

Spor ve Bilim Dergisi

Journal of Sports and Science



ERZURUM TEKNİK ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ



Cilt: 1 Sayı: 1 Yıl: 2023

Editör/Editor:

Doç. Dr. Sevinç NAMLI

Editör Yardımcıları/Assistant Editors:

Doç. Dr. Süleyman ULUPINAR

Dr. Öğr. Üyesi: Murat TURAN

Alan Editörleri/Field Editors:

Doç. Dr. Serhat ÖZBAY,

Dr. Öğr. Üyesi Yusuf BUZDAĞLI,

Dr. Öğr. Üyesi Buğra Çağatay SAVAŞ,

Dr. Öğr. Üyesi Selim ASAN,

Dr. Öğr. Üyesi Muhammet MAVİBAŞ

Yabancı Dil Editörleri/Foreign Language Editors:

Arş. Gör. Furkan ÖĞET

Arş. Gör. Cebail GENÇOĞLU

Türkçe Dil Editörü/Turkish Language Editor:

Dr. Öğr. Üyesi Buket SEVİNDİK

Dizgi Editörleri/Type Editors:

Arş. Gör. Eda YILMAZ,

Arş. Gör. Burak KARABABA

Yayın Kurulu

- Prof. Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ (Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi)
- Prof. Dr. Murat TAŞ (Manisa Celal Bayar Üniversitesi)
- Prof. Dr. Kenan ŞEBİN (Atatürk Üniversitesi)
- Prof. Dr. İbrahim CİCİOĞLU (Gazi Üniversitesi)
- Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU (Gazi Üniversitesi)
- Prof. Dr. Yüksel SAVUCU (Fırat Üniversitesi)
- Prof. Dr. Elif KARAGÜN (Kocaeli Üniversitesi)
- Prof. Dr. Gülten HERGÜNER (Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi)
- Prof. Dr. Çetin YAMAN (Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi)
- Prof. Dr. Hacı Ahmet PEKEL (Gazi Üniversitesi)
- Prof. Dr. Alper KARADAĞ (Muş Alparslan Üniversitesi)
- Doç. Dr. Süleyman ULUPINAR (Erzurum Teknik Üniversitesi)
- Doç. Dr. Kadir YILDIZ (Manisa Celal Bayar Üniversitesi)
- Doç. Dr. Veysel TEMEL (Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi)
- Doç. Dr. Serhat ÖZBAY (Erzurum Teknik Üniversitesi)
- Doç. Dr. Gönül TEKKURŞUN DEMİR (Gazi Üniversitesi)
- Dr. Öğr. Üyesi Yusuf BUZDAĞLI (Erzurum Teknik Üniversitesi)
- Dr. Öğr. Üyesi Buğra Çağatay SAVAŞ (Erzurum Teknik Üniversitesi)
- Dr. Öğr. Üyesi Selim ASAN (Erzurum Teknik Üniversitesi)
- Dr. Öğr. Üyesi Buket SEVİNDİK (Erzurum Teknik Üniversitesi)
- Dr. Öğr. Üyesi Muhammet MAVİBAŞ (Erzurum Teknik Üniversitesi)
- Dr. Öğr. Üyesi: Murat TURAN (Erzurum Teknik Üniversitesi)

Danışma Kurulu

- Prof. Dr. Şebnem ŞARVAN CENGİZ (Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi)
- Prof. Dr. Atilla PULUR (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Prof. Dr. İbrahim CİCİOĞLU (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Prof. Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Prof. Dr. Yüksel SAVUCU (Spor Bilimleri Fakültesi, Fırat Üniversitesi)
- Prof. Dr. Elif KARAGÜN (Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli Üniversitesi)
- Prof. Dr. Gülten HERGÜNER (Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sakarya Üniversitesi)
- Prof. Dr. Çetin YAMAN (Uygulamalı Bilimler Yüksekokulu, Sakarya Üniversitesi)
- Prof. Dr. Hacı Ahmet PEKEL (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Prof. Dr. Alper KARADAĞ (Spor Bilimleri Fakültesi, Muş Alparslan Üniversitesi)
- Prof. Dr. Mehmet BAYANSALDUZ (Spor Bilimleri Fakültesi, Dokuz Eylül Üniversitesi)
- Prof. Dr. Mitat KOZ (Sağlık Bilimleri Fakültesi, Doğu Akdeniz Üniversitesi)
- Prof. Dr. Akın ÇELİK (Spor Bilimleri Fakültesi, Trabzon Üniversitesi)
- Prof. Dr. Necip Fazıl KİSHALI (Spor Bilimleri Fakültesi, Atatürk Üniversitesi)
- Prof. Dr. Fatih KIYICI (Spor Bilimleri Fakültesi, Atatürk Üniversitesi)
- Doç. Dr. Ulviye BİLGİN (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Doç. Dr. Veysel TEMEL (Spor Bilimleri Fakültesi, Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi)
- Doç. Dr. Zekihan HAZAR (Spor Bilimleri Fakültesi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi)
- Doç. Dr. Anıl TÜRKELİ (Spor Bilimleri Fakültesi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi)
- Doç. Dr. İzzet İNCE (Spor Bilimleri Fakültesi, Yıldırım Beyazıt Üniversitesi)
- Doç. Dr. Servet REYHAN (Spor Bilimleri Fakültesi, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi)
- Doç. Dr. Hande BABA KAYA (Spor Bilimleri Fakültesi, Düzce Üniversitesi)
- Doç. Dr. Ceren SUVEREN ERDOĞAN (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Doç. Dr. Emre Ozan TINGAZ (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)

- Doç. Dr. Okan Burçak ÇELİK (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Doç. Dr. Atike YILMAZ (Spor Bilimleri Fakültesi, Muş Alparslan Üniversitesi)
- Doç. Dr. İlyas GÖRGÜT (Spor Bilimleri Fakültesi, Dumlupınar Üniversitesi)
- Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK (Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın Üniversitesi)
- Doç. Dr. Süleyman Gönül ATEŞ (Spor Bilimleri Fakültesi, Pamukkale Üniversitesi)
- Doç. Dr. Işık BAYRAKTAR (Spor Bilimleri Fakültesi, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi)
- Doç. Dr. Recep SOSLU (Spor Bilimleri Fakültesi, Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi)
- Doç. Dr. Tebessüm Ayyıldız DURHAN (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Doç. Dr. Merve Beyza AKGÜL (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Doç. Dr. Serkan KURTİPEK (Spor Bilimleri Fakültesi, Gazi Üniversitesi)
- Assoc. Prof. Scott FORBES (CISSN, CEP, Brandon University)
- Dr. Ibrahim OERGUİ (High Institute of Sport and Physical Education Kef, University of Jendouba, Tunisia)
- Dr. Dominik HOELBLING (Centre for Sport Science and University of Vienna, Vienna, Austria)
- Dr. Javed MEHRABANİ (Faculty of Physical Education and Sport Sciences, University of Guilan, Rasht, Iran)
- Dr. Ebrahim NOURİAN (Faculty of Physical Education and Sport Sciences, Payame Noor University, Iran)

Amaç ve Kapsam

Spor ve Bilim Dergisi, spor ve egzersiz bilimleri alanında bilimsel araştırmalara yer vererek ulusal ve uluslararası bilgi birikimine katkıda bulunmayı amaçlayan hakemli bir dergidir. Derginin dili Türkçe ve İngilizce'dir. Dergimiz ücretsiz ve açık erişim politikasını benimsemektedir.

Spor ve Bilim Dergisi, Spor Bilimleri alanına ilişkin olarak; Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi, Spor Yönetimi, Rekreasyon, Hareket ve Antrenman Bilimleri, Sporda Psiko-sosyal Alanlar ve Spor-Sağlık Bilimleri alanlarında kavramsal veya araştırmaya dayanan, sahasına katkı sağlayacağı düşünülen özgün araştırmaları ve derleme çalışmalarını yayımlamaktadır.

Hakkında

Spor ve Bilim Dergisi, açık erişim politikasını benimsemiş hakemli bilimsel bir dergidir. Nisan ve Ekim aylarında olmak üzere yılda iki kez çevrim içi ve ücretsiz olarak yayınlanmakta olup ulusal ve uluslararası düzeyde özgün bilimsel çalışmaların yanı sıra derleme çalışmalarına da yer verilmektedir. Derginin dili Türkçe ve İngilizce'dir.

Dergide yer alan makalelerin değerlendirilmesi sürecinde çift kör akademik akran değerlendirmesi politikası uygulanmaktadır.

Spor ve Bilim Dergisine gönderilen çalışmaların benzerlik oranının %20'yi geçmemesi gerekmektedir.

Etik kurul onay belgesi, bilimsel çalışma yükleme sürecinde zorunludur (Derleme çalışmalar hariç).

Yazım Kuralları

Özet 150 – 250 kelime arasında olmalıdır.

Anahtar kelimeler 3 – 6 arasında olmalıdır.

Dergimizde APA 7 atıf sistemi kabul edilmektedir.

Metnin tamamında 'Times New Roman' yazı stili kullanılmalıdır.

Özet ve Abstract bölümünde tek satır aralığı; diğer bölümlerde 1,5 satır aralığı kullanılmalıdır.

Çalışma başlığı Türkçe olarak "İlk Harfleri Büyük Harfle Başlamalı ve 14 punto" ile yazılmalıdır. Çalışmanın İngilizce başlığı 14 punto ve italik olmalıdır.

Yazarın unvanı, kurumu ve e-posta adresini içeren bilgi başlık bölümünün altında sunulmalıdır (10 punto).

Ana metin 12 punto ve iki yana yaslı, girinti sağ ve sol "0"; ilk satır 0,5 cm; aralık önce 0, sonra 6 nk olmalıdır.

Tablolar 10 punto olacaktır, girinti sağ ve sol "0"; aralık önce ve sonra "0"; satır aralığı "tek" olacaktır.

Kaynakça APA 7 stiline göre ve 10 punto ile yazılacaktır.

Dergi şablonuna göre metni düzenlemeniz tavsiye edilir.

Etik İlkeler ve Yayın Politikası

ETİK İLKELER

Spor ve Bilim Dergisinde uygulanan yayın süreçleri, bilginin tarafsız ve saygın bir şekilde gelişimine ve dağıtımına temel teşkil etmektedir. Bu doğrultuda uygulanan süreçler, yazarların ve yazarları destekleyen kurumların çalışmalarının kalitesine doğrudan yansımaktadır. Hakemli çalışmalar bilimsel yöntemi somutlaştıran ve destekleyen çalışmalardır. Bu noktada sürecin bütün paydaşlarının (yazarlar, okuyucular ve araştırmacılar, yayıncı, hakemler ve editörler) etik ilkelere yönelik standartlara uyması önem taşımaktadır. Spor ve Bilim Dergisi yayın etiği kapsamında tüm paydaşların aşağıdaki etik sorumlulukları taşıması beklenmektedir.

Aşağıda yer alan etik görev ve sorumluluklar oluşturulurken açık erişim olarak Committee on Publication Ethics (COPE) tarafından yayınlanan rehberler ve politikalar dikkate alınarak hazırlanmıştır.

Yazarların Etik Sorumlulukları

- Yazar(lar)ın gönderdikleri çalışmaların özgün olması beklenmektedir. Yazar(lar)ın başka çalışmalardan yararlanmaları veya başka çalışmaları kullanmaları durumunda eksiksiz ve doğru bir biçimde atıfta bulunmaları ve/veya alıntı yapmaları gerekmektedir.
- Çalışmanın oluşturulmasında içeriğe entelektüel açıdan katkı sağlamayan kişiler, yazar olarak belirtilmemelidir.
- Yayınlanmak üzere gönderilen tüm çalışmaların varsa çıkar çatışması teşkil edebilecek durumları ve ilişkileri açıklanmalıdır.
- Yazar(lar)dan değerlendirme süreçleri çerçevesinde makalelerine ilişkin ham veri talep edilebilir, böyle bir durumda yazar(lar) beklenen veri ve bilgileri yayın kurulu ve bilim kuruluna sunmaya hazır olmalıdır.
- Yazar(lar) kullanılan verilerin kullanım haklarına, araştırma/analizlerle ilgili gerekli izinlere sahip olduklarını veya deney yapılan deneklerin rızasının alındığını gösteren belgeye sahip olmalıdır.
- Yazar(lar)ın yayınlanmış, erken görünüm veya değerlendirme aşamasındaki çalışmasıyla ilgili bir yanlış ya da hatayı fark etmesi durumunda, dergi editörünü veya yayıncıyı bilgilendirme, düzeltme veya geri çekme işlemlerinde editörle işbirliği yapma yükümlülüğü bulunmaktadır.
- Yazarlar çalışmalarını aynı anda birden fazla derginin başvuru sürecinde bulunduramaz. Her bir başvuru önceki başvurunun tamamlanmasını takiben başlatılabilir. Başka bir dergide yayınlanmış çalışma Spor ve Bilim Dergisine gönderilemez.
- Değerlendirme süreci başlamış bir çalışmanın yazar sorumluluklarının değiştirilmesi (Yazar ekleme, yazar sırası değiştirme, yazar çıkartma gibi) teklif edilemez.

Editörlerin Etik Görev ve Sorumlulukları

Spor ve Bilim Dergisi editör ve alan editörleri, açık erişim olarak Committee on Publication Ethics (COPE) tarafından yayınlanan "COPE Code of Conduct and Best Practice Guidelines for Journal Editors" ve "COPE Best Practice Guidelines for Journal Editors" rehberleri temelinde aşağıdaki etik görev ve sorumluluklara sahip olmalıdır:

Genel görev ve sorumluluklar

Editörler, Spor ve Bilim Dergisinde yayınlanan her yayından sorumludur. Bu sorumluluk bağlamında editörler, aşağıdaki rol ve yükümlülükleri taşımaktadır:

- Okuyucuların ve yazarların bilgi ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik çaba sarf etme,
- Sürekli olarak derginin gelişimini sağlama,
- Dergide yayınlanan çalışmaların kalitesini geliştirmeye yönelik süreçleri yürütme,
- Düşünce özgürlüğünü destekleme,
- Akademik açıdan bütünlüğü sağlanma,
- Fikri mülkiyet hakları ve etik standartlardan taviz vermeden iş süreçlerini devam ettirme,
- Düzeltme, açıklama gerektiren konularda yayın açısından açıklık ve şeffaflık gösterme.

Okuyucu ile ilişkiler

Editörler tüm okuyucu, araştırmacı ve uygulayıcıların ihtiyaç duydukları bilgi, beceri ve deneyim beklentilerini dikkate alarak karar vermelidir. Yayınlanan çalışmaların okuyucu, araştırmacı, uygulayıcı ve bilimsel alanyazına katkı sağlamasına ve özgün nitelikte olmasına dikkat etmelidir. Ayrıca editörler okuyucu, araştırmacı ve uygulayıcılardan gelen geri bildirimleri dikkate almak, açıklayıcı ve bilgilendirici geri bildirim vermekle yükümlüdür.

Yazarlar ile ilişkiler

Editörlerin yazarlara karşı görev ve sorumlulukları aşağıdaki şekildedir:

- Editörler, çalışmaların önemi, özgün değeri, geçerliliği, anlatımın açıklığı ve derginin amaç ve hedeflerine dayanarak olumlu ya da olumsuz karar vermelidir.
- Yayın kapsamına uygun olan çalışmaların ciddi problemi olmadığı sürece ön değerlendirme aşamasına almalıdır.
- Editörler, çalışma ile ilgili ciddi bir sorun olmadıkça, olumlu yöndeki hakem önerilerini göz ardı etmemelidir.
- Yeni editörler, çalışmalara yönelik olarak önceki editör(ler) tarafından verilen kararları ciddi bir sorun olmadıkça değiştirmemelidir.
- "Kör Hakemlik ve Değerlendirme Süreci" mutlaka yayınlanmalı ve editörler tanımlanan süreçlerde yaşanabilecek sapmaların önüne geçmelidir.
- Editörler yazarlar tarafından kendilerinden beklenecek her konuyu ayrıntılı olarak içeren bir "Yazarlara Bilgi Rehberi" yayımlamalıdır. Bu rehberler belirli zaman aralıklarında güncellenmelidir.
- Yazarlara açıklayıcı ve bilgilendirici şekilde bildirim ve dönüş sağlanmalıdır.

Hakemler ile ilişkiler

Editörlerin hakemlere karşı görev ve sorumlulukları aşağıdaki şekildedir:

- Hakemleri çalışmanın konusuna uygun olarak belirlemelidir.
- Hakemlerin değerlendirme aşamasında ihtiyaç duyacakları bilgi ve rehberleri sağlamakla yükümlüdür.
- Yazarlar ve hakemler arasından çıkar çatışması olup olmadığını gözetmek durumundadır.
- Kör hakemlik bağlamında hakemlerin kimlik bilgilerini gizli tutmalıdır.
- Hakemleri tarafsız, bilimsel ve nesnel bir dille çalışmayı değerlendirmeleri için teşvik etmelidir.

- Hakemleri zamanında dönüş ve performans gibi ölçütlerle değerlendirmelidir.
- Hakemlerin performansını artırıcı uygulama ve politikalar belirlemelidir.
- Hakem havuzunun dinamik şekilde güncellenmesi konusunda gerekli adımları atmalıdır.
- Nezaketsiz ve bilimsel olmayan değerlendirmeleri engellemelidir.
- Hakem havuzunun geniş bir yelpazeden oluşması için adımlar atmalıdır.

Yayın kurulu ile ilişkiler

Editörler, tüm yayın kurulu üyelerinin süreçleri yayın politikaları ve yönergelere uygun ilerletmesini sağlamalıdır. Yayın kurulu üyelerini yayın politikaları hakkında bilgilendirmeli ve gelişmelerden haberdar etmelidir. Yeni yayın kurulu üyelerini yayın politikaları konusunda eğitmeli, ihtiyaç duydukları bilgileri sağlamalıdır.

Ayrıca editörler;

- Yayın kurulu üyelerinin çalışmaları tarafsız ve bağımsız olarak değerlendirmelerini sağlamalıdır.
- Yeni yayın kurulu üyelerini, katkı sağlayabilir ve uygun nitelikte belirlemelidir.
- Yayın kurulu üyelerinin uzmanlık alanına uygun çalışmaları değerlendirme için göndermelidir.
- Yayın kurulu ile düzenli olarak etkileşim içerisinde olmalıdır.
- Yayın kurulu ile belirli aralıklarla yayın politikalarının ve derginin gelişimi için toplantılar düzenlemelidir.

Dergi sahibi ve yayıncı ile ilişkiler

Editörler ve yayıncı arasındaki ilişki editöryal bağımsızlık ilkesine dayanmaktadır. Editörler ile yayıncı arasında yapılan yazılı sözleşme gereği, editörlerin alacağı tüm kararlar yayıncı ve dergi sahibinden bağımsızdır.

Editöryal ve kör hakemlik süreçleri

Editörler; dergi yayın politikalarında yer alan "Kör Hakemlik ve Değerlendirme Süreci" politikalarını uygulamakla yükümlüdür. Bu bağlamda editörler her çalışmanın adil, tarafsız ve zamanında değerlendirme sürecinin tamamlanmasını sağlar.

Kalite güvencesi

Editörler; dergide yayınlanan her makalenin dergi yayın politikaları ve uluslararası standartlara uygun olarak yayınlanmasından sorumludur.

Kişisel verilerin korunması

Editörler; değerlendirilen çalışmalarda yer alan deneklere veya görsellere ilişkin kişisel verilerin korunmasını sağlamakla yükümlüdür. Çalışmalarda kullanılan bireylerin açık rızası belgeli olmadığı sürece çalışmayı reddetmekle görevlidir. Ayrıca editörler; yazar, hakem ve okuyucuların bireysel verilerini korumaktan sorumludur.

Etik kurul, insan ve hayvan hakları

Etik kurallar başlığı altında aşağıdaki hususlara uyulmalıdır:

- Sosyal bilimler dahil olmak üzere tüm bilim dallarında yapılan araştırmalar için ve etik kurul kararı gerektiren klinik ve deneysel insan ve hayvanlar üzerindeki çalışmalar için ayrı ayrı etik kurul onayı alınmış olmalı, bu onay makalede belirtilmeli ve belgelendirilmelidir.
- Bu başlık altında, hakem, yazar ve editör için ayrı başlıklar altında etik kurallarla ilgili bilgi verilmelidir.
- Makalelerde Araştırma ve Yayın Etiğine uyulduğuna dair ifadeye yer verilmelidir.
- Ulusal ve uluslararası standartlara atıf yaparak, dergide ve/veya web sayfasında etik ilkeler ayrı başlık altında belirtilmelidir. Örneğin; dergilere gönderilen bilimsel yazılarda, ICMJE (International Committee of Medical Journal Editors) tavsiyeleri ile COPE (Committee on Publication Ethics)'un Editör ve Yazarlar için Uluslararası Standartları dikkate alınmalıdır.
- Etik kurul izni gerektiren çalışmalarda, izinle ilgili bilgiler (kurul adı, tarih ve sayı no) yöntem bölümünde ve ayrıca makale ilk/son sayfasında yer verilmelidir. Olgu sunumlarında, bilgilendirilmiş gönüllü olur/onam formunun imzalatıldığına dair bilgiye makalede yer verilmesi gereklidir.
- Kullanılan fikir ve sanat eserleri için telif hakları düzenlemelerine riayet edilmesi gerekmektedir.

Olası suistimal ve görevi kötüye kullanmaya karşı önlem

Editörler; olası suistimal ve görevi kötüye kullanma işlemlerine karşı önlem almakla yükümlüdür. Bu duruma yönelik şikayetlerin belirlenmesi ve değerlendirilmesi konusunda titiz ve nesnel bir soruştırma yapmanın yanı sıra, konuyla ilgili bulguların paylaşılması editörün sorumlulukları arasında yer almaktadır.

Akademik yayın bütünlüğünü sağlamak

Editörler çalışmalarda yer alan hata, tutarsızlık ya da yanlış yönlendirme içeren yargıların hızlı bir şekilde düzeltilmesini sağlamalıdır.

Fikri mülkiyet haklarının korunması

Editörler; yayınlanan tüm makalelerin fikri mülkiyet hakkını korumakla, olası ihlallerde derginin ve yazar(lar)ın haklarını savunmakla yükümlüdür. Ayrıca editörler yayınlanan tüm makalelerdeki içeriklerin başka yayınların fikri mülkiyet haklarını ihlal etmemesi adına gerekli önlemleri almakla yükümlüdür.

Yapıcılık ve tartışmaya açıklık

Editörler;

- Dergide yayınlanan esere ilişkin ikna edici eleştirileri dikkate almalı ve bu eleştirilere yönelik yapıcı bir tutum sergilemelidir.
- Eleştirilen çalışmaların yazar(lar)ına cevap hakkı tanınmalıdır.
- Olumsuz sonuçlar içeren çalışmaları göz ardı etmemeli ya da dışlamamalıdır.

Şikayetler

Editörler; yazar, hakem veya okuyuculardan gelen şikayetleri dikkatlice inceleyerek aydınlatıcı ve açıklayıcı bir şekilde yanıt vermekle yükümlüdür.

Politik ve Ticari kaygılar

Dergi sahibi, yayıncı ve diğer hiçbir politik ve ticari unsur, editörlerin bağımsız karar almalarını etkilemez.

Çıkar çatışmaları

Editörler; yazar(lar), hakemler ve diğer editörler arasındaki çıkar çatışmalarını göz önünde bulundurarak, çalışmaların yayın sürecinin bağımsız ve tarafsız bir şekilde tamamlanmasını garanti eder.

Hakemlerin Etik Sorumlulukları

Tüm çalışmaların "Körleme Hakemlik" ile değerlendirilmesi yayın kalitesini doğrudan etkilemektedir. Bu süreç yayının nesnel ve bağımsız değerlendirilmesi ile güven sağlar. Spor ve Bilim Dergisi değerlendirme süreci çift taraflı kör hakemlik ilkesiyle yürütülür. Hakemler yazarlar ile doğrudan iletişime geçemez, değerlendirme ve yorumlar dergi yönetim sistemi aracılığıyla iletilir. Bu süreçte değerlendirme formları ve tam metinler üzerindeki hakem yorumları editör aracılığıyla yazar(lar)a iletilir. Bu bağlamda Spor ve Bilim Dergisi için çalışma değerlendiren hakemlerin aşağıdaki etik sorumluluklara sahip olması beklenmektedir:

- Sadece uzmanlık alanı ile ilgili çalışma değerlendirmeyi kabul etmelidir.
- Tarafsızlık ve gizlilik içerisinde değerlendirme yapmalıdır.
- Değerlendirme sürecinde çıkar çatışması ile karşı karşıya olduğunu düşünürse, çalışmayı incelemeyi reddederek, dergi editörünü bilgilendirmelidir.
- Gizlilik ilkesi gereği inceledikleri çalışmaları değerlendirme sürecinden sonra imha etmelidir. İnceledikleri çalışmaların sadece nihai versiyonlarını ancak yayımlandıktan sonra kullanabilir.
- Değerlendirmeyi nesnel bir şekilde sadece çalışmanın içeriği ile ilgili olarak yapmalıdır. Milliyet, cinsiyet, dini inançlar, siyasal inançlar ve ticari kaygıların değerlendirmeye etki etmesine izin vermemelidir.
- Değerlendirmeyi yapıcı ve nazik bir dille yapmalıdır. Düşmanlık, iftira ve hakaret içeren aşağılayıcı kişisel yorumlar yapmamalıdır.
- Değerlendirmeyi kabul ettikleri çalışmayı zamanında ve yukarıdaki etik sorumluluklarda gerçekleştirmelidir.
- Etik Olmayan Bir Durumla Karşılaşırsanız, Spor ve Bilim Dergisinde yukarıda bahsedilen etik sorumluluklar ve dışında etik olmayan bir davranış veya içerikle karşılaşırsanız lütfen egzersizpsikolojisi@gmail.com adresine e-posta yoluyla bildiriniz.

YAYIN POLİTİKASI

Kör Hakemlik ve Değerlendirme Süreci

Kör hakemlik, bilimsel yayınların en yüksek kalite ile yayınlanması için uygulanan bir yöntemdir. Bu yöntem, bilimsel çalışmaların nesnel (objektif) bir şekilde değerlendirilme sürecinin temelini oluşturmaktadır ve birçok bilimsel dergi tarafından tercih edilmektedir. Hakem görüşleri, Spor ve Bilim Dergisinin yayın kalitesinde belirleyici bir yere sahiptir. Spor ve Bilim Dergisine gönderilen tüm çalışmalar aşağıda belirtilen aşamalara göre kör hakem yoluyla değerlendirilmektedir.

Kör Hakem Türü

Spor ve Bilim Dergisi, tüm çalışmaların değerlendirme sürecinde çift kör hakem yöntemini kullanmaktadır. Çift kör hakem yönteminde çalışmaların yazar ve hakem kimlikleri gizlenmektedir.

İlk Değerlendirme Süreci

Spor ve Bilim Dergisine gönderilen çalışmalar ilk olarak editörler tarafından değerlendirilir. Bu aşamada, derginin amaç ve kapsamına uymayan, Türkçe ve İngilizce olarak dil ve anlatım kuralları açısından zayıf, bilimsel açıdan kritik hatalar içeren, özgün değeri olmayan ve yayın politikalarını karşılamayan çalışmalar reddedilir. Reddedilen çalışmaların yazarları, gönderim tarihinden itibaren en geç iki ay içerisinde bilgilendirilir. Uygun bulunan çalışmalar ise ön değerlendirme için çalışmanın ilgili olduğu alana yönelik bir alan editörüne gönderilir.

Ön Değerlendirme Süreci

Ön değerlendirme sürecinde alan editörleri çalışmaların, giriş ve alanyazın, yöntem, bulgular, sonuç, değerlendirme ve tartışma bölümlerini dergi yayın politikaları ve kapsamı ile özgünlük açısından ayrıntılı bir şekilde inceler. Bu inceleme sonucunda uygun bulunmayan çalışmalar en geç bir ay içerisinde alan editörü değerlendirme raporu ile birlikte iade edilir. Uygun bulunan çalışmalar ise hakemlendirme sürecine alınır.

Hakemlendirme Süreci

Çalışmalar içeriğine ve hakemlerin uzmanlık alanlarına göre hakemlendirilir. Çalışmayı inceleyen alan editörü, Spor ve Bilim Dergisi hakem havuzundan uzmanlık alanlarına göre en az iki hakem önerisinde bulunur veya çalışmanın alanına uygun yeni hakem önerebilir. Alan editöründen gelen hakem önerileri editörler tarafından değerlendirilir ve çalışmalar hakemlere iletilir. Hakemler değerlendirdikleri çalışmalar hakkındaki hiçbir süreci ve belgeyi paylaşmayacakları hakkında garanti vermektedir.

Hakem Raporları

Hakem değerlendirmeleri genel olarak çalışmaların; özgünlük, kullanılan yöntem, etik kurallara uygunluk, bulguların ve sonuçların tutarlı bir şekilde sunumu ve alanyazın açısından incelenmesine dayanmaktadır. Bu inceleme aşağıdaki unsurlara göre yapılır:

1. Giriş ve alanyazın: değerlendirme raporu çalışmada ele alınan problemin sunumu ve

amaçları, konunun önemi, konuyla ilgili alanyazının kapsamı, güncelliği ve çalışmanın özgünlüğü hakkında görüş içerir.

