

Covid 19 Sürecinde Yerel Yönetimlerin Sosyal Medya Hesapları Aracılığıyla Egzersiz Hizmetlerinin İncelenmesi

Tekmil Sezen GÖKSU¹, Osman Tolga TOGO²

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 27.12.2021
Kabul Tarihi: 25.02.2022
Online Yayın Tarihi:
25.02.2022

Anahtar Kelimeler

Egzersiz, Instagram,
Pandemi, Sosyal Medya,
Yerel Yönetimler.

DOI:

10.55238/seder.1047658

Bu araştırmanın amacı, covid 19 pandemi sürecinde sosyal izolasyonda olan bireyler için İstanbul Büyükşehir Belediyesi, Spor İstanbul şirketinin sosyal medya hesapları üzerinden "Evde Egzersiz" canlı yayınlarının haftalık programları, içerikleri, eğitmenleri ve izlenme skorları ile birlikte ulaşılan sayıyı incelemektir. Covid 19 salgını ile birlikte sağlıklı yaşam ve egzersiz alışkanlıklarımızı bilinçli ve düzenli yapmak adına yapılan canlı yayın egzersiz programlarının hedef kitlesi yalnızca İstanbul halkı olmamakla, yayın tüm katılımcılara açık yapılmaktadır. Araştırmamızın örneklemini, Spor İstanbul sosyal medya hesaplarından pandemi boyunca yapılan evde egzersiz programları oluşturmaktadır. Spor İstanbul instagram hesabındaki takipçi sayısı, evde egzersiz programı haftalık programı, eğitmenler, beğeniler, yorumlar ve izlenme skorlarından oluşan bir cetvel ile skorlar incelenecektir. Araştırma sınırlılıkları, Spor İstanbul instagram hesabı verileri 23 Nisan 2021 tarihinden itibaren elde edilen sayısal verilerle belirlenmiştir. Nitel araştırma olarak yapılan çalışma yazılı dokümanlar (bilgi veri tarama) ile desteklenerek durum çalışma yöntemi ile yapılmıştır. Sonuç olarak, İstanbul Büyükşehir Belediyesi, Spor İstanbul şirketinin (Nisan 2020 –Nisan 2021) bir yıl içerisinde instagram ve youtube hesaplarından yapılan tüm egzersizleri aylık olarak toplam izlenme ve bu yayınlara dönüt olarak yapılan yorumlar incelendiğinde, programlara talep olduğu ve takip edildiği tespit edilmiştir. Spor İstanbul eğitmenleri tarafından yapılan egzersizler, yetişkin, çocuk ve özel bireylere yönelik yapıldığı görülmüştür. 2021 yılı Mart ve Nisan ayı yayınlarının sadece instagram üzerinden yapıldığı, youtube üzerinden yapılmadığı tespit edilmiştir. Yerel yönetimlerin sosyal ağları kullanarak yapılan spor hizmetlerinin halk tarafından yakından takip edildiği sonucuna varılmıştır. Instagram hesaplarının kullanımının etkin olduğu, halkın daha çok bu uygulamayı takip ettiği görülmüştür. Verilen hizmetin sürdürülebilirliğini ve tercih edilmesini sağlamak için, katılımcı görüşlerinin alınması gerekmektedir.

Investigation of Exercise Services Through Social Media Accounts of Municipalities In The Covid 19 Process

Abstract

Article Info

Received: 27.12.2021
Accepted: 25.02.2022
Online Published:
22.02.2022

Keywords

Exercise, Instagram,
Pandemic, Municipalities,
Social Media.

DOI:

10.55238/seder.1047658

The purpose of this research is to examine the number of weekly programs, contents, trainers and viewing scores of "Exercise at Home" live broadcasts through the social media accounts of Istanbul Metropolitan Municipality Spor Istanbul for individuals who are in social isolation during the covid 19 pandemic process. With the Covid 19 epidemic, the target audience of the live broadcast exercise programs, which are made to make our healthy life and exercise habits conscious and regular, is not only the people of Istanbul, but the broadcast is open to all participants. The sample of our research consists of home exercise programs made during the pandemic from Spor Istanbul social media accounts. Scores will be examined with a ruler consisting of the number of followers on the Spor Istanbul instagram account, the weekly program of the home exercise program, trainers, likes, comments and views. The limitations of the research were determined by the numerical data obtained from the date of 23 April 2021, from the Spor Istanbul instagram account data. The study, which was done as a qualitative research, was supported by written documents (information data scanning) and was carried out with the case study method. As a result, when the total monthly views of all the exercises of the Istanbul Metropolitan Municipality Spor Istanbul company made on Instagram and YouTube accounts in a year in April 2020 – April 2021 and the comments made as feedback on these broadcasts are examined, it has been determined that there is a demand for and followed by the programs. It has been observed that the exercises performed by Spor Istanbul trainers are intended for adults, children and private individuals. It has been concluded that the sports services provided by local governments using social networks are closely followed by the public. It has been observed that the use of Instagram accounts is effective and the public follows this application more. In order to ensure the sustainability and preference of the service provided, it is necessary to take the views of the participants.

