



Aşırtmalı ve Kapışmalı Aba Güreşi Gençler Türkiye Şampiyonasına Katılan Sporcuların Görsel ve İşitsel Reaksiyon Sürelerinin Karşılaştırılması

Ahmet KOYUNLU¹

Öz

Geleneksel güreşler içerisinde yer alan aşirtmalı ve kapışmalı aba güreşi son zamanlarda toplum içerisinde daha etkin bir yer almakta ve yakından takip edilmektedir. Bu çalışmada aşirtmalı ve kapışmalı aba güreşi gençler Türkiye şampiyonasına katılan sporcuların görsel ve işitsel reaksiyon sürelerinin karşılaştırılması amaçlanmıştır. Çalışmamıza gençler Türkiye şampiyonasına katılan başpehlivan kategorisinde güreşen aşirtmalı (n=12) ve kapışmalı (n=9) sporcu dahil edilmiştir. Çalışmaya güreşçiler gönüllülük esasına göre katılmıştır. Görsel ve işitsel reaksiyon zamanı için bilgisayar programları kullanılarak ölçümler alınmıştır. Çalışmaya katılan sporculara çalışma başlamadan önce testler ve süreç ile ilgili bilgilendirme yapılmıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel olarak analiz edilmesinde SPSS paket programı kullanıldı. Yapılan istatistiksel analiz neticesinde kapışmalı aba güreşi sporcuları ile aşirtmalı aba güreşi sporcuları arasında, görsel reaksiyon (fastest), görsel reaksiyon (slowest) ve görsel reaksiyon (average) arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur (p<0,05). Ayrıca iki grup arasında işitsel reaksiyon (fastest), işitsel reaksiyon (slowest) ve işitsel reaksiyon (average) zamanı değerlerinde de kapışmalı aba güreşine katılan sporcular lehine anlamlılık tespit edilmiştir (p<0,05).

Anahtar Kelimeler: Aşırtmalı, Başpehlivan, Güreş, Kapışma, Reaksiyon

Comparison of the Visual and Auditory Reaction Times of the Athletes Participating in the Overlap and Confrontational Aba Wrestling Youth Turkey Championship

Abstract

Overlapping and Confrontational aba wrestling, which is one of the traditional wrestling, has recently taken a more active place in the society and is followed closely. In this study, it is aimed to compare the visual and auditory reaction times of the athletes participating in the overlapping and confrontational aba wrestling youth Turkish championship. Our study included over-the-top (n=12) and competitive (n=9) athletes wrestling in the chief wrestler category participating in the Youth Turkey Championship. Wrestlers participated in the study on a voluntary basis. Measurements were taken for visual and auditory reaction time using computer programs. Before the start of the study, the athletes participating in the study were informed about the tests and the process. SPSS package program was used for statistical analysis of the obtained data. As a result of the statistical analysis, a statistically significant difference was found between the confrontational aba wrestling athletes and the overlapping aba wrestling, and between visual reaction (fastest), visual reaction (slowest) and visual reaction (average) (p<0.05). In addition, a significance was found in favor of the athletes participating in confrontational aba wrestling in the auditory reaction (fastest), auditory reaction (slowest) and auditory reaction (average) time values between the two groups (p<0.05). As a result; wrestlers compete dynamically in confrontational aba wrestling competitions. In overlapping aba wrestling, the competitions are more stable.

Key Words: Overlap, Chief Wrestler, Wrestling, Confrontational , Reaction.

Atf İçin / Please Cite As:

Koyunlu, A. (2022). Aşırtmalı ve Kapışmalı Aba Güreşi Gençler Türkiye Şampiyonasına Katılan Sporcuların Görsel ve İşitsel Reaksiyon Sürelerinin Karşılaştırılması. *Uluslararası Medeniyet Çalışmaları Dergisi*, 7 (2), 82-92. Doi:10.5281/zenodo.7472384

