

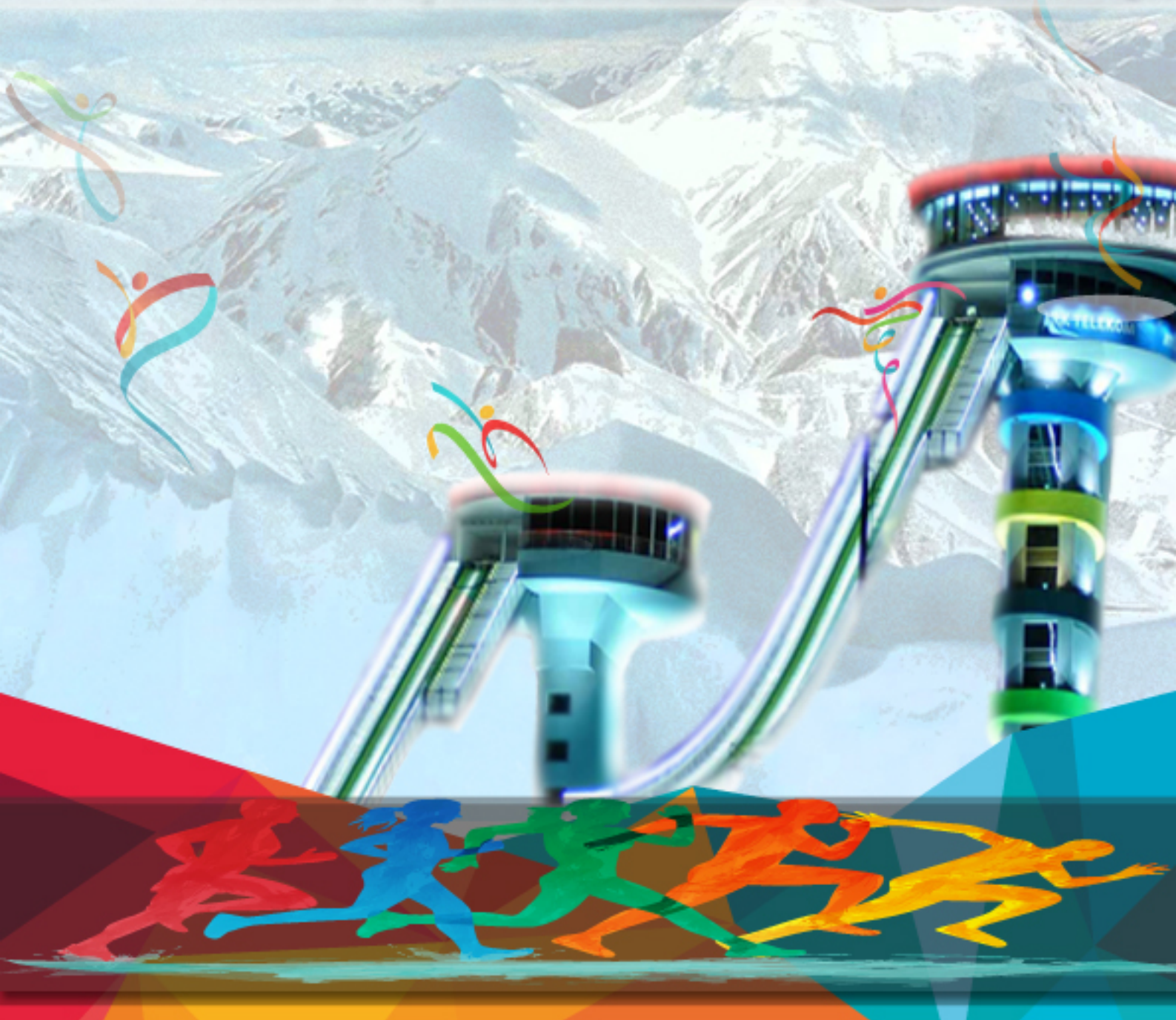


ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ
ATATURK UNIVERSITY FACULTY OF SPORTS SCIENCES



BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

Journal of Physical Education and Sport Sciences



BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

Journal of Physical Education and Sport Sciences

CİLT / VOLUME: 19

SAYI / NUMBER: 2

YIL / YEAR: 2017

ISSN:1302-2040

ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ADINA

SAHİBİ / OWNER

Dr. Osman ELMALI, Erzurum

EDİTÖR/EDITOR

Dr. Emre BELLİ, Erzurum

YAZI İŞLERİ / EDITORIAL OFFICE

Arş. Gör. Deniz BEDİR, Erzurum

EDİTÖR YARDIMCILARI/ASSOCIATE EDITORS

Dr. Elif ŞIKTAR, Dr. Murat KALDIRIMCI, Dr. Fatih KIYICI, Erzurum

İNGİLİZCE DANIŞMANI / ENGLISH CONSULTANT

Selçuk YAZICI, Erzurum

İSTATİSTİK DANIŞMANLARI/STATISTICAL CONSULTANTS

Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU, İstanbul

Dr. Mehmet Suphi ÖZÇOMAK, Erzurum

BİLİMSEL DANIŞMA KURULU/ EDITORIAL BOARD

Prof. Dr. Mustafa ATASEVER, Erzurum
Prof. Dr. Gül BALTACI, Ankara
Prof. Dr. Orhan KARSAN, Erzurum
Prof. Dr. Gazanfer DOĞU, Bolu
Prof. Dr. Güner EKENCİ, Ankara
Prof. Dr. Mehmet GÜNAY, Ankara
Prof. Dr. Özbay GÜVEN, Ankara
Prof. Dr. Arslan KALKAVAN, Rize
Prof. Dr. Suat KARAKÜÇÜK, Ankara
Prof. Dr. Ahmet KIZILTUNÇ, Erzurum
Prof. Dr. Osman İMAMOĞLU, Samsun
Prof. Dr. Ömer ŞENEL, Ankara
Prof. Dr. Kemal TAMER, Ankara
Prof. Dr. A. Azmi YETİM, Ankara
Prof. Dr. İbrahim YILDIRAN, Ankara
Prof. Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL, Mersin
Prof. Dr. Erdal ZORBA, Ankara
Prof. Dr. Hülya AŞÇI, İstanbul
Prof. Dr. Akın ERDAL, Erzurum
Prof. Dr. Recep GÜRŞOY, Muğla
Prof. Dr. Nevin Atalay GÜZEL, Ankara
Prof. Dr. Ayşe Kin İŞLER, Ankara
Prof. Dr. Saliha KARATAY, Erzurum
Prof. Dr. İlhami GÜLÇİN, Erzurum
Prof. Dr. Kürşat KARACABEY, Düzce
Prof. Dr. Özcan SAYGIN, Muğla
Prof. Dr. Vedat ÇINAR, Elazığ

Doç. Dr. Abdurrahman KEPOĞLU, Muğla
Doç. Dr. Şahin ÖZEN, İstanbul
Doç. Dr. Ali TEKİN, Bitlis
Doç. Dr. Gökhan BAYRAKTAR, Ağrı
Doç. Dr. Sema ALAY, Ankara
Doç. Dr. Şebnem CENGİZ, Manisa
Doç. Dr. İbrahim CİCİOĞLU, Ankara
Doç. Dr. Ümit KARLI, Bolu
Doç. Dr. H.Alper GÜNGÖRMÜŞ, Manisa
Doç. Dr. Sümmüni EKİCİ, Muğla
Doç. Dr. Latif AYDOS, Ankara
Doç. Dr. Necip Fazıl KİSHALI, Erzurum
Doç. Dr. İlhan ŞEN, Erzurum
Doç. Dr. Zafer ÇİMEN, Ankara
Doç. Dr. Murat KALDIRIMCI, Erzurum
Doç. Dr. Fatih KIYICI, Erzurum
Doç. Dr. A.Haktan SİVRİKAYA, Balıkesir
Doç. Dr. Murat TAŞ, Manisa
Doç. Dr. Murat AKYÜZ, Manisa
Doç. Dr. Başaran GENÇDOĞAN, Erzurum
Doç. Dr. Deniz EKİNCİ, Samsun
Doç. Dr. Bülent GÜRBÜZ, Kırıkkale
Doç. Dr. Erdoğan TOZOĞLU, Erzurum
Doç. Dr. Akın ÇELİK, Trabzon
Doç. Dr. Özgür BOSTANCI, Samsun
Doç. Dr. Tonguç Osman MUTLU, Muğla
Doç. Dr. Kemal GÖRAL, Muğla

Doç. Dr. Ali KIZILET, İstanbul
Doç. Dr. Engin GEZER, Kars
Yard. Doç. Dr. Yunus ÖZTAŞYONAR, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Arzu GÜLBAHÇE, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Haluk SİVRİKAYA, Erzurum
Yard. Doç. Dr. S. Erim ERHAN, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Orcan MIZRAK, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Metin BAYRAM, Ağrı
Yard. Doç. Dr. Gülelda BURMAOĞLU, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Ahmet ŞİRİNKAN, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Zinnur GEREK, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Emre BELLİ, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Nurcan DEMİREL, Erzurum
Yard. Doç. Dr. Günay ESKİCİ, Erzincan
Yard. Doç. Dr. Alparslan KURUDİREK, Kars
Yard. Doç. Dr. C. Tuğrulhan ŞAM Erzurum
Yard. Doç. Dr. Sertaç ERCİŞ, Erzurum
Yard. Doç. Dr. HüseyinEROĞLU, Kahramanmaraş
Yard. Doç. Dr. Velittin BALCI, Ankara
Yard. Doç. Dr. Mustafa BAŞ, Trabzon
Yard. Doç. Dr. Önder ŞEMŞEK, Bolu
Yard. Doç. Dr. Hakan SUNAY, Ankara
Yard. Doç. Dr. Mehmet TUNÇKOL, Trabzon
Yard. Doç. Dr. Fatih YENEL, Ankara
Yard. Doç. Dr. Dursun KATKAT, Mersin
Yard. Doç. Dr. Kubilay ÖCAL, Muğla
Yard. Doç. Dr. Ercan ZORBA, Muğla

Amaç ve Kapsam

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisinin temel hedefi uluslar arası düzeyde nitelikli, sürekli ve beden eğitimi ve spor alanında periyodik olarak bilimsel açıdan en üst düzeyde orijinal araştırmaları yayınlamaktır. Bununla beraber spor bilimleriyle ilgili temel yenilikleri kapsayan derleme yazıları, olgu sunumları, beden eğitimi ve spor camiasının konular hakkındaki deneyimlerini ve eleştirilerini içeren mektuplar ile güncel mesleki konular da yayınlanır.

Yayın Periyodu

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinin süreli yayın organı olup, bağımsız ve önyargısız hakemlik ilkesine dayanan bilimsel içerikli, yayın dili Türkçe olan, ulusal, periyodik hakemli bir dergidir. Mart, Haziran, Eylül ve Aralık aylarında olmak üzere yılda 4 kez yayınlanır.

Abone işlemleri

Dergiye abone olmak isteyen kişiler Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi iletişim adresine başvurmalıdır.

Reklam işlemleri

Dergiye reklam vermek isteyen tüm kişi ve kurumların dergi iletişim adresine başvurmaları gerekmektedir

Yayın hakkı

Atatürk Beden Eğitimi ve Spor Bilimler Dergisinde yayınlanan yazı, resim, şekil ve tablolar yayıncının izni olmadan kısmen veya tamamen herhangi bir nedenle basılamaz, çoğaltılamaz. Referans göstermek kaydıyla özetleme ve alıntı yapılabilir. Dergide yayınlanan yazı, şekil ve resimlerden yazarları, ilan ve reklamlardan firmaları sorumludur.

Yazışma Adresi / Correspondence Address

Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (atabesbd)
Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
25240 ERZURUM/ TÜRKİYE
Tel:(0442) 2311380 • Faks:(0442) 2311333
e-posta: atabesbd@atauni.edu.tr

BASKI

MEGA OFSET MATBAACILIK SAN. LTD. ŞTİ.

K.KARABEKİR İŞ MERKEZİ ZEMİN KAT NO.27 ERZURUM

TEL : 0442 **234 60 76 - 233 96 94** | FAKS : 0442 **234 41 13** | **megaoffset@gmail.com**

YAZARLARA BİLGİ

Yayın Kuralları

Atatürk Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisine gönderilen yazılar, yayın ve bilim kurulu üyeleri tarafından kapsam ve düzen açısından uygun görülmelidir. Yayın kurulu yayın koşullarına uymayan yazıları yayınlamamak, düzeltmek üzere yazarına geri göndermek ve biçimce düzenlemek yetkisine sahiptir. Yazının özüne dokunmadan her türlü düzeltme ve kısaltmalar yapılabilir. Yayınlanmak üzere dergiye gönderildikten sonra yazarlardan hiçbiri, tüm yazarların yazılı izni olmadan yazar listesinden silinemez ve hiçbir isim yazar olarak eklenemez veya yazar sırası değiştirilemez. Tüm yazılar editör ve ilgili editör yardımcısı ile en az iki danışman hakem tarafından incelenir. Editör ofisi gerek gördüğünde makaleyi üçüncü bir hakeme gönderebilir.

Dergide basılacak yazılar başka herhangi bir yerde yayınlanmamış olmalıdır. Bilimsel toplantılarda tebliğ edilen çalışmalarda bilimsel toplantının yeri ve tarihi belirtilmelidir. Yazıların bilimsel sorumluluğu yazara ait olup yazıların içeriğinden ve kaynakların doğruluğundan yazarlar sorumludur. Eğer makalede daha önce yayınlamış; alıntı yazı, tablo, resim vb. varsa makale sahibi yayın hakkı sahibi ve yazarlardan yazılı izin almak ve bunu belirtmek durumundadır. Yayına kabul edilmeyen makale, resim ve fotoğraflar eğer özel olarak yazarlar tarafından geri istendiği belirtilmemiş ise yazarlara geri gönderilmez.

Yazım Kuralları

1. Yazım PC uyumlu bilgisayarda Microsoft Word Windows programı ile Times New Roman karakteriyle yazılmalı, A4 sayfa büyüklüğünde beyaz kağıda ve kağıdın tek yüzüne kağıdın sol kenarında 2,5, sağ kenarında 2,5, üst ve alt kenarlarında 2,5'er cm. boşluk bırakılacak şekilde yazılmalıdır. Makalenin adı ortalı, 12 punto ve kalın, paragraftan önce ve sonra satır boşluğu bırakılmalı, Öz ve Abstract sola yaslı 1.25 cm girintili 10 punto ve kalın, Giriş, Yöntem, Bulgular, Tartışma ve Sonuç, Kaynaklar başlıkları 12 punto sola yaslı ve 1.25 cm girintili ve kalın olmalıdır. Bu başlıklara ait içerik ise 12 punto ve 1.25 cm satır başı yapılış olmalıdır.
2. Yazar isimleri 10 punto, kalın, ortalı, üstten ve alttan satır boşluğu bırakılmadadır.
3. Özet ve Kaynaklar içeriğinde 1.0, ana yazımda ise 1.5 tam satır aralığı kullanılmalıdır. Şekillerin ve çizelgelerin açıklamaları ile alıntılar ve dip notların yazımında ise 1 satır aralık kullanılmalıdır. Öz, Abstract, Şekiller, Tablolar, Kısaltmalar Dizini ve Kaynaklar gibi, ana başlıklar, bölüm başlıkları ve alt bölüm başlıkları ile bunları izleyen ilk paragraf arasında kullanılan aralığa göre bir aralık; bir alt bölümün son satırı ile bir sonraki alt bölüm başlığı arasında da kullanılan aralığa göre bir aralık boşluk bırakılmalıdır. Metin içerisinde yer alan paragraflar arasında ilave aralık bırakılmamalıdır.
4. Makale kolay anlaşılır bir Türkçe ve yazım kurallarına uygun bir dille yazılmalıdır. Yazım kurallarında imla bakımından Türk Dil Kurumu'nun çıkardığı imla Kılavuzuna uyulması gerekmektedir. Anlatım üçüncü şahıs ağzından yapılmalı, kısa ve öz cümleler kullanılmalıdır. Yazımda virgül ve noktadan sonra, bir karakter boşluk bırakılmalıdır.
5. Araştırma yazıları sıra ile şu bölümlerden oluşmalıdır: Kapak başlığı, Türkçe başlık, Türkçe öz, anahtar kelimeler, İngilizce abstract (konunun başlığı ile birlikte), keywords, giriş, materyal ve metod, bulgular, tartışma, sonuç ve kaynaklar. Derleme ve olgu sunumları ise; kapak başlığı, Türkçe özet, anahtar kelimeler, İngilizce abstract (İngilizce konu başlığı ile) ve keywords sırası ile başlamalıdır. Kapak başlığı dışında isim ve kurum belirtilmemelidir. Türkçe öz bölümü azami 200 kelimedenden oluşmalıdır. İngilizce abstract ise Türkçe öz'e denk olmalıdır.

6. **Kapak Başlığı:** Makalenin başlığı (Türkçe ve İngilizce), tüm yazarların ad ve soyadları, akademik ünvanları, bağlı buldukları kurumları, iş telefonu-GSM, e-posta ve yazışma adresleri, belirtilmelidir. Makale daha önce tebliğ edilmişse tebliğ yeri ve tarihi belirtilmelidir.
7. Özet kısmı 350 kelimeyi, araştırma yazıları ve derlemeler 10 sayfayı, olgu sunumları ise 5 sayfayı geçmemelidir.
8. Tüm tablolar grafikler veya şekiller yazının içinde yerleştirilmiş halde gönderilmemeli, her biri ayrı sayfaya basılmış şekilde gönderilmelidir. Her birine metinde geçiş sırasına göre numara verilmeli ve kısa birer başlık yazılmalıdır. Tablo, şekil ve grafiklerin yazıda nerede geçtiği belirtilmelidir. Kullanılan kısaltmalar alt kısımda mutlaka açıklanmalıdır. Özellikle tablolar metni açıklayıcı ve kolay anlaşılır hale getirme amacı ile hazırlanmalı ve metnin tekrarı olmamalıdır. Başka bir yayından alıntı yapılıyorsa yazılı baskı izni birlikte gönderilmelidir.
9. Kaynaklar listesi makale metninin sonunda ayrı bir sayfaya yazılmalı, alfabetik sıraya göre düzenlenmelidir. Kaynaklar metinde, soy isim ve tarih belirterek parantez içerisinde olmalıdır. (Örnek, (Siktar, 2012), (Baldwin ve Caldwell, 2003), (Martin ve ark., 1995).. Henüz yayınlanmamış veriler ve çalışmalar kaynaklar bölümünde yer almamalıdır. Bunlara metin içerisinde (isim(ler), yayınlanmamış veri, tarih) şeklinde yer verilmelidir. Kaynaklarda yazar sayısının 6 veya daha az olması durumunda tüm yazarların isimleri yazılmalıdır. Yazar sayısının altıdan fazla olması durumunda ise ilk altı yazarın ismi yazılmalı, sonrasında Türkçe makalelerde “ve ark.”, İngilizce makalelerde ise “et al.” ilave edilmelidir. Yazar isimlerinden sonra kaynak gösterilen yazının tam başlığı, dergi adı, yıl, cilt ve sayfa numaraları yazılmalıdır. Kaynaklar şu şekilde düzenlenmelidir:
 - a. Dergiler için;
Coleman, D. & Iso-Ahola, S. E., (1993). The Role of Social Support and Self Determination. *Journal of Leisure Research*. 25(1):111–128.
 - b. Kitaplar için;
Peltekoğlu, F., (2007). *Halkla İlişkiler Nedir?* 5. Baskı. İstanbul: Beta Basım.
 - c. Kitap bölümü için;
Zvaifler NJ, Antimalarials. In: Mc Carty DJ, ed(s). (1985). *Arthritis and Allied Conditions*. Philadelphia: Lea and Febiger, 497-501.
 - d. Tez için;
Tınaz, C., (2011). *Türkiye’de Sponsorluk Etkisinin Kontrolü ve Farklı Ölçüm Tekniklerine Göre Durumun Değerlendirilmesi*. Doktora Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi SBE.
10. Hakemlerden gelmiş, düzeltme için geri gönderilen ve kabul edilen makaleler düzeltmeleri yapıldıktan sonra tekrar dergimize gönderilmelidir.
11. Yayınlarda ulusal ve uluslararası geçerli etik kurallara uyulmalı, etik kurul kararı gerektiren klinik ve deneysel hayvan çalışmaları için ayrı ayrı etik kurul onayı alınmış olmalı ve belgelendirilmelidir.

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

TELİF HAKKI DEVİR FORMU FORM FOR COPYRIGHT

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

MakaleBaşlığı:

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

Sayın Editör,

Yayınlanması dileğiyle Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi'ne gönderdiğimiz yukarıdaki başlığı verilen makalenin yazarları olarak;

Bu çalışmanın:

1. Bilimsel ve etik sorumluluğunun bize ait olduğunu,
2. Daha önce yurtiçinde ve yurtdışında Türkçe veya yabancı bir dilde yayınlanmadığını,
3. Başka bir yayın organına yayınlanmak üzere gönderilmediğini,
4. Yayının kabulü halinde tüm yayın haklarının Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi'ne ait olduğunu kabul ve beyan ederiz.

Yazar(lar)

İmza

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

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ

CİLT / VOLUME: 19

SAYI / NUMBER: 2

YIL / YEAR:2017

İÇİNDEKİLER /CONTENTS

Sayfa no	Araştırma Makaleler / Research Articles
07-17	<p>Obez ve Şıman Kadınlarda Yürüyüş Egzersizinin Bazı Fiziksel Uygunluk Parametreleri Üzerine Etkisi</p> <p>The Effect of Walking Exercise on Physical Fitness Parameters in Obese and Overweight Women</p> <p>Raif ZİLELİ, Önder ŞEMŞEK, Hüseyin ÖZKAMÇI, Gürkan DİKER</p>
18-28	<p>8-14 Yaş Çocuklarda Motorik Becerilerin İncelenmesi</p> <p>Examination of Motoric Skills in 8-14 Age Children</p> <p>Ozan SEVER, Fatmanur ER, Ceren SUVEREN, M. Halük SİVRİKAYA, İlhan ŞEN, H. Hüseyin YILMAZ</p>
29-38	<p>Türkiye Süper Ligi Takımlarının 2014-2015 Sezonunda Görülen Yaralanmaların Değerlendirilmesi</p> <p>Evaluation of the Injuries Sustained by the Athletes of Turkish Super League Teams in 2014-2015 Season</p> <p>Ramazan Bayer, Mahmut Açak, M.Fatih Korkmaz</p>
39-55	<p>Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Epistemolojik İnançları İle Liderlik Özellikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi</p> <p>The Survey of Relation Between Epistemological Beliefs and Leadership Qualities of Physical Education and Sports Teaching Department Students</p> <p>Nuri Berk GÜNGÖR, Fatih YENEL</p>
56-67	<p>Yetiştirme Yurdunda Kalan Lise Düzeyinde Öğrencilerin Spora Yönelik Tutumlarının İncelenmesi</p> <p>The Analysis of Attitudes Towards Sport of High School Level Students Accommodating in the Orphanage</p> <p>Orcan MIZRAK, Yunus Sinan BİRİCİK, Emre BELLİ</p>
68-77	<p>Sporda Ego ve Görev Yönelimi Ölçeği (SEGYÖ)'nin Hakemler İçin Adaptasyon Çalışması</p> <p>The Adaptation Study of Task and Ego Orientation In Sport Questionnaire (TEOSQ) for Referees</p> <p>E. Koray DOĞAN, Serkan ELÇİ, H. Selim ASİL</p>
78-88	<p>2012-2013 Spor Toto Süper Lig Takımlarının Sezon Sonu Sıralamasına Etki Eden Faktörlerin İncelenmesi</p> <p>Analysis of the Factors that Have an Effect on the Ranking of Teams at the End of 2012-2013 Spor Toto Super League</p> <p>Özgür BOSTANCI, Şaban ÜNVER, Menderes KABADAYI, Kenan ŞEBİN, Mehmet İMAMOĞLU</p>



OBEZ VE ŞİMAN KADINLARDA YÜRÜYÜŞ EGZERSİZİNİN BAZI FİZİKSEL UYGUNLUK PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİSİ*

Raif ZİLELİ¹, Önder ŞEMŞEK², Hüseyin ÖZKAMÇI³, Gürkan DİKER⁴

ÖZ

Bu çalışmanın amacı; obez sedanter kadınlarda düzenli yürüyüş egzersizlerinin, vücut ağırlığı, beden kitle indeksi(BKİ), bel çevresi, kalça çevresi, bel - kalça oranı ve vücut yağ yüzdesi(VYY) gibi bir takım vücut parametreleri üzerine etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmaya 30 sedanter obez kadın (yaş: 36.93±11.10 yıl; boy: 157.50±4.73 cm; vücut ağırlığı: 77.89±10.98 kg) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara 8 hafta, haftada 5 gün, Karvonen formülüne göre %75 egzersiz şiddetinde, 75 dakikalık yürüyüş egzersizi yaptırılmıştır(toplam 40 egzersiz). Egzersizler sırasında katılımcıların kalp atım hızları, kalp atım hızı monitörleri yardımıyla takip edilmiştir. Ölçümler, katılımcılar egzersize başlamadan önce ve sekiz haftalık egzersizler sonrasında alınmıştır. Egzersizler süresince besin alımı tüm gönüllülerde uzman eşliğinde bir diyet programıyla sınırlandırılmıştır. Yapılan ölçümler sonucunda egzersiz sonrası, vücut ağırlığı, BKİ, bel çevresi ve kalça çevresi değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir(p<0.05). Bunun yanı sıra VYY değerlerinde azalma olmasına rağmen(ön test: % 37,3 ± 4,85 - son test: % 36,92 ± 4,95) fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır(p>0.05). Diğer taraftan bel - kalça oranı değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmemiştir(p>0.05). Bu çalışmanın sonucunun obez sedanter kadınlarda 8 hafta, haftada 5 gün, Karvonen formülüne göre %75 egzersiz şiddetinde, 75 dakika yapılan yürüyüş egzersizinin vücut ağırlığı, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, bel - kalça oranı ve VYY gibi bir takım vücut parametreleri üzerinde etkili olduğunu gösterdiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Obezite, Yürüyüş Egzersizi, BMI, Bel – Kalça Oranı, Vücut Yağ Yüzdesi.

THE EFFECT OF WALKING EXERCISE ON PHYSICAL FITNESS PARAMETERS IN OBESE AND OVERWEIGHT WOMEN*

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the effects of regular exercise of walking on body weight, body mass index (BMI), waist and hip circumference, waist - hip ratio and body fat percentage (BFP) in sedentary obese women. 30 obese sedentary women (age: 36.93 ± 11.10 years; height: 157.50 ± 4.73 cm, body weight: 77.89 ± 10.98 kg) participated in the study. Subjects participated in 8 weeks, 5 days per week, exercise intensity of 75% compared to the Karvonen formula, built in 75-minute walking of workout (total of 40 exercises). During the exercises heart rate of participants were followed by heart rate monitors. The first measurement was processed on the first day of exercise programme and the last measurement was done at the end of eighth weeks of exercise. Nutrient uptake was limited to with a diet program by an dietician, during eight weeks of the exercise session. As a result of the measurements were made for after exercise, body weight, BMI, waist circumference and hip circumference values statistically significant differences were observed. (p <0.05). In addition to this, despite the reduction in fat percentage was not statistically significant, there was a change in fat percentage (pre-test: 37.3 ± 4.85% - post test: 36.92% ± 4.95) (p > 0.05). On the other hand, there was no statistically significant difference in waist - hip ratio values before and after 8 weeks of exercise (p > 0.05). Results of this study in obese sedentary women in 8 weeks, 5 days a week, based on Karvonen formula 75% intensity of exercise, the walking exercise for 75 minutes is thought to be effective on weight, BMI, waist and hip circumference, waist - hip ratio and BFP as well as some body parameters.

Keywords: Obesity, Overweight Women, Walking Exercise.

¹ Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Bilecik.

² Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Bolu.

³ Dokuz Eylül Üniversitesi, Spor Bilimleri ve Teknolojisi Yüksekokulu, İzmir.

⁴ Cumhuriyet Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Sivas.

*Bu çalışmanın bir bölümü 21-23 Mayıs 2014 tarihleri arasında 1. Uluslararası Spor Bilimleri, Turizm ve Rekreasyon Kongresinde sunulmuştur.

GİRİŞ

Şımanlık ve obezite çok faktörlü fiziksel hastalıklardır (Tan et al., 2012). Obezite, atherosklerosis, kardiyovasküler hastalıklar ve diyabetle ilişkilidir (Cox et al., 2010). Fiziksel aktivite yaşla birlikte azalır, sedanter yaşam yaşla birlikte artar (Ikezoe et al., 2013; Blain et al., 2013). Vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi ve abdominal yağ yaşla birlikte artarken glukoz toleransı ve insülin hassasiyeti azalır (Cox et al., 2010). Obezite ve metabolik sonuçları, kardiyovasküler ölümler ve çeşitli hastalıklar için ana risk faktörleridir (Atashak et al., 2011). Uzun süreli oturma süresi artan kardiyovasküler hastalık riskiyle ilişkilidir (Chomistek et al., 2013). Televizyon karşısında geçirilen zaman azaltılıp fiziksel aktivite artırıldığında orta yaştaki yetişkinlerde glukoz metabolizmasında obezitenin etkisi minimize edilebilir (Power et al., 2014). Son dönemde yapılan çalışmalar incelendiğinde, sedanter yaşam tarzının azalmasının sağlık üzerinde olumlu etkilerinin olduğu ortaya çıkarılmıştır. (Seguin et al., 2014). Obezite ile başa çıkmada kullanılan güncel stratejiler azalan enerji alımı ve artan fiziksel aktivite ile (Unick et al., 2010) bunların kombinasyonu ile (Guelfi et al., 2013) vücut ağırlığı kontrolüne odaklanmıştır.

Yeterli dozdaki fiziksel aktivitenin kronik hastalıkların riskini azalttığı, (Unick et al., 2012) bununla birlikte egzersizin ileri yaşlarda bile insan hayatına faydalı bir aktivite olduğu düşünülmektedir. (Furukawa et al., 2008). Yürüyüş, sağlık çalışanları tarafından tavsiye edilirken (Lee et al., 2010; Murphy et al., 2007) aynı zamanda da güvenliği ve uygulanabilirliği açısından her yaşta yaygın bir şekilde kullanılır (Perry et al., 2013; Tudor-Locke et al., 2011). Yürüyüş egzersizlerinin yaşlılarda yürüme yeteneğini muhafaza etme üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu kanıtlanmıştır (Fraga et al., 2011). Kadınlarda enerji tüketiminde aerobik egzersizler direnç egzersizlerinden daha etkili olduğu bulunmuştur. (Cutts and Burns, 2010; Chaudhary et al., 2010). Aerobik egzersizlerin tüm çeşidi aynı şiddet, süre ve sıklıkta verildiğinde benzer sonuçlar alınabilmektedir (Cox et al., 2010). Cox ve ark. sedanter yaşlı kadınlarda kısa ve uzun süreli yüzme ve yürüyüş programlarının benzer sonuçlar verdiğini belirttiktedirler (Cox et al., 2008). American College of Sports Medicine (ACSM) sedanter bireyleri teşvik etmek için fiziksel aktivitenin uygun dozunu kendilerini rahat hissettikleri tempo olarak tanımlamıştır (Focht et al., 2013). Dahası, 2007'de American College of Sports Medicine sağlıklı yetişkinlerin haftada 5 gün günde en az 30 dakika orta şiddette aerobik aktivite yapmalarını tavsiye etmiştir. Yürüyüş mükemmel yakın egzersiz olarak tanımlanmış ve Avrupa Birliğindeki en popüler fiziksel aktivite olarak bahsedilmiştir. 2008'de The Health

Survey for England erkek ve kadınların herhangi bir iş dışı aktiviteden daha çok yürüyüş yaparak vakit geçirmelerini, yürüyüş programlarının diğer egzersiz çeşitlerine göre daha popüler hale geldiğini belirtmişlerdir (Kearney et al., 2014). Bu çalışmada, obez sedanter kadınlarda yürüyüş egzersizinin vücut ağırlığı, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, bel – kalça oranı, vücut yağ yüzdesi ve bazal metabolik hız gibi bazı parametreler üzerine etkilerinin araştırılması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Çalışmaya Bilecik Devlet Hastanesi Obezite birimine başvuran gönüllü, 18- 53 yaş arası, 30 kadın hasta dahil edilmiştir (yaş: 36.93 ± 11.10 yıl, boy uzunluğu: 157 ± 4.73 cm, vücut ağırlığı: 77.89 ± 10.98 kg).

Katılımcılar

Bilecik Devlet Hastanesi Müdürlüğünden gerekli izinler alındıktan sonra Hastane Bilgi İşlem Merkezinden Obezite Birimi'ne başvuran hastaların iletişim bilgileri toplanıp, telefonla toplantıya davet edilmişlerdir. Stadyumda yapılan toplantıda çalışmayla ilgili bilgiler verildikten sonra çalışmaya katılmak isteyenlerin detaylı ölçümlerinin yapılması için gruplar halinde Bilecik Devlet Hastanesi kardiyoloji polikliniğinde uzman hekimce değerlendirilmeleri yapılmıştır. Kardiyoloji polikliniğinde gönüllülerin EKG, EKO ve gerekli görülürse efor testleri yapılmıştır. Uzman hekimlerce çalışmaya katılmalarında sakınca görülmeyen gönüllüler diyet biriminde diyetisyenle görüşüp kişiye uygun standart diyetlerini almışlardır. Daha sonra kadın fizyoterapist tarafından hastanede gönüllülerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, bazal metabolik hız, bel çevresi, kalça çevresi ölçülerek kişisel bilgilerinin bulunduğu epikriz formu doldurulmuştur. Çalışmaya katılmalarında sakınca görülmeyen gönüllüler gönüllü onam formlarını imzalayıp vermişlerdir.

Çalışmaya alınmama kriterleri;

- Hamile olanlar,
- Geçmişinde koroner arter hastalığı, kanser, hipertansiyon hastası (sistolik >140 mmHg, diastolik >90 mmHg) ve diyabet hastası olanlar,
- Hipertroidi olan ve su anda da bu hastalıklardan herhangi birisine sahip olan,
- Son bir yılda ± 5 kg'dan fazla vücut ağırlığı değişikliği olan,
- Kas ve eklem problemi olanlar,
- Alkol ve tütün benzeri madde kullananlar.

Egzersizler

Katılımcılara 8 hafta, haftada 5 gün, Karvonen formülüne göre %75 egzersiz şiddetinde, 75 dakikalık yürüyüş egzersizi yaptırılmıştır (toplam 40 egzersiz). Egzersizler sırasında katılımcıların kalp atım hızları, kalp atım hızı monitörleri yardımıyla takip edilmiştir. Ölçümler, katılımcılar egzersize başlamadan önce ve sekiz haftalık egzersizler sonrasında alınmıştır. Egzersizler süresince besin alımı tüm gönüllüler uzman eşliğinde bir diyet programıyla sınırlandırılmıştır. Gönüllüler ölçümlerden 24 saat öncesinde alkol, ilaç, aşırı yağlı yiyecekler tüketmemeleri, yorucu aktivite yapmamaları ve diyetlerine katı bir şekilde uymaları konusunda çalışma başından sonuna kadar uyarılmışlardır.

Antropometrik Ölçümler

Boy Uzunluğu Ölçümü; Gönüllü ayakta dik pozisyonda, çıplak ayak, ayak topukları bitişik, baş dik ve gözler karşıya bakar durumda 0.01 m hassasiyetinde olan metal stadiometre ile cm cinsinden ölçülmüştür.

Vücut Ağırlığı Ölçümü; Gönüllü vücut ağırlığı parametreleri (vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, bazal metabolik hız) ölçmek için hassasiyeti ± 0.1 kg olan baskül (BF510, Omron Healthcare Co. Ltd., Kyoto, Japan) kullanılmıştır (Bosy-Westphal ve ark. 2008). Gönüllülerin vücut ağırlıkları; üzerinde t-şört ve şort varken, çıplak ayak ve anatomik duruş pozisyonunda iken 'kg' olarak ölçüldü.

Katılımcıların bel çevresi ölçümleri, gönüllünün üzerinde t-şört ve şort varken, çıplak ayak ve anatomik duruş pozisyonunda iken arkus kostarum ile processus spinailiaka anterior süperior arasındaki en dar çap mezura kullanılarak ölçüldü, cm olarak belirtildi.

Katılımcıların kalça çevresi ölçümleri, gönüllünün üzerinde t-şört ve şort varken, çıplak ayak ve anatomik duruş pozisyonunda iken gluteus maksimusların en çıkıntılı yerinden ve önde simfizispubis üzerinden geçen en geniş çap mezura gullik şeriti kullanılarak ölçüldü, cm olarak belirtildi.

Bel Kalça Oranı (BKO): Gönüllünün bel ve kalça çevre ölçümleri alındıktan sonra (WHO, 2008) aşağıdaki şekilde formüle edildi: $BKO = (\text{Bel çevresi [cm]} / \text{Kalça çevresi [cm]})$

Beden Kitle İndeksi; vücut ağırlığı ve boy uzunluğu ölçümleri (WHO, 2008) alındıktan sonra aşağıdaki şekilde formüle edildi: $BKİ = (\text{Ağırlık [kg]} / \text{Boy}^2 [\text{m}])$

Egzersiz Şiddetinin Hesaplanması:

Bu çalışmada gönüllülerin tahmini maksimal kalp atım hızları:

Tahmini maksimal kalp atım hızı;

$(HR \text{ maksimum}) = 226 - \text{yaş (yıl)}$

Formülü ile hesaplanırken, gönüllülere uygulanacak egzersizin şiddeti ve hedef kalp atım hızı (THR), Karvonen yöntemi (Karvonen ve ark., 1957) kullanılarak hesaplanmıştır.

$$HRR=(H_{\text{maks}}-H_{\text{rdinlenik}})$$

$$THR=HRR \times (\text{Egzersiz şiddeti } \%) + H_{\text{rdinlenik}}$$

Etik Kurul Raporu

Çalışma başlamadan önce Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulu'ndan etik kurul raporu alınmıştır (2010/137).

Verilerin Analizi

Tüm verilerin istatistiksel işlemleri bilgisayar ortamında SPSS 17.0 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin varyans homojenitesi Levene Testi ile normal dağılım analizleri ise Shapiro-Wilk Testi ile yapılmıştır. BKİ, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi ve bazal metabolik hız verileri eşleştirilmiş t testi istatistigi ile bel kalça oranı, bel çevresi ve kalça çevresi parametrelerinin istatistik hesaplamaları ise Wilcoxon Testi ile hesaplanmıştır. Anlamlılık değeri $p < 0.05$ olarak alınmıştır.

BULGULAR

Obez ve şıman kadınlarda yürüyüş egzersizinin bazı fiziksel uygunluk parametreleri üzerine etkisinin amaçlandığı çalışmada sonuçlar aşağıda verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Kadınların Vücut Ağırlığı, BKİ, Bel Çevresi, Kalça Çevresi, Bel – Kalça Oranı, Vücut Yağ Yüzdesi, ve Bazal Metabolik Hız Öntest-Sontest Değerlerinin Karşılaştırılması.

Değişkenler	Ön - test n=30 $\bar{X} \pm sd$	Son - test n=30 $\bar{X} \pm sd$	t	z	p
Vücut Ağırlığı (kg)	77,80 ± 10,90	76,60 ± 10,90	7,9		0,000*
BKİ (kg \ m ²)	31,38 ± 4,13	30,87 ± 4,15	8,1		0,000*
Vücut Yağı (%)	37,30 ± 4,85	36,92 ± 4,95	1		0,330
Bel Çevresi(cm)	96,50± 8,82	93,80± 7,80		4,5	0,000 *
Kalça Çevresi (cm)	110,80± 7,82	108,50± 7,98		-4,26	0,000 *
Bel – Kalça Oranı	0,87 ± 0,04	0,86 ± 0,04		-0,93	0,350
Bazal Metabolik Hız (kcal)	1473,16 ± 129,56	1491,03 ± 141,85		-2,8	0,007*

$p < 0,05^*$

Tablo 1 incelendiğinde, yapılan istatistiksel analizler sonucu gönüllülerin öntest-sontest değerleri arasındaki anlamlı farklılıkların; vücut ağırlığı değerleri arasında ($t = 7,9$, $p < 0.05$), BMI değerleri arasında ($t = 8,1$, $p < 0.05$), bel çevresi değerleri arasında ($z = 4,5$, $p < 0.05$), kalça çevresi değerleri arasında ($z = -4,26$, $p < 0.05$) ve bazal metabolik hız değerleri arasında ($t = 2,8$, $p < 0.05$) olduğu görülmüştür. Bel – kalça oranı değerleri arasında ($z = -0,93$, $p > 0.05$) ve vücut

yağ yüzdesi değerleri arasında ($t = 1$, $p > 0.05$) ise istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, obez sedanter kadınlarda yürüyüş egzersizinin vücut ağırlığı, BKİ, bel çevresi, kalça çevresi, bel – kalça oranı, vücut yağı, ve bazal metabolik hız üzerine etkileri araştırılmıştır.

Araştırmaya katılan kadınların vücut ağırlığı değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir azalma olduğu tespit edilmiştir (Tablo 1). Egzersiz yapan kadınların ön test ve son test değerleri incelendiğinde, egzersiz öncesi ağırlık ortalaması $77,8 \pm 10,9$ kg iken egzersiz sonrası $76,6 \pm 10,9$ kg'ye düştüğü görülmektedir ($p < 0.05$). Friedenreich ve ark. Kanada'da 50-74 yaş arasındaki 320 obez kadına 1 yıl boyunca haftada 5 gün, günde 45 dakika, % 70-80 şiddette yürüyüş yaptırmışlar ve egzersiz grubunda vücut ağırlığında % 7,7'lik azalma olduğunu bildirmişlerdir (Friedenreich et al., 2011). Ryan ve ark. da 50-76 yaş arasındaki 77 obez sedanter kadın ile yaptıkları çalışmada 6 ay boyunca % 65-80 şiddette haftada 3 gün, günde 45 dakikalık koşu bandı egzersizi yaptırmış ve egzersiz grubunda vücut ağırlığında %8'lik bir azalma olduğunu belirtmişlerdir (Ryan et al., 2014). Bir başka çalışmada ise Hosny ve ark. 30-40 yaş aralığındaki 40 kadından oluşan gönüllüleri iki gruba ayırıp; diyet grubu (%30 yağ, %15 protein, %55 karbonhidrat) ve egzersiz-diyet grubunu oluşturmuşlar. Egzersiz ve diyet grubu ayrıca 3 ay, haftada 3 gün, günde 40 dakika maksimum kalp atım hızının % 70'inde koşu bandında yürüyüşten oluşan aerobik egzersiz yaptı. Sonuç olarak egzersiz ile birlikte diyet yapan grupta vücut ağırlığında anlamlı derecede azalma bulundu (Hosny et al., 2012). Literatürdeki bir çok çalışmada (Alves et al., 2009; Rmezankhany et al., 2011; Irving et al., 2008; Amiri et al., 2013; Nasım, 2011; Seo et al., 2011; Willis et al., 2012; Hosiso et al., 2013; Lee et al., 2013) yürüyüş egzersizinin vücut ağırlığını azalttığı belirtilmiştir.

Araştırmaya katılan kadınların BKİ değerlerinde de anlamlı bir azalma olduğu bulunmuştur (Tablo 1). Egzersiz yapan kadınların ön test ve son test değerleri incelendiğinde, egzersiz öncesi BKİ ortalaması $31,38 \pm 4,13 \text{ kg} \cdot \text{m}^2$ iken egzersiz sonrası $30,87 \pm 4,15 \text{ kg} \cdot \text{m}^2$ 'ye düştüğü görülmektedir ($p < 0.05$). Alves ve ark. Brezilya'da 20-40 yaş aralığındaki 71 obez yetişkin kadın ile 6 ay boyunca haftada 3 gün, günde 40 dakika maksimum kalp atım hızına göre %40 - 60 arası şiddette yürüyüş yapmışlardır. Çalışma 6.ayın sonunda gönüllülerin BKİ değerlerinde azalma ile sonuçlanmıştır. Diyet uygulamadıkları çalışmalarında diyet ile birlikte egzersiz uygulamasının sadece egzersizden daha fazla vücut ağırlığı kaybına neden olacağını belirtmişlerdir. Scheers ve ark. yapılan aktivite ve BKİ arasında ters ilişki olduğunu

kanıtlamışlardır (Scheers et al., 2012). Literatürdeki diğer çalışmalara baktığımızda (Friedenreich et al., 2011; Ryan et al., 2014; Ramezankhany et al., 2011; Irving et al., 2008; Amiri et al., 2013; Nasım, 2011; Hosiso et al., 2013; Venojarvi et al., 2013) uzun süreli devam ettirilen yürüyüş egzersizlerinin vücut ağırlığında azalmaya neden olduğu, bunun da BKİ'de aalmayla sonuçlandığı görülmektedir.

Çalışmamız sonucunda elde edilen bir diğer bulgu ise, gönüllülerin bel çevresi (cm), kalça çevresi (cm) ve bel – kalça oranlarına ilişkin öntest-sontest değerleridir (Tablo 1). Egzersiz yapan kadınların ön test ve son test değerleri incelendiğinde, egzersiz öncesi bel çevresi ortalaması $96,5 \pm 8,82$ cm iken egzersiz sonrası $93,8 \pm 7,80$ cm 'ye düşerek istatistiksel olarak anlamlı bir azalma olduğu ($p < 0,05$) bulunmuştur. Egzersiz öncesi kalça çevresi ortalaması $110,8 \pm 7,82$ cm iken egzersiz sonrası $108,5 \pm 7,98$ cm 'ye düşerek istatistiksel olarak anlamlı bir azalma olduğu ($p < 0,05$) saptanmıştır. Egzersiz öncesi bel-kalça oranı ortalaması $0,87 \pm 0,04$ iken egzersiz sonrası $0,86 \pm 0,04$ 'e düştüğü fakat bu azalmanın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($p > 0,05$) görülmektedir. Friedenreich ve ark. bel ve kalça çevresinde, diğer birkaç çalışmada ise (Ryan et al., 2014; Irving et al., 2008; Martins et al., 2010) sadece bel çevresinde anlamlı bir azalma olduğunu bulmuşlardır. Diğer yandan bel kalça oranında anlamlı azalma bulan bir çalışma da mevcuttur (Ramezankhany et al., 2011). Amiri ve ark. 25-40 yaş aralığındaki 20 obez kadınla yaptıkları bir araştırmada maksimum kalp atım hızının %75 şiddetinde haftada 3 gün, günde 30 dakika 8 hafta boyunca yürüyüş yaptırmışlar ve vücut kompozisyonundaki değişimleri araştırmışlardır. Çalışma sonunda diğer parametrelerde azalma saptanırken, bel-kalça oranında anlamlı bir azalma olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Çalışmamız sonucunda elde edilen bir diğer bulgu da katılımcıların vücut yağ yüzdesi oranlarına ilişkin öntest-sontest değerleridir (Tablo 1). Egzersiz yapan kadınların ön test ve son test değerleri incelendiğinde, egzersiz öncesi vücut yağ yüzdesi ortalaması $37,3 \pm 4,85$ iken egzersiz sonrası $36,92 \pm 4,95$ 'e düştüğü görülmektedir. Ancak bu azalma istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > 0,05$). Lakhdar ve ark. 30 obez kadınla yaptıkları bir araştırmada, grubu egzersiz, diyet ve egzersiz + diyet olmak üzere 3'e böldüler. Egzersiz şiddetinin aşamalı olarak arttığı ve ilk haftalarda maksimum kalp atım hızının % 55'inde 30 dakika, ilerleyen haftalarda ise maksimum kalp atım hızının % 80'inde 45 dakika koşu bandında yürüyüş çalışmasını 24 hafta boyunca sürdürdüler. Sonuç olarak vücut yağ yüzdesinde egzersiz grubunda değişiklik olmazken, egzersiz+diyet ve diyet grubunda anlamlı derecede değişim gözlenmiştir (Lakhdar et al., 2013). Narayani ve ark. 20 obez kadınla (17-25 yaş) yaptıkları bir çalışmada, 6 hafta, haftada 3 gün, günde 60 dakikalık dayanıklılık egzersizi yaptırıldılar. Vücut yağ yüzdesinde

anlamli azalma buldular (Narayani et al., 2010).Irving ve ark. 27 obez kadınlarda yaptığı çalışmada orta - yüksek şiddette 16 hafta boyunca yapılan aerobik egzersizin vct yağ yüzdesini anlamli derecede azalttığını bildirmiştir(Irving et al., 2018).Bir başka çalışmada ise 20-25 yaş aralığındaki 40 kadın, 2 ay boyunca, haftada 3 gün, günde 30 dakika maksimum kalp atım hızının %50-75'inde yürüyüş yapmışlardır. Vct yağ yüzdesinde istatistiksel olarak anlamli azalma bulan çalışmacı sedanter ve obez kadınlarda 30 dakikalık yürüyüş egzersizinin bazı vct parametreleri üzerinde olumlu etkilerinin olduğunu belirtmiştir (Nasım, 2011). Yürüyüş egzersizlerinin vct yağ yüzdesi üzerine etkisini araştıran çalışmalar oldukça fazla yapılmıştır (Alves et al.,2009; Friedenreich et al., 2011;Ryan et al., 2014; Amiri et al., 2013; Seo et al., 2011;Willis et al., 2012; Lee et al., 2013; Venojarvi et al., 2013; Lee et al., 2013). Bu çalışmaların bazılarında sonuçlar istatistiksel olarak anlamli, bazılarında anlamsız bulunmuştur.Bu farklılıkların nedeni çalışmalarda uygulanan yürüyüş egzersizinin toplam sresinden, şiddetinden veya uygulanan diyet programından kaynaklandığı dşnlmektedir.

Çalışmamız sonucunda elde edilen son bulgu ise gönüllülerin bazal metabolik hız oranlarına ilişkin ntest-sontest değerleridir (Tablo 1).Araştırmaya katılan kadınlarda bazal metabolik hız değerlerinde istatistiksel olarak anlamli bir artma olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Egzersiz yapan kadınlarda ön test ve son test değerleri incelendiğinde, egzersiz öncesi bazal metabolik hız ortalaması $1473,16 \pm 129,56$ iken egzersiz sonrası $1491,03 \pm 141,85$ 'eykseldiği görülmektedir. Bulgular literatürdeki bazı çalışmalarla(Hosny et al.,2012; Marra et al., 2005; Thompson et al., 1997) benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak, sekiz haftalık yürüyüş egzersizlerinin obez sedanter kadınlarda vct ağırlığı, BMI, bel çevresi, kalça çevresi, bel – kalça oranı, ve vct yağ yüzdesini azalttığı ayrıca bazal metabolik hızıartırdığı görülmüştür. Ücretsiz, her yerde yapılabilen, her yaşta uygulanabilen, zeminin aslında çok da önemli olmadığı, pahalı ekipmanlar gerektirmeyen, bireysel veya grup olarak yapılabilen yürüyüş egzersizini bir kez daha doğru şiddette yapmanın ne kadar önemli olduğu ortaya çıkmıştır.

KAYNAKLAR

1. **Alves JG, Gale CR, Mutrie N, Correia JB, Batty GD.** A 6-Month Exercise Intervention Among Inactive and Overweight Favela - Residing Women in Brazil: The Caranguejo Exercise Trial. *American Journal of Public Health*, 2009;99(1): 76-80.
2. **Amiri H, Mirzaie B, Elmieh A.** Effect of Low and High Intensity Walking Programs on Body Composition of Overweight Women. *European Journal of Experimental Biology*, 2013;3(5): 282-286.
3. **Atashak S, Peeri M, Azarbayjani MA, Stannard SR, Haghighi MM.** Obesity-Related Cardiovascular Risk Factors After Long- Term Resistance Training and Ginger Supplementation. *Journal of Sports Science and Medicine*, 2011;10: 685-691.
4. **Belay MA, Reddy RC, Babu S.** The Effects of Combined Aerobic and Resistance Exercise Training on Obese Adults, Northwest Ethiopia. *Research Journal of Recent Science*, 2013; 2(1): 59-66.
5. **Blain H, Tallon G, Jaussent A, Picot MC, Bussonne A, Gaubert L, et al.** Effect on Exercise Tolerance and Fat Mass Of A 6-Month Brisk Walking Program in Sedentary Women Aged 60 or Older: Results of a Randomized Trial. *9th Congress of the European Geriatric Medicine*, 2013; 4, S20-S80.
6. **Bosy-Westphal A, Later W, Hitze B, et al.** Accuracy of Bioelectrical Impedance Consumer Devices for Measurement of Body Composition in Comparison to Whole Body Magnetic Resonance Imaging and Dual X-Ray Absorptiometry. *Obes Facts*, 2008;1,319-324.
7. **Chaudhary S, Kang MK, Sandhu JS.** (2010). The Effects of Aerobic Versus Resistance Training on Cardiovascular Fitness in Obese Sedentary Females. *Asian Journal of Sports Medicine*, 2010;1(4): 177-184.
8. **Chomistek AK, Manson JE, Stefanick ML, Lu B, Sands-Lincoln M, Going SB, et al.** Relationship of Sedentary Behavior and Physical Activity to Incident Cardiovascular Disease, 2013; 61(23): 2346-54.
9. **Cox KL, Burke V, Beilin LJ, Puddey IB.** A Comparison of The Effects of Swimming and Walking on Body Weight, Fat Distribution, Lipids, Glucose, and Insulin in Older Women-The Sedentary Women Exercise Adherence Trial 2. *Metabolism Clinical and Experimental*, 2010;59: 1562-1573.
10. **Cox KL, Burke V, Beilin LJ, Derbyshire AJ, Grove JR, Blanksby BA, et al.** Short and Long-Term Adherence to Swimming and Walking Programs in Older Women — The Sedentary Women Exercise Adherence Trial (SWEAT 2). *Preventive Medicine*, 2008; 46: 511-517.
11. **Cutts RR, Burns SP.** Resistance and Aerobic Training Sequence Effects on Energy Consumption in Females. *Int J Exerc Sci*, 2010; 3(3): 143-149.
12. **Focht BC.** Affective Responses yo 10-Minute and 30-Minute Walks in Sedentary, Overweight Women: Relationships with Theory-Based Correlates of Walking For Exercise. *Psychology of Sport and Exercise*, 2013;14: 759-766.
13. **Fraga MJ, Cader SA, Ferreira MA, Giani TS, Dantas EHM.** Aerobic Resistance, Functional Autonomy and Quality of Life (Qol) of Elderly Women Impacted By A Recreation and Walking Program. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 2011; 52: e40-e43.
14. **Friedenreich CM, Woolcott CG, McTiernan A, Terry T, Brant R, Ballard-Barbash R, et al.** Adiposity Changes After A 1-Year Aerobic Exercise Intervention Among Postmenopausal Women: A Randomized Controlled Trial. *International Journal of Obesity*, 2011;35: 427-435.
15. **Furukawa F, Kazuma K, Kojima M, Kusakawa R.** Effects of an Off-Site Walking Program on Fibrinogen and Exercise Energy Expenditure in Women. *Asian Nursing Research*, 2008; 2(1): 35-45.
16. **Guelfi KJ, Donges CE, Duffield R.** Beneficial effects of 12 weeks of aerobic compared with resistance exercise training on perceived appetite in previously sedentary overweight and obese men. *Metabolism Clinical and Experimental*, 2013;62: 235-243.
17. **Hosiso M, Rani S, Rekoninne S.** Effects of Aerobic Exercise on Improving Health Related Physical Fitness Components of Dilla University Sedentary Female Community. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 2013;3(12):1-6.
18. **Hosny IA, Elghawabi HS, Younan WBF, Sabbour AA, Gobrial MAM.** Beneficial impact of aerobic exercises on bone mineral density in obese premenopausal women under caloric restriction. *Skeletal Radiol*, 2012; 41: 423-427.
19. **Ikezoe T, Asakawa Y, Shima H, Kishibuchi K, Ichihashi N.** Daytime physical activity patterns and physical fitness in institutionalized elderly women: An exploratory study. *Archives of Gerontology and Geriatrics*, 2013; 57: 221-225.

20. **Irving BA, Davis CK, Brock DW, Weltman JY, Swift D, Barrett EJ, et al.** Effect of exercise training intensity on abdominal visceral fat and body composition. *Med Sci Sports Exerc*, 2008; 40(11): 1863–1872.
21. **Karvonen MJ, Kentala E, Mustala O.** The effects of training on heart rate;a longitudinal study. *Ann Med Exp Biol Fenn*, 1957; 35: 307–315.
22. **Kearney TM, Murphy MH, Davison GW, O’Kane MJ, Gallagher AM.** Accumulated brisk walking reduces arterial stiffness in overweight adults: Evidence from a randomized control trial. *Journal of the American Society of Hypertension*, 2014;8(2): 117–126.
23. **Lakhdar N, Denguezli M, Zaouali M, Zbidi A, Tabka Z, Bouassida A.** Diet and Diet Combined with Chronic Aerobic Exercise Decreases Body Fat Mass and Alters Plasma and Adipose Tissue Inflammatory Markers in Obese Women. *Inflammation*, 2013; 36(6): 1239-1247.
24. **Lee S, Seo B, Chung S.** The Effect of Walking Exercise on Physical Fitness and Serum Lipids in Obese Middle-aged Women: Pilot Study. *J. Phys. Ther. Sci*, 2013; 25: 1533–1536.
25. **Lee LL, Watson MC, Mulvaney CA, Tsai CC, Lo SF.** The effect of walking intervention on blood pressure control: A systematic review. *International Journal of Nursing Studies*, 2010;47: 1545–1561.
26. **Marra C, Bottaro M, Oliveira RJ, Novaes JS.** Effect of Moderate and High Intensity Aerobic Exercise on the Body Composition of Overweight Men. *Journal of Exercise Physiologyonline*, 2005; 8(2):39-45.
27. **Martins RA, Veríssimo MT, Coelho e Silva MJ, Cumming SP, Teixeira AM.** Effects of aerobic and strength-based training on metabolic health indicators in older adults. *Lipids in Health and Disease*, 2010;9:76.
28. **Martyn-St James M, Carroll S.** Meta-analysis of walking for preservation of bone mineral density in postmenopausal women. *Bone*, 2008;43: 521–531.
29. **Murphy MH, Nevill AM, Murtagh EM, Holder RL.** The effect of walking on fitness, fatness and resting blood pressure: A meta-analysis of randomised, controlled trials. *Preventive Medicine*, 2007;44: 377–385.
30. **Narayani U, Sudhan Paul Raj RL.** Effect of Aerobic Training on Percentage of Body Fat, Total Cholesterol and HDL-C among Obese Women. *World Journal of Sport Sciences*, 2010, 3 (1): 33-36.
31. **Nasım H.** Effect Of Moderate Walking Exercise On Body Water In Sedentary Obese And Thin Women. *Science, Movement And Health*, 2011;10(1): 101-103.
32. **Perry CK, Herting JR, Berke EM, Nguyen HQ, Moudon AV, Beresford SAA, et al.** Does neighborhood walkability moderate the effects of intrapersonal characteristics on amount of walking in post-menopausal women? *Health & Place*, 2013;21:39–45.
33. **Power C, Pereira SMP, Law C, Ki M.** Obesity and risk factors for cardiovascular disease and type 2 diabetes: Investigating the role of physical activity and sedentary behaviour in mid-life in the 1958 British cohort. *Atherosclerosis*, 2014;233: 363-369.
34. **Ramezankhany A, Ali PN, Hedayati M.** Comparing Effects of Aerobics, Pilates Exercises and Low Calorie Diet onLeptin Levels and Lipid Profiles in Sedentary Women. *Iranian Journal of Basic Medical Sciences*, 2011;14(3): 256-263.
35. **Ryan AS, Ge S, Blumenthal JB, Serra MC, Prior, SJ, Goldberg AP.** Aerobic Exercise and Weight Loss Reduce Vascular Markers of Inflammation and Improve Insulin Sensitivity in Obese Women. *J. Am. Geriatr. Soc*, 2014; 62(4):607-14.
36. **Scheers T, Philippaerts R, Lefevre J.** Patterns of physical activity and sedentary behavior in normal-weight, overweight and obese adults, as measured with a portable armband device and an electronic diary. *Clinical Nutrition*, 2012;31:756-764.
37. **Seguin R, Buchner DM, Liu J, Allison M, Manini T, Wang CY, et al.** Sedentary Behavior and Mortality in Older Women. *Am J Prev Med*,2014; 46(2):122–135.
38. **Seo D, So W, Ha S, Yoo E, Kim D, Singh H, et al.** Effects of 12 weeks of combined exercise training on visfatin and metabolic syndrome factors in obese middle-aged women. *Journal of Sports Science and Medicine*, 2011;10, 222-226.
39. **Tan S, Wang X, Wang J.** Effects of supervised exercise training at the intensity of maximal fat oxidation in overweight young women. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 2012; 10: 64-69.
40. **Thompson JL, Gylfadottir UK, Moynihan S, Jensen CD, Butterfield GE.** Effects of diet and exercise on energy expenditure in postmenopausal women. *Am J Clin Nutr*, 1997;66:867-73.
41. **Tudor-Locke C, Craig CL, Aoyagi Y, Bell RC, Croteau KA, Bourdeaudhuij I, et al.** How many steps/day are enough? For older adults and special populations. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2011; 8:80.

42. **Unick JL, Michael JC, Jakicic JM.** Affective responses to exercise in overweight women: Initial insight and possible influence on energy intake. *Psychology of Sport and Exercise*, 2012;13: 528-532.
43. **Unick JL, Otto AD, Goodpaster BH, Helsel DL, Pellegrini CA, Jakicic JM.** Acute effect of walking on energy intake in overweight/obese women. *Appetite*, 2010;55: 413-419.
44. **Venojarvi M, Korkmaz A, Wasenius N, Manderoos S, Heinonen OJ, Lindholm H, et al.** 12 Weeks' aerobic and resistance training without dietary intervention did not influence oxidative stress but aerobic training decreased atherogenic index in middle-aged men with impaired glucose regulation. *Food and Chemical Toxicology*, 2013; 61: 127-135.
45. **Waist Circumference and Waist-Hip Ratio:** Report of a WHO Expert Consultation. Geneva, Switzerland, 2008;20.
46. **Willis LH, Slentz CA, Bateman LA, Shields AT, Piner LW, Bales CW, et al.** Effects of aerobic and/or resistance training on body mass and fat mass in overweight or obese adults. *J Appl Physiol*, 2012; 113: 1831-1837.

Sorumlu Yazar: Raif ZİLELİ
E-Mail: raif.zileli@bilecik.edu.tr



8-14 YAŞ ÇOCUKLARDA MOTORİK BECERİLERİN İNCELENMESİ

Ozan SEVER¹, Fatmanur ER², Ceren SUVEREN², M. Halük SİVRİKAYA¹,
İlhan ŞEN¹, H. Hüseyin YILMAZ¹

ÖZ

Çalışma Ankara ilinde bulunan öğrencilere ait fiziksel uygunluk bileşenlerinin bazılarını, cinsiyet ve yaş gruplarına göre ortaya koymayı, becerilerin çocuklara göre nasıl özgünlük gösterdiğini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bunun için rastgele seçilmiş 243 öğrenciye, esneklik, denge, görsel-ışitsel reaksiyon, disklere dokunma, kavrama kuvveti, bacak kuvveti, dikey sıçrama, durarak öne atlama, bara asılma, mekik, 6 dakika koş-yürü testleri uygulanmıştır. Ölçümlere ait ortalama, standart sapma ve dağılımlara ilişkin analizler yaş, cinsiyet gruplarına göre tabloleştirilmiştir. Avrupada ve ülkemizde aynı yaş grubunda yapılan çalışmalarda ortaya çıkan sonuçlara göre daha düşük performans değerleri elde edilirken, yaş ve cinsiyete göre ortaya koyulan bulgular benzer özellik göstermektedir. Denge ve bara asılma testlerinin denekler arasında diğer testlere göre yüksek beceri farklılıkları gösterdiği, diğer testlerde ortaya koyulan yaşa ve cinsiyete bağlı değişim bu iki testte belirgin şekilde ortaya çıkmadığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Uygunluk, Çocuk, Yaş, Cinsiyet, Eurofit.

EXAMINATION OF MOTORIC SKILLS IN 8-14 AGE CHILDREN

ABSTRACT

This study purpose to reveal some of fitness properties belonging to Students living in Ankara according to age and gender, individual differences in the skills of children. For this aim, Randomized 243students were applied flexibility, balance, visual audial reaction, plate tapping, handgrip, leg power, vertical jumping, standing long jumping, bent arm hang, sit up and 6 minutes walk tests. Mean, standard deviation and variance associated with measurement done the table according to age and gender. Our study's results are lower than results of study In Same age group in Europe and our country. But, Results are similar differences in term of age and gender. among participants results of Balance and bent arm hang tests are higher according to other tests. Balance and bent arm hang tests aren't seen changes revealed depending on age and gender in other tests.

Keywords: Fitness, Child, Age, Gender, Eurofit.

¹ Atatürk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum.

² Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

GİRİŞ

Fiziksel aktivite ve spor bireyin sosyolojik, psikolojik, mental ve fiziksel olarak gelişmesinde etkin bir role sahiptir. Spor etkinliklerine katılan bireylerin sağlık ve performansa özgü fiziksel uygunluk bileşenlerinin sedanter bireylere göre daha çok geliştiği bir çok çalışma ile kanıtlanmıştır(Hardman & Stensel, 2009). Çocukluk yaşlarındaki düşük fiziksel uygunluğun ileriki yaşlarda sağlık problemlerine neden olduğu bilinmektedir. Yapılan çalışmada küçük yaşlardaki yüksek kardiovasküler dayanıklılığın daha sonraki dönemde daha sağlıklı bir kardiyovasküler profile ve çocukluktan ergenliğe yüksek kassal gelişim ilerideki yaşlarda oluşan vücut yağı oranı ile negatif ilişki içerisindedir. (Ruiz et al., 2009). Bunun yanında kardiyovasküler profile ek olarak, ergenlerde hız-sürat ve kuvvet ilişkili fiziksel uygunluk gelişimi daha sonraki dönemdeki kemik yoğunluğu ve miktarı ile pozitif ilişki içerisindedir(G Vicente-Rodriguez, Ara, Perez-Gomez, Dorado, & Calbet, 2005; German Vicente-Rodriguez et al., 2004). Orta yoğunlukta fiziksel aktiviteye düzenli katılım, obezite, osteoporoz, diyabet, hipertansiyon ve bazı kanserlerin önlenmesinde önemli bir etken olarak koruyucu olabilmektedir(Pollock et al., 1998).

Çocukluk dönemine ait fiziksel uygunluk ile ilgili ölçümler, bataryalar, normlar ve bunların değerlendirilmesi genel popülasyonun fizik aktivite katılımı ile ilgili bilimsel değerler verir ve bunun ışığında kişiye ve gruba özgü egzersiz programları oluşturma imkanı sağlar(Council of Europe: Committee for the Development of Sport, 1993; Hardman & Stensel, 2009). Çocukluk döneminde ve sonra ki dönemlerde bireylerin fiziksel parametrelerinin incelenmesi; hem yetenek seçimi hemde fiziksel gelişimin olumlu yönde ve zamanında gerçekleşmesi için oldukça önemlidir. Çocuk ve ergenlerde fiziksel uygunluk düzeyinin değerlendirilmesi kişisel sağlığın erken yaşlarda kazanılmasına olanak sağlamakta ve bu anlamda kişinin fiziksel uygunluğu ile birlikte fiziksel aktivite ve egzersiz yapma alışkanlığı yaşam boyu önem kazanmaktadır(Bilim, Çetinkaya, & Dayı, 2016). Fakat sağlık ve performans ilişkili fiziksel uygunluk ölçümleri nesile bağlı değişimleri ortaya koymak amacıyla güncel ve çevresel-genetik farklılıklara bağlı olarak da yöreye özgü olmalıdır(Sauka et al., 2011). Bu bağlamda çalışma Ankara ilinde bulunan öğrencilere ait birçok fiziksel uygunluk bileşenlerinin bazılarını, cinsiyet ve yaş gruplarına göre ortaya koymayı, becerilerin çocuklara göre nasıl özgünlük gösterdiğini ortaya koyarak bir betimleme yapmayı amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Katılımcılar ve Prosedür

Çalışmaya Ankarada bir ilk öğretim okulunda öğrenim görmekte olan rastgele seçilmiş toplam 243 denek katılmıştır. Deneklere ait yaşa, cinsiyet gruplarına ve toplam kişi sayısı, boy, ağırlık, vücut yağ yüzdesi(VYY) ve beden kitle indeksi(BKİ) değerleri Tablo 1'de gösterilmektedir. Çalışmada, deneklerin yaş gruplarına ve cinsiyetlerine göre antropometrik(boy, ağırlık, VYY, BKİ), ve motorik becerileri (esneklik, denge, reaksiyon, çabukluk, kuvvet ve dayanıklılık) açısından ortalama ve standart sapma verileri tablolaştırılmış ve bu verilere ait dağılımlar incelenmiştir. Ölçümler öncesi ailelerden ve okuldan onay alınmış, ölçümler beden eğitimi dersinin içinde gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara Ait Yaş Gruplarına Ayrılmış Tanımlayıcı Bilgiler.

		Yaş									
		8		10		12		14		Toplam	
		n	ort. ± ss	n	ort. ± ss	n	ort. ± ss	n	ort. ± ss	n	ort ± ss
Erkek	Boy(cm)		126,2 ± 6,1		139,2 ± 7,6		150,9 ± 7,3		162,5 ± 8,6		139,03 ± 15,04
	Ağırlık(kg)	64	28,0 ± 6,5	22	36,3 ± 11,5	37	47,5 ± 11,3	16	56,1 ± 13,4	139	37,74 ± 14,18
	BKİ		17,5 ± 3,4		18,4 ± 3,8		20,7 ± 3,8		21,2 ± 4,3		18,91 ± 3,95
	VYY		10,4 ± 6,0		10,6 ± 7,5		16,9 ± 6,5		17,7 ± 7,2		12,98 ± 7,25
Kadın	Boy(cm)		123,4 ± 6,9		139,5 ± 7,1		150,4 ± 6,8		161,9 ± 6,0		139,29 ± 15,04
	Ağırlık(kg)	41	25,5 ± 5,6	16	36,1 ± 9,1	30	45,4 ± 10,8	14	55,1 ± 9,5	101	37,18 ± 13,86
	BKİ		16,6 ± 2,4		18,5 ± 4,0		19,9 ± 3,8		21,0 ± 3,1		18,49 ± 3,63
	VYY		16,8 ± 2,6		17,3 ± 4,2		19,7 ± 3,3		19,0 ± 3,3		18,06 ± 3,39
Toplam		105		38		67		30		243	

VYY: Vücut Yağ Yüzdesi

BKİ: Beden Kitle İndeksi

Ölçümler

Katılımcılara onar kişilik gruplar halinde toplam 2 gün içerisinde tüm ölçümleri tamamlamışlardır. Isınmanın performansı doğrudan etkilediği ölçümler gerekli ısınma süreci sonrasında yapılmıştır. Ölçümler öncesi ölçümün nasıl ve ne amaçla yapılacağı her katılımcıya anlatılmıştır. Otur-uzan, denge, bacak kuvveti, bara asılma, mekik ve 6 dk koş-yürü testi dışındaki testler 3 kez tekrar edilmiş, denge, bacak kuvveti 2 kez tekrar edilmiş, diğer testler ise tek seferde ölçülmüştür. Yorgunluk ve dinlenmeye ilişkin aralıklar fizyolojik toparlanma

prensiplerine göre ayarlanmış, egzersizlerin sıralaması buna göre belirlenmiştir(Kenney, Wilmore, & Costill, 2015; McArdle WD, Katch KI, 2009). Vücut yağ yüzdesi erkeklerden ve kızlardan iki yerden alınan deri kıvrım kalınlığının Sloan-Weir formülü ile vücut yoğunluğuna çevrilmesinden elde edilmiştir(Sloan & Weir, 1970). Deneklerin esnekliği otur-uzan testi ile yapılmaktadır. Test gövde esnekliğini(diz arkası kırışleri, alt sırt, kalça, baldır, omurga) esnekliğini ölçmektedir. Denek, dizleri bükmeden gövdeyi öne doğru ilerletirken, sehpa üzerindeki cetveli eliyle mümkün olan en uzağa yavaş yavaş itmiştir. Sehpa üzerindeki cetvelden erişilen uzaklık cm cinsinden kaydedilmiştir(Colakoglu et al., 2014; Wells & Dillon, 1952). Deneklerin disklere dokunma, bara asılma, kavrama kuvveti, durarak öne atlama, mekik, denge testleri Eurofit test bataryasında açıklandığı gibi ölçülüp kaydedilmiştir(Council of Europe: Committee for the Development of Sport, 1993). Dikey sıçrama testi, deneklerin uzandığı nokta ile sıçrayıp erişebildiği nokta arasındaki uzaklık olarak santimetre cinsinden kaydedilmiştir(Ostojic, Stojanovic, & Ahmetovic, n.d.). Sporcuların bacak kuvvet ölçümleri, 0-300 kg arası kuvvet ölçen Takei Physical Fitness Test marka dinamometre ile ölçülürken dayanıklılıkları 6 dakika koş-yürü testi ile katettikleri mesafe ölçülerek kaydedilmiştir(Coldwells, Atkinson, & Reilly, 1994; Li et al., 2005). Görsel ve işitsel uyarılara dominant el ile verilecek reaksiyon zamanı ölçümünde Newtest 1000 ölçüm aracı kullanılmış, skorlar milisaniye cinsinden kaydedilmiştir(Aksen Cengizhan, 2015).

İstatistiksel analiz

Katılımcılara ait ölçüm sonuçları Spss 22 programı ile analiz edilmiştir. Yaş ve cinsiyete göre ortalama ve standart sapma değerleri tablollaştırılmış, değişkenlere ait homojenlik, basıklık ve çarpıklık analizleri yapılarak dağılımlara ilişkin bilgi alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. Ölçümlere Ait Ortalama, Standart Sapma, Minimum, Maksimum ve Dağılım Bilgisine İlişkin Değerler.

Ölçümler	n	Ort.	ss.	Min.	Maks.	Çarpıklık	Basıklık
Esneklik(cm)		19,94	5,706	5	33	-0,182	-0,427
Denge(sn)	240	22,012	27,5195	1,1	180,0	3,136	11,671
Görsel Reaksiyon(ms)		731,8875	236,02388	288,50	1881,00	0,994	1,891
İşitsel Reaksiyon(ms)		757,7771	269,37058	250,00	1715,00	0,715	0,561

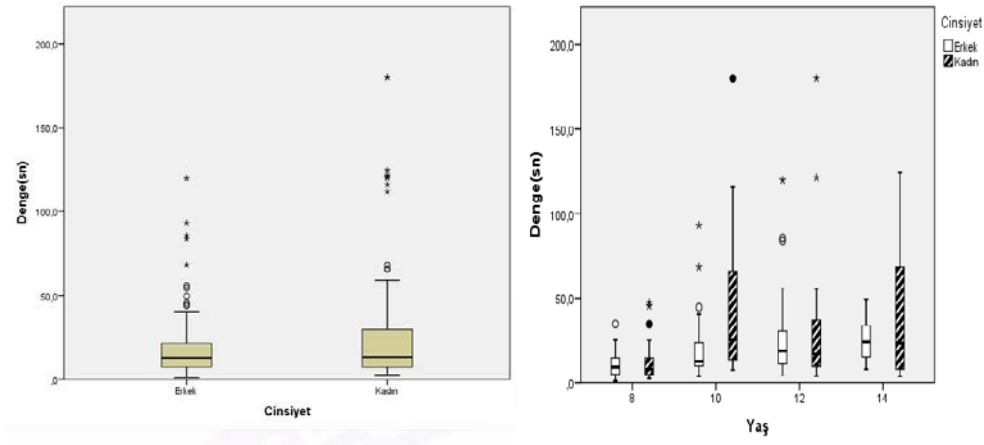
Disklere Dokunma(ad)	9,513	2,4761	5,6	18,8	0,730	0,263
Bacak Kuvveti (kg)	44,628	21,7781	12,0	112,5	0,953	0,144
Dikey Sıçrama(cm)	19,6317	2,49460	14,80	26,40	0,327	-0,793
Durarak Öne Atlama(cm)	117,00	24,922	65	197	0,618	0,312
Kavrama Kuvveti(kg)	12,982	5,7697	5,0	33,0	0,898	,194
Bara Asılma(sn)	5,33	5,38	1	36,39	2,257	7,676
Mekik	17,579	5,4422	5,0	30,0	0,056	-0,324
6dk Koş-Yürü(m)	837,68	110,597	376	1190	-0,313	1,205

Tabloda tüm deneklerin motorik becerilere ait ölçümlerinin ortalama ve standart sapma değerlerinin yanında, dağılımlarına yönelik çarpıklık ve basıklık değerleri ortaya koyulmaktadır. Buna göre denge becerisi hariç diğer dağılımların normallik gösterdiği söylenebilir.

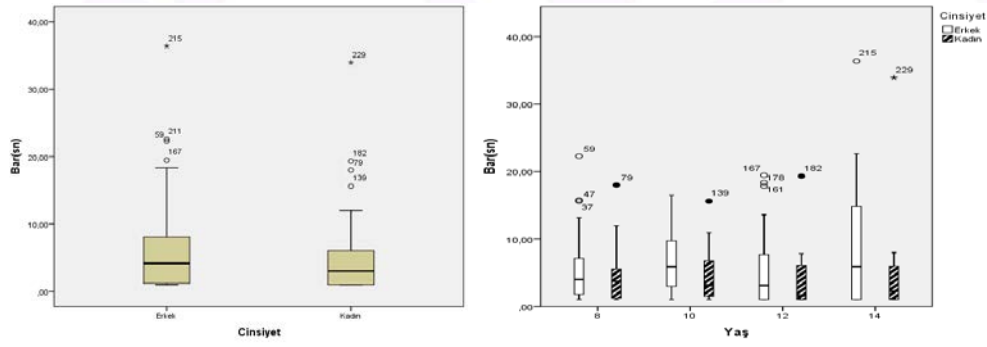
Tablo 3. Yaş ve Cinsiyete Göre Ayrılmış Ölçüm Ortalama ve Standart Sapmaları.

		Yaş							
		8		10		12		14	
Cinsiyet		ort.	ss.	ort.	ss.	ort.	ss.	ort.	ss.
Erkek	Esneklik(cm)	20,34	5,03	18,18	4,79	16,54	5,57	18,44	6,39
	Denge(sn)	10,30	6,80	21,73	22,11	26,71	25,38	24,87	11,25
	Görsel Reaksiyon(ms)	817,05	275,66	868,02	163,09	598,55	126,62	465,59	135,85
	İşitsel Reaksiyon(ms)	859,48	297,00	861,30	176,02	606,05	144,73	482,13	192,21
	Disklere Dokunma(ad)	11,38	2,34	9,40	1,25	7,54	1,05	6,91	1,04
	Bacak Kuvveti (kg)	33,13	10,38	36,55	9,81	61,58	21,10	79,97	22,24
	Dikey Sıçrama(cm)	17,46	,90	19,92	1,16	21,60	1,14	23,57	1,61
	Durarak Öne Atlama(cm)	107,52	23,62	116,27	15,27	127,41	23,05	148,88	25,10
	Kavrama Kuvveti(kg)	9,12	2,25	11,51	2,49	16,30	3,74	23,88	4,26
	Bar(sn)	5,25	4,31	6,60	4,50	5,38	5,34	9,24	10,17
	Mekik	15,42	4,58	16,41	2,82	21,76	4,15	21,75	5,25
	6dk Koş-Yürü(m)	817,87	102,18	907,04	67,22	864,76	118,64	906,26	130,57
Kadın	Esneklik(cm)	22,17	5,11	21,94	2,94	21,55	6,19	19,32	7,81
	Denge(sn)	11,62	10,63	48,46	49,51	29,66	37,13	44,12	46,01

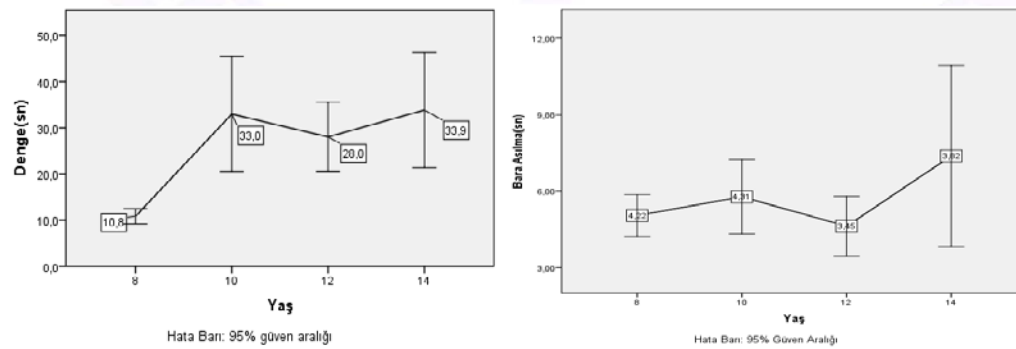
Görsel Reaksiyon(ms)	815,01	188,34	907,00	213,61	654,02	142,17	508,68	90,84
İşitsel Reaksiyon(ms)	847,88	238,89	948,00	203,70	649,45	151,23	597,07	358,09
Disklere Dokunma(ad)	11,78	1,40	9,56	1,29	7,48	,95	7,02	,60
Bacak Kuvveti (kg)	27,49	8,84	34,22	16,94	53,23	14,08	70,88	15,24
Dikey Sıçrama(cm)	17,06	,88	19,54	,98	21,41	,89	23,24	,78
Durarak Öne Atlama(cm)	99,24	15,54	113,13	19,96	123,33	19,06	140,36	20,82
Kavrama Kuvveti(kg)	7,77	1,54	11,00	3,45	16,09	2,82	22,58	3,57
Bara Asılma (sn)	4,70	4,16	4,65	4,25	3,68	3,92	5,25	8,59
Mekik(ad)	12,90	3,48	16,06	4,73	21,23	5,42	21,07	3,12
6dk Koş-Yürü(m)	762,32	74,61	869,85	140,73	832,56	97,33	864,24	96,23
Toplam Esneklik(cm)	21,05	5,12	19,76	4,48	18,78	6,33	18,85	6,98
Denge(sn)	10,82	8,48	32,99	38,08	28,03	30,97	33,85	33,31
Görsel Reaksiyon(ms)	816,25	244,28	884,43	184,32	623,39	135,64	485,70	117,15
İşitsel Reaksiyon(ms)	854,95	274,62	897,80	190,50	625,49	148,15	535,77	282,83
Disklere Dokunma(ad)	11,54	2,02	9,47	1,25	7,51	1,00	6,96	,85
Bacak Kuvveti (kg)	30,93	10,15	35,57	13,13	57,84	18,64	75,58	19,40
Dikey Sıçrama(cm)	17,30	,91	19,76	1,09	21,51	1,03	23,42	1,28
Durarak Öne Atlama(cm)	104,29	21,15	114,95	17,21	125,58	21,30	144,90	23,21
Kavrama Kuvveti(kg)	8,60	2,10	11,29	2,90	16,20	3,34	23,27	3,94
Bara Asılma (sn)	5,04	4,24	5,78	4,45	4,62	4,80	7,38	9,52
Mekik(ad)	14,44	4,35	16,26	3,69	21,52	4,73	21,43	4,33
6dk Koş-Yürü(m)	796,18	95,96	891,38	104,60	850,34	110,00	886,65	115,86



Grafik 1. Cinsiyet ve Yaş Gruplarına Göre Ayrılmış Denge Dağılımları.



Grafik 2. Cinsiyet ve Yaş Gruplarına Göre Ayrılmış Bara Asılma Süresi Dağılımları.



Grafik 3. Yaşa Bağlı Denge ve Bara Asılma Süreleri Değişim Grafikleri

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmada 8-14 yaş arasında Ankarada yaşayan ilköğretim çağındaki çocuklarda antropometrik ve motorik becerilerinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Buna göre toplam 204 deneye ait Eurofit test bataryasına göre elde edilen tanımlayıcı değerler, ortalama olarak yaş gruplarında ve cinsiyetler arasında tespit edilmiş ve raporlanmıştır.

Tablo 1 deneklerin yaş gruplarına göre boy, ağırlık, BKİ, VYY değerlerini ortaya koymaktadır. Deneklere ait motorik becerilerin ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2’de gösterilmiş, bunun yanında dağılımlara ait çarpıklık ve baskınlık değerleri de verilerek, dağılım yönünden parametrik olmayan motorik ölçüm testleri tespit edilmeye çalışılmıştır. Tablo 3 tüm motorik testlerin yaş ve cinsiyet kategorilerinde ortalama ve standart sapma değerlerini ortaya koymaktadır. Tablo 2’ de görüldüğü üzere, tüm değerlere genel olarak bakıldığında özellikle iki ölçüm sonucunun diğerlerine göre oldukça anormal bir dağılım sergilediği farkedilebilir. Bu iki motorik beceri testi diğerlerine göre daha yüksek çarpıklık ve baskınlık değeri verirken, standart sapma ortalamasının da en yüksek olduğu görülmektedir (Her iki test için de standart sapma ortalamaları aritmetik ortalamadan daha yüksektir) ve bu durum Tablo 3 de görüldüğü gibi tüm yaş gurpları ve cinsiyetler içerisindeki dağılımları kapsamaktadır. Yukarıdaki grafikler bu iki test ölçüm sonuçlarının cinsiyete göre, yaşa göre dağılım ve yaşa göre değişimini ortaya koymaktadır.

Genel olarak bu sonuçlar değerlendirildiğinde, denge ve bara asılma testlerinin denekler arasında diğer testlere göre yüksek beceri farklılıkları gösterdiği, diğer testlerde ortaya koyulan yaşa bağlı gelişimin bu iki testte belirgin şekilde ortaya çıkmadığı görülmektedir. Çocuklarda denge performansı 3-19 yaşları arasında göreve-harekete göre ciddi farklılıklarda gelişir. (Deoreo & Wade, 1971) Gelişim belirgin şekilde hareketin zorluğuna bağlıdır. Bu bakımdan denge gelişiminin ölçümü oldukça zordur. Bir denge testinde kişinin gösterdiği başarı, başka bir hareketi de iyi yapacağı anlamına gelmeyebilir. Bunun yanında yaşa bağlı olarak çocuklarda, yetişkinlerde ve yaşlılarda denge performansında farklı duyuları (görsel, proprioseptif, vestibüler, somatosensory) kullanma oranları da değişmektedir. Fakat 7-10 yaş aralıklarında çocuklar, yetişkinlere benzer postural tepkiler vermekte ve bu bilgiyi yetişkinler gibi kullanmaya başlamaktadırlar. (Brauer, Woollacott, & Shumway-Cook, 2002), (Brauer, Neros, & Woollacott, 2008) Bu da ortaya koyulan farklı sonuçların yetişkinlerde de benzer dağılım gösterebileceğini, denge yeteneğinin diğer becerilere göre daha kişiye özgü bir beceri olduğunu düşündürmektedir. Bu bakımdan farklılaşmanın temel sebebi denge yetisine ait çok ayrıntılı fizyolojik gereksinimler, birçok içsel ve dışsal uyaran ve denge becerisine katkıda bulunan organ-sistemlerin çokluğu olabilir.

Kuvvetin ve kuvvette devamlılığın yaşla birlikte gelişimi zirve kuvvete erişilen 25-29 yaşlarına kadar oldukça belirgindir (Gabbard, 2004). Bara asılma testi bir kassal dayanıklılık testidir. Çalışmada bara asılma testindeki bireyler arası yüksek farklılığın ve yaşla birlikte doğrusal gelişim göstermemesinin nedeni bu testteki kuvvette devamlılık ölçümünün relatif özellik sergilemesinden kaynaklanabilir. Bu da denge testi ile birlikte bu testin yüksek bir dağılım ve kişiye özgünlük göstermesine sebep olmaktadır. Vücut kompozisyonunun farklılaşması relatif testlerde ortaya çıkan farklılaşmanın temel etkeni olabilir. Sadece çocuklardaki bu farklılaşmanın, vücut kompozisyonunun önemli olduğu sporlarla uğraşan

bireylere göre daha fazla olması normal kabul edilebilir. Vücut yağ kitlesi ve yağsız kitle önemli olduğu için, yaş, cinsiyet, spor yapma gibi değişkenler bu ölçümü önemli oranda etkileyecektir. Denge ve bara asılma testlerine benzer dağılım ve yaşa bağlı doğrusal olmayan değişim aynı testlerin uygulandığı bazı yayınlarda da ortaya çıkmıştır. Bara asılma ve flamingo testleri en yüksek standart sapma oranına sahipken yaş ile birlikte doğrusal bir gelişme sözkonusu değildir(Jürimäe & Volbekiene, 1998; Wilcewski, Mksad, Krawcyk, Saczuk, & Majle, 1996).

Wilchzewski kentsel ve kırsal alanada yaşayan çocukların fiziksel uygunluklarını karşılaştığı çalışmada, kırsalda yaşayanların daha iyi fiziksel uygulamaya sahip olduklarını ortaya koyarken, bu çalışmada ortaya koyulan değerler göre oldukça farklı sonuçlar elde etmiştir(Wilcewski et al., 1996). Esneklik ve disklere dokunma skorları bu çalışmaya yakinken, bara asılma, kavrama kuvveti, durarak öne atlama ölçümlerinde ciddi şekilde yüksek ortalamalar ortaya çıkmıştır. Benzer şekilde 11-17 yaş arasındaki Litvanya ve Estonyalı çocukların Eurofit test bataryası ile ölçüldüğü çalışmada esneklik aynı iken, disklere dokunma süresi bu çalışmaya göre daha yavaş, diğer bara asılma, durarak öne atlama, mekik ve kavrama kuvveti ölçümlerinin hepsi daha yüksek skor ortaya koymuştur(Jürimäe & Volbekiene, 1998). 5507 erkek ve 4957 kadının ölçüldüğü daha kapsamlı başka bir çalışmada ise ortaya koyulan sonuçlar da kavrama kuvveti 8 yaşından 14 yaşına 12,7 kg'dan 31,3 kg'a çıkmıştır. Durarak uzun atlama mesafesi diğer çalışmalarla benzer nitelik gösterirken, esneklik ve disklere dokunma puanları bu çalışmaya göre daha düşüktür. Mekik sayısı erkeklerde 17,1'den 24,1'e, kadınlarda 15,6'dan 20'ye yükselmiştir. Benzer şekilde büyük yaş grubunun küçüklere göre ve erkeklerin kadınlara kuvvet, sürat,güç ölçümleri daha yüksek değerler vermiştir. Kadınların esneklik becerileri erkeklerden daha üstündür. Erkekler tüm yaş gruplarında 20 metre mekik testinde kadınlardan daha iyi skor elde etmişlerdir(Sauka et al., 2011). Esneklik ve dayanıklılık için benzer sonuçlar bu çalışmada da ortaya koyulmuştur.

Genel olarak cinsiyet ve yaş ortalamaları benzer özellik gösterse de bu çalışmada Ankarada ölçülen deneklerin performans verilerinin daha düşük olduğu söylenebilir. Her ne kadar ölçümlerde uygulayıcı, kullanılan cihaz vb etkenler sonuçları etkilese bile, örneğin kavrama kuvveti gibi ölçüm cihazının sonuçlara az etki ettiği güvenilir bir ölçüm için sonuçlarda ortaya koyulan ciddi farklılık, diğer çalışmalardaki denek gruplarına göre bu denek grubunun performansa ilişkin fiziksel uygunluk seviyesinin daha düşük olduğu anlamına gelebilir.

Ülkemizde çocuklarda yapılan fiziksel uygunluk ölçümlerinin avrupadaki gruplarla karşılaştırılmasında ortaya koyulan sonuçlar benzer skorlar göstermektedir. Örneğin 13 yaş grubu rastgele seçilmiş 50 öğrenci ile yapılan çalışmada ortaya Eurofit skorları, yukarıdaki yabancı yayınlara oldukça benzerdir sonuçları sergilemektedir(Kızıllakşam, 2006). Bu da yapılan bu çalışmadaki denek grubuna ait performans skorlarının düşük olduğu anlamına gelebilir. Fiziksel uygunluğa ait ölçümlerin ölçüm yapılan grupların özelliklerine göre önemli ölçüde değiştiği söylenebilir.

KAYNAKLAR

1. **Aksen Cengizhan P . (2015)**. A study of the effects of explosive strength exercises on some blood parameters, technical and conditional characteristic of female basketball players in the 15-17 age group. *Medicina Dello Sport*, 68(3), 413–434.
2. **Bilim AS, Çetinkaya C, & Dayı A . (2016)**. 12-17 Yaş Arası Spor Yapan Ve Spor Yapmayan Öğrencilerin Fiziksel Uygunluklarının İncelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 53–60.
3. **Brauer SG, Neros C, & Woollacott M . (2008)**. Balance control in the elderly: do Masters athletes show more efficient balance responses than healthy older adults? *Aging Clinical and Experimental Research*, 20(5), 406–411.
4. **Brauer SG, Woollacott M, & Shumway-Cook A . (2002)**. The influence of a concurrent cognitive task on the compensatory stepping response to a perturbation in balance-impaired and healthy elders. *Gait and Posture*, 15(1), 83–93.
5. **Colakoglu T, Er F, Ipekoglu G, Karacan S, Colakoglu FF, & Zorba E . (2014)**. Evaluation of Physical, Physiological and Some Performance Parameters of the Turkish Elite Orienteers. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 152, 403–408.
6. **Coldwells A, Atkinson G, & Reilly T . (1994)**. Sources of variation in back and leg dynamometry. *Ergonomics*, 37(1), 79–86.
7. **Council of Europe: Committee for the Development of Sport . (1993)**. *Handbook for the EUROFIT tests of physical fitness*. (2nd, Ed.). Committee of Experts on Sports
17. **Pollock ML, Gaesser GA, Butcher JD, Després J, Dishman RK, Franklin BA, & Garber CE . (1998)**. American College of Sports Medicine Position Stand. The recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 30(6), 975–991.
18. **Ruiz JR, Castro-Piñero J, Artero EG, Ortega FB, Sjöström M, Suni J, & Castillo MJ . (2009)**. Predictive validity of health-related fitness in youth: a systematic review. *British Journal of Sports Medicine*, 43(12), 909–923.
8. **Deoreo KD, & Wade MG . (1971)**. Dynamic and static balancing ability of preschool children. *Journal of Motor Behavior*, 3(4), 326–35.
9. **Gabbard CP . (2004)**. *Lifelong Motor Development* (4.). San Francisco: Darly Fox.
10. **Hardman AE, & Stensel DJ . (2009)**. *Physical Activity and Health* (2nd ed.). Taylor & Francis Group.
11. **Jürimäe T, & Volbekiene V . (1998)**. European Journal of Physical Education Eurofit Test Results in Estonian and Lithuanian 11 to 17-Year-Old Children: A Comparative Study. *European Journal of Physical Education*, 3(2), 178–184.
12. **Kenney WL, Wilmore JH, & Costill DL . (2015)**. *Physiology of sport and exercise*. Human Kinetics.
13. **Kızılakşam E . (2006)**. *Edirne il merkezi ilköğretim okullarındaki 12-14 yaş grubu aktif olarak spor yapan ve yapmayan(beden eğitimi dersine giren) öğrencilerin eurofit test bataryalari uygulama sonuçlarının karşılaştırılması*. Trakya University.
14. **Li AM, Yin J, Yu CCW, Tsang T, So HK, Wong E, ... Sung R . (2005)**. The six-minute walk test in healthy children: reliability and validity. *European Respiratory Journal*, 25(6).
15. **McArdle WD, Katch KI KV . (2009)**. *Exercise Physiology: Nutrition, Energy, and Human Performance*. 7th Edition.
16. **Ostojić SM, Stojanović M, & Ahmetović Z . (n.d.)**. [Vertical jump as a tool in assessment of muscular power and anaerobic performance]. *Medicinski Pregled*, 63(5–6), 371–5.
19. **Sauka M, Priedite IS, Artjuhova L, Larins V, Selga G, Dahlström O, & Timpka T . (2011)**. Physical fitness in northern European youth: reference values from the Latvian Physical Health in Youth Study. *Scandinavian Journal of Public Health*, 39(1), 35–43.
20. **Sloan AW, & Weir JBD V . (1970)**. Nomograms for prediction of body density and total body fat from skinfold measurements. *Journal of Applied Physiology*, 28, 221–222.
21. **Vicente-Rodriguez G, Ara I, Perez-Gomez J, Dorado C, & Calbet J A L . (2005)**. Muscular development and physical activity as major determinants of femoral bone mass acquisition during growth. *British Journal of Sports Medicine*, 39(9), 611–616.

- 22. Vicente-Rodriguez G, Ara I, Perez-Gomez J, Serrano-Sanchez JA, Dorado C, & Calbet JAL . (2004).** High femoral bone mineral density accretion in prepubertal soccer players. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 36(10), 1789–1795.
- 23. Wells KF, & Dillon EK . (1952).** The Sit and Reach—A Test of Back and Leg Flexibility. *Research Quarterly. American Association for Health, Physical Education and Recreation*, 23(1), 115–118.
- 24. Wilcewski A, Mksad M, Krawczyk B, Sączuk J, & Majle B . (1996).** Physical development and Fitness of Children From Urban and Rural Areas as Determined by Eurofit Test Battery. *Biology of Sport*, 13(2).





TÜRKİYE SÜPER LİGİ TAKIMLARININ 2014-2015 SEZONDA GÖRÜLEN YARALANMALARIN DEĞERLENDİRİLMESİ*

Ramazan Bayer¹, Mahmut Açak¹, M.Fatih Korkmaz²

ÖZ

Araştırma, 2014-2015 Türkiye süper ligi futbol sezonunda oynayan profesyonel futbolcuların spor yaralanmalarını tespit amacıyla yapılmıştır. Çalışmada Fysion Blesreg anket formu kullanılarak 2014-2015 Türkiye süper liginde profesyonel futbol oynayan 469 futbolcu dâhil edilerek, anket formunu dolduran sporcular, doldurmayanlardan ise masör, fizyoterapist ve doktor kayıtları alınarak yapılmıştır. Araştırma kapsamında çalışmaya katılan sporcuların toplam 2675 yaralanmaya maruz kaldığı ve bu sporcuların genellikle birden çok yaralandığı tespit edilmiştir. Söz konusu sezonda (2014-2015) yaralanma sıklığı olarak sporcuların %51'i 3-4 defa ve sporcuların en çok % 42.2 ile II. bölgede yaralandığı görülmüştür. Yaralanma nedeni olarak kendi takım arkadaşı % 48.6, rakip teması ile % 43.5 ve malzemelerin neden olduğu yaralanma ise % 7.9'dur.

Yaralanmaların önlenmesinde antrenman ve maç öncesinde yeterli ısınma ve stretching egzersizlerine önem verilmelidir. Yaralanma sonrası antrenmanlara dönüş testleri yapılarak antrenman programları antrenmanların yapılacağı zemine göre doğru antrenman tekniği, antrenmanın süresi, sıklığı ve şiddeti göz önüne alınarak hazırlanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Yaralanma, Süper lig, Yaralanma İnsidansı.

EVALUATION OF THE INJURIES SUSTAINED BY THE ATHLETES OF TURKISH SUPER LEAGUE TEAMS IN 2014-2015 SEASON*

ABSTRACT

The research was conducted in order to determine the sports injuries of professional soccer players in the 2014-2015 Turkish super league football season. In the study, 469 football players who played professional soccer in the 2014-2015 Turkish soccer league were included by using the Fysion Blesreg questionnaire and the athletes filling the questionnaire and the masseur, physiotherapist and doctor were taken from those who did not fill the questionnaire. It was determined that a total of 2675 injured athletes participated in the study and that these athletes were often injured more than once. As a result of this, 51% of the athletes were injured 3-4 times in the seizure period (2014-2015), and the athletes were injured in the II region with a maximum of 42.2%. The cause of the injury is 48.6% of his teammate, 43.5% of the opponent base, and 7.9% of the injuries caused by the materials. Prevention of injuries should give importance to adequate warming and stretching exercises before training and match. After returning to post-injury training, training programs should be prepared by considering the correct training technique, duration of training, frequency and severity according to the level of training.

Keywords: Football, Injury, Super league, Incidence of Injury.

¹ İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Malatya.

Atabesbd,2017;19(2)

² İnönü Üniversitesi, Turgut Özal Tıp Merkezi Ortopedi ve Travmatoloji Bölümü, Malatya.

*10.Uluslararası Beden Eğitimi, Spor Bilimleri ve Fiziksel Terapi Kongresi,18-20 Kasım 2016, Elazığ/TÜRKİYE.

GİRİŞ

Günümüzde futbol, dünyanın en popüler spor dallarından biri olarak dikkat çekmektedir (Adamczyk, Luboinski,2002; Chomiak, Junge, Peterson, Dvorak,2000). Milyarlarca insan gerek futbol alanlarında gerekse yazılı ve görsel medyadan futbol oyununu takip etmektedir. Bu ilgi futbolun küresel dünya içerisinde hem ekonomi hem de popülizm anlamında üst sıralarda yer almasını sağlamaktadır (Ozdayi ve Ugurlu, 2015). Futbolda performans; teknik, biyomekanik, taktik, mental ve fizyolojik alanlar gibi birçok değişkene bağlı olarak gelişir. Bu faktörler arasında oyunun yapısı ve kuralları, oyuncuların teknik ve taktik beceri düzeyleri, oyuncuların oynadıkları lig düzeyleri, oyun tarzları, oynadıkları mevkiiler ve çevresel koşullar da yer almaktadır (Reilly, 1996). Futbol, insanlara sağlık sunduğu kadar yaralanma riski yüksek bir spordur (Powell, 1981).

Futbolcuların yaralanma riskinin yüksek olduğu bilinmektedir. Her bir elit erkek futbolcunun bir yıl boyunca en az bir kez performansı sınırlandırıcı yaralanmaya maruz kaldığı tahmin edilmektedir (Adamczyk,Luboinski,2002).Yaralanmanın ciddiyetinin sporcunun oyundan ne kadar uzak kaldığı belirler (Fuller,Ekstrand, Junge, Andersen, Bahr, Dvorak, 2006). UEFA'nın (Union of European Football Associations) alışmalarına göre, yaralanmanın ciddiyeti minör veya küçük (1-7 gün kayıp), orta (8-28 gün), majör veya önemli (28 günden fazla) olarak üçe ayrılmıştır. İngiltere Futbol Federasyonu'nun sporcu takibi için yaralanma sonrası spordan uzak kalma günlerini daha da azaltmıştır. Bu sınıflamaya göre; basit (1-3 gün) ve küçük (4-7 gün) olarak ikiye ayrılmıştır (Hägglund, Waldén, Bahr, Ekstrand, 2005). Yaralanmalar nedeniyle; sağlık harcamalarının artışı, oyuncuların oynamaması sonucu kulüp gelirlerinin azalması, aynı zamanda sakat futbolcuların bonservis bedellerinin düşüşü, kulüp başarısının azalması gibi ekonomik kayıplar söz konusu olacaktır (Woods, Hawkins, Hulse, Hodson, 2002).

İngiltere Futbol Federasyonuna bağlı bir araştırma grubu tarafından, futbolun güvenliğini arttırmak ve yaralanmaları engellemek amacı ile yaralanma sebepleri ve oranını inceleyen projeler başlatılmışlardır (Woods, Hawkins, Hulse, Hodson, 2002; Arnason ve ark., 2004).Bu araştırma sonucunda, her yaralanmanın ortalama dört ma oynamamaya yol açtığını ve her hafta takımın yaklaşık %10'unun yaralanmaya bağlı olarak antrenmanlara katılamadığı tespit edilmiştir. 1998/1999 sezonunda İngiltere futbol liglerinde yaralanma oyuncuların ma ve antrenmanlara katılamamalarına isnat olunan finansal kayıplar yaklaşık 40 milyon Euro bulunmuştur (Gustafsson ve Hodson, 2003).Her bir elit erkek futbolcunun bir yıl boyunca en

az bir kez performansı sınırlandırıcı yaralanmaya maruz kaldığı tahmin edilmektedir (Adamczyk, Luboinski,2002; Tek, 1991).

Türkiye Futbol Federasyonu düzenli olarak Süper lig, 1 lig, 2.lig, 3.lig, bölgesel amatör ligi ve Türkiye kupası futbol maçları organize etmektedir. 2014-2015 Türkiye Spor Toto Süper Liginde 18 takım bulunmaktadır. Sözü edilen takımlar Süper ligde 612, Türkiye kupasında 153, Avrupa kupasında 26, Şampiyonlar liginde 10 ve hazırlık müsabakalarında da 141 müsabaka dahil olmak üzere toplamda 942 müsabaka yapılmıştır. Bu maçların yaralanma insidansları bu yaralanma sayılarının ekonomik kayıpları hakkında yeterli sayıda çalışmalar yapılmamıştır.

Bu çerçevede eldeki çalışma, 2014-2015 Türkiye süper ligi futbol sezonunda oynayan profesyonel futbolcuların spor yaralanmalarını tespit amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

2014-2015 Türkiye Süper Ligi 18 takımdan oluşmaktadır. Bu ligde kayıtlı aktif futbol oynayan 817 profesyonel futbolcuya lisans çıkarılmıştır. Ancak 312 futbolcu bu ligde oynamamıştır. Araştırmaya gönüllü olarak katılan futbolcular ile kulüp doktoru, fizyoterapist ve masörler tarafından tutulan kayıtlar alınarak oynayan 505 futbolcudan 469 (% 92.8) profesyonel futbolcu çalışmaya katılmıştır.

Ölçme aracı olarak

Çalışmaya katılan sporcuların yaralanmalarını tespit etmek için Fysion Blesreg yaralanma insidans ölçeği kullanılmıştır (Bruijn ve Keizers, 1991). Fysion Blesreg ölçeği eğitimciler, masörler, fizyoterapistler ve doktorlar tarafından hızlı ve basit bir kayıt ve kişiselleştirilmiş yaralanma veri alımı için güvenilir bir sistemdir.

Verilerin Analizi

Çalışmada bütün istatistiksel verilerin SPSS 21,0 paket programında aritmetik ortalama ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Sporcuların yaralanma insidans oranları ise frekans ve yüzde dağılımları kullanılarak belirlenmiştir.

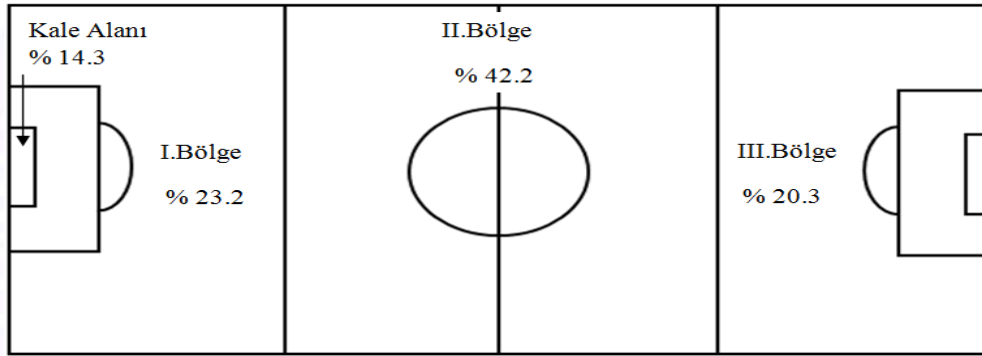
BULGULAR

18 takımdan oluşan 2014-2015 Türkiye Süper lig sezonunda aktif futbol oynayan 505 profesyonel futbolcudan, futbolculara uygulanan ölçek formu ve kulüp doktoru, fizyoterapist ve masörler tarafından tutulan kayıtlar alınarak 469 (% 92.8) profesyonel futbolcunun toplam 2675 yaralanmaya maruz kaldığı ve bu yaralanmaların % 40.12'si üst ekstremitte % 59.88'i alt ekstremitte yaralanmaları olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada yer alan futbolcuların % 75.9'u sağ ayağını kullanırken % 24.1'i sol ayağını kullandığını belirtmiştir. Ayrıca katılımcıların; % 11.3'nün kaleci, % 30.9'nun savunma, % 43.5'nin orta saha ve % 14.3'nün de hücum oyuncu mevkiinde oynamakta olduğu belirlenmiştir. Futbolcuların düzenli antrenman yapma yılı oransal olarak incelendiğinde; % 0.9'un 5-7 yıl, % 7.9'u 8-10 yıl, % 91.32'sinin 11 yıl ve üzeri düzenli olarak haftada 5 gün antrenman yaptığı tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan 469 profesyonel futbolcunun en az bir kez yaralanmaya maruz kaldığı ve bazı sporcuların ise birden çok yaralandığı tespit edilmiştir. Söz konusu sezon içerisinde 1-2 defa yaralananlar % 36.2, 3-4 defa yaralananlar % 51 ve 5-6 defa yaralananların %12.8 oranında olduğu bulunmuştur.

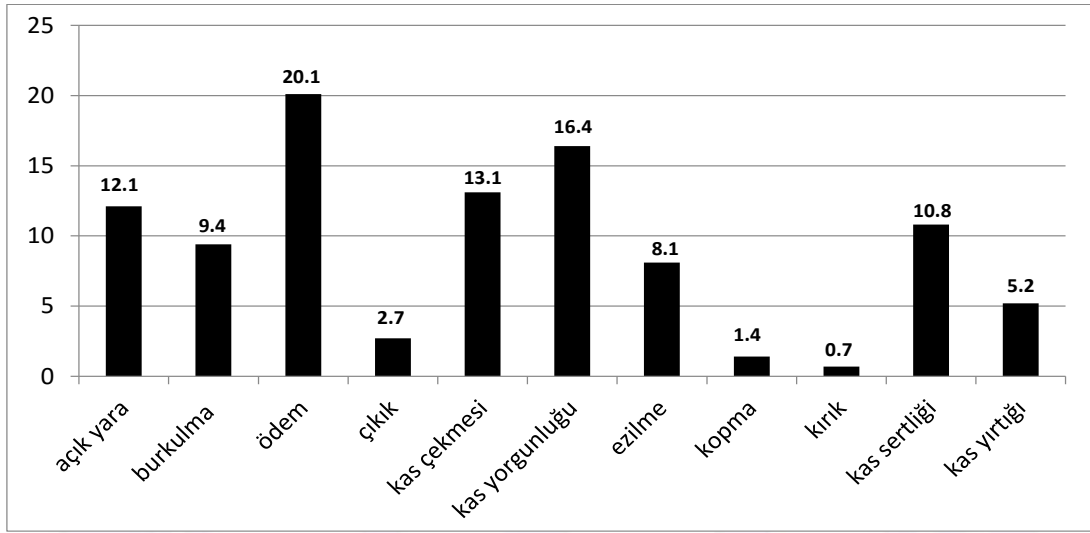
Tablo 1. Futbolcuların Futbol Sahası İçinde Yaralanma Oranlarının Dağılımı.



Futbolcuların kontrol/resmi ve özel maçlarda yaralandıkları bölgesel dağılımlarına bakıldığında, %14.3'ü her iki ceza sahası içerisinde, % 23.2'si I. bölgede, % 42.2'si II. bölgede, % 20.3'ü de III. bölgede yaralanmış olduklarını belirtmişlerdir.

Futbolcuların yaralanmış olduğu zeminle ilgili olarak; % 19.2'si pürüzlü, % 29.2'si ıslak, % 20.5'i kuru, % 19.6'sı buzlu, % 10.9'u kısa çim, % 0.6'sı uzun çim olduğu belirtilmiştir. Hava sıcaklığı olarak; % 14.5'i 0 derecenin altında, % 49.9'u 0-10 derece, % 24.7'si 11-20 derece, % 10.4'ü 21-30 derece, % 0.4'ü ise 31 dereceden fazla olduğunu belirtmiştir. Yaralanma sırasında futbolcuların kullandıkları krampon türü % 8.7'si vidalı, % 91.3'ü plastik çivili krampon, krampon çivi sayısı olarak ise; % 6.6'sı 6 çivili, % 6'sı 8 çivili, % 43.3'ü 12 çivili, % 44.1'i 14 çivili krampon olduğu belirlenmiştir.

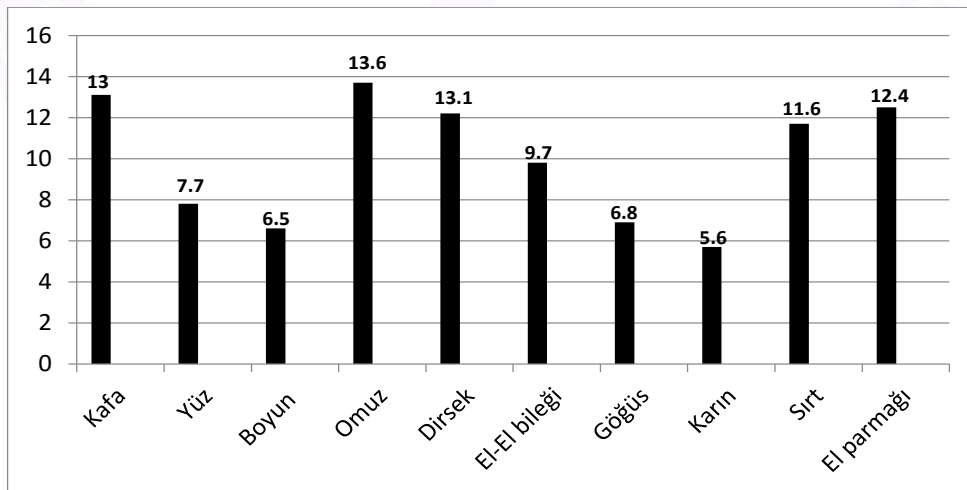
Tablo 2. Futbolcuların Yaralanma Çeşidi Olarak Dağılımı.



Araştırmaya göre futbolcuların yaralanma çeşidi oranlarına bakıldığında % 20.1 ile ödem, % 16.4 kas yorgunluğu ve % 13.1 ile kas çekmesi yaralanmaları öne çıkmaktadır.

Yapılan çalışmada antrenman içinde yaralananların % 20.3'ü ısınmada, % 43.8'u teknik-taktik çalışmalarında, % 31.6'sı kondisyon çalışmalarında, % 4.3'ü ise diğer yapılan çalışmalarda yaralanırken, maçlarda yaralananların oranları % 19.2'si ısınmada, % 37.5'i ilk yarı, % 43.3'ü ise ikinci yarıda yaralanmıştır. Antrenman ve maç içerisinde mücadele gerektirmeden yaralanma oranı toplam % 36.4 dur. Yaralanan futbolcular yaralanma sonrası % 43.1'i oyundan çıkarken % 56.9'u tedaviden sonra oyuna devam ettiğini belirtmişlerdir.

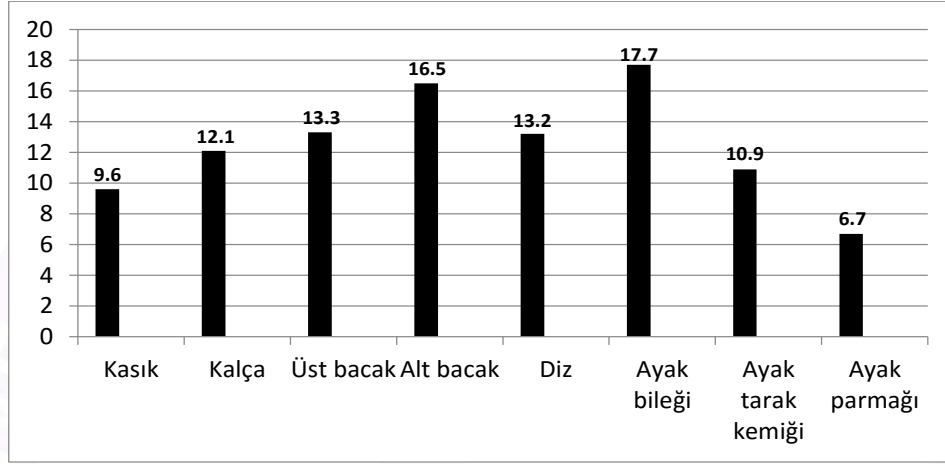
Tablo 3. Üst Ekstremitte Oranlarının Dağılımı.



Araştırmaya katılan futbolcuların üst ekstremitte yaralanma bölgelerine bakıldığında % 13.6 omuz, % 13 kafa, % 12.4 el parmağı ve % 13.1 ile dirsek yaralanmaları öne çıkmaktadır.

Yaralanmalarda; % 50.5'i tespit bandı, % 54.2'si bandaj, % 25.4'ü atel, % 6.4'ü diğer, % 6.4'ü ise hiçbir malzeme kullanmadıklarını belirtmişlerdir. Yaralanma sırasında ise; % 29'u soğutucu sprey, % 71'i buz kullanıldığını belirtmişlerdir. Araştırmaya katılan sporculardan sakalığı kronik olup iki sakatlık arasında geçen süre % 58.6'sı 0-7 gün, % 31.6'sı 8-14 gün, % 9.8'i 15-21 gün olarak saptanmıştır.

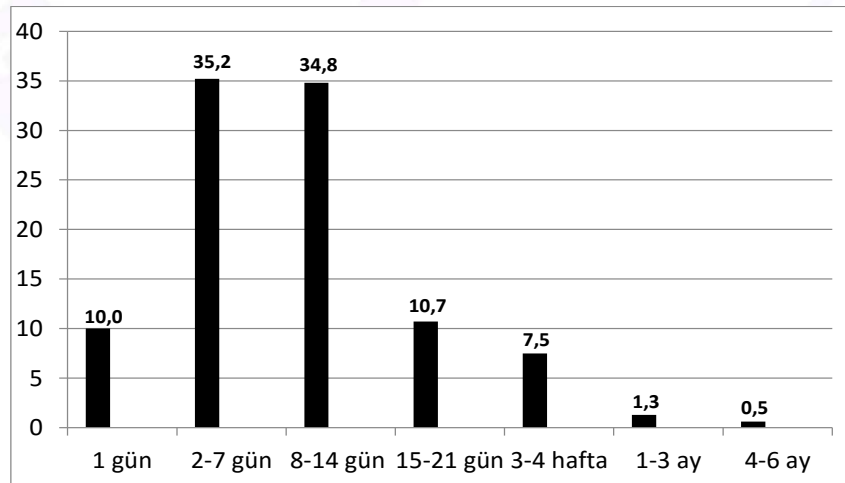
Tablo 4. Alt Ekstremitte Oranlarının Dağılımı.



Araştırmaya katılan futbolcuların alt ekstremitte yaralanma bölgelerine bakıldığında % 17.7'si ayak bileği, % 16.5'i alt bacak, % 13.3'ü üst bacak ve % 13.2 ile diz sakatlıkları futbolcuların en fazla yaşamış olduğu alt ekstremitte sakatlıklarıdır.

Temas sonrası yaralanma yaşayan futbolcuların % 43.5'i rakip, % 48.6'sı takım arkadaşı, % 7.9'u malzemeden kaynaklı yaralanmalardır.

Tablo 5. Futbolcuların Yaralanma Sonrası Spordan Uzak Kalma Dağılımı.



Yapılan araştırmaya göre yaralanan futbolcuların en fazla % 35.2 ile 2-7 gün arasında spordan uzak kaldığını en az ise % 0.5 ile 4-6 ay spordan uzak kaldıklarını belirtmişlerdir.

Futbolcuların yaralanmalarına ilk müdahaleyi doktorlar tarafından yapıldığını, sonrasında tedavilerini ise doktor, fizyoterapist ve spor masörlerinin yaptığını belirtmişlerdir. Yaralanma sonrası futbolcular % 95.5'i kulüp, % 4.5'i hastanede tedavi gördüklerini belirtmişlerdir.

TARTIŞMA

Bu çalışmada, 2014-2015 süper ligi 469 (% 92.8) profesyonel futbol oyuncusunun sezon içerisindeki yaralanma insidansları değerlendirilmiş, sezon boyunca 2675 yaralanmaya maruz kaldığı tespit edilmiştir. Bu her bir futbolcunun yılda 5-7 defa yaralandığı anlamına gelmektedir. Hägglund ve ark. (2005) futbolda yaralanma insidansının oldukça değişken olduğu ve yaş, oyun düzeyi, egzersiz yükü ve antrenman standardı gibi pek çok faktörden etkilendiğini ifade etmektedir.

Yapılan çalışmada yaralanmaların % 40.12'si üst ekstremitelere % 59.88'i alt ekstremitelere yaralanmaları olduğu tespit edilmiştir. Cromwell ve ark. (2000), alt ekstremitelerde yaralanma oranını % 77, Ergün ve ark. (2013), bu oranı %79.5 olarak tespit etmişlerdir.

Tablo-1'de görüldüğü gibi futbolcuların futbol sahası içinde yaralanma oranlarının dağılımı içerisinde en fazla yaralanılan bölgenin II bölgede (% 42.2) olduğu görülmektedir. En sık yaralanma nedenlerinin % 48'0 ile ikili mücadele ve % 29,0 ile düşme olduğu ve de kötü zemin koşullarının-düzensiz veya ıslak zeminler yaralanmaların % 24'ünde rol oynadığı belirlenmiştir (Ergen, 1986). Bu durum günümüz futbol anlayışından kaynaklanmaktadır. Modern futbolda II. bölgede yapılan mücadele ve fazla futbolcunun bulunması yaralanma oranının yükselmesine en büyük etkenlerin başında geldiği düşünülmektedir.

Yapılan araştırmada Tablo-2'de görüldüğü gibi profesyonel futbolcularda meydana gelen yaralanmaların büyük bölümü (% 85.8) yumuşak dokularda oluştuğu ve %14.2'lik yaralanma ise eklem ve kemik bölümünde oluşmaktadır. Cromwell ve ark. (2000), İrlanda'da 6 elit futbol takımı üzerinde yaptıkları çalışmada, sakatlanma türü olarak % 33'ünün kasta meydana gelen yumuşak doku yaralanmaları, % 32'sinin ligament yaralanmaları ve % 16'sının tendon yaralanmaları olduğunu saptamışlardır. Yumuşak doku yaralanma oranının fazla olması etkenlerinin başında; kontrolsüz mücadele, yüksek tempoda ve dar alanlarda yapılan korumasız antrenmanlardan kaynaklandığını söyleyebiliriz. Eklem yaralanmalarının ise zemin yapısı ve kontrolsüz mücadeleden kaynaklandığını söyleyebiliriz. Futbolcuların antrenman yaralanmalarında % 43.8'i teknik-taktik çalışmalarında ve % 31.6'sı kondisyon çalışmalarında meydana gelmektedir. Bu oranın azaltılması için gerekli önlemlerin alınması gerekir. Maçlarda yaralanmaların % 19.2'si ısınmada, % 37.5'i ilk yarı, % 43.3'ü ise ikinci yarıda yaralanmıştır.

Antrenman ve ma içerisinde mücadele gerektirmeden yaralanma oranı toplam % 36.4 dur. Yaralanan futbolcuların yaralanma sonrası % 43.1'i oyundan çıkarken % 56.9'u tedaviden sonra oyuna devam ettiğini belirtmişlerdir. Jorgensen (1984), oyuncuların yaralandıktan sonra oyuna devam edip edemediğini kontrol ettiğinde, 127 sakat sporcunun 102'sinin oyuna devam ettiğini gözlemiştir. Bu durum ikincil yaralanmalara zemin hazırlamaktadır. Bayraktar ve ark. (2011), çalışmasında çalışmaya katılan sporcuların ma sırasında % 78.8'i alt ekstremitte % 21.2'si diğere bölgeler, antrenman sırasında % 82.1'i alt ekstremitte % 19.9'u diğere bölge yaralanmaları olarak belirtilmiştir. Ergen (1986), yaralanmaların % 79'unun ma sırasında, % 21'inin antrenmanda olduğunu belirtmiştir. alışmalar arasındaki farklı oranların çıkması farklı yıllarda yapılan çalışmalar olması ve farklı liglerde oynayan futbolcular üzerinde yapılmış olmasına bağlıdır.

Yapılan çalışmada üst ekstremitte yaralanmalarının oranı % 40.12 dir. Bu yaralanmalara en büyük etkenin çarpışma, düşme ve kafa topuna çıkmadan kaynaklandığı belirtilmiştir. Alt ekstremitte yaralanma bölgeleri oranı ise %59.88 dir. Buna göre alt ekstremitte bölgelerine bakıldığında % 17.7'si ayak bileği, % 16.5'i alt bacak, % 13.3'ü üst bacak ve % 13.2 ile diz yaralanmaları öne çıkmaktadır. Hoy ve ark. (1992), Danimarka Randers Hastanesi Ortopedi Kliniğine ulaşan 715 futbolcunun yaralanmalarının % 49 oranında kaslarda meydana gelen burkulma, gerilme ve kontüzyonların en yaygın yaralanma türleri olduğunu saptamışlardır. Rahmana ve ark. (2002), profesyonel futbolcuların maruz kaldığı yaralanmaların % 75'inden fazlasının zedelenme (strain), burkulma (sprain) ve ezilme (kontüzyon) tipi yaralanmalar olduğunu bildirmektedirler. Yapılan literatür çalışmalarında da bu çalışmamızı destekler niteliktedir (Açak ve Karademir, 2012; Hawkins,Hulse,Wilkinson ,Hodson ,Gibson (2001), 91 profesyonel futbol kulübünde 2 sezon boyunca rapor edilen tüm yaralanmaları araştırdıkları çalışmada yaralanmaların % 37'sinin kas zedelenmesi, % 19'unun burkulma, % 7'sinin kas kontüzyonu, % 4'ünün kırık olduğu saptanmıştır. Maehlum (1984), çalışmasında gösterilen en yaygın yaralanma ayak bileği burkulması olup tüm yaralanmaların % 24'üdür. Not edilmeye değer bir tespit, 20 yaş altındaki grupta tendon, kapsül/bağ yırtıklarının daha az yaygın olmasıdır.

Yapılan araştırmaya göre yaralanan futbolcuların en fazla % 35.2 ile 2-7 gün arasında spordan uzak kaldığını en az ise % 0.6 ile 4-6 ay spordan uzak kaldıklarını belirtmişlerdir. Ulusal Sporcu Sakatlıkları Kayıt Sistemi (Powell, 1981) ve Bağrıaçık ve Açak (2005), spor sakatlıklarını; sporcunun yaralanma sonrası en az bir gün sonra müsabaka ya da antrenmana

katılımını kısıtlayan vakalar olarak tanımlamışlardır. Ergün ve ark. (2013), çalışmada %72.4'ü bir hafta ya da daha az zaman kaybına neden oldu.

Futbolcuların yaşamış oldukları yaralanmalar sonrasında tedavilerini doktor, fizyoterapist ve spor masörlerinin yaptığını belirtmişlerdir. Yaralanma sonrası futbolcular % 95.5'i kulüp, % 4.5'i hastanede tedavi gördüklerini belirtmişlerdir.

Diğer çalışmalar ile kıyaslandığında sporcuların spordan uzak kalma sürelerinin çok fazla olmaması kulüplerin deneyimli sağlık ekipleri ile çalışması ve sağlık malzemelerinin yeterliliğinden dolayı ilk müdahalelerin hemen yapılarak yaralanmanın ciddiyetinin önlenmesi söylenebilir.

KAYNAKLAR

1. **Açak M., & Karademir, T.** İşitme engelli futbolcuların yaralanma insidansı. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 2012;3(1).
2. **Adamczyk G, Luboinski.L.** epidemiologia of football, related injuries part 1. Acta Clinica, 2002; (2);236-50.
3. **Arnason A, Sigurdsson SB, Gudmundsson A, Holme I, Engebretsen L, Bahr R.** Risk factors for injuries in football. Am J Sports Med,2004;32:S5-16.
4. **Bağrıaık A, Aak M.** Spor Yaralanmaları ve Rehabilitasyon. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları Ltd. Ş, ,2005; 14.
5. **Bayraktar, B., Diné, C, Yücesir, İ., & Evin, A.** Injury evaluation of the Turkish national football team over six consecutive seasons. Turkish Journal of Trauma & Emergency Surgery,2011;17(4), 313-317.
6. **Bruijn J V, Keizers. S.** Sports injury registration: the fysion blesreg system. British Journal of Sports Medicine,1991;25:124-8.
7. **Chomiak J, Junge, A, Peterson, L, Dvorak, J.** Severe injuries in football players. Influencing factors. American Journal of Sports Medicine, 2000; 28; 58-68.
8. Cromwell F, Walsh J, Gormley J A. Pilot study examining injuries in elite Gaelic footballers, British Journal of Sports Medicine, 2000;34; 104-12.
9. **Ergün, M., Denerel, H. N., Binnet, M. S., & Ertat, K. A.** Injuries in elite youth football players: a prospective three-year study. Acta Orthop Traumatol Turc,2013; 47(5), 339-346.
10. **Ergen E.** Ankara :Spor Hekimliği, Sporda Sağlık Sorunları ve Sakatlıklar, 1986; 20-5.
11. **Fuller CW,Ekstrand J, Junge A, Andersen TE, Bahr R, Dvorak J, et al.** Consensus statement on injury definitions and data collection procedures in studies of football (soccer) injuries. Clin J Sport Med,2006;16:97-106.
12. **Gustafsson R, Hodson A.** Football medicine in the team. In: Football Medicine. Ekstrand J, Karlsson J, Hodson A eds. Revised ed,2003; p.11-39.
13. **Hägglund M, Waldén M, Bahr R, Ekstrand J.** Methods for epidemiological study of injuries to professional football players: developing the UEFA model. Br J Sports Med,2005;39:340-6.
14. **Hawkins RD, Hulse MA, Wilkinson C, Hodson A, Gibson M.** The association football medical research programme: An audit of injuries in professional football. Brit J Sports Med,2001;35:43-7.
15. **Hoy K, Hellelan HE, Lindbad-Terkelsen CJ.** European soccer injuries, a prospective epidemiologic and socioeconomic study. Am J Sports Med, 1992; 20:318-22.
16. **Jorgensen U.** Epidemiology of injuries in typical Scandinavian team sports. J Sport Med, 1984;18:59-63.

17. **Maehlum S.** Football injuries in Oslo: A one year study. Brit J Sports Med, 1984;18:186-1.
18. **Ozdayi N.,Ugurlu F.** Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi,2015; Cilt 1, Sayı 1, 31-39.
19. **Powell J.W.** National injury/illness reporting system: Eye injuries in college wrestling.Int. Ophth. Clin,1981;21, 47-58.
20. **Rahmana N, Reilly T, Lees A.** Injury risk associated with playing actions during competitive soccer. Brit J Sports Med, 2002;36:354-9.
21. **Reilly, T.** Science and Soccer. Ed. E & FN SPON. London: Chapman & Hall,1996;25 – 64.
22. **Woods C, Hawkins R, Hulse M, Hodson A.** The Football Association Medical Research Programme: An audit of injuries in professional football-analysis of preseason injuries. Brit J Sports Med,2002;36:436-41.



BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN EPİSTEMOLOJİK İNANÇLARI İLE LİDERLİK ÖZELLİKLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ*

Nuri Berk GÜNGÖR¹, Fatih YENEL¹

ÖZ

Bu araştırma, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançlarını ve liderlik özelliklerini belirleyerek aralarındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya; Gazi, Ankara ve Hacettepe Üniversitelerinin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde öğrenim görmekte olan 254 öğretmen adayı katılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular değerlendirilirken, istatistiksel analizler için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) 20.0 programı kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; “Epistemolojik İnanç Ölçeği” ve “Liderlik Yönelimleri Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde; t-testi, tek faktörlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılmış ve Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Analiz sonuçları, epistemolojik inançlar ile liderlik özellikleri arasında pozitif bir ilişkinin bulunduğunu göstermiştir. Katılımcıların epistemolojik inançlarının gelişmiş düzeyde, liderlik özelliklerinin ise ortalama düzeyde olduğu belirlenmiştir. Fakat, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançları ve liderlik özellikleri ile araştırma kapsamında incelenen değişkenler arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Anahtar Kelimeler: Epistemoloji, Epistemolojik İnanç, Liderlik Özellikleri.

THE SURVEY OF RELATION BETWEEN EPISTEMOLOGICAL BELIEFS AND LEADERSHIP QUALITIES OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS TEACHING DEPARTMENT STUDENTS

ABSTRACT

The aim of this study was to determine the epistemological beliefs and leadership qualities of the physical education teacher candidates' and in order to examine the relationship between them. Research; Gazi, Ankara and Hacettepe Universities' who were studying in the School of Physical Education and Sports Teacher section was conducted on 254 teacher candidates. While the findings gained in the study were being evaluated, the program SPSS (Statistical Package of Social Sciences) 20.0 was used for statistical analysis. “Epistemological Belief Scale” and “Leadership Orientation Scale” were used as the data collection tool. In the analysis of the data, t-test, one-way analysis of variance (One-Way ANOVA) was used and Pearson correlation coefficient was calculated. The results of analysis demonstrated that there is a positive relationship between epistemological beliefs and leadership qualities. Epistemological beliefs of participants determined as an advanced level. And also, leadership qualities of participants was calculated average level. But, physical education teacher candidates' epistemological beliefs and leadership qualities with no significant difference between all of the variables studied in this research.

Keywords: Epistemology, Epistemological Belief, Leadership Qualities.

¹ Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Atabesbd,2017;19(2)

*Bu çalışma; 10. Uluslararası Beden Eğitimi, Spor ve Fiziksel Terapi Kongresi (ICPESPT2016) Fırat Üniversitesi ,Elazığ, Türkiye, 18-20 Kasım 2016' da SÖZEL bildiri olarak sunulmuştur.

GİRİŞ

Epistemoloji terimi ilk kez İskoçyalı bir düşünür olan James Frederick Ferrier tarafından kullanılmıştır. Epistemoloji bilgiyi ele alıp, bilgiyle alakalı bütün problemleri araştırır. Bilginin imkânını, kaynağını, doğasını, doğruluğunu ve sınırlarını inceler (Cevizci, 2012, s.10). Genel olarak bilginin imkanı ve tabiatına ilişkin sorunlarına cevap arar (Mehdiyev, 2011, s.19). Epistemoloji; insan bilgisinin doğası, kaynağı, sınırlılıkları, sistemi ve doğruluğu olarak da tanımlanabilir (Hofer ve Pintrich, 2002, s.4). Türk Dil Kurumu'na göre epistemolojinin anlamı ise; bilginin temelini, bilim alanında uygulanan yöntemleri, sınır ve güvenilirlik bakımından inceleyip araştıran felsefe dalıdır. Geniş bir kapsamda ele aldığımızda epistemoloji, bir ilmin ya da ilmi görünüşlü bir sistemin; kullandığı kavramların, metodolojilerin, temelindeki modelin, dayandığı varsayımların, diyalektiğinin, etkisi altında kaldığı metafizik doktrinlerin ve erişmiş olduğu sonuçların realitesini ve bu realitenin geçerlilik sınırlarını teşhis ve tespit eden aynı zamanda bunların isabetliliklerini analiz ve temyiz eden bir ilim dalıdır (Özemer, 2007, s.249). Bilginin üretim sürecinde bireyin kendi yeteneklerinin, düşüncelerinin farkında olması, bu farkındalığı yaptığı işin kontrolünde kullanması, bilginin öğrenme ile kazanılabileceğine dair olumlu bir epistemolojik inancı oluşturacaktır. Ayrıca bilginin etkin bir çaba sonucunda kazanıldığına dair oluşmuş olumlu bir inanç bireylerin kendi düşünme süreçlerine yoğunlaşmasını, ihtiyaç duyduğu öğrenme yolunu seçmesini, içsel enerjisini harekete geçirmesini, dikkatini kontrol etmesini, yapacakları etkinlikleri planlamasını ve değerlendirmesini beraberinde getirecektir (Demir ve Doğanay, 2009, s.56). Epistemolojik inançlar bilginin ne olduğu, bilme ve öğrenmenin nasıl gerçekleştiği ile alakalı kişisel inançlar olarak belirtilmektedir. Belirttiği bireysel görüşler ise “bilgi nedir?”, “bilgi nasıl kazanılır”, “bilginin kesinlik derecesi, sınırları ve kriterleri nelerdir?” şeklindedir (Hofer ve Pintrich, 1997, s.88). Bununla birlikte epistemolojik inançlar bilginin kesinliği, bilginin kaynağı, bilginin birey tarafından oluşturulması, bilginin öğrenilmesi ve bilginin yapısıyla ilgili öznel inanç sistemlerini tanımlamaktadır (Schommer, 1990, s.499).

Eğitimin niteliğinin artırılması için öğretmen merkezli eğitim anlayışı artık öğrenci merkezli bir eğitim anlayışına kaymıştır. Bu durum da başlı başına eğitim uygulamalarını kökünden etkileyen ve çeşitli unsurların değişmesi gerektiğini gösteren bir belirtidir. Öğrenciye doğrudan aktarımda bulunan öğretmenin bu felsefe ile ne kadar özdeşleştiği eğitimin seviyesini etkileyen bir unsur olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla öğretmen olarak görev yapacak olan bireylerin eğitimlerinin de değişmesi ve ortada bu konuda geliştirilmesi gereken noktalar

olduğu da açıkça görülmektedir. Bu iki durum birbirinden ayrılamaz bir bütün olarak ortadadır. Bu noktada epistemoloji ve epistemolojik inançların, eğitim felsefesi ve eğitim uygulamalarındaki önemi karşımıza çıkmaktadır. Eğitim uygulamalarının hedeflenen doğrultuda gerçekleştirilmesinde önemli unsurlardan biri de öğretmenin liderlik özellikleridir. Lider, örgütün amaçlarının gerçekleştirilmesi için insanları etkileyen, yönlendiren ve örgütte eşgüdüm sağlayan kişidir (Özsalmanlı, 2005, s.137). Chemers (1997)'a göre liderlik, ortak bir görevin gerçekleşmesi için bir insanın diğerlerinin yardım ve desteğini sağlaması gereken sosyal bir etki sürecidir (Chemers, 1997, s.12). Gardner'a göre liderlik; bir grubun amaca ulaşması ve bu amaca ulaşma sürecinin sadece etkin bir lider tarafından değil diğer yenilikçiler, girişimciler ve düşünürlerce geliştirilmesidir. Bu tanıma göre liderlik tahmin edildiğinden çok daha karmaşık bir kavramdır ve liderliğin artık “tek bir birey ve duruma odaklanması” anlamından öte bir şeyler ifade etmeye başladığının bir göstergesidir. Burada, amaca ulaşmak için sadece liderin çabalamasının yetmeyeceği, bir ekibe ihtiyaç duyulacağı fikri vurgulanmıştır (Kesken, Nazlı ve Ünnü, 2011, s.6). Bireylerin sağlıklı bir şekilde sportif faaliyetleri düzenli olarak gerçekleştirebilmeleri konusunda beden eğitimi derslerinin önemi büyüktür. Bu faaliyetlerin kalıcı olarak inanların yaşamında yer edinebilmesi beden eğitimi dersinin öncelikli amaçlarındandır. Derslerin de amacına ulaşabilmesi şüphesiz ki öğretmenin niteliği ile doğru orantılı bir durumdur. Öğretmen adaylarının epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasındaki ilişkinin bilinmesi, gerek öğretim sürecinin geliştirilmesi gerekse öğretmenlerin niteliklerini ileriye taşımalarına destek olması bakımından önem taşımaktadır. Bu noktadan hareketle çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasındaki ilişkinin incelendiği bu araştırma ilişkisel tarama modelinin kullanıldığı betimsel bir çalışmadır. İlişkisel tarama modelleri, iki ve daha çok sayıda değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2013, s.81).

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini Ankara ilinde bulunan Gazi, Ankara ve Hacettepe Üniversitelerinin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde 2014-2015 eğitim ve

öğretim yılında öğrenim gören 470 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklemi ise; Gazi, Ankara ve Hacettepe Üniversitelerinin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde 2014-2015 eğitim ve öğretim yılında öğrenim görmekte olan, gönüllü katılım esası göz önünde bulundurularak çalışmaya katılan 254 katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcılara ait demografik bilgiler aşağıda verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

Öğrenci		N	%
Cinsiyet	Erkek	135	53.1
	Kadın	119	46.9
Yaş	17-19	30	11.8
	20-22	126	49.6
	23-25	72	28.3
	26 ve üstü	26	10.2
Sınıf Düzeyi	1.Sınıf	67	26.4
	2.Sınıf	57	22.4
	3.Sınıf	56	22.0
	4.Sınıf	74	29.1
Üniversite	Ankara	89	35.0
	Gazi	102	40.2
	Hacettepe	63	24.8
	Toplam	254	

Veri Toplama Yöntemi

Araştırma verilerinin toplanmasında iki ayrı veri toplama aracı kullanılmıştır. Araştırmaya katılan beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançlarını belirlemek amacıyla Epistemolojik İnanç Ölçeği, liderlik özelliklerini belirlemek amacıyla ise Liderlik Yönelimleri Ölçeği kullanılmıştır.

Epistemolojik inanç ölçeği Schommer (1990) tarafından geliştirilmiş, Deryakulu ve Büyüköztürk (2002) tarafından geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılarak Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek 5'li likert tipindedir, 35 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek alt boyutları; "Öğrenmenin Çabaya Bağlı Olduğuna İnanç", "Öğrenmenin Yeteneğe Bağlı

Olduğuna İnanç” ve “Tek Bir Doğrunun Var Olduğuna İnanç” şeklindedir. Deryakulu ve Büyükköztürk (2002) veri toplama aracının Cronbach-Alpha güvenirlik katsayısını .71 olarak belirlemiş; bu araştırmada ise Cronbach-Alpha güvenirlik katsayısı .75 olarak hesaplanmıştır.

Tablo 2. Epistemolojik İnanç Ölçeği Puan Aralıkları

Epistemolojik İnanç Ölçeği Alt Boyutları Puan Aralıkları	Düşük Düzey (Gelişmiş)	Orta Düzey (Az Gelişmiş)	Yüksek Düzey (Gelişmemiş)
Öğrenmenin Çabaya Bağlı Olduğuna İnanç	$18 \leq x < 41.5$	$41.5 \leq x < 65.5$	$65.5 \leq x \leq 90$
Öğrenmenin Yeteneğe Ait Olduğuna İnanç	$8 \leq x < 18.66$	$18.66 \leq x < 29.33$	$29.33 \leq x \leq 40$
Tek Bir Doğrunun Var Olduğuna İnanç	$9 \leq x < 20.5$	$20.5 \leq x < 32.5$	$32.5 \leq x \leq 45$

Liderlik yönelimleri ölçeği Lee G. Bolman ve Terrence E. Deal (1990) tarafından geliştirilmiş ve ülkemizde geçerlik-güvenirlik çalışması Dereli (2003) tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçekte toplam 32 madde yer almaktadır. Ölçek her biri kendi içinde 2 boyutu olan 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar ise; “İnsan Kaynaklı Liderlik” boyutunda Destekleyici (Supportive) ve Katılımcı (Participative) alt boyutları, “Yapısal Liderlik” boyutunda Analitik (Analytic) ve Örgütlenmiş (Organized) alt boyutları, “Politik Liderlik” boyutunda Güçlü (Powerful) ve Hünerli (Adroit) alt boyutları, “Sembolik Liderlik” boyutunda ise İlham Verici (Inspirational) ve Karizmatik (Charismatic) alt boyutlarıdır. Dereli (2003) veri toplama aracının Cronbach-Alpha güvenirlik katsayısını .92 olarak belirlemiş; bu araştırmada ise Cronbach-Alpha güvenirlik katsayısı .93 olarak hesaplanmıştır. Dereli (2003) ölçeğin puanlamasını şu şekilde ifade etmiştir;

Tablo 3. Liderlik Yönelimleri Ölçeği Puan Aralıkları

Liderlik Yönelimleri Ölçeği Alt Boyutları Puan Aralıkları	Düşük Puan	Ortalama Puan	Yüksek Puan	Çok Yüksek Puan
İnsan Kaynaklı Liderlik	$0 \leq x \leq 10$	$11 \leq x \leq 20$	$21 \leq x \leq 30$	$31 \leq x \leq 40$
Yapısal Liderlik	$0 \leq x \leq 10$	$11 \leq x \leq 20$	$21 \leq x \leq 30$	$31 \leq x \leq 40$
Politik Liderlik	$0 \leq x \leq 10$	$11 \leq x \leq 20$	$21 \leq x \leq 30$	$31 \leq x \leq 40$
Sembolik Liderlik	$0 \leq x \leq 10$	$11 \leq x \leq 20$	$21 \leq x \leq 30$	$31 \leq x \leq 40$

Verilerin Analizi

Araştırmaya beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerin demografik özellikleri yüzde ve frekans olarak gösterilmiştir. Katılımcıların, epistemolojik inanç ölçeği ve liderlik yönelimleri ölçeğine ait alt boyut puanlarının ortalamalarını belirlemek için betimleyici istatistiklerden (ortalama ve standart sapma) yararlanılmıştır.

Ölçeklerden (Epistemolojik İnanç Ölçeği ve Liderlik Yönelimleri Ölçeği) alınan ortalama puanlar arasında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek üzere T-testi uygulanmıştır.

Ölçeklerden (Epistemolojik İnanç Ölçeği ve Liderlik Yönelimleri Ölçeği) alınan ortalama puanlar arasında öğrenim görülen üniversite, sınıf düzeyi ve yaş değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık olup olmadığını incelemek üzere Tek Yönlü ANOVA uygulanmıştır.

Epistemolojik inanç ölçeğinden alınan ortalama puanlarla liderlik yönelimleri ölçeğinden alınan ortalama puanlar arasında herhangi bir ilişkinin var olup olmadığını belirlemek üzere Pearson Korelasyon Katsayısından yararlanılmıştır.

Bu çalışmada yer alan analizler SPSS 20.0 paket programı ve Excel veri tabanı programı kullanılarak yapılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde istatistiksel analizlerin ortaya çıkardığı araştırma bulguları tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların Epistemolojik İnanç Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Alt Boyutlara Göre Dağılımı

Epistemolojik İnanç Ölçeği Alt Boyutları	N	\bar{X}	S
Öğrenmenin Çabaya Bağlı Olduğuna İnanç	254	19,46	2,61
Öğrenmenin Yeteneğe Bağlı Olduğuna İnanç	254	13,16	2,98
Tek Bir Doğrunun Var Olduğuna İnanç	254	15,48	2,44

Tablo 4 incelendiğinde, ölçeğin ilk alt boyutu olan öğrenmenin çabaya bağlı olduğuna inanç boyutunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin tümüne ait ortalama puanı (\bar{X} =19,46) olarak görülmektedir. İkinci alt boyut olan öğrenmenin yeteneğe bağlı olduğuna inanç boyutunda katılımcıların ortalama puanı (\bar{X} =13,16) olarak saptanmıştır. Diğer alt boyut olan tek bir doğrunun var olduğuna inanç boyutunda katılımcıların ortalama puanı (\bar{X} =15,48)'dir.

Tablo 5. Katılımcıların Liderlik Yönelimleri Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Alt Boyutlara Göre Dağılımı

Liderlik Yönelimleri Ölçeği Alt Boyutları	N	\bar{X}	S
İnsan Kaynaklı Liderlik	254	20,32	2,67
Yapısal Liderlik	254	19,88	2,86
Politik Liderlik	254	18,90	2,89
Sembolik Liderlik	254	19,25	3,15

Tablo 5 incelendiğinde, ölçeğin ilk alt boyutu olan insan kaynaklı liderlik boyutunda beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin tümüne ait ortalama puanı ($\bar{X}=20,32$)'dir. İkinci alt boyut olan yapısal liderlik boyutunda katılımcıların ortalama puanı ($\bar{X}=19,88$) olarak hesaplanmıştır. Üçüncü alt boyut olan politik liderlik boyutunda katılımcıların ortalama puanı ($\bar{X}=18,90$)'dır. Son olarak ise sembolik liderlik alt boyutu incelendiğinde katılımcıların ortalama puanının ($\bar{X}=19,25$) olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Katılımcıların Epistemolojik İnanç Ölçeği ve Liderlik Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Kadın	119	3,44	.29	252	1.90	.058
Epistemolojik İnanç						
Erkek	135	3,36	.38			
Liderlik Özellikleri						
Kadın	119	3,94	.49	252	.65	.51
Erkek	135	3,89	.53			
Toplam	254					

Kadın beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inanç ölçeğinden aldıkları ortalama puan ($\bar{X}=3,44$), erkek beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin ortalama puanı ($\bar{X}=3,36$)'dır. Analiz sonuçları, katılımcıların epistemolojik inançlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık ifade etmediğini göstermektedir, $t(252)=1,90$, $p>.05$. Bununla beraber; kadın beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin liderlik özellikleri ($\bar{X}=3,94$), erkek beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin

ise ($\bar{X}=3,89$) olarak belirlenmiştir. Katılımcıların liderlik özelliklerinin cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır, $t(252)=.65$, $p>.05$.

Tablo 7. Katılımcıların Epistemolojik Ölçeği ve Liderlik Yönelimleri Ölçeği Puanlarının Öğrenim Görülen Üniversitelere Göre Karşılaştırılması

Öğrenim Görülen Üniversite	N	\bar{X}	SS	F	P
Epistemolojik İnanç	Ankara	89	3,38	.32	
	Gazi	102	3,43	.31	.84
	Hacettepe	63	3,36	.41	
Liderlik Özellikleri	Ankara	89	3,86	.51	
	Gazi	102	3,95	.51	.90
	Hacettepe	63	3,94	.52	
	Toplam	254			

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin öğrenim gördükleri üniversitelere göre epistemolojik inanç puanlarını incelendiğinde en yüksek puan ortalamasını ($\bar{X}=3,43$) ile Gazi Üniversitesi'nde öğrenim gören 102 katılımcının aldığı görülmektedir. En düşük puan ortalamasını ise ($\bar{X}=3,36$) ile Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim gören 63 katılımcı almıştır. Ankara Üniversitesi'ndeki 89 katılımcının ortalama puanı ise ($\bar{X}=3,38$)'dir. Analiz sonuçları, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inanç düzeylerinin öğrenim gördükleri üniversitelere göre anlamlı bir farklılık göstermediğini belirtmektedir, $F(2, 251)=.84$, $p>.05$. Buna ek olarak; beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin öğrenim gördükleri üniversitelere göre liderlik özellikleri puanlarının birbirine yakın olduğu görülmektedir. En yüksek puan ortalamasını ($\bar{X}=3,95$) ile Gazi Üniversitesi'nde öğrenim gören 102 katılımcının aldığı görülmektedir. En düşük puan ortalamasını ise ($\bar{X}=3,86$) ile Ankara Üniversitesi'nde öğrenim gören 89 katılımcı almıştır. Hacettepe Üniversitesi'nde öğrenim gören 63 katılımcının ortalama puanı ise ($\bar{X}=3,94$)'dür. Analiz sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların liderlik özelliklerinin öğrenim gördükleri üniversitelere göre anlamlı bir farklılık göstermediği görülmektedir, $F(2, 151)=.90$, $p>.05$.

Tablo 8. Katılımcıların Epistemolojik Ölçeği ve Liderlik Yönelimleri Ölçeği Puanlarının Öğrenim Görülen Üniversitelere Göre Karşılaştırılması

Öğrenim Görülen Sınıf Düzeyi	N	\bar{X}	SS	F	P	
Epistemolojik İnanç	1.Sınıf	67	3,38	.32	.77	.509
	2.Sınıf	57	3,43	.35		
	3.Sınıf	56	3,35	.40		
	4.Sınıf	74	3,42	.31		
Liderlik Özellikleri	1.Sınıf	67	3,84	.50	1,43	.233
	2.Sınıf	57	3,90	.45		
	3.Sınıf	56	3,89	.48		
	4.Sınıf	74	4,01	.57		
	Toplam	254				

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inanç ölçeğinden aldıkları puanlar sınıf düzeyine göre karşılaştırıldığında en yüksek ortalama puanı ($\bar{X}=3,43$) ile 2.sınıfta öğrenim gören 57 katılımcının aldığı görülmektedir. Bu puana en yakın ortalama puanı ($\bar{X}=3,42$) ile 4.sınıfta öğrenim gören 74 katılımcı almıştır. En düşük ortalama puanı ise 3.sınıfta öğrenim gören 56 katılımcı ($\bar{X}=3,35$) ile almıştır. Son olarak da 1.sınıfta öğrenim gören 67 katılımcının ortalama puanının ($\bar{X}=3,38$) olduğu görülmektedir. Analiz sonuçları, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançlarının sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur, $F(3, 250)=.77, p>.05$.

Tablo 8 dikkate alındığında, katılımcıların liderlik özellikleri puanlarının birbirine yakın olduğu görülmektedir. En yüksek ortalama puan ($\bar{X}=4,01$) ile 4.sınıf düzeyinde olan 74 katılımcıya aittir. En düşük ortalama puan ise ($\bar{X}=3,84$) ile 1.sınıf düzeyinde olan 67 katılımcıya aittir. Birbirlerine yakın olan 2.sınıf düzeyinde bulunan 57 katılımcının ortalama puanı ($\bar{X}=3,90$) ve 3.sınıf düzeyinde bulunan 56 katılımcının ortalama puanı ($\bar{X}=3,89$)'dur. Bununla birlikte analiz sonuçları, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin liderlik özelliklerinin sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya çıkarmıştır. $F(3, 250)=1,43, p>.05$.

Tablo 9. Katılımcıların Epistemolojik Ölçeği ve Liderlik Yönelimleri Ölçeği Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Yaş	N	\bar{X}	SS	F	P
17-19 Yaş	30	3,46	.31		
20-22 Yaş	126	3,40	.36	.87	.45
Epistemolojik İnanç	23-25 Yaş	72	3,39	.35	
	26 Yaş ve Üstü	26	3,32	.21	
17-19 Yaş	30	3,80	.51		
20-22 Yaş	126	3,92	.48	1,23	.29
Liderlik Özellikleri	23-25 Yaş	72	3,89	.55	
	26 Yaş ve Üstü	26	4,06	.52	
Toplam	254				

Tablo 9 dikkate alındığında, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inanç ölçeğinden en yüksek ortalama puanı 17-19 yaş aralığında bulunan 30 katılımcının aldığı ve ortalama puanın ($\bar{X}=3,46$) olduğu görülmektedir. En düşük ortalama puanı ise 26 ve üstü yaş aralığında bulunan 26 katılımcı ($\bar{X}=3,32$) ile almıştır. 20-22 yaş aralığındaki 126 katılımcının ortalama puanı ($\bar{X}=3,40$) ve 23-25 yaş aralığındaki 72 katılımcının ortalama puanı da ($\bar{X}=3,39$)'dur. Analiz sonuçları dikkate alındığında, katılımcıların epistemolojik inançlarının yaş aralıklarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır, $F(3, 250)=.87, p>.05$.

Tablo 9'a bakıldığında; 17-19 yaş aralığındaki 30 beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencisinin liderlik puan ortalamasının ($\bar{X}=3,80$), 20-22 yaş aralığındaki 126 katılımcının ortalama puanının ($\bar{X}=3,92$), 23-25 yaş aralığındaki 72 katılımcının ortalama puanının ($\bar{X}=3,89$), 26 yaş ve üstü aralığındaki 26 katılımcının ortalama puanının ($\bar{X}=4,06$) olduğu görülmektedir. Bunlara ek olarak analiz sonuçları incelendiğinde ise, katılımcıların liderlik özelliklerinin yaş aralıklarına göre istatistiksel anlamda bir farklılık göstermediği belirlenmiştir, $F(3, 250)=1,23, p>.05$.

Tablo 10. Epistemolojik İnanç Puanı İle Liderlik Puanı Arasındaki Korelasyon Sayısı

	Epistemolojik İnanç
Liderlik	.22

p<.05

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin liderlik puanları ile epistemolojik inanç puanları arasındaki korelasyon katsayısı .22 olarak bulunmuştur. Bu değer liderlik ile epistemolojik inanç arasında düşük bir ilişki olduğunu göstermektedir. Korelasyon katsayısının, mutlak değer olarak, .70-1.00 arasında olması, yüksek; .70-.30 arasında olması orta; .30-0.00 arasında olması ise düşük düzeyde bir ilişki olarak tanımlanmaktadır (Büyüköztürk, 2014, s.32).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada, ölçek alt boyutları dikkate alındığında katılımcıların epistemolojik inançlarının gelişmiş düzeyde olduğu söylenebilir. Bu sonuç; katılımcıların bilginin doğasına ve varlığına ilişkin görüşlerinin mesleki yaşantılarında gelecek nesillere aktarılırken, öğretmenlerin yetiştireceği öğrenciler üzerinde bilginin felsefesi ile ilgili olumlu bir tutum kazandırılabilmesi hususunda önem taşımaktadır. Araştırma bulguları; Bayrak, Çınar, Çoban ve Coşkuner (2013), Özşaker, Canpolat ve Yıldız (2011)'in çalışmalarının sonuçları ile örtüşmektedir. Kaleci (2013), Bilet ve Güven (2011), Yılmaz (2014)'ın farklı bölümlerde öğrenim görmekte olan öğretmen adayları üzerinde yapılan çalışmalarının sonuçları da araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Ancak alan yazında araştırma bulguları ile farklılaşan çalışmalarda mevcuttur. Alemdağ (2015)'in beden eğitimi öğretmen adayları üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasının sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların epistemolojik inançlarının orta düzeyde/az gelişmiş olduğu görülmektedir. Gürol, Altunbaş ve Karaaslan (2010), Biçer, Er ve Özel (2013), Demir (2012)'in çalışmaları da öğretmen adaylarının epistemolojik inançlarının orta düzeyde/az gelişmiş olduğunu göstermektedir. Alan yazındaki çalışma sonuçlarına bakıldığında, öğretmen adaylarının epistemolojik inanç düzeylerinin farklılıklar gösterdiği görülmektedir. Bu durum öğretmen adaylarının epistemolojik inançlarının genellenemeyeceğini bize göstermektedir. Çünkü epistemolojik inançlar birçok farklı etmenin bir sentezi olarak var olmaktadır. Bireyin doğup büyüdüğü çevre, aile, kültürel farklılıklar ve öğrenim gördüğü alanların epistemolojik inançları

etkilediği bilinmektedir. Bu yüzden araştırma sonuçlarının farklılık göstermesinin sebebinin de bu faktörler olabileceği söylenebilir.

Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin liderlik yönelimi ölçeğinden aldıkları puanlar incelendiğinde, insan kaynaklı liderlik özelliklerinin diğer liderlik özelliklerine göre daha gelişmiş olduğu ve bu özellikleri daha sık sergiledikleri söylenebilir. Bu durumda beden eğitimi öğretmen adaylarının; çevresinde bulunanları destekleyen, onlarla ilgilenen, yeni fikirlere açık olan ve katılımcı yönetimi destekleyen bireyler oldukları ifade edilebilir. Ancak ölçeğin alt boyutları incelendiğinde katılımcıların yapısal liderlik, politik liderlik ve sembolik liderlik özelliklerinin ortalama düzeyde olduğu görülmektedir. Katılımcıların liderlik özelliklerinin ortalama düzeyde olması sınıf yönetimi konusunda bir takım sorunları beraberinde getirebilir. Bu konu dikkate alınmalı ve gerek hizmet içi eğitimler ile gerekse lisans düzeyinde dersler vasıtasıyla bu dezavantajlı durumun ortadan kaldırılması için çalışmalar yürütülmelidir. Alan yazına bakıldığında beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin liderlik özelliklerinin doğrudan incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bununla birlikte, araştırma sonuçları ile paralellik gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Arslan ve Uslu (2014), Çar (2013), Özkan (2012), Efekan (2007), Semiz (2011), Durmuş (2011) farklı örneklem grupları üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında insan kaynaklı liderlik özelliklerinin, yapısal liderlik, politik liderlik ve sembolik liderlik özelliklerinden daha gelişmiş düzeyde olduğunu belirlemişlerdir. Bunun sebebinin ise, ülkemizin kültürel yapısından kaynaklı olarak karşılaşılan sorunların genellikle bireysel ilişkiler yoluyla çözümlene yoluna gidilmesi ve bu öncelikle davranışların belirli yönde gelişim göstererek topluma yansımalarının olabileceği düşünülmektedir.

Epistemolojik inançları inceleyen çalışmaların genelinde cinsiyet değişkeninin bu inançlar üzerinde farklılık yaratıp yaratmadığı ele alınmıştır. Bu çalışmada, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançlarının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulguları Kazu ve Erten (2015), Demir (2012), Karabulut ve Ulucan (2012), Sapancı (2012), Izgar ve Dilmaç (2008), Biçer, Er ve Özel (2013), Çoban, Ateş ve Şengören (2011), Eren (2007), İçen, İlğan ve Göker (2013), Tümkaya (2012), Karhan (2007)'ın çalışmaları ile paralellik göstermektedir. Alemdağ (2015) öğrenmenin çabaya ait olduğuna inanç alt boyutunda erkek öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık saptarken, diğer alt boyutlarda elde edilen sonuçlar çalışmamızın bulguları ile örtüşmektedir. Alan yazında araştırma bulguları ile paralellik göstermeyen çalışmalarda mevcuttur. Deryakulu ve Büyüköztürk (2005), Eroğlu ve Güven (2006), Erdem (2008), Yılmaz

(2014) epistemolojik inançların bayan katılımcılar lehine farklılaştığını saptamışlardır. Özşaker, Canbolat ve Yıldız (2011), Bayrak, Çınar, Çoban ve Çoskuner (2013) ise epistemolojik inançların erkek katılımcılar lehine farklılaştığını saptamışlardır. Bu çalışmada öğretmen adaylarının epistemolojik inançların, cinsiyet değişkeni ele alındığında farklılık göstermemesinin sebebinin; bayan ve erkek katılımcıların eğitim seviyelerinin aynı oluşu, alınan eğitimin benzer niteliklerde olması ve katılımcılar arasındaki kültürel özelliklerin benzer seviyelerde görülmesinin olduğu söylenebilir.

Katılımcıların liderlik özelliklerinin cinsiyet değişkeni ele alınarak incelendiğinde anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Çar (2013), Köleşoğlu (2009), Kurtipek, Özer ve Yenel (2014), Çelik ve Sünbül (2008), Özkan (2012), Semiz (2011)'in bulgularına bakıldığında çalışma bulgularımızla paralellik gösterdiği görülmektedir. Özmütlu (2008) cinsiyet değişkenine göre insan kaynaklı liderlik ve yapısal liderlik alt boyutlarında anlamlı bir farklılığın bulunmadığını belirlemiştir. Ancak, politik liderlik ve sembolik liderlik alt boyutlarında farklılıklar bulunmuştur. Bu farklılıklar; politik liderlik alt boyutunda erkek öğrencilerin lehine, sembolik liderlik alt boyutunda ise kız öğrencilerin lehinedir. Arslan ve Uslu (2014) öğretmen adaylarının liderlik özelliklerinin cinsiyet değişkeni ele alındığında, sembolik liderlik alt boyutunda anlamlı bir farklılık gösterdiğini ve kadın öğretmen adaylarının liderlik özelliklerinin erkek adaylara göre daha gelişmiş olduğunu belirlemişlerdir. Bununla birlikte diğer alt boyutlarda cinsiyet değişkeni ile liderlik özellikleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığını saptamışlardır. Araştırmalar incelendiğinde cinsiyet değişkeni açısından farklı sonuçların elde edilmesi dikkat çekicidir. Sonuçların çeşitlilik göstermesinin sebebi ise, araştırmalardaki çalışma gruplarının birbirlerinden ayrışması olarak ifade edilebilir.

Öğrenim görülen üniversite değişkeni ele alındığında katılımcıların epistemolojik inanç düzeylerinin anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Karabulut ve Ulucan (2012), İçen, İlğan ve Göker (2013)'in çalışmaları da araştırma bulgularını destekler niteliktedir. Bilet ve Güven (2011) ise çalışmasında epistemolojik inançların üniversite değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterdiğini saptamıştır. Bulgular arasındaki farklılığı sebebinin, üniversitelerin bulunduğu şehirlerdeki sosyo-ekonomik çeşitlilikten kaynaklı kültürel farklılıkların olduğu ifade edilebilir. Bizim çalışmamızın sonucunda üniversite değişkeninin epistemolojik inançlar üzerine anlamlı bir etkisinin görülmemesi ise, katılımcıların öğrenim gördükleri üniversitelerin aynı il sınırları içinde yer alması olabilir. Bununla beraber, katılımcıların liderlik özellikleri ise öğrenim görülen üniversite değişkenine göre ele alındığında da anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bu sonuç, Çar (2013)'in çalışması ile paralellik göstermektedir.

Araştırma bulguları, katılımcıların epistemolojik inançlarının sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur. Katılımcıların epistemolojik inançlarının sınıf değişkenine göre farklılık göstermemesi, ilgili hedef kazanımlarının gözden geçirilmesini gerektirmektedir. Çünkü beklenen, sınıf düzeyi arttıkça alınan eğitimin ve üniversitelerin bireylere kattığı niteliklerin bir çıktısı olarak epistemolojik inançların da artmasıdır. Demirel (2014), Oğuz (2008), İçen, İlğan ve Göker (2013), Çoban, Ateş ve Şengören (2011), Meral ve Çolak (2009)'ın çalışmalarının sonuçları da araştırma bulguları ile paralellik göstermektedir. Alemdağ (2015), Karabulut ve Ulucan (2012), Tümkaya (2012)'nin çalışmaları incelendiğinde ise sınıf düzeyi arttıkça epistemolojik inanç düzeyinin de arttığı belirlenmiştir. Bizim çalışmamızda sınıf düzeyi değişkenine göre epistemolojik inançların farklılık göstermemesinin sebebi; üniversitelerde verilen eğitimin liseden farklı olarak kültürel açıdan yeterli olmaması ve bireye eğitim adına bakış açısı sunma konusunda yenilik yaratamamasının olduğu söylenebilir. Katılımcıların sınıf düzeyi değişkenine göre liderlik özellikleri ele alındığında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Çar (2013), Özkan (2012), Özmütlu (2008) ve Efehan (2007)'in çalışmaları incelendiğinde araştırma bulguları ile paralellik gösterdiği görülmektedir. Arslan ve Uslu (2014) öğretmen adaylarının liderlik özelliklerinde sınıf düzeyi değişkenine göre politik liderlik ve sembolik liderlik alt boyutlarında üst sınıf düzeyinde öğrenim görenler lehine anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Fakat, diğer alt boyutlarda öğretmen adaylarının liderlik özelliklerinin sınıf düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Katılımcıların epistemolojik inançlarının yaş aralıklarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği saptanmıştır. Alan yazın incelendiğinde epistemolojik inançların yaş değişkenine göre incelendiği çalışmaların yetersiz olduğu görülmektedir. Bayrak, Çınar, Çoban ve Çoskuner (2013), yaş değişkeni ile epistemolojik inanç arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit etmişlerdir. Epistemolojik inanç düzeyinin en yüksek olduğu yaş gruplamasının, 24 ve üzeri yaş aralığındaki katılımcılarda olduğunu ve epistemolojik inanç düzeyi ile yaşın doğru orantılı olarak arttığını belirlemişlerdir. Alemdağ (2015)'in çalışmasının sonuçları incelendiğinde ise, yaşça büyük olan katılımcıların daha gelişmiş/olgunlaşmış epistemolojik inanca sahip oldukları sonucuna ulaşılmaktadır. Ancak bu sonuçlar, bizim çalışmamız ile farklılık göstermektedir. Bunun sebebinin ise, çalışma grubunun farklılık göstermesi olabilir. Buna ek olarak analiz sonuçları incelendiğinde, katılımcıların liderlik özelliklerinin yaş aralıklarına göre istatistiksel anlamda bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Çar (2013), Köleşoğlu (2009) ve Özkan (2012)'in çalışmaları da araştırma

bulgularını desteklemektedir. Arslan ve Uslu (2014), Dereli (2003) ise çalışmalarında, bireylerin yaşlarının ilerlemesi ile liderlik özelliklerinin de geliştiğini belirlemişlerdir.

Beden eğitimi spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacı ile Pearson Korelasyon testi yapılmıştır. Tablo 10'da görüldüğü üzere yapılan analizde; korelasyon katsayısı $r=.22$ olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç, katılımcıların epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasında düşük düzeyde pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir.

Genel olarak araştırma sonuçlarına bakıldığında, katılımcıların epistemolojik inançlarının gelişmiş düzeyde olduğu görülmektedir. Bununla beraber, katılımcıların liderlik özelliklerinin ise ortalama seviyede olduğu tespit edilmiştir.

KAYNAKLAR

1. **Alemdağ, C.** (2015). Beden eğitimi öğretmeni adaylarının epistemolojik inançları, akademik öz-yeterlilikleri ve öğrenme yaklaşımları. Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.
2. **Arslan, H., & Uslu, B.** (2014). Öğretmen adaylarının liderlik yönelimlerinin incelenmesi. E- Journal of Educational Research. 5(1), 42-60.
3. **Bayrak, E., Çınar, V., Çoban, B., & Çoşkun, Z.** (2013). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğretmen adayları ile eğitim fakültesi öğretmen adaylarının bilimsel epistemolojik inançlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. International Journal of Social Science, 6(2), 1817-1828.
4. **Biçer, B., Er, H., & Özel, A.** (2013). Öğretmen adaylarının epistemolojik inançları ve benimsedikleri eğitim felsefeleri arasındaki ilişki. Eğitimde Kuram ve Uygulama, 9(3), 229-242.
5. **Bilet, Ş. D., & Güven, M.** (2011). Sınıf öğretmeni adaylarının epistemolojik inançlarının ve bilişüstü stratejilerinin incelenmesi. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 11(1), 31-57.
6. **Büyüköztürk, Ş.** (2014). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Ankara: Pagem.
7. **Cevizci, A.** (2012). Bilgi felsefesi. İstanbul: Say.
8. **Chemers, M. M.** (1997). An integrative theory of leadership. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
9. **Çar, B.** (2013). Spor eğitimi alan üniversite öğrencilerinin liderlik özelliklerinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
10. **Çelik, C., & Sünbül, Ö.** (2008). Liderlik algılamalarında eğitim ve cinsiyet faktörü. Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 13(3), 44-66.
11. **Çoban, G. Ü., Ateş, Ö., & Şengören, S.K.** (2011). Epistemological views of prospective physics teachers, International Online Journal of Educational Sciences. 3(3), 1224-1258.
12. **Demir, M. K.** (2012). İlköğretim bölümü öğretmen adaylarının epistemolojik inançlarının incelenmesi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 25(2), 343-358.
13. **Demir, Ö., & Doğanay, A.** (2009). Sosyal bilgiler dersinde bilişsel koçluk yoluyla öğretilen bilişsel farkındalık stratejilerinin epistemolojik inançlara ve kalıcılığa etkisi, Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 3(37), 54-68.
14. **Demirel, A.** (2014). Fen bilgisi öğretmen adaylarının epistemolojik inançlarının cinsiyete, akademik başarıya ve sınıf düzeyine göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
15. **Dereli, M.** (2003). A survey research of leadership styles of elementary school principals. Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
16. **Deryakulu, D., & Büyüköztürk, Ş.** (2002). Epistemolojik inanç ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması, Eğitim Araştırmaları, 8, 111-125.

17. **Deryakulu, D., & Büyüköztürk, Ş.** (2005). Epistemolojik inanç ölçeğinin faktör yapısının yeniden incelenmesi: cinsiyet ve öğrenim görülen program türüne epistemolojik inançların karşılaştırılması. *Eğitim Araştırmaları*, 18, 57-70.
18. **Durmuş, Ö.** (2011). İlköğretim ve lise öğrencilerinde görülen liderlik davranışlarının araştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çanakkale.
19. **Efekan, H.** (2007). Kara Harp Okulu olimpiik spor branşlarında yapılan bireysel sporlar ile takım sporlarının Harbiyeli'lerin liderlik özelliklerine sağladığı etkilerin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
20. **Erdem, M.** (2008). Karma öğretmenlik uygulaması süreçlerinin öğretmen adaylarının öğretmenlik öz yeterlilik ve epistemolojik inançlara etkisi. *Eurasian Journal of Educational Research*, 30, 81-98.
21. **Eren, A.** (2007). Üniversite öğrencilerinin epistemolojik inançları arasındaki farklılıkların incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 32(145), 71-84.
22. **Eroğlu, S. E., & Güven, K.** (2006). Üniversite öğrencilerinin epistemolojik inançlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16, 295-312.
23. **Gürol, A., Altunbaş, S., & Karaaslan, N.** (2010). Öğretmen adaylarının özyeterlilik inançları ve epistemolojik inançları üzerine bir çalışma. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 5(3), 1395-1404.
24. **Hofer, B. K., & Pintrich, P. R.** (1997). The development of epistemological theories: Beliefs about knowledge and knowing and their relation to learning. *Review of Educational Research*, 67(1), 88- 140.
25. **Hofer, B. K., & Pintrich, P.** (Eds). (2002). *Personal epistemology: The psychology of beliefs about knowledge and knowing*. New Jersey: Erlbaum.
26. **Izgar, H., & Dilmaç, B.** (2008). Yönetici adayı öğretmenlerin özyeterlilik alguları ve epistemolojik inançlarının incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20, 437- 446.
27. **İçen, M., İlhan, A., & Göker, H.** (2013). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının epistemolojik inançlarının analizi. *Anadolu Eğitim Liderliği ve Öğretim Dergisi*, 1(2), 2-11.
28. **Kaleci, F.** (2013). Matematik öğretmen adaylarının epistemolojik inançları ile öğrenme ve öğretim stilleri arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 2(4), 23-32.
29. **Karabulut, E. O., & Ulucan, H.** (2012). Beden eğitimi öğretmenliği adaylarının bilimsel epistemolojik inançlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 39-44.
30. **Karasar, N.** (2013). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel.
31. **Karhan, İ.** (2007). İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin epistemolojik inançlarının demografik özelliklerine ve bilgi teknolojilerini kullanma durumlarına göre incelenmesi. Doktora Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
32. **Kazu, İ. Y., & Erten, P.** (2015). Öğretmen adaylarının epistemolojik inançlarının incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25, 57-75.
33. **Kesken, J., Nazlı, A., & Ünnü, A.** (2011). Öteki liderlik. Ankara: Gazi Kitabevi.
34. **Köleşoğlu, G.** (2009). İlköğretim öğretmenlerinin liderlik özellikleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişki (İstanbul ili Beyoğlu ilköğretim okullarında bir uygulama). Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
35. **Kurtipek, S., Özer, U., & Yenel, F.** (2014). Gençlik liderlerinin liderlik yönelimlerinin belirlenmesi. 13. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sunulmuş bildiri, Selçuk Üniversitesi, Konya.
36. **Mehdiyev, N.** (2011). Çağdaş epistemolojiye giriş. İstanbul: İnsan.
37. **Meral, M., & Çolak, E.** (2009). Öğretmen adaylarının bilimsel epistemolojik inançlarının incelenmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 27, 129-146.
38. **Oğuz, A.** (2008). Investigation of Turkish trainee teachers' epistemological beliefs. *Social Behavior and Personality*, 36(3), 709-720.
39. **Özemre, A. Y.** (2007). Epistemolojinin tanımı ve işlevi, *Kutadgubilig Felsefe-Bilim Araştırmaları Dergisi*, 11, 247-251.
40. **Özkan, N.** (2012). Hemşirelik öğrencilerinin liderlik yönelimleri ve motivasyon düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Bilim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
41. **Özmutlu, İ.** (2008). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin liderlik ve yaratıcılık özelliklerinin karşılaştırılması (Gazi Üniversitesi örneği). Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

42. **Özsalmanlı, A. Y.** (2005). Türkiye’de kamu yönetiminde liderlik ve lider yöneticilik. Maraş Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 13, 137-146.
43. **Özşaker, M., Canpolat, M., & Yıldız, L.** (2011). Beden eğitimi öğretmen adaylarının epistemolojik inançları ve benlik saygıları arasındaki ilişki. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 5(2), 155-164.
44. **Sapancı, A.** (2012). Öğretmen adaylarının epistemolojik inançları ile bilişüstü düzeylerinin akademik başarıyla ilişkisi. Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 10(1), 311-331.
45. **Semiz, H.** (2011). Ortaöğretim öğrencilerinde sporun liderlik üzerine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
46. **Schommer, M.** (1990). Effects of beliefs about the nature of knowledge on comprehension. Journal of Educational Psychology, 82(3), 498-504.
47. **Tümekaya, S.** (2012). Üniversite öğrencilerinin epistemolojik inançlarının cinsiyet, sınıf, eğitim alanı, akademik başarı ve öğrenme stillerine göre incelenmesi, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 12(1), 75-95.
48. **Yılmaz, Y.** (2014). İlk ve ortaokul öğretmen ve yöneticilerinin epistemolojik inançları ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



YETİŞTİRME YURDUNDA KALAN LİSE DÜZEYİNDE ÖĞRENCİLERİN SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Orcan MIZRAK¹, Yunus Sinan BIRICIK¹, Emre BELLİ¹

ÖZET

Bu araştırmanın amacı; Yetiştirme yurtlarında kalan lise düzeyinde öğrencilerin spora yönelik tutumlarının incelenmesidir.

Araştırmamızın evrenini; Erzurum Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne bağlı yetiştirme yurtlarında kalan lise düzeyindeki öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmada spora yönelik tutumlar hakkında veriler elde etmek için; Şentürk (2014) tarafından geliştirilmiş, ‘spora yönelik tutum’ adlı ölçek 94’ü erkek 62’si kadın olmak üzere toplamda 156 öğrenciye uygulanmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS programında frekans, bağımsız gruplarda t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA), farklılığın hangi gruptan kaynaklandığını bulmak için de Tukey HSD testi yapılmıştır. Katılımcıların okul takımlarında görev alma arası spora yönelik tutumlarının karşılaştırılmasında; sporla yaşama (p=,106) ve aktif spor yapma (p=,083) alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmazken; spora ilgi duyma (p=,037) alt boyutunda okul takımlarında görev alan öğrenciler lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Katılımcıların hem anne hem de babalarının yaşıyor olma değişkeninde spora yönelik tutumlarının karşılaştırılmasında; spora ilgi duyma (p=,033), sporla yaşama (p=,022) ve aktif spor yapma (p=,027) alt boyutlarında anne-babası hayatta olan öğrenciler lehine anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Bu sonuca göre; anne-babası hayatta olan öğrencilerin, anne-babası hayatta olmayan öğrencilere oranla spora yönelik tutum puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Tutum, Yetiştirme Yurtları, Lise Öğrencileri.

THE ANALYSIS OF ATTITUDES TOWARDS SPORT OF HIGH SCHOOL LEVEL STUDENTS ACCOMMODATING IN THE ORPHANAGE

ABSTRACT

The aim of this study is to analyse the high school students’ attitudes towards sport who are accommodating in the orphanage.

In order to obtain data about the attitudes towards sport in the study, the scale called “attitude towards sport”, which was developed by Şentürk(2014), was applied to 94 male and 62 female, in total 156 students. In the analysis of the obtained data, frequency test was conducted in the SPSS programme; t-test and one-way analysis of variance (Anova) were used in independent groups, and Tukey test was carried out so as to find out from which group the difference stems.

In the comparison of the attitudes towards sport of the attendants in terms of participating in the school teams; significant differences were encountered for the benefit of the students participating in the school teams in the sub-dimension of interest in sports (p=,037) while any significant differences were not found in the sub-dimensions of living sportive (p=,106) and sporting actively (p=,083). In the comparison of sportive attitudes of the attendants in terms of whether their parents are alive or not, significant differences were encountered for the benefit of the students whose parents are alive in the sub-dimensions of interest in sports (p=,033), living sportive (p=,022) and sporting actively (p=,0,27). According to this result, it can be seen that the students whose parents are alive have higher scores of attitude towards sport than the students whose parents are not alive.

Keywords: Sport, Attitude, Orphanages, High School Students.

GİRİŞ

Çocukların güvenliği ve iyilik halinin sağlanması ya da çocukların korunması; çocukların her türlü fiziksel, ruhsal ya da cinsel istismar ve ihmalden korunmaları anlamına gelmektedir. Çocukların korunması kavramı aynı zamanda çocukların özgüveni yüksek, sağlıklı ve mutlu birer erişkin olabilmeleri için uygun ortamlarda yetişmelerine yardımcı olmak anlamını da içermektedir (Karadağ, 2008). Dünyada olduğu gibi Türkiye “de de, çeşitli sebeplerle korunmaya muhtaç olan çocuklara ve gençlere hizmet veren kurumlar bulunmaktadır. Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğüne bağlı yetiştirme yurtları bu tür hizmet veren kurumlara örnek olarak gösterilebilir.

Yetiştirme yurtlarında yaşayan gençler, uluslararası literatürde ve belgelerde farklı boyutları ile dezavantajlı gruplar arasında yer almaktadır. Yapılan araştırmalar sonucu sağlık açısından risk altında olduğu kabul edilen bu grupta, özellikle ruh sağlığı ve yaşam kalitesini olumsuz etkileyen faktörler ile ilgili Türkiye’de yayımlanan araştırmalar oldukça sınırlı sayıdadır. (Kök, 1996, Yılmaz, 2006). Literatürde, Türkiye’deki yetiştirme yurtlarında yaşayan adolesanlarda ruh sağlığı bileşenleri, yaşam kalitesi ve fiziksel aktivite ilişkilerini özel olarak değerlendiren çalışmalar yine aynı şekilde sınırlı sayıdadır. Ülkemizde, korunmaya muhtaç çocukların toplumsallaştırılmaları için farklı teknikler kullanılmaktadır. Bunlar: kurum bakımı, grup evleri, koruyucu evler, evlat edindirme, koruyucu aile ve çocuklara kendi aileleri veya yakın akrabaları yanında hizmet sağlanması şeklinde sıralanmaktadır. Korunmaya muhtaç çocuklara yönelik en yaygın kullanılan yöntem; kurum bakımındır. Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu'nun denetimi altında olan çocuk yuvaları ve yetiştirme yurtları, ailesinden ayrılmak zorunda kalan çocukların büyük bir kısmına hizmet vermeyi amaçlamıştır.

SHÇEK, Türkiye’nin başta gelen sosyal kurumlarından biri olarak hizmet tanımı itibarıyla sosyal veya ekonomik sebeplerle yoksunluk içine düşmüş kişilere ve ailelere yönelik sosyal hizmetleri planlamak, uygulamak ve denetlemekle yükümlü kamu kuruluşudur (Çengelci, 1998).

Korunmaya muhtaç çocuklar sorunu, sorunun toplumsal ve aile yapılarına özgü nedenleri, korunmaya muhtaç çocuğun toplum içindeki sorunları, bakım sistemi içindeki yetiştirme koşulları ve gelişme olanakları açılarından önemli olduğu kadar, kurum bakımı sonrasında toplum içindeki toplumsal durumları, ulaştıkları yaşam düzeyi ve yaşam biçimiyle de önemlidir (Cılga, 1994). Bu toplumsal sorunlar karşısında spor olgusunun büyüklüğü ve etkinliği tartışılmaz bir gerçektir. Sporun iyileştirici ve kucaklayıcı rolü ile kişinin fiziksel ve

ruhsal gelişimine katkı sağlaması, toplum içerisinde statü kazandırması gibi birçok avantajı barındırması, yetiştirme yurtlarında kalan bireyler için oldukça önemlidir.

Franzoi'a (2003) göre tutum " bireyin bir nesneyi olumlu ya da olumsuz değerlendirmesidir. Bir başka ifade ile tutum, "bireyin kendine ya da çevresindeki herhangi bir nesne, toplumsal konu, ya da olaya karşı deneyim, motivasyon ve bilgilerine dayanarak örgütlediği zihinsel, duygusal ve davranışsal bir tepki ön eğilimi" olarak tanımlanmaktadır.

Tutum yaptığımız her şeyi etkiler ve insan çabasının bütün durumlarında önemli bir yer tutar. Örneğin; tutum, belirli etkinliklere başlayıp-başlamamayı ya da devam edip etmemeyi, belirli alanlarda başarılı olup-olmamayı etkileyebilir. Tutum gelişimi erken yaşta başlar ve hayatın farklı evrelerinde çok farklı tutumlara sahip olunabilir. Eğitimde hedef alınan duyuşsal davranışlardan bazıları da doğrudan tutumlarla ilgili olduğundan, öğretmenler, antrenörler, işverenler ve diğerleri başkalarının potansiyelini değerlendirip, karar verdikleri her gün tutuma dikkat ederler (Silverman, 1999). Tutumlara sahip olmanın ve erken yaşta başlayıp hayatın her evresinde kişiliği etkilemesinde en önemli etken boş zaman değerlendirmesidir. Boş zamanı iki tarafı keskin bir kılıca benzetmek mümkündür. Olumlu kullanılırsa kişisel ve toplumsal gelişim artar. Olumsuz kullanılırsa bunalım başı bozukluk gibi sorunlar ortaya çıkar

Boş zaman tamamıyla isteğe bağlı bir uğraşı bütünlüğünü dile getirir. Bu uğraşı dinlenme, rahatlama, bilgi ve görgüsünü arttırma, psikolojik ve fizyolojik zevklerinde doyumunu gerçekleştirme, toplumsal hizmet katkısında bulunarak ahlâki inancın gereğini yerine getirme, yaratıcı yeteneklerini geliştirme biçiminde ve tüm bu faaliyetlerde herhangi bir çıkar amacı gütmemek üzere gerçekleştirilen uğraşlardır (Yetim, 2000). Beden eğitimi ve spor; sağlıklı yaşam, çeviklik ve moral ve motivasyonun üstün düzeyde tutulmasının, önemli bir eğitim yaklaşımı ve uygulamasıdır. Fizik ve moral gücünü artırıcı beden eğitimi ve spor kültürünün eğitim düzeni içerisinde verilmesi; toplumun kalkınması ve sosyal kaynaşmaya olumlu yararlar sağlamaktadır (Erkan, 1979).

Fiziksel aktivite, düzenli egzersiz ve spor, özellikle gençlerin sağlıklı gelişmesinde, kötü alışkanlıklardan uzak durmalarına, psiko-sosyal açıdan güçlenmelerinde, ilerleyen yaşlarda çeşitli kronik hastalıklardan korunmalarında veya bu hastalıkların tedavisinde, bir başka deyişle tüm hayat boyunca yaşam kalitelerinin artırılmasında önemli farklar yaratabilmektedir. (Erkan, 1992). Bu bağlamda, sporcu bir toplum yaratmak adına yapılmış bütün çalışmaların temeline inerek, bireyin spor yapmaya ne denli yatkın olduğu, spora bakış açısı, spor alışkanlıkları, spor ile karakterini nasıl öğitebildiği gibi temel konuların, özetle spora yönelik tutumunun sorgulanması gerekmektedir (Şentürk, 2012). Katılımcı grubun, aile birliği, toplumsal ve aile

yapılarına özgü nedenleri, korunmaya muhtaç çocuğun toplum içindeki sorunları, bakım sistemi içindeki yetiştirme koşulları ve gelişme olanakları açılarından düşünüldüğünde; sahip oldukları spora yönelik tutum düzeyi hem bireysel hem de toplumsal olarak önem arz etmektedir. Bu bağlamda çalışmanın amacı: yetiştirme yurdunda kalan lise düzeyindeki öğrencilerin spora yönelik tutumlarının araştırılmasıdır.

MATERYAL VE METOT

Bu araştırmanın evrenini, Erzurum Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü'ne bağlı yetiştirme yurtlarına kalan lise düzeyinde öğrenim gören öğrenciler oluştururken, örneklem grubunu ise bu yurtlardan rastgele yöntemle seçilmiş 94'ü erkek 62'si kadın olmak üzere toplamda 156 öğrenci oluşturmuştur.

Araştırmada veri elde etmek amacıyla Şentürk (2014) tarafından geliştirilmiş, spora yönelik tutum isimli ölçekten faydalanılmıştır. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde, bilgisayar ortamında istatistik paket programından yararlanılmış ve anlamlılık düzeyi ($p < 0,05$) olarak alınmıştır.

Araştırmada demografik özelliklerin belirlenmesinde frekans analizi, cinsiyet, okul takımlarında görev alma ve lisanslı sporculuk durumlarına göre; spora yönelik tutumlarının karşılaştırılmasında bağımsız örneklem grupları için t-testi, sınıf, okul türü ve anne-baba hayatta olma durumlarına göre; spora yönelik tutumlarını belirlemek için tek yönlü varyans analizi (ANOVA); ortaya çıkan istatistiksel farklılıkların hangi gruplardan kaynaklandığını bulmak için de Tukey HSD çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bilgileri

Cinsiyet	N	%
Erkek	94	60,3
Kadın	62	39,7
Sınıf	N	%
9. Sınıf	34	21,8
10. Sınıf	38	24,4
11. Sınıf	44	28,2
12. Sınıf	40	25,6
Okul Türü	N	%
Anadolu Lisesi	77	49,4
Ticaret-Meslek Lisesi	54	34,6
Güzel Sanatlar-Spor Lisesi	16	10,3
Diğer	9	5,8

Anne-Baba Durumu	N	%
Anne-Baba Yaşıyor	71	45,5
Anne Hayatta Değil	37	23,7
Baba Hayatta Değil	28	17,9
Anne-Baba Hayatta Değil	20	12,8
Okul Tak. Görev Alma	N	%
Evet	41	26,3
Hayır	115	73,7
Toplam	156	100

Katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin dağılımlarına bakıldığında % 60,3'ünün *erkek*; %39,7'sinin *kadın*; sınıflarına ilişkin dağılımlarına bakıldığında %21,8'inin *9. sınıf*, %24,4'ünün *10. sınıf*, %28,2'sinin *11. Sınıf* ve %25,6'sının *12. sınıfta* olduğu görülmektedir. Okul türlerine ilişkin dağılımlara bakıldığında; %49,4'ünün *Anadolu Lisesi*, %34,6'sının *Ticaret-Meslek Lisesi*, %10,3'ünün *Güzel Sanatlar-Spor Lisesi* ve %5,8'inin *Diğer* okullarda okudukları görülmektedir. Anne-Baba Durumlarına ilişkin dağılımlarına bakıldığında ise; %45,5'inin *Anne-Baba Yaşıyor*, %23,7'sinin *Anne Hayatta Değil*, %17,9'unun *Baba Hayatta Değil* ve %12,8'inin ise *Anne-Babanın Hayatta* olmadıkları görülmektedir. Katılımcıların okul takımlarında görev almalarına ilişkin dağılımlarına bakıldığında %26,3'ünün *Evet*, %73,7'sinin ise *Hayır* cevabını verdikleri görülmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyetlerine İlişkin Spora Yönelik Tutumlarının Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	Ss.	T	p
Spora İlgili Duyma	Erkek	94	3,95	,728	2,297	,264
	Kadın	62	3,66	,851		
Sporla Yaşama	Erkek	94	3,74	,782	1,822	,822
	Kadın	62	3,51	,801		
Aktif Spor Yapma	Erkek	94	3,78	,862	2,694	,641
	Kadın	62	3,39	,934		

*: p<0,05

Veriler incelendiğinde spora ilgi duyma (p=,264), sporla yaşama (p=,822), ve aktif spor yapma (p=,641) alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 3. Katılımcıların Okul Takımların Görev Almalarına İlişkin Spora Yönelik Tutumlarının Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Görev Alma	N	Ort.	Ss.	T	p
Spora İlgi Duyma	Evet	41	4,19	,612	3,470	,037*
	Hayır	115	3,71	,809		
Sporla Yaşama	Evet	41	4,11	,623	4,534	,106
	Hayır	115	3,49	,789		
Aktif Spor Yapma	Evet	41	4,13	,690	4,415	,083
	Hayır	115	3,44	,911		

*: p<0,05

Veriler incelendiğinde spora ilgi duyma (p=,037) alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanırken; sporla yaşama (p=,106) ve aktif spor yapma (p=,083) alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır. Bu verilere göre spora ilgi duyma alt boyutunda; okul takımlarında görev alan ($\bar{x}=4,19\pm,612$) öğrencilerin, okul takımlarında görev almayan ($\bar{x}=3,71\pm,809$) öğrencilere oranla; daha fazla spora yönelik tutuma sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların Sınıflarına Göre Spora Yönelik Tutumlarındaki Farklılıkların Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Sınıf	N	Ort.	Ss.	F	p
Spora İlgi Duyma	9.Sınıf	34	3,92	,893	,824	,482
	10.Sınıf	38	3,67	,825		
	11.Sınıf	44	3,91	,666		
	12.Sınıf	40	3,85	,793		
Sporla Yaşama	9.Sınıf	34	3,65	,818	,571	,635
	10.Sınıf	38	3,51	,828		
	11.Sınıf	44	3,72	,737		
	12.Sınıf	40	3,71	,818		
Aktif Spor Yapma	9.Sınıf	34	3,59	,965	,056	,983
	10.Sınıf	38	3,60	,951		
	11.Sınıf	44	3,65	,852		
	12.Sınıf	40	3,66	,913		

*: p<0,05

Veriler incelendiğinde spora ilgi duyma (p=,482), sporla yaşama (p=,635), ve aktif spor yapma (p=,983) alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmamıştır.

Tablo 5. Katılımcıların Okul Türlerine Göre Spora Yönelik Tutumlarındaki Farklılıkların Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Bölüm	N	Ort.	Ss.	F	p	Fark (Tukey)
Spora İlgi Duyma	Anadolu Lisesi	77	3,97	,774	4,830	,003*	4<1,3
	Ticaret-Meslek	54	3,66	,796			
	Güz. San-Spor	16	4,17	,592			
	Diğer	9	3,21	,696			
Sporla Yaşama	Anadolu Lisesi	77	3,82	,768	8,661	,000*	1>2,4 3>2,4
	Ticaret-Meslek	54	3,36	,754			
	Güz. San-Spor	16	4,15	,662			
	Diğer	9	3,03	,513			
Aktif Spor Yapma	Anadolu Lisesi	77	3,79	,808	5,166	,002*	2<1 3>2,4
	Ticaret-Meslek	54	3,35	,952			
	Güz. San-Spor	16	4,08	,847			
	Diğer	9	3,11	,989			

*: p<0,05

Veriler incelendiğinde spora ilgi duyma (p=,003), sporla yaşama (p=,000), ve aktif spor yapma (p=,002) alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Yapılan çoklu karşılaştırma sonuçlarına göre; spora ilgi duyma alt boyutunda diğer ile Anadolu lisesi (p=,027) ve diğer ile güzel sanatlar-spor lisesi (p=,001) okul türleri arasında anlamlı farklılıklar vardır. Buna göre; Anadolu lisesi bölümü öğrencilerinin ve güzel sanatlar ve spor lisesi okul türünde öğrenim gören öğrencilerin diğer okul türlerinde öğrenim gören öğrencilere oranla spora ilgi duyma alt boyutunda daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir.

Sporla yaşama alt boyutunda; Anadolu lisesi ile ticaret-meslek lisesi (p=,003) ve Anadolu lisesi ile diğer (p=,014) okul türleri arasında anlamlı farklılıklar vardır (p<0,05). Buna göre; Anadolu lisesi okul türünde öğrenim gören öğrencilerin, ticaret-meslek lisesi ve diğer okul türünde öğrenim gören öğrencilere oranla sporla yaşama alt boyutunda daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir. Yine sporla yaşama alt boyutunda; güzel sanatlar-spor lisesi ile ticaret-meslek lisesi (p=,002) ve güzel sanatlar-spor lisesi ile diğer (p=,002) okul türleri arasında anlamlı farklılıklar vardır. Buna göre; güzel sanatlar-spor lisesi okul türünde öğrenim gören öğrencilerin, ticaret-meslek lisesi ve diğer okul türünde öğrenim gören öğrencilere oranla sporla yaşama alt boyutunda daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir.

Aktif spor yapma alt boyutunda ise; Anadolu lisesi ile ticaret-meslek lisesi (p=,027) okul türleri arasında anlamlı farklılıklar vardır. Buna göre Anadolu lisesi okul türünde öğrenim gören öğrencilerin, ticaret-meslek lisesi okul türünde öğrenim gören öğrencilere oranla aktif spor yapma alt boyutunda daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir. Yine aktif spor yapma alt boyutunda; güzel sanatlar-spor lisesi ile ticaret-meslek lisesi (p=,020) ve güzel sanatlar-

spor lisesi ile diğer ($p=,042$) okul türleri arasında anlamlı farklılıklar vardır. Buna göre; güzel sanatlar-spor lisesi okul türünde öğrenim gören öğrencilerin, ticaret-meslek lisesi ve diğer okul türünde öğrenim gören öğrencilere oranla aktif spor yapma alt boyutunda daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir.

Tablo 6. Katılımcıların Anne-Baba Hayatta Olma Durumlarına Göre Spora Yönelik Tutumlarındaki Farklılıkların Karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Sınıf	N	Ort.	Ss.	F	P	Fark (Tukey)
Spora İlgi Duyma	Anne-Baba Hayatta	71	3,92	,748			
	Anne Hayatta Değil	37	3,90	,577			
	Baba Hayatta Değil	28	3,90	,834	2,977	,033*	1>4
	Anne-Baba Hayatta Değil	20	3,35	1,062			
	Anne-Baba Hayatta	71	3,77	,741			
Sporla Yaşama	Anne Hayatta Değil	37	3,66	,718			
	Baba Hayatta Değil	28	3,71	,719	3,304	,022*	4<1
	Anne-Baba Hayatta Değil	20	3,15	1,052			
	Anne-Baba Hayatta	71	3,75	,880			
Aktif Spor Yapma	Anne Hayatta Değil	37	3,61	,756			
	Baba Hayatta Değil	28	3,72	,897	3,152	,027*	1>4
	Anne-Baba Hayatta Değil	20	3,07	1,124			

*: $p<0,05$

Veriler incelendiğinde spora ilgi duyma ($p=,033$), sporla yaşama ($p=,022$), ve aktif spor yapma ($p=,027$) alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Yapılan çoklu karşılaştırma sonuçlarına göre; spora ilgi duyma alt boyutunda anne-baba hayatta ile anne-baba hayatta değil ($p=,025$) aile durumları arasında anlamlı farklılıklar vardır. Buna göre; anne-babası hayatta olan öğrencilerin anne-babası hayatta olmayan öğrencilere oranla spora ilgi duyma alt boyutunda daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir.

Sporla yaşama alt boyutunda; anne-baba hayatta ile anne-baba hayatta değil ($p=,012$) aile durumları arasında anlamlı farklılıklar vardır. Buna göre; anne-babası hayatta olan öğrencilerin anne-babası hayatta olmayan öğrencilere oranla sporla yaşama alt boyutunda daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir.

Aktif spor yapma alt boyutunda ise; anne-baba hayatta ile anne-baba hayatta değil ($p=,016$) aile durumları arasında anlamlı farklılıklar vardır. Buna göre; anne-babası hayatta olan öğrencilerin anne-babası hayatta olmayan öğrencilere oranla aktif spor yapma alt boyutunda daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir.

Tablo 7. Katılımcıların Spora Yönelik Tutum Ölçeğinin Alt Boyutlarından Aldıkları Puanlara Ait Ortalamalar

Alt Boyutlar	N	Min.	Mak.	Ort.	Ss
Spora İlgi Duyma	156	1	5	3,84	,790
Sporla Yaşama	156	1	5	3,65	,795
Aktif Spor Yapma	156	1	5	3,62	,909

Tablo incelendiğinde; katılımcıların spora ilgi duyma alt boyutunda ($\bar{x}=3,84\pm,790$), sporla yaşama alt boyutunda ($\bar{x}=3,36\pm,795$) ve aktif spor yapma alt boyutunda ($\bar{x}=3,62\pm,909$) ortalamalara sahip oldukları görülmektedir. Buna göre çalışmaya katılanların genel olarak ortalamalarına bakıldığında spora yönelik tutumları adına daha fazla spora ilgi duydukları söylenebilir.

TARTIŞMA

Yetiştirme Yurtlarında kalan lise düzeyinde öğrencilerin spora yönelik tutumlarının incelenmesi amacıyla yapılan çalışmamızda şu sonuçlara ulaşılmıştır.

Katılımcıların cinsiyetlerine ilişkin spora yönelik tutum düzeylerinde spora ilgi duyma, sporla yaşama ve aktif spor yapma alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Genel ortalamalara bakıldığı zaman ise erkek öğrencilerin daha fazla spora yönelik tutumlarının olduğu görülmektedir. Ekici ve arkadaşları (2011), ortaöğretim öğrencilerinin beden eğitimi dersine ilişkin tutumları üzerine yapmış olduğu çalışmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla tutum puanlarının daha yüksek olduklarını ifade etmişlerdir. Kılıç (2015), ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spora yönelik tutumları üzerine yapmış olduğu araştırmada, cinsiyeti erkek olan kişilerin beden eğitimi dersine karşı tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kız öğrencilerin tutum algılarını düşük olmasının çeşitli sebepleri olabilir. Bunlar toplumun kadına bakış açısı, yetersiz spor tesisi sayısı ve yetersiz giyinme odaları, akademik kaygı v.b gibi nedenler kız öğrencilerin derse karşı olumlu tutumları olmasına

rağmen erkeklerin tutum algısından daha düşük çıkmaktadır. Ülkemizde spor ve fiziksel aktiviteye katılımın kadınların ve kız çocukların günlük yaşamlarının bir parçası olması için onların güvenilir ve eşitlikçi bir ortamın olmaması, spor ve fiziksel aktiviteye katılımının koşullarının oluşturulmaması ve kadın ve kız çocuklarının spor ve fiziksel aktiviteye katılımında yaşadıkları sorunları araştırılmaması spora yönelik düşük puanlara sahip olmasının nedenleri olabilir.

Katılımcıların okul takımlarında görev almalarına ilişkin spora yönelik tutum düzeylerinde spora ilgi duyma alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Buna göre spora ilgi duyma alt boyutunda okul takımlarında görev alan öğrenciler, okul takımlarında görev almayan öğrencilere oranla daha yüksek spora yönelik tutuma sahip oldukları görülmektedir. Yetiştirme yurtları ile ilgili yeni yapılanmalarda, yurtlarda yaşayan gençlerin istek ve beklentilerinin göz önüne alınması, etkinliklere katılma düzeyini ve gençlerin bu etkinliklerden memnuniyetini artırabilir. Gençlere hizmet veren kurumlarda sosyal etkinliklerin olmasının, gençlerin sportif etkinliklere katılmalarına yardımcı olduğu, diğer bir deyişle üyelik ya da ait olma yoluyla topluma daha sıkı sosyal bağlarla bağlanacakları düşünülebilir. Başta spor imkânları olmak üzere çeşitli sosyal etkinliklerin, korunmaya muhtaç çocuk ve gençlere hizmet veren kurumlar tarafından ya da imkânlar yeterli olmadığında başka kurumlar aracılığıyla sağlanması önem taşımaktadır. Böylelikle öğrencilerin sadece spora ilgi duymaları sağlanmış olmayıp aynı zamanda sporla yaşama ve aktif spor yapmalarına da olanak sağlanacağı düşünülebilir. Katılımcıların sınıflarına ilişkin spora yönelik tutum düzeylerinde spora ilgi duyma, sporla yaşama ve aktif spor yapma alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Yapılan araştırmalarda öğrencilerin sınıf düzeyleri arttıkça, beden eğitimi dersine ilişkin tutum puanlarında dalgalanma veya azalma olduğu görülmektedir. (Holoğlu, 2006; Erkmen Ve Ark., 2006; Koca Ve Aşçı, 2006). Katılımcıların okul türlerine ilişkin spora yönelik tutum düzeylerinde spora ilgi duyma, sporla yaşama ve aktif spor yapma alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Yapılan çoklu karşılaştırmalar sonucu Anadolu Lisesi ile Güzel sanatlar ve Spor lisesinde öğrenim gören öğrencilerin daha yüksek spora yönelik tutumlarının olduğu sonucuna varılmıştır. Bu okullarda diğer okul türlerine göre daha fazla spora yönelik olanakların, tesislerin, araç gereçlerin fazla oluşu, spor faaliyetlerinin düzenlenmesi ayrıca beden eğitimi öğretmenlerinin yönlendirici oluşu ve sayısal olarak çokluğu bu oranı etkiliyor olabilir. Özellikle Üniversitelerin Beden Eğitimi ve Spor bölümlerine öğrenci hazırlayan Spor liselerinde bu oranların yüksek çıkışı normal karşılanabilir.

Katılımcıların anne-baba hayatta olma durumlarına ilişkin spora yönelik tutum düzeylerinde spora ilgi duyma, sporla yaşama ve aktif spor yapma alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Her üç alt boyutta da; anne-babası hayatta olan öğrencilerin anne-baba hayatta olmayan öğrencilere oranla daha fazla spora yönelik tutumlarının oldukları görülmektedir. Ebeveynler çocuklarının sağlıklı bir şekilde beslenmesi, büyümesi ve ruh sağlığını korumasından birinci derecede sorumlu kişilerdir. Toplum olarak kalkınmak için; sağlıklı düşünen soran sorgulayan araştıran sorumluluk sahibi gibi birçok olumlu özelliklere sahip bireylerin yetişmesinin temeli ailede atılır. Aile çocuğa ilk eğitimin verildiği yerdir. Her şeyden önce aile bir okul öncesi eğitim kurumu olarak kabul edilir. Çocuk okula başladıktan sonra ailenin bu işlevinin bir kısmını eğitim kurumları üstlense bile aile hiçbir zaman çocuğun eğitiminden kendini bütünüyle soyutlamış olamaz. Anne babanın varlığı, çocuğun hayatında bu kadar önemli olduğu düşünüldüğünde, bu durumdan eksik olan bir çocuğun birçok olumlu özelliklerin yanı sıra spor olgusundan da mahrum kalmaları normal olarak düşünülebilir. Bu durumda anne babası hayatta olmayan öğrencilerin öğretmenlerine, okullarına ve kaldıkları yetiştirme kurumlarına çok iş düşüyor. Çocukları spora teşvik etmeli onlar için malzeme olanakları sağlamalı, sportif faaliyetlere katılımlarını sağlayarak başarı güdüsünü hissetmelerine ve toplum içinde statü kazanmalarına yardımcı olunmalıdır

KAYNAKLAR

1. **Karadağ, Ö.** (2008). Ankara'da bulunan Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Adölesanlarda Sosyo-Demografik Özelliklerin ve Fiziksel Aktivite Düzeyinin Ruhsal Belirtileri ve Yaşam Kalitesi Açısından Değerlendirilmesi. Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara.
2. **Çengelci, E.** (1998). Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu. 1.Basım. (s.1, 79) Ankara: Aydınlar Matbaacılık.
3. **Cılga, İ.** (1994) Gençlik ve Yaşam Niteliği. (s.19, 38). Ankara: T.C. Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü.
4. **Erkan, N.**, ODTÜ Haber Bülteni Yayını, 14 Mayıs, Ankara. 1979.
5. **Franzoi, S.L.**, Social Psychology (Third Edition), Boston: Mc. Graw Hill, 2003, s. 156.
6. **Şentürk, H.E.**, Spora Yönelik Tutum Ölçeği: Geliştirilmesi, Geçerliliği ve Güvenirliği, Celal Bayar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2012. 7(2)
7. **Erkan E.** (1992). Toplum sağlığı açısından spor. İçinde: Ergen E (ed). Spor Hekimliği. Ankara: Maya Matbaacılık., 143-159.
8. **Silvermen, S., Subramaniam, P. R.** Student Attitude Toward Physical Education and Physical Activity: A Review of Measurement Issues and Outcomes. Journal of Teaching in Physical Education. Volume:19, Number:1, 1999.
9. **Ekici, S., Bayrakdar, A., Hacıcaferoğlu, B.** Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersi Tutumlarının Değerlendirilmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi. 2011: 8.
10. **Kılıç, M.** 2015. Okul Spor Tesislerinin Ortaöğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Derslerine Karşı Tutumlarına Etkisinin İncelenmesi, Gedik Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
11. **Holoğlu, O.G.**, İlköğretim İkinci Kademedeki Öğrenim Gören Kız Öğrencilerin Beden Eğitimi Dersine Karşı Tutumları, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa, 2006, s:38-41.
12. **Erkmen G., Tekin M., Taşgım Ö.**, Özel İlköğretim Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Çeşitli Değişkenlere Göre Beden Eğitimi Dersi hakkındaki Tutum ve Görüşleri,

- Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi, Kasım, Muğla, 2006, s: 993-996.
13. **Koca, C. ve Aşçı, F.H.** An Examination of Self-Presentational Concern of Turkish Adolescents: An Example of Physical Education Setting. *Adolescence*, 41,(161), 2006, s:185-197.
 14. **Yetim, A, A.**, Sosyoloji ve Spor. Topkar Matbaacılık, Ankara, 2000.
 15. **Kök, M.**, Yetiştirme Yurdundaki Öğrencilerin Psikolojik Belirti Düzeylerinin Değerlendirilmesi, Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Dergisi, 1996. 3(2).
 16. **Yılmaz, G.**, Yetiştirme Yurdu ve Yuvalarda Yaşayan Çocuklar. *Türkiye Klinikleri Pediatrik Bilimler Dergisi*, 2006: 2(2).





SPORDA EGO VE GÖREV YÖNELİMİ ÖLÇEĞİ (SEGYÖ)'NİN HAKEMLER İÇİN ADAPTASYON ÇALIŞMASI

E. Koray DOĞAN¹, Serkan ELÇİ², H. Selim ASİL³

ÖZ

Bu çalışmanın amacı Duda (1989a, 1992), Duda ve Nicholls (1992) tarafından geliştirilmiş ve daha sonra Toros T. (2004) tarafından Türk sporcular için güvenilirlik ve geçerliğinin çalışması yapılan "Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği -SGEYÖ-"nin, spor hakemleri için adaptasyonunun sağlanmasına yönelik geçerlilik güvenilirliğinin belirlenmesidir. Hakemler için revize edilen "Sporda Görev ve Ego Yönelimi Ölçeği", yargıların beş değerlendirme basamağına göre yapıldığı 13 maddeden oluşmakta ve iki alt ölçeği (7 maddesi görev yönelimli hedefler, 6 maddesi ego yönelimli hedefler) içermektedir. Revize edilen bu ölçek; futbol, basketbol ve voleybol branşlarında görev alan toplam 150 bölgesel ve ulusal hakeme uygulanmıştır.

Verilerin analizinde Cronbach Alpha, Pearson korelasyonon tekniği ve temel bileşenler faktör analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre yapılan faktör analizi sonucunda maddeler orijinal ölçekte olduğu gibi iki faktör altında toplanmakta ve boyutlar ise toplam varyansın %53.19'ini açıklamaktadır. Ölçeğin alt boyutlarına ait madde-test korelasyonları incelendiğinde, maddelerin birbiri ve toplam puan ile anlamlı şekilde ilişkili olduğu görülmüştür. Aynı zamanda ölçeğin yüksek güvenilirlik katsayılarına sahip olduğu belirlenmiştir (Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı: Görev yönelimli hedefler .82, ego yönelimli hedefler .83 ve genel .83). Bulgular, sporda görev ve ego yönelimi ölçeğinin hakemler için kullanılabileceğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Ego, Görev, Hakem, Psikoloji, Spor.

THE ADAPTATION STUDY OF TASK AND EGO ORIENTATION IN SPORT QUESTIONNAIRE (TEOSQ) FOR REFEREES

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the reliability and validity of Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire -TEOSQ- which was first developed by Duda (1989a, 1992) and Nicholls (1992) and then was searched by Toros for its reliability and validity for Turkish athletes- for Turkish referees' adaptation. Task and ego orientation in sport questionnaire which was revised for the referees is composed of 13 items judged according to 5 points assessment system and two subscales (7 for task orientation, 6 for ego orientation).

This questionnaire which was revised for referees applied to the 150 referees who took part in local and national category in the branch of football, basketball and volleyball. Cronbach Alpha, Pearson Correlation and Factor Analysis methods and basic components were used to analysis of the data. The results of factor analysis used in determining construct validity indicated that items were collected under 2 factors. These findings are the same as of the original scale. Dimensions explained 53.191 % of the total variance. When examined item to item and item to total test correlations, significant relationship was found. The scale has high reliability scores (Cronbach Alpha coefficients: .82, for task orientation .83 for ego orientation and .83 for general). All of the results showed that the task and ego orientation in sport questionnaire can be used for referees.

Keywords: Ego, Psychology, Referee, Sports, Task.

¹ Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

² Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

³ Işık Üniversitesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İstanbul.

GİRİŞ

Spor psikolojisinde başarı güdülenmesi kapsamı altında sportif davranışın amaç yapısı incelenmiştir. Hedef yönelimi, insanların hedeflere erişmekten kaynaklanan başarı duygusunu elde etmek için çeşitli hedeflere veya etkinliklerle ilişkili oldukları anlamına gelmektedir. İnsanlar başarı duygusunu kazanabilmek için çeşitli tipte hedeflere yönelmektedirler (Toros, 2001). Sporun içerisinde yer alan ve özellikle de profesyonel seviyedeki müsabakaların olmazsa olmazı hakemlerde de bu etki gözlenmektedir. Hakem, insanlar arasındaki anlaşmazlıkları çözümlmek için yetkili olarak seçilen kişidir. Bir başka tanım ise anlaşamayan iki taraf arasında tarafsızlığıyla doğruyu gösterecek, aracılık yapacak kişidir. Karşılaşmaları, müsabakaları kurallara uygun ve yansız olarak yöneten kimsedir. Spor hakemi müsabakaları uluslararası kurallara göre yetki ve otoritesiyle yöneten, müsabakanın sağlıklı bir şekilde ve zamanına riayet edilerek sona ermesini sağlayan kişidir. Sergilenen spor branşlarına göre görev olarak saha ve masa hakemi olmakla birlikte, sayı olarak değişmektedir. Hakemlik bilgi, tecrübe, eğitim, yeterlilik, kişilik, kondisyon ve konsantrasyon gerektirir. Hakem düzgün yaşantısı, dürüst kişiliği ile insan psikolojisinden ve toplum sosyolojisinden anlayan, insanın bireysel ve toplumsal davranışlarını yorumlayabilen, saha içindeki ve dışındaki hareketleriyle örnek olması gereken kişidir.

Duda (1989), Duda ve White (1992); Nicholls'un gelişimsel temelli algılanan yeterlik kuramından etkilenmiştir. Hedef yönelimleri, bilişsel yargılama ve değerlendirme temelli değişkenlerdir. Nicholls'un gelişimsel temelli algılanan yeterlik kuramı, Bandura'nın öz yeterlik kuramı ile Harter'in yeterlik güdüsü kuramının gelişmiş halidir (Cox 1995). Nicholls (1984) ve Duda (1987)'ya göre başarı güdüsünün tanımlayıcı özelliği, kendi algılanan yeterliklerini görme yoludur. Algılanan yeterlik, bir gelişimsel düzeyden diğerine farklı göstermektedir. Genç yaşlarda yetenek, geçmiş performansla dayalı, çocukluktan bu yana olan yaşantıya göre yargılanır (Cox 1995). Daha sonraki yaşlarda yetenek, diğerlerinin performansına göre yargılanır. Bu duruma sosyal karşılaştırma adı verilmektedir (Toros ve Yetim 2000). Aynı zamanda sporcunun kendi başarısını ya da yeteneğini diğerleri ile karşılaştırarak bir yargıya ulaştığı bilinmektedir. Hakemler, hakemlik görevine sporculardan daha ileri yaşlarda, en erken lise döneminde başladığından başarı ve yeteneğin daha çok sosyal karşılaştırılmaya dayandığı görülmektedir. Nicholls'un genel olarak öne sürdüğü hedef yönelimi kuramı, Duda (1989) tarafından spor bağlamına uygulanmıştır. İlk SGEYÖ ölçeği, güdüsel yönelim ölçeğinden doğrudan alınan maddeleri kapsamak üzere toplam 16 maddeden oluşturulmuştur. Psikometrik özelliklerinin incelenmesi ve daha sonrasında ölçeğe ilişkin çalışmalarla ölçek 13 maddeye

düşürülmüştür. Hedef yönelimi kuramına göre insanlar, hedeflere ulaştıkları anda başarı hissi elde ederler. Başarı hissi, hedeflerin başarılması sonucu elde edilir ve hedefin değeri sporcu tarafından başarılmasına göre verilir (Nicholls, Cheung, Lauerand Pastashnick 1989). Başarı ve başarısızlık hissi sporcunun hedef yönelimine bağlıdır. Başarı, hem kişiyle hem de diğerleriyle kıyaslandığında hedef yönelimini belirler (Nicholls 1984). Aslında hedef yönelimi kişinin başarısını değerlendirdiği objektifdir. Duda ve Nicholls sporda hedeflere ulaşmada ve başarı güdülenmesinde iki boyutu ayırt etmişlerdir. Bunlar görev yönelimi ve ego yönelimi olarak ortaya çıkmıştır. Hedef yönelimin ilk boyutu, görev yönelimli hedeflerdir. Görev yönelimli hedefler kişiseldir. Başarılı olmak için sporcu çok çalışmalı ve elinden gelenin en iyisini ortaya koymalıdır. Başarı, bu süreçte zevk olarak çalışmaktır. Stephens ve Bredilmer (1995), görev yönelimi yüksek olan sporcuların, kendilerini becerikli gördüklerini ve sporda yer almaktan hoşnut olduklarını belirtmektedir. Görev yönelimli hedeflerde sporcu başarı için yeteneğin gelişimine, kondisyonuna ve sürece yönelik çalışmaları tercih eder ve yarışmaları bu doğrultuda bir şans olarak görür. Hedef yöneliminin ikinci boyutu ise ego yönelimli hedeflerdir. Ego yöneliminde öncelik sağlayan unsur ise birey için önemli olanın süreç değil sonuç olmasıdır. Ego yönelimli hedefler rekabete dayanır. Kıyaslamanın ön planda olduğu bu süreçte birey, üstün olmaktan daha aşağıda bir başarıyı kabul etmeyi bir felaket olarak algırlar (Toros 2000). Bu tür sporcular, kazanmayı veya üstünlüğün sağlanmasını büyüklük olarak görürler ve kazanmak için yapılması gereken her şeyi kuralına uymamak pahasına olsa bile yapmak isterler (Duda 1992).

Sporda, başarıya etki eden en önemli faktörlerden birisi de hakemler ve davranışlarıdır (Pepe 1999). Yönettikleri spor branşlarının içerisinde çeşitli şekillerde görev yaparlar. Basketbol, futbol, beysbol gibi branşlarda saha içerisinde ve hareket halinde iken; voleybol, tenis ve yüzme gibi branşlarda ise saha kenarı ya da masa başında görev yer alırlar. Ancak her iki şekilde de hakemler sporcu niteliği taşımazlar. Hakemler spor müsabakalarına atanmış idarecilerdir ve hakemi sporcudan ayıran birçok unsur bulunmaktadır. Sporcular kulüpleriyle olan sözleşmelerine karşın hakemlerin ve bağlı oldukları federasyonların birbirlerine karşı resmi yükümlülükleri yoktur. Elit hakemler bile asla üst seviyedeki sporcularla kıyaslama yapılacak kadar maddi imkânlarla sahip değillerdir. Ancak hakemlerin maddi ve manevi olarak oldukça zor şartlarda yaptıkları görevlerinde genellikle yoğun bağlılık, fedakârlık ve hakemlik sonrasında ise camiadan kopmama adına gözlemcilik yapmaları gözlenmektedir. Ayrıca spor hakemliğinin yarı profesyonel bir yapıda olması da hakem-sporcu farklarının bir diğeri olarak göze çarpmaktadır.

Bu farklılık aynı zamanda bizlere hakemlerin sporculardan farklı görev yönelimleri olduğunu göstermektedir. Öncelikli olarak SGEYÖ'nin, "sporda" kelimesi ile aktif sporun içerisinde yer alan bütün kitleyi hedeflediği düşünölmektedir. Ancak Cid ve diğ (2010) tarafından Portekizli hakemler üzerinde yapılan "Assessment of Achievement Goals in Portuguese Football Referees: Exploring the Adaptation of the Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire (TEOSQ)" adlı çalışma, bu konuda bir takım yetersizlikleri ortaya koymuştur. Portekiz Futbol Federasyonu'na bağlı hakemler üzerinde yapılan bu çalışmada, ölçeğin sporcular için hazırlanmış olan aslına birebir bağlı kalınmıştır. Dolayısıyla SGEYÖ, sporcu ve hakemlerin belirtilen farklılıklarından ve soru kalıplarının hakemlik yapısını yeterince karşılamadığından çalışmada istenilen başarı yani adaptasyon sağlanamamıştır (özellikle 9. ve 12. sorularda).

Türkiye'de daha önce spor alanında yapılan ölçek adaptasyonlarında, hakemlere özgün bir çalışma bulunmamaktadır. Spor ortamında hakemler ile sporcuların maddi ve manevi beklentileri, kazanımları birbirinden tamamen farklı yapıdadır. Bu farklı yapılanma doğal olarak sporcu ve hakemlerin müsabaka öncesi, sırası ve sonrasındaki genel olarak icra ettikleri görevlere bakış açılarını, tutumlarını ve davranışlarını da etkilemektedir. Kısacası nicel ve nitel olarak bunca farklılığın bulunduğu sporcu ve hakemlerin bilimsel çalışmalarda aynı potada değerlendirilmeleri, bilimsel çalışmalarda özellikle atletik-fiziksel gibi nesnel çalışmaların aksine psiko-sosyal çalışmalarda birtakım eksik bilgilenmeye yol açmaktadır. Bu nedenle hakemlerin sporculardan ayrı bir yapıda incelenmesi gereklidir.

Bu çalışmada, sporcu ve hakemlerin farklı değer ve hedefleri olduğu gerçeğiyle, sporda hedef yönelimlerini açıklayabilecek bu ölçeğin spor hakemlerine uyarlanma yapılması amaçtır. Ülkemiz başta olmak üzere tüm dünyada spor hakemlerinin hedef yönelimlerini belirlemede spor psikolojisi literatürüne bir ölçeği kazandırmaktır. Araştırma spor ortamında fiziksel yeterlilikler ve ölçümlerin yanı sıra psikolojik yeterlilikler ve ölçümler katkısının önemini vurgulamak gibi bir önemi içermektedir. Bu nedenlerden dolayı yeni gelişmekte olan spor psikolojisinde hakemlere ve hedef yönelimine yönelik yeni bir ölçek kazandırmak amaç edinilmiştir.

Bu çalışmanın evrensel amacı ülkemizdeki psikoloji öğrencilerinin ve psikologların dikkatini "Spor Psikolojisi" alanına çekmektir. Bu kapsamda yapılan özel araştırma ise Duda (1989, 1992), Duda ve Nicholls (1992) tarafından geliştirilen ve daha sonra Toros (2004) tarafından Türk sporcular için güvenilirlik ve geçerliğinin çalışması yapılan "Sporda Görev ve

Ego Yönelimi Ölçeği -SGEYÖ-"nin, sporun içerisinde yer alan ve önemli bir zümre olan hakemlerin adaptasyonunun sağlanması için geçerlilik güvenilirliğinin belirlenmesidir.

YÖNTEM

Ölçeğin Adaptasyon Geçerliliği

Ölçeğin geçerlik güvenilirlik çalışmasında öncelikle amatör hakemler ile pilot çalışma yapılmış ve revize edilmiş ölçeğin sorunsuz bir şekilde algılanışı hakemlere uyarlanabileceğini göstermiştir. Ölçeğin hakemlere adaptasyonu sürecinde bazı ifadeler hakemlik görevine uyarlanmış ve genel olarak ölçeğin bütünlüğüne bağlı kalınmıştır. Yapılan bazı ifade değişikliklerinde psikologlar, hakemler ve hakem hocalarından fikirler alınmıştır.

Örnekleme

Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması aşamasında Türkiye Basketbol Federasyonu, Türkiye Futbol Federasyonu ve Türkiye Voleybol Federasyonu Merkez Hakem Kurulları tarafından resmi izinler alınarak bünyelerindeki profesyonel liglerde görev alan ve yaş ortalamaları 29.04 ± 4.64 olan 12 kadın, 138 erkek hakeme uygulanmıştır. Hakemlerin 41'i basketbol, 59'u futbol ve 50'si voleybol branşlarında görev almaktadır. Hakemlerin görev seviyeleri incelendiğinde, % 72.7'si bölgesel ve % 27.3'ü ise ulusal klasman hakemleri olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Aracı

Güvenirlik ve geçerliliği test edilmeye çalışılan bu ölçek "hakemlikte hedef yönelimlere göre kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim" kavramı temel alınarak sunulmuş maddelere verilen "kesinlikle katılmıyorum, katılmıyorum, kararsızım, katılıyorum, kesinlikle katılıyorum" cevaplarından oluşan likert tipte bir ölçektir. Ölçek 13 maddeden oluşmakta ve ego-görev yönelimleri olmak üzere iki alt ölçeği içermektedir.

Verilerin Toplanması

Ölçek, çalışmaya katılan hakemlerden futbol ve voleybol hakemlerine kendi hizmet içi eğitimleri sırasında birebir görüşme yoluyla uygulanırken, basketbol hakemlerine ise e-posta yöntemiyle bir veritabanına yönlendirilerek cevaplamaları sağlanmıştır. 2010-2011 sezonu içerisinde gerçekleştirilen veri toplama çalışmaları esnasında bilimsel açıdan genel etik, ilke ve kurallara riayet edilmiştir.

Veri Analizi

Araştırma verileri SPSS veri analizi programı ile değerlendirilmiştir. Ölçeğin yapı geçerliliğini test etmek için Oblimin döndürme yöntemiyle yapılan temel bileşenler faktör

analizi kullanılmış, madde-toplam korelasyonlarına bakılmış ve iç tutarlılığının belirlenmesi için de Cronbach Alpha katsayıları incelenmiştir.

BULGULAR

Ölçeğin Yapı Geçerliliğine İlişkin Bulgular

Örneklemin büyüklüğü ve uygunluğunu, verilerin dağılım yapılarını belirlemek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Bartlett testi uygulanmıştır. KMO analizi sonucundan bulunan değer örneklem büyüklüğünün iyi olduğunu göstermektedir (KMO = .81). Bartlett test sonuçları, verilerin çok değişkenli normal dağılımdan geldiğini ve faktör analizinin kullanılmasının uygunluğunu göstermektedir.

“Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği”nin hakemler için yapı geçerliliği için temel bileşenler faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizi sırasında dik döndürme yöntemine başvurulmuş ve Oblimin yöntemiyle faktör yükleri belirlemiştir. Ölçeği oluşturan faktörleri ve maddelerini belirlemek amacıyla faktör matrisi yapıldığında, ilk denemede orijinal ölçekte olduğu gibi ölçeği oluşturan on üç maddenin iki faktör altında toplandığı görülmüştür. Buna göre birinci faktör altındaki maddelerden -2-5-7-8-10-12-13 (7 madde) görev yönelimini, ikinci faktör altındaki maddelerden -1-3-4-6-9-11 (6 madde) ise ego yönelimini göstermekte olup toplam on üç maddeden oluşmaktadır.

Tablo 1. Temel Bileşenler Faktör Analizi

Madde	İlk denemeden sonra	
	Görev	Ego
1) Kritik bir pozisyonda karar verebilen veya hata yapmayan tek kişi ben olduğum zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.31	.39
2) Yeni bir teknik öğrendiğimde ve bende uygulama isteği uyandırdığı zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.70	.02
3) Arkadaşlarımdan daha iyi yapabildiğim zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.26	.62
4) Diğerleri benim kadar iyi yapamadığı zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.17	.81
5) Uygulaması beğeni toplayan bir şey öğrendiğim zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.67	.17
6) Yalnız benim başarılı olduğum zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.19	.88

7) Çok deneyerek yeni bir teknik öğrendiğim zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.78	.08
8) Sıkı çalıştığım zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.79	.07
9) En yüksek gözlemci notunu ben aldığım zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.16	.54
10) Öğrendiğim bir şey bende daha fazla uygulama isteği uyandırdığı zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.66	.03
11) En iyi ben olduğum zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.01	.76
12) Öğrendiğim bir teknik gerçekten doğru hissi verdiği zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.82	.02
13) Elimden gelenin en iyisini yaptığım zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissederim.	.68	.13

Daha sonra toplam varyansın açıklanması ile ilgili varyansın yüzdesine ve kümülâtif yüzdelerine bakılmıştır. İlgili tabloya bakıldığında Oblimin eğik döndürme ile birinci boyut, varyansın 34.86'sını ve ikinci boyut varyansın 18.33'ünü açıkladığı tespit edilmiştir. Boyutlar ise toplam varyansın 53.19'unu açıklamaktadır. Bu yüzdelerin ölçmeye çalıştığı özellik ve hakemlerin görev ve ego yönelimlerini yeterince açıkladığını söylemek olasıdır.

Tablo 2. Toplam Varyans Analizi

Boyutlar	Toplam	Varyansın Yüzdesi	Kümülatif	Toplam
Özdeğer	Yüzdesi		Özdeğer	Yüzdesi
1	4.53	34.86	34.86	4.53
2	2.38	18.33	53.19	2.38

Ölçeğin Güvenirliğine İlişkin Bulgular

Likert tipteki bu ölçeğin güvenirliliğini belirlemek amacıyla öncelikle içsel tutarlılığını sınaama yöntemi olarak Cronbach Alpha değerlerine bakılmıştır. Görev yönelimli hedefler ve ego yönelimli hedeflerden oluşan "Hakemler İçin Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği"nin alt boyutlarının Cronbach Alpha değerlerine bakıldığında; görev yönelimli hedefler .82, ego yönelimli hedefler .83 Cronbach Alpha güvenirlilik katsayısına sahip olduğu belirlenmiştir. Buna bağlı olarak elde edilen katsayı değerleri ölçeğin oldukça güvenilir bir ölçek olduğuna dair bilgi vermektedir.

Madde Ayırt Edicilik İndeksine İlişkin Bulgular

Tüm alt ölçeklerle maddelerin ve maddeler ile ait oldukları alt ölçeklerin korelasyonları incelenmiştir. Değerlere bakıldığında ise her maddenin madde-toplam test korelasyon ile yüksek korelasyon gösterdiği belirlenmiştir. Her bir maddenin toplam puanı ile yüksek korelasyon göstermesi, alt ölçeğin ölçmeyi amaçladığı özelliği ölçebildiğini göstermektedir.

Tablo 3. Madde-Madde ve Madde-Toplam Test Korelasyonları Analizi ve Alt Ölçeklerin Cronbach Alpha Güvenirlilik Katsayıları Değerleri

Madde	Görev Yönelimi $\alpha = .82$	Ego Yönelimi $\alpha = .83$
1) Kritik bir pozisyonda karar verebilen veya hata yapmayan tek kişi ben olduğum zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	---	.44**
2) Yeni bir teknik öğrendiğimde ve bende uygulama isteği uyandırdığı zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	.46**	---
3) Arkadaşımdan daha iyi yapabildiğim zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	---	.59**
4) Diğerleri benim kadar iyi yapamadığı zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	---	.37**
5) Uygulaması beğeni toplayan bir şey öğrendiğim zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	.58**	---
6) Yalnız benim başarılı olduğum zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	---	.40**
7) Çok deneyerek yeni bir teknik öğrendiğim zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	.57**	---
8) Sıkı çalıştığım zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	.50**	---
9) En yüksek gözlemci notunu ben aldığım zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	---	.43**
10) Öğrendiğim bir şey bende daha fazla uygulama isteği uyandırdığı zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	.48**	---
11) En iyi ben olduğum zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	---	.46**
12) Öğrendiğim bir teknik gerçekten doğru hissi verdiği zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	.59**	---
13) Elimden gelenin en iyisini yaptığım zaman kendimi hakemlikte çok başarılı hissedirim.	.37**	---

**p<.01

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sporda görev ve ego yönelimi ölçeği, sportif ortamda bireyin hedef yönelimlerinin kaynağını belirlemek için Duda tarafından geliştirilmiştir Toros tarafından Türkçeye standardizasyonu gerçekleştirilmiştir. Ancak Cidve diğ. (2010) Portekizli hakemler üzerinde ölçeği orijinal haliyle uygulandığı araştırma sonucu faktör analizinde bir takım farklılık çıkmış ve hakemler için güçlü bir adaptasyon gereksinimi duyulduğu göze çarpmıştır. Bu sonuçlar bize hakemlerin sporculardan ayrı bir şekilde değerlendirilmesi, ölçeğin hakemlik kavramlarıyla tekrar oluşturulması gerekliliğini öngörmüştür.

Bu çalışmada da bu ölçeğin, sporun karar organları olan hakemler için uyarlanması amaçlanmıştır. Gerekli teknik çalışmalar sonucunda basketbol, futbol ve voleybol hakemlerinden oluşan 150 kişi üzerinde yapılan güvenilirlik geçerlik çalışmalarının istatistiksel sonuçlarının oldukça yüksek olduğunu gözlenmiştir. Ölçeğin geçerlik aşamasında gerçekleştirilen faktör analizi sonucunda elde edilen ölçek maddeleri, orijinal ölçek maddeleriyle tutarlılık göstermiştir. Güvenirlik çalışması esnasında madde-madde ve madde-toplam test korelasyonlarına bakılmış, her maddenin kendi boyutunda bulunan maddelerle ve toplam puan ile orta düzeyde korelasyon gösterdiği belirlenmiştir. Her bir maddenin toplam puanı ile orta düzeyde korelasyon göstermesi, alt ölçeğin ölçmeyi amaçladığı özelliği ölçebildiğini göstermektedir. Bu sonuçlar bizlere hakemlerin ego ya da görev yönelimlerinin farklılıklarını göstermiştir.

Bu çalışma ile amaçlanan ise hakemlerin hedef yönelimlerini ölçmede kullanılabilecek bir ölçeği spor psikolojisi dünyasına kazandırmaktır ve ülkemizdeki psikologların dikkatini spor psikolojisi alanına çekmektir. Bu ölçeğin sporcular için hazırlanmış asıl formunda birçok uluslararası çalışma yapılmış (Chi and Duda 1995) ve "Sporda Ego ve Görev Yönelim Ölçeği"nin Türkçe literatüründe ilk çalışması "Sporda Ego ve Görev Yönelimi Ölçeği"nin Türk sporcuları için geçerlik-güvenirlik çalışmasıdır (Toros 2004). Ancak bu ölçek ülkemizde ve dünya literatüründe ilk kez hakemler için standardizasyonu yapılmış görev yönelim ölçeğidir. Tüm elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde ölçeğin spor psikolojisi biliminde hakemler için görev ve ego yönelim düzeylerini belirlemede kullanılabılır bir ölçek olduğu görölmektedir. Böylece hakemlere ve hakem hocalarına ve spor psikologlarına daha faydalı bilgiler verilecektir. Ölçeğin hakemler için adaptasyonu gerçekleşen bu formuna "Hakemler İçin Sporda Görev ve Ego Yönelim Ölçeği" ismi verilmiştir.

Bu çalışmaya konu olan SGEYÖ, daha önce Türkiye'de çeşitli spor ve sporcular ile yapılan çalışmalarda kullanılmıştır. Ayrıca ülkemizde spor hakemleri ve hakem tutumları

üzerine de birçok çalışma yapılmıştır. Sporcu ve hakemler arasındaki niceliksel ve niteliksel birçok farklılığa rağmen ülkemizde daha önce hakemler için özel bir ölçek hazırlanmamış veya adaptasyonu yapılmamıştır. Çalışmaya katılan hakemler branş olarak ve klasman olarak sınırlıdır. Bu ve benzeri bir başka konulardaki araştırmalar için yapılacak öneriler arasında; hakemlerin branşlarının zenginleştirilmesi ve araştırmaya katılan hakemlerin amatörden uluslararası düzeye kadar tüm klasmanlardan seçilebilmesi sayılabilir. Ayrıca yine hakemler için hazırlanmış veya adapte edilmiş ölçeklerin geliştirilmesi de öneriler içerisinde yer almaktadır.

KAYNAKLAR

1. **Cid L, Pacheco J, Borrego C, Silva C.** (2010). Assessment of Achievement Goals in Portuguese Football Referees: Exploring the adaptation of the task and ego orientation in sport questionnaire. *The Open Sports Sciences Journal*, 3, 87-89.
2. **Cox RH.** (1995). *Sport Psychology: Concept and Applications*. (3rd Edition) Dubuque: Iowa.
3. **Duda JL.** (1987). Toward a developmental theory of children's motivation in sport. *Journal of Sport Psychology*, 9, 130-145.
4. **Duda JL.** (1989). Goal perspectives, participation and persistence in sport. *International Journal of Psychology*, 20, 42-56.
5. **Duda JL, Chi L, Newton ML, Walling MD, Catley D.** (1995). Task and ego orientation and intrinsic motivation in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 26, 40-63.
6. **Duda JL, Nicholls JG.** (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, 84, 290-299.
7. **Duda JL, White SA.** (1992). Goal orientations and beliefs about the cause of sport success among elite skiers. *The Sport Psychologist*, 6, 334-343.
8. **Nicholls JG.** (1984). Achievement motivation: Concepts of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, 91, 329-346.
9. **Nicholls JG, Cheung PC, Lauer J, Pastashnick M.** (1989). Individual differences in academic motivation: Perceived ability, goals, beliefs and values. *Learning and Individual Differences*, 1, 63-84.
10. **Pepe H, Filiz K, Pepe K, Can S.** (1999). Futbol hakemlerinin hakemlik geçmişleri ve sporculuk geçmişlerinin tutarlı karar vermedeki etkisinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1, 26-33.
11. **Toros T.** (2001). Elit ve Elit Olmayan Erkek Basketbolcularda Hedef Yönelimi, Gündüsel İklim ve Hedeflerin Özgünlük Güçlük Derecesi Özelliklerinin Yaşam Doyumuna Etkisi. Yayınlanmış Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
12. **Toros T., Yetim Ü.** (2000). 3.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi: Sporda görev ve ego yönelimi ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlama ön çalışması. İstanbul: Marmara Üniversitesi.
13. **Weinberg RS, Richardson PA.** (2008). *Başarılı Hakemliğin Psikolojisi*. (R Ekmekçi, T Toros Çev.). Denizli: Gültürk Ofset.



2012-2013 SPOR TOTO SÜPER LİG TAKIMLARININ SEZON SONU SIRALAMASINA ETKİ EDEN FAKTÖRLERİN İNCELENMESİ*

Özgür BOSTANCI¹, Şaban ÜNVER¹, Menderes KABADAYI¹, Kenan ŞEBİN², Mehmet İMAMOĞLU¹

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, 2012-2013 futbol sezonunda Türkiye Spor Toto Süper Liginde mücadele etmiş ve sezon sonundaki lig sıralamasına göre ligin ilk altı ve son üç takımı olmak üzere toplam 9 profesyonel futbol takımının 34 hafta boyunca oynadığı 306 resmi lig maçının şut, pas ve orta sayılarını belirlemek ve lig sıralamasına etkisinin olup olmadığını incelemektir. Çalışmada kullanılan veriler, MATHBALL maç analiz programı kullanılarak analiz hizmeti sunan tr.matchstudy.com adlı internet sitesinden izin alınarak elde edilmiştir. Verilerin analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmış Kolmogorov-Smirnov testi ile normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Gruplar arası istatistikî karşılaştırmalarda Kruskal-Wallis, ikili karşılaştırmalarda ise Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre 9 takımın sezon boyunca toplam 306 müsabakada, maç başına $13,02 \pm 5,02$ ortalama ile şut çekildiği ve olumlu şutların ortalaması $5,50 \pm 2,69$ iken olumsuz şut ortalaması $7,52 \pm 3,55$ olarak hesaplandı. Takımların yaptığı pas sayı incelendiğinde ise $361,20 \pm 84,80$ ortalama ile oynandığı ve bunların $310,43 \pm 81,34$ olumlu iken $50,64 \pm 10,21$ olumsuz pas olduğu belirlendi. Araştırmanın bir diğer parametresi olan orta sayılarında ise ortalama değerlerin sırasıyla $15,30 \pm 6,93$, $3,15 \pm 2,20$ ve $12,15 \pm 5,64$ olduğu tespit edilmiştir. 2012-2013 Spor Toto Süper Lig takımlarının sıralamaya göre toplam “Şut”, “Pas” ve “Orta” değerleri karşılaştırmasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Şut ve pas ortalama sayı değerlerindeki anlamlı farklılıkların ligin ilk üç takımı lehine olduğu görülmüştür. Yani ligin ilk sıralarındaki takımların alt sıralardaki takımlara göre daha fazla şut ve pas yaptıkları tespit edilmiştir. Ancak bu durum orta sayısı değerlerinde farklılık göstermiştir. Yani ligin son üç takımı daha fazla orta değerine sahip olduğu görülmüştür. Sonuç olarak şut, pas ve orta sayılarının lig sıralamasını etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda antrenörlerin bu bilgiyi dikkate alarak oyuncularına gerekli uyarıları yapması ve galibiyete ulaşmak için gerekli taktiksel çalışmalarına yön vermesi açısından önemlidir. Takımların üst sıralarda ligi bitirmeleri için sadece orta değil şut ve pas sayılarını arttırması gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Maç Analizi, Şut, Pas, Orta.

¹ Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun.

² Atatürk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Erzurum.

*Bu çalışma, 3. Uluslararası Rekreasyon ve Turizm Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

ANALYSIS OF THE FACTORS THAT HAVE AN EFFECT ON THE RANKING OF TEAMS AT THE END OF 2012-2013 SPOR TOTO SUPER LEAGUE

ABSTRACT

The purpose of this study is to find out the shot, pass and cross counts of 306 official league competition played in 34 weeks by 9 professional football teams – the first six and the last three teams of Turkey Sport Toto Super League during the 2012-2013 football season – and to examine whether the league ranking has an effect on these counts. The data were obtained in the study by using MATHBALL analysis program with permission from the tr.matchstudy.com website which offers analysis service. SPSS 21 package program was used for the analysis of the data and Kolmogorov-Smirnov test was used to find out whether the data were distributed normally. Kruskal-Wallis was used for statistical comparisons between groups while Mann-Whitney U test was used for paired comparisons. According to the results of the study, it was found that the total mean of shots of 9 teams in 306 competition were $13,02 \pm 5,02$ per competition and while the mean of positive shots was $5,50 \pm 2,69$, the mean of negative shots was $7,52 \pm 3,55$. When the teams were analyzed in terms of passes, the mean of passes was $361,20 \pm 84,80$ and while $310,43 \pm 81,34$ of these were positive, $50,64 \pm 10,21$ were negative. In another parameter of the study, the mean cross counts were found as $15,30 \pm 6,93$, $3,15 \pm 2,20$ and $12,15 \pm 5,64$, respectively. Significant differences were found in the total “shot”, “pass” and “cross” values of the 2012-2013 Spor Toto Super League teams in terms of ranking ($p < 0,05$). The significant differences in shot and pass mean counts were found to be in favor of the first three teams. That is, it was found that the teams which have the top in the league were found to have more shots and passes when compared with those with lower places. However, this result was different in terms of the cross count values. That is, it was found that the teams in the last three places of the league were found to have more cross values. As a result, it was found that the counts of shots, passes and crosses had an effect on league’s ranking. Within this context, it is important for trainers to take this information into consideration and thus warn their players and make the required tactical practices. Teams should increase not only the count of crosses, but also the count of shots and passes in order to be able to finish the league in top places.

Keywords: Football, Match Analysis, Shot, Pass, Cross.

GİRİŞ

Dünya da kitleleri peşinden sürükleyen futbol da, başarıyı etkileyen faktörlerin amaca yönelik bilinçli ve etkili çalışmaların uygulanması ile futbolcuların verim düzeyini ve futbolun gelişimini olumlu yönde etkilemektedir (Dufour, 1991; Loy, 1995). Bu sebeple müsabaka içerisindeki tüm teknik elementleri toplamak ve müsabakanın sonucu ile oyun elementleri arasında bir ilişki kurmak (Loy, 1995) için tüm teknik hareketlerin tanımlanması ve sınıflandırılması gereklidir.

Futbol oyunu genellikle subjektif gözlemlerle değerlendirilmektedir. Gözlemler yoluyla bir takımın iyi veya kötü yönleri belirlenip, elde edilen görüşler ışığında antrenmanlara yön verilmektedir. Subjektif gözlemler; izleme şartları, insan limitleri, ön yargılar, şahsi düşünceler ve duyguların etkileri gibi nedenlerden dolayı yanıltıcı fikirler verebilmektedir (Smith, 1996). Tarafsızlığı sağlamak için gerekli olan maç analizi programları, müsabaka süresince meydana

gelen olayların incelenmesi ve nesnel olarak kaydedilmesi anlamına gelir. Bu, bir oyuncunun aktiviteleri üzerine odaklanmış olabilir ya da topun etrafındaki oyuncuların eylemlerini ve hareketlerini de içerebilmektedir (Carling ve ark., 2005). Futboldaki temel tekniklerin maç esnasında geçen zamana bağlı olarak değerlendirilmesi, başarı/başarısızlık oranının tespit edilmesi ayrıca yön, hız ve mesafe gibi ayrıntı bilgileri ile analiz edilmesi önemlidir (Jinhsan ve ark., 1988; Luhtanen, 1990; Luhtanen, 2001; Dufour, 1991).

Genellikle video görüntüleri üzerinden yapılan tekniksel analizler, oyuncuların pas, şut, orta, kafa vuruşu gibi teknik beceri performansını geliştirme ve geribildirim sağlamada önemlidir. Elde edilen analiz bulgularına göre de antrenörler takım oyunundaki verimliliği arttırmak için antrenman dönemlemelerinde de teknik çalışmalara da yer vermelidir (Doğan ve ark., 1998, Çakıroğlu ve ark., 2002). Bununla birlikte analiz sonuçları, müsabaka öncesi oyuncuların seçimi için antrenörlere, kulüplerinde transfer politikalarının belirlenmesi açısından da yöneticilere yardımcı olmaktadır.

Performansı değerlendirirken futbolu oluşturan birçok parametrenin ayrılıp, düzenli bir şekilde incelenerek kaydedilmesi gerekmektedir (Winkler, 1993). Maç analizinin en büyük yararlarından bir tanesi, bu gereksinimi yerine getirmesi ve takımın maç içinde yaptığı hareketleri sayısal olarak değerlendirmesini mümkün kılmasıdır.

Eldeki bu bilgilere dayanarak çalışmanın amacı 2012-2013 Türkiye Spor Toto Süper Liginde sezon sonu sıralamasına göre ligin ilk altı ve son üç takımı olmak üzere toplam 9 profesyonel futbol takımının tüm sezon boyunca müsabaka esnasında yapmış oldukları şut, pas ve orta gibi teknik parametrelerine göre takımlar arasındaki farklılıkları ve sezon sonu lig sıralamasına etkisini incelemektir.

YÖNTEM

Bu çalışma, 2012-2013 futbol sezonunda Türkiye Spor Toto Süper Liginde mücadele etmiş ve sezon sonundaki lig sıralamasına göre ligin ilk 6 takımı (1.Galatasaray (G), 2.Fenerbahçe (F), 3.Beşiktaş (B), 4.Bursaspor (B), 5.Kayserispor (K), 6.Kasımpaşa (K), ve son 3 takımı olmak üzere 16.İstanbul Büyükşehir Belediye (İ), 17.Orduspor (O) ve 18.Mersin İdman Yurdu (M)) toplam 9 profesyonel futbol takımının 34 hafta boyunca oynadığı 306 resmi lig maçındaki şut, pas ve orta sayılarını belirlemek ve lig sıralamasına etkisini değerlendirmektir.

Veriler MathBall yazılımı kullanarak maç analiz hizmeti sunan tr.matchstudy.com adlı internet sitesinden elde edildi. MathBall yazılımı futbol maçlarının istatistiksel analizlerini futbolun tüm paydaşlarına sunmak için geliştirilmiş bir sistemdir.

Verilerin Tanımlanması

Olumlu Şut: Gol yapmak amacıyla topun rakip kaleye gönderildiği vuruş türüdür.

Olumsuz Şut: Gol yapmak amacıyla topun rakip kaleye ulaşmayan vuruş türüdür.

Olumlu Pas: Bir oyuncunun topu kendi takım arkadaşına hedef gözeterek atmasıdır.

Olumsuz Pas: Atılan pasların hedef oyuncuya ulaşmamasıdır.

Olumlu Orta: Rakip ceza alanı içindeki bir oyuncu grubuna, öncelikle bir gol vuruşuyla tamamlanmak üzere, genellikle kanatlardan (yerden ve havadan) yapılan vuruşlardır.

Olumsuz Orta: Rakip ceza alanı içindeki bir oyuncu grubuna, öncelikle bir gol vuruşuyla tamamlanmak üzere, genellikle kanatlardan (yerden ve havadan) ama hedefe ulaşmayan vuruşlardır.

İstatistiksel Analiz

Elde edilen verilerin analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Normallik dağılımına Kolmogorov-Smirnov testi ile bakılıp verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Gruplar arası istatistikte Kruskal-Wallis, İkili karşılaştırmalarda Mann Whitney U testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi 0,05 ve 0,01 olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. 2012-2013 sezonu 9 Spor Toto Süper Lig Takımının Sezon Sonu Şut/Orta/Pas Değerleri

Takımlar ve Lig Sıralaması	N	Ortalama	Min.	Maks.	SS	
Galatasaray (1)	Şut Sayısı	Olumlu	5,50	0,00	13,00	2,69
		Olumsuz	7,52	0,00	28,00	3,55
		Toplam	13,02	0,00	36,00	5,02
Fenerbahçe (2)	Şut Sayısı	Olumlu	310,43	100,00	549,00	81,34
		Olumsuz	50,64	25,00	83,00	10,21
		Toplam	361,20	137,00	605,00	84,80
Beşiktaş (3)	Pas Sayısı	Olumlu	3,15	0,00	11,00	2,20
		Olumsuz	12,15	1,00	31,00	5,64
		Toplam	15,30	3,00	37,00	6,93
Bursaspor (4)	Orta Sayısı	Olumlu	5,50	0,00	13,00	2,69
		Olumsuz	7,52	0,00	28,00	3,55
		Toplam	13,02	0,00	36,00	5,02
Kayserispor (5)	Orta Sayısı	Olumlu	310,43	100,00	549,00	81,34
		Olumsuz	50,64	25,00	83,00	10,21
		Toplam	361,20	137,00	605,00	84,80
Kasımpaşa (6)	Orta Sayısı	Olumlu	3,15	0,00	11,00	2,20
		Olumsuz	12,15	1,00	31,00	5,64
		Toplam	15,30	3,00	37,00	6,93
İstanbulBB (16)	Orta Sayısı	Olumlu	3,15	0,00	11,00	2,20
		Olumsuz	12,15	1,00	31,00	5,64
		Toplam	15,30	3,00	37,00	6,93
Orduspor (17)	Orta Sayısı	Olumlu	3,15	0,00	11,00	2,20
		Olumsuz	12,15	1,00	31,00	5,64
		Toplam	15,30	3,00	37,00	6,93
Mersin İdman Yurdu(18)	Orta Sayısı	Olumlu	3,15	0,00	11,00	2,20
		Olumsuz	12,15	1,00	31,00	5,64
		Toplam	15,30	3,00	37,00	6,93

Yukarıdaki tablodan da anlaşılacağı üzere 2012-2013 Spor Toto Süper Ligin de oynanmış 306 müsabakaya göre, maç başına $13,02 \pm 5,02$ ortalama ile şut çekildiği ve bu şutların olumlu olma ortalaması $5,50 \pm 2,69$ iken olumsuz $7,52 \pm 3,55$ şut olarak hesaplandı. Pas sayı incelendiğinde ise müsabakaların $361,20 \pm 84,80$ ortalama ile oynandığı ve bunların $310,43 \pm 81,34$ 'u olumlu, $50,64 \pm 10,21$ 'u olumsuz pas olduğu belirlendi. Araştırmanın bir diğer verisi olan orta sayılarında ise sırasıyla $15,30 \pm 6,93$, $3,15 \pm 2,20$ ve $12,15 \pm 5,64$ ortalama sonuçlarına ulaşıldı.

Tablo 2. 2012-2013 Spor Toto Süper Lig Takımlarının Sıralamaya Göre Şut Sayısı Değerleri Karşılaştırması

	Sıralama	N	Sıra Ort.	Min.	Maks.	p	Man Whitney U Özeti	
Şut Sayısı	Olumlu	GFB	102	184,17	0	12	**0,000	GFB>BKK**
		BKK	102	155,50	0	13		GFB>İOM*
		İOM	102	120,83	0	10		BKK>İOM**
	Olumsuz	GFB	102	179,95	0	28	**0,001	GFB>BKK**
		BKK	102	144,44	1	16		GFB>İOM**
		İOM	102	136,11	0	16		
	Toplam	GFB	102	189,03	4	36	**0,000	GFB>BKK**
		BKK	102	147,76	3	27		GFB>İOM**
		İOM	102	123,71	0	25		

* < 0,05 **<0,01

Takımların kaleye çektikleri olumlu, olumsuz ve toplam şut sayısı değerleri incelendiğinde takımlar arasında bütün değerlerde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$, $p<0,01$). Buna göre en fazla olumlu, olumsuz ve toplam şut sayısının ligin ilk üç takımı tarafından yapıldığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. 2012-2013 Spor Toto Süper Lig Takımlarının Sıralamaya Göre Pas Sayısı Değerleri Karşılaştırması

	Sıralama	N	Sıra Ort.	Min.	Maks.	p	Man Whitney U Özeti	
Pas Sayısı	Olumlu	GFB	102	191,00	141	549	*0,000	GFB>BKK**
		BKK	102	139,56	130	485		
		İOM	102	129,95	100	499		
	Olumsuz	GFB	102	140,75	25	80	0,203	-
		BKK	102	159,47	31	82		
		İOM	102	160,28	30	83		
	Toplam	GFB	102	188,48	166	605	**0,000	GFB>BKK** GFB>İOM**
		BKK	102	140,53	166	551		
		İOM	102	131,49	137	559		

* < 0,05 **<0,01

Lig sıralamasına göre takımlar arasında olumsuz pas değerlerinde anlamlı farklılık görülmezken ($p>0,05$) olumlu ve toplam pas değerlerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,01$). Başka bir deyişle en fazla olumlu ve toplam pas sayısının ligin ilk üç takımı tarafından yapıldığı görülmüştür.

Tablo 4. 2012-2013 Spor Toto Süper Lig Takımlarının Sıralamaya Göre Orta Sayısı Değerleri Karşılaştırması

	Sıralama	N	Sıra Ort.	Min.	Maks.	p	Man Whitney U Özeti	
Orta Sayısı	Olumlu	GFB	102	158,51	0	11	0,061	-
		BKK	102	137,19	0	9		
		İOM	102	164,80	0	11		
	Olumsuz	GFB	102	160,05	1	31	*0,006	GFB>BKK* BKK<İOM**
		BKK	102	131,41	2	28		
		İOM	102	169,04	2	27		
	Toplam	GFB	102	159,33	5	37	*0,005	GFB>BKK* BKK<İOM**
		BKK	102	130,95	3	36		
		İOM	102	170,22	3	34		

* < 0,05 **<0,01

Tablo 4'te çalışmaya dahil olan takımların orta sayı değerleri sunulmuştur. Buna göre takımlar arasında olumlu orta sayı değerlerinde anlamlı farklılık görülmezken ($p>0,05$) olumsuz ve toplam orta sayı değerlerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$, $p<0,01$). Bu farklılığın ligin son üç takımı lehine olduğu görülmüştür. Yani en fazla olumsuz ve toplam ortanın ligin son üç takımı tarafından yapıldığı belirlenmiştir.

TARTIŞMA

Futbolda hem saha içinde hem de saha dışında galibiyet ve mağlubiyete etki edecek birçok değişken bulunmaktadır. Bu değişkenlerin iyi analiz edilerek ortaya konması sporculara, antrenörlere ve kulüp yöneticilerine yardımcı olacaktır. Dolayısıyla bu çalışmada, 2012-2013 futbol sezonunda Türkiye Spor Toto Süper Liginde mücadele etmiş 9 profesyonel futbol takımının sezon sonundaki lig sıralamasına göre 34 hafta boyunca oynadığı 306 resmi lig

maçında şut, pas ve orta sayılarını belirlemek ve lig sıralamasına etkisinin olup olmadığı incelenmiştir.

Araştırma bulgularına göre 306 resmi lig maçında müsabaka başına $13,02 \pm 5,02$ ortalama ile şut çekildiği ve bu şutların olumlu olma ortalaması $5,50 \pm 2,69$ iken olumsuz ortalaması $7,52 \pm 3,55$ olduğu görüldü. Müsabakaların $361,20 \pm 84,80$ pas ortalaması ile oynandığı ve bunların $310,43 \pm 81,34$ olumlu, $50,64 \pm 10,21$ olumsuz pas olduğu belirlendi. Araştırmanın bir diğer parametresi olan orta sayılarında ise toplam ($15,30 \pm 6,93$), olumlu ($3,15 \pm 2,20$) ve olumsuz ($12,15 \pm 5,64$) ortalama sonuçlarına ulaşıldı.

Müsabaka sırasında galibiyet ve mağlubiyeti belirleyen faktörlerden bir tanesi de kaleye çekilen şutlardır. Özellikle yetenekli ayaklara sahip takımların şut'a özgü taktikler planladığı ve teknik sorumluların bu oyunculara müsabakanın her anında o yeteneklerini kullanabilme ayrıcalığının da tanıdığı bir gerçektir. Çalışmamızda takımların kaleye attıkları olumlu, olumsuz ve toplam şut sayısı değerleri incelendiğinde takımlar arasında bütün değişkenlerde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < 0,05$, $p < 0,01$). Bu farklılığın ligin ilk üç takımı lehine olduğu görülmüştür. Yerli ve yabancı literatürde çalışmamızın sonuçlarını destekleyen birçok çalışmaya rastlanmaktadır (Piechnicks, 1986; Loy, 1995; Doğan ve ark., 1998; Dufour, 1983; Taylor ve ark., 2003; Hughes ve ark., 1987; Yapıcıoğlu, 2003).

Özbar ve ark., (2002) yaptıkları çalışmada kaleye atılan olumlu olumsuz şut sayılarında, gruplar arasında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir. Gruplar arasındaki farklılığın 1. lig takımlarının 2. ve 3. lig takımlarına göre olumlu-olumsuz şut sayısı ortalama değerlerinin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca bu çalışmalarda şut oranı yüksek olan takımların daha başarılı olduğu belirtilmiştir. Çalışmamızda da kaleye atılan şut sayısının fazlalığı ve bu şutların olumlu veya olumsuz olması lig sıralamasına katkısının önemli olduğu tespit edilmiştir. Loy, (1995) üst sıradaki takımların rakip kaleye %56 oranında daha fazla şut çektiğini dolayısıyla alt sıradaki takımların rakip kaleye daha az şut çektiklerini ifade etmiştir. Yapılan araştırmalarda topa sahip olma yüzdesi yüksek olan takımların şut atma değerlerinin yüzdesi düşük takımlara göre anlamlı düzeyde daha çok olduğunu ortaya koymuşlardır ($p < 0,01$). (Bradley ve ark., (2013), Lago-Peñas ve ark., (2010) Dufour (1993) yaptığı araştırmada müsabakaların %90'ının kaleye gol için şut çekmeden bittiğini, atakların %10'unun kaleye şutla sonuçlanırken bunların da ancak %1'inde gole ulaşabildiğini rapor etti. Aynı araştırmacı futbol maçı esnasında, oyuncuların topla gerçekleştirdiği tüm tekniklerin, ancak %24'ünün kaleye şutu içerdiğini belirtmiştir. Balyan ve Acar, (2000), 2000 Avrupa Futbol Şampiyonasında, başarılı olan Fransa

Milli Takımının dört önemli müsabakasını incelemiş, takımın başarısında şut oranının etkisinin fazla olduğunu tespit etmişlerdir. Bir diğer çalışmada ise FİFA U-20 Dünya kupasının da oynanan maçlar için yapılan araştırmada, topa sahip olma yüzdesi yüksek takımların, atılan 805 şutun 435'inin kaleye isabet ettiğini fakat bu durumun topa sahip olma yüzdesi düşük olan takımlarda ise 657 şutta 367 isabet olduğunu bildirdi (Göral, 2015).

Futbolda rakibe göre daha fazla topa sahip olmak için pas yapmak ve bunu verimli bir şekilde kullanılması birçok takımın üstesinden gelemediği bir durumdur. Etkili bölgelerde yapılan paslar müsabaka sonuçlarının belirlenmesinde önemlidir. Bu çalışmaya katılan takımlar arasında olumsuz (50,64±10,21) pas değerlerinde anlamlı farklılık görülmezken ($p>0,05$), olumlu (310,43±81,34) ve toplam pas (361,20±84,80) değerlerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,01$). Yani olumlu ve toplam pas sayısının ligin ilk üç takımı tarafından yapıldığı tespit edilmiştir. Literatürde çalışmamızın sonuçlarını destekleyen birçok araştırma mevcuttur (Bradley ve ark., (2013) Balyan ve Acar, 2000; Özkara, 1996; Luthanen, 1995; Doğan ve ark., 1998). Özbar ve ark., (2002) yaptıkları çalışmada pas parametrelerinde, 1. lig takımlarının pas ortalama değerlerinin 2. ve 3. lig takımları değerlerinden daha yüksek olduğunu saptamış ve istatistiksel olarak anlamlı fark bulmuşlardır.

Johnson ve Murphy, (2010), 2007-2008 sezonun da Avustralya A Ligi'n de oynanan 84 maçta toplam 220 golle sonuçlanan 49.662 pozisyonu incelemiş, gol öncesi 4 pas, 6 kısa mesafeli pas ve 5 ve üstü uzun mesafeli pas yapıldığını belirlemişlerdir. Bu pasların 1000 de 13'ü (%1,3) uzun paslar sonrası, 1000 de 6'sı (%0,6) kısa paslar sonrası gol olduğu araştırma sonuçların da belirtmişlerdir. Sonuç olarak Avustralya A Ligin de uzun mesafeli paslar sonrası oyunda daha fazla gol kaydedilmiştir. Collet, (2013) yaptığı çalışmada, takım başarısı ile şut atma ve pas yapma arasında önemli bir ilişki bulunduğunu, bunun yanında takımların daha fazla topa sahip olması ile şut atma, gol üretme ve başarılı pas yapma sayıları arasında güçlü bir bağlantı olduğunu vurgulamaktadır. Bradley ve ark., (2013) yaptıkları çalışmada, İngiltere Premier Liginde topa sahip olma yüzdesi yüksek olan takımların başarılı pas yüzdeleri (%80.8±10.3) topa sahip olma yüzdesi düşük takımlardan (%74.7±12.8) oldukça yüksek olduğunu saptamışlardır. Göral, (2015) çalışmasında Almanya Milli takımının 2014 Dünya Kupasını kazanırken %56.71 gibi yüksek topa sahip olma yüzdesine ve %81.9 gibi çok yüksek başarılı pas oranına sahip olması başarılı performansının temel belirleyicilerinden olduğunu söylemiştir.

Kartal ve Doğan (2000) ve Eniseler ve ark., (1995), Türkiye 1. liginde dört büyük takımlar ve alt seviyedeki takımlar arasındaki pas oranını incelemiş ve dört büyük takımın lehine anlamlı sonuçlar tespit etmişlerdir. Hughes ve Lewis, (1987 ve 1988) başarılı takımların atak şekillerinin inceledikleri araştırmasında, başarılı takımların başarısız takımlara oranla daha çok pas yaptıklarını özellikle 3. Bölgede yapılan pas sayısı anlamlı bir şekilde, başarısız takımların pas sayısından daha yüksek olduğunu bulmuşlardır. Bulgularımız neticesinde toplam pas sayısının fazlalığı ve bu pasların olumlu olmasının lig sıralamasına etkisinin göz ardı edilemeyecek boyutta olduğu saptanmıştır.

Mesafe göz ardı etmeksizin yapılan etkili ortalar gol için en etkili pas çeşitlerinden biridir. Takımların olumlu, olumsuz ve toplam orta sayısı değerleri incelenen çalışmamızda takımlar arasında olumlu orta sayısı değerlerinde anlamlı farklılık görülmezken ($p>0,05$), olumsuz ve toplam orta sayısı değerlerinde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Yani en fazla olumsuz (169,04) ve toplam ortanın (170,22) ligin son üç takımı tarafından yapıldığı tespit edilmiştir. Bu durum ligin alt sıralarındaki takımların kaleye direkt olarak ulaşmada sıkıntı yaşadıklarını, gerek sporcu gerekse teknik-taktik açıdan yetersiz kalmalarıyla açıklanabilir. Literatür taraması neticesinde orta değişkeni ile ilgili çok fazla çalışmaya rastlanılmamıştır. Yapıcıoğlu (2003), 2002 dünya kupasında 64 maçın analizi neticesinde Avrupa ve Latin ekollerinin orta analizleri incelemiş Latin ekolünün (%71,5) oranında sağ kanadı (%28,5) oranında sol kanadı ve Avrupa ekolünün ise her iki kanadı da eşit oranda (%45,5) kullandığını belirlemiştir. Erdil ve ark. (2013), 2010 futbol dünya kupasında ispanya takımının kollektif performansının maçların kazanılmasında etkisi olup olmadığını incelemiş turnuva boyunca orta yapma sayısını $25,25\pm 2,12$ olduğunu saptamışlardır.

Sonuç olarak, çalışmamızda müsabakayı kazanmada en etkili faktörün kaleye atılan şutların olduğu açıkça görüldü. Yine müsabaka esnasında yapılan orta ve pas parametrelerinin de müsabakayı kazanmak adına olan etkisi göz ardı edilmeyecek boyuttadır. Dolayısıyla ligi üst sıralarda bitirmek veya müsabakayı kazanmak isteyen takımların kaleye attıkları şutların ve yaptıkları pas ve orta sayılarının daha fazla olması gerekmektedir. Aksi takdirde takımların ligi alt sıralarda bitirmesi veya müsabakayı kaybetmesi kaçınılmaz bir sonuç olacaktır. Atakları sonuçlandırmak için yapılan ortaların etkili olmadığı sürece başarıya katkı sağlamadığı aksine top kaybı olarak geri dönmesi bu nedenle yapılacak ortanın başarısı takımın galibiyetine ve mağlubiyetine etki etmesi için orta çalışmalarına önem verilmesi gerekmektedir.

KAYNAKLAR

1. **Balyan M, Acar MF.** Avrupa futbol şampiyonu fransa'nın taktik açıdan bilgisayar yardımıyla analizi. II. Futbol ve Bilim Kongresi, İzmir, 2000.
2. **Bradley PS, Lago-Penas C, Rey E, Diaz, AG.** The effect of high and low percentage ball possession on physical and technical profiles in English FA Premier League soccer matches. *Journal of Sports Sciences*, 2013; 31(12): 1261-1270
3. **Carling C, Williams AM, Reilly T.** *The Handbook of Soccer Match Analysis*. London: Routledge. 2005.
4. **Collet, C.** The possession game? A comparative analysis of ball retention and team success in European and international football, 2007–2010. *Journal of Sports Sciences*. 2013;31(2): 123-136.
5. **Çakıroğlu M, Işık O, Kızılet A, Şuta C.** "2002 FIFA Dünya Kupasının Teknik Analizi", 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Kongre Kitabı, Antalya, 2002; 224.
6. **Doğan AA, Zıvalıoğlu H, Sakalioğlu F, Türkan M, Bas M.** Trabzonspor futbol takımının saha içindeki teknik hareketlerinin analizi. Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Kongresi Bildirileri, 1998.
7. **Dufour W.** Computer Assisted Scouting in Soccer, Science and Football (eds T. Reilly, J. Clarys and A. Stibbe), E. & F.N. Spon London, 1993; 160–166
8. **Dufour W.** Analysis of Duel-type and pass-type Actions of the Match Belgium-Germany. In: Reilly T, Clarys J, Stibbe A, editors Science and Football, E. & F. N. Spon, London: 1991;107-117.
9. **Eniseler N.** Futbolda Sistemik Maç Analizi, Hacettepe Üniversitesi Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi, 1995; 4:24-26.
10. **Erdil G, Bozkurt S, İşleğen Ç, Ölçücü B.** 2010 Futbol Dünya kupasında ispanya takımının kolektif performansının maçların kazanılmasında etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 2013; 4(2): 5-12.
11. **Göral K.** Son şampiyon Alman Milli Takımının 2014 FIFA Dünya Kupası performansının analizi. *International Journal of Human Sciences*, 2015; 12(1): 1107-1117.
12. **Göral K.** Futbolda performansın temel belirleyicilerinden biri: topa sahip olma (Fifa U-20 Dünya Kupasının Analizi). *Uluslararası Hakemli Beşeri ve Akademik Bilimler Dergisi (UHBAB)* 2015;4(13): 123-130.
13. **Göral K.** Passing success percentages and ball possession rates of successful teams in 2014 fifa world cup. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2015;3(1): 86-95.
14. **Göral K, Saygın Ö.** 2012 FIFA futsal dünya kupasının analizi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2014; 6(1).
15. **Hughes M, Lewis M.** A Comparative Analysis of Attacking Patterns of Play in 1986 World Cup For Association Football. *Science and Football I* London, 1987;31.
16. **Hughes M, Robertson K, Nicholson A.** Comparison of Patterns of Play of Successful and unsuccessful teams in the 1986 World Cup for Soccer, *Science and Football I*, London 1988; 363-367.
17. **Jinshan X, Xioke K, Yamanaka K, Matsumoto, M.** Analysis of The Goals in The 14th World Cup, *Science. and Football* London, 1988; 267–273.
18. **Johnson K, Murphy A.** Passing and goal scoring characteristics in the Australian A-League, *Abstracts. J Sci Med Sport* 2010; 12(2):e118-119.
19. **Kartal R, Doğan C.** Türkiye 1997-1998 1. Ligi futbol takımlarının pas sayıları karşılaştırılması ve maç başına pas sayısı sonuçları. *Hacettepe Üniversitesi Futbol Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 2000;7(2): 4-10.
20. **Lago-Penas C, Lago-Ballesteros J, Dellal A, Gomez M.** Game-related statistics that discriminated winning, drawing and losing teams from the Spanish soccer league. *Journal of Sports Science and Medicine*, 2010; 9: 288-293.
21. **Loy R.** Systematische Spielbeobachtung im Fussball. *Leistungssport* 1995; 3: 15-18.
22. **Luhtanen P, Belinskij A, Häyrinen M, Vanttinen T.** A comparative tournament analysis between the euro 1996 and 2000 in soccer. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 2001; 1(1): 74-82.
23. **Luhtanen P.** Video Analysis of Technique and Tactics, *International Conference "Sport Medicine Applied to Football"*. Roma, 1990;49.
24. **Luhtanen P, Valovirta E, Luhtanen T.** *World Cup-USA'94 Statistics*, Jyvaskyla University Printing House, jyvaskyla, Finland, 1995.
25. **Özbar N, Kızılet A, Polat Y.** Türkiye 1., 2. ve 3. Profesyonel futbol liginde oynanan müsabakaların teknik analizi, *Spor Araştırmaları Dergisi*, 2002; 6(2): 13-21.
26. **Piecnicks, A.** Preparation of Football Teams for Mundial Competition in 1986, *Communication to 9th UEFA course for National Coaches and Directors of Coaching of the Member Associations*, Split 1983.
27. **Sajadi N, Rahnama N.** Analysis of goals in 2006 FIFA World Cup, 6. *World Congress on Science and Football*, Book of Abstracts, 2007; January 15-20, Antalya, Turkey.

28. **Smith N, Handford C, Priestly N.** “Sport Analysis in Coaching”. Department of Exercise and Sport Science, Crewe and Algeser Faculty, The Manchester Metropolitan University, Manchester, 1996.
29. **Taylor JB, James N, Mellalieu SD.** Notational analysis corner kicks in english premier league soccer. 5th World Congress Book of Abstracts, April, Lisbon-Portugal, 2003; 113-114.
30. **Winkler W.** Computer Controlled Assesment and Video Technology for The Diagnosis of a Player’s Performance in Soccer Training. Science and Football, E & F.N. Spon, London, 1993; 363-367.
31. **Yapıcıoğlu B.** 2002 Futbol Dünya Kupası’nda Latin ve Avrupa ekollerinin bilgisayarlı maç analiz programıyla incelenmesi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2003

Sorumlu Yazar: Şaban ÜNVER
E-Mail: saban.unver@omu.edu.tr



