

*Derleme*

## **TÜRKİYE’DE KARATE BRANŞINDA YAPILAN LİSANSÜSTÜ TEZLERİN İNCELENMESİ (1999-2022)**

### **AN ANALYSIS OF POSTGRADUATE THESES ON KARATE IN TURKEY (1999-2022)**

Gönderilen Tarih: 11/07/2023  
Kabul Edilen Tarih: 15/08/2023

*Meryem GÜLER YILMAZ*

İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Hareket ve Antrenman Bilimleri Ana Bilim Dalı  
İstanbul, Türkiye

Orcid: 0000-0001-8334-1991

\* Sorumlu Yazar: Meryem GÜLER YILMAZ, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Hareket ve Antrenman Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul, Türkiye, E-mail: guler\_meryemmm@hotmail.com

## Türkiye’de Karate Branşında Yapılan Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi (1999-2022)

### ÖZ

Bu araştırmanın amacı, 1999-2022 yılları arasında karate alanında yapılmış olan tezleri inceleyerek literatürel durumu ortaya koymak ve varsa eksiklikleri belirlemektir. Araştırmada model olarak ikincil verilere dayalı tarama yöntemi kullanılmıştır. Bu araştırmanın evrenini, Ulusal Tez Merkezi Web sayfasında yayımlanan başlığında karate ve spor ifadeleri yer alan tüm tezler (5 doktora, 46 yüksek lisans toplamda 51 tez) oluşturmaktadır. Tezler yıllarına, üniversitelerine, konularına, enstitülerine, erişim durumlarına, danışman unvanına, yazım diline ve sayfa sayılarına bakılarak değerlendirilmiştir. Araştırmada ikincil verilere dayalı içerik analizi yapıldıktan sonra elde edilen veriler SPSS 25 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Değişkenlerin dağılımlarını belirlemek adına tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır. Araştırmada veriler dökümantasyona dayalı içerik analizi yöntemiyle elde edilmiştir. Bu araştırmanın sonucunda, tezlerin konularına göre dağılımlarına bakıldığında yüksek lisans tezlerinin %80,4’ü ve doktora tezlerinin %60’ı “spor” konu başlığıyla ilgili çalışmalardır. Ayrıca 20 farklı üniversitede karate sporu ile ilgili çalışmalar yapıldığı gözlenmektedir. Karate sporu ile ilgilenen araştırmacı sayısının artması ile yapılacak olan çeşitli alanlardaki lisansüstü tezlerin literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Karate sporunun artan sportif başarısı ve popüleritesi ise, bu spor ile ilgilenen araştırmacılar da merak uyandırmaya devam edecektir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, karate, lisansüstü eğitim

## An Analysis of Postgraduate Theses on Karate in Turkey (1999-2022)

### ABSTRACT

This research aims to examine the theses made in the field of karate between 1999-2022, to reveal the literature situation and to determine the deficiencies, if any. In the research, a scanning method based on secondary data was used as a model. The population of this research consists of 51 theses, 5 doctorates, and 46 master's, with the words karate and sports in their titles, which were published on the National Thesis Center website. Theses were evaluated by looking at their years, universities, subjects, institutes, access status, advisor introductions, written language and page instructions. After the content analysis based on secondary data in the research, the data obtained were analyzed using the SPSS 25 program. Descriptive statistics were used to determine the distributions of the variables. As a result of this research, when we look at the distribution of theses according to their subjects, 80.4% of the master's theses and 60% of the doctoral theses are studies on the topic of "sports". In addition, it is observed that studies on karate are carried out in 20 different universities. With the increase in the number of researchers interested in karate, it is thought that postgraduate theses in various fields will contribute to the literature. The increasing sporting success and popularity of karate will continue to attract the attention of researchers who are interested in this sport.

**Keywords:** Sport, karate, postgraduate education

## GİRİŞ

Karate-do, mücadele sanatlarından biri olarak tanımlanır ve yumruk ile tekme atma tekniklerine karşı silahsız savunma yöntemleri üzerine odaklanır. "Kara" kelimesi boşluğu ifade ederken, "te" kelimesi el anlamına gelir ve böylece "silahsız el" olarak ifade edilir<sup>1</sup>. Karate sporunu diğer spor dallarından ayıran özellik 'Do' felsefesidir. Olgunlaşmayı ifade eden düşünce şeklidir<sup>2</sup>. Olgunlaşma ise, sadece karate teknikleri açısından değil, fiziksel, zihinsel, ve psikolojik değerler kazanmak bakımından değerlendirilir<sup>1</sup>.