¹ Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, koyunluahmet@gmail.com

ORCID: 0000-0003-3758-2844

Giriş

Sporun kökeni her ne kadar eski dönemlere dayansa da günümüzde ilerleyen teknolojiyle ve artan bilimsel çalışmalarla sürekli yenilenmekte gelişim göstermektedir. Spor ortaya çıkan yenilikler ve gelişimler sayesinde son zamanlarda önemli mesafeler kat etmektedir. Bu yenilenme ve gelişimler sporcu merkezli olmakla birlikte, toplumun da gelişmesine katkı sağlamaktadır (Bilgiç, 2020:1). Sportif aktiviteler toplum içerisinde bireyleri bir araya getiren genel olarak tüm dünya tarafından kabul gören fizyolojik, kültürel, sosyolojik, ekonomik ve evrensel etkinliklerdir. Spor, evrensel bir olgu olmanın yanında, toplumsal çerçevede bireyleri peşinden sürüklemesi, geniş kitleler tarafından takip edilmesi, değişik yaş gruplarına hitap etmesi ve gerek izleyenleri gerekse uygulayanları etkisi altına alması sebebiyle değişik çevreler tarafından dikkat çeken aktiviteler olmuştur (Atılğan ve Türkel, 2019:23; Demiral, 2015:717; Şirin, 2021:295). Toplumlar içerisinde spor insanlar arasında ortak bir gereksinim olmasından kaynaklı toplumların ilgileri ve yaklaşımları bu konuda farklılıklar ortaya koymaktadır. Bu gereksinimler genel manada milli özellikleri de içerisinde barındırmaktadır (Şahin, 2011:195). Toplum içerisinde insanların güzel bir zaman geçirmesini sağlayan, bununla birlikte yardım ve boş zamanları daha verimli geçirmeyi amaçlayan gelenekselleşmiş ve bugüne kadar değişerek ya da değişmeden gelen içerisinde değişik özellikler barındıran etkinlikler 'Geleneksel Türk Sporları' olarak adlandırılmaktadır (Güven ve Özsağım, 2017:58). Toplumlar içerisinde millet olma kültürlerinin temel unsurları içerisinde spor yer almaktadır. Eski zamanlardan bu yana Türkler tarafından farklı güreşler uygulanmıştır (Arı, 2017:110). Tarih süreçleri içerisinde Türkler tarafından yağlı güreş, karakucak güreşi, şalvar güreşi kemer güreşi ve aba güreşi yaygın olarak uygulanan güreşler olarak bilinmektedir. Anadolu'nun değişik bölgelerinde farklı güreş türleri uygulamalarına rastlamak mümkündür. Kahramanmaraş ve çevre bölgelerinde 'Şalvar güreşi' Gaziantep bölgesinde aba güreşinin bir çeşidi olan 'Aşırtmalı ABA Güreşi' yine Hatay bölgesinde 'Kapışmalı ABA Güreşi' Anadolu'nun hemen her bölgesinde uygulanan 'Karakucak Güreşi' Edirne ve Antalya başta olmaz üzere değişik bölgelerde uygulanan 'Yağlı Güreş' halk tarafından benimsenmiş ve uygulanması günümüze kadar süregelmiştir. Şalvar Güreşi adını sporcuların giymiş oldukları geniş şorttan almaktadır. Bu güreş sırasında müsabaka genellikle ayakta devam etmektedir. Minder güreşine en yakın güreş çeşidi şalvar güreşidir. Karakucak güreşi şalvar güreşine benzese de aralarında farklılıklar da vardır. Karakucak güreşi sırasında güreşçiler üzerine kıldan ya da çadır bezinden yapılmış 'pırpıt' denilen giysiyi giyerek müsabaka yapmaktadırlar. Gerek şalvar güreşi gerekse karakucak güreşinin kazananı rakiplerden birisinin diğerini sırt aşağıya getirmesi ya da müsabaka süresi içerisinde sağlamış oldukları teknik üstünlükle belirlenmektedir. Yağlı güreş sırasında pehlivanlar müsabakaya başlamadan önce kendilerini zeytinyağı ile yağlayarak müsabakaya hazır hale gelmektedir. Güreşçiler müsabaka giysisi olarak dana derisinden yapılmış 'kışpet' denilen elbiseyi giyerek müsabaka yapmaktadır. Yağlı güreşte yenilme şekilleri dirseklerin ikisinin yere gelmesi, güreşçilerden birisinin sırt aşağıya gelmesi, sporculardan birisinin pes etmesi, rakibin ayaklarının yerden kesilip üç adım yürünmesi, güreşçilerin kışpetinin yırtılması ya da çıkması sporculardan birisinin rakibini başının üzerinden dikip takla attırarak aşkırtmak. ABA Güreşi ismini sporcuların üzerine giymiş olduğu kıyafetten almıştır. Günümüzde yapılan aba güreşleri orijinalliğini hiç bozmamış sanayi ve modern yaşamdan etkilenmemiş ve yeniliklere uğramadan varlığını devam ettirmiştir. Sporun evrenselliği açısından aba güreşi, Gaziantep ve Hatay bölgesinde daha yoğun olarak görünse de, dünyanın birçok yerinde benzer tekniklerle uygulanmaya devam etmektedir. ABA güreşi müsabaka görünüş biçimi ve uygulanan teknikler bakımından olimpik judo branşıyla büyük bir benzerlik göstermektedir (Keskin, 1978:16; Şahin, 1999:31). İnsanlar yaşamış olduğu toplum içerisinde gerek hayvanlar gerekse kendi türünden olanlarla yakın mücadele gereksinimleri ortaya çıkınca kendi vücut kütlesi ve kas kuvvetinden yararlanma şeklini yani güreşi bulmuşlardır. Güreş; karşılıklı iki bireyin herhangi bir malzeme araç-gereç kullanmaksızın belirlenmiş kurallar çerçevesinde belli sürede ve belli meydan (alan) içerisinde tüm fizyolojik, psikolojik ve yeteneklerini kullanarak, tüm vücut kısımlarının beraber çalıştığı, rakibi sırt aşağı getirmek ya da teknik üstünlük kurmayı amaç edinen sportif faaliyettir (Güven, 1982:1115; Koyunlu, Dağlıoğlu ve Özdal, 2020:360).

Reaksiyon zamanı; birbirine benzer hareketleri başarılı ve süratli bir şekilde uygulayabilme ya da belirlenmiş bir uzaklığı yüksek hızda bitirebilme yeteneğidir (Gökmen, Karagül ve Aşçı, 1995:95). Reaksiyon süresi sürat özelliğinin ön planda olduğu spor branşlarında önemli bir etmendir (Akgün, 1994:111). Bireylere bir uyarının gönderilmesiyle bireyin bu uyarıya istemli olarak vermiş olduğu cevabın başlaması arasında geçen süreye ya da beklenen ve beklenilmeyen bir uyarana karşı kasların tepkilerinin başlaması arasındaki süreye reaksiyon süresi denilmektedir (Çokaloğlu, Akgün, Yalaz ve Ertat, 1987:22; Dokuyucu vd., 2015:43). Aralarında güreşin de bulunduğu farklı spor dallarında reaksiyon süresinin birden fazla becerinin temel alt yapısını oluşturduğu bilinmektedir (Ziyagil, Tamer ve Zorba, 1993:35). Reaksiyon süresinin uzun olması sporcuların almış oldukları uyarılara karşı yeterince dikkatini vermediği ya da gelen uyarıyı hızlı bir şekilde işlemediğinin bir göstergesidir. Basit reaksiyon süresi testlerinin sonuçlarına göre bireylerin gerçekleştirilen iş üstündeki bilişsel ve nörolojik işlevler hakkında bir değerlendirme yapılabilmektedir (Erdoğan ve Öztürk, 2019:57). Müsabakalar sırasında sporcuların harekete başlamasını sağlayacak uyarılar işitsel, görsel vb. olabilir.