2. Yöntem: değerlendirme raporu, kullanılan yöntemin uygunluğu, araştırma grubunun seçimi ve özellikleri, geçerlik ve güvenilirlik ile ilgili bilgilerin yanı sıra veri toplama ve analiz süreci hakkında görüş içerir.

3. Bulgular: değerlendirme raporu, yöntem çerçevesinde elde edilen bulguların sunumu, analiz yöntemlerinin doğruluğu, araştırmanın amaçları ile erişilen bulguların tutarlılığı, ihtiyaç duyulan tablo, şekil ve görsellerin verilmesi, kullanılan testlerin kavramsal açıdan değerlendirilmesine yönelik görüşler içerir.

4. Tartışma: değerlendirme raporu, bulgulara dayalı olarak konunun tartışılması, araştırma sorusuna/larına ve hipoteze/lere uygunluk, genellenebilirlik ve uygulanabilirlik ile ilgili görüş içerir.

5. Sonuç ve öneriler: değerlendirme raporu alanyazına katkı, gelecekte yapılabilecek çalışmalara ve alandaki uygulamalara yönelik öneriler hakkında görüş içerir.

6. Stil ve anlatım: değerlendirme raporu, çalışma başlığının içeriği kapsamı, Türkçe'nin kurallara uygun kullanımı, gönderme ve referansların APA 7 kurallarına uygun olarak tam metnin diline uygun verilmesi ile ilgili görüş içerir.

7. Genel değerlendirme: değerlendirme raporu çalışmanın bir bütün olarak özgünlüğü, eğitim alanyazınına ve alandaki uygulamalara sağladığı katkı hakkında görüş içerir.

Değerlendirme sürecinde hakemlerin çalışmanın tipografik özelliklerine göre düzeltme yapmaları beklenmemektedir.

Hakem Değerlendirme Süreci

Hakem değerlendirme süreci için hakemlere verilen süre 6 haftadır. Hakemlerden veya editörlerden gelen düzeltme önerilerinin yazarlar tarafından "düzeltme yönergesi" doğrultusunda 1 ay içerisinde tamamlanması zorunludur. Hakemler bir çalışmanın düzeltmelerini inceleyerek uygunluğuna karar verebilecekleri gibi gerekliyse birden çok defa düzeltme talep edebilir.

Değerlendirme Sonucu

Hakemlerden gelen görüşler, alan editörü tarafından en geç 2 hafta içerisinde incelenir. Bu inceleme sonucunda alan editörü çalışmaya ilişkin nihai kararını editörlere iletir.

Yayın Kurulu Kararı

Editörler, alan editörü ve hakem görüşlerine dayanarak çalışma ile ilgili yayın kurulu görüşlerini hazırlar. Hazırlanan görüşler editör tarafından alan editörü ve hakem önerileri ile birlikte en geç 1 hafta içerisinde yazar(lar)a iletilir. Bu süreçte olumsuz görüş verilen çalışmalar

intihal denetimi talep edilmeksizin iade edilir. Olumlu görüş verilen çalışmalar için son karar, intihal denetim raporları sonuçlarına göre verilir.

Yayın Değerlendirme Süreci Ne Kadar Sürmektedir?

Spor ve Bilim Dergisi gönderilen çalışmaların yayın değerlendirme sürecinin yaklaşık 6 ay içerisinde sonuçlandırılması öngörülmektedir. Ancak, hakem ya da editörlerin yazar(lar)dan düzeltme istedikleri tarih ile yazar(lar)ın düzeltmeleri tamamladıkları tarih arasındaki süre, bu 6 aylık süreye dahil edilmemektedir.

Çalışma/Makale Geri Çekme

Spor ve Bilim Dergisi araştırmacı ve kütüphaneciler için bütünsel ve eksiksiz yayıncılığı önemsemektedir. Bunu sağlamanın güvenilir özgün araştırma makalelerini yayınlamak olduğu bilincindedir. Spor ve Bilim Dergisi yayın politikaları gereği, bir çalışma veya makalenin geri çekilmesi aşamasında yazar(lar)a ve yayın kuruluna düşen görev ve sorumluluklar aşağıda verilmiştir.

Yazarlar

Yazar(lar)ın yayınlanmış, erken görünüm veya değerlendirme aşamasındaki çalışmasıyla ilgili bir yanlış ya da hatayı fark etmesi durumunda, geri çekme işlemlerinde dergi editörüyle işbirliği yapma yükümlülüğü bulunmaktadır.

Değerlendirme aşamasındaki çalışmasını geri çekme talebinde bulunmak isteyen yazar(lar), “Makale Geri Çekme Talep Formu”nu doldurarak her bir yazarın ıslak imzası ile imzalanmış ve taratılmış halini egzersizpsikolojisi@gmail.com adresi üzerinden e-posta aracılığıyla yayın kuruluna iletmekle yükümlüdür. Yayın Kurulu geri çekme bildirimini inceleyerek en geç bir hafta içerisinde dönüş sağlar. Yayın kurulu tarafından telif hakları Spor ve Bilim Dergisi gönderim aşamasında devredilmiş çalışmaların geri çekme isteği onaylanmadıkça yazarlar çalışmasını başka bir dergiye değerlendirme için gönderemezler.

Editörler

Spor ve Bilim Dergisi yayın kurulu; yayınlanmış, kabul edilmiş veya değerlendirme aşamasındaki bir çalışmaya ilişkin telif hakkı ve intihal şüphesi oluşması durumunda çalışmayı ilişkin bir soruşturma başlatma yükümlülüğü taşır.

Yayın kurulu yapılan soruşturma sonucunda değerlendirme aşamasındaki çalışmada telif hakkı ve intihal yapıldığını tespit etmesi durumunda çalışmayı değerlendirmeden geri çeker ve tespit edilen durumları detaylı bir şekilde kaynak göstererek yazarlara iade eder.

Yayın kurulu, yayınlanmış veya kabul edilmiş bir çalışmada telif hakkı ihlali ve intihal yapıldığını tespit etmesi durumunda, en geç bir hafta içerisinde aşağıdaki geri çekme ve bildiri işlemlerini gerçekleştirir.

Etik ihlali tespit edilen çalışmanın;

1. Elektronik gösterimdeki başlığının başına "Geri Çekildi:" ibaresi eklenir.
2. Elektronik gösterimdeki Öz ve Tam Metin içerikleri yerine çalışmanın geri çekilme gerekçeleri, detaylı kanıt kaynakları varsa yazar(lar)ın bağlı olduğu kurum ve kuruluşların konu hakkındaki bildirimleri ile birlikte yayınlanır.
3. Dergi web sitesinin ana sayfasından geri çekme bildirimini ilan edilir.
4. Geri çekme tarihinden itibaren ilk yayınlanacak sayının elektronik ve basılı kopyasının içindikiler listesine "Geri Çekildi: Çalışma Başlığı" şeklinde eklenir, birinci sayfasından başlamak koşuluyla geri çekme nedenleri ve buna kaynak gösterilen orijinal alıntıları kamuoyu ve araştırmacılarla paylaşılır.
5. Yazar(lar)ın bağlı olduğu kuruluş(lar)a yukarıdaki geri çekme bildirimleri iletilir.
6. Yukarıda sıralanan geri çekme bildirimleri Derginin dizinlendiği kurum ve kuruluşlar ile Milli Kütüphane Başkanlığı'na izin sistemleri ve kataloglara kaydedilmesi için iletilir.

Ayrıca yayın kurulu etik ihlalde bulunulan çalışma yazar(lar)ının daha önce yayınlanmış çalışmalarının yayın evlerine veya yayın kurullarına, yayınlanan çalışmaların geçerlik ve güvenilirliğini güvence altına almalarını veya geri çekmelerini önerebilir.

Değerlendirme Sonucuna İtiraz Etme

Spor ve Bilim Dergisi değerlendirme sonucu yazar(lar)a iletilen yayın kurulu ve bilim kurulu görüşlerine yazar(lar)ın itiraz etme hakkı saklıdır. Yazar(lar), çalışmaları için yapılan değerlendirme sonucu görüş ve yorumlara ilişkin itiraz gerekçelerini bilimsel bir dille ve dayanaklarını referans göstererek egzersizpsikolojisi@gmail.com adresine e-postayla iletmelidir. Yapılan itirazlar yayın kurulu tarafından en geç bir ay içerisinde incelenerek (Çalışmanın alan editörü ve hakemlerine yapılan itirazlar hakkında görüş talep edilebilir) yazar(lar)a olumlu veya olumsuz dönüş sağlanır. Yazar(lar)ın değerlendirme sonucuna itirazları olumlu bulunması durumunda, yayın kurulu çalışmanın konu alanına uygun yeni hakemlendirme yaparak değerlendirme sürecini yeniden başlatır.

Ücret Politikası

Hiçbir ad altında yazar veya kurumundan ücret alınmaz.

Spor ve Bilim Dergisi (SBD), yazarların dergiye gönderdikleri çalışmalar için makale yayımlama ücreti (makale işlem ücreti) ve makale değerlendirme ücreti talep etmez.

İletişim Bilgileri

Editör

Doç. Dr. Sevinç NAMLI

ERZURUM TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

sevinc.namli@erzurum.edu.tr

Editör Yardımcısı

Doç. Dr. Süleyman ULUPINAR

ERZURUM TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

suleyman.ulupinar@erzurum.edu.tr

Editör Yardımcısı

Dr. Öğr. Üyesi Murat TURAN

ERZURUM TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

muratturan@erzurum.edu.tr

Teknik İletişim

Arş. Gör. Burak KARABABA

ERZURUM TEKNİK ÜNİVERSİTESİ

burak.karababa@erzurum.edu.tr

Metnin tamamı Times New Roman; 12 punto ve 1,5 satır aralığı ile yazılacaktır. Sadece tablo içleri ve Kaynaklar bölümü 10 punto olmalıdır. Başlıklarda lütfen aşağıdaki biçimleri kullanınız.

GİRİŞ

Giriş bölümünde konu ve kapsam iyice açıklanmalıdır. Problem durumu ve mevcut literatür hakkında bilgi verilmelidir. Çalışmanın amacı açıkça ifade edilmelidir.

YÖNTEM

Bu kısımda çalışma için etik kurul izni alındığıyla ilgili ifade yazılmalı ve makalenin sonundaki “Etik Beyan” bölümünde ilgili detaylar verilmelidir. Sosyal bilimlerde, anket, mülakat, odak grup çalışması, gözlem, deney ve görüşme teknikleri kullanılarak katılımcılardan veri toplanan nitel ya da nicel yöntemlerle yürütülen tüm araştırmalarda da etik kurul izni gereklidir. Araştırma makalelerinde ikinci derece başlıklar için aşağıdaki biçimler kullanılmalıdır.

Çalışma Tasarımı

Katılımcılar/Araştırma Grubu

İstatistiksel Analiz

Uygulanan Testler/Veri Toplama Prosedürü

BULGULAR

Tabloların içi 9-10 punto ile yazılmalıdır. Tablolarda tam kenarlık kullanılmamalıdır.

Tablo ?. Araştırmaya katılan sporcu gruplarının fiziksel performanslarına göre karşılaştırılmaları

Değişkenler	Kontrol	Deney	t	p
Yaş (yıl)	19,3	20,2	3,017	0,0001
Boy (cm)	174,5	175,0 cm	3,017	0,0230
Kilo (kg)	64,2	65,0	3,017	0,234
VO ₂ maks (ml/kg/dk)	47	55	3,017	0,0001
Skuat (kg)	112	126	3,017	0,0230
Çeviklik (sn)	14,1	15,2	3,017	0,234
Sürat (sn)	4,50	4,22	3,017	0,0001

Lütfen tablolarla ilgili önemli notları ve kısaltmaları ekleyiniz.

Örnek: Veriler Ort. ± SS olarak raporlanmıştır. VO₂maks: Maksimum oksijen tüketimi

TARTIŞMA

Buraya tartışma kısmı eklenmeli ve yukarıda verilen önerilere dikkat edilmelidir.

SONUÇ

Buraya sonuç ve öneriler kısmı eklenmeli ve yukarıda verilen önerilere dikkat edilmelidir.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Bu kısma araştırma sürecinde varsa teşekkür etmek istediklerinizi yazabilirsiniz.

Etik Beyanı

Bu çalışma, Helsinki Bildirgesinde yer alan ilkeler doğrultusunda yürütülmüş ve XXX Üniversitesi, XXXXX Fakültesi, Girişimsel Olmayan Etik Kurulu'nun E-XXX-XXXXXXXX sayılı, XXXXX.20XX tarihli kararı ile onaylanmıştır.

Yazar Katkıları

Bu kısımda çalışmada yer alan yazarların ad ve soyadlarının baş harflerini kullanarak katkılarını belirtebilirsiniz. Örneğin; Çalışma kurgusu: AB, CD; Denetim: AB, CD, EF; Veri toplama: XY, UY; Verilerin analizi: AB ve XY; Literatür denetimi: CD, HG; Yazım: AB, CD, HG; Eleştirel İnceleme: XY.

KAYNAKLAR

Kaynaklar 10 punto ve tek aralıklı olarak yazar soyadlarına göre sıraya konularak yazılmalı, APA 7 (American Psychological Association) standartlarına uygun olarak verilmelidir. Kaynaklar birden fazla yazarlı ise son yazarın soyadından önce ', &' yazılmalıdır. ENDNOTE veya diğer kaynakça yönetim programlarından birisinin kullanılması tavsiye edilir.

SPOR VE BİLİM DERGİSİ

Journal of Sports and Science

TELİF HAKKI DEVİR FORMU FORM FOR COPYRIGHT

...../...../20

Makale Başlığı:

.....
.....

Sayın Editör,

Yayınlanması dileğiyle Spor ve Bilime Dergisi'ne gönderdiğimiz yukarıdaki başlığı verilen makalenin yazarları olarak;

Bu çalışmanın:

1. Bilimsel ve etik sorumluluğunun bize ait olduğunu,
2. Daha önce yurtiçinde ve yurtdışında Türkçe veya yabancı bir dilde yayınlanmadığını,
3. Başka bir yayın organına yayınlanmak üzere gönderilmediğini,
4. Bütün yazarlar gönderilen makaleyi görmüş ve sonuçlarını onaylamıştır,
5. Yayının kabulü halinde tüm yayın haklarının Spor ve Bilim Dergisi'ne ait olduğunu kabul ve beyan ederiz.

Makalenin Editörler Kurulunca yayına kabul edilmemesi durumunda bu belge geçersizdir.

Yazar(lar)

İmza

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Cilt: 1 Sayı: 1, 28.04.2023

YIL: 2023

Araştırma Makaleleri

Klinik Araştırma

1. Gelişim Liginde Oynayan Futbolcuların Mevkilerine Göre Motivasyon ve Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Deniz BEDİR Eda YILMAZ Serkan ADİN Aybüke BÜYÜKPOLAT

Sayfa : 1-9

[PDF](#)

Araştırma Makalesi

2. Akselasyon ve Deselasyon Antrenmanlarının Sürat ve Çeviklik Üzerine Etkisi

Yusuf BUZDAĞLI Umut YILMAZ Murat OZAN Cemre Didem EYİPİNAR Erdinç ŞIKTAR

Sayfa : 10-26

[PDF](#)

Araştırma Makalesi

3. Serbest Zaman Tutum Ölçeği Kısa Formu (SZTÖ-KF): Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Levent ÖNAL Fatih BEDİR

Sayfa : 27-39

[PDF](#)

Araştırma Makalesi

4. Spor Bilimleri Fakültesindeki Öğrencilerin Sporcu Kimliği Düzeylerinin İncelenmesi

Buğra Çağatay SAVAS Muhammet MAVİBAŞ Burak KARABABA

Sayfa : 40-54

[PDF](#)

Araştırma Makalesi

5. Farklı Branşlarda Aktif Olan Sporcuların Sporcu Öz Yeterlik Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Selim ASAN

Sayfa : 55-63

Gelişim Liginde Oynayan Futbolcuların Mevkilerine Göre Motivasyon ve Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması

Comparison of Motivation and Anxiety Levels of Footballers Playing in the Development League by Position

Deniz BEDİR¹, Eda YILMAZ¹, Serkan ADİN², Aybüke BÜYÜKPOLAT²

¹Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

²Erzurum Teknik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum, Türkiye.

Özet

Bu çalışmanın amacı gelişim liginde oynayan futbolcuların mevkilerine göre motivasyon ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılmasıdır. Araştırmanın modeli nicel araştırma yöntemlerinden olan tarama modelidir. Araştırmanın evrenini 2021-2022 sezonunda Türkiye gelişim liginde oynayan futbolcular oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise bu sezonunda çeşitli takımlarında oynayan elit U16, U17 ve U19 yaş kategorilerindeki toplam 292 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmaya ilişkin bulguların elde edilmesinde kullanılan veri toplama araçları "Kişisel Bilgi Formu", "Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği", "Sporda Kaygı Ölçeği" olmak üzere üç kısımdan oluşmaktadır. Çalışmamızda elde edilen veriler istatistiksel olarak analiz edilmiştir Çarpıklık-Basıklık, histogram, Q-Q Çizelgesi ve Shapiro Wilks analizinden elde edilen sonuçlar sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Bu doğrultuda ölçek ile alt boyutlar arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Çalışmanın sonucunda; gelişim liginde oynayan futbolcuların mevkilerine göre motivasyon ve kaygı düzeyleri arasında ilişki saptanmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Kaygı, Motivasyon

Abstract

The aim of this study is to compare the motivation and anxiety levels of football players playing in the development league according to their positions. The model of the research is the screening model, which is one of the quantitative research methods. The population of the research consists of football players playing in the Turkish development league in the 2021-2022 season. The sample group consists of a total of 292 athletes in the elite U16, U17, and U19 age categories who played in various teams this season. The data collection tools used to obtain the findings related to the research consist of three parts: "Personal Information Form", "Sport-Specific Achievement Motivation Scale", "Sport Anxiety Scale". The data obtained in our study were analyzed statistically. As a result of the results obtained from the Skewness-Kurtosis, histogram, Q-Q Chart, and Shapiro Wilks analysis, it was determined that the data showed a normal distribution. In this direction, Pearson Correlation Analysis was applied to examine the relationship between the scale and its sub-dimensions. As a result of the study; There was no relationship between motivation and anxiety levels of the football players playing in the development league according to their positions.

Keywords: Anxiety, Football, Motivation

Spor ve Bilim Dergisi 01(01):01-09
Sorumlu yazar: Eda YILMAZ, 0000-0003-4832-3792, eda.yilmaz@erzurum.edu.tr

Künye: Bedir, D., Yılmaz, E., Adin, S. & Büyükpolat, A. (2023). Gelişim liginde oynayan futbolcuların mevkilerine göre motivasyon ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. Spor ve Bilim Dergisi, 1(1), 01-09.

Tarihler:
Geliş: 11.03.2023
Kabul: 10.04.2023
Yayın: 28.04.2023

GİRİŞ

Çağımızda spor hayatımızın ayrılmaz bir parçası olmuştur. Spor, insanlara problemlerinden kurtulmak, stresle baş edebilmek, özgüvenlerini artırmak, fizyolojik ve zihinsel olarak geliştirmek için harika fırsatlar sunar. Sosyal yaşamı ve davranışı düzenleyen biyolojik, sosyal ve pedagojik bir kavram olan spor insanın fiziksel ve psikolojik olarak gelişimine dayanan bir olgudur (Yetim, 2000).

Sporcuların yüksek yoğunluklu etkinliklere katılım sağlamaları ve bunun sürdürmeleri için gerekli olan birden fazla kavram vardır. Başarı motivasyonu da bu kavramlar arasındadır. Başarı motivasyonu, insanların neden spor yaptığı, neden başarılı olmaya çalıştıkları ve bunu yapmayı neden sürdürdükleri gibi soruları yanıtlamaktır (Öğülmüş, 2002). Sporcular, antrenörler, eğitim bilimciler, spor psikologları ve diğer kişi ve kuruluşlar sporda başarılı olmak için çok çalışırlar. Sporcunun üst düzey performans gösterdiği yarışmalar sürekli yapılmaktadır. Spor uluslararası bir tanıtım aracı olarak görüldüğü için sporda mücadele artmıştır (Çam, 1990). Fakat çağımızda, bilhassa sporun gelişmiş olduğu ülkelerde, benzer fiziksel becerilere ve çalışma şartları olan binlerce genç sporcudan sadece birkaçının yüksek performans elde edebildiği açıktır. Yani yetenekleri ve imkanları eşitken başarıları farklıdır. Bu farklılığın birçok nedeni vardır en önemlilerinden biri kişisel motivasyondur (Başer, 1985).

Motivasyon sporcuların müsabakalarda başarılı performans göstermelerini sağlarken; kaygı durumları sporcuların performansı etkileyen psikolojik faktörlerden biridir. Kaygı ise sporcuların müsabakadan önce ve sonra nelerle karşı karşıya kaldıkları ve bu tür endişe durumlarıyla nasıl başa çıkılacağı üzerine kuruludur. Yaşadığımız çağda, zihinsel süreçler ve onları etkileyen faktörler, atletik performansın iyileştirilmesinde giderek daha önemli bir durum haline gelmiştir. Sporcular yarışmalarda performanslarını iyi ya da kötü etkileyen bir takım psikolojik faktörlerden etkilenebilirler. Bu faktörler bazen sporcunun içsel karakteri ile ilgili olabilir veya çevresel uyaranların etkisi altında ortaya çıkabilir (Ergül, 2005).

Çoğu sporcu yarışma sırasında bir miktar baskı ve zorlukla karşılaşır. Birçok sporcu stresli yarışmalarda antrenmanlarda sergiledikleri performanslarını gösterememektedirler. Antrenörler yaptıkları açıklamada, oyun sırasında takımlarına ve sporcularının sergiledikleri performanslara inanmadıklarını belirtmektedir (Bingöl ve ark, & Gündoğdu, 2012). Yarışmalar sırasında çoğu sporcu aynı anda endişeli, huzursuz ve tereddüt içinde oldukları gözlenmektedir. Ayrıca sporcuların antrenmanda rahat yaptıklarını ancak müsabakalarda yapamadıkları, takım arkadaşlarına uyum sağlayamadıkları, istediklerini yapamadıkları görülmüştür (Gümüş, 2002). Bu durum sonuç olarak sporcuların performanslarını olumsuz olarak etkilemiştir.

Futbol; taktik görevleri tamamlamak için hızlı kararlar alınan ve sorumluluk gerektiren bir oyundur. Bir oyuncunun sahadaki görev yerine göre futbol bilgisi ve taktik deneyimi fazla olması takımın başarısı için çok önemlidir. Bir futbolcu sahaya çıktığında ani ve hazırlıksız pozisyonlarla karşı karşıya kaldığında rakiplerinin baskısı altında dahi çabuk ve doğru tepkiler verebilmelidir (Heath & Carter, 1967). Fiziki durum ile teknik ve taktik antrenmanlara önem verilirken, psikolojik antrenmanın önemi ihmal edilmiştir. Bunun nedenleri; oyuncuların ve antrenörlerin bilgi yetersizliği, zihinsel becerilerin doğru bilinmemesi ve zaman yetersizliğidir (İkizler, 1993) Ancak oyuncuların fiziki durumları iyi olmasına karşın oyundaki performansları yetersiz kalabilir. Bu nedenle günümüzde spor psikologları, antrenörlerin ve oyuncuların oyun sırasındaki psikolojik dayanıklılıklarını daha fazla önemsemektedir (Crust, 2008; Jones ve ark., Connaughton, 2007; Jones & Parker, 2013; Sheard, 2012). Bu sayede sporcuların motivasyon düzeyi yükseltilirken; baskı altında olduklarında stresle başa çıkma yetenekleri geliştirilebilir. Bu perspektiften hareketle çalışmamızın amacı; sporcuların psikolojik gelişimlerini daha verimli geçirmeleri için kaygılarının hangi yaş düzeyinde daha fazla olduğunu tespit etmek ve bunun da motivasyon üzerine etkisinin olup olmadığını araştırarak antrenörlere ve sporculara önerilerde bulunmaktır.

YÖNTEM

Yayın etiğine uygun olarak etik kurul onayı Atatürk Üniversitesi Rektörlüğü Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığının Fakültemiz Etik Kurulunun 20.06.2022 tarihli oturumunda alınan E-70400699-050.02.04-2200183831 sayılı kararı ile alınmıştır.

Çalışma Tasarımı

Yapılan araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılacaktır. Tarama modelinin temel amacı mevcut durumu betimlemektir. Bu tür çalışmalar genellikle büyük miktarda veriye dayandığından, araştırmacılar istatistiksel işlemler yaparak büyük örneklerle ilgilenir (Yılmaz & Metin, 2014).

Katılımcılar/Araştırma Grubu

Çalışmanın evrenini 2021-2022 sezonunda Türkiye Gelişim Liglerinde Futbol oynayan sporcular oluşturmaktadır. Örneklemine ise bu sezonunda çeşitli takımlarda Elit U16, Elit U17 ve U19 yaş kategorilerinin oynayan toplam 292 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcuların spor yaşı ortalama 8.06 (ss= 2,00) olup 6.04 (ss= 1.65) yıldır lisanslı olarak sporculuk hayatına devam etmekte ve günde ortalama 2.61 (ss= 0,87) saat spor yapmaktadır.

İstatistiksel Analiz

Çalışmamızda elde edilen veriler istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Skewness-Kurtosis, histogram, Q-Q Grafik ve Shapiro Wilks değerlerinden elde edilen sonuçlar neticesinde verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiş bu doğrultuda çoklu grupların karşılaştırılmasında Tek Yönlü Varyans analizi (One way ANOVA) ölçek ve alt boyutlar arasındaki ilişkiyi analiz etmek için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. ANOVA sonucunda anlamlı farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu tespit edebilmek için Post Hoc testi olan Tukey kullanılmıştır. Ayrıca veriler, tablolarda standart sapma, aritmetik ortalama, katılımcı sayısı ve katılımcı yüzdesi şeklinde belirtilerek, anlamlılık düzeyi $*p<0,05$ kabul edilmiştir.

Uygulanan Testler/Veri Toplama Prosedürü

Verilerin Toplanması: Veriler, 2021-2022 sezonu içerisinde toplanmıştır. 2021-2022 sezonu Türkiye Gelişim Liglerinde Elit U16, Elit U17 ve U19 takımlarında futbol oynayan sporculara Demografik Bilgi Formu, Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği ve Sporda Kaygı Düzeyi Ölçeği uygulanmıştır. Eksik ve hatalı veriler çıkarıldıktan sonra toplamda 292 sporcu veri analiz edilmiştir. Katılımcılardan sorulan sorulara en uygun ve en doğru seçeneği işaretlemeleri istenmiştir. Tüm soruların cevaplanma süresi yaklaşık 4 dk. sürmüştür.

Veri Toplama Araçları: Araştırmada kullanılan veri toplama araçları “Demografik Bilgi Formu”, “Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği”, “Sporda Kaygı Ölçeği” olmak üzere üç kısımdan oluşmaktadır.

Demografik Bilgi Formu: Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan; yaş kategorisi, oynadığı mevki, spor yaşı, lisans yılı ve günlük antrenman süresi gibi bilgilerden oluşan form oluşturulmuştur.

Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeği: Ölçek, Willis tarafından geliştirilmiştir. Türkiye’de geçerliliği ve güvenilirliği Tiryaki ve Gödelek (1997) tarafından yapılmış olan “Spora Özgü Başarı Motivasyonu” ölçeği toplam 40 madde ve 3 alt boyuttan (güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşım güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü) oluşturulmuştur. Ölçek beş derecelendirmeli likert ölçeğine göre uyarlanmıştır. Çalışmamızda kullanılan Spora Özgü Başarı Motivasyon Ölçeğinin iç tutarlık katsayısının, 0,75 düzeyinde güvenilir olduğu tespit edilmiştir (Tiryaki & Gödelek, 1997).

Sporda Kaygı Ölçeği: Sporda kaygı ölçeği futbolcuların kaygı düzeylerini belirlemek için kullanılmıştır. Smith ve ark. (2006), tarafından geliştirilen ölçek Karadağ ve Aşçı (2020)

tarafından Türkçeye çevrilmiştir. Ölçek 15 soru, 3 alt boyuttan (somatik, endişe ve konsantrasyon bozukluğu) oluşmaktadır. (Karadağ & Aşçı, 2020).

BULGULAR

Tablo 1. Sporcuların Sporda Kaygı Düzeylerinin Yaş Kategorisi Değişkeni Açısından Karşılaştırılması.

Değişkenler	Kategoriler	n	\bar{x}	ss	f	p
Sporda kaygı	U-16	204	1,65	0,36	1,09	0,34
	U-17	65	1,62	0,35		
	U-19	23	1,53	0,33		
Somatik	U-16	204	1,42	0,40	0,85	0,43
	U-17	65	1,37	0,33		
	U-19	23	1,33	0,29		
Endişe	U-16	204	2,02	0,68	1,62	0,20
	U-17	65	1,98	0,69		
	U-19	23	1,75	0,47		
Konsantrasyon bozukluğu	U-16	204	1,50	0,34	0,04	0,97
	U-17	65	1,51	0,36		
	U-19	23	1,50	0,40		

*p< 0,05

Tablo 1 incelendiğinde sporcuların kaygı düzeyleri ile yaş kategorileri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilememiştir (p>0,05).