Modern karatenin kurucusu Gichin Funokoshi'dir. Karate başlangıçta silahsız mücadele sanatı olarak başlamış ve ilk şekillenme Hindistan'ın kuzeydoğusundaki Shaolin manastırlarında 12 seri ile hareketten meydana gelen çalışmayla oluşmuştur. Zamanla Doğu Asya'da yayılan Karate sporu, Okinawa'da şekillenmiştir. Spor sanatının gelişiminde ise Çin kültürü önemli bir yer tutmaktadır<sup>1</sup>.

Karate; kata, kumite ve kihon adı verilen çalışma türlerinden oluşmaktadır. Sporcular, sportif çerçevede sadece kata ve kumite olmak üzere 2 dalda yarışmaktadırlar<sup>2</sup>. Literatürde kata ve kumitenin çeşitli tanımları ile karşılaşılmaktadır. Alpay'ın (2013)<sup>1</sup> çalışmasına göre, "katayı" kişinin kendisine yönelik 360 derecelik alandan gelebilecek ataklara karşı kullanılan bir dizi teknik hareketlerin sıralaması olarak tanımlamıştır. Bu katada, öncelikle kişinin kendini korumak amacıyla blok teknikleri ile saldırılara karşılık verilir ve ardından savunma amaçlı diğer teknik hareketler takip eder. Doria ve ark. (2009)<sup>3</sup> da katayı, sporcuların hayali rakiplere karşı önceden belirlenmiş hareket ve teknikleri bilinen sırayla uyguladığı geleneksel bir yapı olarak ifade etmiştir. Kata, karate sporunun sanatsal kısmı olarak tanımlanırken, motor kontrol, ritim ve hareket gibi farklı kapasiteleri gerektirir<sup>4</sup>. Dünya Karate Federasyonunun onayladığı ve müsabakalarda yer alan 4 farklı karate stili bulunmaktadır. Her stilde de farklı katalar yer almaktadır. Bu stiller Shotokan Ryu'da (26 kata), Shito Ryu'da (49 kata), Goju Ryu'da (12 kata) ve Wado Ryu'da (16 kata) bulunmaktadır<sup>5</sup>. Her kata koreografisi tüm stillerde daha önceden bilinen; belirli güç, ritim, denge ve sürat gibi puan kriteri taşıyan faktörlere bağlı hareket sıralamasından oluşmuştur. Hareketlerin zarafeti, kata sporcusunun becerisi ve ustalığı ile birleştiğinde ortaya görsel bir bütünlük çıkar<sup>6</sup>.

Kumite ise genel olarak iki rakip arasında tekniklerin serbest ve kontrollü bir şekilde uygulandığı, atak ve kontraatak şansı yakalanarak rakibe üstünlük sağlamaya çalışılan, puanlı müsabaka olarak tanımlanır<sup>7</sup>. Tüm atakların kontrollü uygulanma zorunluluğu olduğunu en temel kuraldır<sup>8</sup>. Beklenmedik durumlarda bireylerin ve fiziksel yeteneklerinin en etkin şekilde kullanılabilmesi için, dinamik denge ve postüral düzenlemelerin öneminin, kataya kıyasla daha çok kumite üzerinde vurgulandığı belirtilmektedir<sup>9</sup>.

Karate sporunda en üst düzey performans için yüksek bir kondisyon seviyesi gerekir. Antrenman sırasında yorgunluğu önlemesi ve bir müsabaka içinde birbirini takip eden iki ardışık maç arasındaki dinlenme periyotlarında toparlanma süreçlerini sağlaması açısından aerobik kapasite, karate performansında önemli bir rol oynamaktadır<sup>10</sup>. Fakat sonucu belirleyen hareketler, anaerobik enerji sisteminin kullanılması ile uygulanır<sup>11</sup>. Çünkü üst düzey performans temel olarak patlayıcı tekniklere dayanmaktadır. Sonuç olarak, karate performanslarının hem aerobik hem de anaerobik yetenekler gerektirdiği ve sporcunun vücudunun üst veya alt kısmı



tarafından gerçekleştirilen patlayıcı, aralıklı ve hızlı hareketlerle tanımlandığı iyi bilinmektedir<sup>12</sup>.

