



## GELENEKSEL KUŞAK GÜREŞİ VE GELENEKSEL JAPON JUDO SPORUNUN BENZER VE FARKLI YÖNLERİNİN İNCELENMESİ: SAHA ÇALIŞMASI

Sengul DEMİRAL<sup>1</sup>, Ali DEMİR<sup>2</sup>

### ÖZ

Çalışmanın amacı Geleneksel Türk Spor Kuşak Güreş ile Japon Geleneksel Spor Judo'nun benzer ve farklı yönlerinin; teknik, tutuş, ritüel ve oyun kurallarının benzer ve farklı yönlerinin incelenmesi. Nitel olarak tasarlanan araştırmada, verilerin toplanmasında yapılandırılmış görüşme tekniği ve literatür taraması kullanılmıştır. Geleneksel spor federasyonu Kuşak güreşi as başkanı, kuşak güreşi başhakem ile bireysel olarak görüşülmüş ve görüşmeler ses kaydı olarak kaydedilmiştir. Verilerin analizinde içerik analizi yapılmıştır. Veriler kategoriler halinde düzenlenmiş ve yorumlanmıştır. Veriler röportaj (ses kayıt) yoluyla elde edilmiştir. Bulgular: Elde edilen bulgular benzer ve farklılıklar yüzdelik dilim, tekniklerin sınıflandırılması, komine, kontra teknik, tutuş, oyun kuralları, uygulanan ritüeller olarak değerlendirilecektir. Her iki sporun geleneksel olması, her iki sporun biyomekanik olarak benzer temel fizik ilkelerine dayanan teknikleri kapsamı, ayakta yapılan tekniklerde, kombine & kontra tekniklerde benzerliklerin olmasına rağmen, yer tekniklerinin uygulanmasında, tutuş, müsabaka oyun kuralları, müsabakada uygulanan ritüeller de farklılıkların olduğu da tespit edilmiştir. Sonuç olarak, Judo ve Kuşak Güreşi sporunda kullanılan tekniklerin benzerliklerin tespit edilmesi, elit sporcuların geliştirilmesi ve farklı spor disiplinleri arasında çapraz geçişlerin sağlanmasına olanak sağlayarak geleneksel sporların geniş kitlelere ulaşması, geliştirilmesi ile sürdürülebilirliğine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca Judo ve Geleneksel Spor Federasyonu ortak çalışma alanları oluşturarak geleneksel kültürümüzün gelecek nesillere taşınmasını da yaratıcı projelerin üretilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Geleneksel Sporlar, Geleneksel Türk Sporları, Geleneksel Japon Sporları, Judo, Geleneksel Kuşak Güreş.

## TRADITIONAL BELT WRESTLING AND TRADITIONAL JAPAN JUDO INSPECTION OF SPORTS SIMILAR AND DIFFERENT DIRECTIONS: FIELD STUDY

### ABSTARCT

The aim of this study is to compare the similarities and differences of Traditional Turkish Sports Belt Wrestling and Japanese Traditional Sports Judo Sports; technical, grip, ritual and game rules. Materials and Methods in the qualitative research, structured interview technique and literature search were used for data collection. The traditional sports federation was interviewed individually with the president of the belt wrestling, the generation wrestling headhunter and the interviews were recorded as voice recordings. Content analysis was done in the analysis of the data. The data are organized and interpreted in categories. The data was obtained by interview (voice recording). The findings are similar and differences will be evaluated as percentile slice, classification of techniques, komine, contra technique, grip, game rules, applied ritual. Both sports have been traditionally found to be biomechanically similar to the basic physics principles of both sports, although there are similarities in combined & contra techniques in standing techniques, there are differences in the application of ground techniques, grip, competition rules and rituals applied in the competition. Conclusion: It is thought that the similarities of the techniques used in judo and generation sporting wrestling will contribute to the sustainability of the development of elite athletes and the crossing between different sports disciplines. Judo and the Traditional Sports Federation are also expected to contribute to the creation of creative projects by creating common fields of work and bringing our traditional culture to future generations.

**Keywords:** Traditional Sports, Traditional Turkish Sports, Traditional Japan Sports, Judo, Traitional Belt Wrestling.

<sup>1</sup>Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Edirne.

Atabesbd,2018;20(2):17-29

<sup>2</sup>LEFKE Üniversitesi, KKTC.

## GİRİŞ

Spor insanları bir araya getiren tüm dünya tarafından kabul gören fizyolojik, kültürel, sosyo-ekonomik ve evrensel bir sosyal aktivitedir. Kitleleri peşinde sürüklemesi ve her yaş grubuna hitap etmesinden dolayı da büyük bir ekonomi olarak uzmanların ve yatırımcıların dikkatini çekmektedir (Demiral 2007, Demiral 2009, Demiral 2015). Ayrıca spor insanlar için ortak bir gereksinim olduğu gibi sporda da her toplumun ilgi ve yaklaşımları farklılıklar göstermektedir. Her ulusun geçmişten günümüze aktararak gelen, sosyal yapı ve yaşayıştan kaynaklanan ve de coğrafi özellikleri de bünyesinde barındıran spor kültürü anlayışları oluşmuştur. Bu anlayış ve kavrayış milli nitelik taşımaktadır (Sahin, 2011). Hoşça vakit geçirmeyi sağlayan, aynı zamanda yardım, rekreasyonel amaçlar taşıyabilen ve gelenekselleşerek günümüze kadar değişerek veya değişmeden gelen ritüeller barındıran sportif faaliyetlere “Geleneksel Türk Sporları” şeklinde özgün olarak ifade etmek mümkündür (Güven ve Sağım, 2017).