¹ İstanbul Gelişim Üniversitesi Beden Spor Yüksekokulu, İstanbul/Türkiye ORCID ID: 0000-0002-5764-2106 (tsgoksu@gelisim.edu.tr)

² Sorumlu Yazar: Harran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Şanlıurfa/Türkiye ORCID ID: 0000-0002-0471-4436 (tolgatogo@gmail.com)

Giriş

Yeni koronavirüs (COVID-19) dünyada, ilk kez Aralık 2019'da Çin'in Wuhan şehrinde belirlenen bir solunum yolu enfeksiyonu olarak ortaya çıktı. Dünya Sağlık Örgütü Ocak 2020'de yeni koronavirüs salgınını uluslararası yayılım gösteren halk sağlığı için acil durum olarak açıkladı ve Mart 2020'de ise pandemi olarak ilan etti. COVID-19 hastalığı ülkemizde resmi olarak ilk kez 11 Mart 2020'de tespit edildi. Tüm dünyayı etkisine alan salgın hayatı durdurdu. Dünyadaki birçok hükümet, vatandaşları için zorla tecrit, sokağa çıkma yasağı, sosyal mesafe gibi ciddi önlemler almıştır (Andrews ve ark., 2020).

Koronavirüs Hastalığı ile ilgili alınan tedbirler arttıkça, kişiler zorunlu olarak daha sedanter bir yaşam tarzına sahip olmaya başlamışlardır (Bayraktar ve Öztürk, 2020). Covid-19 salgınının toplumda yaygınlaşmasını önleme tedbirleri arasında sosyal izolasyon, 65 yaş üstü ve 20 yaş altı bireylerin evden çıkmaları yasaklanmış, 20-65 yaş arası bireylerin de hafta sonu evden çıkmalarına yasak getirilmiştir. Bu uygulamalar, zaten egzersiz alışkanlığı olmayan toplumumuzda fiziksel aktivite ve egzersiz yapma durumunu stabil hale getirmiştir (Caner ve ark., 2020)

Sosyal izolasyonda öncelikli olarak düzenli uyku, sağlıklı beslenme ve rutinlerin korunması, temizlik, günlük işler, şarkı söyleme, resim yapma gibi fiziksel aktivitelerin yanında hareketliliğin korunabilmesi, stresin azaltılabilmesi için evde ya da karantinede kalınan yerde basit fiziksel egzersizlerin yapılması Dünya Sağlık Örgütü tarafından tavsiye edilmiştir (WHO, 2021)

Genellikle spor salonlarında ve açık hava etkinliklerinde egzersiz ve fiziksel aktivite için daha fazla altyapı, imkân ve alternatif olduğu düşünülse de sanılanın aksine evde kalma sürecinde egzersiz yapmak için birçok olanak mevcuttur (Arslan ve Ercan, 2020). Uzun süre evde kalmak; online oyun oynama, televizyon izleme, mobil cihaz kullanma gibi fiziksel hareket alanlarını kısıtlayan ve bu davranışlara aşırı miktarda zaman harcamaya neden olabilmektedir. Ancak, düzenli egzersiz ve fiziksel hareketin azaltılması ve bu nedenle daha az enerji harcanması, kronik hastalıklar için potansiyel kötüleşme riskini beraberinde getirirken, aynı zamanda kaygıya ve depresyona katkıda bulunan davranışları da artırabilmektedir (Owen ve ark., 2010).

Egzersizin fiziksel uygunluğu, iyi bulunma halini, motivasyon düzeyini ve bağışıklığı güçlendirici etkisinden faydalanmak için evde de fiziksel aktivitenin sürdürülmesi gerektiğini gösteren önemli ve güçlü sebepler bulunmaktadır. Fiziksel aktivite ve egzersiz yapmak için spor tesisi ve türlü ekipmanların olması bir koşul değildir. İçerisinde bulunduğumuz bu sosyal izolasyon zamanını, bir egzersiz programına başlamak için fırsat olarak kullanan kişiler için amaç, hayat “normale” döndüğünde de egzersiz yapmaya devam etmek olmalıdır (Nyenhuis ve ark., 2020). Ev içerisinde egzersiz programı uygulama süreci hem fiziksel hem de psikolojik olarak daha sağlıklı atlatmamızı kolaylaştıracaktır (Barnett ve ar., 2011).

Her geçen gün güç kazanan sosyal medya araçlarının kullanımı, mesajı hedef kitlelere ulaştırabilmek amacıyla işletmelerin de zorunlu tercihi olmuştur. Hedef tüketici kitlelere ulaşmak için eskisi kadar geleneksel medya iletişim kanallarına ihtiyaç duyulmamaktadır. İşletmeler; web siteleri, bloglar, facebook sayfaları, Twitter hesapları, YouTube, Instagram gibi sosyal medya araçları sayesinde hedef kitlelere ulaşmaktadır (Reinders ve Freijssen, 2012).

Teknolojinin ilerlemesiyle getirdiği avantajlar sayesinde uzun bir süredir uygulanan esnek çalışma düzeni ve uzaktan eğitimler nedeniyle neredeyse her yaşta bireyin ev dışı aktivitesi olmayıp, evde masa başında oturma süresi oldukça artmıştır.

