, arkadaş canlısı arkadaşları ile farklı etkinlikler yapan ve maceralar yaşayan Kuzucuk, okulöncesi dönem çocuklara hitap eden çizgi filmler arasında yer almaktadır. TRT Çocuk kanalında her gün izleyicileri ile buluşan Kuzucuk, sadece görsel unsurların sunulduğu ve karakterlerinin farklı hayvan figürlerinden (horoz, leylek, köstebek ve ördek) oluştuğu içerisinde arkadaşlık, birlik ve beraberlik duygularının konu edinildiği bir yapıdır. Çizgi filmde yer alan karakterler zamanın çoğunu birbirleriyle oynayarak, farklı deneyim ve tecrübelerde bulunarak geçirmektedir. Konu olarak farklı sportif etkinliklere yer veren Kuzucuk, karakterlerin güzel vakit geçirmelerini, paylaşımlarda bulunmalarının önemini vurgulamakta olup, bir takım kavramlara yönelik eğitici ve öğretici mesajlar sunmaktadır. Karakterlerin aralarında bazen anlaşmazlıklar olsa da anlaşmazlıkların üstesinden birlikte gelmektedirler.

Verilerin Toplanması

Çalışmanın verileri Niloya ve Kuzucuk çizgi filmlerinin bölümlerinin izlenmesi ile elde edildiğinden, çalışmada doküman incelemesinin aşamaları uygulanmıştır. Bu aşamalar aşağıda verilmiştir.

- Dokümanlara (Niloya ve Kuzucuk çizgi filmlerinin bölümlerine) araştırmacılar internet üzerinden erişmişlerdir.
- Araştırmada veri setlerine internet üzerinden herkes tarafından kolayca ulaşılabilir olduğundan verilerin orijinalliğinin test edilmesine gerek duyulmamıştır.
- Dokümanları anlama aşamasında araştırmacılar her iki çizgi filmde tüm bölümleri incelemiş; bölümlerde spor unsurlarının yer alıp almamasına odaklanılmış ve bu bağlamda çizgi filmler anlamlandırmaya çalışılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde içerik analizinden faydalanılmıştır. Analiz yapılırken uygulanan işlemler aşağıda sıralanmıştır.

- Verileri analiz etmeye ilk olarak "analize konu olan verilerin seçilmesi" aşaması ile başlanmıştır. Niloya çizgi filminde 80 bölümden sadece 10 bölümde spora ait unsurlara rastlanmıştır. Geriye kalan bölümler çalışma dışı bırakılmış ve çalışma 10 bölüm üzerinden

gerçekleştirilmiştir. Kuzucuk çizgi filmde 71 bölümün 16'sında konusu doğrudan ya da dolaylı olarak spor ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Çalışma 16 bölüm üzerinden gerçekleştirilmiştir.

- İçerik analizine başlamadan önce spor kavramı ile ilgili literatürde yapılmış çalışmalar incelenmiştir (Aydoğan, Özyürek ve Gültekin Akduman, 2015; Özyürek, Özkan, Bedge ve Yavuz, 2015; Tezel Şahin ve Yüksek Usta, 2016; Yüksek Usta ve Tezel Şahin, 2016; Yılmaz ve Güven, 2015; Yılmaz, Esentürk, Pala ve İlhan, 2017; Yılmaz ve Pala, 2017). İçerisinde spor unsuruna yer veren bölümler literatür doğrultusunda, spor unsurları (spor branşı, spor ile ilgili kavram ve terimler, spora özgü materyaller vb.) açısından incelenmiştir.
- Analiz birimini saptama aşamasında karakterlerin spor ile ilgili unsurlara ait yaptıkları eylem ve söylemlerine dikkat edilmiştir.
- Sayısallaştırma aşamasında kategorileri temsil eden kodların frekans ve yüzdeleri hesaplanmıştır.

Verilerin Geçerlik ve Güvenirliği

Nitel araştırmada geçerlik bilimsel bulguların doğruluğunu, güvenilirlik ise tekrarlanabilirliği yani tutarlılığını konu edinir (Yıldırım ve Şimşek, 2011). Araştırmanın iç geçerliği için temalar oluşturulurken literatürde konu ile ilgili yapılmış çalışmaların sonuçlarından faydalanılmıştır. Dış geçerlik için araştırma süreci (verilerin toplanması, analizi ve yorumlanması) ayrıntılı olarak açıklanmıştır. Araştırmanın iç güvenirliği için yapılan veri analizleri konu ile ilgili çalışmaları olan uzman bir araştırmacı tarafından kontrol edilmiştir. Dış geçerlik kapsamında ise; araştırma sürecine yer verilmiştir. Ayrıca geçerlik kapsamında çizgi filmlerde yer alan temaları açıklayan görsel ve sözel ifadeler de yer verilmiştir.

BULGULAR

Çalışma kapsamında, Türkiye Cumhuriyeti Devlet Televizyonu TRT'nin ücretsiz yayın yapan kanallarından biri olan TRT Çocuk'ta 11.00-11.30 saatleri ve 02.02 ile 02.27 saatleri arasında günde iki kere yayınlanan "Niloya" isimli çizgi film incelenmiştir. Yine TRT çocuk kanalında yayınlanan "Kuzucuk" 08.00 ile 08.50 ve 04.47 ile 05.42 saatlerinde olmak üzere günde iki kere yayınlanmaktadır. Okulöncesi dönemi gelişim özelliklerine uygun olan bu iki çizgi filmin içerik analizi sonucunda elde edilen bulgular aşağıda gösterilmiştir.

Tablo 4. Niloya çizgi filminde yer verilen spor unsurları

Kategoriler	Kodlar	Frekans	Yüzde	Kodlar	Frekans	Yüzde
Spor Branşları	Basketbol	2	16.66	Paten	2	16.66
	Futbol	3	25.00	Sörf yapmak	2	16.66
	Bisiklet	3	25.00	Balık tutma	1	8.33
	Toplam	8	66.66	Toplam	4	33.33
Spor Branşlarına Özgü Kavram ve Teknikler	Kafada top sektirme	6	10.52	Kazanma-kaybetme	1	1.75
	Ayakta top sektirme	9	15.78	Yarışma	4	7.01
	Top sürme	5	8.77	Rakip	1	1.75
	Şut atma	4	7.01	Mekik çekme	1	1.75
	Pas vermek	4	7.01	Isınma hareketleri	1	1.75
	Çalım atma	2	3.50	Kaymak (paten)	8	14.03
	Gol	3	5,26	Pedal çevirmek	5	8.77
	Kaleci	3	5,26			
	Toplam	36	63.15	Toplam	21	36.85
Spor Branşlarına Özgü Materyaller	Basketbol potası	7	9.72	Paten	10	13.88
	Futbol sahası	15	20.83	Buz pisti	2	2.77
	Futbol kalesi	9	12.50	Olta	7	9.72
	Bisiklet	7	9.72	Sörf tahtası	4	5.55
	Kask	10	13.88	Kay-kay	1	1.38
	Toplam	48	66.66	Toplam	24	33.34
Sporla İlgili Değerler	Yardımlaşma	3	15	Barışmak	2	10
	Paylaşma	4	20	Cesaret	1	5
	Kaybetmeye tahammül etme	6	30	Centilmenlik	2	10
	Adilce yarışma	2	10			
	Toplam	15	75	Toplam	5	25

Tablo 4'deki bulgular dikkate alındığında; Niloya çizgi filminin çalışmaya dahil edilen bölümlerde yer alan spor branşları, spora özgü kavram ve teknikler ve spora ait materyallerin frekans ve yüzdelerine yer verilmiştir. Spor branşları incelendiğinde futbol ve bisiklet branşlarına sıklıkla bölümlerde yer verildiği görülmektedir. Bu spor branşını basketbol çok yakından izlemektedir. Paten ile kaymak da yine bölümlerde işlenen ana konular arasında yer almaktadır. Rekreatif bir etkinlik olarak değerlendirilen balık tutma Niloya çizgi filminde konu olarak işlenmiştir. Konusu "Bisiklet" olan 48. bölümde; Niloya henüz bisiklet kullanmayı yeni yeni

öğrenmektedir. Babası onun bisiklet kullanmasını sağlamak amacıyla ona alıştırmaya tekerleği olan 4 tekerlekli bir bisiklet alır. Bisiklete binmeye korkan Niloya'ya abisi ve babası destek olur. 48. bölümde bisiklet kullanırken Niloya ve abisinin koruyucu başlığı yoktur. Oysaki çocukların rol model olarak aldıkları çizgi film karakterlerinin çocuklara sunulurken onların kazanımlarını olumlu yönde etkileyecek davranışların sergilenmesi gerekmektedir. 40. bölümde Niloya hem paten hem de bisiklet kullanırken, abisi ve arkadaşları da ona eşlik ettiği ve her birinin başında kask olduğu dikkati çekmektedir. Bunun yanı sıra futbol branşı, incelenen bölümlerin genelinde mevcut olduğu görülmüştür. 7.bölümde (Barış) Niloya arkadaşı Mete ile ayak ve kafa da top sektirme yarışı yapar. Bu beceride Niloya oldukça başarılı olurken; arkadaşı Mete yeterince başarı sergileyemez ve oyunu bırakıp gider. Arkadaşının küstüğünü düşünen Niloya Mete'nin evine gider. Oysaki Mete küsmemiş, Niloya gibi hareketleri yapabilmek için bir süre çalışmış oldukça başarı sağlamıştır. Sporda rekabetin olduğunu ancak arkadaşlığın önüne geçmemesi gerektiği, kazanma ve kaybetmenin olabileceği, bunların normal olduğu gibi mesajları bölüm içermektedir. Sekizinci bölümde; 7. bölümdeki mesajı anlamlı kılmaktadır. Bu bölümde sporda önemli bir değer olan "Paylaşma" kazanımına değinmiştir.

Spor branşlarına özgü materyallere de Niloya filminin spor ile ilgili bölümlerinde geniş yer verilmiştir. Futbol, basketbol, bisiklet, paten ve balık tutma etkinliklerinin yer aldığı bölümlerde her spor branşına özgü materyallere yer verilmiştir. Bu bölümde (Basketbol 8. Bölüm), Niloya ve abisi basketbol sahasında futbol oynarken; arkadaşları Mete basketbol oynamak amacıyla onların olduğu alana gelir. Bu alanda basketbol sporu ile ilgili materyaller (basketbol potası, basketbol topu vb.) izleyicilerin dikkatini çekmektedir. Aynı bölümde futbol ile ilgili materyaller (futbol sahası, futbol topu, kale vb.) de yer almaktadır. Bu spor alanı Niloya çizgi filminde farklı bölümlerde de izleyicilere sunulmuştur. Çizgi filmin 40. Bölümünde (Birlikte oynayalım) farklı spor branşlarının materyallerine sıklıkla rastlanmıştır. Bu bölümde paten, futbol, sörf, basketbol ve futbol sporlarıyla ilgili sözel ve görsel unsurlara değinilmiştir.

Niloya'nın 48. Bölümünde centilmenlik, yardımlaşma gibi sportif değerler konu edinmiştir. Niloya ve üç arkadaşı çuval yarışı yaparlar. Bu yarışta Niloya önde gitmektedir. Bitiş çizgisine yakın bir yerde arkadan gelen arkadaşı Mete yere düşer. Bunu gören Niloya yarışı bırakır ve arkadaşı Mete'ye yardım eder. Yarışı başka bir arkadaşı kazanır. Sonuçta Niloya ve Mete'ye yardımlaşma ödülünü verirler.

Araştırma kapsamında sporla ilgili 16 bölüm içeren “Kuzucuk” filmi de spor unsurları açısından incelenmiştir. Elde edilen kategoriler ve bunları temsil eden kodlar Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 5. Kuzucuk filmindeki spor unsurları

Kategoriler	Kodlar	Frekans	Yüzde	Kodlar	Frekans	Yüzde	
Spor Branşları	Futbol	4	20	Masa tenisi	1	5	
	Yüzme	2	10	Balık tutma	1	5	
	Basketbol	1	5	Taekwondo	1	5	
	Bisiklet	3	15	Halter	1	5	
	Jimnastik	1	5	Voleybol	1	5	
	Kayak	1	5	Engelli koşu	1	5	
	Yelken	1	5	Sırıkla yüksek atlama	1	5	
	Toplam	13	65	Toplam	7	35	
Spor Branşlarına Özgü Kavram ve Teknikler	Basket	3	9.09	Şut atma	3	9.09	
	Rekabet/ Mücadele	3	9.09	Ralli	1	3.03	
	Rakip	2	6.06	Smaç (masa tenisi)	1	3.03	
	Yaklaşma Vuruşları	5	15.15	Servis atma	2	6.06	
	Hakem	4	12.12	Top sürme (Futbol)	4	12.12	
	Isınma hareketleri	3	9.09	Parmak pas	1	3.03	
	Yumruk	2	6.06	Tekme atma	2	6.06	
	Toplam	22	66.66	Toplam	11	33.33	
Spor Branşlarına Özgü Materyaller	Futbol topu	3	3.57	Basketbol topu	15	17.85	
	Kale	4	4.76	Deniz simidi	1	1.19	
	Basketbol sahası	1	1.19	Bisiklet	5	5.95	
	Basketbol potası	2	2.38	Yarışa başlama ve bitiş çizgisi	4	4.76	
	Tribün	1	1.19	Kask	3	3.57	
	Raket	4	4.76	Pinpon topu	1	1.19	
	Düdük	1	1.19	Engel tahtası	4	4.76	
	Masa tenisi masası	1	1.19	Halter	2	2.38	
	Barfiks	2	2.38	Kupa	1	1.19	
	Kayak	2	2.38	Palet	4	4.76	
	Kuşaklar	8	9.52	Kum çuvalı	1	1.19	
	Yelken	2	2.38	Sırıkla atlama çubuğu	2	2.38	
	Toplam	31	36.90	Toplam	43	63.10	
	Sporla İlgili Değerler	Sportmenlik dışı davranış	4	36.36	Kurallara uyma	1	9.99
		Adilce yarışma	2	18.18	Yardımlaşma	2	18.18
Birlik/Beraberlik		1	9.09				
Paylaşma		1	9.09				
Toplam		8	72.72	Toplam	3	27.28	

Tablo 6’da kuzucuk çizgi filminin spor ile ilgili bölümlerinin spor unsurları açısından incelenmesi sonucunda; spor branşları, spor branşlarına özgü kavram ve teknikler, spor branşlarına özgü materyaller ve spor branşlarıyla ilgili değerler olmak üzere dört kategori bünyesinde incelenmiştir. Kuzucuk çizgi filminin sporu konu edinen bölümlerinde farklı spor branşlarına yer verildiği görülmüştür. Bu spor branşlarından futbolun çizgi filmde en sık işlenen spor olduğu

saptanmıştır. Bu sporu bisiklet izlemektedir. Yüzme de yine kuzucuk filminde işlenen spor branşları arasında yer almaktadır. Futbol branşının konu edinildiği 64. bölümde kuzucukun arkadaşları olan leylek ve köstebekle birlikte en yakın arkadaşı olan horoza gol atmaya çalışırlar. Sporun en önemli unsurları olan rekabet unsuruna burada değinilmiştir. Ayrıca sportmenlik kavramı da vurgulanan önemli değerler arasındadır. Başka bir bölümde (70. Bölüm), “kuzucuk” ve “horoz” bahçede futbol oynamaktadır. Birbirlerine pas atarken, topun evin çatısına kaçmasıyla topu çatıdan almak için yaptıkları işbirliği anlatılmaktadır. Bisiklet de yapılan spor etkinlikleri arasında yer almaktadır. 28. bölümde çizgi film kahramanı kuzucuk, arkadaşları olan “köstebek”, “kaplumbağa” ve “leylek”e bisikleti nasıl kullandığını gösterir. Paylaşıcılık özelliği olan “kuzucuk” sırasıyla arkadaşlarına bisikletini kullanmasını için verir. Arkadaşları sırasıyla bisiklete binerken; “köstebek” oyunbozanlık yapıp, bisiklete biner ve uzaklaşmaya çalışırken “horoz” da bisikletin selesine atlar, birlikte uzaklaşırlar. “Kuzucuk” ve arkadaşları da onları yakalamak için arkalarından giderler, sonunda bisiklet parçalanmış olarak bulunur.

Bir diğer bölümde (10. Bölüm), “kuzucuk” basketbol oynamak için basketbol sahasına gider. Ancak boyu kısa olan çizgi film kahramanı çok çaba göstermesine rağmen basketbol topunu potaya atamaz. Bu durum karşısında sinirlenen kahraman basketbol topları ile dolu olan sepetin üzerine çıkarak basket atmaya çalışır ve sonunda atar. “Kuzucuk” basket atabildiği için çok mutlu olur.

Atletizmin bir dalı olan engelli koşu ve sılıkla yüksek atlama izleyicilere 56. Bölümde sunulmuştur. Aynı bölümde “kuzucuk” ve “horoz” arasında yelken yarışması olur. “Horoz” sporun en önemli unsurlarından birisi olan kazanmak amacıyla kendine avantaj sağlayıcı davranışta bulunur. Uzakdoğu sporlarından birisi olan taekwon-do sporu 48. Bölümde konu edinilmiştir. Hareketleri iyi yapabilen bir kuşak üst dereceye sahip olur. “Horoz” taekwon-doya ait becerileri “kuzucuk” daha iyi yapar. “Kuzucuk” daha kötü performans gösterdiği için kaybedenin yapacağı temizlik işini yapar.

Basketbol, masa tenisi, voleybol, taekwon-do ve futbol gibi spor branşlarına özgü temel kavram ve terimlere çizgi filmde yer verilmiştir. Sportif etkinliğe başlamadan önce vücudun uyarılması için gerekli ısınma hareketlerinin yapılmasının gerekliliği mesajı çocuklara sunulmaktadır. Masa tenisinin konu edinildiği 25. bölümde forehand/backhand vuruşları, servis atışı, ralli ve smaç gibi kavramlar izleyicilere sunulmuştur. Yumruk atma, kum çuvalına tekme

atma gibi teknik terimler, rakip ve rekabet/mücadele gibi spora özgü kavramlara taekwon-do sporunda yer verilmiştir.

Sportmenlik dışı davranış sergileyen karakter olan “horoz”un gösterdiği bu davranışlar çizgi filmin sporla ilgili bölümlerinin bazısında yer almaktadır. Futbol sporunun işlendiği 64. bölümde, bu karakter haksız avantaj sağlamak amacıyla giydiği kaleci eldiveni ve oynadığı futbol topuna mıknatis yerleştirmiştir. Böylece arkadaşlarının kaleye attıkları tüm şutları yakalamıştır. Durumu anlayan arkadaşları “horuz”u cezalandırmıştır. Yine 43. bölümde “horoz”un adil olmayan ve haksız avantaj sağlamaya yönelik davranışı görülmektedir. “Horoz”un “kuzucuk” ile birlikte yarıştığı yelken yarışının işlendiği 56. bölümde adil olmayan ve haksız kazanç sağlamaya yönelik davranışın yer aldığı görülmüştür.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Okulöncesi dönem gelişim özelliklerini içeren çizgi filmlerde spor ve spora ait unsurların hangi oranda işlendiğini tespit etmek amacıyla yapılan çalışmada; 80 bölümden oluşan Niloya çizgi filminin “Barış”, “Basketbol”, “Birlikte oynayalım”, “Çuval yarışı”, “Bisiklet” ve “Ayakkabı bağı” bölümlerinin konusu doğrudan spordur. “Paten”, “Buz”, “Denizden ne çıkacak?”, “Oyun” ve “Bisiklet” bölümlerinde kısmen spor ile ilgili unsurlar konu edinmiştir. Bir diğer çizgi film olan “Kuzucuk” filmi 71 bölümden oluşmaktadır. Bunun 16 bölümü sporla ilgilidir. Bölümlere spor branşları açısından bakıldığında çeşitli spor branşlarının yer aldığı, fakat bunların sayısının sınırlı olduğu saptanmıştır. Çizgi filmlerin çocuklar için bir eğitim aracı olduğu dikkate alındığında (Cowie ve Jennifer, 2017; Rai, Waskel, Sakalle, Dixit ve Mahore, 2017; Soydan, Alakoç Pirpir ve Azak, 2017), çocuklar tarafından en çok izlenen çizgi filmlerin içeriğinin çocukların spor branşları ve onlara özgü kavramlarla tanışmasında oldukça yetersiz kaldığı söylenebilir.

Niloya çizgi filminde en çok konu edinen spor dalının futbol olduğu belirlenmiştir. Bunu bisiklet takip etmektedir. Benzer durum “Kuzucuk” filminde görülmüştür. Yüksek Usta ve Tezel Şahin (2016)’in okulöncesi çocukların spor tercihlerini inceledikleri çalışmada; çocukların en fazla futbolu belirttiklerini tespit etmişlerdir. Aydoğan ve ark., (2015) çalışmasında; çocukların en çok yapmak istedikleri sporun futbol olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Tezel Şahin ve Yüksek Usta (2016) okulöncesi çocukların spor ve spor dalları hakkındaki görüşlerini belirlemek amacıyla

çocuklara sordukları “Hangi sporu yapmak istersiniz?” sorusuna farklı cevaplar almıştır. Bu cevaplardan en yüksek olanı koşu ve futboldur. Yılmaz ve ark. (2017)’nin okulöncesi çocuklarının spor ortamı algısını araştırdıkları çalışma, çocukların genellikle yapmak istedikleri spor branşının futbol olduğu sonucu elde edilmiştir. Popüler kültürde önemli bir yere sahip olan futbolun çocuklar tarafından sevilmesinde, toplumun bu spora önem vermesi, diğer sporlara göre ulaşımının kolay olması ve sporun uygulanmasının az maliyet gerektirmesi olabilir.

Spor ile ilgili terim ve kavramların her iki çizgi filmde yer aldığı, ancak bunların çeşitliliğinin az olduğu görülmüştür. Niloya’da futbol ve basketbol sporları ile ilgili terim ve kavramlara daha sık rastlanmıştır. Özellikle futbola ait olan “ayakta ve kafada top sektirme”, “top sürme”, “pas verme”, “çalım atma”, “kaleci”, “şut atma” ve “gol” gibi kavramlar elde edilmiştir. Bu çizgi filmdeki spor branşlarının çeşitliliği dikkate alındığında, yeterli seviyede sporla ilgili kavram ve terimlerin olmadığı söylenebilir. Yılmaz ve ark., (2017) çocukların spor ortamı algısını inceledikleri çalışmada benzer bulgu elde edilmiştir. Çalışmada açık havada yer alan spor branşları daha çok belirtilmiştir. Niloya filminde yapılan sporlar açık alanda izleyiciye sunulmuştur. Kuzucuk filminde masa tenisi, voleybol, basketbol, futbol vb. spor branşlarına özgü terim ve kavramlar içermektedir. Özellikle masa tenisinin konu olarak izleyiciye sunulduğu 25. Bölümde yaklaşma vuruşları (forehand/backhand) vuruş, servis, smaç, ralli, rekabet/mücadele gibi kavramlar olduğu tespit edilmiştir. Isınma hareketlerinin spora başlamadan önce kasları uyararak açısından önemli olduğu vurgulanmıştır.

Çizgi filmlerde yer alan sporla ilgili materyallere göre “Kuzucuk” filmindeki materyal sayısı ve çeşitliliği “Niloya” dan daha fazladır. Niloya her iki cinsiyete hitap eden bir film, ancak spor çeşitliliği yetersizdir. Her bölümde farklı bir temayı içeren filmin, doğrudan sporu konu edinen bölüm sayısı düşük olduğu tespit edilmiştir. Kuzucuk filmi görsel içerikli bir çizgi film olduğundan, sözel ifadelerin eksikliği spora ait olan görsellerle zenginleştirilmiştir. Filmin sporla ilgili bölümlerinde futbol, basketbol, bisiklet, yüzme, atletizm, yelken, barfiks, taekwondo sporlarında kullanılan materyallerin sayısının fazla olduğu saptanmıştır.

Her iki çizgi film bulguları incelendiğinde; spora ait unsurlara içerikte yer verildiği saptanmıştır. Bu içeriklerin sayısının artması çocukların sporla ilgili farklı branş, materyal, değerler ve kavramlarla yüz yüze kalmayı sağlayacaktır. Çizgi filmlerin çocukların çizgi film karakterleri ile özdeşim kurmalarına katkı sağlamaktadır. Çizgi filmlerdeki kahramanları taklit etmektedir.

Çizgi filmlerin çocuklar üzerindeki öğretici etkisini olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Çizgi filmlerde spora özgü konuların işlenmesi çocukların branşlarla ilgili bilgi ve becerilere yönelik farkındalık kazanmalarına neden olabilmektedir. Çizgi filmin kahramanın sporda başarılı bir profil çizmeleri, çocukların çizgi filmlerde konu edilen spor branşlarını sevmelerine ve olumlu tutum geliştirmelerine katkı sağlayabilmektedir. Bu nedenle, çizgi filmlerde spor konusunun işlenmesi onların küçük yaşlarda spora karşı olumlu bir bakış açısı kazanmalarında etkili olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Aydoğan, Y., Özyürek, A., & Gültekin Akduman, G. (2015). Okul öncesi dönem çocuklarının spora ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4, 103-115.
- Bluechhardt, M. H., & Shephard, R. I. (1995). Using an extracurriculum physical activity program to enhance social skills. *Journal of Learning Disabilities*, 28(3), 160-169.
- Cesur, S., & Paker, O. (2007). Televizyon ve çocuk: Çocukların tv programlarına ilişkin tercihleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(19),106-125.
- Cowie, H., & Jennifer, D. (2017). Participatory methods in research with children: The scripted cartoons narrative of bullying (SCAN) drawings method. *Applied Qualitative Research in Psychology*, 101-114.
- Erdoğan, S., & Baran, G. (2008). A study on the opinions of parents regarding television watching habits of their children in the four-six age group, *The Social Sciences*, 3(3), 245-248.
- Güler, D. (1992). *Çizgi filmlerin eğitim iletişimi boyutları ve bir örnek olay çözümlemesi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Hamarat, D., Işıtan, S., Özcan, A., & Karşahin, H. (2015). Okul öncesi dönem çocuklarının izledikleri çizgi filmler üzerine bir inceleme: Caillou ve Sünger Bob örneği. *Balikesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(33), 75-91.
- Heper, E. (2012). Sporla ilgili kavramlar ve sporun tarihsel gelişimi. Ertan H. (Eds) içinde *Spor bilimlerine giriş*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Küçük, V., & Koç, H. (2003). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 1-12.
- Özakar, S., & Koçak, C. (2012). Kitle iletişim araçlarından televizyonun 3-6 yaş grubundaki çocukların davranışları üzerine etkisi. *Yeni Symposium*, 50(1), 31-39.
- Özyürek, A., Özkan, İ., Begde, Z., & Yavuz, N. F. (2015). Okulöncesi dönemde beden eğitimi ve spor. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(3), 479-488.
- Rai, S., Waskel, B., Sakalle, S., Dixit, S., & Mahore, R. (2017). Effects of cartoon programs on behavioural, habitual and communicative changes in children. *International Journal of Community Medicine and Public Health*, 3(6), 1375-1378.
- Samancı, Ö. (2004). *Animasyonun önlenemez yükselişi*. İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Soydan, S. B., Alakoç Pirpir, D., & Azak, H. (2017). Aggressive behaviours of 48-to 66-month-old children: predictive power of teacher-student relationship, cartoon preferences and mother's attitude. *Early Child Development and Care*, 187(8), 1244-1258.
- Tavşancıl, E., & Aslan, E. (2001). *İçerik analizi ve uygulama örnekleri*. Epsilon Yayınları: İstanbul.
- Tezel Şahin, F., & Yüksek Usta, S. (2016). Okul öncesi dönemde bir uygulama örneği: Spor ve spor dalları. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(3), 200-213.
- Yağan Güder, S., Ay, A., Saray, F., & Kılıç, İ. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının izledikleri çizgi filmlerin toplumsal cinsiyet kalıp yargıları açısından incelenmesi: Niloya örneği. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 5(2), 96-111.
- Yazıcı, E. (2011). *Televizyon yayınlarının olumsuz etkilerinden çocukların korunmasına yönelik düzenlemeler*. Yayınlanmamış uzmanlık tezi. Radyo Televizyon Üst Kurulu, Ankara.
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2011). *Sosyal bilimlerde nitel çalışma yöntemleri* (8.Baskı). Ankara: Seçkin Yayınları.
- Yılmaz, A., & Güven, Ö. (2015). Üstün yetenekli öğrencilerin beden eğitimi dersi ve beden eğitimi öğretmeni kavramlarına yönelik algılarının çizime yazma tekniği ile incelenmesi. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 3(3), 55-77.
- Yılmaz, A., Esentürk, O.K, Pala, Ş., & İlhan, E.L. (2017). Sports environment perceptions of preschool children. *Science, Movement and Health*, 17(2), 247-255.
- Yılmaz, A., & Pala, Ş. (2017). Resimli çocuk kitaplarında spor. 15. Uluslararası spor bilimleri kongresi özet bildiriler kitabı içinde, Antalya, Türkiye.
- Yüksek Usta, S., & Tezel Şahin, F. (2016). Çocuk resimlerinde spor. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(3), 214-227.

Foam Roller Kullanılarak Gerçekleştirilen Kendi Kendine Miyofasiyal Gevşetme Egzersizlerinin Esneklik ve Alt Ekstremitte Gücü Üzerine Akut Etkisi*

Acute Effect of Self-Myofascial Release Using a Foam Roller on Flexibility and Lower Extremity Power

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Ramazan YİTİK^{1†}

Bahar ATEŞ²

¹Uşak Üniversitesi, Uşak
<https://orcid.org/0000-0002-8930-6190>

²Uşak Üniversitesi, Uşak
<https://orcid.org/0000-0002-6339-3564>

Öz

Bu çalışmanın amacı, titreşimli foam roller kullanılarak kendi kendine uygulanan miyofasiyal gevşetme uygulamalarının alt ekstremitte gücü ve esneklik performansı üzerine akut etkisini incelemektir. Çalışmaya, fiziksel olarak aktif 12 gönüllü sağlıklı genç erkek futbolcu (ortalama yaş: 20.6±0.4 yıl) katıldı. Çapraz randomize olarak tasarlanan çalışmada, sporcular, 5 gün ara ile üç farklı egzersize katıldı ve her bir deneme günün aynı saatinde gerçekleştirildi. İlk çalışma gününde alıştırma egzersizleri ve antropometrik ölçümler uygulandı. İkinci çalışma gününde, sporcular aerobik koşu ve dinamik gerdirme (AR+DG) egzersizleri uyguladıktan sonra performans testlerini (sıçrama ve esneklik) uyguladı. Son çalışma gününde sporcular aerobik koşu ve kendi kendine miyofasiyal gevşetme (AR+KKMG) egzersizlerinden sonra aynı testleri tekrar uyguladı. Alt ekstremitte kaslarının kalça, sırt ve arka esnekliğini saptamak için Otur-Eriş Testi ve alt ekstremitte gücü aktif sıçrama (AS) ve skuat sıçrama (SS) ile Smartjump (Fusionsport) kullanılarak ölçüldü. Performans farklılıklarını belirlemek için Wilcoxon Signed-Rank testi kullanıldı. AR+DG ve AR+KKMG ısınma protokolleri arasında sadece AS performansında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlemlenmedi ($z = -2.67$, $p < 0.05$). AS performansı AR+DG uygulamasında daha yüksek tespit edildi. Sonuç olarak alt ekstremitte uygulanan 30 sn'lik KKMGE egzersizlerinin dikey sıçrama ve esneklik performansı üzerine bir etkisi olmadığı, daha uzun yuvarlanma süreleri ve farklı performans parametrelerinin de test edilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Foam roller, Performans.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 05.11.2018

Kabul Tarihi: 15.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

The purpose of this study is to investigate the acute effect of self-myofascial release (SMR) applications using a foam roller on jumping and flexibility performance. Twelve physically active, athletic healthy male soccer player (mean age: 20.6±0.4 years), voluntarily participated in the study. The experimental design of this study was a Crossover Randomized Study. Each subjects participated in three different experimental conditions on separate visits to the sports hall with a 5 days' interval and each took place at the same time of day. During the familiarization session, anthropometric measurements were taken. Second experimental day, subjects performed aerobic running and dynamic stretching (AR+DS) followed by jumping test and flexibility test, and the other experimental day, subjects performed aerobic running and self-myofascial-release (AR+SMR) followed by the same series of athletic performance tests. The sit-and-reach test (S&R) was applied to determine hip, back and posterior flexibility of the muscles of the lower limbs. The vertical jump height for the countermovement jump (CMJ) and Squat Jump (SJ) were measured using a Smartjump (Fusionsport). Wilcoxon Test ($p < 0.05$) was used for statistical analysis. A statically significant difference was found in CMJ performance between AR+DS and AR+SMR conditions ($z = -2.67$, $p < 0.05$). The CMJ performance was detected higher mean value in AR+DS than AR+SMR conditions. However, no significant differences were found in SJ and flexibility performance between AR+DS and AR+KKMG conditions ($p > 0.05$). In conclusion, 30-second bouts of lower body SMR foam rolling do not improve vertical jump and flexibility performance. It is recommended to test longer rolling times and different performance parameters.

Keywords: Soccer, Foam roller, Performance.

*Bu çalışma 7-9 Mayıs 2018 tarihlerinde Manisa'da düzenlenen 5.Uluslararası Spor Bilimleri Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunuldu.

†Sorumlu yazar: Ramazan YİTİK, ramazanyitik20@hotmail.com

GİRİŞ

Doku üzerine etki eden fiziksel tekniklerden biri olan "Miyofasiyal (miyo-bağ dokusal) gevşetme" (Manheim, 2008), günümüze kadar birçok sakatlık durumunda kullanılmış, Barnes (1997) tarafından fizik tedavi ve manipülatif tedavi çevrelerine yaygınlaşmıştır. Günümüzde "miyofasiyal gevşetme" tekniği olarak da tanımlanmaktadır. Teknik anlamda miyofasiyal gevşetme, bir terapi uzmanının yumuşak dokulara uyguladığı ve uygulanan kişinin kaslarındaki geri bildirim aşamasına yönelik olarak uygulama açısı, kuvveti ve süresi değişen, yumuşak dokulardaki kısıtlamaları ortadan kaldırmak için kullanılan aşamalı germe (stretch) olarak ifade edilmektedir (Manheim, 2008).

Miyofasiyal salınımın kas dengesizliğin düzenlenmesi, eklem hareket açıklığının artırması, kas ağrıları ve eklem sertliğinin ve nöromusküler artmış tonun azaltılması, m.üsk.öteninöz bileşikteki esnekliğin ve nöromusküler aktivitenin artırılması ve normal fonksiyonel kas uzunluğunun sağlanması gibi etkilerin olduğu bilinmektedir. Ancak, bu teknik maliyetli, zaman alıcı ve yetenekli bir klinisyen gerektirmektedir (Robertson, 2008). Bu nedenle, kendi kendine uygulanan miyofasiyal gevşetme sporcular için faydalı bir alternatif olarak gösterilmektedir. Kendi kendine uygulanan miyofasiyal gevşetme ile miyofasiyal gevşetme aynı prensipte olmasına rağmen, iki teknik arasındaki fark, yumuşak dokuya elle uygulama sağlayan bir uzman yerine, kendi kendine uygulanan miyofasiyal gevşetme tekniğinde bir köpük silindir üzerinde, bireyin kendi vücut kütlelerini kullanarak yumuşak doku üzerinde bir basınç uygulamasıdır. Kendi kendine uygulanan miyofasiyal gevşetme tekniği, kasın distal kısmına doğru aşağı doğru çalışan kasın proksimal bölümünde başlayan yoğun bir köpük silindiri üzerinde ileri ve geri küçük dalgalanmalar içermektedir (Power ve ark., 2004). Yapılan çalışmalar, egzersiz öncesi kendi kendine uygulanan miyofasiyal gevşetme uygulamasının miyofasiyal salınım yoluyla sportif performansı arttırabileceğini ve bunun da artmış hareketlilik ve artmış nöromusküler etkinliğe yol açabileceğini iddia etmektedir (Castiglione, 2010). Son zamanlarda, sporcularda kendi kendine uygulanan miyofasiyal gevşetme uygulamalarının performans arttırmak amacıyla uygulanan egzersiz öncesi bir teknik olarak kabul edildiği de bazı çalışmalarda belirtilmektedir (MacDonald ve ark., 2013; Okamoto ve ark., 2013; Renan-Ordine ve ark., 2011). Masajda olduğu gibi, bir egzersizden önce köpük yuvarlanmanın kas-uzunluk-gerginlik ilişkilerini düzeltmeye yardımcı olduğu ve daha iyi ısınmaya imkan verdiği söylenmektedir (Depino ve ark., 2000). Fakat

bu etkilerin bazıları kanıtlanmıştır ve ilgili literatür yeterince kapsamlı değildir. Örneğin, Beardsley ve Skarabot (2015), esneklik, kuvvet üretimi, performans ve kas ağrısının gecikmiş başlangıcında köpük-yuvarlama egzersizlerinin çelişkili sonuçlarını göstermiştir.

Bu bilgilerden yola çıkarak, bu çalışma kapsamında, son zamanlarda spor bilimlerinde, özellikle takım sporlarında yaygın olarak kullanılmaya başlayan, bir sporcunun nöromüsküler işlevinin arttırabileceği ileri sürülen ve dinamik kuvvet üretim yetenekleri üzerindeki etkileri hakkında çok az kanıt bulunan ve kendi kendine uygulanan Vyper Titreşimli Foam Roller uygulamasının, genç erkek futbolcularda esneklik, AS ve SS parametreleri üzerine akut etkisini incelemek amaçlandı.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Bu çalışmaya, yaş ortalaması $20,6 \pm 0,4$ yıl olan, rekreasyonel olarak aktif, amatör 12 gönüllü genç sağlıklı erkek futbolcu örnekleme katıldı. Çalışma öncesinde, Uşak Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulu'ndan 2017/1 numaralı, 08/02/2017 tarihli etik kurul onayı alındı ve sporcular çalışmaya katılmadan önce çalışmanın yararları ve riskleri hakkında bilgilendirilerek gönüllü onam formunu imzalatıldı. Çalışma Helsinki Deklarasyonu ilkeleri uyarınca gerçekleştirildi.

Veri Toplama Aracı

Katılımcılar daha önce herhangi bir foam roller uygulamasına katılmamış rekreasyonel olarak aktif olan futbolcular olarak belirlendi. Çapraz randomize olarak tasarlanan çalışmada, katılımcılar, 5 gün ara ile üç farklı egzersize katıldı ve her bir deneme günün aynı saatinde (16:00-18:00) gerçekleştirildi. Tüm katılımcılar, ölçümlerden 48 saat öncesinde alkol ve kafein tüketmemeleri ve şiddetli egzersiz yapmamaları konusunda uyarıldı.

Çalışma aşağıdaki şekilde tasarlandı;

1. Gün, sporcuların antropometrik ölçümleri alındı ve Vyper Titreşimli Foam Roller alıştırmaya egzersizleri uygulandı.

2. Gün, 5 dk aerobik koşu ve dinamik gerdirme egzersizleri (AR+DG) uygulandı.

3. Gün, 5 dk aerobik koşu ve kendi kendine myofasiyal gevşetme (AR+KKMG) egzersizleri uygulandı.

Her iki ısınmanın ardından sporculara her test için submaksimal 2 deneme yapmalarına izin verildi ve 2 dk pasif dinlenmenin ardından testler arasında 30 sn dinlenme araları ile esneklik ve sıçrama performansları değerlendirildi. Aynı testlerde ölçümler arasında 15 sn dinlenme arası verildi. Testlere başlamadan önce, sporculara testin amacı ve nasıl gerçekleştirileceği sözlü olarak anlatıldı ve uygulamalı olarak gösterildi.

Dinamik Germe Egzersizi: 5 dk hafif koşu ve ardından yüksek diz çekmeler, Frankenstein ve sprintlerden oluşan dinamik gevşetme egzersizlerini içeren toplam 10 dk ısınma egzersizleri yaptırıldı (Avila, 2015).

Kendi Kendine Uygulanan Miyofasiyal Gevşetme Egzersizi: Foam Roller ısınma protokolü, 5 dakikalık hafif koşuya ek olarak, vücudun her iki tarafına hamstring, quadriceps, gluteus ve gastrocnemius kaslarına 10 saniye pasif dinlenme araları ile 30 saniyelik kendine kendine miyofasiyal gevşetme (KKMG) egzersizleri olarak uygulandı. Uygulama hızı 38 HZ olarak ayarlandı (Şekil 1 ve Şekil 2).

Sıçrama performansı, Aktif Sıçrama (AS) ve Skuat Sıçrama (SS) olmak üzere iki farklı sıçrama testi şeklinde SmartJump (Jumpmetre) ile değerlendirildi. Sporcular, sıçrayış esnasında mümkün olduğunca mat üzerinde aynı yere düşmesi için sporcular karşılarında sabit bir noktaya bakmaları konusunda uyarıldı. AS ve SS testleri iki kez tekrarlandı ve en iyi değerler dikkate alındı (Lockie ve ark., 2017). Skuat sıçramada, sporculardan elleri belinde, çift ayakla matın üzerinde dizler 90° skuatta olacak şekilde aşağıya doğru bir hareketi olmadan maksimal kuvvet uygulayarak yukarı doğru dik olarak sıçramaları istendi. Aktif sıçramada ise, alt ekstremiteyi izole etmek ve tekniğin katkısını ve kolların salınımını (Hara ve ark., 2008) ortadan kaldırmak için katılımcılardan tüm aktif sıçramalarda sporcular elleri belinde, dik duruş pozisyonundan aşağı doğru hızla çöküp yukarı doğru maksimal kuvvet ile sıçramaları istendi. Testler sonrasında, ölçülen sıçrama yükseklikleri cm cinsinden kaydedildi. Sporcular mümkün olduğu kadar yükseğe sıçrayabilmeleri için sözlü olarak cesaretlendirildi. Düşüş sonrasında, sporcuların her iki ayağı yere sabitlenmiş halde pozisyonda kalmaları istendi ve dengeyi kaybettiklerinde sıçramalar geçersiz sayıldı. Her test iki kez tekrar edilerek en yüksek olan değer cm cinsinden kaydedildi.

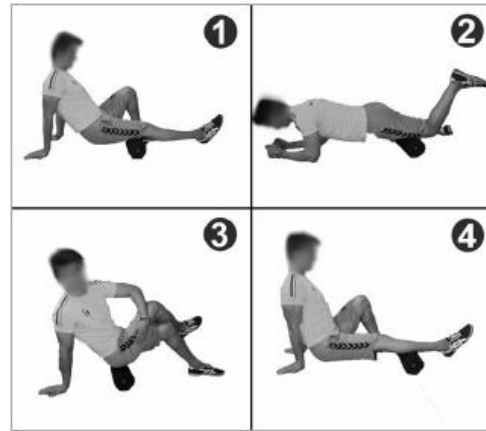
Esneklik performansı, test, alt yüzünün uzunluğu 35 cm üst yüzeyinin uzunluğu 55 cm eni 45 ve boyu 32 cm ölçüsünde bir sehpa kullanılarak gerçekleştirildi. Katılımcı çıplak ayakla ayakları test kutusuna ve dizleri tamamen uzatılmış şekilde oturtuldu. Sırasıyla, test süresince dizlerin tam uzatılmasını sağlamak için, araştırmacı tarafından her iki diz elle aşağı itildi. Daha sonra, katılımcı bir elini diğerinin üzerine koyar ve parmaklarını ölçüm sehpası boyunca kaydırarak olabildiğince ilerletti. Bu şekilde en uzak noktada, öne ya da geriye esnemenen 1–2 saniye bekletildi. Test iki kez tekrar edilerek en yüksek olan değer cm cinsinden kaydedildi.

Verilerin Analizi

Çalışmadan elde edilen değerlerin istatistiksel analizi IBM SPSS (Ver. 23) analiz programı kullanılarak yapıldı. İlk olarak verilerin aritmetik ortalaması, standart sapma değerleri hesaplandı. Her bir değişkene ait %95 güven aralığı hesaplandı. AR+DG ve AR+KKMG uygulamaları arasındaki farkın değerlendirilmesinde ise Wilcoxon Signed-Rank testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak yorumlandı.



Şekil 1. Vyper Titreşimli Foam Roller Cihazı



Şekil 2. Vyper Titreşimli Foam Roller Uygulaması (Sağiroğlu, 2017).

BULGULAR

Sporcuların yaş ortalamaları, $20,6 \pm 0,4$ yıl, vücut ağırlığı ortalamaları, $72,8 \pm 2,06$ kg, boy uzunluk ortalamaları, $175,4 \pm 1,42$ cm ve BKİ ortalama değerleri $23,8 \pm 0,91$ kg/m² olduğu tespit edildi (Tablo 1).

Tablo 1. KKMKG katılımcılarının tanımlayıcı özelliklerinin ortalama \pm SS ve 95% güven aralığı değerleri (n=12).

Değişkenler	Art. Ort. \pm Std. Sp.	95% Güven Aralığı (CI)
		Alt-Üst değer
Yaş (yıl)	20.6 ± 0.4	19.7 – 21.6
Kilo (kg)	72.8 ± 2.06	68.2 – 77.5
Boy (cm)	175.4 ± 1.42	172.2 – 178.7
BKİ (kg/m ²)	23.8 ± 0.91	21.7 – 25.8

Tablo 2. Katılımcılarının farklı ısınma protokolleri sonrasında esneklik ve sıçrama performans ortalamalarının karşılaştırılması (n=12).

Değişkenler	(AR+DG)	(AR+KKMG)
	Art. Ort. \pm Std. Sp.	Art. Ort. \pm Std. Sp.
Esneklik (cm)	16.1 ± 4.86	14.1 ± 3.7
AS (cm)	$43.5 \pm 4.3^*$	41.4 ± 5.23
SS (cm)	40.3 ± 4.52	39.3 ± 5.39

*p< 0,05

AR+DG ve AR+KKMG ısınma protokolleri arasında sadece AS performansında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlemlendi ($z = -2,67$, $p < 0,05$). AS performansı, uygulanan AR+DG ısınma protokolü sonrasında daha yüksek tespit edildi (Tablo 2).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, genç erkek sporcularda KKMKG egzersizlerinin ve DG egzersizlerinin esneklik ve iki farklı dikey sıçrama performansı üzerine akut etkisi incelendi. Elde edilen veriler sonucunda, AS yüksekliği DG egzersiz uygulamasından sonra anlamlı olarak daha yüksek

bulundu. Diğer parametrelerde, esneklik ve SS değerlerinde, anlamlı bir sonuç elde edilemedi. Çalışmamızda elde edilen verilerin aksine, Peacock ve ark., 2014'te, 11 antrenmanlı erkek sporcuda yaptıkları çalışmada, tüm vücut dinamik ısınma ile tüm vücut foam roller uygulamalarının esneklik, güç, kuvvet, çeviklik ve hız performansı üzerine akut etkilerinin karşılaştırıldığı çalışmada, foam roller uygulaması sonrası güç, kuvvet, çeviklik ve hız performansının dinamik egzersizlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. İki uygulama arasındaki esneklik performansında ise benzer sonuçlar elde edilmiştir. Yine, Sağiroğlu (2017) erkek futbolcularda yapmış olduğu çalışmada, alt ekstremiteye kendi kendine uygulanan titreşimli foam roller egzersizlerinin alt ekstremite patlayıcı kuvveti ve esneklik performansı üzerine etkisini incelemiştir. Sonuç olarak titreşimli foam roller egzersizlerinin hem dikey sıçrama hem de esneklik performansında istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermiştir.