Spor, insan topluluklarını millet yapan kültürün başlıca unsurlardan birisi olarak görülmektedir. Geçmişten günümüze Türklerde birden fazla güreş çeşidi olmakla birlikte, kuşakgüreşi ise bunlardan biridir (Arı, 2017). İnsanoğlu hayvanlarla, kendi cinsinden olanlarla yakından mücadele etmek zorunda kalınca kendi vücut ağırlığı kas gücünden faydalanma şeklini, yani güreş sanatını yaratmıştır. Güreş, iki canlı arasındaki mücadelenin en mükemmel şeklidir (Türktaş, 1999).

Dil, Örf ve adetler, İnançlar, sanat ve edebiyat bir toplumun geçmiş yüzyıllardan akıp gelen sosyal değerleridir. Türk kültür unsurlarından biriside geleneksel sporlardır. Bu sporların bir kısmı günümüzde de değişerek uluslararası sporlar arasında yer almışken, bir kısmı ulusal veya bölgesel düzeyde kalmış, bazıları da unutulmuştur (İmamoğlu ark. 1997).

Türk milletinin diğer milletlerden farklı özelliklerinden birisi olan Türk halk kültürü; Türklerin göçüp yerleştikleri, devlet kurup egemen oldukları bütün ülkeleri kapsar. Türk halk kültürünün, Anadolu’da geleneksel yaşamı sürdüren toplulukların yüzyıllar boyunca kendi dil, kültür ve beğenileriyle oluşturup yaşattıkları kültürün ortak adıdır. Türklerin yaşadıkları yerlere ve kültürel yapıya ait spor ve benzeri bedensel faaliyetler de Türk halk kültürünün unsurları arasındadır (Karahüseyinoğlu, 2008).

Bir sporu geleneksel kılan, o sporun milli kültür unsuru olarak içinde barındırdığı töresel ve törensel uygulamalardır. Güreş gerek eski gerekse modern Türk toplumlarının tamamında çok sevilen ve yaygın olarak uygulanan spor branşlarından biridir. Yağlı, aba, şalvar, kuşak ve

karakucak güreşleri gibi farklı güreş formları tarihi süreç içerisinde ortaya çıkan formlardır. Kuşak Güreşi bu formlardan biridir. Güreş, Türkler için bir spor değil aynı zamanda bir ibadet ve eğlence olmuştur. Özellikle göçebe toplumlarda, öncelikle dinsel amaçlarla, ibadet ve eğlence olarak düzenlenen oyunlarda güreş formunu görmekteyiz (Dülgerbaki 2005).

Kuşak güreşi Sümerlerde de görülmektedir. Sümerlerin Türkmenistan tarafından gelen Türkler olduğu görüşünün açıklık kazanması, kuşak güreşinin Orta Asya'dan yayıldığını göstermektedir. Anadolu'ya kuşak güreşini getiren Kırım Türkleri, bu güreşi Türkmenistan tarafından Kırım göç ederken getirmişler ve yaşatmışlardır (Güven 1999; <https://gsdf.gov.tr/tr/spor/kusak-guresi/tarihce> (Erişim: 25/06/2017:01:10). Kuşak Güreşi; Kırım lehçesinde “Küreş” denilen bu güreşler Hidrellez'de ve “Tepreş” denilen eğlencelerde ve düğünlerde yapılmaktadır. Romanya ve Türkiye'deki Kırım Türkleri arasında yaygın bir eğlence töreninin adı olan Tepreş törenlerinde Kırım Türk geleneklerine göre yapılan güreşler diğer geleneksel güreş çeşitleri gibi davul zurna eşliğinde yumuşak toprak veya yeşil düz zeminde eğlence amaçlı yapılmaktadır. Yaş ve ağırlıklarına göre üç boya ayrılan güreşçiler, bele sarılan iki metre uzunluğundaki özel dokuma kuşaklardan tutarak rakibin Şalka düşmesi (iki omzunun yere değmesi) için mücadele ederler (<https://gsdf.gov.tr/tr/spor/kusak-guresi>, Erişim: 25/06/2017:01:10).

Japon kültüründe geleneksel olarak yapılan Judo, Aikido, Sumo, Kendo, Go gibi farklı ritüellere sahip sporlar bulunmaktadır (<http://www.tjv.org.tr/tr/japonyayi-taniyalim/japon-sporlari/>, Erişim:19/09/2017).

Özellikle yapılan literatür tarama çalışmaları sonucunda judo ve geleneksel kuşak güreşin de uygulanan tekniklerin benzerlikleri göze çarpmaktadır. Kuşak güreşine yönelme sebepleri konulu çalışmada, kuşak güreşine yönelen çocukların öncelik sırasına göre sırasıyla judo, aba güreşi ve minder güreşi de yaptıkları tespit edilmiştir (Demiral, Demir, 2017). Bu çalışma incelendiğinde Kuşak Güreşi ve Judo tekniklerinin benzer olmasının çocuklar tarafından her iki sporun birlikte yapılma sebebi olarak bunu desteklediğinin göstergesi olduğunu düşündürmektedir.