Ev içerisinde, uygun şartlarda ev dışında (köylerde veya kalabalık olmayan il ve ilçelerde yaşayan bireyler için) veya masa başında (bu süreçte evinde veya ofisinde çalışmak zorunda olan bireyler için) yapılabilecek egzersizler herhangi bir sağlık problemi olmayan bireyler için internet kaynaklarından ulaşılabilir durumdadır (Koç ve Bayar, 2020).

Küresel bir nitelik taşıyan COVID-19 pandemisinin meydana getirdiği sorunlar ve pandemiyle mücadele sürecine bakıldığında devletleri, ulusal hükümetlerin sorumlu olduğu iddia edilen egemen ulus devlet ve sınırlar dünyasına geri getirdiği söylenebilir (Makarychev ve Romashko, 2021). Belediyelerin COVID-19'un toplum üzerindeki etkilerini ve oluşturduğu riski daha hızlı analiz ederek, halkı ve merkezi yönetimleri yönlendiren bir konumda durduğu görülmektedir. Dünyada yerel yönetimlerin COVID-19 salgınıyla baş etmede kullandıkları yöntemlerin genellikle yerel refah sisteminin diğer aktörleri (aile, topluluk, özel işletmeler, sivil toplum örgütleri) ile iş birliği sağlanarak oluşturulan hizmetler ve sosyal yardımlar olduğu görülmektedir. (Urhan ve Koç 2021).

Sporun sağlıklı yaşam, fiziksel aktivite ve aktif yaşam alanı, yerel yönetimlerin hizmetleri ile doğrudan ilişkilidir. Yerel Yönetimler gerek gelişme çağındaki çocuk ve gençlerin sağlıklı bireyler olma noktasındaki gelişimlerine, gerekse yetişkin ve yaşlıların daha uzun, daha sağlıklı ve kaliteli bir yaşam sürmeleri noktasında önemli bir misyonu üstlenmişlerdir (İnci, 2011).

Toplumların spor ihtiyaçlarını karşılamak da yerel yönetimlerin en önemli görevlerindedir. Bu görevlerde çeşitli yasalarla belirtilmiştir. Bu yasalar şu şekildedir;

İl Özel İdaresi Kanununun 6/b maddesine göre İl Özel İdareleri; “mahallî müşterek nitelikte olmak şartıyla; imar, yol, su, kanalizasyon, katı atık, çevre, acil yardım ve kurtarma, kültür, turizm, gençlik ve spor; orman köylerinin desteklenmesi, ağaçlandırma, park ve bahçe tesisine ilişkin hizmetleri belediye sınırları dışında, yapmakla görevli ve yetkilidir.” (İl Özel İdaresi Kanunu, 2005).

Büyükşehir Belediyesi Kanununun 7/d maddesine göre; ilçe ve ilk kademe belediyelerinin görev ve yetkileri şunlardır: “Kanunlarla münhasıran büyükşehir belediyesine verilen görevler ile birinci fıkrada sayılanlar dışında kalan görevleri yapmak ve yetkileri kullanmak. Otopark, spor, dinlenme ve eğlence yerleri ile parkları yapmak; yaşlılar, özürülüler, kadınlar, gençler ve çocuklara yönelik sosyal ve kültürel hizmetler sunmak; mesleki eğitim ve beceri kursları açmak, sağlık, eğitim, kültür tesis ve binaların yapım, bakım ve onarım ile kültür ve tabiat varlıkları ve tarihi dokuyu korumak; kent tarihi bakımından önem taşıyan mekanların ve işlevlerinin geliştirilmesine ilişkin hizmetler yapmak.” (Büyükşehir Belediyesi Kanunu, 2005).

İstanbul Büyükşehir Belediyesi COVID-19 salgınına 11 Mart 2020’de Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemi ilan edilmeden ve Türkiye’de başlamadan önce, virüse ilişkin farkındalık kazandıracak bilgilendirme faaliyetlerine başlamıştır. Bu amaçla 420 personel temizlik ve hijyen ekibi olarak görevlendirilmiş, toplu taşıma araçları, kapalı mekanlar, ibadethaneler, adliye binaları, hastaneler ve sağlık kuruluşlarının dezenfekte edilmesi sağlanmıştır (İstanbul Büyükşehir Belediyesi, 2020).

İstanbul metropol bir şehir olup, 16 milyon kişi için özellikle pandemi zamanında sosyal izolasyon, esnek çalışma ve uzaktan eğitim sisteminde bulunmaları İstanbul Büyükşehir Belediyesi'ni sağlıklı ve kaliteli zaman geçirme konusunda harekete geçirmiştir. Yerel yönetimlerin spor hizmetleri kapsamında Spor İstanbul şirketi tüm İstanbullular, Türkiye hatta Dünya'nın her yerine online spor hizmeti vermektedir.

