

**GAZİ BEDEN EĞİTİMİ
VE SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ**



**GAZI JOURNAL OF
PHYSICAL EDUCATION
AND SPORTS SCIENCES**

Cilt **XIV**
Sayı **4**
Ekim **2009**

Volume
Issue
October

İÇİNDEKİLER

CONTENTS

SPORDA PSİKO-SOSYAL

ALANLAR

Stres Veren Yaşam Olaylarının Öğretim
Elemanlarının, Depresyon ve Tükenmişlik
Düzeylerine Etkisi

1-13

Engin GEZER
Fatih YENEL

**PSYCHO-SOCIAL AREAS IN
SPORT**

The Effects of Stresful Life Events to
Burnout and Depression Level of
Academicians

12 Haftalık Futbol Eğitiminin 8-10 Yaş
Grubu Çocukların Sözel-Dilsel ve
Mantık-Matematik Zekâ Gelişimi Üzerine
Etkisi

15-32

Şebnem CENGİZ
ŞARVAN
Atilla PULUR

The Effect of 12 Week Football Training
on Development of Linguistic and
Logical-Mathematical Inteligence of
Children Groups 8-10 Years Old

**HAREKET VE ANTRENMAN
BİLİMLERİ**

Güreşçi ve Futbolcuların Diz Eklemi
Flexiyon ve Ekstansiyon Kas
Kuvvetlerinin İzokinetik Dinamometrede
Değerlendirilmesi

33-47

Yunus TORTOP
İsmail
TÜRKMENOĞLU
Yücel OCAK

**MOVEMENT AND TRAINING
SCIENCES**

Assessment of Knee Joint Flexion and
Extention Muscle Strenght of Wrestler
and Footballers with Isokinetic
Dynamometer

7-12 Yaş Çocuklarda Cinsiyet ve Yaş
Gruplarına Göre Eurofit Test Bataryası ile
Performans Parametrelerinin
Değerlendirilmesi

49-64

Gamze ERİKOĞLU
Hüseyin ÖZKAMÇI
Nasrin GOLMOGHANI
Ceren SUVEREN
Tuğçe TOT
Neşe ŞAHİN
Ziya SELÇUK
Erdal ZORBA
Nevin ATALAY
GÜZEL

Assesment of Performance Parameters
with Eurofit Test Battery According to
Gender and Age Groups at 7-12 Years
Old Children

**SPOR YÖNETİM
BİLİMLERİ**

Türk Futbolunda Kurumsal İletişim
Yönetimi

65-75

Hakan KATIRCI

**SPORTS MANAGEMENT
SCIENCES**

Corporate Communication Management
in Turkish Football

Boş Sayfa

STRES VEREN YAŞAM OLAYLARININ ÖĞRETİM ELEMANLARININ DEPRESYON VE TÜKENMİŞLİK DÜZEYLERİNE ETKİSİ

Engin GEZER*, Fatih YENEL**

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, stres veren yaşam olaylarının, öğretim elemanlarının tükenmişlik ve depresyon düzeylerine etkisinin incelenmesidir. Bu amaçla Türkiye'nin 7 coğrafi bölgesinden 15 üniversitenin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında görev yapan öğretim elemanlarına anket uygulanmıştır. Araştırmanın evrenini, Türkiye'deki devlet üniversitelerinin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında görev yapan 1188 öğretim elemanı oluşturmaktadır. Örneklemi ise, Türkiye'nin coğrafi bölgelerine göre tabakalı örneklem yöntemi ile belirlenmiş 15 devlet üniversitesinin, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında görev yapan toplam 365 öğretim elemanı oluşturmaktadır. Araştırma, kişisel ve mesleki bilgileri içeren ölçek, Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ), Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ) ve Sosyal Uyum Ölçme Skalası (SRRS) ile toplanan veriler üzerinde yürütülmüştür. Araştırma sonucunda elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 11.5 ve STATISTICA 7.0 programından yararlanılmıştır.

Araştırmada, öğretim elemanlarının kişisel ve mesleki özelliklerini, tükenmişlik, depresyon ve stres düzeylerini belirlemek için elde edilen verilerin frekansları, yüzdeleri ve aritmetik ortalamaları tablolaştırılarak yorumlanmıştır. Öğretim elemanlarının tükenmişlik ve depresyon düzeylerinin; stres grupları, coğrafi bölge, yaş, cinsiyet, medeni durum, akademik unvan, yönetsel görev, eğitim düzeyi, yabancı dil düzeyi, akademik hizmet süresi ve algılanan gelir durumuna göre fark gösterip göstermediğini ortaya koymak için Mann Whitney – U testi, Kruskal Wallis – H testi ve gruplar arası farkın nereden kaynaklandığını bulmak için Dunn testi kullanılmıştır. Ölçeklerin alfa güvenilirlik katsayısı; Tükenmişlik Ölçeği için; Duygusal Tükenme boyutu $\alpha = 0.81$, Duyarsızlaşma boyutu $\alpha = 0.81$, Kişisel Başarı boyutu $\alpha = 0.66$ ve depresyon için $\alpha = 0.87$ olarak bulunmuştur.

Çalışma sonunda; öğretim elemanlarının genel anlamda depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin düşük, stres düzeylerinin ise orta düzeyde olduğu bulunmuştur. Stres veren yaşam olaylarının, depresyon ve tükenmişlik düzeylerine etkisi anlamlı bulunmuştur. Stres düzeyindeki artış depresyon ve tükenmişlik düzeylerini etkilemektedir. Ayrıca, öğretim elemanlarının depresyon ve tükenmişlik düzeylerini; görev yapılan coğrafi bölge, yaş, medeni hal, akademik unvan ve yönetici olma değişkenlerinin etkilediği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Öğretim Elemanı, Stres Veren Yaşam Olayları, Tükenmişlik, Depresyon, Beden Eğitimi ve Spor.

* Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, HATAY

** Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

THE EFFECT OF STRESSFUL LIFE EVENTS TO BURNOUT AND DEPRESSION LEVEL OF ACADEMICIANS

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the effect of stressful life events to the burnout and depression level of academicians. The academicians who worked in Physical Education and Sports High School of 15 university in Turkey's 7 geographical region were surveyed in line with this aim. The case study of this survey is 1188 academicians who worked in Physical Education and Sport Department in Public universities. The sample of this study is composed with layerly sample method and totally 365 academicians who worked in Physical Education and Sport Department in 15 public universities. The research is conducted on the data collected from the questionnaire (scale) that involves personal and occupational information, Social Readjustment Rating Scale (SRRS), Beck Depression Inventory (BDI) and Maslach Burnout Inventory (MBI).

During the evaluation of the data obtained at the end of the research, SPSS 11.5 and STATISTICA 7.0 programs were used. In the study; frequency, percentage and arithmetical means of data that was obtained for the purpose of determining the personal and occupational features of academicians of physical education and sports, depression level, burnout level, stress level and the data was interpreted.

To reveal if physical education and sports academicians' burnout and depression levels differ according to their; stress groups, geographical region, age, gender, marital status, academic title, being an administrator, educational background, foreign language background, period of occupational service, perception of salary, Mann Whitney – U and Kruskal Wallis – H is estimated and Dunn test is used in order to find out groups that differ from others. The reliability coefficient of the inventory is found to be $\alpha=0.81$ for the dimension of emotional exhaustion, $\alpha=0.81$ for the depersonalization dimension, $\alpha=0.66$ for the reduced personal accomplishment dimension and $\alpha=0.87$ for the depression.

As a result of the study; it was found that physical education and sports academicians have a low level of burnout and depression, and have a moderate level of stress. The effects of stressful life events to depression level and burnout level was found meaningful. Increase of stress level was affected depression level and burnout level. It was determine that physical education and sports academicians' burnout and depression levels were affected by their variables of geographical region, age, marital status, academic title and being an administrator.

Key Words: *Academicians, Stressful Life Events, Burnout, Depression, Physical Education and Sports.*

GİRİŞ

Toplumsal ve örgütsel yaşamın bir gerçeği olan stres, performans açısından çalışanları, yapı ve işleyiş açısından örgütleri, nitelik açısından da yaşamı zayıflatmaktadır. Bütün bu etkilerinden dolayı stres bilim adamları tarafından günümüzün en büyük tehlike kaynağı olarak görülmektedir⁴.

Ekonomik ve toplumsal anlamda yaşanan değişiklikler tüm kurumların kendilerini yenileme zorunluluğunu doğurmuştur. Üniversiteler de gerek öğrenciler, gerekse öğretim elemanları açısından bir standarda ulaşma gereksinimi

hissetmektedirler. Bu tür bir gereksinim, beraberinde bireyler arası rekabeti de ön plana çıkardığından, rekabet sonucu, yapılan işin özellikleri ve stres kaynakları çalışanlar üzerinde değişik etkiler yaratmaktadır. Bu etkilerin kişiler üzerinde yaratmış olduğu en belirgin tepkiler ise tükenmişlik ve depresyon olarak karşımıza çıkmaktadır.

Biyolojik, psikolojik ve sosyal nedenlere bağlı bir duygu durum bozukluğu olan depresyon²² ve başarısızlık, yıpranma, enerji ve güç kaybı olarak tanımlanan tükenme¹² ile stres kavramları çoğu zaman karıştırılmakta bazen de birbirlerinin yerine kullanıldıkları görülmektedir. Aslında birbirlerinden ayrılan en temel nokta tükenmişlik insanların yapmış oldukları işleri ile ilgili bir durum iken depresyon ise yalnız iş ile ilgili olmayıp yaşamın değişik alanlarında değişik sebeplerden ortaya çıkabilmektedir.

Bu çalışma ile; toplum tarafından kendisine “önemli” görevler yüklenmiş olan öğretim elemanlarının sosyal yaşamlarındaki değişimler sonucunda oluşan, sosyal uyum zorluğu ve stres yaratan “yaşam olayları”ndan¹⁹ ne oranda etkilendikleri ve bu etkilenmenin sonucunda olması muhtemel rahatsızlıklardan sayılan depresyon ve stresin doğal sonucu olan tükenmişliğe etkileri, BESYO öğretim elemanları açısından tespit edilmeye çalışılmıştır.

YÖNTEM

Bu araştırma, mevcut durumu saptamaya yönelik betimsel bir çalışmadır. Nicel araştırma yaklaşımı kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini; Türkiye’deki devlet üniversitelerinin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında (BESYO) görev yapan 1188 öğretim elemanı oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, Türkiye’nin coğrafi bölgelerine göre; tabakalı örneklem yöntemi ile belirlenmiş 15 devlet üniversitesinin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında görev yapan toplam 365 öğretim elemanı oluşturmaktadır.

Veri toplama aracı 4 bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm; öğretim elemanlarının kişisel ve mesleki bilgileri içeren “Kimlik Bilgileri Formundan” oluşmaktadır. İkinci bölümde mesleki tükenmişliği ölçmek için kullanılan “Maslach Tükenmişlik Ölçeği”^{11,16} yer almaktadır. Üçüncü bölümde ise kişinin içinde bulunduğu depresyon düzeyini ölçmeye yarayan “Beck Depresyon Ölçeği”²¹ kullanılmıştır. Dördüncü ve son bölümde ise Holmes ve Rahe tarafından geliştirilmiş olan yaşam olaylarının yaratmış olduğu stresi ölçmeye yarayan “Sosyal Uyumu Ölçme Skalası”^{14,19} yer almaktadır.

Uygulanan anket sonucunda elde edilen verilerin istatistiksel çözümleri “SPSS 11.5 for Windows” ve “STATISTICA 7.0” programlarından yararlanılarak yapılmıştır. Öğretim elemanları ile ilgili demografik bilgilerin değerlendirilmesinde frekans (f) ve yüzde (%) hesaplanmış ve tablolar halinde verilmiştir. Uygulanan istatistik yöntemleri sonucu elde edilen verilerinin yorumlanmasında Büyüköztürk’ten⁸ yararlanılmıştır.

Kullanılan ölçeklerden tükenmişlik ve depresyon ölçeklerinin Cronbach Alpha iç tutarlılık kat sayıları hesaplanmıştır. Tükenmişlik ölçeğinin alt boyutlarına ilişkin bulunan Cronbach Alpha kat sayıları; Duygusal Tükenme için 0.81, Duyarsızlaşma için 0.81 ve Kişisel Başarı için 0.66’dir. Depresyona ilişkin bulunan Cronbach Alpha kat sayısı ise 0.87 olarak bulunmuştur. Her iki ölçekten elde edilen sonuçlar ölçeğin orijinali ve uyarlanmış halleri ile benzerlik göstermektedir.

BULGULAR

Tablo 1: Öğretim Elemanlarının Stres, Depresyon ve Tükenmişlik Alt Boyutlarından Elde Etmiş Oldukları Ölçek Puanlarının Frekans Dağılımları

ÖLÇEKLER		N	Ortalama	Std Sapma
STRES SKORU		365	171,5288	130,54721
TÜKENMİŞLİK	Duygusal Tükenme	365	1,0985	0,62861
	Duyarsızlaşma	365	0,6559	0,55247
	Kişisel Başarı (Başarısızlık)	365	1,2331	0,64048
DEPRESYON		365	8,0411	5,45823

Tablo 1’de öğretim elemanlarının ölçek puanlarının ortalamaları verilmektedir. Ölçek puanları incelendiğinde, öğretim elemanlarının ortalama stres skoru: 171.52, ortalama depresyon puanları: 8.04 olarak tespit edilmiştir. Tükenmişlik alt boyutlarının puan ortalamaları ise; Duygusal Tükenme: 1.09, Duyarsızlaşma: 0.65, Kişisel Başarı: 1.23 olarak test edilmiştir.

Tablo 2: Öğretim Elemanlarının Tükenmişlik (DT, D, KB) ve Depresyon Düzeylerinin, “Stres Gruplarına” Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Kruskal Wallis-H Testi

ÖLÇEKLER	Stres Grupları	N	Sıra Ort.	Sd	X ²	P	
TÜKENMİŞLİK	Duygusal Tükenme	Düşük	188	154,62	2	32,455	0,000*
		Orta	127	202,83			
		Yüksek	50	239,35			
		Toplam	365				
	Duyarsızlaşma	Düşük	188	161,41	2	19,347	0,000*
		Orta	127	197,62			
		Yüksek	50	227,04			
		Toplam	365				
	Kişisel Başarı	Düşük	188	171,66	2	4,537	0,103
		Orta	127	195,99			
		Yüksek	50	192,63			
		Toplam	365				
DEPRESYON PUANI	Düşük	188	145,89	2	53,737	0,000*	
	Orta	127	210,69				
	Yüksek	50	252,19				
	Toplam	365					

*Karşılaştırmalarda Mann Whitney U-Testi ve Kruskal Wallis H-Testi Kullanılmıştır. DT: Duygusal Tükenme, DYS: Duyarsızlaşma, KB: Kişisel Başarı, BDÖ: Beck Depresyon Ölçeği puanları, * : p<0,05

Tablo 2’de depresyon ve tükenmişlik alt gruplarının (DT, D, KB) öğretim elemanlarının stres gruplarına göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan Kruskal Wallis-H testi sonuçları yer almaktadır.

Yapılan analiz sonucunda; öğretim elemanlarının stres grupları ile tükenmişlik alt gruplarından Duygusal Tükenme (DT) boyutu arasında [$\chi^2_{(2)} = 32.455, p<0,05$], öğretim elemanlarının stres grupları ile tükenmişlik alt gruplarından Duyarsızlaşma (D) boyutu arasında [$\chi^2_{(2)} = 19.347, p<0,05$], öğretim elemanlarının stres grupları ile depresyon düzeyi arasında [$\chi^2_{(2)} = 53.737 p<0,05$] anlamlı farklılıklar saptanmıştır.

Saptanan bu anlamlı farklılıklar depresyon düzeyi açısından; düşük stres grubu ile hem orta hem de yüksek stres grupları arasında gerçekleşmektedir. Diğer bir ifade ile stres düzeyindeki artışa paralel olarak depresyon düzeyi de artmaktadır.

Tükenmişlik alt boyutlarından Duygusal Tükenme (DT) açısından ise; düşük stres grubu ile hem orta hem de yüksek stres grupları arasında gerçekleşmektedir.

Başka bir deyişle stres düzeyindeki artışa paralel olarak Duygusal Tükenme düzeyi de artmaktadır.

Tükenmişlik alt boyutlarından Duyarsızlaşma (D) açısından; düşük stres grubu ile hem orta hem de yüksek stres grupları arasında gerçekleşmektedir. Başka bir deyişle stres düzeyindeki artışa paralel olarak Duyarsızlaşma düzeyi de artmaktadır.

Tablo 3: BESYO Öğretim Elemanlarının Sosyodemografik ve Mesleki Değişkenleri ile DT, DYS, KB ve BDÖ Puanları Arasındaki İlişki*

STRES DÜZEYİ		DÜŞÜK				ORTA				YÜKSEK			
Değişkenler	N	DT	DYS	KB	BDÖ	DT	DYS	KB	BDÖ	DT	DYS	KB	BDÖ
Yaş	≤32	0,96	0,57	1,19	6,35	1,06	0,71	1,46	8,97	1,69	1,09	1,48	13,84
	33-38	0,93	0,60	1,15	5,77	1,18	0,81	1,23	10,03	1,51	0,87	1,48	9,72
	39-47	0,97	0,45	1,14	6,19	1,36	0,82	1,43	9,64	1,14	0,69	1,23	11,70
	≥48	0,84	0,59	1,15	6,45	1,20	0,45	1,08	8,45	1,74	1,00	0,76	12,11
P Değeri		<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	0,034	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	0,020	<i>a.d.</i>
Cinsiyet	Kadın	0,83	0,47	0,97	5,30	1,29	0,73	1,30	10,29	1,54	1,00	1,25	12,73
	Erkek	0,95	0,57	1,20	6,38	1,16	0,71	1,33	8,98	1,45	0,84	1,27	11,54
	P Değeri	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	0,028	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>
Medeni Hâl	Evli	0,90	0,50	1,15	5,88	1,16	0,70	1,32	9,01	1,53	0,86	1,24	11,55
	Bekar	1,02	0,72	1,19	7,29	1,30	0,76	1,33	10,42	1,34	0,95	1,32	12,78
	P Değeri	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	0,032	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>
Yönetmel Görev	Olan	0,90	0,45	1,07	6,37	1,06	0,58	1,00	6,07	1,50	1,00	1,31	15,00
	Olmayan	0,93	0,56	1,17	6,12	1,20	0,73	1,36	9,67	1,47	0,88	1,26	11,77
	P Değeri	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	0,022	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>
Akademik Unvan	Arş. Gör.	0,92	0,59	1,24	6,46	1,16	0,75	1,33	10,28	1,61	1,01	1,41	12,62
	Öğr. Gör.	0,92	0,54	1,12	5,83	1,17	0,70	1,37	8,04	1,20	0,62	1,14	10,65
	Yrd. Doç. Dr.	0,97	0,50	1,16	6,48	1,24	0,73	1,35	9,66	1,81	1,28	1,37	13,30
	Prof. Dr.	0,83	0,68	1,11	6,10	1,30	0,45	0,95	9,50	<i>Değerlendirmeye alınmamıştır (n:1)</i>			
	P Değeri	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	0,040	0,025	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>
Görev Yapılan Coğrafi Bölge	Akdeniz	0,96	0,56	0,90	6,46	1,07	0,52	1,23	6,53	1,18	0,53	1,13	6,33
	Doğ.												
	Anadolu	0,85	0,48	1,31	7,19	1,11	0,76	1,25	9,60	1,98	1,17	1,44	15,00
	Ege	0,71	0,32	1,15	3,70	1,08	0,76	1,51	8,50	0,92	0,53	0,75	9,33
	G.D.Anadolu	0,88	0,40	1,00	4,58	1,11	0,45	1,12	8,50	1,44	0,65	0,97	14,25
	İç Anadolu	0,92	0,59	1,13	6,14	1,21	0,81	1,37	10,28	1,18	0,95	1,60	10,00
	Karadeniz	0,92	0,58	1,36	6,20	1,40	0,72	1,20	10,60	1,22	0,72	0,85	11,80
Marmara	1,25	0,82	1,26	8,32	1,28	0,69	1,29	9,77	1,76	0,93	1,18	13,08	
P Değeri	0,009	0,026	<i>a.d.</i>	0,001	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	<i>a.d.</i>	

(*) Karşılaştırmalarda Mann Whitney U-Testi ve Kruskal Wallis H-Testi Kullanılmıştır. DT: Duygusal Tükenme, DYS: Duyarsızlaşma, KB: Kişisel Başarı, BDÖ: Beck Depresyon Ölçeği puanları, a.d.: anlamlı değil.

Tablo 3'te ise stres düzeylerine göre gruplandırılmış olan BESYO öğretim elemanlarının mesleki ve kişisel özellikleri ile DT, DYS, KB ve BDÖ puanları arasındaki ilişki verilmiştir. Stres düzeyi "düşük" olan öğretim elemanlarının cinsiyetleri ile KB arasında ($p<0,05$), medeni hâlleri ile BDÖ arasında ($p<0,05$), görev yaptıkları coğrafi bölgeler ile DT ($p<0,01$), DYS ($p<0,05$) ve KB arasındaki ($p<0,01$) farklar istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur.

Stres düzeyi “orta” olan öğretim elemanlarının yaşları ile DYS arasında ($p<0,05$) ve yönetsel görevleri ile BDÖ arasında ($p<0,05$) anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Stres düzeyi “yüksek” olan öğretim elemanlarının yaşları ile KB arasında ($p<0,05$), akademik unvanları ile DYS ve DT arasındaki ($p<0,05$) farklar istatistiksel açıdan anlamlı bulunmuştur.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Sonuçlar incelendiğinde stres veren yaşam olaylarının, BESYO öğretim elemanlarında “orta düzeyde stres” yarattığı görülmektedir. Bu durum BESYO öğretim elemanlarının karşılaştıkları stres veren yaşam olayı sayısındaki azlık veya dengeli bir yaşam tarzına sahip oldukları şeklinde yorumlanabilir. Ancak stres veren yaşam olaylarının öğretmenler üzerindeki etkilerinin incelendiği bir araştırmada, öğretmenlerin stres skoru ortalamaları 122.90 olarak bulunmuş ve örneklem grubunu oluşturan öğretmenlerin düşük düzeyde strese sahip oldukları bulgulanmıştır⁷.

BESYO öğretim elemanlarının tükenmişlik düzeyleri değerlendirildiğinde; Duygusal Tükenme ve Duyarsızlaşma düzeylerinin düşük, Kişisel Başarı düzeylerinin yüksek olduğu görülmektedir. Başka bir deyişle BESYO öğretim elemanları “düşük bir tükenmişlik” düzeyine sahiptir. Yapılmış benzer araştırmalar incelendiğinde; bulguların literatürle tutarlı olduğu görülmüştür^{1,7,11,18}.

BESYO öğretim elemanlarının depresyon düzeyleri açısından incelendiğinde ise yine tükenmişlik düzeylerindeki sonuçlara benzer bir durum söz konusudur. Bir başka ifadeyle BESYO öğretim elemanlarının depresyon düzeyleri de düşük çıkmaktadır. Bilici ve arkadaşları⁶ akademisyenler üzerine yaptıkları çalışmalarında da bu çalışmanın bulgularına paralel olarak, çalışma yaptıkları akademisyen grubunun depresyon düzeyinin düşük olduğu sonucuna varmışlardır.

Bütün bu bulgular ve literatürdeki yapılan çalışmalar sonucunda; BESYO öğretim elemanlarının tükenmişlik ve depresyon düzeylerinin endişe verici boyutlarda olmaması, hatta düşük derece olması öğretim elemanlarının psikolojik anlamda sorunlarının olmadığı ya da çok az olduğu, bundan dolayı meslekleri ile ilgili uğraşılara daha sağlıklı yönelebilmeleri açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Öğretim elemanlarının genel anlamda depresyon ve tükenmişlik alt boyutlarından almış oldukları puanların incelenip tartışılmasından sonra öğretim elemanlarının stres düzeylerinin depresyon ve tükenmişliğe etkisinin olup olmadığına ilişkin Tablo 2’den elde edilen bulgulara göre;

Öğretim elemanlarının stres düzeyleri ile tükenmişlik alt boyutlarından Duygusal Tükenme boyutu arasında [$\chi^2_{(2)} = 32.455, p < 0,05$] anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Bulunan bu farklılık; düşük stres düzeyi ile orta stres düzeyi arasında ($p < 0,01$) ve orta stres düzeyi lehine; düşük stres düzeyi ile yüksek stres düzeyi arasında ($p < 0,01$) ve yüksek stres düzeyi lehine gerçekleştiği belirlenmiştir. Daha anlaşılır bir ifade ile stres düzeyindeki artışla orantılı olarak tükenmişlik alt boyutlarından Duygusal Tükenme düzeyinde de artış görülmektedir. Stres düzeyindeki artış Duygusal Tükenme düzeyini anlamlı şekilde etkilemiştir.

Stres düzeyleri ile tükenmişlik alt boyutlarından Duyarsızlaşma boyutu arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir [$\chi^2_{(2)} = 19.347, p < 0,05$].

Tespit edilen bu farklılığın; düşük stres düzeyi ile orta stres düzeyi arasında olduğu ($p < 0,01$) ve orta stres düzeyi lehine gerçekleştiği ve düşük stres düzeyi ile yüksek stres düzeyi arasında olduğu ($p < 0,01$) ve yüksek stres düzeyi lehine gerçekleştiği görülmüştür. Yani bir önceki sonuçta olduğu gibi stres düzeyindeki artış Duyarsızlaşma düzeyini etkilemiş ve artışını anlamlı şekilde etkilemiştir.

Öğretim elemanlarının stres düzeyleri ile depresyon düzeyi arasında anlamlı düzeyde farklılıklar saptanmıştır [$\chi^2_{(2)} = 53.737 p < 0,05$].