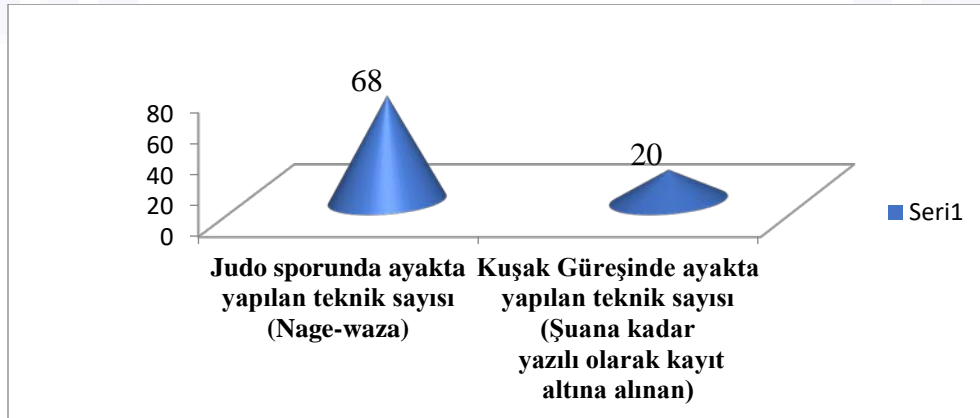
Bu nedenle bu çalışmada her iki geleneksel sporun, bu benzerlikleri ve farklılıklarının incelenmesi, analiz yapılabilmesi için uzman görüşüne ve literatür taramasına başvurulmuştur. Sonuçların bu alanda çalışan sporcu, antrenör, yöneticilerin ...vs farklı açılardan vizyon kazanmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## YÖNTEM

Geleneksel Türk Sportu olan Kuşak Güreşi ile Japon Geleneksel Sportu olan Judo sportunun benzer ve farklı yönlerinin; teknik, tutuş, ritüel ve oyun kuralları olarak analizinin yapılarak incelenmesi & karşılaştırılması üzerine yapılan bu çalışmada; verilerin toplanmasında yapılandırılmış görüşme tekniği ve literatür taraması kullanılmıştır. Geleneksel spor federasyonu Kuşak güreşi as başkanı ve kuşak güreşi başhakem ile bireysel olarak görüşülmüş ve görüşmeler ses kaydı olarak kaydedilmiştir. Verilerin analizinde içerik analizi yapılmıştır. Veriler kategoriler halinde düzenlenmiş ve yorumlanmıştır. Veriler röportaj (ses kayıt) yoluyla elde edilmiştir. Türk ve Japon kültüründe geleneksel olarak sınıflandırılan bu iki sportun benzer ve farklı yönleri aşağıdaki verilerin analizleri sonucu ortaya konulmuştur. Bu konuda araştırmalar, literatür taramaları ve uzman görüşlerinin yazılı metine dönüştürülmesine devam edilmektedir. Bu çalışmanın ayrıca kuşak güreşinin toplumdaki yerinin güçlendirilmesi ve popüleritesinin artırılması için yapılacak çalışmalara yön verebileceği ve katkı sağlanacağı düşünülmektedir.

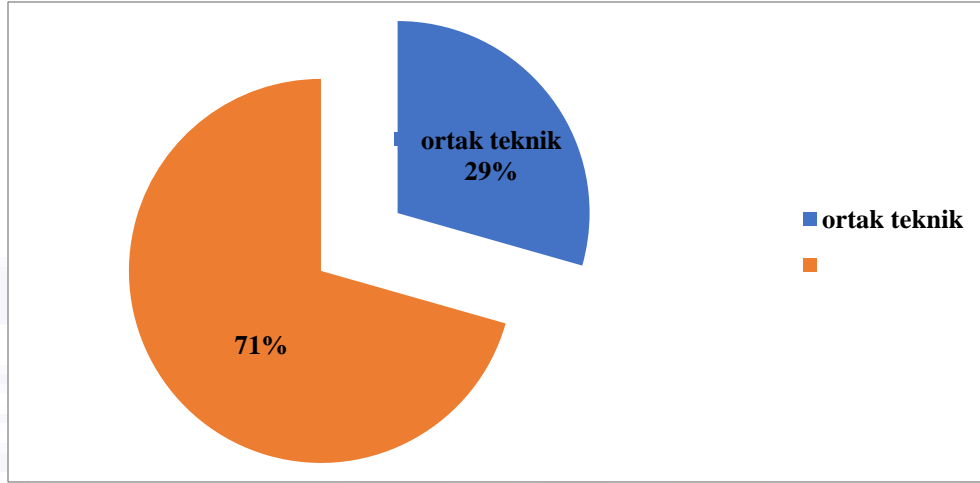
## BULGULAR

Elde edilen bulgular sonucu; benzer ve farklılıklar yüzdelik dilim, tekniklerin sınıflandırılması, kombine, kontra teknik, tutuş, oyun kuralları, uygulanan ritüeller olarak değerlendirilecektir. Her iki sportun geleneksel olması, her iki sportun biyomekanik olarak benzer temel fizik ilkelerine dayanan teknikleri kapsaması, ayakta yapılan tekniklerde, kombine & kontra tekniklerde benzerliklerin olmasına rağmen, yer tekniklerinin uygulanmasında, tutuş, müsabaka oyun kuralları, müsabakada uygulanan ritüeller de farklılıkların olduğu da tespit edilmiştir.