Güreş gibi mücadele gerektiren spor dallarında uyarılar genelde görsel ve dokunarak olurken, çıkma eyleminin olduğu spor dallarında işitsel uyarılar önem arz etmektedir. Tüm spor dallarında ise denge ve kinestetik uyarılar mutlak gereklidir (Şirin, 1995:3). İşitsel ve görsel reaksiyon süresi de hemen hemen tüm spor dallarında önemli yere sahip olmakla birlikte yapılacak çalışmalarla geliştirilebilir bir özelliktir (Saccuzzo ve Michael, 1984:188). Değişik spor dallarında görsel ve işitsel reaksiyon sürelerinin farklı olduğu ve sporcuların spor yapmayan bireylere göre daha düşük reaksiyon süresine sahip oldukları yapılan çalışmalarla ortaya çıkmıştır (Hasçelik, Başgör ve Türker, 1989:236; Moca, Kaur ve Sidhu, 1992:428). Spor camiasında çoğu spor dallarında olduğu gibi güreşte de reaksiyon zamanı müsabaka sırasında performansın belirlenmesi ve ortaya konulması için belirleyici bir etmendir (Ergen vd., 1994:42). Güreş müsabakaları esnasında gerek teknik uygularken gerekse rakibin ataklarına karşılık verirken çok kısa zaman içerisinde hareket edilmesi gerekmektedir. Bundan dolayı güreşte başarılı olmak için hız ve reaksiyon zamanının üst seviyede olması gerekmektedir. Müsabakalar esnasında güreşçi rakibine atak yapar kendisine yapılan ataklara savunma ve karşı atak yapar, bunu ise tamamen süratli bir şekilde yapmak zorundadır (Gül, İmamoğlu, Özdal ve Doğan, 2012:21; Günay, Tamer ve Cicioğlu, 2006:226). Bu denli öneme sahip reaksiyon süresi geleneksel güreşler içerisinde yer alan Aşırtmalı ve Kapışmalı aba güreşlerinde de başarılı olmak için kaçınılmaz bir etmendir.

Bu sebeple çalışmamızda; Aşırtmalı ve Kapışmalı aba güreşi Türkiye şampiyonasına katılmış güreşçilerin hem görsel hem de işitsel reaksiyon süreleri arasındaki ilişki araştırılmıştır.

Materyal ve Yöntem

Deney Dizaynı ve Kapsam

Çalışmaya geleneksel güreşler gençler Türkiye şampiyonasına katılan ve ağır sıkllette yarışan aşırtmalı aba güreşi 12 sporcu ve kapışmalı aba güreşi 9 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmamıza katılan bütün deneklere çalışma planı ve amacı hakkında gerekli bilgilendirme yapılmıştır. Deneklere bir beslenme programı ve antrenman planı uygulanmamıştır. Çalışmamıza katılan deneklerin görsel ve işitsel reaksiyon süreleri ölçümleri alınmış ve kayıt edilmiştir.

Görsel Ve İşitsel Reaksiyon Süresi Ölçümü

Çalışmamızda aşırtmalı aba (n:12) ile kapışmalı aba (n:9) güreşi gençler Türkiye şampiyonasına katılan ağır sıkllet güreşçilerin görsel ve işitsel reaksiyon sürelerini belirlemek için her sporcu bilgisayar programında bulunan uygulamayı, dikkat dağımlığı meydana gelmemesi için, sessiz ve boş bir alanda uygulamıştır. Görsel ve işitsel reaksiyon zamanı için (www.humanbenchmark.com, İRZ: cognitivefun.net) özel yazılım bilgisayar sistemi kullanılarak ölçümler alınmıştır. İlk olarak sporculara testin uygulanmasına alıştırmış, hazır olduklarında ardışık olarak 10 ölçüm gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen bu ölçümlerden son beşinin

aritmetik ortalamaları alınmış ve değerlendirilmeye dâhil edilmiştir (Kaplan, Akcan, Çakır ve Kılıç, 2017, s. 86; Pancar, Özdal, Pancar ve Biçer, 2016:145). Veriler milisaniye cinsinden kaydedilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma sonunda elde edilen verilerin; tasnif edilmesinde ve yüzdelerdeki farkların hesaplanmasında Excel programı (Microsoft Office, sürüm 2013, Microsoft Corp., Redmond, WA, ABD), istatistiksel olarak analiz edilmesinde ise SPSS paket programı (SPSS for Windows, sürüm 22.0, SPSS Inc., Chicago, Illinois, ABD) kullanıldı. Veriler ortalama, standart sapma olarak sunuldu. Normallik sınaması için Shapiro-Wilk testi uygulandı. Normal dağılım göstermeyen veri setleri için çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edildi ve ± 2 değeri içinde olan veri setlerinin normal dağılım gösterdiği kabul edildi. İstatistiksel sonuçlar 0,05 anlamlılık düzeylerinde değerlendirildi.

Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların (Aşırtmalı Aba: n=12; Kapışmalı Aba: n=9) görsel ve işitsel reaksiyon testlerine yönelik tanımlayıcı özellikleri

		Min.	Maks.	Ort.	Std. S.
Aşırtmalı Aba Güreş Grubu	Görsel Reaksiyon (Fastest)	264,00	356,00	307,25	24,52
	Görsel Reaksiyon (Slowest)	352,00	689,00	488,33	85,38
	Görsel Reaksiyon (Average)	310,00	549,40	393,02	60,77
	İşitsel Reaksiyon (Fastest)	257,00	357,00	320,00	30,93
	İşitsel Reaksiyon (Slowest)	346,00	793,00	541,17	122,35
	İşitsel Reaksiyon (Average)	297,80	530,20	411,23	68,64
Kapışmalı Aba Güreş Grubu	Görsel Reaksiyon (Fastest)	230,00	298,00	259,22	23,10
	Görsel Reaksiyon (Slowest)	275,00	519,00	383,67	98,87
	Görsel Reaksiyon (Average)	216,20	358,80	294,46	48,27
	İşitsel Reaksiyon (Fastest)	216,00	289,00	246,56	24,83
	İşitsel Reaksiyon (Slowest)	309,00	585,00	423,33	125,26
	İşitsel Reaksiyon (Average)	254,17	573,40	327,36	95,70