Saptanan farklılık; düşük stres düzeyi ile orta stres düzeyi arasında ($p < 0,05$) ve orta stres düzeyi lehine; düşük stres düzeyi ile yüksek stres düzeyi arasında ($p < 0,05$) ve yüksek stres düzeyi lehine gerçekleşmiştir. Bir başka ve daha anlaşılır ifade ile öğretim elemanlarının depresyon düzeyleri stres düzeylerindeki artıştan belirgin ve anlamlı düzeyde etkilenmiştir.

BESYO öğretim elemanlarının tükenmişlik ve depresyon düzeylerinin, başlarından geçen yaşam olaylarının yaratmış olduğu stres ile doğru orantılı olarak arttığı görülmektedir.

Stres – depresyon ve stres – tükenmişlik ilişkileri, konuların her ikisi ile ilgili yapılan çalışmaların neredeyse tamamına yakınında değinilmiştir. Öyle ki stresin sistematığının açıklandığı ve organizmada meydana getirdiği değişikliklerin tanımlandığı “genel uyum sedromu’nun” son aşamasında bahsedilen “tükenme” her ne kadar fizyolojik ve psikolojik anlamda bir tükenme olsa da kişinin çalışma hayatındaki etkileri göz önünde bulundurulduğunda eşdeğer nitelikte olduğu düşünülmektedir.

Ergin ve Çam,^{9,11} yapmış oldukları çalışmalarında daha net bir ifade ile stres – tükenmişlik ilişkisini açıklamışlar ve “tükenmişlik, bir stres denklemdir ve ilerleyici bir süreçtir” şeklinde yorumlamışlardır.

BESYO öğretim elemanlarının tükenmişlik ve depresyon düzeylerinin, demografik değişkenler açısından değerlendirilmesi incelendiğinde ise, stres düzeyi “düşük” olan öğretim elemanlarının cinsiyetleri ile KB puanları arasındaki anlamlılığın kadın öğretim elemanları lehine olduğu görülmektedir. Başka bir deyişle kadın öğretim elemanlarının Kişisel Başarı düzeyleri erkeklere oranla daha yüksek bulunmuştur. Literatürde tükenmişlik ile ilgili yapılan çalışmalarda cinsiyet açısından değişik bulgular yer almaktadır. Aktuğ ve arkadaşları² yapmış oldukları çalışmalarında, cinsiyetin tükenmişlik alt boyutlarından Duyarsızlaşma alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulmamışken, Duygusal Tükenme ve Kişisel Başarı alt boyutlarında kadınların erkeklere göre daha olumsuz bir tablo sergilediklerini saptamışlardır.

Bazı çalışmalarda tükenme puanları kadın ve erkeklerde benzer bulunurken³, bazı kaynaklarda Duygusal Tükenmenin kadınlarda daha yoğun yaşandığı⁶ bildirilmiştir. Aslan ve arkadaşları⁵ tarafından yapılan çalışmada, erkek hekimlerin Kişisel Başarı puanlarının kadın hekimlere göre daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Cinsiyetle Kişisel Başarı arasındaki benzer ilişki, Sünter ve arkadaşları²⁰ tarafından da vurgulanmıştır.

Stres düzeyi “düşük” olan öğretim elemanlarının medeni halleri ile BDÖ puanları arasındaki anlamlılık evli öğretim elemanları lehine bulunmuştur. Öğretim elemanlarının depresyon düzeylerine ilişkin yapılan çalışmada da bu çalışmanın bulgularıyla benzer sonuçlar bulunmuş ve medeni hâlin akademisyenlerde depresyon düzeyi ile ilişkili en önemli etmenlerden biri olduğu belirtilmiştir⁶. Öğretim elemanlarının medeni hâlleri tükenmişlik düzeylerini üç alt boyutu açısından da hiçbir şekilde istatistiksel açıdan etkilememektedir. Bu durum konu ile ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde literatür ile uyumlu bulunmuştur^{7,10,15,17}.

Görev yapılan bölge ile DT, DYS ve BDÖ arasındaki anlamlılıklar ise, her üç durumda da Marmara ile Ege bölgesi arasında ve Ege bölgesi lehine olduğu tespit edilmiştir. Çalışmanın bu bölümünün stres grupları açısından değerlendirilmiş olmasına ve stres düzeyi düşük olan öğretim elemanları ile yapılmış olmasına rağmen, Marmara bölgesi ile Ege bölgesinde görev yapan öğretim elemanları arasında depresyon düzeyi, Duyarsızlaşma ve Duygusal Tükenme açısından anlamlılık çıkması bölgesel sorunların Marmara bölgesinde görev yapan öğretim

elemanlarını diğer bölgelerde görev yapan öğretim elemanlarına oranla daha fazla etkilediğinin bir göstergesi olduğu düşünülmektedir. Bu etkilemenin fazla olmasının en önemli sebeplerinin ise; çevresel stres kaynaklarının daha fazla olması, daha kalabalık ve gürültülü bir ortamda yaşamak zorunda olma, ekonomik anlamda daha pahalı bir çevrede yaşamının olduğu düşünülmektedir.

Stres düzeyi “orta” olan öğretim elemanlarının yaşları ile DYS puanları arasındaki anlamlılık ≥ 48 yaş ile 33-38 ve 39-47 yaş grupları arasında ve her iki durumda da ≥ 48 grubu lehine, stres düzeyi “yüksek” olan öğretim elemanlarının yaşları ile KB puanları arasındaki anlamlılık ise ≥ 48 yaş ile ≤ 32 yaş arasında ve ≥ 48 grubu lehine bulunmuştur. Toplam puanlar açısından yapılan incelemede, yaş değişkeni açısından Duyarsızlaşma boyutunda herhangi bir anlamlı farklılık görülmemiş ve bu literatürdeki çalışmalarla^{2,13,15} desteklenmiş olmasına rağmen ortaya çıkan bu durumun öğretim elemanlarının stres düzeylerindeki farklılıktan kaynaklandığı düşünülmektedir.

Türkiye’de göreve yeni başlayan genç öğretim elemanları bir takım zorluklarla karşılaşabilmektedirler. Bu zorlukların başında, henüz sınıf yönetimi konusunda bir beceri geliştirmeden genellikle kendi yaş gruplarından oluşan çok kalabalık öğrenci gruplarına birçok dersi vermek zorunda kalmalarının geldiği düşünülmektedir.

Diğer yandan akademik ilerleme için bilimsel çalışmalarını sürdürmek ve sınırlandırılmış bir süre içinde birçok sınavdan başarılı olmaları beklenmektedir. Bunlara yönetim desteğinin azlığı ve işi sürdürme konusundaki kaygıları eklenince erken yaşlarda tükenmişlik gösterebilmektedirler. Yaş ilerledikçe kişi yapmış olduğu meslekte olgunluğa erişmekte ve yaşamış olduğu “tecrübe” sayısındaki artışa paralel olarak olaylara yaklaşımındaki serinkanlılıkta artmaktadır. Bütün bu etkenler ışığında ilerleyen yaş ile doğru orantılı olarak tükenmenin azalacağı düşünülmektedir.

Stres düzeyi “orta” olan öğretim elemanlarının yönetsel görevlerinin olup olmaması ile BDÖ puanları arasındaki anlamlılık ise yönetsel görevi olmayanlar lehine olduğu tespit edilmiştir. Başka bir deyişle yönetsel görevi olmayan öğretim elemanlarının depresyon düzeyleri yönetsel görevi olan öğretim elemanlarına oranla daha yüksek bulunmuştur.

Akademik unvan ile DT ve DYS puanları arasındaki anlamlıklar ise her iki durumda da Yrd. Doç. Dr. ile öğretim görevlisi, okutman ve uzman olarak çalışanlar arasında ve öğretim görevlisi, okutman ve uzmanlar lehine bulunmuştur. Literatürde akademik unvanın depresyon ve tükenmişliğe etkisi ile ilgili yapılan çalışmalar

incelendiğinde durum çalışmanın bulgularıyla örtüşür nitelikte bulunmuş ve akademik unvanın depresyon ve tükenmişliği etkileyen faktörlerden biri olduğu tespit edilmiştir⁶.

Budak ve Sürgevil⁷ akademisyenler üzerine yapmış oldukları çalışmalarında, “*akademik unvan*” değişkeninin, tükenmişliğin tüm boyutlarında farklılaştığını tespit etmişlerdir. Yapılan başka bir çalışmada ise Yrd. Doç. Dr. olmayı bekleyen doktorasını tamamlamış araştırma görevlilerinin en yüksek Duygusal Tükenme düzeyine sahip olduğu belirtilmiştir⁹. Araştırma görevlilerinin Duyarsızlaşma düzeylerinin profesörlerden anlamlı olarak daha yüksek olduğunun tespit edildiği başka bir çalışmada diğer çalışmaları destekler niteliktedir¹².

Araştırmamızın bulgularına paralel bir şekilde Budak ve Sürgevil⁷ yapmış oldukları çalışmalarında, profesörlerin Kişisel Başarı düzeyini diğer gruplara nazaran daha yüksek olarak tespit etmişlerdir. Ayrıca yine bu çalışmayla örtüşür nitelikteki başka bir çalışmada Ergin¹², araştırma görevlilerinin Kişisel Başarı düzeylerinin profesörlerden anlamlı olarak daha düşük olduğuna yönelik bulgular tespit etmiştir.

Bilici ve arkadaşlarının⁶ akademisyenler üzerinde yaptıkları çalışmada da diğer çalışmalardaki ve bu çalışmadaki bulgularla benzer sonuçlar bulunmuştur. Bilici ve arkadaşlarının⁶ bulgularına göre; profesörlerin Kişisel Başarı düzeyleri, araştırma görevlilerine göre anlamlı düzeyde yüksek olarak bulunmuştur. Yine aynı çalışmada araştırma görevlilerinin depresyon düzeylerinin ise, profesörlerin depresyon düzeylerine göre anlamlı olarak yüksek olduğunun bulunmuş olması bu çalışmanın sonuçlarıyla örtüşür niteliktedir.

Sonuç olarak; BESYO öğretim elemanlarının depresyon ve tükenmişlik düzeylerinin stres veren yaşam olayları ekseninde incelendiği bu çalışma bulguları da göstermektedir ki; öğretim elemanlarının genel anlamda depresyon ve tükenmişlik düzeyleri düşüktür. Ancak çalışmanın esasını teşkil eden stres veren yaşam olaylarının etkisi açısından, her iki durumda da strese bağlı olarak anlamlı bir artış görülmektedir.

Öğretim elemanlarının kişisel ve mesleki bilgilerinin tükenmişlik ve depresyona etkisi incelendiğinde ise; yaş, medeni hal, akademik unvan, yönetici olma ve görev yapılan bölge depresyon ve tükenmişliği yordayan değişkenler olarak karşımıza çıkmaktadır.

KAYNAKLAR

1. Aktaş S, Doğu G, Mirzeoğlu D. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlerinin Tükenmişlik Düzeylerinin Belirlenmesi. Muğla: Muğla Üniversitesi 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Bildiri Kitabı, 2006.
2. Aktuğ İY, Susur A, Keskin S, Balcı Y, Seber G. Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesinde Çalışan Hekimlerde Tükenmişlik Düzeyleri. Osmangazi Tıp Dergisi 2006; 28(2): 91-101.
3. Aslan H, Aslan O, Alparslan ZN, Gürkan SB, Ünal M. Hekimlerde Tükenmede Cinsiyetle İlişkili Etkenler. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi 1997; 2: 132-136.
4. Aslan M. Örgütsel Stres. İstanbul Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 2002; 3(4): 1-14.
5. Aslan SH, Gürkan SB, Alparslan ZN. Tıpta Uzmanlık Öğrencisi Hekimlerde Tükenme Düzeyleri. Türk Psikiyatri Dergisi 1996; 7: 39-45.
6. Bilici M, Mete F, Soylu C, Bekâroğlu M, Kayakçı Ö. Bir Grup Akademisyende Depresyon ve Tükenme Düzeyleri. Türk Psikiyatri Dergisi 1998; 9(3): 181-190.
7. Budak G, Sürgevil O. Tükenmişlik ve Tükenmişliği Etkileyen Örgütsel Faktörlerin Analizine İlişkin Akademik Personel Üzerinde Bir Uygulama. Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi 2005; 20(2): 95-108.
8. Büyüköztürk Ş. İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. Ankara: Pegem A Yayıncılık; 2007.
9. Çam O. Tükenmişlik Envanterinin Geçerlik ve Güvenirliğinin Araştırılması. 7. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları El Kitabı. Ankara: Psikologlar Derneği Yayınları; 1992.
10. Dolunay AB. Keçiören İlçesi “Genel Liseler ve Teknik-Ticaret-Meslek Liselerinde Görevli Öğretmenlerde Tükenmişlik Durumu” Araştırması. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Mecmuası 2002; 55(1): 51-62.
11. Ergin C. Doktorlar ve Hemşirelerde Tükenmişlik ve Tükenmişlik Ölçeğinin Uyarlanması. 7. Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları El Kitabı. Ankara: VII. Ulusal Psikoloji Kongresi Düzenleme Kurulu ve Türk Psikologlar Birliği Yayını; 1993.
12. Ergin C. Akademisyenlerde Tükenmişlik ve Çeşitli Stres Kaynaklarının İncelenmesi. Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi 1995; 12(1-2): 37-50.
13. Girgin G, Baysal A. Tükenmişlik Sendromuna Bir Örnek: Zihinsel Engelli Öğrencilere Eğitim Veren Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeyi. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni 2005; 4(4): 172-187.
14. Holmes TH, Rahe RH. The Social Readjustment Rating Scale. Journal of Psychosomatic Research 1967; 11: 213-218.

15. Kırılmaz A, Çelen Y, Sarp N. İlköğretimde Çalışan Bir Öğretmen Grubunda “Tükenmişlik Durumu” Araştırması. İlköğretim Online 2003; 2(1): 2-9.
16. Maslach C, Jackson SE. The Measurement of Experienced Burnout. Journal of Occupational Behavior 1981; 2: 99-113.
17. Özdemir AK, Özdemir HD, Coşkun A, Çınar Z. Dış Hekimliği Fakültesi Öğretim Elemanlarında Mesleki Tükenmişlik Ölçeğinin Değerlendirilmesi. Cumhuriyet Üniversitesi Dış Hekimliği Fakültesi Dergisi 1999; 2(2): 98-104.
18. Özdemir AK, Kılıç E, Özdemir D, Öztürk M, Sümer H. Cumhuriyet Üniversitesi Dışhekimliği Fakültesi Akademik Personelinde Tükenmişlik Ölçeğinin Üç Yıllık Arayla Değerlendirilmesi. Cumhuriyet Üniversitesi Dış Hekimliği Fakültesi Dergisi 2003; 6(1): 14-18.
19. Sorias S. Hasta ve Normallerde Yaşam Olaylarının Stres Verici Etkilerinin Araştırılması. Doçentlik. İzmir: Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri A.B.D.; 1982.
20. Sünter AT, Canbaz S, Dabak Ş, Öz H, Pekşen Y. Pratisyen Hekimlerde Tükenmişlik, İşe Bağlı Gerginlik ve İş Doyumu Düzeyleri. Konya ve Karaman Tabip Odası Genel Tıp Dergisi 2006; 16: 9-14.
21. Şahin NH. Beck Depresyon Envanterinin Geçerliliği Üzerine Bir Çalışma. Psikoloji Dergisi 1988; 6(22): 118-126.
22. Taycan O, Kutlu L, Çimen S, Aydın N. Bir Üniversite Hastanesinde Çalışan Hemşirelerde Depresyon ve Tükenmişlik Düzeyinin Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. Anatolian Journal of Psychiatry 2006; 7: 100-108.

Boş Sayfa

12 HAFTALIK FUTBOL EĞİTİMİNİN 8-10 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN SÖZEL-DİLSEL VE MANTIK-MATEMATİK ZEKÂ GELİŞİMİ ÜZERİNE ETKİSİ

Şebnem CENGİZ ŞARVAN*, Atilla PULUR**

ÖZET

Bu araştırmanın amacı; 12 haftalık futbol eğitiminin 8-10 yaş grubu çocukların çoklu zekâ alanlarından Sözel-Dilsel ve Mantık-Matematik zekâlarının gelişim düzeyine etkisi olup olmadığının incelenmesidir.

Araştırmanın evrenini 2005-2006 ve 2006-2007 yıllarında, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı Ankara İli İlköğretim Okulu öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemi ise; Ankara'nın merkez 6 ilçesinde bulunan 13 okulun 3. ve 4. sınıfında öğretim gören 2389 erkek öğrenciler ile Ankara Spor ve Gençlerbirliği Spor kulüplerinde yaz futbol okuluna devam eden 1060 erkek öğrenci oluşturmuştur. İlköğretim üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencileri kontrol grubunu, Ankara Spor ve Gençlerbirliği spor kulüplerinin futbol okuluna devam eden öğrenciler ise deney grubunu oluşturmuştur.

Araştırmada öğrenci ve ailesine ait bazı bilgileri edinebilmek için "Kişisel Bilgi Formu", öğrencilerin çoklu zekâ dağılım ve düzeylerini belirlemek için ise "İlköğretim Öğrencilerinin Çoklu Zekâ Alanlarında Kendilerini Değerlendirme Envanteri" kullanılmıştır. Kontrol ve deney grubu öğrencilerine çalışmanın başında ön test, 12 haftalık çalışma sonunda son test ve bunu takip eden haftada da kalıcılık testleri uygulanmıştır. Elde edilen verilerle öğrencilerin mevcut Çoklu Zekâ düzey ve dağılımları ile 3 aylık süreçte meydana gelen Çoklu Zekâ düzey ve dağılımlarındaki değişimler ve bu değişimlerin kalıcılık düzeyleri gözlenerek karşılaştırılmıştır.

Deney ve kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin her bir zekâ türündeki öntest, son test ve kalıcılık test sonuçları arasındaki farkın incelenmesinde Tekrarlı Ölçümler için Tek Faktörlü ANOVA (One-Way ANOVA for Repeated Measures) kullanılmıştır. Deney ve kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin her bir zekâ türündeki gösterdikleri değişimin karşılıklı olarak değerlendirilmesinde karışık ölçümler için iki faktörlü ANOVA (Two-Way ANOVA for Mixed Measures) kullanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda 8-10 yaş grubu öğrencilere verilen 12 haftalık futbol eğitiminin, Sözel-Dilsel ve Mantık-Matematik zekâ alanlarının gelişiminde istatistiksel anlamlı farklar bulunmuştur ($p < 0.05$). Kontrol grubu öğrencilerinin erişim puanları ile deney grubu öğrencilerinin erişim puanları karşılaştırıldığında verilen futbol eğitiminin, çocukların doğal gelişim sürecinde Sözel-Dilsel ve Mantık-Matematik zekâ alanlarının olumlu yönde etkilediği ve meydana gelen gelişimin de kalıcı olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Çoklu Zekâ, Futbol, Sözel-Dilsel ve Mantık-Matematik zekâ

* Harran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ŞANLIURFA

** Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

THE EFFECT OF 12-WEEK FOOTBALL TRAINING ON DEVELOPMENT OF LINGUISTIC AND LOGICAL-MATHEMATICAL INTELLIGENCE OF CHILDREN GROUPS 8-10 YEARS OLD
SUMMARY

In this research, it has been analysed whether 12-week football training has had affect on level development of Multiple Intelligence Fields of Linguistic and Logical-Mathematical Intelligence of children of 8-10 year- old group.

The study was conducted on the students of Elementary School between 2005–2006 and 2006–2007 academic years. Control group was created from 2389 male students participated in the study who collected from 3rd and 4th grades in 13 schools in 6 counties of Ankara. The experimental group was created from 1060 male students who play in the summer football programs in Ankara Sports Club and Gençlerbirliği Sports Club.

To collect some information about students and their families, “Personal Information Forms” and to determine the multiple intelligence distribution and level of students “Evaluation Inventory for Elementary School Students to Evaluate Themselves in Multiple Intelligence Fields” were filled by the students. On the students of control and experiment groups, a preliminary test was performed before the studies, a final test was performed at the end of the 12- week study and a test was performed a week after the last test for determining the persistence of the effect of the training. Based on the collected data, the current Level of Linguistic and Logical-Mathematical Intelligence Fields and the changes that have come into being after a three months process and the persistence of changes were compared. Each change that came into being in Linguistic and Logical-Mathematical Intelligence Field was analysed by examining the persistence of the changes and comparing the values of experimental and control groups.

One-Way ANOVA for Repeated Measures analysis method was applied for analysing the relationship between the results obtained from preliminary test, final test and the test for determining the persistence of the change in the students of experimental and control groups for each kind of intelligence. Two-Way ANOVA for Mixed Measures analysis method was applied for evaluation the changes the students in the experimental and control groups went through in each intelligence, in comparison.

It has been found at the end of the study that 12- week football training given to student had effect on the Linguistic and Logical-Mathematical Intelligence Fields; when the achievement grades of controlling group students and experimental groups students were compared it is seen that the football training has positive effect on the development of Linguistic and Logical-Mathematical Intelligence Fields of students in their natural development process and that the change was persistent.

Key Words: Multiple Intelligence, Football, Linguistic and Logical-Mathematical Intelligence

GİRİŞ

Öğrenim etkinliklerinin, bireyin ilgi ve ihtiyaçlarına göre tasarlanması, bireyin kendine özgü gelişim özelliklerinin dikkate alınması ve öğrencinin özel ilgi alanlarını ve gereksinimlerini karşılayabilmesi gerekmektedir. Bu amaçla bireysel farklılıklar, öğrenme ve öğretme sürecinde önem kazanmaktadır.⁽²⁷⁾

Günümüzde eğitim ve psikoloji alanındaki gelişmelerle birlikte bireylerin neler yapabildiğinden çok, neler yapabileceği düşünülmelidir. Çocuğun yeteneği, içinde bulunulan çevresel ortama göre farklılık gösterebilir.^(25,29)

Eğitim programının bir parçası olarak; ders saatlerinin dışında, öğrencilerin ilgi ve gereksinimlerine yönelik yapılan ders dışı etkinlikler, öğrencilerin kişiliklerini gelişimine yardım etmektedir.^(6,8) Ders dışı etkinlikler denilince ilk akla gelen sportif etkinlikler, çocuğun ailesi ve çevresine kendini ispatladığı, özgüvenini kazandığı, akranlarıyla daha istendik, olumlu ilişkiler kurduğu faaliyetlerdir.^(27,28) Her çocuğun çeşitli yetenekleri ve zekâ kapasitesi vardır.⁽²⁾ Çoklu zekâ kuramı da bu amaçla yeni pedagojik yöntemlerin düşünülmesi için ortaya atılmıştır.

Eğitime yeni bir yaklaşım getiren çoklu zekâ kuramı, Howard Gardner tarafından 1983 yılında geliştirilmiştir. Çoklu zekâ kuramı, bireylerin ilgilerini, yeteneklerini, gizli güçlerini ortaya çıkararak geliştirmeyi hedefleyen, her bireyin farklı alanlarla ilgili zekâlara sahip olduğunu savunan, öğrencilerin öğrenmelerinde fırsatları ve seçme haklarını arttıran yeni bir eğitimsel düzenlemedir^(7,26).

Gardner'a göre insanların sahip oldukları çoklu zekâların her biri yaşamak, öğrenmek, problem çözmek ve insan olmak için kullanılan etkili birer araçlardır. Gardner'ın tanımladığı zeka türleri :

Sözel – Dilsel Zekâ; Dili etkili bir biçimde kullanma, kelimelerle ve seslerle düşünme, dildeki kompleks anlamları kavrayabilme, insanları ikna edebilme becerisidir.

Mantık – Matematik Zekâ; Sayılarla çalışma, muhakeme etme, tümevarım ve tümdengelim teknikleri ile düşünebilme, soyut ve sembolik problemleri çözebilme, kavramlar, düşünceler ve fikirler arası kompleks ilişkileri algılayabilme becerisidir.

Görsel – Mekânsal Zekâ; Resimlerle, şekillerle düşünebilme, görsel dünyayı algılayabilme, şekil, renk ve dokuları zihnin gözleriyle görebilme ve bunları sanatsal formlara dönüştürebilme yeteneğidir.

Bedensel – Kinestetik Zekâ; Aklın ve vücudun mükemmel bir fiziksel performansla birleştirilerek belli bir amaca yönelik faaliyetlerin sergilenebilmesi yeteneğidir.

Müziksel – Ritmik Zekâ; Sesler, notalar, ritimlerle düşünme, farklı sesleri tanıma ve yeni sesler, ritimler üretme, ritmik ve tonal kavramları tanıma ve kullanma, çevreden gelen seslere ve müzik aletlerine karşı duyarlı olabilme becerisidir.

Kişisel – İçsel Zekâ; Kendimiz hakkındaki duygu ve düşünceleri şekillendirebilme, yaşamı sürdürebilme ve yaşadıklarımızdan öğrendiklerimizle,

hayat felsefemizi oluşturabilme, yaşamımızı bu doğrultuda planlanma, kişisel istek ve hayaller oluşturabilme becerisidir.

Kişilerarası – Sosyal Zekâ; İnsanlarla birlikte çalışabilme, Sözel – Bedensel Zeka dilini etkili bir biçimde kullanarak çok farklı karakterlere sahip insanlarla kolaylıkla iletişim kurabilme, insanları yönetebilme, onlarla uyumlu çalışabilme ve insanları ikna edebilme becerisidir.