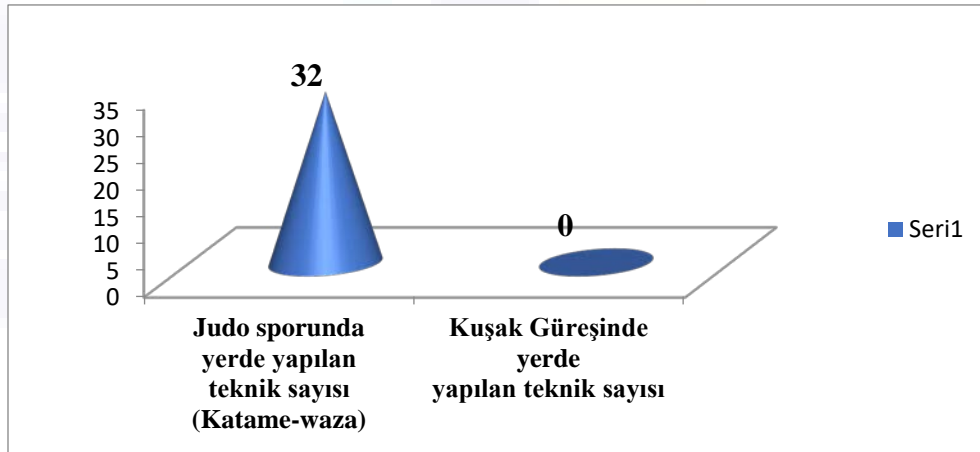
**Grafik 1.** Geleneksel Kuşak Güreşi ve Judo sporunda ayakta yapılan teknik sayısı

Grafik 1' de Geleneksel Kuşak Güreşi ve Judo sporunda ayakta yapılan teknik sayısı gösterilmektedir. Judo sporunda ayakta yapılan tekniklerin sayısının 68 olduğu, kuşak güreşinde yapılan teknik sayısının ise şu ana kadar yazılı olarak kayıt altına alınanlara göre 20 olduğu görülmektedir (Güven, 1999; <http://kodokanjudoinstitut.org/en/waza/list/>, Erişim:05/04/2018).



**Grafik 2.** Kuşak güreşi ve judo sporunda ayakta yapılan ortak teknik sayısı

Grafik 2'de görüldüğü gibi judo ve kuşak güreşinde ayakta 20 teknik benzerlik göstermekte ve müsabakalarda uygulanmaktadır.



**Grafik 3.** Geleneksel Kuşak Güreşi ve Judo sporunda yerde yapılan teknik sayısı

Grafik 3'de Geleneksel Kuşak Güreşinde yerde uygulanan tekniğin olmadığı, buna karşılık Judo sporunda yerde uygulanan 32 tekniğin olduğu görülmektedir (Güven, 1999; <http://kodokanjudoinstitut.org/en/waza/list/>, Erişim:05/04/2018).

Sacripanti ve Pasculli (2010) yapmış oldukları çalışmada judo tekniklerini biomekanik

olarak; kavrama (tutuş) ve mücadele, fırlatma teknikleri, ayaktan yere geçiş teknikleri, defans teknikleri ve yerde yapılan tekniklerin biomekanik olarak geliştirilmesi başlıklarında analiz yapmıştır. Bu noktada tablo 1 de iki sporun fırlatma, defans tekniklerinin biomekanik olarak benzerliklerini göstermektedir.

**Tablo 1.** Geleneksel Kuşak Güreşi ve Judo Sporunun Benzer Tekniklerinin Analizi

| No | Judo Teknik İsmi     | Kuşak Güreşi Teknik İsmi                           |
|----|----------------------|--|
| 1  | Tai-otoshi           | Ayak Salmak  |
| 2  | Sukui-nage           | Irgaşık'a karşı çevirme                            |
| 3  | Uki-otoshi           | Tizmen tartmak                                     |
| 4  | Obi-tori-gaeshi      | Koyan koltuk (Tavşan koltuğu)                      |
| 5  | O-goshi              | Canbaş (Yanbaş & Milkıma) Sağ-sağ=tutuş            |
| 6  | Tsurikomi-goshi      | Canbaş (sağ-sağ=sol giriş)                         |
| 7  | Utsuri-goshi         | Çapalaktan almak (Çapalak &Pervane)                |
| 8  | De-ashi-harai        | Şaltayak (Tırpan)                                  |
| 9  | Hiza-guruma          | Tizge Kakma (Dize kakma)                           |
| 10 | Sasae-tsurikomi-ashi | Ayak Kakma   |
| 11 | O-soto-gari          | Dış Irgak (Dış çelme, Dış çangal, Kaptırma & Çenge |
| 12 | O-uchi-gari          | İç ırgak (İç çelme, Çenge, Çangal, Maraş Çangalı)  |
| 13 | Ko-soto-gari         | Şaltayak tek ayağı süpürme                         |
| 14 | Uchi-mata            | Irgaşık  |
| 15 | Harai-tsurikomi-ashi | Tizge Alma(Dize alma, Diz Atma)                    |
| 16 | O guruma             | Balaban Çengel                                     |
| 17 | Sumi-gaeshi          | Koyan Koltuk (Tavşan Koltuğu)                      |
| 18 | Ashi Guruma          | Çengel   |
| 19 | Uchimata             | Çapalaktan diz almak                               |
| 20 | Tani Ootoshi         | Ayı Sarması (Ayuv Irgak)                           |

Tablo 1'de geleneksel kuşak güreşi ve judo sporunda müsabakalarda (şuan ki uzman görüşüne göre) 20 teknik uygulama prensiplerine (biomekanik) göre benzer olduğu tespit edilmiştir (Güven 1999; Uzman görüşü; Faruk Şolpan, 07/08/2017; <http://kodokanjudoinsitute.org/en/waza/list>. Erişim:10/09/2017).