Sporcuların bu sporda başarılı sayılabilmesi için, sadece iyi ölçüde teknik ve taktik becerilere değil aynı zamanda iyi fiziksel uygunluk seviyelerine de sahip olması beklenmektedir<sup>9</sup>. Bu doğrultuda Dünya Karate Federasyonunun belirlediği kurallar çerçevesinde yarışma kriterlerine uygunluk gösteren her teknik ise; sürat, güç, denge, estetik, zamanlama ve kontrol gibi beceri gerektiren detaylarıyla, değerlendirilerek puanlanır<sup>6</sup>. Kata ve kumite yarışmaları ise bireysel ve takım olarak yapılmaktadır<sup>2</sup>.

Karatenin katıldığı en üst düzey organizasyon 2021 Tokyo Olimpiyatlarıdır. Kata ve kumite olmak üzere iki dalda da bireysel olarak Türkiye'den sporcularımız katılmış olup, karate sporcuları 1 gümüş, 3 bronz olmak üzere ülkemize 4 madalya kazandırmıştır. Ülke olarak alınan toplam 13 madalyanın 4'ü karate branşına aittir<sup>13</sup>. Dünya Karate Federasyonu, dünya çapında 10 milyondan fazla sporcunun olduğunu, 100 milyon kadar ise karate sporu ile ilgilenen kişinin olduğunu tahmin etmektedir<sup>14</sup>. Elde edilen olimpik düzeydeki başarılar ve karate ile ilgilenilen yüksek katılımcı sayıları karate sporunu popüler hale getirmiştir<sup>15</sup>.

Üniversitelerde lisans düzeyinde (bitirme ödevleri, mezuniyet tezleri şeklinde) ve, lisansüstü düzeylerde (yüksek lisans ve doktora tezleri şeklinde) verilen eğitimin bir parçası olarak bilimsel çalışmalar yapılır<sup>16</sup>. Yüksek lisans ve doktora tezleri, ilgili alandaki en kapsamlı bilimsel çalışmalardır ve yapılan çalışmalar güncel istatistiki ve yöntemsel eğilimler hem de farklı araştırma yöntemleri ve istatistiki yöntemlerin dağılımları hakkında bilgi vermektedir<sup>17</sup>. Bu araştırmanın amacı ise, karate sporu ile ilgili lisansüstü eğitimde yapılan çalışmaların durum, ilgi ve ihtiyaç analizini yapmaktır. Çalışmaların hangi alanda yoğunlaştığını belirleyebilmek ve aynı zamanda, elde edilen sonuçlar doğrultusunda gelecekte yapılacak olan çalışmalara yön verebilmektir. Bu kapsamda Türkiye'de çalışılmış olan yüksek lisans ve doktora tezleri incelenmiştir.

## **MATERYAL VE METOT**

### **Araştırmanın Evreni**

Bu araştırmanın evrenini Ulusal Tez Merkezi Web sayfasında yayımlanan başlığında karate ve spor ifadeleri yer alan tüm tezler (5 doktora, 46 yüksek lisans toplamda 51 tez) oluşturmaktadır.

### **Araştırmanın Modeli**

Araştırmada model olarak ikincil verilere dayalı tarama yöntemi kullanılmıştır. Basılı ve elektronik (bilgisayar tabanlı ve internet erişimli) materyallerin incelenmesi ve değerlendirilmesiyle gerçekleşen bir dizi işlem doküman analizi olarak ifade edilir<sup>18</sup>. Bu araştırmada da Türkiye'de karate sporu ile ilgili çalışılmış olan yüksek lisans ve doktora tezlerinin doküman incelemesi yapılmıştır. Araştırma verileri YÖK'ün Ulusal Tez Merkezi web sayfasından karate ve spor kelimelerini içeren yüksek lisans ve doktora tezleri incelenerek elde edilmiştir. Dolayısıyla araştırma verilerinin toplanması sürecinde ikincil verilere dayalı içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada veri toplama süreci Temmuz- Aralık 2022 tarihleri arasındadır.

Yüksek lisans ve doktora tezleri için aynı değişkenler belirlenerek veriler kayıt altına alınmıştır. Bu veriler tezin; adı, yılı, konu, üniversite, enstitü, bilim ve anabilim dalları, yazım dili, eğitim düzeyi, erişim durumu, danışman unvanı, sayfa sayısı parametrelerinden oluşmaktadır.

### Verilerin Analizi

Araştırmada ikincil verilere dayalı içerik analizi yapıldıktan sonra elde edilen veriler SPSS 25 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Değişkenlerin dağılımlarını belirlemek adına tanımlayıcı istatistiklerden faydalanılmıştır.