İstanbul Spor Etkinlikleri ve İşletmeciliği Ticaret AŞ (Spor İstanbul), 1989 yılında İstanbul Büyükşehir Belediyesi'nin iştirak şirketi olarak kurulmuştur. İstanbul halkının fiziksel ve ruhsal sağlığını güçlendirmek ve yeteneklerini geliştirmek için spor tesislerinden yararlanmalarını, spor etkinliklerine aktif olarak katılımlarını önclemiştir. Spor İstanbul olarak misyonu İstanbul'u daha aktif bir kent yapmaktır. Bu amaçla tesislerde sunulan ücretli ve ücretsiz spor faaliyetlere pandemi dönemi erişemeyen vatandaşlara her gün Instagram hesabından canlı yayın ile online tesislerde egzersiz yaptırılmaktadır. Canlı yayınlarını izleyemeyen takipçiler için ise her günün yayınlarına Youtube hesabından erişebilmektedirler. Canlı Yayında Egzersiz hizmetine ek olarak Yetişkinler, 60 Yaş Üstü Bireyler, Daha Güçlü bir Bel, Engelli Bireyler, Çocuklar ve Evdeki Materyaller ile Egzersizler başlıkları altında hazırlanan videolara da Youtube kanalından ulaşabilmektedirler.

Pandemi sürecinin ülke içerisinde artış gönderdiği 2020 Mart ayı içerisinde yetişkinler için Spor İstanbul, ilk Evde Egzersiz videosunu instagram hesabı ve youtube sayfasından yayınlamıştır. 2020 Nisan ayından itibaren düzenli olarak yetişkin ve çocuk egzersizleri, belirli aralıklarda özel bireyler için egzersiz yayınları yapılmıştır. Spor İstanbul web sitesi üzerinden ve üyelerine mail atarak bu hizmetin duyurusunu sağlamaktadır.

Spor İstanbul web sitesi duyurusu, "Tesislerimize gelemeyen, evde egzersiz yapmak isteyen tüm sporseverleri hafta içi her gün 10:00'da @ibbsporistanbul Instagram hesabımıza bekliyoruz! İster hafta içi her gün Instagram'da yayınlanan "Canlı Yayında Egzersiz", ister Youtube'da yayınladığımız egzersiz videolarımız ile dilediğiniz yerde ve zamanda spor yapabilirsiniz!" ana sayfasında yer almaktadır.

Çalışma, salgın koşullarında yerel yönetimlerin sosyal medya hesapları aracılığı ile spor hizmetlerini halka açık şekilde yapılmasının, izlenme, beğeni ve yorumlarının değerlendirilmesi amacı ile yapılmıştır. Dünya çapında yaşanan salgın ve bu dönemdeki teknoloji temelli değişimin etkisini kullanarak yerel yönetimlerin spor hizmetlerinin halka sunulması, insanların bu farklı hizmetteki katılımı, değerlendirmesi ve sonrasında devamının sağlanmasını hedeflemesi, diğer kurumlara örnek teşkil etmesi açısından çalışma önem arz etmektedir.

Materyal ve Yöntem

Nitel araştırmalar, kişilerin kanaatleri, tecrübeleri, algıları ve duyguları gibi sübjektif verilerle meşgul olmaktadır. Araştırmada, nitel araştırma yöntemlerinden kaynak tarama ve keşfedici bilgi toplama modeli kullanılmıştır (Karasar, 1999). Nitel araştırmalarda yapılandırılmış görüşme sürecinin yanında gözlem ve doküman inceleme gibi yöntemler de kullanılmaktadır (Yıldırım ve Şimşek, 2008, s. 39). Bu araştırmada, covid 19 salgını sürecinde İstanbul Büyükşehir Belediyesi, Spor İstanbul şirketi "Evde Egzersiz" konulu instagram ve youtube canlı yayınları izlenme sayısı, yorum sayıları hesaplarından alınan sayısal veriler doğrultusunda bilgiler yorumlanmıştır.

Bulgular

Covid 19 sürecinde yerel yönetimlerin sosyal medya hesapları aracılığı ile evde egzersiz hizmetleri, instagram ve youtube üzerinden incelenmiştir.

Tablo 1. Spor İstanbul Sosyal Medya Hesapları

	Sosyal Medya	Takipçi Sayısı	Paylaşım	Hesap adı
Spor İstanbul	İnstagram	111B	3.907	@ibbsporistanbul
	YouTube	12,9 B abone	685	İBB Spor İstanbul

<https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021
<https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgm9hRF3sw> 3.05.2021

Spor İstanbul sosyal medya hesap bilgileri, Instagram hesabı takipçi sayısı 111 bin, yapılan paylaşım 3.907 bin, hesap adı @ibbsporistanbul'dur. Youtube hesabı takipçi sayısı 12,9 bin, yapılan paylaşım 685, hesap adı İBB Spor İstanbul'dur.