Tablo 1’de çalışmamıza katılan gönüllülerden elde edilen verilerin tanımlayıcı bilgileri incelendiğinde; Aşırtmalı Aba Güreş grubu görsel reaksiyon fastest (en hızlı) minimum 264,00, maksimum 356,00, ortalama 307,25, standart sapma 24,52, görsel reaksiyon slowest (en yavaş) minimum 352,00, maksimum 689,00, ortalama 488,33 standart sapma 85,38, görsel reaksiyon average (ortalama) minimum 310,00, maksimum 549,40, ortalama 393,02, standart sapma 60,77 olduğu tespit edilmiştir. Aşırtmalı Aba Güreş grubu işitsel reaksiyon fastest (en hızlı) minimum 257,00, maksimum 357,00, ortalama 320,00, standart sapma 30,93, işitsel reaksiyon slowest (en yavaş) minimum 346,00, maksimum 793,00, ortalama 541,17 standart sapma 122,35, işitsel reaksiyon average (ortalama) minimum 297,80, maksimum 530,20, ortalama 411,23, standart sapma 68,64 olduğu tespit edilmiştir.

Kapışmalı Aba Güreş grubu grup görsel reaksiyon fastest (en hızlı) minimum 230,00, maksimum 298,00, ortalama 259,22, standart sapma 23,10, görsel reaksiyon slowest (en yavaş) minimum 275,00, maksimum 519,00, ortalama 383,67 standart sapma 98,87, görsel reaksiyon average (ortalama) minimum 216,20, maksimum 358,80, ortalama 394,46, standart sapma 48,27 olduğu tespit edilmiştir. Kapışmalı Aba Güreş grubu işitsel reaksiyon fastest (en hızlı) minimum 216,00, maksimum 289,00, ortalama 246,56, standart sapma 24,83, işitsel reaksiyon slowest (en yavaş) minimum 309,00, maksimum 585,00, ortalama 423,33 standart sapma 125,26, işitsel reaksiyon average (ortalama) minimum 254,17, maksimum 573,40, ortalama 327,36, standart sapma 95,70 olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların görsel reaksiyon testlerinin gruplar arası karşılaştırılması

	Grup	Ort	Std S.	T	P
Görsel	Aşırtmalı	307,2500	24,52133	4,551	0,001
Fastest	Kapışmalı	259,2222	23,09642		
Görsel	Aşırtmalı	488,3333	85,38	2,600	0,018
Slowest	Kapışmalı	383,67	98,86607		
Görsel	Aşırtmalı	393,0217	60,76748	4,002	0,001
Average	Kapışmalı	294,4633	48,26929		

Tablo 2 incelendiğinde yapılan istatistiksel analiz sonucunda kapışmalı aba güreşi sporcuları ile aşırtmalı aba güreşi sporcuları arasında, görsel reaksiyon (fastest), görsel reaksiyon (slowest) ve görsel reaksiyon (average) arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur ($p<0,05$).

Tablo 3. Katılımcıların işitsel reaksiyon testlerinin gruplar arası karşılaştırılması

	Grup	Ort	Std S.	T	P
İşitsel	Aşırtmalı	320,0000	30,92807	5,840	0,001
Fastest	Kapışmalı	246,5556	24,82998		
İşitsel	Aşırtmalı	541,1667	122,35108	2,162	0,044
Slowest	Kapışmalı	423,3333	125,25574		
İşitsel	Aşırtmalı	411,2333	68,64193	2,344	0,030
Average	Kapışmalı	327,3589	95,69578		

Tablo 3 incelendiğinde ayrıca iki grup arasında işitsel reaksiyon (fastest), işitsel reaksiyon (slowest) ve işitsel reaksiyon (average) süresi değerlerinde kapışmalı aba sporcuları ile aşırtmalı aba güreşi sporcuları arasında da istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tartışma ve Sonuç

Güreş gibi bireysel spor dallarında özellikle birbirine denk sporcularda fizyolojik ve motor beceriler kapsamında müsabakalarda başarılı olmak için bazı avantajlar taşımaları oldukça önemlidir. Müsabakalarda üstünlük kurmak ve üstün olmak için sporcuların bu becerileri yönelik antrenman ve teknik çalışmalarla iyileştirmeleri gerekmektedir.

Çalışmamıza katılan sporculardan, Aşırtmalı aba güreş grubu görsel reaksiyon fastest minimum 264,00, maksimum 356,00, ortalama 307,25, standart sapma 24,52, görsel reaksiyon slowest minimum 352,00, maksimum 689,00, ortalama 488,33 standart sapma 85,38, görsel reaksiyon average minimum 310,00, maksimum 549,40, ortalama 393,02, standart sapma 60,77 olduğu tespit edilmiştir. Aşırtmalı aba güreş grubu işitsel reaksiyon fastest minimum 257,00, maksimum 357,00, ortalama 320,00, standart sapma 30,93, işitsel reaksiyon slowest minimum 346,00, maksimum 793,00, ortalama 541,17 standart sapma 122,35, işitsel reaksiyon average minimum 297,80, maksimum 530,20, ortalama 411,23, standart sapma 68,64 olduğu tespit edilmiştir. Kapışmalı aba güreşi grubu görsel reaksiyon fastest minimum 230,00, maksimum 298,00, ortalama 259,22, standart sapma 23,10, görsel reaksiyon slowest minimum 275,00, maksimum 519,00, ortalama 383,67 standart sapma 98,87, görsel reaksiyon average minimum 216,20, maksimum 358,80, ortalama 394,46, standart sapma 48,27 olduğu tespit edilmiştir. Kapışmalı Aba güreş grubu işitsel reaksiyon fastest minimum 216,00, maksimum 289,00, ortalama 246,56, standart sapma 24,83, işitsel reaksiyon slowest minimum 309,00, maksimum 585,00, ortalama 423,33 standart sapma 125,26, işitsel reaksiyon average minimum 254,17, maksimum 573,40, ortalama 327,36, standart sapma 95,70 olduğu tespit edilmiştir.