## BULGULAR

Bu bölümde 1999-2022 yılları arasında yazılmış olan yüksek lisans ve doktora tezlerinin buğuları tablolar halinde sunulmuştur.

**Tablo 1.** Karate ile İlgili Yazılan Tezlerin Genel Durumları

Değişken	Sınıf	N	%
Eğitim Düzeyi	Yüksek Lisans	46	90,2
	Doktora	5	9,8
	Toplam	51	100
Enstitü	Sağlık Bilimleri	32	62,7
	Sosyal Bilimler	5	9,8
	Eğitim Bilimleri	6	11,8
	Lisansüstü	7	13,7
	Türkiyat Araştırmaları	1	2,0
	Toplam	51	100
Erişim Durumu	Erişime Açık	45	88,2
	Erişime Kapalı	6	11,8
	Toplam	51	100
Yazım Dili	Türkçe	51	100
	İngilizce	0	0,0
	Toplam	51	100
Danışman Ünvanı	Dr. Öğr. Üyesi	19	37,3
	Doç. Dr.	18	35,3
	Prof. Dr.	14	27,5
	Toplam	51	100
Sayfa Sayıları	0 -100	27	52,9
	101-150	21	41,2
	151-200	2	3,9
	200 ve üzeri	1	2,0
	Toplam	51	100

Tablo 1 incelendiğinde karate konusunda yazılmış olan lisansüstü tezlerin %90,2 (N=46)’sı yüksek lisans tezi iken %9,8 (N=5)’i doktora seviyesindedir. Lisansüstü tezlerin enstitüler dikkate alınarak yapılan dağılımlarının %62,7 (N=32)’sini sağlık bilimleri, %13,7 (N=7)’sini lisansüstü eğitim, %11,8 (N=6)’sını eğitim bilimleri, %9,8 (N=5)’ni sosyal bilimler, %2 (N=1)’ini ise Türkiyat araştırmaları oluşturmaktadır. Lisansüstü tezlerin %88,2 (N=45)’i erişime açık iken, %11,8 (N=6)’sı ise erişime kapalıdır. Karate ile ilgili yapılmış lisansüstü tezlerin %100 (N=51)’inin de yazım dili Türkçe’dir. Lisansüstü tezlerin danışman unvanlarına bakıldığında ise, %37,3 (N=19)’unun Dr. Öğr. Üyesi, %35,3 (N=18)’nin Doç. Dr., %27,5 (N=14)’ünün ise Prof. Dr. unvanına sahip olduğu görülmüştür.

**Tablo 2. Tezlerin Yıllara Göre Dağılımı**

Yıl	Yüksek Lisans	Doktora	N	%
1999	1	-	1	2,0
2000	-	-	-	-
2001	-	-	-	-
2002	1	-	1	2,0
2003	2	-	2	3,9
2004	2	-	2	3,9
2005	-	-	-	-
2006	1	-	1	2,0
2007	-	1	1	2,0
2008	-	-	-	-
2009	-	1	1	2,0
2010	-	-	-	-
2011	-	-	-	-
2012	1	-	1	2,0
2013	1	1	2	3,9
2014	2	1	3	5,9
2015	2	-	2	3,9
2016	3	-	3	5,9
2017	2	-	2	3,9
2018	4	-	4	7,8
2019	9	-	9	17,6
2020	6	-	6	11,8
2021	6	1	8	15,7
2022	1	-	2	3,9

Tablo 2 incelendiğinde 1999 yılından itibaren bu alanda lisansüstü tezlerin yazıldığı görülmüştür. 2000-2001-2005 yılı ile 2008-2010-2011 yıllarında hiç çalışma yapılmadığı görülmüştür. 2019 yılında %17,6 (N=9), 2020 yılında %11,8 (N=6), 2021 yılında % 15,7 (N=8) en fazla çalışma yapıldığı yıllar olarak görülmüştür.