Tablo 2. Sporcuların Sporda Kaygı Düzeylerinin Oynadığı Mevki Kategorisi Değişkeni Açısından Karşılaştırılması.

Değişkenler	Kategoriler	n	\bar{x}	ss	f	p
Sporda kaygı	Kaleci	31	1,53	0,33	1,66	0,18
	Defans	100	1,61	0,37		
	Orta saha	131	1,65	0,34		
	Forvet	30	1,72	0,42		
Somatik	Kaleci	31	1,36	0,33	0,45	0,72
	Defans	100	1,39	0,39		
	Orta saha	131	1,43	,40		
	Forvet	30	1,40	0,34		
Endişe	Kaleci	31	1,81	0,67	1,32	0,27
	Defans	100	1,98	0,66		
	Orta saha	131	2,00	0,65		
	Forvet	30	2,15	0,77		
Konsantrasyon bozukluğu	Kaleci	31	1,43	0,32	2,15	0,10
	Defans	100	1,46	0,37		
	Orta saha	131	1,53	0,33		
	Forvet	30	1,62	0,35		

*p< 0,05

Tablo 2 incelendiğinde sporcuların sporda kaygı düzeylerinin oynadığı mevki kategorisi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 3. Sporcuların Başarı Motivasyon Düzeylerinin Yaş Kategorisi Değişkeni Açısından Karşılaştırılması.

Değişkenler	Kategoriler	n	\bar{x}	ss	f	p
Başarı motivasyon	U-16	204	3,35	0,39	0,85	0,43
	U-17	65	3,29	0,41		
	U-19	23	3,39	0,27		
Güç gösterme güdüsü	U-16	204	3,24	0,41	2,60	0,08
	U-17	65	3,11	0,48		
	U-19	23	3,27	0,29		
Başarıya yaklaşma güdüsü	U-16	204	3,59	0,49	0,29	0,75
	U-17	65	3,60	0,46		
	U-19	23	3,67	0,32		
Başarısızlıktan kaçınma güdüsü	U-16	204	3,11	0,59	0,81	0,45
	U-17	65	3,01	0,57		
	U-19	23	3,11	0,47		

* $p<0,05$

Tablo 3 incelendiğinde Sporcuların başarı motivasyon düzeylerinin yaş kategorisi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. Sporcuların Başarı Motivasyon Düzeylerinin Oynadığı Mevki Kategorisi Değişkeni Açısından Karşılaştırılması.

Değişkenler	Kategoriler	n	\bar{x}	ss	f	p
Başarı motivasyon	Kaleci	31	3,34	$\pm 0,26$	0,44	0,73
	Defans	100	3,38	$\pm 0,36$		
	Orta saha	131	3,32	$\pm 0,37$		
	Forvet	30	3,31	$\pm 0,62$		
Güç gösterme güdüsü	Kaleci	31	3,40	0,35	2,45	0,07
	Defans	100	3,22	0,39		
	Orta saha	131	3,18	0,41		
	Forvet	30	3,15	0,59		
Başarıya yaklaşma güdüsü	Kaleci	31	3,61	0,37	1,00	0,40
	Defans	100	3,66	0,40		
	Orta saha	131	3,56	0,46		
	Forvet	30	3,57	0,75		
Başarısızlıktan kaçınma güdüsü	Kaleci	31	2,89	0,61	1,40	0,25
	Defans	100	3,12	0,59		
	Orta saha	131	3,11	0,52		
	Forvet	30	3,09	0,69		

* $p<0,05$

Tablo 4 incelendiğinde sporcuların başarı motivasyon düzeylerinin yaş kategorisi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

TARTIŞMA

Futbolda kaygı düzeyinin önemi, farklı yönlerden gerçekleştirilen araştırmalarla daha çok anlaşılabilir. Örnek olarak; Maynard ve ark. (1995), yarı profesyonel futbolcular üzerinde yapılan bir araştırmada bilişsel ve fiziksel kaygının gücünü incelemiş ve kaygının fiziksel kaygının gücüne yöneldiğini ve önemli etkileşimler olduğunu göstermiştir. Stewart ve ark. (2016) golf sporuyla ilgilenen 173 sporcuya yönelik yapmış oldukları çalışmada motivasyon, zihinsel dayanıklılık ve rekabet kaygısı arasındaki karşılıklı ilişkileri incelemiştir. Bu çalışma sonucunda; motivasyon profillerinin (özerk motivasyon seviyelerine göre farklılık gösteren) golfçülerin zihinsel dayanıklılıkları ve rekabet kaygısı deneyimleriyle ilişkili olduğunu göstermiştir. Başka bir çalışmada ise; üniversiteler arası Badminton oyuncularının Kaygı ve Motivasyonları arasındaki ilişkisi incelenmiştir. Çalışmaya yaşları 17 ile 25 arasında değişen yirmi oyuncu katılmıştır. Çalışmanın sonucunda; Başarı Motivasyonu düzeyindeki artışın veya azalmanın Kaygı düzeyinin artması veya azalması üzerinde etkili olduğunu saptanmıştır (Khan ve ark., 2011).

Ziegler (1982) çalışmasında genç sporcuların daha fazla stres yaşadıklarını, daha yaşlı sporcuların genç sporculara göre daha fazla stresli deneyimlere katlandıklarını, daha genç ve daha yaşlı sporcuların stresle baş ettiğini bulmuş ve aynı etkiyi yaptığı belirtmiştir. Erbaş (2005) yapmış olduğu çalışmada sporcuların spor yaşına ve biyolojik yaşlarına bakmış ve kaygı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Spor yaşları 4-5 yıl olan futbolcular da yarışma öncesi ve yarışma sonrası kaygı düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kesilmiş ve ark. (2020) çalışmalarında oyuncu pozisyonunun futbolcular arasında algılanan motivasyonel iklimi etkilemediğini ancak futbolcunun pozisyonunun ödül davranışı puanını etkili bir şekilde arttırdığını göstermiştir. (Ntoumanis, 2001) 268 sporcu üzerinde yaptığı çalışma, görev yöneliminin temel motivasyonu pozitif olarak etkilediğini söylemiştir. Cecchini ve ark. (2001) beden eğitimi öğretmenleri tarafından oluşturulan motivasyon iklimi ile hazırlık seanslarının içsel motivasyonu ile yarışma öncesi özgüven ve kaygı ile yarışma öncesi ve sonrası ruh halleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Beden Eğitimi sınıflarındaki zevk, algılanan yetenek ve çabanın yanı sıra yarışma öncesi somatik kaygı ve yarışma sonrası canlılık ile ilişkili olduğu saptanmıştır. Öte yandan, performans iklimi özgüven, yarışma öncesi dinçlik ve yarışma sonrası stres ile ilişkilendirilmiştir.

SONUÇ

Çalışmanın sonucunda; gelişim liginde oynayan futbolcuların mevkilerine göre motivasyon ve kaygı düzeyleri arasında ilişki saptanmamıştır.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Araştırma sürecinde çalışmaya katılan sporculara teşekkür ederiz.

Etik Beyanı

Yayın etiğine uygun olarak etik kurul onayı Atatürk Üniversitesi Rektörlüğü Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığının Etik Kurulunun E-70400699-050.02.04-2300134107sayılı kararı ile alınmıştır.

Yazar Katkıları

Tüm yazarlar eşin oranda katkı sağlamıştır.

KAYNAKLAR

- Başer, E. (1985). *Uygulamalı spor psikolojisi*: BSY Yayınları.
- Bingöl, H., Çoban, B., Bingöl, Ş., & Gündoğdu, C. (2012). *Üniversitelerde öğrenim gören taekwondo milli takım sporcularının maç öncesi kaygı düzeylerinin belirlenmesi*.
- Cecchini, J., González, C., Carmona, Á., Arruza, J., Escartí, A., & Balagué, G. (2001). The influence of the physical education teacher on intrinsic motivation, self-confidence, anxiety, and pre-and post-competition mood states. *European Journal of Sport Science*, 1(4), 1-11.
- Crust, L. (2008). A review and conceptual re-examination of mental toughness: Implications for future researchers. *Personality and individual differences*, 45(7), 576-583.
- Çam, İ. (1990). *Sporla bir olgu olarak motivasyon ve motivasyonun sportif performans üzerine etkileri*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Erbaş, M. (2005). *Üst düzey basketbolcularda durumluk kaygı düzeyleri ve performans ilişkisi*. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Ergül, H. F. (2005). Motivasyon ve motivasyon teknikleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(14), 67-79.
- Gümüş, M. (2002). *Profesyonel futbol takımlarında puan sıralamasına göre durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi*. Sakarya Üniversitesi.
- Heath, B. H., & Carter, J. L. (1967). A modified somatotype method. *American journal of physical anthropology*, 27(1), 57-74.
- İkizler, H. C. (1993). *Sporla başarıyı etkileyen psikolojik faktörler ve psikolojik antrenman*. Marmara Üniversitesi (Turkey).
- Jones, G., Hanton, S., & Connaughton, D. (2007). A framework of mental toughness in the world's best performers. *The Sport Psychologist*, 21(2), 243-264.
- Jones, M. I., & Parker, J. K. (2013). What is the size of the relationship between global mental toughness and youth experiences? *Personality and individual differences*, 54(4), 519-523.
- Karadağ, D., & Aşçı, F. H. (2020). Adölesan Sporcularda Çok Boyutlu Kaygının Değerlendirilmesi: Spor Kaygı Ölçeği-2'nin Geçerlik ve Güvenirliği. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 12(3).
- Kesilmiş, İ., Taştan, Z., & Toros, T. (2020). Futbolcularda Algılanan Motivasyonel İklimin ve Ödüllendirici Davranışın Mevkilere Göre Karşılaştırılması. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 115-122.
- Khan, Z., Haider, Z., Ahmad, N., & Khan, S. (2011). Sports achievement motivation and sports competition anxiety: A relationship study. *Journal of Education and Practice*, 2(4), 1-5.
- Maynard, I. W., Smith, M. J., & Warwick-Evans, L. (1995). The effects of a cognitive intervention strategy on competitive state anxiety and performance in semiprofessional soccer players. *Journal of sport and exercise psychology*, 17(4), 428-446.
- Ntoumanis, N. (2001). Empirical links between achievement goal theory and self-determination theory in sport. *Journal of sports sciences*, 19(6), 397-409.
- Öğülmüş, S. (2002). *Güdüleme (motivasyon) kuramları*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Eğitim Araştırma Uygulama Merkezi Yayınları, Ankara, 92, 93-95.
- Schaefer, J., Vella, S. A., Allen, M. S., & Magee, C. A. (2016). Competition anxiety, motivation, and mental toughness in golf. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(3), 309-320.
- Sheard, M. (2012). *Mental toughness: The mindset behind sporting achievement*: Routledge.
- Tiryaki, Ş., & Gödelek, E. (1997). Spora özgü başarı motivasyonu ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlama çalışması. 1. *Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildirileri*, 1.
- Yetim, A. (2000). Sporun sosyal görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 63-72.
- Yılmaz, G., & Metin, M. (2014). *Kuramdan uygulamaya eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. Durum Çalışması içinde, 261-285.
- Ziegler, S. (1982). Application of Stress Management in Competitive Runners. LD Zaichkovsky, ve WE Sime. *Stress Management for Sport*.

Akselerasyon ve Deselerasyon Antrenmanlarının Sürat ve Çeviklik Üzerine Etkisi

The Effect of Acceleration and Deceleration Training on Speed and Agility

Yusuf BUZDAĞLI¹ , Umut YILMAZ² , Murat OZAN³ , Cemre Didem EYİPINAR⁴ , Erdinç ŞIKTAR⁵ 

¹Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

²Hakkâri Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Hakkâri, Türkiye.

³Atatürk Üniversitesi, Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

⁴Gaziantep Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Gaziantep, Türkiye.

⁵Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Özet

Bu çalışmanın amacı, genç erkek basketbolculara uygulanan akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sürat ve çeviklik performansı üzerindeki etkisini incelemektir. Toplamda 20 erkek basketbolcunun dâhil edildiği çalışmada deney (n=10) ve kontrol (n=10) grupları oluşturulmuş, 6 hafta boyunca kontrol grubuna basketbol antrenmanı; deney grubuna ise basketbol antrenmanlarına ek olarak akselerasyon ve deselerasyon antrenmanı uygulanmıştır. Çalışma öncesinde (ön test) ve sonrasında (son test) 5 m, 10 m ve 20 m sürat ölçümü; İllinois, T-çeviklik, 505-çeviklik ve Lane çeviklik test ölçümleri değerlendirilmiştir. Normallik sınavı Shapiro-Wilk testi ile yapılmış, tekrarlanan ölçümler için doğrusal karma modeller, grupları (kontrol ve deney) ve zamanı (ön ve son testler) sabit faktörler olarak dikkate alınarak fiziksel performanstaki farklılıkları analiz etmek için kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre deney grubuna uygulanan 6 haftalık akselerasyon ve deselerasyon antrenmanının 20 m sürat performansını geliştirdiği, tüm çeviklik testlerinde ön test ve son test arasında gelişim sağlandığı belirlenmiştir. Kontrol grubuna uygulanan basketbol antrenmanlarının performans üzerinde etki sağladığı tespit edilmiş olsa da deney grubuna basketbol antrenmanlarına ek olarak uygulanan akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarıyla birlikte gelişimin daha etkili olduğu görülmektedir. Böylece, mevcut çalışma akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sürat ve çeviklik performansını geliştirebileceğinin sonucunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, Hareket, Hızlanma, Yavaşlama

Abstract

The aim of this study is to examine the effect of acceleration and deceleration training applied to young male basketball players on speed and agility performance. Twenty young male basketball players were divided into two groups as an experiment (n=10) and control (n=10). Basketball training only for the control group for 6 weeks; in addition to basketball training, acceleration and deceleration training was applied to the experimental group. 5 m, 10 m, and 20 m speed tests, Illinois, T-agility, 505-agility, and lane agility test measures were evaluated before (pre-test) and after (post-test) training. Data were tested for normality with the Shapiro-Wilk test. Linear mixed models for repeated measurements were used to analyze differences in physical performance, taking groups (control and experiment) and time (pre-test and post-test) as fixed factors. According to the findings, it was determined that the 6-week acceleration and deceleration training applied to the experimental group improved the 20 m sprint performance, and an improvement was achieved between the pre-test and post-test in all agility tests. Although it has been determined that basketball training applied to the control group has an effect on performance, it is seen that the development is more effective with the acceleration and deceleration training applied in addition to the basketball training in the experimental group. Thus, the current study reveals that acceleration and deceleration training can improve speed and agility performance.

Keywords: Basketball, Motion, Acceleration, Deceleration.

Spor ve Bilim Dergisi 01(01):10-26
Sorumlu yazar: Yusuf BUZDAĞLI, 0000-0003-1809-5194,
yusuf.buzdagli@erzurum.edu.tr

Künye: Buzdağlı, Y., Yılmaz, U., Ozan, M., Eyipınar, C. & Şıktar, E. (2023). Akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sürat ve çeviklik üzerine etkisi. Spor ve Bilim Dergisi, 1(1), 10-26.

Tarihler:
Geliş: 22.02.2023
Kabul: 27.03.2023
Yayın: 28.04.2023

GİRİŞ

Basketbol, sıçrama, sprint ve yön değiştirme becerileri içeren, teknik ve taktiksel beceriler gerektiren yüksek yoğunluklu bir takım sporudur (Stojanović ve ark., 2018). Basketbolda enerji, büyük miktarda aerobik yolla (aerobik glikoliz) sağlanırken yön değişiklikleri, hızlanmalar, yavaşlamalar, sıçramalar, sprintler, temaslar ve diğer benzer özel beceriler içeren yüksek yoğunluklu eylemler ise anaerobik yolla (anaerobik glikoliz) karşılanmaktadır (Narazaki ve ark., 2009; Ostojic ve ark., 2006). Bu eylemler, sporcunun takım sporlarındaki performansına önemli katkı sağlamaktadır (Ostojic ve ark., 2006; Sampaio ve ark., 2008). Basketbolda belirli pozisyonlarda gerekli olan enerji talebinin anlaşılması ve tanımlanması, optimal oyun simülasyonlarını tasarlamak, performansı optimize etmek amacıyla antrenman programlarını geliştirebilmek ve iyileştirebilmek, antrenörler ve spor bilimciler için büyük önem taşımaktadır (Sampaio ve ark., 2008).

Basketbolda pozisyona özgü sürat ve çeviklik özelliklerinin ölçümü, basketboldaki temel nitelikler hakkında yararlı bilgiler sağlamaktadır. Çeviklik, sporcuların hızla yön ve hız değiştirmek zorunda kaldıkları sporlarda başarıya doğrudan katkı sağlayan bir performans bileşenidir (Spasic ve ark., 2015). Bu yetenek, basketboldaki en önemli fiziksel uygunluk parametrelerinden biri olarak kabul edilmektedir (Zemková & Hamar, 2010). Genel olarak, çeviklik performansı yön değiştirme yeteneğini içermektedir (Scanlan ve ark., 2015). Yön değişikliği ve çeviklik, sporcuların rakiplerinden kaçmak veya onları takip etmek için fiziksel, teknik ve taktiksel özelliklerin bir kombinasyonuna sahip olmasını gerektiren yaygın atletik manevralardır. Bir oyun süresi boyunca, elit basketbol sporcuları 991 m'lik yüksek yoğunluklu hareket mesafesini kat ederek 40-60 maksimal sıçrama ve 50-60 hız ve yön değişikliği (Balčiūnas ve ark., 2006; McInnes ve ark., 1995) gerçekleştirerek bu fiziksel özelliklerin önemini vurgulamaktadır. Hem topla hem de topsuz etkili yön değişikliklerinin uygulanması, genellikle basketbol sporcularında oyun performansını belirlemektedir (Delextrat & Cohen, 2009); bu nedenle sporcular, hızlı yön değişikliklerini sürdürmek ve rekabet sırasında konumsal avantajlar elde etmek için özel antrenman programlarına ihtiyaç duymaktadırlar.

Takım sporlarındaki rekabetçi oyun, oyuncuların sık sık yoğun hızlanma ve yavaşlama eylemleri gerçekleştirmesini gerektirmektedir. Rekabetçi maç oyununun en yüksek standardında, çağdaş takım sporları oyuncusunun yüksek yoğunluklu iş yükü profilinde evrimsel bir ilerleme olmuştur (Bradley ve ark., 2013). Yoğun hızlanmalar ve yavaşlamalar, yüksek yoğunluklu harici

iş yükünün önemli bir bölümünü oluşturmaktadır, ancak oyunculara farklı fizyolojik ve mekanik yükleme talepleri getirmektedir (Vanrenterghem ve ark., 2017). Örneğin, hızlanmaların daha yüksek bir metabolik maliyeti (Hader ve ark., 2016) varken yavaşlamaların daha yüksek bir mekanik yükü vardır (Dalen ve ark., 2016). Bu nedenle, maç sırasında tamamlanan yüksek yoğunluklu hızlanma ve yavaşlamaların sıklığı, genellikle nöromüsküler performans kapasitesindeki azalmalar ve maç sonrası kas hasarı göstergeleriyle ilişkilendirilmiştir (De Hoyoy ve ark., 2016; Gastin ve ark., 2019). Bu etkilere rağmen, elit sporcular, düşük performans gösteren sporculara göre daha yüksek hızlanma ve yavaşlama frekansını ve büyüklüğünü koruma konusunda daha yeteneklidirler; bu da, hızlarda hızlı değişikliklerin yapılmasını gerektiren gelişmiş maç performansı sonuçlarına katkıda bulunmaktadır (Draganidis ve ark., 2015; Johnston ve ark., 2015). Basketbol branşının doğası göz önüne alındığında, ani hızlanmaların ve yavaşlamaların başarı üzerinde büyük etki sağlayabileceğinden özellikle son yıllarda akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarına verilen önemi artırmaktadır.

Bir sporcunun fiziksel performansının bir ölçüsü olarak akselerasyon ve deselerasyon verilerinin uygulanması, takım sporlarında yaygın bir uygulamadır. Akselerasyon ve deselerasyon, antrenman yükünü ölçmek, yaralanmaları önlemek ve performansı artırmak için antrenman ve maçlar sırasında teknolojik cihazlarla izlenmektedir (Fox ve ark., 2020; Kelly ve ark., 2019). Akselerasyon, hızın zaman içindeki değişim oranı olarak tanımlanmaktadır; burada pozitif hızlanma, hızdaki bir artışken, negatif hızlanma, hızdaki bir azalmayı ifade etmektedir (Vázquez-Guerrero ve ark., 2018). Deselerasyon ise genellikle hareketler arası geçiş, ani ve kademeli bir durma gerektiren veya yön değişikliğinden önce vücudun hızını azaltmak için kullanılan eylemlerdir (Kovacs ve ark., 2008).

Sürat ve çevikliğin basketbol oyuncularındaki önemi konusunda mevcut verilerin azlığı göz önüne alındığında, bu alanda kontrollü araştırmaların yapılması bir gereklilik arz etmektedir. Ayrıca, basketbol oyuncularında fiziksel kondisyon bileşenine göreceli katkısını belirlemek için hız ve çeviklik performansını etkileyen temel antrenman programlarına ihtiyaç duyulmaktadır. Bu çalışmada uygulanan akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının, basketbolda hız ve çeviklik performansını geliştirmek için tasarlanmış koşullandırma uygulamalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu nedenle, bu araştırmanın amacı, genç erkek basketbolculara uygulanan akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sürat ve çeviklik performansı üzerindeki etkisini belirlemektir. Bildiğimiz kadarıyla mevcut çalışma,

akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sürat ve çeviklik üzerinde etkisi inceleyen ilk çalışmalar arasındadır.

YÖNTEM

Çalışmaya, Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Etik Kurulu'nun E-70400699-000-2300063337 sayılı, 2023/02 numaralı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır.

Çalışma Tasarımı

Bu çalışmada, altı hafta boyunca uygulanan basketbol antrenmanlarına ek olarak deney grubuna akselerasyon ve deselerasyon antrenmanı uygulanmıştır. Kontrol grubu ise sadece basketbol antrenmanlarına dâhil edilmiştir. Altı haftalık akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının farklı sürat ve çeviklik uygulamalarındaki etkilerini incelemek için kontrollü deney tasarımı kullanılmıştır. Katılımcılar sezon içerisinde liglerine devam ederken ölçümler yapılarak ilk ölçümler kaydedilmiştir. İlk ölçümleri alınan genç basketbolcular deney ve kontrol grubuna ayrılmıştır. Deney grubu altı hafta boyunca yapılan basketbol antrenmanlarına ilaveten haftanın üç günü genel ısınma sonrası akselerasyon ve deselerasyon antrenmanı uygulanmıştır. Kontrol grubu ise sadece basketbol antrenmanlarına katılmıştır. Altı hafta sonunda ise son ölçümleri kaydedilmiştir. Altı haftalık antrenman programı öncesinde ve sonrasında testler yapılmıştır. Uygulanan tüm testler basketbol parke zemininde yapılmıştır. Testler sırasında aynı ekipmanlar kullanılmıştır. Ölçümler 24 saatlik tam dinlenme sonrasında alınmıştır. Sirkadiyen ritmin etkilerinin göz ardı edilmemesi adına tüm testler 16:00-18:00 saat aralığında yapılmıştır. İlk gün sürat ve ikinci gün ise çeviklik testleri uygulanmıştır.

Katılımcılar/Araştırma Grubu

Bir amatör basketbol kulübünün gençler kategorisinde yer alan yirmi erkek basketbolcu bu çalışmaya dâhil edilmiştir. Katılımcılardan herhangi bir sağlık probleminin olmaması ve altı hafta boyunca basketbol antrenmanlarının tümüne katılmaları istenmiştir. Antrenman ve testler sırasında oluşabilecek riskler katılımcılar tarafından bilinmiş olmasına rağmen tekrar hatırlatılmıştır. Katılımcılara gönüllü olur formu imzalatıldıktan sonra çalışmaya dâhil edilmiştir. Kulübün genç kategorisinde yarışan tüm sporcuları çalışmaya katılmada tamamen gönüllü olmuşlardır. Kulübün yasal temsilcilerinden gerekli resmi izinler alınmıştır.

Verilerin Analizi

Elde edilen tüm değişkenlerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için Shapiro-Wilk testi kullanılmıştır. Tekrarlanan ölçümlerde doğrusal karma modeller, grupları

(kontrol ve deney) ve zamanı (ön ve son testler) sabit faktörler olarak dikkate alınarak fiziksel performanstaki farklılıkları analiz etmek için kullanılmıştır. Etki büyüklüklerini belirlemek için Cohen's *d* kullanılmıştır. Etki büyüklükleri önemsiz (0.0-0.2), küçük (0.2-0.6), orta (0.6-1.2), büyük (1.2-2.0) ve çok büyük (>4.0) olarak gruplandırılmıştır (Hopkins ve ark., 2009). Tüm parametreler için yüzdelik değişim hesaplanmıştır [(post-pre/pretest) x 100]. İstatistiksel analizler için SPSS versiyon 22.0 (IBM SPSS, Chicago, ABD) kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Uygulanan Testler/Veri Toplama Prosedürü

Basketbol antrenmanları kulüp antrenörleri tarafından devam ettirilmiştir. Katılımcılara uygulanan ölçümler araştırmacılar tarafından yapılmıştır. Basketbol antrenman programı tüm sporcular için kulüp antrenörü tarafından hazırlanırken deney grubuna akselerasyon ve deselerasyon antrenmanı araştırmacılar tarafından hazırlanmıştır. Altı haftalık antrenman programı hazırlanarak antrenörlere verilmiştir. Uygulama sırasında dikkat edilmesi gereken tüm hususlar antrenörlere aktarılmıştır. Deney grubuna antrenmanın ısınma evresi sonrasında araştırmacılar tarafından hazırlanan akselerasyon ve deselerasyon antrenman programı uygulanmıştır. Akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarında özellikle ani hızlanmalar ve yavaşlamaları içeren dönüşler, öne-geri kayma adımları, ters koşular ve sıçrama vb. hareketleri içeren antrenman programı tasarlanmıştır. Antrenman programının her uygulama seansı yaklaşık 20 dakikayı kapsayacak şekilde hazırlanmıştır. Akselerasyon ve deselerasyon antrenman programının uygulanmasında ağırlıklar ve direnç lastikleri kullanılmamıştır. Her hareket parkuru 3 set, 4 tekrar olarak uygulanmıştır. Hareketler arasında bir dakika, setler arasında ise üç dakika dinlenme verilmiştir. Bu esnada kontrol grubu soğumaması için basketbola özgü eğitsel oyunlar oynatılmıştır. Ölçümler sırasında herhangi bir aksilik yaşanmaması için ön ölçümler alınmadan tüm sporculara testler hakkında bilgi verilmiştir. Akselerasyon ve deselerasyon antrenmanın sürat ve çeviklik üzerine etkilerini belirlemek için farklı sürat ve çeviklik testleri uygulanmıştır.

Tablo 1. Basketbol Antrenman Programı

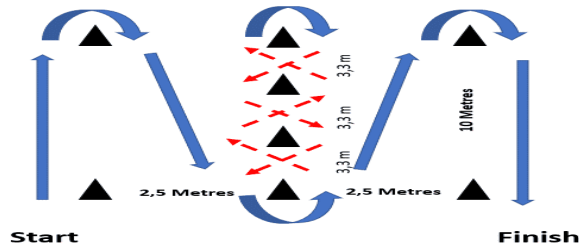
	PAZARTESİ	ÇARŞAMBA	CUMA	SÜRE
1.HAFTA	Sağ ve sol turnike çalışması turnike dril çalışması turnike kombine çalışması	Sağ ve sol turnike çalışması yüklenerek şut atışı çalışması durarak, sıçrayarak ve çengel şut atışı çalışması	Sağ ve sol turnike çalışması serbest ve 3 sayılık şut çalışması istasyon çalışması	90 DK.
2.HAFTA	Sağ ve sol turnike çalışması Tek adım turnike atışı, aldatma yaparak turnike atışı çalışmaları Dril çalışmaları	Sağ ve sol turnike çalışması Serbest atış tekniğini geliştirici alıştırma Temel teknikle ilgili kombine çalışmaları	Sağ ve sol turnike çalışması Teknikle bağlantılı süratte devamlılık çalışmaları Temel teknikle ilgili kombine çalışmaları	90 DK.
3.HAFTA	Sağ ve sol turnike çalışması Ribaund temel tekniği Ribaund tekniği ve hazırlayıcı çalışmalar	Sağ ve sol turnike çalışması Hücum ribaundu tekniği çalışması Savunma Ribaundu tekniği çalışması	Sağ ve sol turnike çalışması Box-out Ribaund tekniğini geliştirici dril çalışması	90 DK.
4.HAFTA	Sağ ve sol turnike çalışması Ribaund istasyon çalışmaları Ribaund kombine çalışması	Sağ ve sol turnike çalışması ribaund ve dripling çalışması ribaund ve stop çalışması	Sağ ve sol turnike çalışması Ribaund ve şut çalışması Sıçramayı geliştirici çalışmaları	90 DK.
5.HAFTA	Sağ ve sol turnike çalışması Kat ile yapılan aldatma çalışmaları V cut, Back door ve Flaş cut çalışmaları Toplu Hücum Oyuncusunu savunma çalışmaları Topsuz hücum oyuncusunu savunma çalışmaları	Sağ ve sol turnike çalışması Pick and roll çalışması Perdeleme ve şut çalışması 2-1-2 bölge savunma çalışması 2-2-1 bölge savunma çalışması	Sağ ve sol turnike çalışması Uzundan uzuna perdeleme çalışmaları Sıralı Perdeleme çalışması 1-2-2 bölge savunma çalışması 1-3-1 bölge savunması	90 DK.
6.HAFTA	Sağ ve sol turnike çalışması 1-3-1 hücum seti çalışması 2-1-2 hücum seti çalışması	Sağ ve sol turnike çalışması 3-2 hücum çalışması 1-4 hücum çalışması	Sağ ve sol turnike çalışması Tek pivotlu hücum çalışması çift pivotlu hücum çalışması	90 DK.