Tablo 2. Nisan ve Mayıs Evde Egzersiz Instagram-Youtube Yayınları

Tarih	Tür	Sosyal Medya Hesabı	İzlenme	Yorum
Nisan 2020	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	33.895	57
	Çocuk Egzersizleri	YouTube	289.773	211
Mayıs 2020	Çocuk Egzersizleri	İnstagram	110.242	389
	Yetişkin Egzersizleri	YouTube	7.169	11

<https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021
<https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgm9hRF3sw> 3.05.2021

Spor İstanbul Evde Egzersiz Mayıs ve Nisan 2020 yayınları çocuk, yetişkin ve özel birey egzersizlerinden oluşmaktadır. Sosyal medya hesaplarında Nisan 2020 instagram yayınları 33.895, instagram yorumları 57, youtube yayınları 289.773, youtube yorumları 211 olarak tespit edilmiştir. Sosyal medya hesaplarında Mayıs 2020 instagram yayınları 110.242, instagram yorumları 389, youtube yayınları 7.169, youtube yorumları 11 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 3. Haziran ve Temmuz Evde Egzersiz Instagram-Youtube Yayınları

Tarih	Tür	Sosyal Medya Hesabı	İzlenme	Yorum
Haziran 2020	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	128.910	631
		YouTube	5.947	9
Temmuz 2020	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	75.597	347
		YouTube	3.390	6

<https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021
<https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgm9hRF3sw> 3.05.2021

Spor İstanbul Evde Egzersiz Haziran ve Temmuz 2020 yayınları yetişkin egzersizlerinden oluşmaktadır. Sosyal medya hesaplarında Haziran 2020 instagram yayınları 128.910, instagram yorumları 631, youtube yayınları 5.947, youtube yorumları 9 olarak tespit edilmiştir. Sosyal medya hesaplarında Temmuz 2020 75.597, instagram yorumları 347, youtube yayınları 3.390, youtube yorumları 6 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 4. Ağustos ve Temmuz Evde Egzersiz İnstagram-Youtube Yayınları

Tarih	Tür	Sosyal Medya Hesabı	İzlenme	Yorum
Ağustos 2020	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	82.146	321
		YouTube	2.885	6
Eylül 2020	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	114.559	355
		YouTube	3.758	6

<https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021
<https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgm9hRF3sw> 3.05.2021

Spor İstanbul Evde Egzersiz Ağustos ve Eylül 2020 yayınları yetişkin egzersizlerinden oluşmaktadır. Sosyal medya hesaplarında Ağustos 2020 instagram yayınları 82.146, instagram yorumları 321, youtube yayınları 2.885, youtube yorumları 6 olarak tespit edilmiştir. Eylül 2020 instagram yayınları 114.559, instagram yorumları 355, youtube yayınları 3.758, youtube yorumları 6 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 5. Ekim ve Kasım Evde Egzersiz İnstagram-Youtube Yayınları

Tarih	Tür	Sosyal Medya Hesabı	İzlenme	Yorum
Ekim 2020	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	88.865	394
	Yetişkin Egzersizleri	YouTube	4.344	11
Kasım 2020	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	82.042	459
	Yetişkin Egzersizleri	YouTube	3.831	5

<https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021
<https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgm9hRF3sw> 3.05.2021

Spor İstanbul Evde Egzersiz Ekim ve Kasım 2020 yayınları yetişkin egzersizlerinden oluşmaktadır. Sosyal medya hesaplarında Ekim 2020 instagram yayınları 88,865 instagram yorumları 394, youtube yayınları 4.344, youtube yorumları 11 olarak tespit edilmiştir. Kasım 2020 instagram yayınları 82.042, instagram yorumları 459, youtube yayınları 3.831, youtube yorumları 5 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 6. Aralık 2020 Evde Egzersiz İnstagram-Youtube Yayınları

Tarih	Tür	Sosyal Medya Hesabı	İzlenme	Yorum
Aralık 2020	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	174.852	750
	Çocuk Egzersizleri	YouTube	20.845	33

<https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021
<https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgm9hRF3sw> 3.05.2021

Spor İstanbul Evde Egzersiz Aralık 2020 yayınları yetişkin egzersizlerinden oluşmaktadır. Sosyal medya hesaplarında Aralık 2020 instagram yayınları 174.852, instagram yorumları 750, youtube yayınları 20.845, youtube yorumları 33 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 7. Ocak-Şubat 2021 Evde Egzersiz İnstagram-Youtube Yayınları

Tarih	Tür	Sosyal Medya Hesabı	İzlenme	Yorum
Ocak 2021	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	193.715	917
	Çocuk Egzersizleri	You Tube	16.368	31
Şubat 2021	Yetişkin Egzersizleri	İnstagram	161.143	997
	Çocuk Egzersizleri	YouTube	2.559	0

<https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021
<https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgm9hRF3sw> 3.05.2021

Spor İstanbul Evde Egzersiz Ocak ve Şubat 2021 yayınları yetişkin ve çocuk egzersizlerinden oluşmaktadır. Sosyal medya hesaplarında Ekim 2020 instagram yayınları 193.715 instagram yorumları 917, youtube yayınları 16.368, youtube yorumları 31 olarak tespit edilmiştir. Şubat 2021 instagram yayınları 161,143, instagram yorumları 997, youtube yayınları 2.559, youtube yorumları 0 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 8. Mart-Nisan 2021 Evde Egzersiz Instagram-Youtube Yayınları

Tarih	Tür	Sosyal Medya Hesabı	İzlenme	Yorum
Mart 2021	Yetişkin Egzersizleri	Instagram	136.338	1.074
	Çocuk Egzersizleri	You Tube	0	0
Nisan 2021	Yetişkin Egzersizleri	Instagram	145.282	1.260
	Çocuk Egzersizleri	You Tube	0	0