**Tablo 3. Yüksek Lisans Tezlerinin Üniversitelere Göre Dağılımı**

Üniversite	N	%
Abant İzzet Baysal Üniversitesi	1	2,17
Afyon Kocatepe Üniversitesi	1	2,17
Bartın Üniversitesi	6	13,04
Bayburt Üniversitesi	1	2,17
Dokuz Eylül Üniversitesi	1	2,17
Ege Üniversitesi	1	2,17
Gazi Üniversitesi	1	2,17
Haliç Üniversitesi	2	4,35
İstanbul Gelişim Üniversitesi	3	6,52
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa	1	2,17
Karadeniz Teknik Üniversitesi	1	2,17
Marmara Üniversitesi	15	32,61
Manisa Celal Bayar Üniversitesi	4	8,70
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi	1	2,17
Muş Alparslan Üniversitesi	1	2,17
Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi	2	4,35
Selçuk Üniversitesi	2	4,35
Süleyman Demirel Üniversitesi	1	2,17
Trabzon Üniversitesi	1	2,17



Tablo 3 incelendiğinde % 32,61 (N=15) oranla en çok yüksek lisans tezinin Marmara Üniversitesi’nde yazıldığı görülmektedir. % 13,04 (N=6) oranla Bartın Üniversitesi ikinci sırada yer alırken, % 8,70 (N=4) oranla Manisa Celal Bayar üniversitesi üçüncü sırada yer almaktadır. Toplamda ise 19 farklı üniversitede karate ile ilgili yüksek lisans tezi yazıldığı gözlemlenmektedir.

**Tablo 4. Doktora Tezlerinin Üniversitelere Göre Dağılımı**

Üniversite	N	%
Çukurova Üniversitesi	1	20
Ege Üniversitesi	1	20
Gazi Üniversitesi	2	40
Marmara Üniversitesi	1	20

Tablo 4 göre, doktora tezlerinin %40 (N=2)’si Gazi Üniversitesi’nde, %20 (N=1)’i Ege Üniversitesi’nde, %20 (N=1)’i %20’Marmara Üniversitesi’nde %20 (N=1)’i Çukurova Üniversitesi’nde yazılmıştır.

**Tablo 5. Yüksek Lisans Tezlerinin Konulara Göre Dağılımı**

Konular	N	%
Anatomi	1	2,2
Beslenme ve Diyetetik, Spor	1	2,2
Eğitim ve Öğretim, Spor	3	6,5
Fizyoloji, Spor	3	6,5
Psikoloji, Spor	1	2,2
Spor	37	80,4

Tablo 5 e göre Yüksek lisans tezlerinin %2,2 (N=1) anatomi alanında, %2,2 (N=1) beslenme ve diyetetik ve spor alanında, %6,5 (N=3) eğitim ve öğretim, spor alanında, %6,5 (N=3) fizyoloji ve spor alanında, %2,2 (N=1) psikoloji ve spor alanında, %80,4 (N=37) spor alanında yazılmıştır.

**Tablo 6. Doktora Tezlerinin Konulara Göre Dağılımı**

Konular	N	%
Sağlık Eğitimi, Spor	2	40
Spor	3	60

Tablo 6 incelendiğinde, doktora tezlerinin %40 (N=2) sağlık eğitimi ve spor alanında, %60 (N=3) spor alanında yazılmıştır.

## TARTIŞMA

Bu araştırmada, toplam 51 adet lisansüstü tez incelenmiştir. Bunlardan, 5 tanesi doktora tezi ve 46 tanesi yüksek lisans tezi seviyesindedir. Ayrıca 20 farklı üniversitede karate sporu ile ilgili lisansüstü seviyede çalışmalara rastlanılmıştır. 3 üniversitede ise karate çalışmalarının yoğunlaştığı gözlenmektedir. Literatürde, karate branşı dışında, basketbol, tenis, masa tenisi, yüzme gibi çeşitli spor branşlarının yer aldığı lisansüstü tezlerin incelenmesi ile ilgili yapılan çalışmalar mevcuttur<sup>19,20,21,17</sup>. Araştırmalar alan olarak farklılaşmasına rağmen metodolojik olarak benzer olduğu gözlemlenmiştir. Yapılan çalışmalarda basketbol branşında 304, tenis branşında 127 ve bisiklet branşında 112 çalışmaya rastlanılmıştır<sup>19,17,22</sup>. Çalışmamızda yer alan düşük tez sayısının, karate branşının lisansüstü eğitim seviyesinde henüz yeni bir araştırma alanı olarak görülmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yapılmış olan bu tezlerin 6 tanesi Eğitim Bilimleri Enstitüsünde, 7 tanesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsünde, 32 tanesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde, 5 tanesi Sosyal Bilimler Enstitüsünde, 1 tanesi ise Türkiyat Araştırmaları Enstitüsünde gerçekleştirilmiştir. Araştırmacıların, spor ve antrenmanın beden sistemlerine olan etkilerine dair bilgi edinmek amacıyla yürüttükleri çalışmaların sonucunda, Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nde yazılan tezlerin sayısının arttığı düşünülmektedir.