5 m, 10 m ve 20 m Sürat Ölçümleri

Ölçümler sırasında herhangi bir sakatlık yaşanmaması için 15 dakika ısınma yaptırılmıştır. İlk olarak genel ısınmaları ve daha sonra testlere özgü bireysel ısınmaları istenmiştir. Test başlangıç yeri fotoselinin bir metre gerisinde olacak şekilde kırmızı bir şerit çekilmiş ve çıkış alanları belirlenmiştir. Katılımcılar tamamen ısındıktan sonra ve kendini iyi hissettiği zaman teste başlamıştır. Ölçümler 5, 10 ve 20 m'lik koşu mesafesine yerleştirilen fotoseller (SE-165 Fotosel, Türkiye) aracılığıyla yapılmıştır. Ölçümler ikişer defa alınmış olup en iyi olan derece değerlendirmeye alınmıştır. Ölçümler arası tam dinlenme verilmiştir.

Çeviklik Ölçümleri

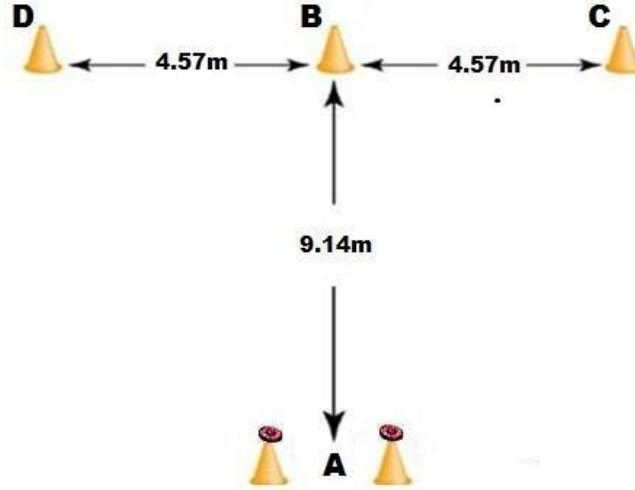
İllinois çeviklik: Katılımcılar ölçüm öncesi genel ısınmalarını gerçekleştirmişlerdir. Katılımcıların ısınmadan sonra düşük tempoda ısınmalarını tamamlamak için test parkurunda deneme yapmaları sağlanmıştır. Test parkuru 5 m genişliğinde, 10 m uzunluğunda ve 3,3 metre ortasında aralıklarla düz bir zemin üzerine yerleştirilmiş dört koniden oluşmaktadır. Test başlangıç ve bitiş kapılarına 0.01 saniyelik bir doğrulukla ölçüm yapan iki kapılı elektronik fotosel sistemi (SE-165 Fotosel, Türkiye) yerleştirilmiştir. Test başlangıç yeri fotoselinin bir metre gerisinde olacak şekilde kırmızı bir şerit çekilmiş ve çıkış alanları belirlenmiştir. Ölçüm ikişer defa alınmış olup en iyi olan derece değerlendirmeye alınmıştır. Ölçümler arasında tam dinlenme verilmiştir.



Şekil 1. Illinois çeviklik testi

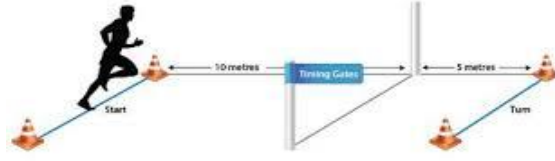
T-Çeviklik: Katılımcılara illinois testini uygulaması akabinde tam dinlenme verilip T-çeviklik testi uygulatılmıştır. Katılımcılar dinlendikten sonra düşük tempoda parkura aşına olmaları için test parkurunda deneme yapmaları sağlanmıştır. Sporcular Şekil 2' de gösterildiği gibi "A" konisinden 9.14 m ilerde olan "B" konisine doğru düz koşu şeklinde koşmaya başlar ve koniye dokunur. Sonrasında 4.57 m solunda bulunan koniye yan koşu (slide step) şeklinde koşup sol

eliyle koniye dokunur. Daha sonra en sağda bulunan koniye yan koşu (slide step) şeklinde koşup sağ eliyle dokunur. Buradan tekrar “B” konisine doğru yan koşu (slide step) ile koşup sol eliyle dokunduktan sonra “A” konisine geri koşu ile giderek testi sonlandırır. Testin süresi başlangıç konisine konumlandırılmış olan fotosel sistemi vasıtasıyla kaydedilir. Ölçüm ikişer defa alınmış olup en iyi olan derece değerlendirmeye alınmıştır. Ölçümler arasında tam dinlenme verilmiştir.



Şekil 2. T-çeviklik testi

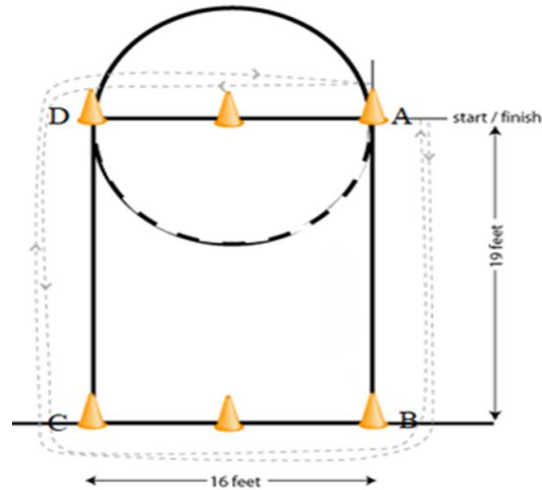
505-Çeviklik: Katılımcılar T-çeviklik testini uygulaması akabinde tam dinlenme verilip 505-çeviklik testi uygulatılmıştır. Katılımcılar dinlendikten sonra düşük tempoda parkura aşına olmaları için test parkurunda deneme yapmaları sağlanmıştır. 505 test parkuru 15 metrelik bir alandan oluşmaktadır. Test başlangıç noktasının dikey doğrultusunda 10 metre mesafeye bir fotosel sistemi konulmuş ve bu fotosel sisteminin 5 metre ilerisinde deneklerin dönüş mesafesini belirten bir koni yerleştirilmiştir. Denekler süratli bir şekilde fotosel sisteminin bulunduğu noktaya doğru hareket ederek testin süresini başlattıktan sonra fotosel sisteminin 5 metre ilerisinde bulunan koninin hizasından geri dönerek tekrar fotosel sisteminin önünden geçer ve süreyi durdurur. Böylelikle deneklerin 5 metrelik mesafe (gidiş – dönüş) süreleri kaydedilir ve bu süre 505 – çeviklik testinin süresi olarak kabul edilir. Ölçüm ikişer defa alınmış olup en iyi olan derece değerlendirmeye alınmıştır. Ölçümler arasında tam dinlenme verilmiştir.



Şekil 3. 505-çeviklik testi

Lane Çeviklik Testi

Bu test, basketbol branşına özgü kısa sprintleri ve kayma adımları içeren oyuncunun kısa alanda vücut kontrolü ve yön değiştirme yeteneğini ölçmek için kullanılan bir testtir. Sporcular lane çeviklik testine “A” konisinde başlayıp “B” konisine koşarlar, B konisinden “C” konisine doğru kayma adımları yapılırlar. “C” konisinin ardından “D” konisine doğru geri geri koşulur. “D” konisinden tekrar “A” konisine doğru yan kayma adımlarıyla geçiş yaparlar ve dış taraftaki ayağıyla serbest atış çizgisinin köşesine dokunduktan sonra duraksamadan tekrar “D” konisine kayma adımlarıyla ilerlenir. “D” konisinden “C” konisine koşu yapılır, “C” konisinden “B” konisine yana kayma hareketiyle geçerler. “B” konisinden başlangıç konisi olarak belirlen “A” konisine geri geri koşarak test sonlandırılır. Bu test sürat ölçümleriyle birlikte ilk günde alınmıştır. Ölçüm ikişer defa alınmış olup en iyi olan derece değerlendirmeye alınmıştır. Ölçümler arasında tam dinlenme verilmiştir.



Şekil 4. Lane çeviklik testi

BULGULAR

Bu araştırmada, basketbolculara uygulanan altı haftalık akselerasyon ve deselerasyon antrenmanının sürat ve çeviklik performansı üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Çeviklik performansı için 3 farklı çeviklik ölçümü ve basketbola özgü tasarlanmış Lane çeviklik testi uygulanmıştır. Katılımcılara ait antropometrik ölçümler Tablo 1’de belirtilmiştir. Tablo 2’de ise deney ve kontrol gruplarının antrenman öncesi ve sonrası performans verilerinin ortalama ve standart sapmaları verilerek yüzdelik değişim ve etki büyüklükleri sunulmuştur.

Tablo 2. Katılımcıların antropometrik ölçümleri

Değişkenler	Deney grubu ort±SS	Kontrol Grubu ort±SS
Yaş (yıl)	18.74±1.1	18.42±1.2
Spor yaşı (yıl)	5.12±2.47	4.82±2.19
Vücut Ağırlığı (kg)	84.72±6.12	86.63±7.17
Boy (cm)	187.91±8.18	186.88±7.42
VKİ (kg/m ²)	24.32±3.7	24.57±4.4
Vücut yağ (%)	15.21±5.8	16.88±6.2

Notlar: Veriler ortalama ve standart sapma (ort±SS) olarak sunulmuştur. VKİ: Vücut kütle indeksi.

Tablo 1’de deney grubunun yaş ortalaması 18.74±1.1 yıl, spor yaşı 5.12±2.47 yıl, vücut ağırlığı 84.72±6.12 kg, boy 187.91±8.18 cm, VKİ 24.32±3.7 kg/m², vücut yağ yüzdesi 15.21±5.8 olarak belirlenmiştir. Kontrol grubunun ise yaş ortalaması 18.42±1.2 yıl, spor yaşı 4.82±2.19 yıl, vücut ağırlığı 86.63±7.17 kg, boy 186.88±7.42 cm, VKİ 24.57±4.4 kg/m², vücut yağ yüzdesi 16.88±6.2 olarak belirlenmiştir.

Fiziksel Performans Ölçümleri

Gruplar arasındaki süre içindeki değişim tekrarlı ölçüm iki yönlü (karışık) ANOVA testi ile belirlenmiştir. 5 m ($p<0.245$, $F= 1.125$, $\eta_p^2 = 0.191$) ve 10 m ($p<0.149$, $F= 3.452$, $\eta_p^2 = 0.212$) ölçümlerinde anlamlı farklılık tespit edilmezken 20 m ($p<0.012$, $F= 2.114$, $\eta_p^2 = 0.442$), Lane çeviklik ($p<0.004$, $F= 5.754$, $\eta_p^2 = 0.475$), İllinois ($p<0.002$, $F= 4.478$, $\eta_p^2 = 0.389$), T-çeviklik ($p<0.002$, $F= 4.533$, $\eta_p^2 = 0.401$) ve 505-çeviklik ($p<0.035$, $F= 1.879$, $\eta_p^2 = 0.341$) ölçümlerinde anlamlı farklılık gözlenmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların sürat ve çeviklik performanslarının pre-post, yüzdellik ve etki büyüklükleri

Değişkenler	Grup	Pre-test	Post-test	Δ (%)	Cohen's <i>d</i>
5m (sn)	Deney	1.34±0.22	1.24±0.18	-7.46	0.49
	Kontrol	1.37±0.28	1.34±0.24	-2.18	0.11
10m (sn)	Deney	2.48±0.37	2.29±0.33	-7.66	0.60
	Kontrol	2.53±0.34	2.42±0.27	-4.34	0.35
20m (sn)	Deney	4.88±1.10	4.21±1.02*	-13.72	0.63
	Kontrol	4.83±1.17	4.74±1.22	-1.86	0.07
Lane Çeviklik (sn)	Deney	11.84±1.73	10.65±2.09*	-10.05	0.62
	Kontrol	11.92±2.17	11.41±1.82 [†]	-4.27	0.25
İllinois (sn)	Deney	17.81±1.51	16.95±1.39*	-4.82	0.59
	Kontrol	17.94±1.57	17.71±1.62 [†]	-1.28	0.14
T-çeviklik (sn)	Deney	9.93±0.74	9.03±0.84*	-9.06	1.13
	Kontrol	9.87±0.87	9.79±0.91 [†]	-0.81	0.08
505-çeviklik (sn)	Deney	2.65±0.21	2.31±0.17*	-12.83	1.77
	Kontrol	2.73±0.19	2.68±0.21	-1.83	0.24

Notlar: Veriler ortalama ve standart sapma (ort±SS) olarak sunulmuştur. Δ (%): yüzdellik değişim, Cohen's *d*: etki büyüklüğü, * Pre ve post testler arasında önemli fark ($p<0.05$), [†] Deney ve kontrol grubu arasında önemli fark ($p<0.05$).

TARTIŞMA

Mevcut çalışma, altı haftalık akselerasyon ve deselerasyon antrenmanının genç erkek basketbolcularda sürat ve çeviklik üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Elde edilen bulgulara göre deney grubuna uygulanan altı haftalık akselerasyon ve deselerasyon antrenmanı 20 m sürat performansını geliştirmiştir. Ayrıca çeviklik performansını ölçmek için yapılan tüm çeviklik testlerinde ön test ve son test arasında gelişim sağlandığı belirlenmiştir. Kontrol grubuna uygulanan basketbol antrenmanlarının performans üzerinde etki sağladığı tespit edilmiş olsa da deney grubuna basketbol antrenmanlarına ek olarak uygulanan akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarıyla birlikte gelişimin daha etkili olduğu görülmektedir. Böylece, mevcut çalışma, akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sürat ve çeviklik performansını geliştirebileceğinin sonucunu ortaya koymaktadır.

Akselerasyon ve deselerasyon verilerini araştıran çalışmalarda, en çok araştırılan sporun futbol olduğu, en çok araştırılan ikinci spor ise basketbol olduğu görülmektedir. Sporcu izleme

teknolojilerindeki gelişmeler ve maçlarda izleme teknolojilerine izin verilmesi, bu alanda 2018'den itibaren yayınlanan araştırmaların ani ve katlanarak büyümesini açıklayabilmektedir (Ellens ve ark., 2022; Fox ve ark., 2020). Fakat akselerasyon ve deselerasyon antrenmanların müsabakaya nasıl yansıtacağı değerlendirilen çalışmalar literatürde açıklığa kavuşturulamamıştır. Mevcut çalışma ile uygulanan akselerasyon deselerasyon antrenmanlarının fiziksel performans üzerindeki etkisi fiziksel ölçümlerle ortaya koyulmuştur.

Hızlanma ve yavaşlama eylemleri veya sprintler, basketbolda başarılı performans için bir ön koşul olarak kabul edilmektedir (Narazaki ve ark., 2009). Aslında, sprint becerileri modern basketbolda çok önemlidir (Ostojic ve ark., 2006). Örneğin, bir basket atarken, bir rakipten kaçarken veya bir şut yaratırken en sık gerçekleştirilen eylemlerdir. Bu nedenle, basketbolcuların sprint becerilerini geliştirmeye önem verilmelidir. Deney grubunda 5 m, 10 m ve 20 m ölçümlerinde pre ve post değerleri arasındaki yüzdelik değişim, etki büyüklüğü ve anlamlılık düzeyi sırasıyla ($\Delta\% = -7.46$, $d=0.49$, $P=0.118$; $\Delta\% = -7.66$, $d=0.60$, $P=0.245$; $\Delta\% = -13.72$, $d=0.63$, $P=0.003$) olarak belirlenmiştir. 5m ve 10m sürat ölçümlerinde anlamlı bir fark tespit edilmemesine rağmen yüzdelik değişimleri ve etki büyüklüklerine bakıldığında akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sürat üzerinde oldukça önemli katkısı olduğu görülmektedir. 20m sürat ölçümünde deney grubunda anlamlı bir fark tespit edilirken, gruplar arasında sürat ölçümlerinde fark olmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışma, basketbolcularda hızlanma ve sprint profilleri hakkında detaylı bilgi veren ilk çalışmalar arasındadır. Literatürde daha önceden akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sürat performansına olan etkisi araştırılmadığından mevcut çalışma ile literatürün kıyaslanması oldukça zor olacaktır. Saha sporu ivmesini iyileştirmek için çeşitli direnç antrenmanı müdahaleleri (serbest sprint, direnç egzersizleri, pliometrik, dirençli sprint) kullanılmaktadır (Lockie ve ark., 2012). Fakat bu protokollerin hızlanma performansı ve sprint tekniğinin bileşenleri üzerindeki etkileri literatürde net bir şekilde tanımlanmamıştır. Mevcut çalışmayla birlikte akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sprint performansını 10 metreye kadar %7-8 civarında geliştirdiği, 20 metre sprint süratini ise %13-14 kadar geliştirdiği görülmektedir. Daha önceki yapılan serbest sprint, direnç, pliometrik ve dirençli sprint müdahale çalışmalarının sürat üzerinde etkisinin olduğunu gösteren çalışmalar rapor edilmiştir (Buzdağlı ve ark., 2022; Markovic ve ark., 2007; Miller ve ark., 2006; Moir ve ark., 2007; Ramírez-Campillo ve ark., 2015). Mevcut çalışma ile de literatüre

bu müdahale çalışmalarına ek olarak akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının da sprint üzerinde etkisi olduğu ortaya koyulmuştur.

Basketbol oyunu sırasında lineer süratin önemi, bir dizi zaman-hareket araştırmalarında vurgulanmıştır (Abdelkrim ve ark., 2010; Abdelkrim ve ark., 2007; Gonzalez ve ark., 2013). Spesifik olarak, erkek basketbol müsabakalarında sprintin hareketli oyun oynama süresinin % 6'ya kadarını oluşturduğu gözlemlenmiştir (Abdelkrim ve ark., 2010; Scanlan ve ark., 2011). Bu nedenle lineer hız, basketbol oyuncuları için ölçülebilir önemli bir özelliktir. Bulgularımız, basketbolcuları inceleyen diğer araştırmalarda bildirilen sonuçlarla uyumludur (Delextrat & Cohen, 2009; Montgomery ve ark., 2008; Scanlan ve ark., 2011). Genel olarak, sonuçlarımız ve daha önce yapılan araştırmalar, yaş ve cinsiyetten bağımsız olarak, mevkisel olarak bir değerlendirme olmasa da geri saha oyuncularının ön saha oyuncularından daha yüksek doğrusal hıza sahip olduğunu düşündürmektedir. Bu bulgular, basketbolda farklı oyun pozisyonları için gözlenen oyunla ilgili işlevlerle açıklanabilir. Spesifik olarak, geri saha oyuncularının geçiş ve hızlı hücum oyunlarını başlatmaları ve savunmaları, hücumda topsuz olarak yoğun hareket etmeleri ve sık sık dripling yapmaları önerilmiştir (Trninić & Dizdar, 2000). Bu görüşü desteklemek için, zaman-hareket verileri, geri saha oyuncularının oyun sırasında ön saha oyuncularına göre daha fazla sayıda sprint gerçekleştirdiğini (%16-36 fark) ve oyun süresinin daha büyük bir oranını sprint yaparak (%8-24 fark) harcadığını göstermiştir (Abdelkrim ve ark., 2007).

Kapsamlı sprint gerekliliklerine ek olarak, erkek basketbol oyuncularının oyunun dakikası başına hareket türünde 21 ile 44 arasında hareket formlarında değişiklikler yaptıkları gözlemlenmiştir (Abdelkrim ve ark., 2010; Abdelkrim ve ark., 2007; Scanlan ve ark., 2011). Basketbol müsabakasının küçük oyun alanıyla (~28 × 15 m) birleşen bu talepler, oyuncuların yüksek hareket hızlarını korurken tekrar tekrar yön değiştirmeleri gerektiğini göstermektedir. Sonuç olarak, yön değiştirme hızını ölçmeyi hedefleyen çeviklik testleri, oyuncu değerlendirmesi sırasında basketbol performansı için değerli bilgiler sağlamaktadır. Deney grubunda Lane çeviklik, illinois, t-çeviklik ve 505-çeviklik ölçümlerinde sırasıyla pre ve post değerleri arasındaki yüzdelik değişim, etki büyüklüğü ve anlamlılık düzeyi ($\Delta\% = -10.05$, $d=0.62$, $P<0.001$; $\Delta\% = -4.82$, $d=0.59$, $P=0.022$; $\Delta\% = -9.06$, $d=1.13$, $P=0.014$; $\Delta\% = -12.83$, $d=1.77$, $P=0.002$) olarak tespit edilmiştir. Akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının çeviklik üzerinde oldukça önemli katkısı olduğu görülmektedir. Birden çok çeviklik testlerinin uygulanması çeviklik testlerinde yön değiştirme ve ani durma veya hızlanma gibi farklı fiziksel

özellikleri içeren testlerle antrenmanın etkisi açıklanmaya çalışılmıştır. Yön değiştirme hareketleri sırasında zemin reaksiyon kuvvetini ve impuls üretimini inceleyen araştırmalar, yön değişikliklerinden kaynaklanan ivmeyi iyileştirmek için frenleme kapasitesinin (eksantrik kuvvet) önemini de belirlemiştir (Spiteri ve ark., 2013). Eksantrik gücü hem 505 hem de T testi performansının yegâne belirleyicisi olduğundan, yön değişikliğinin şiddeti (505-testi) ve yön değişikliklerinin sayısı (T-testi) arttığında frenleme kapasitesinin daha fazla vurgulanması gerektiği sonucuna varabiliriz. Bir sporcunun momentumunu yavaşlatmak için hareketin frenleme aşaması sırasında artan kuvvet uygulaması gerektiğinden (Glaister ve ark., 2008; Spiteri ve ark., 2013), yön değişikliğinin sayısı ve derecesi ne kadar fazlaysa, hareket sırasında eksantrik kas tutulumunu arttırmaktadır. Bu nedenle, bir sporcunun daha büyük bir eksantrik yükü tolere etme yeteneğinin, başarılı bir yön değiştirme hareketi oluşturmak için gerekli olan kritik bir kas özelliği olduğu görülmektedir. Uygulanan antrenman programıyla birlikte deney grubunda t-çevikliği %9-10, 505-çevikliği ise %12-13 kadar geliştirdiği tespit edilmiştir. Akselerasyon ve deselerasyon antrenmanın başarılı bir yön değiştirme hareketi oluşturmak için gerekli olan eksantrik kas özelliğini geliştirebileceği düşünülmektedir. Araştırılan katılımcıların yaş, cinsiyet ve oyun seviyelerindeki farklılıklar göz önüne alındığında, mevcut çalışma ile yapılan araştırmaları kıyaslamak oldukça zordur. Mevcut çalışmada uygulanan müdahale çalışması çeviklik üzerinde etkili olduğunu göstermektedir. Bulgularımız yapılan farklı müdahale çalışmalarının dışında olsa da çeviklik üzerinde etkili olduğunu gösteren diğer kontrollü çalışmalarla benzerlik göstermiştir (Buzdağlı ve ark., 2022; Khlifa ve ark., 2010; Sisic ve ark., 2015; Yılmaz, 2022).

SONUÇ

Bulgularımız, genç erkek basketbolcularda 6 haftalık akselerasyon ve deselerasyon antrenmanlarının sprint ve çeviklik becerileri hakkında yararlı bilgiler sunmaktadır. Bu tür bilgilerin teknik ekibe ve atletik performans antrenörlerine antrenman hedefleri, yetenek seçimi ve nihayetinde oyuncu performansını artırma konusunda bilgi sağlayabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, genel çeviklik performansının önemli kısıtlamalarını belirlemek için daha karmaşık basketbol ilgili kapalı ve açık beceri çeviklik testleri sırasında basketbol oyuncularının pozisyona özgü tepkilerinin daha fazla araştırılmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır.

Etik Beyanı

Çalışmaya, Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakóltesi Etik Kurulu'nun E-70400699-000-2300063337 sayılı, 2023/02 numaralı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır.

Yazar Katkıları

Konsept: Y.B., C.D.E. ; Tasarım: Y.B., E.ř. ; Denetim: Y.B., E.ř. ; Kaynaklar: M. O., U. Y.; Yöntem: U.Y., C.D.E. ; Veri Toplanması ve/veya İşlemesi: Y.B., U.Y. ; Analiz ve/veya Yorum: Y.B., C.D.E., E.ř. ; Literatür Taraması: Y.B., U.Y. ; Makaleyi Yazan: Y.B., C.D.E., E.ř. ; Eleştirel İnceleme: E.ř.

KAYNAKLAR

- Abdelkerim, N. B., Castagna, C., El Fazaa, S., & El Ati, J. (2010). The effect of players' standard and tactical strategy on game demands in men's basketball. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 24(10), 2652-2662.
- Abdelkerim, N. B., El Fazaa, S., & El Ati, J. (2007). Time-motion analysis and physiological data of elite under-19-year-old basketball players during competition. *British Journal of Sports Medicine*, 41(2), 69-75.
- Balčiūnas, M., Stonkus, S., Abrantes, C., & Sampaio, J. (2006). Long term effects of different training modalities on power, speed, skill and anaerobic capacity in young male basketball players. *Journal of Sports Science Medicine*, 5(1), 163-170.
- Bradley, P. S., Carling, C., Diaz, A. G., Hood, P., Barnes, C., Ade, J., Boddy, M., Krustup, P., & Mohr, M. (2013). Match performance and physical capacity of players in the top three competitive standards of English professional soccer. *Human Movement Science*, 32(4), 808-821.
- Buzdağlı, Y., Eyipinar, C. D., Kalın, A., Şıktar, E., & Savaş, A. (2022). Pliometrik Antrenmanın Hız, Çeviklik ve Sıçrama Performansı Üzerine Etkisi. *Research in Sport Education Sciences*, 24(4), 106-112.
- Dalen, T., Jørgen, I., Gertjan, E., Havard, H. G., & Ulrik, W. (2016). Player load, acceleration, and deceleration during forty-five competitive matches of elite soccer. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 30(2), 351-359.
- De Hoyo, M., Cohen, D. D., Sañudo, B., Carrasco, L., Álvarez-Mesa, A., Del Ojo, J. J., Domínguez-Cobo, S., Mañas, V., & Otero-Esquina, C. (2016). Influence of football match time-motion parameters on recovery time course of muscle damage and jump ability. *Journal of Sports Sciences*, 34(14), 1363-1370.
- Delextrat, A., & Cohen, D. (2009). Strength, power, speed, and agility of women basketball players according to playing position. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 23(7), 1974-1981.
- Draganidis, D., Chatziniolaou, A., Avloniti, A., Barbero-Álvarez, J. C., Mohr, M., Malliou, P., Gourgoulis, V., Deli, C. K., Douroudos, I. I., & Margonis, K. (2015). Recovery kinetics of knee flexor and extensor strength after a football match. *PLoS one*, 10(6), e0128072.
- Ellens, S., Middleton, K., Gastin, P. B., & Varley, M. C. (2022). Techniques to derive and clean acceleration and deceleration data of athlete tracking technologies in team sports: A scoping review. *Journal of Sports Sciences*, 1-16.
- Fox, J. L., O'Grady, C. J., & Scanlan, A. T. (2020). The relationships between external and internal workloads during basketball training and games. *International Journal of Sports Physiology Performance*, 15(8), 1081-1086.
- Gastin, P. B., Hunkin, S. L., Fahrner, B., & Robertson, S. (2019). Deceleration, acceleration, and impacts are strong contributors to muscle damage in professional Australian football. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 33(12), 3374-3383.
- Glaister, B. C., Orendurff, M. S., Schoen, J. A., Bernatz, G. C., & Klute, G. K. (2008). Ground reaction forces and impulses during a transient turning maneuver. *Journal of Biomechanics*, 41(14), 3090-3093.
- Gonzalez, A. M., Hoffman, J. R., Rogowski, J. P., Burgos, W., Manalo, E., Weise, K., Fragala, M. S., & Stout, J. R. (2013). Performance changes in NBA basketball players vary in starters vs. nonstarters over a competitive season. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 27(3), 611-615.
- Hader, K., Mendez-Villanueva, A., Palazzi, D., Ahmaidi, S., & Buchheit, M. (2016). Metabolic power requirement of change of direction speed in young soccer players: not all is what it seems. *PLoS one*, 11(3), e0149839.
- Hopkins, W., Marshall, S., Batterham, A., & Hanin, J. (2009). Progressive statistics for studies in sports medicine and exercise science. *Medicine Science in Sports Exercise*, 41(1), 3.
- Johnston, R. J., Watsford, M. L., Austin, D. J., Pine, M. J., & Spurr, R. W. (2015). An examination of the relationship between movement demands and rating of perceived exertion in Australian footballers. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 29(7), 2026-2033.
- Kelly, S. J., Watsford, M. L., Rennie, M. J., Spurr, R. W., Austin, D., & Pine, M. J. (2019). Match-play movement and metabolic power demands of elite youth, sub-elite and elite senior Australian footballers. *PLoS one*, 14(2), e0212047.
- Khelifa, R., Aouadi, R., Hermassi, S., Chelly, M. S., Jlid, M. C., Hbacha, H., & Castagna, C. (2010). Effects of a plyometric training program with and without added load on jumping ability in basketball players. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 24(11), 2955-2961.
- Kovacs, M. S., Roetert, E. P., & Ellenbecker, T. S. (2008). Efficient deceleration: The forgotten factor in tennis-specific training. *Strength Conditioning Journal*, 30(6), 58-69.
- Lockie, R. G., Murphy, A. J., Schultz, A. B., Knight, T. J., & de Jonge, X. A. J. (2012). The effects of different speed training protocols on sprint acceleration kinematics and muscle strength and power in field sport athletes. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 26(6), 1539-1550.
- Markovic, G., Jukic, I., Milanovic, D., & Metikos, D. (2007). Effects of sprint and plyometric training on muscle function and athletic performance. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 21(2), 543-549.