Başka bir çalışma olan Jones ve ark., (2015)'de rekreasyonel olarak aktif 20 erkek katılımcı ile yapmış oldukları çalışmada, foam roller egzersizlerinin dikey sıçrama performansı üzerine akut etkisini incelemiştir. Dinamik ısınma ve dinamik ısınmaya ek olarak foam roller uygulaması sonucunda, dikey sıçrama performansında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Moran ve ark., (2018)'de atletlerde yaptıkları çalışmada masajın hızlanma ve sprint performansı üzerine etkisine bakmışlardır (60 m - 100 m ve 200 m). Çalışmaya dinamik ısınma, masaj, ısınma kombinasyonu ve plasebo olmak üzere dört farklı ısınma protokolünü başarıyla tamamlayan 9 erkek, 8 kadın olmak üzere 17 atlet katılmıştır. Sonuç olarak ısınma grupları arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir. Okamoto ve ark., (2014), sağlıklı 7 erkek ve 3 kadınla yapmış oldukları çalışmada polistiren köpük roller kullanarak kendi kendine yapılan tüm vücut myofasiyal gevşetmenin arteriyel sertlik ve vasküler endotelial üzerine akut etkilerini incelemiştir. Kontrol ve çalışma grubunun her iki denemeden önce ve sonra arteriyel foksionlardaki değişiklikler arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir ($p=0.05$). Yine, Su ve ark., (2017) yapmış oldukları çalışmada 15 erkek ve 15 kadın üniversite öğrencisinde, foam roller ile statik ve dinamik gerdirmelerin kas esnekliği ve kas gücü üzerine akut etkilerini incelemiştir. Sonuç olarak esneklik testi puanları, statik ve dinamik gerdirmeye ile karşılaştırıldığında foam roller uygulamasından sonra daha yüksek bulunmuştur. Kas kuvveti ile ilgili olarak, dinamik germe ve foam roller işleminden uygulamasından sonra, ancak statik gerilmeden sonra, sadece diz-gerginlik tepe torku (ön-karşı-müdahale-sonrası) önemli ölçüde iyileştiğini tespit etmişlerdir. Sonuç olarak, foam roller, kas kuvvetini engellemeden quadriceps ve hamstringlerin akut olarak artan esnekliğindeki statik ve

dinamik gerilmeden daha etkili olduğunu ve sağlıklı genç yetişkinlerde ısınmanın bir parçası olarak kullanabileceğini belirtmişlerdir.

Literatür incelendiğinde, uygulanan protokoller arasındaki metodolojik farklılıklar, bu alanda daha fazla araştırmanın gerekliliğini göstermektedir. Yapılan bu çalışma sonucunda, uygulanan KKMGE egzersizlerinin ve DG egzersizlerinin esneklik ve sıçrama performansları üzerine akut etkisi karşılaştırıldığında, AS yüksekliği DG egzersiz uygulamalarında anlamlı olarak daha yüksek olduğu, diğer parametrelerde ise, esneklik ve SS, anlamlı bir farklılık olmadığı belirlendi. Daha uzun yuvarlanma süreleri ve farklı performans parametrelerinin de test edilmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Barnes, M. F. (1997). The basic science of myofascial release: morphologic change in connective tissue. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 1(4), 231-238.
- Beardsley, C., & Škarabot, J. (2015). Effects of self-myofascial release: a systematic review. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 19(4), 747-758.
- Castiglione, A. (2010). Self-myofascial release therapy and athletes. http://www.180degrees.com.au/files/self_myofascial_release_therapy_and_athletes.pdf, Alıntılanma Tarihi: 10/02/2018
- Depino, G.M., Webright, W.G., & Arnold, B.L. (2000). Duration of maintained hamstring flexibility after cessation of an acute static stretching protocol. *J Athl Train*, 35(1),56-59.
- Hara, M., Shibayama, A., Arakawa, H., & Fukushima, S. (2008). Effect of arm swing direction on forward and backward jump performance. *Journal of Biomechanics*, 41(13), 2806-2815.
- Jones, A., Brown, L. E., Coburn, J. W., & Noffal, G. J. (2015). Effects of foam rolling on vertical jump performance. *International Journal of Kinesiology & Sports Science*, 3(3), 38.
- Lockie, R.G., Moreno, M.R., Orjalo, A.J., Stage, A.A., Liu, T.M., Birmingham-Babauta, S.A., & et al. (2017). Repeated-Sprint Ability in Division I Collegiate Male Soccer Players: Positional Differences and Relationships with Performance Tests. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 1-27.
- MacDonald, G.Z., Penney, M.D., Mullaley, M.E., Cuconato, A.L., Drake, C.D., Behm, D.G., et al. (2013). An acute bout of self-myofascial release increases range of motion without a subsequent decrease in muscle activation or force. *J Strength Cond Res*, 27(3), 812-21.
- Manheim, C. J. (2008). *The myofascial release manual (Fourth Edition)*. Slack Incorporated, USA.
- Moran, R.N., Hauth, J.M., & Rabena, R. (2018). The effect of massage on acceleration and sprint performance in track & field athletes. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 30, 1-5.
- Okamoto, T., Masuhara, M., & Ikuta, K. (2014). Acute effects of self-myofascial release using a foam roller on arterial function. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 28(1), 69-73.
- Peacock C., & Krein, T. (2014). An Acute Bout of Self-Myofascial Release in the Form of Foam Rolling Improves Performance Testing. *Int. J. Exerc. Sci.*, 7(3), 202-211.
- Power, K., Behm, D., Cahill, F., Carroll, M., & Young, W. (2004). An acute bout of static stretching: effects on force and jumping performance. *Med Sci Sports Exerc*, 36: 1389–1396.
- Renan-Ordine, R., Albuquerque-Sendín, F., Souza, D.P., Cleland, J.A., & Fernández-de-Las-Peñas, C. (2011). Effectiveness of myofascial trigger point manual therapy combined with a self-stretching protocol for the management of plantar heel pain: a randomized controlled trial. *J Orthop Sports Phys Ther*, 41(2), 43-50.
- Robertson, M. (2008). *Self-myofascial release purpose, methods and techniques*. Indianapolis: Indianapolis Fitness and Sports Training.
- Sağiroğlu, İ. (2017). Acute effects of applied local vibration during foam roller exercises on lower extremity explosive strength and flexibility performance. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(11), 20-31.
- Su, H., Chang, N.J., Wu, W.L., Guo, L.Y., & Chu, I.H. (2017). Acute effects of foam rolling, static stretching, and dynamic stretching during warm-ups on muscular flexibility and strength in young adults. *Journal of Sport Rehabilitation*, 26(6), 469-477.

Şampiyonluk ve Yenilgi Arasında Bir Kimlik: Wushu'da Üretilen Erkeklik Formları*

An Identity between Championship and Defeat: Masculinity forms built in Wushu

ORJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

İrem KAVASOĞLU[†],
Aydın YIKILMAZ²,

¹Çukurova Üniversitesi, Adana
<https://orcid.org/0000-0003-3969-1163>

²Çukurova Üniversitesi, Adana
<https://orcid.org/0000-0002-2434-4524>

Öz

Toplumsal cinsiyet ilişkileri, kadınlık ve erkeklığe dair kültürel normlar üretir. Bu normlar genellikle kadınları ikincil konuma taşısada da, erkekler arasında da farklı ezilme ve dışlama pratiklerini bünyesinde barındırır. Hegemonik erkeklik değerleri ideal bir erkeklik oluşturma yolunda ilerlerken aynı zamanda, 7 erkek karşıtlıklar oluşturur. Egemen değerlere uyan ve bunların dışında kalan erkeklikler arasında oluşan bu asimetriyi ya da farklı erkeklikler arasındaki iktidar örüntülerini incelemek, toplumsal cinsiyet rejimini çözümlenmede faydalı bir analiz sunar. Bu çalışmada, kültürel olarak erkeklikle ilişkilendirilen bir spor dalı olan wushuda, erkeklik kimliğinin nasıl kurulduğu, hangi erkeklikleri onaylayıp hangilerini dışladığını incelemek amaçlanmıştır. Nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji deseninin kullanıldığı bu çalışmada, 7 erkek wushu sporcusu (48, 52, 56, 60, 70, 75, 80 kg) ile bireysel görüşmeler (yarı yapılandırılmış görüşme formu) yapılmış, veriler içerik analizi tekniği ile analiz edilmiştir. Araştırmanın bulgularına göre, ideal bir erkek wushu sporcusu sert olmalı, ringte ağlamamalı, düşük siklet olmamalı ve kadınsı niteliklerden uzak durmalıdır. Bu bağlamda bu değerlerin dışındaki sporcular, özellikle düşük siklet (48, 52, 56, 60 kg) ve şampiyon olamayan sporcular marjinalleştirilmektedir. Ayrıca alanın erkek egemen yapısı, hem öteki erkekler üzerinde hem de kadın sporcular üzerinde tahakküm kurmaktadır. Sonuç olarak wushu, toplumsal cinsiyetlendirilmiş bir alan olarak hem hegemonik erkeklik değerlerine uymayan erkeklerin hem de kadın sporcuların dışlanmasına yol açmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Toplumsal Cinsiyet, Hegemonik Erkeklik, Wushu.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 25.09.2018

Kabul Tarihi: 22.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

Gender relations producing cultural norms about femininity and masculinity. Even though these norms usually carry any women into secondary statute, they contain different crushing and exclusion practices among men. While hegemonic masculinity values are progressing towards creating an ideal masculinity, they create new contrasts at the same time. To examine this asymmetry occurring among the masculinities that fit and staying out of dominant values or the patterns of power among different masculinities, provides a useful analysis in analyzing the gender regime. In this study, it was aimed to examine how the identity of masculinity was established, which masculinities were approved and which were excluded in wushu, which is a sports branch culturally associated with masculinity. Datas were collected by semi-structured interviews using phemonology which is one of research methods of qualitative research method. The participants were constituted by 7 male wushu athletes (48, 52, 56, 60, 70, 75, 80 kg). Data were analyzed by the content analysis method. According to the findings of the research, an ideal male wushu athletes must be hard, should not be crying in the ring, should not be a low weight and stay away from feminine qualities. In this context, the athletes off site these values are marginalized, especially the low weight (48, 52, 56, 60 kg) and non-champion athletes. Also male dominant structure of the field alienates female athletes with different sexist practices. As a result, wushu as a gendered field leads to the exclusion of both male athletes who are not complying with hegemonic masculinity values and female athletes.

Keywords: Gender, Hegemonic Masculinity, Wushu.

* Bu çalışma, 15-18 Kasım 2017 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenen 15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: İrem Kavasoğlu, kavasogluirem@gmail.com

GİRİŞ

Erkeklik çalışmaları, 1970’lerde feministlerle aynı gelenekten beslenen ve ataerkilliğin kadınlar ve LGBTQIA+’lar³ üzerindeki etkilerinden rahatsızlık duyan erkekler olan Connell ve arkadaşlarınınca politik gerekçelerle başlatılmış, erkeklerin nasıl ataerkil ve (hetero)seksist aktörler haline geldiğinin irdelenmesi ve de değişmelerinin koşullarının ortaya konulmasını (Bozok, 2018) amaçlayan bilimsel araştırmalarla, toplumsal cinsiyet çalışmaları içinde ayrı bir araştırma alanı olagelmıştır. Nitekim Sancar’a (2013a) göre, kadınların ezilmişliği nasıl yaşadığını anlamak kadar, erkeklerin eril iktidar konumlarını nasıl sürdürdüklerini ve tahakkümü nasıl inşa ettiklerini anlamak da önemli olmalıdır. Çünkü Raewyn Connell’in vurguladığı üzere erkeklik evrensel, özsel, ilahi ve/ya değişmez değildir (Bozok, 2018) ve bu nedenle kadınlar ve erkekler arasında olduğu kadar erkeklerin kendi aralarında inşa ettikleri iktidar ilişkilerini ve erkeklik pratiklerini incelemek, ataerkil toplumsal cinsiyet ilişkilerini analiz etmek açısından faydalıdır.

Kadınlık gibi erkekliğin de sosyal ve kültürel bir kurgu olarak nasıl şekillendiği ve pekiştirici öğelerinin ne olduğu (Boratav, Fişek ve Ziya, 2017) erkeklikler üzerine eleştirel incelemeler yoluyla anlaşılmaya çalışılmıştır. Bu bağlamda, 1970’lerin sonlarındaki ilk çalışmalardan günümüze, yaklaşık kırk yıllık süreçte, daha önce hiç gündeme gelmemiş ataerkil “erkeklik” kodları, erkeklerin yaş dönümleri, genç erkekler, babalık ve baba olma, çalışma ve erkeklik ilişkileri, erkeklerin gündelik yaşamları, ataerkil söylemlerin erkek bedenlerine etkisi, erkeklikler ve cinsellik, milliyetçi söylemlerde erkeklikler, spor ve erkeklikler arasındaki ilişkiler, edebiyatta, sinemada ve medyada erkeklik temsilleri ve de farklı yerel bağlamlarda erkekliklerin inşası gibi konuların eleştirel bir biçimde tartışılmasına olanak tanımıştır (Bozok, 2018). Bu araştırmada, spor ve erkeklik ilişkisi daha özel bir bağlama oturtularak, dövüş sporları ve erkeklik ilişkisi perspektifinden hareketle, wushudaki erkek kimliği analiz edilecektir.

Sporla inşa edilen, kaslı ve güçlü forma kavuşturulan, hegemonikleştirilen, spor yoluyla iktidarını yeniden üreten erkek kimliği (Kidd, 1987; Messner, 1990; Sancar, 2013a: 252; Wacquant, 1995) atandığı bu konumu nasıl korumaktadır? Ya da sporu, kadın sporu ve erkek sporu olarak toplumsal cinsiyetlendiren bir dünyada (Chalabaev ve ark., 2013; Koivula, 2001; Matteo 1986; Riemer ve Visio, 2003), oğlan çocuklarının erkek adamlığı ihlâl edecekleri endişesiyle dans, cimnastik, buz pateni gibi sporlara yönlendirmekten imtina eden bir toplumda

³ Lezbiyen, gey, biseksüel, trans, queer, interseks, aseksüel ve + normatif olmayan cinsel yönelim, cinsiyet kimliğine sahip bireyler.

(Kavasoğlu ve Yaşar, 2016; Kavasoğlu, Rençbereli ve Yenel, 2017), dövüş sporlarına yönelen oğlan çocukları için bu alan nasıl bir erkekleşme pratiği sunmaktadır? Oğlan çocuklarının sokak aralarında futbol oynayarak erkek olmayı öğrendikleri toplumsal cinsiyet rejiminde, futbol dışında başka hangi sporlar erkekliğin kalesi olarak sayılabilir diye düşündüğümüzde (Atentico ve Koca, 2011; Bora, 2007; Bulgu, 2012; Meân, 2001; Skelton, 2000), dövüş sporları-savunma sanatları ve erkeklik ilişkisini (Brooke, 2017; Chan, 2000; Hiramoto, 2012; Tokdoğan, 2015; Zhouxiang ve ark., 2014) wushu özelinde incelemeye karar verdik. Bunun yanı sıra, hem kız çocuğu olarak benim hem de oğlan çocuğu olarak araştırmanın diğer yazarının, kadınlık ve erkeklik kimliğinin oluşmasında wushu önemli bir yerde duruyor. Bu nedenle, alana aşinalığımız ve buradaki tecrübelerimizin, wushuya derinden bakmamızı kolaylaştıracağını düşünüyoruz. Bu makale, dövüş sporlarının ve savunma sanatlarının bir dalı olan wushuda, erkeklik kimliğinin nasıl inşa edildiğini, buradaki hegemonik erkeklik değerlerinin neler olduğunu ve alanın hangi erkekleri idealize edip hangilerini dışladığını analiz etmeyi amaçlamaktadır.

Erkeklik ve Sporun Filizlendirdiği Hegemonik Erkeklikler

Toplumsal yaşama büyük ölçüde egemen olan erkek, yalnızca kadınların nasıl olması gerektiği yolunda fikirler üretmek ve kurallar koymakla yetinmez, erkeklerin de nasıl olması gerektiğini söyler (Demez, 2005). Biyolojik olarak erkek olarak doğan bireyler, ataerkil toplumsal yapı içinde “erkek olmak” adına performanslar sergilerler (Bozok, 2011).

Erkekliğin en çok erkeği ezdiğini düşünen Atay’a (2004) göre, erkek iktidarının oturmuş, yerleşikleşmiş ve kurumlaşmış kültürel örüntüsü içinde erkeklerin kadınları ezdiği doğdurur fakat bununla birlikte erkeklik, kadını “dışarıdan” erkeği ise “içeriden” yıkan bir kimliktir. Çelik’e (2016) göre ise, erkekler, üreticisi ve sürdürücüsü oldukları ataerkil sistemin kısırcasında kendilerini var etmeye çalışmakta, her zaman daha büyük ve “güçlü” olan erkeğin hâkimiyeti altında kendilerinden beklenen ve karşılımları mümkün olmayan rolleri sergileme zorunluluğuna -kadınlardan farklı bir biçimde de olsa- hapsedilmektedir. Bu nedenle Connell’in (1998) da dikkat çektiği gibi, ataerkil sistem içerisinde bir ezme-ezilme ilişkisinden söz edildiğinde, bu ilişkide her ne kadar bir taraf diğerine göre daha ayrıcalıklı görünüyorsa da, yalnızca ikincil olan kadının değil aynı zamanda ayrıcalıklı olan erkeğin de anlaşılması gerekmektedir.

“Bir toplumsal inşa olarak erkeklik çokludur; bir kültürden diğerine ve zaman içinde (hatta bir erkeğin hayatı boyunca) değişmektedir” (Hacısoftaoğlu ve Bulgu, 2015). Zira ataerkil

erkeklikler; çoğu zaman iddia edildiği üzere evrensel, doğal, ezeli ve ebedi değil bilakis belirli tarihsel, toplumsal ve kültürel koşulların ürünüdürler. *Erkeklik incelemeleri* bize erkekliklerin toplumsal ve kültürel kurgular olduğunu göstermektedir (Bozok, 2011). Bu nedenle farklı erkeklikler vardır ve ataerkil iktidar her toplum için uygun gördüğü, onayladığı, üstün tuttuğu ideal erkeklik değerlerini benimser. Toplumsal cinsiyet rejimlerinde bazı erkeklerin kadınlar ve diğer erkekler üzerinde iktidar sahibi olmasına dikkat çeken Connell, “hegemonik erkeklik” kavramını ortaya atmıştır (Bozok, 2009). Connell’in “hegemonik erkeklik” kavramında “hegemonya” fiziksel ve kaba gücü değil, özel yaşamın ve kültürel süreçlerin örgütlenmesine sızan, toplumsal güçler oyununda kazanılan toplumsal üstünlük anlamına gelmektedir (Selek, 2014).

Hegemonik erkeklik, kadınlar ve diğer erkeklik(ler) üzerinde belirleyici olan spesifik bir “erkeklik ideal tipi”ne karşılık gelmektedir (Uluocak ve ark., 2014). Erkekliğin hegemonik tanımı, *iktidarda olan* erkeğe (man *in* power), iktidar *sahibi* olan bir erkeğe (man *with* power) ve *iktidarın* erkeğine (man *of* power) ilişkindir. Erkeklik; kuvvetli, başarılı, muktedir, güvenilir ve denetim sahibi olmakla eşdeğer görülmektedir. Kültürümüzde geliştirdiğimiz erkeklik tanımları, bazı erkeklerin öteki erkekler ve bütün erkeklerin kadınlar üzerindeki iktidarını devam ettirmektedir (Kimmel, 2013). Sancar (2013a), hegemonik erkekliğin izinin aranacağı genel haritanın, *genç, kentli, beyaz, heteroseksüel, tam zamanlı iş sahibi, makul ölçülerde dindar, spor dallarının en az birisini başarılı olarak yapabilecek düzeyde aktif bedensel performansa sahip erkeklerin temsil ettiği erkeklik* şeklinde çizildiğini kaydetmiştir. Değişen erkeklik imgesini inceleyen Demez (2005), erkek çocuk büyütülürken erkekliğe özgü kavramlarla doldurulduğunun altını çizmektedir: Güçlü olmak, evin reisi olmak, çocuklarına ve eşine bakmakla yükümlü olmak, duygularını gizlemek, her alanda başarılı ve yenilmez olmak, kadın gibi olmamak, gerekirse fiziksel güç kullanmak gibi tanımlamaları kişiliğinde barındırması beklenmektedir. Türkiye’de hegemonik erkeklik söyleminin, kadınsılığın karşıtı olan nitelikleri içerdiğinin altını çizmek gerekmektedir (Boratav, Fişek ve Ziya, 2017). Bu durumlar göz önünde bulundurulduğunda, toplumumuzdaki hegemonik değerleri yansıtan bu ideallere ulaşma yolunda erkeklerin nasıl *sürüne sürüne erkek olduklarını* (Selek, 2014) ve iktidar olmak için iktidarı elinde tutabilme çabalarının gerilimini (Demez, 2005) anlamamız mümkündür. Bu noktada Atay (2004), erkekliğin erkeği ezmesinin sorunsallaştırılmasının dahi pek kolay olmadığını, kadının ve kadınlık kimliğinin, erkeklik ve erkek karşısındaki eşitsiz ve ezilmiş konumundan farklı olarak,

bir kimliğin başka bir kimliği ezmesi değil; bir kimliğin bir “benliği” ezmesi durumunun ortaya çıktığını savunmaktadır. Dolayısıyla Kandiyoti’nin (2013) aktardığına göre Connell’in (1995) yaklaşımı, toplumun ikincil konuma ittiği erkeklik tarzlarının sorgulanmasını mümkün kılması ve belirli erkek kategorilerinin marjinalleşme ve damgalanma deneyimlerini açığa çıkarması bakımından oldukça mühim ve faydalıdır.

“Spor alanını yaşayan da yaşatan da beden” (Koca, 2016) olduğu için kaslı erkek bedeninin, toplumsal cinsiyet ideolojisine gömülü toplumsal ilişkiler tarafından inşa edildiğini (Gillet ve White, 1992) dikkate almak gerekir. Nitekim erkek sporları, kimin en güçlü, kimin acıya daha çok dayanıklı, kimin en tepede olmayı hak ettiğini belirleyen erkeklik inşa stratejilerinin önemli bir parçasıdır (Sancar, 2013a). Örneğin Wacquant (2015), dört yıl boyunca bir boks salonunda katılımcı gözlemci olarak yürüttüğü araştırmada, dövüşçülerin bedensel emeğinin, temel olarak bir toplumsal cinsiyetlendirme (engenderment) işi olduğunu söylemiştir.

Dövüş sporlarının dünyada ve ülkemizde, fiziksel gücün, sertliğin, acıya rağmen mücadelenin, hatta erkek gibi kıran kırana rekabetin simgesi olarak, özellikle oğlan çocuklarının “erkek olma” serüveninde önemli bir yeri olduğunu söyleyebiliriz. Bu bağlamda, ülkemizde bir dövüş sporu olarak kodlanan wushunun anlamına ve erkeklikle olan ilişkisine daha yakından bakmakta fayda vardır. Wushu terimi, dövüş sanatları anlamına gelir (Brooke, 2017). Kung Fu olarak da bilinen wushu, geleneksel bir Çin dövüş sanatıdır. Ayrıca bu spor dalı, Çinlilerin gücünü ve onların tarihteki gururlarını sembolize eder (Zhouxiang, Zhang ve Hong, 2014). Wushu, sadece Çin ya da Uzak Doğu ülkelerinde değil dünyanın farklı ülkelerinde sporcuları olan, ulusal ve uluslararası yarışmaları düzenlenen bir spor dalıdır. Ülkemizde toplam 109 bin 551 sporcu sayısına sahip olan wushu-kung fu federasyonunun, 83 bin 339 erkek sporcusu, 26 bin 212 kadın sporcusu bulunmaktadır⁴. Bir başka anlatımla, ülkemizde bu sporu yapanların % 76’sı erkeklerdir. Böylece, sayısal olarak erkeklerin üstünlüğünü gördüğümüz bu branş, erkeklerin ürettiği ideal erkeklik değerleri ile hegemonik olanın dışında kalan erkeklik biçimlerini analiz etmek için faydalı bir araştırma alanıdır. Tekvandocu erkekler ve erkeklik üzerine yaptığı etnografi denemede Tokdoğan (2015), dövüş sporları ve erkeklik ilişkisinin basitçe hegemonik erkekliğin kurulumunun-güçlendirilmesinin bir aracı olarak ele alınmaması gerektiğini; dövüş sporlarının zaman zaman erkeklerin erkekliklerini güçlendirmekten ziyade onu örseleyici-sarsıcı

⁴<https://sgm.gsb.gov.tr/> Erişim tarihi:09.08.2018. Tüm spor federasyonlarının toplam sporcu sayısı ile, kadın ve erkek sporcu sayılarına bu adresten ulaşılmıştır.

bir etkide de bulunabileceğine dikkat çeker. Bu argümandan hareketle bu araştırmada, wushuda erkek sporcu olmanın anlamını, güçlendirici ve baskı altına alıcı yönleriyle birlikte çift yönlü okumaya çalıştık.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, wushuda erkek olmanın hegemonik anlamlarını katılımcıların deneyimlerinde anlamaya çalıştığımız için nitel araştırma yaklaşımlarından fenomenolojiden faydalandık. Erkeklik ve ideal erkeklik değerlerini bir olgu olarak ele aldığımızda, bu olguya dair ortak deneyimleri olan kişilerle görüşmeler yapmaya çalıştık.

Çalışma Grubu

Araştırmanın katılımcılarını amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme yöntemine göre seçtik (Patton, 2014). Bu bağlamda en az 5 yıl deneyimi olan 7 milli sporcu ile derinlemesine bireysel görüşme gerçekleştirdik. Tamamı milli sporcu olan katılımcıların yaşları 18 ile 30 arasında değişmektedir. Arda, Metin ve Burak üniversite öğrencisidir, diğer katılımcılar ise üniversite mezunudur. En az 5 en fazla 15 yıl deneyimi olan sporcuların ulusal ve uluslararası yarışmalarda dereceleri bulunmaktadır.

Veri Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması

Katılımcıların alandaki erkeklik deneyimleri, erkeklığe yükledikleri anlamlar, kabul ettikleri-dışladıkları erkeklik değerlerine dair derinlemesine bilgi toplayabilmemizi sağlaması ve görüşme esnasında yeni sorular sorulmasına fırsat tanınması nedeniyle yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinden faydalandık. Bu yarı yapılandırılmış görüşme formu ile derinlemesine bireysel görüşmeler yaptık. Bunun dışında katılımcıların kişisel bilgilerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu kullandık.

Araştırma sorularını araştırmanın amacı ve kavramsal çerçevesinden hareketle oluşturduk. Görüşmeye, katılımcıların wushuya başlama hikâyeleri, bu branşın onlar için anlamı, dövüşmenin hayatlarında ne gibi anlamı-yansımaları olduğunu anlamaya çalıştığımız genel sorularla başladık. Daha sonra ideal bir erkek wushucunun nasıl olması gerektiğini, antrenmanda ve ringte hangi davranışların kabul edilip hangilerinin ayıplanacağına dair sorular sorarak, hegemonik ve marjinal erkeklik değerlerinin neler olduğunu öğrenmeye çalıştık. Kendilerinin kötü, utanmış ve aşağılanmış hissettiği örnek durumların neler olduğuna ve bu örneklerde nasıl hissettiklerine

yönelik sorduğumuz sorularda, erkekliğin sınırlarının nasıl çizildiğini ve erkekliğin baskı kurucu yönlerinin neler olduğunu kavramaya çalıştık. Son olarak bu branşın daha çok erkekler tarafından tercih edilmesinin nedenleri ile kadın wushucular hakkındaki düşüncelerine yönelik sorular sorarak, kadın sporculara yönelik hâkim görüşleri anlamaya çalıştık.

Görüşmeleri katılımcıların belirlediği tarih ve mekânlarda yaptık (kafe, çay bahçesi, otel gibi). Ortalama 60 dakika süren görüşmelerden önce katılımcılara onam formu imzalattık. Ses kaydı açıldıktan sonra araştırmaya gönüllü katılmayı kabul edip etmediklerini tekrar sorduk ve gönüllü katıldıklarına sözlü onay da aldıktan sonra görüşmeye başladık. Tüm görüşmeleri ses kayıt özelliği olan android telefonla kayıt altına aldık. Onam formunda araştırmanın amacı ve verileri hangi amaçla-nerelerde kullanacağımızı açıkladık, kişisel bilgilere yer verilmeyeceğini hatırlatıp, analizlerde tüm katılımcılara ve görüşme esnasında belirttikleri tüm özel isimlere mahlaslar vereceğimizi belirttik. Son olarak görüşmeye istedikleri zaman son verme ve istemedikleri soruyu cevaplamama hakları olduğunu hatırlattık. Araştırma için Çukurova Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay aldık (26 no'lu karar). Görüşmeleri yazıya döktükten sonra tüm katılımcılara mail attık ve analizlerde kullanılmasını istemedikleri yerler varsa, bu kısımların analizden çıkarılacağını bildirdik.

Verilerin Analizi

Öncelikle tüm ses kayıtlarını çözümleyerek yazılı metin hâline getirdik. Analize hazır hâle gelen bu ham veriler üzerinde iki okuma gerçekleştirdik. İlk olarak tüm görüşmeleri bir metin gibi okuduk, daha sonra kenarına notlar alarak ikinci okumayı yaptık. Satır kenarlarına çıkardığımız bu notlar çalışmamızın kodlarını oluşturdu. Tüm kodları ayrı bir word dosyası açarak buraya kaydettik. Bu kod listesine tüm kodları yazdık ve birbiriyle bağlantılı olduğunu düşündüğümüz kodları bir araya getirerek kategorilere ulaştık. Birbiriyle anlamlı bir bütün oluşturan kategorileri yine birbirleriyle ilişkileri çerçevesinde bir araya getirerek temalara ulaştık (Açık kodlama ve tematik kodlama). Temaları, amaç ve kavramsal çerçeveyi dikkate alarak oluşturduk. Görüşmeleri, iki araştırmacı ayrı ayrı analiz ettik ve fikir birliğine vardığımız kategoriler üzerinden temaları belirledik.

BULGULAR ve TARTIŞMA

Tema: Hegemonik Bir Değerin Israrlı Vurgusu: Sert Olma/Sert Görünme

Sporcuların tanımında, wushunun *sert ve cesaret isteyen* (Burak) bir branş olma özelliği sıklıkla ön plana çıkarılmıştır. Dövüşçülerin de bu nedenle gerek kendi karakterleri gereği (Metin, Erkan) gerekse bu spora başladıktan sonra dönüştürdükleri bir özellik olarak (Rıfat) sert oldukları (Deniz) vurgulanmıştır. Bu nedenle, özellikle dışarıdaki çevreden, sert oldukları ve sert göründükleri yönünde yorumlar aldıklarını anlatmışlardır. Örneğin Rıfat’ın, “*Bizler daha sert bir sporla uğraştığımız için bu bana göre kişiliğimizi şekillendiriyor. Örneğin bir dansçı ile bir wushucu birbirlerinden çok farklı. Wushucu genelde konuşmayı bile pek tercih etmeyen bir profile sahipken; dansçı daha neşeli, daha enerjik, daha sosyal ve konuşmayı seven bir profile sahip... Daha sert davranmaya başladım, bu da yaptığım sporla alakalı. Spora başladığında hedeflerin oluyor ve gerek o hedefler doğrultusunda sadece dövüşüp şampiyon olmayı düşündüğün için gerek yaptığın spor branşı sert olduğu için daha sert davranmaya başlıyorsun*” şeklindeki sözlerinden, sporun ürettiği kültürün sporcuların davranışları üzerinde rolü olduğunu çıkarırız. Burak’ın “*O tepkiyi (sert görünme) çok alıyoruz ama aslında dışarıda kavgalar yaptığımızdan falan değil, sporda hani antrenmanlarda hırşımızı attığımız için dışarıda da sert görünüyoruz. Ringte rakibe nasıl bakıyorsak dışarıda da yürüyüş tarzımız aynı, yürürken de yani böyle normal millete bakarken sert baktığımızdan dolayı tepki alıyoruz*” ve Samet’in “*Yaptığımız spordan kaynaklı bu işte net işte. Yani şunu düşünsene mesela ringe çıkıyorsun ayrı bir moda giriyoruz, yürürken de ben bazen öyle yürüyorum açıkçası... İşte jest ve mimiklerimiz hep sert sert, sert tavırlar davranışlar oluyor yani*” sözlerinden, wushuda üretilen sert olma değerinin sporcular tarafından içselleştirdiğini anlarız. Onlara göre wushunun ürettiği *rakibe sert bakma, ringte sert görünme* kültürünün, kendi davranış kodlarına sinmiş bir yönü vardır. Dolayısıyla katılımcılar için ringte olmanın anlamı sert olmaktan ve sertlikten geçtiği için bu araştırmada sert olma ya da sert görünme hegemonik bir değer taşımakta ve alanda kabul gören erkeklik kimliğinin önemli bir taşıyıcısı olarak değerlendirilmektedir. Aksi yönde bir eylem ise erkekliğin sorgulanmasına kapı aralayabilir:

“Ben genel anlamda tanımadığım insanlarla aynı ortamda bulunduğum zaman çok fazla gülmem sporun sana onu gerektiriyor sert olmak zorundasın. Çünkü ringe çıktığın zaman ister istemez daha sert olmak zorundasın... Kadınlar daha samimi, sıcakkanlı. Doğalarında gülmek, kahkaha atmak var. Ama erkek yapınca erkekliği sorgulanır hale gelir” (Rıfat).

Yukarıdaki stereotipik ifadeden, sert görünmemenin kadınsı olanla ilişkilendirildiği anlaşılabilir. Bu bağlamda sporcuların sert görünme konusundaki vurgularını, bu durumun erkekliğin güç ve iktidarın bir sembolü olarak görülmesinden kaynaklandığını düşünebiliriz. Nitekim Demez’e (2005) göre, erkek yumuşak yani duygusallık ve acıma izleri taşıyan davranışlardan uzak durmalıdır ve bu tanıma göre erkekler doğuştan sert ve kabadır; sert ve kaba olmak ise istenilen ve övülen bir niteliktir. Erkekliğin evrensel değerlerinde de, güçlü, acı çekmeyen, ağlamayan ve daima rasyonel olan (Onur ve Koyuncu, 2004) erkeklik değerleri yüceltilmektedir. Dolayısıyla eril değerlerle yüklü kültürümüzün erkek olma serüveninde oğlan çocuklarına düşen pay, wushuda da, *cıvık olmama* zorunluluğunun karşısına koydukları bir sert olma hâlidir.

Tema: Toplumsal Eril Kodların Wushudaki Yansıması: Erkek adam ringte ağlamaz!

Erkek sporcular için wushudaki kültürün ürettiği hâkim erkeklik kodlarından biri, yenilgi alan bir erkek sporcunun ringte ağlamamasıdır. Çünkü ringte ağlamamak, erkekçe yenildiğini bilmek (Arda) anlamına gelmektedir. Bazı sporcular tarafından (Metin, Erkan, Samet ve Deniz) ağlamak; üzülmenin ve emeklerinin karşılığını alamama düşüncesiyle oluşan hırsın doğal ve normal bir göstergesi olduğu yönündeki düşünceleri, dikkat çeken bir bulgudur. Fakat alandaki diğer kişilerin -özellikle erkekler- oluşturduğu cinsiyetçi baskılar nedeniyle, bu eylem sporcuların arkalarından *dövüşmedi, yenildi, ağlıyor* (Rıfat, Burak, Arda, Erkan) gibi kendilerini *küçük düşürücü ve mahçup* (Burak) hissettiren, sembolik şiddet yüklü yaklaşımlar taşıdığı için, sporcular ringte ağlamayı insan olmak hâli olarak yorumlasalar bile, ringte ağlamamayı tercih ettiklerini dile getirmişlerdir. Camiadaki etiketlenmelerden kaçınmak için özellikle ringte, *herkesin içinde* ağlamaktan sakındıklarını görürüz. Çünkü katılımcıların anlatımlarına göre, *bir erkeğin* ya da *erkek adamın* ringte ağlaması camia içinde hoş karşılanmaz. Sonuç olarak ağlamak hegemonik erkekliğin dışına itilmek gibi bir anlam taşıdığından, Samet dışındaki tüm katılımcılarımız, “*dışarıdan şuna bak nasıl sporcu yenilince ağlıyor*” gibi söylentiler olduğundan ringte ya da camiadaki kişilerin göreceği yerlerde ağlamadıklarının altını çizmiştir. Örneğin Arda, dünya şampiyonasında yenildikten sonra *kendini zor tuttuğunu*, “*Zayıf görürler bence, ben öyle düşünüyorum, zayıf görünmek istemediğim için*” diyerek *gidip odasında ağladığını* ifade etmiştir. Erkan da “*Ringte ağlaması üzücü bir durum ama olumsuz karşılamıyorum ben. Ama genelde erkekler, kendim de dâhil, ringde kendimi tutar soyunma odası veya odamda ağlarım... Şuna bak, erkek adam ağlıyor muhabbeti de oluyor. Olayı, durumu bilmediği hâlde, şuna bak kadın gibi*

ağlıyor diyebiliyorlar. Sporcular da bu nedenle ringte ağlamayabiliyorlar” sözleriyle wushuda hegemonikleştirilen söylemleri anlamamızı sağlar.

Rıfat“(erkek sporcular) *Tabii ki kendi odasında veya başka bir ortamda ağlayabilir ama bir erkek camiadakilerin gözleri önünde ağladığında camia tarafından “güçsüz” ve “kendine yediremedi olarak değerlendiriliyor” ve Burak “erkek adam ağlamaz diyeyim, yani kolay kolay ağlamaz toplum içinde. Bayanlar toplum içinde de ağlasa da normal karşılanır”* diyerek, bize toplumun erkekleşme sürecindeki rolünü hatırlatır. Çünkü Burak’ın “*Bayanlar ağladığında normal karşılanıyor ama bir erkek ağladığında normal karşılanmıyor*” sözleriyle vurguladığı gibi, toplumsal algıda ve wushuda da ağlamak, kadınlara özgü; yenildiğini bilmek ve ağlamamak ise erkeklere özgü nitelikler olarak kodlanır. Dolayısıyla Arda’nın bahsettiği “*Bir erkeğin ağlaması olmaz yani... Yenildiğin zaman yenildiğini bileceksin*” öğretisi, wushudaki erkekler tarafından da içselleştirilmiştir:

“...Bir sporcu ringte çok güzel bir mücadele verdi ve yenildi o kadar hırslı bir çocuğu ki dizlerinin üstüne çöküp ağladı ve ben çok duygulandım. O çocukla gurur duydum. Fair-play maç çerçevesinde verebileceği bütün mücadeleyi vermiş sonunda da mağlubiyete uğramış bir sporcunun duygusuydu o. Ama camiada bu böyle değil... Biz genelde olduğumuz gibi değiliz, ben de bundan çok yakınıyorum. Bizim erkek sporcular oldukları gibi değiller, nasıl davranmaları gerekiyorsa o şekilde davranıyor ya da ne yapmaları gerekiyorsa onu yapıyorlar, yani fazlasıyla yapay. Erkeklik kimlikleri yüzünden erkek adam ağlamaz duygularını çok fazla ifade edemez duygusal olsa da bunu gizler. Ben erkek adamım daha dik durmalıyım, daha sert durmalıyım denilebilir” (Deniz).

Geleneksel toplumsal cinsiyet düzeninde erkeklik inşasının, *erkek adamın ağlamaması* üzerinden güçlü bir imajla dolaşıma girdiğini öne sürebiliriz. Atay’ın (2004) da altını çizdiği gibi, kadın ve erkek olmayı koşullayan kültürel pratikler, kadına ve erkeğe eksik bir insanlık hâlini reva görür. Bu nedenle, temel bir insan olma hâlini ifade eden ağlama pratiğinin karşısına ağlamamak gerekliliğini koyduğumuzda, *yapay ve eksik bir insan oluş hâli* devreye girmektedir.

Katılımcıların *ringte ağlamamayı*, toplumun dayattığı bir erkeklik değerinin yansıması olarak görmelerine rağmen, kadın wushucuların yenildikten sonra ringte hemen ağlayabileceğini düşünmeleri bu durumu kendilerinin de kadınsı bir davranış olarak kodladıklarını anlamamızı sağlar. Örneğin Erkan’a göre “*...kadınlar biraz daha dayanıksız oldukları için kendilerini odalarına kadar tutamayıp ringde ağlayabiliyorlar.*” Erkeklere ait olarak kodlanan bir branş olan boksta da kadınlık narinlik ve zayıflıkla özdeşleştirildiği (Emir, Karaçam ve Koca, 2015)

görülmektedir. Bu durum dövüş sporlarında hegemonik erkekliğin cinsiyetçi kodlardan beslendiğini göstermektedir.

Çelik (2016) “Erkekler de ağlar” başlıklı makalesinde toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında erkeklik inşasının, çocukluktan itibaren başlayan ezici ve yıpratıcı özelliğini ve bu yapılanmanın şiddet sorunsalına nasıl dönüştüğünü tartışmıştır. “Erkekler ağlamaz!” gibi söylemlerle oluşturulan ve pekiştirilen bu süreçte erkeklerin, daha güçlü, daha başarılı, daha cesur olma telkinleriyle hem şiddete maruz kaldığını hem de şiddet uyguladığını kaydetmiştir. Söz konusu argümana wushu yapan erkekler açısından baktığımızda, bu sporun kendi dinamiğinin şiddet içerikli olması ve alanda üretilen egemen kodların da bu sertlik ve şiddete rağmen acı hissini göz ardı etme, acıya rağmen direnme (dövüşme) gibi örüntülerle oluşturulduğunu ve bu nedenle ringde, herkesin içinde ağlamanın sporcular için bir çeşit şiddete uğrama biçimi olduğunu öne sürebiliriz. Bunun yanı sıra Selek’in (2014) *Sürüne Sürüne Erkek Olmak* adlı kitabında da teslim ettiği gibi, “*ağlamaması, dişlerini sıkması gerektiği çocukluğunda öğretilmiştir ona. Sünnetinde bile gizlemiştir gözyaşlarını. Babası döverken, öğretmeninden şamar yerken, sokakta kavga ederken gözyaşlarını gemlemiş, aksi hâlde yerin dibine girmiştir... Ne mutlu ki hayat düz bir hatta ilerlemiyor. Erkeklerin, içine sıkıştıkları kalıbın dışına çıkabileceği, bireylerin kendi hayatlarını öngörülemez bir biçimde kurgulayabileceği de bir gerçek. Çünkü “Erkekler Ağlamaz!” talimatına rağmen erkekler ağlıyor. Ağlamak belki de, sınırların dışına çıktıkları ender anlardan biri oluyor onlar için. Her zaman yüksek sesle söylemiyorlar ama araştırmamızda da açığa çıktığı üzere, erkekler ağladıklarını her zaman gizlemiyorlar*”. Bu araştırmada da katılımcılar, görünür alanlarda olmasa da, ağladıklarını dile getirmişlerdir. Fakat Samet, diğer arkadaşlarından farklı olarak, “*Bir erkek ringte ağlar, ağlar tabii, ben çok ağladım (gülerek)*” sözleri ile ringte ağladığını gizlemeyen bir erkek dövüşçü olarak, zamanın farklı erkeklik biçimlerine fırsat tanıyan erkeklik ihtimallerine ışık tutar.

Tema: ‘Erkeklik’ : Beklentileri, sınırları, ispat ve hiyerarşileri

Türkiye’de dövüşçü bir erkek olmanın en sade tanımını Rıfat’ın “*bazı durumlarda fedai olman bekleniyor bazı durumlarda da bir nakliyecisi*” şeklindeki sözlerinde görebiliriz. Bir kavga olduğunda arkadaşları tarafından aranmaları-kavgaya çağırılmaları, ağır bir eşya kaldırılacağında ya da pazar malzemesi taşınacağında komşular, akrabalar ve anneler tarafından seslenilmeleri erkek wushuculardan toplumun beklentilerini ortaya koyan durumlara örnek verilebilir:

“Genelde çevremdeki insanlar kavgalarına çağırır ama asla yeltenmem böyle bir şeye. Sonuçta bu ülkenin hakimi var, savcısı var diye düşünüyorum. Annem çamaşır makinesini kaldıracak, beni çağırır, ev taşınacak beni çağırır, gel sen sporcusun yaparsın. Kavanoz açmak için bile sporcuyu kişiliğimi öne sürenler dahi var” (Erkan).

Deniz’in *“Çok duygusal davranmaması gerek, davranırsa kabul edilmez. Her olaya duygusal yaklaşırsa, mantığıyla değil de kalbiyle hareket ederse... Bizim camiada çok fazla güler yüzlü, sempatik insan yoktur”* şeklindeki ifadelerinden, wushuda üretilen erkeklik kimliğinin kadınsı olan niteliklerden olabildiğince uzak değerlerle inşa edildiğini söyleyebiliriz. Bir diğer erkeklik sınırı ve ispat ise, sakatlığa karşı mücadele etme, acıya rağmen direnme kültürü önemli bir hegemonik değer olarak karşımıza çıkar. Örneğin Rıfat’a *erkekçe sayılabilecek davranışların*” neler olduğunu sorduğumuzda aldığımız yanıt alanın eril kodlarını yansıtır niteliktedir: *“Darbelere dayanıklıdır. Bir kadın sporcuya göre kanı daha olağan karşılar. Kırıklara rağmen dövüşe devam eder.”* Erkeklik ve spor literatürüne kısaca göz attığımızda, “no pain no gain” mottosuyla, fiziksel olarak acı çekmenin hegemonik erkeklik inşasında ortak ve baskın bir vurgu olduğunu; ciddi sakatlanmaların erkeksi bir deneyim olarak algılandığını görürüz (Light ve Kirk, 2000; Messner, 1990; Robertson, 2003; Tokdoğan, 2015; Young ve ark., 1994).

Alandaki bir diğer hegemonik örüntünün, erkeklerin kendi aralarında ve birbirlerine karşı erkekliklerini ispatlamaya dayalı şemalar olduğunu söyleyebiliriz. Erkeklik iktidarını, fiziksel güç kıyaslaması ile ispatlamaya çalışma örnekleri, görüştüğümüz sporcuların ortak deneyimini oluşturmuştur:

“Kadınlardan ziyade erkekler neden olsa gerek bilmiyorum kendileriyle güç kıyaslamasına giriyorlar. Erkeklerde çocukluğundan başlayıp öne gelen bir güç kıyaslama var. Şu anda da devam etmekte, tabi çocukluğumuzdaki kadar belli etmesek de hâlâ devam ediyor (gülümseyerek) erkeklik kurgusu ve güç erkeğin ruhunda var” (Deniz).

“Beni dövebilir misin? Gel bir güreşelim bakalım ne kadar sağlamsın? Gel bir bilek güreşi yapalım, ben gençliğimde üç kişiyi deviriyordum, bakalım beni devirebilecek misin? Biz de boş değiliz, tarzı ifade kullanıyor erkeklerin çoğunluğu. Ama o kadar sık duyuyoruz ki artık tepki vermiyor, gülüyor geçiyoruz” (Rıfat).

Katılımcıların özellikle erkek arkadaşları tarafından, güçlerini bir kavga esnasında öteki-rakip erkeklere karşı göstermesi beklentisi katılımcıların sıklıkla karşılaştıklarını belirttikleri bir durumdur. Fakat bununla birlikte yine katılımcılarımızın kendi erkek arkadaşları tarafından, bilek güreşi yapmak ya da birbirlerine vurmak istemeleri suretiyle kimin daha güçlü olduğunu

ispatlamaya yönelik yaklaşımları, erkekler arası iktidar ilişkilerini sembolize etmekle birlikte; bu pratiğin sonuçları, sporcular açısından aşağılanma ve dalga geçilmenin kapısını aralayabilmektedir:

“...Mesela ben dövüşçüyüm ama bilek güreşinde beni herkes yenebiliyor, tık yapıyoruz bilek güreşini, tık yenildim. Sen de nasıl sporcusun, diyorum bir raunt da maç yapalım isterseniz (gülüşmeler)” (Samet).

Erkekliğin bünyesinde tahakküm, eşitsizlik, çatışma gibi süreçleri barındırdığını savunan Atay (2004)’a ek olarak Cengiz, Tol ve Küçükural (2004) da, hegemonik erkekliğin dikey ve hiyerarşik güç ilişkileri üzerine kurulduğunu ve erkekler arası ilişkilerin bir özelliğinin, rekabete dayalı tehdit algılaması olduğunu belirtir. Dolayısıyla katılımcılarımızın deneyimlerinden dinlediğimiz *bilek güreşi yaparak, güreşerek ya da vurup indirerek* kimin güçlü olduğunu görmek istedikleri sonuçlar, salt fiziksel gücü temsil etmemekte, erkekler arasında iktidara sahip olma çabasına işaret etmektedir. Nitekim Karaçam ve Koca’ya (2016) göre, erkekler arasındaki hiyerarşik ilişkiler içinde, erkekliğin diğer erkekliklerle kıyas edilmesi olağan bir hâldir ve örneğin kaç kiloluk ağırlıklarla çalışıldığı gibi alana özgü pratiklerin her biri, sembolik bir hiyerarşi mekanizmasının işlemesine hizmet etmektedir. Bu nedenle katılımcılarımızın çevrelerindeki erkekler tarafından bu kıyaslamalar yoluyla kurulmaya çalışılan güç ispatı, erkekler arasındaki iktidar mekanizmalarının nasıl işlediğine örnek oluşturmaktadır.