Doğa – Varoluşçu Zekâ; Doğadaki tüm canlıları tanıma, araştırma ve canlıların yaratılışları üzerine düşünme becerisidir. ⁽¹⁰⁾

Çalışmamızda spor yapmanın, fiziksel aktivitelerde bulunmanın ve bunları takım halinde yapabilmeyenin gelişme çağındaki bireylerin zekâlarını nasıl etkilediği ve zekâ alanlarının hangi boyutunu etkilediği araştırılmış olup, sporla çoklu zekâ alanlarının diğer boyutları çalışıldığı görülmüş ve sporun gelişme çağındaki bireylerin Sözel-Dilsel ve Mantık-Matematik zekâlarını geliştirebilme olgusu irdelenmiştir. Bu doğrultuda araştırmada, öğrencilerin kendi özel yetenekleri doğrultusunda aldıkları futbol eğitiminin sadece fiziksel ve fizyolojik gelişime değil, aynı zamanda da öğrencilerin zihinsel gelişimine katkıda bulunup bulunmadığı ve gelişmelerin kalıcılığı tespit edilmeye çalışılmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın örneklemini 2005–2006 ve 2006–2007 eğitim-öğretim yıllarında, Ankara İlindeki 13 İlköğretim Okulunun yaşları 8-10 ($\bar{x} = 9,3 \pm 0,85$) arasında olan 3. ve 4. sınıfı erkek öğrencileri (n= 2389) ile Ankara Spor ve Gençlerbirliği Spor kulüplerinde yaz futbol okuluna devam eden (n= 1060) ve yaşları 8-10 ($\bar{x} = 9,4 \pm 7,4$) olan erkek öğrenciler oluşturmaktadır. İlköğretim üçüncü ve dördüncü sınıf öğrencileri ile kontrol grubu, Ankara Spor ve Gençlerbirliği spor kulüplerinin futbol yaz okuluna ilk kez kaydolan öğrencilerle ise deney grubu oluşturuldu.

Veri toplama aracı olarak Seber⁽³¹⁾ tarafından Yüksek Lisans tezi olarak hazırlanan, aynı tezde geçerlilik ve güvenilirliği yapılan (Tablo 1) “İlköğretim Öğrencilerinin Çoklu Zekâ Alanlarında Kendilerini Değerlendirme Envanteri” kullanıldı. Envanter kontrol ve deney grubu öğrencilerine ön test, 12 hafta sonra son test ve bunu takip eden haftada da kalıcılık testleri olarak tekrar uygulandı.

12 haftalık antrenman programında genel ve özel ısınma, çeşitli tempolarda koşular, açma-germeler, eğitici oyunlar, çeşitli futbol teknikleri öğretimi,

koordinasyon ve taktik çalışmalar, sürat ve dayanıklılık çalışmaları, modifiye oyunlar, şut çalışmaları, çeşitli sürelerde müsabaka çalışmaları yapılmıştır.

Elde edilen verilerle öğrencilerin mevcut Sözel-Dilsel ve Mantık-Matematik Zekâ alanlarının düzey ve dağılımları ile 12 haftalık süreçte meydana gelen değişimler ve bu değişimlerin kalıcılık düzeyleri gözlenerek karşılaştırıldı.

Tablo 1: Envantere İlişkin İç Tutarlılık Katsayıları

Zekâ Alanları	Zekâ Alanlarına Ait Maddeler								İç Tutarlılık Katsayıları
Sözel-Dilsel Zekâ	6	7	10	15	26	34	39	53	0,65
Mantık-Matematik Zekâ	3	19	21	31	32	51	54	63	0,64

Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 13,0 paket programı kullanıldı. Deney ve kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin her bir zekâ türündeki ön test, son test ve kalıcılık test sonuçları arasındaki ilişkinin incelenmesinde Tekrarlı Ölçümler için Tek Faktörlü ANOVA kullanılmıştır.

BULGULAR

Deney ve kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin Sözel-Dilsel ve Mantık-Matematik Zekâ alanlarının değerlerine ait ön test, son test ve kalıcılık testi puanlarının anlamlılık gösterip göstermediğine ilişkin tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçları aşağıdaki tablolarda verilmiştir.

Kontrol grubu öğrencilerinin sözel zekâ düzeylerine ilişkin ön test, son test ve kalıcılık testi puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [$F_{(2-4708)} = 3,35, p < 0.05$]. Kontrol grubu öğrencilerinin son test ve kalıcılık testi puanları, ön test puanından daha yüksektir. Ancak, son test puanları ile kalıcılık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Tablo 2).

Tablo 2: Kontrol Grubundaki Öğrencilerin Çoklu Zekâ Düzeylerine Ait, Ön Test, Son Test ve Kalıcılık Testi Puanlarının ANOVA Sonuçları

Zekâ Alanı	Ölçüm	N	X	S.s	F	P	Anlamlılık
Sözel-Dilsel Zekâ	Ön test	2389	19,38	2,73	3,35	,035	1-2
	Son test	2369	19,53	2,68			1-3
	Kalıcılık	2355	19,52	2,69			
Mantık-Matematik Zekâ	Ön test	2389	19,42	2,91	1,42	,240	-----
	Son test	2369	19,53	2,92			
	Kalıcılık	2355	19,51	2,93			

Kontrol grubu öğrencilerinin sayısal zekâ düzeylerine ilişkin ön test, son test ve kalıcılık testi puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır [$F_{(2-4708)} = 1,42, p > 0.05$] (Tablo 2).

Tablo 3: Deney Grubu Öğrencilerin Çoklu Zekâ Düzeylerine Ait, Ön test, Son Test ve Kalıcılık Testi Puanlarının ANOVA Sonuçları

Zekâ Alanı	Ölçüm	N	X	S.s	F	P	Anlamlılık
Sözel-Dilsel Zekâ	Ön test	1060	16,19	2,57	20,93	,000	1-2
	Son test	1018	16,80	2,66			1-3
	Kalıcılık	982	16,74	2,68			
Mantık-Matematik Zekâ	Ön test	1060	19,22	3,00	24,33	,000	1-2
	Son test	1018	19,96	2,97			1-3
	Kalıcılık	982	19,95	2,98			

Deney grubu öğrencilerinin sözel zekâ düzeylerine ilişkin ön test, son test ve kalıcılık testi puanları arasında, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur [$F_{(2-1962)} = 20,93, p < 0.05$]. Deney grubu öğrencilerinin son test ve kalıcılık testi puanları, ön test puanından daha yüksektir. Ancak, son test puanları ile kalıcılık puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı görülmemiştir (Tablo 3).

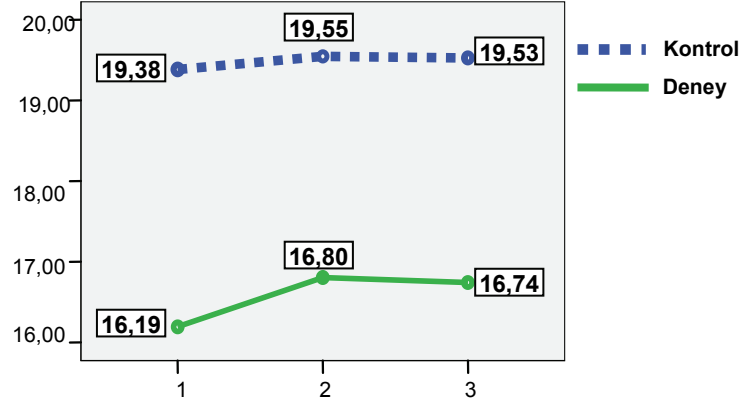
Deney grubu öğrencilerinin sayısal zekâ düzeylerine ilişkin ön test, son test ve kalıcılık testi puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [$F_{(2-1962)}= 24,33, p<0.05$]. Öğrencilerin son test ve kalıcılık testi puanları, ön test puanlarından daha yüksektir. Ayrıca, son test puanları ile kalıcılık puanları arasındaki farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (Tablo 3).

Deney ve kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin çoklu zekâ değerlerine ait ön test, son test puan ortalamalarının karşılaştırılmasının anlamlılık gösterip göstermediğine ilişkin tekrarlı ölçümler için yapılan ANOVA sonuçları aşağıdaki Tablo 4’de verilmiştir.

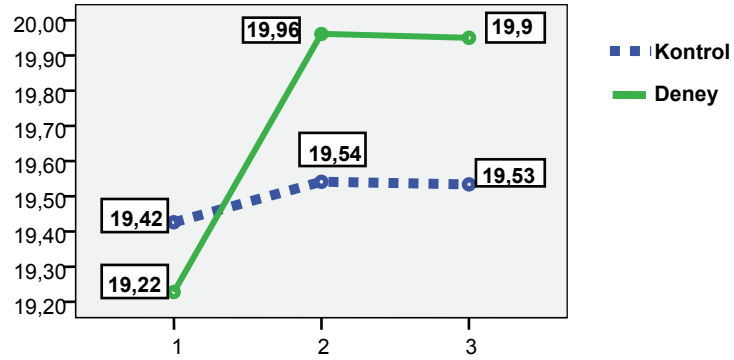
Tablo 4: Kontrol Grubu ve Deney Grubu Öğrencilerin Çoklu Zekâ Düzeylerine Ait, Ön Test ve Son Test Ortalama Puanlarının Karşılaştırılmasına İlişkin ANOVA Sonuçları

Zekâ Alanı	Gruplar	Ölçümler	N	x	Ss	Fark	F	P
Sözel-Dilsel Zekâ	Okul	Ön test	2389	19,38	2,73	0,15	10,50	,001
		Son test	2369	19,53	2,68			
	Kulüp	Ön test	1060	16,19	2,66	0,61		
		Son test	1018	16,78	2,66			
Mantık-Matematik Zekâ	Okul	Ön test	2389	19,43	2,91	0,11	17,93	,000
		Son test	2369	19,53	2,92			
	Kulüp	Ön test	1060	19,22	3,00	0,74		
		Son test	1018	19,96	2,97			

Futbol eğitimi alan deney grubu ile kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin sözel-dilsel [$F_{(1,3385)}= 10.509$] ve mantık-matematik zekâ [$F_{(1,3385)}= 17,933$] düzeylerinin ön test ile son test ölçümleri arasında farklılık istatistiksel olarak anlamlı ($p<0.05$) görülmüştür (Tablo 4).



Grafik 1: Kontrol Grubu ve Deney Grubu Öğrencilerine Ait Sözel-Dilsel Zekâ Değerlerinin Karşılaştırılması



Grafik 2: Kontrol Grubu ve Deney Grubu Öğrencilerine Ait Mantık-Matematik Zekâ Değerlerinin Karşılaştırılması

Grafik 1 ve 2 de görüldüğü gibi hem deney hem de kontrol grubu öğrencilerinin üç aylık süre sonunda sözel-dilsel zekâ ve mantık-matematik zekâ düzeylerinde önemli bir artış olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırma çerçevesinde yaptığımız literatür incelemesinde futbolun çocukların fiziksel ve fizyolojik gelişimlerine olumlu katkılar sağladığını gösteren pek çok çalışmaya ulaşılmış ancak zekâ alanları üzerindeki etkilerini inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır.^(11,13,17) Bu amaçla araştırmamızda, 8–10 yaş grubu çocukların, çoklu zekâ alanlarının gelişimine futbolun etkileri incelenmiş, deney ve kontrol grubu öğrencilerine uygulanan çoklu zekâ envanterine ait ön test, son test ve kalıcılık testi arasında tespit edilen anlamlı istatistiksel ilişkilere ait bulgular tartışılmıştır. Araştırma bulguları, kontrol grubu öğrencilerinin sözel zekâyâ ön test değerleri ile son test değerlerine bakıldığında 12 haftalık dönemde 0.15 puanlık bir erişimin olduğunu göstermektedir (Tablo 2).

Gardner'e göre çocuklar her dönemde aynı şekilde öğrenmemektedir. Sözel-Dilsel zekâ anaokulundan 3.sınıfa kadar öğrenmede güçlü bir alan kaplarken, sonraki dönemlerde kullanımı azalmaktadır.⁽⁸⁾ Mantıksal-matematik zekâ 1 ve 4. sınıflarda çok güçlü olmasına karşın bedensel-kinestetik zekâ ilkökul boyunca etkin olan bir zekâ alanıdır. Bu da bize öğrencilerin bilgiyi görsel, aktif öğrenme yoluyla almayı tercih ettiklerini göstermektedir.⁽¹⁾ Buradan öğrencilerin öğrenmede tercih ettikleri zekâ alanı olan bedensel-kinestetik zekânın futbol eğitimi ile desteklendiğinde diğer zekâ alanlarının da gelişimini etkileyebileceği görüşüne ulaşılabilir.

Gardner, her öğrencinin sahip olduğu ağırlıklı zekâ alanının, tercih ettiği öğrenme stiline belirlenerek, eğitim sistemi içinde dikkate alınması gerektiğini, bununla birlikte öğretmenlerin bireysel farklılıkları ciddiye alması, her bir öğrenciyi tanıması gerektiği üzerinde önemle durmuştur⁽¹⁰⁾.

Harputlugil, yanlış eğitim sistemleri ile öğretilmeye programlanan, böylece öğrenme sürecinin dışına itilen çocuk ve gençlerin, aslında birer “öğrenme makinesi” olduğunu, içindeki öğrenme enerjisi bu şekilde bastırılan çocuğun gençlik çağına girdiğinde, mevcut enerjisini olumsuz eğilimlerle boşaltma kanalı bulmakta gecikmeyeceğini belirtmektedir.⁽¹²⁾

Deney grubunu oluşturan öğrencilerin sözel zekâyâ ait ön test ve son test değerleri, 12 haftalık dönemde, aldıkları futbol eğitimi sonrasında 0,61 puanlık bir erişim göstermiştir (Tablo 2). Kontrol ve deney grubu öğrencilerinin sözel zekâ alanlarında meydana gelen puan artışlarının geçici bir değişim mi, yoksa kalıcı bir erişim mi olduğunu anlamak için her iki gruba da uygulanan kalıcılık testi verilerine bakıldığında kontrol grubu öğrencilerinin sözel zekâ alanlarına ait puanlarında

0,01'lik, Deney grubu öğrencilerinin sözel zekâ alanlarına ait puanlarında ise 0.06'lık bir azalma görülmüştür (Grafik 1).

Fischer, hareketlerin akışını ve yoğunluğunu denetleyemeyen çocukların televizyon ve radyo (müzik çalarların, vb.) etkisiyle ilgisizleştiğini, konuşma duygusunu ve hislerini kaybettiğini belirtmektedir.⁽²⁴⁾ Günümüzde çocukların, boş zamanlarının büyük bir kısmını televizyon, bilgisayar vb. gibi hareketliliği ve sosyalleşmeyi olumsuz etkileyen araçların karşısında geçirdiği görülmektedir. Araştırmamızda ele aldığımız futbol eğitimi ile çocukların, aktif olarak içinde yer aldıkları, karşılıklı iletişim, paylaşım ve etkileşim ortamında bulunmaları sağlanmıştır. Bu nedenle, Fischer'in bu görüşü araştırmamızın sözel zekâ alanına ait elde ettiğimiz sonuçlarımızı desteklemektedir.

Öğrencilerin sözel-dilsel zekâ alanlarına ait son test ve kalıcılık testi değerleri arasındaki fark istatistiksel analiz sonucu anlamlı bulunmamıştır (Tablo 2-3), ($p > 0,05$). Bu verilere göre, deney ve kontrol grubu öğrencilerinin sözel-dilsel zekâ alanlarında meydana gelen değişimlerin kalıcı olması, özellikle 8-10 yaş çocuklarında bilişsel ve dil gelişimindeki ilerlemelerin çok hızlı olmasıyla açıklanabilir.^(14,15) Bununla birlikte çalışmamızda bilişsel ve dil gelişimindeki hızlı ilerlemeye rağmen son test ve kalıcılık testi değerleri arasındaki farkın istatistiksel açıdan anlamlı bulunmaması, son test ve kalıcılık testi arasındaki sürenin, ön test ve son test arasındaki süreden daha kısa olmasından kaynaklanabileceği şeklinde açıklanabilir.

Çalışmamızda kontrol ve deney grubu öğrencilerin sözel-dilsel zekâ alanlarına ait ön test ve son test değerleri arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$) (Tablo 4). Bu bulgulara dayanarak, 12 haftalık futbol eğitimi almanın ve herhangi bir spor eğitimi almamanın öğrencilerin sözel-dilsel zekâlarının gelişiminde farklı etkilere sahip olduğunu, deney grubu öğrencilerinin sözel-dilsel zekâ alanında meydana gelen gelişimin (0,61), kontrol grubu öğrencilerinden (0,15) daha fazla olduğunu ve futbolun sözel-dilsel zekâ alanında gelişime etkisi olduğu söylenebilir (Grafik 1).

Yılmaz, ilköğretim 5. sınıf sosyal bilgiler dersinde çoklu zekâ öğretimi konusunda 16 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmada, öğrencilerin ön test ve son test puanları arasında Çoklu Zekâ Kuramına dayalı öğretim uygulanan deney grubu lehine anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır.⁽³⁰⁾ Bu sonuç, sosyal bilgiler dersinin ağırlıklı sözel-dilsel zekâ gerektiren bir ders olduğu düşünüldüğünde, araştırmamızda ortaya çıkan hem deney hem de kontrol grubunda sözel-dilsel zekâ

alanında meydana gelen gelişim ile deney grubunun sözel-dilsel zekâ alanındaki artışın kontrol grubunun sözel-dilsel zekâ alanındaki artıştan daha fazla olması sonuçlarıyla paralellik göstermektedir ki sportif çalışmalar sosyal bilgiler dersi gibi sözel-dilsel zekâ alanına olumlu etki etmektedir.

Demirci ve ark. tarafından yapılan, oyunun çocuğun gelişimi üzerindeki etkilerinin araştırılması konulu çalışmada, öğretmenlerin %99'unun oyunla eğitimin önemli olduğu ve çocukların okul başarısını olumlu yönde arttırdığı, %97'sinin oyunla eğitimin öğrenmeyi kolaylaştırdığı, %95'inin de oyunla eğitimin çocuğu daha iyi tanıma imkânı sağladığı tespit edilmiştir.⁽⁵⁾ Çalışmamızda, 8-10 yaş grubu çocuklara verilen futbol eğitiminin oyun formatında olması ve futbolun çoklu zekâ gelişimine olumlu etkisinin bulunduğu sonuçları ile benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Gardner'in de belirttiği gibi hiçbir performans basitçe tek bir zekânın kullanımına dayanmaz. Çocuklar çok yönlü zekâlarını kullanırken, bir yandan kendi güçlü zekâlarını ortaya koyarken, öte yandan diğer zekâ alanlarının da gelişimine katkıda bulunmaktadır.⁽¹⁰⁾

Serbes ve ark. yaptıkları çalışmada, okul takımlarında yer alan ilk ve orta öğretim öğrencilerinin sınıf düzeyi ve akademik başarı ortalamaları açısından iyi düzeyde olduklarını bulmuşlardır.⁽²⁰⁾ Bu sonuçlarla çalışmamızda ortaya koyduğumuz futbolun 8-10 yaş grubu çocuklarda çoklu zekâ alanlarındaki gelişimine olumlu katkısı paralellik göstermektedir.

Mantık-Matematik Zekâ alanında, deney grubu öğrencilerinin almış oldukları futbol eğitiminin sayısal zekâ gelişimine etkisi olup olmadığını anlamak amacıyla uygulanan çoklu zekâ alanlarını belirleme ölçeğinin değerlendirilmesi sonucunda; kontrol grubu öğrencilerinin sayısal zekâ ön test değerlerinde 12 haftalık dönem sonunda 0,11 puanlık bir erişim olduğu bulunmuş (Tablo 2), ancak meydana gelen bu değişim istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır ($p>0,05$).

Çalışmamız sonucunda, öğrencilere verilen futbol eğitimi ile çoklu zekâ alanlarından Mantık-Matematik alanında olumlu artış bulunmuştur. Coşkungönüllü, Çoklu Zekâ Kuramı'nın beşinci sınıf matematik erişisine etkisini araştırdığı çalışmasında, çoklu zekâ kuramına dayalı olarak işlenen matematik dersi erişisi ile geleneksel program anlayışına göre işlenen matematik dersi erişisi arasında deney grubu lehine anlamlı bir fark bulunmuş, ancak öğrencilerin matematiğe yönelik tutumlarında anlamlı bir fark bulunmamıştır.⁽⁴⁾ Bu çalışmada öğrencilerin Çoklu Zeka kuramına göre işlenen matematik dersinin, matematik erişisinde etkili olduğu,

ancak öğrencilerin matematik dersine yönelik tutumlarını anlamlı şekilde etkilemediği görülmektedir. Çalışmamızda elde ettiğimiz mantık-matematik alanlarındaki olumlu erişimi öğrencilerin matematik dersine olan tutumlarını olumlu yönde etkileyeceği düşünülmektedir.

Köroğlu ve ark. “İlköğretim 6. Sınıfta Ölçüler Konusunun Öğretiminde Çoklu Zekâ Kuramına Göre Matematik Öğretimi” isimli çalışmaları sonucunda öğrencilerin bireysel farklılıklarını, sahip oldukları zekâ alanlarının farklılığından kaynaklandığını ve etkili öğrenmenin sağlanması için bu zekâ alanlarını dikkate alarak öğrenim hizmetinin verilmesi gerektiğini, öğrencilerde daha yüksek olduğu belirlenen zekâ alanları yardımıyla diğer zekâ alanlarının da faaliyete geçirilip güçlendirilmesinin mümkün kılınacağını belirtmişlerdir.⁽¹⁹⁾ Sportif çalışmaların matematik öğretimine katkı sağladığı varsayılabilir.

Deney grubunu oluşturan öğrencilerin mantık-matematik zekâ alanına ait ön test değerlerinde 12 haftalık dönemde aldıkları futbol eğitimi sonrasında 0,74'lük bir erişimin olduğunu görülmektedir (Tablo 3). Bu erişim istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,01$).

Kontrol ve deney grubu öğrencilerinin mantık-matematik zeka alanlarında meydana gelen puan artışlarının geçici bir değişim mi, yoksa kalıcı bir erişim mi olduğunu anlamak için her iki gruba da uygulanan kalıcılık testi verilerine bakıldığında, kontrol grubu öğrencilerinin sayısal zekâ alanlarına ait puanlarında 0,02, deney grubu öğrencilerinin sayısal zekâ alanlarına ait puanlarında ise 0.01'lik bir düşüş görülmüştür.

Öğrencilerin mantık-matematik zekâ alanlarına ait son test ve kalıcılık testi değerleri arasında istatistiksel analiz sonucu anlamlı bulunmamıştır ($p > 0,05$) (Tablo 2-3). Bu verilere göre deney ve kontrol grubu öğrencilerin 12 haftalık dönem sonunda mantık-matematik zekâ alanlarında meydana gelen değişimlerin kalıcı olduğunu söylenebilir. Bu sonuç, Gardner'e göre sayısal zekânın ilköğretim 1. ve 4. sınıflarda çok güçlü olması ile açıklanabilir.^(3,10) Bir başka deyişle kontrol grubu öğrencilerinin mantık-matematik zekâ alanındaki gelişme ve bunun kalıcılığı, 8-10 yaş grubu öğrencilerinin gelişim özelliklerinin bir parçası olmakla beraber, deney grubunda ortaya çıkan sonuçlara göre, futbolun bu gelişime önemli oranda katkıda bulunduğu söylenebilir.

Kontrol ve deney grubu öğrencilerin mantık-matematik zekâ alanlarına ait ön test ve son test değerleri arasındaki fark istatistik analiz sonucunda anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$, Tablo 4).

12 haftalık futbol eğitimi almanın ve herhangi bir spor eğitimi almamanın öğrencilerin mantık-matematik zekâlarının gelişiminde farklı etkilere sahip olduğunu, deney grubu öğrencilerinin mantık-matematik zekâ alanında meydana gelen gelişimin (0,74), kontrol grubu öğrencilerinden (0,11) daha fazla olduğunu göstermektedir. Elde edilen mantık-matematik zekâ verileri, futbol eğitiminin öğrencilerinin mantık-matematik zekâ alanlarının gelişiminde etkili olduğunu göstermektedir (Grafik 2).

Kaptan ve Korkmaz'ın ilköğretim beşinci sınıf fen bilgisi dersinde çoklu zekâ kuramı tabanlı öğretimin geleneksel yöntemlere göre öğrenci başarısına etkisini araştırdıkları çalışmalarında, çoklu zekâ kuramı tabanlı fen etkinliklerinin öğrencilerin başarılarını ve tutumlarını olumlu yönde etkilediği bulunmuştur.⁽¹⁶⁾

Korkmaz'ın yaptığı bir diğer çalışmada ise ilköğretim birinci sınıf Hayat Bilgisi dersinde çoklu zekâ kuramı tabanlı etkin öğrenme yaklaşımının geleneksel öğrenme yöntemine göre öğrenci başarısına ve tutumlarına etkisi araştırılmıştır. Araştırmada, öğrencilerin başarılarında ve tutumlarında deney grubu lehine anlamlı fark bulunmuştur. Bunun yanında öğretmen, gözlemci ve öğrencilerin görüşleri de alınmış ve öğrencilerin derse zevkle katıldıkları, etkinliklerin tümünden hoşlandıkları, bilgilerin kalıcı olduğu, öğrencilerin değişik zekâ alanlarına yönelik becerilerini ortaya çıkardığına dair ifadeler gözlenmiştir.⁽¹⁸⁾ Benzer bir çalışma yapan Özdemir ve ark. çoklu zekâ kuramı tabanlı fen etkinliklerinin uygulandığı sınıftaki öğrencilerin bilgi, kavrama, problem çözme, bilimsel süreç becerileri ve toplam test puanlarının ortalamaları ($p < 0,05$) arasında anlamlı bir fark bulmuşlardır.⁽²²⁾

Çoklu Zekâ Kuramı tabanlı etkinliklerinin öğrencilerin başarılarını ve tutumlarını olumlu yönde etkilediği düşünüldüğünde çalışma sonuçlarında bulunan futbol eğitimi ile çoklu zekâ alanlarından sözel-dilsel ve mantık- matematik alanlarındaki olumlu fen bilgisi v.b. gibi sayısal derslerde başarının artışına katkıda bulunacağı düşünülebilir.