**Tablo 2.** Geleneksel Kuşak Güreşi ve Judo Sporunda Benzer Uygulanan Kombine Teknikler

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| O-goshi + Uchi-mata               | Canbaş (Yanbaş&Milkıma) Sağ-sağ=tutuş + Irgaşıık                               |
| O-uchi-gari + Ko-soto-gari        | İç ırgak (İç çelme, Çenge, Çangal, Maraş Çangalı) + Şaltayak tek ayağı süpürme |
| Uchi-mata + O-uchi-gari           | Irgaşıık + İç ırgak (İç çelme, Çenge, Çangal, Maraş Çangalı)                   |
| Harai-tsurikomi-ashi + Tai-otoshi | Tizge Alma (Dize alma, Diz Atma) + Ayak Salmak                                 |

Tablo 2’de geleneksel kuşak güreşi ve judo sporunun da uygulanan benzer teknikler verilmiştir. Bu kombine teknikler özellikle müsabakalarda çok uygulandığı gözlemlenmiştir.

**Tablo 3.** Geleneksel Kuşak Güreşi ve Judo Sporunda Uygulanan Benzer Kontra Teknikleri İçin Örnek Kombineler.

| JUDO                     | KUŞAK GÜREŞİ   |
|--------------------------|--|
| O-goshi + Tani Otoshi    | Canbaş (Yanbaş&Milkıma) Sağ-sağ=tutuş + Ayı Sarması (Ayuv Irgak) |
| Tai-otoshi + Tani Otoshi | Ayak Salmak + Ayı Sarması (Ayuv Irgak)                           |

Tablo 3’de benzer kontra teknikler verilmişlerdir. Bu teknikler özellikle müsabakalarda en çok uygulanan teknikler olarak gözlemlenmiştir. Kontra teknikler, tekniği yapan kişinin tekniğine karşı yapılan karşı teknik olarak tanımlayabiliriz. Bu tabloda rakibin hareketine karşı yapılan tekniklere örnek verilmiştir (Uzman Görüş: A.Hadi KIZILYAPRAK, Judo Teknik Direktörü; Fahrettin Şolpan gelensek Spor Federasyonu Kuşak Güreşi as Başkanı).

### Geleneksel Kuşak Güreşi Ve Judo Müsabakalarında En Çok Kullanılan Tekniklerden Bazıları

**Şekil 1.** İç Irgak (İç Çelme, Çenge, Çangal, Maraş Çangalı (O-Uchi-Gari).

Şekil 1’de en çok müsabakalarda uygulanan İç Irgak (O-Uchi-Gari) tekniği gösterilmektedir.



**Şekil 2.** Şaltayak Tek Ayağı Süpürme (Ko-Soto-Gari)

Şekil 2’de en çok müsabakalarda uygulanan Şaltayak tek ayağı süpürme (KO-Soto-Gari) tekniği gösterilmektedir.



**Şekil 3.** Irgaşık (Uchi-Mata)

Şekil 3’de en çok müsabakalarda uygulanan Irgaşık (Uchi-Mata) tekniği gösterilmektedir. Yukarıda Şekil 1, 2, 3 de verilen benzer tekniklerden sadece bir kaçıdır (Sterkowicz ark, 2013). (Uzman görüşü: Dr. Şengül DEMIRAL, BSc Hons Coaching, Judo ve Görme Engelliler JudoTeknik Direktör, 15/09/2017)

### **Tutuş (Kumikata) Açısından Benzer ve Farklı Yönleri**

Kuşak güreşinde sporcular iki elle kuşak belle bağlanmış olan kemerden tutmak zorundadır. Müsabaka süresince ellerin kemer ile tutuşunun bozulması durumunda birincisinde ihtar, ikincisinde ise direk müsabakayı kaybetme sebebi olmaktadır. Bu durum oyun kuralı olarak belirtilmiştir. Judo sporunda ise sporcular rakibi istedikleri şekilde tutabilmektedir. Sadece ayırt



edici bir özellik olarak yeni 2018 yılı IJF kurallarına göre kemer altından rakibi tutmak yasaklanmıştır. Yine aynı şekilde birinci tutuş ceza puanı (shido), ikincisi ise müsabakayı kaybetme olarak (Hansokumake) ceza puanı verilmektedir. (<https://www.ijf.org/documents>,Erişim:05/04/2018.;<https://sgm.gsb.gov.tr/Public/.../20791Kuşak%20Güreşi%20Müsabaka%20Talimatı.docx>).

### **Oyun Kuralları Açısından Benzer ve Farklı Yönleri**

- ✓ Kuşak güreşi ve Judo sporunun ulusal ve uluslar arası yarışma takvimi bulunmaktadır.
- ✓ Kuşak güreşinde müsabakalar ‘Azbar’ denilen minder üzerinde yapılırken, Judo sporunda müsabakalar ‘Tatmi’ adı verilen minder üzerinde yapılır.
- ✓ Geleneksel formunda Kuşak Güreşi köy meydanı, harman yerinde yapılırken, benzer şekilde judo sporunda geniş çim alanlarda yapılmaktadır.

Yarışma alanı kuşak güreşinde her çift güreşçi için en az 12 m çapında yuvarlak bir alan olması gerekirken, judo sporunda 10X10 veya 8X8m olarak kullanılan kare minderler bulunmaktadır

(<https://www.ijf.org/documents>,Erişim:05/04/2018.;<https://sgm.gsb.gov.tr/Public/.../20791Kuşak%20Güreşi%20Müsabaka%20Talimatı.docx>).