Toplumsal hayatta olduğu gibi wushuda da erkekliğin *“sınırları ve kaybedilme koşulları her zaman belirsiz, değişken, geçişli ve gündemde olan bir iktidar inşa stratejisi olmak durumunda”* (Sancar, 2013a) olduğunu Burak’ın deneyimlerinden çıkarmak mümkündür. Defalarca Türkiye şampiyonluğu bulunan, Avrupa ve dünya ikinciliği yaşayan Burak’ın gülerek anlattığı *“Eve gidince birinci oldum deyince daha farklı oluyor ikinci, üçüncü oldum deyince yine yenilmişsin gibisinden şeyler oluyor zaten evdeki tepkileri de şampiyon oldu mu bir gün konuşulur yenildin mi bir ay konuşulur (gülerek)”* bu alıntı, şampiyonluklarının özellikle aileleri tarafından yeterince övülmemesi fakat buna rağmen yenilgilerinin *aylarca* konuşulması wushudaki erkekliğin ikircikli konumuna ışık tutmaktadır. Nitekim Saigol’un (2015) savaş imgelerinin feminen ve maskülen imgelere bölündüğünü belirttiği araştırmasında; yenilgiye uğramanın feminen olmak yenmek ise maskülen olmak anlamına geldiğini ifade eder. Yanı sıra bir spor müsabakasında, özellikle futbol karşılaşmalarında tribünlerdeki hegemonik erkekliğin yansımalarına değinen Bora (2007), erkek olmanın mecazının üstün olmak, yenmek, ezmek gibi anlamlarla örüldüğünü belirtir. Bu bağlamda Burak’ın anlatısı da sembolik olarak erkekliğin

şampiyonluk ve yenilgi arasında incecik bir çizgide gidip geldiğini sembolize eden bir anlatı olarak yorumlanabilir.

Tema: Camiadaki Egemen Söylem: Karı gibi dövüşme(k) /kız gibi vurma(k)

Wushunun sert olmak, duygusal davranmamak, darbelere dayanıklı olmak gibi özelliklerle tanımlanmasına bağlı olarak, bu özelliklerin karşısındaki eylemler için kullanılan *karı gibi dövüşme(k)/kız gibi vurma(k)* sözlerinin camiadaki egemen söylemi oluşturduğunu görürüz:

“Bekleyerek, kaçarak da maçı alabilirsin. Ama bu dövüş stiliyle arkandan kadın gibi dövüşüyor, şansa aldı maçı denmesinin önüne geçemezsin. Wushu sert dövüşmeni gerektiren bir spor... Bir de gerçekten korktuğu için kaçak dövüşen sporcular var... Gerçek şampiyon kanının son damlasına kadar çarpışır, dövüşür. Ama kadın gibi dövüşenler sadece bir iki maç değil, rakibe göre değil, hep kaçır, korkar. Bir puan bile olsa öne geçmişse eğer maçı sabote eder, kurnazlık yapar. Sonuca bakarsak o kişi her sene şampiyondur ama ben hoş karşılamıyorum. Dövüşken sporcu yeneceğini bilse de bilmesede hep savaşıyor. Ringe maçı almak için değil dövüşmek için çıkar. Korkup kaçarak, 1 puan farkla maçı kazanmaktansa dövüşüp yenilmeyi tercih eder” (Rıfat).

Korkuyu ve kaçmayı kadınlara yükleyen ve gerçek şampiyonluğu erkekçe dövüşen erkeklere ait gören bu söylemler, wushunun ürettiği hegemonik erkeklik değerlerinin kadınları nasıl dışlayıp ikincilleştirildiğini yansıtır. Bu bağlamda wushudaki erkekliğin kurucu kodu olarak değer gördüğünü anladığımız bu hegemonik değere uygun dövüşmemek sonucunda sporcular *“Karı gibi çıkıyorsun diyor işte dövüşmüyorsun karı gibi yumruk atıyorsun bilmem ne”* (Arda) gibi cinsiyetçi ve ayrımcı sözlere maruz kalmaktadır. Nitekim Samet'in, *“Bariz geridesin, dövüşmüyorsun mesela, karı gibi dövüşme falan bir ton laf söyleniyor”* şeklindeki açıklamaları, alandaki hâkim dili anlamamızı sağlar. Öyle ki sporcular, antrenörlerinin kendilerini *motive etmek ve hırslandırmak* için bu sözleri kullandığını düşünmektedir:

“Kız gibi vurmak, antrenör hırslandırmak için söylüyor. Ama inciniyorsun, kendine yediremiyorsun. Yavaş vuruyorsun, daha hızlı vurman gerektiğini söylüyor. Kelimeyi kendime yediremediğim için de lapaya iki kat daha hızlı vuruyorum” (Burak).

“Kadın gibi vuruyorsun, kadın gibi dövüşüyorsun. Senden adam olmaz. Yapamıyorsan bırak.” (Rıfat), *“Kız gibisin senden bir halt olmaz gibi”* (Metin) gibi sözler karşısında sporcular kimi zaman aşığlanmış hissettiklerini kimi zamansa umursamadıklarını ifade etmiştir. Bu sözlerin kadın sporcular için de kullanıldığını Rıfat'ın *“Bizim salonda erkek gibi kadınlar var. Diğer kadınlara oranla daha sert dövüşürler, erkek gibidir daha sert vururlar. Bahsettiğim*

kadınlar antrenmanda performanslarının altına düştüğünde o kadın sporculara bile kadın gibi vurma der, antrenör” şeklindeki ifadelerinden anlarız.

Cinsiyetlendirilmiş bir alan olarak sporun ve spor araştırmalarının dili de cinsiyetli olabilmektedir. Toplumsal cinsiyet kalıpyargılarını içeren ve cinsiyetler arası ayrımcılığı ortaya çıkaran, sürdüren ve istismar eden ifadelerin kullanılması olarak ifade edilen cinsiyetli dil (Kasfad, 2015) çoğunlukla spor alanlarındaki kız çocuklarını, kadınları ve eşcinsel sporcuları hedef alarak kurulmaktadır. Bu söylemler, çoğunlukla altında yatan anlamlar farkedilmeden tekrarlanmaktadır. Bu durum spor ortamlarının heteroseksist-homofobik yapısını (Bulgu, 2012; Gill ve ark., 2006; Morrow ve Gill, 2003; O'Brien ve ark., 2013; Özbay, 2013; Öztürk ve Karaçam, 2017) ve sporda cinsiyetler arası asimetriyi ve kadının ikincil konumunu (Koca, 2006) beslemektedir.

Tema: Wushu'da Dışlanan Bir Kimlik: Kadın Sporcular

“Spor yapılmalı ama ben bir bayanın dövüş sporu yapmasını hoş bulmuyorum, iskelet yapılarını uygun bulmuyorum. Git voleybol yap, wushu nedir” (Metin).

Kadın sporcuların wushuda var oluşları üzerinden kurulan, müsabakalarının zevksiz, yetersiz ve kötü bulunuşuna dair tekrar eden bulgular, bu temanın oluşmasını sağlamıştır:

“Açıkçası ben kadın maçlarından keyif almıyorum. Keza diğer spor branşları da öyle ama spesifik olarak Uzakdoğu sporları kadınlara yakışmıyor. Daha düşük şiddet oranı, sert olmayan vuruşlar, çok iyi olmayan teknikler, zayıf görsellik. Kadınların maçını izliyorsun % 5'ini çıkartalım, %5'i zevk verir ama %95'i zevk vermez. Şiddeti düşüktür, narindir, tekmeyi fazla bilmezler. Dışarıya görsel zevk vermezler, erkeklerinki sert çekişmeli ve kan olduğu için biraz daha izlemesi zevk verir” (Rifat).

“Kadınla erkek sporcu arasında fark var, erkek sporcu ringi dolduruyor ve daha sert oluyorlar. Bayan sporcuların vuruşları bize göre hafif geliyor, ringi dolduramıyor görünüş olarak” (Burak).

Erkek kimliğinin inşası ve yeniden üretilmesi ve kadınların dışlanması geleneksel spor kültürlerinde aşikârdır (Akcan, 2016). Yukarıdaki açıklamalar, dövüş sporlarında kadın sporculara yönelik eşitsiz ve ayrımcı bakış açısını yansıtır. Nitekim alanyazındaki pek çok araştırma boks (Emir, Karaçam ve Koca, 2015), taekwondo (Tokdoğan, 2015) güreş (Hacısoftaoğlu, 2012) gibi sporlarda kadınların ötekileştiriliğini ve bu sporların kadınlara uygun olmadığını; kadınların bu dalları yapıyor olmaları kabul edilse de, aslında bu sporların erkekliğin kurucu değerlerini yansıtan sporlar olarak görüldüğünü ortaya koymuştur. Böylelikle günümüzde kadınların spora katılımlarının nicelik olarak daha eşitlikçi bir noktaya ulaşmasına rağmen,

nitelik olarak cinsiyetçi-ayrımcı bakış açısının varlığını sürdürdüğünü düşünebiliriz. Örneğin doğulu bir ailenin çocuğu olarak dünyaya gelen ve milli takım kampları ve yarışmalar dışında hayatını doğduğu yerde sürdüren Rıfat’ın sözleri, ülkemizde kız çocukları ve kadınların spor deneyimlerini kısıtlayan-ortadan kaldıran ataerkil ve cinsiyetçi zihin yapısının bir yansıması gibidir:

“...kadına dövüşmeyi de yakıştırmıyorum. Ne yapıyorsa yapsın, kadının yaptığı hareketler vücut formunu belli ediyor. Sadece kadınların olduğu bir şampiyona da olmaz. Sonuçta yine spor salonunda çalışması gerekecek, yine erkek antrenör. Ne diyeceğimi tam olarak bilmiyorum ama en iyisi evde oturmaları. Kendini savunmayı bilmesini olumlu karşılıyorum ama ileri boyutta müsabakalara katılmasına göz yummam... Her branş için bunu söyleyebilirim. Erkekler, kadın söz konusu olduğunda daha farklı; şu kadına yaklaşayım, bu kadına yanaşayım, onu ayarlayayım... Gereksiz haşır neşir olmalar... Bu bahsettiklerim tüm camialarda oluyor. Sporun hangi branşı olursa olsun kadınlara sadece cinsel bir nesne olarak bakılıyor” (Rıfat).

Kadınların spor alanlarında cinsel nesneleştirilmelerinin çözümünü, kadınların spor alanlarında var olmaması gerektiğiyle bulan Rıfat’ın düşünceleri, toplumsal yapıda egemen olan ataerkil ideolojiden azade değildir. Bu nedenle bu sorunlu ve yanlış bakış açısının üzerine gitmek ve bu bakış açısını, kadın hakları açısından mücadele edilmesi gereken bir alan olarak görmek son derece önemlidir. Örneğin Erkan’ın sözlerinden, bazı ailelerin kız çocuklarını bu tarz sporlara, Rıfat’ın düşüncelerine benzer nedenlerden ötürü göndermediğini anlarız:

“Bazı yörelerde kadın sporculara aile baskılarından dolayı dokunamadığımız için daha geç öğrenebiliyorlar veya öğrenemiyorlar. Tekme atmaya öğretmek için bacağına düzeltmek gerekiyor. Yalnız bazı insanlar kadınların bacaklarına dokunmanın kötü bir şey olduğunu söylüyor, bu spor yapılmaz diyor ve ailesi göndermiyor. Kadın sporcular aileleri yüzünden spordan soğutuluyor” (Erkan).

Çok sayıda kadının kamusal alanda fiziksel ve cinsel tacize saldırılara ve şiddete maruz kaldığı ve bu nedenle kendilerini güvende hissetmedikleri bilinmektedir ve bu güvensizlik ailelerin küçük yaşlardan itibaren kız çocuklarını ev dışında tek başına hareket etmesini sokak oyunlarına ya da okul spor takımlarına katılımını engellemesi ile pekişmektedir. Çocuklarının güvenliğinden endişe eden çoğu anne baba bu durumda kız çocuklarını spor ve fiziksel aktiviteye katılımını desteklememektedir (Koca, Öztürk ve Arslan, 2012). Halbuki sporda kız çocukları ve kadınların spor deneyimlerini arttırmak için güvenli spor ortamları inşa etmek, toplumsal

cinsiyete dayalı şiddetin bir sonucu olan sporda taciz ve cinsel şiddeti görünür kılmak⁵, taciz önleyici mekanizmalar geliştirmek gibi kadınların spora katılım haklarına ulaşmalarının önündeki engelleri ortadan kaldıran politikalar üretmek öncelenmelidir.

Katılımcılar bu sporun niçin daha çok erkekler tarafından tercih edildiğini yine kadın erkek dikotomisi üzerinden kurmuştur. Bu kurgudan, kadınlar üzerinde kurdukları hegemonyanın ve stereotipik ifadelerin izi sürülebilir:

“Erkekler dövüşü, kavgayı, vurmayı, kırmayı daha çok seviyor. Erkekler sinirli, kadınlar daha nazik” (Rıfat).

“İnsanlar kendini ispatlamaya güç gösterisi yapmaya çalıştığı için daha çok erkekler tarafından yapılıyor. Kadınlara kendini göstermeye çalışıyor ve üstünlük kurma mücadelesi içerisine giriyor. Fitness ve dövüş sporları bu yüzden daha çok erkekler tarafından yapılıyor. Bence kadınlar daha narin olduğu için, daha çok ya bi arkadaş teşviki ya tanıdık-aile içerisinden olan bir antrenör olduğunda spora yöneliyorlar. Tabi onlarda da vardır kendini göstermek, ispatlamak isteyen. Ben kadınlar bu sporu yapamaz gözüyle bakmıyorum tabi ki yapabilirler ama mücadele sporları dayanıklılık ister erkekler biraz daha dayanıklı oldukları için onlarda devamlılık daha çok baş gösterir” (Erkan).

Kadınların dövüş sporlarına uzak kalmasının nedeni Erkan’ın dediği gibi *“Kadınların mücadelecisi ruhunun erkeklere göre biraz daha az olmasından”* kaynaklanmamaktadır. Bu durum oğlan çocuklarının doğdukları andan itibaren güçlü, bağımsız, aktif ve özgüvenli ve yeteneklerinin farkında olarak yetiştiren (Boratav, Fişek ve Ziya, 2017; Sancar, 2013a; Sancar, 2013b) cinsiyet farklılığında erkeği üstün tutan ve onu akılla özdeşleştiren (Direk, 2014; Lloyd, 2015) tam tersine kadınların edilgen ve tabi kılınmışlığını pekiştiren ve kadının ontolojisini erkeğe bağımlı ve ikincil olarak kuran, kimliğini ve bedenini denetleyen (Aktaş, 2013; Berktaş, 2012, 2014; Bourdieu, 2014; Göle, 2014; Kandiyoti, 2013; Sancar, 2013b) ataerkil toplumsal cinsiyet ilişkilerinin bir sonucu olduğu düşünülmektedir. Bu nedenle bu branşlarda kadınların sayısal azlığını, biyolojik nedenlerden ziyade toplumsal cinsiyet eşitsizliği ile yorumlamak daha anlaşılır ve açıklayıcı olmaktadır.

Alt Tema: Heteroseksist ve Homofobik Kodlar

Hem Deniz’in *“Bizim bazı kadın sporcularımızın kendi özelliklerini kaybetmeden yapabildiklerini gördüm ama kendilerini kaybeden kadın sporcular göze pek hoş*

⁵Gündüz, Sunay ve Koz (2008), farklı branşlardaki elit düzey kadın sporculara yönelik eğitimciler, idareciler, seyirciler vb. tarafından gerçekleştirilen cinsel taciz olaylarını incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre, 356 sporcunun 200’ü (%56, 2) sporda cinsel olarak taciz edildiğini beyan etmiştir.

görünmüyorlar” hem de Erkan’ın “...*Bunlar kadın gibi bir hali olmalıdır erkek gibi işte vururum kırarım mesela bir kadına yakışık almıyor ya ben onu öldürürüm ağzını burnunu kırarım falan bu bir kadına yakışmıyor. Kadın biraz da hanım gibi olmalıdır ”* sözlerinden, wushudaki kadın sporcuların geleneksel kadın imajının tersi yöndeki var oluşları heteroseksizmin duvarlarına çarpmaktadır. Nitekim alanyazındaki araştırmalar, kadın sporcuların kas, güç, kavgacı ruh ve cesaret odaklılık olarak tariflenen sporlarda (güreş, boks, vücut geliştirme, futbol, rugby); sosyal damgalanmaya karşı savunma geliştirebilmek adına, heteroseksüel kadınlığın hegemonik versiyonlarını kuşanarak kadınlık kimliklerini inşa etmek gibi bir strateji benimseyebileceğini gösterir (Wright ve Clarke, 1999; Sisjord ve Kristiansen, 2009; Mennesson ve Clement; Scott, 2011). Görüldüğü gibi spor, kültürel kodların en yoğun şekilde üretildiği alanlardan biri (Cooky, Messner ve Musto, 2015) olarak *zorunlu heteroseksüelliği* (Rich, 1980) bir norm olarak kodlar. Ve bu kodun erkek sporcular için de son derece geçerli olduğunu Erkan’ın açıklamalarından çıkarabiliriz:

“Erkek dediğin sporcu, erkek gibi olmalı, kadın dediğin kadın gibi olmalı. Erkek kendi doğasına göre davranmalı daha kadınsı davranmamalı. Mesela konuşması, kadın gibi davranmak biraz ibneliğe kaçıyor. Kadınlar da bir hanım gibi davranmalı. Erkek gibi vururum, kırarım, parçalarım lafları bir kadına yakışır söylemler değil” (Erkan).

Öztürk ve Karaçam’a (2017) göre, spor alanlarında homofobiyi daha da güçlendiren *sporun heteroseksizm ile olan tarihsel beraberliğidir*. Bununla birlikte heteroseksizm sadece gey/lezbienlere yönelik homofobiyi değil aynı zamanda geleneksel cinsiyet rolleri çerçevesinde davranmayanlara yönelik yaptırımları da içerir. Dolayısıyla sporda homofobi ilk olarak kendini ayrımcılığın bir uzantısı olan “etiketleme” ve “dışlama” ile gösterir. Bu nedenle erkeksi algılanan kadınların ve kadınsı olarak algılanan erkeklerin, yani normun dışındaki kimliklerin, hoş görülmemesi, ikili cinsiyet kategorilerine uygun kadın ve erkek wushucuların kabul görmesi, spor alanlarındaki heteroseksist ve homofobik kültürün varlığıyla açıklanabilir.

Katılımcılarla yapılan görüşmeler, wushunun cinsiyetçi örüntülerinin, heteroseksist ve homofobik kodlarla iç içe geçtiğini göstermektedir. Hegemonik erkeklik değerlerinin bir parçası olan bu kodlar hem kadınları hem de öteki erkekleri damgalar; ve *gerçek erkek wushucular* için kaçınılması gereken sınırları ortaya koyar. Örneğin bu sınırlardan birini oluşturan *dans etmek*, katılımcılarımız için gerilimli-huzursuz anlamlar taşıyabilmektedir. Rıfat’ın “...*Genel anlamda dans bize göre değil. Biraz da yaptığımız branşla alakalı biz dans etmeyi bilmiyoruz anca dövüşmeyi biliyoruz”* Burak’ın “*Dışardaki kişilere karşı zarif olamıyorsun sert oluyorsun. Bir*

*mekânda, chupta bir müzik çıktığında ben bu şarkıda dans etmem dediğim oluyor, ben dövüşçüyüm dans etmem” ve Deniz’in “Bazı ortamlarda da kendimi kısıtladığım zamanlar olmuştur. Şöyle diyorduk biz dövüşçüyüz dövüşçü adam ringde dövüşür dans etmez, oynamıyorduk” şeklindeki ifadelerinden wushuda dans etmenin kadınsı ve erkekliği zedeleyici bir anlamının olduğu anlaşılmaktadır. Kavasoğlu, Rençbereli ve Yenel’in (2016) Adana’daki erkek dansçılarla yürüttükleri araştırma sonuçları, dansçı erkekler için bile dans etme ile “karı gibi dans etme” ve “allı pullu kostümlerle” olsa dahi *tayt giymeden* dans etme gibi unsurların, erkeklik kimliğinin korunması ya da kaybedilmesi açısından dikkate değer bir risk oluşturduğunu göstermektedir. Katılımcıların *gey gibi olmamak* adına, dansta inşa ettikleri erkeklik kimliğinin, *erkek adam* gibi dans etmek ve giyinmek stratejileriyle kurulduğu anlaşılmaktadır. Nitekim alanyazındaki pek çok araştırma, dans, buz pateni, bale gibi spor dallarında erkeklerin homofobik tepkiler aldığını ve erkek olarak kabul edilmek için geleneksel erkeklik normlarına uyacak şekilde kimliklerini inşa etme çabasına girebildiklerini göstermektedir (Adams, 2007; Chimot ve Louveau, 2010; Martino, 2000; Owen, 2014). Görüldüğü gibi sporun toplumsal cinsiyetli halleri, hem kadınların hem de erkeklerin spor ve fiziksel aktiviteye katılımında, sınırları daraltan ve baskı kuran işlevler taşımaktadır.*

Wushu’daki heteroseksist ve homofobik düzlemi “*Kalçasını sallaya sallaya yürüyen, konuşurken sağa sola kafasını yatıran, farklı, entel dantel işler yapıp kaşını gözünü deldirmesi, kulağına küpe takması bu toplumda ibne olarak algılanır*” diyen Erkan’ın sözlerinden çıkarırız. Böylece wushudaki erkekler için uygun görülmeyen ya da kabul edilmeyen davranışların, kadınları ve eşcinsel erkekleri hedef alarak kurulduğu anlaşılmaktadır. Ve bu kurguda eril toplumsal yapının domine ettiği bakış açısının yerini anlamak mümkündür.

Tema: Marjinalleştirilen sporcular: Düşük sikletler ve ikinci olan sporcular

Araştırmanın bulguları wushuda düşük siklette yarışan sporcular ile şampiyon olamayan, çoğunlukla ikinci olan sporcuların marjinalleştirildiğini göstermektedir. Örneğin Arda, “*Şimdi bizim dövüşçü kimliğini ülkede şey olarak tanıdılar, mesela bir zamanlar Sinan Şamil Sam, örneğin Mike Tayson. Bu adamlar hep profesyonel ya da hep bize televizyonda şey gösterildiler, 100 kg, 90 kg, 80 kg böyle gösterdiler. Ve biz sporcuları hep böyle tanıdık. Bize böyle gösterdikleri için düşük siklette dövüşen sporculara dövüşçü gözüyle bakmıyorlar. Şu an düşük sikletli sporcular toplumda değer görmemektedir*” diyerek erkekliğin kültürel ve toplumsal kurgusunda heybetli bedene sahip olma anlamıyla ilişkilendirildiğine ve wushucu erkeklerin de

böylesi bir beden normuna sahip olmalarının beklendiğine göndermede bulunur. Örneğin 70 kg da dövüşen Burak, “*Zayıfsın nasıl böyle dövüşüyorsun diyorlar. Yani benle çok dalga geçiliyor mesela*” sözleriyle, toplumda *zayıf bir dövüşçü* olarak algılanması nedeniyle sosyal çevresinde olumsuz deneyimler yaşadığından dem vurmıştır. Bununla birlikte Rıfat’ın “*Düşük sikletleri böyle biraz şey görürler, dışlanmış görürler. Yani şimdi üst sikletlere bakınca adam biraz daha iri yarı, dışardan maç izlediği zaman da o adama o siklet daha güzel geliyor*” şeklindeki sözlerinden düşük sikletlerin ya da zayıf sporcuların sadece toplum tarafından değil, camiadakiler tarafından da marjinalleştirildiğini anlarız. Deniz’in aşağıdaki alıntısı, Rıfat’ın bakış açısını destekler niteliktedir:

“Düşük sikletlere, orta ya da ağır siklete göre biraz daha ciddiyetsiz bakılma durumu var... Daha ciddiyetsiz görünmesinin sebebi kilosundan ötürü ve boyundan ötürü. Orta veya ağır sikletler 1,80 1,90 boyunda ve daha kalıplıdır bakıldığı zaman. O gerçekten bi boksör kickbokscu veya wushucu diyebiliyorsun. Ama bizim, yani düşük sikletlere bakıldığı zaman insanlar ya sen nasıl dövüşçüsün ya diyip o büyük başarıyı sana konduramıyorlar. Beni tanıtan insanlar işte bu Avrupa, dünya dereceli şampiyon wushucu diyorlar, karşıımızdaki insanlar da beni kırmadan ya işte senin gibi boksör mü, dövüşçü mü olur diyorlar” (Deniz).

Modern sporun performans temelli anlayışının değerli kıldığı beden sermayesi ideal erkek bedeni referans alınarak kurgulanır. Bu da bize alanın eril değerlerle örülü cinsiyetlendirilmiş bir alan olduğunu gösterir (Koca, 2016). Nitekim Karaçam’ın (2015) da belirttiği gibi, “*Erkeklik bedene dair olandır*”. Vücut geliştirmeci erkeklerle yaptığı görüşmelerde bedeni, erkeklik ve hiyerarşi arasındaki ilişkiselliği inceleyebilmek için zayıf/iri ve uzun/kısa boylu gibi özellikler bağlamında dikkate alan Karaçam’ın bulguları, bedenin bir erkeğin “*daha çok saygı görmesine veya ciddiye almasına*” etki eden bir şey olarak değerlendirildiği ve kilo, irilik ve boyun bu saygının oluşmasında kilit rolde olduğunu göstermektedir. Bu araştırmada da gerek camia içinde gerekse toplumsal alanda, uzun boylu ve iri yapılı erkek bedeni, saygı görme nedeni olurken, kısa boylu ve zayıf olmak, küçümsenme ve dalga nedeni olabilmektedir.

Wushu, ya da dövüş sporları bağlamında düşündüğümüzde, katılımcıların dile getirdikleri bir diğer çeperde kalma biçiminin izlerini, ikinci olan sporcuların yaşantılarından sürmek mümkündür. Örneğin Samet, yıllardır kendi kilosunda şampiyon olmayan ve hep ikinci olan bir sporcudur. Arkadaşlarının bu duruma yaklaşımını “*Direk ikincilik kürsüsü hazır falan dalga geçiliyor*” sözleriyle dile getirmiştir. Erkan’ın “*...Dolayısıyla küçümsenme baş gösteriyor. Ya bu yıllardır geliyor, geliyor, üstüne bir şey koymuyor, boşuna geliyor diyorlar*” şeklindeki sözlerinden de şampiyon olamayan sporculara bakış açısını anlarız. Ve wushudaki erkek

kimliğinin şampiyonluk ve yenilgi arasında gidip gelen bir yapıda kurulduğunu düşünürüz. Çünkü Bulgu’nun (2015) da belirttiği gibi, “*bir erkek pratik alanı olan sporda ortak repartuvar (pratik) kazanmadır*”. Bu nedenle wushuda da kazanamayan erkekler, erkekliğin simgelediği bir değeri sürdürememiş olarak kabul edilebilirler.

SONUÇ

Bu çalışmada wushuda erkeklik kimliğinin nasıl kurulduğu, bu spor dalının hangi erkeklikleri idealize edip hangilerini dışladığı analiz edilmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre wushu, toplumsal cinsiyetlendirilmiş bir alan olarak hem hegemonik erkeklik değerlerine uymayan erkeklerin hem de kadın sporcuların dışlanmasına yol açmaktadır.

Araştırmanın sonuçları, wushudaki hegemonik değerlerin ve söylemlerin, sporcular üzerinde baskı kurucu yanları olduğuna işaret etmektedir. Örneğin sert görünmek olumlanan bir erkeklik değeri olurken; duygusal olmak, ağlamak ve *cıvık olmak* gibi erkeksi kodlarla örtüşmediği düşünülen eylemler olumsuzlanmaktadır. Bunun yanı sıra dövüşmek-yenmek ile karı gibi dövüşmek arasında da keskin bir hat vardır. Öyle ki bekleyerek ve kaçarak dövüşmenin getirdiği kazanma ile erkek gibi dövüşerek kazanmak arasında önemli bir fark vardır. Ve bu iki dövüşme biçimi arasındaki fark, erkekliğin kabul edilme ve kaybedilme sınırlarına karşılık gelebilmektedir. Bu nedenle wushudaki idealize edilen erkeklik değerlerinin kimi zaman oldukça zorlayıcı olduğu söylenebilir. Çünkü ringte ağlamamak, acıya-sakatlığa rağmen direnmek, kadınsı değerlerden uzak durmak, bilek güreşi bile yapılacaksa hep kazanan taraf olmak, şampiyon sporcu olmak, düşük siklet olmamak, kavanoz kapağı açabilmek, kavgalarda fedai olmak gibi uçsuz bucaksız erkeklik beklentilerini karşılamak gibi pek çok pratik; hem wushuda hem de gündelik hayatta katılımcılar için, erkekliklerinin onaylanması ya da aşağılanması-sorgulanması sonucunu doğurabilmektedir. Yanı sıra, wushuda inşa edilen bu normlara uygun davranmak, ne yazık ki kadınlar ve öteki erkekler üzerinde kurulan tahakkümleri ve onlara yönelik ayrımcılıkları beslemektedir. Aynı zamanda bu hegemonik davranış kodları, örseleyici, aşağılayıcı ve kısıtlayıcı yönleri ile yalnızca bu kodlara uymayan erkekleri marjinalleştirmemektedir. Zaman zaman sporcuların kendi kimliklerini dahi şampiyonluk ve yenilgi arasında sıkıştırabilmektedir.

Tüm bunlara rağmen wushuda tek tip bir erkeklikten bahsedemeyiz. Örneğin ringte de -*ortalık yerde* de- ağlamayı insan olma hâli olarak gören farklı erkeklik biçimleri, azınlıkta da olsa mevcuttur. Bu nedenle bundan sonraki araştırmalar, wushu ya da diğer dövüş sporlarındaki

farklı-öteki erkeklik deneyimlerinin neler olduğuna odaklanabilir. Ya da wushu deneyimi olan kadın sporcuların kadınlık kimliklerini nasıl kurdukları görünür kılınabilir.

Araştırmanın bulguları wushuda, karı gibi dövüşme, kız gibi vurma gibi cinsiyetçi ve ayrımcı dilin kullanıldığını göstermektedir. Bu dilin düzeltilmesi, dönüştürülmesi için ortak bir bilinç ve çaba gerekmektedir. Kadınlar İçin Spor ve Fiziksel Aktivite Derneği’nin (KASFAD) (2015) hazırladığı, spor alanında toplumsal cinsiyete duyarlı dil rehberinde de görüldüğü gibi, “sporda sergilenen bir performansın yetersizliğini ve başarısızlığını ifade etmek için, “Kız” ve “Karı” gibi kavramlarla türetilen ifadeleri (kız gibi oynamak, karı gibi topa vurmamak, karı gibi ağlamak) kullanılmayarak ve bu rehberden oluşturulan posterleri ofislerimize, okulumuza, çalıştığımız spor salonlarına, kamusal görünürlüğü olan yerlere asarak, spor alanlarındaki toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanmasına katkıda bulunmak mümkündür.

KAYNAKLAR

- Adams, M. L. (2007). The manly history of a ‘girls’ sport’: Gender, class and the development of nineteenth-century figure skating. *The International Journal of the History of Sport*, 24(7), 872-893.
- Akcan, F. (2016). Dağlardan yükselen kadın sesleri: Dağcı kadınların deneyimlerine dair bir inceleme. C. Koca (Ed) içinde, *Sporun toplumsal cinsiyet halleri* (s. 166-183). Ankara: Spor Yayınevi.
- Aktaş, G. (2013). Feminist söylemler bağlamında kadın kimliği: Erkek egemen bir toplumda kadın olmak. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 30(1), 53-72.
- Atay, T. (2004). “Erkeklik” en çok erkeği ezer! *Toplum ve Bilim*, 101, 11-30.
- Atencio, M. & Koca, C. (2011). Gendered communities of practice and the construction of masculinities in Turkish physical education. *Gender and Education*, 23(1), 59-72.
- Berktaş, F. (2012). *Tarihin cinsiyeti*. (4. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.
- Berktaş, F. (2014). *Tek tanrılı dinler karşısında kadın*. (5. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.
- Bora, T. (2007). Erkeklik ve futbol: Beşik yeme kaygısı. *Kaos GL*, 32, 16-17.
- Boratav, H.B., Fişek, G.O. ve Ziya, H.E. (2017). *Erkekliğin Türkiye halleri*. İstanbul Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Bourdieu, P. (2014). *Eril tahakküm*. (Çev. Bediz Yılmaz). İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Bozok, M. (2009). Erkeklik incelemeleri alanındaki başlıca kuram ve yaklaşımların sosyalist feminist bir eleştirisine doğru. VI. *Ulusal sosyoloji kongresi bildiriler kitabı:Toplumsal dönüşümler ve sosyolojik yaklaşımlar* içinde (s.431-445) Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi.
- Bozok, M. (2011). *Soru ve cevaplarla erkeklikler*. İstanbul: Altan Basım.
- Bozok, M. (2018). *Erkekler ve erkekliklerin eleştirisi olarak erkeklik çalışmaları (m1)*? <http://bianet.org/bianet/bianet/202129-erkekler-ve-erkekliklerin-elestirisi-olarak-erkeklik-calismalari-mi>, Erişim tarihi: 2 Kasım 2018.
- Brooke, M. (2017). Masculinity in Singapore: There sidual culture of the Chinese martial art ist. *Sport in Society*, 20(9), 1297-1309.
- Bulgu, N. (2012). Futbolda şiddetin erkeklik anlamları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 207-219.
- Bulgu, N. (2015). Spor belleğine toplumsal muhafazakâr diyebilir miyiz? İ. Hacısoftaoğlu, F. Akcan, ve N. Bulgu (Eds) içinde, *Oyunun ötesinde* (s.231-265). Ankara: Notabene.
- Cengiz, K., Tol, U. U. ve Küçükural, Ö. (2004). Hegemonik erkekliğin peşinden. *Toplum ve Bilim*, 101, 50-70.
- Chalabaev, A., Sarrazin, P., Fontayne, P., Boiché, J. & Clément-Guillotin, C. (2013). The influence of sexes tereotypes and gender roles on participation and performance in sport and exercise: Review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise* 14, 136-144.
- Chan, J. W. (2000). Bruce Lee's fictional models of masculinity. *Men and Masculinities*, 2(4), 371-387.
- Chimot, C. & Louveau, C. (2010). Becoming a man while playing a female sport: The construction of masculine identity in boys doing rhythmic gymnastics. *International Review for the Sociology of Sport*, August 13, 1-21.
- Connell, R.W. (1998). *Toplumsal cinsiyet ve iktidar*. (Çev. Cem Soydemir). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Cooley, C., Messner, M. A. & Musto, M. (2015). “It’s dude time!” A quartercentury of excluding women’s sports in televised news and highlight shows. *Communication & Sport*, 3(3), 261-287.

- Çelik, G. (2016). "Erkekler (de) ağlar!": Toplumsal cinsiyet rolleri bağlamında erkeklik inşası ve şiddet döngüsü. *Fe Dergi*, 8(2), 1-12.
- Demez, G. (2005). *Kabadaydan sanal delikanlıya değişen erkek imgesi*. İstanbul: Babil Yayınları.
- Direk, Z. (2014). Cinsiyetli olmak, sosyal bilimlere feminist bakışlar. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Emir, E. Karaçam, M. Ş. ve Koca, C. (2016). Kadın boksörler: Boks ringinde ve ringin dışında sürekli eldiven giymek. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe*, 26(4), 136-153.
- Gill, D. L., Morrow, R. G., Collins, K. E., Lucey, A. B. & Schultz, A. M. (2006). Attitudes and sexual prejudice in sport and physical activity. *Journal of Sport Management*, 20(4), 554-564.
- Gillett, J. & White, P. G. (1992). Male body building and there assertion of hegemonic masculinity: A critical feminist perspective. *Play & Culture*, 5(4), 358-369.
- Göle, N. (2014). *Modern mahrem: medeniyet ve örtünme*. (12. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.
- Hacısofıtaoğlu, İ. ve Bulgu, N. (2015). Yedi dağın ötesindeki çocuklar: Güreşte erkeklik ve şiddet. B. Yarar. (Der) içinde *Şiddetin cinsiyetli yüzleri* (s.113-140). İstanbul: Bilgi Üniversitesi Yayınları.
- Hacısofıtaoğlu, İ. (2012). *Burası er meydanı: Güreşte erkekliğin inşası*. Doktora tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Hiramoto, M. (2012). Don't think, feel: Mediatization of Chinese masculinities through martial arts films. *Language & Communication*, 32(4), 386-399.
- Kandiyoti, D. (2013). *Cariyeler, bacılar, yurttaşlar: Kimlikler ve toplumsal dönüşümler*. (Çev. Aksu Bora, Feyziye Sayılan, Şirin Tekeli, Hüseyin Tapınç, Ferhunde Özbay). İstanbul: Metis Yayınları.
- Karaçam, M.Ş. (2015). *Vücut geliştirme alanında erkeklik kimliğinin inşasında besin desteği kullanımının yeri*. Yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Karaçam, M. ve Koca, C. (2016). Bedenden hiyerarşiye uzanan bir erkekleşme süreci olarak vücut geliştirme(k). C. Koca (Ed) içinde, *Sporun toplumsal cinsiyet halleri* (s. 116-132). Ankara: Spor Yayınevi.
- Kasfad, (2015). *Spor alanında toplumsal cinsiyete duyarlı dil rehberi*.
- Kavasoğlu, İ., Rençbereli, M., ve Yenel, İ. F. (2017). Dans eden "erkek adamlar": Erkek dansçıların deneyimlerine toplumsal cinsiyet analizi. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 1768-1780.
- Kavasoğlu, İ., ve Yaşar, M. (2016). Toplumsal cinsiyet normlarının dışındaki sporcular. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe*, 27(3), 118-132.
- Kidd, B. (1987). Sports and masculinity. *Queen's Quarterly*, 94(1), 116.
- Kimmel, M.S. (2013). Homofobi olarak erkeklik: Toplumsal cinsiyet kimliğinin inşasında korku, utanç ve sessizlik. (Çev. Mehmet Bozok). *Fe Dergi*, 5(2), 92-107.
- Koca, C. (2006). Beden eğitimi ve spor alanında toplumsal cinsiyet ilişkileri. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe*, 17(2), 81-99.
- Koca, C. (2016). Cinsiyetlendirilmiş bir alan olarak spor. C. Koca (Ed) içinde, *Sporun toplumsal cinsiyet halleri* (s. 18-37). Ankara: Spor Yayınevi.
- Koca, C., Öztürk, P. ve Arslan, B. (2012). *Kadınların spor ve fiziksel aktiviteye katılımı*. Ankara: Kasfad.
- Koivula, N. (2001). Perceived characteristics of sports categorized as gender-neutral, feminine and masculine. *Journal of Sport Behavior*, 24(4), 377-393.
- Kümbetoğlu, B. (2015). *Sosyolojide ve antropolojide niteliksel yöntem ve araştırma*. (4. Baskı). İstanbul: Bağlam Yayınları.
- Light, R. & Kirk, D. (2000). High school rugby, the body and the reproduction of hegemonic masculinity. *Sport, Education and Society*, 5(2), 163-176.
- Lloyd, G. (1996). *Erkek akıl, batı felsefesinde "erkek" ve "kadın"*. (Çev. Muttalip Özcan). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Martino, W. (2000). Policing masculinities: Investigating the role of homophobia and heteronormativity in the lives of adolescent schoolboys. *The Journal of Men's Studies*, 8(2), 213-236.
- Matteo, S. (1986). The effect of sex and gender-schematic processing on sport participation. *Sex Roles*, 15(7-8), 417-432.
- Matteo, S. (1988). The effect of gender-schematic processing on decisions about sex-inappropriate sport behavior. *Sex Roles*, 18(1/2), 41-58.
- Mayring, P. (2011). *Nitel sosyal araştırmaya giriş*. (Çev. Adnan Gümüş ve M. Sezai Durgun). Ankara: BilgeSu Yayıncılık.
- Meân, L. (2001). Identity and discursive practice: Doing gender on the football pitch. *Discourse & Society*, 12(6), 789-815.
- Messner, M. A. (1990). When bodies are weapons: Masculinity and violence in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 25(3), 203-220.
- Mennesson, C. & Clément, J. P. (2003). Homosociability and homosexuality: The case of soccer played by women. *International Review For The Sociology of Sport*, 38(3), 311-330.
- Morrow, R. G. & Gill, D. L. (2003). Perceptions of homophobia and heterosexism in physical education. *Research Quarterly for Exercise And Sport*, 74(2), 205-214.
- O'Brien, K. S., Shovelton, H. & Latner, J. D. (2013). Homophobia in physical education and sport: The role of physical/sporting identity and attributes, authoritarian aggression, and social dominance orientation. *International Journal Of Psychology*, 48(5), 891-899.
- Onur, H. ve Koyuncu, B. (2004). "Hegemonik" erkekliğin görünmeyen yüzü: Sosyalizasyon sürecinde erkeklik oluşumları ve krizleri üzerine düşünceler. *Toplum ve Bilim*, 101, 11-30.
- Owen, C. (2014). *Dancing gender: Exploring embodied masculinities*. Doctoral dissertation, University of Bath.
- Özbay, C. (2013). Türkiye'de hegemonik erkekliği aramak. *Doğu Batı*, 63, 185-204.
- Öztürk, P. ve Karaçam, M. (2017). Spor bilimlerinde LGBTQİ çalışmaları. *KAOS GL Kültür ve Yaşam Dergisi*, 153, 53-64.

- Patton, M.Q. (2014). *Nitel Araştırma ve değerlendirme yöntemleri*. (Çev. Mesut Bütün ve Selçuk Beşir Demir). Ankara: Pegem Yayınları.
- Rich, A. (1980). Compulsory heterosexuality and lesbian existence. *Signs: Journal of Women in Culture and Society*, 5(4), 631-660.
- Riemer, B.A. & Visio, M.E. (2003). Gender typing of sports: an investigation of Metheny's classification. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74, 193-204.
- Robertson, S. (2003). 'If I let a goal in, I'll get beat up': Contradictions in masculinity, sport and health. *Health Education Research*, 18(6), 706-716.
- Saigo, R., (2011), Militarizasyon, ulus ve toplumsal cinsiyet: Şiddetli çatışma alanları olarak kadın bedenleri. A.G. Altınay (Der) içinde, *Vatan millet kadınlar* (s. 227-259). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Sancar, S. (2013a). *Erkeklik: İmkânsız iktidar*. (3. Baskı). İstanbul: Metis Yayınları.
- Sancar, S. (2013b). *Türk modernleşmesinin cinsiyeti: Erkekler devlet, kadınlar aile kurar*. (2. Baskı). İstanbul: İletişim Yayınları.
- Scott, A. (2011). Pumping up the pomp: An exploration of femininity and female bodybuilding. *vis-à-vis: Explorations in Anthropology*, 11(1), 70-88.
- Selek, P. (2014). *Maskeler süvariler gacılar: Ülker sokak: bir alt kültürün dışlanma mekânı*. (2. Baskı). Ankara: Ayizi Yayınları.
- Sisjord, M. K. & Kristiansen, E. (2009). Elite women wrestlers' muscles: Physical strength and a social burden. *International Review for the Sociology of Sport*, 44(2-3), 231-246.
- Skelton, C. (2000). 'A passion for football': Dominant masculinities and primary schooling. *Sport, Education and Society*, 5(1), 5-18.
- Tokdoğan, N. (2015). Dövüş sporları ve erkeklik: Tekvandocu erkekler ve erkeklik üzerine bir etnografi denemesi. İ. Hacısoftaoglu, F. Akcan ve N. Bulgu (Eds) içinde, *Oyunun ötesinde* (s.231-265). Ankara: Notabene Yayınları.
- Wacquant, L. J. (1995). Why men desire muscles. *Body & Society*, 1(1), 163-179.
- Wright, J. & Clarke, G. (1999). Sport, the media, and the construction of compulsory heterosexuality: A case study of women's rugby union. *International Review for the Sociology of Sport* 34, 227-243.
- Young, K., White, P., & McTeer, W. (1994). Body talk: Male athletes reflect on sport, injury, and pain. *Sociology of Sport Journal*, 11(2), 175-194.
- Zhouxiang, L., Zhang, Q., & Hong, F. (2014). Projecting the 'Chineseness': Nationalism, identity and Chinese martial arts films. *The International Journal of the History of Sport*, 31(3), 320-335.

Üniversite Öğrencilerinde, Rekreasyon Faaliyetlerine Katılım ile Yaşam Kalitesi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Investigation of The Correlation Between Quality of Life and Participation in Recreative Activities of University Students

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Gülsüm BAŞTUĞ¹

Ercan ZORBA²

Şahali ÖZKARA³

Uğur ALTINCİT⁴

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<http://orcid.org/0000-0001-7916-2042>

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<http://orcid.org/0000-0002-7864-0556>

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<https://orcid.org/0000-0002-7835-8294>

⁴Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<https://orcid.org/0000-0002-4383-5417>

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 07.03.2018

Kabul Tarihi: 22.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Öz

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinde, rekreasyon faaliyetlerine katılım ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmaya, Gazi Üniversitesi ve Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Spor bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören, yaş ortalaması 21,54±2,02 olan, 276 erkek ve 222 kadından oluşan toplam 498 denek gönüllü katılmıştır. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerine kişisel bilgi formu, yaşam kalitesini belirlemek Dünya Sağlık Örgütü Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu (WHOQOL-27) kullanılmıştır. Verilerin analizinde crosstab, Ki-kare, independent t test ve korelasyon analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak, yaşam kalitesi alt boyutu olan fiziksel alan ile gelir düzeyi arasında, psikolojik alan ile akademik başarı, gelir düzeyi ve yaşamını geçirdiği yer arasında, sosyal alan ile yaş ve gelir düzeyi arasında, çevresel alan ile gelir düzeyi ve haftalık serbest zaman süresi arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinde, yaşam kalitesi alt boyutları fiziksel alan ve psikolojik alan toplam puanı ile serbest zamanlarını değerlendirilmede yaşanan güçlüklerle ilişkin verilen cevaplar arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin yaşam kalitesini artırmak amacıyla, kampüs içi ve dışında serbest zamanı verimli ve aktif geçirebileceği rekreasyon alanlarının oluşturulması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Üniversite öğrencisi, Yaşam kalitesi

Abstract

The aim of this research was to investigate of the correlation between quality of living and participation in recreative activities of university students. A total of 498 subjects, of which 276 male and 222 female, with a mean age of 21.54 ± 2.02, who are students of Faculty of Sports Sciences of both Muğla Sıtkı Koçman University and Gazi University, voluntarily participated to our survey. The World Health Organization Quality of Life Scale-Short Form (WHOQOL-27) and personal information form were used to determine the quality of life for university students participating in the study. Crosstab, Chi-square, independent t-test and correlation analysis were used in the analysis of the data. As a result, it was found that there is a significant correlation between the physical field and the income level, which is the quality of life subscale, between the psychological field and the academic achievement, the income level and the place of life, between the social field and the age and income level. A positive correlation was found in the positive direction for university students participating in the survey between the quality of life subscales total score of the physical and psychological field and the answers about difficulties in assessing your free time. In order to improve the quality of life of university students, it is suggested to create recreation areas where they can spend free time efficiently and actively on and off campus.

Key words: Recreation, University student, Life quality.