Özdemir, çoklu zekâ kuramı ile geliştirilmiş olan dördüncü sınıf öğrencilerinin fen bilgisi dersindeki başarılarına, fen bilgisi dersine karşı olan tutumlarına ve öğrenilen bilgilerin kalıcılığa etkisinin araştırıldığı çalışmada, deney grubu öğrencilerinin fen bilgisi başarılarının ve öğrenilen bilgilerin kalıcılığının, kontrol grubu öğrencilerine göre daha fazla olduğunu, ancak öğrencilerin fen bilgisi dersine karşı tutumlarında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur.⁽²¹⁾ Benzer bir çalışma yapan Eryılmaz ve Gürçay çoklu zekâ kuramına dayalı eğitimin, geleneksel

öğretime göre 9. sınıf öğrencilerinin fizik dersi başarılarına anlamlı etkisi olduğunu bulmuşlardır.⁽⁹⁾

Şenduran ve Amman'ın yapmış oldukları çalışma sonucunda sporcu öğrencilerin sporcu olmayan öğrencilere göre problem çözme yaklaşımlarını daha sıklıkla ve etkili kullandıklarını bulmuşlardır. Aynı çalışmada düzenli antrenman ve müsabaka programının öğrencilerin eğitim-öğretim faaliyetleri süresinde problem çözerken kendilerine güvenme ve planlı olma becerilerine olumlu yönde katkı sağlayacağı belirtilmektedir. Sporcu öğrencilerin, sporcu olmayanlara göre daha sıklıkla, özgüvenlerini yüksek tutarak, mevcut çözüm yollarını planlı ve sistematik yöntemle uygulayan yaklaşım sergiledikleri tespit edilmiştir. Bu bulgulara dayanarak, sporcu öğrencilerin, bir problemi çözmeden diğerine geçmediği, karşılaştığı bir problemi çözeceğine inancını yüksek seviyede tuttuğunu belirtilebilir.⁽²⁶⁾

Bireyin kendini geliştirebilmesi, hem akademik hem de sosyal yönden yeterliliğe ulaşması için, bireysel özelliklerin erken yaşlarda belirlenerek buna uygun desteklenmesi, yönlendirilmesi ve geliştirilmesi gerekmektedir. İlköğretim, yetişkin yaşamını biçimlendiren bireysel farklılıkların kazanılması, aynı zamanda farklılıkların belirlenerek buna uygun gelişim olanağının sağlanması açısından en önemli eğitim kademesidir.^(20,23,25)

Eğitim sistemi içinde sözel-dilsel ve mantık-matematik zekâ alanlarına verilen öncelik, diğer zekâ alanlarının göz ardı edilmesi, öğrencilerin üstün oldukları alanların ortaya çıkarılmasını, gelişimini ve bu zekâ alanlarının yardımıyla diğer zekâ alanlarının gelişimini engellemektedir. Oysa öğrencilerin sahip oldukları baskın zekâ alanlarının yardımıyla diğer zekâ alanlarını geliştirebileceği bu sayede akademik başarı seviyesini yükseltebileceği araştırma bulguları sonucunda düşünülmektedir. Buna göre, kontrol grubu öğrencilerinin erişim puanları ile deney grubu öğrencilerinin erişim puanları karşılaştırıldığında verilen futbol eğitiminin, çocukların sözel-dilsel ve mantık-matematik zekâ alanlarının doğal gelişim sürecine olumlu yönde katkı sağladığı ve bu katkı sonucunda meydana gelen gelişimin de kalıcı olduğu söylenebilir.

KAYNAKLAR

1. Açıköz Ün, K., (2003). Aktif Öğrenme, 3. Baskı, Eğitim Dünyası Yayınları, İzmir.
2. Burden, P. R. and Bryd, D. M., (2003). Methods for Effective Teaching, 3rd ed., Allyn and Bacon, Boston.
3. Checkley, K., (1998). The First Seven and the Eight: A Conversation with Howard Gardner, Educational Leadership, 55(1). [http:// ascd. org. el/ sept97/gardnerc.html](http://ascd.org/el/sept97/gardnerc.html)
4. Coşkungönüllü, R., (2006). Çoklu Zeka Kuramının 5. Sınıf Öğrencilerinin Matematik Erişimine Etkisi, ODTÜ Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
5. Demirci, E., Demirci, N., Toptaş, P., (2006). İlköğretim I. Kademe Sınıf Öğretmenlerine Göre Oyunla Eğitimin Çocuğun Gelişimine Ait Görüşlerinin İncelenmesi, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Nobel Yayın Dağıtım, Muğla Üniversitesi, 3-5 Kasım.
6. Demirel, Ö., (2000). Kuramdan Uygulamaya Eğitimde Program Geliştirme, 3. Baskı, Pegem Yayınları, Ankara.
7. Deryakulu, D., (1998). Çağdaş Eğitimde Yeni Teknolojiler, Çoklu Ortamlar, Editör: B. Özer, Eskişehir: A.Ü. Yay. No: 1021, A.Ö.F Yayınları No: 564.
8. Erden, M., Akman, Y., (2000). Eğitim Psikolojisi Gelişim-Öğrenme-Öğretme, Arkadaş Yayınları, Ankara.
9. Eryılmaz, D., Gürçay, A., (2005). Çoklu Zeka Alanlarına Dayalı Eğitimin Öğrencilerin Fizik Başarısına Etkisi, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, H.U. Journal of Education 29: 103-109, Ankara.
10. Gardner, H., (2004). Zihin Çerçeveleri Çoklu Zekâ Kuramı, Çev: Kılıç, E., Alfa Yayınları, İstanbul.
11. Gönülateş, S., Öcal K., Gelen E., Göral K., Eren E., (2006). 12-13 Yaş Erkek Futbolcularla Aynı Yaş Grubu Sedanter Erkek Çocukların Bazı Fiziksel Uygunluk Parametrelerinin Karşılaştırılması, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Nobel Yayın Dağıtım, Muğla Üniversitesi, 3-5 Kasım.
12. Harputlugil, M., (2004). Bir Çoklu Zeka Kuramı Uygulaması, İlköğretim-Online, 3(2); 42-47, <http://ilkogretim-online.org.tr>, (erişim: 11.11.2007)
13. İbiş, S., Gökdemir, K., İri, R., (2004). 12-14 Yaş Grubu Futbol Yaz Okuluna Katılan ve Katılmayan Çocukların Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Parametrelerinin İncelenmesi, Kastamonu Eğitim Dergisi, 12(1): 285-292.
14. İnanç, Y. B., Bilgin, M., Atıcı, K. M., (2004). Gelişim Psikolojisi Çocuk ve Ergen Gelişimi, Nobel Kitapevi, Adana.

15. John, P. McKee, Leader, F. B., (1955). The Relationship of Socio-Economic Status and Aggression to the Competitive Behavior of Preschool Children, *Child Development*, 26(2): 135–142.
16. Kaptan, F., Korkmaz, H., (2001). Çoklu Zekâ Kuramı Tabanlı Fen Öğretiminin Öğrenci Başarısına ve Tutumuna Etkisi, IV. Fen Bil. Eğt. Kongresi. M.E.B., Ankara.
17. Karacabey, K., Kara, M., (2006). 10-12 Yaş Grubu Erkek Futbolcularda 12 Haftalık Antrenman Programının Fiziksel Uygunluk ve Solunum Parametreleri Üzerine Etkisi, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Nobel Yayın Dağıtım, Muğla Üniversitesi, 3-5 Kasım.
18. Korkmaz, H., (2001). Çoklu Zekâ Kuramı Tabanlı Etkin Öğrenme Yaklaşımının Öğrenci Başarısına ve Tutumuna Etkisi, *Eğitim ve Bilim Dergisi*, 26(122): 71-78.
19. Durie, R., An Interview with Howard Gardner, [www. Newhorizons .org/ strategies / mi /durie_gardner.htm#a](http://www.Newhorizons.org/strategies/mi/durie_gardner.htm#a)
20. Küçükahmet, L., (2002). Öğretim İlke ve Yöntemleri, Nobel Yayınları, Ankara.
21. Onur, B., (2000). Gelişim Psikolojisi; Yetişkinlik, Yaşlılık, Ölüm, İmge Kitapevi, Ankara.
22. Özdemir, P., (2002). Çoklu Zekâ Kuramı Tabanlı Öğretim Yönteminin Öğrencilerin Canlılar Çeşitlidir Ünitesini Anlamaları Üzerine Etkisi, ODTÜ, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
23. Özdemir, P., Korkmaz, H., Kaptan, F., (2002). İlköğretim Okullarında Çoklu Zeka Kuramı Temelli Fen Eğitimi Yoluyla Üst Düzey Düşünme Becerilerini Geliştirme Üzerine Bir İnceleme, V. Ulusal Fen Bilimleri ve Matematik Eğitimi Kongresi, ODTÜ Kültür ve Kongre Merkezi, 16-18 Eylül, Ankara.
24. Özmen, Ö., (1999). Çağdaş Sporda Eğitim Üçgeni, 2. Baskı, Bağırhan Yayinevi, Ankara.
25. Serbes, Ş., Topkaya, İ., Ersoy, Y. E., (2006). Okul Takımlarında Yer Alan İlk ve Orta Öğretim Öğrencilerinin Akademik Başarıları Açısından İncelenmesi, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Nobel Yayın Dağıtım, Muğla Üniversitesi, 3-5 Kasım.
26. Şenduran, F., Amman, M. T., (2006). Sporcu Olan ve Sporcu Olmayan Öğrencilerin Problem Çözme Yaklaşımları, 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, Nobel Yayın Dağıtım, Muğla Üniversitesi, 3-5 Kasım.
27. Tomlinson, C. A., (1995). Differentiating Instruction for Advanced Learners in the Mixed-Ability Middle School Classroom, [http:// www.ed. gov/databases /ERIC_Digests/ed389141.html](http://www.ed.gov/databases/ERIC_Digests/ed389141.html)
28. Tomlinson, C. A., (2000). Differentiation of Instruction in the Elementary Grades, ERIC D. ERIC_NO: ED443572..[http://ericir.syr.edu / plweb-cgi/obtain.pl](http://ericir.syr.edu/plweb/cgi/obtain.pl)

29. Varış, F., (1996). Eğitimde Program Geliştirme: Teori ve Teknikler, 6. Baskı, Alkım Yayınları, Ankara.
30. Yılmaz, G., (2002). İlköğretim 5. Sınıf Sosyal Bilgiler Dersi Vatan ve Millet Ünitesinde Çoklu Zekâ Kuramına Göre Geliştirilen Eğitim Durumunun Öğrencilerin Akademik Başarısına Etkisi ve Öğrenci Görüşleri, Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 34-74.
31. Seber, G., (2001). Çoklu Zeka Alanlarında Kendini Değerlendirme Ölçeği, Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Programları ve Öğretim Anabilim Dalı, Ankara.

Boş Sayfa

GÜREŞÇİ VE FUTBOLCULARIN DİZ EKLEMİ FLEKSİYON VE EKSTANSİYON KAS KUVVETLERİNİN İZOKİNETİK DİNAMOMETREDE DEĞERLENDİRİLMESİ

Yunus TORTOP*, İsmail TÜRK MENOĞLU*, Yücel OCAK*

ÖZET

Bu kesitsel araştırmada, güreşçi ve futbolcuların hamstring ve quadriseps kas gruplarının 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki izokinetik kuvvetlerinin ölçülmesi sonucunda diz izokinetik zirve tork (PT) değerlerindeki farklılıkların belirlenmesi amaçlandı.

Çalışmaya 20 güreşçi, 20 futbolcu ve 20 kontrol grubu (toplam 60 gönüllü) alındı. Sporcu olan deneklerin haftada 5 gün spor yapmaları ve en az 5 yıl aktif sporcu olmaları şartı arandı. Deneklerin diz fleksiyon/ekstansiyon kas kuvvetleri 60°/s ve 180°/s açısal hızlarda ölçülerek, verilerinin değerlendirilmesi SPSS istatistik paket programında yapıldı. İzokinetik kuvvetlerinin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Tukey çoklu karşılaştırma testi kullanıldı.

Dominant ve dominant olmayan ekstremitelerinin ekstansör (Q) 60°/s açısal hız PT değerlerinde güreşçiler ile kontrol grupları arasında güreşçiler lehine istatistiki olarak anlamlı bir farklılık gözlemlendi ($p<0.01$). 180°/s açısal hızda, hem güreşçiler ile kontrol grupları ve hem de futbolcular ile kontrol grupları arasında istatistiki olarak ileri derecede anlamlı farklılık olduğu görüldü ($p<0.01$). 60°/s ve 180°/s açısal hızlarda, dominant ekstremitte ekstansör (Q) zirve tork/vücut ağırlığı (PT/VA) değerlerine göre, güreşçilerin ve futbolcuların değerlerinin kontrol grubunun değerlerinden yüksek olduğu gözlemlendi ($p<0.01$).

Araştırmaya katılan sporcuların dominant-nondominant PT ve PT/VA değerlerinde güreşçi ve futbolcular arasında genelde anlamlı farklılıklar görülmedi. Ancak, sporcuların dominant/nondominant ekstremitelerde ve tüm açısal hızlardaki PT ve PT/VA ortalama değerlerinin kontrol grubunun değerlerinden yüksek olduğu belirlendi.

Anahtar Sözcükler: Biodex, Futbol, Güreş, İzokinetik, Kuvvet.

* Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, AFYONKARAHİSAR

ASSESSMENT OF KNEE JOINT FLEXION AND EXTENTION MUSCLE STRENGTH OF WRESTLER AND FOOTBALLERS WITH ISOKINETIC DYNAMOMETER

ABSTRACT

This study aims to assess the values of the difference of the knee isokinetic peak torque, hamstring and quadriceps muscle groups of the footballers and wrestlers by measuring the strength of the isokinetic in 60°/sec and 180°/sec angular speeds.

In this study 20 wrestlers, 20 footballers and 20 control groups (total of 60 subjects) were participated. The participants in this study, must do their sporting activity 5 days in a week and active athletes at least for 5 years. Knee flexion/extension muscle strength of the subjects was measured in 60°/sec and 180°/sec angular speeds and the analysis of the data was performed by SPSS statistical package program. For comparing isokinetic strengths of subjects the Tukey multiple comparison tests and one-way analysis of variance (ANOVA) were used.

Statistically significant difference was observed between the control groups and wrestlers when considering extensor (Q) 60°/sec angular speed of the peak torque values of dominant and nondominant extremities, wrestlers had higher angular speed than the control groups ($p<0.01$). Significant statistical difference was also seen between wrestlers and control groups as well as footballers and control groups when it is 180°/sec ($p<0.01$). It was found out that in 60°/sec and 180°/sec angular speeds extensor (Q) peak torque/body weight values of dominant extremities of the wrestlers and footballers were higher than that of the control group ($p<0.01$).

Between the dominant-nondominant peak torque and peak torque/body weight values of footballers and wrestlers who participated in this study wasn't observed any significant statistical difference. However, we have observed that in dominant-nondominant extremities and average peak torque and peak torque/body weight values of sportsmen were higher than the control groups.

Key Words: Biodex, Football, Wrestling, Isokinetic, Strength.

GİRİŞ

Sporcuların yüksek performans gösterebilmeleri, sahip oldukları fizyolojik ve anatomik özelliklerinin yanında teknik, taktik ve psikolojik özelliklere de bağlıdır ⁽¹⁾. Bu özelliklerin uygun ve doğru temellere dayanması, sporcunun performansının yükseltilmesini olumlu yönde etkileyecektir.

Diğer sporcular gibi futbolcuların da gelişmiş optimal kas kuvvetine sahip olmaları gerekir. Özellikle alt ekstremitde de kas kuvveti sprint, sıçrama, yön

değiştirme, pas, şut gibi spesifik hareketlerde önemli olduğu gibi, izokinetik dinamometrelerle de objektif olarak değerlendirilebilmektedir⁽²⁾.

Güreş sporu, ulusal ve uluslararası alanda yoğun bir ilgi uyandırmasına rağmen, bu branşa ait bilimsel araştırmaların sayısı oldukça yetersizdir. Güreş sporu, atletik performansın değerlendirilmesinde kritik olan vücudun alt ve üst ekstremitelere kas sisteminin kuvvetini gerektirir. Diğer sporcular gibi güreşçilerinde sportif başarılarının artırılabilmesi için fizyolojik, anatomik ve teknik yönlerden analizlerinin yapılması şarttır⁽³⁾.

Futbol ve güreşte quadriceps ve hamstring kas grupları birinci derecede önemlidir. İzokinetik dinamometre ile bu kas gruplarına yönelik elde edilecek tarafsız sonuçlar sporcular ve antrenörler için özellikle önem taşımaktadır⁽⁴⁾. Quadriceps kas grubu sıçrama, denge ve topa vuruş hareketlerinde önemli rol oynarken, hamstring kas grubu koşma hareketi ve dönüşlerde dizin stabilizesini korumaktadır⁽⁵⁾.

Sporcuların fiziksel performanslarını en üst düzeye çıkarabilmek için, ayrıntılı bir şekilde analiz edilmeleri gerekir. Sportif performansın belirlenmesinde son derece önemli rol oynayan kas gruplarının, kuvvet ve dayanıklılığını test etmede daha net ve duyarlı ölçümler yapan izokinetik sistemlerin kullanılmasına ihtiyaç vardır. En tanınmış makinelerin markaları; Cybex, Kinethron, Isothron, Biodex'dir^(6,7,8). Fizik tedavi ve spor hekimliği ile ilgili pek çok merkezde kullanılan izokinetik sistemler, tedavi ve sportif performansın değerlendirilmesi amacıyla kullanılmaktadır.

Sporcuların kas kuvvetlerinin doğru bir şekilde değerlendirilmesi, uygun antrenman programlarının oluşturulmasında, performansın artırılmasında, sporcunun kuvvetsizliğinden kaynaklanan sakatlıkların önlenmesinde ve sakatlıkların tedavisindeki uygun programların oluşturulmasında önemli rol oynar.

Bu çalışmada profesyonel ve milli takım düzeyinde, bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan elit düzeydeki sporcuların ve kontrol grubunun kas kuvvetlerinin izokinetik dinamometre ile ölçümü ve karşılaştırılması düşünüldü. Bundan dolayı ülkemizde ve dünyada en çok ilgi gören takım sporlarından futbol ve bireysel sporlardan güreşle uğraşan sporcular teste tabi tutuldu. Güreşçilerin ve futbolcuların antrenman metotları, yüklenme kriterleri ve fiziki yapıları farklılık göstermektedir. Güreş branşında statik, futbolda ise dinamik bir kuvvet kullanımı söz konusu olmaktadır. Sedanter insanlarla, güreş ve futbol gibi farklı şartlarda antrenman ve müsabaka

yapan sporcularda, kas gruplarının izokinetik kuvvetlerinin belirlenmesi antrenör, antrenman bilimi ve sporcular açısından önemlidir.

Bu araştırmada, güreşçi ve futbolcuların hamstring ve quadriceps kas gruplarının 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki izokinetik kuvvetlerinin ölçülmesi neticesinde, diz izokinetik zirve tork değerlerindeki farklılıkların belirlenmesi amaçlandı.

GEREÇ VE YÖNTEM

Güreşçi (Grekoromen) ve futbolcuların diz izokinetik kas kuvvetlerinin değerlendirilmesi amacıyla planlanan çalışma, Afyonkarahisar ilinde bulunan Korel Otel Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Merkezinde gerçekleştirildi. Çalışmaya 20 güreşçi (20,75±2,8), 20 futbolcu (20,95±2,4) ve 20 kontrol grubu (20,90±2,8) alındı. Sporcu olan deneklerin en az haftada 5 gün spor yapmaları ve en az 5 yıl aktif sporcu olmaları şartı arandı.

Araştırmaya katılan deneklerin diz fleksiyon ve ekstansiyon kas kuvvetleri 60°/s ve 180°/s açısal hızlarda Biodex System-3 marka izokinetik dinamometreyle ölçüldü. Çalışmaya katılan tüm deneklerin dominant ve nondominant ekstremiteyi teste alındı. Deneklerin yaşları, takvim yaşları dikkate alınarak saptandı. Boy ve ağırlık ölçümleri ise, üstlerinde yalnızca şort olmak üzere hassas boy ve ağırlık ölçen aletlerle yapıldı.

Denekler teste başlamadan önce koşu bandında 7 dakika hafif şiddette bir tempoyla ısındıktan sonra, diz eklemine yönelik 3–4 dakikalık esnetme ve gerdirme çalışmaları yaptılar. Denekler 60°/s ve 180°/s 2 ayrı açısal hızda programa alındılar. Her ölçüm hızıyla ilgili dominant ve nondominant bacakta 3 tekrar ısınma hareketi yaptırıldı. Daha sonra aynı açısal hızda ölçüm gerçekleştirildi. Test için 60°/s açısal hızda 3 submaksimal ısınma tekrarı ve kişi hazır olunca 5 maksimal tekrar yaptırılarak, 20 saniye dinlenme süresi verildi. 180°/s açısal hızda 3 submaksimal ısınma tekrarı ve kişi hazır olunca 15 maksimal tekrar yaptırılarak diğer ekstremiteye geçildi. Bu iki açısal hızda deneklerin izokinetik kuvvet ölçümü yapıldı. Eklem hareket açıklığı 90° olarak ayarlandı. Yapılan testler sonucunda quadriceps ve hamstring zirve tork (PT) (Nm), zirve tork/vücut ağırlığı (PT/VA) oranları ölçüldü. Deneklerin betimsel istatistikleri ortalama (±) standart sapma olarak değerlendirildi.

Araştırma verilerinin analizleri SPSS istatistik paket programında yapıldı. Güreşçi, futbolcu ve kontrol gruplarının dominant ve nondominant ekstremiteilerinin

izokinetik kuvvetlerinin ölçüm sonuçlarının karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Tukey çoklu karşılaştırma testi kullanıldı.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Sporcu ve Kontrol Grubunun Yaş (yıl), Vücut Ağırlığı (kg), Boy Uzunluğu (cm), Vücut Kitle İndeksi Değerleri, Spora Başlama Yaşları ve Aktif Sporculuk Yıllarının Ortalamaları

	Güreşçi n=20 Ortalama ± SD	Futbolcu n=20 Ortalama ± SD	Kontrol Grubu n=20 Ortalama ± SD	P
Yaş (yıl)	20,75±2,8	20,95±2,4	20,90±2,8	,901
Vücut Ağırlığı (kg)	75,05±14,2	69,25±6,6	71,95±10,9	,262
Boy Uzunluğu (cm)	174,85±7,1	177,40±7	178,75±8	,253
Vücut Kitle İndeksi	24,24±2,8	22,16±2,1	22,45±3,4	,053
Spora Başlama Yaşı	10,45±2,5	9,30±1,5	Sedanter	-
Aktif Sporculuk Yılı	9,15±3,4	7,60±2,1	Sedanter	-

p>0.05

Deney ve kontrol gruplarının 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki dominant ekstremitelerin ekstansör (quadiceps) PT değerlerinde, güreşçiler ile kontrol grupları arasında, güreşçiler lehine istatistikî olarak anlamlı bir farklılık olduğu görüldü (p<0.01). Yapılan bu araştırmada, nondominant ekstremitelerin ekstansör (Q) 60°/s açısal hız PT değerlerinde, güreşçiler ile kontrol grubu arasında, güreşçiler lehine istatistikî olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edildi (p<0.01). 180°/s açısal hızda nondominant ekstremitenin ekstansör (Q) PT değerlerinde, kontrol grubuna göre hem güreşçilerin, hem de futbolcuların PT değerleri yüksekti. Aradaki farklar istatistikî olarak ileri derecede anlamlıydı (p<0.01). Deney ve kontrol gruplarının 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki dominant ve nondominant ekstremitelerin fleksör (hamstring) PT değerleri arasında ise anlamlı bir farklılığa rastlanmadı (p>0.05).

Tablo 2: Deney ve Kontrol Gruplarının Dominant ve Nondominant Ekstremiteleri Ekstansör (Quadriceps) ve Fleksör (Hamstring) Zirve Tork Değerleri (Nm)

Açısal Hız	Güreşçi n=20 Ortalama ± SD	Futbolcu n=20 Ortalama ± SD	Kontrol Grubu n=20 Ortalama ± SD	P
Dominant 60°/s Ekstansör (Quadriceps)	210±34 ^a	192±31 ^{ab}	172±38 ^b	,005*
Dominant 180°/s Ekstansör (Quadriceps)	113±20 ^a	103±18 ^{ab}	89±22 ^b	,002*
Dominant 60°/s Fleksör (Hamstring)	124±28	116±26	109±28	,239
Dominant 180°/s Fleksör (Hamstring)	81±18	73±16	73±21	,307
Nondominant 60°/s Ekstansör (Quadriceps)	189±32 ^a	161±40 ^{ab}	151±40 ^b	,008*
Nondominant 180°/s Ekstansör (Quadriceps)	97±19 ^a	93±19 ^a	73±20 ^b	,001*
Nondominant 60°/s Fleksör (Hamstring)	113±26	110±27	97±26	,136
Nondominant 180°/s Fleksör (Hamstring)	76±21	69±14	62±20	,112

* : p<0.01 Aynı satırlarda farklı harflerle belirtilen değerler istatistiksel açıdan önemlidir.