### **Ritüeller Olarak Benzer ve Farklı Yönleri**

- ✓ Kuşak güreşinde hakemler özel geleneksel kıyafetler giyerler. Judo hakemleri ise takım elbise giyerek müsabakaları yürütürler.
- ✓ Kuşak güreşinde sporcular sağ ellerini kalplerinin üstüne koyarak, öne doğru 45 derecelik açı ile eğilerek rakiplerine selam verip müsabakaya tutuşarak başlarlar. Judo sporunda ise sporcular ellerini her iki yana doğru bacaklarına avuç içleri kapanacak şekilde pozisyon alarak, öne doğru 45 derecelik açı ile eğilerek rakiplerine selam verip müsabaka alanına girerek hakem komutu ile müsabakaya başlarlar.
- ✓ Kuşak güreşi müsabakası süresince geleneksel Türk kırım müzikleri çalınır. Judo müsabakalarında ise sessizlik hakimdir. Sadece seyirci ve hakemin komutları duyulur.
- ✓ Kuşak güreşi müsabakalarında akordeon, elle çalınan davul, klarnet, kopuz ve tulum ile güreş boyunca kaytarma havası, ağır hava kaytarması, Akay havası gibi geleneksel kuşak güreşlerinin havaları çalınır.

Kuşak güreşi sporcuları geleneksel branşa özgü kıyafetler giyerler. Bu kıyafetler ile müsabakada yarışabilirler. Sporcuların köşelerini belirlemek için mavi ve sarı kıyafetler

kullanılmaktadır. Bu kıyafetler özel bir kemerle belden bağlanır. Judo sporunda benzer özellikler sergilenmektedir. Sporcular uluslararası yarışma kurallarına göre dikilmiş özel judo kıyafetleri giyerler. Bu kıyafetler sporcuların köşelerini belirlemek için beyaz ve mavi olarak uluslararası judo müsabaka kurallarına göre belirlenmiştir (<https://www.ijf.org/documents>).

Erişim:05/04/2018.;<https://sgm.gsb.gov.tr/Public/.../20791Kuşak%20Güreşi%20Müsabaka%20T%20alimatı.docx>).

## SONUÇ

Türk toplumunda da geleneksel sporların en önemlilerden biri ve milli spor kimliğinde olan güreşin Türk halkının binlerce yıllık kültüründe önemli bir yeri vardır. Türkçe konuşan tüm halklarda sosyal tabanlı yaygın bir spor olduğu da yapılan literatür çalışmalarında görülmektedir (Suci, 1987). Hem geleneksel hem de modern biçimiyle günümüzde de kuşak güreşi ve judo sporu mevcudiyetini sürdürmektedir (Fraser, 2001). Sosyal değişim süreci içerisinde sporun konumundaki değişimler, toplumun güreşe yaklaşımlarında da etkili olmuş ve bakış açılarını farklılaştırmıştır. Bu nedenle de günümüzde kuşak güreşi ve judo sporu birbirini destekleyen benzer tekniklerin uygulandığı görülmektedir.

Üst düzey judo atletleri, müsabaka süresince; etkili tutuş (kumikata), ardarda ataklar uygulamak için karmaşık beceriler ve mükemmel taktiksel becerileri kapsayan dinamik etkileşimlerle mücadele etmektedir (Branco ark, 2013; Marcon ve ark., 2010; Miarka ark, 2016). Her iki geleneksel sporda uygulanan benzer teknikler incelendiğinde benzer becerilere sahip olması gerektiği düşünülmektedir. Sterkowicz ve ark (2013) Londra olimpiyat oyunlarında sıklıkla uygulanan judo teknikleri incelemişlerdir.

Bir judo ve kuşak güreşi müsabakası süresince sporcuların amacı rakiplerini minder üzerinde tutuş ile kontrol altına almak ve atak geliştirmektir. (Tutuş= Kumikata=Judo terimi). Örneğin teknik ve taktiksel davranışlarda, gerekli tekniklerin bazı durumlarda, farklı pozisyonlarda ki kombinasyonların etkili uygulanması için önemlidir (Franchini ark., 2008; Calmet ark., 2010; Franchini ark., 2008). Kuşak Güreşi ve Judo sporunda fiziksel ve mekanik anlamda bir işin meydana gelebilmesi için kas kasılması, kas kasılması için de enerjiye ihtiyaç duyulmaktadır. Her iki sporun antrenman bilimi olarak ortak özelliği çabuk kuvvet, hız, çabukluk, koordinasyon ve potansiyel güç gerektirmektedir. Bu özellikler kuşak güreşi ve judo tekniklerinin eğitim

metotlarında ve antrenman planlamasında kullanıldığı ortak yönlerinden birkaçıdır (Yıldıran, 2000).

Kuşak güreşinde yer alan benzer tekniklerin listenin başlarında yer aldığı görülmektedir. Bu yaklaşımdan dolayı kuşak güreşi ve judo sporcularının antrenman programlarının ortak yürütülmesine katkı sağlayabileceği söylene bilir.