Araştırmada belirtilen kriterlere uygun yapılan taramada, karate branşı ile ilgili yazılan tezler 1999-2022 yılları arasında 23 yıllık bir süreci kapsamaktadır. Bu süreç içerisinde tezlerin ana konularına bakıldığında ise, 41 tane tezin spor bilimleri, 2 tanesi sağlık eğitimi ve spor, 1 tanesi psikoloji ve spor, 3 tanesi fizyoloji ve spor, 2 tanesi eğitim ve öğretim – spor, 1 tanesi beslenme ve diyetetik, 1 tane anatomi alanında çalışmalar olduğu görülmektedir. Çalışmanın bulguları ışığında ana konularına genel olarak bakılacak olursa, en fazla çalışılan ana konunun spor bilimleri olduğunu görmekteyiz. Bu bağlamda, basketbol branşı ve tenis branşı ile ilgili yapılan araştırmaların konularında ve ana temalarında spor konusunu kapsayan çalışmaların baskın olduğu söylenebilir<sup>17,19</sup>.

Bir müsabaka esnasında başarı genellikle birkaç saniye içinde gerçekleştirilen çok hızlı hareketlerle rekabetçi ve yorucu koşullar altında ortaya çıkmaktadır<sup>23</sup>. Karate sporunda iyi performans ortaya koyabilmek için iyi bir kondisyona sahip olunması gerektiği belirtilmiştir<sup>10</sup>. Bu bağlamda, araştırmacıların çoğunlukla performans değişimi, antropometrik ve fizyolojik özellikler, beslenme, biyomekaniksel özellikler, motorik özellikler, antrenör kişilik özellikleri, liderlik yönelimleri ve problem çözme becerileri üzerine yoğunlaştığı söylenebilir.

Sporda performansın iyileştirilmesinde, fizyolojik faktörlerin yanı sıra psikolojik etkilerin de potansiyel olarak var olduğu ve bu nedenle spor psikolojisinin önemini kabul edildiği belirtilmektedir. Spor psikolojisi, spor alanında psikolojik gelişim ve uygulama yoluyla, sporcuların performanslarına dayalı becerilerinin değerlendirilmesi ve geliştirilmesiyle ilgilidir. Ayrıca sporda psikolojik gelişim, rekabetçi durumlarda sporcuların performansını en üst seviyeye çıkarmada son derece faydalıdır<sup>24</sup>. Spor performansı açısından önemli bir alan olmasına rağmen çalışmamızda bu alanla ilgili az sayıda çalışma olduğu gözlenmesi, bu alanda yapılacak çalışmalar konusunda lisansüstü eğitim öğrencilerine fikir verebilir.

Karate sporunun kata veya kumite yarışmalarında, teknik becerinin yanı sıra atletik performans da puan kriterleri arasındadır, ayrıca karate sporunda kumite yarışmaları yaş ve sıklıklar üzerinden yapılmaktadır. Bu bağlamda sporcuların, kilolarına dikkat etmesi gerekmektedir. Bir sporcunun başarılı olmasında genetik yatkınlığı kadar, düzenli yapılan antrenman, motivasyon ve yapılan spora göre bir beslenme modelinin seçilmesi önem arz etmektedir. Antrenman programı ile beraber uygulanan doğru beslenme programları, sporcunun atletik performansına ve dayanıklılık gelişimine katkı sağlar<sup>25</sup>. Beslenmenin spor performansını pozitif katkı sağlamasına rağmen araştırmamızda ana konu olarak beslenme ile ilgili az sayıda çalışma ile karşılaşılmıştır.

Atilla (2020)<sup>19</sup> araştırmasına göre, "fiziksel tıp ve rehabilitasyon" alanında yazılmış 12 lisansüstü tezin "tekerlekli sandalye basketbolu" üzerine odaklandığını tespit etmiştir.



Karate sporu, Türkiye İşitme Engelliler Spor Federasyonu çatısı altında yer alan spor branşları arasındadır<sup>26</sup>. Ayrıca Türkiye Karate Federasyonu çatısı altında Türkiye Şampiyonalarında para-karate olarak yarışmalar düzenlenmektedir<sup>27</sup>. Bu çalışmada karate ile farklı engel gruplarını içeren bir çalışma ile karşılaşılmamıştır. Bunun sebebi olarak, para-karate ve İşitme engelliler karate şampiyonalarının turnuva geçmişinin çok yeni olduğu söylenebilir.