Yapılan bu araştırmada, 60°/s açısal hız dominant ekstremitte ekstansör (Q) PT/VA değerlerinde, güreşçilerin ve futbolcuların değerlerinin kontrol grubunun değerlerinden yüksek olduğu gözlemlendi (p<0.05). 180°/s açısal hız dominant ekstremitte ekstansör (Q) PT/VA değerlerinde, güreşçi ve futbolcuların değerlerinin kontrol grubuna göre yüksek olduğu görüldü (p<0.01). Yapılan bu araştırmada, güreşçilerin 60°/s açısal hız nondominant ekstremitte ekstansör (Q), PT/VA değerleri ile kontrol grubu arasında güreşçiler lehine istatistiki olarak anlamlı bir farklılık olduğu görüldü (p<0.05). 180°/s açısal hızda ise; hem güreşçilerin, hem de futbolcuların kontrol grubuna üstünlüğü vardı. Bu farklılıklar istatistiki olarak ileri derecede anlamlıydı (p<0.01). Deney ve kontrol gruplarının 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki dominant ve nondominant ekstremitelerin fleksör (hamstring) PT/VA (Relatif Kuvvet) değerleri arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık olmadığı görüldü (p>0.05).

Tablo 3: Deney ve Kontrol Gruplarının Dominant ve Nondominant Ekstremiteleri Ekstansör ve Fleksör Zirve Tork/Vücut Ağırlığı (Relatif Kuvvet) Değerleri (Nm)

Açısal Hız	Güreşçi n=20 Ortalama ± SD	Futbolcu n=20 Ortalama ± SD	Kontrol Grubu n=20 Ortalama ± SD	P
Dominant 60°/s Ekstansör (Quadriceps)	283±46 ^a	276±41 ^a	242±44 ^b	,011*
Dominant 180°/s Ekstansör (Quadriceps)	152±28 ^a	150±26 ^a	124±29 ^b	,003**
Dominant 60°/s Fleksör (Hamstring)	167±39	166±34	153±33	,396
Dominant 180°/s Fleksör (Hamstring)	108±19	104±23	101±29	,721
Nondominant 60°/s Ekstansör (Quadriceps)	257±55 ^a	230±49 ^{ab}	212±52 ^b	,034*
Nondominant 180°/s Ekstansör (Quadriceps)	132±32 ^a	135±31 ^a	102±26 ^b	,001**
Nondominant 60°/s Fleksör (Hamstring)	153±39	159±34	136±34	,138
Nondominant 180°/s Fleksör (Hamstring)	103±35	100±22	87±29	,190

*: p<0.05 **: p<0.01 Aynı satırlarda farklı harflerle belirtilen değerler istatistiksel açıdan önemlidir.

TARTIŞMA

Yapılan bu araştırmada; 60°/s ve 180°/s açısal hızlarda dominant ekstremitelerin ekstansör (Q) PT değerlerinde, güreşçiler ile kontrol grupları arasında, güreşçiler lehine istatistiki olarak anlamlı bir farklılık olduğu görüldü (p<0.01). Ancak 60°/s ve 180°/s açısal hızlarda dominant ekstremiteler fleksör (H) PT değerlerinde, üç grup arasında da istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmadı (p>0.05).

Güreşte müsabaka formatı, patlayıcı kuvvete yönelik anaerobik enerji tüketimini gerektirir. Ama futbolda dayanıklılığa yönelik olan aerobik güç kullanımı daha ön

plandadır. Bu durum, bu çalışmadaki güreşçilerin özellikle 60°/s PT değerlerinin futbolculardan daha yüksek olmasını açıklamaktadır.

60°/s ve 180°/s açısal hızlarda dominant ekstremite ekstansiyon ve fleksiyon PT değerleri incelendiğinde, güreşçilerin değerlerinin diğer grupların değerlerinden daha yüksek olduğu gözlemlendi. En düşük PT değerlerinin ise kontrol grubunda olduğu görüldü. Güreşçilerin izokinetik kassal performansları açısından futbolcu ve kontrol grubuna göre daha fazla anaerobik güce sahip oldukları söylenebilir. Güreşçilerin ve futbolcuların antrenman metodları, yüklenme kriterleri ve fiziki yapıları farklılık gösterir. Güreşçiler 6 dakikaya kadar devam eden müsabakalarında, çok yüksek bir anaerobik güç ve anerobik dayanıklılık uygulamaktadırlar. Futbolcular ise aerobik ve anaerobik gücü neredeyse eşit oranda kullanırlar.

60°/s açısal hızda güreşçilerin değerlerinin futbolculara göre çok yüksek olmasına rağmen, 180°/s açısal hızda futbolcuların PT değerlerinin güreşçilerin değerlerine yaklaştığı görüldü. Bu durum, sporcuların branşlarında ve antrenman yöntemlerinde farklılık olduğu göz önüne alındığında, güreşçilerin anaerobik güç kullanımına ve patlayıcı kuvvete, futbolcuların ise kassal dayanıklılığa ihtiyaç duymalarıyla paralellik göstermektedir.

Türkiye’de ve farklı ülkelerde profesyonel 1. ve 2. lig düzeyindeki futbolculara yönelik yapılan benzer çalışmalarda bulunan 60°/s ekstansiyon ve fleksiyon PT değerlerinin bu çalışmadaki futbolcu grubunun değerlerinden yüksek olduğu görüldü^(2,9,10,11,12). Bu çalışmadaki futbolcuların PT değerlerinin 3. lig futbolcularına yönelik yapılan çalışmalarda elde edilen değerlere yakın, amatör lig futbolcularının değerlerinden yüksek olduğu tespit edildi^(2,11). Bu farklılıklar futbolcuların farklı fiziksel ve fizyolojik özelliklere sahip olmaları ve farklı liglerde performans sergilemelerinden kaynaklanmaktadır.

İnce’nin⁽⁹⁾ yaptığı benzer çalışmadaki, güreşçilerin 60°/s ekstansiyon ve fleksiyon PT değerlerinin, bu çalışmadaki güreşçilerin değerlerinden düşük, 180°/s ekstansiyonda yüksek, fleksiyonda ise yakın olduğu tespit edildi. Ayrıca İnce’nin çalışmasındaki futbolcuların 60°/s ve 180°/s açısal hızdaki ekstansiyon ve fleksiyon PT değerleri, aynı çalışmadaki güreşçilerden de çok yüksekti. Bu durum bu çalışmadaki güreşçi ve futbolcu gruplarının sonuçlarından tamamen farklılık göstermektedir. Pehlivan’ın⁽¹³⁾ genç ve büyükler güreş milli takımları üzerinde yaptığı benzer çalışmada, 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki dominant ekstremite ekstansiyon ve fleksiyon PT bulguları, bu araştırmaya alınan güreşçilerin değerlerinden düşüktü. Bu durum çalışmadaki güreşçilerin izokinetik performansları

açısından Pehlivan ve İnce'nin çalışmalarındaki güreşçilerin değerlerinden daha fazla anaerobik güce ve kassal dayanıklılığa sahip olduklarını göstermektedir. Başka bir ifadeyle, bu araştırma grubundaki güreşçilerin değerlerinin, diğer araştırmacıların değerlerinden daha iyi olduğudur. Bu çalışmaya katılan güreşçilerin büyük çoğunluğunun milli sporculardan oluşması ve uluslararası müsabakalarda derece almış olmaları bu durumu açıklamaktadır.

Bu çalışmada elde edilen 60°/s ve 180°/s açısız hızlardaki PT değerlerinin diğer branşlardaki sporcularla karşılaştırılması yapıldı. Buna göre; Koutedakis ve ark.'nın⁽¹⁴⁾ elit erkek ve bayan kürekçiler ile erkek dansçılarda tespit ettiği 60°/s ekstansiyon PT değerlerinin, bu çalışmadaki tüm grupların değerlerinden yüksek olduğu görüldü. Bu çalışmadaki sporculara göre, bayan kürekçiler ile erkek dansçıların değerleri yakındı. Alexander'ın⁽¹⁵⁾ erkek sprinterlere, Gür ve ark.'nın⁽¹⁶⁾ elit kayakçılara yönelik yaptıkları çalışmalarda bulguları, bu çalışmadaki tüm grupların PT değerlerinden yüksekti. Özkan ve ark.'nın⁽¹⁷⁾ üniversiteler Amerikan futbolu takımlarına yönelik yaptıkları çalışmadaki bulgular, bu çalışmadaki tüm grupların hem ekstansiyon, hemde fleksiyon PT değerlerinden düşüktü.

Elit erkek sprinterlerin, kayakçıların ve kürek sporuyla uğraşan bayan ve erkek sporcuların patlayıcı kuvvetlerinin bu çalışmadaki güreş ve futbolculardan fazla olması durumu, branş farklılığının gerekliliği göz önüne alındığında normal olarak gözükmemektedir. Sprinterlerin ve kayakçıların bacak kaslarını daha fazla kullandıkları ve patlayıcı kuvveti geliştirmeye yönelik çalışmalara daha önem verdikleri muhakkaktır. Ancak kürek branşının dayanıklılık özelliğinin ön planda olduğu bir spor branşı olmasına rağmen, 60°/s açısız hızdaki PT değerlerinin bu çalışmadaki grupların değerlerinden yüksek olması durumu, kürekçilerin yüksek patlayıcı kuvvet özelliğine de sahip olduklarını göstermektedir. Üniversitelerin Amerikan futbolu sporcularının değerlerinin, bu çalışmadaki futbolcu ve güreşçi gruplarının PT değerlerinden daha düşük olması durumu, bu sporun ülkemizde yeni tanınan bir branş olması ve sporcuların performans sporcusu olmamalarıyla açıklanabilir.

Sporcuların benzer antrenman programlarına ve yakın biyolojik yaşa sahip olmalarına rağmen, branşlar ve sporcular arasında ortaya çıkan kuvvet farklılıklarının, genetik ve performans farklılıklarından da kaynaklanabileceği göz ardı edilmemelidir.

Yapılan bu çalışmada, nondominant ekstremitenin ekstansör (Q) 60°/s açısız hız PT değerlerinde, güreşçiler ile kontrol grubu arasında, güreşçiler lehine istatistikî olarak anlamlı bir farklılık olduğu tespit edildi ($p<0.01$). 180°/s açısız hızda

nondominant ekstremitenin ekstansör (Q) PT değerlerinde, kontrol grubuna göre hem güreşçilerin, hem de futbolcuların PT değerleri yüksekti. Aradaki farklar istatistiki olarak ileri derecede anlamlıydı ($p<0.01$).

Nondominant ekstremitelerin $60^{\circ}/s$ ve $180^{\circ}/s$ açısal hızlardaki fleksör (H) PT değerlerinin ortalamasına göre, üç grup arasında da anlamlı bir farklılık görülmedi ($p>0.05$). Her iki açısal hızdaki PT değerlerinde, güreş grubunun değerlerinin diğer grupların değerlerinden daha yüksek olduğu gözlemlendi. En düşük PT değerlerinin ise kontrol grubunda olduğu görüldü.

Türkiye veya farklı ülkelerde Kayatekin⁽¹⁸⁾, İnce⁽⁹⁾, İşleğen ve ark.⁽¹²⁾ ile Malliou ve ark.'nın⁽²⁾ profesyonel 1, 2. ve 3. lig düzeyindeki futbolculara yönelik yaptıkları çalışmalarda, $60^{\circ}/s$ ve $180^{\circ}/s$ açısal hızda bildirdikleri nondominant ekstremitte ekstansör (Q) ve fleksör (H) PT değerlerinin araştırmamızdaki futbol grubunun PT değerlerinden yüksek olduğu görüldü.

Bu çalışmadaki güreşçilerin PT değerlerinin futbolculara göre yüksek çıkması, aktivitelerinde izometrik (statik) kas kasılmasının daha fazla olduğu güreşçilerin, izotonik (dinamik) kas kasılmasının daha fazla olduğu futbol branşındaki sporculara göre, zirve tork açısından daha yüksek değerlere sahip olduklarını göstermektedir.

Farklı branşlardaki sporcular ile farklı cinsiyetlerdeki sporcuların kas kuvvetlerinin karşılaştırılmasında, PT değerinin vücut ağırlığına (PT/VA) olan oranının kullanılmasının daha uygun olacağı görüşünü benimseyen araştırmacılar da mevcuttur^(19,20). Kişinin dominant-nondominant ekstremitte veya aynı ekstremitede bulunan agonist-antagonist kuvvet oranlarının karşılaştırmaları normal değerler gösterse de, vücut ağırlığına göre tork ilişkisi değişik olabilmektedir⁽²¹⁾.

Yapılan bu araştırmada, $60^{\circ}/s$ açısal hız dominant ekstremitte ekstansör (Q) PT/VA değerlerinde, güreşçilerin ve futbolcuların değerlerinin kontrol grubunun değerlerinden yüksek olduğu gözlemlendi ($p<0.05$). $180^{\circ}/s$ açısal hız dominant ekstremitte ekstansör (Q) PT/VA zirve tork değerlerinde, güreşçi ve futbolcuların değerlerinin kontrol grubuna göre yüksek olduğu görüldü ($p<0.01$). Araştırmada dominant ekstremite $60^{\circ}/s$ ve $180^{\circ}/s$ açısal hızlardaki fleksör (H) PT/VA değerlerinin ortalamalarına göre, üç grup arasında da istatistiki olarak anlamlı bir farklılığa rastlanmadı ($p>0.05$).

Çalışmada, güreşçilerin dominant ekstremitte $60^{\circ}/s$ ve $180^{\circ}/s$ açısal hız ekstansiyon ve fleksiyonda PT değerlerinin futbolculara göre yüksek olduğu görüldü. Ancak PT değerlerinde tespit edilen güreşçiler lehine olan yüksek farkın, zirve tork/vücut ağırlığı değerlerine göre azaldığı gözlemlendi. Bu durum kas

kuvvetlerinin karşılaştırılmasında, zirve tork değerinin vücut ağırlığına (zirve tork/vücut ağırlığı) olan oranının kullanılmasının daha uygun olacağı görüşünü desteklemektedir.

Akın ve ark.'nın⁽¹¹⁾ amatör futbolculara, Güner'in⁽²²⁾ PAF takımına yönelik yaptıkları çalışmalarda, 180°/s ekstansiyon ve fleksiyonda elde ettikleri PT/VA değerlerinin bu çalışmadaki futbolcuların ve güreşçilerin değerlerinden düşük olduğu görüldü. Güner'in 60°/s ekstansiyon değerleri bu çalışmadaki değerlere yakın, fleksiyon değerleri ise yüksekti.

Meriç ve ark.'nın⁽¹⁰⁾ futbolculara yönelik yaptıkları bir çalışmada defans oyuncularının 60°/s PT/VA değerlerinin, orta saha ve forvet oyuncularından fazla olduğunu belirlemişlerdir ($p<0.05$). Bu da defans oyuncularının izokinetik performans açısından, diğer mevkilerdeki oyunculardan daha fazla patlayıcı kuvvete sahip olduklarını göstermektedir. Orta saha ve forvet oyuncuları oyun içerisinde daha çok koşmaları gerektiğinden dolayı yavaş kasılan fibrillerinin (ST), defans oyuncularının ise, orta saha ve forvet oyuncularına göre daha az koştukları ve karşı takımın ataklarını engellemek için oyun içerisinde daha anlık hareket etmeleri gerektiğinden dolayı hızlı kasılan fibrillerinin (FT) daha fazla geliştiği söylenebilir. Güreşçilerde statik kuvvet özelliği, futboldaki savunma oyuncularıyla benzerlik göstermektedir. Bu çalışmada 60°/s açısız hızda güreşçilerde tespit edilen PT ve PT/VA değerlerinin yüksekliği, güreşçilerin futbolculara göre patlayıcı kuvvetlerinin yüksek oluşunun nedenini açıklamaktadır.

Alexander'in⁽¹⁵⁾ elit sprinterlere yönelik yaptıkları çalışmalarda bildirilen tüm değerler, bu çalışmadaki tüm grupların değerlerinden yüksekti. Worrell ve ark.'nın⁽²³⁾ erkek atletler üzerinde yaptıkları çalışmada, 60°/s ekstansör ve fleksör PT/VA değerleri, bu çalışmadaki grupların değerlerinden düşük, 180°/s açısız hızda ise tüm değerlerin atletler lehine yüksek olduğu tespit edildi. Bu durumun atletlerin orta ve uzun mesafe branşına yönelik olmalarından dolayı, farklılığı ortaya çıkardığı söylenebilir. Branş farklılıklarının PT/VA değerleri açısından da önemli olduğu görüldü. Değişik branşlarda faaliyet gösteren sporcuların izokinetik kuvvetlerinde bulunan farklı değerler, yapılan branş için gerekli olan patlayıcı kuvvet ve kassal dayanıklılık gibi özelliklerin, hangi açısız hızla ilişkili olduğunun bilinmesiyle daha anlaşılır hale gelecektir.

Şahinkaya'nın⁽²⁴⁾ sedanterlere ve Tura'nın⁽²⁵⁾ hiç spor yapmayan üniversite öğrencilerine yönelik yaptıkları dikkat çeken çalışmalarda elde edilen tüm değerler, bu çalışmadaki futbol, güreş ve sedanter gruplarının tamamının PT/VA

değerlerinden yüksekti. Bu durum kontrol grubu belirlenirken, deneklerin spordan uzak olma durumlarının daha titiz bir şekilde irdelenmesi gerektiğinin önemini ortaya çıkarmaktadır.

Yapılan bu araştırmada, güreşçilerin 60°/s açısal hız nondominant ekstremite ekstansör (Q) PT/VA değerleri ile kontrol grubu arasında güreşçiler lehine istatistikî olarak anlamlı bir farklılık olduğu görüldü ($p<0.05$). 180°/s açısal hızda ise; hem güreşçilerin, hem de futbolcuların kontrol grubuna üstünlüğü vardı. Bu farklılıklar istatistikî olarak ileri derecede anlamlıydı ($p<0.01$). 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki nondominant ekstremitenin fleksör (H) PT/VA değerlerinde, üç grup arasında da istatistikî olarak anlamlı bir farklılık görülmedi ($p>0.05$).

Güner'in⁽²²⁾ PAF takımına yönelik yapmış olduğu çalışmadaki 60°/s nondominant ekstansiyon ve fleksiyon PT/VA değerleri bu çalışmadaki değerlerden yüksek bulunurken, 180°/s bildirilen değerlere göre ise düşüktü. Brown ve Wilkinson'un⁽²⁶⁾ alp kayakçılarının üç ayrı seviyedeki sporcularında bildirilen nondominant ekstremite ekstansör PT/VA değerlerinin ve Worrell ve ark.'nın⁽²³⁾ elit erkek atletlerde yaptıkları çalışmada bildirdikleri değerlerinin bu çalışmadaki tüm grupların değerlerinden yüksek olduğu görüldü.

Elit erkek atletlerin ve kayakçıların patlayıcı kuvvetlerinin bu çalışmadaki güreş ve futbolculardan fazla olması, branş farklılığından dolayı normal gözükmemektedir. Sprinterlerin ve kayakçıların bacak kaslarını daha fazla kullandıkları ve patlayıcı kuvveti geliştirmeye yönelik çalışmalara daha önem verdikleri bilinmektedir. Kontrol ve sporcu grupları arasında ortaya çıkan önemli kuvvet farkları, kontrol grubundaki deneklerin pasif, sporcuların ise yoğun ve planlı bir sportif aktivite içerisinde olmalarıyla izah edilebilir.

SONUÇ

Branşlar arasındaki dominant ve nondominant ekstremitelere PT/VA değerlerinde tespit edilen farklılıklar, özellikle bacak kas kuvvetlerinin yüksek olmasının gerekli olduğu branşlarda yüksek, tersi durumlarda da düşük olduğu sonucunu ortaya çıkardı. Ayrıca alt ekstremitede statik kuvvetin ön planda kullanıldığı güreşçilerin PT değerleri, dinamik kuvvet kullanımına yönelik çalışan futbolculardan tüm açısal hızlarda yüksekti.

Bu çalışmanın sonuçları aşağıda açıklanan konularda, literatürdeki çalışmaların sonuçlarıyla benzerlik gösterdi. Açısal hız arttıkça quadriceps ve hamstring kas

kuvveti PT ve PT/VA değerlerinin düştüğü tespit edilirken, tüm hızlarda quadriceps PT ve PT/VA değerlerinin hamstring değerlerinden yüksek olduğu görüldü.

Sonuç olarak; bazı bulgularda PT değerlerinde tespit edilen yüksek farkların, PT/VA değerlerine göre azaldığı gözlemlendi. Bazı literatürler tarafından da destek bulan bu durum, kas kuvvetlerinin karşılaştırılmasında PT değerlerinin vücut ağırlığına (PT/VA) olan oranının kullanılmasının uygun olabileceğini irdelemektedir.

Araştırmaya katılan sporcuların dominant-nondominant PT ve PT/VA değerlerinde güreşçi ve futbolcular arasında genelde anlamlı farklılıklar görülmedi. Ancak her iki branş sporcularının dominant/nondominant ekstremitelerde ve tüm açılarda PT ortalama değerlerinin kontrol grubunun değerlerinden yüksek olduğu belirlendi.

KAYNAKLAR

1. Canüzmez A. E., Acar M. F., Özçaldıran B. (2006) *İç Üst Vuruşta Kullanılan Kas Grupları Peak Torq Güçlerinin Topa Vuruş Mesafesiyle Arasındaki İlişki*, The 9th International Sports Sciences Congress, Congress Proceedings, Muğla University, 246-248, Muğla.
2. Malliou P., Ispirlidis I., Beneka A., Taxildaris K., Godolias G. (2003) *Vertical Jump and Knee Extensors Isokinetic Performance in Professional Soccer Players Related to the Phase of the Training Period*, Isokinetics and Exercise Science, (11), 165-169.
3. Zakas A., Galazoulas C., Doganis G, Zakas N. (2005) *Bilateral Peak Torque of the Knee Extensor and Flexor Muscles in Elite and Amateur Male Soccer Players*, Physical Training, Greece.
4. Zeren Ç., Özgünen K., Korkmaz S., Yazıcı Z., Kurdak S. (2006) *Elit Adölesan Güreşçilerde Dominant Omuzda Abdüksiyon-Addüksiyon Hareketlerinin Değerlendirilmesi*, The 9th International Sports Sciences Congress, Congress Proceedings, Muğla University, 165-166, Muğla.
5. Karsan O., Yünceviz R., Aydın Ş. (1999) *Beden Eğitimi ve Spor Bölümü Öğrencilerinde Quadriceps (Q) Açısı Değerleri*, Dinamik Spor Bilimleri Dergisi, (1), 45-52, Muğla.
6. Miller K. E., Pierson L. M., Richardson S. M., et al. (2006) *Knee Extensor and Flexor Torque Development With Concentric and Eccentric Isokinetic Training*, Research Quarterly For Exercise Sport, (77), 58-63.
7. Agard P. Simonsen E.B, Magnusson P., Larsson B., Dyrhe-Poulsen P. A. (1998) *New Concept for Isokinetic Hamstring/ Quadriceps Muscle Strength Ratio*. Am. J. Sports Med., (26), 231-237.

8. Ilgazlı, B., Özçaldıran, B., Durmaz, B., Özkol, M. Z., Nalçakan, G. R. (2006) *Elit Erkek Yüzücülerde Ayak Bileği Tork Gücünün Branşlara Göre Karşılaştırılması*. The 9th International Sports Sciences Congress, Congress Proceedings, Muğla University, 242-245, Muğla.
9. İnce A. (2005) *Sporcularda Diz İzokinetik Kas Kuvveti ve Kemik Yoğunluğu Arasındaki İlişkinin Belirlenmesi*, Selçuk Üni., Sağlık. Bil. Ens., Spor Yön. Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 20–23, Konya.
10. Meriç B., Aydın M., Çolak T., Çolak E., Son M. (2007) *Farklı Mevkilerde Oynayan Profesyonel Futbolcuların Diz Eklemlerinin Antropometrik Ölçümlerinin ve İzokinetik Performanslarının Karşılaştırılması*, Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, ISSN: 1303-5134, 4(2)
11. Akın S., Coşkun Ö. Ö., Özberk Z. N., Ertan H., Korkusuz F. (2004) *Profesyonel ve Amatör Futbol Oyuncularının Fiziksel Özellikleri ve İzokinetik Diz Kaslarının Konsantrik Kuvvetinin Karşılaştırması*, Klinik Araştırma/Clinical Research, 15(3): 161-167, Ankara.
12. İşleğen Ç., Erdiñ T., Selamoğlu S. et. al. (1992) *Elit ve Elit Olmayan Sporcularda Diz Extention ve Flexion Kas Kuvvetlerini İzokinetik Metodla Değerlendirilmesi*. Hacettepe Spor Bil., Ulusal Kongre Bild., 258-264, Ankara.
13. Pehlivan M. (1991) *Değişik Branş Sporcularında İzokinetik Kas Kuvveti Değerlendirmenin Önemi*, Hacettepe Üni., Sağlık Bil. Ens., Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Programı, Bilim Uzmanlığı Tezi, Tez No: 16695, 58-68, Ankara.
14. Koutedakis Y., Frischknecht R., Murthy M. (1997) *Knee Flexion of Extension Peak Torque Ratios and Low-Back Injuries in Highly Active Individuals*, International J. of Sports Medicine, 290-295.
15. Alexander M. J. L. (1990) *Peak Torque Values for Antagonist Muscle Groups and Concentric and Eccentric Contraction Types for Elite Sprinters*. Arch Phys Med., Rehabil., 71: 334-339.
16. Gür H., Akkurt S., Küçükoğlu S. (1996) *Kuzey Kayak Başarısında Eksentrik Kas Kuvvet Özelliklerinin Önemi*, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(3), 18-24.
17. Özkan A., Arıburun B., Kin-İşler A. (2008) *Amerikan Futbolu Oyuncularında Vücut Kompozisyonu, İzokinetik Bacak Kuvveti ve Anaerobik Performans Arasındaki İlişki*, Spor Bil. Der., ISSN: 1308-0938, 1(1), Ankara.
18. Kayatekin B. M. (1994) *Düzenli Antrenmanın Futbolcularda Diz Fleksör ve Ekstansör Kas Kuvvetlerine Etkisi*. Dokuz Eyl. Üni., Tıp Fak., Fizyoloji Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, Tez No:38077, 44-70, İzmir.