<https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021

<https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgtm9hRF3sw> 3.05.2021

Spor İstanbul Evde Egzersiz Mart ve Nisan 2021 yayınları yetişkin ve çocuk egzersizlerinden oluşmaktadır. Sosyal medya hesaplarında Mart 2021 instagram yayınları 136.338 instagram yorumları 1.074, youtube yayınları 0, youtube yorumları 0 olarak tespit edilmiştir. Nisan 2021 instagram yayınları 145.282, instagram yorumları 1.260, youtube yayınları 0, youtube yorumları 0 olarak tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Tüm dünyayı etkisi altına alan, günlük yaşam ve iş yaşamının da yönünü değiştiren COVID-19 salgınına karşı mücadele sürecinde özellikle yerel yönetimlerin, önemli sorumlulukları yerine getirdiği çalışmalar değerlendirilmiştir. Covid 19 salgının ülkemizde Mart 2020'den beri yoğun bir şekilde görülmeye başladığı zamanlardan bu yana yerel yönetimler, süreci mücadele içinde, hızlı aksiyon alarak yönetmeye çalışmışlardır. Bugün 16 milyonluk bir şehir olan İstanbul sadece nüfus yoğunluğu açısından değil, finans, teknoloji, sanayi ve ticaret merkezi olma özellikleriyle de ülkenin ve bölgesinin en pilot kenti konumundadır. Bu nedenle İstanbul Büyükşehir Belediyesi'nin salgın döneminde Spor İstanbul şirketi vasıtasıyla sunduğu hizmetlerin çeşitliliği, ulaşılabilirliği önemlidir.

Atalı (2015) halkın spor hizmetlerine yönelik taleplerini karşılamak üzere yerelde büyükşehir belediyelerinin kamu adına önemli görevler üstlenmekte ve halka hizmet sunma ve yatırım gerçekleştirme boyutunda coğrafi ve nüfus büyüklüğü açısından geniş bir kesime hizmet planlama durumunda olduklarını belirtmiştir.

Geniş ölçüde yaşanan sorunlara karşı yerel düzeyde bu problemlere çözümler sunmanın önemi, COVID-19 salgını ile beraber daha çok ön plana çıkmıştır. Bu süreçte merkezi hükümetler tarafından büyük ölçekli merkezi politikalar üretmek yerine; temel ihtiyaçlara karşı yerel dinamikler gözetilerek yerel yönetimler tarafından geliştirilen özgün, hızlı ve etkili çözümlerin önemi bir kez daha anlaşılmıştır (Bayraktar, 2020). Bu süreçte, merkezi yönetimler genel olarak COVID-19 salgını ile mücadelede, karantina ya da kapanma gibi tek bir mücadele yöntemi haricinde, farklı alanlarda (sosyal, sağlık, tıbbi, ekonomik) 'karma' bir politika izlemiş, sosyal güvenlik, sosyal hizmetler, sosyal yardımlar gibi çeşitli sosyal politika araçlarını kullanmışlardır (Capano ve ark., 2020).

Urlan ve Arslankoç (2021) çalışmasında covid 19 salgını sürecinde yerel yönetimlerin sosyal politika uygulamalarını değerlendirmiş, özellikle İstanbul Büyük Şehir Belediyesi ilçe belediyelerinde koruyucu, önleyici ve motivasyon sağlayıcı yapılan uygulamaları tespit etmişlerdir.

Bilgiç (2020) Bu dönemde maske üretiminden, sosyal yardım hizmetlerinin etkinlik alanlarının genişletmesine, dijital platformlar aracılığı ile evde spor, kültür, sanat gibi hizmetlerin yürütülmesinden, üretici ve çiftçilere destek sağlanmasına kadar geniş bir hizmet alanı, büyükşehir belediyeleri tarafından sunulduğunu tespit etmiştir.

Merkezi yönetimin mücadele programlarının yanında, OECD (Ekonomik Kalkınma ve İşbirliği Örgütü), WHO (Dünya Sağlık Örgütü), Birleşmiş Milletler (2020), UNDP (BM Kalkınma Fonu), ILO (Uluslararası Çalışma Örgütü) gibi uluslararası örgütler bu süreci izleme, rehberler oluşturma ve bilgi paylaşmak için bazı rehber kitapçıklar ve raporlar hazırlamıştır (OECD, 2020).

Lippi ve ark. (2020) karantina sırasında, aktif kalmak ve bir fiziksel aktiviteyi uygulamanın zihinsel ve fiziksel sağlığımız için gerekli olacağını belirtmiştir. Ayrıca çok çeşitli egzersizler, video veya uygulamaya yönelik ekipmansız fiziksel aktiviteler evde yapılmalı ve teşvik edilmelidir. Düzenli fiziksel aktiviteyi sürdürmek ve güvenli bir ev ortamında rutin olarak egzersiz yapmak, koronavirüs krizi sırasında sağlıklı yaşam için önemli bir stratejidir (Chen ve ark., 2020). Yine belediye, karantina nedeniyle evde kalanlar için internet ortamında egzersiz ve spor ile ilgili videolar hazırlamış ve paylaşmıştır (My Paris, 2020).