Bir karate müsabaka sırasında puanlamalar, tatamdeki hakemler tarafından yapılmaktadır<sup>28</sup>. Müsabakanın sonucu etkileyecek değerlendirmeleri, Dünya karate federasyonunun belirlediği kurallar çerçevesinde hakemler yapmaktadırlar. Bu açıdan bakıldığında karate hakemleri ile ilgili yapılan çalışma sayısının az olduğu gözlenmiştir.

Şenışık (2013)<sup>29</sup>'te Dünya karate federasyonunun, yaralanma oranlarını azaltmak ve maçları dinamik hale getirmek ayrıca maçları daha izlenebilir olması için karate kurallarını değiştirdiğini belirtmiştir. Yeni kurallar içerisinde bulunan puanlama sisteminin kullanılması ile birlikte yaralanma dağılımı etkilenmiştir<sup>30</sup>. Bu açıdan bakıldığında ise literatürde karate sporunun bir mücadele sporu olarak yaralanmalara dair çalışmalara rastlanılmıştır. Bu çalışmada ise lisansüstü eğitim seviyesinin fizyoterapi ve rehabilitasyon ve fiziksel tıp ve rehabilitasyon gibi alanlarında yaralanma ile ilgili tez çalışması ile karşılaşılmamıştır.

Bu araştırma kapsamında, karate alanında beslenme, fizyoterapi ve rehabilitasyon, fiziksel tıp ve rehabilitasyon, engelli grupları, karate hakemleri, spor pazarlaması ve sponsorluğu, yetenek seçimi ve alt yapı gibi çeşitli konulara ilişkin alana katkı sağlayacak tez çalışmalarının artırılması önerilmektedir.

Spor bilimleri alanında geniş bir yelpazeye sahip olan lisansüstü tezlerin ve araştırmaların çeşitliliği, sporun farklı alanlarına katkıda bulunma potansiyelini artırdığı düşünülmektedir. Bu araştırma ile yapılmış olan çalışmaların incelenmesi, değerlendirilmesi sonucu araştırmacılar tarafından en çok araştırılan konular tespit edilmeye çalışılmıştır. Mevcut araştırma boşlukları ve çalışılmaya ihtiyaç duyulan boyutları ortaya çıkarması açısından araştırmacılara önemli ölçüde katkıda bulunulacağı düşünülmektedir. Elde edilen sonuçların, spor bilimleri alanında ilgili araştırmacılara ve karate branşında yapılan çalışmalara dair daha kapsamlı bir bakış sunma ve gelecekte yapılacak araştırmalara yön verme potansiyeline sahip olması beklenmektedir. Ayrıca, karate sporu ile ilgilenen araştırmacı sayısının artması, yapılacak olan çeşitli alanlardaki lisansüstü tezlerin çeşitliliğini ve kalitesini artırarak literatüre önemli katkılar sağlayacağı öngörülmektedir.

## KAYNAKLAR

1. Alpay H. (2013). Karate-do el kitabı TKF eğitim kitapları serisi. Mavi ofset basım yayınevi, İstanbul.
2. Doğan E. (2003). Türkiye Cumhuriyeti'nde karate sporunun tarihi gelişimi (1970-2000). Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü, İstanbul.
3. Doria H., Veicsteinas A., Limonta E., Maggioni MA., Aschieri P., Eusebi F., Fanz G., Pietrangelo T. (2009). Energetics of karate (kata and kumite techniques) in top-level athletes. *European Journal of Applied Physiology*. 107, 603-610.