Judo ve Güreş branşların da faal olan spor kulüplerinin yöneticileri; geleneksel sporları faaliyet programlarının içerisine alarak gençlere tanıtımına katkı sağlayabilir ve geniş elit sporcu kaynağı tabanının oluşumuna destek verebilir. Genişleyen kitlenin oluşturduğu sinerji ile geleneksel sporların sürdürülebilirliğine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Judo ve kuşak güreşi sporunda kullanılan tekniklerin benzerliklerin tespit edilmesi, elit sporcuların geliştirilmesi ve farklı spor disiplinleri arasında çapraz geçişlerin sağlanmasına olanak sağlayarak geleneksel sporların geniş kitlelere ulaşması, geliştirilmesi ile sürdürülebilirliğine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca Judo ve Geleneksel Spor Federasyonu ortak çalışma alanları oluşturarak geleneksel kültürümüzün gelecek nesillere taşınmasında yaratıcı projelerin üretilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Üniversitelerde ders programında yer verilmesi gençlerin geleneksel sporlara ilgilerinin artırılmasını hızlandırarak, taban potansiyellerini yatay olarak genişletecektir.

Geleneksel Türk sporlarına aktif katılım sağlayan kişilerin genel profilinin çıkartıldığı çalışmada, erkelerin kadınlara oranla bu sporlara aktif katılım sağladıkları gözlenirken (Karahüseyinoğlu, 2008.) Kuşak güreşi ulusal müsabakalara katılımın hemen hemen eşit oranda olduğu müsabaka çizelgelerinin (Geleneksel Spor federasyonu Kuşak Güreşi Müsabaka Çizelgesi) incelenmesi sonucu görülmektedir. Bu katılımın müsabakada uygulanan Kuşak Güreşi ve Judo tekniklerinin benzerliği etkisi ise üzerinde çalışması gereken konu olarak durmaktadır.

Türkiye’de geleneksel spor dallarına aktif katılanlar, modern spora katılanlar ile kıyaslandığında, oransal olarak oldukça az olduğu görülmektedir. Bu bağlamda geleneksel sporlara ilginin geçmişe oranla giderek azaldığı söylenebilir. Örneğin Kahramanmaraş’ta 1999 yılında yapılan bir çalışmada “şalvar güreşi” yöre halkının birinci spor tercihi iken, Güngör’ün 2003 yılında yaptığı farklı bir çalışmada bunun yerini futbolun aldığı belirtilmektedir (Döşyılmaz, 1999; Güngör, 2003; Karahüseyinoğlu, 2008). Yapılan literatür taramasında kuşak güreşi yapan çocukların ayrıca önem sırasına göre judo, aba güreşi ve minder güreşini de yaptığı tespit edilmiştir.

Bu çalışmada yaş ilerledikçe müsabakalara katılan kız ve erkek sporcuların arasında ki fark sayısal olarak arttığı görülmüştür (Demiral, Demir, 20017).

## KAYNAKLAR

1. **Arı, A.** (2017). Geleneksel Sporlarda Kırkpınar Güreşleri Ve Ekonomisi, Uluslararası Balkan Spor Bilimleri Kongresi, The International Balkan Conference in Sport Sciences, s:110, 21.
2. **Branco, B., Massuca, L.M., Andreato, M.B., Monteiro, L., Miarka, B., Franchini, E.** (2013). Association between the Rating Perceived Exertion, Heart Rate and Blood Lactate in Successive Judo Fights (Randori), Asian Journal of Sports Medicine, 4, 125 – 130.
3. **Calmet, M., Miarka, B., Franchini, E.** (2010). Modeling of Graps in judo Contests, International Journal of Performance Analysis in Sport, 10, 229-240. DOI: 10.1080/24748668.2010.11868518).
4. **Demiral, S.** (2017). Determining Expectations And Beginning Factors Which Affect 13-14 Year-Old Children Who Perform Belt Wrestling To Start Doing Sports: Field Work, European Journal of Physical Education and Sport Science, Volume 3, Issue 12, ISSN: 2501 – 1235, ISSN-L: 2501- 1235
5. **Demiral, Ş., Demir, A.** (2017). Determining Expectations And Beginning Factors Which Affect 13-14 Year-Old Children Who Perform Belt Wrestling To Start Doing Sports: Field Work, European Journal of Physical Education and Sport Science, Volume 3-Issue 12, Doi: 10.5281/zenodo.1069624
6. **Demiral, Ş., Demir, A., Erdemir, İ, Kızılyaprak, A.H.** (2007). Talent Identification Of The Women Judoists. Annals Of The 5 Th International Judo Federation World Research Symposium Federation Internationale De Judo International Judo Federation. s:23, 25 Th World Judo Championship September, 12, Rio De Janeiro Brazil.
7. **Demiral, Ş.** (2009). The study on the analysis of the feelings and the expectations of the families towards judo sports of who's children perform judo. The International Association Of Judo Researcher. 6th International Science Of Judo Symposium, Rotterdam, The Netherlands.
8. **Demiral, Ş.** (2015). Motor Development with Judo. St. Kliment Ohridski University Press. Turkey at the Beginning of 21st Century New Perspective. S:716-733.
9. **Döşyılmaz, E.** (1999). Kahramanmaraş ve Güreş Gerçeği, Kahramanmaraş Güreş İhtisas Kulübü 21. Karakucak Güreş Festivali Dergisi, Ss:32.
10. **Dülgerbaki, T.** (2005). Eski Türklerde uygulanan serbest zaman etkinlikleri ve spor. Editör:
11. **Franchini, E., Sterkowicz, S., Meira, Cm., Gomes, F., Tani, G.** (2008) Technical Variation In A Sample Of High Level Judo Players. Perceptual And Motor Skills, 106, 859-869.
12. **Franchini, E., Sterkowicz, S., Meira Jr, C. M., Gomes, F. R. F., Tani, G.** (2008). Technical variation in a sample of high level judo players. *Perceptual and Motor Skills*, 106(3), 859-869.
13. **Fraser, S.** (2001). Wrestling International News magazine. Volume 7, Issue 9.
14. **Gazanfer Kemal, G.** Kocaeli gazetesi matbaası.
15. **Güngör, B.** (2003). Türkiye’de Güreş ve Diğer Sportlara Sosyolojik Bakış Açısı, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
16. **Güven, Ö.** (1999). Türklerde Spor ve Kültür. Atatürk kültür merkezi başkanlığı yayınları (no:172), s: 55-63.
17. **Güven, Ö., Sağım, O.** (2017). Türklerde Kuşak Güreşi. Türk Güreş Vakfı (Sayı:1), s:55-63.
18. <http://kodokanjudoinstitut.org/en/waza/list/>, Erişim: 10/09/2017.
19. <http://kodokanjudoinstitut.org/en/waza/list/>, Erişim:05/04/2018.
20. <http://www.tjv.org.tr/tr/japonyayi-taniyalim/japon-sporlari/>, Erişim:19/09/2017.
21. <https://gsdf.gov.tr/tr/spor/kusak-guresi> (Erişim: 25/06/2017:01:10).
22. <https://gsdf.gov.tr/tr/spor/kusak-guresi/tarihce>(Erişim: 25/06/2017:01:10).
23. <https://sgm.gsb.gov.tr/Public/.../20791Kusak%20Guresi%20Müsabaka%20Talimati.docx>
24. [https://sgm.gsb.gov.tr/Public/images/SGM/Federasyon/792612007%20geleneksel\\_kusak\\_guresi\\_talimati\\_.pdf](https://sgm.gsb.gov.tr/Public/images/SGM/Federasyon/792612007%20geleneksel_kusak_guresi_talimati_.pdf), Erişim: 02/09/2017
25. <https://www.ijf.org/documents>, Erişim:05/04/2018.
26. **İmamoğlu, O., Taşmektepligil, MY., Türkmen, M.** (1997). Türk Kültüründe Spor, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, s: 130-144.)
27. **Karahüseyinoğlu, MF.** (2008). Geleneksel Spora Yönelme İsteginde Cinsiyet Faktörü, e-