Yapmış olduğumuz çalışmada kapışmalı aba güreşi sporcuları ile aşırtmalı aba güreşi sporcuları arasında, görsel reaksiyon (fastest), görsel reaksiyon (slowest) ve görsel reaksiyon (average) arasında istatistiksel olarak anlamlılık bulunmuştur ($p<0,05$). Ayrıca iki grup arasında

işitsel reaksiyon (fastest), işitsel reaksiyon (slowest) ve işitsel reaksiyon (average) süresi değerlerinde kapışmalı aba sporcuları ile aşırıtmalı aba güreşi sporcuları arasında da istatistiksel olarak anlamlılık tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Yıldızlar kategorisinde yer alan güreşçiler üzerinde yapılan çalışmada serbest güreşçilerin görsel el reaksiyon süresini (1/100sn) 18.67+1.35 greko-romen güreşçilerin ise görsel el reaksiyon süresi 18.52+1.62, serbest güreşçilerin işitsel el reaksiyon süresini (1/100sn) 18.45+1.86 greko-romen güreşçilerin ise işitsel el reaksiyon süresinin ise 17.82+1.56 olarak belirtilmiştir (Kutlu ve Cicioğlu, 1995, s. 14). Türk güreşçilerin dahil edildiği başka bir araştırmada işitsel el reaksiyon süresi (1/100sn) sağ el 17.46+1.46 ve sol 16.87+1.12, görsel el reaksiyon süresi (1/100sn) sağ el 17.38+1.85 ve sol el 17.84+1.27 olduğu ortaya çıkmıştır (Ziyagil, Zorba ve Eliöz, 1994, s. 28).

Kilo kaybından önce güreşçilerin işitsel sağ el reaksiyon süresi 182.09+6.84 ms, işitsel sol el reaksiyon süresi 179.54+6.50 ms, olarak, görsel sağ el reaksiyon süresi 206.09+9.26 ms, görsel sol el reaksiyon süresi 212.91+9.31 ms olarak tespit edilmiştir. Güreşçilerin kilo kaybından sonra ise sağ el reaksiyon süresi 202.36+7.54 ms, sol el reaksiyon süresi ise 208.91+8.93 ms, görsel sağ el reaksiyon süresi 238.54+11.22, görsel sol el reaksiyon süresi ise 254.36+10.74 ms, olarak tespit edilirken güreşçilerin toparlanmadan sonra işitsel sağ el reaksiyon süresi 187.18+7.40 ms, sol el işitsel reaksiyon süresi 192.27+6.22 ms, ve toparlanmadan sonra sağ el görsel reaksiyon süresi 224.45+8.59 ms, sol el görsel reaksiyon süresi ise 222.55+8.91 ms olduğu tespit edilmiştir (Eroğlu, 2002, s. 40).

Güreşçilerde gerçekleştirilen bir çalışma bulgularına göre, kilo düşmeden önce sağ el görsel reaksiyon süresi, sol el görsel reaksiyon süresi ve sağ el işitsel reaksiyon süresi ile kilo düşmeden sonra sağ el görsel reaksiyon süresi, sol el görsel reaksiyon süresi ve sağ el işitsel reaksiyon süresinde ($p>0,05$) anlamlılık bulunmazken, kilo düşmeden önce sol el işitsel reaksiyon süresi ile kilo düşmeden sonra sol el işitsel reaksiyon süresi arasında ($p<0,01$) anlamlılık olduğu belirtilmiştir (Akyüz, 2009, s. 44).

Farklı ülkenin milli takımında yer alan güreşçiler üzerinde yapılan bir çalışmada, Türk milli takım sporcularında; Sağ işitsel reaksiyon süresi 173.9±27.9 ms, sol işitsel reaksiyon süresi 173.7±26.6 ms, sağ görsel reaksiyon süresi 195.8±29.7 ms, sol işitsel reaksiyon süresi 194.7±30.6 ms olarak ölçülmüş, yine aynı çalışmada Kazakistan milli takım sporcularında Sağ işitsel reaksiyon süresi 200.8±49.6 ms, sol işitsel reaksiyon süresi 209.4±55.2 ms, sağ görsel reaksiyon süresi 232.1±51.7 ms, sol işitsel reaksiyon süresi 234.5±37.4 ms, olarak tespit edilmiştir (Taş vd., 2008, s. 7). Türkiye genç milli takımında yer alan güreşçilerin reaksiyon süresi ortalamaları, sağ el görsel reaksiyon süresi 195.8±29.7 ms, sol el görsel reaksiyon süresi 194.7±30.6 ms, sağ el işitsel reaksiyon süresi 173.9±27.9 ms, sol el işitsel reaksiyon süresinin ise 173.7±26.6 ms, olduğu tespit edilmiştir (Akyüz, Koç, Uzun, Özkan ve Taç, 2010, s. 40).

Serbest güreş milli takım sporcularının işitsel reaksiyon süreleri 18.33±1.98 ms, görsel reaksiyon süreleri ise 21.11±2.35 ms, olarak tespit edilmiş, greko-romen milli takım sporcuların ise işitsel reaksiyon süresi 18.82±1.95 ms, görsel reaksiyon süresi ise 18.82±1,90 ms, olarak tespit edilmiştir (Baykuş, 1989, s. 42). Düzenli olarak aikido çalışmalarını gerçekleştiren bireylerin yeni başlamış olan bireylere göre reaksiyon zamanı olarak daha iyi seviyede oldukları istatistiksel olarak ortaya çıkmıştır ($P< 0,01$ ve $P<0,05$) (Babayiğit vd., 2006, s. 184). Güreşçilerin sezonun farklı dilimlerinde yapılan görsel ve işitsel reaksiyon süreleri karşılaştırıldığında işitsel sağ ve sol el reaksiyon süre ortalamaları arasındaki fark ($p<0,05$), görsel sol el reaksiyon süreleri ortalamaları arasındaki farkın ise ($p<0,01$) seviyesinde anlamlılık gösterdiği tespit edilmiştir (Çalışkan, Kürkcü, Şirinkan, ve Erciş, 2007, s. 5).