4. Invernizzi PL., Longo S., Scurati R. (2008). Analysis of heart rate and lactate concentrations during coordinative tasks: pilot study in karate kata world champions. *Sport Sciences for Health*. 3, 41-46.
5. Türkiye Karate Federasyonu. (2023). Oyun kuralları kitap özeti. <http://www.karate.gov.tr/> [Erişim tarihi: 26.07.2023].
6. Okuş H. (2013). Mücadele disiplinleri ve onun içerisinde gelişen karatenin tarihi süreçleri ile karatenin tarihi süreçleri ile karatenin kültürel ve tanımsal çelişkileri üzerine bir değerlendirme 7. dan Tezi TKF eğitim kitapları serisi. mavi ofset basım yayınevi, İstanbul.
7. Oral A. (2014). TKF eğitim el kitabı. TKF eğitim kitapları serisi. Mavi ofset basım yayınevi, İstanbul.
8. Soykan A. (2009). Karate sporcularında uyarılma düzeyinin hedefe yönelik hareket koordinasyonuna etkisi. Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
9. Beneke R., Beyer T., Jachner C., Erasmus J., Hütler M. (2004). Energetics of karate kumite. *European Journal of Applied Physiology*. 92, 518-523.
10. Chaabène H., Franchini E., Sterkowicz S., Tabben M., Hachana Y., Chamari K. (2015). Physiological responses to karate specific activities. *Science & Sports*. 30(4), 179-187.
11. Soykan A., Ateş O., Güler M. (2011). 21 yaş altı karate elit kata-kumite sporcularının bacak kuvveti ile çabukluklarının karşılaştırılması. *Uluslararası Hakemli Akademik Sosyal Bilimler Dergisi*. 1(1), 96-100.
12. Chaabene H., Hachana Y., Franchini E., Mkaouer B., Chamari K. (2012). Physical and physiological profile of elite karate athletes. *Sports Medicine*. 42, 829-843.
13. Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. (2023). <https://www.olimpiyatkomitesi.org.tr/> [Erişim tarihi: 01.06.2023].
14. Vando S, Filingeri D, Maurino L, Chaabène H, Bianco A, Salernitano G, Foti C, Padulo J. (2013). Postural adaptations in preadolescent karate athletes due to a one week karate training camp. *Journal of Human Kinetics*. 38, 45–52.
15. Koropanovski N., Berjan B., Bozic P., Pazin N., Sanader A., Jovanovic S., Jaric S. (2011). Anthropometric and physical performance profiles of elite karate kumite and kata competitors. *Journal of Human Kinetics*. 30, 107-114.
16. Bengiray S. (2009). Türkiye’de insan kaynakları yönetimi alanında yapılan lisansüstü tezler ve bu tezlerde incelenen temaların analizi: 1983-2008 dönemi. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. 4(1), 167-197.
17. Büyükgün A. (2020). 1990-2018 yılları arası Türkiye’de tenis branşında yapılan lisansüstü tezlerin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*. 4(1), 20-29.
18. Bowen GA. (2009). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*. 9(2), 27-40.
19. Attila A. (2020). 1985-2018 yılları arası Türkiye’de basketbol branşında yapılan lisansüstü tezlerin incelenmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları*. 2(1), 60-71.
20. Kuter FÖ., Ozturk Y. (2012). Türkiye’de raket sporları alanında yapılan lisansüstü tezlerin incelenmesi. *Sport Sciences*. 7(2), 46-58.
21. Çifçi Ç. (2015). 2004–2014 yılı içinde uluslararası alanlarda yapılmış yüzme branşı ile ilgili akademik çalışmaların incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*. 5(1), 35-61.

22. Büyükergün A. (2021). Türkiye'de bisiklet alanında yapılmış lisansüstü çalışmalar üzerine bir inceleme. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 5(1), 114-120.
23. Özdemir RA., Kirazcı S., Uğraş A. (2010). Simple reaction time and decision making performance after different physical workloads: an examination with elite athletes. *Journal of Human Sciences*. 7(2), 655-670.
24. Turkay H., Demir A. (2021). Spor psikolojisi üzerine bir inceleme. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*. 5(10), 119-131.
25. Şakar Ş. (2010). Sporcularda sağlıklı beslenme. *Türkiye Klinikleri Journal of Cardiology*. 3(2), 42-52.
26. Türkiye İşitme Engelliler Spor Federasyonu. (2023). Branşlar. <https://tiesf.gov.tr/branslar/> [Erişim tarihi: 01.06.2023].
27. Türkiye Karate Federasyonu. (2023). <http://www.karate.gov.tr/> [Erişim tarihi: 01.06.2023].
28. Akınalp H. (2017). Türkiye'deki karate hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışların farklı değişkenlere göre incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
29. Şenişik S. (2013). Spor yaralanmalarını önlemeye yönelik oyun kurallarının düzenlenmesi. *Spor Hekimliği Dergisi*. 48(2), 49-56.
30. Macan J, Bundalo-Vrbanac D, Romić G. (2006). Effects of the new karate rules on the incidence and distribution of injuries. *British Journal of Sports Medicine*. 40(4), 326-330.