INTRODUCTION

Developed countries have used sport as a means to overcome the shortcomings of rapid urbanization as a result of industrialization, which they recognize as important for sports community health. Then, during wars and economic depression, they benefited from the therapeutic and revitalizing effects of sports (Hazar, 2009). Happiness in people's lives will evolve depending on the qualities of life they have achieved. Scientific studies show that the effect of the quality of life on the recreation is positive. Recreation is an interdisciplinary field of study involving voluntary activities to improve the quality of life of a human being, free of charge and free of harm to nature (Tütüncü, 2012). The World Health Organization defines the quality of life as "the way in which people perceive their situation in the context of the culture and value judgments they live in, depending on their goals, expectations, standards, and interest" (WHO, 2003). The quality of life describes the subjective perception of self-health in the sociocultural environment in which one lives. The quality of life is the satisfaction and happiness of being in possession with the desires of the people that they consider important in their life (Başaran, Güzel & Sarpel, 2005). Quality of life displays; gender, age, marital status, social support, housing and characteristics, health, education, income, work life, leisure activities (Aydiner, 2007; Gössweiner, Pfeiffer and Richter, 2002; Özmete, 2010; Torlak and Yavuzçehre, 2008; Tüzün and Eker, 2003). There is a correlation between the quality of life and economic functions. As the economic level increases, the quality of life is increasing which is supported by the studies (Koltarla, 2008; Şeker and Zırhlıoğlu, 2009). Leisure time activities are one of the most important elements that improve the quality of life of the individual and contribute to the individual discovering, renewing and revealing himself/herself (Aslan and Cansever, 2012). Sirgy, Grzeskowiak, and Rahtz (2007) define university quality of life as a measure of positive evaluation of the general quality of university life as a whole. The issues of university life quality, drug and alcohol consumption, social and sexual behavior, time use, consumption and financial issues, physical and mental issues, multiculturalism and gender issues, learning styles, career and employment issues, crime and violence, have been studied in ten dimensions as life topics (Dish, Harlow, Campbell & Dougan, 2000). In the light of this information, the aim of this study is to examine the correlation between the participation of university students in recreational activities and quality of life.

METHODS

Participants and Procedures

A total of 498 subjects consisting of 276 males and 222 females with a mean age of 21.54 ± 2.02 from the Faculty of Sports Sciences of Gazi University and the Faculty of Sports Sciences of the University of Muğla Sıtkı Koçman University participated to the study of the correlation between participation in recreational activities of university students and quality of life. The World Health Organization Quality of Life Scale-Short Form (WHOQOL-27), which was validated by Eser et al. (1999), and personal information forms were used to determine the quality of life for university students participating in the study.

World Health Organization Quality of Life Scale Short Form (WHOQOL-BREF-27); The World Health Organization Quality of Life Scale-Short Form defines quality life as "how the individual perceives his or her life in relation to its goals, expectations, standards, and concerns within the culture and values system in which the individual lives". WHOQOL-BREF is a short form of WHOQOL-100 developed by the World Health Organization and consisting of 6 sub-dimensions. For each of the 24 episodes of WHOQOL-100, one question was omitted and two questions were added regarding general health and quality of life. This scale, which is composed of 26 items and has a rating type of 5, is prepared as "1 = Never Satisfied, 5 = Very Satisfied". There are four subdimensions: physical health such as the feeling of pain, sleep, energy, positive emotions, self-esteem, psychological health such as body image, social support such as social support, personal correlations and environmental health such as economic situation, transportation, safe environment and health conditions. High score points to the high quality of life. Turkish adaptation was performed by Eser et al. (1999). A question related to the environment in Turkey and has more adaptation covers a total of 27 questions. The Cronbach alpha internal consistency coefficients of the scale were found to be .76 in the physical health dimension, .67 in the psychological health dimension, .56 in the social dimension, and .74 in the environmental dimension in the healthy group. Retest reliability ranged from .51 to .81 (Aydemir and Köroğlu, 2007; Eser et al., 1999).

Analysis of Data; One-way analysis of variance (One-Way ANOVA) was used in the analysis of multiple variables. The resulting differences were re-evaluated by the Tukey test and

found to be average that produced significant differences. The correlation between participation and quality of life for recreational activities was analyzed using the Pearson Correlation Test.

FINDINGS

Table 1. Answers distributions of University students to the question "How do you evaluate your free time?"

	How do you evaluate your free time?						Total
	Participating in domestic activities	Participating in physical activities	Participating in social events	Participating in cultural-artistic events	Participating in open space events	Other	
Muğla Sıtkı Koçman University	44 18.3%	92 38.2%	66 27.4%	6 2.5%	13 5.4%	20 8.3%	241 100.0%
Gazi University	48 18.7%	89 34.6%	77 30.0%	11 4.3%	13 5.1%	19 7.4%	257 100.0%
Total	92 18.5%	181 36.3%	143 28.7%	17 3.4%	26 5.2%	39 7.8%	498 100.0%

$\chi^2=2,054$; $p>0,05$

According to Table 1, There was no significant difference between the answers given to the questionnaire of university students when they were asked how they assessed the free time ($p> 0,05$). Muğla Sıtkı Koçman University Social Science Faculty students' responses are as follows: %18,3 of them were domestic activities, 38.2% of them were physical activities, 27.4% of them were social activities, 2.5% of them were cultural and artistic activities, 5.4% of them were outdoor activities and 8,3% of them were other free time events. Gazi University Social Science Faculty students' responses are as follows:18.7% of them were domestic activities, 34.6% of them were physical activities, 30% of them were social activities, 4.3% of them were cultural-artistic activities, 5.1% of them were outdoor activities and 7,4% of them were other free time activities.

Table 2. Distribution of answers given by university students to question "How do you find your quality of life?"

	How do you find your quality of life?					Total
	Terrible	Bad	Mediocre	Good	Very Good	
Muğla Sıtkı Koçman University	7 2.9%	12 5.0%	119 49.4%	88 36.5%	15 6.2%	241 100.0%
Gazi University	7 2.7%	19 7.4%	143 55.6%	80 31.1%	8 3.1%	257 100.0%
Total	14 2.8%	31 6.2%	262 52.6%	168 33.7%	23 4.6%	498 100.0%

According to Table 2, There was no significant difference between the answers given to the questionnaire "how do you find your quality of life? " ($p > 0,05$). Muğla Sıtkı Koçman University Social Science Faculty students' responses are as follows: 2.9% of them were terrible, 5% of them were bad, 49.4% of them were mediocre, 36.5% of them were good and 6.2% were very good. Gazi University Social Science Faculty students' responses are as follows: 2.7% of them was terrible, 7.4% of them were bad, 55.6% of them mediocre, 31.1% of them were good and 3,1% of them were very good.

Table 3. Examination of the correlation between age, gender, department, class, academic achievement status, income level, place of residence, place of life, weekly free time period and sub-dimensions of quality of life for university students.

		Age	Gender	Department	Class	Academic achievement status	Income level	Place of Residence	Place of life	Weekly Free Time Period
Physical field	r	-.001	.033	-.026	.053	.020	.123**	.071	.060	.062
	p	.979	.464	.558	.238	.663	.006	.114	.180	.166
Psychological field	r	.030	-.006	.010	-.078	.122**	.153**	-.005	.099*	.054
	p	.498	.885	.829	.083	.006	.001	.913	.028	.226
Social field	r	.090*	-.004	.046	.045	.057	.118**	-.031	.059	.052
	p	.045	.928	.301	.321	.206	.008	.489	.186	.244
Environmental field	r	-.001	.061	-.006	.036	.013	.149**	-.054	.075	.123**
	p	.982	.174	.894	.428	.780	.001	.233	.095	.006

According to Table 3, no significant correlation was found between the total score of physical field and age ($r = -0.001$), between the total score of physical field and gender ($r = 0.033$), between the total score of physical field and department ($r = -0,026$), between the total score of physical field and class ($r = 0,053$), between the total score of physical field and academic achievement ($r = 0,020$), between the total score of physical field and place of residence ($r = 0,071$), between the total score of physical field and place of life ($r = 0,060$), between the total score of physical field and weekly free time period ($r = 0,062$) ($p > 0.05$). However, there was a significant positive correlation between physical field and income level ($r = 0,123$; $p < 0,05$).

No significant correlation was found between the total score of psychological field and age ($r = 0,030$), between the total score of psychological field and gender ($r = -0.006$), between the total score of psychological field and department ($r = 0.010$), between the total score of psychological field and class ($r = -0,078$), between the total score of psychological field and place of residence ($r = -0,005$), between the total score of psychological field and weekly free time

period ($r=0,054$) ($p > 0.05$). However a significant correlation was found between the psychological field and academic achievement ($r = 0,122$), between the psychological field and income level ($r = 0,153$) and between the psychological field and place of life ($r = 0,099$) ($p < 0.05$). No significant correlation was found between the total score of social field and gender ($r = -0,004$), between the total score of social field and department ($r = 0.046$), between the total score of social field and class ($r=0.045$), between the total score of social field and academic achievement ($r=0,057$), between the total score of social field and place of residence ($r=-0,031$), between the total score of social field and place of life ($r=0,059$), between the total score of social field and weekly free time period ($r=0,052$) ($p > 0.05$). However, there was a significant correlation between social field and age ($r = 0.090$), and between social field and income level ($r = 0.118$) ($p < 0.05$). No significant correlation was found between the total score of environmental field and age ($r = -0,001$), between the total score of environmental field and gender ($r = 0,061$), between the total score of environmental field and department ($r = -0,006$), between the total score of environmental field and class ($r=0.036$), between the total score of environmental field and academic achievement ($r=0,013$), between the total score of environmental field and place of residence ($r=-0,054$), between the total score of environmental field and place of life ($r=0,075$) ($p > 0.05$). However, there was a significant correlation between environmental field and income level ($r = 0.149$) and between environmental field and weekly free time ($r = 0.123$) ($p < 0.05$).

Table 4. Examining the correlation between the questions of "How often do you have difficulty in evaluating your free time?," "How do you generally evaluate your leisure time?" and sub-dimensions of quality of life for university students.

		How often do you have difficulty in evaluating your free time	How do you generally evaluate your leisure time?
Physical field	r	.096*	-.042
	p	.032	.346
Psychological field	r	.194**	.062
	p	.000	.165
Social field	r	.084	-.053
	p	.061	.239
Environmental field	r	.047	.003
	p	.295	.942

According to Table 4, there was a significant positive correlation between the total score of the physical field and the answers given in the question about how often you had difficulty in evaluating your free time ($r=0,096$) ($p < 0,05$). There was no significant correlation between the total score of the physical field and the answers given in the question about how you generally evaluated your free time ($r=0,042$) ($p > 0,05$). There was a significant positive correlation between the total score of the psychological field and the answers to the question about how often you had difficulty in evaluating your free time ($r=0,194$) ($p < 0,05$). There was no significant correlation between the total score of the psychological field and the answers given in the question about how you generally evaluated your free time ($r=0,042$) ($p > 0,05$). There was no significant correlation between the answers given in the question about how often you had difficulty in evaluating your social scoring total score and your free time ($r=0,084$), and the answers given in the question how you generally evaluated your free time ($r=-0,053$) ($p > 0,05$). There was no significant correlation between the answers given in the question about how often you had difficulty in evaluating your total score of the environmental field ($r=0,047$) and your free time, and the answers given in the question about how you generally evaluate your free time ($r=-0,003$) ($p > 0,05$).

Table 5. Examining the correlation between the questions of " Where do you evaluate your free time?","How do you find your quality of life?" and sub-dimensions of quality of life for university students.

		Where do you evaluate your free time?	How do you find your quality of life?
Physical field	r	-.038	.275**
	p	.398	.000
Psychological field	r	-.083	.306**
	p	.066	.000
Social field	r	.012	.292**
	p	.784	.000
Environmental field	r	.022	.378**
	p	.626	.000

According to Table 5, there was no significant correlation between the total score of the physical field and the answers given in the question about where you evaluated your free time ($r = -0,038$) ($p > 0,05$). There was a significant positive correlation between the total score of the physical field and the answers given in the question about how you found your quality of life ($r=0,275$) ($p < 0,05$). There was no significant correlation between the total score of the

psychological field and the answers to the question about where you evaluated your free time ($r=-0,083$) ($p >0.05$). There was a significant positive correlation between the total score of the psychological field and the answers to the question about how you found your quality of life ($r=0,306$) ($p<0.05$). There was no significant correlation between the total score of the social field and the answers to the question about where you evaluated your free time ($r=0,012$) ($p >0.05$). There was a significant positive correlation between the total score of the social field and the answers to the question about how you found your quality of life ($r=0,292$) ($p<0.05$). There was no significant correlation between the total score of the environmental field and the answers to the question about where you evaluated your free time ($r=0,022$). There was a significant positive correlation between the total score of the environmental field and the answers to the question about how you found your quality of life ($r=0,378$) ($p<0.05$).

RESULTS AND DISCUSSIONS

In the study of the correlation between participation and quality of life in recreational activities for university students. There was no significant difference between the answers given to the questionnaire of university students when they were asked how they assessed the free time ($p > 0,05$). Muğla Sıtkı Koçman University Social Science Faculty students' responses are as follows: %18,3 of them were domestic activities, 38.2% of them were physical activities, 27.4% of them were social activities, 2.5% of them were cultural and artistic activities, 5.4% of them were outdoor activities and 8,3% of them were other free time events. Gazi University Social Science Faculty students' responses are as follows: 18.7% of them were domestic activities, 34.6% of them were physical activities, 30% of them were social activities, 4.3% of them were cultural-artistic activities, 5.1% were outdoor activities and 7,4% of them were other free time activities (Table 1). In a study of university students' participation in recreational activities by some variables, it was reported that 39% of the students were happier when they spent their free time outside the campus. Moreover, 11.3% of the students who evaluated their leisure time on campus stated that they are happy in the sports hall, 18.9% in the cafeteria and 9.4% in the library (Kılıç and Şener, 2013). In a study of the recreational activities of the students of the Mediterranean University, 43.5% of the students frequently participated in outdoor recreational activities (Mansuroğlu, 2002), while another study found that 70% of the students spend their free time at home (Yeniceri, Coşkun & Özkan, 2011). 32,1% of the population spend their time

at home and 52,1% of them spent their free time outside (Kurar and Baltacı, 2014). In a study on the subject, 89,9% of the men answered no and 91,3% of the girls answered no ("Kılıç ve Şener, 2013") in the question "do you think that the social opportunities of the university are sufficient"? 51,68% of the university students stated that they attend the recreational activities between 1-5 hours per week (Önder, 2003). There was no significant difference between the answers given to the questionnaire "how do you find your quality of life? " ($p > 0,05$). Muğla Sıtkı Koçman University Social Science Faculty students' responses are as follows: 2.9% of them were terrible, 5% of them were bad, 49.4% of them were mediocre, 36.5% of them were good and 6.2% of them were very good. Gazi University Social Science Faculty students' responses are as follows: 2.7% of them were terrible, 7.4% of them were bad, 55.6% of them were mediocre, 31.1% were good and 3,1% were very good (Table 2). In a study about university students, University students' perception of quality of life was stated mediocre with 56% in women and mediocre with 66,3% in men (Zorba, Bayrakdar, Gönülateş, Sever, 2017). For the university students, No significant correlation was found between the total score of physical field and age ($r = -0,001$), between the total score of physical field and gender ($r = 0,033$), between the total score of physical field and department ($r = -0,026$), between the total score of physical field and class ($r = 0,053$), between the total score of physical field and academic achievement ($r = 0,020$), between the total score of physical field and place of residence ($r = 0,071$), between the total score of physical field and place of life ($r = 0,060$), between the total score of physical field and weekly free time period ($r = 0,062$) ($p > 0,05$). However, there was a significant positive correlation between physical field and income level ($r = 0,123$) ($p < 0,05$). No significant correlation was found between the total score of psychological field and age ($r = 0,030$), between the total score of psychological field and gender ($r = -0,006$), between the total score of psychological field and department ($r = 0,010$), between the total score of psychological field and class ($r = -0,078$), between the total score of psychological field and place of residence ($r = -0,005$), between the total score of psychological field and weekly free time period ($r = 0,054$) ($p > 0,05$). However, a significant correlation was found between the psychological field and academic achievement ($r = 0,122$), between the psychological field and income level ($r = 0,153$) and between the psychological field and place of life ($r = 0,099$) ($p < 0,05$). No significant correlation was found between the total score of social field and gender ($r = -0,004$), between the total score of social field and department ($r = 0,046$), between the total score of social field and class ($r = 0,045$), between the total score of social field

and academic achievement ($r=0,057$), between the total score of social field and place of residence ($r=-0,031$), between the total score of social field and place of life ($r=0,059$), between the total score of social field and weekly free time period ($r=0,052$) ($p > 0.05$). However, there was a significant correlation between social field and age ($r = 0.090$), and between social field and income level ($r=0.118$) ($p < 0.05$). No significant correlation was found between the total score of environmental field and age ($r=-0,001$), between the total score of environmental field and gender ($r=0,061$), between the total score of environmental field and department ($r=-0,006$), between the total score of environmental field and class ($r=0.036$), between the total score of environmental field and academic achievement ($r=0,013$), between the total score of environmental field and place of residence ($r=-0,054$), between the total score of environmental field and place of life ($r=0,075$) ($p > 0.05$). However, there was a significant correlation between environmental field and income level ($r=0.149$) and between environmental field and weekly free time ($r=0.123$) ($p < 0.05$) (Table 3). In the study on university students, (Tekin, Yıldız, Akyüz & Uğur, 2012), participation in sportive activities and recreational activities has affected the social, personal and academic achievement of students

(Cengiz, 1999 and Fisher, Juszczak & Friedman, 1996), and that recreational activities increased academic achievement in both males and females (Sivrikaya, Tekin, Meriç & Tekelioğlu, 2004). Recreational activities have been determined to be influenced by factors such as; age (Broughten and Beggs, 2006; Brown and Frankel, 1993; Seddon, 2011), gender (Amestoy, Rosal & Toscano, 2008; Ayyıldız, 2015; Kaya & Gurbuz, 2015; Temir & Gurbuz, 2012; Vong Tze, 2005), marital status (Liang, Yamashita & Brown, 2013), income level (Akgül, 2011; Ardahan & Lapa, 2010; Bonke, Dedding & Lausten, 2009; Can, 2010; Damianidis, Kouthouris, Alexandris, 2007; Emir, Ayyıldız, 2015; Karaküçük et al., 2008; Tekin, 2009;), education level (Arslan, 2010; Gediz, 2012; Lu and Hu, 2005), social constraints (Fasting and Pfister, 1999; Koca, 2006; Yaprak & Amman, 2009), living conditions (Amestoy, Rosal & Toscano, 2008), fashion (Hall & Page, 2006), facility / service and accessibility (Cerin, Leslie, Sugiyama & Owen, 2010; Masmanidis, 2009, Gürbüz, Yenel, Akgül & Karaküçük, 2010, Palen, Megan, Gleeson, Caldwell & Edward, 2010), the region where he lived (Drakou, Tzetzis and Mamantzi, 2006), traditions (Amin, Suleman, Ali, Gamal & Al Wehedy, 2011), technological developments and related active or passive participation (Yerlisu and Ardahan, 2009). There was a significant positive correlation between the total scores of the physical field and psychological field, which are sub-dimensions

of quality of life, and the answers to the questions about how often you had difficulty in evaluating your free time ($p < 0.05$). There was no significant correlation between the total score of the social and environmental field and the answers to the question about how often you had difficulty in evaluating your free time ($p > 0.05$). There was no significant correlation between the total scores of the physical, psychological, social, and environmental field, which are sub-dimensions of quality of life, and the answers to the question about how they assessed their free time (Table 4). In a study where the leisure times of university students were examined, 64.3% of the respondents said that sometimes and 26.4% never responded when the university students were asked if they had difficulty in evaluating their leisure time (Demirel and Harmandar, 2009). There was a significant positive correlation between physical field ($r=0,275$), psychological field ($r=0,306$), social field ($r=0,292$) and environmental field ($r=0,378$), which are sub-dimensions of quality of life, and the answers to the question about how you find your life quality for the university students ($p < 0.05$). There was no significant correlation between physical field ($r=-0,038$), psychological field ($r=-0,083$), social field ($r=0,012$) and environmental field ($r=0,022$), which are sub-dimensions of quality of life, and the answers to the question about where you evaluate your free time (Table 5). In the study where the quality of life of university students was examined, significant differences were found in the physical field and environmental field sub-factors of the students at $p < 0.05$ (Zorba et al., 2017). In another study in which the quality of life was examined according to some variable, factors such as being a woman, being old, becoming widowed or divorced, low education level, low income level, poor social support, inadequacy of the dwelling and characteristics of the living, having a sickness and/or persistent illness, low job satisfaction and inadequate leisure activities have been found to decrease the quality of life significantly (Boylu and Paçacıoğlu, 2016). Sirgy, Grzeskowiak and Rahtz (2007) emphasize that the active participation in sports activities at school is highly correlated with the university quality of life perception. In the study of the quality of life of university students according to some variables. It is seen that there is a significant difference between the students' level of university life quality, gender, faculties, and membership of the student community. There was no significant difference according to the class level, the monthly income, and the settlements where the families reside (Eriş & Anıl, 2016). These research findings support our work.

As a result, no significant correlation was found between total score of the physical field, which is sub-dimension of life quality, and age, gender, department, class, academic achievement, place of residence, place of life and weekly free time. However, there was a significant positive correlation between physical field and income level ($p < 0,05$). There was no significant correlation between total score of psychological field and age, gender, department, class, place of residence and weekly free time. However, there was a significant correlation between the psychological field and academic achievement, income level, and place of life ($p < 0,05$). There was no significant correlation between social field total score and gender, department, class, academic achievement, place of residence, place of life, and weekly free time. However, there was a significant correlation between social field and age and income level ($p < 0,05$). There was no significant correlation between total environmental field and age, gender, department, class, academic achievement, place of residence and place of life. However, there was a significant correlation between environmental field, income level and weekly free time ($p < 0,05$). In the university students who participated in the study, there was a significant positive correlation between the total scores of the physical field and psychological field, which are sub-dimensions of quality of life, and the answers to the questions about how often you had difficulty in evaluating your free time ($p < 0,05$). There was a significant positive correlation between the total scores of the physical field, psychological field, social field and environmental field, which are sub-dimensions of quality of life, and the answer to the question about how you found your quality of life ($p < 0,05$). In order to improve the quality of life of university students, it is suggested to create recreation areas where they can spend free time efficiently and actively on and off campus. As a result, it was found that there is a significant correlation between the physical field and the income level, which is the quality of life subscale, between the psychological field and the academic achievement, the income level and the place of life, between the social field and the age and income level.

REFERENCES

- Akgül, B.M. (2011). *Farklı Kültürlerdeki Bireylerin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi: Ankara Londra Örneği*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Amestoy, V. C., Rosal, R. S. & Toscano, E.V. (2008). The leisure experience. *The Journal of Socio-Economics*, 37, 64-78.
- Amin, T.T., Suleman, W., Ali, A., Gamal, A. & Al Wehedy, A. (2011). Pattern, Prevalence, and Perceived Personal Barriers Toward Physical Activity Among Adult Saudis in Al-Hassa, KSA. *Journal of Physical Activity and Health*, 8, 775-784.
- Ardahan, F. ve Yerlisu Lapa, T. (2010). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyete ve gelire göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi, Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 21(4), 129-136.
- Arslan, S. (2010). *Yetişkin kent halkının belediyelerin serbest zaman eğitimi ile rekreasyon etkinliklerinin sunumuna ve yaşam kalitesine etkisine ilişkin görüşleri (Ankara Büyükşehir Belediyesi Örneği)*. Doktora Tezi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 160.
- Aslan, N. ve Cansever, B.A. (2012). Ergenlerin Boş Zaman Değerlendirme Algısı. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42, 23-35.
- Aydemir, Ö. ve Köroğlu, E. (2007). *Psikiyatride kullanılan klinik ölççekler*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Aydımer Boylu, A. (2007). *Ailelerin Yaşam Kalitelerini Etkileyen Bazı Objektif ve Sübjektif Göstergelerin İncelenmesi*, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Aile ve Tüketici Bilimleri Anabilim Dalı Doktora Tezi, Ankara.
- Ayyıldız, T. (2015). *Rekreatif dans faaliyetlerine katılan bireylerin serbest zaman tatmin düzeylerinin incelenmesi*, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, *Yüksek Lisans Tezi*, Ankara.
- Başaran, S., Güzel, R. ve Sarpel, T. (2005). Yaşam Kalitesi ve Sağlık Sonuçlarını Değerlendirme Ölçütleri. *Romatizma Dergisi*. 20(1), 55-63.
- Bonke, J., Dedding, M. & Lausten, M. (2009). Time and money: A simultaneous analysis of men's and women's domain satisfactions. *Journal of Happiness Studies*, 10, 113-131.
- Boylu, A.A. & Paçacıoğlu, B. (2016). Quality of Life and Indicators. *Journal of Academic Researches and Studies*, 8, 15,137-150.
- Broughten, K. & Beggs, A. (2006). Leisure satisfaction of older adults. *Activities, Adaptation Aging*, 31(1), 1-18.
- Brown, A. B. & Frankel, B. G. (1993). Activity through years: leisure, leisure satisfaction, and life satisfaction. *Sociology of Sport Journal*, 10, 1-17.
- Can, S. (2010). Muğla Üniversitesi eğitim fakültesi ilköğretim bölümü öğrencileri ailelerinin boş zaman faaliyetlerine katılım biçimlerinin belirlenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(3), 861-870.
- Cengiz, E. (1999). *The Examination of Physiological Needs and Social and Personal Adjustment Level of Students of Anatolian High School, Science High School and Super High Schools*, Unpublished Master Thesis, University of İnönü, Malatya.
- Cerin, E., Leslie, E., Sugiyama, T. & Owen, N. (2010). Perceived Barriers to Leisure-Time Physical Activity in Adults: An Ecological Perspective. *Journal of Physical Activity and Health*, 7, 451-459.
- Daminianidis, C., Kouthouris, C., Alexandris, K. (2007). Activities among students. The Case study of schools of livadiacity in Greece. *Inquiries in Sport and Physical Education*, 5(3), 379-385.
- Demirel, M. & Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 839-846.
- Disch, W. B., Harlow, L. L., Campbell, J. F. and Dougan, T. R. (2000). Student functioning, concerns, and sociopersonal well being. *Social Indicators Research*, 51(1), 41-74.
- Drakou, A., Tzetzis, G. & Mamantzi, K. (2006). Leisure constraints experienced by university students in Greece, United States Sports Academy. *The Sport Journal*, 1543-1518.
- Emir, E. (2012). *Rekreatif etkinliklere katılımın önündeki engellerin belirlenmesi: üniversite öğrencileri örneği*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Eriş, M.H., Anıl, D. (2016). An Examination of the levels of university student's quality of life in terms of some variables. *Hacettepe University Journal of Education*, 31(3), 491-504.
- Eser, E., Fidaner, H., Fidaner, C., Eser, S.Y., Elbi, H., Göker, E. (1999). WHOQOL-100 and WHOQOL-BREEF's psychometric features. *3P Magazine*, 23-40.
- Fasting, K. & Pfister, G. (1999). *Opportunities and Barriers for Women in Sports (Turkey)*. Las Vegas: Women of Diversity.
- Fisher, M., Juszczak, L. & Friedman, S. (1996). Sports participation in an urban high school: Academic and psychological correlates. *Journal of Adolescent Health*, 18(5), 329-334.
- Gediz, S. (2012). *Kamu hizmeti olarak rekreasyon etkinlikleri kapsamında "Gençlik hizmetleri ve spor il müdürlükleri Batı Akdeniz bölgesi gençlik merkezleri analizi"*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya, 5-78.
- Gössweiner, V., Pfeiffer, C. & Richter, R. (2002). Quality of Life and Social Quality. *Working Paper 12, Austrian Institute for Family Studies*.
- Gürbüz, B., Yenel, F., Akgül, M.B. & Karaküçük, S. (2010). Measuring Constraints to Leisure Activities: Demographic Differences. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport / Science, Movement and Health*, 10(2), 362-354.
- Hall, C.M. & Page, S. (2006). *The geography of tourism and recreation*. New York: Routledge.
- Hazar, A. (2009). *Rekreasyon ve animasyon*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Baştuğ, G., Zorba, E., Özkar, Ş., ve Altıncı, U. (2018). Üniversite öğrencilerinde, rekreasyon faaliyetlerine katılım ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 342-355.

- Karaküçük, S., Yenel, F., Gürbüz, B., Özdemir, S., Demirel, M., Sarol, H., Karaküçük, B.M. (2008). Türk toplumunun boş zaman davranış profilleri ve rekreasyonel etkinliklere katılımdaki engeller: Ankara ili örneği. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 41-51.
- Kaya, S., Gürbüz, B. (2015). An Examination of university students' attitudes towards leisure activities. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 6(3),46-59.
- Kılıç, M. & Şener, G. (2013). Üniversite öğrencilerinin rekreasyon etkinliklerine katılımlarındaki sosyolojik etkenler ve yapısal kısıtlamalar. *Journal of Higher Education & Science/Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3), 220-227.
- Koca, C. (2006). Beden eğitimi ve spor alanının da toplumsal cinsiyet ilişkileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 84.
- Koltarla, S. (2008). *Taksim eğitim ve araştırma hastanesi sağlık personelinin yaşam kalitesinin araştırılması*. Sağlık Bakanlığı Taksim Eğitim ve Araştırma Hastanesi Aile Hekimliği Kliniği. Uzmanlık Tezi. İstanbul.
- Kurar, İ. ve Baltacı, F. (2014). Halkın boş zaman değerlendirme alışkanlıkları: Alanya örneği. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2, 39-52.
- Liang, J., Yamashita, T., & Brown, J.S. (2013). Leisure satisfaction and quality of life in China, Japan and South Korea: A Comparative Study using Asia Barometer 2006. *J Happiness Stud.*, 14, 753 – 769.
- Lu, L., Hu, C.H. (2005). Personality, leisure experiences and happiness. *Journal of Happiness Studies*, 6, 325–342.
- Masmanidis, T. (2009). Perceived Constraints of Greek University Students' Participation In Campus Recreational Sport Programs. *Recreational Sports Journal*, 33, 150-156.
- Mansuroğlu, S. (2002). Akdeniz Üniversitesi Öğrencilerinin Serbest Zaman Özellikleri ve Dış Mekân Rekreasyon Eğilimlerinin Belirlenmesi. *Akdeniz Üniversitesi Ziraat Fakültesi Dergisi*, 15(2), 53-62.
- Önder, S. (2003). Selçuk üniversitesi öğrencilerinin rekreasyonel eğilim ve taleplerinin belirlenmesi üzerinde bir Araştırma. *Selçuk Tarım ve Gıda Bilimleri Dergisi*, 17(32), 31-38.
- Özmete, E. (2010). Aile yaşam kalitesi dinamikleri: Aile iletişimi, ebeveyn sorumlulukları, duygusal, duygusal refah, fiziksel/materyal refahın algılanması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(11), 455-465.
- Palen, L.A., Megan, E.P., Gleeson, S.L., Caldwell, L.L., Edward, A. (2010). Leisure constraints for adolescents in Cape Town, South Africa: A Qualitative Study. *Leisure Sciences*, 32, 434-452.
- Seddon, C. (2011). *Life styles and social participation*. London, England.
- Sirgy, M.J., Grzeskowiak, S., Rahtz, D. (2007). Quality of college life (QCL) of students: developing and validating a measure of well being. *Social Indicators Research*, 80(2), 343-360.
- Sivrikaya, K., Tekin A., Meriç, B. & Tekelioğlu, F.U. (2004). Erkek ve bayan yıldız milli buz patencilerin kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 3-7.
- Şeker, B, D. Zırhlıoğlu, G. (2009). An Evaluation of the relationship between burn out, job satisfaction and life satisfaction among police officers in Van Police Department. *Turkish Journal of Police Studies*, 11(4), 1-26.
- Tekin, A. (2009). *Rekreasyon*. Ankara: Ata Ofset Matbaacılık.
- Tekin, M., Yıldız, M., Akyüz, M., Uğur, O. A. (2012). Karaman yükseköğrenim kredi ve yurtlar kurumunda kalan üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılım ve beklentilerinin incelenmesi. *Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9, 121-135.
- Temir, Ö. ve Gürbüz, B. (2012). *Rekreasyonel Aktivitelere Katılımın Önündeki Engellerin İncelenmesi*. 1. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Antalya.
- Torlak, S. E. ve Yavuzçehre, P. S. (2008). Denizli Kent Yoksullarının Yaşam Kalitesi Üzerine Bir İnceleme. *Çağdaş Yerel Yönetimler*, 17(2), 23-44.
- Tütüncü, Ö. (2012). Rekreasyon ve Rekreasyon Terapisinin Yaşam Kalitesindeki Rolü. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 23(2), 248 – 252.
- Tüzün, E. H. ve Eker, L. (2003). Sağlık değerlendirme ölçütleri ve yaşam kalitesi. *Sağlık ve Toplum Dergisi*, 13(2), 3-8.
- Vong Tze, N. (2005). Leisure satisfaction and quality of life in Macao, China. *Leisure Studies*, 24(2), 195-207.
- WHO. (2003). Health and Development Through Physical Activity and Sport, Erişim tarihi: 09.02.2018, http://whqlibdoc.who.int/hq/2003/WHO_NMH_NPH_PAH_03.2.pdf.
- Yaprak, P. ve Amman, M. T. (2009). Sporda kadınlar ve sorunları. *Türkiye Kick Boks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 39-49.
- Yerlisu, L. T. ve Ardahan, F. (2009). Akdeniz üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20(4), 132-144.
- Yeniçeri, M., Coşkun, B. & Özkan, H. (2011). Muğla il merkezindeki memurların boş zaman değerlendirme eğilimlerinin belirlenmesi üzerine bir araştırma. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 1(7), 46-60.
- Zorba, E., Bayraktar, A., Gönülat, S. & Sever, O. (2017). Analysis of the level of life quality of university students. *TOJRAS*, 14(1), 1-16.

Serbest Zaman Engelleri ile Engellerle Baş Etme Stratejileri arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Keşifsel Bir Çalışma*

Investigation of the Relationship between Leisure Constraints and Negotiation Strategies: An Exploratory Study

ORJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Tennur Yerlisu Lapa^{1†}

Elif Köse²

¹Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antalya.
http://orcid.org/0000-0002-8647-1473

²Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Anabilim Dalı, Antalya.
http://orcid.org/0000-0002-5490-3534

Öz

Bu çalışmanın amacı serbest zaman engelleri ile serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evreni Akdeniz Üniversitesinde okuyan üniversite öğrencilerinden oluşurken, araştırma örnekleme ise Akdeniz Üniversitesinde okuyan 386 üniversite öğrencisinden oluşturmaktadır. Araştırmada örneklem seçimi yöntemi olarak kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Veri toplamak amacıyla Beggs ve ark. tarafından son hale getirilmiş ve Yerlisu Lapa tarafından Türkçeye adapte edilmiş “Serbest Zaman Engelleri ile Baş Etme Stratejileri Ölçeği” ile Alexandris ve Carroll tarafından geliştirilen ve Karaküçük ve Gürbüz tarafından Türkçeye adapte edilen ve yine Gürbüz ve ark. tarafından yapı geçerliği sınanan “Boş Zaman Engelleri Ölçeği”nin kısa formu kullanılmıştır. Araştırma bulguları incelendiğinde; serbest zaman engelleri olarak tanımlanan U_1 kanonik değişkenine en önemli katkıların .75 ile tesis/hizmet/ulaşım, .73 ile zaman eksikliği ve .67 ile sosyal ortam sağlamaktadır. Serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri olarak tanımlanan V_1 kanonik değişkenine en önemli katkının ise .73 ile fiziksel uygunluk stratejilerinin olduğu görülmektedir. V_1 kanonik değişkenine katkı sağlayan diğer değişkenleri ise sırasıyla; .66 ile beceri stratejileri, .62 ile finansal yönetim, .59 ile zaman yönetimi stratejileridir. Sonuç olarak, serbest zaman engelleri kümesinin varyansının %9.70’i serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri tarafından açıklanırken, serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri kümesinin %10.41’inin serbest zaman engelleri kanonik değişkeni tarafından açıklandığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Serbest Zaman Engelleri, Serbest Zaman Baş Etme Stratejileri, Kanonik Korelasyon Analizi

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 04.07.2017

Kabul Tarihi: 23.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

The aim of this study is to investigate the association between the leisure constraints and the negotiation strategies with the leisure constraints. The research population of this study is the students of Akdeniz University, while the research sample consists of 386 students attending Akdeniz University. Convenience sampling method is chosen for sampling of this study. “Leisure Negotiation Strategies Scale” finalized by Beggs et al. and adapted into Turkish by Yerlisu Lapa was used for data gathering purposes; together with the short form of “Leisure Constraints Questionnaire” developed by Alexandris and Carroll and adapted to Turkish by Karaküçük and Gürbüz, who also tested the scale for construct validity. Examining the research findings, it is observed that the most significant contributions to the U_1 canonical variate come from .75 facilities/services & accessibility, .73 time and .67 social environment. The most significant contribution to the V_1 canonical variate that is defined as the leisure constraints coping strategies comes from the .73 physical fitness strategies. Other variates that contribute to the V_1 canonical variate are .66 skill-acquisition, .62 financial management and .59 time management strategies, respectively. In conclusion, it is discovered that 9.70% of the variance of leisure constraints cluster is explained by the leisure constraints negotiation strategies; whereas 10.41% of the variance of leisure constraints negotiation strategies cluster is explained by the canonical variate of leisure constraints.

Key Words: Leisure Constraints, Negotiation Strategies, Canonical Correlation Analysis

* Bu çalışma 10-13 Mayıs 2018 tarihleri arasında Muğla/Bodrum’da yapılan Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresinde poster bildirisi olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Tennur Yerlisu Lapa, tennur@akdeniz.edu.tr

GİRİŞ

Teknolojik gelişmeler bireylerin çalışma saatlerinde azalmaya buna bağlı olarak serbest zamanlarında artışa sebep olmuştur. Bu durum serbest zaman katılımı ve serbest zamana katılım sorunsalı üzerindeki ilgiyi de arttırmıştır. Bu nedenle son 30 yıldır serbest zamana katılımı etkileyen unsurlar üzerinde yapılan çalışmaların önem kazandığı ve günümüzde de ilgi odağı olan konular arasında olduğu görülmektedir. Bu ilgi odağının temelinde sosyal ve fiziksel olarak aktif olan insanın hem fiziksel hem de psikolojik olarak daha sağlıklı olduğuna yönelik bulgular yatmaktadır. Serbest zamanın birey üzerindeki olumlu etkileri serbest zamanın temel fonksiyonları üzerinden ifade edilmektedir. Örneğin Torkildsen (2005), gündelik hayat stresinin insanların hem psikolojik hem de fiziksel açıdan zarar görmesine neden olduğu ancak serbest zaman deneyimlerinin bireyleri rahatlatmak ve yenilemek işlevi ile bu zararları bertaraf ettiğini ifade etmektedir. Bununla birlikte farklı beceriler, ilgi alanları, hobiler edinerek kendilerini geliştirdikleri, sosyal dayanışma üzerinde de etkileri olduğu dolayısı ile kişilerarası ilişkileri geliştirdiği de alanyazında anlatılan hususlar arasındadır. İnsan hayatını hem fiziksel hem psikolojik hem de sosyal açıdan bu kadar olumlu etkileyen serbest zaman aktivitelerine katılım ise birçok faktör tarafından etkilenmektedir. Alanyazın incelendiğinde serbest zaman katılımını, serbest zaman motivasyonu, serbest zaman kolaylaştırıcıları, serbest zaman engelleri, serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri ve serbest zaman tutumu gibi birçok faktörün etkilediği görülmektedir (Hubbard ve Mannell, 2001; Kim, Heo, Chun, & Lee, 2011; Raymore, 2002). Ancak bu çalışmanın odak noktası serbest zaman engelleri ve bu engeller ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkidir. Ulusal ve uluslararası alanyazın incelendiğinde serbest zaman engelleri ve bu engeller ile baş etme stratejileri arasındaki ilişkiler ve serbest zaman katılımını nasıl düzeyde etkiledikleri ele alınmış olsa da; keşifsel bir çalışma olarak bu iki değişken arasındaki ilişkinin ele alındığı herhangi bir çalışmanın olmadığı görülmektedir. Yapılan çalışmanın asıl amacı, bireylerin hangi engeller karşısında hangi baş etme stratejilerini geliştirdiğini anlamaktır. Rastgele seçilmiş bir hipotez testi yerine değişkenler arasındaki başat değişkenleri ele almanın, bu iki değişken arasındaki ilişkinin daha ayrıntılı bir şekilde incelenmesine olanak tanıdığı düşünülmektedir. Bu yönü ile alanyazındaki boşluğu dolduracağı ifade edilebilir.

Serbest Zaman Engelleri ve Engeller ile Baş Etme Stratejileri

Engel, bir bireye ilişkin soyut veya somut, bir veya birden fazla olumsuz faktörün bir araya gelmesi ile motivasyonunun olumsuz anlamda etkilenmesi ve bu nedenle rekreatif bir faaliyete katılmaması veya katılım sıklığının azalması olarak tanımlanabilir (Jackson, 1988). Engellere ilişkin ilk ortaya çıkan kuram Crawford ve Godbey (1987)'ye aittir. Onlara göre engeller, bireylerin kendisinden kaynaklı olan psikolojik durumlarla ilişkili içsel, farklı bireylerin birbiri ile ilgili çatışmalarına dayalı kişilerarası ve tesis ve ulaşım gibi yapıları kapsayan yapısal engeller olmak üzere üç temel engelden oluşmaktaydı. Alexandris ve Carroll (1997) içsel ve dışsal engeller olmak üzere engelleri iki ana başlık altında toplamışlardır. Bununla birlikte serbest zaman engellerini tanımlamanın, serbest zaman katılımını hem daha iyi planlamak hem de daha kaliteli bir organizasyon yapmak için önemli olduğu görülmektedir (Jackson, 1988).

Serbest zaman katılımını etkileyen bir diğer önemli unsur ise serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileridir. Herhangi bir etkinliğe katılmak için engeller olabilir ancak bazı bireyler bu engelleri aşarak istedikleri etkinliklere katılım sağlayabilmişlerdir. Jackson (1993) göre; bir etkinliğe katılmada önemli rol oynadığı düşünülen engeller, aslında bireylerin o etkinliğe katılmaları üzerinde etkin bir rol oynamamaktadır. Bu durum serbest zaman engelleri ile baş etme kuramının oluşmasında önemli bir rol oynamıştır (Jackson ve Rucks, 1995; Hubbard ve Mannell, 2001). Baş etme genel olarak; bir bireyin serbest zamanda bir etkinliğe katılmak için karşılaşmış olduğu engellerle düzenli bir şekilde baş edebilme ve bu engelleri aşma, azaltma veya adapte olma yeteneğidir (Crawford, Jackson ve Godbey, 1991; Scott, 1991). Bu yetenek bireyler için herhangi bir engel ile karşılaştıklarında nasıl baş edebilecekleri hususunda önemli ipuçları sağlayan ve insan hayatı için oldukça önemli bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır (Henderson ve Bialeschki, 1993; Samdahl ve Jekubovich, 1997; Little, 2000). Serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri ilk kez Jackson, Crawford ve Godbey (1993) tarafından ortaya konulmuştur. Jackson ve ark. (1993) göre serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri kuramsal olarak ikiye ayrılmaktadır. Bu kuramsal yapıya göre serbest zaman engelleriyle baş etme stratejileri bilişsel (içsel) ve davranışsal (yapısal ve kişiler arası) olarak ifade edilmektedir. Daha açık bir şekilde ifade edilecek olursa; içsel onaylama, bilişsel baş etme stratejileri arasında görülürken; zaman yönetimi, beceri edinimi, kişiler arası ilişkiler, finansal yönetim ve fiziksel uygunluk stratejileri, davranışsal baş etme stratejileri arasında görülmektedir (Jackson, 1995). Serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri

üzerine çalışan diğer araştırmacılar da bu kuramsal alt yapıyı destekleyen çalışmalar yapmışlardır (Elkins, 2004; Hubbard ve Mannell, 2001).

Uluslararası alanyazını incelendiğinde serbest zaman katılımında belirleyici olduğu düşünülen bu iki kavramdan serbest zaman engellerine ilişkin çalışmaların daha çok kadınların engellerine (Henderson, 1991; Henderson ve Dialeschki, 1991; Shaw, Bonen & McCabe, 1991; Shaw, 1994), fiziksel aktivite engellerine (Dishman, Sallis & Orenstein, 1985; Pinto, Marcus & Clark, 1996) odaklandığı görülürken; serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerine yönelik çalışmaların ise açık alan rekreasyonu (Alexandris Kouthouris ve Girgolas, 2007; Coble, Selin ve Erickson, 2003; Jackson ve Rucks, 1995; Stanis, Schneider, Chavez ve Shinew, 2009; White, 2008), engelli bireyler (Henderson, Bedini, Hecht ve Schuler, 1995) kadınlar ve bunların içinde farklı dine mensup ve farklı cinsel yönelimi olan kadınlara (Bialeschki ve Pearce, 1997; Koca, Henderson, Asci ve Bulgu, 2009; Son, Mowen ve Kerstetter, 2008a;) ve öğrencilere (Elkins, Beggs ve Choutka, 2007; Ma, Tan & Ma, 2002) odaklanıldığı görülmektedir.

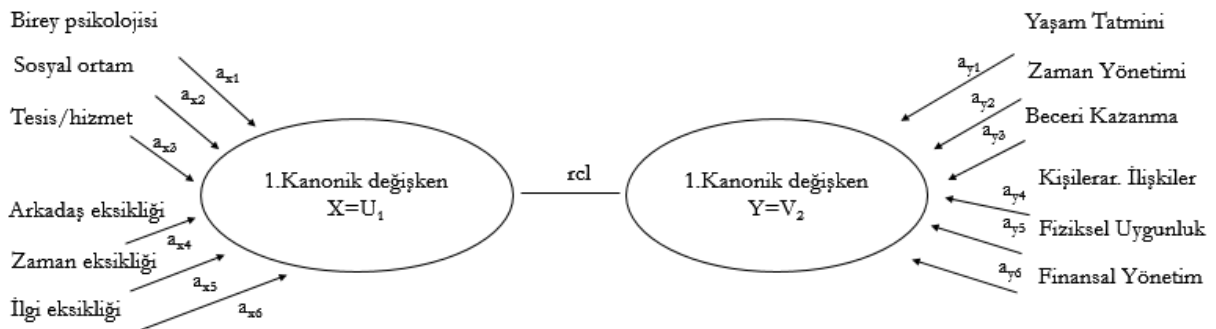
Ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında ise engellere ilişkin çalışmaların; kamu çalışanları (Çakır, Şahin, Serdar & Parlakkılıç 2016), gençler (Özşaker, 2012), kadınlar (Güner, 2015) ve bununla birlikte özellikle sağlık çıktıları nedeniyle fiziksel aktivite engellerine yönelik olduğu görülmektedir (Gümüş, Işık, Karakullukçu ve Yıldırım, 2014). Yine serbest zaman fiziksel aktivite engellerine ilişkin çalışmaların yoğunlaştığı bir başka grup da dezavantajlı olarak görülen suçlu bireylerdir. Özellikle bu gruba yönelik çalışmalara karşı ilginin arttığı da söylenebilir (Köse, 2018; Köse ve Yerlisu Lapa, 2018). Engeller ile baş etme stratejilerine ilişkin alanyazın tarandığında ise çalışmaların çok sınırlılığı olduğu, olan çalışmaların ise üniversite öğrencileri ve cinsiyete odaklandığı görülmektedir (Karaca ve Yerlisu Lapa, 2016; Yerlisu Lapa ve Haşıl Korkmaz, 2017).

Serbest zaman engelleri ve baş etme stratejileri serbest zamana katılım açısından oldukça önemli iki unsur olarak bilinmektedir. Birbirleriyle yakından ilişkili olan bu iki kavrama ilişkin; serbest zaman engellerinin artması ile katılımın azaldığı ancak bireylerin katılım sağlamaya yönelik baş etme stratejilerini arttırdığını ortaya koymaktadır (Hubbard ve Mannell, 2001). Ulusal ve uluslararası çalışmaların bir kısmı farklı değişkenlere göre engeller ve baş etme stratejileri arasında fark olup olmadığını saptamaya çalışırken, diğer kısmı ise özellikle dezavantajlı olarak bilinen (kadınlar, engelli bireylerin vb.) bireylerin karşılaştığı engeller ve bu engeller ile nasıl

mücadele ettiklerine yönelik uygulamaları nitel araştırma yöntemleri ile ele almıştır (Henderson ve ark., 1995; Little, 2002; Livengood ve Stodolska, 2004).