Farklı spor branşlardaki sporcularda yapılan bir çalışmada sağ el reaksiyon zamanının güreşçilerde: 386,33 ms futbolcularda: 369,14 ms, ve voleybolcularda ise 405,96 ms olduğu belirtilmiştir (Akarsu, 2008, s. 76). Türkiye milli takım sporcularının fizyolojik özellikleri değerlendirilmiş olduğu bir çalışmada serbest güreşçilerin görsel reaksiyon süresi 18.67±1.86 ms, işitsel reaksiyon süresi 18.45±1.86 ms olarak, greko-romen güreşçilerin görsel reaksiyon

süresi 18.52 ± 1.61 ms., işitsel reaksiyon süresi ise $17,82 \pm 1,56$ ms., olduğu ortaya çıkmıştır (Kutlu ve Cicioğlu, 1995, s. 15). Farklı yaş grubundaki judo, halter ve güreş sporları ile ilgilenen erkek sporcuların reaksiyon zamanı ortalama 0.115-0.135 sn aralığında olduğu belirtilmektedir (Zorba, İmamoğlu, Doğu ve Ziyagil, 1995, s. 36). Değişik ülkelerin judo ümit milli takımında yer alıp ağır sıklette yarışan sporcularda Türk sporcuların işitsel sağ el reaksiyon zamanı 226,83 ms, işitsel sol el reaksiyon zamanı 183,16 ms, görsel sağ el reaksiyon zamanı 243,33 ms, görsel sol el reaksiyon zamanı 236,66 ms olduğu, Rus sporcuların ise işitsel sağ el reaksiyon zamanı 215,50 ms, işitsel sol el reaksiyon zamanı 215,40 ms, görsel sağ el reaksiyon zamanı 228,20 ms, görsel sol el reaksiyon zamanı 231,60 ms olduğu tespit edilmiştir (Yüksek ve Cicioğlu, 2004:142).

Müsabakalar sırasında hem rakip hem de zaman baskısı altında kalan güreşçilerin başarıya ulaşması için çabuk karar vermesi ve rakibe karşı reaksiyon zamanı bakımından da üstün olması gerekmektedir (Uzun, Özkan, Koç, Kıyıcı ve Taş, 2008:7). İki sporcunun üst düzey mücadelesinin ortaya konulduğu güreşte hızlı ve süratli bir şekilde yer değişikliği yapmalar, el, kol ve ayakların birbirleri ile uyumlu bir şekilde kullanıldığı, diğer taraftan rakip tarafından kendisine karşı uygulanan oldukça hızlı ve kuvvetli ataklara savunma ile karşılık verip benzer hızda ve kuvvette karşı atak yapmak için müsabaka sırasında denge, sürat, esneklik ve iyileştirilmiş reaksiyon süresine sahip olmak son derece önemli unsurlardır (Türkeri, 2007:2).

Güreşte sporcuların özellikle almış oldukları dış uyaranlara karşı kendisini hazır hale getirmenin yanında, rakibin atakları esnasında veya kendi tekniklerini hızlı bir şekilde yapması sırasında başarılı ya da başarısız olmalarıyla birlikte müsabakalardan sakatlık olmadan ayrılmaları için oldukça önemlidir. Reaksiyon zamanının bu denli önemli olduğu güreşçilerde bu özelliğin geliştirilmesine yönelik çalışmaların antrenman programlarına dâhil edilmesi son derece önem arz etmektedir. Yapılan çalışma sonucunda ortaya çıkan verilerden hareketle kapışmalı aba güreşçilerin aşırıtmalı aba güreşçilerine göre daha düşük görsel ve işitsel reaksiyon zamanına sahip oldukları tespit edilmiştir. Sonuç olarak; kapışmalı aba güreşinde aşırıtmalı aba güreşine kıyasla daha hareketli tarzda müsabakaların olması, hareketli bu müsabakalar sırasında güreşçilerin hem teknik uygulama hem de rakibin tekniklerine karşı başarılı savunma yapmaları için üst düzeyde reaksiyon zamanına sahip olmaları gerekmektedir. Kapışmalı aba güreşçilerinin aşırıtmalı aba güreşçilerine kıyasla daha hareketli tarzda müsabakalara hazırlandıkları için yapılan antrenmanlarda bu özelliğin gelişmesinin daha üst seviyede olduğu söylenebilir. Aşırtmalı aba güreşçilerinin yapmış oldukları antrenmanlar ve uygun tekniklerle reaksiyon zamanlarında yapılacak iyileştirmelerle sportif manada yapılacak müsabakalarda daha başarılı olabilecekleri söylenebilir.

Çalışmamız neticesinde elde etmiş olduğumuz bulgulara göre antrenör ve sporcuların, müsabakalarda başarılı olmak için bir kriter olarak kabul edilen reaksiyon zamanını geliştirmeye yönelik çalışmaların antrenman planı ve programlarına dahil etmesi gerektiği önerilebilir.

Etik Beyan

“Aşırtmalı ve Kapışmalı Aba Güreşi Gençler Türkiye Şampiyonasına Katılan Sporcuların Görsel ve İşitsel Reaksiyon Sürelerinin Karşılaştırılması” başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel kurallara, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir. Bu araştırma, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Tıbbi Araştırmalar Etik Kurulu'nun 04.10.2022 tarih ve Karar No:05 sayılı izni ile uygulanmıştır.