- Journal of New World Sciences Academy, Volume: 3, Number: 4, Article Number: B00277, ISSN:1306-3111.
28. **Karahüseyinoğlu, MF.** (2008). Geleneksel Türk Spor Kamuoyunun Profilinin Belirlenmesi, Volume: 3, Number: 2, E-Journal Of New World Sciences Academy, ISSN:1306-3111..1051.
29. **Karahüseyinoğlu, MF.** (2008). Geleneksel Türk sporlarındaki modern spor yansımaları, e-Journal of New World Sciences Academy, Volume: 3, Number: 3, Article Number: B0023, ISSN:1306-3111
30. **Marcon, G., Franchini, E., Jardim, J.R., Barros Neto, T.L.** (2010). Structural Analysis of Action and Time in Sports: Judo, Journal of Quantitative Analysis in Sport, 6, 1-13.
31. **Miarka, B., Fukuda, H. D., Del Vecchio, F. B., Franchini, E.** (2016). Discriminant analysis of technical-tactical actions in high-level judo athletes. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 16(1), 30-39.
32. **Sacripanti, A., Pasculli, A.** (2010). Matchanalysis an under valued coaching tool. *arXivpreprint arXiv:1004*
33. **Sahin, S.** (2011). Sosyal değişim sürecinde Türkiye’de Toplumun Güreş Sporuna Olan İlgi, Bilgi ve değer yargılarının belirlenmesi, Volume: 6, Number: 3, Article Number: 2B0080, e-Journal of New World Sciences Academy, ISSN:1306-3111.
34. **Sterkowicz, S., Sacripanti, A., Sterkowicz Przybycien, K.** (2013). Techniques frequently used during London Olympic judo tournaments: a biomechanical approach. *arXivpreprint arXiv:1308.0716*.
35. Suci, A. (1987). Turkiylarning Millig Terbiyesi (Cilt: I). Pedagoji Üniversitesi, İlimiy Jurnili, Şincang.)
36. **Türktaş, M.** (1999). Divani- Lügatit- Türk'te Yer Alan Ve Xı. Yüzyılda Türkler Arasında Oynanan Oyunlar, Turkish Plays In Divanü Lügatit-Türk In The 11, M Century, TURKISH Plays, PAÜ. Eğitim Fakültesi Dergisi, 1999, Sayı :5
37. **Uzman görüşü: Faruk ŞOLPAN,** 07/09/2017, Geleneksel Spor federasyonu Kuşak Güreşi Hakemi.
38. **Uzman görüşü: Dr. Öğr.Üyesi. Şengül DEMİRAL,** EJU BSc Hons Judo Coaching Teknik Direktör.
39. **Uzman görüşü: Dr. Şengül DEMİRAL,** BSc Hons, Judo ve Görme Engelli Judo Teknik Direktörü, 15/09/2017.
40. **Yıldırım, İ.** (2000). Geleneksel Yağlı Güreşin, Kültürel, Yapısal ve Bilimsel Açıdan Modern Minder Güreşiyle Farklılıklarının Değerlendirilmesi, Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD), V, 1 :53 -62.).