Kanonik Korelasyon Analizi

Alanyazın bölümünde bahsedilen çalışmalara karşın keşfedici bir çalışma olan ve rastgele seçilmiş bir hipotez testinden daha fazla fayda elde edebilen Kanonik Korelasyon Analizi (KKA) ile ilgili bir çalışma neredeyse bulunmamaktadır. Bu çalışmada KKA' nin tercih edilmesinin sebebi ise serbest zaman engelleri ve baş etme stratejileri arasındaki ilişki ve başat değişkenlerin tespitine yönelik bir analizin bu iki kavram arasındaki ilişkiyi daha anlaşılır bir şekilde ortaya koyacak olmasıdır. Bununla birlikte keşfedici olarak anılan bu çalışma, yalnızca bağımsız değişkenin bağımlı değişkeni ne kadar açıkladığı değil, aynı zamanda bağımlı değişkenin bağımsız değişkeni de ne kadar açıkladığını ortaya koyması nedeniyle (Temurtaş, 2016) önemlidir. KKA her biri orijinal değişkenlerin ağırlıklı kombinasyonunu temsil eden iki değişken arasındaki korelasyonu maksimize eder (Kachigan, 1991). KKA'da öncelikli amaç birim varyanslı olup birbirinden bağımsız kanonik değişkenler arasında kanonik fonksiyonlar elde etmektedir. Doğrusal bileşenler arasında maksimize edilen korelasyonlar aracılığıyla oluşturulan her bir fonksiyon bir değişken çiftine sahiptir (Hair, Black, Babin ve Anderson, 1998). Bununla birlikte KKA'nın tercih edilmesinde; ölçme işlemine karşıabilecek I. Tip hatayı kontrol altına almaya olanak tanınmasıyla ve bu nedenle gerçekte anlamlı olmayan ilişkilerin anlamlı kabul edilmesi olasılığını azaltması önemli bir rol oynamaktadır.



Şekil 1. Kanonik korelasyona ait analitik yaklaşım

$ax_1, ax_2 \dots = X$ değişkeni için kanonik yükler

$ay_1, ay_2 \dots = Y$ değişkeni için kanonik yükler

$rc_1 =$ Birinci kanonik değişkenler arasındaki korelasyon

Kanonik fonksiyonu oluşturan değişkenlerden ilki birinci değişken kümesine aitken diğeri ikinci değişken kümesine aittir. KKA'da kurulan kanonik fonksiyon sayısı, az sayıdaki değişken kümesinin sayısına eşittir. Bu çalışmada değişkenlerin sayısı eşittir ve kurulan kanonik fonksiyon sayısı altıdır.

GEREÇ VE YÖNTEMLER

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma nicel araştırma yöntemine dayalı olarak ilişkisel model bağlamında yapılmıştır. İlişkisel araştırmalarda iki veya ikiden daha fazla değişken arasındaki ilişki incelenir (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2014).

Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini Akdeniz üniversitesinde okuyan öğrenciler oluşturmaktayken araştırmanın örnekleme ise 190 ($Ort_{yaş}=20.83\pm 1.85$) kadın ve 196 ($Ort_{yaş}=21.23\pm 1.89$) erkek toplam 386 ($Ort_{yaş}=21.02\pm 1.88$) üniversite öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın örnekleme seçiminde tesadüfi olmayan örnekleme yöntemleri içinden kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak boş zaman engelleri ölçeği ve serbest zaman kolaylaştırıcıları ölçeği kullanılmıştır.

Boş Zaman Engelleri Ölçeği

Bu çalışmada 1997 yılında Alexandris ve Carroll tarafından geliştirilen, Karaküçük ve Gürbüz (2007) tarafından Türkçeye uyarlanan ve (2012)'de Gürbüz Öncü ve Emir tarafından Türkçe'ye kısa formu adapte edilen "Boş Zaman Engelleri Ölçeği-18" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Rekreatif faaliyetlere katılımı engelleyen faktörleri değerlendiren özgün ölçek 27 madde ve 6 alt boyuttan oluşan 4'lü Likert tipi dereceleme ölçeğidir. Bu çalışmada ise 18 madde 6 alt boyuttan oluşan boş zaman engelleri ölçeğinin kısa formu kullanılmıştır. Her bir soru için 1: "Kesinlikle Önemsiz", 2: "Önemsiz", 3: "Önemli", 4: "Çok Önemli", seçenekleri sunulmuş ve araştırma grubundan görüşlerine en uygun seçeneği işaretlemeleri istenmiştir. Boş Zaman

Engelleri Ölçeği-18'in alt boyutları ise; (a) Birey Psikolojisi (3 madde), (b) Bilgi eksikliği (3 madde), (c) Tesis (3 madde), (d) Arkadaş eksikliği (3 madde), (e) Zaman (3madde) ve (f) ilgi eksikliği (3 madde) oluşturmaktadır. Ölçek alt faktörleri için Cronbach Alfa güvenirlik katsayıları .65 ile .86 arasında değişirken ölçeğin tümü için .85 olarak hesaplanmıştır (Gürbüz ve ark., 2012). Bu çalışma için ölçeğin genelinde ilişkin iç tutarlılık katsayısı .76 iken, ölçeğin alt faktörlerine ilişkin iç tutarlılık katsayıları sırası ile .60, .82, .74, .80, .60 ve .70 olarak saptanmıştır.

Serbest Zaman Engelleri ile Baş etme Stratejileri Ölçeği

Hubbard ve Mannell tarafından (2001) yılında geliştirilen daha sonra Elkins ve Powers (2004) tarafından rekreasyonel amaçlı kampüs sporlarına uyarlanan ve 2005'te yine Beggs, Elkins ve Powers tarafından geçerliği yapılan bu ölçek Türkiye'deki üniversite öğrencilerine yönelik olarak Yerlisu Lapa (2014) tarafından "Serbest Zaman Engelleri ile Baş Etme Stratejileri Ölçeği" olarak adapte edilmiştir. Ölçeğin orijinali 31 maddeden altı alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlar zaman yönetimi stratejileri, beceri kazanma stratejileri, kişilerarası ilişkiler, içsel onaylama stratejileri, fiziksel uygunluk stratejileri ve finansal yönetimden oluşmaktadır. Türkçe geçerlik ve güvenirliği yapılmış olan ölçek ise 27 madde altı alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek 1 ile 5 puan arasında değerlendirilmekte 1 "Asla", 5 ise "Çok sık" olarak ifade edilmektedir. Cronbach Alfa güvenirlik katsayısı 6 alt boyut için .70 ile .77 arasında değişirken, ölçeğin geneline ilişkin ise .81 olarak bulunmuştur (Yerlisu Lapa, 2014). Bu çalışma için ise alt boyutlara ilişkin iç tutarlılık katsayıları .60 ile .77 arasında değişirken, ölçeğin geneline ilişkin .73 olarak saptanmıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırmaya ilişkin veriler geçerlik ve güvenirliği kanıtlanmış ölçme araçları ile toplanmış olup 2018 yılının ilk çeyreğinde, Antalya Akdeniz Üniversite'sinde okuyan öğrencilere uygulanmıştır. Ölçeğin doldurulması için öğrencilere 15 dakikalık süre tanınmış, ölçekler tamamlandıktan sonra veriler araştırmacı tarafından paket programı ile değerlendirilmiştir. Araştırmacı üniversite kampüsündeki belli noktalara ölçekleri koymuş (kantinler, yüzme havuzu, tenis kortları vs.) ve yetkililere araştırmaya ilişkin bilgi vererek öğrencilerin gönüllülük esası dahilinde katılımlarını teşvik etmeleri istenmiştir

Verilerin Analizi

Araştırma bulguları dahilinde elde edilen verilere ilişkin betimsel istatistikler paket programında değerlendirilmiştir. Yapılan analizde öğrencilerin demografik bilgileri, aritmetik ortalama (*Ort*), yüzde (%) ve standart sapma (*Ss*) olarak verilmiştir. Bununla birlikte her biri iki veya daha fazla değişkenden oluşan iki değişken arasındaki ilişkiyi değerlendiren kanonik korelasyon analizi (KKA) yapmak için temel varsayımlar değerlendirilmiştir. Buna göre KKA'ya ilişkin istatistiksel ve pratik sonuçlar oluşabilmesi içinde bu temel varsayımlar değerlendirilmelidir. KKA'nın temel varsayımları; normallik, doğrusallık, eş varyanslılık ve çoklu bağlantı problemlerinin olup olmadığı test edilmiştir (Temurtaş, 2016). Bu varsayımlardan normallik dağılımını test etmek için veriler çoklu bakış açısı dahilinde değerlendirilmiş; mod, medyan ve aritmetik ortalama değerlerine bakılmış, histogram grafiği incelenmiş, Kolmogorov-Smirnov testi yapılmış ve çarpıklık ile basıklık değerleri incelenmiştir. Buna göre mod, medyan, aritmetik ortalama değerleri birbirine yakın olup, histogram grafikleri normal dağılım özellikleri göstermekte, bununla birlikte çarpıklık ve basıklık değerleri -1 ile +1 arasında yer almaktadır. Kolmogorov-Smirnov testi hariç diğer tüm testler, verilerin normal dağıldığına ilişkin ipuçları vermektedir. Ancak Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları anlamlı görünmektedir ($p = .000$). Bu durum ise Kolmogorov-Smirnov testinin örneklem büyüklüğünün artması ile beklenen ve gözlenen dağılımlardaki küçük farkların anlamlı çıkma eğiliminin artması ile sonuçlanabileceği şeklinde açıklanabilir (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2010).

BULGULAR

Çalışmanın kanonik korelasyon sonuçları değerlendirildiğinde öncelikli olarak kanonik fonksiyonların anlamlılığı değerlendirilmiştir. Bu amaçla sonuçların anlamlı olup olmadığını saptamak amacıyla çok değişkenli anlamlılık testi sonuçlarına bakılmıştır. Pillais, Hotellings, Wilks ve Roys testlerinin F değerleri kanonik fonksiyonların anlamlılığı hakkında bilgi vermekle birlikte araştırmalarda en fazla kullanılan ve uygulanabilirliği daha fazla olan Wilks'in λ sonuçları ele alınmıştır. Sonuçlar Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1. Modele ilişkin anlamlılık testi ve özet bilgiler

Kanonik R		.433
Serbestlik derecesi		36
Ki-kare değeri		193.26
p değeri		.000
Değişken Seti	Serbest Zaman Engelleri	Engelleri ile Baş etme
Elde edilen varyans	100.00	100.00
Açıklanan varyans (<i>Redundancy</i>)	9.70	10.41
Değişken sayısı	6	6
Değişkenler	X ₁ , X ₂ , X ₃ , X ₄ , X ₅ , X ₆	Y ₁ , Y ₂ , Y ₃ , Y ₄ , Y ₅ , Y ₆

Tablo 1 incelendiğinde bağımlı ve bağımsız değişkene ilişkin sayılar ve bu değişkenler ile kurulan modele ilişkin istatistik değerler görülmektedir. Buna göre 6 bağımsız 6 bağımlı değişken ile kurulan kanonik fonksiyon anlamlıdır. Redundancy değeri incelendiğinde serbest zaman engelleri kümesinin varyansının %9.70'i serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri tarafından açıklanırken, serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri kümesinin %10.41'inin serbest zaman engelleri kanonik değişkeni tarafından açıklandığı görülmektedir.

Tablo 2. Modele ilişkin öz değerler ve kanonik korelasyon değerleri

Kök No.	Kanonik korelasyon	Kanonik R2	Ki-kare	df	p	λ
1	.433	.188	193.25	36	.000	.600
2	.391	.153	114.33	25	.000	.739
3	.311	.097	51.19	16	.000	.873
4	.146	.021	12.46	9	.188	.967
5	.105	.011	4.26	4	.371	.988
6	.009	.000	.03	1	.848	.999

Tablo 2'de ise oluşturulan kanonik fonksiyonlara (Root1, Root2, Root3, Root4, Root5 ve Root6) ilişkin bilgiler yer almaktadır. Sonuçlar değerlendirildiğinde ilk üç kanonik fonksiyonun anlamlı olduğu görülmektedir. İlk kanonik fonksiyon değerlendirildiğinde; serbest zaman engelleri ile serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin %18.82'lik ortak bir varyansa sahip olduğu saptanmıştır. anlamlı olduğu saptanan ikinci kanonik fonksiyona ilişkin ortak varyans %15.36 iken, üçüncü kanonik fonksiyona ilişkin ortak varyansın %9.72 olduğu görülmektedir. Ayrıca çalışmada altı kanonik değişken çifti olması nedeniyle altı kanonik fonksiyon elde edilmiş, bu altı kanonik fonksiyonun toplam varyansa olan katkısı ve açıkladığı varyansı ise Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Bağımsız değişken setindeki ilişkiler

	X ₁	X ₂	X ₃	X ₄	X ₅	X ₆
X ₁	1.00					
X ₂	.07	1.00				
X ₃	.04	.33	1.00			
X ₄	-.03	.07	.03	1.00		
X ₅	.13	.31	.26	.07	1.00	
X ₆	.12	.16	-.03	.00	.17	1.00

Tablo 3'te bağımsız (X) değişkenin doğrusal ilişkileri görülmekte ve bu doğrusal ilişkiye ait korelasyon katsayılarının -.03 ile .33 arasında değiştiği belirlenmiştir. Serbest zaman engelleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde değişken seti arasındaki en yüksek ilişkinin X₂ ile X₃ arasında yani tesis/hizmet ve ulaşım ile sosyal ortam ve bilgi eksikliği arasında olduğu görülmektedir ($r = .33$). En düşük ilişki ise X₄ ve X₆ arasındadır ($r = .00$). Buna göre X₄ ve X₆ arasında yani arkadaş eksikliği ve ilgi eksikliği arasında bir ilişki bulunmamaktadır. Diğer değişken setleri arasındaki ilişkilere bakıldığında da düşük düzeyde ilişkiler olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Bağımlı değişken setindeki ilişkiler

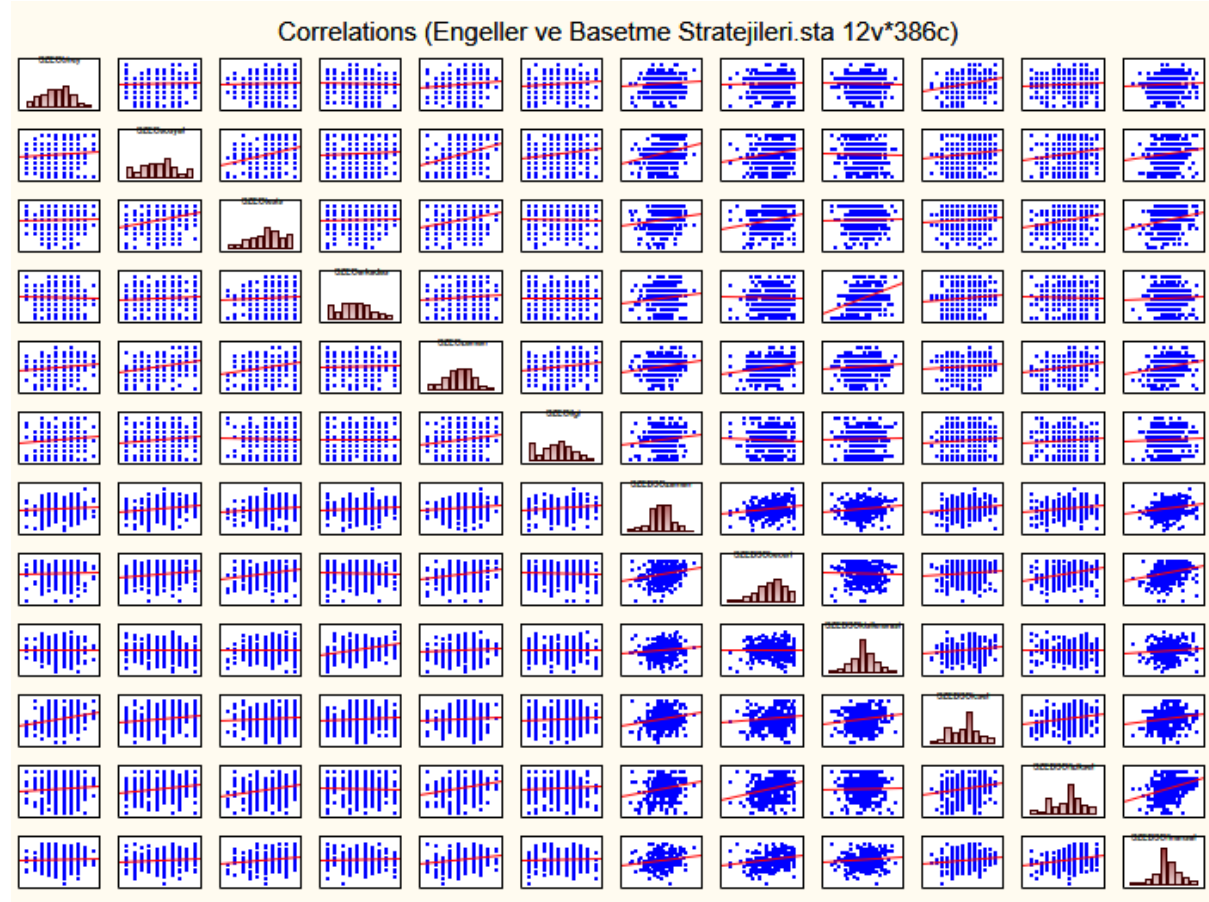
	Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6
Y1	1.00					
Y2	.22	1.00				
Y3	.14	-.00	1.00			
Y4	.20	.11	.17	1.00		
Y5	.18	.31	.02	.22	1.00	
Y6	.19	.24	.09	.16	.30	1.00

Tablo 4 incelendiğinde bağımlı (Y) değişkene ilişkin veri setindeki doğrusal ilişkiler görünmektedir. Buna göre bağımlı değişkene ilişkin korelasyon katsayılarının .00 ile .31 arasında değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Buna göre bağımlı değişken veri setindeki en yüksek ilişki Y₅ ile Y₂ arasındadır ($r = .31$). Bu durum fiziksel uygunluk ve beceri kazanma stratejileri arasında orta şiddette doğrusal bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır. Y₂ ile Y₃ arasında yani kişilerarası ilişkiler ile beceri kazanma stratejileri arasında herhangi bir ilişki yoktur ($r = .00$). Genel anlamda bağımlı değişkene ilişkin veri seti değerlendirildiğinde genellikle düşük düzeyde ilişkiler olduğu görülmektedir.

Tablo 5. X ve y değişken setleri arasındaki ilişkiler

	Y1:Zaman yönetimi stratejileri	Y2:Beceri kazanma stratejileri	Y3:Kişilerarası ilişkiler	Y4:İçsel doğrulama stratejileri	Y5:Fiziksel uygunluk stratejileri	Y6:Finans yönetim
X1: Birey psikolojisi	.089833	.006794	-.027566	.258731	.081621	.046652
X2: Sosyal ortam	.228956	.199982	-.025063	.142474	.207139	.125118
X3: Tesis/ Hizmet	.162462	.232964	.030210	.065938	.248425	.226319
X4: Arkadaş eksikliği	.111728	-.029644	.370467	.105699	-.032376	.037103
X5: Zaman eksikliği	.153941	.230331	.098697	.076433	.232025	.221369
X6: İlgi eksikliği	.133217	-.054350	.023158	.081542	.095860	.033649

Tablo 5 incelendiğinde ise bağımsız (x) ve bağımlı (y) setleri arasındaki ilişkiler görülmektedir. Buna göre X ve Y değişken setleri arasındaki ilişkilerin .00 ile .37 arasında değiştiği, en yüksek ilişkinin ise X₄: arkadaş eksikliği ile Y₃: kişilerarası ilişkiler arasında olduğu saptanmıştır ($r = .37$; $p = .000$). Bununla birlikte en yüksek ikinci ilişki X₁: birey psikolojisi ile Y₄: içsel doğrulama stratejileri ($r = .25$; $p = .000$) ve X₃: tesis/hizmet ile Y₅:Fiziksel uygunluk stratejileri arasındadır ($r = .24$; $p = .000$). Ancak tablo 5 bütüncül bir şekilde değerlendirildiğinde X₄: arkadaş eksikliği ile Y₃: kişilerarası ilişkiler dışında diğer tüm değişkenler arasındaki ilişkilerin düşük düzeyde olduğu söylenebilir. X ve Y değişkenine ilişkin daha detaylı ilişki saçılım grafiğinde verilmiştir (Şekil 2).



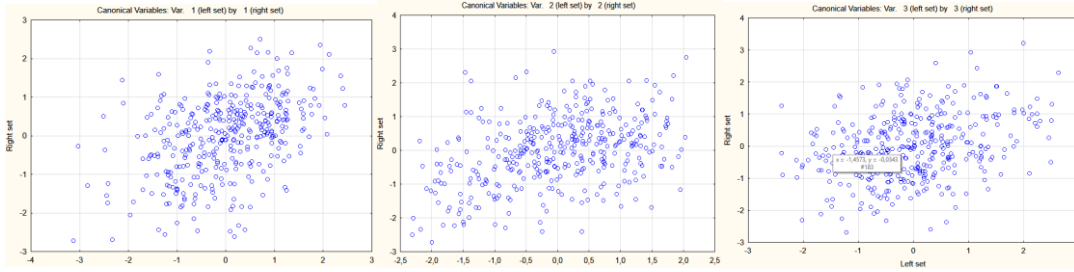
Şekil 2. x ve y değişken setleri için değişkenlere ait saçılım grafiği

Tablo 6. Orijinal değişkenler ile kanonik değişkenler arasındaki ilişkiler

	U₁	U₂	U₃	U₄	U₅	U₆
X ₁ : Birey psikolojisi	.2449	-.0524	-.7821	-.4124	.3887	-.0651
X ₂ : Sosyal ortam	.6717	-.1649	-.2647	.1325	-.6579	-.0329
X ₃ : Tesis/hizmet ulaşım	.7517	-.0824	.2044	.0242	.1775	.5950
X ₄ : Arkadaş eksikliği	.1330	.9607	-.0693	-.0360	-.2008	.1132
X ₅ : Zaman eksikliği	.7351	.0910	.2404	-.1168	.1578	-.5957
X ₆ : İlgı eksikliği	.1999	.0727	-.3787	.8127	.2645	-.2842
	V₁	V₂	V₃	V₄	V₅	V₆
Y ₁ : Zaman yönetimi st.	.5925	.1669	-.3152	.4515	-.4671	.3154
Y ₂ :Beceri stratejileri	.6635	-.1925	.3225	-.4747	-.4323	-.0791
Y ₃ : Kişilerarası ilişkiler	.1676	.9653	.1187	-.0473	.0117	-.1534
Y ₄ : İçsel doğrulama st.	.3707	.1810	-.7814	-.4393	.1427	-.0750
Y ₅ : Fiziksel uygunluk st.	.7329	-.1754	-.0006	.2248	.3224	-.5267
Y ₆ : Finansal yönetim	.6222	.0400	.1880	-.1031	.5197	.5426

A ve B vektörlere ait ağırlık değerleri olmak üzere U ve V doğrusal bileşenleri için elde edilen kanonik katsayılar Tablo 6’da gösterilmiştir. Tablo 6 incelendiğinde istatistiksel olarak

anlamli bulunan $U_1 - V_1, U_2 - V_2, U_3 - V_3$ kanonik değişken çiftleri arasındaki saçılım diyagramı ise Şekil 3’de verilmiştir.



Şekil 3. $U_1 - V_1, U_2 - V_2, U_3 - V_3$ kanonik değişken çifti için saçılım grafiği

Şekilde görüldüğü üzere aralarında anlamlı bir ilişki bulunan $U_1 - V_1, U_2 - V_2, U_3 - V_3$ kanonik değişken çifti arasında doğrusal bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Buna göre elde edilen sonuçlar matematiksel olarak modellendiğinde Tablo 7’nin birinci sütunundaki kanonik katsayılara göre elde edilen eşitlik aşağıda gösterilmiştir;

$$U_1 = .24 \text{ birey psikolojisi} + .67 \text{ sosyal ortam} + .75 \text{ tesis/hizmet/ulaşım} + .13 \text{ arkadaş eksikliği} + .73 \text{ zaman eksikliği} + .19 \text{ ilgi eksikliği}$$

$$V_1 = .59 \text{ zaman yönetimi stratejisi} + .66 \text{ beceri stratejileri} + .16 \text{ kişilerarası ilişkiler} + .37 \text{ içsel doğrulama stratejileri} + .73 \text{ fiziksel uygunluk stratejileri} + .62 \text{ finansal yönetim}$$

Serbest zaman engelleri olarak tanımlanan U_1 kanonik değişkenine en önemli katkıların .75 tesis/hizmet/ulaşım, .73 zaman eksikliği ve .67 sosyal ortamın sağladığı görülürken diğer değişkenlerin sıra ise katkıları .24 ile birey psikolojisi, .19 ile ilgi eksikliği ve .13 ile arkadaş eksikliğidir.

Serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri olarak tanımlanan V_1 kanonik değişkenine en önemli katkının ise .73 ile fiziksel uygunluk stratejilerinin olduğu görülmektedir. V_1 kanonik değişkenine katkı sağlayan diğer değişkenler ise sırası ile .66 beceri stratejileri, .62 finansal yönetim, .59 zaman yönetimi stratejileri, .37 içsel doğrulama stratejileri ve .16 ile kişilerarası ilişkilerdir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Serbest zaman engelleri ve baş etme stratejileri arasındaki ilişki anlamlı üç kanonik fonksiyon ile açıklanmaktadır. Oluşturulan bazı kanonik değişkenler arasındaki ilişkiler çok düşük olabildiği gibi istatistiksel olarak da anlamlı olmayabilir. Bu nedenle her bir kanonik fonksiyonun kanonik model ile anlamlılığının da değerlendirilmesi önemlidir. Bu durumda kanonik fonksiyonların hangilerinin anlamlı olduğuna ilişkin karar verebilmek için; öz değerler ve bunlara ilişkin yüzdelik değerlerin hesaplanması gerekir. Bu bilgi dahilinde ilk üç kanonik fonksiyonun anlamlı olduğu görülmektedir. İki değişken kümesine ilişkin ortak varyansın ilk kanonik fonksiyon için %18.8, ikinci kanonik fonksiyon için %15.3 ve üçüncü kanonik fonksiyon için %1 oranında açıklandığı görülmektedir. Bununla birlikte serbest zaman engelleri, baş etme stratejilerini %10.41 oranında açıklarken serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri serbest zaman engellerinin %9.7'sini açıklamaktadır. Bir başka deyişle serbest zaman engelleri ve bu engeller ile baş etme stratejileri birbiri ile pozitif ilişkilidir. Uluslararası alanyazın incelendiğinde serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin teorik alt yapısını ortaya koyan Hubbard ve Mannell (2001); serbest zaman engelleriyle baş etme stratejilerini dört teorik temel ile açıklamaya çalışmışlardır. Bunlardan ilki engellerin etkisini hafifletme modelidir. Bu modele göre Hubbard ve Mannell (2001) herhangi bir aktiviteye katılım sağlamada engel oluşturan unsurları sınırlayan en önemli etkinin engellerle baş etme stratejileri olduğunu ortaya koymaktadır. Jackson (2005)'in engeller teorisi de Hubbard ve Mannell'in yaptığı çalışmayı destekler nitelikte bulgular ortaya koymuştur. Jackson (2005)'in çalışmasına göre; serbest zaman engelleri ile baş etme stratejileri arasında pozitif ilişki bulunmaktadır. Bu durum şu şekilde açıklanabilir; bir bireyin herhangi bir serbest zaman aktivitesine katılım sağlamasında karşılaştığı engeller varsa, kişi bu engelleri aşmaya yönelik baş etme stratejileri geliştirmektedir. Başka bir deyişle, engel varsa baş etme stratejisi vardır (Chen, Lou ve Ma, 2018; Hubbard ve Mannell 2001; Loucks-Atkinson ve Mannell, 2007; White, 2008). Bu bağlamda alanyazında yapılan çalışmaların sonuçları ile bu araştırma sonuçları paralellik göstermekte, serbest zaman engelleri arttıkça bu engeller ile baş etme stratejileri artmaktadır.

Yapılan çalışmada tartışılması gereken bir diğer husu, iki değişken seti arasındaki ilişkilerdir. Bireyler, serbest zamana katılımlarına ilişkin hangi engellerle karşılaşmakta ve bu engelleri aşmaya yönelik ne tür baş etme stratejileri geliştirmektedir? Çalışma sonuçları dahilinde, arkadaş eksikliği nedeniyle herhangi bir serbest zaman aktivitesine katılmayan bireylerin bu

sorunu aşmak için kişilerarası ilişkileri güçlendirmeye çalıştıkları yorumu yapılabilir. Serbest zaman engelleri ve bu engeller ile baş etme stratejileri üzerinde çalışan araştırmacılar, yaptıkları çalışmalarda bu ilişkileri ortaya koyan bulgular elde etmişlerdir. Örneğin, Jackson ve Rucks (1995) yapmış oldukları çalışmada herhangi bir etkinliğe katılmak için arkadaş eksikliği yaşayan ve çekingen olan bireylerin kendisi ile birlikte etkinliğe katılacak kişileri davet ettikleri, böylelikle serbest zaman aktivitelerinin sıkıcı yanlarından da kurtulduklarını ifade ederek kişilerarası engelleri aşmaya çalıştıklarını ifade etmektedir. Yine engeller ve engellerle baş etme stratejileri üzerinde çalışan bir başka araştırmacı ikilisi de Hubbard ve Mannell'dir. Hubbard ve Mannell (2001) yapmış oldukları çalışmada da, arkadaş eksikliği yaşayan kişiler bu durumu serbest zaman aktivitelerine katılmak için bir engel olarak görmekte, herhangi bir etkinliğe katılmak için arkadaş bulamamakta ya da mevcut arkadaşlarının etkinliklere katılmak için benzer ilgi alanlarına sahip olmadığını dile getirmektedirler. Arkadaş eksikliği engeli ile karşılaşan bu bireylerin, çözüm yolu olarak kendi ilgi alanlarına sahip olan bireyler ile bir araya gelmeye çalıştıkları, onlarla aktiviteye katılacak bireyler aramaları ve aynı cinsiyetten olan kişileri tercih ettikleri ve böylelikle bu engelleri aşmaya çalıştıkları ifade edilmiştir. Uluslararası alanyazında yapılan nitel çalışmaların bulguları da oldukça önemli olup, bireylerin karşılaştıkları engellere karşı nasıl baş etme stratejileri geliştirdikleri nedensel bir şekilde ele alınmıştır. Yapılan çalışmaların çoğunlukla dezavantajlı olarak kabul edilen, engelli bireyler ve kadınlar üzerine yoğunlaştığı göze çarpmaktadır. Bu çalışmalardan biri Koca ve ark. (2009) ait olup, Türk toplumundaki kadınları sosyal sınıf bağlamında ele alarak engelleri ve bu engellerle baş etme stratejilerini incelemiştir. Çalışma sonuçları, kişilerarası engellerden biri olan aileye ilişkin sorumluluklar, kadınların serbest zaman katılımını etkilemektedir. Bu engele karşı kadınların geliştirdiği baş etme stratejileri ise; aile bireyleri ve sosyal çevrelerinden aldıkları onaydır. Bir başka deyişle kişilerarası engellerle karşılaşan kadınlar yine kişilerarası ilişkileri geliştirerek bu engeller ile baş edebilmektedir. Bu sonuçlar yine araştırmamızın sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Serbest zaman engelleri ve bireylerin bu engeller ile nasıl baş ettiklerini araştıran bir başka çalışmanın sonuçları da dikkate değerdir. Elkins (2004) kampüs rekreasyonuna ilişkin serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerine yönelik kuramsal bir çalışma yapmıştır. Elkins (2004)'in yapmış olduğu çalışmanın sonuçları kişilerarası engellerin büyük ölçüde finansal yönetim stratejisi ve serbest zaman tercihlerini değiştirme stratejisi ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Daha detaylı bir şekilde ifade edilecek olunursa, kişilerarası engellerle karşılaşan bireyler ya aktiviteye

katılmak için uygun bir arkadaş bulamadığı için serbest zaman niyetini değiştirmekte ya da bu etkinliğe katılmak için aynı finansal düzeye sahip arkadaşlar edinmeyi uygun görmektedir. Elkins (2004)'e göre kişiler arası engeller ve finansal destek arasındaki ilişki belirsizdir. Bu nedenle bireyler, finansal destek aracılığı ile başka arkadaş grupları bulmayı hedeflenmiş olabilir. Elkins (2004)'in yorumundan yola çıkarak; kişilerarası engellere sahip olan bireylerin yine kişiler arası ilişkileri geliştirmek için stratejiler aradığı veya diğer stratejileri kişilerarası ilişkileri geliştirmek için bir araç olarak kullandığı yorumunu yapabiliriz.

Araştırmada önemli bulgulardan bir diğeri ise; bireylerin psikolojik engeller ile karşılaştıkları zaman bu engelleri aşmaya yönelik içsel doğrulama stratejileri geliştirmeleridir. Araştırmanın bulgusu yine kuramsal çalışmalar ile birebir paralellik göstermekte; herhangi bir serbest zaman aktivitesine katılmak için motivasyon bulamayan ya da o etkinliğe karşı ilgi duymayan bireylerin bu engelleri aşmak için kendine uygun aktiviteler belirlediği, rekabet etmekten kaçınabileceği aktiviteleri tercih ettiği ya da kendini iyi olarak gördüğü aktivitelere katılmayı tercih ettiği görülmektedir (Elkins, 2004; Beggs ve ark., 2005).

Alanyazın incelendiğinde; bireylerin psikolojik engelleri ve bu engeller ile nasıl baş ettiklerine ilişkin çalışmalar sınırlı olmasına karşın, psikolojik engelleri kapsayan motivasyon ve motivasyonun baş etme stratejileri üzerindeki etkilerini ele alan çalışmalar azımsanmayacak kadar fazladır. Bu çalışmalar incelendiğinde; serbest zaman katılımında motivasyonun, baş etme stratejilerini arttırdığı diğer bir deyişle motivasyon ve baş etme stratejilerinin pozitif ilişkili olduğu görülmektedir. Hubbard ve Mannell (2001)'in serbest zaman katılımı etkileyen faktörler üzerine yapmış olduğu bir çalışmada; serbest zaman katılımında aracı değişken görevini baş etme stratejilerinin üstlendiği, baş etme stratejilerini ise serbest zaman motivasyonunun etkilediği ortaya konulmuştur. Bu sonuçlar ile benzerlik gösteren başka çalışmalarda bulunmakta ve bu çalışmalar, serbest zaman engelleri, baş etme stratejileri ve motivasyonun serbest zaman katılımı üzerindeki etkilerini incelemektedir. Yapılan çalışmalarda motivasyonun, baş etme stratejileri üzerinde pozitif etkisi olduğu ortaya konulmuştur (White, 2008; Son, Mowen ve Kerstetter, 2008b).

Yapılan çalışmada iki değişken seti arasındaki ilişkilerle birlikte tartışılması gereken bir diğer bulgu ise kanonik fonksiyonlara en fazla katkı yapan değişkenler arasındaki ilişkilere. Serbest zaman engelleri değişken kümesinin (U1) kanonik değişkene yaptığı en önemli katkı .75 tesis/hizmet/ulaşım iken, serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin (V1) kanonik

değişkenine yaptığı katkı ise .73 ile fiziksel uygunluk stratejileridir. Bu sonuçlar dahilinde serbest zaman engellerine ilişkin tesis/hizmet/ulaşım gibi engeller artarken buna paralel olarak fiziksel uygunluk stratejilerinin de arttığını söylemek mümkündür. Daha genel bir yorum yapılacak olunursa serbest zaman engelleri artarsa, bireylerin bu engeller ile baş etme stratejilerinin arttıracağı ifade edilebilir. Araştırmaya ilişkin bu bilgi değerlendirildiğinde yapısal bir engel olan ve yaşanan çevre içerisinde yer alan ve fiziksel aktivite yapmaya yönelik alan, saha ve olanakları ifade eden tesis/hizmet/ulaşım alt boyutu ve kişilerin mevcut sorumluluklar nedeniyle bir etkinliğe katılması önünde engel oluşturan unsurlar arttıkça; bu engelleri aşmaya yönelik olarak bireylerin fiziksel uygunluk ve beceri kazanım stratejilerini arttırmaları anlaşılır görülmektedir. Özellikle beceri kazanım stratejileri; bir etkinliğe katılmak için kampüs kaynaklarından yararlanma, hangi etkinliğe katılacağını öğrenebilme ve böylelikle planlama yapma becerilerini geliştirmeyi amaç edinen bir kavramdır. Bunun yanı sıra bireylerin, zaman yönetimlerini en doğru şekilde yapmaları ve böylelikle bir serbest zaman etkinliğine katılım sağlamaları da beceri edinimi gerektiren önemli hususlardan biridir. Bu durum ikinci kanonik değişkene en fazla katkı sunan zaman engeli ve bu engel ile baş edebilme stratejisi olarak beceri edinimi arasındaki ilişkiyi de açıklamaktadır.

Bununla birlikte üçüncü kanonik fonksiyona katkı sağlayan değişken çifti sosyal ortam ve finansal yönetim arasındaki ilişki de tartışmaya açıktır. Bireyin sosyal çevresinin sebep olduğu ve kişiler arası bir engel olan sosyal ortam alt boyutu puanları arttıkça bununla baş edebilmek için finansal yönetim becerilerinin artması şu şekilde açıklanabilir: White'ın 2008'de yaptığı bir çalışma da engeller, baş etme stratejileri, öz yeterlilik arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir. Araştırma önerilerinde içsel, dışsal ve yapısal engellerin birbiri ile ilişkili olabileceğine ilişkin öneriler bulunmaktadır. White'a (2008) göre örneğin, utangaçlık (içsel engel) veya maddi yetersizlik (yapısal engel) maliyeti paylaşmak ve duygusal destek sağlamak için katılıma bir arkadaş (kişiler arası engel) gerekliliği getirebilir. Bu noktada sosyal ortamın sebep olduğu engelleri, finansal yönetim becerileri ile çözebilmek derinlemesine bir araştırmayı gerektirmektedir.

Sınırlılıklar

Yapılan çalışma alanyazında sık kullanılmayan KKA ile yapılmıştır. KKA anlaşılması ve yorumlanması zor olan bir analiz olduğu için araştırmacılar tarafından görece daha az tercih edilen bir analiz türüdür. Bu durum KKA ile yapılan çalışmaların ve bulguların sınırlı olmasına sebebiyet

vermekte ve araştırmacıların KKA sonuçlarını tartışmak ve yorumlamak için ampirik kanıtlara ulaşmakta zorluk çekmesine neden olmaktadır. Bu çalışmada tartışmanın güçlü bir şekilde yapılabilmesi için başka araştırma sonuçlarına ihtiyaç duyulmasının ve benzer sonuçları veren çalışmaların olmamasının, araştırmanın en önemli sınırlılığı olduğu düşünülmektedir.

Serbest zaman alanyazında; serbest zaman katılımı için belirleyici olduğu düşünülen serbest zaman engelleri ve kişilerin bu engeller ile nasıl baş ettiklerini anlamak önemlidir. Özellikle bireylerin hangi engellere ne tür baş etme stratejileri geliştirdiği önemle araştırılması gereken konuların başında gelmektedir. KKA'nın bu anlamda keşifsel bir çalışma olması ve alanyazında kurulan hipotezleri test etmekten çok, fark edilmemiş daha güçlü ilişkilere odaklanması araştırmacılar için önemli bir boşluğu doldurmaktadır. Ancak bununla birlikte yeni tartışmalara ve bu tartışma sonuçlarının olası sebeplerini açıklamaya olan ihtiyaç da artmaktadır. Bu ihtiyacı karşılamak için hem KKA ile yapılan çalışmalar artırılmalı hem de bir olguyu açıklarken neden ve nasıl sorularının yanıtlarına ulaşmayı hedefleyen nitel araştırmaların gerekliliği de vurgulanmalıdır. Dolayısı ile araştırmacıların daha sonraki aşamalarda KKA sonucunda çıkan bulgulardaki derinliği keşfedebilmek için nitel çalışmalar veya ilişkisel karma yöntem araştırmaları yapması, tartışmada yaşanan olası sıkıntıların giderilmesinde belirleyici olacaktır.

Sonuç olarak; alanyazında serbest zaman katılımı için belirleyici olduğu düşünülen serbest zaman engelleri ve bu engeller ile bireylerin nasıl baş ettiğine yönelik ilişkiyi inceleyen nicel araştırmaların artması ve bu ilişkinin olası sebeplerini derinlemesine bir şekilde incelenmesi için nitel çalışmaların da yapılması gerekmektedir.

KAYNAKLAR

- Alexandris, K., & Carroll, B. (1997). An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: Results from a study in Greece. *Leisure Sciences*, 19, 1-15.
- Alexandris, K., Kouthouris, C., & Girgolas, G. (2007). Investigating the relationships among motivation, negotiation, and alpine skiing participation. *Journal of Leisure Research*, 39(4), 648-667.
- Beggs, B.A., Elkins, D.J., & Powers, S. (2005). Overcoming barriers to participation in campus recreational sports. *Recreational Sports Journal*, 29(2),143-155.
- Bialeschki, M.D., & Pearce, K.D. (1997). "I don't want a lifestyle—I want a life": The effect of role negotiations on the leisure of lesbian mothers. *Journal of Leisure Research*, 29(1), 113-131.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E.K., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Chen, S.F., Lou, S.J., & Ma, S.M. (2018) Role of positive emotions in the constraint process: The case of Taiwanese college students. *Leisure Studies*, 37(5), 574-588.
- Coble, T.G., Selin, S.W., & Erickson, B.B. (2003). Hiking alone: Understanding fear, negotiation strategies and leisure experience. *Journal of Leisure Research*, 35(1), 1-22.
- Crawford, D.W., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127.

- Crawford, D.W., Jackson, E.L., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 309-320.
- Çakır, V.O., Şahin, S., Serdar, E., & Parlakkılıç, Ş. (2016). Kamu çalışanlarının serbest zaman engelleri ile yaşam tatmini düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Tourism Theory and Research*, 2(2), 135-141.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2016). *Sosyal Bilimler için Çok Değişkenli İstatistik Spss ve Lisrel Uygulamaları*. (4.Baskı), Ankara: Pegem Akademi.
- Dishman, R.K., Sallis, J.F., & Orenstein, D.R. (1985). The determinants of physical activity and exercise. *Public Health Reports*, 100(2), 158-171.
- Elkins, D.J. (2004). Levels of perceived constraint: A comparative analysis of negotiation strategies in campus recreational sports. Unpublished Doctoral Thesis. Indiana University, Indiana.
- Elkins, D.J., Beggs, B.A., & Choutka, E. (2007). The contribution of constraint negotiation to the leisure satisfaction of college students in campus recreational sports. *Recreational Sports Journal*, 31(2), 107-118.
- Gümüş, H., Işık, Ö., Karakullukçu, Ö., & Yıldırım, İ. (2014). Ortaöğretim kurumlarında serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcıları. *International Journal of Science Culture and Sport, Special Issue 1*, 814-825.
- Güner, B. (2015). Kadınların spor ve serbest zaman etkinliklerine katılım sorunlarının değerlendirilmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 22-29.
- Gürbüz, B., Öncü, E., & Emir, E. (2012). Boş zaman engelleri ölçeği: Yapı geçerliğinin test edilmesi, *12.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, (s. 339-343), 12-14 Aralık, Denizli, Türkiye.
- Hair, J.F., Black, W.C., Babin, B.J., & Anderson, R.E. (1998). *Multivariate Data Analysis*. New Jersey: Prentice Hall Int. Inc.
- Henderson, K.A. (1991). The contribution of feminism to an understanding of leisure constraints. *Journal of Leisure Research*, 23(4), 363-377.
- Henderson, K.A., & Allen, K.R. (1991). The ethic of care: Leisure possibilities and constraints for women. *Society and Leisure*, 14(1), 97-113.
- Henderson, K.A., & Bialeschki, M.D. (1993). Exploring an expanded model of women's leisure constraints. *Journal of Applied Recreation Research*, 18(4), 229-252.
- Henderson, K.A., & Dialeschki, M.D. (1991). A sense of entitlement to leisure as constraint and empowerment for women. *Leisure Sciences*, 13(1), 51-65.
- Henderson, K.A., Bedini, L.A., Hecht, L., & Schuler, R. (1995). Women with physical disabilities and the negotiation of leisure constraints. *Leisure Studies*, 14(1), 17-31.
- Hubbard, J., & Mannell, R.C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23(3), 145-163.
- Jackson, E. L. (2005). Leisure constraints research: Overview of a developing theme in leisure studies. In E. L. Jackson (Eds.). *Constraints to leisure* (pp. 3-19). State College, PA: Venture Pub., Inc.
- Jackson, E.L. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure Science*, 10(3), 203-215.
- Jackson, E.L. (1993). Recognizing patterns of leisure constraints: Results from alternative analyses. *Journal of Leisure Research*, 25(2), 129-149.
- Jackson, E.L., & Rucks, V.C. (1995). Negotiation of leisure constraints by junior-high and highschool students: An exploratory study. *Journal of Leisure Research*, 27(1), 85-105.
- Jackson, E.L., Crawford, D. W., & Godbey, G. (1993). Negotiation of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 15, 1-11.
- Kachigan, S. K. (1991). *Multivariate Statistical Analysis: A Conceptual Introduction*. New York: Radius Press.
- Karaca, A.A., & Yerlisu Lapa, T. (2016). Serbest zaman katılımı, psikolojik iyi olma ve serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin üniversite öğrencileri üzerinde incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3293- 3304.
- Karaküçük, S., & Gürbüz, B. (2007). Boş zaman engelleri ölçeği-28: Ölçek geliştirme, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1, 3-10.
- Koca, C., Henderson, K.A., Asci, F.H., & Bulgu, N. (2009). Constraints to leisure-time physical activity and negotiation strategies in turkish women. *Journal of Leisure Research*, 41(2), 225-251.
- Köse, E. (2018). Denetimli serbestlik yasasından yararlanan bireylerin serbest zaman fiziksel aktivite katılım engellerine ilişkin bir durum çalışması. *Uluslararası Rekreasyon ve Spor Yönetimi Kongresi*, (s. 269-270), 10-13 Mayıs, Bodrum/Muğla, Türkiye.
- Köse, E., & Yerlisu Lapa, T. (2018). Denetimli serbestlik yasasından yararlanan bireyler: serbest zaman fiziksel aktivite kısıtlayıcıları. *Spormetre*, 17(2), 119-137.
- Little, D.E. (2000). Negotiating adventure recreation: How women can access satisfying adventure experiences throughout their lives. *Loisir et societe/Society and Leisure*, 23(1), 171-195.
- Little, D.E. (2002). Women and adventure recreation: reconstructing leisure constraints and adventure experiences to negotiate continuing participation. *Journal of Leisure Research*, 34(2), 157-177.
- Livengood, J.S., & Stodolska, M. (2004). The effects of discrimination and constraints negotiation on leisure behavior of american muslims in the post-september 11 America. *Journal of Leisure Research*, 36(2), 183-208.
- Loucks-Atkinson, A., & Mannell, R.C. (2007). Role of self-efficacy in the constraints negotiation process: The case of individuals with Fibromyalgia syndrome. *Leisure Sciences*, 29, 19-36.
- Ma, S.M., Tan, Y., & Ma, S.C. (2002). Testing a structural model of psychological well-being, leisure negotiation, and leisure participation with Taiwanese college students. *Leisure Sciences*, 34(1), 55-71.