19. Housh T. J., Thorland W. G., Tharp G. D., Johnson G. O., Cisar C. J. (1984) *Isokinetic Leg Flexion and Extension Strength of Elite Adolescent Female Track and Field Athletes*, Res. Quar. Exerc. Sport, 55: 347-350.
20. Perrin D.H. (1993) *Isokinetic Exercise and Assessment. 1st ed.* Human Kinetics Publishers, United States of America.
21. Davies G.J. (1987) *A Compendium of Isokinetics in Clinical Usage and Rehabilitation Techniques*. 3rd ed. S & S Publishers, Wiskonsin,
22. Güner R. (1996) *Kafeinli ve Kafeinsiz Kahvenin İzokinetik Kuvvet, Wingate Testi ve Egzersiz Sonrası İdrar Kafein Yoğunluğu Üzerine Etkileri*. Ankara Üni., Sağ. Bil. Ens., Fiz. Anabilim Dalı, Spor Hek. Bil. Dalı, Doktora Tezi, 46, 69-83, Ankara.
23. Worell T.W., Perrin D.H., Gansneder B.M., Gieck J.H. (1991) *Comparison of Isokinetic Strength and Flexibility Measures Between Hamstring Injuries and Non-Injured Athletes*, J. of Orthopaedic and Sports Physical Therapy, 13:118-125.
24. Şahinkaya T. (1996) *Sedanter Erkeklerde İzokinetik Diz Ekstansiyon/Flexion ve Ayak Bileği Plantar/Dorsi Flexion Çalışmalarının Patlayıcı Güce Etkisi*, İstanbul Üni., Sağ. Bil. Ens., Spor Fiz. Arş. ve Uyg. Merkezi, Egzersiz Fizyolojisi, Yüksek Lisans Tezi, 38-55, İstanbul.
25. Tura A. (1996) *Diz Fleksiyon ve Ekstansiyon Kas Gücünün İzokinetik Dinamometrede Değerlendirilmesi*. İstanbul Üni., İstanbul Tıp Fak., Fizik Tedavi ve Rehabiltasyon Böl., Yüksek Lisans Tezi, Tez No: 48893, 44-70, İstanbul.
26. Brown S.L., Wilkinson J.G. (1983) *Characteristics of National, Divisional and Club Male Alpine Ski Racers*, Medicine Science and Sports Exercies, 15: 491-495.

Boş Sayfa

7–12 YAŞ ÇOCUKLARDA CİNSİYET VE YAŞ GRUPLARINA GÖRE EUROFİT TEST BATARYASI İLE PERFORMANS PARAMETRELERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Gamze ERİKOĞLU*, Hüseyin ÖZKAMÇI*, Nasrin GOLMOGHANI*,
Ceren SUVEREN*, Tuğçe TOT*, Neşe ŞAHİN**, Ziya SELÇUK**,
Erdal ZORBA*, Nevin ATALAY GÜZEL*.

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, 7–12 yaş çocuklarda cinsiyet ve yaş gruplarına göre Eurofit test bataryası ile performans parametrelerinin değerlendirilmesi ve fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin belirlenmesidir.

Araştırmada ölçümler, Özel Maya Kolej’inde okuyan 7-12 yaş arası kız ve erkek toplam 203 ilköğretim öğrencisine beden eğitimi ders saatlerinde yapılmıştır. Eurofit test bataryasına göre; denge, sağlık topu fırlatma, otur-uzan, mekik testi, disklere dokunma, dikey sıçrama, 20 m. sprint ve 20m. mekik koşusu testleri sırası takip edilerek yapılmıştır.

Çalışma sonunda, 10 yaştan önce cinsiyetler arası değerlendirmede performans parametreleri arasında anlamlı fark görülmezken, 10 yaştan itibaren özellikle erkek çocuklarda üst extremite kuvveti, anaerobik güç ve tahmini VO₂max değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir.

Sonuç olarak, kız ve erkek çocukların 10 yaşına kadar benzer gelişim gösterdiği, ancak, bu yaştan itibaren erkek çocukların kız çocuklara göre bazı parametrelerde daha yüksek oranda gelişim gösterdiği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Çocuk, yaş, cinsiyet, Eurofit test bataryası, performans.

* Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

** Özel Maya Koleji, ANKARA

ASSESSMENT OF PERFORMANCE PARAMETERS WITH EUROFIT TEST BATTERY ACCORDING TO GENDER AND AGE GROUPS AT 7-12 YEARS OLD CHILDREN

ABSTRACT

The aim of this study was to evaluate 7-12 year-old children's performance parameters and determine their physical and physiological characters with respect to their age and gender differences using Eurofit test battery.

203 male and female students at Maya College between the age of 7-12 participated in during the physical education lesson. Measurements are balance, medicine ball throwing, sit and reach, sit-ups, plate tapping, vertical jump, 20 m sprint and shuttle run test were applied to the subjects during physical education lessons.

The result of the study while there were no significant differences between gender and performance parameters before 10 years old, there were significant differences at upper extremities strength, anaerobic power and VO_2 max values after 10 years old especially boys.

In conclusion, it is sign able that both girls and boys have similar growing until 10 age but through this age boys have more improvement in some parameters than girls have.

Key words: *Child, age, gender, Eurofit test battery, performance.*

GİRİŞ

Sanayileşme ve modern yaşam tarzının sebep olduğu bedensel hareketsizlik her yaş grubundaki bireyleri olumsuz etkilemektedir. Genç adolesanlarda yapılan birçok araştırma gösteriyor ki; düşük fiziksel aktivite düzeyi, esnekliğin azalmasına, kardiyovasküler dayanıklılığın yetersizliğine, kuvvetin ve süratin gerilemesine sebep olmaktadır (10) ve bununla birlikte birçok problem çocukluk ve ergenlik dönemindeki egzersiz yapma alışkanlıkları ve yaşam koşullarının sonucu olarak gelişmektedir (1). Günlük yaşantı, hareketlilik ve sportif verimliliği etkileyen fiziksel uygunluk hem sağlıkla ilişkili, hem de performans ile ilişkilidir (10,11). Fiziksel uygunluğun komponentleri kardiyovasküler dayanıklılık, kuvvet, esneklik, çeviklik, denge, koordinasyon, güç, sürat ve vücut kompozisyonu olarak belirlenebilir; sağlık ve performans ile ilişkilendirilebilir (15).

Dünya Sağlık Teşkilatı (1968) sağlığı; kişinin ruhsal, sosyal ve fiziksel bakımdan iyilik hali olarak tanımlamıştır. Bu noktadan hareketle, çocukluk döneminde ve erken yaşlarda spor yapma alışkanlığının kazandırılması önemli gözükmektedir (17). Bu sebeple; Avrupa Konseyi Bakanlar Komitesi 19 Mayıs 1987 tarihinde çıkardığı R (87) 9 nolu tavsiye kararında, 6-7'den 16-18 yaşa kadar okul çağındaki çocukların fiziksel uygunluğunu ölçmek ve değerlendirmek amacıyla Avrupa Fiziksel Uygunluk testlerinin kullanılmasını (European Test of Physical Fitness EUROFIT) ve bu uygulama ile ilgili tedbirlerin alınmasını üye devletlere tavsiye etmiştir (Committee of Experts on Sports Research, 1988) (4).

Farklı yaş gruplarında Eurofit test bataryasının uygulanması; genel sağlık düzeyi belirlenmesinde, egzersiz ve spor yapma alışkanlıklarının değerlendirilmesi ve kazandırılmasında, beden eğitimi öğretmenleri ve antrenörlere çocukların yapısal ve fonksiyonel özellikleri hakkında bilgi vermede, ulusal normların geliştirilmesinde ve çocuklarla ilgili ulusal politikaların belirlenmesinde yardımcı olabilir (7,9,10,20).

Geçen 30 yılı aşkın sürede Amerika'da, ulusal sayılabilecek çeşitli fiziksel uygunluk normları oluşturulmuştur. İlk defa 1957, 1965 ve 1975'de üç çalışma, öncelikle bir motor performans testi olan AAHPERD (American Alliance For Health, Physical Education, Recreation and Dance) YTF (Youth Fitness Test)'i üzerinde 10-17 yaşlar arasındaki çocuklar için normlar yapılmıştır (20,21).

Türkiye'de AAHPERD ile ilgili norm çalışmalarına rastlanılamamasıyla birlikte, olimpiyatlar için sporcu kaynağı projesi adı altında, yetenek seçimine yönelik, fiziksel uygunluk standart normları geliştirilmiş ve AAHPERD, YFT ve EUROFIT ile ilgili çocuklara yönelik çeşitli fiziksel uygunluk çalışmaları yapılmıştır (20,21).

Bu çalışmada da 7-12 yaş çocuklarda cinsiyet ve yaş gruplarına göre Eurofit test bataryası ile performans parametrelerinin değerlendirilmesi, fiziksel ve fizyolojik özelliklerin oluşturulması amacıyla yapılmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu çalışma, 2008 Ocak-Şubat aylarında, Maya Kolej'inde öğrenim gören 7-12 yaş arası toplam 203 (75 kız, 128 erkek) ilköğretim öğrencisinin beden eğitimi ders saatlerinde gönüllü katılımlarıyla gerçekleştirilmiştir. Tüm ölçümler Gazi Üniversitesi antrenman ve hareket bilimleri programında yüksek lisans yapan öğrenciler tarafından alınmıştır. Öğrencilerin ailelerine ve okul yönetimine çalışma hakkında ayrıntılı bilgi verilerek aydınlanmış, onayları alınmıştır.

Verilerin Toplanması

Boy Uzunluğu ve Vücut Ağırlığı Ölçümü: Deneklerin vücut ağırlıkları Tanita HD 358 marka vücut kompozisyon analizörü ile kilogram cinsinden, boyları ise 0.01cm hassasiyetinde stadiometre ile ölçülmüştür.

Eurofit Test Bataryası:

—Denge testi: Genel denge testi için flamingo denge testi uygulanmıştır. Boyutları belirlenmiş kiriş üzerinde tek ayakla denge sağlanmasıdır. 1 dk. içinde kaç saniye dengede durulduğu hesaplanmıştır. Test 2 defa uygulanarak en iyi derece kayıt edilmiştir.

—Sağlık topu atma: 11 yaş altı 1 kg, 11 yaş üstüne 2 kg ağırlığındaki sağlık topunu belirlenen çizginin arkasından ayaklar sabit 2 eli ile topu atması istenmiş ve topun düştüğü mesafe metre ile ölçülmüştür. Test 2 defa uygulanarak en iyi derece kayıt edilmiştir.

—Dikey sıçrama testi: Test 2 ölçümden oluşmaktadır; 1. Ölçüm ise denek ayakta iken ellerinin ulaştığı en üst nokta işaretlendikten sonra 2. Ölçüm, ayaklar bitişik, dizden kuvvet alarak (bükerek) sıçrayabileceği en üst noktaya sıçrayıp duvara değdiği nokta işaretlenmiştir. 2 ölçüm arasındaki fark kaydedilmiştir ve test 2 defa uygulanarak en iyi derece kayıt edilmiştir.

—Otur-uzan testi: Oturur durumda gövdenin mümkün olduğunca öne uzanmasıdır. Ölçüm için üzerinde kayan bir cetvel ve 0–50 cm aralıklı bölmeler bulunan bir kasa kullanılmıştır. Denek ayakları açık, ayak tabanları tam kasaya gelecek şekilde dizleri bükmeden oturur ve öne doğru parmak uçları ile cetveli yavaşça dizlerini bükmeden itebildiği yere kadar itmesi istenmiştir ve en son nokta kayıt edilmiştir. Test 2 defa uygulanarak en iyi derece kayıt edilmiştir.

—Mekik testi: 30 sn. içinde kaç kez mekik çektiği kayıt edilmiştir. Test 2 defa uygulanarak en iyi derece kayıt edilmiştir.

—20m. sprint: Fotoseller yardımı ile 20 m. sürat ölçümü alınmıştır. Test 2 defa uygulanarak en iyi derece kayıt edilmiştir.

—Disklere dokunma: Denek ayakları hafifçe aralık, ayakta masanın önünde durur bir elini 2 disk arasındaki dikdörtgen plakaya koyarak diğeri ile ortadaki elin üzerinden geçirek her iki disk arasında mümkün olduğunca çabuk gelgit hareketi yaparak A ve B disklere 25 vuruş gerçekleştirmiştir. Test 2 defa uygulanarak en iyi derece kayıt edilmiştir.

—20 m. mekik (dayanıklılık) testi: Farklı bir günde 1 defa olmak üzere test uygulanmıştır. Elde edilen skorlar değerlendirme cetveli yardımı ile deneklerin maksimum oksijen tüketim değerleri ml/kilogram/dakika cinsinden hesaplanmıştır.

Dikey sıçrama testi sonuçlarından tahmini anaerobik güç, mekik koşusu testi sonuçlarından da tahmini maksimal O₂ tüketim miktarları (VO₂ max) hesaplanmıştır (18).

Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizleri SPSS 15.0 paket programında yapılmış ve değerler ortalama ve standart sapma (X±SS) şeklinde ifade edilmiştir. Deneklerin sayısına bağlı olarak; yaşlar arası karşılaştırma için One Way Anova, farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek içinde Post Hoc (Scheffe) testi, cinsiyetler arası karşılaştırmada ise Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi p<0.05 olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

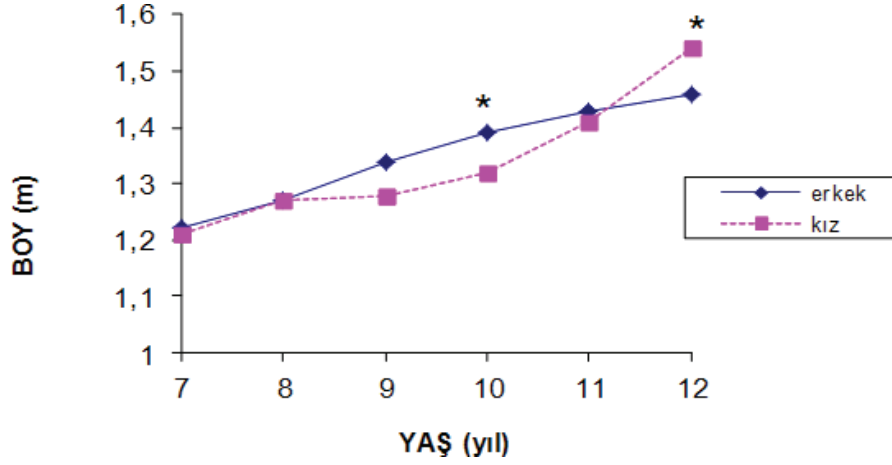
Tüm bileşenlerin yaşlara göre değerleri aşağıdaki tablolar ve şekillerde gösterilmiştir

Tablo 1: Deneklerin Cinsiyet ve Yaş Dağılımlarına Göre Vücut Ağırlığı ve Boy Uzunluğu Değerleri (X±S)

Parametreler		VA(kg)	Boy (m)	Parametreler		VA(kg)	Boy (m)
7 Yaş	Kız (n:16)	24,05 ± 3,99	1,217±0,04	10 yaş	Kız (n:8)	32±6,96	1,32±0,05
	Erkek (n:23)	26,11±5,43	1,23±0,06		Erkek (n:21)	39,02±9,4	1,39±0,06
	p	0,38	0,85		p	0,32	0,00
8 Yaş	Kız (n:13)	26,25±4,37	1,28±0,05	11 yaş	Kız (n:13)	40,42±9,1	1,41±0,09
	Erkek (n:20)	25,81±6,23	1,28±0,06		Erkek (n:16)	37,45±7,8	1,44±0,07
	p	0,98	0,98		p	0,24	0,47
9 Yaş	Kız (n:8)	31,25±6,50	1,28±0,05	12 yaş	Kız (n:17)	43,25±8,2	1,54±0,06
	Erkek (n:25)	33,10±7,06	1,34±0,06		Erkek (n:23)	41,09±8,2	1,46±0,06
	p	0,52	0,17		p	0,36	0,00

Tablo 2: Deneklerin Cinsiyet ve Yaş Dağılımlarına Göre Performans Değerleri (X±S)

Parametreler	Denge (sn)	Sağlık Topu (cm)	Esneklik (cm)	Mekik Testi (adet)	20 m. Sürat (sn)	Disklere Dokunma (sn)	VO ₂ max (ml/kg/dk)	Anaerobik Güç (kg,m/sn)	
7 yaş	Kız n:16	4,87±3,9	216,1±59	24,06±4,1	30,88±4,9	4,79±0,3	8,11±1,41	28,18±7,7	15,35±1,8
	Erkek n:23	3,28±2,0	241±60,94	19,4±6,15	26,57±6,98	4,69±0,3	8,14±1,17	30,60±2,9	14,85±3,0
	p	0,11	0,25	0,22	0,53	0,40	0,58	0,40	0,81
8 yaş	Kız n:13	4,22±3,18	276,5±43,6	23,15±4,3	30,23±7,92	4,77±0,4	6,89±1,03	33,43±2,4	16,38±2,2
	Erkek n:20	3,46±1,8	296,5±42,4	21,78±4,4	28,05±4,89	4,82±0,4	6,72±0,86	33,19±2,6	15,91±2,6
	p	0,73	0,19	0,35	0,52	0,31	0,89	0,78	0,73
9 yaş	Kız n:8	3,63±2,2	258,1±76,5	21,19±7,9	27,5±5,40	4,78±0,6	6,66±1,84	30,45±3,9	16,47±2,8
	Erkek n:25	4,98±2,92	336,08±62,2	20,06±6,7	33,28±5,38	5,94±7,4	6,65±1,18	31,15±7,1	18,93±2,8
	p	0,19	0,12	0,75	0,15	0,42	0,69	0,35	0,67
10 yaş	Kız n:8	3,72±2,3	338,7±31,8	16,25±2,7	24,5±8,35	4,21±0,3	6,06±0,61	31,67±2,8	17,98±2,2
	Erkek n:21	7,93±12,2	411,9±59,5	18,24±4,5	28,05±6,92	5,93±7,6	6,25±0,81	32,01±7,7	20,80±2,1
	p	0,40	0,00	0,34	0,23	0,94	0,64	0,34	0,01
11 yaş	Kız n:13	6,16±4,2	251,5±66,6	22,23±6,3	33,69±6,30	4,07±0,4	6,03±1,85	27,28±13,3	23,74±3,9
	Erkek n:16	5,57±4,5	268,7±55,2	20,13±6,6	32,27±9,08	3,87±0,2	6,07±0,58	35,93±3,8	23,00±2,8
	p	0,58	0,58	0,37	0,44	0,30	0,07	0,01	0,81
12 yaş	Kız n:17	5,28±3,7	282,1±48,0	21,79±8,7	33,88±3,64	4,10±0,2	5,62±1,16	41,24±34,9	23,41±3,5
	Erkek n:23	6,68±12,8	281,5±41,0	18,28±5,2	32,13±5,83	4,06±0,3	5,66±0,94	33,83±7,5	23,18±3,1
	p	0,24	0,85	0,14	0,11	0,20	0,53	0,13	0,91

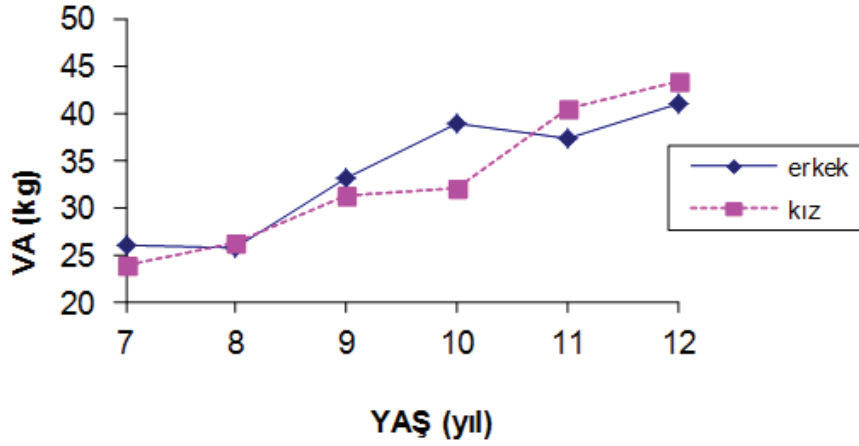


*p<0,05

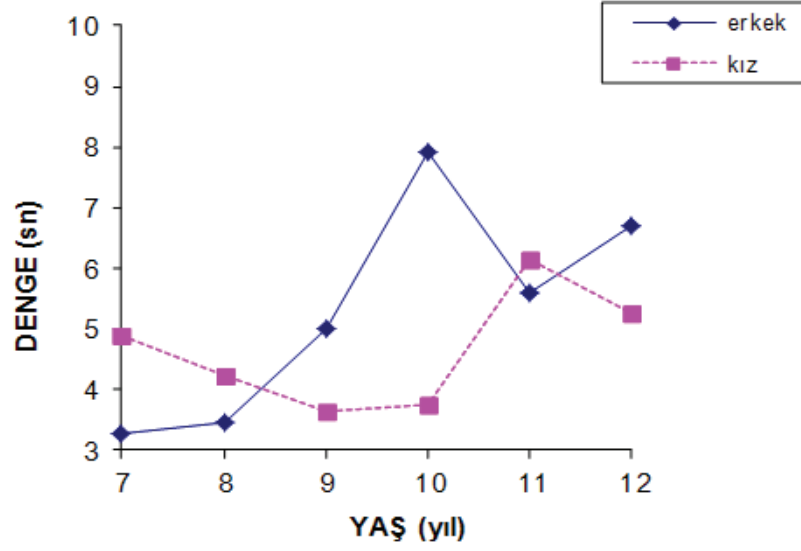
Şekil 1: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin boy uzunluklarındaki değişim

Kız deneklerde yaş grupları arasında; (7-11, 7-12, 8-12, 9-12, 10-12, 11-12; p<0.05).

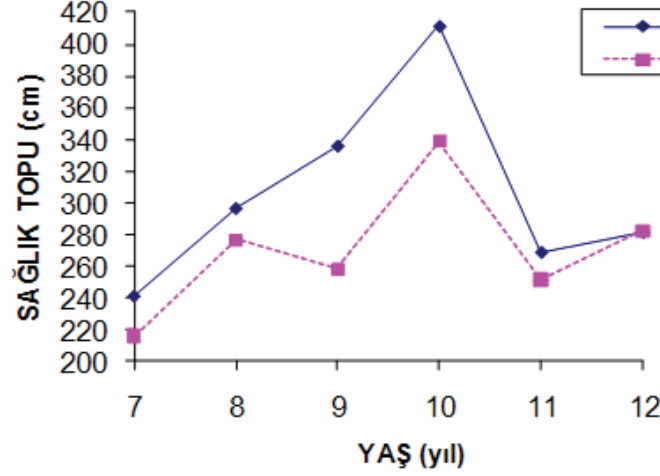
Erkek deneklerde yaş grupları arasında; (7-9, 7-10, 7-11, 7-12, 8-10, 8-11, 8-12, 9-12; p<0.05).



Şekil 2: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin vücut ağırlığı değişimi



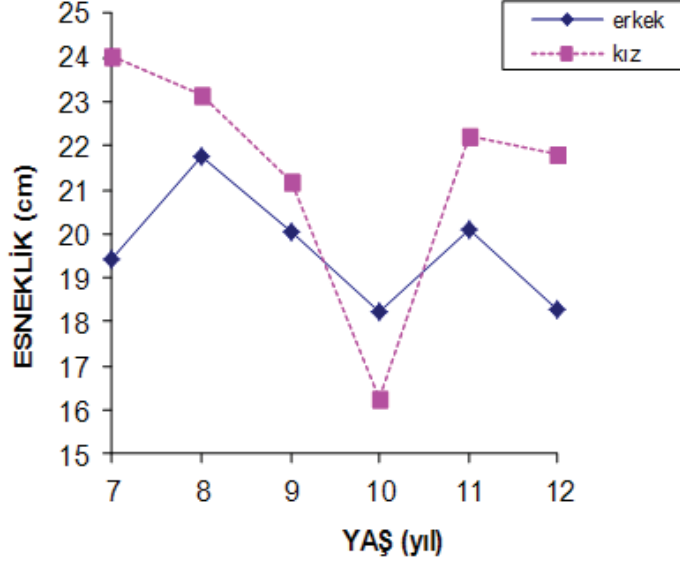
Şekil 3: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin Flamingo denge yeteneğindeki değişim



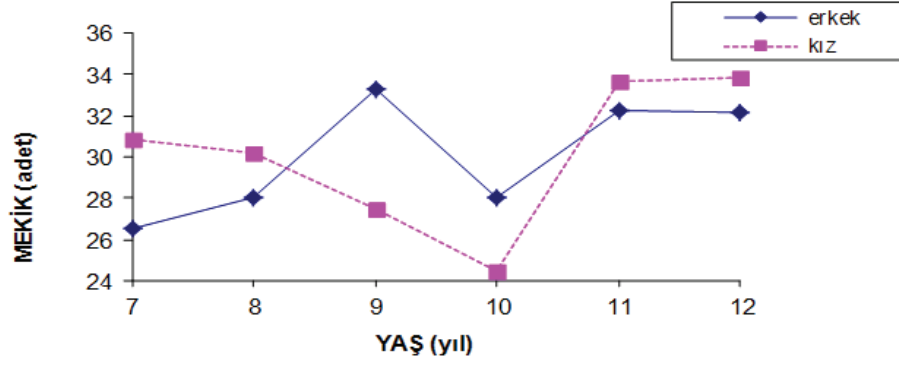
*p<0,05

Şekil 4: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin sağlık topu fırlatma yeteneğindeki değişim

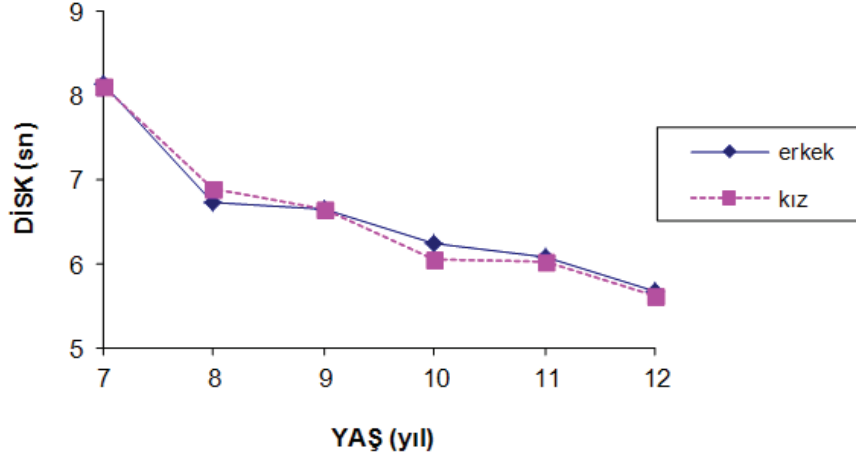
Erkek deneklerde yaş grupları arasında; (7-9, 7-10, 8-10, 10-11, 10-12; p<0.05).