Kaynakça

- Akarsu S. (2008). Sedanter ve çeşitli branslardaki sporcu adelösan ve yetiskenlerde reaksiyon zamanı, kuvvet ve esneklik arasındaki ilişkiler (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum,
- Akgün, N. (1994). Egzersiz fizyolojisi. Cilt.2, İzmir: Ege Üniversitesi Basınevi, 74 -80.
- Akyüz, M. (2009). Elit güreşçilerde hızlı kilo kaybının fiziksel fizyolojik ve biyokimyasal parametrelere etkisi (Basılmamış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Akyüz, M., Koç, H., Uzun, A., Özkan, A., ve Taş, M. (2010). Türkiye güreş milli takımında yer alan genç sporcuların bazı fiziksel uygunluk ve somatotip özelliklerinin incelenmesi. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 12(1), 41-47.
- Arı, A. (2017). Geleneksel sporlarda Kırkpınar Güreşleri ve ekonomisi. Uluslararası Balkan Spor Bilimleri Kongresi, The International Balkan Conference in Sport Sciences, 110, 21.
- Atılğan, D., & Tükel, Y. (2019). Hakemlerin karar verme stillerinin incelenmesi. Sport Sciences, 14(2), 22-32.
- Babayiğit İrez G, Korkusuz F, Şentuna B, Akpınar S, Koçak S, İrez G, (2006) Düzenli Aikido eğitimi almış ve bu eğitime yeni başlayan bireylerin bazı motorik ve fiziksel parametrelerinin karşılaştırılması 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, 184.
- Bilgiç, M. (2020). Farklı ısınma prosedürlerinin pulmoner fonksiyonlar ve dolaşım parametrelerine etkisi (Doktora Tezi). Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale.
- Çalışkan E, Kürkçü R, Şirinkan A, Erciş S, (2007) Adolesan güreşçilerde egzersizin reaksiyon süresine etkileri. Atatürk Üniversitesi Journal Of Physical Education And Sport Sciences Cilt 9, Sayı 4.
- Çolakoğlu, H., Akgün, N., Yalaz, G., Ertat, A. (1987). Antrenmanlarını akustik ve optik reaksiyon zamanlarına etkisi. Spor Hekimliği Dergisi, Cilt 1, 22.
- Demiral. Ş. (2015). Motor Development with Judo. St. Kliment Ohridski University Press. Turkey at the Beginning of 21st Century New Perspective. 716-733.
- Dokuyucu, R., Demir, T., Bilgiç, M., Sağlık, M., Pündük, Z., Daglioglu, O., ... & Bağcı, C. (2015). Comparison of reaction time and body mass index in football training children and sedentary children. Medicina dello Sport, 68(1), 43-48.
- Ergen, E., Turnagöl, H., Paker, S., Güner, R., Zergeroğlu, A.M., Cinemre, A.(1994). Yağlı güreşçilerin fizyolojik profilleri. H. Ü. Spor Bilimleri 3. Ulusal Kongresi Bildiri özetleri H.Ü. Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu Yayını ,Ankara.
- Eroğlu H. (2002). Güreşçilerde hızlı kilo kaybının bazı fizyolojik parametreler üzerine etkisi (Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
- Gökmen, H., Karagül, T. Aşçı. (1995). psikomotor gelişim. Ankara: GSGM Yayınları.
- Gül M., İmamoğlu O., Özdal M., Doğan A. (2012). Güreş eğitim merkezi güreşçilerinin fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin incelemesi. II. Uluslararası Geleneksel ve Olimpik Güreşler Sempozyumu, 14-15 Eylül, Kahramanmaraş, 21.
- Günay M., Tamer K., Cicioğlu İ. (2006). Spor fizyolojisi ve performans ölçümü. Baran Ofset, Ankara .
- Güven, A. (1982). Ansiklopedik spor dünyası, Yelken Yayıncılık, İstanbul.
- Hasçelik Z. Basgoze O. Türker K. (1989).The effects of physical training on physical fitness tests and auditory and visual reaction times of volleyball players. J Sports Med Phy Fitness. 29: 234-239.
- Kaplan DS, Akcan F, Çakır Z, Kilic T, C; Y. (2017). Visuomotor and audiomotor reaction time in elite and non-elite badminton players. European Journal of Physical Education and Sport Science. 2017;3(1):84-93.
- Keskin, E. (1978). Aba güreşimiz. Ankara, 16-68.
- Koyunlu, A., Dağlıoğlu, Ö., & Özdal, M. (2020). Comparison of physical fitness and respiratory parameters of Elite Wrestlers and Judokas. Turkish Journal of Sport and Exercise, 22(3), 360-365.
- Kutlu M, Cicioğlu. (1995). Türkiye grekoromen ve serbest yıldız milli takım güreşçilerinin gelişmiş fizyolojik özelliklerinin analizi. Hacettepe Üniversitesi Bilimleri Dergisi. Cilt: 6, Sayı: 4, Ankara.

- Moka R, Kaur G, Sidhu Ls. (1992). Effect Of training on the reaction time of indian female hockey players. J Sports Med Phys Fitness, 32 : 428-31.
- Pancar Z, Özdal M, Pancar S, Biçer M. (2016). Investigation of visual and auditory simple reaction time of 11-18 aged youth. European Journal of Physical Education and Sport Science, 2016;2(4):145-52.
- Saccuzzo D.P., Michael B. (1984). Speed Of information-processing and structural limitations by retarded and dual-diagnosed, retarded-schizophrenic persons. American Journal Of Mental Deficiency 1984: 89(2), 187-194.
- Şahin R. (1995). Erkek hentbolcularda kalecilerle saha oyuncularının reaksiyon zamanlarının karşılaştırılması (Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Şahin, H. M. 1999. Gaziantep'te aşırımlı aba güreşi üzerine bir araştırma (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Şahin, S. (2011). Sosyal değişim sürecinde Türkiye'de toplumun güreş sporuna olan ilgi, bilgi ve değer yargılarının belirlenmesi. Volume: 6, Number: 3, Article Number: 2B0080, e-Journal of New World Sciences Academy, ISSN:1306-3111.
- Şirin, T. (2021). Futbol hakemlerinin algıladıkları stres kaynakları ve yaşam doyumlarının incelenmesi. Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, 4(2), 294-307.
- Taş, M., Özkan, A., Uzun, A., Koç, H., Akyüz, M., & Kıyıcı, F. (2008). İki farklı ülkenin güreş milli takımında yer alan genç güreşçilerin bazı fiziksel uygunluk ve somatotip özelliklerinin karşılaştırılması. SÜ BES Bilim Dergisi, 10(3), 1-9.
- Türkeri C. (2007). İki ayrı karate tekniğinin antropometrik ve biyomekanik açıdan incelenmesi (Doktora Tezi). Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Uzun A, Özkan A, Koç H, Kıyıcı F, Taş M, (2008). İki farklı ülkenin güreş milli takımında yer alan genç güreşçilerin bazı fiziksel uygunluk ve somatotip özelliklerinin karşılaştırılması. Selçuk Üniversitesi BESYO Bilim Dergisi Cilt 10, Sayı 3, 1-9.
- Yüksek, S., & Cicioğlu, İ. (2004). Türk Ve Rus Judo ümit milli bayan takımlarının bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerinin karşılaştırılması. Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, II (4) 139-146.
- Ziyagil MA, Zorba E, Eliöz M. (1994). Sıkletlerinde Türkiye birincisi ve ikincisi olan güreşçilerin yapısal ve fonksiyonel özelliklerinin karşılaştırılması. Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi. Ankara:Cilt 5, Sayı 1 26-32.
- Ziyagil, MA., Tamer, K., Zorba, E. (1993). Beden eğitimi ve sporda temel motorik özelliklerin ve esnekliğin geliştirilmesi. Ankara: Emel Matbaacılık, 35-36.
- Zorba, E., İmamoğlu O., Doğu G., Ziyagil M., (1995). Genç erkek judocular ve sıkletlerinde Türkiye birincisi olan güreşçilerin bazı antropometrik parametrelerinin karşılaştırılması. Ege Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Petfomians, Cilt : 1 Sayı: 2 Manisa.