- McInnes, S., Carlson, J., Jones, C., & McKenna, M. (1995). The physiological load imposed on basketball players during competition. *Journal of Sports Sciences*, 13(5), 387-397.
- Miller, M. G., Herniman, J. J., Ricard, M. D., Cheatham, C. C., & Michael, T. J. (2006). The effects of a 6-week plyometric training program on agility. *Journal of Sports Science Medicine*, 5(3), 459.
- Moir, G., Sanders, R., Button, C., & Glaister, M. (2007). The effect of periodized resistance training on accelerative sprint performance. *Sports Biomechanics*, 6(3), 285-300.
- Montgomery, P. G., Pyne, D. B., Hopkins, W. G., Dorman, J. C., Cook, K., & Minahan, C. L. (2008). The effect of recovery strategies on physical performance and cumulative fatigue in competitive basketball. *Journal of Sports Sciences*, 26(11), 1135-1145.
- Narazaki, K., Berg, K., Stergiou, N., & Chen, B. (2009). Physiological demands of competitive basketball. *Scandinavian Journal of Medicine Science in Sports*, 19(3), 425-432.
- Ostojic, S. M., Mazic, S., & Dikic, N. (2006). Profiling in basketball: Physical and physiological characteristics of elite players. *Journal of Strength Conditioning Research*, 20(4), 740.
- Ramírez-Campillo, R., Meylan, C. M., Álvarez-Lepín, C., Henríquez-Olguín, C., Martínez, C., Andrade, D. C., Castro-Sepúlveda, M., Burgos, C., Baez, E. I., & Izquierdo, M. (2015). The effects of interday rest on adaptation to 6 weeks of plyometric training in young soccer players. *The Journal of Strength Conditioning Research*, 29(4), 972-979.
- Sampaio, J., Ibañez Godoy, S. J., Gómez Ruano, M. Á., Lorenzo Calvo, A., & Ortega Toro, E. (2008). Game location influences basketball players performance across playing positions. *International Journal of Sport Psychology*, 39(3), 43-50.
- Scanlan, A., Dascombe, B., & Reaburn, P. (2011). A comparison of the activity demands of elite and sub-elite Australian men's basketball competition. *Journal of Sports Sciences*, 29(11), 1153-1160.
- Scanlan, A., Tucker, P., & Dalbo, V. (2015). The importance of open-and closed-skill agility for team selection of adult male basketball players. *The Journal of Sports Medicine Physical Fitness*, 55(5), 390-396.
- Sisic, N., Jelacic, M., Pehar, M., Spasic, M., & Sekulic, D. (2015). Agility performance in high-level junior basketball players: the predictive value of anthropometrics and power qualities. *The Journal of Sports Medicine Physical Fitness*, 56(7-8), 884-893.
- Spasic, M., Krolo, A., Zenic, N., Delextrat, A., & Sekulic, D. (2015). Reactive agility performance in handball; development and evaluation of a sport-specific measurement protocol. *Journal of Sports Science Medicine*, 14(3), 501.
- Spiteri, T., Cochrane, J. L., Hart, N. H., Haff, G. G., & Nimphius, S. (2013). Effect of strength on plant foot kinetics and kinematics during a change of direction task. *European Journal of Sport Science*, 13(6), 646-652.
- Stojanović, E., Stojiljković, N., Scanlan, A. T., Dalbo, V. J., Berkelmans, D. M., & Milanović, Z. (2018). The activity demands and physiological responses encountered during basketball match-play: a systematic review. *Sports Medicine*, 48(1), 111-135.
- Trninić, S., & Dizdar, D. (2000). System of the performance evaluation criteria weighted per positions in the basketball game. *Collegium Antropologicum*, 24(1), 217-234.
- Vanrenterghem, J., Nedergaard, N. J., Robinson, M. A., & Drust, B. (2017). Training load monitoring in team sports: a novel framework separating physiological and biomechanical load-adaptation pathways. *Sports Medicine*, 47(11), 2135-2142.
- Vázquez-Guerrero, J., Suarez-Arrones, L., Gómez, D. C., & Rodas, G. (2018). Comparing external total load, acceleration and deceleration outputs in elite basketball players across positions during match play. *Kinesiology*, 50(2), 228-234.
- Yılmaz, N. (2022). Investigation of the effect of isometric core strength training in addition to basic basketball trainings on explosive power in children aged 9-17. *Pedagogy of Physical Culture Sports Biomechanics*, 26(2), 75-82.
- Zemková, E., & Hamar, D. (2010). The effect of 6-week combined agility-balance training on neuromuscular performance in basketball players. *The Journal of Sports Medicine Physical Fitness*, 50(3), 262-267.

Serbest Zaman Tutum Ölçeği Kısa Formu (SZTÖ-KF): Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Leisure Attitude Scale Short Form (LAS-SF): Turkish Validity and Reliability Study

Levent ÖNAL¹ , Fatih BEDİR¹ 

¹Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Özet

Çalışmada Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilmiş olan “Serbest Zaman Tutum Ölçeği”nin (36 Madde), 2013 yılında Teixeira ve Freire tarafından revize edilerek hazırlanan kısa formunun (18 Madde) Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması amaçlanmıştır. Çalışma Serbest Zaman Tutum Ölçeği Kısa Formunun Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik çalışmasının yapıldığı metodolojik bir araştırmadır. Form genç yetişkinlerin serbest zamana karşı tutumlarını değerlendirici nitelikte tasarlanmıştır. Madde sayısının orijinal ölçeğe göre daha az sayıda olması (18 madde) kullanım kolaylığı açısından Türkçe literatüre katkı sayılayacağı düşünülmektedir. Orijinal ölçek çalışmasında, lise ve üniversite öğrencileri vurgusu dikkate alınarak uyarlama çalışmasında farklı bir kültürde aynı deneyime sahip olan örneklem üzerinden çalışma yürütülmüştür. Toplam 221 katılımcıdan veri toplanmış, eksik ya da hatalı olduğu düşünülen 31 katılımcıya ait ölçek cevapları değerlendirilmeye dâhil edilmemiştir. Faktör yapısının özelliklerini tespit etmek amacıyla açıklayıcı faktör analizi ve bunun sonucu ortaya çıkan üç faktörlü yapının örneklem verisine iyi uyum gösterip göstermediğini anlamak amacıyla da doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Serbest Zaman Tutum Ölçeği – Kısa Formu’nun (SZTÖ-KF) genç yetişkin bireylerin serbest zaman tutumlarının belirlenmesinde geçerli-güvenilir bir ölçek olarak kullanılabilmesi belirlenmiştir. Ölçeğin uygulanmasında bireylerin aldığı toplam puanın yüksek olması bireylerin serbest zaman tutumlarının yüksek olduğunu, düşük puanın ise tutumlarının düşük olduğunu göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Serbest zaman, Tutum, Ölçek.

Abstract

In the study, it was aimed to conduct the Turkish validity and reliability study of the 18-item short form of the "Leisure Attitude Scale" developed by Ragheb and Beard (1982) with 36 items, revised and prepared by Teixeira and Freire in 2013. The form was designed to measure young adults' attitudes towards leisure time. It is thought that the number of items being less than the original scale (18 items) will contribute to the Turkish literature in terms of ease of use. This is a methodological study in which the Turkish reliability and validity study of the Leisure Attitude Scale Short Form was conducted. Considering the emphasis on high school and university students in the original scale study, the adaptation study was conducted on a sample that had the same experience in a different culture. Data were collected from a total of 221 participants, and the scale answers of 31 participants, which were thought to be incomplete or erroneous, were not included in the evaluation. At the stage of construct validity, explanatory factor analysis was used to determine the characteristics of the factor structure, and confirmatory factor analysis was conducted to understand whether the 3-factor structure resulting from EFA was in good agreement with the sample data. It has been determined that the Leisure Attitude Scale-Short Form (LAS-SF) can be used as a valid-reliable scale in determining the leisure time attitudes of young adult individuals. A high total score in the application of the scale indicates that individuals have high leisure time attitudes, and low scores indicate low attitudes.

Keywords: Leisure time, Attitude, Scale.

Spor ve Bilim Dergisi 01(01):27-39
Sorumlu yazar: Levent ÖNAL, 0000-0003-4453-1965, levent.onal@atauni.edu.tr

Künye: Önal, L. & Bedir, F. (0000). Serbest zaman tutum ölçeği kısa formu (SZTÖ-KF):Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Spor ve Bilim Dergisi, 1(1), 27-39.

Tarihler:
Geliş: 15.02.2023
Kabul: 17.03.2023
Yayın: 28.04.2023

GİRİŞ

Gün geçtikçe yaşamın içerisinde kendine daha fazla yer bulan teknoloji, zaman kullanımını oldukça fazla etkilemektedir. Bununla birlikte zaman kullanımı etkileyen doğrudan ve dolaylı birçok neden sıralanabilir. Fakat üzerinde durulması gereken; günümüz dünyasında zaman kavramının her geçen gün daha fazla önem kazandığıdır. Modern yaşamın hızı ve ritmi arttıkça, yirmi dört saatlik bir gün her zamankinden daha yoğun hale dönüşebilmektedir. Bununla birlikte insanların zamana karşı yarışı da aynı şekilde artabilmektedir. “Zaman” içerisinde kendine yer bulan “serbest zaman” kavramının ise bireylerin yaşamına doğrudan ya da dolaylı olarak etki ettiği görülmektedir (Kara ve ark., 2018). Serbest zaman çalışmaları incelendiğinde, insanların serbest zamanlarını davranış ve deneyimle nasıl doldurmayı ve yapılandırmayı seçtikleri görülebilmektedir. Ayrıca bu seçimleri neden yaptıklarına yönelik ve refah üzerindeki etkisi de göze çarpmaktadır (Mannel & Kleiber, 2020). Bilimsel araştırmalar, özellikle yapılandırılmış serbest zaman etkinliklerinin uygulanmasıyla ilgili olarak, bireylerin fiziksel ve psikolojik iyi oluşuna katkısını kanıtlamıştır (Freire & Teixeira, 2018). Bununla birlikte Chen ve ark. (2013), serbest zamanın küresel toplumda bireyler için zevk ve başarı duygusu yaşamada önemli bir rol oynadığını açıklamıştır. Birçok farklı disiplin alanında incelemeye konu olan ve araştırmaları devam eden serbest zaman, insan yaşamında farklı olgularla karşılaşılmaktadır (Silk ve ark., 2017). Tatminlik (Mouratidis, 2019; Rosa ve ark., 2019; Zhou ve ark., 2021), engeller (Cho & Price, 2018; Sevic & Eskiler, 2020; Kono ve ark., 2021) ve yönetim (Roomy, 2019; Korol ve ark., 2020; Wilson ve ark., 2022) gibi alanlarda çokça incelenen serbest zamanın, tüm olgularının başında tutumla incelenmesinin gerekliliği göz ardı edilmemelidir. Genel olarak serbest zaman alışveriş, yemek, tüketim, oyun, seyahat etmek, rahatlamak, egzersiz yapmak, izleyici olmak, sosyalleşmek, bahçıvanlık yapmak, örgü örmek ve parti yapmakla sınırlı olmayan çok sayıda biçim içerebilmektedir. Dans etme, dinleme, okuma, çeşitli mekânlarda zaman geçirmek; daha özel olarak ele alındığında serbest zaman toplumsal gücün operasyonlarıyla ilişkili olarak somutlaştırılabilir, temsil edilebilir ve deneyimlenebilir (Silk ve ark., 2017). Sosyal yaşamda bireyin bilişsel, duyuşsal ve davranışsal olarak sergilediği tutumlar temsil ve deneyimlerin bir yansıması olarak düşünülmelidir. Sosyal faydalar, yeni arkadaşlıklar ve ilişkiler kurulmasını, diğer insanlar tarafından dikkate alınmasını, insanların duygularını anlamalarını ve başkalarının güvenini kazanmayı içerir (Eskiler ve ark., 2019). Tüm yaklaşımlarla birlikte bireylerin serbest zaman etkinliklerine katılımında istekliliğin veya yatkınlığın belirlenmesinde önemli unsurlardan birinin tutum olabileceği ortaya çıkarılmıştır (Akgül & Gürbüz, 2011; Deng ve ark., 2005; Ragheb & Beard, 1982; Teixeira & Freire, 2013). Hem eğitim hem de psikoloji araştırmalarında

ölçülmesi gereken en yaygın duyuşsal özelliklerden biri tutum olarak ifade edilmektedir (Güler & Ayan, 2020; Teixeira & Freire, 2013). Tutum, yaşam deneyimleri sonucunda oluşan, bireyin tüm nesne ve durumlara ilişkin davranışlarını etkileme veya yönlendirme gücüne sahip olan duygusal ve zihinsel bir hazırlıktır (Tavşancıl, 2005). Serbest zaman tutumu, serbest zaman için olumlu ya da olumsuz bilişsel ve serbest zaman hayatıyla yüzleşmeye hazır durum olarak anlaşılabilir (Tsai ve ark., 2014). Yetişkin yaş grubu daha önemli olarak ifade edilmesine rağmen tüm yaş gruplarında olumlu serbest zaman tutumu, daha sağlıklı bir yaşam tarzı, daha fazla serbest zaman aktivitelerine katılım ve daha az can sıkıntısı ile ilişkilendirilmiştir (Searle & Iso-Ahola, 1988; Carpenter & Patterson, 2004). Serbest zamanın sağlığa katkıda bulunduğu (Dupuis & Alzheimer, 2008; Lee ve ark., 2018), bu nedenle serbest zaman tutumu bireylerin yaşamında memnuniyetin önemli bir belirleyicisi olarak düşünülmektedir (Ragheb & Tate, 1993; Orsega-Smith ve ark., 2007; Lee ve ark., 2018). Tüm bu gerekçelerle birlikte serbest zaman tutumu, serbest zamanın yararlarını anlamak için önemli bir anahtardır (Ragheb & Tate, 1993; Tsai ve ark., 2014).

Serbest zaman alanında yapılan ölçek geliştirme ve kültürlere adaptasyon çalışmaları gün geçtikçe gelişim göstermektedir (Deng ve ark., 2005; Chiu & Kayat, 2010; Moghadam, 2011; Trang & Lee, 2018; Isik & Demirel, 2018; Pérez-de la Cruz ve ark., 2022). Bununla birlikte ölçeklerin güvenilirliği ve geçerliliği azaltmadan kısa versiyon ölçekler geliştirmek ve doğrulamak için de serbest zaman araştırma alanında artan bir ilgi vardır (Hsieh, 1998; Teixeira & Freire, 2018). Kısa versiyon ölçeklerin daha fazla tercih edilmesinin ana nedeni, daha büyük örneklemelerin değerlendirilmesini kolaylaştıran, eksik veri ve ret oranlarını azaltan daha hızlı uygulama olasılığına sahip olmasıdır (Stanton ve ark., 2002).

Bu çalışmanın amacı Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilmiş olan boş zaman tutum ölçeğinin (36 madde), 2013 yılında Teixeira ve Freire tarafından revize edilerek hazırlanan kısa formunun (18 madde) Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması amaçlanmıştır. Form genç yetişkinlerin serbest zamana karşı tutumlarını değerlendirici nitelikte tasarlanmıştır. Madde sayısının orijinal ölçeğe göre daha az sayıda olması (18 madde) kullanım kolaylığı açısından Türkçe literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

YÖNTEM

Uygulama çalışmalarına etik kurul onayı alınması neticesinde başlanmıştır. Çalışmaya katılan bireylerin onamları alınmıştır.

Çalışma Tasarımı

Bu çalışma serbest zaman tutum ölçeği kısa formunun Türkçe güvenilirlik ve geçerlilik araştırmasının yapıldığı metodolojik bir çalışmadır.

Katılımcılar/Araştırma Grubu

Orijinal ölçek çalışmasında, lise ve üniversite öğrencileri vurgusu dikkate alınarak uyarlama çalışmasında farklı bir kültürde aynı popülasyona sahip olan örneklem üzerinden çalışma yürütülmüştür. Atatürk üniversitesinde öğrenim gören öğrenciler çalışmanın katılımcılarını oluşturmaktadır. AFA ve DFA için iki farklı örneklem üzerinden işlemler yürütülmüştür. AFA için birinci örneklem grubu 122 kişiden oluşmaktadır (72 erkek – 50 kadın) (Tablo 1). İkinci aşamada ise yeni bir veri setinde toplam 221 katılımcıdan (126 erkek – 95 kadın) veri toplanmış, eksik ya da hatalı olduğu düşünülen 31 katılımcıya ait ölçek cevapları değerlendirilmeye dâhil edilmemiştir. Toplamda 190 (118 erkek- 72 kadın) katılımcıya ait verilerle DFA ölçümleri gerçekleştirilmiştir.

İstatistiksel Analiz

Boş Zaman Tutum Ölçeği (BZTÖ)

İlk olarak Ragheb ve Beard (1982) ile geliştirilmiş olan boş zaman tutum ölçeği 2010 yılında Akgül ve Gürbüz tarafından Türkçe literatüre kazandırılmıştır. 5’li likert tipinden oluşan ölçek toplamda 3 boyut ve 36 maddeden oluşturulmuştur. Daha sonra anket uygulamalarında kolaylık sağlamak amacıyla Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen 36 maddeli ölçek Teixeira ve Freire (2013) tarafından revize edilerek 18 maddeden oluşan bir ölçek formuna dönüştürülmüştür. Ölçek üç alt boyuttan oluşmaktadır. Boyutlar: bilişsel, duyuşsal ve davranışsal şeklindedir.

Çeviri Aşaması

Çeviri çalışması Brislin ve ark. (1973), tarafından önerilen çeviri-yeniden çeviri tekniği dikkate alınarak değerlendirilmiştir. Ölçek maddeleri ana dilinden (İngilizce) Türkçe diline tercüme edilmiş ve sonrasında, Türkçe ve İngilizce diline hâkim dil uzmanı kişilerce değerlendirmeye alınmıştır. Değerlendirme sonucunda oluşturulmuş Türkçe ölçek, önceki dil uzmanlarından farklı olan uzmanlar tarafından tekrar İngilizce diline çevrilmiştir. Ardından

özgün ölçekle (ana dil) karşılaştırılması amacıyla farklı iki uzman görüşü ile değerlendirilerek çeviri kontrolleri sağlanmıştır. Türkçe'ye göre anlam bütünlüğünü bozduğu düşünülen, anlaşılması güç veya hatalı olarak ifade edilen maddeler düzeltilerek daha anlaşılabilir ve anlam bütünlüğünü sağlayan hale getirilmiştir. Ölçeğin genel uygulamasına geçmeden önce Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 50 kişi aracılığıyla ön teste tabi tutulmuştur. Türk kültürüne uyumluluğu değerlendirilerek son halini alan ölçeğin genel olarak uygulanmasına karar verilmiştir.

Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA)

İlk analiz kısmında, ölçeğe ait tanımlayıcı istatistikleri Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) ve güvenilirlik analizleri SPSS 24.0 sürümü kullanılarak analiz edildi (Tablo 1). Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett'in küresellik testi (BKT) ilk olarak AFA ile ilgili varsayımları sağlamak için incelenmiştir (Kaiser, 1974). Daha sonra iç tutarlılığı incelemek için belirlenen faktörler için Cronbach alfa katsayıları hesaplanmıştır. İç tutarlılığı belirlemek için “,70” kriteri kullanılmıştır (Cronbach, 1951). Açıklayıcı Faktör Analizinin amacı, değişkenlerin hangi faktör altında kümelendiğini belirlemektir (Şekil 1). AFA sonucunda değeri “,40” altında olan maddelerin dikkate alınmaması gerektiği göz önünde bulundurulmuştur (Tabachnick ve ark., 2007). İstenilen ölçüm kalitesine sahip maddeleri taramak için 18 madde üzerinde madde analizi yapılmıştır (Tablo 1). On sekiz (18) madde ve 3 faktörden meydana ölçeğin KMO ve Bartlett testleri yapılmıştır. Analizlerde KMO = 0.88; Bartlett $\chi^2= 2956,054$; $sd=153$ ($p<.000$) olduğu belirlenmiştir (Tablo 2). KMO değerinin referans aralığında olduğu, örneklem büyüklüğü için yeterli olup, değişkenler arasındaki anlamlı ilişki neticesinde, keşfedici faktör analizi için uygun olduğu saptanmıştır. Faktörlerin toplam varyansın %72,46'sını ifade ettiği bulgulanmıştır. Elde edilen varyanslar alt faktörler için %25,79 (1. alt faktör); %24,02 (2. alt faktör); %22,63 (3. alt faktör) olarak hesaplanmıştır (Tablo 1).

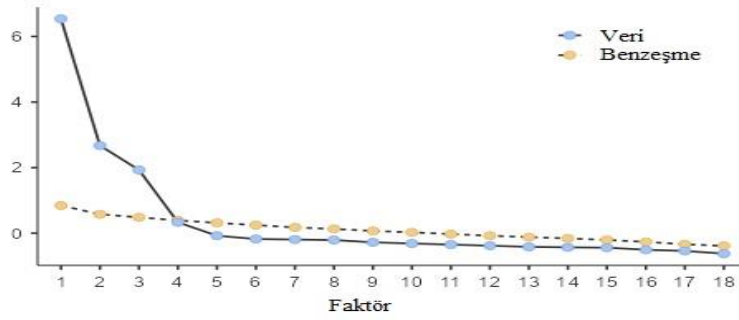
Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA)

İkinci analiz kısmında, elde edilen maddeler ve faktörler için AMOS 18 sürümü ile DFA prosedürleri AFA aracılığıyla gerçekleştirilmiştir (Şekil 2 - Şekil 3). Model uyumunu ölçmek için birkaç uyum indeksi benimsenmiştir: Ki-kare istatistiği (χ^2), normlu ki-kare (χ^2/df), ortalama karekök yaklaşım hatası (RMSEA) ve karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI) (Bollen, 1989; Hu ve Bentler, 1999). Genel olarak kabul edilen kriterler şunlardır: (a) Ki-kare istatistiğinin (χ^2) anlamlı olmayan farklılığa sahip olması beklenir, (b) 3,0'dan küçük normlu ki-kare kabul

edilebilir olarak kabul edilir (Bollen, 1989), (c) RMSEA “.08” değerinin altında, değerin %90 güven aralığında olmasıyla (Browne & Cudeck, 1992), (d) ,90'dan büyük CFI değeri makul olduğunu gösterir. (Hair ve ark., 2010). Yapılan çalışmada uyum indeks değerleri incelendiğinde ($\chi^2/df=1,35$, RMSEA=0,044, GFI=0,91, NFI=0,94 ve CFI=0,98) veri setinin teorik yapıya uyum sağladığı görülmüştür (Tablo 3).

BULGULAR

Açıklayıcı Faktör Analizine Yönelik Bulgular



Şekil.1 Faktör Çizgi Grafiği

Tablo 1. Açıklayıcı Faktör Analizi Faktör Yükleri

Maddeler	FY*	EV**	Var. (%)***	α
Faktör 1: Bilişsel				
1. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak zamanı akıllıca kullanmaktır.	,84			
2. Boş zaman aktiviteleri bireyler ve toplum için faydalıdır.	,84			
3. Boş zaman aktiviteleri sağlığa katkı sağlar.	,86	4,64	25,79	,911
4. Boş zaman aktiviteleri mutluluğu artırır.	,80			
5. Boş zaman aktiviteleri enerjiyi yenilemeye yardımcı olur.	,80			
6. Boş zaman aktiviteleri bireylerin rahatlamasına yardımcı olur.	,72			
Faktör 2: Duyuşsal				
7. Boş zaman aktivitelerim bana keyif veriyor.	,89			
8. Boş zamanın benim için iyi olduğunu hissediyorum.	,93	4,32	24,02	,942
9. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmaktan hoşlanıyorum.	,75			
10. Boş zaman aktivitelerim canlandırıcıdır.	,75			

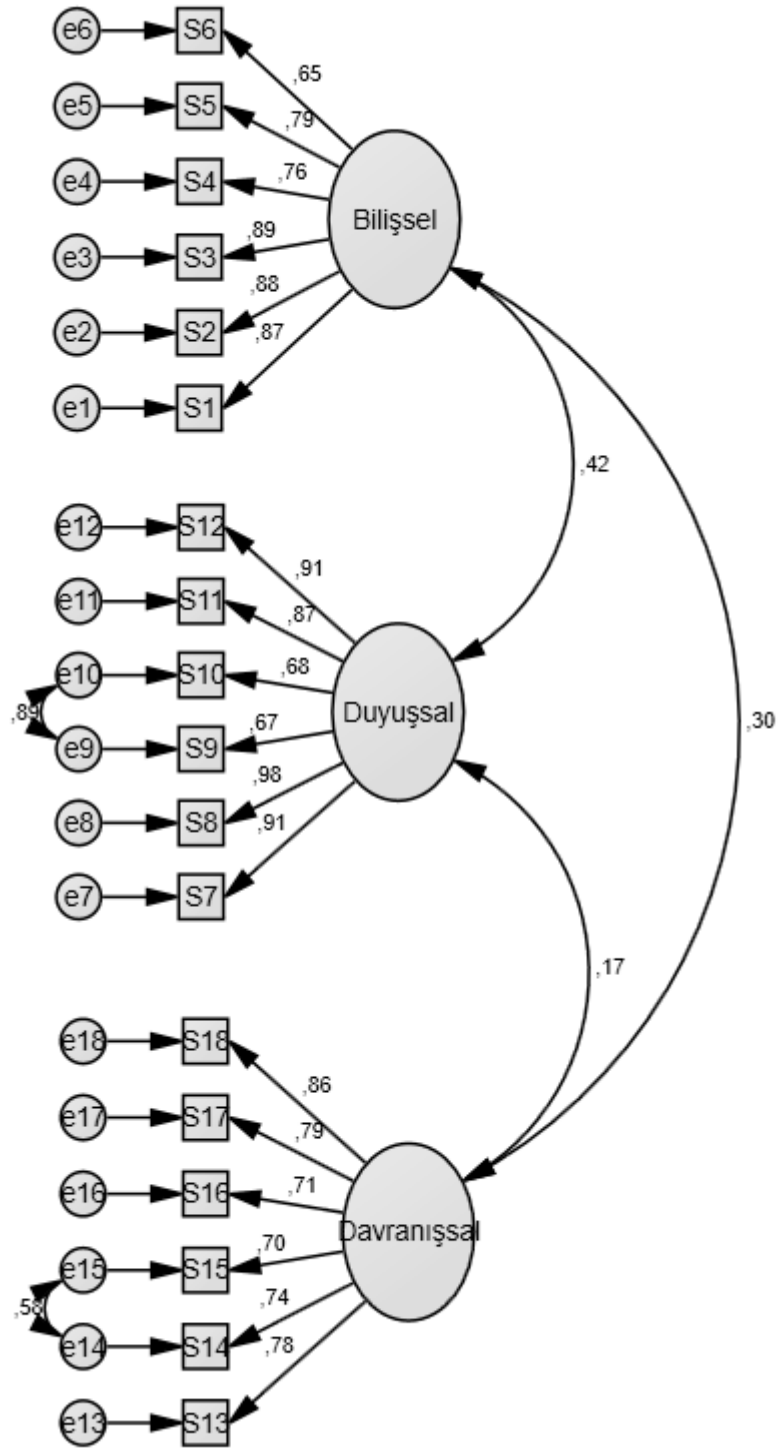
11. Boş zaman aktiviteleri için harcadığım zamanın boşa geçmediğini hissediyorum.	,86			
12. Boş zaman aktivitelerimden hoşlanıyorum.	,89			
Faktör 3: Davranışsal				
13. Boş zaman aktivitelerimde daha yeterli olabilmek için önemli derecede zaman ve efor harcarım.	,77			
14. Boş zaman aktivitelerini daha iyi yapabilmek için bir seminer ya da kursa katılabilirim.	,83			
15. Boş zaman aktiviteleri ile meşgul olmak için boş zamanımın artması gerektiğini düşünüyorum.	,80			
16. Meşgulken bile boş zaman aktivitelerine katılırım.	,78	4,07	22,63	,899
17. Boş zaman aktivitelerine yönelik eğitim ve ön hazırlık için zaman harcayabilirim.	,79			
18. Diğer aktiviteler arasında boş zamanıma yüksek öncelik tanırım.	,84			
*Faktör Yüklü **Eigenvalue ***Varyans (%)				