Şekil 5: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin esneklik yeteneğindeki değişim



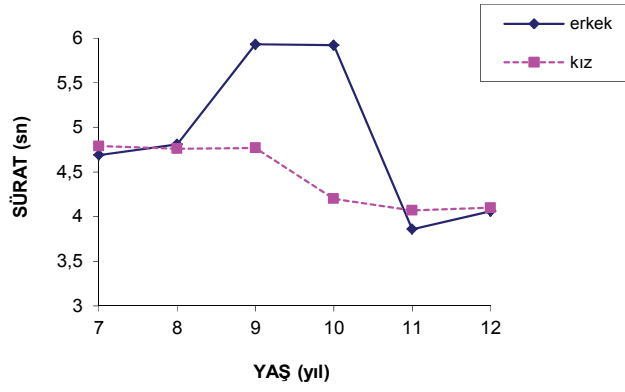
Şekil 6: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin mekik çekme yeteneğindeki değişim



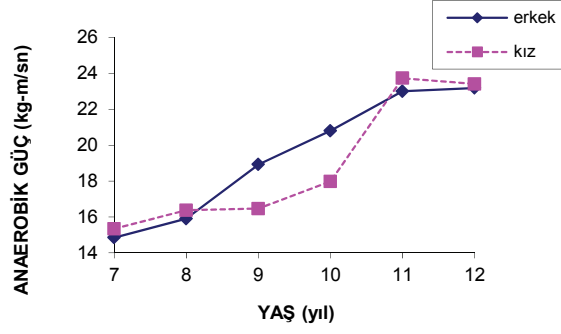
Şekil 7: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin disklere dokunma yeteneğindeki değişim.

Kız deneklerde yaş grupları arasında; (7-12; $p<0.05$).

Erkek deneklerde yaş grupları arasında; (7-11, 7-12; $p<0.05$).



Şekil 8: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin sürat yeteneğindeki değişim

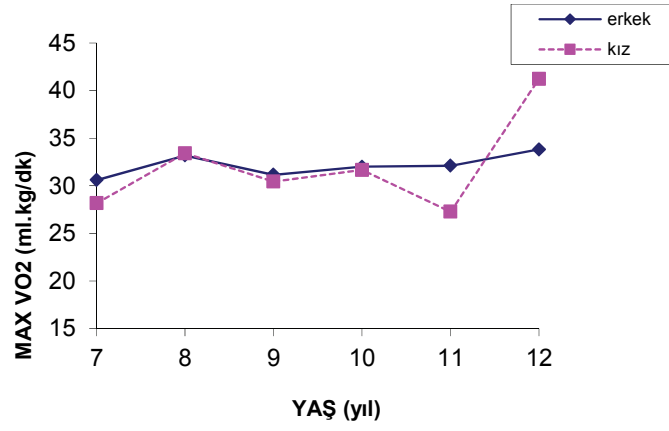


*p<0,05

Şekil 9: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin anaerobik güçlerindeki değişim

Kız deneklerde yaş grupları arasında; (7-11, 7-12, 8-11, 8-12; p<0.05).

Erkek deneklerde yaş grupları arasında; (7-10, 7-11, 7-12, 8-11, 8-12; p<0.05).



*p<0,05

Şekil 10: 7-12 yaş kız-erkek deneklerin VO₂ max' larındaki değişim

Erkek Erkek deneklerde yaş grupları arasında; (7-11, 8-11, 9-11, 10-11, 11-12; p<0.05).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bazı fiziksel ve fizyolojik parametrelerin belirlenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada 7–12 yaş çocuklarda cinsiyet ve yaş gruplarına göre Eurofit test bataryası uygulanmış bazı fiziksel ve performans parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar olduğu bulunmuştur.

Kız çocukları yaklaşık 9, erkek çocukları ortalama 11 yaşlarına geldiklerinde hızlı büyüme evreleri başlamaktadır. Bu süreç kız çocuklarında 12, erkek çocuklarında yaklaşık olarak 13 yaşına kadar sürebilmektedir. Ağırlık ve boy uzunluğunda meydana gelen bu yavaş büyüme çocuğa, vücudundaki bu gelişime alışması için fırsat verir, ayrıca motor kontrol ve koordinasyonunun gelişiminde de etkili bir faktördür (13). Kız çocuklarda östrojen, erkek çocuklarda da androjen hormonları buluş çağını başlatırlar ve bu hormonlara bağlı olarak kız ve erkek çocukların cinsiyet farklılıkları belirginleşir. Bu yaşlarda kız çocukları erkeklere oranla vücutlarının bazı bölgelerinde daha fazla deri altı yağ tabakası ihtiva ederler. Dolayısıyla buluş çağı evresi ve hızlı büyüme periyodu nedeniyle boy uzunluğu ve vücut ağırlığında hızlı bir artış gözlenir (3,12). Bu çalışmada da boy uzunlukları, kızlarda 7-11, 7-12, 8-12, 9-12, 10-12, 11-12, erkeklerde ise 7-9, 7-10, 7-11, 7-12, 8-10, 8-11, 8-12, 9-12 yaşlar arasında anlamlı artış göstermiştir. Cinsiyetler arası farka bakıldığında ise 10 yaşta erkekler, 12 yaşta kızların boy uzunlukları anlamlı uzun bulunmuştur ($p<0.05$). Böylece boy uzunluğunun yaşa bağlı olarak arttığı ancak kız ve erkek çocukların boy uzama dönemlerinin farklı olduğu söylenebilir. Çocukların vücut ağırlıkları ise yaşa bağlı olarak bir artış göstermekle beraber istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Freitas ve arkadaşları da 2007 yılında yaptığı bir çalışmada, sosyo-ekonomik statüleri farklı olsa bile 7-14 yaş arası erkek ve kız çocukların boy uzunluklarının yaşa bağlı olarak arttığını ifade etmiştir (8).

Üst extremité kol kuvvetinin değerlendirildiği sağlık topu fırlatma testinde sadece 10 yaşındaki kızlar ve erkekler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark gözlenmişken; erkeklerde 7-9, 7-10, 8-10, 10-11, 10-12 yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Yapılan bir başka çalışmada; özellikle 10 yaş erkek çocuklarda üst extremité kuvvetinin kız çocuklara oranla daha iyi olduğu ifade edilmiştir (14). Bu çalışmada da tüm yaş gruplarında (12 yaş hariç) erkeklerin üst extremité kuvvetlerinin kızlara göre daha yüksek olduğu ve 10 yaşta da istatistiksel olarak anlamlı farklı olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerde omuzların genişlemesi, kolların uzamasının kızlardan daha belirgin olması sebebiyle, fırlatma işlemi daha büyük bir mekanik etki ile yapıldığından bu farkın olduğu düşünülmektedir (5). Bunun yanı sıra, erkekler genellikle kaba motor

aktivitelere daha çok zaman ayırırken. Kızlar genellikle ince motor aktivitelere daha fazla yönelirler. Bu sebeple erkeklerin mesafe olarak fırlatma testlerinde daha başarılı oldukları pek çok çalışmada ifade edilmektedir (2,6,19).

Kol hareket sürati ve reaksiyon zamanının değerlendirildiği disklere dokunma testi Eurofit test bataryasının temel motorik özellikleri değerlendiren bir başka testidir. Fjortoft'un 2000 yılında 5-7 yaş arası çocuklarda yaptığı çalışmada disklere dokunma değerlerinde yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.01$) (7). Yapılan bu çalışmada da disklere dokunma değerlerinde; cinsiyetler arasında fark olmamasına rağmen kız (7-12) ve erkek deneklerde (7-11, 7-12) yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$).

Kız ve erkek deneklerin aerobik ve anaerobik güçleri belirlemek için 2 farklı ölçüm alınmıştır. Tahmini maksimum oksijen tüketiminin belirlendiği ve aerobik dayanıklılığı ifade eden 20 m. mekik koşusu testinde; cinsiyetler arası farklılık sadece 11 yaşta gözlemlenirken, erkek deneklerde 7-11, 8-11, 9-11, 10-11, 11-12 yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur ($p<0.05$). Dikey sıçrama ile bulunan anaerobik güç testinde de 10 yaşta cinsiyetler arası farklılık tespit edilmiş olup, kız deneklerde 7-11, 7-12, 8-11, 8-12 yaş grupları arasında ve erkek deneklerde 7-10, 7-11, 7-12, 8-11, 8-12 yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklar belirlenmiştir ($p<0.05$). Böylece yaşa bağlı olarak değişen antropometrik özellikler (Şekil 1-2) ile birlikte aerobik ve anaerobik performansta da orantılı bir değişim olduğu söylenebilir. Pizzamano; adolosanlarda aerobik ve anaerobik parametrelerin, antropometrik verilere büyük oranda bağlı olduğunu söylemiştir (14). Bununla birlikte, dayanıklılık gelişimi kas ve kalp-dolaşım sistemine dayanır. Bedensel olarak aktif çocukların sedanterlere göre daha yüksek aerobik kapasitelerinin olması doğaldır. Aerobik kapasite beden ağırlığı ile ilişkilendirildiğinde büyüme ve gelişme sürecindeki erkek çocukların değerlerinin 50-55, kızlarında 40-50 ml. $kg^{-1}.dk^{-1}$ civarında olduğu ifade edilmektedir. Aerobik dayanıklılık göstergesi olarak kabul edilen VO_2 max değerlerinde cinsiyetler arası fark puberte döneminde ortaya çıkar. Bu dönemde kızlarda 11.5 yaş, erkeklerde 13.5 yaşlarından sonra erkeklerin kardiorespiratuar dayanıklılığı kızlarınkinden %5-50 arasında daha fazladır (16). Anaerobik dayanıklılık ise, erkeklerde 5 yaştan 13-14 yaşa kadar, yaşla birlikte doğrusal olarak artar. Kas dayanıklılığı, kızlarda da yaşla birlikte artar fakat erkeklerdeki gibi atılım açık değildir. "Büyüme ve motor performans çalışması" sonuçlarına göre 8 yaşından sonra kız ve erkek çocuklarda ki kas dayanıklılığı farkı belirgindir (13). Yapılan bu çalışmada da anaerobik güç yaşla

birlikte lineer bir artış gösterirken, aerobik kapasite yalnız erkek çocuklarda bu yaş dönemlerinde anlamlı farklılaşmıştır.

Eurofit test bataryasında bulunan diğer performans parametreleri olan denge, esneklik, alt ekstremité kuvveti göstergesi olan sürat testi ve karın kaslarının kuvvetini ifade eden mekik testi ölçüm sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark görülmezken, esneklik ve alt ekstremité kuvvetinin her iki cinsiyette de özellikle 10 yaştan itibaren belirgin artış göstermesi dikkat çekicidir (Şekil 2-3-5-6-8). Esneklik değerlerinin bireyin eklem ve kas yapısına bağlı olduğu ve çocuklarda büyüme ile denge özelliğinin arttığı gözlemlenmiştir, ayrıca çocukluk döneminde, cinsiyet farklılığı motor beceri ve performansı etkilemektedir. Sürat ve denge ile ilgili hareketlerde erkeklerin, esneklik ve küçük kas gruplarının koordinasyonunu gerektiren hareketlerde ise kızların daha iyi olduğu ifade edilmektedir (13).

8-10 yaş erkek çocuklar üzerine yapılan bir çalışmada ise, çocuklara otur-eriş testi, mekik çekme testi ve 1 mil yürü-koş testleri uygulanmış ve vücut kompozisyonları belirlenmiş, sonuçlar yüzdelerle ifade edilmiştir. Hem devlet hem de özel okullardan 670 çocuk üzerine yapılmış olan bu çalışma ulusal düzeyde norm çalışması niteliğindedir (21). Araştırmadaki 8, 9 ve 10 yaş erkek çocukların değerleri yapılan bu norm çalışmasıyla paralellik göstermiştir.

Çalışma sonunda; antropometrik özelliklerin büyüme ve gelişmeye paralel farklılaştığı ve özellikle 10 yaştan itibaren performans verilerinde artışlar olduğu gözlemlenmiştir. Özellikle bu dönemden itibaren bazı sportif uygulamalar ve eğitimlerle motor becerilerin ve performans parametrelerinin gelişmelerini sağlamak mümkün olabilecektir. Ayrıca sosyo kültürel ve ekonomik düzeyin daha yüksek olduğu düşünülen bu okullarda okuyan çocukların fiziksel uygunluk düzeylerini yansıtır ve devlet okullarındaki çocuklardan farklılıkları ortaya konulabilir.

KAYNAKLAR

1. Astrand PO. Health and Fitness. Barron's Woodbury, New York, 1977.
2. Breckenridge EM, Murpy NM. Growth and Development of the Young Child. WB Saunders Company, London, 1969.
3. Caresselt W. Die Somatische Entwicklung. Olympia Buch Der Sportmedizin. Köln, 245, 1989.
4. Committee of Experts on Sports Research. Handbook for Eurofit Test of Physical Fitness, Rome, 1988.

5. Cratty, J. B. Perceptual and Motor Development in Infants and Children. Prentice Hall.Inc. Philadelphia, 1979.
6. Cratty, J. B. Movement Behavior and Motor Learning. Lea. Febiger, Philadelphia, 1979.
7. Fjortoft, I. Motor Fitness in Pre- Primary School Children: The EUROFIT Motor Fitness Test Explored on 5 to 7 year old children. Pediatric Exercise Science, 12:424-436, 2000.
8. Freitas D, Maia, J., Beunen, G., Claessens, A., Thomis, M., Marques, A., Crespo, M., Lefevre, J. Socio-economic Status, Growth, Physical Activity and Fitness: The Madeira Growth Study. Annals of Human Biology, 34(1): 107-122, 2007.
9. Gronmo, S. J., Augestad, LB. Physical Activity, Self-concept, and Global Self-Worth of Blind Youths in Norway and France. J. Visual Impair Blind, 94: 522-527, 2000.
10. Houwen, S., Visscher, C., Hartman, E., Lemmink, K. Test- Retest Reliability of EUROFIT Physical Fitness Items For Children With Visual Impairments. Pediatric Exercise Science, 18, 300-313, 2006.
11. Lieberman, LJ., McHugh, E., Health- Related Fitness of Children Who are Blind and Visually Impaired. J. Visual Impair Blin., 95: 272-287, 2001.
12. Muratlı, S. Antrenman Alanında Çocuk ve Spor. Bağırhan Yayınevi, Ankara,1997.
13. Özer, D., Özer, K., Çocuklarda Motor Gelişim, Kazancı Matbaacılık, İstanbul, 2000.
14. Pizzamano, M., Del Guidice, M., De Giorgi, G., Vellar, A., Bordin, D., Body Composition, Aerobik and Anaerobik Performances in Adolescents. 4th Annual Congress of the European College of Sport Sciences. Rome, 663, 1999.
15. Riddoch, CJ., Boreham, CA. The Health-Related Physical Activity of Children. Sports Med. 19(2): 86-102, 1995.
16. Rowley, S. The Effect of Intensive Training on The Physiological Development of The Young Athletes. Institute of Child Health. USA, 1986.
17. World Health Organization Nutrition Anemia's. Who Teaching Report Series, Who Priting Office: Geneva, 405, 1968.
18. Zahner, L., Puder, JJ., Roth, R., Schmid, M., Guldemann, R., Pühse, U., Knöpfli, M., Braun-Fahrländer, C., Marti, B., Kriemler, S. A School-Based Physical Activity Program to Improve Health And Fitness in Children Aged 6-13 Years "Kinder-Sportstudie KISS"): Study Design of A Randomized Controlled Trial. BMC Public Health, 6(6): 147, 2006.
19. Zaichowsky, BL., Martinek, T. Growth and Development. The Child and Physical Activity. The CU. Mosby Company, Saint Louis, 1980.
20. Ziyagil, MA., Tamer, K., Zorba, E., Uzuncan, S., Uzuncan, H. EUROFIT Test Bataryası Vasıtasıyla 10-12 Yaşları Arasındaki Erkek İlkokul Öğrencilerinin Fiziksel

Uygunluk ve Antropometrik Özelliklerinin Yaş Guruplarına ve Spor Yapma Alışkanlıklarına Göre Değerlendirilmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 1: 20-28, 1996.

21. Güler, D., Günay, M., Tamer, K., Baltacı, G., Gökdemir, K. 8-10 Yaş Grubu Türk Erkek Çocukların Sağlıkla İlişkili Fiziksel Uygunluk Normları. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi*, 5(2) 157-164, 2004.

TÜRK FUTBOLUNDA KURUMSAL İLETİŞİM YÖNETİMİ

Hakan KATIRCI¹

ÖZET

Son yıllarda futbol oyun,u tüm dünyada bir endüstri olarak değerlendirilmekte ve herhangi bir ticari sektör gibi serbest pazar ekonomisi norm ve kurallarına tabi görülmektedir. Bu bağlamda, futbol ile ilişkili faaliyet gösteren spor kulüpleri çağdaş işletmeciliğin başarı getiren yöntemlerini yürütmek ve kurumsal yönetimin gereklerini uygulamak konumundadır. Spor kulüpleri kurumsal yönetimin temel gereklerinden biri olarak iç ve dış çevrelerindeki tüm unsurları kapsayan bir ilişki ağı geliştirmekte ve bu ilişkiyi çağdaş yönetim anlayışları ile yönetmektedirler. Spor kulüplerinin iç ve dış çevreleri ile kurdukları ilişkilerin yönetiminde iletişim yönetimi ve/veya kurumsal iletişim olarak adlandırılan yapı ile karşılaşmaktadır. Buradan hareketle bu çalışma, Türk futbolunda spor kulüpleri tarafından uygulanan iletişim faaliyetlerini tanımlamak ve kurumsal iletişim sürecinin işleyişini ele almayı amaçlamaktadır ve derleme formatında hazırlanmıştır.

Anahtar Sözcükler: Spor Kulübü, Kurumsal İletişim, İletişim Yönetimi.

CORPORATE COMMUNICATION MANAGEMENT IN TURKISH FOOTBALL

Abstract

In recent years, football game has been referred to as an industry and subjected to free market economy norm and rules like any commercial sector in all over the world. In this context, sport clubs which have operations in football must execute methods which have achievement in contemporary business administration and corporate governance. Sport clubs build up a relation network which is enclose all components of inside and outside environment because of corporate governance necessity and they must execute this relation with contemporary management perception. Communication management and/or corporate communication are arised in football clubs' inside and outside environment relations. In this perspective, this study is aimed to define sport clubs' communication facilities and their management styles in Turkish football and set up in compilation format.

Key Words: Sport Club, Corporate Communication, Communication Management.

¹ Anadolu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ESKİŞEHİR, TÜRKİYE

Giriş

Spor endüstrisi içerisinde futbol ve futbol ile ilişkili pazarlama faaliyetlerinin önemli bir yer tuttuğu ifade edilmektedir. “Dışsal etkileriyle, toplam geliri 225 milyar dolar civarında olduğu tahmin edilen dünya futbol pazarı” (3), spor endüstrisi içerisindeki en büyük pazar alanlarından biri olarak değerlendirilebilir. Futbol oyunu, 1980’li yılların ikinci yarısına kadar gösteri özelliğini koruma başarısını gösterebilmişse de; 1990’ların başından itibaren bu kavrama bir de iş kısmı eklenmiştir. Buna bağlı olarak oyun, en genel ifadesi ile bir show-business (gösteri-işi) haline dönüşmüştür (2). Futbolun gösteri niteliğinin, süreç içerisinde endüstriyel bir niteliğe dönüşmesi, onu ticari bir iş kolu haline getirmiştir. Bu niteliksel değişim ve gelişim kendi ekonomisini yaratarak küreselleşmenin verdiği rüzgârla endüstriyel futbol adını verebileceği yeni bir oluşumun doğmasına neden olmuştur. Bu oluşum içerisinde spor kulüpleri de birer ekonomik örgüt olarak işlev görmektedir (1). Futbol ile ilişkili mal ve/veya hizmetleri üreten birincil kaynaklardan biri olarak spor kulüpleri, endüstriyellemenin getirdiği zorunluluklardan biri olarak amatör yönetim anlayışlarından daha profesyonel yönetim anlayışlarına doğru yol almaktadır.

Spor endüstrisi içerisinde ister büyük ölçekli isterse de küçük ölçekli olsun her spor kulübü varlığını devam ettirebilmek için iç ve dış çevreler ile kurduğu ilişkilerin bütününe kapsayan ve çağdaş yönetim ilkelerini temel alan bir yönetim anlayışına sahip olmalıdır. Çünkü endüstrileşen futbol, kulüplerinin sadece bilet, transfer ve medya gelirleri ile yaşamlarını uzun süre devam ettiremeyecekleri bir ortam yaratmıştır. Spor kulüpleri hem gelir kalemlerini çoğaltmak, hem kitlesel olarak daha büyük ve daha sadık taraftar kitleleri tarafından desteklenmek, hem de popüleritelerini arttırmak için çağdaş yönetim ilkelerine uygun bir yapılanma içerisinde faaliyet gösterme gerekliliği ile karşı karşıyadır. Bu yapılanma içerisinde hem kulüp içi hem de kulüp dışı çevreler ile kurulan iletişim önemli bir noktayı temsil etmektedir. Bu bakımdan; spor kulüplerinin iletişim faaliyetleri için harcadıkları çaba büyük önem taşımaktadır. Bu noktadan hareketle; bu çalışma, Türk futbolunda spor kulüplerinin uyguladığı iletişim faaliyetlerini tanımlamayı ve bu faaliyetlerin kurumsal iletişim perspektifinde yönetilme biçimlerini belirlemeyi amaçlamaktadır.

Futbol ile İlişkili Faaliyet Gösteren Spor Kulüplerinde Kurumsal İletişim Yöntemi

Futbol oyununun zaman içerisinde endüstriyel bir niteliğe dönüşmesi, oyun ile ilişkili bütün unsurları etkilemiştir. Endüstrileşme, futbol dünyası içerisindeki bütün

unsurların daha profesyonel yapılar ile yönetilmesini bir zorunluluk haline getirmektedir. Bu bağlamda; spor kulüpleri kurumsal yönetimin temel gereklerinden biri olarak iç ve dış çevrelerindeki tüm unsurları kapsayan bir ilişki ağı geliştirmekte ve bu ilişkiyi çağdaş yönetim anlayışları ile yönetmektedirler. Spor kulüplerinin iç ve dış çevreleri ile kurdukları ilişkilerin yönetiminde iletişim yönetimi ve/veya kurumsal iletişim olarak adlandırılan yapı ile karşılaşılmaktadır.

“Bir organizasyonun bilgi vermek, ikna etmek veya başka bir nedenden dolayı iç ve dış çevresindeki bireyler ve gruplar ile kurduğu herhangi bir türdeki iletişim etkinliği” (18) olarak tanımlanan iletişim yönetimi kavramı yeni bir kavram değildir. İnsanlar tarih içerisinde ihtiyaçlarını gidermek, bir takım işleri ve görevleri tamamlamak için başkalarına ihtiyaç duyduklarından beri organizasyonlar oluşturmaktadırlar. İlk başlarda klanlarda, ailelerde ve feodal yapılarda ortaya çıkan bu organizasyonlar içinde insanlar diğer çalışanlar ile iletişim kurmak zorunda kalmışlardır. Toplum yaşamı içerisinde önceleri tarım ve ticaret ile sonraları ise endüstrileşme ile birlikte oluşan modernleşme, daha karmaşık iletişim ihtiyaçlarına sahip daha karmaşık organizasyonlar yaratmıştır. Endüstri devrimi ile birlikte ortaya çıkmaya başlayan büyük endüstriyel kurumlar, etkili iletişim teknikleri ve kampanyaları uygulamak, tanıtım ve tutundurma faaliyetlerinde bulunmak için profesyoneller ile çalışmaya ve çeşitli iletişim modelleri uygulamaya başlamışlardır (8). Bu modeller içerisinde kurumsal iletişim yaklaşımı çağdaş organizasyonlar için yaşamsal öneme sahip bir yönetim fonksiyonudur ve bir kurumun etkili ve verimli iletişim çabalarının toplamı olarak değerlendirilebilir. Güçlü içsel ve dışsal ilişkilerin yaratılması ve korunmasını içeren kurumsal iletişim süreci, bir organizasyonun çalışanları, müşterileri, tedarikçileri ve toplumu ile ilişkilerini kapsamaktadır (12). Günümüzde kurumlar her şeyden önce toplumun karşısına çıktıkları görüntüleri ile algılanmaktadırlar (24) ve kurumsal iletişim süreci en basit anlamı ile bir kurumun sesi olarak tanımlanmaktadır. Bu noktada, spor kulüplerinin yürüttükleri iletişim faaliyetleri ve bu faaliyetleri yönetme biçimlerinin ilgili hedef kitlelerde kulübün bir kurum olarak algılanma biçimini etkilediği ifade edilebilir.