EXTENDED ABSTRACT

Although the origin of sports dates back to ancient times, today it is constantly renewed and developed with advancing technology and increasing scientific studies. Sports activities are physiological, cultural, sociological, economic and universal activities that are generally accepted by the whole world that bring individuals together in society. Sport has been an activity that attracts attention from different circles as it drags individuals in the society, is followed by large masses, appeals to different age groups, and affects both the audience and the practitioners. Sports are among the basic elements of the cultures of being a nation in societies. Different types of wrestling have been practiced by the Turks since ancient times. In the society they lived in, when the need for close struggle with both animals and their own kind arose, they found the way to benefit from their own body mass and muscle strength, namely wrestling. Wrestle; It is a sportive activity that aims to bring the opponent down or to establish technical superiority, in which all body parts work together, by using all the physiological, psychological and abilities of two mutual individuals in a certain time and in a certain square (area) within the framework of

determined rules without using any material and equipment. Reaction time is an important factor in sports branches where speed is at the forefront. It is known that reaction time in different sports branches, including wrestling, forms the basic infrastructure of more than one skill. . According to the results of simple reaction time tests, an evaluation can be made about the cognitive and neurological functions of individuals on the job. During the wrestling matches, it is necessary to act in a very short time while applying the technique and responding to the attacks of the opponent. Therefore, to be successful in wrestling, speed and reaction time must be at a high level. During the competitions, the wrestler attacks his opponent, defends and counterattacks against the attacks, and he has to do it completely quickly. Reaction time, which is of such importance, is an inevitable factor for success in aba wrestling, which is included in traditional wrestling, overlaid and confrontational. For this reason, in our study; The relationship between both visual and auditory reaction times of the wrestlers who participated in the overlaid and confrontational aba wrestling Turkish championship was investigated. The traditional wrestling youth Turkish championship and heavyweight athletes participated in the study voluntarily. Visual and auditory reaction time measurements of the subjects participating in our study were taken and recorded. In order to determine the visual and auditory reaction times of the wrestlers, each athlete applied the application in the computer program in a quiet and empty area to avoid distraction. Measurements were taken for visual and auditory reaction time using a special software computer system (www.humanbenchmark.com, IRZ: cognitivefun.net). The arithmetic averages of the last five of these measurements were taken and included in the evaluation. Statistically significant differences were found between fastest, slowest and visual reaction (average) between competitive aba wrestling and over-the-counter aba wrestling ($p < 0.05$). In addition, statistical significance was found between the competitive aba athletes and the over-the-top aba wrestling athletes in terms of auditory reaction (fastest), auditory reaction (slowest) and auditory reaction (average) time values between the two groups ($p < 0.05$). In a study conducted with athletes in different sports branches, it was stated that the right hand reaction time was 386.33 ms in wrestlers: 369.14 ms in football players, and 405.96 ms in volleyball players. According to the findings of a study performed in wrestlers, right hand visual reaction time, left hand visual reaction time and right hand auditory reaction time before weight loss and right hand visual reaction time after weight loss, left hand visual reaction time and right hand auditory reaction time ($p > 0.05$), while there was no significant difference between the left hand auditory reaction time before weight loss and the left hand auditory reaction time after weight loss ($p < 0.01$). It is stated that the reaction time of male athletes in different age groups who are interested in judo, weightlifting and wrestling sports is in the range of 0.115-0.135 seconds on average. In athletes competing in the heavyweight team of different countries, the auditory right hand reaction time of Turkish athletes is 226.83 ms, auditory left hand reaction time is 183.16 ms, visual right hand reaction time is 243.33 ms, visual left hand reaction time is 236 It was determined that the auditory right hand reaction time of the Russian athletes was 215.50 ms, the auditory left hand reaction time was 215.40 ms, the visual right hand reaction time was 228.20 ms, and the visual left hand reaction time was 231.60 ms. In addition to making himself ready for the external stimuli they have received, it is very important for the athletes in wrestling to leave the competition without injury, whether they are successful or unsuccessful during the attacks of the opponent or when they perform their own techniques quickly. It is extremely important to include studies on the development of this feature in the training programs of wrestlers, where reaction time is so important. Based on the data obtained as a result of the study, it was determined that the competitive aba wrestlers had lower visual and auditory reaction times than the plaid aba wrestlers. As a result; In confrontational aba

wrestling, there should be more active competitions compared to overlaid aba wrestling, and during these active competitions, the wrestlers should have a high level of reaction time for both technical application and successful defense against the opponent's techniques. It can be said that the development of this feature is at a higher level in the trainings, since the confrontational aba wrestlers are prepared for more active competitions compared to the to overlaid aba wrestlers. It can be said that to overlaid aba wrestlers can be more successful in sports competitions with the training they have done and the improvements to be made in reaction times with appropriate techniques.