- Özşaker, M. (2012). Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1), 126-131.
- Pinto, B., Marcus, B., & Clark, M. (1996). Promoting physical activity in women: the new challenges. *American Journal of Preventive Medicine*, 12(5), 395-400.
- Ravid, R. (1994). *Practical Statistics for Educators*. Newyork: University Pres in America.
- Samdahl, D.M., & Jekubovich, N.J. (1997). A critique of leisure constraints: Comparative analyses and understandings. *Journal of Leisure Research*, 29(4), 430-452.
- Scott, D. (1991). The problematic nature of participation in contract bridge: A qualitative study of group-related constraints. *Leisure Sciences*, 13(4), 321-336.
- Shaw, S.M. (1994). Gender, leisure, and constraint: Towards a framework for the analysis of women's leisure. *Journal of Leisure Research*, 26(1), 8-22.
- Shaw, S.M., Bonen, A., & McCabe, J.F. (1991). Do more constraints mean less leisure? Examining the relationship between constraints and participation. *Journal of Leisure Research*, 23(4), 286-300.
- Son, J.S., Mowen, A.J., & Kerstetter, D.L. (2008a). Do age and gender matter in the constraint negotiation of physically active leisure? *Journal of Leisure Research*, 40(2), 267-289.
- Son, J.S., Mowen A.J., & Kerstetter, D.L. (2008b). Testing alternative leisure constraint negotiation models: An extension of Hubbard and Mannell's study. *Leisure Studies*, 30(3), 198-216.
- Stanis, S.A., Schneider, I.E., Chavez, D.J., & Shinew, K.J. (2009). Visitor constraints to physical activity in park and recreation areas: Differences by race and ethnicity. *Journal of Park and Recreation Administration*, 27(3), 78-95.
- Temurtaş, A. (2016). Herkes için çok değişkenli istatistik. C.O. Güzeller (Eds) içinde. *Kanonik korelasyon analizi* (ss.102). Ankara: Maya Akademi.
- White, D.D. (2008). A structural model of leisure constraints negotiation in outdoor recreation. *Leisure Sciences*, 30(4), 342-359.
- Yerlisu Lapa, T. (2014). Leisure negotiation strategies scale: A study of validity and reliability for university students. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 36(3), 201-215.
- Yerlisu Lapa, T., & Haşıl Korkmaz, N. (2017). Fiziksel aktivite düzeyinin pozitif ve negatif duygu durumuna etkisinin cinsiyete göre karşılaştırılması: Akdeniz ve Uludağ Üniversiteleri örneği. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 3177- 3187.

Farklı Kategorideki Amatör Futbol Maçlarında Atılan Gollerin Taktik Analizi***Tactical Analysis of Attitude Goals in Amateur Football Matches in Different Categories****ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH**Yakup Akif AFYON¹Abdurrahman BOYACI²Olca MÜLAZIMOĞLU³¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<https://orcid.org/0000-0003-1521-6261>²Nişantaşı Üniversitesi
<https://orcid.org/0000-0002-3398-1189>³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
<https://orcid.org/0000-0001-5599-280>**Öz**

Bu çalışmada, 2012-2013 futbol sezonunda Muğla ilinde, farklı kategorideki Bölgesel Amatör Ligi (BAL) ve Süper Amatör Liginde (SAL) birinci ve sonuncu olan takımların (n=4) sezonun 2.yarısında oynadıkları 50 resmi lig maçında atılan gollerin taktik analizi yapılmıştır. Atılan gollerin 15'er dakikalık periyotlar halinde dağılımı, gollerin atılışındaki vuruş teknikleri, gollerin hangi mevkide oynayan oyuncular tarafından atıldığı ve gollerin atılış şekillerine göre dağılımı yazılı gözlem ve çeteleme yöntemiyle incelendi. Analizi yapılan 50 lig maçında toplam 97 gol atıldığı, maç başına gol ortalaması ($X=1.94$) olarak tespit edildi. Müsabakalarda zaman dilimine bağlı olarak atılan gollerin en fazla 76-90 dakikaları arasında (26 gol), en fazla golün (46 gol) orta saha oyuncuları tarafından atıldığı, gollerin 76 tanesinin ayakla yapılan vuruş ile ve çoğunluğunun ceza sahası içinden yapıldığı belirlendi.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Maç Analizi, Gol, Vuruş Tekniği, Amatör Lig

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 18.09.2018

Kabul Tarihi: 25.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

This study conducted a tactical analysis of the goals scored in the 50 official league matches played in the 2nd and 3rd season of the first and last teams (n = 4) in the Regional Amateur League (BAL) and Super Amateur League (SAL) in different categories in the 2012-2013 football season in Muğla Province. The distribution of the goals scored in 15 minute intervals, the shooting techniques at the throws of the goals, the positions at which the goals were played by the players, and the distribution of the goals according to the shooting styles were examined by written observation and gang. A total of 97 goals were scored in the 50 league games analyzed, and the average goal per game was ($X = 1.94$). It was determined that the goals scored in the competitions were 76-90 minutes maximum (26 goals), the maximum goal (46 goals) was taken by midfield players, 76 of the goals were made with the kick made by the foot, and the majority were made from the penalty area.

Keywords: Football, Match Analysis, Goal, Kick Technique, Amateur League

*Bu çalışma, 21-23 Mayıs 2014 tarihleri arasında Antalya'da gerçekleştirilen 1.Uluslararası Spor Bilimleri, Turizm ve Rekreasyon Öğrencisi Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Futbol oyununda temel amaç, heyecanı en sıradan olan oyunlarda bile kazanmaktır (Söyler, 2013). Kazanmanın yolu ise çeşitli taktikler uygulayarak gol atmaktır (Zileli, 2007). Spor kamuoyunda en çok tartışılan konu, takımın oynadığı futboldan ziyade atamadığı veya attığı goller olmaktadır. Bu bilgiler ışığında, futbol oyununda seyircileri heyecanlandıran, harekete geçiren, sıkıntılarını unutturan, geçici de olsa bir zevk veren duruma "gol" denilmektedir (Çiçek, 2000). Golün oluşu sırasında çeşitli organizasyonlar olmakta ve bu organizasyonlar sırasında oluşan hareketleri çeşitli parametrelerle adlandırarak gol oluşum şekline ulaşılmaktadır. Futbolda kazanan ve kaybedenin belirleyicisi olan golü sağlayan vuruşlar belki de futbol oyununda başarının sağlanmasında en önemli etkenlerden biridir (Zileli, 2007).

Teknolojik imkanlar antrenörlere sunulmadan önce futbol oyununun süreklilik arz etmesi ve hızlı yapıda olması, takım ve bireysel performansın analizinin yapılmasını engellemiştir (Pollard ve Reep, 1998). Teknik sorumluların genel olarak sübjektif performans belirleme metodunu kullanmaları ve bunun yanında strese bağlı olarak algılama ve bilgiyi depolama kapasitelerindeki düşüş ve değerlendirmede yapılan yanlışlıklar, gözleme dayalı analiz yöntemini yetersiz kılmaktadır (Apaydın, 1998). Hatta üst düzeyde teknik direktörler arasında, hafıza kapasitesi üzerine yapılmış araştırmalarda, deneyimli teknik direktörlerin bile zaman zaman oyunun kilit faktörlerini gözden kaçırdıkları görülmüştür (Franks ve Goodman, 1986).

Bilim ve teknoloji alanında meydana gelen gelişmelerden doğal olarak etkilenen futbolda bilgisayarlı maç analiz programları teknik direktörlerin oyuncularını ve rakibini değerlendirebilmesi açısından çok önemli bir hale gelmiştir. Hem taktik çalışmalarda hem de değerlendirme aşamasında hataların en aza indirilmesinde, futbolcu ve takımların performansının takibi için maç analizleri yapmak büyük önem taşımaktadır (Zıvalıoğlu ve ark., 1998).

Bu araştırma, profesyonel futbolun alt yapısı olarak görülen farklı kategorideki amatör takımların futbolcularının oynadıkları maçlarda kaydedilen gollerin taktik açıdan (zaman, mevki, vuruş tekniği ve gollerin hangi bölgeden atıldığıнын) incelenerek araştırmalara kaynak oluşturması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Metodu

Futbolda iki farklı kategoride mücadele eden takımların attıkları gollerin taktik analizlerinin incelenmesi amacıyla gözlem ve çeteleme yöntemi kullanılmıştır. Bu nedenle 2012-2013 sezonunda BAL ve SAL oynanan tüm maçlar statta yerinde izlenmiştir. Araştırmada, araştırmacı tarafından hazırlanan maç takip formu kullanılmıştır. Formda atılan gollerin dakikası, golü atan oyuncunun mevkii, vuruş tekniği ve gollerin atılış şekillerini içeren bilgilere yer verilmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmanın evreni, 2012-2013 futbol sezonunda Muğla ili Bölgesel Amatör Ligi (BAL) ve Süper Amatör Liginde (SAL) oynanan tüm maçlardır. Örneklem grubunu ise, Muğla ili BAL 7. grupta birinci olan B.B. Bodrumspor ve sonuncu olan Muğlaspor (n=2) ile Muğla Bölgesi SAL takımlarından lig birincisi Ortaca Belediyespor ve ligin sonuncusu olan Akyaka Belediyespor' un (n=2) maçları oluşturmaktadır. Ligin sonunda en başarılı ve başarısız iki takım olan grup birincileri ve sonuncularının maçlarında atılan gollerin taktik analizleri değerlendirmeye alınmıştır.

Veri Toplama Aracı

Ligin ikinci yarısında Bölgesel amatör ligindeki takımların 14'er maçı, Süper amatör kümedeki takımların 11'er maçı, toplam 50 maçın gol analizleri değerlendirmeye alındı. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Futbol uzmanlık öğrencilerinden oluşturulan 8 kişilik ekip ile tüm maçlar yerinde izlenerek değerlendirmeye alınmış, veriler kaydedilerek tablollaştırılmıştır. Takımların attıkları gollerin 15'er dakikalık periyotlar halinde dağılımları, gollerin atılışındaki vuruş teknikleri, gollerin hangi mevkide oynayan oyuncular tarafından atıldığı ve gollerin atılış şekillerine göre dağılımı analize alınmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen tüm veriler bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Atılan gollerin taktik açıdan (zaman, mevki, vuruş tekniği ve gollerin hangi bölgeden atıldığıнын) incelemek için elde edilen verilerin frekans ve yüzde (%) değerleri hesaplanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1: Muğla Bölgesel Amatör Liginde (BAL) atılan gollerin zaman dilimlerine göre dağılımı

HAFTALAR	Zaman dilimleri (dakika)											
	0-15 dk		16-30 dk		31 dk-İlk yarı sonu		46-60 dk		61-75 dk		76 dk-Maç sonu	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1. Hafta	3	15.78	4	21.05	3	15.78	3	15.78	4	21.05	2	10.52
2. Hafta	1	50.00	-	-	-	-	-	-	1	50.00	-	-
3. Hafta	-	-	-	-	1	100	-	-	-	-	-	-
4. Hafta	-	-	-	-	-	-	1	100	-	-	-	-
5. Hafta	-	-	-	-	1	50.00	1	50.00	-	-	-	-
6. Hafta	-	-	1	50.00	-	-	-	-	-	-	1	50.00
7. Hafta	-	-	1	100	-	-	-	-	-	-	-	-
8. Hafta	1	7.14	2	14.28	2	14.28	2	14.28	3	21.42	4	28.57
9. Hafta	1	100	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
10. Hafta	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11. Hafta	-	-	-	-	-	-	1	50.00	1	50.00	-	-
12. Hafta	-	-	1	50.00	-	-	-	-	-	-	1	50.00
13. Hafta	2	40.00	-	-	-	-	-	-	-	-	3	60.00
14. Hafta	-	-	1	11.11	2	22.22	2	22.22	1	11.11	3	33.33
Toplam	8	13.11	10	16.39	9	14.75	10	16.39	10	16.39	14	22.95

Tablo 1 incelendiğinde, Muğla ili bölgesel amatör ligi 7.gruptan Muğla spor ile Bodrum sporun, süper amatör ligi takımlarından Akyaka ile Ortaca Belediyesporun ligin 2.yarisında attığı gollerin zaman dilimleri incelendiğinde, bölgesel amatör liginde en fazla golün (%22,95–14 gol) 75-90 dakikalar arasında atıldığı, en az golün ise (%13,11–8 gol) 0-15 dakikaları arasında atıldığı görülmektedir.

Tablo 2: Muğla Süper Amatör Liginde (SAL) atılan gollerin zaman dilimlerine göre dağılımı

HAFTALAR	Zaman dilimleri (dakika)											
	0-15 dk		16-30 dk		31 dk-İlk yarı sonu		46-60 dk		61-75 dk		76 dk-Maç sonu	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1.Hafta	-	-	-	-	-	-	-	-	2	50.00	2	50.00
2.Hafta	-	-	-	-	1	33.33	-	-	1	33.33	1	33.33
3.Hafta	-	-	2	40.00	1	20.00	-	-	1	20.00	3	20.00
4.Hafta	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5.Hafta	-	-	-	-	1	50.00	-	-	1	50.00	-	-
6.Hafta	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	100
7.Hafta	-	-	-	-	-	-	-	-	1	33.33	2	66.66
8.Hafta	-	-	1	100	-	-	-	-	-	-	-	-
9.Hafta	-	-	-	-	2	40.00	1	20.00	1	20.00	1	20.00
10.Hafta	1	14.28	-	-	2	28.57	-	-	1	14.28	3	42.85
11.Hafta	-	-	3	60.00	1	20.00	-	-	-	-	1	20.00
Toplam	1	2.77	6	16.66	8	22.22	1	2.77	8	22.22	12	33.33

Tablo 2 incelendiğinde, Muğla ili süper amatör liginde en fazla golün (%33,33–12 gol) 76-90 dakikaları arasında atıldığı, en az golün (%2,77–1 gol) 0-15 dakikalar arasında atıldığı tespit edilmiştir.

Tablo 3: Muğla Bölgesel Amatör Liginde (BAL) ve Muğla Süper Amatör Liginde (SAL) oyuncuların mevkilerinin göre atılan gollerin dağılımı

HAFTALAR	Muğla Bölgesel Amatör Liginde (BAL)						Muğla Süper Amatör Liginde (SAL)					
	Oyuncuların mevkileri						Oyuncuların mevkileri					
	Savunma		Orta Saha		Hücum		Savunma		Orta Saha		Hücum	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
1.Hafta	4	21.00	8	44.10	7	21.05	1	25.00	2	50.00	1	25.00
2. Hafta	-	-	-	-	2	100	-	-	2	66.66	1	33.33
3. Hafta	-	-	-	-	1	100	3	50.00	2	33.33	1	16.66
4. Hafta	-	-	1	100	-	-	-	-	-	-	-	-
5. Hafta	-	-	2	100	-	-	-	-	-	-	2	100
6. Hafta	-	-	1	50.00	1	50.00	1	100	-	-	-	-
7. Hafta	-	-	1	100	-	-	1	33.33	-	-	2	66.66
8. Hafta	3	21.42	7	50.00	4	28.57	-	-	-	-	1	100
9. Hafta	1	100	-	-	-	-	1	16.66	5	83.33	-	-
10.Hafta	-	-	-	-	-	-	2	33.33	3	50.00	1	16.66
11.Hafta	-	-	1	50.00	1	50.00	-	-	4	80.00	1	20.00
12.Hafta	1	50.00	-	-	1	50.00	9	24.32	18	48.64	10	27.02
13.Hafta	1	20.00	4	80.00	-	-	n	%	n	%	n	%
14.Hafta	1	11.11	3	33.33	5	55.55	1	25.00	2	50.00	1	25.00
Toplam	11	18.03	28	45.90	22	36.06	-	-	2	66.66	1	33.33

Tablo 3 incelendiğinde, Muğla bölgesi bölgesel amatör ligi 7.gruptan Muğla spor ile Bodrum sporun, süper amatör ligi takımlarından Akyaka ile Ortaca Belediyesporun 2.yarisında golleri atan oyuncuların mevkileri incelendiğinde, bölgesel amatör liginde golleri atan oyuncuların mevkileri incelendiğinde en fazla golün (%45,90 -28 gol) orta saha oyuncuları, en az golün (%18,03 – 11 gol) yine savunma oyuncuları tarafından atıldığı süper amatör liginde en fazla golün (%48,64 -18 gol) orta saha oyuncuları, en az golün (%24,32 – 9 gol) savunma oyuncuları tarafından atıldığı, tespit edilmiştir.

Tablo 4: Muğla Bölgesel Amatör Liginde (BAL) ve Muğla Süper Amatör Liginde (SAL) vuruş tekniklerine göre atılan gollerin dağılımı

HAFTALAR	Muğla Bölgesel Amatör Liginde (BAL)				Muğla Süper Amatör Liginde (SAL)			
	Vuruş Teknikleri				Vuruş Teknikleri			
	Ayakla		Kafayla		Ayakla		Kafayla	
	f	%	f	%	f	%	f	%
1.Hafta	18	94.73	1	5.26	3	75.00	1	25.00
2.Hafta	2	100	-	-	2	66.66	1	33.33
3.Hafta	1	100	-	-	2	40.00	3	60.00
4.Hafta	1	100	-	-	-	-	-	-
5.Hafta	1	50.00	1	50.00	2	100	-	-
6.Hafta	2	100	-	-	1	100	-	-
7.Hafta	1	100	-	-	1	33.33	2	66.66
8.Hafta	11	78.57	3	21.42	-	-	1	100
9.Hafta	1	100	-	-	4	66.66	2	33.33
10.Hafta	-	-	-	-	5	71.42	2	28.57
11.Hafta	1	50.00	1	50.00	4	80.00	1	20.00
12.Hafta	2	100	-	-	24	64.86	13	35.13
13.Hafta	3	60.00	2	40.00	1	33.33	2	66.66
14.Hafta	8	88.88	1	11.11	-	-	1	100
Toplam	52	85.24	9	14.75	4	66.66	2	33.33

Tablo 4 incelendiğinde, ligin 2.yarisında, bölgesel amatör liginde en fazla gol (%85,24 -52 gol) ayakla vuruş teknikleriyle, en az golün (%14,75 -9 gol)kafa ile vuruş teknikleriyle süper amatör liginde en fazla gol (%64,86 -24 gol) ayakla vuruş teknikleriyle, en az gol (%35,13 -13 gol) kafa ile vuruş teknikleriyle atılmıştır.

Tablo 5: Muğla Bölgesel Amatör Liginde (BAL) atılış şekillerine göre gollerin dağılımı

HAFTALAR	Atılış Şekilleri									
	Penaltı		Ser. Vuruş		Uzaktan Şut		C. Alanı İçi		Kendi Kal.	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1.Hafta	-	-	1	5.26	4	21.05	14	73.68	-	-
2.Hafta	-	-	-	-	-	-	2	100	-	-
3.Hafta	-	-	-	-	-	-	1	100	-	-
4.Hafta	-	-	-	-	-	-	1	100	-	-
5.Hafta	-	-	-	-	-	-	2	100	-	-
6.Hafta	-	-	-	-	-	-	2	100	-	-
7.Hafta	-	-	-	-	-	-	1	100	-	-
8.Hafta	1	7.14	-	-	2	14.28	11	78.57	-	-
9.Hafta	-	-	-	-	-	-	1	100	-	-
10.Hafta	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
11.Hafta	-	-	-	-	-	-	2	100	-	-
12.Hafta	-	-	-	-	-	-	2	100	-	-
13.Hafta	-	-	-	-	1	20.00	4	80.00	-	-
14.Hafta	-	-	-	-	1	11.11	7	77.77	1	1.11
Toplam	1	1.63	1	1.63	8	13.11	50	81.96	1	1.63

Tablo 5 incelendiğinde, atılan gollerin atıldığı yerler incelendiğinde Bölgesel amatör liginde en fazla gol (%81,96 – 50 gol) ceza alanı içinden, en az gol (%1,63 -1 gol) duran toplar ve rakip oyuncular tarafından kendi kalelerine atılmış olduğu görülmektedir.

Tablo 6: Muğla Süper Amatör Liginde (SAL) atılış şekillerine göre gollerin dağılımı

HAFTALAR	Atılış Şekilleri									
	Penaltı		Ser. Vuruş		Uzaktan Şut		C. Alanı İçi		Kendi Kal.	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
1.Hafta	-	-	-	-	-	-	4	100	-	-
2.Hafta	1	33.33	-	-	1	33.33	1	33.33	-	-
3.Hafta	-	-	-	-	-	-	5	100	-	-
4.Hafta	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
5.Hafta	-	-	-	-	-	-	2	100	-	-
6.Hafta	-	-	1	100	-	-	-	-	-	-
7.Hafta	-	-	-	-	-	-	3	100	-	-
8.Hafta	-	-	-	-	-	-	1	100	-	-
9.Hafta	-	-	-	-	3	50.00	3	50.00	-	-
10.Hafta	1	14.28	-	-	-	-	6	85.71	-	-
11.Hafta	-	-	-	-	-	-	5	100	-	-
Toplam	2	5.40	1	2.70	4	10.81	30	81.08	-	-

Tablo 6 incelendiğinde süper amatör liginde en fazla gol (%81,08- 30 gol) ceza alanı içinden yapılan vuruşlarla, en az gol (%2,70 – 1 gol) duran toplarla atılmış olduğu tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Farklı kategorideki amatör takımların futbolcularının oynadıkları maçlarda kaydedilen gollerin taktik açıdan (zaman, mevki, vuruş tekniği ve gollerin hangi bölgeden atıldığı) incelenmesi amacıyla yapılan araştırma sonuçlarına göre; Ligin 2. yarısında, bölgesel amatör liginde en fazla gol (n=52) ayakla vuruş teknikleriyle, en az golün (n=9) kafa ile vuruş teknikleriyle süper amatör liginde en fazla gol (n=24 gol) ayakla vuruş teknikleriyle, en az gol (n=13) kafa ile vuruş teknikleriyle atılmıştır.

Futbolda kazanmak için veya puan alabilmek için gol gereklidir. Literatürde gollerin atılış şekli ile ilgili çalışma mevcuttur. Yapılan bir araştırmada, Türkiye 1. Süper Lig 2001/2002 futbol sezonunda atılan toplam 910 golün 759'u ayakla, 149'u kafa vuruşuyla ve 2'si farklı şekillerde atıldığı bildirilmiştir (Doğan ve ark., 2003). Benzer bir araştırma, Turkcell Süper Lig'de 08/09 sezonunda atılan toplam 787 golün 423'ü sağ, 195'i sol ayakla, 157'si kafa vuruşuyla ve 8 tanesi farklı şekiller ile atılmış olduğu tespit edilmiştir. (Memişoğlu, 2009). İngiltere Premier Ligi 2008/2009 sezonunda oynanan maçlardaki 942 golün 749'u ayak, 167'si kafa vuruşu ve 26'si farklı dokunuşlar ile atıldığını saptamıştır (Durlık ve Bieniek, 2014). UEFA Şampiyonlar Ligi 2004/2005 sezonunda 331 gol, 2005/2006 285 gol ve 2006/2007 309 gol olmaz üzere toplam 375 maçta 925 gol atılmıştır. Gollerin atılış şekillerine göre, ayakla 749 (2004/2005=278, 2005/2006=224, 2006/2007=247), kafa vuruşuyla 176 (2004/2005=53, 2005/2006=61, 2006/2007=62) gol atılmıştır (Sönmeymekas, 2008). 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasında atılan 108 golün 47'si sağ ayakla, 36'sı sol ayak ve 22'si kafa vuruşu ile olduğu saptamıştır. Ayrıca 3 golde kendi kalesine atılan olarak rapor edilmiş ancak analiz dışı bırakılmıştır (Tokul, 2017). 2006 Dünya Futbol Kupasındaki toplam 147'ü gol incelemiştir. Buna göre ayakla 112, kafa vuruşuyla 31 gol ve aynı zamanda kendi kalesine 4 gol atıldığını bildirmiştir (İmamoğlu ve ark., 2007). 2000 Avrupa Futbol şampiyonasında atılan gollerden en fazla golün ayakla (68) atıldığını tespit etmişlerdir (Işık ve ark., 2000). İlgili literatür sonuçları ile araştırmanın sonuçları en fazla golün ayak vuruş ve en az golün kafa vuruşu ile atılması sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Atılan gollerin atıldığı yerler incelendiğinde Bölgesel amatör liginde en fazla gol (%81,96 – 50 gol) ceza alanı içinden, en az gol (% 1,63 -1 gol) duran toplar ve rakip oyuncular tarafından kendi kalelerine atılmış, süper amatör liginde en fazla gol (%81,08- 30 gol) ceza alanı içinden yapılan vuruşlarla, en az gol (%2,70 – 1 gol) duran toplarla atılmıştır.

Turkcell Süper Lig'de 08/09 sezonunda olan gollerin 115'i ceza alanı dışından olmuştur. Atılan bu gollerin ceza alanı dışı ortadan 79, ceza alanı dışı soldan 25, ceza alanı sağdan 11 gol olmuşken, ceza alanı içinden atılan 666 golün kale alanı içinden 165, kale alanı dışından 501 gol olmuştur (Memişoğlu, 2009). Başka bir araştırmada ise Türkiye 1. Süper Ligi 01/02 sezonu atılan 910 golün 121 tanesinin ceza alanı dışından, ceza alanı içinden 718 olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Doğan ve ark. 2003). İngiltere Premier ligi 08/09 sezonunu yaptığı çalışmada ise gollerin % 85'i ceza alanı içinden %14,9'u dışından atıldığı bulunmuştur (Durlık ve Bieniek, 2014). Dünya kupası ve Avrupa şampiyonalarını analiz eden çeşitli araştırmacıların sonuçları incelendiğinde, 2006 Dünya Kupasında 147 golün 25'i ceza alanı dışı 118'i içi (İmamoğlu ve ark. (2007), 2002 Dünya Kupasında 161 golün 21'i dışından, 140'ı içinden (Çakıroğlu ve ark., 2006) ve EURO 2012' deki gollerin % 90'ı ceza alanı içinden gerçekleştiği ayrıca bunları %42,1'inin de ortadan meydana geldiğini belirtmişlerdir (Mitrotasios ve Artamas, 2014). Son yapılan çalışma da ise, 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasında %17,59'u ceza alanı dışından, %72,22'si ise içinden gol olduğunu sonuncuna varılmıştır (Tokul, 2017). Turkcell Süper Lig'de yapılan bir araştırmada serbest vuruştan 61, Penaltıdan 53 ve kendi kalesine 20 gol olduğu tespit edilmiştir (Memişoğlu, 2009). Doğan ve ark., (2003) yapmış olduğu çalışmada penaltı ile 55, serbest vuruşla 39 ve kendi kalesine 16 gol meydana gelmiştir. UEFA Şampiyonlar Ligi sezonlarına göre serbest vuruştan 2004/2005 29, 2005/2006 45, 2006/2007 28 ve penaltıdan 2004/2005 19, 2005/2006 16, 2006/2007 13 gol olduğu tespit edilmiştir (Sönmeyenmakas, 2008). 2002 Dünya Kupasında toplam 161 golün olduğunu ayrıca bunların 14'ü Penaltı, 9'u serbest vuruş ve 3 golün de kendi kalesine atılmasıyla meydana geldiğini bildirmiştir (Kızılet, 2006).

Muğla ili bölgesel amatör ligi 7.gruptan Muğla spor ile Bodrum sporun, süper amatör ligi takımlarından Akyaka ile Ortaca Belediyesporun ligin 2.yarisında attığı gollerin zaman dilimleri incelendiğinde, bölgesel amatör liginde en fazla golün (%22,95'i 14 gol) 75-90 dakikalar arasında atıldığı, en az golün ise (%13,11'i 8 gol) 0-15 dakikaları arasında, süper amatör liginde en fazla golün(%33,33'ü 12 gol) 76-90 dakikaları arasında atıldığı, en az gölün (%2,77'si 1 gol) 0-15 dakikalar arasında atıldığı tespit edilmiştir.

2000 Avrupa Futbol Şampiyonasında atılan gollerin içinde en fazla golün (24 gol) 46-60. dk. arasında atıldığı (Işık ve ark., 2000), 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasında en az gol 16-30dk., en çok ise 76- 90+dk (Tokul, 2017), 1930 – 2010 yılları arasındaki Dünya kupaları maçlarında 76-

90 dk en çok ve 31-45dk en az (Leite, 2013), 2006 Dünya Kupasında en az 61- 75dk. en çok ise 76-90dk., arasında olduğu tespit edilmiştir (İmamoğlu ve ark., 2007).

Sonuç olarak, amatör futbol maçlarında atılan gollerin analizine bakıldığı zaman; Müsabakanın son dakikalarında (76-90) daha fazla gol atıldığı, teknik açıdan daha çok ayakla, taktik açıdan ise ceza sahası içerisinde yakalanmış gol pozisyonlarının olumlu kullanıldığı ve bazı araştırmalardan farklı olarak çalışmamızda ofansif olarak hücumu destek sağlayan orta saha oyuncularının gol atmakta daha aktif oldukları bulunmuştur.

Futbol antrenörlerine, maçın son 15 dakika periyotunda kondisyon, dikkat ve konsantrasyon eksikliği sebebi ile bu bölümün önemi konusunda oyuncularını uymaları, oyuncularına gol yapmada diğer vuruş tekniklerini kullanmalarını, duran topları etkin kullanarak değişik bölgelerden gol yöntemleri denemeleri önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Apaydın, A. (1998). *Futbolda performans düzeyi ve sosyo-ekonomik yapı ile ilgisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Çiçek, S. (2001). 2000 Avrupa futbol şampiyonasında Türkiye ulusal futbol takımının istatistiksel analizi. *II. Futbol Bilim Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı*, Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, İzmir.
- Doğan, M., Doğan, A., & Alkan, A. (2004). 2001-2002 Futbol sezonunda Türkiye süper liginde atılan gollerin incelenmesi. *Journal of Physical Education and Sport Science*. 6(1), 1-10.
- Durlık, K., & Bieniek, P. (2014). Analysis of goals and assists diversity in english premier League. *Journal of Health Sciences*, 4(05), 047-056.
- Franks, I.M. & Goodman, D. (1986). Computer assisted technical analysis of sport. *Journal Coaching review*, May/June, p:58-64.
- Işık, O., Toksöz, I. ve Çakıroğlu, M. (2000). 2000 Avrupa futbol şampiyonası gollerinin analiz. S.27., *II. Futbol Bilim Kongresi Bildiri Özetleri Kitapçığı*, İzmir. Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu.
- Çakıroğlu, M., Işık, O., Kızılet, A. ve Şuta, C. (2002). 2002 FIFA Dünya kupasının teknik analizi. *7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Kongre Kitabı*, sayfa 224, Antalya, Türkiye.
- Leite S. S. W. (2013). Euro 2012: Analysis and evaluation of goals scored. *International Journal of Sports Science*, 3(4), 102-106. doi: 10.5923/j.sports.20130304.02.
- Memişoğlu, M. (2009). Turckcell Süper Lig 08/09 sezonu golleri. *Tam Saha Dergisi*. Temmuz sayısı. s:1-5.
- Mitrotasios, M., & Armatas, V. (2014). Analysis of goal scoring patterns in the 2012 European football championship. *The Sport Journal, U.S. Sports Academy*, January, 1-11.
- Pollard, R., & Reep, C. (1988). The Quantitative comparison of playing styles in soccer. Eds. T. Reilly, A. Lees, K. Davids, W. Murphy. *Science and Football*. London: F.& F.N. Spon, 309-315.
- Sönmeymakas, A. (2008). *UEFA şampiyonlar liginde atılan gollerin analizi*. Edirne: Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Tokul, E. (2017). *Avrupa futbol şampiyonasında atılan gollerin ve şutların teknik ve taktik kriterler açısından incelenmesi*. Muğla: Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Zıvalıoğlu H., Doğan, A. A., Sakallıoğlu, F., Türkan, M. ve Baş, M. (1998). Trabzonspor futbol takımının saha içerisindeki teknik hareketlerinin analizi. *I. Spor Bilimleri Kongresi Bildirileri*, Atatürk Üniversitesi Bildiri Özetleri Kitapçığı, Erzurum:5, 122-129.
- Zileli, R. (2007). *2006-2007 sezonunda Türckcell süper ligi 'nde oynanan maçlarda kullanılan köse vuruşlarının bilgisayarlı maç analizi*. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi:1.

Gaziantep Yöresi Halk Oyunları Çalışmalarının Üniversite Öğrencilerinin Vücut Kompozisyonu ve Fiziksel Uygunlukları Üzerine Etkisi

The Effects of Gaziantep Region Folk Dances Training on The Body Composition and Physical Fitness of University Students

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Burak KORKMAZ^{1*},
Oğuzhan YONCALIK²,
Aziz GÜÇLÜÖVER³

¹Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
<http://orcid.org/0000-0002-6641-9221>

²Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Osmaniye.
<https://orcid.org/0000-0003-2289-1257>

³Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kırıkkale.
<https://orcid.org/0000-0003-1014-5011>

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 12.10.2018
Kabul Tarihi: 25.12.2018
Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Öz

Bu araştırma Kırıkkale Üniversitesi öğrencilerinin Gaziantep Yöresi Halk Oyunları çalışmalarını sonrası vücut kompozisyonları ve fiziksel uygunluklarındaki değişimi belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma, 2015-2016 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Kırıkkale Üniversitesi'nde öğrenim gören 60 öğrenci ile gerçekleştirilmiştir. Denekler 2 gruba ayrılmıştır ve gönüllülük esasına göre bir gruba temel halk oyunları öğretim yöntem ve teknikleri kullanılarak 12 hafta boyunca halk oyunları antrenman programı yürütülmüştür. Deneklere halk oyunları çalışmalarından önce ve sonra olmak üzere iki ölçüm uygulanmıştır. Bu ölçümlerde deneklerin; boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut yağ oranları, kuvvet ölçümleri, sürat ölçümleri, çeviklik ölçümleri, esneklik ölçümleri ve bazı vücut çevre uzunluk değerleri ölçülmüştür. Bu çalışmada tanımlayıcı istatistiklerinin analizinde SPSS 16.0 for Windows paket programı kullanılmıştır. Elde edilen değerler arasındaki anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlenmiştir. Araştırmaya katılan deney grubu ($n=30$) öğrencilerinin yaş ortalaması 20.43 ± 1.1 yıl, kontrol grubu ($n=30$) öğrencilerinin yaş ortalaması 20.87 ± 1.0 yıl olarak bulunmuştur. Deney grubu öğrencilerinin boy ortalaması 171.67 ± 9.5 cm, kontrol grubu öğrencilerinin boy ortalaması 172.07 ± 8.6 cm, deney grubu öğrencilerinin ortalama ağırlığı 63.973 ± 10.5 kg olarak saptanmıştır. Sonuç olarak 12 hafta süreyle 36 oturumda, her bir çalışmada 90 dakika süreyle yapılan Gaziantep Yöresi halk oyunlarını oynayan öğrencilerin, vücut yağ oranında ve vücut ağırlığı değerlerinde düşüş, esneklik, çeviklik, sürat ve kuvvet parametrelerinde artış ortaya çıktığı tespit edilmiştir. Bu değişiklikler 0.01 ve 0.05 anlamlılık düzeyinde istatistiksel olarak ifade edilmiştir. Beslenme ve diyet programları uygulanarak halk oyunları çalışmaları yapıp, beslenmenin etkileri incelenebilir. Vücut yağ oranı önemli olan branşlarda, bu çalışma yardımcı antrenman olarak uygulanabilir. **Anahtar Kelimeler:** Halk Oyunları, Vücut Kompozisyonu, Fiziksel Uygunluk, Spor

Abstract

The main objective of this research is to determine the link between Turkish Folk Dance and changes it causes to the human body composition. The research has been conducted by analysing the changes 60 participants (who were studying in 2015-2016 in Kırıkkale University students), experienced as a result taking part in folk dance activities originating from Gaziantep Region. For the purpose of the experiment the participants were split in to two groups. The first group was referred to as "Experimental Group" and second group referred to as "Control Group". The experiment commenced by providing a twelve week training session to the experimental group and comparing the changes in their body Composition to those in the control group who weren't given the training. Measurements of the participants were taken before and after their lessons. The measurements taken included height, body weight, body fat, strength, stamina, and flexibility. The statistical analysis was obtained using SPSS 16.0 windows programme. To test the significance of the results the p value used is 0.05. Participants in the experimental group ($n=30$) had an average age of 20.43 ± 1.1 , control group ($n=30$) had an average age of 20.87 ± 1.0 . The participants in the experimental group had an average height of 171.67 ± 9.5 cm, in comparison to the control group 172.07 ± 8.6 cm. In relation to the participants weight the experimental group had an average of 63.973 ± 10.5 kg. Gaziantep Folk Dance students completed thirty six sessions with a duration of ninety minutes each session over a twelve week period. The results showed a decrease in body fat and weight. However an increase in flexibility, stamina and strength. These results were all statistically significant, as the p value was below the threshold of 0.05. Nutritional and diet programs can be applied by applying folk dances. So the effects of nutrition can be examined. In branches which the body fat ratio is important this study can be applied as a training.

Keywords: Folk Dancing, Body Composition, Physical Fitness, Sport

* Sorumlu yazar: Burak Korkmaz, korkmazburakk@gmail.com

GİRİŞ

Halk oyunları, tarihsel gelişimi itibariyle, bireyin doğasında bulunan duygu ve düşünceleri, hareket aktiviteleriyle ortaya koyma ve aynı zamanda toplumsal bir varlık olması nedeni ve birlikte olma şuurunu sergilemesiyle önemli bir araç olarak kullanılmaktadır. İnsan fiziolojisinde çeşitli yönleriyle görülebilecek, uzun süreli uyumdan kaynaklanabilecek değişimi ve etkileşimi çeşitli boyutlarıyla ortaya koymak yapılacak olan bilimsel araştırmalara bağlıdır (Ünveren, 2006).

Halk oyunları kendi içinde kompleks hareketler içeren, çok yönlü hem sportif ve hem bilişsel beceriler gerektiren bir takım oyunudur. Halk oyunlarında dansçıların sahip olması gereken öğelere baktığımızda; dayanıklılık, patlayıcı kuvvet, kuvvette devamlılık gibi biyomotor özellikler ön plana çıkmaktadır. Halk oyunları günümüzde sanatsal ve kültürel özelliğinin yanında sportif bir kimliğe bürünerek varlığını sürdürmektedir. Çıkış kaynağındaki çoğu özelliğini kaybetmesine rağmen, eğlenmek için bir araya gelmiş insanların vazgeçilmez davranışlarından biri haline gelmiştir (Önal, 2017).

Ceyran'a (2001) göre, Halk oyunları ülkemizde uzun bir geçmişe sahip olmasına rağmen önemsenmemiş ve gelişmemiş bir spor, bir kültürel aktivite olmasından dolayı bu alanda yapılan çalışmalar diğer sportif dallara göre az sayıdadır. Halk oyunları çalışmaları, gösterileri, yarışmaları süresi kısa da olsa üst düzey performans gerektirdiği için dansçıların antropometrik özellikleri ve fiziksel uygunlukları büyük önem taşımaktadır.

Tanım olarak fiziksel uygunluk, fiziksel aktivite tarafından etkilenen vücut sisteminin fiziolojik kapasitesidir. Fiziksel uygunluk iki şekilde değerlendirilmektedir; sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk ve performansla ilgili fiziksel uygunluk (Özer, 2001).

Vücut kompozisyonu genel olarak yağ, kemik, kas hücreleri, diğer organik maddeler ve hücre dışı sıvılardan oluşmuştur. İnsan yaşantısını yakından ilgilendiren vücut kompozisyonunu etkileyen faktörler; yaş, cinsiyet, kas, fiziksel aktivite düzeyleri, hastalıklar ve beslenmedir. Vücut kompozisyonunu yağlı ve yağsız kütleler olarak ikiye ayırabiliriz. Yağsız kütlelere; kas, kemik, su, sinir, damarlar ve diğer organik maddeler girmektedir. Yağlı kütleler ise; derialtı yağları, depo yağları ve esansiyel (öz) yağlar olarak sınıflandırılmaktadır (Zorba, 2001).

Sporda başarılı olunması öncelikle fiziksel özelliklere bağlı olup antropometrik özellikler, cinsiyet ve kişilere göre farklılık gösterebilmektedir. Halk oyunlarında kolların, bacakların ve ayakların koordineli bir şekilde kullanılmasının yanı sıra bireylerin fiziksel, fizyolojik ve motorik özelliklerini de etkilediği düşünülmektedir. Tüm bu tanımlamalardan hareketle yapılan bu çalışma, halk oyunları çalışmalarının üniversite öğrencilerinin vücut kompozisyonları ve fiziksel uygunlukları üzerine etkisinin olup olmaması araştırılıp, ortaya açısından konulması önem arz etmektedir.

Halk oyunları çalışmaları sonrası hem vücudunu hem de beynini daha koordineli kullanabilecek bireylerin, çeviklik, esneklik, denge, vücut yağ oranları ve kilo gibi özelliklerin dengelenmesi ve düzenlenebilmesi araştırmanın önemlerindedir. Halk oyunları çalışmaları sonucunda bireylerde meydana gelebilecek olumlu yöndeki reaksiyon zamanı, daha sonraları bireylerin başka becerilerin ve dikkat faktörünün gelişmesi bakımından önem arz etmektedir. Sonuç olarak bu araştırmanın hipotezi 12 haftalık halk oyunları çalışmalarının, katılımcıların fiziksel uygunluk parametreleri üzerinde olumlu değişimler göstermesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Bu çalışmada deney ve kontrol gruplarından birine müdahale ile yapılan yarı deneysel araştırma modeli uygulanmıştır. Araştırmanın örneklemini Kırıkkale Üniversitesi'nde öğrenim gören ve daha önce halk oyunları oynamamış olan 30 erkek, 30 kız toplam 60 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların tamamı Kırıkkale Üniversitesi'nin öğrencilerinden oluşmaktadır ve Halk Oyunları Topluluğuna katılmak isteyen Eğitim Fakültesi, Mühendislik Fakültesi Fen Edebiyat Fakültesi ve Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinden seçilmiştir. Katılımcı bireyler 20-25 yaş arası kız, erkek, sedanter ve sağlık problemi olmayan öğrencilerdir. Toplam 30 kız 30 erkek öğrenciden, halk oyunları oynamak isteyen 15 kız, 15 erkek deney grubu, diğer 15 kız, 15 erkek öğrenci ise kontrol grubunu oluşturdu. Çalışmanın uygulanabilmesi için gerekli tüm izinler alınmıştır. Araştırmaya katılan tüm öğrencilere, çalışma hakkında bilgi verilmiş ve gönüllü onay formu imzalatılmıştır.

Veri Toplama Aracı

Bu araştırmada ön test ve son test olmak üzere iki kere veri toplanmıştır. Hem ön testte hem de son testte deneklerin, boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut kompozisyonu ve antropometrik ölçümler birer kez, el kavrama kuvveti, sürat koşusu, zig zag koşusu, esneklik ve dikey sıçrama testleri, performansa dayalı olduğu için üçer kez alınmıştır. Bu uygulanan testlerde 3 tekrardan en iyi sonuç alınıp verilere kaydedilmiştir. Tüm testlerden önce ölçüm yapılacak cihazların ve malzemelerin kalibrasyonu ve doğrusalık kontrolü yapıp güvenilirliği test edilmiştir. Antropometrik ölçümler, vücut kompozisyonu, esneklik, el kavrama kuvveti ve dikey sıçrama ön testleri 03-04 Mart 2015, son testleri ise 30-31 Mayıs tarihlerinde Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Egzersiz ve Performans Laboratuvarı'nda, sürat koşusu ve zig zag çeviklik koşusu ölçümleri de, Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Kapalı Spor Salonu'nda yapılmıştır.

Verilerin Analizi

İstatistiksel sonuçların çıkarılmasında SPSS İstatistik programı kullanılmıştır. Deney ve Kontrol gruplarının kendi içinde analizinde Bağımlı Örneklem t-Testi kullanılmıştır. Kovaryans analizi yapılması için Shapiro-Wilk normallik testi uygulanmış, 0.01 ile 0.05 anlam düzeyinde karşılaştırmalar yapılmıştır.

Halk Oyunları Antrenman Süreci

Bu çalışmada kontrol grubu 12 haftalık süreçte, haftada 3 gün olacak şekilde 36 antrenman oturumuna katılmışlardır. Bu 12 haftalık dönemde katılımcılara Gaziantep Yöresi'nin 11 oyunu öğretilmiştir. Bu oyunlar belirlenirken oyunların, temposuna, ritmine ve vücudun ne kadar fazla bölgesine etkisi olabileceğine bakılmıştır. Çalışmanın ilk haftasında temel halk oyunları figürleri gösterilip, oyuncuların halk oyunlarına adapte sürecini hızlandırmak hedeflenmiştir. Katılımcıların halk oyunları çalışmalarının günleri dışında herhangi bir başka antrenman veya yüksek tempolu bir aktivite yapmamaları istenmiştir. Her antrenmandan önce ısınma hareketleri yapılmıştır. Antrenmanlarda yoğunluğu ve şiddeti artırmak için öğrenilen oyunlar davul eşliğinde ritimle tekrar edilmiştir. Ritimle yapılan antrenman öğrenilen oyunları hem kalıcı hale getirmek hem de ritme göre tam öğrenmeyi sağlamak hedeflenmiştir. Halk oyunları antrenmanları her bir oturumda 45'er dakikadan iki bölüm olarak yapılmıştır. Bölümler

arasında 15 dakikalık dinlenme süresi vardır. Halk oyunlarının temel figürleri (çift sol, çift sağ, yedili sekme vb.) ilk hafta öğretilmiştir. Gaziantep yöresinden seçilen 11 oyun (yarım kaba, düz, şirvani, galata, pekmez, zennube, teze gelin, şekeroglan, demirci, havarişko, oğuzlu) öğretilirken, tüm oyunların figürleri ve hareketleri en küçük parçalarına indirilerek anlatılmış ve uygulanmıştır. Öğretim aşamasında tam öğrenme modeli benimsenmiş olup, oyun öğretimi parçadan bütüne doğru gitmiştir. Bir figür öğrenilmeden yeni bir figüre geçilmemiştir. Eksiklerle ilgili ek öğrenme yapıp, öğrenme tamamlanmıştır. Antrenmanlarda kontrol grubuna oyunlar öğretilirken, anlatım ve gösterip yaptırma yöntem ve teknikleri kullanılmıştır. Yapılan halk oyunları antrenmanları sürecinde Bompa'nın (2014) antrenman öğeleri dikkate alınmış olup, çalışmalar buna göre planlanmıştır. Halk oyunları antrenmanlarının süresi veya zamanı 45'er dakikalık iki bölümden haftada 3 gün olacak şekilde 12 hafta sürmüştür. Halk oyunları antrenman sıklığı ise 1 gündür, çalışmalar bir gün yapıp bir sonraki gün dinlenme olacak şekilde planlanmıştır.

Araştırmada Test Edilen Değişkenler ve Ölçüm Yöntemleri

Tüm katılımcıların boy uzunluğu, vücut ağırlığı, yağ yüzdeleri ve antropometrik değerleri ölçülerek belirlenmiş, el kavrama kuvveti, sürat koşusu, zig zag çeviklik koşusu, esneklik ve dikey sıçramada ise performans testleri uygulanıp veriler kayda alınmıştır.

Boy Uzunluğu: Katılımcıların boy uzunlukları, çıplak ayakla ve ayakları bitişik olacak şekilde, ölçüm duvarı önünde, vücudun ve başın dik olması koşuluyla ölçülmüştür. Değerler 'cm' cinsinden kaydedilmiştir.

Vücut Ağırlığı: Katılımcıların vücut ağırlık ölçümleri 50 g hassasiyetinde olan EKO-150 kg 40x50 Tartım Baskülü kullanılmıştır. Katılımcıların üzerinde sadece şort ve atlet varken ölçüm alınmıştır.

Vücut Yağ Oranı: Bu çalışmada katılımcıların vücut yağ yüzdelerinin ölçümü için 'Tanita Body Composition Analyzer BC 418' markalı analizör kullanılmıştır. Ölçümlerden önce cihazın kontrolü ve kalibrasyonu yapılmıştır. Her deneğin ölçümü yapılırken önce üzerine basılan, çelik ayak koyma yerleri ve el ile tutulup sıkılan tutma kolu ıslak bez ile temizlenip kurulmuştur. Ölçüm sırasında analizör ekranına elektronik olarak her deneğin cinsiyeti, yaşı, boy uzunluğu ve günlük aktivite düzeyi veri olarak girilmiştir. Katılımcıların üzerindeki tüm metal aksesuarların ve takıların çıkarılıp, çıplak ve kuru ayak ile cihaz platformunun üzerine

çıkıp tutma kollarını fazla sıkmadan, avuç içlerini kavrayacak şekilde tutup, ölçüm süresi bitene kadar (ortalama 55 saniye) anatomik duruşta, titremeden ve hareket etmeden, sabit durması istenmiştir. Ölçüm yapılırken, deneğin üzerindeki giysilerin ağırlığı, yaklaşık dara ağırlığı olarak analizör ekranından düşülmüştür.

Antropometrik Ölçümler: Bu çalışmada katılımcıların, biceps bölgesinin çevresi, göğüs çevresi, üst bacak çevresi ve calf çevresi ölçümleri alınmıştır. Ölçümler, standart çift taraflı çok amaçlı ölçüm mezurası ile alınmıştır.

El Kavrama Kuvveti: “Jamar Hydraulic Hand” marka el dinamometresi ile katılımcılara ön test ve son test olmak üzere 12 haftalık süreçte iki kez ölçüm yapılmıştır. Her bir ölçümde katılımcılardan üçer tekrar yapması istenmiştir ve bu tekrarlardan en iyi sonuç kaydedilmiştir.

Sürat Koşusu: 20 metre arayla konulan koniler, bu mesafelerde ayarlanan fotosel ve başlangıç çizgileri katılımcılara anlatılmıştır. Örnek bir başlangıç ve bitişin nasıl olması gerektiği katılımcılara gösterilmiştir. Katılımcılardan tüm hızlarıyla koşmaları istenmiştir. Her katılımcı sırayla teste girmiştir. Katılımcılardan ikişer tekrar yapmaları istenmiş ve test bittikten sonra en iyi derece kayıtlara alınmıştır. Uygulanan tüm testler ve aşamaları hem ön testte hem de son testte aynı şekilde yapılmıştır.

Zig-Zag Koşusu: Çeviklik için Zig-Zag Testinin nasıl yapılmasını gerektiğini ayrıntılı olarak anlatmıştır (Mackenzie, 2005). Zig-Zag koşu testinde bir dikdörtgenin içinde ve dışında çapraz koşulması istenmiştir. Bu dikdörtgenin uzun kenarı 4.86 metre, kısa kenarı 3.04 metredir. Dikdörtgenin merkezine ve köşelerine de birer tane olmak üzere toplam 5 koni ile alan belirtilmiştir. Başlangıç ve bitiş çizgilerine yerleştirilen fotosel aracılığıyla katılımcıların koşu süreleri tespit edilmiştir.

Esnelik: Otur uzan esneklik testi uygulanarak katılımcıların oturma pozisyonunda ne kadar uzağa eriştiklerini bulmak amaçlanmıştır. Bu ölçüm için S&R (Sit and Reach) sehpası kullanılmıştır. Katılımcılara testi nasıl uygulayacakları anlatılmış ve gösterilmiştir.

Dikey Sıçrama ve Maksimum Bacak Gücü: Bu çalışmada Force Plate (Accu Power, OR 6-X-OP series) plakası kullanılmıştır. Yerde bulunun bir tabaka bilgisayara bağlanmış ve bilgisayara program kurulumu yapılmıştır. Kurulan programa ölçümlerden önce tüm katılımcıların bilgileri (cinsiyet, boy, kilo, spor dalı vb.) kaydedilmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde deney ve kontrol grubunu katılımcılarının halk oyunları çalışmaları öncesi ve sonrası yapılan ölçümlere bağlı olarak biyomotorik testler ve çevre ölçümlerine ait sonuçlar verilmektedir.

Tablo 1. Deney grubu ön test ve son test karşılaştırması

	ort	ss	t	p
Vücut Ağırlığı (Ön Test)	63.973	10.5902		
Vücut Ağırlığı (Son Test)	63.113	9.7418	2.260	.032*
Vücut Yağ Oranı (Ön test)	19.053	8.4985		
Vücut Yağ Oranı (Son test)	17.390	8.0731	4.593	.000*
Sağ El Kavrama Kuvveti (Ön test)	46.200	14.3272		
Sağ El Kavrama Kuvveti (Son test)	46.200	13.6997	.000	1.000
Sol El Kavrama Kuvveti (Ön test)	43.333	14.3703		
Sol El Kavrama Kuvveti (Son test)	43.367	14.0356	-.051	.959
20 m Sürat (Ön test)	3.2110	.63295		
20 m Sürat (Son test)	3.1260	.60337	4.342	.000*
Zig Zag (Ön test)	16.8557	2.63622		
Zig Zag (Son test)	16.2827	2.16402	4.043	.000*
Maksimum Bacak Gücü (Ön test)	2704.03	1028.501		
Maksimum Bacak Gücü (Son test)	2827.97	1020.618	-2.779	.009*
Dikey Sıçrama (Ön test)	25.081	9.2570		
Dikey Sıçrama (Son test)	26.867	8.6668	-2.537	.017*
Calf Çevresi (Ön test)	35.10	2.708		
Calf Çevresi (Son test)	34.83	2.394	2.804	.009*
Biceps Çevresi (Ön test)	29.13	3.329		
Biceps Çevresi (Son test)	28.97	3.200	2.408	.023*
Göğüs Çevresi (Ön test)	89.10	6.830		
Göğüs Çevresi (Son test)	88.67	6.599	4.176	.000*
Üst Bacak Çevresi (Ön test)	50.73	3.769		
Üst Bacak Çevresi (Son test)	50.37	3.718	4.097	.000*
Esneklik (Ön test)	30.93	4.877		
Esneklik (Son test)	32.40	4.931	-6.718	.000*

*p=0.01 ve p=0.05 düzeyinde anlamlılık

Deney Grubu katılımcılarının vücut ağırlığı, dikey sıçrama ve biceps çevre ölçümleri $p<0.05$ düzeyinde bulunmuştur. Vücut yağ oranı, 20m sürat koşusu, zig-zag koşu testi, maksimum bacak gücü, calf çevresi, üst bacak çevresi, göğüs çevresi ve esneklik ön test ve son test sonuçlarının karşılaştırılması sonucu ise anlamlılık düzeyi $p<0.01$ olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların sağ el ve sol el kavrama kuvvetinde ise anlamlı bir sonuç elde edilmemiştir.

Tablo 2. kontrol grubu ön test ve son test karşılaştırması

	ort	ss	t	p
Vücut Ağırlığı (Ön test)	69.023	11.4633		
Vücut Ağırlığı (Son test)	69.213	10.7042	-.510	.614
Vücut Yağ Oranı (Ön test)	21.127	9.0774		
Vücut Yağ Oranı (Son test)	21.197	8.7502	-.216	.831
Sağ El Kavrama Kuvveti (Ön test)	44.233	13.8730		
Sağ El Kavrama Kuvveti (Son test)	43.933	14.0343	.402	.691
Sol El Kavrama Kuvveti (Ön test)	41.400	14.5948		
Sol El Kavrama Kuvveti (Son test)	41.333	14.5657	.103	.919
20 m Sürat (Ön test)	3.4791	.56532		
20 m Sürat (Son test)	3.5437	.57891	-1.209	.236
Zig Zag (Ön test)	20.3017	3.76673		
Zig Zag (Son test)	20.7880	3.77269	-1.848	.075
Maksimum Bacak Gücü (Ön test)	2732.47	1001.655		
Maksimum Bacak Gücü (Son test)	2714.33	986.409	.481	.634
Dikey Sıçrama (Ön test)	22.623	6.4063		
Dikey Sıçrama (Son test)	22.503	7.0254	.242	.811
Calf Çevresi (Ön test)	34.73	3.610		
Calf Çevresi (Son test)	34.93	3.542	-2.262	.031*
Biceps Çevresi (Ön test)	28.13	4.058		
Biceps Çevresi (Son test)	28.87	4.470	-1.928	.064
Göğüs Çevresi (Ön test)	92.07	6.389		
Göğüs Çevresi (Son test)	92.13	6.285	-1.439	.161
Üst Bacak Çevresi (Ön test)	54.53	4.754		
Üst Bacak Çevresi (Son test)	54.70	4.764	-2.408	.023*
Esneklik (Ön test)	27.60	4.987		
Esneklik (Son test)	27.30	4.743	1.725	.095

*p=0.05 düzeyinde anlamlılık

Kontrol Grubu katılımcılarının üst bacak ve calf çevresi ön test ve son test sonucu halk oyunları çalışması yapmamasına rağmen $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı bulunmuştur. Vücut ağırlığı, vücut yağ oranı, sağ el kavrama kuvveti, sol el kavrama kuvveti, 20 m sürat koşusu, zig-zag koşusu, maksimum bacak gücü, dikey sıçrama, biceps çevresi, göğüs çevresi ve esneklik ölçümlerinde anlamlı bir sonuç elde edilememiştir (Tablo2).

Tablo 3. Erkek katılımcıların ön test ve son test karşılaştırması

	ort	ss	t	p
Vücut Ağırlığı (Ön test)	72.840	9.89		
Vücut Ağırlığı (Son test)	72.377	9.30	1.172	.251
Toplam Vücut Yağ Oranı (Ön test)	14.600	6.43		
Toplam Vücut Yağ Oranı (Son test)	13.820	6.48	2.131	.042
Sağ Kol Yağ Oranı (Ön test)	12.403	6.90		
Sağ Kol Yağ Oranı (Son test)	11.860	6.79	1.869	.072
Sol Kol Yağ Oranı (Ön test)	13.240	6.68		
Sol Kol Yağ Oranı (Son test)	12.670	6.68	2.200	.036
Sağ bacak Yağ Oranı (Ön test)	16.730	7.00		
Sağ bacak Yağ Oranı (Son test)	15.810	6.84	3.101	.004
Sol bacak Yağ Oranı (Ön test)	17.380	6.92		
Sol bacak Yağ Oranı (Son test)	16.283	6.71	3.077	.005
Karın Bölgesi Yağ Oranı (Ön test)	15.623	7.45		
Karın Bölgesi Yağ Oranı (Son test)	14.507	7.55	3.017	.005
El Kavrama Kuvveti Sağ El (Ön test)	55.400	11.86		
El Kavrama Kuvveti Sağ El (Son test)	54.933	11.93	.558	.581
El Kavrama Kuvveti Sol El (Ön test)	53.000	11.80		
El Kavrama Kuvveti Sol El (Son test)	53.100	10.99	-.129	.898
Sürat Koşusu (Ön test)	2.833	0.335		
Sürat Koşusu (Son test)	2.818	0.317	.460	.649
Zig Zag Çeviklik Koşusu (Ön test)	16.880	3.19		
Zig Zag Çeviklik Koşusu (Son test)	17.025	3.34	-.719	.478
Maksimum Bacak Gücü (Ön test)	3637.70	423.35		
Maksimum Bacak Gücü (Son test)	3667.93	385.56	-.735	.468
Dikey Sıçrama (Ön test)	30.668	4.86		
Dikey Sıçrama (Son test)	31.093	5.70	-.574	.570
Calf Çevresi (Ön test)	36.83	2.08		
Calf Çevresi (Son test)	36.73	2.06	1.140	.264
Biceps Çevresi (Ön test)	30.87	2.99		
Biceps Çevresi (Son test)	31.43	3.08	-1.458	.156
Göğüs Çevresi (Ön test)	94.20	5.49		
Göğüs Çevresi (Son test)	93.97	5.44	2.536	.017
Üst Bacak Çevresi (Ön test)	52.93	4.12		
Üst Bacak Çevresi (Son test)	52.97	4.19	1.980	.057
Esneklik (Ön test)	32.83	3.99		
Esneklik (Son test)	33.23	4.47	-1.588	.123

*p=0.01 ve p=0.05 düzeyinde anlamlılık

Ölçümü yapılan tüm parametrelerin erkek katılımcılara göre ön test ve son test karşılaştırılması yukarıdaki tabloda verilmiştir (Tablo 3).

Tablo 4. Kadın katılımcıların ön test ve son test karşılaştırması

	ort	ss	t	P
Vücut Ağırlığı (Ön test)	60.15	8.69	.543	.591
Vücut Ağırlığı (Son test)	59.95	8.16		
Toplam Vücut Yağ Oranı (Ön test)	25.58	7.28	2.072	.047
Toplam Vücut Yağ Oranı (Son test)	24.76	6.72		
Sağ Kol Yağ Oranı (Ön test)	26.69	6.60	2.639	.013
Sağ Kol Yağ Oranı (Son test)	25.88	6.11		
Sol Kol Yağ Oranı (Ön test)	26.83	6.71	2.633	.013
Sol Kol Yağ Oranı (Son test)	25.97	6.23		
Sağ bacak Yağ Oranı (Ön test)	27.78	8.02	2.831	.008
Sağ bacak Yağ Oranı (Son test)	26.66	7.40		
Sol bacak Yağ Oranı (Ön test)	27.93	7.99	3.030	.005
Sol bacak Yağ Oranı (Son test)	26.64	7.46		
Karın Bölgesi Yağ Oranı (Ön test)	25.68	8.75	2.153	.040
Karın Bölgesi Yağ Oranı (Son test)	24.82	7.95		
El Kavrama Kuvveti Sağ El (Ön test)	35.03	6.65	-.311	.758
El Kavrama Kuvveti Sağ El (Son test)	35.20	6.59		
El Kavrama Kuvveti Sol El (Ön test)	31.73	6.93	.272	.788
El Kavrama Kuvveti Sol El (Son test)	31.60	7.16		
Sürat Koşusu (Ön test)	3.85	.321	.071	.944
Sürat Koşusu (Son test)	3.85	.364		
Zig Zag Çeviklik Koşusu (Ön test)	20.27	3.33	.907	.372
Zig Zag Çeviklik Koşusu (Son test)	20.04	3.67		
Maksimum Bacak Gücü (Ön test)	1798.80	365.02	-1.677	.104
Maksimum Bacak Gücü (Son test)	1874.37	456.92		
Dikey Sıçrama (Ön test)	17.03	3.18	-2.513	.018
Dikey Sıçrama (Son test)	18.27	4.09		
Calf Çevresi (Ön test)	33.00	2.91	-.297	.769
Calf Çevresi (Son test)	33.03	2.63		
Biceps Çevresi (Ön test)	26.40	2.96	.000	1.000
Biceps Çevresi (Son test)	26.40	2.76		
Göğüs Çevresi (Ön test)	86.97	5.89	1.439	.161
Göğüs Çevresi (Son test)	86.83	5.76		
Üst Bacak Çevresi (Ön test)	52.33	5.20	.328	.745
Üst Bacak Çevresi (Son test)	52.30	5.33		
Esneklik (Ön test)	25.70	3.48	-2.986	.006
Esneklik (Son test)	26.47	4.06		

*p=0.01 ve p=0.05 düzeyinde anlamlılık

Ölçümü yapılan tüm parametrelerin kadın katılımcılara göre ön test ve son test karşılaştırılması yukarıdaki tabloda verilmiştir (Tablo 4).

Tablo 5. Deney grubu ve kontrol grubu ön test son test karşılaştırılması

	f	p	p kare
Vücut Ağırlığı	1.683	.000	.967
Vücut Yağ Oranı	1.197	.000	.955
Sağ El Kavrama Kuvveti	.169	.683	.003
Sol El Kavrama Kuvveti	.040	.843	0.01
20 Metre Sürat Koşusu	375.582	.000	.868
Zig Zag Koşusu	392.912	.000	.873
Maksimum Bacak Gücü	1.096	.000	.951
Dikey Sıçrama	279.764	.000	.831
Calf Çevresi	2.405	.000	.977
Biceps Çevresi	4.885	.031	0.79
Göğüs	1.469	.000	.996
Üst Bacak Çevresi	5.409	.000	.990
Esneklik	1.131	.000	.952

*p=0.01 ve p=0.05 düzeyinde anlamlılık

Deney ve Kontrol Gruplarının ön test ve son test karşılaştırmalarında vücut ağırlığı, vücut yağ oranı, 20 m sürat koşusu, zig-zag koşusu, maksimum bacak gücü, dikey sıçrama, calf çevresi, üst bacak çevresi, göğüs çevresi ve esneklik ölçümleri sonucunda $p < 0.01$ düzeyinde deney grubu lehine anlamlı sonuç tespit edilmiştir. Biceps çevresi ölçümleri karşılaştırıldığında anlamlılık düzeyi deney grubu lehine $p < 0.05$ olarak bulunmuştur. Sağ el ve sol el Kavrama ölçümleri sonucunda deney grubu ile kontrol grubu arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir (Tablo5).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada Kırıkkale Üniversitesinde öğrenim gören 30 deney grubu (15 erkek, 15 kadın), 30 kontrol grubu (15 erkek, 15 kadın) olmak üzere 60 öğrencinin, halk oyunları çalışmaları öncesi ve sonrası bazı fiziksel, fizyolojik özellikleri ve esneklik, sürat, kuvvet, çeviklik gibi performansları karşılaştırılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin, yaş, kilo, boy gibi özelliklerinin yanı sıra vücut kompozisyonu, 20 metre sürat koşu zamanı, zig zag çeviklik koşu zamanı, esneklik testi, el kavrama kuvveti testi, maksimum bacak gücü testi ve bazı çevre ölçümleri alınmıştır. Bu bölümde katılımcıların test ve ölçüm verilerinin analiz edilmesinden sonra, literatürdeki benzer çalışmalarla karşılaştırılması yapılmış ve yorumlanmıştır.

Araştırmaya katılan deney grubu öğrencilerinin yaş ortalaması 20.43 ± 1.1 yıl, kontrol grubu öğrencilerinin yaş ortalaması 20.87 ± 1.0 yıl, deney grubu öğrencilerinin boy ortalaması 171.67 ± 9.5 cm, kontrol grubu öğrencilerinin boy ortalaması 172.07 ± 8.6 cm, deney grubu öğrencilerinin ortalama ağırlığı 63.973 ± 10.5 kg, kontrol grubu öğrencilerinin ortalama ağırlığı 69.023 ± 11.4 kg olarak saptanmıştır.

Ünveren (2006) tarafından yapılan üniversite öğrencilerine yönelik halk oyunları egzersizlerinin fiziksel ve fizyolojik etkisinin araştırıldığı çalışmada deney grubunun yaş ortalaması 20.61 ± 1.42 yıl, kontrol grubunun yaş ortalaması 21.33 ± 1.50 yıl olarak saptanmıştır. Kay (2008) tarafından yapılan benzer çalışmada ise katılımcıların vücut ağırlığı ortalamaları 66.40 ± 11.12 kg olarak tespit edilmiştir. Alp (2010) tarafından yapılan halk oyunlarının vücut kompozisyonu üzerine etkisinin araştırıldığı çalışmada erkeklerin boy ortalaması 172.08 ± 5.80 cm, kadınların boy ortalaması 159.75 ± 5.04 cm bulunmuştur. Bu çalışmalardaki katılımcıların yaş, vücut ağırlığı ve boy uzunluğu gibi bazı demografik özellikleri bu araştırmayla benzerlik göstermektedir.

Bu çalışmada ölçümü yapılan vücut yağ oranı değerlerinden, tüm vücut yağ oranının deney grubundaki ön test sonuçları 19.053 ± 8.4985 kg olup son testte anlamlı ($p < 0.01$) bir düşüş olarak 17.390 ± 8.0731 kg değerlerine gelmiştir. Kontrol grubunda ise beklendiği şekilde tüm vücut yağ oranında anlamlı bir değişiklik meydana gelmemiştir. Kay'ın (2008) halk oyunlarının üniversite öğrencilerinin bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerine olan etkisini incelediği çalışmasında halk oyunları oynayan horon grubun ön testteki tüm vücut yağ oranı 13.643 ± 2.775 kg, son testte ise 13.120 ± 2.626 kg bulunmuştur ve ölçümler arasındaki istatistiksel fark $p < 0.05$ anlamlılık düzeyindedir. Yine aynı çalışmada, zeybek grubu öğrencilerinin tüm vücut yağ oranları ön test sonucu 22.503 ± 6.755 kg iken son testte bu ortalama 22.263 ± 6.715 kg olarak tespit edilmiştir. Kay'ın çalışmasının vücut yağ oranı değerlerinde değişim üzerinden analiz edildiğinde bu çalışma ile benzerlik göstermektedir. Alp'ın (2010) halk oyunlarının ritim duygusu ve vücut kompozisyonu üzerine etkisini incelediği araştırmasında katılımcıların vücut yağ oranı değerlerini Yuhasz formülüne göre hesaplamış olup, erkek katılımcılarda ön testte 7.460 ± 1.393 kg son testte 7.372 ± 1.572 kg ortalamalarını tespit etmiş ancak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p = 0.328$). Kadın katılımcılarda ise ön testte 10.738 ± 3.286 kg son testte de 10.56 ± 0.978 kg hesaplanmış ve aynı şekilde anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bu araştırma

sonuçları Alp'in (2010) sonuçları ile karşılaştırıldığında, iki araştırma arasında bir fark görülmüş olup bunun sebebinin de ölçüm yöntemleri, katılımcıların yaşları ve oynadıkları halk oyunları yöresi olabileceği öngörülmektedir.

Aydos ve Kürkçü (1997), spor yapan ve spor yapmayan ortaöğrenim öğrencilerinin fiziksel ve fizyolojik özelliklerini karşılaştırdıkları çalışmada katılımcıların sağ el kavrama kuvveti sonuçlarını 32.45 ± 8.55 kg elde etmişlerdir ve bu sonuçlar kontrol grubunun sonuçları 22.83 ± 5 kg ile karşılaştırıldığında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur. Spor yapan ve yapmayan bireyler arasında el kavrama kuvveti değerlerinde anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışmada el kavrama kuvveti ölçüm sonuçları incelendiğinde deney grubu sağ el kavrama kuvveti ön test ortalaması 46.200 ± 14.32 kg elde edilmiş iken son testte bir değişim olmayarak yine 46.200 ± 13.69 kg ortalaması bulunmuştur ve anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Sol el kavrama kuvveti ön test sonuçları 43.33 ± 14.37 kg iken son testte 43.367 ± 14.03 kg değerinde kalmıştır ve yine anlamlı bir sonuç elde edilmemiştir. Literatürdeki benzer çalışmalar incelendiğinde yapılan spor dalına göre el kavrama kuvvetinde olumlu yönde değişim gözlenmiş olup halk oyunları branşının el kavrama kuvveti değerlerine herhangi bir etkisi olmadığı görülmüştür.

Ölçümler sonucu, deney grubunun 20 metre sürat koşusu ön test ve son test değerlerine bakıldığında %2.64 oranında gelişim görülmüştür. Ön testte 3.21 ± 0.63 saniye olan ortalama son testte 3.12 ± 0.60 saniye olarak ölçülmüştür. Kontrol grubunun ön testte 3.47 ± 0.56 saniye olan verileri son testte %1.85 gerileyerek ortalaması 3.54 ± 0.57 saniye olarak saptanmıştır. Bu sonuçlardan elde edilen verilerin analiz edilmesi sonucunda halk oyunları oynayan bireylerin süratlerinde olumlu yönde gelişmeler olduğu görülmektedir. Türk Halk Oyunları öğretim yöntemlerinin çabukluk, sürat ve esneklik üzerindeki etkisinin incelendiği çalışmada Ağca, (2017) katılımcılara zig zag çeviklik koşu testini uygulamış ve yapılan ölçüm sonucu 17.19 ± 3.69 saniye değerini tespit etmiştir. Farklı bir öğretim yöntemi ile yaptığı halk oyunları çalışması yaptığı grup sonucu ise yine benzer sonuçlar bulmuş ve 17.89 ± 3.88 saniye değerlerini tespit etmiştir.

Bu çalışmada zig zag çeviklik koşu testinin deney grubundaki ortalamaları ön test ve son testte sırayla şu şekilde bulunmuştur, 16.855 ± 2.63 saniye ve 16.282 ± 2.16 saniyedir. Deney grubu zig zag çeviklik koşu değerleri arasında $p < 0.01$ düzeyinde anlamlılık tespit edilmiştir.

Kontrol grubu zig zag çeviklik koşusu ön testte 20.301 ± 3.76 saniye ortalaması elde edilmiştir. Son testte ise anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüş ve 20.788 ± 3.77 saniye ortalaması tespit edilmiştir. Halk oyunları egzersizlerine katılan öğrencilerin az da olsa çeviklik özelliklerinde %3.39 gelişim tespit edilmiştir. Gruplar birbirleri ile karşılaştırıldığında deney grubunun verileri kontrol grubunun verilerine göre $p < 0.01$ anlamlılık düzeyinde anlamlı olduğu görülmüştür.

Dikey sıçrama testlerinin sonuçları incelendiğinde, deney grubu öğrencilerinin ön testte 25.081 ± 9.25 cm olan değerleri son testte artış göstererek 26.867 ± 8.66 cm değerine gelmiştir. Bu artışa istatistiksel olarak bakıldığında ortalama değerlerinde %7.12 oranında gelişim gösterdiği tespit edilmiştir. Anlamlılık düzeyi ise $p < 0.05$ olarak bulunmuştur. Kontrol grubu öğrencilerinin ön testte 22.623 ± 6.40 cm olan ortalamaları son testte 22.503 ± 7.02 cm olarak değişim göstermemiştir ($p > 0.05$). Gruplar arası karşılaştırma yapıldığında deney grubunun kontrol grubuna göre gelişimi $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı olarak tespit edilmiştir.

Dikey sıçrama testlerinin bulunduğu literatürler incelendiğinde, ölçüm yöntemlerindeki değişiklikler ve kullanılan aletler ortaya çıkan sonuçlar arasında büyük farklılıklar göstermektedir. Dikey sıçrama ölçüm yöntemleri yapılan araştırmalar arasındaki bu farklılıkların sebebini göstermektedir. Serin (2015) yaptığı çalışmada, dikey sıçrama testlerini smart speed lite sistemi ile ölçmüş ve katılımcılarda 45.94 ± 6.18 cm değerini elde etmiştir. Macit (2014) sporcularda dikey sıçrama yüksekliklerini araştırdığı çalışmasında, dikey sıçrama ölçümü için new test jump mat cihazını kullanmıştır ve ölçüm yapılırken sporcuların daha yükseğe sıçraması için sporcuların dizlerini kırmasına ve ellerini serbest olarak hareket ettirmesine izin vermiştir. Bu şekilde yapılan ölçümlerde 34 deneğin ortalaması 43.71 ± 7.00 cm olarak tespit edilmiştir. Yıldız'ın (2001) futbolcular üzerine yaptığı araştırmada, 8 haftalık antrenman programı uygulamıştır. Ön test ve son test olarak iki test gerçekleştirmiştir. Bu araştırmada ön testte 41.25 ± 1.86 cm olan veriler son testte 49.91 ± 1.92 cm ortalamasına çıkmış ve anlamlı bir farklılık tespit etmiştir. Genel olarak literatüre bakıldığında katılımcılara uygulanan egzersiz programından sonra dikey sıçrama testlerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür.

Vücut kompozisyonu ve çeviklik arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, katılımcıların vücut çevre uzunlukları ölçümleri araştırılmıştır. 18 katılımcı üzerinde yaptığı ölçümlerde baldır çevresini 37.69 ± 1.526 cm, uyluk çevresini 55.81 ± 2.408 cm, ön kol çevresini 30.28 ± 1.817 cm ve göğüs çevresini 97.19 ± 4.716 cm elde etmiştir (Görgülü, 2016).

Literatürdeki çalışmalarla benzerlik gösteren bu çalışmada deney grubunun baldır çevresi 35.10 ± 2.708 cm iken son testte 34.83 ± 2.394 cm değerine gelmiştir. Bu değişimin istatistiksel olarak oranı %0.76 olmasına rağmen $p < 0.05$ düzeyinde anlamlı olarak tespit edilmiştir. Kontrol grubu baldır ön test sonuçları 34.73 ± 3.610 cm iken 34.93 ± 3.542 cm değerine gerilemiştir ve anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Deney grubu öğrencilerinin ön kol çevresi uzunluğu ön testte 29.13 ± 3.329 cm, son testte ise 28.97 ± 3.200 cm tespit edilmiştir. Kontrol grubunun ön kol çevresi uzunlukları ise 28.13 ± 4.058 cm iken son testte 28.87 ± 4.470 cm olarak kaydedilmiştir. Ön kol değerleri incelendiğinde deney grubunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiş olup kontrol grubundaki değişim anlamlı olarak tespit edilmemiştir. Göğüs çevresi ölçümlerinde deney grubunun ön test ortalaması 89.10 ± 6.830 cm, son test ortalaması 88.67 ± 6.599 cm olarak ölçülmüştür ve anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kontrol grubu verileri incelendiğinde anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Üst bacak ölçümleri sonucunda deney grubunda sıkılaşıma tespit edilirken, kontrol grubunda genişleme söz konusu olmuştur. Deney grubu ön test sonuçları 50.73 ± 3.769 cm değerinden 50.37 ± 3.718 cm değerine inmiştir. Kontrol grubu ön testi 54.53 ± 4.754 cm iken son testte 54.70 ± 4.764 cm olarak bulunmuştur. Genel olarak çevre uzunluklarının sonuçlarına bakıldığında deney grubunda sıkılaşıma meydana gelmiştir ve uzunluklar azalma göstermiştir. Kontrol grubunda ise herhangi bir değişim olmamış ya da çevre uzunluklarında genişleme meydana gelmiştir.

Ertem (2015) tarafından badmintoncularda antropometrik ve fiziksel özelliklerin esneklik üzerine etkisinin incelendiği çalışmada erkek katılımcıların esneklik ölçümlerini 17.8 ± 12.6 cm olarak tespit edilmiştir. Karakaş'ın (2017) fiziksel çalışmaların esneklik üzerine etkisini incelediği çalışmada, kontrol grubunun esneklik değerini 33.50 ± 7.07 cm, deney grubunun ise 34.60 ± 8.58 cm olarak tespit etmiştir. Bu çalışmada ölçümü yapılan esneklik testinde deney grubunda anlamlı bir farklılık elde edilmiştir ($p < 0.01$). Deney grubunun ön test verileri 30.93 ± 4.877 cm, son test verileri ise 32.40 ± 4.931 cm olarak bulunmuştur. Halk oyunları antrenmanları sonrası deney grubu öğrencilerinin esneklik değeri %4.75 oranında artmıştır. Kontrol grubu verileri incelendiğinde ön testte 27.60 ± 4.987 cm olan ortalamaları son testte 27.30 ± 4.743 cm olmuştur ve anlamlı bir farklılık olmamıştır.

Bu çalışmadan elde edilen bulgular; halk oyunları branşının, üniversite öğrencilerinin antropometrik özellikleri, vücut kompozisyonu ve bazı motorik becerileri üzerinde etkili

olduğunu göstermektedir. Halk oyunları üzerine yapılan bu araştırma; diğer spor dalları tarafından önemli görülen, seçilmiş motor özellikler ve fiziksel uygunluk bileşenlerinin ortaya konması açısından, hem araştırmanın etkisini hem de diğer spor dalları ile karşılaştırılması yönüyle önemini ortaya koymuştur. Sonuç olarak, 12 hafta süreyle, haftada 3 gün ve günde 90 dakika süreyle yapılan halk oyunları egzersizlerinin üniversite öğrencilerinde, vücut ağırlığı kaybı, vücut yağ oranında azalma, sürat ve çeviklik düzeyinde artış, maksimum bacak gücü, dikey sıçrama ve esneklik değerlerinde artış, bazı çevre uzunluklarında yağ ve kilo kaybindan dolayı sıkılaşıma gösterdiği tespit edilmiştir. El kavrama kuvveti ve bazı çevre ölçümlerinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Halk oyunlarının el kavrama kuvvetine etkisinin olmadığını söylenebilir. Halk oyunları antrenman programına dâhil olan öğrencilerin, halk oyunları oynamayan ve herhangi yüksek tempoda aktivite yapmayan öğrencilere göre kuvvet, sürat, çeviklik ve esneklik gibi bazı fiziksel uygunluk bileşenlerinde daha iyi sonuçlar almalarının yanı sıra vücut ağırlıklarında ve vücut yağ oranlarında daha iyi oranlara sahip oldukları tespit edilmiştir. Bu bileşenlerdeki farklılığın oluşmasında yapılan antrenmanların temposu, sıklığı ve kalitesinin etkili olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada elde edilen sonuçlara paralel olarak, halk oyunları egzersizlerinin insan sağlığı üzerindeki olumlu etkileri incelenip, tüm toplumda halk oyunlarının öneminin artırılıp, yaygınlaştırılması amaçlanabilir. Katılımcılara beslenme ve diyet programı uygulanmamıştır. Beslenme ve diyet programları uygulanarak halk oyunları çalışmaları yapıp, beslenmenin etkileri incelenebilir. Vücut yağ oranı önemli olan branşlarda, bu çalışma yardımcı antrenman olarak uygulanabilir. Bacak kuvvetinin önemli olduğu çalışmalarda (halter, güreş vb.) antrenman monotonluğunu gidermek ve sporcuları psikolojik anlamda zinde tutmak için ara (yardımcı) antrenman olarak uygulanabilir. Bu program antrenmanların daha eğlenceli ve neşeli hale gelmesini sağlayabilir.

KAYNAKLAR

- Ağca, S. (2017). *Türk halk oyunları öğretim yöntemlerinin çabukluk, esneklik ve sürat üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Alp, M. A. (2010). *Halk oyunlarının ritim duygusu, vücut kompozisyonu ve reaksiyon zamanın gelişimi üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi/ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Aydos, L., & Kürkçü, R. (1997). 13-18 yaş grubu spor yapan ve yapmayan orta öğrenim gençliğinin fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 31-38.
- Blimkie, C.J. (1992). Resistance training during prand early puberty: efficacy, trainability, mechanisms, and persistence. *Can J Sport Sci*, 7(14), 264-279.
- Bompa, T. (2014). *Dönemleme antrenman kuramı ve yöntemi*. (5. Baskı). Ankara: Spor Yayınevi.
- Ceyran, O. (2001). *Türk halk dansları*.(s.16-17). İzmir: Şensoy Matbaası.
- Ertem, A. (2014). *Üniversitelerarası müsabakalarda süper lig kategorisinde oynayan badmintoncularda antropometrik ve fiziksel özelliklerin çeviklik ve esneklik yeteneği ile ilişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Cumhuriyet Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Görgülü, T. (2016). *Vücut kompozisyonu ile çeviklik arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kaepler, A. (2003). Halk biliminde kuram ve yaklaşımlarda dans. *Milli Folklor Dergisi*, 5(2), 382-385.
- Karakaş, C. (2017). *Elit güreşçilerde hazırlık dönemi antrenman programları içerisinde fiziksel çalışmaların esneklik üzerine etkileri*. Yayınlanmamış Doktora Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kay, H. C. (2008). 12 haftalık düzenli halk oyunları çalışmalarının, üniversiteli öğrencilerin bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerine etkisinin incelenmesi (Afyonkarahisar örneği). Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Afyon Kocatepe Üniversitesi/ Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyonkarahisar.
- Macit, Ö. (2014). *Sporcularda dikey sıçrama yükseklikleri ve squat çalışmalarında elektromiyogram kayıtlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Mackenzie, B. (2005). Zig-zag testi. <https://www.brianmac.co.uk/zigzag.htm> [Accessed 19/11/2018].
- Önal, L., Gerek Z., Bedir, F. ve Bedir, D. (2017). Halk dansları ile ilgilenen üniversite öğrencilerinin davranış özellikleri ile eğlence eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(3), 104-114.
- Özer, K. (2001). *Fiziksel uygunluk*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Serin, E. (2015). *Anaerobik dayanıklılık ile dikey sıçrama arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Doktora Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Sünger, I. (2015). *Şanlıurfa oyunları ve yöresel giysileri*. Ankara: Şahin Ofset.
- Şensoy, E. (1991). *Çorum halk oyunları ve giysileri*. Ankara: Cihan Kitabevi.
- Ünveren, A. (2006). Düzenli halk oyunları çalışmalarının bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelere etkisi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 28-35.
- Üzümcü, Ş. (2016). *Urfa halk oyunları* (2. Baskı). Şanlıurfa: Eyyübiye Belediyesi Kültür Yayınları.
- Yıldız, S. (2001). *8 haftalık pliometrik antrenman programının futbolcuların dikey sıçramaları ile bazı fiziksel ve fizyolojik parametreleri üzerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Muğla Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Zorba, E. (2001). *Fiziksel uygunluk* (2. Baskı). Muğla: Gazi Kitabevi.

6-7 Yaş İlkokul Dönemi Çocuklarının Spora İlişkin Görüşlerinin İncelenmesi***Examining Views of Primary School Children Aged 6-7 on Sports****ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH**Murat SARIKABAK^{1†}Ali Asker RECEP²Mert AYRANCI³¹Bartın Üniversitesi, Bartın.
<https://orcid.org/0000-0002-2778-295X>²Bartın Üniversitesi, Bartın
<https://orcid.org/0000-0002-3462-4626>³Bartın Üniversitesi, Bartın
<https://orcid.org/0000-0003-4289-3049>**Öz**

Bireylerin erken yaşlarda spor ile tanışması, gelecek yaşamlarında spora ilişkin tutum ve davranışlarının önemli bir belirleyicisidir. İlköğretim dönemi ise çocukların gelişimlerinin desteklenmesi ve bazı alışkanlıkların kazanılmasında önemli bir zaman dilimidir. Yapılan araştırma da 6-7 yaş ilköğretim çocuklarının spora ilişkin görüşlerini belirlemek amaçlanmıştır. Örneklem grubunu, Bartın ve İstanbul illerinde ilköğretim düzeyinde eğitim gören toplam 52 çocuk oluşturmaktadır. Nitel olarak yapılan çalışmada verilerin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Katılımcılar ile gerçekleştirilen görüşmeler, katılımcıların kendilerini rahat ifade edebilecekleri ortamlar da uygulanmıştır. Veriler üzerinde içerik analizi yapılmıştır. Sonuç olarak; çocukların spor ve sporcu terimlerini tam olarak kavrayamadığı, sporun kimler tarafından nasıl ve nerede yapıldığına ilişkin sınırlı sayıda görüşe sahip oldukları, futbol, voleybol, atletizm ve basketbol gibi spor dallarını bildikleri belirlenmiştir. Sonuçlar literatür bilgileri ışığında tartışılmış ve çocukların spora ilişkin bilgi ve aktivitelerinin artırılması önerilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İlköğretim, Spor, Bilgi Düzeyi**Yayın Bilgisi**

Gönderi Tarihi: 09.11.2018

Kabul Tarihi: 26.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

Individuals getting involved in sports at an early age is an important determinant on their future attitude and behaviors regarding sports. Besides, primary education is an important period in supporting children's development and adopting certain habits. The present study aimed to identify primary school children's views on sports. The study group consisted of 52 schoolchildren who study at primary school in İstanbul and Bartın. The qualitative study used semi-structured interview form to collect data. The interviews were conducted in comfortable places where the participants could easily express themselves and content analysis was done on the data. The results revealed that children could not exactly grasp sports terms and that they had limited idea about how, by whom and where sports are done. On the other hand, the children knew about sports branches such as football, volleyball, athletics and basketball. The results were discussed in the light of literature and suggestions were made on increasing children's knowledge and activity of sports.

Key Words: Primary education, Sports, Knowledge level

*Bu çalışma, 15-18 Kasım 2018 tarihleri arasında Mardin'de düzenlenen III. Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

†Sorumlu yazar: Murat Sarıkabak, msarikabak@bartin.edu.tr

GİRİŞ

Spor kavramının insanlığın bir parçası olarak kabul edilmesine rağmen, bilim adamlarının ortak olarak belirlediği bir tanımı yoktur. Ancak insan gücüyle yapılan belirli aktiviteler spor ile bağdaştırılabilir. Spor; insanoğlunun var oluşundan beri onunla beraber olan, belirli kurallar içeren, rekabet ortamı olan, haz veren aktiviteler bütünlüğüdür (Zorba, 2015). Spor, ferde sabırlı ve enerjik olmayı, sosyal grup ve toplum ile bütünleşmeyi sağlarken, fert ile toplum arası ilişkileri daha ahlaki kılmaktadır. Spor sayesinde insanlar aynı amaçlara yönelmeye birlikte hareket etme duygusunu yaşamaya başlarlar. Spor, insanın toplumda yalnızlığı ve tek başına sorumsuzca hareketini önleme de bir unsurdur (Erkal, 1992). Toplumlar ferdin sıkıntılarını çözmeye ve çare aramaya mecbur hale gelmiştir. Çünkü insanların huzurlu, mutlu ve sağlıklı olması topluma da yansiyacaktır (Karahüseyinoğlu, 1998). Toplumda kaynaşma ve özdeşleşme konusunda spora önemli görevler düşer (Kazak, 2010).

Günümüzde hızla gelişen teknoloji, insan gücüne duyulan gereksinimi giderek azaltmış ve bunun sonucu olarak insanın doğal yapısına uymayan bir yaşam biçimi ortaya çıkmıştır. Böylece iş ve sosyal çevreden gelen baskılar, stres ve beraberinde gelen hastalıklar olumsuz durumların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Spor, bu tehlikelere karşı dinamik, güncel yaşamın getirdiği streslerden uzak bir ortam yaratarak her yaşta bireye hem sağlıklı bir yaşam biçimi kazandırmakta hem de koruyucu tıbbi yardımcı olmaktadır (Muratlı, 2013). Spor, fiziksel engelliler de dâhil olmak üzere bireyler arası fark gözetmeden toplumun değişik kesimlerinin ilgi alanına girmektedir (Amman, 1999). İnsan yaşamı ile birbirinden ayrılmaz bir bütün haline gelen spor, insanın tüm yaşamı boyunca sağlıklı, başarılı mutlu olmasında ve moral gücünü yüksek tutulmasında önemli bir rol oynamaktadır (Yalçınkaya, 1993).

İnsan, yaşamı boyunca sürekli bir gelişim ve değişim içindedir. İlköğretim dönemi, belki de bu gelişim sürecinin en önemli safhasını oluşturmaktadır. Çünkü bu süreç, çocukluktan erişkinliğe geçişin meydana geldiği ve bireyde sürekli ve süratli bir değişimin gözlenebildiği dönemdir (Şimşek, 2005). Okula başlama evresinden önceki dönemini sağlıklı geçiren çocukların, okul dönemi ve daha ileriki dönemlerdeki gelişimlerinin dayanıklı temeller üzerine kurulacağı bir gerçektir. Çocukların gelişiminde barınma, beslenme, sevilme, emniyet içinde olma gibi temel ihtiyaçlar dışında hareket etmeye ve oyun oynamaya da ihtiyacı vardır. Hareket becerisi büyüme

ve gelişme de önemli rol oynamaktadır. Anne karnından başlayıp hayatın sonuna kadar devam eden insan hareketi, basit refleksif hareketlerden çıkarak karmaşık hareketlere kadar gelişim gösterir (Tepeli, 2010). Fiziksel becerilerde yeterliliklerini geliştirmeye yardımcı olunan çocuklar bu becerileri sadece okul yıllarında değil, tüm yaşamları boyunca kullanacaklardır (Stephen, 1999). Çocuklarda gelişme ve büyümeye etki eden genetik, beslenme, çocukluk hastalıkları, hatta kültür gibi çeşitli fonksiyonlar vardır. Bu nedenle fiziksel egzersizlerin gelişime ve büyümeye etkisini izole olarak göstermek oldukça zor olabilir. Çocuğun vücudunun iyi gelişebilmesi için en önemli nokta onun çok yönlü eğitilmesidir (Cox, 1998).

Çocuk doğumdan itibaren okul dönemine kadar öncelikli olarak aile üyeleriyle ilişki içerisinde. Her şeyi onları taklit ederek öğrenir. Konuşma şekli, yemek yeme alışkanlığı, uyku düzeni, okuma isteğinden, müzik, sinema ve spora ilgi duymaya kadar tüm ilgileri aile içerisinde taklit yoluyla oluşur. Aile, sosyal dünyayı ve spor dünyasını görmeyi sağlayan ilk birimdir. Ailenin sosyalleşme üzerinde güçlü bir etkisi vardır. Aile, çocuğun nasıl spor yapacağını belirler. Bebek ile aile iletişimlerinin ilk dönemleri doğal olarak oyunsal tarzdadır. Bir çocuk, oyun deneyimlerini ilk olarak aile içinde görür. Aileler tarafından spora verilen pozitif değer spora ilgiliyi artırır. Ailelerin sporla ilgili olması çocuğun spora katılımında, hatta sporun toplumun çoğunluğunca yapılmasında önemli bir etkidir (Aydoğan, Özyürek ve Akduman, 2015). Çocuklar oyun oynarken farklı sosyal ortamlarla karşılaşmakta ve bu ortamlarda iş birliği yapmayı, yardımlaşmayı, paylaşmayı ve karşılaştıkları sorunları uygun yollarla çözmeyi öğrenmektedirler. Bu durumun çocukların gelişimleri açısından önemli olduğu düşünülmektedir (Çelik ve Şahin, 2013).

Elde edilen veriler neticesinde özellikle aile faktörü bireylerin erken yaşlarından itibaren spor olgusu hakkında bilgiye sahip olmaları yolunda en önemli faktörler arasında yer almaktadır. Sporun bireyler üzerindeki fiziksel, psikolojik ve kişilik gelişimine katkısı göz önünde bulundurularak ve bireylerin benlik kavramının okula başlama evresinde (6-7 yaş) oluşmasıyla birlikte spor olgusu hakkında yeterli düzeyde bilgilendirilmeleri her açıdan pozitif yönde etki sağlayacaktır. Bu nedenle çalışmada hedeflenen amaç, 6-7 yaş ilkököl dönem çocuklarının spora ilişkin görüşlerinin incelenmesi olarak belirlenmiştir. Çalışma kapsamında çocukların; spor ve sporcu kavramlarının tanımı, spora ilişkin kimler tarafından neden ve nasıl yapıldığına bağlı, spor

dalları konusundaki bilgileri ve tercihleri incelenmeye çalışılmış, bu amaçla araştırmanın hipotezleri aşağıdaki gibi oluşturulmuştur.

Hipotez 1. İlkokul dönemi 6-7 yaş çocukları spor ve sporcu ile ilgili temel kavramları bilmemektedir.

Hipotez 2. İlkokul dönemi 6-7 yaş çocukları spor uygulamalarını yeterince tanımamaktadır.

Hipotez 3. İlkokul dönemi 6-7 yaş çocuklarının spora özgü bilgi düzeyleri ailelerinin eğitim düzeyinden etkilenmektedir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunun belirlenmesinde, 'Kolay Ulaşılabilir Örneklem' tekniği kullanılmıştır. Bu örneklem yöntemi, araştırmaya hız ve pratiklik kazandırdığından, araştırmacı erişilmesi kolay olan durumu seçer (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Yapılan araştırma için Bartın ve İstanbul illerindeki katılımcılara ulaşılmıştır. Bartın ili Ağdacı köyünde yer alan ve 2017-2018 eğitim öğretim yılında Ağdacı İlkokulu'na devam eden 6-7 yaş grubu toplamda 24 çocuk katılımcı çalışmaya dâhil edilirken, İstanbul ilinde Arnavutköy ilçesinde yer alan, 2017-2018 eğitim öğretim yılında Hasan Tahsin İlkokulu'na öğrenimine devam eden 6-7 yaş grubu 28 çocuk katılımcı ya ulaşılmış, toplam da 52 çocuk katılımcı ile görüşülmüştür.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Karşılaştırmalı sonuçlar elde etmek amacıyla, tercih edilen yarı yapılandırılmış görüşme formu, araştırma soruları ve çocukların gelişim düzeyleri doğrultusunda geliştirilmiştir. Araştırmacılar tarafından geliştirilen görüşme sorularının hazırlanmasında; soruların kolaylıkla anlaşılması ve tek bir boyutu ele almasına dikkat edilmiştir. Hazırlanan görüşme formu amaca uygunluk ve içerik geçerliliğini sağlamak amacıyla uzman görüşüne sunulmuştur. Alan uzmanlarından gelen görüş ve öneriler doğrultusunda görüşme formuna son şekli verilerek on çocuk ile bir ön uygulama gerçekleştirilmiştir.

Görüşme formunda yer alan sorular aşağıda belirtilmiştir:

- Spor nedir?, Sporcu nedir?, Tanıdığın sporcu var mı? (NE?)
- Kimler spor yapar?, Sen spor yapıyor musun?, Evde/Ailenden kim spor yapıyor? (KİM?)
- Spor niçin yapılır?, Yapılmazsa ne olur? (NİÇİN?)
- Spor nerede yapılır? Spor başka nerelerde yapılabilir? (NEREDE?)
- Spor nasıl yapılır?, Spor yaparken neler kullanılır? (NASIL?)
- Hangi spor dallarını biliyorsun?, Sen hangi sporu yapmak istersin? (HANGİ?)

Verilerin Analizi

Veriler toplanırken yapılan görüşmeler, sınıf dışında ve katılımcıların kendini rahat ifade edebileceği bir ortamda gerçekleştirilmiştir. Yapılan görüşmede katılımcıları etkileyebileceği etkenlerden uzak bırakarak not alma tekniği kullanılmıştır. Bu şekilde her görüşme yaklaşık 15 dakika sürmüştür.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, ilköğretim dönemi çocuklarının görüşleri belirlenen temalar çerçevesinde sunulmuştur. Çalışma grubunda yer alan çocukların görüşleri gizlilik esasına dayanılarak, isimleri verilmeden kodlanarak aktarılmıştır. Buna göre katılımcılar “K” olarak kodlanmış, her katılımcıya kodunun yanında “K1, K2” şeklinde bir numara verilmiştir.