Tablo 2. Verilerin Faktör Analizine Uygunluğunun İncelenmesi

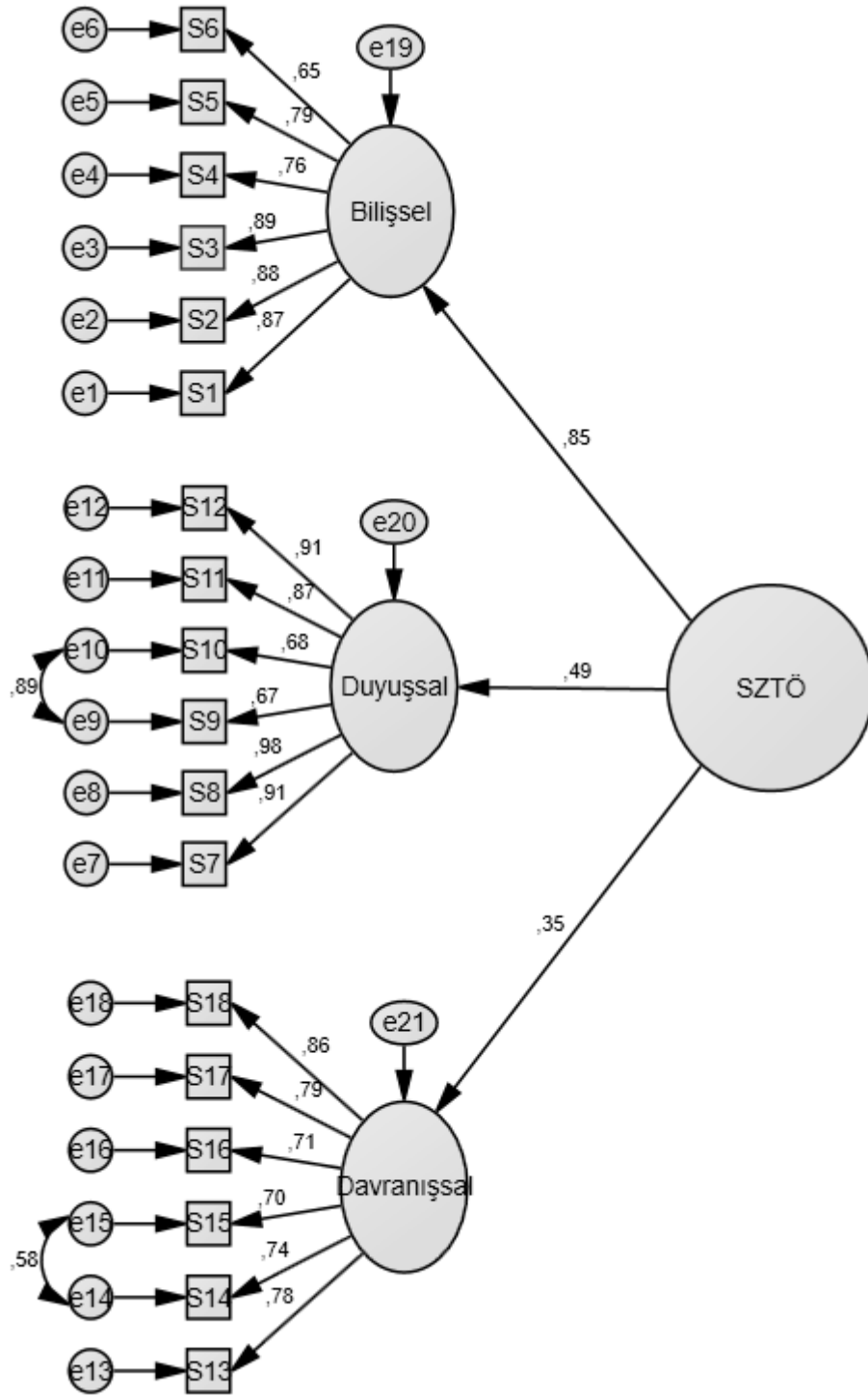
Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)		,88
Bartlett Test	Chi-Square	2956,054
	Sd	153
	(p<0,05)	,000

Tablo 3. Uyum İndeks Değerleri

Uyum İstatistikleri	Kabul Edilebilir sınır	Mükemmel	Modeldeki Değerler	Uyumu
CMIN/df	2-5	≤2	1,35	Mükemmel
RMSEA	=,050 ve =,080 arası	=,000 ve <.050 arası	,044	Mükemmel
GFI	=,85 ve üzeri	=,90 ve üzeri	,91	Mükemmel
AGFI	=,85 ve üzeri	=,90 ve üzeri	,88	Uygun
CFI	=,95 ve üzeri	,97 ve üzeri	,98	Mükemmel
RMR	=,050 ve =.080 arası	=,000 ve <.050 arası	,52	Uygun
NFI	=,90 ve üzeri	,95 ve üzeri	,94	Mükemmel



Şekil 2: Serbest Zaman Tutum Ölçeğine İlişkin Doğrulayıcı Faktör Analizi



Şekil 3: Serbest Zaman Tutum Ölçeğine İlişkin ikinci düzey (Toplam boyut) Doğrulayıcı Faktör Analizi

TARTIŞMA

Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilmiş olan (36 madde) ve Teixeira ve Freire (2013) tarafından revize edilerek kısa formunu hazırlanan (18 madde) Serbest Zaman Tutum Ölçeği'nin genç yetişkin (üniversite öğrencileri) bireylerden oluşan örneklem grubunda psikometrik özellikler incelenmiştir. Araştırmada ölçeğin kısa formuna ait telif hakkına sahip olan yazarlardan, Teixeira ile iletişim kurulmuş ve ölçeğin Türk kültürüne adaptasyonu için görüşme sağlanmıştır. Daha sonra çeviri, dil geçerliği ve eşdeğerliği çalışmaları başlatılmıştır. Bu noktaya kadar yürütülen çalışma sonucunda ölçeğin hedeflenen ve mevcut formu arasında uyumluluk olduğu ve mevcut çalışmanın ana formunu önemli düzeyde temsil ettiği sonucuna ulaşılmıştır.

Faktör yapısının özelliklerini elde etmek için açıklayıcı faktör analizi yapılmış ve bunun sonucu ortaya çıkan üç faktörlü yapının örneklem verisine uyum gösterip göstermediğini anlamak için ise doğrulayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Ölçeği kuramsal olarak ifade eden “bilişsel tutum”, “duyuşsal tutum” ve “davranışsal tutum” (Ragheb & Beard, 1982; Teixeira & Freire, 2013) üç alt boyutlu yapısı uyarlama çalışmasında korunmuş ve model uyum indekslerine iyi uyum gösterdiği görülmüştür ($\chi^2/df=1,35$, RMSEA=0,044, GFI=0,91, NFI=0,94 ve CFI=0,98).

Analizler sonucunda on sekiz maddeden oluşan ölçeğin üç alt faktörlü dağılımda DFA uyum değerlerinin yeterli düzeyde olduğu görülmüştür. Ölçek alt boyutlarında Cronbach Alfa verilerinin ise: bilişsel tutum “.91”, duyuşsal tutum “.94” ve davranışsal tutum “.89” olmak üzere güvenilir olduğu sonucuna varılmıştır.

Genel olarak değerlendirildiğinde, Serbest Zaman Tutum Ölçeği – Kısa Formu'nun (SZTÖ-KF) genç yetişkin bireylerin serbest zaman tutumlarının belirlenmesinde geçerli-güvenilir bir ölçek olarak kullanılabileceği belirlenmiştir. Ölçeğin uygulanmasında bireylerin aldığı toplam puanın yüksek olması bireylerin, serbest zaman tutumlarının yüksek olduğunu, düşük puanın ise tutumlarının düşük olduğunu göstermektedir.

SONUÇ

SZTÖ-KF'nin Türkçe literatüre kazandırılmış olması, serbest zaman alanında yapılan çalışmalara ışık tutacağı ve gelecek çalışmalarda uygulanabilirlik açısından araştırmacılara referans olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca ölçeğin farklı meslek grupları üzerinde

uygulanarak elde edilen yapının doğrulanıp doğrulanmadığının test edilmesinin de literatüre yeni katkılar sağlayacağı düşünölmektedir.

Etik Beyanı

Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakóltesi Etik Kurulu'nun 20.06.2022 tarihli oturumunda alınan E-70400699 sayılı, 2022/6 Fakólte Etik Kurulu Kararı ile etik kurul izni alınmıştır.

Yazar Katkıları

Araştırmada birinci yazar %60, ikinci yazar ise %40 oranında katkıda bulunmuştur.

KAYNAKLAR

- Akgül, B. M., & Gürbüz, B. (2011). Boş zaman tutum ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1), 37-43.
- Bollen, K. A. (1989). *Structural equations with latent variables* (Vol. 210): John Wiley & Sons.
- Brislin, R. W., Brislin, R. W., Lonner, W. J. & Thorndike, R. M. (1973). *Cross-cultural research methods*. Vol. 11, New York: J. Wiley.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological methods & research*, 21(2), 230-258.
- Carpenter, G., & Patterson, I. (2004). *The leisure perceptions and leisure meanings of a mid-life couple around the time of retirement*. *World Leis J.* 46, 13–25.
- Chen, Y. C., Li, R. H., & Chen, S. H. (2013). Relationships among adolescents' leisure motivation, leisure involvement, and leisure satisfaction: A structural equation model. *Social indicators research*, 110(3), 1187-1199.
- Chiu, L. K., & Kayat, K. (2010). Psychological determinants of leisure time physical activity participation among public university students in Malaysia. *ASEAN Journal of Teaching and Learning in Higher Education*, 2(2), 33–45.
- Cho, D., & Price, T. (2018). Leisure Constraints to Participation in Competitive Activities and Intramural Sports: Comparing International and Domestic Students. *Journal of International Students*, 8(2), 884-900.
- Cronbach, L. J. (1951). *Coefficient alpha and the internal structure of tests*. *psychometrika*, 16(3), 297-334.
- Deng, J., Walker, G. J., & Swinnerton, G. (2005). Leisure attitudes: A comparison between Chinese in Canada and Anglo-Canadians. *Leisure/Loisir*, 29(2), 239–273. doi:0.1080/14927713.2005. 9651331.
- Eskiler, E., Yıldız, Y., & Ayhan, C. (2019). The effect of leisure benefits on leisure satisfaction: Extreme sports. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21(1), 16-20.
- Freire, T., & Teixeira, A. (2018). The influence of leisure attitudes and leisure satisfaction on adolescents' positive functioning: The role of emotion regulation. *Frontiers in psychology*, 9, 1349.
- Güler, G., & Ayan, C. (2020). Review of Attitude Scales Developed in Turkey Between 2002-2018 Regarding the Scale Development Process. *Journal of Faculty of Educational Sciences*, 53(3).
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2010). *Canonical correlation: A supplement to multivariate data analysis*. *Multivariate Data Analysis: A Global Perspective*, 7th ed.; Pearson Prentice Hall Publishing: Upper Saddle River, NJ, USA.
- Hsieh, C.-M. (1998). *Leisure attitudes, motivation, participation, and satisfaction: Test of a model of leisure behavior*. Unpublished doctoral dissertation, Indiana University, Bloomington, IN.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1-55.
- Isik, U., & Demirel, M. (2018). Turkish adaptation of study-leisure conflict scale, its validity and reliability. *European Journal of Education Studies*.
- Kaiser, H. F. (1974). An index of factorial simplicity. *psychometrika*, 39(1), 31-36.
- Kara, F. M., Emir, E., Gürbüz, B., & Öncü, E. (2018). *Serbest zamanın anlamı: yetişkin bireyler örneği*.
- Kono, S., Ito, E., & Loucks-Atkinson, A. (2021). Are leisure constraints models reflective or formative?: Evidence from confirmatory tetrad analyses. *Leisure Sciences*, 44(1), 55-76.
- Korol, S. M., Korol, V. M., & Zinchenko, A. V. (2020). *Leisure management at the educational institutions of the labour reserves system during the post-war recovery of ukraine, (1945-1950)*.
- Lee, C., Payne, L. L., & Berdychevsky, L. (2018). The roles of leisure attitudes and self-efficacy on attitudes toward retirement among retirees: a sense of coherence theory approach. *Leis. Sci.* 1, 1–18.

- Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (2020). *Psychology of leisure*. In Routledge Handbook of Leisure Studies (pp. 40-51). Routledge.
- Moghadam, M. B. (2011). Exploring relationship of personality's models and constructs of leisure. *Middle-East Journal of Scientific Research*, 8(2), 530–535.
- Mouratidis, K. (2019). Built environment and leisure satisfaction: The role of commute time, social interaction, and active travel. *Journal of transport geography*, 80, 102491.
- Orsega-Smith, E., Payne, L. L., Mowen, A. J., Ho, C., & Godbey, G. C. (2007). The role of social support and self-efficacy in shaping the leisure time physical activity of older adults. *J. Leis. Res.* 39, 705–727.
- Pérez-de la Cruz, S., Gonzalez-Gerez, J. J., Arellano de León, Ó. & Vargas Rodriguez, A. (2022). Spanish Validation of the PALMS (Physical Activity and Leisure Motivation Scale). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 10064.
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*, 14(2), 155-167.
- Ragheb, M. G. & Tate, R. L. (1993). A behavioural model of leisure participation, based on leisure attitude, motivation and satisfaction. *Leis. Stud.* 12, 61–70.
- Roomy, A. (2019). *Bridging the gap between principles and practices in sport and leisure management: a framework for the financial management of parks and recreation*. 東海大学紀要. 体育学部, (48), 119- 123.
- Rosa, C. D., Collado, S., Profice, C. C., & Larson, L. R. (2019). Nature-based recreation associated with connectedness to nature and leisure satisfaction among students in Brazil. *Leisure Studies*, 38(5), 682- 691.
- Searle, M. S., & Iso-Ahola, S. E. (1988). *Determinants of leisure behavior among retired adults*. *Ther. Recreat. J.*22, 38–46.
- Sevic, M., & Eskiler, E. (2020). Campus Recreation: Investigating the Relationship between Leisure Constraints and Involvement. *International Journal of Recreation and Sports Science*, 4(1), 65-75.
- Silk, M., Andrews, D., & Thorpe, H. (Eds.). (2017). *The Routledge handbook of physical cultural studies*. London: Routledge.
- Silk, M., Caudwell, J., & Gibson, H. (2017). Views on leisure studies: pasts, presents & future possibilities?. *Leisure Studies*, 36(2), 153-162.
- Stanton, J. M., Sinar, E. F., Balzer, W. K., & Smith, P. C. (2002). Issues and strategies for reducing the length of self-report scales. *Perspective Psychology*, 55(1), 167–194.
- Tabachnick, B. G., Fidell, L. S., & Ullman, J. B. (2007). *Using multivariate statistics* (Vol. 5): pearson Boston, MA.
- Tavşancıl, E. (2005). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Teixeira, A., & Freire, T. (2013). The leisure attitude scale: Psychometrics properties of a short version for adolescents and young adults. *Leisure/Loisir*, 37(1), 5767.
- Trang, N. T., & Lee, G. (2018). Senses in leisure tourism: Scale development and its relationship with emotions. *관광연구저널*, 32(4), 21-39.
- Tsai, C., Huang, C. & Wu, M. (2014). *The relevant study of leisure motivation, leisure attitude and health promotion lifestyle of elderly people in Taiwan*. Zenodo 8, 2374–2377.
- Wilson, R., Platts, C., & Plumley, D. (Eds.). (2022). *Torkildsen's Sport and Leisure Management*. Taylor & Francis.
- Zhou, B., Zhang, Y., Dong, E., Ryan, C., & Li, P. (2021). Leisure satisfaction and quality of life of residents in Ningbo, China. *Journal of Leisure Research*, 52(4), 469-486.

Spor Bilimleri Fakültesindeki Öğrencilerin Sporcu Kimliği Düzeylerinin İncelenmesi

Investigation of Athlete Identity Levels of Students in the Faculty of Sport Sciences

Buğra Çağatay SAVAŞ¹, Muhammet MAVİBAŞ¹, Burak KARABABA¹

¹Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Özet

Bu çalışma, spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin sporcu kimlik düzeylerinin tespit edilmesi ve çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır. Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesindeki öğrenciler araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise 75’i erkek 66’sı kadın olmak üzere 141 sporcu-öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi uygulanmıştır. Bu doğrultuda katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacılar tarafından “Kişisel Bilgi Formu” düzenlenmiştir. Katılımcıların sporcu kimliği düzeylerini tespit etmek amacıyla Brewer ve Cornelius (2001)’un geliştirdiği ve Öztürk ve Koca (2013)’nın Türkçeye uyarladığı 3 alt boyut ve 7 maddeden oluşan 5’li likert tipi “Sporcu Kimliği Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için frekans analizi; sporcu kimliği düzeylerini cinsiyet, milli sporcu durumu ve spor türüne göre karşılaştırmak bağımsız gruplarda t-testi; yaş ve sporculuk sürelerine göre karşılaştırmak için ise Tukey-HSD testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi ($p < 0,05$) alınmıştır. Katılımcıların milli sporcu durumu ($p = ,000$) ile sporculuk sürelerine ($p = ,000$) göre genel sporcu kimliği düzeylerinin karşılaştırılması sonucunda gruplar arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre milli sporcu olan katılımcıların milli sporcu olmayanlara oranla; sporculuk süresi 2-4 yıl ile 8 yıl ve üstü olanların ise 1 yıl ve altı olanlara oranla genel sporcu kimlik düzeylerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor bilimleri fakültesi, Sporcu kimliği, Öğrenci

Abstract

This study was carried out to determine the athlete identity levels of the students of the Faculty of Sport Sciences and to evaluate them according to various variables. The population of the research consists of the students of Erzurum Technical University Faculty of Sport Sciences. The sample group consists of 141 students, 75 boys and 66 girls. Relational screening method was used in the research. In this direction, the researchers prepared a "Personal Information Form" to determine the demographic characteristics of the participants. In order to determine the participants' level of athlete identity, the 5-point Likert Type "Athlete Identity Scale" developed by Brewer and Cornelius (2001) and adapted to Turkish by Öztürk and Koca (2013) was used, consisting of 3 sub-dimensions and 7 items. Frequency analysis was used to determine the participants' demographic characteristics; t-test in independent groups was used to compare the levels of athlete identity according to gender, national athlete status, and sport type; and one-way variance analysis was used to compare according to age and sportsmanship duration. Tukey-HSD test was used to find out which groups the difference occurred between. Significance level was taken ($p < 0,05$). As a result of the comparison of the general athlete identity levels of the participants according to the status of being a national athlete ($p = ,000$) and the duration of sportsmanship ($p = ,000$), significant differences were found between the groups. The comparison of the general athlete identity levels of the participants based on their national athlete status ($p = ,000$) and sports duration ($p = ,000$) resulted in significant differences between the groups. According to the results obtained, it was found that the general athlete identity levels of the national athletes were higher than the non-national athletes and the athletes with a sports duration of 2-4 years were higher than those with a duration of 1 year or less.

Keywords: Faculty of sports sciences, Athlete Identity, Student

*Bu çalışma Karadeniz 12. Uluslararası Sosyal Bilimler Kongresinde özet bildiri olarak sunulmuştur.

Spor ve Bilim Dergisi 01(01):40-54
Sorumlu yazar: Muhammet MAVİBAŞ
0000-0002-2771-2521,
muhammet.mavibas@erzurum.edu.tr

Künye: Savaş, B. Ç., Mavibaş M. & Karababa, B. (2023). Spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin sporcu kimliği düzeylerinin incelenmesi. Spor ve Bilim Dergisi, 1(1), 40-54.

Tarihler:
Geliş: 10.03.2023
Kabul: 04.04.2023
Yayın: 28.04.2023

GİRİŞ

İnsanoğlunun varlığını oluşturan vücudunun belirli amaçları gerçekleştirmek için eğitilmesi ile ilgili düşünce, insanlığın evrendeki varlığı kadar eski bir olgudur. Canlılığın en önemli belirtilerinden biri olan hareket, vücut eğitiminin de başlıca unsurları arasındadır (Alpman, 1972). Kökeni Latince "disportare" veya "departac" olan ve 19. yüzyıldan itibaren tüm dünyada kullanılan "spor" kavramı, hareket halinde olma, taşımak ve alıp götürmek anlamlarını içermektedir (Kazak,2010). Spor, bireylerin zihinsel ve fiziksel açıdan daha sağlıklı olmalarına, toplumsal davranışları düzenlemeye, mental ve motorik becerilerini belirli bir seviyeye yükseltmeye, sosyal, biyolojik ve pedagojik etkenleri kullanarak yardımcı olan bir olgudur. Diğer bir ifadeyle, spor bireyin akıl, ruh ve bedeni gelişimine ve bu öğeler arasındaki iletişim ve sosyalleşmeye katkıda bulunan önemli bir sosyal etkendir (Belli ve ark., 2019). En kısa tanımıyla spor hareket anlamına gelmektedir. Hareket kavramı bireysel veya grup halinde belirli kurallarla ve belirli bir disiplin içerisinde yapıldığı zaman sosyolojik bir eylem olarak ifade edilmektedir.

Spor, "hedeflenen amaca ulaşmak veya bir rakiple mücadele etmek için önceden belirlenmiş standartlar çerçevesinde bireysel veya toplu olarak yapılan, seyircilere ve izleyicilere keyif veren bedensel ve zihinsel aktiviteler" olarak da ifade edilmektedir (Tanrıverdi, 2012). Spor kavramı insanların topluluklar şeklinde yaşamaya başlamalarıyla yerini aldığı görülmektedir. Spor, savaşların beden gücüne hitap ettiği dönemlerde savaşa hazırlık aracı olarak kullanılıyordu. Sporun tarihsel perspektifinden yapılan tanım şu şekildedir: "Spor, savaşçı güçleri olgunlaştıran, rekabete ve yarışmaya dayalı, disiplinli bir oyun şeklidir." (Erkal, 1978). Kat (2009) sporu kişilerin toplumsal ve sosyal adaptasyonu fiziksel ve ruhsal sağlığını kişilik oluşumunu ve kişilik gelişimini sağlayan, eğitmenlerin vazgeçilmezi insanlara doyum ve haz veren, seyretme zevkinin çok yüksek olduğu, adaletli bir yarış, bir disiplin ve bu yarışta spora has gelişmiş ilkeler ve bireylerin tutkusu şeklinde tanımlamıştır. Gök ve Çingöz (2023) Sportif etkinliklerden yararlanmanın neredeyse bütün yaş gruplarında bireylerde önemini vurgulamıştır.

Kimlik hem suje olan "ben" bir de obje olan "ben" şeklindedir. Kimlik hayat stilleri olan, fikirlere sahip, bilgiyi özümseyen faal olarak düşünme faaliyetinde bulunan, kendini betimleyen ve kendinin eksik yönlerini dile getiren bir canlı olarak öznedir. Bunun yanında çevresi tarafından üzerinde yorum yapılan, betimleme yapılan, çevredekilerin ve kendisinin bahsedilmesinden etkilenen objedir (Harter, 1988). Kimlik kavramı son yıllarda çok fazla kullanılmaya ve tartışılmaya başlamasına rağmen kavramın çok uzun bir geçmişi vardır. Kimlik oluşumu öznelci ve nesnelci olmak üzere iki görüşe göre açıklanmaktadır (Aşkın, 2007). Öznelci

yaklaşım kimliği insanın hayatı boyunca genellikle değişmeyen, tutarlı, değişkenlik göstermeyen bir ben olarak ele alır. Nesnelci yaklaşımda ise kimlik, kişinin içsel özellikleri ile birlikte çevresiyle geçirdiği yaşantılar sonucunda oluşmuş, bir bütünlük, uyumluluk ve devamlılıktır (Aşkın, 2007).

Performans sporcularının yaptıkları sporu yaşamlarının bir parçası haline getirmeleriyle toplumda kimlik oluşumları başlamıştır. Kimlik algısı sporcuların yapmış oldukları spor dalı ile bire bir ilgilidir. Sporcu özellikleri arttıkça kimlik gelişimleri de beraberinde artış gösterir (Horton & Mack, 2000). Sporunun sporla ilgili yaşamı bu yaşama bağlı gösterdiği etkinlikler sporcu kimliğine katkı sağlayan faktörler içerisinde yer alabilir. Spor faaliyetiyle ilgili iştirak edilen etkinlik sonucunda gerçekleşen her aktivite sporcu kimliğine olumlu etki sağlayacaktır. Örneğin bir futbolcunun yaşam tarzıyla ilgili sergilediği davranışları (dengeli beslenme, düzenli uyku) sporcunun kimliğinden beslenmektedir (Çetinkaya, 2010). Kişinin benlik duygusunun önemli bir bileşeni olan sporcu kimliği bazen bazı riskler de oluşturur. Sporcu kimliği güçlü olan sporcular, ansızın gerçekleşen bir kariyer sonu (örneğin, yaralanma) ilke ile karşılaştıklarında sporcu kimliklerinden ayrılmaya ve ardından depresyon riskini artıran his yaşamaya meyillidirler (Graupensperger ve ark., 2020).

Bir sporcunun kimliği, kendine özgü vücut algısının ve sportif bir rolün benzersiz bir boyutunu tanımlayan bir süreci ifade etmekte olup, aynı zamanda sosyal ve şematik bir rol olarak da hizmet edebilir. Başka bir deyişle, sporcu kimliği, bilgiyi yorumlayabilmek için bir çatı oluşturmakta ve tutarlı davranış için ilham kaynağı olabilmektedir. Ayrıca sporcunun kimliği, diğer insanların algıları açısından sosyal bir rol oynar. İnsanlar, sizi bir sporcu olarak görür ve bu rol için sizi över ve bu durumu içselleştirirse, kendinizi bir sporcu olarak tanımlarsınız. Çünkü yapılacak fiziksel aktiviteler sporcu kimliğine uygun davranışlar olacağından ve başkaları tarafından büyük beğeni toplayacağından, sporcu kimliği güçlü olan kişilerin fiziksel aktivite davranışlarının artmasına yardımcı olacaktır (Çetinkaya, 2010).

Güçlü bir sporcu kimliğinin olması, bir takımdan ayrılma veya bir sakatlıkla başa çıkma gibi sporla ilgili genellikle yaygın görülen geçişlerde uyum sağlamayı kolaylaştırmaktadır (Lamont & Christensen, 2006). Bir sporcunun yaşamına dair düzenli beslenme, düzenli uyuma gibi davranış modelleri kaynağını sporcu kimliğinden alabilmektedir (Çetinkaya, 2010). Sporcuların akranları, arkadaş çevreleri, ailesi ve medya tarafından onaylanması, ödüllendirilmesi ve övgü ile karşılanması sporcularda bayağılık ve sıradanlık eğilimleri yerine

benlik saygısı ve öz güven oluşumuna katkıda bulunmakta, sporcuyla başarıya yöneltmektedir (Çetinkaya, 2015).

Literatür incelendiğinde; sporcu kimliği üzerine çalışmalar yapıldığı görülmektedir (Saraç & Toprak, 2017; Yanar ve ark., 2017; Görgülü ve ark., 2018; Utku, 2018; Doğaner ve ark., 2020). Bu çalışmada ise spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporcu kimliklerinin çeşitli demografik değişkenler doğrultusunda incelenerek karşılaştırılması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Çalışma, Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulundan 20.03.2023 tarihli oturumunda alınan E-2300097492 sayılı, 2023/3 Fakülte Etik Kurulu kararı alındıktan sonra yapılmıştır.

Çalışma Tasarımı

Bu çalışmada, betimsel araştırmalarda yaygın olarak kullanılan bir yaklaşım olan ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Thomas & Nelson, 1996). Bu yöntem, araştırma konusuyla ilgili var olan durumu ortaya çıkarmak için çok sayıda katılımcıdan veri toplamayı içerir (Karakaya, 2009; Karasar, 2005). Tarama çalışmalarının amacı, belirli bir gruptaki bireylerin araştırılan konu veya olay hakkındaki düşünce ve tutumlarını analiz etmektir (Büyüköztürk ve ark., 2012). Araştırmacı bunu yaparak konuyu daha iyi anlayabilir ve toplanan verilerden sonuçlar çıkarabilir.

Katılımcılar/Araştırma Grubu

Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesindeki öğrenciler araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Örneklem grubu ise 75'i erkek 66'sı kadın olmak üzere 141 sporcu-öğrenciden oluşmaktadır.

İstatistiksel Analiz

Veriler, SPSS v26.0 programı ile elektronik ortama işlenerek çeşitli istatistiksel analizler uygulanmıştır. Verilerin basıklık ve çarpıklık değerlerinin incelenmesi sonrasında, verilerin normal dağıldığı saptanmış ve bu nedenle çalışmada parametrik testler kullanılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için frekans analizi; sporcu kimliği düzeylerini cinsiyet, milli sporcu durumu ve spor türüne göre karşılaştırmak bağımsız gruplarda t-testi; yaş ve sporculuk sürelerine göre karşılaştırmak için tek yönlü varyans analizi kullanılmış olup, farkın hangi gruplar arasında oluştuğunu bulmak için ise Tukey-HSD testi uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi ($p < 0,05$) alınmıştır.