Kurumsal iletişim sürecine birçok farklı noktadan bakılabilir. Kurumsal iletişim daha çok bir kurumun birimleri arasına yayılan, merkezileşen bir fonksiyondur ve hedef kitlelere tüm mesajları iletme için görüşmeler, mülakatlar, söylemler, raporlar, imaj reklamları ve online iletişim gibi yöntemler kullanılarak oluşan bir süreçtir (15). İdeal olarak kurumsal iletişim; iletişim vasıtası ile çalışanlar tarafından içselleştirilen tutumlar ya da zihinsel alışkanlıkların bütünüdür. Kurumsal iletişim bir kurumun ilgili olduğu içsel ve dışsal ilgili gruplara gönderdiği notlar, mektuplar,

raporlar, Web siteleri, elektronik mektuplar, söylemler ya da basın ilanları gibi iletişim ürünleri olarak tanımlanabilir (5).

Organizasyonun yapısına bağlı olarak kurumsal iletişim halkla ilişkiler, yatırımcılar ile ilişkiler, toplumsal ilişkiler, reklâmcılık, medya ile ilişkiler, çalışanlar ile ilişkiler, devlet kurumları ile ilişkiler, hizmet içi programlar, pazarlama iletişimi ve yönetsel iletişim gibi geleneksel disiplinleri kapsayabilir. Birçok organizasyon kamu yararına yapılan etkinlikleri, kriz ve olağanüstü durum iletişimi ve reklâmcılığı da kendi kurumsal iletişim fonksiyonlarının bir parçası olarak düşünmektedir. İnternet gibi yeni medyalar kurumsal iletişime yeni boyutlar açmıştır. Bu yeni teknolojiler iletişimin küresel karakteristiğinin altını çizmektedir. Uygulamada kurumsal iletişim rakiplere karşın rekabetsel bir avantaj kazanmak için çağdaş kurum yönetimleri için stratejik bir araçtır (13).

Bu tanımlardan yola çıkarak spor kulüplerinde kurumsal iletişim kavramı, kulübün ilişkili olduğu tüm hedef kitleler ile amaçlı, planlanmış, etkin, uyumlu ve bilinçli olarak içsel ve dışsal tüm iletişim çabalarının stratejik olarak yönetilmesi ve içselleştirilmesi olarak tanımlanabilir. Spor kulüplerinde kurumsal iletişim süreci kulüp içi ve kulüp dışı faaliyetleri destekleyerek düzenleme işlevini yerine getirir. Ayrıca spor kulüplerinde kulüp içi ve dışı ilgili hedef kitlelere bilgi akışı sağlayarak bilgi verme işlevini yerine getiren kurumsal iletişim süreci kulüp ile ilişkili bireyleri toplumsallaştırarak bütünleştirme işlevini de yerine getirir. Bu işlevler arasında bir eşgüdüm yaratmak temel bir gereklilik olarak karşımıza çıkmaktadır.

Eşgüdüm yaratmak kurumlar açısından, kurumsal iletişim sürecinde en önemli noktayı teşkil etmektedir (4). Çünkü süreç içerisinde tüm işlevler arasında bir bağlantı, uyum ve koordinasyonun bulunması arzulanan hedeflere ulaşmayı kolaylaştıracaktır.

Kurumsal iletişim, kurumun fonksiyonlarına bağlı olarak üç değişik yapıda incelenebilir. Bu yapılar yönetim iletişimi, pazarlama iletişimi ve örgütsel iletişim olarak üç ana başlık altında sınıflandırılabilir (24). Yönetim iletişimi ya da başka bir deyiş ile yönetici iletişimi, kurumsal iletişimin hedeflediği kurum imajı ve kurum itibarı için vazgeçilmez bir öğedir. Bir kurumun yöneticisinin çalışanların motivasyonunu sağlamak, güven ortamı oluşturmak, kurumun paylaşılan vizyonunu geliştirmek, iyi bir yönetim ekibi oluşturmak, süreç değişimi başlatmak ve yönetmek gibi önemli görevleri vardır. Bu görevlerin yerine getirilmesi için etkili bir iletişim becerisi gerekmektedir ve yönetim iletişimi bu görevlerin yerine getirilmesi için gerekli olan iletişim becerilerini kapsamaktadır (25).

Pazarlama iletişimi kavramı en basit anlatımı ile tutundurma işlevini destekleyen bir süreçtir. Ancak kapsam olarak tüm pazarlama bileşen ve eylemlerini kapsamaktadır. Hızla artan iletişim olanakları karşısında hedef kitleye etkin ve verimli şekilde ulaşmanın güçleşmesi, maliyetlerin artması ve tüketicilerin değişen talepleri üreticilerin mal ve hizmetlerini pazarlamak için farklı iletişim stratejileri konusundaki arayışlarını hızlandırmış ve pazarlama iletişimi kavramı doğmuştur. Günümüzde pazarlama faaliyetlerinin merkezinde iletişim temel bir unsur ve değer olarak yer almaktadır (7).

Pazarlama iletişimi bir kurumun mal ve hizmetleri ile ilişkide bulunduğu ve bulunacağı tüm kesimlere neler vaat ettiğini, neler sağlayabileceğini anlatmasını sağlayacak iletişim çabalarının tümüdür. Pazarlama iletişimi, tutundurma, satış çabaları ya da satış tutundurma kavramlarından daha geniş bir alanı kapsayan bir süreçtir. Tutundurma eylemleri sadece pazarlama iletişimin bir parçası olarak görülmez. Ürünün kendisi, markası, paketi, fiyatı ve dağıtımı da pazarlama iletişimi içerisinde ele alınmaktadır (19). Pazarlama iletişimi tüketiciler ve kuruluşlar arasında oluşan sürekli diyalog olarak tanımlanabilir ve hem tüketicilerin amaçlarına ulaşmasına yardımcı olacak hem de kuruluşu kendi amaçlarına yaklaştıracak biçimde, ürünün toplam önerisinin tüketiciler ile paylaşılması süreci olarak değerlendirilebilir (20).

Örgütsel iletişim ise, bir örgütteki tüm öğelerin örgütsel amaçlar yönünde etkileşimde bulunmasını sağlayan bir süreç olarak karşımıza çıkmaktadır. Genel olarak örgütsel iletişim bir kurumun halkla ilişkiler, kurumsal reklâm, çalışanlar ile iletişim, yatırımcılar ile iletişim, içsel ve dışsal çevresi ile olan iletişim süreçlerini kapsar (14).

Kurumsal iletişim alanları farklı pazarlar tarafından farklı biçimlerde belirtilmektedir. Örneğin; Gertrud Achterhold, kurumsal iletişim alanlarını kurumsal reklâmcılık, kurumsal satış promosyonu ve kurumsal halkla ilişkiler olarak üç temel alan içerisinde incelemektedir. Ralph Berndt ise kurumsal iletişimi; reklâm, halkla ilişkiler, satış promosyonu, sponsorluk, doğrudan iletişim, ürün tanıtımı ve yerleştirme başlıkları altında sınıflamaktadır (21). Thomas Glöcker ise kurumsal iletişim alanlarını kurum içi iletişim, kurumsal reklâmcılık, halkla ilişkiler, kurumsal satış tutundurma, doğrudan pazarlama, sponsorluk, sergi ve fuarlar olarak betimlemektedir (11).

Bu çalışma, içerisinde spor kulüplerinin ilgili tüm paydaşları ile kurdukları iletişim biçimlerini kapsayan kurumsal iletişim süreci ve kurumsal iletişim alanları

Glöcker tarafından yapılan çalışmalar esas alınarak ele alınmıştır. Bu noktada spor kulüplerinde kurumsal iletişim alanları kurum içi iletişim, kurumsal reklâmcılık, halkla ilişkiler, kurumsal satış tutundurma, doğrudan pazarlama ve sponsorluk olarak altı ana noktada değerlendirilmiştir.

Türk Futbolunda Kurumsal İletişim Yönetimi

1980 sonrasında Türkiye’de futbolun hızla yükselen bir değer haline geldiği açıktır. Büyük bir süratle ticarileşen ve popüler kültürün ayrılmaz bir parçası haline gelen futbol oyunu, diğer spor dallarını ikincilleştirmiş, onlara duyulan ilgiyi büyük ölçüde kendi üzerine çekmiştir (22). Futbol oyununun böylesi büyük bir ilgiyi üzerine çekmesi, tüm dünyada olduğu gibi Türkiye’de de oyununun endüstrileşmesini ve spor kulüplerinin de ticari birer örgüt olarak işleyiş göstermesini zorunlu hale getirmiştir. Ancak Türkiye’de futbol oyununun önemli bir ticari sektör haline dönüştüğünü ve spor kulüplerinin de bu sektör içerisinde kurumsal bir yapı içerisinde faaliyet gösterdiklerini söylemek bugün adına hayalci bir yaklaşım olacaktır. Spor mevzuatı, vergileme sorunları, şirketleşme sorunları, futbol sektörünün yönetim yapısı ve kulüplerin yönetsel sorunları henüz futbolun ticari bir mantıkla örgütlenebilmesine olanak vermemektedir (1).

Türkiye’de spor kulüpleri genelde dernek yapısında işleyiş göstermektedirler. Ancak kulüpler her ne kadar dernek yapısına bağlı olarak işleyiş gösterebilirler de hem gelir elde etmek, hem daha sadık bir taraftar-tüketici kitlesine sahip olmak hem de gelecek dönemlere varlıklarını aktarabilmek için kurumsallaşma hamlelerini yapmak ve buna bağlı olarak da paydaşları ile olan ilişkilerini yönetmek durumundadırlar.

Spor kulüplerinin temel paydaşlarının taraftarlar, kulüp üyeleri, yayıncı kuruluşlar, finansal kuruluşlar, yerel yönetimler, topluluklar, ulusal ve uluslararası yasa koyuculardan oluştuğu ifade edilmektedir. Spor kulüpleri işleyişleri içerisinde bu paydaşlar ile ilişki kurmakta ve bu ilişkiyi yönetmektedirler (6). Elbette bu ilişkinin yönetilmesinde profesyonel kurumlardan destek almak ya da kulüp içinde profesyonel bir yapı oluşturmak gereklidir. Ancak Türk futbolunda böylesi bir yapının oluşturulduğunu söylemek oldukça güçtür. Katırcı (2007) tarafından yapılan bir araştırmanın bu tespiti doğrular nitelikte olduğu görülmektedir. Araştırma, 2006-07 futbol sezonunda Türkiye Profesyonel Futbol Liglerinde mücadele eden spor kulüplerinin iletişim faaliyetleri ve bu faaliyetleri yönetme biçimlerini belirlemek amacıyla 54 spor kulübü ile gerçekleştirilen görüşmeleri içermektedir.

Araştırmada, içerisinde spor kulüplerinde iletişim birimlerinin var olup olmadığının incelendiği soruya verilen cevaplar ele alındığında, kulüplerinin yarısından biraz fazlasının (%51,9) bir iletişim birimine sahip olmadığı görülmektedir. İletişim birimlerine sahip olan kulüplerin %22,2'sinde bu birim 2-4 yıl arasında bir süreçte işleyiş gösterirken, %11,1'inde 0-1 yıl arasında bir süreçte işleyiş göstermektedir. Araştırmaya katılan 54 spor kulübünün 4 tanesi (%7,4) 5-7 yıl, 3 tanesi (%5,6) 8-10 yıl ve sadece 1 tanesi (%1,9) 11 yıl ve üstü bir zamandır iletişim birimine sahip olduklarını belirtmişlerdir. Ayrıca araştırmaya katılan spor kulüplerinin bütçeden iletişim faaliyetlerine ayırdıkları payı öğrenmek amacıyla sorulan soruda spor kulüplerinin büyük bir çoğunluğu (%61,1) bütçeden %0-5 oranında iletişim faaliyetleri için pay ayırdıklarını ifade etmişlerdir. Bu payın oldukça düşük seviyelerde olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır.

Türkiye'de profesyonel futbol liglerinde mücadele eden spor kulüplerinin sahibi olduğu iletişim araçları incelendiğinde, kulüplerin genelde bir Web sitesine sahip olduğu görülmektedir. Son yıllarda özellikle üç büyükler (Beşiktaş A.Ş., Fenerbahçe ya da Galatasaray A.Ş.) olarak ifade edilen İstanbul kulüplerinin televizyon, radyo, dergi ve gazete sahipliğine yöneldiği görülmektedir. Ancak Türk futbolunun genel yapısı düşünüldüğünde, futbol kulüplerinde Web sitesi dışında farklı iletişim mecralarına sahipliğin hemen hemen hiç mevcut olmadığı görülmektedir.

Türkiye'de spor kulüplerinde kurumsal iletişim perspektifinde yürütülen iletişim faaliyetleri incelendiğinde ise, kulüp içi iletişimin (%50 "Çok Sık" ve %35,2 "Sık") ön plana çıktığı görülmektedir (17). Spor kulüplerinde kulüp içerisinde oluşturulan grup dinamiğinin sportif başarının elde edilmesini etkileyen en önemli unsurlardan biri olarak ele alınmaktadır. Kulüp içerisinde oluşturulan grup dinamiğinin temelini kulüp içi iletişim oluşturmaktadır (10). Bu bağlamda; spor kulüplerinde yürütülen iletişim faaliyetleri içerisinde kulüp içi iletişimin ön plana çıkması doğal bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Ancak, halkla ilişkiler (%11,1 Çok Sık ve %25,9 Sık), sponsorluk (%13 Çok Sık ve %16,7 Sık), kurumsal reklâm (%9,3 Çok Sık ve %13 Sık) ve doğrudan pazarlama (%3,7 Çok Sık ve %3,7 Sık) gibi faaliyetlerin çok düşük oranlarda uygulanması (17), spor kulüplerinin kurumsallaşması gereğinin tartışıldığı günümüz spor ortamında olumsuz bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır.

Ayrıca Türkiye'de spor kulüplerinin temel paydaşları konumunda bulunan taraftarlarına yönelik yetersiz iletişim faaliyeti uygulaması ve taraftarlarına ait bir veri tabanı oluşturulmaması da (17) kurumsal iletişim perspektifinde olumsuz bir

sonuç olarak değerlendirilebilir. Çünkü, paydaşlarla kurulacak etkin ve nitelikli bir iletişim ağı, kurumsal iletişim sürecinin merkezinde yer almaktadır.

Sonuç

Türkiye’de de gerek bireysel düzlemde gerekse toplumsal bağlamda futbol oyununa atfedilen değer ve gösterilen ilgi, diğer spor dallarını gölgede bırakacak kadar güçlü ve yoğundur. Türkiye’de oyun, gerek ulusal çaptaki haber yoğunluğu, gerekse uluslararası müsabakalardaki prestiji açısından kendisine “milli spor” unvanı verilen güreş ve halterden daha üstün görülmektedir (23). Bu noktada, Türkiye’de Papazın Çayır’ında amatör bir ruh ile başlayan futbol macerası, bugün gelip dayandığı noktada tüm dünyada olduğu gibi bir endüstri görünümündedir. Türk spor endüstrisi içerisinde spor kulüplerinin kurumsallaşma hamlelerini yaparak çağdaş yönetim fonksiyonları ile yönetilmeleri gerekliliği uzunca bir süredir Türk spor dünyasının en önemli tartışma konularından biri olarak karşımıza çıkmaktadır.

Spor kulüpleri, kurumsal yönetimin temel gereklerinden biri olarak iç ve dış çevrelerindeki tüm unsurları kapsayan bir ilişki ağı geliştirmektedir. Bu ilişkilerin yönetiminde iletişim yönetimi ve/veya kurumsal iletişim olarak adlandırılan yapı ile karşılaşmaktadır. Kurumsal iletişim sürecinin anahtar noktası paydaşlarla ile kurulacak nitelikli ve sürekli ilişki ağlarıdır. Spor kulüplerinin birincil paydaşlarının taraftarlar olduğunu düşündüğümüzde Türkiye’de kulüplerin taraftarlarına yönelik yetersiz düzeyde iletişim faaliyeti yürütmesi ve bir veri tabanı oluşturmaması (17) önemli bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır. Oysaki spor kulüpleri ve taraftarlar arasındaki ilişki spor taraftarlarının davranışlarını belirleyen önemli unsurlardan biridir (26). Spor kulübü ve taraftar arasındaki ilişkinin zeminini kulüp ve taraftar arasındaki iletişim oluşturmaktadır. Bu iletişimin niteliği ve düzeyi taraftar davranışını etkilemektedir (9). Türkiye’de spor kulüplerinin taraftarlarına yönelik yetersiz iletişim faaliyetinde bulunmasının stadyum ortamında futbolun düşük oranlarda seyredilmesinden, taraftarlar tarafından kulüp ürünlerinin Avrupa örnekleri göz önüne alındığında, görece olarak daha az tüketilmesine, futbol sahalarında oluşan şiddetten, spor kültürünün oluşamamasına kadar birçok alanı etkilediğini söylemek yanlış olmayacaktır.

Oysaki yapılan araştırmalar, Türkiye’de futbola dair ilginlik düzeyinin oldukça yüksek olduğunu göstermektedir. 2004 yılında Alman araştırma şirketi Sport + Markt AG tarafından yayınlanan bir araştırmaya göre, Türkiye’de 15 yaş üstü yaklaşık 41 milyon kişi futbol ile ilgilenmektedir. Araştırma sonuçlarına göre,

Türkiye’de yaklaşık 19.5 milyon kişi futbola yüksek düzeyde ilgi duymakta ve bu grubun %16’sının fanatiklik olarak ifade edilen üst düzey ilginlik seviyesinde olduğu görülmektedir (16). Taraftarlık sosyolojisi açısından bu ilginlik seviyesindeki bireylerin, futbolu üretildiği yerde yani stadyum ortamında tüketmesini beklenmektedir. Türkiye’de stadyum ortamında bireylerin müsabaka izlememesinin sosyo-ekonomik koşullardan stadyum ortamındaki şiddete kadar birçok faktörden etkilendiği düşünülebilir. Ancak, spor kulüplerinin taraftarları ile oldukça düşük seviyelerde iletişim kurduğu bir ortamda futbol seyircisinin aidiyet hissederek taraftarı olduğu kulübü desteklemek için stadyumdaki yerini almasını beklemek hayalci bir yaklaşım olacaktır.

Ayrıca iletişimin türü ne olursa olsun, çağdaş davranış bilimlerinde yapılan inceleme ve araştırmalardan çıkan sonuçlara göre, başarılı organizasyonların temelinde etkin bir iletişim ve ilişki yönetimi bulunmaktadır. Bu anlamda teknik adamın, futbolcusuyla; spor kulübünün taraftarı ile kurduğu iletişim, ortak amaca yönelmede büyük bir öneme sahiptir (3). Bu sebepten dolayı spor kulüplerinde profesyonel iletişim birimlerinin kurulması ve bu birimlerin kurumsal iletişim sürecinin esaslarını göz önüne alarak faaliyet göstermesi hayati öneme sahiptir. Ancak Türk spor kulüplerinde genelde iletişim birimlerinin var olmaması ve var olanlarında paydaşları ile yetersiz düzeyde iletişim faaliyetinde bulunması önemli bir problem olarak karşımıza çıkmaktadır.

KAYNAKLAR

1. Akşar, T. ve Merih, K. (2006). Futbol Ekonomisi. İstanbul: Literatür Yayıncılık. s. 3.
2. Akşar, T. (2005). Endüstriyel Futbol. İstanbul: Literatür Yayıncılık. s. 2-8.
3. Akşar, T. “Futbol A.Ş.”, <http://www.ntvmsnbc.com/news/252024.asp>, (Erişim Tarihi: 24 Mayıs 2004)
4. Akyürek, R. ve diğerleri. (2005). Kurumsal İletişim Yönetimi. Eskişehir: TC. Anadolu Üniversitesi Yayını, No: 1643, s. 9.
5. Argenti P. and Forman, J. (2002). The Power of Corporate Communication: Crafting the Voice and Image Of Your Business. New York: McGraw-Hill Companies. s. 4.
6. Binns, S. and et al. (2003). The State of The Game: The Corporate Governance of Football Clubs 2003. London: Birkbeck University Football Governance Research Centre. Research Paper 2003. No: 4, 2-6.
7. Bozkurt, İ. (2005). Bütünleşik Pazarlama İletişimi: Halkla İlişkiler Temelli Bir Model. İstanbul: MediaCat Kitapları. s. 9.

8. Cornelissen, J. (2004). Corporate Communications: Theory and Practice. London: Sage Publications. s. 34-37.
9. Funk, D. C. and James, J. D. (2004). "The Fan Attitude Network (FAN) Model: Exploring Attitude Formation and Change Among Sport Consumers". Sport Management Review. Volume: 7, s. 1-26.
10. Gill, D. L. (2000). Psychological Dynamics of Sport and Exercise. Champaign: Human Kinetics, s. 153.
11. Glöcker, T. (1995). Strategische Erfolgspotentiale durch Corporate Identity: Aufbau und Nutzung, Wiesbaden: Dt. Univ.-Verl.; Gabler, Aktaran; Okay, A. (2002). Kurum Kimliği. İstanbul: MediaCat Kitapları. s. 167.
12. Goodman, M. B. (2000). "Corporate Communications: The American Picture". Corporate Communications: An International Journal. Volume: 5, Issue: 2, s. 69-70.
13. Goodman, M. B. (1998). Corporate Communications For Executives. New York: State University of New York Press. s. 1-2.
14. Gürgen, H. (1997). Örgütlerde İletişim Kalitesi. İstanbul: Der Yayınları. s. 37-39.
15. İçel, G. (2004). Üniversitelerin Kurumsal İletişim Üniversitesi Örnek Olay Çalışması. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. s. 7-8.
16. Karahasan, F. (2005). "Galatasaray Markası İyi Pazarlanamıyor". Milliyet Business. No: 87, s. 11.
17. Katırcı, H. (2007). Spor Kulüplerinde İletişim Yönetimi: Türkiye Profesyonel Futbol Liglerinde Yer Alan Spor Kulüplerinin İletişim Uygulamalarına İlişkin Araştırma. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yayınlanmamış Doktora Tezi. s. 20-31.
18. Locker, K. O. (1995). Business and Administrative Communication. Chicago: Richard D. Irwin Publishers. s. 8-9.
19. Odabaşı Y. ve Oyman, M. (2002). Pazarlama İletişimi Yönetimi. İstanbul: Kapital Medya. s. 35-38.
20. Odabaşı, Y. (1998). Pazarlama İletişimi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları. No: 851, s. 24.
21. Okay, A. (2002). Kurum Kimliği. İstanbul: MediaCat Kitapları. s. 166-167.
22. Öztan, G. G. (2005). Türkiye'de Futbol ve Sınıf Bilinci. 2. Sınıf Çalışmaları Sempozyumu. Ankara: Türkiye Sosyal Araştırmalar Merkezi.
23. Solmaz, B. (2004). Kurumsal Söylenti ve Dedikodu: Türkiye'deki İşletmeler Üzerine Bir Uygulama. Konya: Tablet Kitabevi. s. 110-111.

24. Uzoğlu, S. (2001). "Kurumsal Kimlik, Kurumsal Kültür ve Kurumsal İmaj". Kurgu Dergisi. Sayı 18, s. 337.
25. Van Riel, C. B. M. (1995). Principles of Corporate Communication. London: Prentice Hall. s. 11-12.
26. Walther, B. K. (2006). Real Madrid Club de Futbol: Reflections On The Structural Coupling of Sports and Media. Samfundslitteratur: Moving Media Studies. s. 36.

Boş Sayfa

YAYIN KURALLARI

1. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisinde Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerinin teorik ve uygulamalı alanlarına ilişkin araştırmalar ile yayın kurulunun uygun göreceği veya isteği üzerine hazırlanmış derleme yazılar yayımlanabilir.
2. Dergiye gönderilen yazılar A4 kağıdına ve sahifelerin bir yüzüne iki satır aralıklı, sağda 2 cm., solda 3 cm. boşluk bırakılarak bilgisayarda Microsoft Office 2003 Word veya üst sürümleri ile yazılmalıdır.
3. Makalelerde Türkçe ve İngilizce özetler ve anahtar kelimeler yer almalı, kaynakça dahil 8 sayfayı geçmemelidir. Yazılar bir cd ve üç basılı nüsha halinde ve yazarın açık adresi, e-posta adresi, telefonu varsa faks numarası eklenerek gönderilmelidir.
4. Gönderilen yazılarda sade bir Türkçe kullanılması gerekmektedir. Aşırı yeni veya aşırı eski kelimelere gerekmedikçe yer verilmemelidir. Türkçe ve yabancı dilde yerleşmiş spor terminolojisine özen gösterilmelidir.
5. Fotoğraflar siyah-beyaz olmalı, arkalarına numara verilerek ayrı bir zarfa konulmalıdır. Ayrıca, metin içerisinde fotoğrafların yerleşeceği yere not düşülmelidir.
6. Şekil, grafik ve tablolar ayrı bir kağıda baskıya girecek Şekilde çizilmiş veya yazılmış olarak gönderilmelidir.
7. Makalelerin her türlü sorumluluğu yazara aittir. Yazılar yayınlansın ya da yayınlanmasın geri gönderilemez. Yayınlanmasına, kısaltılmasına veya bölümler halinde yayınlanmasına yayın kurulu karar verir.
8. Yazar adı veya adları başlığın altında ortaya gelecek Şekilde birden çok yazar varsa yan yana yazılmalıdır. Yazarın veya yazarların adresi adının ve soyadının sonuna konulacak yıldızla birinci sahifenin alt kısmında gösterilmelidir.
9. Yazılar, yayın kurulunun belirleyeceği hakemler tarafından incelendikten sonra yayınlanacaktır.
10. Kaynakça yazar soyadlarına ve alfabetik sıraya göre yapılmalıdır. Kaynak gösterilirken kaynak numaraları metin içinde cümlenin bittiği yerde parantez içinde verilmelidir.