Tablo 1. Çocukların Spor nedir?, Sporcu nedir?, Tanıdığın sporcu var mı? (Ne?) Sorularına Yönelik Görüşleri

Spor Nedir	Bartın N	İstanbul N
Futbol Oynamak	7	5
Koşmak	5	6
Sağlıklı Olmak	3	2
Zayıflamak	2	2
Yüzmek	-	1
Karate	1	-
Şınav	1	-
Bilmiyorum	5	12
Toplam	24	28

Bartın ilinde çocukların “spor nedir?” sorusuna verdikleri cevaplar incelendiğinde en yüksek oranda futbol oynamak cevabının verildiği görülmektedir. Bu cevabı takiben “koşmak” ve “bilmiyorum” cevapları 5’er çocuk tarafından cevap olarak verilmiştir. “sporcu nedir?” sorusu

yöneltildiğinde ağırlıklı olarak 9 çocuk tarafından verilen cevap “spor yapan kişi/adam” olmasına rağmen 7 çocuk da bilmiyorum cevabını vermiştir. K9 ise “karate” yapan cevabını vermiştir. “Tanıdığın sporcu var mı?” sorusuna 2’şer kez “babam” ve “arkadaşım” cevapları alınırken K15 “abim” cevabını vermiştir. Aynı soruya geriye kalan 19 katılımcı “tanımıyorum” cevabını vermiştir.

İstanbul ilinde ise çocukların “spor nedir?” sorusuna verdikleri cevaplar incelendiğinde en yüksek oranda “bilmiyorum” cevabının verildiği görülmektedir. Bu cevabı takiben 6 çocuğun da “koşmak” cevabını verdiği görülmüştür. “Sporcu nedir?” sorusu yöneltildiğinde ise ağırlıklı olarak 18 çocuk tarafından verilen cevap “bilmiyorum” olmasına rağmen 7 çocuk ise “spor yapan” kişi cevabını vermiştir. K16 ise “yetenekli” olan kişi cevabını vermiştir. “Tanıdığın sporcu var mı?” sorusu sorulduğunda ise ağırlık olarak çocukların “yok/bilmiyorum” cevaplarını verdikleri görülmektedir. Bu cevabı takiben 12 çocuğun ise futbol oynayan kişilerin isimlerini verdikleri görülmüştür. K28 ise diğer çocuklardan ayrı olarak “Naim Süleymanoğlu” demiştir.

Tablo 2. Çocukların Kimler spor yapar?, Sen spor yapıyor musun?, Evinizde başka kim spor yapıyor? (Kim?) sorularına yönelik görüşleri

Kimler Spor Yapar?	Bartın N	İstanbul N
Sporcular	8	12
Erkekler	11	10
İnsanlar	1	1
Bilmiyorum	4	5
Toplam	24	28

Bartın ilinde tablo 2. incelendiğinde 8 çocuğun çoğunlukta “sporcular” cevabını verdiği görülürken 11 çocuk “erkekler”, 1 çocuk “insanlar”, 4 çocuk ise “bilmiyorum” cevabını vermiştir. “Erkekler” cevabını veren 5 çocuğun cinsiyeti kızdır.

“Sen spor yapıyor musun?” sorusuna 7 çocuk “hayır” cevabını verirken diğerleri “evet” cevabını vermiştir. “Evet” cevabını veren K2 “bisiklet sürüyorum” K11 “havuzda yüzyorum” K9 “karate” yapıyorum cevaplarını vermiştir. “Evinizde başka kim spor yapıyor” sorusuna 8 çocuk “babam”, 6 çocuk “annem” cevabını verirken 7 çocuk ise “kimse spor yapmıyor” cevabını vermiştir. K4 ve K21 katılımcıları “ağabeyim” cevabını, K18 “ablam” cevabını vermiştir.

İstanbul ilinde ki katılımcılara ait tablo 2. incelendiğinde 12 çocuğun çoğunlukta “sporcular” cevabını verdiği görülürken 10 çocuk “erkekler”, 1 çocuk “insanlar” cevabını vermiştir. 5 çocuğun da “bilmiyorum” cevabını verdikleri görülmüştür. Erkekler cevabını veren 3 çocuğun cinsiyeti kızdır.

“Sen spor yapıyor musun?” sorusuna 8 çocuk “hayır” cevabını verirken diğerleri “evet” cevabını vermiştir. “Evet” cevabını veren K28 “ağırlık kaldırıyorum” demiştir. K1 ise “bazen” cevabını vermiştir. “Evinizde başka kim spor yapıyor” sorusuna 6 çocuk “ağabeyim”, 3 çocuk “amcam”, 4 çocuk “babam” cevabını verirken K6 “annem” K1 ve K5 ise “ablam” cevabını vermiştir. Diğer çocuklar ise “yok/bilmiyorum” cevabını vermiştir.

Tablo 3. Çocukların Spor niçin yapılır?, Yapılmazsa ne olur?, (Niçin?) sorularına yönelik görüşleri

Spor Niçin Yapılır?	Bartın N	İstanbul N
Sağlıklı Olmak İçin	11	11
Güçlü Olmak İçin	2	5
Zayıflamak İçin	7	3
Büyüme İçin	3	3
Bilmiyorum	1	6
Toplam	24	28
Yapılmazsa Ne Olur?	Bartın N	İstanbul N
Sağlıklı Olamayız	11	11
Güçlü Olamayız	2	5
Zayıflamayız	7	3
Büyüemeyiz	3	3
Bilmiyorum	1	6
Toplam	24	28

Bartın ilinde tablo 3’e göre “Spor Niçin Yapılır?” sorusuna ağırlıklı olarak 11 çocuk tarafından “sağlık için” cevabı verilirken, 7 çocuk “zayıflamak için”, 3 çocuk “büyümek için”, 2 çocuk “güçlü olmak” için cevabını vermiştir. K7 “bilmiyorum” cevabını vermiştir. “Yapılmazsa ne olur?” sorusuna ise 11 çocuk “sağlıklı olamayız” cevabını verirken, 7 çocuk “zayıflamayız”, 3 çocuk “büyüemeyiz”, 2 çocuk “güçsüz kalırız” cevabını verirken K7 ise “bilmiyorum” cevabını vermiştir.

İstanbul ilinde ise tablo 3’e göre “Spor Niçin Yapılır?” sorusuna ağırlıklı olarak 11 çocuk “sağlıklı olmak için” cevabını verirken, 5 çocuk “güçlü olmak için”, 3 çocuk “büyümek için”, 3 çocuk ise “zayıflamak için” cevabını, 6 çocuk ise “bilmiyorum” cevabını vermiştir.

“Yapılmazsa ne olur?” sorusuna ise 11 çocuk “sağlıklı olamayız” cevabını verirken, 5 çocuk “güçlü olamayız”, 3 çocuk “büyüemeyiz”, 3 çocuk “zayıflayamayız” cevabını, 6 çocuk ise “bilmiyorum” cevabını vermiştir.

Tablo 4. Çocukların spor nerede yapılır?, Spor başka nerelerde yapılabilir? (Nerede?) sorularına yönelik görüşleri

Spor nerede yapılır/ başka nerelerde yapılabilir?	Bartın N	İstanbul N
Spor Salonu	12	-
Futbol Sahası	11	10
Dışarıda	-	11
Evde	-	1
Bilmiyorum	1	6
Toplam	24	28

Bartın ilinde çocuklara yöneltilen “Spor nerede yapılır?” ve “Spor başka nerelerde yapılabilir?” sorularına ağırlıklı olarak “spor salonunda(12)” ve “futbol sahasında(11)” cevapları alınmakla birlikte K7 katılımcısından “bilmiyorum” cevabı alınmıştır.

İstanbul ilinde ise çocuklara yöneltilen “Spor nerede yapılır?” ve “Spor başka nerelerde yapılabilir?” sorularına ağırlıklı olarak “dışarıda(11)” ve “futbol sahasında(10)” cevapları alınmakla birlikte K14 “evde” cevabını verirken 6 çocuk ise “bilmiyorum” cevabını vermiştir.

Tablo 5. Çocukların Spor nasıl yapılır?, Spor yaparken neler kullanılır? sorularına yönelik görüşleri

Spor Nasıl Yapılır?	Bartın N	İstanbul N
Koşarak	12	7
Futbol Oynayarak	5	3
Bisiklet Sürerek	3	-
Zıplayarak	2	-
Şınav Çekerek	-	4
Yüzerek	1	-
Bilmiyorum	1	14
Toplam	24	28
Spor Yaparken Neler Kullanılır?	Bartın N	İstanbul N
Aletle	9	3
Futbol Topu	5	3
Basketbol Topu	3	2
Vücudumuzla	4	-
Koşu Bandı	-	1
Ağırlıklar İle	-	4
Bilmiyorum	3	15
Toplam	24	28

Bartın ilinde çocuklara “Hangi sporu yapmak istersin?” sorusuna karşılık olarak çocukların 10’u “futbol” cevabını vermiştir. Geriye kalan çocukların 8’i “voleybol” cevabını verirken 4’ü “basketbol” yapmak istediğini belirtirken, “karate” ve “tenis” yapmak isteyenlerin 1’er kişi oldukları görülmüştür. Çocuklara “Hangi spor dallarını biliyorsun?” sorusu yöneltildiğinde ağırlıklı olarak “futbol(10)” cevabı verilmiştir. Haricen “basketbol(4)”, “voleybol(8)”, “tenis(1)” ve “karate(1)” cevapları soruya karşılık olarak alınmıştır.

İstanbul ilinde ise “Hangi sporu yapmak istersin?” sorusu yöneltildiğinde ağırlıklı olarak 10 çocuk tarafından “futbol” cevabı verilirken 7 çocuk ise “atletizm” cevabını vermiştir. Haricen “basketbol(1)”, “halter(2)”, “yüzme(1)”, “boks(2)”, “hentbol(1)” cevabı görülürken 3 çocuk ise “bilmiyorum” cevabını vermiştir. Bir diğer soru “Hangi spor dallarını biliyorsun?” sorusuna verilen cevaplar ise ağırlıklı olarak “futbol(10)” cevabı verilirken onu takiben “atletizm(7)”, “voleybol(1)”, “basketbol(1)”, “halter(2)”, “yüzme(1)”, “boks(2)”, “hentbol(1)” cevapları alınırken 3 çocuk ise “bilmiyorum” cevabını vermiştir.

Tablo 6. Çocukların Annenizin ve Babanızın Mesleği Nedir? sorusuna yönelik görüşleri

Annenizin Mesleği	Bartın	İstanbul
	N	N
Ev Hanımı	13	16
İşçi	3	8
Memur	3	2
Öğretmen	5	2
Toplam	24	28
Babanızın Mesleği	Bartın	İstanbul
	N	N
İşçi	9	20
Akademisyen	7	-
Öğretmen	6	2
Memur	-	4
Veteriner	1	-
Mühendis	1	-
Doktor	-	2
Toplam	24	28

Bartın ilinde, çocuklara “Annenizin ve Babanızın Mesleği Nedir?” yöneltildiğinde anne mesleği olarak 13 çocuk “ev hanımı”, baba mesleği olarak 9 çocuk “işçi” cevaplarını verirken diğer cevaplar ise şöyle; “işçi(3)”, “memur(3)”, “öğretmen(5)” anne mesleği. “Akademisyen(7)”, “öğretmen(6)”, “veteriner(1)”, “mühendis(1)” baba mesleği cevaplarını vermiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Gelişen teknoloji beraberinde sedanter yaşamı da getirmiştir. Giderek artan hareketsiz yaşamın beraberinde getirdiği sağlık sorunları artık koruyucu hekimliğin vazgeçilmez ve önemli konularından biri olmuştur. Fiziksel aktivitenin artırılmasına yönelik yapılan çalışmaların önemi ve sayısı her geçen gün artmaktadır. Kalıcı davranışlara ulaşmada erken yaşın etkisinin büyük olması da artık kabul edilen bir geçek olarak görünmektedir. Bu nedenle çalışmada hedeflenen amaç, kalıcı davranışlara ulaşma döneminin başında olan, 6-7 yaş ilkököl dönem çocuklarının, spora ilişkin görüşlerinin incelenmesi olarak belirlenmiştir.

Katılımcıların aile eğitim düzeylerine göre, verdikleri cevaplar incelendiğinde, eğitim düzeyi yüksek olan ailelerin çocuklarında, daha kapsamlı cevaplara ulaşılmıştır. “Sporcu Nedir?” sorusunda verilen cevaplar arasında “bilmiyorum” cevabının ağırlıklı olduğu görülmüştür. Spor ve sporculuk kavramının çocuklara doğru aktarılmadığı ve bu konuda eksiklikler olduğu düşünülmektedir. Anne ve babalar, çocukların beden eğitimi ve spor aktivitelerine katılımları açısından örnek oluşturacak şekilde spor yapmalı veya kendileri de fiziksel olarak etkinliklerde bulunarak çocuklara örnek olmalıdırlar. Çocukların spora katılımları desteklenmeli, ödüllendirilmeli ve ilgi gösterilmelidir (Güven ve Öncü, 2006). Aileyi model alan ve taklit eden varlıklar olarak, aileler büyük oranda çocuklar için örnek teşkil etmektedir.

“Kimler Spor Yapar?” sorusuna bazı bayan katılımcılar erkekler diyerek cevap vermiştir. Gürbüz ve Tank (2006) tarafından Ankara Üniversitesi’nde okuyan 769 öğrenci üzerinde yapılan bir araştırmada cinsiyet ve spor yapma oranı arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna göre erkekler daha fazla spor yapmaktadır (Yüksel, 2014). Toplumda erkeklerin bu kadar baskın olması nedeniyle bazı kız öğrenciler “Kimler Spor Yapar?” sorusuna erkekler diyerek cevap vermiş olabilir. Bu tarz olumsuz baskı ve düşünceler sonucunda spora katılım oranı kadınlara göre erkeklerde sayısal olarak bir üstünlük gösteriyor olabilir. Bu algının çalışmamızda, bayan katılımcıların erkeklerin spor yaptığına dair verdikleri cevaplar üzerinde etkili olduğu düşünülebilir.

Çocukları spor ve egzersiz ile ilgili olarak, eğlence ve oyun boyutunu da dahil ettiğimiz motive edici çalışmalarla fiziksel aktivitelere çekmeliyiz. Çocukları daha geniş perspektifte bilgilendirmek, çocukların bakış açısını genişletecektir. Ülkemizde sosyo-ekonomik imkânlar, tabakalar, bölgeler ve kırsal-kent arasındaki dağılım eşit veya adil olmadığı için, ailenin maddi

sorunları da buna eklenince, çocukların öğrenim yaşamı yarıda kalabilmektedir. Bunun sonucu olarak da eğitim seviyesi düşmekte, spor da gelişmemektedir (Kotan, Hergüner ve Yaman, 2009). Araştırma genelinde elde edilen veriler neticesinde, eğitim düzeyi yüksek olan ailelerin, eğitim düzeyi düşük olan ailelere oranla, çocuklarına spora yönelik daha fazla eğitim verdiği görülmektedir.

“Spor Yapmazsak Ne Olur?” sorusuna verilen cevaplar incelendiğinde çocukların sağlık ve futbol dışında bir seçenek oluşturamadığı gözlemlenmiştir. Bunun sebebi ise spor ile ilgili bilgilerin eksikliği olabilir. Bir diğer eksiklik olarak da çocukların hareket alanlarının daralmaya başlaması ve spor uygulama alanlarının büyük şehirlerdeki eksikliğinin yüksek oluşu olarak görülebilir. Bu düşünceleri destekleri nitelikteki bir çalışmayı ise Sadık (2014) yapmış ve şehir merkezlerinde çocukların oyun ve yaşam alanlarının daraldığını belirtmiştir. “Spor Nerede Yapılır?” sorusundan elde edilen bilgiler genel olarak aynı olup, ailelerden uzak mekânların spor için algılanan yerler olduğu görülmüştür. Spor aktivitelerini çeşitlendirmek ve mekân değişiklikleri oluşturmak, bu soruna çözüm olarak düşünülmüştür. Çeşitli aktiviteleri uygulamanın, yalnızca mekân algısı olarak değil, egzersiz çeşitliliği de sağlayacağı için, “Spor Nasıl Yapılır?” sorusuna verilecek cevaplarda da olumlu sonuçları arttıracığı düşünülmektedir.

Çocukların sorulan birçok soruya verdikleri cevap “futbol” kavramı ile başlamaktadır. Toplum içinde çoğunluğun, büyük bir kesimin tercih ettiği, ilgi duyduğu, içinde yaşadığı olgular toplamı olarak tanımlanabilen popüler kültür, varlığını kitle iletişim araçlarına borçludur. Popüler kültür kapsamına giren bir uğraş ve eğlence alanı da futboldur. Futbol da popüler kültürün özelliklerinden yararlanarak kendi meşruiyetini kazanmaktadır (Şentürk, 2007). Buna bağlı olarak özellikle erkek çocukların ilgilerinin yoğunlaştığı bu spor, elde edilen veriler neticesinde, rakamsal olarak üstünlük göstermektedir. Gelişmiş ülkelerde uygulanan farklı branşların popülaritesini artırma çabası, ülkemizde de uygulanarak, bu soruya verilecek yanıtların çeşitliliğini arttırabilir.

Okula başlama dönemi olan 6-7 yaş grubu çocuklarda, spora ilişkin görüşlerin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırma sonucunda, sporun genel anlamda futbol ve sağlıklı yaşam amacı olarak görüldüğü gözlemlenmiştir. İlkokul dönemi çocukları, sporcu kavramı konusundaki eksiklikleri nedeni ile çoğu sporcuyu tanımadıklarını cevap olarak vermişlerdir. Çevrelerinde spor yapan ve yapmayanlardan etkilenmeleri ile ilgili soruya verdikleri cevaplarda, bilgilerinin olmadığı ya da daha çok göz önünde bulunan, herkes tarafından daha çok bilinen, etraftan daha

fazla duydukları sporları (futbol, basketbol vb.) örnek olarak verdikleri tespit edilmiştir. Ülkemizde ve dünya da popülerliği kanıtlanmış olan futbol branşı, bilinen ve yapılmak istenilen sporlar arasında en çok en çok tercih edilen cevap olarak karşımıza çıkmıştır. Cinsiyet faktörü de verilen cevaplar üzerinde ve sporla ilgili tercihler açısından önemli bir belirleyici olarak görülmektedir. Ailelerin eğitim düzeyleri ve mesleklerinin, çocukların verdikleri cevapları etkilediği düşünülmüştür. Ailelerinde eğitimci (akademisyen, öğretmen vb.) bireylerin bulunduğu çocuklar daha bilinçli cevaplar verirken, maddi gelirleri daha düşük olduğu düşünülen meslek gruplarında istihdam edilen ailelerin çocukları, spor ile ilgili daha sade cevaplar vermiştir.

Çocuk gelişiminin, anne karnında duyuşal, duyuşal ve fiziksel gelişimine başladığı ve bu özelliklerin annenin yaşantılarından etkilendiği bilinmektedir. Ruhsal, sosyal ve fiziki gelişim için çocuklara ve annelere, anne karnında başlayan ve ilk çocukluk yıllarında artarak devam eden spor aktiviteleri ve yeteneklerine uygun spor çeşitliliği sunulmalıdır. Çocuk bu aktivitelere dair spor ve sporcu kavramları konusunda bilinçlendirilip spora istekli hale getirilebilir. Okullarda spora verilen değer artmalı ve küçük yaşlarda sporun çocuklar için alışkanlığa dönüşmesi sağlanmalıdır. Bu konuda aileler ve eğitimcilerin hizmet içi eğitim ve çeşitli çalıştaylar yoluyla bilgilenmelerinin sağlanması büyük önem arz edebilir. İlkokullarda uygulanan beden eğitimi ve spor dersi sürelerinin arttırılması, gelişime olan katkısı açısından önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Amman, M.T. (1999). Modernlik ve modernleşme ekseninde günümüz sporuma makrososyolojik bir bakış. *Spor Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 47-57.
- Aydoğan, Y., Özyürek, A. ve Akduman, G. (2015). Okul öncesi dönem çocuklarının spora ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3(4), 597-569.
- Cox, R.H. (1998). *Sport Psychology: Concept and applications*. p.30, 263-265, Boston: Mcgraw-Hill.
- Çelik, A. ve Şahin, M. (2013). Spor ve çocuk gelişimi. *The Journal of Academic Social Science Studies JASSS-International Journal of Social Science*, 6(1), 467-468.
- Erkal, M. (1992). *Sosyolojik açıdan spor*. İstanbul: Türk Dünyası Araştırmalar Vakfı, Kutsun Matbaa ve Reklamcılık Merkezi, 86-90.
- Gürbüz, S. ve Tank, F. (2006). Ankara üniversite öğrencilerinin, ankar üniversitesi tarafından sunulan spor olanaklarından yararlanma düzeyi, 9. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi bildiri kitabı içinde* (ss. 971-973) Muğla Üniversitesi.
- Güven, Ö. ve Öncü, E. (2006). Beden eğitimi ve spor katılımında aile faktörü. *Aile ve Toplum, Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 3(10), 82-88.
- Karahüseyinoğlu, M.F. (1998). *Elazığ kamuoyunun spora karşı ilgi ve tutumları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Fırat Üniversitesi, Elazığ.
- Kazak, H. (2010). *İlköğretim öğrencilerinin spora başlamasında sosyal faktörlerin rolü: Muş İli örneği*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Sarıkabak, M., Recep, A.A. ve Ayrancı, M. (2018). 6-7 Yaş ilköğretim dönemi çocuklarının spora ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 405-417.

- Kotan, Ç., Hergüner, H. ve Yaman, Ç. (2009). İlköğretim okullarında okuyan sporcu öğrencilerin spor yapmalarında okul ve aile faktörünün etkisi: Sakarya İli örneği. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 49-58.
- Muratlı, S. (2013). *Çocuk ve spor*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık
- Sadık, F. (2014). Çocuk ve çevre sorunları: çocukların algıladıkları çevre sorunlarıyla ilgili görüşlerin incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2(8), 114-133.
- Stephen, W.S. (1999). Physical education methods for classroom teacher, *Med Wirgia Technology University, Human Kinetics Publishers, Champing*, 1-6.
- Şentürk, Ü. (2007). Popüler bir kültür örneği olarak futbol. *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*, 31(1), 39.
- Şimşek, Y. K. (2005). *Çocukların spora yönlendirilmesinde ailenin görüşlerinin değerlendirilmesi: Eskişehir İli örneği*. Yüksek lisans tezi. Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.
- Tepeli, K. (2010). *Motor (hareket) gelişim, erken çocukluk döneminde gelişim* (2.baskı), Ankara: Maya Akademi.
- Yalçınkaya, M., Saracaloğlu, A. ve Varol R. (1993). Üniversite öğrencilerinin spora ilişkin görüşleri ve beklentileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 12-26.
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2006). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınevi.
- Yüksel, M. (2014). Cinsiyet ve spor. *Tarih Okulu Dergisi*, Sayı:19, 663-684.
- Zorba, E. (2015). *Herkes için yaşam boyu spor*. Ankara: Fırat Matbaacılık, 5. Baskı, 16-41.

Türkiye Futbol 2.Liginde Oynanan Müsabakaların Ev Sahibi Olma Avantajı Değişkeni Açısından Analizi*

Analysis of Turkey Second League Football Competitions in terms of the Home Advantage

ORİJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Oğuz GÜRKAN^{1†}

Kemal GÖRAL²

Özcan SAYGIN³

¹Bozok Üniversitesi, Yozgat.
<https://orcid.org/0000-0002-3548-4442>

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla
<https://orcid.org/0000-0001-8030-2276>

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla
<https://orcid.org/0000-0003-0380-586X>

Öz

Bu çalışma, Türkiye Futbol 2.Liginde, ev sahibi olma avantajı değişkeninin analiz edilerek incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmada, ev sahibi ve deplasman takımlarının galibiyet sayıları ile ev sahibi olma değişkeni açısından üst lige çıkma ve alt lige düşme durumları incelenmiştir. Elde edilen veriler, SPSS programında kaydedilerek frekans ve yüzde değerleri hesaplanmıştır. Türkiye Futbol 2.Liginin beş sezonunda oynanan toplam 2945 müsabakada, ev sahibi takımların 1290 galibiyet (%43.8) ve 795 mağlubiyet (%27.0) aldıkları belirlenmiştir. 860 maç ise beraberlikle (%29.2) sonuçlanmıştır. İncelenen sezonlarda TFF 2.Liginde yer alan takımlardan Sarıyer'in %65.36 ile en yüksek, Pendikspor'un ise %54.54 ile en düşük ev sahibi olma avantajına sahip takımlar oldukları, bir üst lige çıkan takımların ev sahibi olma avantajı ortalamalarının %57.81, küme düşen takımlarda ise bu oranın %63.85 olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak, sahaya aşına olma, seyirci etkisi ve yorucu deplasman yolculuklarının olmaması gibi faktörlerden hareketle iç sahada takımların daha başarılı oldukları ve ev sahibi olma avantajını iyi düzeyde kullanabilmenin futbol takımlarının başarısına etki eden önemli faktörlerden biri olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Ev sahibi olma avantajı, 2. Lig, Analiz.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 17.10.2018

Kabul Tarihi: 26.12.2018

Online Yayın Tarihi: 31.12.2018

Abstract

This study was carried out in order to examine and analyze the advantage of being home team in 2nd Football League of Turkey. The data obtained were recorded in SPSS software, and frequency and percentage values were calculated and interpreted. In total of 2945 games played in 5 seasons of 2nd Football League of Turkey, home teams won 1290 games (%43.8) and lost 795 games (%27.0). 860 games ended with draw (%29.2). Among the teams that played in 2nd Football League of Turkey in all of 5 seasons, the highest advantage of home team belongs to Sarıyer (65.36%), while the lowest advantage belongs to Pendikspor (54.54%). While the home team advantage of the teams that have succeeded to upper league in 5 years was found to be 57.81%, the same rate was calculated to be 63.85% for the teams dropped from the league. In conclusion, taking the advantage of being home team in a game is one of the factors affecting the success of football teams. Because of the familiarity with the field, spectator effect and lack of strenuous displacement journeys, it was observed that the teams in the inner field were more successful and gained an advantage.

Keywords: Football, Home Team Advantage, 2nd League, Analysis.

* Bu çalışma 18-20 Kasım 2016 tarihleri arasında Elâzığ'da düzenlenen 10. Uluslararası Beden Eğitimi, Spor ve Fizik Terapisi kongresinde poster bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Oğuz Gürkan, ogurkan@bozok.edu.tr

GİRİŞ

Geniş bir oyun alanında, birçok oyuncunun katılmasıyla, sonucun kalelere atılan veya yenilen gollerle tespit edildiği bir takım sporu olan futbolda, son yıllarda geleneksel ve kalıplaşmış metotların yerine daha sistemli ve programlı antrenmanlar yapılmaktadır. Müsabakalarda başarılı olabilmek için birçok yöntem denenmektedir (İnal, 2004; Carling, 2016). Bu yöntemlerden birisi de futbolda maç analizidir. 1910 yılından itibaren daha fazla bilimsel toplulukların ortaya çıkması ve bu alanda yapılan uluslararası kongrelerle birlikte maç analizi bilimsel literatürde daha baskın bir konuma gelmiş durumdadır (Sarmiento ve ark., 2014).

Maç analizi, video ve bilgisayar yardımı ile bir futbol oyuncusunun veya bir futbol takımının artılarının ve eksilerinin objektif bir şekilde test edilmesi ve değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır (Michailidis, Michailidis ve Primpa, 2012). Futbolda maç analizinin amacı, antrenman ve maç esnasındaki bilgilerin en objektif şekilde kaydedilerek, doğru istatistiksel ve sayısal sonuçların elde edilmesidir (Müniroğlu, 2009). Göral ve Saygın (2012) müsabaka analizleri sonucunda ortaya çıkan verilerin, antrenörlerin karar verme süreçlerine önemli katkılar sağlayacağını belirtirken, Hughes ve Bartlett, (2002) ise performansın bütününe ya da birkaç yönünü tanımlamak için müsabaka analizleri sayesinde elde edilen verilerin kombinasyonunun performans göstergelerinden biri olduğuna vurgu yapmaktadırlar.

Futbolda ev sahibi olma avantajı da bu performans göstergelerinden birisidir. Ev sahibi olma avantajı, ev sahibi takımların %50'den daha fazla bir oranda müsabakalardan galip ayrıldığı bir göstergesi olarak da tanımlanabilir. (Courneya ve Carron, 1992). Ev avantajının varlığı birçok takım sporunda kanıtlanırken, lig usulü yarışma sistemine göre oynanan maçlarda da iç sahada oynayan takımların müsabakaları kazanmada %50'den daha büyük bir yüzdeye sahip oldukları görülmektedir (Seçkin, 2006). Dünya çapındaki ve elit düzeyde oynanan müsabakalarda da ev sahibi takımların %60 oranında maçları kazandıkları tespit edilmiştir (Pollard, 2006). Tüm bunlardan yola çıkarak, bu çalışma Türkiye Futbol 2.Liginde oynanan müsabakaların ev sahibi olma avantajı değişkeni açısından analiz edilmesi ve değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM

Bu çalışmada, Türkiye Futbol 2. Liginin beş sezonu (2010/2011-2014/2015) ev sahibi olma avantajı değişkeni açısından analiz edilerek incelenmiştir. Türkiye Futbol 2. Ligi, kırmızı ve beyaz olmak üzere 2 farklı gruptan oluşmaktadır. Bu iki grupta lig statüsü açısından bir farklılık olmadığı için veriler sezonlara göre birleştirilerek ve tek bir grup halinde ele alınarak incelenmiştir.

Araştırma verilerinin oluşturulmasında, TFF (Türkiye Futbol Federasyonu) resmi internet sitesinde yer alan maç sonuçlarından yararlanılmıştır. Bu çalışma kapsamında, 5 sezonda oynanan toplam 2945 müsabaka analiz edilmiştir. Çalışmada ev sahibi ve deplasman takımlarının maç kazanma sayıları ile bir üst lige çıkan ve bir alt lige düşen takımların değerlendirilmesi yapılmıştır.

Takımların ev sahibi olma avantajının değerlendirmesi şu şekilde yapılmaktadır: Biten bir sezonda takımların iç sahada oynadıkları maçlarda kazandıkları puanların toplamı, hem iç sahada hem de deplasmanda kazandıkları puanların toplamının yüzdesel olarak ifade edilmesi şeklinde hesaplanmaktadır (Pollard, 2006; Pollard ve Gomez, 2009).

Verilerin Analizi: Araştırmada elde edilen tüm veriler SPSS 17.0 programında kaydedilmiştir. Elde edilen verilerin frekans ve yüzde değerleri hesaplanarak yorumlanmıştır.

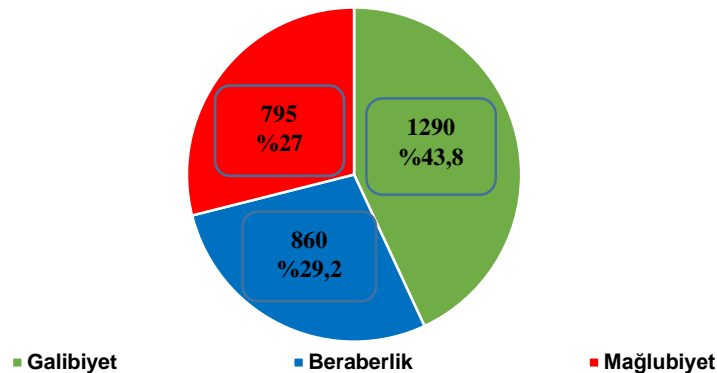
BULGULAR

Araştırma kapsamında elde edilen bulgular, bu bölümde tablolar ve grafikler şeklinde sunulmuştur.

Tablo1: Türkiye Futbol 2. liginin son 5 sezonunda ev sahibi olma avantajı

Oynanan maç	Kazanılan maç		Berabere biten maç		Kaybedilen maç	
	f	%	f	%	f	%
2945	1290	%43.8	860	%29.2	795	%27

Türkiye Futbol 2. Liginde 5 sezonda oynanan toplam 2945 maçta, ev sahibi takımlar 1290 galibiyet (%43.8) alırken, 795 maçtan mağlubiyetle (%27) ayrılmışlardır. 860 maç ise (%29.2) beraberlikle sonuçlanmıştır (Tablo 1, Grafik 1).



Grafik 1. Ev sahibi olan takımların galibiyet, beraberlik ve mağlubiyet oranları

Tablo 2. Son 5 Sezonda Türkiye Futbol 2. liginde yer alan takımların ev sahibi olma avantajı değerleri

Takım	Sezon Sayısı	Oynanan Maç Sayısı	Galibiyet		Mağlubiyet		Beraberlik		Ev Sahibi Olma Avantajı
			İç Saha	Dış Saha	İç Saha	Dış Saha	İç Saha	Dış Saha	
Göztepe A.Ş.	3	102	35	24	3	8	13	19	%56.45
Bandırmaspor	5	166	51	31	13	25	19	27	%58.90
Hatayspor	3	100	26	23	7	13	17	14	%53.37
İnegölspor	3	100	29	18	10	15	11	17	%57.98
Sarıyer	5	166	35	14	19	40	29	29	%65.36
Nazilli Bel. Spor	3	100	26	14	12	15	12	21	%58.82
Kocaeli Birlik Spor	5	166	32	26	21	40	30	17	%57.01
Amed S. Faaliyetler	2	68	21	7	5	15	8	12	%68.26
MKE Ankaragücü	2	68	21	12	6	13	7	9	%60.86
Kırklarelispor	4	132	26	12	17	28	23	26	%61.96
Pazarıspor	2	68	14	8	11	20	9	6	%62.96
Gümüşhanespor	2	68	12	4	8	14	14	16	%64.10
Bugsaş Spor A.Ş.	5	166	40	30	16	28	27	25	%56.10
A.K.Maraşspor	2	66	19	9	8	14	6	10	%63.00
B.Tepecik Spor A.Ş.	4	132	27	25	19	23	20	18	%52.06
Gölbaşıspor A.Ş.	5	166	32	22	29	35	22	26	%56.19
B.N.Düzeyurtspor	1	34	4	3	6	8	7	6	%55.88
Altay	4	132	24	17	18	34	24	15	%59.25
A.Y.Malatyaspor	5	168	45	30	18	26	21	28	%56.93
Pendikspor	5	168	34	29	20	32	30	23	%54.54
Ümraniyespor	1	36	10	5	2	5	6	8	%61.01
1461 Trabzon	3	102	31	11	7	19	13	21	%66.25
Menemen B. Spor	1	36	8	6	2	5	8	7	%56.14
F. Karagümrük A.Ş.	1	36	8	6	4	3	6	9	%52.63
Aydınspor 1923	2	70	17	9	10	12	8	14	%59.00
Kartalspor	2	70	21	11	3	13	11	11	%62.71
Konya A.Sel.Spor	5	168	34	28	24	38	26	18	%55.65
Bayrampaşa	3	102	23	12	14	23	14	16	%61.48
Tokatspor	5	168	35	16	27	37	22	31	%61.65
Hacettepe Spor	2	70	10	9	14	18	11	8	%53.94
Keçiörengücü	1	36	8	2	6	7	4	9	%65.11
Fethiyespor	4	134	32	20	13	29	22	18	%60.20
Tarsus İdman Yurdu	4	136	20	16	22	35	26	17	%56.95
Körfez İsk. Spor	5	168	36	22	31	39	17	23	%58.41
Turgutluspor	5	168	35	23	23	35	26	26	%57.96
Ofspor A.Ş.	5	168	29	21	27	43	28	20	%58.08
TKİ T.Linyitspor	1	36	1	2	12	15	5	1	%53.33
Altınordu A.Ş.	2	66	18	16	4	11	11	6	%54.62
M. Alanyaspor	4	132	34	18	16	30	16	18	%62.10
Eyüpspor	4	132	28	18	19	31	19	17	%59.19
İ. Güngörenspor	2	66	8	7	16	19	9	7	%54.09
Bozüyükspor	4	132	30	16	22	34	14	16	%61.90
Giresunspor	2	66	18	10	6	15	9	8	%62.37
Dardanelspor A.Ş.	2	68	11	2	10	20	13	12	%71.87
Gaziosmanpaşa	3	98	16	11	18	24	15	14	%57.27
Çankırıspor	4	132	25	11	21	35	20	20	%64.18
Ünyespor	2	64	9	4	8	17	15	11	%64.61
Sakaryaspor A.Ş.	2	66	11	9	11	20	11	4	%58.66
Balıkesirspor	3	98	30	21	8	12	11	16	%56.11
Denizli B.B.Spor	2	64	12	8	13	12	7	12	%54.43
Turan Spor A.Ş.	3	98	20	11	10	25	19	13	%63.20
Adana Demirspor	2	66	18	11	5	14	10	8	%60.95
Adıyamanıspor	2	66	9	3	14	22	10	8	%64.91
Mardinspor	2	66	7	2	17	25	9	6	%57.69
Şanlıurfaspor	2	66	20	13	7	7	6	13	%55.93
Diyarbakırspor	1	32	5	1	8	11	3	4	%72.00
Çorumspor	2	66	11	7	10	21	12	5	%63.38
Kocaelispor	2	66	10	2	15	21	8	10	%70.37
Vartaş Elazığspor	1	34	13	7	1	2	3	8	%59.15
Türk Telekomspor	1	34	3	5	5	7	9	5	%47.36
Van B.B. Spor	1	34	7	1	4	11	6	5	%77.14
A. Sebatspor	1	34	6	2	8	8	3	7	%61.76
Gebzespor	1	34	0	1	11	14	6	2	%54.54

Tablo 3. Sezonlara göre bir üst lige çıkan takımların ev sahibi olma avantajları

Sezon	Bir Üst Lige Çıkan Takımlar	Ev Sahibi Olma Avantajı
2010/2011	Vartaş Elazığspor	%59.15
	Göztepe A.Ş.	%60.81
	Sakaryaspor A.Ş.	%57.40
2011/2012	1461 Trabzon	%66.12
	Şanlıurfaspor	%54.66
	Adana Demirspor	%52.75
2012/2013	A.Kahramanmaraşspor	%59.67
	Balıkesirspor	%53.62
	Fethiyespor	%54.71
2013/2014	Altınordu A.Ş.	%50.61
	Giresunspor	%61.19
	M.Alanyaspor	%59.72
2014/2015	Göztepe A.Ş.	%56.52
	A.Yeni Malatyaspor	%57.57
	1461 Trabzon	%62.71
Ortalama		%57.81

Türkiye Futbol 2. Liginde 2010/2011–2014/2015 sezonları arasında bir üst lige çıkan takımların ev sahibi olma avantajı ortalamaları %57.81 olarak bulunurken, bu oranın %50.61 ile %66.12 aralığında değişkenlik gösterdiği tespit edilmiştir.

Tablo 4. Sezonlara göre bir alt lige düşen takımların ev sahibi olma avantajları

Sezon	Bir Alt Lige Düşen Takımlar	Ev sahibi olma avantajı
2010/2011	Tarsus İdman Yurdu	%57.89
	Van B.B.Spor	%77.14
	Dardanelspor A.Ş.	%81.25
	A.Sebatspor	%61.76
	Hacettepespor	%65.62
2011/2012	Gebzespor	%54.54
	Altınordu A.Ş.	%63.15
	Adıyamanspor	%65.00
	Mardinspor	%100
	Diyarbakırspor	%72.00
2012/2013	Çorumspor	%62.50
	Kocaelispor	%88.88
	Ünyespor	%80.00
	Sakaryaspor A.Ş.	%61.90
	Denizli B.B.Spor	%52.94
	Turanspor A.Ş.	%57.69

Tablo 4 (Devamı). Sezonlara göre bir alt lige düşen takımların ev sahibi olma avantajları

Sezon	Bir Alt Lige Düşen Takımlar	Ev sahibi olma avantajı
2013/2014	Eyüpspor	%61.11
	İ.Güngörenspor	%62.96
	Bozüyükspor	%45.45
	Dardanelspor A.Ş.	%62.50
	Gaziosmanpaşa	%60.71
	Çankırıspor	%52.00
2014/2015	Gölbaşıspor A.Ş.	%54.28
	B.N.Düzyurtspor	%55.88
	Altay	%70.37
	Körfez İskenderun spor	%48.71
	Turgutluspor	%58.97
	Ofspor A.Ş.	%63.15
TKİ. T.Linyitspor	%53.33	
Ortalama		%63.85

Sezonlara göre bir alt lige düşen takımları ev sahibi olma avantajları incelendiğinde, farklı sezonlarda birbirinden farklı değerlerin ortaya çıktığı görülürken, Türkiye Futbol 2. Liginde 2010/11–2014/15 sezonları arasında bir alt lige düşen takımların ev sahibi olma avantajı ortalamalarının %63.85 olduğu tespit edilmiştir.

TARTIŞMA - SONUÇ

Bu çalışma Türkiye Futbol 2. Liginde ev sahibi olma avantajının incelenmesi ve belirlenen beş sezonunun analiz edilmesi amacıyla yapılmıştır. 5 sezonda oynanan müsabakalarda, ev sahibi takımlar maçların %43.80'inden galibiyetle %27'sinden mağlubiyetle ayrılırken, maçların %29.20'si ise beraberlikle sonuçlanmıştır. İncelenen beş sezonda da bu ligde yer alan takımların ev sahibi olma avantajı değerlerinin %54.54 ile %65.36 arasında olduğu, bir üst lige çıkan takımların ev sahibi olma avantajı ortalamalarının %57.81, küme düşen takımlarda ise bu oranın %63.85 olduğu tespit edilmiştir. Daha önce yapılan birçok çalışmanın (Allen ve Jones, 2014; Garcia ve ark., 2013; Göral, 2015; Göral ve ark., 2018; Pollard, 2006; Seçkin ve Pollard, 2008;) sonuçlarına göre de futbol müsabakalarında ev sahibi olmanın maç sonucunun belirlenmesinde oldukça önemli bir kriter olduğu görülmektedir.

Pollard (2006) yaptığı çalışmada, Türkiye'de 2004 yılından önceki 6 sezonda oynanan toplam 1836 maçta, ev sahibi olma avantajı ortalamasını çalışmamızın bulgularına benzer şekilde %61.95 olarak bulmuştur. Bu müsabakaların 901'inden (%49.07) ev sahibi takımlar galibiyetle ayrılmışlardır. Allen ve Jones (2014) İngiltere Premier Liginde 1992/93-2011/12 sezonları

arasında oynanan toplam 7720 maçı analiz etmiş ve ev sahibi olma avantajı değerlerinin %57.36 ile %64.35 arasında değiştiğini belirtmişlerdir.

Göral'ın (2015) Türkiye Futbol Süper ligini ev sahibi olma avantajı açısından incelediği çalışmasında, 10 sezonluk zaman aralığında ev sahibi olma avantajı ortalaması %60.07; Gürkan ve arkadaşlarının (2017), Türkiye Futbol 1. Ligi üzerine yaptıkları çalışmada, 10 sezonda ev sahibi olma avantajı ortalaması %61.10, bir sezonu şampiyon olarak tamamlayan takımların ev sahibi olma avantajı ortalamaları %56.40, küme düşen takımlarda ise bu oran %61.23 olarak bulunmuştur. Fowler ve arkadaşları (2014) tarafından profesyonel Avustralya futbolu üzerine yapılan çalışmada, müsabakaları iç sahada oynayan takımların, deplasman takımlarına göre daha fazla sayıda gol, şut, hedefi bulan şut ve korner attıklarını belirlenmiştir.

Pollard, Silvac ve Medeiros (2008) Brezilya Seri A Liginde 5 sezon (2003-2007) boyunca toplam 2326 müsabakayı ev sahibi olma avantajı açısından incelemişler ve ev sahibi olma avantajı ortalamasını %65 olarak bulmuşlardır. Lago-Penas ve Lago-Ballesteros (2011) yaptıkları çalışmada, İspanya Liginde oynanan müsabakalarda galibiyetle sonuçlanan maçların %61.95'ini ev sahibi takımların %38.05'ini ise deplasman takımlarının galibiyeti ile sonuçlandığını belirlemişlerdir.

Yaptığımız çalışmada, bir alt lige düşen takımlarda ev sahibi olma avantajının (%63.85), bir üst lige çıkan takımların ev sahibi olma avantajı ortalamalarından (%57.81) oldukça yüksek olduğu görülmektedir. Sonuç olarak, bir futbol takımının başarısına etki eden önemli faktörlerden biri olan iç saha avantajının iyi kullanılmasının bir takımın başarısı açısından oldukça önemli bir faktör olduğu görülmekle beraber, ev sahibi olma avantajının dış sahada alınacak puanlarla benzer oranlarda seyretmesinin takım başarısına daha yüksek katkı sağlayacağı söylenebilir.

KAYNAKLAR

- Allen, M.S., & Jones, M.V. (2014). The home advantage over the first 20 seasons of the English Premier League: Effects of shirt colour, team ability and time trends. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 12(1), 10-18.
- Carling, C. (2016). Match evaluation: Systems and tools. *Match Performance and Analysis. Soccer Science*. Ed.: Strudwick T. 545-559. ABD: Human Kinetics.
- Courneya, K., & Carron, A. (1992). The home advantage in sport competitions: A literature review. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 13-27.
- Fowler, P., Duffield, R., & Vaile, J. (2014). Effects of domestic air travel on technical and tactical performance and recovery in soccer. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 9, 378 -386.
- Garcia, M.S., Aguilar, O.G., Marques, P.S., Tobío, G.T., & Romero, J.F. (2013). Calculating home advantage in the first decade of the 21th century UEFA soccer leagues. *Journal of Human Kinetics*, 38, 141-150.
- Göral, K. (2015). Türkiye futbol süper liginde ev sahibi olma avantajı. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 5(14), 72-82.
- Göral, K. ve Saygın, Ö. (2012). Birinci ligde yer alan bir futbol takımının sezon performansının incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(2), 1017-1031.
- Göral, K., Yanık, E. ve Zorba, H.N. (2018). Süper amatör futbol liginde müsabakaları iç sahada oynamak önemli bir avantaj mıdır? *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 188-194.

Gürkan, O., Göral, K. ve Saygın, Ö. (2018). Türkiye futbol 2. liginde oynanan müsabakaların ev sahibi olma avantajı değişkeni açısından analizi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 418-425.

Gürkan O., Göral K. ve Saygın Ö., (2017). Home advantage in professional soccer: Analysis of Turkey 1. League. *International Journal of Human Science*, 14(4), 3292-3299.

Hughes, M.D. & Bartlett, R.M. (2002). The use of performance indicators in performance analysis. *Journal of Sports Sciences*, 20(10), 739-754.

İnal, A.N. (2004). *Futbolda Eğitim ve Öğretim*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

İnal, A.N. (2003). *Beden Eğitimi ve Spor Bilimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Lago-Penas, C. & Lago-Ballesteros, J. (2011). Game location and team quality effects on performance profiles in professional soccer. *Journal of Sports Science and Medicine*, 10, 465-471.

Michailidis, Y., Michailidis, C. & Primpa, E. (2013). Analysis of goals scored in European Championship 2012. *Journal of Human Sport and Exercise*, 8(2), 367-375.

Müniroğlu, S. (2009). *Futbolda müsabaka analizi ve gözlemin önemi*. 3.Ulusal Futbol ve Bilim Kongresi Bildiri Kitabı, s.17, Antalya.

Pollard, R., & Gomez, M.A., (2009). Home advantage in football in South-West Europe: Long-term trends, regional variation, and team differences. *European Journal of Sport Science*, 9(6), 341-352.

Pollard, R., Silvac, D., & Medeiros, N.C. (2008). Home advantage in football in Brazil: Differences between teams and the effects of distance traveled. *Brazilian Journal of Soccer Sciences*, 01(1), 03-10.

Pollard, R. (2006). Worldwide regional variations in home advantage in association football. *Journal of Sports Sciences*, 24(3), 231-240.

Sarmiento, H., Marcelino, R., Anguera, T., Campaniço, J., Matos, N., & Leitao, A.C. (2014). Match analysis in football: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 33(20), 1831-1843.

Seçkin, A. (2006). *Home Advantage in Association Football: Evidence from Turkish super league*. ECOMOD Conference in Hong Kong, Chine.

Seçkin, A., & Pollard, R. (2008). Home advantage in Turkish professional soccer. *Perceptual and motor skills*, 107, 51-54.