İstanbul Büyük Şehir Belediyesi salgın ile mücadele politikaları ve uygulamalarında, sosyal izolasyonu, kapanma süreçlerini de göz önünde bulundurarak online egzersiz platformları geliştirmiştir. Yapılan araştırmada, sosyal medya instagram ve youtube hesaplarından yapılan canlı yayınlar ve egzersiz videoları değerlendirilmiştir. Tesislerde online sunulan ücretsiz spor faaliyetlere pandemi dönemi erişemeyen vatandaşlara her gün instagram ve youtube hesabından canlı yayın ile online tesislerde egzersiz yaptırdıkları tespit edilmiştir. Canlı Yayında Egzersiz hizmetine ek olarak Yetişkinler, 60 Yaş Üstü Bireyler, Daha Güçlü bir Bel, Engelli Bireyler, Çocuklar ve Evdeki Materyaller ile Egzersizler başlıkları altında hazırlanan videolara da ulaşabilmektedirler. Nisan 2020-Nisan 2021 aralığında instagram ve youtube kanallarında yapılan incelemede;

Spor İstanbul sosyal medya hesap bilgileri, Instagram hesabı takipçi sayısı 111 bin, yapılan paylaşım 3.907 bin, hesap adı @ibbsporistanbul'dur. Youtube hesabı takipçi sayısı 12,9 bin, yapılan paylaşım 685, hesap adı İBB Spor İstanbul'dur.

Spor İstanbul instagram hesabından Evde Egzersiz videolarının bir yıllık izlenme oranları en yüksekten en düşüğe sıralandığında, Ocak 2021 193.715, Aralık 2021 174.852, Şubat 2021 161.143, Nisan 2021 145.282, Mart 2021 136.338, Haziran 2020 128.910, Eylül 2020 114.559, Mayıs 2020, 110.242, Ekim 2020 88.865, Ağustos 82.146, Kasım 2020 82.042, Temmuz 2020 75.597, Nisan 2020 33.895, videolara yapılan yorum dönütleri ise, Nisan 2020 1.260, Mart 2021 1.074, Şubat 2021 997, Ocak 2021 917, Aralık 2020 750, Haziran 2020 631, Kasım 2020 459, Mayıs 2020 359, Eylül 2020 355, Temmuz 2020 347, Ağustos 2020 321, Nisan 2020 57 olarak tespit edilmiştir.

Spor İstanbul youtube hesabından Evde Egzersiz videolarının bir yıllık izlenme oranları en yüksekten en düşüğe sıralandığında, Nisan 2020 289.773, Aralık 2020 20.845, Ocak 2021 16.368, Mayıs 2020 7.169, Haziran 2020 5.947, Ekim 2020 4.344, Kasım 2020 3.831, Eylül 2020 3.758, Temmuz 2020 3.390, Ağustos 2020 2.885, Şubat 2021 2.559 videolara yapılan yorum dönütleri ise, Nisan 2020 211, Aralık 2020 33, Ocak 2021 31, Ekim 2020 11, Mayıs 2020 11, Haziran 2020 9, Temmuz 2020 6, Ağustos 2020 6, Eylül 2020 6, ve Kasım 2020 5 olarak tespit edilmiştir. Mart 2021 ve Nisan 2021 aylarında youtube kanalından herhangi bir video paylaşımı bulunmamaktadır.

Atalı ve ark. (2020) Büyükşehir Belediyelerinin spor ve fiziksel aktiviteye yönelik hizmetlerinin incelenmesi çalışmasında, 12 büyükşehir belediyesinin sosyal medya üzerinden yapılan spor hizmetlerini araştırılmış olup, fiziksel aktiviteye yönelik sosyal izolasyon zamanlarında evde kalınan zamanların yararlı bir şekilde değerlendirilmesine yönelik ve spor hizmetlerinin sosyal medya hesapları vasıtasıyla spor ve fiziksel aktivite içeren videolar, canlı yayınlar yaparak bu sürece olumlu katkı vermeye çalışmışlardır.

Çalışmamız ile paralellik gösteren bu çalışmalar kapsamında, yerel yönetimlerin, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Spor İstanbul'un "Evde Egzersiz" projesinin İstanbul halkına ve sosyal medya hesaplarını takip eden vatandaşların belediyenin hizmetlerini öğrenme, katılma ve sürdürülebilmede katkı sağladığı sonucuna varılmıştır.

Öneriler

- İstanbul Büyükşehir Belediyesi'nin Evde Egzersiz hizmetinin sosyal medya hesaplarından instagram hesabı üzerinden daha fazla takip edilmektedir. Bu nedenle instagram hesabı takipçilerini arttırması,
- Instagram hesabındaki katılımcı etkileşimi arttırmak adına, tanınmış sporcularla ve kişilerle, karşılıklı canlı yayınlar açılması,
- Instagram ve youtube hesaplarından spor hizmeti alan bireylerin motivasyonunu sağlamak için, her hafta katılımcılara çekilişler yapıp, evlerine egzersiz ekipmanlarının gönderilmesi,
- İstanbul Büyükşehir Belediyesi'nin Evde Egzersiz hizmetinin sosyal medya hesaplarından youtube hesabının daha aktif kullanılabilmesini sağlanması için sponsorlu reklamlar,
- Yazılı ve görsel medya aracılığı ile duyuruların etkili bir şekilde yapıp, katılımcı sayılarının arttırılması önerilmektedir.
- Evde egzersiz derslerine katılan kişilerin profillerini tanımak, hizmeti iyileştirmek için kısa anketler yapılması ve yayın içerisine linkin bırakılması önerilmektedir.