Uygulanan Testler/Veri Toplama Prosedürü

Veri Toplama Araçları: Araştırmacı, Google form ve e-posta uygulamaları aracılığıyla veriler toplamıştır. Anket soruları iki bölümden oluşmaktadır. Bunlar;

Kişisel Bilgiler Bölümünde; cinsiyet, milli sporculuk durumu, spor türü, yaş ve sporculuk süresi sorularından oluşmaktadır.

Sporcu Kimliği Ölçeği: Öztürk ve Koca (2013) tarafından Türkçeye uyarlanmış ve Brewer ve Cornelius'un (2001) geliştirdiği "Sporcu Kimliği Ölçeği", üç alt boyut (sosyal kimlik, sporla sınırlanmışlık ve olumsuz duygusal durum) ve toplam 7 maddeden oluşmaktadır. Alt boyutların iç tutarlılık katsayıları, .66 ile .88 arasında bulunmuştur. Ölçeğin genel toplamı için elde edilen Cronbach Alpha Değeri $\alpha=0,81$ olarak belirlenmiştir. Çalışmamızda elde edilen Cronbach Alpha Değeri $\alpha = 0,89$ olarak tespit edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Değişkenlerine İlişkin Bilgiler

		(N)	(%)
Cinsiyet	Erkek	75	53,2
	Kadın	66	46,8
Milli Sporcu musunuz?	Evet	29	20,6
	Hayır	112	79,4
Yaptığınız Spor Türü	Bireysel Sporlar	72	51,1
	Takım Sporları	69	48,9
Yaş	18-20 yaş	69	48,9
	21-23 yaş	61	43,3
	24 yaş ve üzeri	11	7,8
Sporculuk Süresi	1 yıl ve altı	16	11,3
	2-4 yıl	30	21,3
	5-7 yıl	31	22,0
	8 yıl ve üzeri	64	45,4
	Toplam	141	100

Tablo 1 incelendiğinde; katılımcıların cinsiyet değişkenine bakıldığında, erkek katılımcıların toplam oranı 75 kişi ile %53,2 iken, kadın katılımcıların oranı 66 kişi ile %46,8'dir. Milli sporcu musunuz değişkenine bakıldığında, 29 (%20,6) kişi evet, 112 (%79,4) kişi hayır olarak cevap vermiştir. Katılımcıların yaptıkları spor türüne göre, bireysel spor yapanların oranı 72 kişi ile %51,1; takım sporu yapanların oranı ise 69 kişi ile %48,9'dur. Yaş değişkenine göre, en yüksek katılım 18-20 yaş arasında 69 (%48,9), en düşük katılım 24 yaş ve üzerinde 11 kişi (%7,8) katılmıştır. Sporculuk süresine göre, en yüksek katılım 8 yıl ve üzeri sürede 64 (%45,4) kişi iken, en düşük katılım ise 1 yıl ve altı sürede 16 (%11,3) kişiden oluşturmaktadır.

Tablo 2. Normallik Dağılım Testi (Skewness- Kurtosis)

Ölçek	Skewness				Kurtosis	
	Alt Boyut	N	Statistic	Std. Hata	Statistic	Std. Hata
Sporcu Kimliği	Sosyal Kimlik	321	-1,123	,204	,723	,406
	Sporda Sınırlanmışlık	321	-,894	,204	,102	,406
	Olumsuz Duyuşsallık	321	-1,258	,204	1,071	,406
	Toplam	321	-1,221	,204	1,409	,406

Katılımcıların sporcu kimliği ölçeği alt boyutlarının ve toplam puanının basıklık ve çarpıklık değerleri incelendiğinde, Tabaschnick ve Fidell (2013) tarafından belirtilen -1,5 ile +1,5 arasındaki normallik dağılım katsayılarının çerçevesinde verilerin normal dağılım gösterdiği görülmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Sporcu Kimliği Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	X	SS	t	p
Sporcu Kimliği Ölçeği	Sosyal Kimlik	Erkek	75	4,22	,895	2,128	,035*
		Kadın	66	3,86	1,076		
	Sporda Sınırlanmışlık	Erkek	75	3,84	1,124	-,742	,459
		Kadın	66	3,97	1,061		
	Olumsuz Duyuşsallık	Erkek	75	4,20	,877	1,792	,075
		Kadın	66	3,88	1,192		
	Toplam	Erkek	75	4,10	,842	1,333	,185
		Kadın	66	3,90	,956		

(*; p<0.05)

Araştırmaya katılan bireylerin sporcu kimliği ölçeğinin alt boyutları ile toplam puanlarının karşılaştırılmasında; sosyal kimlik alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmuş (p<0,05) ve erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların Millilik Durumlarına Göre Sporcu Kimliği Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Milli Sporculuk	N	X	SS	t	p
Sporcu Kimliği Ölçeği	Sosyal Kimlik	Evet	29	4,70	,606	4,123	,001*
		Hayır	112	3,88	1,011		
	Sporda Sınırlanmışlık	Evet	29	4,43	,622	2,992	,017*
		Hayır	112	3,76	1,148		
	Olumsuz Duyuşsallık	Evet	29	4,51	,674	3,600	,009*
		Hayır	112	3,93	1,091		
	Toplam	Evet	29	4,57	,527	3,994	,007*
		Hayır	112	3,86	,921		

(*; p<0.05)

Araştırmaya katılan bireylerin “Milli sporcusunuz” değişkenine ilişkin sporcu kimliği ölçeğinin alt boyutları ile toplam puanları karşılaştırıldığında; tüm alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı farklılık bulunmuş olup (p<0,05), hayır diyen katılımcıların evet diyen katılımcılara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların Yaptıkları Spor Türüne Göre Sporcu Kimliği Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Yaptığınız Spor Türü	N	X	SS	t	p
Sporcu Kimliği Ölçeği	Sosyal Kimlik	Bireysel Spor	72	3,97	1,096	-,972	,333
		Takım Sporları	69	4,14	,880		
	Sporda Sınırlanmışlık	Bireysel Spor	72	3,72	1,162	-1,762	,061
		Takım Sporları	69	4,08	,992		
	Olumsuz Duyuşsallık	Bireysel Spor	72	3,95	1,134	-1,028	,272
		Takım Sporları	69	4,15	,940		
Toplam	Bireysel Spor	72	3,90	1,004	-1,507	,134	
	Takım Sporları	69	4,12	,767			

(*; p<0.05)

Çalışmaya katılan bireylerin yaptığımız spor türü değişkenine ilişkin sporcu kimliği ölçeği alt boyutları ve toplam puanının karşılaştırılmasında; alt boyutların tamamında ve toplam puanda anlamlı farka rastlanmamıştır (p>0,05).

Tablo 6. Katılımcıların Yaşlarına Göre Sporcu Kimliği Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Yaş	N	X	SS	f	p	Anlamlı Fark
Sporcu Kimliği Ölçeği	Sosyal Kimlik	(a) 18-20 yaş	69	4,09	1,065	,916	,403	-
		(b) 21-23 yaş	61	4,08	,901			
		(c) 24 yaş ve üzeri	11	3,66	1,064			
	Sporda Sınırlanmışlık	(a) 18-20 yaş	69	3,94	1,191	,160	,852	-
		(b) 21-23 yaş	61	3,84	,993			
		(c) 24 yaş ve üzeri	11	3,95	1,059			
	Olumsuz Duyuşsallık	(a) 18-20 yaş	69	4,18	1,111	1,368	,258	-
		(b) 21-23 yaş	61	3,95	,941			
		(c) 24 yaş ve üzeri	11	3,72	1,126			
	Toplam	(a) 18-20 yaş	69	4,08	,981	,649	,524	-
		(b) 21-23 yaş	61	3,97	,810			
		(c) 24 yaş ve üzeri	11	3,76	,857			

(*; p<0.05)

Çalışmaya katılan bireylerin yaş durumlarına ilişkin sporcu kimliği ölçeği alt boyutları ve toplam puanının karşılaştırılmasında; alt boyutlarında tamamında ve toplam puanda anlamlı fark görülmemiştir (p<0.05).

Tablo 7. Katılımcıların Sporculuk Sürelerine Göre Sporcu Kimliği Düzeylerinin Karşılaştırılması

Ölçek	Alt Boyutlar	Sporculuk Süresi	N	X	SS	f	p	Anlamlı Fark
Sporcu Kimliği Ölçeği	Sosyal Kimlik	(a) 1 yıl ve altı	16	3,18	,807	6,411	,000*	b, d>a
		(b) 2-4 yıl	30	4,38	,807			
		(c) 5-7 yıl	31	3,91	1,164			
		(d) 8 yıl ve üzeri	64	4,18	,914			
	Sporda Sınırlanmışlık	(a) 1 yıl ve altı	16	3,09	,898	3,965	,010*	b, d>a
		(b) 2-4 yıl	30	4,18	,932			
		(c) 5-7 yıl	31	3,87	1,210			
		(d) 8 yıl ve üzeri	64	3,99	1,074			
	Toplam	(a) 1 yıl ve altı	16	3,37	1,147		,001*	b>a,c
		(b) 2-4 yıl	30	4,18	,932			

Olumsuz Duyuşsalılık	(b) 2-4 yıl	30	4,46	,490	5,881	d>a	
	(c) 5-7 yıl	31	3,70	1,295			
	(d) 8 yıl ve üzeri	64	4,19	,962			
	(a) 1 yıl ve altı	16	3,21	,711			
Toplam	(b) 2-4 yıl	30	4,35	,664	6,222	,000*	b, d>a
	(c) 5-7 yıl	31	3,84	1,044			
	(d) 8 yıl ve üzeri	64	4,13	,843			
	(a) 1 yıl ve altı	16	3,21	,711			

(*; p<0.05)

Araştırmaya katılan bireylerin spor yapma süresi değişkenine ilişkin sporcu kimliği ölçeği alt boyutları ile toplam puanlarının karşılaştırılmasında; Tüm alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı farklılık bulunmuş olup sportmenliği 2-4 yıl ve 8 yıl ve üzeri olan katılımcıların ortalamasının 1 yıl ve altı olan katılımcılara göre anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür.

Tablo 8. Katılımcıların Sporcu Kimliği Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkini Araştırılması (Korelasyon Tablosu)

Boyutlar	Sosyal Kimlik	Sporda Sınırlanmışlık	Olumsuz Duyuşsalılık	
Sosyal Kimlik	Pearson Kor.	1		
	P			
	N	141		
Sporda Sınırlanmışlık	Pearson Kor.	,734**	1	
	P	,000		
	N	141	141	
Olumsuz Duyuşsalılık	Pearson Kor.	,613**	,475**	1
	P	,000	,000	
	N	141	141	141

Sporcu kimlik ölçeği alt boyutlarından sosyal kimlik ile sporda sınırlanmışlık boyutu arasında ($r=,734^{**}$) ve olumsuz duyuşsalılık boyutu arasında ($r=,613^{**}$) pozitif yönde, yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Sporda sınırlanmışlık boyutu ile olumsuz duyuşsalılık boyutu arasında ise ($r =,475^{**}$), pozitif yönde, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

TARTIŞMA

Bu bölümde elde edilen araştırma bulguları genel literatür çerçevesinde tartışılarak sonuca varılmıştır.

Araştırmaya, katılan 141 öğrencinin %53,2'sinin erkek, %29'unun milli sporcu, % 51,1'inin bireysel sporcu, % 48,9'unun 18-20 yaş arası, %45,4'ünün 8 yıl ve üzeri süreyle spor yaptığı görülmüştür (Tablo 1).

Katılımcıların cinsiyetlerine göre sporcu kimliği ölçeği alt boyutları ve toplam puanları karşılaştırıldığında, sosyal kimlik alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu ve erkek

katılımcıların kadın katılımcılara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür (Tablo 3). Namlı ve Tekkurşun Demir (2018) yaptıkları çalışmada bireysel ve takım sporları ile uğraşan üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeni ile sosyal kimlik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişler ve erkek sporcuların sosyal kimlik düzeylerinin kadın sporculara göre daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Benzer şekilde Baba Kaya ve ark. (2018), cinsiyete göre sporcu kimliğinin sosyal kimlik alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğunu ve erkek öğrencilerin sosyal kimliğinin kız öğrencilere göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Karakaş (2017), spor kulüplerinin çeşitli branşlarında lisans sahibi olan 16-28 yaş arası 346 kişi üzerinde yaptığı çalışmada, erkek sporcuların kadın sporculara göre sporcu kimliği algısının daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Sturm ve ark. (2011) erkek öğrenci sporcuların sporcu kimliklerinin kadın sporculardan daha yüksek olduğunu bulduklarını belirtmişlerdir. Literatürde sporcu kimliğinin, kadın sporculara karşı erkek sporcular lehine daha güçlü olduğunu belirten başka çalışmalar da bulunmaktadır (Başoğlu, 2018; López de Subijana, ve ark. 2015; Melendez, 2009). Bu çalışmalardaki bulgular araştırma bulgularımız ile paralellik gösterdiği söylenebilir.

Buna karşılık cinsiyetin sporcu kimlik düzeyini etkilemediğini savunan araştırmalar da literatürde yer almaktadır. Yanar ve ark. (2017), tenis ve badminton sporcularının kimlik algılarını inceledikleri araştırmalarında sporcuların kimlik algılarında cinsiyete göre anlamlı bir fark bulamadıklarını belirtmişlerdir ($p>0,05$). Gökurna (2018) ise, sporcu kimliklerinin cinsiyet değişkeninden etkilenmediğini tespit etmiştir. Borak ve ark. (2022) da 150 üniversite sporcusu örnekleminde yaptıkları araştırmalarında, sporcu kimliğinin cinsiyete göre önemli farklılık göstermediğini bulmuşlardır. Çetinkaya (2015) araştırmasında katılımcıların SKÖ puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılığın bulunmadığı sonucunu saptamıştır. Beron ve Piquero (2016) araştırmalarında, cinsiyetin sporcu kimliği üzerinde farklılık yaratmadığını bulduklarını, bunun literatür ile uyumlu olduğunu belirtmişlerdir. Costa ve ark. (2020)'nin sonuçları da bu araştırmayı desteklemektedir. Eason ve Clines, S (2022), genel sporcu kimliğinde cinsiyet farklılıkları bulamadıklarını ($p=,446$), ancak kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde olumsuz duygulanım gösterdiklerini belirtmişlerdir. Tuşak ve ark. (2005) da aynı bulguya ulaşmışlardır. Barsbuğa (2021), elit eskrimciler arasında sporcu kimliğini değerlendirdiği çalışmasında, milli takım kamplarına davet edilen 64 sporcunun sporcu kimliği ölçeği puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermediğini bulmuştur. Bu tespitlerden farklı olarak, Mignano ve ark. (2006) ise kadın sporcuların sporcu kimliklerini daha yüksek olarak bulduklarını belirtmişlerdir. Şekeroğlu (2017), Türkiye Olimpiyat Hazırlık Merkezi'nde bulunan tamamı milli sporcu olan ve farklı branşlardan 125 sporcudan oluşan

örnekleme yaptığı araştırmada, cinsiyete göre sporcu kimliği puanları arasında kadın sporcular lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulmuştur.

Yukarıdaki tespitler birlikte değerlendirildiğinde cinsiyetin sporcu kimliği üzerinde genel olarak etkisinin her geçen gün biraz daha azaldığı, kadınların spor ortamında daha fazla yer almalarının sporcu kimliklerinin daha fazla güçlenmesi sonucunu doğurduğu söylenebilir. Bu durumun ilerleyen yıllarda cinsiyetin sporcu kimliği üzerindeki erkekler lehine olan etkisinin azalmasını sağlayabileceğini söylemek mümkündür.

Sporcu kimliği ölçeğinin alt boyutları ile katılımcıların “Milli sporcusunuz” değişkenine ilişkin toplam puanlarının karşılaştırılmasında; tüm alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı farklılık bulunmuş olup, hayır diyen katılımcıların evet diyen katılımcılara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmüştür (Tablo 4). Bu değerlendirmede milli sporcu sayısının azlığının sonuç üzerinde etkisi olabileceği dikkate alınmalı, daha geniş örneklemlerle ölçüm yapılması gerekebileceği düşünülmelidir. Nitekim Hagiwara ve ark. (2022), elit öğrenci sporcuların sporcu kimliklerinin alt elit öğrenci sporculara göre önemli ölçüde daha yüksek olduğunu bulduklarını belirtmişlerdir.

Öte yandan Çetinkaya (2015), milli olmayan sporcuların puan ortalamaları ile milli sporcuların puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını bulmuştur; Işık (2018) ise amatör ve profesyonel sporcu lisanlarına sahip futbolcular örnekleminde yaptığı araştırmada, sporculuk düzeylerinin sporcuların sporcu kimlikleri üzerinde herhangi anlamlı bir etkiye neden olmadığını belirtmiştir.

Araştırmada yer alan katılımcıların spor türü değişkenine ilişkin sporcu kimliği ölçeğinin alt boyutları ve toplam puanının karşılaştırılmasında, alt boyutlarda ve genel ortalamada anlamlı farklılıklar tespit edilmemiştir (Tablo 5). Araştırma bulgularımız Namlı ve Tekkurşun (2018) tarafından desteklenmektedir; çünkü onlar da sporcu kimliğinin alt boyutları arasında spor branşı değişkeni ile anlamlı bir fark bulamamışlardır. Borak ve ark. (2022) ile Şekeroğlu (2017) de seçilen spor dalının sporcu kimliği düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka neden olmadığını bulmuşlardır.

Çetinkaya (2015), spor branşına göre katılımcıların sporcu kimliği puanları arasında anlamlı bir fark olduğunu, hentbolcuların ortalama puanlarının voleybolculara göre daha yüksek olduğunu bulmuştur. Costa ve ark. (2020), sporcu kimliğini takım sporları yapan sporcularda bireysel spor yapanlardan daha yüksek olarak bulduklarını belirtmişlerdir. Ayrıca, Çetinkaya (2019), takım sporu yapan öğrencilerin bireysel spor yapan öğrencilere göre sporcu kimliğinin

daha belirgin olduğunun bulunduğunu belirtmektedir ($p<0.01$), Bu durumu, takım sporlarındaki dostluk ortamı ve sosyal alışverişin kimliği daha da desteklediği şeklinde açıklamaktadır. Takım sporlarının kollektif bir kimlik kazanılmasında ve bu kimliğe bağlılık duyulmasında etkili bir ortam oluşturacağını, dolayısıyla bu durumun takım sporu yapanların bireysel spor yapanlara göre sporcu kimliğinin baskın olmalarını açıklayabileceğini savunmaktadır.

Hadiyan ve Şeyh, (2015), tekvando, karate, wushu, basketbol, voleybol ve kano polo milli takımlarında yer alan 107 sporcu örneğinde yaptıkları araştırmada, farklı sporların sporcu kimliğini etkilediğini, en yüksek sporcu kimliğinin taekwando sporcularında gözlendiğini, sırasıyla karate, wushu, basketbol, voleybol, kano ve polo sporcuları şeklinde sporcu kimliğine sahip olduklarını bulmuşlardır.

Tablo 6 incelendiğinde, katılan bireylerin yaş durumlarına ilişkin sporcu kimliği ölçeğinin alt boyutları ve toplam puanı arasında anlamlı bir fark olmadığı ($p<0,05$) görülmüştür.

Araştırma sonucumuza paralel olarak, Baba Kaya ve ark. (2018), öğrencilerin sporcu kimliklerinin yaşa göre anlamlı bir farklılık göstermediği bulgusuna ulaşmışlardır. Çetinkaya (2015), farklı yaş kategorilerinde yer alan sporcuların sporcu kimlikleri arasında anlamlı bir farkın olmadığını bulmuştur. Can ve Kaçay (2016), yaş değişkeninin sporcunun kimlik düzeyini etkilemediği sonucuna varmıştır.

Bu tespitlerden farklı olarak, Namlı ve Tekkurşun (2018), araştırmalarında katılımcıların yaşının arttıkça sporcu kimliğinin alt boyutu olan sosyal kimlik düzeyinde de artış olduğunu bulduklarını, yaş arttıkça sosyal kimlik düzeyinde de artış görüldüğünü açıklamışlardır. Benzer şekilde, Kroshus ve ark., (2014), yaş arttıkça sosyal kimlik düzeyinde de artış olduğunu bulmuşlardır. Poux ve Fry (2015), artan yaşla birlikte sporcu kimliği düzeyinde bir artışın beklenmesi gerektiğini belirtmişlerdir. Bu bulgu Başoğlu (2018) tarafından da araştırma bulgusu ile desteklenmekte ve yaşın atletik kimlikle ilişkili olduğunu, sporcuların yaşlandıkça; spora karşı daha güçlü içsel bağlılık geliştireceklerini, bunun da onlara daha güçlü bir sporcu kimliği sunacağını savunmaktadır. Her iki tespitten farklı olarak Barsbuğa (2021), elit eskrim sporcularından 15-18 yaş arası sporcular lehine anlamlı düzeyde bir farklılık olduğunu tespit etmiştir.

Tablo 7 incelendiğinde, araştırmaya katılan bireylerin sporculuk süresi değişkenine ilişkin toplam puanlarının sporcu kimliği ölçeği alt boyutları ile karşılaştırılmasında; tüm alt boyutlarda ve toplam puanda anlamlı farklılık bulunmuş olup, sportmenliği 2-4 yıl ve 8 yıl ve üzeri olan

katılımcıların ortalamalarının 1 yıl ve altı olan katılımcılara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür.

Işık (2018), amatör ve profesyonel sporcu lisanlarına sahip futbolcular örneğinde yaptığı araştırmada, spor yılının sporcuların sporcu kimlikleri üzerinde herhangi anlamlı bir etkiye neden olmadığını ancak spor yapma yılı 6-10 arasında olan sporcular arasında profesyonel sporcuların sporcu kimliklerinin çok daha belirginleştiğini bulmuştur. Şekeroğlu (2017), spor yıllarına göre sporcu kimliği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığını bildirmiştir.

Benzer şekilde Barsbuğa (2021), elit eskrim sporcularında lisans süresinin sporcu kimliği üzerinde etkisinin tespit edilmediğini bildirmiştir. Çetinkaya (2015), araştırmasında, lisans süresi değişkeni açısından ise sporcu kimliğinde anlamlı bir fark tespit etmediğini bildirmiştir.

Bu tespitlerden farklı olarak, Basoğlu (2018), sporcu kimliği algısının sporcunun spor geçmişine bağlı olarak farklılık gösterdiğini, spor geçmişinin bir eşik düzeyinin üzerine çıktıkça (örneğin 10-15 yaş) spor geçmişindeki artış, sporcu kimliğinin daha yüksek düzeyde gelişmesiyle sonuçlanacağını savunmaktadır.

Sporcu kimlik ölçeği alt boyutları arasında pozitif yönlü yüksek ve orta düzeyde ilişki olduğu (Tablo 8), ve katılımcıların Sporcu Kimlik Ölçeğinden yüksek düzeyde ortalama puan aldıkları (Tablo 3) ($x=4,01$) bulunmuştur. Bulgularımıza paralel olarak, Şekeroğlu (2017)'da katılımcıların sporcu kimliği ölçeğinden ($x=4,05$) puan ortalaması elde ettiklerini belirtmiştir. Eason ve Clines (2022), katılımcıların sporcu kimlik düzeylerinin orta düzeyde olduğunu ölçtüklerini açıklamışlardır.

SONUÇ

Sonuç olarak sporcu kimliklerinin sosyal kimlik alt boyutunda katılımcıların cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık bulunmuş olup, erkek katılımcıların kadın katılımcılara göre daha yüksek ortalamaya sahip olduğu, milli olan sporcuların ise daha yüksek bir ortalamaya sahip olduğu görülmüştür. Yaş değişkeni ise sporcu kimliği açısından anlamlı bir fark oluşturmamıştır ($p<0.05$). Katılımcıların sporculuk süresi değişkenine göre sporculuk süresi 2-4 yıl ve 8 yıl ve üzeri olan katılımcıların ortalamalarının 1 yıl ve altı olan katılımcılara göre anlamlı olarak yüksek olduğu görülmüştür. sporcu kimliği ölçeği alt boyutları arasında pozitif yönde, yüksek ve orta düzeyde bir ilişki olduğu ve katılımcıların sporcu kimliği düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna

varılmıştır. Spor Bilimleri Fakóltesi öğrencilerinin sporcu kimliklerini geliştirecek önlemlerin alınması önerilebilir.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Araştırma sürecinde çalışmaya katılan öğrencilere teşekkür ederiz.

Etik Beyanı

Çalışma, Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakóltesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kuruludan E-2300097492 sayılı, 2023/3 Fakólte Etik Kurulu kararı alındıktan sonra yapılmıştır.

Yazar Katkıları

Araştırmanın uygulanması, veri toplanması B. Ç. S., verilerin istatistiksel analizleri M.M., literatür araştırması, düzenleme ve yazım aşaması B. K. tarafından yapılmıştır.

KAYNAKLAR

- Alpman, C. (1972). *Eğitim bütünlüğü içinde beden eğitimi ve çağlar boyu gelişimi*. İstanbul: Millî Eğitim Basımevi.
- Aşkın, M. (2007). Kimlik ve giydirilmiş kimlikler. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(2), 213-220.
- Baba Kaya, H., Namlı, S. ve Tekkurşun-Demir, G. (2018). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sporcu kimlikleri ve başarı yönelimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, *ETÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi (ETÜSBED)*, III (7), 179-196.
- Barsbuğa, Y. (2021) Evaluation of Athletic Identity in Elite Fencers, *Turkish Journal of Sport and Exercise / Türk Spor ve Egzersiz Dergisi*, 23 (2), 136-140.
- Basoğlu, U. D. (2018). An empirical study on the relationship between sporadic achievement levels and athlete identity perception levels of stressors, *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 4(2), 147-156.
- Belli, E., Bedir, F., & Turan, M. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Spora Yönelik Tutumları ile Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Erzurum Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (9), 89-103.
- Beron, K. J., & Piquero, A. R. (2016). Studying the determinants of student-athlete grade point average: The roles of identity, context, and academic interests. *Social Science Quarterly*, 97, 142-160.
- Borak, D., Costakis, H. & Crawford, L (2022). Athletic Identity and Identity Foreclosure Among Student Athletes at an NJCAA Institution, *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 22(7), 215-226.
- Can, Y. ve Kaçay, Z. (2016). "Investigation of the relationship between athlete identity perception, courage and self-confidence. Sporcu kimlik algısı ile cesaret ve özgüven duyguları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal Of Human Sciences*, 13(3), 6176-6184.
- Costa, S., Santi, G., Di Fronso, S., Montesano, C., Di Gruttola, F., Ciof, E. G., Morgilli, L. & Bertollo, M. (2020). Athletes and adversities: Athletic identity and emotional regulation in time of COVID-19, *Sport Sciences for Health*, 16, 609-618.
- Çetinkaya, T. (2010). *Sporcu öğrenci kimliği oluşumunda etkili olan faktörler*, (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çetinkaya, T. (2015). *Takım sporlarında sporcu kimliği ve sürekli sportif kendine güven ilişkisi*, (Yayımlanmamış doktora tezi), Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çetinkaya, T. (2019). *Sporcu öğrenci kimliği oluşumunda etkili olan faktörler*. Gazi Kitapevi.
- Doğaner, S., Görmüş, M., & Kılıç, M. Ö. (2020). Sporcu Kimliği ile Öz Yeterlik Arasındaki İlişkinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Journal of International Social Research*, 69(1).
- Eason, C. M. & Clines, S (2022). The athletic identity of collegiate athletic trainers: A Descriptive study, *J Athl Train*, 57(3), 275-281. doi: 10.4085/1062-6050-0628.20.
- Erkal, M. (1978). *Sosyolojik açıdan spor*. İstanbul: Kutsun Yayınevi.
- Gök, O., & Çingöz, Y. E. (2023). Üniversite öğrencilerinin spora katılma ve katılmama nedenlerinin araştırılması. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 12(1), 43-54.
- Gökürna N. (2018). "Sporcu kimliğine sahip lise öğrencilerinde akran ilişkileri ve akran zorbalığının incelenmesi". Karadeniz Teknik Üniversitesi. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Görgülü, R., Adiloğulları, G. E., Tosun, Ö. M., & Adiloğulları, İ. (2018). Prososyal Ve Antisosyal Davranış İle Sporcu Kimliğinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 9(3), 147-161.
- Graupensperger, S., Benson, A. J., Kilmer, J. R., ve Evans, M. B. (2020). Social (un) distancing: Teammate interactions, athletic identity, and mental health of student-athletes during the COVID-19 pandemic. *Journal of Adolescent Health*, 67(5), 662-670.
- Hadiyan, H. (Masume) & Şeyh, M. (2015). How different sports establish different athletic identity levels, *International Journal of Kinesiology & Sports Science*, 3(3), 28-32.
- Hagiwaraa, G., Kurita, K., Hachisuka, S., Warisawa, S., Iwatsuki, T., Mizuochi, F., & Yukhymenko-Lescroart, M. (2022). (Accepted/In press). A development and preliminary validation of the brief version of the Japanese Academic and Athletic Identity Scale. *International Journal of Sports Science and Coaching*. <https://doi.org/10.1177/17479541221128954>.

- Harter, S. (1988). *The construction and conservation of the self: james and cooley revisited*. Lapsley., D.K., & Power., F.C. (Eds), Self, Ego, and Identity. New York: Springer-Verlag.
- Horton, R., ve Mack, D. (2000). Athletic identity in marathon runners: functional focus or dysfunctional commitment. *Journal of Sport Behavior*, 23(2), 101-119.
- Işık, U. (2018). Amatör ve profesyonel sporcu lisanlarına sahip futbolcuların sportif kendine güven düzeyleri ile sporcu kimlikleri arasındaki ilişki, *Spor Eğitim Dergisi*, 2 (3), 26-35.
- Karakaş, T. (2017). *Sporcularda algılanan optimal performans duygu durumu ve sürekli sportif kendine güven duygusu ile sportif kimlik algısı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Muğla Sıtkı Kocaman Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi.
- Kazak, H. (2010). *İlköğretim öğrencilerinin spora başlamasında sosyal faktörlerin rolü (Muş ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Kroshus, E., Kubzansky, L. D., Goldman, R. E., & Austin, S. B. (2014). Norms, athletic identity, and concussion symptom under-reporting among male collegiate ice hockey players: a prospective cohort study. *Annals of behavioral medicine*, 49(1), 95-103.
- Lamont-Mills A., ve Christensen SA. (2006). Athletic identity and its relationship to sport participation levels. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 9, 472-478.
- López de Subijana, C., Barriopedro, M., & Sanz, I. (2015). Dual career motivation and identity on elite athletes. *Revista de Psicología del Deporte*, 24, 55-57.
- Melendez, M. C. (2009). Psychosocial influences on college adjustment in Division I student-athletes: The role of athletic identity. *Journal of College Student Retention: Research, Theory and Practice*, 11, 345-361.
- Mignano, A. C., Brewer, B. W., Winter, C., & Van Raalte, J. L. (2006). Athletic identity and student involvement of female athletes at NCAA Division III women's and coeducational colleges. *Journal of College Student Development*, 47, 457-464.
- Namlı, S. ve Tekkurşun-Demir, G. (2018). *Bireysel ve takım sporcularının sporcu kimlik düzeylerinin tespiti*. Conference: UMTEB IV. Uluslararası Mesleki ve Teknik Bilimler Kongresi 7-9 Aralık 2018 Erzurum.
- Poux, K. N., & Fry, M. D. (2015). Athletes' perceptions of their team motivational climate, career exploration and engagement, and athletic identity. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 9(4), 360-372.
- Saraç, L., & Toprak, N. (2017). Sporcu kimliği ve homofobi ilişkisinin sporcu üniversite öğrencisi adayları örneğinde incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 79-84.
- Sturm, J. E., Feltz, D.L. & Gilson, T. A. (2011). A comparison of athlete and student identity for division I and division III athletes. *J Sport Behav* 34, 295-306.
- Şekeroğlu, M. Ö. (2017). Study of the concepts of athletic identity and continuous sport self-confidence in the light of various variables, *Journal of Education and Training Studies*, 5(13), 44-51.
- Tanrıverdi, H. (2012). Spor ahlakı ve şiddet. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 5(8), 1071-93.
- Tuşak, M., Faganel, M. & Bednarik, J. (2005). Is athletic identity an important motivator? *International Journal of Sport Psychology* 36(1), 39-49.
- Utku, I. (2018). Profesyonel ve amatör futbolcuların sportif kendine güven ve sporcu kimlikleri arasındaki ilişki. *Spor Eğitim Dergisi*, 2(3), 26-35.
- Yanar, Ş., Kırandı, Ö., & Yusuf, C. (2017). Tenis ve badminton sporcularının sporcu kimlik algısı ve başarı motivasyon düzeyleri arasındaki farklılıkların incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 1(1), 51-58.

Farklı Branşlarda Aktif Olan Sporcuların Sporcu Öz Yeterlik Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Investigation of Athlete Self-Efficacy Levels of Athletes Active in Different Branches According to Different Variables

Selim ASAN¹ 

¹Erzurum Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum, Türkiye.

Özet

Spor ortamında yaşanan pozitif ve negatif durumların spor performansına etkilerinden dolayı öz yeterlik psikolojik olarak incelenmesi gereken önemli değişkenler arasındadır. Sporda öz yeterlik, insanların olaylar karşısında düşünce ve davranışlarını önemli ölçüde etkileyen bir unsurdur. Bu bilgiler doğrultusunda bu çalışmanın amacı; farklı branşlarda aktif olan sporcuların sporcu öz yeterlik düzeylerinin yaş, cinsiyet, spor yaşı, branş türü gibi değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırmaya aktif spor yapan 127 (%70,9) erkek, 52 (%29,1) kadın olmak üzere toplam 179 sporcu öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmanın verileri araştırmacı tarafından dizayn edilen kişisel bilgi formu ve Koçak (2020) tarafından geliştirilmiş "Sporcu Öz yeterlik Ölçeği (SÖYÖ)" kullanılarak toplanmıştır. Veriler SPSS paket programında tanımlayıcı istatistikler T testi ve ANOVA testi ile elde edilmiştir. Analizlerin tamamında anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir. Çalışmanın bulgularına göre öğrencilerin sporcu öz yeterlik düzeyleri cinsiyet, yaş, sporcu yaşı ve branş türü açısından anlamlı düzeyde farklılaşmadığı bulunmuştur. Sonuç olarak; Öğrencilerin sporcu öz yeterlik düzeyleri yaş ve spor deneyimindeki artışla beraber arttığı fakat bu artışın anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir. Aynı zamanda cinsiyet ve yapılan spor türüne göre sporcu öz yeterlik düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Bireysel spor, Sporcu, Sporcu öz yeterlik, Spor bilimleri, Takım sporu

Abstract

Self-efficacy is among the important variables that should be examined psychologically due to the effects of positive and negative situations experienced in the sport environment on sport performance. Self-efficacy in sport is a factor that significantly affects people's thoughts and behaviors in the face of events. In line with this information, the aim of this study is to examine the athlete self-efficacy levels of athletes active in different branches in terms of variables such as age, gender, sport age, and branch type. A total of 179 student athletes, 127 (70.9%) males and 52 (29.1%) females, participated in the study voluntarily. The data of the study were collected using the personal information form designed by the researcher and the "Athlete Self-Efficacy Scale (ESES)" developed by Koçak (2020). Data were obtained with descriptive statistics, T test and ANOVA test in SPSS package program. The significance level was accepted as $p < .05$ in all analyzes. According to the findings of the study, it was found that students' athlete self-efficacy levels did not differ significantly in terms of gender, age, age of athlete and branch type. As a result, it was determined that students' athlete self-efficacy levels increased with the increase in age and sports experience, but this increase was not significant. At the same time, it was determined that there was no significant difference in the level of athlete self-efficacy according to gender and sport type.

Keywords: Individual sport, Athlete, Athlete self efficacy, Sport science, Team sport

<p>Spor ve Bilim Dergisi 01(01):55-63 Sorumlu yazar: Selim ASAN, 0000-0001-6264-1071, selim.asan@erzurum.edu.tr</p>	<p>Künye: Asan, S. (2023). Farklı branşlarda aktif olan sporcuların sporcu öz yeterlik düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. Spor ve Bilim Dergisi, 1(1), 55-63.</p>	<p>Tarihler: Geliş: 23.02.2023 Kabul: 24.03.2023 Yayın: 28.04.2023</p>
--	--	---

*Bu çalışma 12. Uluslararası İstanbul Sosyal ve Beşerî Bilimler Kongresinde özet bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Spor; rekabet, eğlence, sağlıklı yaşam ve mücadeleyi gerektiren, belirli kurallara göre gerçekleştirilen bilinçli, amaçlı hareketler dizisi olarak tanımlanan psikolojik, fiziksel ve ruhsal bir olgudur (Ramazanoğlu ve ark., 2005). Spor, aynı çağda yaşayan birçok bireyin günlük yaşamına derinlemesine nüfuz etmiş bir olgudur. (Turan ve ark, 2022). Bir sporcunun gelişimi fiziksel etkenler kadar, psikolojik etkenlerle de ilişkilidir. Literatür çoğunlukla zihinsel hazırlık stratejilerinin performans üzerine olumlu bir etki yaptığını savunmaktadır. Fiziksel yeteneklerin bulunduğu ortam, psikolojik özelliklerin gelişimi için ideal bir ortam oluşturduğundan, bireyin fiziksel yeteneklerinin zihinsel yapısıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Frost, 1987). Spor psikolojisinde son zamanlarda öne çıkan konulardan biri de birçok araştırmacının ilgisini çeken öz yeterlik algısıdır (Köksal, 2008). Yetişkin ve ergenlerde düzenli yapılan egzersizler, birçok olumlu alışkanlığında kazanımına katkı sağlar.

Öz yeterlik, kişinin zor durumlar karşısında belirli bir düzeyde performans gösterebilme yeteneğine ilişkin algısı olarak tanımlanmaktadır. Algılanan öz yeterlik, yalnızca ileriye dönük korku ve engellemeyi azaltmakla kalmaz, bunun yanı sıra nihai başarıya yönelik çabayı da etkiler (Bandura, 1996). Bireyin algılanan öz yeterliliğinin büyüklüğü, önceki performansları ile olumlu bir şekilde ilişkilidir ve onları güven yaymaya teşvik eder, böylece farklı bir iyi performansın üretimini etkiler (Valiante & Morris, 2013; Holzberger ve ark, 2013).

Öz yeterlik, insanların zorlu görevler hakkındaki inançları ve kendi uygulamaları üzerinde kontrol sağlama yetenekleridir (Luszczynska ve ark., 2005). Bu durumda kişinin öz yeterlik açısından ne kadar beceriye sahip olduğunun bir önemi yoktur. Kişilerin bu becerilerle neler yapabileceği konusundaki inançları daha önemlidir (Bandura, 1997). Düşük öz yeterlik inancına sahip kişiler zorluklarla başa çıkmak için daha az çalışırken, yüksek öz yeterlik inancına sahip kişiler zorluklarla daha fazla mücadele eder. Öz yeterlik, farklı alanlardaki bireylere farklı yetenekler yükler. Sporda ise spor öz yeterliliği ön plana çıkmaktadır. Spor öz yeterlik; bireyin sadece motor becerilerine yönelik öz yeterlik algısının bir parçasıdır. Sporcunun motor becerilerinin yeterliliğine olan inancı şeklinde tanımlanır (Sarı, 2013).

Sporcu öz yeterliği, bilişsel ve psikomotor faktörleri içerir. Bilişsel unsur, spor hakkındaki bilgi ve becerilerin bilincinde olma ile ilgilidir. Bilişsel unsurlar aynı zamanda, eylemlerin sonucunu önceden tahmin etmek, muhakeme ve öngörü ile olası olumsuz durumlardan kaçınma veya olumlu yönde değişmeyi de içerir. Öte yandan, psikomotor unsur, becerileri ve yetenekleri kapsar ve bunların farkındalığıyla elde edilir (Özkan, 2019). Spor yapan kişilerin öz yeterlik

düzeylerinin yüksek olması, öz yeterlik inançları sayesinde yapacakları etkinlikleri başarılı bir şekilde gerçekleştirmelerini sağlayacaktır (Doğru, 2017).

Spor ortamında yaşanan pozitif ve negatif durumların spor performansına etkilerinden dolayı öz yeterlik psikolojik olarak incelenmesi gereken önemli değişkenler arasındadır (Molina ve ark., 2018). Sporda öz yeterlik, insanların olaylar karşısında düşünce ve davranışlarını önemli ölçüde etkileyen bir unsurdur (Yılmaz ve ark., 2020). Bu bilgiler doğrultusunda çalışmanın amacı; Farklı branşlar da aktif olan sporcuların sporcu öz yeterlik düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelemektir.

YÖNTEM

Çalışma, Erzurum Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kuruludan 29.12.2022 tarih 12 sayılı toplantı ve 7 sayılı onay alındıktan sonra yapılmıştır.

Çalışma Tasarımı

Spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin yaş, cinsiyet, spor yaşı ve spor türleri ile sporcu öz yeterlik düzeylerinin arasındaki ilişkiyi tespit etmek için ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır (Karasar,2004).

Katılımcılar/Araştırma Grubu

2022-2023 eğitim öğretim yılında Erzurum Teknik Üniversitesi ve Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören ve aktif spor yapan gönüllü sporcu öğrencilerden oluşturulmuştur. Katılımcıların demografik bilgileri ve tamamlayıcı bulguları Tablo 1'de gösterilmiştir.

İstatistiksel Analiz

Çalışmadan elde edilen verilere çarpıklık ve basıklık testleri uygulanarak normal dağılım gösterip göstermediğini belirlenmiştir. -1.5 ile +1.5 arasındaki çarpıklık ve basıklık değerleri normal dağılım olarak kabul edilebilir (Tabachnick & Fidell, 2007). Analiz edilen çarpıklık ve basıklık değerleri -1.5 ile +1.5 aralığında normal dağıldığı ve parametrik test için gerekli olan diğer varsayımlar karşılandığı için veri analizinde T-testleri ve Tek Yönlü Anova testleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Spor Bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin sporcu öz-yeterliği (SÖY) ile ilişkili çarpıklık ve basıklık oranları Tablo 2'de gösterilmiştir.

Uygulanan Testler/Veri Toplama Prosedürü

Verilerin Toplanması: Veriler, Erzurum Teknik Üniversitesi ve Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören sporcu öğrencilerin gönüllü katılımıyla anket yoluyla toplanmıştır. Bu amaçla gönüllü katılımcılara anket açıklanmış ve cevaplarının sadece bilimsel araştırmada kullanılacağı belirtilmiştir.

Veri Toplama Araçları: Araştırmada çalışmaya özel hazırlanan kişisel bilgi formu, sporcu öz yeterlik ölçeği kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” ile çalışma grubundaki katılımcıların cinsiyet, yaş, spor yaşı, branş türü hakkında bilgi toplamak amaçlanmıştır.

Sporcu Öz Yeterlik Ölçeği: Sporcuların öz yeterliklerini ölçmek için Koçak (2020) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek spor dalı, psikolojik, profesyonel düşünce ve kişilik yeterlikleri olmak üzere 4 alt boyut ve 17 maddedir. Ölçek kendini değerlendirmeye yönelik 5'li likert tipi bir ölçektir. Maddeler “1-Katılmıyorum, 2-Az katılıyorum, 3- Orta düzeyde katılıyorum, 4-Çok katılıyorum ve 5-Tamamen katılıyorum” şeklinde hazırlanmıştır. Bu ölçek için Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı değeri 0,88'dir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların demografik ve tamamlayıcı bilgileri

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Erkek	127	70,9
	Kadın	52	29,1
Yaş	18-20 arası	144	80,5
	21-23 arası	26	14,5
	24-26 arası	9	5,0
Spor Yaşı	1-3 yıl	37	20,7
	4- 6 yıl	58	32,4
	7-9 yıl	46	25,7
	10-12 yıl	38	21,2
Spor Türü	Takım	141	78,8
	Bireysel	38	21,2
Toplam		179	100

Tablo 1'e göre, çalışmaya 18-26 yaş ve spor yaşı 1-12 yıl aralığında spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 52'i kadın, 127'i erkek olmak üzere toplam 179 sporcu öğrenci katılmıştır. Katılımcıların %78,8'i takım sporlarını yaparken, % 21,2'si ise bireysel sporları yapmadıklarını belirtmiştir.

Tablo 2. Verilerin normallik test sonuçları

Ölçekler	Çarpıklık	Basıklık
SÖYÖ	-.272	-.147

Tablo 2'de gösterildiği gibi, normal dağılım analizinde sporcu öz yeterlik ölçeğinin (Skewness=-.272 Kurtosis=-.147) belirlendi. Tabachnick ve Fidell (2015) tarafından açıklanan (-1,5 ile +1,5) aralığındaki verilerin normal dağıldığı söylenmektedir. Normallik dağılım sonuçlarına göre çalışmamızda parametrik testlerin kullanılacağı tespit edilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre sporcu öz yeterlik düzeyleri

Ölçek	Cinsiyet	N	X	Ss.	t	P(sig.)
SÖYÖ	Erkek	127	4.07	.522	-.055	.956
	Kadın	52	4.07	.548		

p<.05

Tablo 3'te araştırmada yer alan katılımcıların cinsiyetine göre sporcu öz yeterlik düzeylerinin anlamlı farklılık tespit edilememiştir (p>.05).

Tablo 4. Katılımcıların yaş değişkenine göre sporcu öz yeterlik düzeyleri

Ölçek	Yaş	N	X	Ss.	F	P(sig.)
SÖYÖ	18-22	144	4.04	.507	.973	.380
	23-27	26	4.20	.618		
	28-32	9	4.07	.586		

p <.05

Tablo 4'te katılımcıların yaşlarına göre sporcu öz yeterlik düzeyleri arasında anlamlı farklılık belirlenmemiştir (p>.05).

Tablo 5. Katılımcıların spor yaşına göre sporcu öz yeterlik düzeyleri

Ölçek	Spor Yaşı	N	X	Ss.	F	P(sig.)
SÖYÖ	1-3	37	3.96	.527	1.11	.343
	4-6	58	4.13	.545		
	7-9	46	4.03	.495		
	10-12	38	4.14	.539		

p <.05

Tablo 5'te araştırmada yer alan katılımcıların spor yaşına göre sporcu öz yeterlik düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır (p>.05).

Tablo 6. Katılımcıların branş türüne göre sporcu öz yeterlik düzeyleri

Ölçek	Branş Türü	N	X	Ss.	t	P(sig.)
SÖYÖ	Takım	141	4.07	.503	3.88	.890
	Bireysel	38	4.06	.620		

$p < .05$

Tablo 6’da katılımcıların branş türüne göre sporcu öz yeterlik düzeyleri arasında anlamlı fark olmadığı görülmüştür ($p > .05$).

TARTIŞMA

Bu çalışmada, aktif spor yapan spor bilimleri öğrencilerinin sporcu öz yeterlik düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya 18-26 yaş ve spor yaşı 1-12 yıl aralığında spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 52’i kadın, 127’i erkek olmak üzere toplam 179 sporcu öğrenci katılmıştır. Katılımcıların % 78.8’i takım sporlarını yaparken, % 21.2’si ise bireysel sporları yapmadıklarını belirtmiştir.

Mevcut çalışmada sporcu öz yeterlik ile cinsiyet değişkenine bakıldığında anlamlı derecede farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alan yazın incelendiğinde çalışma ile benzer sonuçların elde edildiği araştırmalar bulunmaktadır (Ayyıldız & Sunay, 2021; Acuner, 2012; Sevinç & Kapçak, 2021). Aynı zamanda çalışmanın sonuçlarından farklılaşan bulguların tespit edildiği araştırmalara da rastlanmaktadır (Aydın ve ark., 2019; Özer, 2015; Tırpan, 2016). Çalışmada öz yeterlik ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulunmamasının önemli nedenlerinden birisi de örneklem grubunun homojen bir dağılım göstermemesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sporcu öz yeterlik düzeyi ile yaş değişkeni arasında anlamlı fark tespit edilmemiştir. Literatür incelendiğinde çalışmanın sonuçları ile paralellik gösteren araştırmalar bulunmaktadır (Özkan, 2019; Sevinç ve Kapçak, 2021). Alan yazındaki bazı çalışmalarda ise çalışmanın aksine anlamlı sonuçların elde edildiği araştırmalara bulunmaktadır (Yıldırım, 2018; Tekeli, 2017; Scholz ve ark., 2002; Creed & Patton, 2003).

Araştırma sonuçlarına göre spor deneyimi artıkça sporcu öz yeterlik puanlarının arttığı tespit edilmesine karşın bu artışın anlamlı düzeyde olmadığı bulunmuştur. Literatür incelendiğinde çalışmanın aksine sporcu öz yeterlik ile spor deneyimi arasında anlamlı farklılıklar olduğu çalışmalar bulunmaktadır (Barut 2008; Sarı, 2013; Cihan, 2014; Özkan, 2019). Alan yazında çalışmanın bulguları ile benzer sonuçların tespit edildiği araştırmalarında mevcut olduğu görülmektedir (Çetinoğlu, 2016; Ertoğan, 2017). Sporcu öz yeterlik ile spor deneyimi arasındaki pozitif korelasyondan dolayı spor deneyimi az olan bireylerin düşük öz yeterlik düzeyine sahip olduğu görülmüştür.

Çalışmada öz yeterlik puanları ile spor türü değişkeni arasında anlamlı fark olmadığı saptanmıştır. Bu durumun çalışmada takım ve bireysel spor yapan sporcuların sayılarının birbirine eşit olmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Literatürde çalışmamızla benzer bulguların elde edildiği araştırmalar bulunmaktadır (Chase, 1998; Malipatil, 2017; Şahin ve ark., 2016). Ancak öz yeterlik ile takım ya da bireysel spor yapma durumları arasında anlamlı farklılıkların olduğunu ileri süren çalışmalar bulunmaktadır (Gökçe & Arslan, 2014; Bozkurt, 2014; Dinç, 2011; Salar ve ark., 2012; Sulu ve ark., 2021). Literatürde farklı sonuçların elde edildiği tam anlamıyla ortak bir sonucun olmadığı görülmektedir.

SONUÇ

Sonuç olarak; Öğrencilerin sporcu öz yeterlik düzeyleri yaş ve spor deneyimindeki artışla beraber arttığı fakat bu artışın anlamlı düzeyde olmadığı belirlenmiştir. Aynı zamanda cinsiyet ve yapılan spor türüne göre sporcu öz yeterlik düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Benzer çalışmaların daha homojen örneklem grupları ile yapılarak alan yazının zenginleştirilmesi sağlanabilir.

Destek ve Teşekkür Beyanı

Araştırma sürecinde çalışmaya katılan sporculara teşekkür ederiz.

Etik Beyanı

Çalışma, Erzurum Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kuruludan 29.12.2022 tarih 12 sayılı toplantı ve 7sayılı onay alındıktan sonra yapılmıştır.

Yazar Katkıları

Araştırmanın uygulanması, veri toplanması, literatür araştırması, araştırmanın tasarım, düzenleme ve yazım aşamasında S.A. görev almıştır.

KAYNAKLAR

- Acuner, A. (2012). *Farklı dansları yapan bireylerin çeşitli değişkenlere göre özgüven ve öz yeterliklerinin karşılaştırılması*. Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Aydın, F., Sunay, H., Bal, E., & Ayyıldız, E. (2019). The relation between self-efficacy and group cohesiveness perceptions of professional men and woman's football team (Ankara Province Example). *Universal Journal of Management*, 8(2), 33-38.
- Ayyıldız, E. & Sunay, H. (2021). Bireylerin fiziksel aktiviteye katılım durumlarına göre mutluluk ve duygusal düzenlemede öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 230-240. <https://doi.org/10.33689/spormetre.963168>
- Bandura, A. (1997). Sources of Self Efficacy. A. Bandura içinde, *Self Efficacy: The Exercise of Control* (s. 79-113). New York: W.H. Freeman and Company.
- Bandura, A. (1996). Self-efficacy in ramachaudran encyclopedia of human behavior. New York: *Academic Press*. 71.
- Barut A.İ. (2008). *Sporda batıl davranış ve özyeterlik ilişkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Bozkurt, Ş. (2014). *Okul sporlarına katılan öğrencilerin katılım motivasyonu, başarı algısı ve öz-yeterliklerinin incelenmesi*. Akdeniz Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, Antalya.
- Chase, M. A. (1998). Sources of self-efficacy in physical education and sport, *Journal of Teaching in Physical Education*, 18(1), 76-89. DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.18.1.76>.
- Cihan, B. B. (2014). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğretmenlik Bölümünde Öğrenim Gören Öğrencilerin Akademik, Sportif ve Öğretmenlik Özyeterlilik Algılarının İncelenmesi*, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Creed, P. A. & Patton, W. (2003). Predicting two components of career maturity in school based adolescents. *Journal of Career Development*, 29(4), 277-290. <https://doi.org/10.1023/A:1022943613644>.
- Çetinoğlu, G. (2016). *Bursa Birinci Amatör Ligindeki Futbolcuların Özyeterlilik ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Dinç, Z. (2011). Social self-efficacy of adolescent who participate in individual and team sports, *Social Behavior and Personality*, 39(10), 1417-1424. <https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.10.1417>.
- Doğru, Z. (2017). Beden eğitimi ve spor eğitimi bölümü öğrencilerinin özgüven ve özyeterlilik algıları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 14-23.
- Ertoğan, C. (2017) *Sakatlık geçirmiş sporcuların stresle başa çıkabilme, öz yeterlilik inancı ve sportif kendine güven durumlarının değerlendirilmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Frost, D. (1987). *Sport psychology*. Translated by A. Alijani, M. Noorbakhsh, Tehran Department of Research and Education of Physical Education.
- Gökçe, H. & Arslan, Y. (2014). *Comparison of the athletes' self-efficacy: Participating to individuals or team sports*, I. International Scientific Conference, Serbia.
- Holzberger, D., Philipp, A. & Kunter, M., (2013). How teachers' self-efficacy is related to instructional quality: A longitudinal analysis. *Journal of Educational Psychology*, 105(3), 774-786. <https://doi.org/10.1037/a0032198>.
- Karasar, N. (2004) *Bilimsel Araştırma Yöntemi*, Nobel Yayıncılık, Ankara, 52.
- Koçak, Ç. V. (2020). Athlete self efficacy scale: development and psychometric properties. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 41-54.
- Köksal, F. (2008). *Antrenörlerin liderlik tarzları ile öz yeterlilikleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Luszczynska, A., Scholz, U. & Schwarzer, R. (2005). The general self-efficacy scale: multicultural validation studies. *The Journal of psychology*, 139(5), 439-457 <https://doi.org/10.3200/JRPL.139.5.439-457>.
- Malipatil, R. P. (2017). A study of general self-efficacy of sportsmen of Karnataka University in team and individual sports events. *International Journal of Yogic, Human Movement and Sports Sciences*, 3(1), 155-157.

- Molina García, N., Crespo-Hervás, J., & García Pascual, F. (2018). *Predictive variables of happiness in private sports centres*.
- Özer, T. (2015). *Beden eğitimi ile diğer öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik özyeterliliklerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi. Kütahya.
- Özkan, G. (2019). *Üniversite öğrencisi kadın futbolcuların toplumsal cinsiyet algıları ile sporcu öz yeterlilik algıları arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Ramazanoğlu, F., Karahüseyinoğlu, M.F., Demirel, E.T., Ramazanoğlu, M.O. & Altungül, O. (2005). Sporun toplumsal boyutlarının değerlendirilmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 153-157.
- Salar, B., Hekim, M. & Tokgöz, M. (2012). 15-18 Yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6, 123-135.
- Sarı, İ. (2013). *Güreşçilerin motivasyonu ve öz yeterlikleri ile antrenörlerin liderlik davranışlarının ilişkisi*. Doktora Tezi, Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kocaeli.
- Scholz, U., Gutierrez- Dona, B., Sud, S., & Schwarzer, R. (2002). Is general self efficacy a universal construct?. *European Journal of Psychological Assessment*, 18(3), 242-251. <https://doi.org/10.1027//1015-5759.18.3.242>.
- Sevinç, K., & Kapçak, V. (2021). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin spora katılım motivasyonlarının ve öz yeterlilik düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 3(2), 68-78. <https://doi.org/10.51538/intjournexerpsyc.1038957>.
- Sulu, B., Bayar P. & Çakaloğlu, E. (2021). Bireysel ve takım sporcularının öz yeterlilik ve stresle başa çıkma stratejileri. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 112-122. <https://doi.org/10.33689/spormetre.800249>.
- Şahin, F., Şahin, A. & Şahan, H. (2016). Takım ve bireysel spor yapan sporcuların öz yeterlilik düzeyleri farklı mıdır? *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, 3(3).
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. *Using multivariate statistics*. Pearson Education, 2007.
- Tekeli Ş.C. (2017). *Beden eğitimi ve spor öğretmeni adayları ile diğer öğretmen adaylarının sosyal görünüş kaygısı ve akademik öz yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Bartın.
- Tırpan, M. (2016). *Beden Eğitimi ve Spor yüksekokulu öğrencilerinin yenilikçi ve genel öz yeterlikleri arasında ilişkinin incelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Turan, M., Cingöz, Y. E., Savaş, B. Ç., & Mavıbaş, M. (2022). Sporun Yaşam Becerileri Üzerine Etkisi: Kamu Çalışanlarına Yönelik Bir Araştırma. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 1), 1-18.
- Valiante, G. & Morris, D. B., (2013). The sources and maintenance of professional golfer's self-efficacy beliefs. *The Sport Psychologist*, 27, 130-142. <https://doi.org/10.1123/tsp.27.2.130>.
- Yıldırım, S. (2018). *Psikoloji Yüksek lisans öğrencilerinin özyeterlilik algıları ile benlik saygılarının değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Yılmaz, T., Yiğit, Ş., Dalbudak, İ. & Acar, E. (2020). Investigation of university students' self-efficacy and sport specific success motivation levels. *Electronic Turkish Studies*, 15(3).