Kaynaklar

- Andrews, J. L., Foulkes, L., & Blakemore, S. J. (2020). Peer influence in adolescence: Public-health implications for COVID-19. *Trends in Cognitive Sciences*, 24(8), 585-587.
- Atalı, L. (2015). Büyükşehir belediyeleri stratejik planlarında spor ile ilgili amaç ve hedeflerin analizi. *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 10, 1.

- Atalı, L. & Altuntaş, T. (2020). Koronavirüs (COVID-19) Salgını Sürecinde Büyükşehir Belediyelerinin Spor ve Fiziksel Aktiviteye Yönelik Hizmetlerinin İncelenmesi. *FOCUSS Spor Yönetimi Araştırmaları Dergisi*.1(1):46-64.
- Barnett, A., Cerin, E., Baranowski, T. (2011). Active video games for youth: A systematic review. *Journal of Physical Activity and Health*, 206 Spor Bilimlerinde Yeni Fikirler-2, 8(5), 724-737.
- Büyükşehir Belediyesi Kanunu. (2005). Kanun No: 5216, Kabul tarihi, 10.7.2005.
- Capano, G., Howlett, M., Jarvis, D. S. L., Ramesh, M. & Goyal, N. (2020). Mobilizing policy (in) capacity to fight covid-19: understanding variations in state responses. *Policy and Society*, 39(3), 285-308.
- Chen, P., Mao, L., Nassis, G. P., Harmer, P., Ainsworth, B. E. & Li, F. (2020). Coronavirus disease (COVID-19): The need to maintain regular physical activity while taking precautions. *Journal of Sport and Health Science*, 9(2), 103-104.
- <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/331490/WHO-2019CoVMentalHealth-2020.1-eng.pdf>
Erişim Tarihi: 23.04.2021.
- <https://spor.istanbul/hizmetlerimiz/evde-egzersiz/> Erişim Tarihi: 3.05.2021.
- <https://spor.istanbul/kurumsal/kisa-tanitim-ve-tarihce/> Erişim Tarihi: 24 Nisan 2021.
- <https://www.instagram.com/ibbsporistanbul/?hl=tr> 3.05.2021.
- <https://www.youtube.com/channel/UCN9V5qwp1M0Pkgm9hRF3sw> 3.05.2021.
- İl Özel idaresi Kanunu. (2005). Kanun No: 5302, Kabul tarihi 22.2.2005.
- İnci H. (2011): *Avrupa Birliği ülkeleri ve Türkiye’de yerel yönetimlerin spora katkıları ve spor politikalarının karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- İstanbul Büyükşehir Belediyesi. (2020). Koronavirüsle Mücadele Faaliyet Raporu, Mayıs- Haziran 2020. <https://koronavirüs.ibb.istanbul/wpcontent/uploads/2020/12/covit-bulten-mayis-haziran-YEDEK01.pdf> (15.04.2021).
- Kavas, A. B. (2020). COVID-19 ile Mücadele Sürecinde Yerel Yönetimlerin Genel Görünümü. *İdealkent*, 11(31), 2084-2112.
- Lippi, G., Henry, B. & Gomar Sanchis, F. (2020). Physical inactivity and cardiovascular disease at the time of coronavirus disease. *European Journal of Preventive Cardiology*, 27(9), 906- 908.
- My Paris. (2020). Paris at home: videos to stay in shape! <https://quefaire.paris.fr/104557/paris-chez-vous-des-videos-pour-rester-en-forme> Erişim Tarihi: 20 Nisan 2021.
- Nyenhuis, S.M., Greiwe, J., Zeiger, J.S., Nanda, A. & Cooke, A. (2020). Exercise and Fitness in the age of social distancing during the COVID-19 Pandemic. *J Allergy Clin Immunol Pract*, 8.
- Owen, N., Sparling, P.B., Healy, G.N., Dunstan, D.W., Matthews, C.E. (2010). Sedentary behavior: emerging evidence for a new health risk. *Mayo Clin Proc*, 85(12), 1138-41.
- Reinders, A. and Freijssen, M. (2012). *The e-Factor: Entrepreneurship in the Social Media Age*. Dallas: BenBella Books.
- Urhan, G. & Arslankoç, S. (2021) COVID-19 Pandemi Sürecinde Sosyal Politika ve Yerel Yönetimler: İstanbul İlçe Belediyeleri Örneği. *Çalışma ve Toplum*, (69).

Makale Alıntısı

Göksu, T.S. & Togo, O.T. (2022). Covid 19 Sürecinde Yerel Yönetimlerin Sosyal Medya Hesapları Aracılığıyla Egzersiz Hizmetlerinin İncelenmesi [Investigation of Exercise Services Through Social Media Accounts of Municipalities In The Covid 19 Process], *Spor Eğitim Dergisi*, 6(1), 33-42.



Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır.