



ISSN 1300-2805

GAZİ ÜNİVERSİTESİ
BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR YÜKSEKOKULU

Cilt: V

Sayı: 2

Nisan 2000

GAZİ
BEDEN EĞİTİMİ ve
SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ

GAZİ JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES

Volume: V

Issue: 2

April 2000

**GAZİ BEDEN EĞİTİMİ
VE SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ**



GAZİ
BEDEN EĞİTİMİ ve
SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ

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

Sahibi Owner

Prof. Dr. Rıza AYHAN
Gazi Üniversitesi Rektörü

Genel Yayın Yönetmeni Editör-in Chief

Prof. Dr. A. Faik İMAMOĞLU
Beden Eğitimi ve Spor Y.O. Müdürü

Yazı İşleri Sorumlusu Editör

Doç. Dr. İbrahim YILDIRAN

Yayın Kurulu

Prof. Dr. Kemal TAMER
Prof. Dr. A. Faik İMAMOĞLU
Prof. Dr. Yaşar SEVİM
Doç. Dr. A. Azmi YETİM
Doç. Dr. İbrahim YILDIRAN

Editorial Board

Doç. Dr. Suat KARAKÜÇÜK
Doç. Dr. Özbay GÜVEN
Doç. Dr. Mehmet GÜNAY
Doç. Dr. Güner EKENCİ
Doç. Dr. Ömer ŞENEL

Bu Sayının Hakemleri

Prof. Dr. Bilge GÖNÜL (Gazi Ü.)
Prof. Dr. Emin ERGEN (Ankara Ü.)
Doç. Dr. İbrahim YILDIRAN (Gazi Ü.)
Doç. Dr. A. Seda SARACALOĞLU (Ege Ü.)
Doç. Dr. Mehmet ŞAHİNGÖZ (Gazi Ü.)
Doç. Dr. Ömer ŞENEL (Gazi Ü.)

Scientific Advisers of this Issue

Prof. Dr. A. Faik İMAMOĞLU (Gazi Ü.)
Prof. Dr. Gazanfer DOĞU (Abant İ.B.Ü.)
Prof. Dr. Erdal ZORBA (Muğla Ü.)
Doç. Dr. Azmi YETİM (Gazi Ü.)
Doç. Dr. Gülfem ERSÖZ (Ankara Ü.)

Yayın ve Dağıtım Koordinatörlüğü

Coordinators

Öğr. Gör. Dr. Fatih YENEL
Arş. Gör. Murat ÖZMADEN

Yazışma Adresi

Correspondence Address

Gazi Üniversitesi
Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu 06500 Teknikokullar/ANKARA
Tel : (0.312) 222 50 57 • Faks : (0.312) 212 22 74
E.mail:beden@sirius.gazi.edu.tr

Baskı Print

Sim Matbaacılık Ltd. Şti.
Tel : (0.312) 230 22 09 • Faks : (0.312) 230 41 39

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi yılda dört kez yayımlanır.

G.J.P.E.S.S. is published quarterly

ISSN 1300-2805

**GAZİ BEDEN EĞİTİMİ
VE SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ**



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

Cilt
Sayı
Nisan

V
2
2000

Volume
Issue
April

**İÇİNDEKİLER
SPOR SAĞLIK BİLİMLERİ**

Yüksek Şiddetteki Yüklenmelerde
Tükürük Klorür ve Kan Laktat
İlişkisinin İncelenmesi

3 - 9

Hilmi KARATOSUN
Hakan YAMAN

CONTENTS

SPORTS HEALTH SCIENCES

The Evaluation of Relationship Between Salivary
Chloride and Plasma Lactate Measurements
During Different Types of High Intensity Exercises

Egzersiz Tiplerinin Serum Kortizol ve
DHEA-S Hormonları
Üzerine Etkileri

10 - 16

Recep ÖZMERDİVENLİ
Kürşat KARACABEY

Effects of Exercise Types on
Serum DHEA-S Cortisol Hormone
Levels

**HAREKET VE ANTRENMAN
BİLİMLERİ**

Kalistenik Çalışmaların Orta Yaşlı
Sedanter Bayanların Fizyolojik ve
Fiziksel Parametreleri Üzerine Etkisi

17 - 25

Güneş DÖNMEZ
Latif AYDOS

**MOVEMENT AND TRAINING
SCIENCES**

The Effect of Calisthenic Exercise on
Physical and Physiological Parameters
Middle Aged Sedantary Women

**SPORDA PSİKO-SOSYAL
ALANLAR**

Farklı Özelliklere Sahip
Fertlerin Sportif Faaliyetlere
Katılımlarını Etkileyen Faktörlerin
Belirlenmesi

26 -42

Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL
Özgür BOSTANCI

**PSYCHO-SOCIAL AREAS
IN SPORT**

Determination of the Factors Which
Affects the Participation to the Sports
Activities of the Individuals in Different
Properties

Kırgızlarda Popülerliğini Yitirmiş
Geleneksel Binicilik Sporları ile
Türkiyedeki Varyantları

43 - 66

Mehmet TÜRKMEN
Harun ÖZMADEN

The Horsemanship Sport in Kirghiz That
has Lost It's Popularity and the Variations
in Turkey

SPOR YÖNETİM BİLİMLERİ
Türkiye'de Spor Tesis ve Hizmetlerinin
Özelleştirilmesi

67 - 78

Güner EKENCİ
Murat GÖZEN

SPORTS MANAGEMENT SCIENCES

Privatization of Sports Facilities and
Services in Turkey

YÜKSEK ŞİDDETEKİ YÜKLENMELERDE TÜKÜRÜK KlorÜR VE KAN LAKTAT İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Hilmi KARATOSUN *

Hakan YAMAN **

ÖZET

Antrenman yönlendirilmesinde, değişik anaerobik yüklenmeleri girişimsel bir yöntem olan plazma laktat (PLa) ile ölçülür, değerlendirilebilmektedir. Bu çalışmada, tükürük klorür (TCI) ile PLa karşılaştırılarak, kolay uygulanabilir ve girişimsel olmayan yeni bir ölçüm yöntemi arayışı içine girmiştir.

Çalışmaya yaşları 21.91 +/- 1.88 yıl olan 14 erkek beden eğitimi öğrencisi kendi rızaları ile katılmışlardır. Bireyler 48 saat ara ile Wingate protokolü ve 400 m koşularına tabi tutulup; yüklenme öncesi bazal, yüklenme sonrası 5. ve 15. dakikalarda kan ve tükürük örnekleri alınmıştır. Elde edilen verilere tanımlayıcı istatistikler, Spearman korelasyonu ve lineer regresyon analizi uygulanmıştır. Alfa 0.05 olarak belirlenmiştir.

Wingate protokolü ile elde edilen 5. ve 15. Dk. TCI ve PLa değerleri arasında ve 400 m koşusu TCI ve PLa değerleri arasında orta-yüksek düzeyde ilişkiler bulunmuştur ($r=0.45-0.74$; $p=0.003-0.11$). 400 m koşusu 5. ve 15. dk. TCI ve PLa değerleri arasında yüksek düzeyde kestirim olası görünmektedir ($F=12.32-14.98$, $p<0.05$).

Bu yargılar ışığında özellikle saha koşullarında iki ölçüm yöntemi arasında benzer sonuçlar bulunmuş ve 5. ve 15. dakika TCI değerlerinde PLa değerlerinin kestirimi olası görünmektedir. Yöntemin daha büyük bir deney grubu ve daha hassas yöntemlerle geliştirilmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Anaerobik yüklenme, laktat, tükürük klorürü

THE EVALUATION OF RELATIONSHIP BETWEEN SALIVARY CHLORIDE AND PLASMA LACTATE MEASUREMENTS DURING DIFFERENT TYPES OF HIGH INTENSITY EXERCISES

SUMMARY

In training organisation different anaerobic work loads can be measured and evaluated by plasma lactate (PLa) as an invasive method. The aim of this study is to find an easily applicable and non-invasive method by comparing salivary chloride (SCI) and PLa.

14 male physical education students aged 21.91 +/-1.88 attended to this study with their own consents. The students performed Wingate Protocol and a 400 m sprint within 48 hours. Blood and salivary samples were taken before, 5 and 15 minutes after exercise. Descriptive statistics, Spearman rank correlation and linear regression analysis were used to evaluate the data ($\alpha=0.05$).

There was a moderate relation between the 5. and 15. min PLa and SCI values of Wingate Test and 400 m sprint ($r=0.45-0.74$; $p=0.003-0.11$). Between the 5. and 15. min TCI and PLa values of the 400 m sprint regression coefficient were significant ($F=12.32-14.98$, $p<0.05$).

In respect to this results, particularly 5. and 15. min PLa and SCI values have similar results and 5. and 15. Min PLa values in 400 m sprints may be estimated by TCI values. This method has to be retested with a larger subject group and finer methods have to be developed.

Key Words: Anaerobic work, lactate, salivary chloride.

* SDÜ, Sağlık Kültür Spor Dairesi, ISPARTA

** SDÜ, Tıp Fakültesi, Spor Hekimliği Anabilim Dalı, ISPARTA

GİRİŞ

Sporcuyla yarışmalara en iyi biçimde hazırlamak, antrenman programını düzenlemek, sporcunun verim düzeyini en üst düzeye ulaştırmak sporcularla uğraşan kişilerin gerçek amaçlarıdır. Sporcunun yarışmalardaki başarısını belirleyen etmenlerden birisi yorgunluktur ve sporcuyla uğraşan kişilerin amaçlarından birisi de yorgunluğu yenmektir.

Bu nedenle antrenman yönlendirilmesinde, sporcunun verim düzeylerinin bulunması ve verim artışındaki gelişmelerinin izlenmesi, önemli bir yer alır. Verim düzeyinin bulunmasında, anaerobik eşik değeri yardımcı olmaktadır. Bu eşik değerinin bulunmasında kan laktat düzeyinin ölçülmesi önemli bir yer alır¹. Antrenman yönlendirilmesi için güvenilir bir belirteç olan² kan laktat düzeyinin ölçümünde sporcunun kanına gereksinim vardır.

Ancak lojistik ve halk sağlığı kaygıları bakımından, kan laktat profili yöntemi çok uygun bir yöntem değildir³. Sporunun yapıldığı saha koşullarında özellikle kan alımı; steril koşullar gerektirmesi ve acı verici bir girişim olması; kendi çapında bazı olumsuzlukları beraberinde getirmektedir. Bu nedenle, antrenman yönlendirilmesinde eş güvenilirliğe sahip, girişimsel olmayan yöntem arayışları sürmektedir^{4,5}.

Tükürük elektrolitleri, bu alternatif arayışları arasında yer almaktadır. Tükürüğün saha koşullarında kolay toplanabilir olması ve toplanmasının girişimsel olmaması önemli kolaylıkları beraberinde getirmektedir.

Bu çalışmada; anaerobik yüklenmelerde, antrenman yönlendirilmesinde girişimsel olarak elde edilen kan laktatın, girişimsel olmayan yollarla elde edilen tükürük klorür karşılaştırılarak, bu belirtecin antrenman yönlendirilmesinde kullanılıp, kullanılamayacağını araştırmayı amaçladık.

GEREÇ VE YÖNTEM

1. Bireyler : Çalışmaya, kendi istekleriyle 14 erkek beden eğitimi öğrencisi katılmıştır. Bedensel özellikleri Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1 : Bireylerin Bedensel Özellikleri

n = 14	ort	s	min	maks
Yaş (yıl)	21.91	1.88	18	25
Boy (m)	1.7	0.06	1.62	1.82
Ağırlık (kg)	67.46	4.72	59.5	77.5
KKE (kg/m ³)	23.28	2.06	20.98	26.81
YBK (kg)	62.39	3.29	57.2	67.87
% Yağ	8.92	1.85	7.02	13.36

Bireylerin çalışmaya kendi istekleriyle katıldıklarına ilişkin bir onay alındıktan sonra; tıbbi bedensel bakıdan geçirilmişlerdir.

Bireyler iki - üç yıldır farklı spor dallarıyla uğraşmaktaydılar. Düzenli olmaksızın haftada iki - üç kez, doksan dakikayı geçmeyen çalışmalar yapmaktaydılar.

2. Protokol : Uygulama öncesi denekler iyi bir biçimde dinlendirildiler. Deneklere 48 saat ara ile Wingate anaerobik güç ve kapasite testi ile 400 m koşu testi uygulandı. Testler ve örnek alımları sabah 9-11 saatleri arasında yapılmıştır.

Wingate Testi⁶: Testte Monark 814 E marka bir ergobisiklet kullanılmıştır. Test sırasında 75 gr/kg'lık bir yük uygulanmıştır. Birey test başlangıcında 60 RPM'de, 30 Watt'lık bir direnç ile 3 dakika ısıtılmıştır. Isınmanın sonunda 75 gr/kg'lık bir direncin uygulanmasıyla teste başlanılarak 30 sn süresince bireylerin pedali olabildiğince hızlı çevirmeleri istenmiştir.

400 m Koşu Testi: Bireylerin 400 m mesafeyi olabildiğince hızlı koşmaları istenmiştir. 400 m koşu testinden önce tüm denekler 10 dakika süre ile ısıtıldılar ve dörder kişilik, rastlantısal gruplar halinde, teste alınmışlardır. Koşu süreleri el kronometresi ile ölçülüp, sonuçlar saniye ve milisaniye olarak kaydedilmiştir.

3. Örneklerin alınması ve işlenmesi:

Venöz kan örnekleri önceden hazırlanmış heparinlenmiş tüpler içine alınıp; 10 dakika süreyle 2000 g'de santrifüjlenerek, plazmaları ayrılmıştır.

Tükürük örnekleri küçük cam huniler aracılığıyla 5 cc'lik plastik tüplere alınmıştır.

Elde edilen plazma ve tükürük örnekleri, inceleninceye kadar - 65 °C'de saklanıldı.

Örnekler her iki protokolden önce, uygulamadan 5 dakika ve 15 dakika sonra alındı.

Plazma laktat düzeylerini saptamak için, Laktat PAP enzimatik kitleri spektrofotometrede (Philips UV-Nea Red), 505 nm dalga boyunda köre karşı absorbansları okunmuştur. Standart absorbans ile oranlanarak numunelerin laktat düzeyleri saptanarak, mg/dl biçiminde ifade edilmiştir. Plazma laktat için bazal değerler 4.5-20 mg/dl değerleri arasında bulunmaktadır⁷.

Klorür iyonu, iyona özgül seçici elektrot sistemiyle (Electrolyte System, Sychrom EL-ISE, Beckman) meq/l biçiminde ölçüldü. Stimülasyon yapılmayan spontan tükürükte tükürük klorürü için bazal değerler 5-20 meq/L arasında bulunmaktadır⁸.

4. İstatistik: Tanımlayıcı istatistikler hesaplandı. Tükürük klorürü ile plazma laktat değerleri arasındaki ilişkiyi değerlendirme için Spearman rank korelasyon analizi yapıldı. Doğrusal regresyon analizi uygulandı. Alfa yanılma düzeyi 0.05 olarak kabul edildi.

BULGULAR

1. Wingate Protokolü Sonuçları: Wingate protokolü uygulamasından elde edilen RPM değeri McArdle-Katch formülü aracılığıyla güç değerine dönüştürülmüştür⁴. Hesaplanan ortalama güç değeri 8.32 +/- 0.65 kg/Watt ve tepe güç değeri 9.73 +/- 0.83 kg/Watt olarak bulunmuştur (Tablo 2).

Tablo 2: Deneklerin 5, 10, 15, 20, 25 ve 30. Saniyelerdeki Güçlerinin Ortalamasını ve Ortalama Güçlerinin Göstermektedir

n=12	5.sn	10.sn	15.sn	20.sn	25.sn	30.sn	ortalama güç (Watt)
Ort	658.39	664.52	621.3	570.3	530.6	477.16	587.05
s	81.06	71.31	58.93	64.3	70.6	56.6	57.01

2. Plazma Laktat ve Tükürük Klorürü Sonuçları: Wingate protokolü ve 400 m koşusu sırasında ve sonucunda elde edilen plazma laktat ve tükürük klorür sonuçları Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3: Wingate Protokolü ve 400 m Koşusu İle Elde Edilen Plazma Laktat ve Tükürük Klorürü Düzeyleri

n=14		ort	S	maks	min
Wingate Plazma Laktat (mg/dL)	bazal	26,66	5,12	39,1	21,3
	5.dk	113,54	19,07	144,5	69,8
	15.dk	94,14	21,47	124,7	53,1
Wingate Tükürük Klorür (meq/dL)	bazal	28,49	3,82	68,5	24
	5.dk	34,65	11,56	68,5	24
	15.dk	38,20	11,31	67,8	26,6
400 m Plazma Laktat (mg/L)	bazal	29,51	6,79	50,5	22,8
	5.dk	116,01	15,44	144,8	95,6
	15.dk	106,1	20,87	139,6	74,97
400 m Tükürük Klorür (meq/L)	bazal	28,23	3,40	35,1	21,4
	5.dk	29,56	5,98	42,6	19,6
	15.dk	30,87	7,57	47,5	23,2

Wingate protolü öncesi ve sonrasında alınan (bazal, 5.dk ve 15.dk.) ve 400 m koşusunda (bazal, 5.dk ve 15. Dk) elde edilen plazma laktat ve tükürük klorür değerleri arasındaki ilişki Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4: Wingate ve 400 m Koşusu İle Elde Edilen Plazma Laktat ve Tükürükte Klorür Değerleri Arasındaki İlişkiler

Wingate	n	r	T (N-2)	P
WPLB x WCIB	14	0,071	0,25	0,81
WPL5 x WCI5	14	0,52	2,09	0,06
WPL15 x WCI15	14	0,45	1,72	0,11
400 m Koşusu				
PL400B x SCIB	14	-0,31	-1,11	0,29
PL4005 x SCI4005	14	0,74	3,78	0,003*
PL40015 x SCI40015	14	0,74	3,75	0,003*

Wingate ve 400 m koşusu ile ölçülen tükürük klorür değerleri arasında orta-yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur ($r=0.61-0.90$). Korelasyon katsayıları r anlamlı bulunmuştur ($p<0.05$) (Tablo 5).

Tablo 5: Wingate ve 400 m Koşusu İle Elde Edilen Tükürük Klorür Değerleri Arasındaki İlişki

	n	r	t	p
SCI 400 B x WCI B	14	0,90	7,01	0,001*
SCI 400-5 x WCI 5	14	0,61	2,65	0,02*
SCL 400-15 x WCI 15	14	0,76	4,25	0,01*

Burada gerek Wingate gerekse 400 m koşusu plazma laktat ve tükürük klorür değerleri arasında benzeri bir profil izlenmiştir. Tükürük klorür değerlerinin standart sapmaları daha küçük bulunmuştur (Tablo 3). Wingate protokolü ile elde edilen 5. ve 15. dak. Plazma laktat ve tükürük klorür değerleri arasında düşük-orta düzeyde korelasyon (sırasıyla $r=0.52$ ve 0.45) bulunurken, 400 m koşusunda yüksek düzeyde ilişki bulunmuştur (sırasıyla $r=0.74$ ve 0.74). Yapılan korelasyon katsayısının anlamlılık testinde 400 m koşusunun 5. ve 15. dakikalarda ölçülen plazma laktat ve tükürük klorür değerleri arasındaki ilişkinin anlamlı olduğu bulunmuştur ($p<0.05$). Wingate ölçümlerinin 5. ve 15. dakika değerleri arasındaki düşük-orta düzeydeki ilişkinin p değerleri alfa değerine yakın bulunmuştur (sırasıyla 0.06 ve 0.11).

Yapılan doğrusal regresyon analizinde 400 m koşusunda elde edilen 5. ve 15. dakika tükürük klorür değerlerinin plazma laktat değerlerini kestirmede uygun olabileceği ortaya çıkmıştır (sırasıyla $F=12.32$, $p=0.004$ ve $F=1498$, $p=0.002$).

TARTIŞMA

Sporcularda verimin, sistematik antrenmanla artırılabilmesi genel bir kanıdır. Antrenmana ilişkin niceliksel yanıt modellerinin yokluğuna rağmen, antrenman yoğunluğunun (şiddet), kapsamdan daha fazla verim düzeyini arttırdığına inanılır. Ancak antrenmana uyumu en uygun düzey-

lerde tutmak için, uygun bir antrenman yoğunluğunun önerilmesi sorun yaratabilir. Bu konuda sıklıkla nabız ölçütüne başvurulur³. Alman ve İskandinav ekolüne üye birçok araştırmacı antrenman yoğunluğunun, kan laktat değerlerine göre ayarlanmasının daha akılcı olacağını ileri sürmüşlerdir⁹. Ancak kan laktat profili yöntemi beraberinde yukarıda sözünü ettiğimiz bazı olumsuzlukları beraberinde getirmektedir.

Anaerobik eşiğin tespitinde kan laktat profili yanısıra, girişimsel olarak kan katekolamin değişimleri incelenmiş; ayrıca pulmoner gaz değişimi ve nabız yöntemleri ile bu eşik saptanılmaya çalışılmıştır⁵.

Bazı araştırmacılar anaerobik eşik ile yüklenme sırasındaki sempatik yanıt arasında bir ilişki bulmuşlardır. Anaerobik eşiğin üzerinde kan laktat ile sempatik yanıt aynı oranlarda artış yapmaktadır¹⁰. Submaksimal düzeylerde yapılan yüklenmelerde bile sempatik etkinliğin belirgin biçimde arttığı gözlenmiştir¹¹. Bütün beden, tükürük bezleri dahil olmak üzere, bu adrenal sempatik etkinliktен etkilenmektedir. Parasempatik uyarı, düşük derişimli sulu tükürük oluştururken, sempatik uyarı tükürük yapımını azaltmakta ve tükürüğün değişimini arttırmaktadır⁵. Anderson ve ark.¹² katekolaminlerin, tükürük elektrolit ve protein bileşimini yönlendirdiğini ileri sürmüşlerdir. Thaysen ve ark.⁵ Na ve Cl derişimlerinin doğrudan tükürük akım hızlarıyla ilintili olduğunu göstermişlerdir. Bundan, tükürük akımını doğrudan belirleyen sempatik etkinliğe bağımlı oldukları ve dolaylı olarak tükürük bileşiminin sempatik aktivite hakkında bilgi verebileceği anlaşılmaktadır.

Bu temel bilgileri laboratuvar ve saha koşullarında elde ettiğimiz ölçüm sonuçları kısmen doğrulanmaktadır. Tanımlayıcı istatistiklerden anlaşılacağı gibi plazma laktata benzer biçimde tükürük klorür değerleri de 5. dakikada bir zirve oluşturup, 15. Dakikaya doğru azalma göstermektedir.

Wingate protokolüne tabi tutulan sporcuların plazma laktat ve tükürük klorür değerleri arasındaki ilişkiyi irdelediğimizde 5. ve 15. dakika ölçüm değerlerinde düşük-orta düzeyde bir ilişkiye rastlanılmıştır. Korelasyon katsayısı da anlamlı olamaya yakın bulunmuştur.

400 m koşusunda ise 5. ve 15. dakika değerleri arasında orta-yüksek düzeyde bir ilişki ve korelasyon katsayısı anlamlı bulunmuştur ($p < 0.05$). doğrusal regresyon analizinde ise beta katsayısı regresyon doğrusuyla uyumlu tespit edilmiş ($p < 0.05$) ve dolayısıyla tükürük klorür ile plazma laktat değerlerin 400 m koşusunun 5. Ve 15. Dakika değerlerinde uygun olabileceğine ilişkin bir sonuç bulunmuştur.

Elde edilen sonuçlar; saha koşullarında, yani 400 m koşu sonrasında, tükürük klorürün plazma laktat değerini kestirmede yararlı ve girişimsel olamayan bir ölçüm yöntemi olabileceğini göstermektedir. Böylece saha koşullarında sporcunun canını yakmaksızın, sağlık çalışanını kan temasına maruz bırakmaksızın ve karmaşık kan alma işlemiyle antrenman sürecini duraksatmaksızın antrenman yönlendirilmesinde bulunmak olası görünmektedir.

Ancak buna ilişkin daha net çıkarımlarda bulunabilmek için, bu çalışmada bulunan yüksek derecedeki bu ilişkilerin daha büyük bir deney grubunda gösterilmesi uygun olacaktır. Ayrıca bu aracı geliştirmek için yöntemin de geliştirilmesi gerekebilir. Örneğin bu çalışmada çok özgül yapılan ölçümler ve tükürük derişiminin tükürük bezi kütlesine orantılı olarak kullanılması, bize tükürükte klorür parametresini daha da standartize etmeye yardımcı olacaktır.

Sonuç olarak, tükürük klorür derişimi maksimal ve submaksimal anaerobik yüklenmelerde kan laktata benzer bir profil izlemektedir. Tükürük klorür yönteminin daha yaygın olarak benimsenmesi ve kolay biçimde antrenman uygulamasında kullanılabilmesi için daha da geliştirilmesi gerekmektedir.

KAYNAKLAR

1. Anderson LC, gareth JR, Johnson DA, et al. Influence of circulating catecholamines on protein secretion into rat parotid saliva during parasympathetic stimulation. *J Physiol* 1984;352:163-171.
2. Chicharro JL, Legido JC, Alvarez J et al. Saliva electrolytes as a useful tool for anaerobic threshold determination. *Eur J Appl Physiol* 1994;68:214-218.
3. Dassonville J, Beillot J, Lessard Y et al. Blood lactate concentrations during exercise: effect of sampling site and exercise mode. *J Sports Med Phys Fitness* 1998; 38:39-46. Foster C, Crowe MP, Holum D et al. The bloodless lactate profile. *Med Sci Sport Exerc* 1995; 27(6):927-933.
4. Foster C, Crowe MP, holum D, et al. The blood - less lactate profile. *Med Sci Sport Exerc* 1995;27(6):927-933.
5. Heck H. Laktat in der Leistungsdiagnostik. Verlag Karl Hofmann: Schorndorf. 1990. S.64.
6. Hollmann W, Rost R, Liesen B, et al. Assesment of different forms of physical activity with respect to preventive and rehabilitative cardiology. *Int J Sports Med* 1981;2:67-80.
7. İlling S, Spranger S (ed). *Klinikeitfaden-Paediatrie*. Jungjohann: Stuttgart.1992. s.494.
8. İnbar O, Bar-Or O, Skinner JS. *The Wingate Anaerobic Test*. Human Kinetics: Champaign, IL.1996. s.98. s.39-45.
9. Karatosun H. *Değişik Yüklenme Yöntemlerinde Tükürük Laktik Asid Dinamiğinin İncelenmesi (Yüksek Lisans Tezi)*. Antalya, 1997.
10. Lehman M, Schmid P, Keul J. Plasma catecholamines and blood lactate accumulation during incremental exhaustive exercise. *Int J Sports Med* 1985;6:78-81.
11. Tietz NW. *Clinical guide to laboratory tests*. 3th ed. Philadelphia:Saunders.1995. s.393.
12. Yamamoto Y, Hughson RL, Peterson JC. Autonomic control of heart rate during exercise studied by heart rate variability spectral analysis. *J Appl Physiol* 1991;71:1136-1142.

EGZERSİZ TIPLERİNİN SERUM KORTİZOL VE DHEA - S HORMONLARI ÜZERİNE ETKİLERİ

Recep ÖZMERDİVENLİ *
Kürşat KARACABEY *

ÖZET

Çalışmanın amacı, aerobik, aerobik + anaerobik ve anaerobik egzersiz yaptırılan Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinde, egzersizin tiplerine bağlı olarak, kortizol ve dehidroepianrosteron (DHEA-S) hormonlarında gün içerisindeki (0-48 saat) salınım değişikliklerinin serumlarda araştırılmasıdır. Bu araştırma; her biri 20 kişiden (10 erkek, 10 bayan) oluşan 3 gruba ayrılarak toplam 60 öğrencinin katılımı ile gerçekleştirildi. Birinci gruba 15 dakika treadmillde aerobik, 2. gruba 6 dakika treadmillde aerobik + anaerobik, 3. gruba ise 30 saniye bisiklet ergometresinde pedal çevirmek suretiyle egzersiz yaptırıldı. Egzersiz öncesi ve sonrası (0, 4, 24 ve 48 saatler), kan örnekleri alındı. Kortizol ve dehidroepianrosteron (DHEA-S) düzeyleri serumlarda ölçüldü. Bütün bireyler, çalışma günü, aynı içerikli diyetle beslendi (2800 kcal /gün). Grupların demografik bulgularında anlamlı bir fark bulunmazken Kortizol düzeyleri egzersizden 4 saat sonra düşüş gösterdi. Bu düşüş 1. grupta 24 saat sürerken 2. ve 3. gruplarda 48 saat sürdü. Gruplar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulundu ($p<0.05$). Gruplarda DHEA - S düzeyleri karşılaştırıldığında her hangi bir farklılık belirlenemedi. Sonuç olarak, kortizolün strese bağlı bir çok faktörden etkilendiği gibi, egzersiz tipine bağlı olarak değişiklik gösterdiği ancak dehidroepianrosteronun kısa süreli egzersizde değişiklik göstermediği anlaşıldı.

Anahtar Kelimeler: Aerobik egzersiz, Anaerobik egzersiz, Kortizol, DHEA-S

EFFECTS OF EXERCISE TYPES ON SERUM DHEA-S AND CORTISOL HORMONE LEVELS

SUMMARY

The aim of this study was to investigate the effects of exercise types on daily (0-48 hours) release rate of dehydroepianrosteron (DHEA-S) and cortisole in serum of students of Sports Academy, who performed aerobic, aerobic+anaerobic and anaerobic exercises, effects of exercise. A total of 60 subjects were divided into 3 groups, each possessing 20 (10 male and 10 female) individuals. The first group performed 15 mins aerobic exercise on treadmill, the second group performed 6 mins of aerobic+anaerobic exercise on treadmill and the third group performed 30 secs cycling on bicycle ergometry. Blood samples were collected from subjects before and after exercise (0, 4, 24 and 48 hours). DHEA-S and cortizol levels in sera were measured. All individuals were put on the same diet during the study (2800 kcal, daily). While there was no detectable difference between the groups plasma cortisole levels showed a decrease 4 hours after exercise. This decrease remained for 24 hours in the first group but in the 2. and 3. group remained until 48 hours. The difference between the groups was significant ($p<0.05$). There was no significant difference between the groups when DHEA-S levels were compared. In conclusion, it was found that like many other stress factors cortisole levels were effected from exercise type but the DHEA-S levels was not changed after this short duration exercise.

Key Words: Aerobic exercises, Anaerobic exercises, Exercises, Cortizol, DHEA-S

* Fırat Üniversitesi, Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu, ELAZIĞ

GİRİŞ VE AMAÇ

Glukokortikoidlerin fonksiyonel açıdan en önemlisi kortizoldur. Etkileri çok yönlü olan glukokortikoidlerin, en iyi bilinen etkileri metabolik etkiler olup, karaciğere etkiyerek protein ve yağlardan glikoz oluşumunu hızlandırmaları (Glukoneogenesis) ve kan glikoz düzeyin yükseltmeleridir^{1,12,17,22}.

DHEA ve DHEA-S adrenal bezden salgılanan temel androjendir. DHEA zayıf bir androjen dir fakat testosteronun asıl öncü maddelerinden birisidir. Uyarıcı ilaç olarak tanımlanan DHEA androjenik ve antikatabolik etkileri nedeni ile koşucular tarafından kullanılmaktadır^{6,9}.

Yapılan araştırmalarda, egzersizler sırasında hormon konsantrasyonunda artış meydana gelirken^{5,9,12} kortizol hormonu ile egzersizin şiddeti arasında yüksek ilişki bulunmuştur. Hormon salınımının spor yapanlarda sedanterlere göre daha fazla olduğu araştırmacılar tarafından gösterilmiştir^{6,10,11}.

Kortizol en yüksek değerine aerobik kapasitedeki egzersizlerde ulaşmaktadır^{27,30}. Fizyolojik olarak aerobik kapasite kişinin maksimal dayanıklılığı olarak ifade edilmektedir^{14,15}. Araştırmacılar aerobik kapasiteyi bir kişinin vücudunun maksimum oranda oksijen kullanma kapasitesi olarak tanımlamaktadırlar^{8,23,25}.

Bu çalışmanın amacı; düzenli olarak egzersiz yapanlarda, egzersiz sonrası (0 – 48 saat arasında) Kortizol ve DHEA-S düzeylerinin nasıl bir seyir takip ettiğinin araştırılarak egzersiz tipleri ile salınım ilişkilerinin değerlendirilmesidir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Bu araştırma, klinik muayenesi yapılan, kalp hastalığı ve kronik metabolizma hastalığı bulunmayan, 18 – 22 yaşlarında düzenli spor yapan, F. Ü. Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinden oluşturulan, 60 gönüllünün katılımı ile gerçekleştirildi. Çalışmamızda, düzenli spor yapan kişilerin; aerobik, aerobik + anaerobik ve anaerobik egzersiz tiplerine bağlı olarak Kortizol ve DHEA-S düzeylerinin nasıl etkilendiği araştırıldı.

30 erkek ve 30 bayan katılımcı, 10 erkek ve 10 bayandan oluşan üç gruba ayrıldı. Egzersiz programı belirlemek için; ayrıntılı anket uygulanarak, sporcuların sosyo –ekonomik düzeyleri, beslenme alışkanlıkları ve sportif yetenekleri esas alındı. Uzun mesafe koşucularından oluşan 20 denek aerobik (Grup 1), orta mesafe koşan 20 denek aerobik + anaerobik (Grup 2) ve kısa mesafe koşan 20 denek ise anaerobik (Grup 3) egzersiz grubunu oluşturdu.

Deneklerin tamamı çalışma günü, aynı içerikli diyetle beslendi (2800 kcal /gün). Star Trac Tr 900 marka tredmilde aerobik gruba eğimi % 3, hızı 5. 2 km.'ye, zamanı 15 dakikaya (Nabız 170'in altında), aerobik + anaerobik gruba eğimi 4.5, hızı 6.2 km.'ye, zamanı 6 dakikaya

ayarlanarak egzersiz yaptırıldı. Anaerobik grup ise kilo ayarlı bisiklet ergometresinde 30 sn pedal çevirdi²⁵. Pedal çevirme sırasında denekler sözlü olarak kenardan motive edildi. Egzersiz süresince nabız 170' in üzerinde ölçüldü. Egzersiz programları saat 09.00-10. 00 arasında uygulandı. Tüm deneklerin egzersiz öncesi, hemen sonrası, 4, 24, ve 48 saat sonrasında kol venlerinden 5 kez kan alındı. Alınan kanlar 3000 rpm' de 10 dakika santrüfuj edilerek serumları ayrıldı.

Serumların, Kortizol ve DHEAS - S düzeyleri F.Ü. Tıp Fakültesi, Fırat Tıp Merkezi Biyokimya Laboratuvarlarında, Chiron ACS-180 marka hormon analizöründe Kemiluminesans yöntemi ile tayin edildi^{23,33}.

Araştırmamızda elde edilen sonuçlar, Windows ortamında SPSS programı ve Post Hoc Tukey testi kullanılarak değerlendirildi. Deneklerin demografik bulguları (yaş, boy, kilo, sistolik basınç, diastolik basınç, istirahat kalp atım sayısı) Kruskal-Wallis, One-Way Anova testi kullanılarak karşılaştırıldı. P< 0.05 anlamlı kabul edildi.

BULGULAR

Çalışmaya katılan deneklerin bazı fiziksel ve fizyolojik bulguları (yaş, boy, kilo, spor yaşı, sistolik basınç, diastolik basınç, istirahat kalp atım sayısı) incelendiğinde Grup 1 ve Grup 2 arasındaki spor yaşları arasında fark bulundu ancak bu fark istatistiksel olarak anlamlı düzeye ulaşmadı. Diğer parametreler açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamadı (Tablo-1).

Tablo 1: Grupların Bazı Fiziksel ve Fizyolojik Bulguları (Ortalama ± standart sapma)

	Grup 1 (n=20)	Grup 2 (n=20)	Grup 1 (n=20)
Yaş (yıl)	20.1 ± 1.5	20.8 ± 1.7	22.7 ± 1.6
Boy (cm)	174.6 ± 8.3	171.2 ± 10.2	178.4 ± 7.4
Ağırlık (kg)	68.2 ± 10.9	66.3 ± 9.5	65.2 ± 10.2
Spor yaşı (yıl)	6.1 ± 2.1	4.8 ± 3.4	5.7 ± 2.9
TA-Sistolik (mmHg)	129.5 ± 2.8	134.6 ± 3.1	131.6 ± 3.7
TA-Diastolik (mmHg)	129.5 ± 2.8	134.6 ± 3.1	131.6 ± 3.7
İstirahat KAH	58.5 ± 4.7	60.3 ± 5.4	62.7 ± 3.9

Serum Kortizol düzeyi incelendiğinde, tüm gruplarda egzersiz öncesine değerlere göre artış görüldü. Gruplar karşılaştırıldığında grup 1' de egzersizden hemen sonraki değerlere göre 4. saatten sonra başlayan 24. Saatte kadar devam eden bir azalma saptanırken, grup 2 ve 3' de bu azalma 4. saatten başlayarak 48. saate kadar devam etti. Kortizol seviyelerindeki bu düşüş grup 1' de, egzersizden 4 ve 24 saat sonra, diğer gruplardan farklı bulundu. Aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı çıktı (p<0.05) (Tablo 2). Egzersizden 48 saat sonraki değerler arasında gruplar arasında fark bulunamadı.

Tablo 2: Egzersiz Gruplarında Farklı Zaman Noktalarında (Egzersiz Öncesi, Egzersiz Sonrası, 4, 24, 48 Saat), Serumlardaki Kortizol ($\mu\text{gr}/\text{dl}$) Düzeyleri Ortalama \pm Standart Sapma Olarak Gösterilmiştir.

	Grup 1 (n=20)	Grup 2 (n=20)	Grup 3 (n=20)
Egzersiz Öncesi	15.7 \pm 7.5	17.8 \pm 5.7	14.9 \pm 8.1
Egzersizden Hemen Sonra	34.3 \pm 9.1*	28.4 \pm 8.2	26.7 \pm 7.6
Egzersizden 4 Saat Sonra	26.2 \pm 7.4 *	20.3 \pm 6.5	18.2 \pm 8.6
Egzersizden 24 Saat Sonra	11.1 \pm 3.6 *	17.8 \pm 4.2	15.7 \pm 4.9
Egzersizden 48 Saat Sonra	13.8 \pm 4.6 *	11.6 \pm 5.7	9.8 \pm 7.7

* $p < 0.05$

Serum DHAE - S düzeyi incelendiğinde; grup 1' de, bazal değerlere göre 4. saatte yükselme görüldü ama yükselme istatistiksel olarak anlamlı bulunmadı. Gruplar arası karşılaştırmalarda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmedi (Tablo 3).

Tablo 3: Egzersiz Gruplarında Farklı Zaman Noktalarında (Egzersiz Öncesi, Egzersiz Sonrası, 4, 24, 48 Saat), Serumlardaki DHAE - S ($\mu\text{gr}/\text{dl}$) Düzeyleri (Ortalama \pm Standart Sapma Olarak Gösterilmiştir).

	Grup 1 (n=20)	Grup 2 (n=20)	Grup 3 (n=20)
Egzersiz Öncesi	245.6 \pm 47.4	251.8 \pm 45.1	244.1 \pm 38.7
Egzersizden Hemen Sonra	237.4 \pm 39.2	241.4 \pm 38.1	236.4 \pm 42.1
Egzersizden 4 Saat Sonra	260.8 \pm 41.4	249.3 \pm 40.4	238.4 \pm 37.9
Egzersizden 24 Saat Sonra	251.4 \pm 38.6	235.7 \pm 41.7	243.1 \pm 34.9
Egzersizden 48 Saat Sonra	239.8 \pm 51.2	240.6 \pm 37.7	236.8 \pm 37.4

TARTIŞMA VE SONUÇ

Stres sonrası en aktif hormon olan kortizolün egzersiz sonrası seviyesinin istirahat seviyesinin iki katına kadar yükseldiği literatürlerde bildirilmiştir^{20,30}. Kısa süreli egzersizlerin dehidroepianrosteron hormonunun salınımı üzerine etkileri hakkında bilgilere ise literatürlerde rastlanmamıştır. DHEA-S adrenal bezden salgılanan temel androjendir^{6,9}. Egzersizin kortizol ve dehidroepianrosteron hormonları üzerine etkisinin araştırıldığı bu çalışmada, egzersiz sonrasında, gün içerisindeki salınımın egzersiz tiplerine göre değişip değişmediği incelenmiştir.

Teorimiz uzun mesafeciler aerobik, orta mesafe koşucuları aerobik+anaerobik ve sprinterler anaerobik metabolizmaya adapte olmuşlardır^{7,8,11}. Bu çalışmada egzersiz tiplerine uygun çalışma protokolü uygulandığından uzun mesafeciler yağları kullanmaya adapte bir sisteme, kısa

mesafeciler glikozu kullanmaya adapte bir sisteme sahip oldukları için sprintlerin anaerobik adaptasyonları nedeni ile glikozu kullanmadaki insuliner ve kontrainsüliner sistemi uzun mesafecilerinkinden farklı çalışacaktır^{11,13}.

Glukokortikoidlerin fonksiyonel açıdan en önemlisi kortizoldür. Etkileri çok yönlü olan glukokortikoidlerin, en iyi bilinen etkileri metabolik etiler olup, karaciğere etkiyerek protein ve yağlardan glikoz oluşumunu hızlandırmaları (Glukoneogenesis) ve kan glikoz düzeyin yükseltmeleridir. Ayrıca trigliseridlerin yıkımını kolaylaştırarak kanda serbest yağ asitlerinin yoğunluğunu yükseltirler^{1,17,22}.

Anaerobik egzersiz yapan grubun egzersizden hemen sonraki kortizol değeri diğer gruplardan düşük bulunmuştur. Bunun nedeni bu grubun egzersiz süresinin diğer gruplardan az olmasından ve daha az strese girmesinden kaynaklanabilir. Yapılan araştırmalar kortizol en yüksek değerine aerobik kapasitedeki egzersizlerde ulaştığını göstermiştir^{27,30}. Elde ettiğimiz sonuçlar bu araştırmalarla paralellik göstermektedir. Bir başka araştırmada ise düşük şiddetle yapılan egzersizlerde kortizolün hiç artmadığı ya da çok az azaldığı ve egzersiz şiddeti arttıkça bu artışa kortizolünde eşlik ettiği bildirilmiştir. Aynı çalışmada, özellikle yüksek şiddetle yapılan egzersizlerde kortizol ve kortikosteron düzeylerinde belirgin bir artış olduğu ancak Kortizol salınımindaki artışın, egzersizde stres artışına paralellik gösterdiği ifade edilmiştir¹¹.

Grupların, egzersizden 4 saat sonraki kortizol düzeylerinin düşük olmasını, kortizol düzeyindeki artışın egzersiz süresinin azlığı ve çalışmaya aldığımız grupların uzun süre egzersiz yapmış olmaları ve egzersize uyumları ile açıklayabiliriz. Davis göstermiştir ki; egzersizin şiddeti, denegün max. VO₂' nin % 60 'nı aştığında ve egzersize başladıktan 15 dakika sonra plazma kortizol değeri yükselmeye başlamaktadır⁵.

Zdanawicz ve Lukaszewska egzersiz ile artırılan kortizol konsantrasyonları ve max. VO₂ arasında pozitif bir ilişki bulmuşlardır³⁴. Sporcuların max. VO₂ ile tanımlanan aerobik dayanıklılıkları, egzersiz sonrası plazma kortizol düzeyi ve sporcuların aerobik kapasitesi arasındaki ilişki, araştırmacılar tarafından saptanmıştır^{4,19,22}. Kortizol değerlerinin egzersiz sonrası 4. saatten başlayarak 48. saate kadar düşüş göstermesi, grupların egzersiz tiplerine fizyolojik olarak adaptasyon sağlamış olmaları ile açıklanabilir. Stres sonrası en aktif hormon olan kortizolün egzersiz sonrası seviyesinin istirahat seviyesinin iki katına kadar yükseldiği düşünülünse^{20,30}, bu seviyenin korunabilmesi için metabolik kleransı ile üretiminin de iki katına çıkması gerekmektedir. Diğer taraftan ACTH egzersizin başlangıcında hızlı bir değişim göstermez^{27,32}. Bu bulguların ışığında değerlendirildiğinde çalışmamızda gözlediğimiz kortizol düzeylerindeki değişiklikler literatürle uyumlu olarak beklenen değişikliklerdir. Fakat literatürde bu durumun kişilere göre değişiklik gösterdiği de bildirilmiştir³⁰. Aslında, 15 dakikadan daha kısa süreli testler esnasında kortizol artışı egzersizden bağımsız olarak fizyolojik stres sonucunda da ortaya çıkabilir².

Grupların DHAE -S seviyelerine bakıldığı zaman 4. saatte yükselme görüldü ancak bu yükselme istatistiksel olarak anlamlı düzeye çıkmadı. Çalışmamızda değişikliğin gözlenememesini, DHAS'nin yarı ömrünün 10-14 saat arasında olmasından ileri gelebileceği bir ihtimal olarak düşünülebilir. Literatürde yapılan bir çalışmada DHAS seviyelerinin maraton esnasında 30.km'de (koşmaya başlamadan 1.5 saat sonra) artmaya başladığı rapor edilmiştir².

Çalışmalarda steroid seviyelerinin tespitinde salyanın seruma iyi bir alternatif olabileceği bildirilmiştir, salyada kortizol, androstenedione, DHA, ve DHAS seviyeleri plazmaya yakın derecede bilgi vermesi, bu sıvının non invaziv olarak alınabilmesi, numune alınmasının strese yol açmaması, depolanmasının kolay olması, bu vücut sıvısının spor çalışmalarında kullanılmasını avantajlı kılmaktadır^{16,21,29}.

Sonuç olarak serum kortizol seviyelerinin stres oluşturabilecek bir çok faktörden etkilendiği, araştırma sonuçlarımızdan DHAS seviyelerinin kandaki konsantrasyonlarının kısa süreli egzersizlerde değişmediği anlaşıldı. Bu nedenle özellikle kısa süreli egzersiz sonrasında serum kortizol ve DHAS - S seviyelerinin tespitinde salyanın kullanılmasının daha doğru netice vereceğini ve seruma iyi bir alternatif olabileceğini söyleyebiliriz.

KAYNAKLAR

- 1- Arlene A. Health Related Physical Fitness and Blood Lipid Levels in Children: The Effects an Intervention Program ROES . 1993; 64 (Suppl) 41
- 2- Bolm Audorff, U, Schwammle K. Ehlenz K., Koop H. and Kaffarnik H. Hormonal and cardiovascular variations during a public lecture. Eur. J. Appl. Physiol. 1986; 54: 669-674.
- 3- Bonen A, and Keiser H.A. Pituitary ovarian and adrenal hormone response to marathon running. Int. J. SportsMed. 8, Suppl.: 1987;161-167.
- 4- Botticelli G, Bacchi A. Effect of Naltrexone Treatment on the Treadmill Exercise Induced Hormone Release in Amenorrhic Women. J Endocrinal Invest Dec; 1992; 15 (11).839-47
- 5- Bunt J C . Hormonal Alterations Due to Exercise Sport Med. Aug 1990; 10 (2) 728-735
- 6- Crrigon AB. Dehydroepiandrosterone and sport . Med. J. Aust . 1999; 171 206-8
- 7- Davis Ja. Anaerobic threshold: review of the concept and directions for future research . Med Sci Sports Exerc 1985; 17:6
- 8- Ergen E. Sporda Laboratuvar Değerlendirmeleri H.Ü. Spor Bilimleri Dergisi 1991; Yayın No 4 Ankara
- 9- Fernandez Pastor VJ, Ruiz M. Metabolic and Hormonal Changes During Aerobic Exercise in Distance-runners. J Physiol Biochem mar 1999; 55 (1) 7-16
- 10- Frans IW, Lohmanf.W. Aspects of Hormonal Regulation of Lipolysis During Exercise.Spor Med. 1987; 68(1).28-32
- 11- Galbo H. Hormonal and Metabolic Adaptation to Exercise Sport Med. 1993; 22:50-51
- 12- Güner R. Egzersizde Hormonal Uyumlar I. Klinik Spor Hekimliği Semp. 1995; Ankara
- 13- Jones J.K. and Linsted SL. Limits to Maximal Performance, Am Rev. Physiol 1993; 55. 547-69
- 14- Kliavori K, Navori H. The Effect of Physical Training on Hormonal Status and Exertional Hormonal Response in Patients With Chronic Congestive Heart Failure. Eur Heart Mar. 1999; 20(6) :456-64
- 15- Kraemer WJ, Staron RS. The Effect of Short-Term Resistance Training on Endocrine Function in Man and Women . Eur J Appl Physiol Jun. 1998; 78(1) 69-76

- 16- Lac, G, Lac N. and Robert A. Steroid assays in saliva: a method to detect plasmatic contaminations. *Arch. Int. Physiol. Biochim. Biophys.* 1993; 101: 257-262.
- 17- Nieman D.C. Influence of Carbohydrate on the Immune Response to Intensive, Prolonged Exercise. *Exerc. Immunol. Rev.* 1998; 4:64-76
- 18- Patricia AD. Exercise-Induced Changes in Blood Minerals Associated Proteins and Hormones in Women Athletes. *Spt. Med. Phy Fitness* 1991; 3:552-560
- 19- Poehlman ET. and Berke EM. Influence of Aerobic Capacity Body Composition and Hormones in Health Men. *Am. J. Physiol* 1990; 259(1) 66-72
- 20- Port K. Serum and saliva cortisol responses and blood lactate accumulation during incremental exercise testing. *Int. J. Sports Med.* 1991; 12: 490-494.
- 21- Riad-Fahmy D, Read GF, Walker RF, and Griffiths K. Steroids in saliva for assessing endocrine function. *Endocr. Rev.* 1982; 3: 367-395.
- 22- Schwartz L And Kinderman W. Beta Endorpin Catecholamines and Cortisol During Exhaustive Endurance Exercise. *Int. Sports Med.* 1989; 10:324-328
- 23- Sciarra F. Diagnosis of virilizing syndromes: endocrinological parameters. In: Molinatti G, et al. Editors. *Androgenization in women.* New York: Raven Press, 1983: 85-113.
- 24- Stamford B. The Results of Aerobic Exercise. *Sport Med.* 1993 1, (9) 145
- 25- Tamer K. Aerobik Antrenmanın Anaerobik Eşik Üzerine Etkileri. H.Ü. Spor Bilimleri III. Ulusal Kongresi 1994; Ankara
- 26- Tamer K. Sporda Fiziksel – Fizyolojik Performansın Ölçülmesi ve Değerlendirilmesi. 1995; Türkerler kitapçı Ankara
- 27- Tanaka, K., Shimizu N, Imura H., and Yanaira N. Human corticotrophin-releasing hormone (hCRH) test: sex and age differences in plasma ACTH and cortisol responses and their reproducibility in healthy adults. *Endocr. J.* 1993; 40: 571-579.
- 28- Turgut A. Maximal Egzersiz Metabolik ve Hormonal Cevap. (Doktora Tezi) 1991 Marmara Üniversitesi.
- 29- Vining, RF, and Mc Ginley RA. The measurement of hormones in saliva: possibilities and pitfalls. *J. Steroid Biochem.* 1987; 27: 81-94,
- 30- Viru A, Karelson K, and Smirnova T. Stability and variability in hormonal responses to prolonged exercise. *Int. J. Sports Med.* 1992; 13: 230-235.
- 31- Wisniewska and et al, Training – Induced changes in hormonal response to maximal arm exercise in top junior paddlers. *Biolog of sport* 1985; 2:183-186
- 32- Wittert, GA, et al. Espiner. Plasma corticotrophin releasing factor and vasopressin responses to exercise in normal man. *Clin. Endocrinol. (Oxf.)* 1991; 35: 311-317.
- 33- Zappulla F, et al. Gonadal and adrenal secretions of dhydroepiandrosterone sulfate in prepubertal and pubertal subjects. *J Endocrinol invest* 1981; 4: 197-202.
- 34- Zdanawicz R And Lukaszewska, Metabolik and hormonal responses to low high intensity exercises in middle distance runners. *Biology of Sport*, 1986; 3:79-90

KALİSTENİK ÇALIŞMALARIN ORTA YAŞLI SEDANTER BAYANLARIN FİZYOLOJİK VE FİZİKSEL PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Güneş DÖNMEZ *
Latif AYDOS **

ÖZET

Fiziksel egzersizlerin orta yaşlı ($x=44$ yaş) sedanter bayanların vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, istirahat nabızı, kan basınçları, esneklik, dayanıklılık ve kuvvetleri üzerine etkilerini belirlemek amacıyla yapılan bu çalışmaya gönüllü olarak 30 sağlıklı orta yaşlı ev hanımı iştirak etmiştir. Denekler iki gruba ayrılarak deney ve kontrol grupları oluşturulmuştur.

Deneklerin fizyolojik ve fiziksel parametrelerine ait ölçümler antrenman programından bir hafta önce ve bitiminden 1 hafta sonra yapılmıştır. Deney grubu çalışmalara 12 hafta ve haftada üç gün katılmışlardır.

Çalışma sonucunda deney grubunda, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, istirahat nabızı, sistolik ve diastolik kan basınçlarında anlamlı azalma, kuvvet, esneklik ve dayanıklılığında anlamlı artışlar tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Aerobik, Sedanter, Orta-Yaş, Kan basıncı, Vücut ağırlığı

THE EFFECT OF CALISTHENIC EXERCISE ON PHYSICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETERS MIDDLE AGED SEDANTERY WOMEN

ABSTRACT

In order to investigate the effect of physical exercises on the body weight, body fat percentage, resting pulse, blood pressure, flexibility endurance and power of middle-aged (44 years old) sedanter women, 30 healthy, middle-aged volunteering house wives were chosen. The subjects were divided in to two groups experimental and control groups (n: 15x2)

The psychological and physical parameters of the subjects were measured 1 week before and 1 week after the training program. The experimental group attended the program 12 weeks, 3 days a week.

At the end of the study, a significant decrease in the experimental group members body weight, body fat percentage, resting pulse and sistolic and diastolic blood pressure and a significant increase in power, flexibility and endurance was seen.

Key words: Aerobic, Sedanter, Middle- Aged, Blood pressure, Body weight.

* Gazi Üniversitesi Kastamonu Eğitim Fakültesi / KASTAMONU

** Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu / ANKARA

GİRİŞ

Her canlı varlık gibi doğduğumuz andan itibaren başlayan büyüme, gelişme ve yaşlanma süreci içerisinde organizmadaki değişiklikler nedeniyle gücümüz, dayanıklılığımız ve yaşam kalitesi ile ilgili bir çok özelliklerimiz gerileme eğilimi göstermektedir¹.

Hareketsiz yaşam kişinin uygar dünyada mahkum olduğu en tehlikeli hastalıklardan biridir². Genel eğitim gibi spor eğitiminde de aile-okul-çevre üçgeni etkileşim içerisinde. Genç yaşlarda kazanılan egzersiz alışkanlığı orta yaşlarda ve sonrasında korunabilirse 80'li, 90'lı yaşlarda bile sağlıklı ve üretken olmak mümkündür. Ailesi spor yapmayan bir çocuğun okulda da yeterli spor eğitimi almaması durumunda spor yapmayı önemsemesi beklenemez. Toplumumuzda çok az yetişkin kadının spor yaptığı görülmektedir. Özellikle çocuklara örnek olacak kadınların, daha çok oranda spor yapması, toplumsal sağlık açısından çok önemlidir⁷.

Yaşla birlikte kişinin dayanıklılığı 1/3-1/4 oranında azalma gösterir. Hareketlilikten uzaklaştıkça organizmadaki gerilemeler kendini daha hızlı göstermeye başlar. Kalbin bir defada pompaladığı kan miktarı azalır, buna bağlı olarak bir dakikada vücuda fırlatılan kan miktarı düşer ve bu düşüşün her yıl %1 olduğu bilinmektedir. Damarlarda sertleşme ve daralma meydana gelir. Böylece kalp pompa görevini sürdürürken fazla bir dirençle karşılaşır ve iş veriminin düşmesine neden olur. Yaşlanma ile birlikte eski beslenme alışkanlığı sürdürüldüğü takdirde harcanamayan besinler yağ şeklinde depolanır ve kilo sorunu ortaya çıkar. Günümüzde genel ölüm oranının büyük bölümüne etken olan kardiovasküler hastalıkların büyük çoğunluğu kronik kalp hastalıkları oluşturmaktadır. Kronik kalp hastalıklarının oluşmasına hipertansiyon, diabet, aşırı kilo, düzenli egzersiz eksikliği önemli risk faktörünü meydana getirmektedir¹⁻²².

Astrand " Bir insanın sağlık durumu ferdi yaşam kalitesi ile doğru olarak ölçülebilir ve değerlendirilebilir" demiştir. Yaşam kalitesinin artırmada yaşam biçimini değiştirmek, yaşama hareket ve düzenli egzersizi sokmak önemli yer tutar⁴.

Bu çalışmanın amacı orta yaş ve üzeri ev hanımlarının aerobik çalışma ve jimnastik hareketleri ile yapılan düzenli çalışmalar sonucu fiziksel ve fizyolojik kapasitelerindeki değişimi belirlemektir.

MATERYAL VE METOD

Bu araştırmaya 30 gönüllü ev hanımı katılmıştır. Deneklerden tesadüfi olarak deney (n: 15) ve kontrol (n: 15) grupları oluşturulmuştur. Çalışma programına başlamadan önce deneklere çalışmanın amacı hakkında bilgi verilmiş ve ölçümler alınmıştır. Çalışma süresince kontrol grubu program dışında tutulmuştur. Çalışma programı sonucunda ölçümler her iki gruba tekrar uygulanmıştır. Deneklere ait fiziksel özellikler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 1 : Araştırmaya Katılan Deneklerin Fiziksel Özellikleri

Değişkenler	Yaş	Boy (cm)	V. Ağırlığı (kg)
Deney (n: 15)	44.07±4.15	160.2±4.75	76.53±10.14
Kontrol (n: 15)	43.4±6.21	160.87±5.28	74.6 ±12.40
t	0.390	0.319	0.554

*P<0.05

Çalışma programı

12 Hafta haftada 3 gün sabah 9.30-11.00 arası uygulanmıştır. Uygulanan çalışma programı;

- ilk 20 dk. ısınma ve aerobik hareketler,
- +20 dk. esnetme hareketleri,
- +25 dk. karnı, bacak, kalça çalıştırıcı hareketler,
- +20 dk. küçük ağırlıklarla alet çalışmaları,
- Son 5 dk. soğuma-gevşeme hareketlerinden oluşmuştur.

Yukarıda belirtilen çalışma programı bayanların sıkılmaması, monotonluktan kurtarılması amacıyla ufak değişiklikler yapılmak suretiyle aynen uygulanmıştır.

Denekler çalışma programı öncesi ve sonrası aşağıda belirtilen test ve ölçümlere katılmışlardır.

Boy ve ağırlık ölçümü: Deneklerin boyları çıplak ayak ile eczane tipi ölçüm aleti ile, vücut ağırlıkları ise eczane tipi baskül kullanılarak eşofman ile sabah 9.30'da aç karnına ölçülmüştür.

Esneklik testi: Deneklerin esnekliği otur-uzan (sit and reach) testi protokolüne uygun olarak tespit edilmiştir.

İstirahat kalp atım sayısı (İST.K.A.S) ve kan basıncı ölçümleri: Denekler 10 dk. sırtüstü yatar vaziyette dinlendikten sonra oturur vaziyette Steteskop kullanılarak 1st. KAS'ları tespit edilmiştir. 1st. kan basınçları Aneroid Sphygomonometer ve steteskop ile mmHg cinsinden okunmuştur. Ölçümler sabah 9.00-10.00 arası uygulanmıştır.

Vücut kompozisyonu ölçümleri: Deneklerin vücut yağ yüzdelerini tespit amacıyla deri kıvrımları, biceps, triceps, scapula, göğüs, abdominal, suprailiac ve üst bacak bölgelerinden

Kısaç tipi Kaliper aleti ile deri altı yağ dokusu tekniğine uygun olarak ölçülmüştür. Vücut yağ yüzdesini bulmak için Sloan ve Weir'in bayanlar için geliştirdiği aşağıdaki formül kullanılmıştır¹¹.

$$\text{Vücut Yoğunluğu (gr/ml)} = 1.0764 - 0.0081 (\text{suprailiac skinfold}) - 0.0088 (\text{triceps skinfold})$$

$$\text{Vücut yağ \% 'si} = \frac{(4.570 - 4.142) \cdot 100}{\text{Vücut Yoğunluğu}}$$

Maksimal kuvvet ölçümleri: Dinometre ile sağ-sol el pençe, sırt ile bacak ölçümleri yapılmıştır. Maksimal mekik ve maksimal şınav ölçümleri zaman sınırı koymadan uygulayabildikleri sayısal sonuçlar tespit edilmiştir.

İstatistik analiz : Araştırma sonuçlarının aritmetik ortalama (x), Standart Değişimi (SD), Standart Hatası (SH) ve % delik farkları tespit edilmiştir. Bağımlı guruplarda aritmetik ortalamalar arası farka ait "t" testi yapılmış, sonuçların 0.01 ve 0.05 önem seviyesinde olup olmadığına bakılmıştır.

BULGULAR

Araştırma ile elde edilen bulgular aşağıdaki tablolarda özetlenerek verilmiştir.

Tablo 2: Deneysel Grup Çalışma Öncesi (1) Çalışma Sonrası (2) Ölçüm Sonuçları ve Karşılaştırması

Değişkenler	N	Ölçüm	x	X ₂ - X ₁	SD	SH	% Dağ	t.
Vücut Ağırlığı (Kg)	15	1	76.53					**
	15	2	72.27	-4.26	2.46	0.635	-5.56	6.403
Vücut Yağ %si	15	1	18.38					**
	15	2	17.34	-1.04	0.51	0.130	-5.64	8.000
İst. Kalp Atım Sayısı (dk)	15	1	89.87					**
	15	2	83.33	-6.57	4.41	1.139	-7.27	5.741
Sistolik basınç (mm Hg)	15	1	123.67					*
	15	2	119.67	-4.00	7.12	1.838	-3.23	2.176
Diastolik Basınç (mm Hg)	15	1	79.07					**
	15	2	73.33	-5.74	4.33	1.117	-57.25	5.138
Sağ el pençe kuvveti (Kg)	15	1	24.97					**
	15	2	34.84	9.87	7.16	1.849	39.53	5.338
Sol el pençe kuvveti (Kg)	15	1	19.13					**
	15	2	23.60	4.47	4.92	1.271	23.35	3.516
Bacak kuvveti (Kg)	15	1	66.97					**
	15	2	86.87	19.9	11.54	2.981	29.72	6.675
Sırt kuvveti (Kg)	15	1	53.97					**
	15	2	61.13	7.16	4.59	1.185	13.27	6.042
Max. Şınav Sayısı	15	1	21.73					*
	15	2	34.93	13.2	5.77	1.490	60.74	5.859
Max. Mekik Sayısı	15	1	14.87					**
	15	2	1920	4.33	3.16	0.814	29.15	5.319
Esneklik (cm)	15	1	25.27					**
	15	2	28.47	3.20	2.52	0.651	12.66	4.915

**P<0.01, *P<0.05

Tabloda da görüldüğü gibi deney grubunun vücut ağırlığı, istirahat. kalp atım sayısı sistolik basınç ve vücut yağ %'si çalışma sonrası azalmış aradaki farkta istatistik açıdan önemli bulunmuştur. (P<0.01 ve P<0.05) Diğer ölçüm sonuçlarında çalışma sonrası artışlar görülmüş ve ortalamalar arası fark (P<0.01) istatistik açıdan anlamlı bulunmuştur.

Tablo 3: Kontrol Grubu Çalışma Öncesi (1) ve Çalışma Sonrası (2) Ölçüm Sonuçları ve Karşılaştırılması

Değişkenler	N	Ölçüm	x	X _{II} - X _I	SD	SH	% Dağ	t.
Vücut Ağırlığı (Kg)	15	1	74.60					
	15	2	74.33	1.27	1.73	0.446	2.27	0.605
Vücut Yağ %si	15	1	16.87					**
	15	2	16.57	-0.30	0.47	0.121	2.96	2.479
İst. K.A.S. (1 dk)	15	1	84.27					
	15	2	84.27	0.00	3.27	0.843	0.00	0.000
Sistolik basınç (mm Hg)	15	1	133.67					
	15	2	130.67	-3.00	6.00	1.549	-2.25	1.936
Diastolik Basınç (mm Hg)	15	1	84.33					**
	15	2	80.67	-3.66	4.27	1.103	-4.34	3.321
Sağ el pençe kuvveti (Kg)	15	1	24.28					
	15	2	24.11	-0.17	1.131	0.338	-0.70	0.014
Sol el pençe kuvveti (Kg)	15	1	19.32					
	15	2	19.54	0.22	3.74	0.94	1.14	0.905
Bacak kuvveti (Kg)	15	1	65.43					
	15	2	65.16	-0.27	7.25	1.995	0.41	1.135
Sırt kuvveti (Kg)	15	1	53.27					
	15	2	51.27	-2.00	6.81	1.758	3.75	1.137
Max. Şınav Sayısı	15	1	21.33					
	15	2	22.33	1.00	4.53	1.170	4.68	0.854
Max. Mekik Sayısı	15	1	12.2					
	15	2	12.6	0.40	2.22	0.572	3.28	0.699
Esneklik (cm)	15	1	25.13					
	15	2	25.27	0.14	0.50	0.128	0.55	1.093

**P<0.01, *P<0.05

Kontrol grubuna ait ölçüm sonuçlarında da görüldüğü gibi vücut yağ % si ve diastolik basınç ortalamaları arasındaki fark istatistik açıdan (P<0.01) önemli bulunurken diğer ölçümlerde ortalamalar arası fark istatistik açıdan önemli bulunmamıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma sonuçlarına göre deney grubunun vücut ağırlığında %5.33'lük bir azalma gözlenmiştir. ($P<0.01$). Kontrol grubunda ise fark anlamlı bulunmamıştır. Deney grubunda meydana gelen bu düşüş antrenmanın vücut kompozisyonu üzerindeki etkisinden kaynaklanmaktadır. Zuti ve arkadaşları²⁹ Compbell ve arkadaşları⁶ Franklin¹², Gwinup¹³ gibi araştırmacıların yapmış olduğu çalışmalarda düzenli egzersizlerin kilo kaybına neden olduğunu tespit etmişlerdir.

Çalışma sonuçlarına göre deney grubunun vücut yağ yüzdesinde % 5.64'lük ($P<0.01$) kontrol grubunda ise %1.77'lik bir azalma görülmüştür. Adenirav ve arkadaşları² 8 haftalık bir antrenman programı sonucunda egzersiz grubunda anlamlı şekilde vücut yağ yüzdesinde azalma tespit etmişlerdir. Thomas²⁶, 2 hafta, haftada 3 gün yaptıkları çalışmalarla aynı paralelliği görmüşlerdir. Hartung¹⁵, Jensen¹⁷, Ulrich²⁸ gibi araştırmacılar antrenman ile özellikle aerobik nitelikli antrenmanlar ile vücut yağ yüzdesinin azaldığını bildirmişlerdir. Bu yüzden bu sonuçlar özellikle aerobik nitelikli antrenmanların tercih edilmesi gerekliliğini ortaya çıkarmıştır.

Çalışma sonucunda deney grubunun istirahat KAS'da %7.27'lik bir düşüş ($P<0.01$) gözlenmiş kontrol grubunda ise anlamlı bir değişiklik olmamıştır. İşleğen, ve arkadaşları, 16, Kuter ve Öztürk²¹, Kilbom¹⁹ yaptıkları çalışmalarda KAS'larında anlamlı düşüşler tespit etmişlerdir. Bu sonuçlar çalışmamızdaki sonuçlarla paralellik göstermiş ve düzenli egzersizin kalp atım sayısı üzerine olumlu etki ettiğini ortaya çıkarmıştır.

Çalışma sonucunda deney grubunun sistolik kan basıncında % 3.23'lük bir düşüş gözlenirken, ($P<0.05$) diastolik kan basınçlarında ise her iki grupta da anlamlı bir düşüş gözlenmiştir. ($P<0.01$) Bu düşüş deney grubunda % 7.25 iken, kontrol grubunda % 4.35 olarak bulunmuştur. Chaquette ve Ferguson⁸, Headley¹⁴, Nelson²³, Susan²⁵ gibi araştırmacılar aerobik olarak uzun süreli egzersizlerden sonra kan basınçlarında azalma tespit etmişler ve meydana gelen bu azalmaların kalp ve dolaşım sisteminin antrenmanlara karşı oluşturduğu bir adaptasyon olarak belirtmişlerdir. Kilbom ve Astrand²⁰da yaptıkları çalışmada deneklerin hem diastolik hem de sistolik basınçlarında anlamlı düşüşler tespit etmişlerdir. Bir çok araştırmacının yaptığı çalışmalar yeterli yoğunluk, miktar ve sürede yapılan egzersizlerin tansiyon üzerine olumlu etkide bulunduğu sonucunu ortaya çıkarmıştır. Çalışmamızda alınan sonuçlarda Literatürdeki sonuçlarla aynı bulunmuştur .

Deneklerin kuvvet ölçümlerinde, deney grubunun sağ-sol el pençe, sırt ve bacak kuvvetlerinde anlamlı artışlar gözlenmiş, ($P<0.01$) kontrol grubunda bir değişiklik gözlenmemiştir. Brown ve Harrison⁵ ,genç ve yetişkin kadınların güç gelişimi üzerine yaptığı çalışmada deney ve kontrol olarak iki gruba ayırarak 12 hafta deney grubunu çalıştırmışlardır. Çalışma sonucunda karşılaştırıldığında deney grubunda belirgin artışlar tespit etmişlerdir. Çeşitli araştırmalar neticesinde yaşla meydana gelen kas kuvveti kaybını egzersizlerle en aza indirmek veya gençlerdeki kadar olmamakta beraber kuvveti geliştirmenin mümkün olduğu sonucuna varılmıştır.

Çalışma sonucunda deney grubunun maksimal şınav ortalamalarında % 4.74, maksimal mekik ortalamalarında % 29.15'lik bir gelişme gözlenmiştir. ($P<0.01$) Poulin ve arkadaşları³ yaşlılar üzerine yaptıkları bir araştırmada eforu devam ettirme süresinin % 150 kadar arttığını bulmuşlardır. Katch ve arkadaşları¹⁸ Seals ve arkadaşları²⁴ düzenli egzersizlerin vücut fonksiyonlarını geliştirici olduğu sonucuna varmışlardır.

Deneklerin esneklik ortalamalarına bakıldığında deney grubunda %12.66 cm'lik bir artış görülmüştür. ($P<0.01$) 9 voleybolcu üzerinde yapılan bir çalışmada sezon sonu alınan değerlerdeki yükselmeyi düzenli antrenmanın esnekliği olumlu yönde etkilemesine bağlamışlardır¹⁰.

Tuncel' in²⁷, öğretim görevileri üzerinde yaptığı bir çalışma sonucunda elde ettiği esneklik değerlerinden çalışmamız sonucu ölçümlerini aldığımız deney grubunun değerleri oldukça yüksek bulunmuştur. Esneklik fiziksel aktivite vücut ölçüsü yaş ve cinsiyetle ilişkilidir. Aktif insanlar sedentar insanlardan daha fazla esnekliğe sahiptir.

Sonuç olarak fiziksel aktivitenin organizma üzerindeki olumlu etkilerinin olduğu ve kişinin her yaşta antrene edilebileceğini göstermiştir. Fiziksel egzersizin vücut ağırlığı vücut yağ yüzdesi kan basıncı ve kalp atım sayısını azaltıcı, kuvvet, esneklik, dayanıklılık gibi özellikleri değiştirici olduğu gözlenmiştir.

KAYNAKLAR

- 1- Açıkada, C., Ergen, E., Bilim ve Spor. 1. baskı, Büro tek., Ankara,1990.
- 2- Adenirav, J., Toriola, A.L., Effects of different running programmes body fat and blood pressure in school boys aged, 13-17 years, J. Sports Med. and Phy. Fitness, 28 (3), 267-277 1988.
- 3- Akgün, N., Egzersiz Fizyolojisi, 3. baskı, cilt, 1, Gökçe Mat. Ankara, 1989
- 4- Babalık, A., Risk Faktörü Taşıyan Bireylerde Antrenmanın Etkileri, Y.L.T, M.Ü. S.B.E İstanbul, 1987.
- 5- Brown, R.D., Harrison, J.M., The effects of a strenght training programme on the strength and self-concept of two female age groups, Res. quart. for exercise and sport, vol, 57, No:4, 315-320, 1986.
- 6- Compbell, W.W., Crim, M.C., Young V.R., Evans, W.J., Increased energy requirements and changes in body composition with resistance training older adults. A.J. Clin. Nat, 63: 167-75, 1994
- 7- Çamlıyer, H., Orta Yaşlı Kadınlarda Cimnastik Çalışmalarının Psiko-Sosyal Boyutları, H. Ü., Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi Bildirileri, s. 124-128, Ankara 1992
- 8- Choquette, G., Ferguson, R j., Blood Pressure Reduction in "Borderline" hipertensives following physical traning, can. Med, Ass. J., 108: 699-703, 1973
- 9- Erkan, N., Yaşam Boyu Spor, Altın kitaplar 1.baskı Ankara, 1982.
- 10- Ersöz, G., Koz, M., Sunay, H., Gündüz, N., Erkek Voleybol Oyuncularının Sezon öncesi, ortası ve sonu fiziksel uygunluk düzeyi parametrelerindeki değişmeler, Gazi BESBD, cilt 1:4, 1-5
- 11- Fox, E.L., Bowers, R.W., Foss, M.L., The physiological basis of physical education and athletics, 4. ed., S.C. Pub, New York, 1988.
- 12- Franklin, B. at, all., Effects of physical conditioning on cardiorespiratory function, body composition and serum lipids in relatively normal weight and obese Middle-aged women, Int, J. obesity, 3: 97-100, 1979.

- 13- Gwinup, G., Effect of exercise alone on the weight of obese women, arch intern med. vol: 135, 676-680, May, 1975.
- 14- Headley, S.A., at all, Post-exercise blood. Pressure and hemodynamic responses in young black males, Med. Sci. S. and Exc, 25, (5 Suppl) 8. May, 1993
- 15- Hartung, G.H., at all, Effects of exercise training on cardiovascular risk factors in sedentary, Med. Sci. S. Exercise, 25 (5. Supply) 124, May, 1993.
- 16- İşleğen, Ç., Çokivecan, F., Onat, T., 14 Haftalık Aerobik Egzersizin Plazma Lipitleri, Aerobik Kapasite ve Tansiyon Üzerine Etkileri, Spor Hekimliği Dergisi, C.23 vol:4, S.95-99 aralık 1988.
- 17- Jensen, K., Supplementation training of the national soccer team for women, World Cong. On. sci and Football, 81. Netherlands 1991.
- 18- Katch, F., Michael, E., Johes, E., Effects of physical training on the body composition and diet of females, Res. Q. Exc. Sport, 40: 99-104, 1969.
- 19- Kilbom, A., Physical training with submaximal intensities in women, I.reaction to exercise and orthostasis, scand .J. clin. Com. Invest, 28: 141-161, 1971.
- 20- Kilbom, A., Astrand, P.O., Physical training with submaximal intensities in women, II. effect on Cardiac output, Scand, J.clin, invest, 2: 163-175, 1971.
- 21- Kuter, M., Öztürk, F., 8 Haftalık Egzersizin 35-45 Yaş Arası Sedantarlerde Aerobik Güç ve Tansiyon Üzerine Etkileri, S.H.D. c. 26, vol: 4, s. 123-124 Aralık 1991.
- 22- Michael, H.C., Epidemiology at atherosclerosis unapdated overview, Am. J. Cardio 57:18, 23, 1986.
- 23- Nelson, L., Effect of changing levels of physical activity on blood pressure and hemodynamics in essential hypertension, Loncel, 30:2 (8502), 473-6, 1986.
- 24- Seals, D.R., at all, Endurance training in older men and women, I. cardiovascular responses to exercise, J. Appl. Phys., 57. 1024-1029, 1984.
- 25- Susan, L., at all., Exercise dose-response hypertension Seniors, M.S. sports Exc., 025 (5), 130, May, 1993.
- 26- Thomas, T.R., Effects of different running programmes on VO2 max. percent fat and plasma lipids, Can. J. Appl. Phys., 9: (2), 5556-1984.
- 27- Tuncel, F., Öğretim Elemanlarının Yaşam Tarzları ve Aktivite Düzeyleri, s.18-36, Ankara 1983.
- 28- Ulrich, I., at all, The effects of exercise on Body composition, Med. Sci, Sports and Exc., 25 (5 suppl.) 57, May 1993.
- 29- Zutli W.B., Golding, L.A., Comparison diet and exercise weight, Phy. Sports Med, 4. 49,53, 1976.

FARKLI ÖZELLİKLERE SAHİP FERTLERİN SPORTİF FAALİYETLERE KATILIMLARINI ETKİLEYEN FAKTÖRLERİN BELİRLENMESİ

M. Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL *
Özgür BOSTANCI **

ÖZET

İnsanları spora yönelten sebepler pek çoktur. Spora katılımda motivasyon faktörleri olarak tanımlanan bu unsurlar fertlerin ilgi ve ihtiyaçlarından kaynaklanmaktadır. Eğer spora yönelimde bir artış sağlanmak isteniyorsa, insanların ilgi ve ihtiyaçlarını içeren bir dizi faktörün iyice anlaşılması gerekir. Buradan hareketle eldeki çalışmanın amacı fertleri spora yapmaya yönelten faktörleri ortaya çıkarmak şeklinde belirlenmiştir.

Bu çalışmanın örneklemini dokuz ayrı yerleşim bölgesinden 356'sı erkek, 335'i bayan toplam 691 denek oluşturmaktadır. Deneklere anket yoluyla spora katılıp katılmama sebepleri sorulmuştur. Elde edilen bulgular χ^2 ve Bağımsız Gruplarda İki Yüzde Arasındaki Farkın Anlamlılık Testiyle (t- test) değerlendirilip yorumlanmıştır.

Bu çalışmada fertleri spora yönelten sebepler sırasıyla; "sağlıklı kalma", "zevk" ve "fiziki uygunluk", spora katılımı engelleyen sebepler ise; "zaman yetersizliği", "sağlık durumunun iyi olmayışı", yakında bir spor tesisinin bulunmayışı" ve "fiziksel aktiviteden hoşlanmama" biçiminde ortaya çıkmıştır.

Ayrıca araştırma neticesinde yaş büyüdükçe spora katılımın azaldığı, eğitim seviyesi yükseldikçe de spora katılımın arttığı belirlenmiştir. Diğer yandan erkeklere göre bayanların spora daha az ilgi duymaları da çalışmada ortaya konan bir sonuçtur.

Anahtar Kelimeler:Sportif Eğilim, Sportif ihtiyaç, Spor ve Katılım,

DETERMINATION OF THE FACTORS WHICH AFFECTS THE PARTICIPATION TO THE SPORTS ACTIVITIES OF THE INDIVIDUALS IN DIFFERENT PROPERTIES

ABSTRACT

There are many reasons that lead people to do sports. The factors accepted as motivation in joining sports are caused by individuals' motivation and needs. If one expects to have an increase in the inclination to do sports the factors that contain individuals' interest and needs should be understood well from this point of view, the aim of this research is to find out the factors that direct individuals to do sports.

The sample of this study consists of totally 691 tests subject from nine different local 356 of whom are male and 335 of whom are female. The subjects were asked why they take part in sports or not through questionnaire. The findings obtained were tested using χ^2 and T-tests(meaningfulness test) between two percentiles scores in independent groups.

In this research reasons leading individuals to do sports are respectfully health, fun and physical Fitness, the reasons preventing participation in sports lack of time, health,lack of a near by sports centre and disliking physical activities. It also determined as a result of the research the participation in sports decreases as the age goes up and that it increases as the level of Education increases. On the other hand that women are less interested in sports than man is another result obtained in the research.

Key Words:Tendency in sports, Needs in sports, Sports and participation

* Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, SAMSUN

** Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, SAMSUN

GİRİŞ VE AMAÇ

Fertlerin yaşantı kalitelerinin artırılması, toplum içi ve toplumlar arası ilişkilerde uzlaşmanın sağlanması ve topyekün millet unsurunun geliştirilmesi yönünde "spor"un çok önemli ve inkar edilemez yararları vardır. Günümüzde bu konu ile ilgili yeni anlayış ve uygulamaların ortaya konulması ya da böylesi bir anlama atmosferinin gerçekleştirilmesi ülke ve toplumların gelişmişlik seviyesinin bir göstergesi olarak algılanmakta hatta bu özellikleri ile "spor" çağımızın asla vazgeçilemeyecek etkinlikleri arasında sayılmaktadır.

Esasen kişisel ve toplumsal manada giderek artan ihtiyaçlar insanları tabiatıyla sportif ve rekreatif faaliyetlerin merkezine çekmektedir. Öyle ki medeniyet sahasında meydana getirilen her yeni oluşum, aynı zamanda spor alanında da büyüme ya da gelişme anlamına gelmektedir.

Ayrıca bu değişmeye ferdi ilgi ve ihtiyaçların farklılığından kaynaklanan geniş bir tercih yelpazesi de önemli derecede hız katmaktadır. O nedenle sporun yahut aktivite merkezli benzeri olguların giderek devasa sektörler haline gelmesi çok doğal karşılanmalıdır. Zaten spor olgusu zaman içerisinde bazen politik ve askeri , bazen ise dini anlayışların tesiri ile kesintiye uğramayıp kendi mecrasında değişmeye bırakılsaydı bugün ulaştığı boyutlar daha büyük ve gösterişli olabilirdi.*

Aslında sportif ve rekreatif karakterli "oyunlar toplumsal eğilimi sağlıklı tutmanın kaçınılmaz aracıdır"⁷. Kaldı ki "bizim oyun dediğimiz ve bugün büyük bir özenle iş'ten ayırdığımız şey beslenmeden sonra, insanların faaliyetinin en eski biçimidir"⁷. Bu anlamda spor olgusunu ve boş zaman faaliyetlerini "tarihin ışık tutulabilen derinliklerine kadar indirebiliriz"¹⁰. Çünkü böylesi faaliyetler ve spor, "bedene ve ruha hitap eden sosyal bir davranıştır"¹⁶. Bunun yanı sıra , hareketlerin gücü, biçimi, yoğunluğu, sağlık, neşe ve performansla ilişkisi açısından da bu aktiviteler "tek tek davranış alanlarında ve tek tek kişiliklerde çok farklı nitelik ve standartlara ulaşabilir"¹⁶. Bu yönüyle sportif hareket, "oto disiplin, deneyim, kendini ifade etme, kendini gerçekleştirme ve bedensel... sınırların bir yaşantısıdır"¹⁶.

Öte yandan "bütün fonksiyonları ile esaslı bir sosyalleşme aracı olduğu bilinen spor, genel eğitime katkı sağlarken, ferdi ve toplumsal kalkınmayla birlikte ülke kalkınmasının da temel araçlarından sayılmaktadır"¹⁵. Bütün bunların bir neticesi olarak günümüzde sıkça telaffuz edilen ve "Her Yerde Spor", "Herkes İçin Spor", "Hayat Boyu Spor", "Sağlık İçin Spor" gibi kalıplaşmış sloganlaşmış sözlerde ifadesini bulan uygulamalar tüm dünyada imkanları zorlayarak faaliyet

* Hıristiyan ulularından sayılan Tertullianus'un (palastrica diaboli negotium) "beden temrinleri şeytan işidir" biçimindeki ifadesi beden eğitimi olgusunun Orta Çağ'daki anlaşılış tarzını ortaya koymaktadır. Gerçekten "Hıristiyanlığın beden faaliyetlerine karşı bir nevi cephe alışı, kilisenin, fikir ve ruha ihtimam edilmesi lüzumunu her şeyin üstünde tutarak bu faaliyetlerden kaçınması" yani "beden ve ruhu sürekli bir çatışma durumunda gören"⁸ yahut "ruh ve maddeyi birbirinden ayıran telakkisi"⁹ sadece sporda değil diğer alanlarda da "bin yıl süreyle tüm toplumsal gelişmeleri askıya alan" * bir tesir meydana getirmiştir.

sahalannın sınırlarını genişletebilme çabalarını sürdürmektedir. "Son yıllarda spor aktivitelerine olan ilgilerdeki değişimler, spor kavramının boyutlarının genişlemesi, sosyal ve kültürel yapılar ile spor aktiviteleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktadır".

"Sağlıklı yaşam için spor düşüncesi, (geçen) asrın başlarında ele alınmaya başlamış ve altmışlı yıllarda bu alanda yapılan çalışmalar önemli düzeylere erişmiştir. Günümüze kadar sayılan ve bilimsel güvenilirliği giderek yükselen araştırmalar arasında en ilginç olan bir konu başlığı ise sağlık ve zindelik için her yaşta spor olmuştur".

Anlaşılabileceği gibi, 1960'lardan bugüne spor ve rekreasyon sektörü hızla gelişmektedir. Bu büyüme Alman yazar Crum tarafından toplumların sportmenleşmesi olarak ifade edilmekte ve en dar anlamıyla artan spor faaliyetlerini, spor disiplini, spor pazarlama amaçlarını ve katılımcıların profilindeki değişiklikleri kapsamaktadır¹⁴. Aslında bu değişim çift yönlüdür. Toplumlarda sportmenleşme veya hareket merkezli faaliyetlere yönelim arttıkça buna bağlı olarak sportif ve rekreatif aktivitelerin çeşitliliği de anlamlı olarak artmaktadır. Böylece bir yandan spor ve rekreasyon amaçlı faaliyet alanları çoğalırken diğer yandan da bu faaliyetlere katılan insan sayılarında önemli artışlar sağlanmaktadır.

Gerçekten bu tür bir anlayışın hakim olduğu "Amerika'da 'Physical Fitness' ve diğer batı ülkelerinde de 'Sports For All' gibi deyimler ile tanımlanan 'Yaşam Boyu Spor', geniş halk kitlelerine hızla yayılmaktadır".

Ancak ne var ki bu olguların kitle hareketi olarak Türkiye'de çok mesafe aldığı söylenemez. Bu konuda Türkiye "maalesef çok yavaş gelişen ülkeler arasında" bulunmektedir. Kuşkusuz bunun nedenleri çok çeşitlidir ve araştırılmaya ihtiyaç duymaktadır. Bilinen o ki bugün "ileri ülkelerde halkın yüzde 60'ı; hatta 70'lerine varıncaya kadar spor yapılmaktadır"¹⁵. Mesela Belçika'da yapılan bir araştırma nüfusun %77'sinin spora katıldığını göstermektedir. Bu katılımcıların %53'ü haftada bir saat, %30'u ise haftada en az iki kez ve iki saat spora katılmaktadır¹⁶. Yine bir başka kaynakta "her on Amerikalı" dan altısının beden aktivitelerinin biriyle ilgili olduğu belirtilmektedir¹⁷. Oysa 2000'li yılların Türkiye'sinde lisanslı sporcu ve sağlık için spor yapan insan sayısı ne yazık ki bugünkü nüfusun üçte birini dahi kapsamamaktadır.

Bu apaçık görülen somut problemin giderilmesi ve halkın spor odaklı faaliyetlere kanalize edilmesi, pek çok fiziki ve teknik meselenin çözümü ile beraber, fertlerin niçin bu faaliyetlere yönelip yönelmediğinin anlaşılması ile elde edilecek bilgi ve şartların yeniden değerlendirilip uygulamaya konulmasıyla mümkün olabilir.

* Türkiye'de Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nün 37 federasyonu ile Futbol Federasyonu'na bağlı toplam lisanslı sporcu sayısı 544.572'dir. Bu rakamın yalnız 0.05'ini bayanlar oluşturmaktadır. Ayrıca toplam sporcu sayısının Türkiye nüfusuna oranı ise 115'dir. Yani Türkiye'de her 115 kişiden biri spor yapmaktadır¹⁸.

Yukandaki açıklamalardan hareketle, bu araştırmanın iki amacı vardır. Bunlardan ilki, insanların sportif harekete çeken ya da ondan uzaklaştıran ana sebepleri belirlemek, ikincisi ise, bu sebeplerin anlam ve önemine göre ortaya çıkan yeni şartları gözler önüne sermektir.

YÖNTEM

Araştırmaya dokuz ayrı yerleşim bölgesinden farklı yaş, ve eğitim durumuna sahip 356 erkek, 335 bayan olmak üzere toplam 691 denek katıldı. Araştırmanın amacını gerçekleştirmek için veriler iki yoldan elde edildi. Öncelikle konu ile ilgili literatür tarandı daha sonra araştırmacılar tarafından geliştirilen anketle, deneklerin spor yapıp yapmamlarına ilişkin görüşleri alındı.

Verilerin çözümlenmesinde frekans ve yüzde dağılımı gibi basit istatistik teknikler yanında, Bağımsız Gruplarda İki Yüzde Arasındaki Farkın Anlamlılık Testi (t-test) ile X² Testi kullanıldı. X² çözümlenmesinin istatistiki anlamda kabulü için .05 düzeyi benimsendi.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Bu araştırmaya dokuz ayrı yerleşim bölgesinden 356'sı erkek (%51,5), 335'i bayan (%48,5) toplam 691 kişi katılmıştır. Anketlerde spor yaptığını ifade eden 443 denek 254'ü (%57,3) erkek 189'u ise (%42,7) bayandır. Spor yapanlar tüm deneklerin %64,1'ini teşkil etmektedir. Ankette "Spor yapıyor musunuz?" şeklinde sorulan soruya denekler "evet", "kısmen" ve "hayır" biçiminde cevap vermişlerdir. "Evet" cevabını verenlerin 230'u erkek (%52), 153'ü bayandır (%34,5). Toplam sayısı 383'ü bulan bu deneklerin bütün denekler (691 kişi) arasındaki oranı %55,4'dür. Bunun yanı sıra kısmen spor yaptığını belirten deneklerin 24'ünü erkekler (%0,5), 36'sını da bayanlar (%0,8) kapsamaktadır. Tamamı 60 kişi olan bu grubun bütün denekler arasındaki oranı ise %0,8'dir. Öte yandan ankette "hayır" cevabı veren toplam 248 denek vardır. Bu deneklerin 102'sini erkekler (%41,2), 146'sını da bayanlar (%58,8) oluşturmaktadır. Bu grubun bütün denekler arasındaki payı ise %35,9'dur (Tablo 1).

Spor yaptığını ifade eden deneklerin yaş grupları itibariyle spora yönelmelerinde etkili olan tercihlerinin önem derecelerine göre sıralanmasında bütün seçenekler bakımından anlamlılık görülmüştür (Tablo2). Yani değişik yaş gruplarındaki denekler, spor yapmalarında etkili olan sebebi farklı tercihlerle ortaya koymaktadır. Bütün yaş gruplarında denekler, spor yapma nedenleri arasında en çok "Sağlık İçin" seçeneğini birinci tercih olarak belirtmişlerdir. Birinci tercih açısından daha sonraki iki seçenek ise sırasıyla; "Zevk Almak" ve Fiziksel Olarak İyi Görünmek" biçiminde ortaya çıkmıştır

Spor aktivitelerine katılım nedenleri ile ilgili çok araştırma vardır. Bunların ekserisinde; sağlık, fiziksel uygunluk ve zevk alma tercihleri hemen her yaştan insanı spor yapmaya iten faktörlerdir¹⁸.

Konuyla ilgili Almanya'da yapılan bir çalışmada Alman halkının sporu "haz, sağlık ve fit-

Tablo 1: Spor Yapan ve Yapmayan Deneklerin Cinsiyet, Eğitim ve Yaş Bağımsız Gruplarına Göre Yüzde ve Frekanslarını Gösterir Dağılım

Bağımsız Gruplar			Spor Yapanlar		Genel Toplam	Spor Yapmayanlar	Genel Toplam		Toplam Frekans	Yerleşim Birimi
			Spor Yapıyor	Kısmen Spor Yapıyor			N	%		
Cinsiyet	Erkek	N	230	24	254	102	356	51.5	21	Aydın
		%	52	5.3	57.3	41.2				
	Bayan	N	153	36	189	146	335	48.5		
		%	34.5	8.1	42.7	58.8				
Genel Toplam		N	383	60	443	248	691	100	19	Ankara
		%	55.4	8.7	64.1	35.9				
Eğitim Durumu	İlkokul	N	103	27	130	104	234	33.9	30	Zonguldak
		%	24	6	30.1	41.9				
	Ortaokul	N	34	11	45	36	81	11.7		
		%	7	2	11.2	14.5				
	Lise	N	101	8	109	56	165	23.9		
		%	23	2	24.1	22.5				
	Üniv.	N	145	14	159	52	211	30.9		
		%	32	4	35.1	20.9				
Genel Toplam		N	383	60	443	248	691	100	491	Samsun
		%	55.4	8.7	64.1	21.1				
Yaş Grupları	8-13	N	74	20	94	12	106	15.3	25	Vezirköprü
		%	16	0.4	21.2	0.4				
	14-19	N	55	9	64	23	87	12.6		
		%	12.5	2.0	14.4	0.9				
	20-30	N	137	14	151	67	218	31.5		
		%	31.6	3.1	34.7	27				
	31-45	N	42	0	42	26	68	9.8		
		%	10.6	0	0.9	10.4				
	46-60	N	51	16	67	82	149	21.6		
		%	11.5	3.6	15.2	33.1				
	61-70	N	24	1	25	38	63	9.1		
		%	0.5	0.1	5.5	15.3				
Genel Toplam		N	383	60	443	248	691	100	24	Ünye
		%	55.4	8.6	64.1	35.8				

Tablo 2: Spor Yapan Deneklerin Yaş Grupları İtibari İle Spor Yapma Nedenlerinin Yüzde Frekans ve X² Anlamlılığını Gösterir Dağılım.

Ter. Seç.	X ²	Yaş Gr.	Tercih Sıralaması														Genel Toplam	
			0		1		2		3		4		5		6			
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
A1	69.403 *	8-13	23	6	29	7.6	19	5	1	0.3	1	0.3	0	0	1	0.3	74	19.3
		14-19	3	0.8	19	5	16	4.2	11	2.9	4	1	2	0.5	0	0	55	14.4
		20-30	19	5	65	17	31	8.1	18	4.7	2	0.5	2	0.5	0	0	137	35.8
		31-45	7	1.8	14	3.7	13	3.4	7	1.8	1	0.5	0	0	0	0	42	11
		46-60	9	2.3	10	2.6	15	3.9	14	3.7	3	0.8	0	0	0	0	51	13.3
		61-70	5	1.3	1	3.0	11	2.9	6	1.6	0	0	1	0.5	0	0	24	6.3
Toplam		66	17.2	138	36	105	27.4	57	14.9	11	2.9	5	1.3	1	0.3	383	100	
A2	92.707 *	8-13	2	0.5	42	11	28	7.3	1	0.3	0	0	0	0	1	0.3	74	19.3
		14-19	6	1.6	18	4.7	13	3.4	15	3.9	2	0.5	1	0.3	0	0	55	14.4
		20-30	23	6	51	13.3	38	9.9	18	4.7	6	1.6	1	0.3	0	0	137	35.8
		31-45	2	0.5	26	6.8	13	3.4	1	0.3	0	0	0	0	0	0	42	11
		46-60	1	0.3	33	8.6	16	4.2	1	0.3	0	0	0	0	0	0	51	13.3
		61-70	1	0.3	22	5.7	0	0	1	0.3	0	0	0	0	0	0	24	6.3
Toplam		35	9.1	192	50.1	108	28.2	37	9.7	8	2.1	2	0.6	1	0.3	383	100	
A3	63.398 *	8-13	47	12.3	2	0.5	3	0.8	10	2.6	7	1.8	4	1	1	0.3	74	19.3
		14-19	16	4.2	2	0.5	6	1.6	5	1.3	18	4.7	5	1.3	3	0.8	55	14.4
		20-30	65	17	5	1.3	14	3.7	17	4.4	23	6	5	1.3	8	2.1	137	35.8
		31-45	26	6.8	0	0	0	0	11	2.9	4	1	0	0	1	0.3	42	11
		46-60	19	5	1	0.3	6	1.6	10	2.6	13	3.4	1	0.3	1	0.3	51	13.3
		61-70	6	1.6	0	0	1	0.3	10	2.6	6	1.6	1	0.3	1	0	24	6.3
Toplam		179	46.7	10	2.6	30	7.8	63	16.4	71	18.5	16	4.2	14	3.7	383	100	
A4	66.112 *	8-13	18	4.7	0	0	9	2.3	31	8.1	6	1.6	9	2.3	1	0.3	74	19.3
		14-19	13	3.4	8	2.1	10	2.6	13	3.4	8	2.1	3	0.8	0	0	55	14.4
		20-30	49	12.8	7	1.8	21	5.5	29	7.6	21	5.5	8	2.1	2	0.5	137	35.8
		31-45	17	4.4	1	0.3	11	2.9	7	1.8	6	1.6	0	0	0	0	42	11
		46-60	10	2.6	6	1.6	10	2.6	13	3.4	11	2.9	1	0.3	0	0	51	13.3
		61-70	8	2.1	0	0	7	1.8	2	0.5	3	0.8	2	0.5	2	0.5	24	6.3
Toplam		115	30	22	5.7	68	17.8	95	24.8	55	14.4	23	6	5	1.3	383	100	
A5	137.087 *	8-13	27	7	1	0.3	1	0.3	5	1.3	29	7.6	5	1.3	6	1.6	74	19.3
		14-19	21	5.5	7	1.8	2	0.5	0	0	5	1.6	14	3.7	5	1.3	55	14.4
		20-30	23	21.7	2	0.5	2	0.5	4	1	9	2.3	19	5	18	4.7	137	35.8
		31-45	31	8.1	0	0	2	0.5	2	0.5	2	0.5	4	1	1	0.3	42	11
		46-60	30	7.8	0	0	1	0.3	0	0	1	0.3	4	1	15	3.9	51	13.3
		61-70	18	4.7	0	0	2	0.5	1	0.3	0	0	1	0.3	2	0.5	24	6.3
Toplam		210	54.8	10	2.6	10	2.6	12	3.1	47	12.3	47	12.3	47	12.3	383	100	
A6	91.080 *	8-13	51	13.3	0	0	0	0	1	0.3	3	0.8	7	1.8	12	3.1	74	19.3
		14-19	22	5.7	1	0.3	0	0	1	0.3	2	0.5	7	1.8	22	5.7	55	14.4
		20-30	82	21.4	5	1.3	4	1	6	1.6	7	1.8	16	4.2	17	4.4	137	35.8
		31-45	34	8.9	0	0	0	0	0	0	0	4	1	4	1	42	11	
		46-60	19	5	1	0.3	0	0	1	0.3	7	1.8	18	4.7	5	1.3	51	13.3
		61-70	9	2.3	1	0.3	0	0	0	0	5	1.3	7	1.8	2	0.5	24	6.3
Toplam		217	56.7	8	2.1	4	1	9	2.3	24	6.3	59	15.4	62	16.2	383	100	

Tablodaki (*)işaret değişik yaş gruplarının spor yapmalarında etkili olan tercihlerinin önem derecelerine göre sıralanmasında P<0,05 düzeyinde anlamlılık olduğunu göstermektedir.

A1:Zevk aldığım için, A2:Sağlığım için, A3:Vakit geçirmek için, A4:Fiziksel olarak iyi görünmek için, A5:Yarışma için, A6:Diğer

nes"le tanımladığı anlaşılmaktadır¹⁶. Bunun gibi diğer bir kaynak da, insanların spor ve aktif oyunlara zevk aldıkları için katıldıklarını vurgulamaktadır¹¹. Öte yandan Sağlık Bilimleri Bülteni'nde spor aktivitelerine katılım nedenleri özetle¹⁴; gençler için, "zevk alma, arkadaşlarla beraber olma, yarış", yetişkinler için, "fitnes, zevk alma, yorgunluk atma", yaşlılar için, "sağlık, sosyal ilişki ve eğlence" biçimindedir. Yine halı sahalarda spor yapan denekler üzerinde yapılan bir başka araştırmada katılımcıların amaçları önem derecesine göre; "sağlık, serbest zamanı değerlendirme ve eğlenme" şeklinde belirlenmiştir². Görüleceği gibi "sağlık, fiziksel uygunluk ve zevk alma" hemen her çalışmada ve her yaş grubunda ortaya çıkan tercihler olarak dikkat çekmektedir. Nitekim bu araştırmada elde edilen sonuçlar da aynı yönde gerçekleşmiştir. Araştırmada, yaş gruplarının spor yapmalarında etkili olan sebeplerin tercih sıralamasında "diğer" seçeneği de ötekiler gibi anlamlı bulunmuştur. Burada özellikle dikkat çeken 20-30 yaş grubudur. Bu durum, sözü edilen deneklerin spora yönelmelerinde tesirli olan sebebin, ankette verilen seçeneklerden farklı olduğunu ortaya koymaktadır. Bunun gibi, İsveç Spor Kuruluşu tarafından yapılan bir çalışmada yaşa bağlı olarak motivasyon durumu; 15-34 yaşındakiler için "yanışma", 35-54 yaşındakiler için "arkadaşlık ve yakınlık", 55-74 yaş için ise "çevre edinme" şeklinde belirlenmiştir¹⁴.

Gerçekte spor "daha geniş kitlelere ulaşmak için, yeni değerler ve yeni sosyal profillerle beraber, katılımcıların ihtiyaçlarını da karşılamalıdır"¹⁴. Kaldı ki aktivite seçeneklerinin çok olması spora olan ilgiyi de anlamlı derecede artırmaktadır. Bu aktiviteler kişilerin kendi istekleri doğrultusunda, istedikleri zaman ve istedikleri yerde yapabilecekleri türden bireysel sporları (jog, yüzme, bisiklet vb.) içermektedir¹⁴.

Diğer taraftan spor yapmayan deneklerin sporu yapmama sebebini önem derecesine göre ifade edişi de yaş grupları bakımından anlamlıdır (Tablo3). Bütün yaş grupları spor yapmama nedenini birinci tercih açısından öncelikle, "zaman yetersizliği", sonra "sağlık durumunun iyi olmayışı" ve nihayet "yakında spor yapacak bir tesisin bulunmayışı" biçiminde ifade etmektedir. Sağlık durumuna bağlı olarak spora katılmamanın en çok görüldüğü yaş kesimi beklendiği gibi 45 yaş üstü gruplardır. Bu konuyla ilgili Kıbrıs' da yapılan bir çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. 1994-1995 yıllarında yapılan bu çalışmaya göre spora katılmama nedenleri yaş grupları itibarıyla ve tercih sırasıyla şöyledir;

8-13 yaş için; "zaman yetersizliği, ilgi yetersizliği, spor dalının güç olması ve para", 14-19 yaş için; "zaman yetersizliği, ilgisizlik, para", 20-30 yaş için; "zaman yetersizliği, ilgisizlik, uygun yerin olmayışı, para", 31-45 yaş için; "zaman yetersizliği, ilgisizlik, yorgunluk", 46-60 yaş için; "zaman yetersizliği, ilgisizlik, yorgunluk, uygun tesisin olmaması", 61-70 yaş için; "ilgisizlik ve sağlık durumu"dur¹⁴. Bunun yanında Anadolu Üniversitesi öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada öğrencilerin herhangi bir etkinliğe katılmama nedenleri; "ilgi duymama, yeterli zaman bulamama ve maddi imkansızlık" olarak belirlenmiştir⁹. Görüldüğü gibi spora katılmamanın

Tablo 3: Spor Yapmayan Deneklerin Yaş Grupları İtibari İle Spor Yapmama Nedenlerinin Yüzde Frekans ve X² Anlamlılığını Gösterir Dağılım.

Ter. Seç.	X ²	Yaş Gr.	Tercih Sıralaması														Genel Toplam	
			0		1		2		3		4		5		6		F	%
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
B1	88.012 *	8-13	3	1.2	6	2.4	0	0	1	0.4	2	0.8	0	0	0	0	12	4.8
		14-19	1	0.4	14	5.6	3	1.2	1	0.4	1	0.4	2	0.8	1	0.4	23	9.3
		20-30	15	6	37	14.9	10	4	3	1.2	2	0.8	0	0	0	0	67	27
		31-45	5	2	18	7.3	0	0	1	0.4	2	0.8	0	0	0	0	26	10.5
		46-60	26	10.5	20	8.1	10	4	8	3.2	16	6.5	2	0.8	0	0	82	33.1
		61-70	21	8.5	3	1.2	8	3.2	5	2	0	0	0	0	1	0.4	38	15.3
Toplam		71	28.6	98	39.5	31	12.5	19	7.7	23	9.3	4	1.6	2	0.8	248	100	
B2	79.421 *	8-13	3	1.2	1	0.4	4	1.6	4	1.6	1	0.4	3	1.2	0	0	12	4.8
		14-19	4	1.6	4	1.6	6	2.4	4	1.6	1	0.4	3	1.2	1	0.4	23	9.3
		20-30	31	12.5	16	6.5	18	7.3	1	0.4	1	0.4	0	0	0	0	67	27
		31-45	13	5.2	2	0.8	7	2.8	3	1.2	0	0	1	0.4	0	0	26	10.5
		46-60	38	15.3	4	1.6	10	4	22	8.9	7	2.8	0	0	1	0.4	82	33.1
		61-70	19	7.7	3	1.2	3	1.2	4	1.6	6	2.4	3	1.2	0	0	38	15.3
Toplam		108	43.5	30	12.1	48	19.4	38	15.3	16	6.4	10	4	2	0.8	248	100	
B3	74.431 *	8-13	3	1.2	1	0.4	2	0.8	1	0.4	4	1.6	1	0.4	0	0	12	4.8
		14-19	9	3.6	2	0.8	2	0.8	5	2	3	1.2	2	0.8	0	0	23	9.3
		20-30	54	21.8	3	1.2	3	1.2	3	1.2	1	0.4	1	0.4	2	0.8	67	27
		31-45	23	9.3	1	0.4	1	0.4	1	0.4	0	0	0	0	0	0	26	10.5
		46-60	37	14.9	12	4.8	16	6.5	4	1.6	3	1.2	8	3.2	2	0.8	82	33.1
		61-70	16	6.5	5	2	5	2	6	2.4	3	1.2	2	0.8	1	0.4	38	15.3
Toplam		142	57.3	24	9.7	29	11.7	20	8.1	14	5.6	14	5.6	5	2	248	100	
B4	134.61 *	8-13	3	1.2	3	1.2	1	0.4	1	0.4	0	0	2	0.8	2	0.8	12	4.8
		14-19	10	4	0	0	4	1.6	0	0	4	1.6	1	0.4	4	1.6	23	9.3
		20-30	52	21	6	2.4	1	0.4	3	1.2	1	0.4	4	1.6	0	0	67	27
		31-45	16	6.5	3	1.2	3	1.2	3	1.2	0	0	0	0	1	0.4	26	10.5
		46-60	24	9.7	39	15.7	11	4.4	3	1.2	2	0.8	2	0.8	1	0.4	82	33.1
		61-70	4	1.6	24	9.7	5	2	2	0.8	2	0.8	1	0.4	0	0	38	15.3
Toplam		109	44	75	30.2	25	10.1	12	4.8	9	3.6	10	4	8	3.2	248	100	
B5	63.076 *	8-13	4	1.6	0	0	1	0.4	0	0	1	0.4	1	0.4	5	2	12	4.8
		14-19	11	4.4	2	0.8	3	1.2	4	1.6	1	0.4	0	0	2	0.8	23	9.3
		20-30	53	21.4	1	0.4	2	0.8	6	2.4	3	1.2	1	0.4	1	0.4	67	27
		31-45	20	8.1	0	0	4	1.6	1	0.4	0	0	1	0.4	0	0	26	10.5
		46-60	36	14.5	1	0.4	7	2.8	11	4.4	6	2.4	8	3.2	13	5.2	82	33.1
		61-70	21	8.5	1	0.4	4	1.6	13	5.2	5	2	2	0.8	2	0.8	38	15.3
Toplam		145	58.5	5	2	21	8.5	25	10.1	16	6.5	13	5.2	23	9.3	248	100	
B6	54.743 *	8-13	4	1.6	1	0.4	0	0	1	0.4	1	0.4	4	1.6	1	0.4	12	4.8
		14-19	10	4	1	0.4	1	0.4	1	0.4	3	1.2	4	1.6	3	1.2	23	9.3
		20-30	42	16.9	3	1.2	6	2.4	9	3.6	2	0.8	2	0.8	3	1.2	67	27
		31-45	19	7.7	2	0.8	0	0	1	0.4	4	1.6	0	0	0	0	26	10.5
		46-60	31	12.5	6	2.4	12	4.8	6	2.4	4	1.6	11	4.4	12	4.8	82	33.1
		61-70	12	4.8	1	0.4	8	3.2	2	0.8	3	1.2	6	2.4	6	2.4	38	15.3
Toplam		118	47.5	14	5.6	27	10.9	20	8.1	17	6.9	27	10.9	25	10.1	248	100	

Tablodaki (*) işareti değişik yaş gruplarının spor yapmama da etkili olan tercihlerinin önem derecesine göre sıralamasında P<0,05 düzeyinde anlamlılık göstermektedir.

B1:Zaman yetersizliğinden, B2:Yakında spor yapacak bir tesisin bulunmayışından, B3:Fiziksel aktivitelerden hoşlanmadığımdan, B4:Sağlık durumumun iyi olmayışından, B5:Maddi yetersizlikten, B6:Diğer

dört ana nedeni; "ilgisizlik", "parasızlık", "zaman yetersizliği" ve "tesis yetersizliği"dir. Bunlardan "ilgisizlik", kişisel bir faktördür. Fiziksel olarak aktif olmanın faydalarını bilmeme spora karşı oluşan bu negatif tutumları açıklamaktadır. Bu konuda iyi hedeflenmiş tanıtımlar yararlı sonuçlar doğurabilir. Öte yandan, "parasızlık ve tesis yetersizliği" biçiminde ortaya çıkan neden, diğer sporla ilgilenmeme isteklerinden ayrı tutulmalıdır. Burada ülkenin ve kişinin ekonomik durumu ana engeli oluşturmaktadır. Son olarak spora katılmayışın en önemli sebebi gösterilen "zaman yetersizliği" ise fiziksel faaliyetlere ilgisizliği yeteri kadar anlatan anlamlı bir neden değildir. Aslında sporun çok boyutlu yararlarının bilinmesi fertlerin bu faaliyetler için kendilerine zaman ayırmalarını sağlayacaktır. Fakat ne var ki, "zaman yetersizliği" spora yönelememede bugün hala birinci sebep olarak ön plana çıkmaktadır. Şüphesiz bu durum sporu yaygınlaştırmaya yönelik eğitim ve tanıtım programlarının ne kadar yetersiz kaldığını anlatan bir işaret olarak kabul edilmelidir.

Spor yapan deneklerin spora katılma nedenlerinin önem derecelerine göre sıralanması cinsiyet bakımından; "zevk ve fiziki uygunluk", eğitim durumları bakımından ise, "zevk, sağlık, fiziki uygunluk ve yanşma", seçeneklerinde anlamlı görülmüştür (Tablo 4-6). Bunun yanında cinsiyet ve eğitim durumlarına göre sınıflandırılmış spor yapan deneklerde ilk olarak tercih edilen se-

Tablo 4: Spor Yapan Deneklerin Cinsiyet Guruplarına Göre Spor Yapma Nedenlerinin Yüzde Frekans ve X² Anlamlılığını Gösterir Dağılım.

Ter. Seç.	X ²	Cinsiyet	Tercih Sıralaması														Genel Toplam	
			0		1		2		3		4		5		6		F	%
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%		
A1	14.303	1	30	7.8	96	25.1	63	16.4	31	8.1	5	1.3	4	1	1	0.3	230	60.1
		2	36	9.4	42	11	42	11	26	6.8	6	1.6	1	0.3	0	0	153	39.9
	Toplam	66	17.2	138	36.1	105	27.4	57	14.9	11	2.9	5	1.3	1	0.3	383	100	
A2	10.563	1	29	7.6	108	28.2	67	17.5	20	5.2	4	1	1	0.3	1	0.3	230	60.1
		2	6	1.6	84	21.9	41	10.7	17	4.4	4	1	1	0.3	0	0	153	39.9
	Toplam	35	9.2	192	50.1	108	28.2	37	9.7	8	2	2	0.6	1	0.3	383	100	
A3	11.403	1	95	24.8	5	1.3	22	5.7	42	11	44	11.5	10	2.6	12	3.1	230	60.1
		2	84	21.9	5	1.3	8	2.1	21	5.5	27	7	6	1.6	2	0.5	153	39.9
	Toplam	179	46.7	10	2.6	30	7.8	63	16.5	71	18.5	16	4.2	14	3.6	383	100	
A4	27.455	1	76	19.8	6	1.6	28	7.3	60	15.7	39	10.2	17	4.4	4	1	230	60.1
		2	39	10.2	16	4.2	40	10.4	35	9.1	16	4.2	6	1.6	1	0.3	153	39.9
	Toplam	115	30	22	5.8	68	17.7	95	24.8	55	14.4	23	6	5	1.3	383	100	
A5	7.550	1	118	30.8	5	1.3	9	2.3	9	2.3	28	7.3	30	7.8	31	8.1	230	60.1
		2	92	24	5	1.3	1	0.3	3	0.8	19	5	17	4.4	16	4.2	153	39.9
	Toplam	210	54.8	10	2.6	10	2.6	12	3.1	47	12.3	47	12.3	47	12.3	383	100	
A6	9.640	1	124	32.4	7	1.8	4	1	6	1.6	11	2.9	40	10.4	38	9.9	230	60.1
		2	93	24.3	1	0.3	0	0	3	0.8	13	3.4	19	5	24	6.3	153	39.9
	Toplam	217	56.7	8	2.1	4	1	9	2.4	24	6.3	59	15.4	62	16.2	383	100	

* Tabloda cinsiyet guruplarının spor yapma da etkili olan tercihlerinin önem derecesine göre sıralamasıyla P<0,05 düzeyinde anlamlılık görülmüştür.

A1:Zevk aldığım için, A2:Sağlığım için, A3:Vakit geçirmek için, A4:Fiziksel olarak iyi görünmek için, A5:Yanşma için, A6:Diğer

çenekler, sırasıyla; "sağlık, zevk ve fiziki uygunluk şeklinde belirlenmiştir. Görüldüğü gibi hem cinsiyet hem de eğitim durumları bakımından önem derecelerine göre tercih sıralamaları aynı faktörler üzerinde yoğunlaşmaktadır. Aslında spora katılan insanlar, özellikle gençler fitness (sağlık) seviyelerinin ne olduğu ve nasıl göründükleri (fiziki uygunluk) ile alakalıdır. Nitekim bugün fitnessle ilgili aktivitelere yönelim Amerika hayat tarzında önemli bir fenomendir. Ayrıca burada bazı insanların fitnessle bağı, fiziki olduğu kadar sosyaldır"¹². Bu bulgunun Türkiye için de geçerli olduğu söylenebilir.

Öte yandan, spor yapmayan deneklerin spora katılmama nedenlerinin önem derecelerine göre sıralanmasında cinsiyet bakımından herhangi bir tercihin ön plana çıkmadığı, yani anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı anlaşılmaktadır (Tablo-5). Bu durumda spor yapmamayı oluşturan sebeplerde cinsiyet önemli rol oynamamaktadır.

Tablo 5: Spor Yapmayan Deneklerin Cinsiyetleri İtibari İle Spor Yapmama Nedenlerinin Yüzde Frekans ve χ^2 Dağılımlarını Gösterir Dağılımı

Ter. Seç.	χ^2	Cinsiyet	Tercih Sıralaması												Genel Toplam			
			0		1		2		3		4		5		6		F	%
B1	1.179	1	29	11.7	41	16.5	14	5.6	6	2.4	9	3.6	2	0.8	1	0.4	102	41.1
		2	42	16.9	57	23	17	6.9	13	5.2	14	5.6	2	0.8	1	0.4	146	58.9
	Toplam	71	28.6	98	39.5	31	12.5	19	7.7	23	9.2	4	1.6	2	0.8	248	100	
B2	7.898	1	44	17.7	7	2.8	20	8.1	19	7.7	9	3.6	2	0.8	1	0.4	102	41.1
		2	64	25.8	23	9.3	28	11.3	19	7.7	6	2.4	5	2	1	0.4	146	58.9
	Toplam	108	43.5	30	12.1	48	19.4	38	15.4	15	6	7	2.8	2	0.8	248	100	
B3	2.023	1	56	22.6	13	5.2	11	4.4	8	3.2	6	2.4	6	2.4	2	0.8	102	41.1
		2	86	34.7	11	4.4	18	7.3	12	4.8	8	3.2	8	3.2	3	1.2	146	58.9
	Toplam	142	57.3	24	9.6	29	11.7	20	8	14	5.6	14	5.6	5	2	248	100	
B4	6.974	1	42	16.9	29	11.7	13	5.2	7	2.8	6	2.4	3	1.2	6	0.8	102	41.1
		2	67	27	46	18.5	12	4.8	5	2	3	1.2	7	2.8	2	2.4	146	58.9
	Toplam	109	43.9	75	30.2	25	10	12	4.8	9	3.6	10	4	8	3.2	248	100	
B5	10.098	1	60	24.2	4	1.6	4	1.6	9	3.6	6	2.4	6	2.4	13	5.2	102	41.1
		2	85	34.3	1	0.4	17	6.9	16	6.5	10	4	7	2.8	10	4	146	58.9
	Toplam	145	58.5	5	2	21	8.5	25	10.1	16	6.4	13	5.2	23	9.2	248	100	
B6	8.415	1	52	21	7	2.8	12	4.8	4	1.6	4	1.6	14	5.6	9	3.6	102	41.1
		2	66	26.6	7	2.8	15	6	16	6.5	13	5.2	13	5.2	16	6.5	146	58.9
	Toplam	118	47.6	14	5.6	27	10.8	20	8.1	17	6.8	27	10.8	25	10.1	248	100	

Tablo 5'de yapılan χ^2 çözümlemesi neticesinde tercihlerin önem derecesine göre sıralanmasında $P < 0,05$ düzeyinde anlamlılık görülmemiştir.

B1:Zaman yetersizliğinden, B2:yakında spor yapacak tesisin bulunmayışından, B3:Fiziksel aktivitelerden hoşlanmadığından, B4:Sağlık durumunun iyi olmayışından, B5:Maddi yetersizlikten, B6:Diğer

Tablo 6: Spor Yapan Deneklerin Eğitim Durumları İtibari İle Spor Yapma Nedenlerinin Yüzde ve Frekanslarını Gösterir Dağılım

Ter. Seç.	X ²	Eğitim Durumu	Tercih Sıralaması														Genel Toplam	
			0		1		2		3		4		5		6			
			F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
A1	37.824 *	1	33	8.6	34	8.9	29	7.6	4	1	1	0.3	1	0.3	1	0.3	103	26.9
		2	4	1	13	3.4	8	2.1	8	2.1	1	0.3	0	0	0	0	34	8.9
		3	11	2.9	18	4.7	25	6.5	20	5.2	5	1.3	2	0.5	0	0	101	26.4
		4	18	4.7	53	13.8	43	11.2	25	6.5	4	1	2	0.5	1	0	145	37.9
Toplam		66	17.2	138	36	105	27.4	57	14.9	11	2.9	5	1.3	1	0.3	383	100	
A2	40.108 *	1	3	0.8	63	16.4	34	8.9	2	0.5	0	0	0	0	1	0.3	103	26.9
		2	3	0.8	14	3.7	13	3.4	4	1	0	0	0	0	0	0	34	8.9
		3	15	3.9	43	11.2	21	5.5	15	3.9	6	1.6	1	0.3	0	0	101	26.4
		4	14	3.7	72	18.8	40	10.4	16	4.2	2	0.5	1	0.3	0	0	145	37.9
Toplam		35	9.1	192	50.1	108	28.2	37	9.7	8	2.1	2	0.5	1	0.3	383	100	
A3	19.275	1	60	15.7	3	0.8	5	1.3	17	4.4	12	3.1	5	1.3	1	0.3	103	26.9
		2	13	3.4	1	0.3	2	0.5	6	1.6	8	2.1	2	0.5	2	0.5	34	8.9
		3	42	11	1	0.3	7	1.8	19	5	22	5.7	6	1.6	4	1	101	26.4
		4	64	16.7	5	1.3	16	4.2	21	5.5	29	7.6	3	0.8	7	1.8	145	37.9
Toplam		179	46.7	10	2.6	30	7.8	63	16.4	71	18.5	16	4.2	14	3.7	383	100	
A4	42.891 *	1	27	7	2	0.5	15	3.9	38	9.9	11	2.9	9	2.3	1	0.3	103	26.9
		2	14	3.7	2	0.5	5	1.3	7	1.8	6	1.6	0	0	0	0	34	8.9
		3	22	5.7	9	2.3	27	7	16	4.2	16	4.2	11	2.9	0	0	101	26.4
		4	52	13.6	9	2.3	21	5.5	34	8.9	22	5.7	3	0.8	4	1	145	37.9
Toplam		115	30	22	5.7	68	17.8	95	24.8	55	14.4	23	6	5	1.3	383	100	
A5	60.885 *	1	52	13.6	0	0	3	0.8	5	1.3	30	7.8	6	1.6	7	1.8	103	26.9
		2	17	4.4	3	0.8	0	0	0	0	4	1	7	1.8	3	0.8	34	8.9
		3	51	13.3	5	1.3	3	0.8	3	0.8	7	1.8	15	3.9	17	4.4	101	26.4
		4	90	23.5	2	0.5	4	1	4	1	6	1.6	19	5	20	5.2	145	37.9
Toplam		210	54.8	10	2.6	10	2.6	12	3.1	47	12.3	47	12.3	47	12.3	383	100	
A6	16.529	1	65	17	1	0.3	0	0	1	0.3	8	2.1	14	3.7	14	3.7	103	26.9
		2	20	5.2	1	0.3	0	0	0	0	1	0.3	4	1	8	2.1	34	8.9
		3	48	12.5	2	0.5	2	0.5	4	1	6	1.6	16	4.2	23	6	101	26.4
		4	84	21.9	4	1	2	0.5	4	1	9	2.3	25	6.5	17	4.4	145	37.9
Toplam		217	56.7	8	2.1	4	1	9	2.3	24	6.3	59	15.4	62	16.2	383	100	

* Tabloda değişik eğitim seviyelerinde spor yapma da etkili olan tercihlerinin önem derecesine göre sıralamasıyla P<0.05 düzeyinde anlamlılık görülmüştür. Anlamlılık seviyesi (*) işareti ile belirtilmiştir.

A1:Zevk aldığım için, A2:Sağlığım için, A3:Vakit geçirmek için, A4:Fiziksel olarak iyi görünmek için, A5:Yarışma için, A6:Diğer

Deneklerin erkek ve bayan olarak spor yapmama nedenleri ise birinci tercihleri bakımından; Erkekler için, "Zaman yetersizliği, sağlık durumunun iyi olmayışı ve fiziksel aktiviteden hoşlanmama", bayanlar için; yine "zaman yetersizliği, sağlık durumunun iyi olmayışı ve yakında spor yapacak bir tesisin olmaması biçiminde sıralanmıştır.

Konu, diğer bir faktör olan eğitim durumu açısından değerlendirildiğinde ise, "zaman yetersizliği", "fiziki aktivitelerden hoşlanmama", "sağlık durumunun iyi olmayışı" ve "diğer" şeklinde ifa-

de edilen tercihlerin önem derecelerine göre sıralanmasında anlamlılıklar gözlenmiştir (Tablo-7). Eğitim durumlarına göre belirlenmiş grupların tümünde, spor yapmama nedenleri de sırasıyla; "zaman yetersizliği, sağlık durumunun iyi olmayışı ve yakında spor yapacak bir tesisin olmayışı" şeklinde ortaya çıkmaktadır.

Tablo 7 : Spor Yapmayan Deneklerin Eğitim Durumları İtibari İle Spor Yapmama Nedenlerinin Yüzde Frekans ve X² Anlamlılığını Gösterir Dağılım.

Ter. Seç.	X ²	Eğitim Durumu	Tercih Sıralaması												Genel Toplam			
			0		1		2		3		4		5		6		F	%
B1	48. 652 *	1	44	17.7	20	8.1	15	6	11	4.4	12	4.8	1	0.4	1	0.4	104	41.9
		2	6	2.4	14	5.6	5	2	3	1.2	5	2	2	0.8	1	0.4	36	14.5
		3	11	4.4	30	12.1	7	2.8	3	1.2	4	1.6	1	0.4	0	0	56	22.6
		4	10	4	34	13.7	4	1.6	2	0.8	2	0.8	0	0	0	0	52	21
Toplam		71	28.6	98	39.5	31	12.5	19	7.7	23	9.3	4	1.6	2	0.8	248	100	
B2	35. 211	1	50	20.2	7	2.8	13	5.2	20	8.1	10	4	3	1.2	1	0.4	104	41.9
		2	10	4	3	1.2	10	4	8	3.2	3	1.2	2	0.8	0	0	36	14.5
		3	22	8.9	13	5.2	10	4	8	3.2	0	0	2	0.8	1	0.4	56	22.6
		4	26	10.5	7	2.8	15	6	2	0.8	2	0.8	0	0	0	0	52	21
Toplam		108	43.5	30	12.1	48	19.4	38	15.3	15	6	7	2.8	2	0.8	248	100	
B3	47. 418 *	1	46	18.5	9	3.6	22	8.9	10	4	8	3.2	8	3.2	1	0.4	104	41.9
		2	17	6.9	9	3.6	2	0.8	4	1.6	3	1.2	0	0	1	0.4	36	14.5
		3	38	15.3	3	1.2	2	0.8	5	2	2	0.8	3	1.2	3	1.2	56	22.6
		4	41	16.5	3	1.2	3	1.2	1	0.4	1	0.4	3	1.2	0	0	52	21
Toplam		142	57.3	24	9.7	29	11.7	20	8.1	14	5.6	14	5.6	5	2	248	100	
B4	102. 433 *	1	23	9.3	60	24.2	9	3.6	5	2	2	0.8	3	1.2	2	0.8	104	41.9
		2	13	5.2	4	1.6	6	2.4	4	1.6	4	1.6	2	0.8	3	1.2	36	14.5
		3	31	12.5	7	2.8	9	3.6	0	0	2	0.8	4	1.6	3	1.2	56	22.6
		4	42	16.9	4	1.6	1	0.4	3	1.2	1	0.4	1	0.4	0	0	52	21
Toplam		109	44	75	30.2	25	10.1	12	4.8	9	3.6	10	4	8	3.2	248	100	
B5	30. 014	1	53	21.4	2	0.8	9	3.6	9	3.6	9	3.6	7	2.8	15	6	104	41.9
		2	14	5.6	1	0.4	4	1.6	6	2.4	3	1.2	4	1.6	4	1.6	36	14.5
		3	35	14.1	2	0.8	5	2	26	2.4	4	1.6	1	0.4	3	1.2	56	22.6
		4	43	17.3	0	0	3	1.2	4	1.6	0	0	1	0.4	1	0.4	52	21
Toplam		145	58.5	5	2	21	8.5	25	10.1	16	6.5	13	5.2	23	9.3	248	100	
B6	37. 694 *	1	41	16.5	5	2	15	6	8	3.2	8	3.2	16	6.5	11	4.4	104	41.9
		2	16	6.5	5	2	1	0.4	0	0	2	0.8	6	2.4	6	2.4	36	14.5
		3	25	10.1	1	0.4	7	2.8	7	2.8	7	2.8	4	1.6	5	2	56	22.6
		4	36	14.5	3	1.2	4	1.6	5	2	0	0	1	0.4	3	1.2	52	21
Toplam		118	47.6	14	5.6	27	10.9	20	8.1	17	6.9	27	10.9	25	10.1	248	100	

Tablodaki (*) işareti değişik eğitim seviyelerindeki deneklerin spor yapmamasında etkili olan tercihlerinin önem derecelerine göre sıralanmasında P<0,05 düzeyinde anlamlılık olduğunu göstermektedir.

B1:Zaman yetersizliğinden, B2:Yakında spor yapacak bir tesisin bulunmayışından,B3:Fiziksel aktivitelerden hoşlanmadığımdan, B4:Sağlık durumunun iyi olmayışından, B5:Maddi yetersizlikten, B6:Diğer

Ayrıca bu araştırmada “yaş”, “eğitim” ve “cinsiyet” bağımsız gruplarının spor yapıp yapmamalarında önemli olan tercihler (birinci sırada yer alması bakımından) arasındaki farkların anlamlılığına bakılmıştır (Tablo-8).

Tablo 8: Yaş, Eğitim ve Cinsiyete Göre Sınıflandırılmış Bağımsız Grupların Spor Yapıp Yapmamasında Önemli Olan Tercihlerinin, Birinci Sırada Yer Alması Açısından Aralarındaki Değerlendirmenin Dağılımı

Tercih	A1	A2	A3	A4	A5	A6	B1	B2	B3	B4	B5	B6
Yaş												
1-2	0.539	2.706*	0.302	3.387*	2.649*	1.164	0.616	0.726	0.036	2.507*	1,052	0,482
1-3	1.151	2.726*	0.366	1.977*	0.063	1.663	0.334	1.206	0.561	1.611	0,425	0,561
1-4	0.627	0.541	1.074	1.333	0.756	0	1.142	0.068	0.575	1.057	0	0,068
1-5	2.322*	0.891	0.266	3.024*	0.833	1.209	1.852	0.498	0.590	1.468	0,384	0,125
1-6	3.234*	3.122*	0.813	0	0.572	1.764	3.309*	0.048	0.448	2.312*	0,567	0,878
2-3	1.629	0.587	0.004	2.202*	3.339*	0.659	0.471	0.645	0.761	1.485	1,660	0,026
2-4	0.124	2.860*	1.248	2.046*	2.400*	0.878	0.613	1.033	0.706	1.681	1,535	0,487
2-5	1.723	3.292*	0.519	0.422	2.636*	0.053	3.304*	1.998*	0.740	4.171*	1,901	0,504
2-6	2.855*	4.818*	0.946	1.980*	1.830	0.611	4.472*	1,127	0.529	4.893*	1,061	0,364
3-4	1.611	2.826*	1.255	0.748	0.787	1.255	1.233	1.773	0.134	0.378	0,626	0,616
3-5	3.465*	3.369*	0.585	1.599	0.867	0.585	3.852*	3.384*	2.049*	5.105*	0,144	0,723
3-6	3.976*	4.941*	0.950	1.132	0.595	0.123	4.799*	2.044*	1.611	5.908*	0,410	0,474
4-5	1.505	0.279	0.912	1.706	0	0.912	4.171*	0.545	1.473	3.283*	0,565	0,636
4-6	2.719*	2.611*	0	0.761	0	1.333	5.132*	0.029	1.255	4.106*	0,833	0,940
5-6	1.763	2.462*	0.690	1.751	0	0.553	2.135*	0.655	0.215	1.591	562	1,018
Eğitim												
1-2	0.556	2.036*	0.008	1.183	3.048*	0.830	2.370*	0.321	2.525*	4.385*	0,305	1,823
1-3	0.689	2.657*	0.990	2.203*	2.286*	0.598	4.469*	3.007*	0.755	5.526*	0,636	0,959
1-4	0.575	1.793	0.235	1.607	1.196	0.987	5.712*	1.386	0.637	5.985*	1,006	0,256
2-3	0.063	0.142	0.814	0.558	0.827	0.328	1.375	1.837	2.730*	0.200	0,209	2,294
2-4	0.183	0.890	0.147	0.070	2.370*	0.058	2.454*	0.745	2.584*	0.548	1,208	1,302
3-4	0.171	1.095	1.229	0.801	1.657	0.389	1.248	1.303	0.093	0.825	1,375	1,095
Cinsiyet												
1-2	2.852*	1.523	0.657	3.233*	0.657	1.601	0.183	2.112*	1.365	0.518	1,784	0,694

Tablodaki (*) işareti spor yapan veya yapmayan yaş, eğitim ve cinsiyet gruplarının birinci tercihleri bakımından kendi aralarında yapılan değerlendirmelerin anlamlılığını göstermektedir.

Spor yapmada etkili olan her bir tercih kendi içinde ele alındığında sonuçların, yaş grupları açısından anlamlılığı şöyle değerlendirilebilir;

“Zevk” seçeneği, daha çok küçük yaş gruplarında tercih edilmektedir. Yaş büyüdükçe deneklerin tercih yönelimi sağlık seçeneğine doğru kaymaktadır.

Sağlık için spor yapma, tüm yaş gruplarında birinci sırada yer almaktadır. Fakat yaş ilerledikçe bu seçeneğin daha anlamlı olduğu gözlenmektedir. Burada istisna olarak 8-13 yaş grubundaki deneklerin 14-19 ve 20-30 yaş grubu deneklere nazaran spor yapma nedenini daha çok "sağlık" faktörüne bağladığı dikkat çekmektedir. Bu görünüş ilköğretim çağı çocuklarının aldıkları eğitimin uzantısı olarak sporu sağlıkla bütünleştirmiş oldukları fikrini kuvvetlendirmektedir. Fakat ne var ki ileri yaşlarda karşılaşılan olumsuz pek çok faktör (tesis eksikliği, gelecek endişesi, maddi zorluklar, yetersiz motivasyon ve çevre şartları vb.) fertlerin aktif spordan tedricen uzaklaşmasına sebep olmaktadır.

Diğer yandan "fiziksel uygunluk" seçeneği en çok 14 yaş ile 45 yaş dilimi arasında tercih edilmektedir. Bu neden, 8-13 yaş ile 46-60 ve 61-70 yaş gruplarında en düşük tercih oranına sahiptir.

Yarışmak için spora katılıyorum seçeneğinin de, fiziki uygunluk seçeneği gibi, genç ve nispeten orta yaşlı denekler tarafından tercih edildiği anlaşılmaktadır.

Eğitim durumları bakımından belirlenmiş grupların spor yapma tercihlerinin ilk sırada yer almasına göre birbiri arasındaki anlamlılık ise "sağlık, fiziksel uygunluk ve yarışma" seçeneklerinde bulunmaktadır.

"Sağlık" tercihinde en yüksek değere ilkököl ve Üniversite eğitim kademelerinde bulunan deneklerde rastlanmıştır. Bu sonuçlar, sağlık için spora yönelmenin en fazla ciddiye alındığı eğitim kademesinin ilköğretim ve üniversite olduğunu göstermektedir. "Fiziksel uygunluk" seçeneğinde ise birinci tercih bakımından çok önemli frekans farkları yoktur.

Bunun gibi "Yarışmak için spor yapıyorum seçeneği de birinci tercihe göre frekans dağılımı bakımından çok sayıda deneye kapsamamaktadır. Bu yüzden söz konusu iki seçeneğin bazı gruplar arasındaki anlamlılığı dikkate alınmamıştır

Cinsiyet değişkeninin spor yapmadaki tercihlere olan etkisine gelince; Burada; "zevk" amacıyla spora yönelmek erkeklerin, "fiziksel olarak iyi görünmek" ise en çok bayanların rağbet gösterdiği faktörler olarak belirlenmiştir.

Araştırmada yaş, eğitim ve cinsiyet gruplarının spora katılmamalarında etkili olan nedenler arasındaki farkın anlamlılığı ise, (yine birinci sırada yer alması bakımından) şöyle ortaya çıkmıştır;

Spora katılmamadaki sebebi "zaman yetersizliği" olarak gösteren denekler daha çok 20 ile 60 yaş kesiti içine girenlerdir. "Yakında bir spor tesisinin bulunmaması" sebebini 20-30 yaş grubu, "fiziksel aktivitelerden hoşlanmam" ve "sağlık durumunun iyi olmayışı" sebeplerini ise, 46 ve üstü yaş grupları belirtmişlerdir. Ayrıca araştırmada "maddi yetersizlik" nedeniyle spora katılmamada gruplar arasında herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır.

Bu çalışmada son olarak ele alınan husus; yaş, eğitim ve cinsiyet gruplarının kendi içlerinde spora katılma ya da katılmama davranışını göstermelerinde bir farklılığın olup olmadığıdır (Tablo-9). Buna göre;

Tablo 9: Yaş, Eğitim Durumu ve Cinsiyete Göre Sınıflandırılmış Spor Yapan ya da Yapmayan Bağımsız Gruplarda İki Yüzde Arasındaki Değerlendirmelerin Dağılımı.

SPOR YAPMAYANLARIN		YAŞ GRUPLARI	SPOR YAPANLARIN ANLAMLILIĞI		YAŞ GRUPLARI
2,711 *	1-2		0,968	1-2	
3,818 *	1-3	1,234	1-3		
4,192 *	1-4	1,098	1-4		
7,130 *	1-5	5,601*	1-5		
6,748 *	1-6	4,039 *	1-6		
0,742	2-3	0,061	2-3		
1,567	2-4	0,185	2-4		
4,264 *	2-5	4,319 *	2-5		
4,169 *	2-6	3,041 *	2-6		
1,152	3-4	0,160	3-4		
4,655 *	3-5	5,385 *	3-5		
4,275 *	3-6	3,497 *	3-6		
2,295 *	4-5	3,802 *	4-5		
2,526 *	4-6	2,707 *	4-6		
0,709	5-6	0,538	5-6		
0	1-2	0,319	1-2		
2,108 *	1-3	3,383 *	1-3		
4,371 *	1-4	5,238 *	1-4		
1,600	2-3	2,849 *	2-3		
3,301 *	2-4	4,201 *	2-4		
1,976 *	3-4	1,519	3-4		
4,089 *	1-2	5,004 *	1-2		
	EĞİTİM DURUMU		EĞİTİM DURUMU		
	CİNS		CİNS		

Tablodaki (*) işareti her bağımsız grubun kendi içerisinde birbirleri ile olan ilişkinin anlamlılığını göstermektedir

Yaş grupları itibariyle görülen o ki, spora katılım daha çok küçük yaşlarda gerçekleşmektedir. Yaş artışı ile beraber sportif harekete katılımı nispeten azalmaktadır. Yani pasif hayat tarzı yaşa bağlı olarak artmaktadır. Gençlerin spor için en ideal aday oldukları aşikardır. "Ülkemizde spora aktif katılım yaşı genellikle 15-25 yaşları arasında seyretmekte... yaklaşık 25 yaş sonrasında ise erken emeklilik gibi sporu bırakma" söz konusu olmaktadır³. Benzer şekilde, Danimarka'da da organize spora katılanların %40'ı 18 yaşın altındadır ve yaş ile beraber spora katılım düşmektedir. Bu özellikle bireysel sporları tercih eden bayanlarda takım sporları ile ilgilenen erkeklere göre daha çok olmaktadır¹⁴.

Eğitim durumlarının spora katılmadaki etkisine bakıldığında ortaya çıkan görünüm, eğitim seviyesi yükseldikçe spora yönelmenin de arttığı şeklindedir (Tablo-1). Spora katılımı eğitimin önemli bir unsur olduğunu gözler önüne seren bu görünüş, Türkiye'de fertlerin eğitim seviyelerinin yükselmesi ile spora katılımın da artacağına bir işaret sayılmalıdır.

Öte yandan araştırma, spora yönelme bakımından cinsiyetin de son derece etkili bir unsur olduğunu ortaya koymaktadır. Bütün dünyada olduğu gibi Türkiye’de de bayanlar erkeklere göre daha az spor faaliyetlerine katılmaktadır. Özellikle organize sporlarda (formel) bu katılım çok daha azdır. Mesela 1989 yılı itibariyle Macaristan’da bayanların organize sporlara katılmaları dikkate alındığında bayan katılımcılar bütün katılımcıların %24.5’ini oluşturmaktadır¹⁴. Türkiye’de ise toplam lisanslı bayan sporcu sayısı 28.074’dür. Bu sayının toplam sporcusundaki oranı sadece %0.5’dir¹³. Ayrıca erkek ve bayanların katıldığı sportif hareket tipleri de farklıdır. Erkekler daha çok yarışma sporlarını, bayanlar ise rekreasyon faaliyetlerini tercih etmektedirler¹⁴.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Yeni ya da değişen değerler veya günümüzün yaşam tarzı ve uygulamaları sportif karakterli olgular yakından etkilemektedir. Özellikle kişisel gelişim ve bağımsızlık gibi unsurlar sporda bireyselleşmeye yönelimi artırmıştır. Şüphesiz bu durum insanlara ilgi duydukları alanda spor yapma imkanını sağlamaktadır. Ayrıca, değişen aile yapısı, sınırlı çocuk yapma, boşanmalar, kadınların daha çok iş hayatına girmesi gibi yeni değer ve uygulamaların da sportif faaliyetlere katılım üzerine önemli ölçüde etkileri vardır. Ancak burada ekonomik özgürlüğü kazanamamış olmanın, kadınların bahsedilen faaliyetlere katılmalarını etkileyici veya cesaretlerini kırıcı bir faktör olduğunu unutmamak gerekir. Diğer yandan, şehirleşme ve sanayileşme olgularının ayrı ayrı spora katılım olayına tesir eden güçlü birer faktör durumunda bulunduğu da bilinmektedir. Bunların yanı sıra kültürel değerlerdeki farklılık ve tabii çevreden kaynaklanan pek çok özelliğin değişik toplumlardaki sportif karakterli aktivitelere katılım açısından farklı biçimde tesirler meydana getirdiği bir gerçektir. Bütün bunlara ilave olarak politik kararların sonuçlarının da spor ve serbest zaman aktivitelerine yönelmede göz ardı edilmemesi gereken sebeplerden olduğu söylenmelidir;

Kuşkusuz burada bazılarına değinilen ve spora yönelimde etkili olan yalnız bu faktörler değildir. Bunların yanında insanların kişisel ilgi ve ihtiyaçlarının farklılığından kaynaklanan pek çok faktör vardır.

Binaenaleyh, bu araştırmada değerlendirmeye alınan değişik yaş, cinsiyet ve eğitim durumuna sahip denekler, spora katılmalarında etkili olan nedenleri önem dereceleri bakımından farklı biçimde sıralamışlardır. Yani kişilerin spora yönelimindeki motivasyon çeşidini bir ölçüde bahsedilen bu özellikler belirlemektedir. Aynı şekilde spordan uzaklaşmaya sebep olan engeller de yaş ve eğitim durumundan etkilenmektedir. Fakat bunun yanında spora katılmamadaki sebeplerin belirtilmesinde cinsiyet değişkeni belirleyici bir faktör olarak görülmemiştir.

Yaş, eğitim ve cinsiyet değişkenine göre sınıflandırılan tüm deneklerin spor yapmalarında etkili olan ilk üç neden “sağlıklı kalma, zevk ve fiziki uygunluk” biçiminde ortaya çıkmıştır. Spor yapmama gösterilen nedenler ise; yaş ve eğitim grupları ile bayanlarda; “zaman yetersizliği, sağlık durumunun iyi olmayışı ve yakında bir spor tesisinin bulunmayışı”, erkek gruplarda yine “zaman yetersizliği, sağlık ve fiziksel aktiviteden hoşlanmama” biçiminde ortaya çıkmıştır.

Araştırmada yaş ile spora katılım arasında ters, eğitim ile yine spora katılım arasında doğru bir ilişki bulunmuştur. Hülasa, yaş ile birlikte spora katılım düşmekte, fakat eğitim düzeyi yükseldikçe spora yönelim artmaktadır. Ayrıca yine bu çalışma sonuçlarına göre bayanların erkeklere göre daha az spora katıldığı da anlaşılmaktadır.

Bugün çağımızdaki değişim; geniş sporlarına veya formel olarak organize edilen sporlara rağbetin azalmasını, daha çok doğal çevrelerde oynanan informal spora katılımındaki artışı ve bilhassa sağlıklı yaşama ile ilgili spor aktivitelerine olan yönelimi kapsamaktadır. Eğer fiziksel aktiviteye katılımında sayısal bir artış umuluyorsa kişilerin ihtiyaçlarını içeren bir dizi faktörün iyice anlaşılması gerekir. O nedenle, sporu kitleye sunmak önemli ölçüde kişilerin motivasyonlarına cevap veren yeni imkanların oluşturulmasına bağlıdır.

Bütün bunlara dayanarak yeni uygulama ve politikalarda bu değişim algılanmalı, tesisleşmeden yönetime oradan da organizasyona kadar her alan tek tek yeni tarza uygun planlanmalıdır. Özellikle nüfustaki yapısal değişim iyi algılanarak sunulan spor imkanları bu nüfusun dinamizmini sağlayacak biçime sokulmalıdır. Bu manada özellikle sağlık ve zevk amaçlı faaliyetlerin yapılabileceği ve çok farklı spor dallarına hitap eden mekanlar oluşturularak yürüyüş, bisiklet, su sporları ve fitnes türü tesisleşme hamleleri hızla sürdürülmelidir.

KAYNAKLAR

1. Alpman, C.; (1972), Eğitimin Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi, Milli Eğitim Basımevi, Birinci baskı, İstanbul, ss.132-133.
2. Çamlıyer, H.; (1991), Spor ve Serbest Zaman Eğitimi, I. Eğitim Kurumları Beden Eğitimi ve Spor Sempozyumu, Milli Eğitim Basımevi, İzmir, s.242.
3. Çetin, N.; (1999), Toplum Sağlığı İçin Spor, Ankara, ss.10-11
4. Erkan, N.; (1998), Yaşam Boyu Spor, Bağırğan Yayımevi, Ankara, s.11,13.
5. Fişek, K.; (1980), Devlet Politikası ve Toplumsal Yapıyla İlişkileri Açısından Spor Yönetimi. Dünyada - Türkiyede, Ankara, s.21.
6. Gensemer, R.; (1991), Physical Education, Second Edition, W.m.C. Brown Publisher, USA, s.6.
7. Gillet, B.; (1975), Spor Tarihi, Gelişim Yayınları, İstanbul, s. 9,17.
8. Karaküçük, S.; (1999) Rekreasyon. Boş Zamanları Değerlendirme, Üçüncü baskı, Bağırğan Yayın evi, Ankara, s.244.
9. Karasar, N.; (1999), Anadolu Üniversitesi Öğrencilerinin Sosyo-Kültürel ve Sosyo-Ekonomik Özellikleri ile Beklentisi ve Sorunları, Anadolu Üniv. Yayını, Eskişehir, s.108.
10. Karasüleymanoğlu, A.; (1992), Yeni Boyutlarıyla Spor, Engin Yayınları, Üçüncü Baskı, Ankara, s.8.
11. Kraus, Richard G.; (1977), Recreation Today, Second Edition, Goodyear Publishing Company Inc., Santa Monica, s.371
12. Siedentop, D.; (1990), Introduction to Physical Education, Fitness and Sport, Mayfield Publishing Comp. California, s.12
13. Spor Kulübü ve Sporcu Sayıları İstatistikleri, (1998), Türkiye Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu, Ankara, s.6
14. Sports Information Bulletin, (1997), Council of Europe CDDS, February, ss.9,14,21,34-35-36,46-47,49-50
15. Taşmektepligil, Y.; (1995), Sporun Yaygınlaştırılmasında Semt Sahalarının Etkileri, Doktora Tezi, İstanbul, s.2,67.
16. Voigt, D.; (1998), Spor Sosyolojisi, (Çev:Ayşe Atalay), Alkım Yayınları, İstanbul, ss.110,124.

KIRGIZLAR DA POPÜLERLİĞİNİ YİTİRMİŞ GELENEKSEL BİNİCİLİK SPORLARI İLE TÜRKİYEDEKİ VARYANTLARI

Mehmet TÜRKMEN *
Harun ÖZMADEN **

ÖZET

Tarihte en eski Türk kavmi olarak bilinen Kırgızlar, diğer Türk kavimleri gibi tarih boyunca atla birlikte zikredilmişlerdir. Sosyal, siyasi, ekonomik, dini, askeri yapı ve yaşayışlarında at baş rolü oynamıştır. Sanat, edebiyat, adet ve geleneklerinin teşekkülünde mühim bir yer tutan at; Kırgız spor geleneğinin belirlenmesinde de en büyük potansiyel varlık olmuştur. Atın tarihi ve kültürel bütünlük içindeki bu ehemmiyeti, çok sayıda binicilik sporlarının ortaya çıkmasına vesile olmuştur. Bozkır hayat tarzına göre ortaya çıkan, şekillenen, gelişen ve sergilenen bu sporlar; atın tarihi rolünü yitirmesi, sosyal, ekonomik ve siyasi şartların değişmesiyle birlikte bir çoğu ortadan kalkmış ve popülerliğini yitirmiştir.

Geçmişten günümüze eski Türk bozkır kültürünün oluştuğu ve geliştiği coğrafyalarda yaşayan, göçeri ve yerleşim yerlerini, iktisadi ve sosyal hayat sahalarını buna göre tayin eden Kırgızlar; aynı zamanda Türk ulusunun karakteristik özelliklerini de en fazla muhafaza eden kavim durumundadırlar. Bunların yanı sıra söz konusu sporların kökenine inmede, teorik ve pratik açıdan incelenmesinde, unutulmuş ve unutulmaya yüz tutmuşları gün ışığına çıkarmada, bilinmeyen yönleri ve orijinal adlarıyla doğru yansıtma da Kırgızlar; Büyük Asya Türk halkları içerisinde en potansiyel bilgi ve birikimlere sahiptirler.

Bu çerçevede bakıldığında Kız Oynak, Kız Börü, Seyis Sunuş, Cılañaç Çarpışuu ve Öpkü Çarpışuu sporlarının günümüzde yapılmadığı; Sayış, At Toppi Oyondo, Çevken ve Aykır Çabış sporlarının yakın tarihe kadar az da olsa sembolik olarak yapıldıkları; At Çaap Cooluktu Aımay, At Sekirtmey, At Üstündö Oynoo, At Minip Kubalaşuu, Tay Carış, Kunan Çabuğ, Sürükleme, Cırğa Tartuu ve Ukuruk Salmay sporlarının yoğun olmamakla birlikte hala Kırgızlar arasında yapıldıkları görülmektedir. Geçmişte yoğun olarak yapılmış, günümüzde yapılmayan, az yapılan ve yapılırsa da eski popüleritesini yitirmiş olan, bu 18 adet Kırgız geleneksel binicilik sporlarından bazılarının Selçuklu, Osmanlı ve Türkiye de varyantlarına rastlanılmış, bazılarına ise rastlanılamamıştır.

Anahtar Kelimeler : Kırgız Kültürü, Kırgız Binicilik Tarihi, Kırgız Sporları

* O.M.Ü. Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu / SAMSUN

** G.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu / ANKARA

THE HORSEMANSHIP SPORT IN KIRGHIZ THAT HAS LOST IT'S POPULARITY AND THE VARIATIONS IN TURKEY

ABSTARACT

Kirghiz, known as the most ancient tribe in the history, like the other Turkish tribes, has been mentioned together with the horse throughout the history. Horse had the major importance in their social, political, economical, religious life and in their military structure. Having an important role in the formation of their arts, literature, customs and tradition, horse has been the most important thing in the determination of Kirghiz sport tradition. Such importance of the horse in the historical and cultural unity has caused a number of horsemanship sports to come into being. These sports, which formed, developed, determined and shown according to the steppe life style, have disappeared and lost their importance due to the fact that horse has lost its historical role and because of the change in the social, economical and the political conditions.

Kirghiz, that have lived on the lands that the ancient Turkish steppe culture formed and developed and determined their migration and accomodation areas, economical and social life fields according to this, is also the only tribe which has also protected the characteristic peculiarity of Turkish nation. In addition to these, Kirghiz have the most potential knowledge and experience among the Great Asia Turkish people in the determination of the origin of the sports mentioned, in the examination from the theoretic and practical point of view, in the reminding of the forgotten and almost forgotten and in the imitation with the original names and unknown parts.

When approached from this point of view, it's can still be seen that nowadays, the sports such as Kız Oynak, Kız Börü, Seyi Sunus, Cilanaç Çarpışuu and Öpkü Çrpışuu which aren't organized and the sports such as Sayış, At Toppi Oyondo, Çevken and Aykır Çabış which were organized symbolically until recently, the sports such as At Çaap Cooluktu Almay, At Sekirtmey, At Üstündö Oynoo, At Minip Kubalaşuu, Tay Carış, Kunan Çabuğ, Sürükleme, Cirga Tartuu and Ukuruk Salmay which are still organized but not frequently among Kirghiz. These 18 Kirghiz traditional horsemanship sports and some of them, which was organized and done very often in the past but not organized and done anymore, and which has lost its popularity even if it is organized or done, are come across the variations of

Selçuk and Ottoman variation in Turkey, but some of them are never come across.

Key Words: Kirghiz Culture, Kirghiz Riding History, Kirghiz Sports

GİRİŞ

31 Ağustos 1991 tarihinde SSCB'den bağımsızlığını ilan eden bugünkü Kırgızistan ile dünyanın 19 değişik ülkesinde bulunan toplam Kırgızlar'ın nüfusunun 2000 yılı itibarıyla 7.800.000 civarında oldukları tahmin edilmektedir¹. Çin verilerine göre "Kırgız" ismine ilk olarak M.Ö. III. Asırda rastlanır. Bu tarihlerde Tienshan (Tannı Dağları)'nın orta bölgelerinde yaşayan Kırgızlar'ın bir de "**Ki-Ku;Kie-Ku**" adında devletleri vardır².

M.Ö. II. asrın ortalarında Güney Sibirya ve Yenisey bölgelerinde, yani kuzeye göçen Kırgız-

¹ A.SHEEHY, "Russian share of soviet population down to 50,8 Percenté" Raport on the USSR, 1/42,20 October 1989.; Türk Dünyası Araştırma Vakfı 1994 Takvimi, Kırgızistan bölümü

² S.M.ABRAMZON; Kırgız i ih etnogenetiçeskiye i istoriko kultirniye svyazi, Kırgızistan yayınları, Frunze 1990, 2.23.; ve M.SARAY; Yeni Türk Cumhuriyetleri Tarihi, T.T.K. Yay., XXIV.dizi-Sayı: 21, Ankara 1996,s.198

lar; VI.asra kadar Hunlara, bu asırdan itibaren de Kök-Türkler'e bağlı olarak yaşamışlardır³. 840 yılında Uygur İmparatorluğunu yıkarak kendi devletlerini kurmuşlar ki; bu IX asır, Kırgızlar'ın en parlak devridir⁴. 920 yılında Moğol ve Kök-Türkler gibi büyük Çin istilasından dolayı bu coğrafyadan dağılmışlardır. Çoğunluğu bugünkü Kırgızistan sınırlarına gelmiş ve o tarihten günümüze bu coğrafya da bulunmaktadır⁵.

X. Asra kadar Kök-Türkler gibi Türkçe konuşan ve yazan Kırgızlar'ın eski vatanları olan Güney Sibirya ve Yenisey bölgesi; siyasi ve medeni tarih açısından olduğu kadar, Türk atlı ve binicilik kültürü açısından en önemli tarihi bakıyelerin bulunduğu yerlerdir⁶. Kırgızistan'ın şimdiki coğrafyası benzer tarihi öneme sahip görünmekle⁷ birlikte Isık Göl ve özellikle Tann dağları, doğu ve kuzey ile batı Türklüğünün asırlardır yayla kaynaşma ve buluşma yeri⁸, dini ve sosyal merasimler ile bunların ayrılmaz bir parçası olan oyun yada sporların topluca icra edildiği mekanlar olmuştur⁹.

³ R.R.ARAT; "Kırgızistan" mad.İslam Ansiklopedisi, VI,s.251.; Ch. NUSUPOV; "Tarihten Dersler", (Çev. H.Karabaş) ; Anayurttan Atayurtta Türk Dünyası, Cilt: I, Sayı: 4, Eylül 1993, s.56; B. HAYIT; Türkistan Rusya ve Çin Arasında, İstanbul 1975 s.30-41,226-241.

⁴ SARAY; ag.e.s. 202.; E.D.SOKOL; The revolt of 1916 in Russian central Asia, Baltimore 1954, s 99-142.; NUSUPOV; a.g.m., s.56

⁵ Türkiye Dışı Türk Edebiyatları Antolojisi I, K.B. Yay., /1480, Ankara 1993, s.49; B.HAYIT; a.g.e., s.30-41

⁶ NUSUPOV; agm, s. 56-57; B.ÖGEL; İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi. Orta Asya Kaynak ve Buluntularına Göre; T.T.K. Yay., 3. Baskı, Ankara 1988, s.1.207-222.; ve G.MERHART; "Ein einsenschriften an Yenissi," Eurasia Septentrionalis Antiqua, IV, 1929.; W.RADLOV; Die alttürkischen Inschriften der Mongolei, SPb.,1895-1899, s.12-21.; H.KASAPÖĞLU-ÇENGEL; "Kırgız Türkleri edebiyatı" Türk Dünyası El Kitabı, (Türkiye dışı Türk Edebiyatları) 4. Cilt T.K.A.E. Yay.: 158, Ankara 1998, s.367-396; M.S. ABRAMZON; Oçerki kulturni Kirgizskogo norado, Frunze 1946, s.91-123.

⁷ S.H.SING; A History khokond, Ed.by.C.E.Bates, Lahore 1878, s,8-10; SARAY; a.g.e, s.231.; T.K.BA-SENOV; "O soorujeni i Taş-akır, İzv.AN, Kaz.SSR." Nr:80, Almaatı 1950; V.L.VORONİNA; Priem stroitelstva do Arabkogo perioda v Sredney Azii, Kratkie soobseniye o doklodah i polevih ossledovenigah instituta istorii Materialnoy Kulturi,XXVIII, s.104

⁸ A.TAŞAĞIL; "Isık Göl", Tarih ve Medeniyet, Sayı:28 Haziran 1996, s.59.; N.V.SOROKİN; "V gorah i dolinah ruskogo Tyan-Şanya", İst. Vestnik, Mayıs-Haziran 1886, s.75-128.; A.M.SAĞALAYEV-İ.V.OKTABARSKAYA; Troditsiyeyonnoye mirovozreniye Tyurkov Yujnoy Sibiri, Zanak i Ritual - Novosibirsk; Nauka. (Sibirya Bölümü) 1990, s.5.

⁹ N.G. SIMAKOV; Obşestvenniye funktsii Kirgizkih narodnih razvleçniy v kontse XIX nacale XX.V, Nauka, Leningrad 1984,s.9-11.; Ç.VALİHANOV; Sobır.soç, Alma-Ata 1958, T.1,s.770-777.

Dolayısıyla Türk Dünyasıyla her türlü müşterek mirasa sahip Kırgızların eski coğrafyalarında; orijinal bozkır Türk kültürü ve bu kültürün oluşmasında baş aksiyon olan ve de bu kültüre adını verdiren at¹⁰ ile çok sayıda binicilik sporları ortaya çıkarmışlardır. Konar göçer hayat tarzına uyumlu, bu asker halkların milli iradelerine ve ortak karakteristik özelliklerine, iktisadi hayatları ile coğrafi ve iklim şartlarına uygun olarak ortaya çıkan bu sporlar, Kırgızlar'ın şimdiki coğrafyalarında Türk dünyasıyla ortak bir çok uygulama alanı bulabilmiştir¹¹.

Bu bağlamda sergilenen ve gelişen söz konusu sporlar, XIX. Asrın sonları ve XX.asrın başlarına kadar kendisi kalma başansını da gösterebilmiştir. Çünkü söz konusu coğrafya bu sporların doğasını korumada en büyük etkidir¹². Ancak, bu tarihlerde büyük sosyal ve siyasi çalkantılara maruz kalan, yeniden bir siyasi ve idari yapılanma altına giren Kırgızlar; maddi ve manevi kültür öğelerinden bir çoğunu terketmişler veya etmek zorunda kalmışlardır¹³; Aynı zamanda motorlu araçlar ile ateşli silahların devreye girmesi ve atın tarihi rolünü yitirmesiyle birlikte, geleneksel binicilik sporlarının bünyesinde bulundurduğu çok yönlü fonksiyonlarından bazıları, hatta bir çoğu kendi önemlerini yitirmiştir¹⁴. Bu tür sebeplerden dolayı çok sayıdaki sporlardan bazıları yapılmayarak unutulmuş, bir çoğu utulmaya yüz tutmuş, bazıları ise zorda olsa varlığını halk arasında bugünlere getirebilmiştir. Kendisini yenileyen 10 adet Kırgız sporu ise; resmi yönetmelikler çerçevesine alınarak popülerliğini günümüze kadar sürdürebilmektedir¹⁵.

¹⁰ N.I.GRODEKOV; "Kırgızı i Karakırgızı Sırdaryınskoı oblasti," Yuridicheskiy bit T (c) 1, Taşkent 1889, s.205; Manas, T.C.Dışişleri Bakanlığı Türk İşbirliği ve Kalkınma Ajansı (TIKA), Ankara 1995, s.36.; İ. YILDIRAN; "Kavramsal ve Fonksiyonel açıdan Türklerde Yorga/ Rahvan Biniciliğın Tarihsel Gelişimi ve Türkiyede Geliştirme Perspektifleri", Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt:IV,Sayı:2, Nisan 1999, s.44.; N.SEVERTON; Puteşestviye po Turkestanskomu kraya i isledovaniye gornoy sistemi Tyan-Şanya po Poruçeniye Russkogo geografiçeskogo obşestva, SPb.1893, s 161.

¹¹ H.F.ANARKULOV; Kırgızdın El Oyundarı, Bişkek "Kırgızistan" 1991, s.3.; S.M.ABRAMZON; Kırgızı ih istoriko - kulturniye i etnogenetiçeskiye svyazi, Leningrad - 1971, s. 11 - 23; SIMAKOV; a.g.e.; s.8-12.; D.ÖMÜRZAKOV; Fiziçeskaya kultura i sport v Kırgızkoy, SSR, Frunze 1956, s. 3-11.; S.GEDİN; Puteşestviye...v 1893-1897 gg. V Parnir, Tibet i vostoçnyı Turkestan, SPb, 1911, s. 73-76

¹² SIMAKOV; a.g.e; s. 3-8.; M.SARALAYEV-M.BUKAYEV S:MAMBETKALİYEV; Manastan Kalgan Oyundarı, K.C.M.E.vel.B., KDBE Enstitüsü Yüksek Devlet Koleji, Bişkek 1995, s. 3-10,12,76-86.; ANARKULOV;a.g.e., s.5-7.;

¹³ Tafsilat için bkz. S.A.ZENKOVSKIY; Pan Turkism and Islam in Russia, Harward 1967, s.233-236.; ve E.(ed). ALLWOTH; Central Asisa; A Century Of Russian Rule, London 1967, s.226-227.; ayrıca HAYIT; a.g.e; s.251.; SARAY;a.g.e.s.238.

¹⁴ O.GÜNDOĞDİEV; "Rol Konya v jizini Türkmen", Tarih Bilimleri Doktora Tezi Özetleri (Avtoreferat), Aşkabat 1994,s.6-9.; ANARKULOV; a.g.e., s.3.; SIMAKOV; a.g.e.s.11.

Tüm sporlara olan ilginin hergün biraz daha arttığı dünya da biniciliğe de aynı, hata biraz daha inginin olduğu görülmektedir¹⁶. Kırgızlarla aynı tarihi mirası paylaşan Türkiye, ne teorik alanda (spor tarihi literatürlerinde) ne de pratik alanda (konkur müsabakalarında) hak ettiği yere bir türlü gelememiştir. Ayrıca, bu sporlar her yönüyle Türk milli kültür ürünüdürler¹⁷. Bugün kültürler özellikle kitle iletişim araçları vasıtasıyla gelişmiş ülkelerin etkisi altındadır. Türkiye ve Kırgızistan bu etkiyi en fazla hisseden ülkelerdendir. İki ülkenin de bu konuda yeterli tedbiri almadıkları sanılmaktadır. Halbuki, teknolojisi gelişmiş uluslar bile kültür yayılmacılığından etkilenmemek için tedbirler almaktadır¹⁸.

Ayrıca, ulusların itibarı sadece maddi değerlerle değil, manevi değerlerle de ölçülmektedir. Günümüzde bir çok bakımdan Türkiye den geri olan Moğalistan ve Tibet, uzun yıllar Türkler'in idaresi altında yaşayan Hindistan, İran ve bazı Arap ülkelerinin konuyla ilgili literatürlerde Türklerden daha fazla yer aldıkları veya Türkler'e ait bu tür sporların adı geçen ulusların kültür ürünleri gibi lanse edildiği görülebilmektedir¹⁹. Yine konu açısından çok zengin bir mirasa sahip olan Türkiye, bu engin mirasını statik halden dinamik hale getirememiştir. Uzun süre örtülü kalan bu sporlar, zamanla önemini ve etkisini yitirerek Türk Kültür halkasından birer birer kopup gitmişlerdir.

Bu çalışmada, asırlardır Kırgızlar da yapılan, günümüzde ise popülerliğini yitiren ve kuralları belirlenebilmiş 18 adet geleneksel binicilik sporlarını inceleyerek; konuyla ilgili verilerin daha az olduğu Türkiye de varsa bu sporların varyantları belirtilecektir. Aynı kökten gelen ve aynı tarihi mirası paylaşan iki toplumun geçmişinde çok yönlü fonksiyonlar icra eden, çağın değişmesine ve talebine göre alıntı ve terkedilmiş yönlerine bakılarak; günümüz Türk ve dünya spor literatürlerine yarışma adları ve kurallarıyla doğru yansıtılmaya çalışılacaktır.

¹⁵ Z.BETENOV-Y.MUSIN; Kırgızın Eldik Oyunları, Kırgızistan Basması, Frunze 1978, s.134-137.; A.İ. DOBRAMISLOV; Goroda o, Sırdarinskogo regiona, Taşkent 1912, s. 121.; M.SARALAYEV; Kırgız Uluttuk Sportunun Tülbörü Boyonca Birdiktüü Respublikalık Klassifikatsiyası Cana Meldeşterdin Ereceleeri, Kırgızistan-Oş 1993, s.73-77.;S.;TOKTORBAYEV; Öspürümdör Oyundanı, Kırgız Cobet Baskısı, Bişkek 1991, s. 76.

¹⁶ H.AYVAZ; "Dünya Basımından" (İngilterede çıkan "Your Horse" dergisinden naleden), Küheylan (At Sevgisi ve Binicilik Dergisi) , sayı: 8, Mayıs-1998,s.57

¹⁷ S.M. ABRAMZON; "Etnografişeskiye..." s.134-154.; K. CUSUPOV; Kırgızdar, Kırgızın Basması, Bişkek 1991, s.3.; E.GÜLEÇ; Rahvan Binicilik, Bilgi Mühendislik ve Müşavirlik Neşriyatı, Ankara 1999, "Kazova'da Rahvan Atıcılık ve Atlı Cirit Topu" başlıklı yazılarına bkz.; A.KAHRAMAN; Osmanlı Devletinde Spor, K.B. Yay.:1697 Ankara 1995, s.441-518.

¹⁸ M.ÖZHAN-M.MURADOĞLU; Türk Cumhuriyetlerinde Çocuk Oyunları, KB.Yay.: 1960, Ankara 1997, s.3

¹⁹ E.KOVALEV; "Oçerki bita Karakirgizov (iz putevogodnevnik)", TV, 1895, no:2.; ÖMÜRZAKOV- SARALAYEV; a.g.e., s.17.; N.İ.PONIMARYEV; Vozniknovaniye i pervonaçalnoe razvitiye fizişeskogo vospitaniya, Moskova 1973, s. 149-150.;W.UMMINGER; Die Chronik des Sports, Chronik Verlag, 2., erganzte und aktualisierte Auflage 1992, s.70,82.

Kırgızları Binicilik Kültürüne Hazırlayan Genel Faktörler:

Çin verileri²⁰ ve devrim öncesi ile sonrası Rusya'da yapılan araştırmalara göre Kırgızlar; diğer göçebe Türk kabileleri gibi ömürlerini at üstünde geçiren²¹ en iyi atlar yetiştiren, yüksek yerleri mekan seçen, sağlam ve dayanıklı bünyeleri olan, iyi avlanan ve savaşan, eski Türkler'in bütün karakteristik özelliklerini üzerlerinde taşıyan ve bunu korumayı bir gaye edinen, soy ya da kabilecilik şuruu ulus şuurundan ağır basan asker ve binici bir kavimdirler²². Eski Türk yazıtlarına göre (suci, 9. yüzyıl ortaları); Kırgızların gün doğusundan- gün batısına ünleri varan (Boylu Kutlug Yargan) , ağılları ile dağ ve vadilerinde sayısız at sürülerinin olduğu belirtilir²³.

Tarihi ve coğrafi yaşam koşulları Kırgızlar'ı süvari bir millet haline getirmiştir. Kırgız çocuğu ister kız olsun ister erkek, çok küçük yaşlardan itibaren ata binmeyi öğrenir, büyüdüklerinde ise mükemmel birer binici olurlardı. Erkek- kadın, çocuk, genç ve yaşlı herkes atı gayet iyi kullanmayı, onunla her çeşit yokuş çıkmayı, taşlı ve engebeli yollarda koşmayı, yüksek yerlerden geçmeyi, yabani at sürüleri ile yarışabilme istidadına sahiptiler²⁴. Tarih boyunca atla birlikte anılan Kırgızlar; kutsal saydıkları bu varlığın her yönünden (eti, sütü, derisi vs.) faydalandıkları gibi geleneksel kültür unsurlarıyla donanmış, çok sayıda binicilik sporları meydana getirip, özel ve genel merasimlere de icra edilerek sosyal yaşayışlarda büyük yer vermişlerdir²⁵. Fakat değişik sebepler, bu sporların sosyal hayattaki popülarlığını olumsuz yönde etkilemiştir.

²⁰ Kırgızların tarihinin en parlak dönemi olan M.S IX. Yüzyıla ait ve çok sayıda olduğu tahmin edilen yazıtlar ve diğer tarihi veriler, bugünkü Çin'in kuzey ve kuzey batı bölgelerinde durmaktadır. Çin devleti bunların araştırmasına müsaade etmektedir. Bkz.ARAT; aynı madde, aynı ansiklopedi,s.740; SARAY; a.g.e.; s.199

²¹ VII. Yüzyılın sonlarına doğru islam müelliflerinden birinin Türkler hakkında; "onların bütün ömürlerini toplasan atı üzerinde geçen günlerin yer üzerinde geçirdiği günlerden daha çok olduğunu görürsün" demektir. EL-CAHİZ; Hilafet Ordusunun Menkıbeleri ve Türkler'in Faziletleri, TKAE. Yay.:82, Ankara 1988 s.68.

²² GRADEKOV; a.g.e. (Yurıdçeskiy bit), s.200-206; ve ALÇIE (Arhiv Leningrat çasti IE AN SSSR) f.K1,op.2,no:1140,s.16,55-56,68,70,120,121.

²³ H.N. ORKUN; Eski Türk Yazıtları, AKDITYK. TDK., Yay.: 529, Ankara 1987.s.156.

²⁴ D.ÖMÜRZAKOV-Y-MUSIN; Kırgızskiye narodniye igrı, Kırgızistan yay., frunze 1973, s.7.

²⁵ A.H.LEVŞİN (1799-1879); Kırgızo- Kazahskiy stan i Kırgız-Kaysatskiye npaznestva i Razuleçenya, Sen Petersburg 1832, s,113-125.; V.Z:GALJEV; Araştırmacılar ve Kazakistan, Kazakistan Sosyal Bilimler Dizisi, Alma-Ata 1990, s.126-145.; RFOON (Rukopisniye fondı otdeleniya obşestva nauk AN Kırg.SSR) İnv.no:330, s.8-59.; RFOON, İnv.no: 342,s.20-107.; RFOON, İnv.no: 506,s.42-54.; ÖMÜRZAKOV-MUSIN; a.e.g., s.7.

Sporlar Hakkında Menfi ve Müspet Genel Görüşler:

1991 yılına kadar tarihte iki bağımsız devletleri olan ve bunların ömürlerinin ise toplam iki asır sürdüğü görülen Kırgızlar, diğer tarihi süreçlerde Türk devlet ve hanlıklarına, bazen de diğer kavimlere bağlı olarak yaşamışlardır. Bağlı buldukları bu devletlerin özellikle askeri kanadını oluşturmuşlardır²⁶. Bunun için olsa gerek her zaman milli kimliklerini yitirme endişesi taşımışlardır. Milli kimliklerini en iyi şekilde ifade eden atlı kültür ve kültürün ürünü olan geleneksel binicilik sporlarını korumayı bir gaye edinen Kırgızlar, bu gayenin milli kimliklerini koruma talepleri olduklarını ifade ederler²⁷.

Kırgız yazarlar bu spor yada oyunları; çok asırlık kültür ve medeniyetlerini koruyup gelen milli hazineleri olarak değerlendirirler, aynı zamanda halkın maddi ve manevi değerlerinin bütün sektörü olarak görürler²⁸. Bir başka Kırgız yazar; halkının "İsteddiği, dileği, umudu, sevinci, tasası, kahramanlığı, hürriyete ve eşitliğe, adalete ve hakikate doğru atılganlığı, mücadelesi ve her türlü karakteristik özellikleri bu oyunlara yansımış" deyip, söz konusu sporların muhtevisiyatını oluşturduğunu ve "Halkın terbiyevi güzel örnekleri, derin felsefi görüşleri oyunlarda görülebiliyor"²⁹ olduğunu bildirmektedir.

Rus yazarlar ise; "Kırgız yazarların bu sporların unutulacağı endişesini taşıdıkları için konuyla ilgili objektif değerlendirme yapmadıklarını; bunun içinde ilkel görünümde olan sporların devamında ısrar ettiklerini"³⁰ bildirirler. Bolşevik ihtilalinden sonra yapılan bu tür eleştirilere bir başka Rus yazarda katılmaktadır.

Söz konusu yazarn bir de SSCB: ideolojisi için oyunların riskli olduğunu; "bu sporların oynanış tarzında bağımsızlık hissiyatının yattığını gördüm" ifadesini kullanır ve bu sporların yasaklanmasını veya tamamıyla milli niteliklerinden arındırılmasını politbüroya rapor olarak sunar³¹.

Ekim (1917) devriminden sonra özellikle savaş karakterli veya sert mizaçlı oyun ya da sporlar, ilgili yazarlar tarafından menfi ve müspet yönde eleştiriler almaktadırlar. Günümüzde unutulmuş veya unutulmaya yüz tutmuş bu sporların devamından yana olan bir yazar; "hakiki değeri

²⁶ R.R.ARAT; "Kırgızistan" mad.İslam Ansiklopedisi, VI,s.251.; Ch. NUSUPOV; "Tarihten Dersler", (Çev. H.Karabaş); Anayurttan Atayurtta Türk Dünyası, Cilt:1, Sayı: 4, Eylül 1993, s.56 SARAY; ag.e.s.202.; E.D:SOKOL; The revolt of 1916 in Russian central Asia, Baltimore 1954,s99-142.; NUSUPOV; a.g.m., s.56.; Türkiye Dışı Türk Edebiyatları Antolojisi I, K.B. Yay../1480, Ankara 1993, s.49; B.HAYIT; a.g.e., s.30-41, 226-241.

²⁷ TOKTORBAYEV, a.g.e., s.3.

²⁸ Aynı eser aynı sayfa.

²⁹ ANAKULOV, a.g.e., s.3.

³⁰ SIMAKOV; a.g.e.,s.9

³¹ ROJDESTVENSKIY; a.g.e.,s. 3/4 .

bilinse, itibarına varılsa, sonraki nesillere paha biçilmez bir hazinedir"³² demektedir. 1925 yılından itibaren SSCB. Tarafından yasaklanan bu sporları fakir kesimin yaptıkları, zengin kesimin ise yapmadıkları bildirilir. Hatta zengin kesimin bu sert mizaçlı sporları, fakir kesimin yapmaları için ödül miktarını artırdıkları, dolayısıyla burjuva kesiminin proleterya sınıfının kanının akmasını zevkle temaşa ettikleri söylenir³³. Dolayısıyla sınıfsal kaygı uyandırdığı endişesi taşınır³⁴.

1936 tarihine kadar yasağa rağmen özellikle kırsal bölgelerde şu veya bu şekilde az da olsa yapıldığı görülen, bu tür sporlar hakkında menfi eleştirilerin arttığı görülür. Örneğin; SURAZAKOV'a göre bu oyunların devamında tarihi realite ortaya çıkmaktadır. ".düşmana karşı beraberce durmak, yardımlaşmak, beraber ölmek. vs."³⁵ der ve devamında bu sporları; " geleneksel toplumun kendi benliğini ifade etmedeki en önemli ideolojik vasıtası"³⁶ olarak görür. Kırgız veya diğer Türk kökenli yazarlar konuyu farklı şekilde ve yine menfi olarak oyunların kendi halklarına utanç verici, onur kırıcı, barbar vb. olduklarını, dolayısıyla artık yapılmamalarının daha iyi olacağını, hatta yazılı literatürlerde bile bu sporlara değinilmemesi gerektiğini kaydederler³⁷.

Sovyet döneminde bu denli menfi eleştirilen aslında; oyun ya da spor efnameından hareketle değil, bir ideolojik yaranma telaşı veya ideolojik tahammülsüzlükten kaynaklandığı söylenebilir. Çünkü, Sovyet döneminde Türk kökenli yazarların konuya bu açıdan yaklaştıkları; konuyla ilgili insafsız eleştirilerden, sisteme karşı bu tür endişe yaşadıklarının açık ifadesi olarak görülebilir. Halbuki aynı yazarların bağımsızlıktan(1990-1991) hemen sonra müsbet eleştiriler içine girdikleri, konuyla ilgili yazılarında net bir şekilde görülmektedir³⁸.

Diğer taraftan Sovyet döneminde konuya Rus kökenli yazarların menfi eleştirilerinin yanında müsbet eleştirilerine de rastlanır³⁹. Bu eleştirilerin ise söz konusu olan sporların tarihi ve ritüel kökenine inmede, oyunların eğlendirici ve çok yönlü olan fonksiyonlarını açıklamada, bireysel, ulusal ve uluslar arası faydalarını göstermede, Türk kökenli yazarlardan daha objektif bilgiler aktardıkları görülmektedir⁴⁰. Hatta o bilgiler, unutulmuş ve utulmaya yüz tutmuş bu sporların teorik ve pratik olarak her yönlü açıklanabilirliğin bu günlere gelmesinin belki de en bariz örnekleridir.

³² K.CUSUPOV; Kırgızdar, Kırgızdın Basması, Bişkek 1991, s.3.

³³ BETENOV-MUSIN; a.g.e.,s.134-136.

³⁴ SIMAKOV; a.g.e., s.7.

³⁵ Zikreden: a.g.e., s.12.

³⁶ S.SAIPBAYEV; Kırgız Oyundannın Pedagogikalık Maanisi, Mektep Yay. Frunze 1976, s.4-5.

³⁷ ANARKULOV;a.g.e.,s.4.;E.L.LVOV-I.V.OKTABARSKAYA-A.M.SAĞALAYEV- M.S.OSMANOVA; a.g.e.; ALÇIE, f.K1,op.2, No:1141, s.15,72,80.; RFOON, Inv.no:359, s.42-44,52-56.; SARALAYEV ve ark. s. 3.

³⁸ CUSUPOV.; a.g.e., s.3-4.; TOKTORBAYEV; a.g.e., s.3-4.; ALLAMBERGENOV; a.g.m., s.27.

³⁹ SIMAKOV;a.g.e.s.7-11.; SAĞALAYEV-OKTABARSKAYA;a.g.e., s.5-13

Söz konusu bu sporlara Sovyet ideolojisi tahammülsüzlük gösterse de, aslında bu sporlardan kendisini yenileyenlerin muhafaza edildiği, yenileyemeyenlerin ise kayboldukları anlaşılacaktır. Dolayısıyla konu hakkında bir yerleri suçlamakta anlamsızdır. Bunun yanında, konu ile ilgili uzmanlardan hiçbir şekilde oyun ya da sporların ritüel veya törensel kökeninin tarafları olmamaları, ilk ortaya çıkışı ve ilk gelişim sürecinin doğasına yönelen bakışın tarafsız olması, bilim teorisinin temellenmesi doğrultusunda kaynağını kendi karakteriyle doğru yansıtması beklenir. Şimdi bu doğrultuda, söz konusu sporlar popülerliğini yitirmiş oldukları tarihi süreç dikkate alınarak açıklanmaya çalışılacaktır.

Popülerliğini Yitirmiş Kırgız Geleneksel Binicilik Sporları:

a) Kız Oynok: İki ve daha fazla kız ve delikanlının at üzerinde ve atı zıplatarak birbirine yanaşıp, kızların erkeklerle elinde bir kap içinde bulundurdıkları sütü içirme, erkeklerin ise içme mücadelesi vermeleri şeklinde yapılmış bir oyundur. Oyunun kuralları arasında; karşı cinslerin birbirinden ayrı kabilelerden oluşması, zıplatma esnasında birbirine yanaşan kız ve erkeklerin göğüslerini temas ettirmesi, bu esnada kız ve erkek istediği biriyle eş değiştirebilmesi vardır⁴¹.

"Kız Oyno ve "Kız oynokto"⁴²da denilen bu oyun; XIX. Asrın sonlarına kadar küçük ve büyük çaplı bütün toylarda müzik eşliğinde ve düz bir alanda yapılmıştır. Bu tarihten sonra müstehcen yanı⁴³ bulunduğu ve oyun esnasında özellikle erkekler arasında çatışma olduğu için tamamıyla terkedilmiştir⁴⁴.

b)Kız Börü/Kız Kaçar: Çok iyi binici olan bir kız ve kızın peşinden koşturan çok sayıda delikanlı ile kaçma kovalama şeklinde cereyan eden bir atlı spordur. En iyi atı (külük/yürük) seçme hakkına sahip olan kız, 50-75 m. mesafeyle düz bir alanda erkeklerden önde durup, at aydocunun (atlı müsabakayı yöneten kişi) zurnagiciye verdiği işaretle yarış başlayıp, belirlenen

⁴⁰ ROJDESTVENSKIY; a.g.e., s.2-21.; PONOMARYEV; a.g.e.,s.140-151.; R.L.SOKOLOV; Fiziçeskaya kultura i sport v Kırgizi (1917-1963), Lenngrat- Moskova- Bişkek, 1981, s. 73-74.; MUSİN ve ark. ; a.g.e., s. 20-22.; ÖMÜRZAKOV; Fiziçeskaya kultura.... s.21-23.; YUDAHLIN; a.g.e., C,11,s.735

⁴¹ H.ARGİNBAEV; Natsionalnye traditsiyi i vera no otnoşeniya jinvoznovotçesta u Kırgızov, Moskova 1975, s.64.; H.KUSTANAEV; Etnografiçeskiye Osokennesti Kırgızov v royonah Perv i Kazalin, Taşkent 1894, s. 199.; SIMAKOV; a.g.e., s.155-177.; GRODEKOV; a.g.e.; 9-15.

⁴² Kelimenin anlamı için bkz. K.K.YUDAHLIN; Kırgız Sözlüğü (çev.A.Taymas), 3. Baskı, Cilt 2, AKDITYK. TDK Yay.: 121, Ankara 1994, s.604-605.

⁴³ Bu oyuna "erotik", "topluluk nikah kurumu", "cinsel totemizmin kalıntısı" vs. denildiği görülür bkz. SIMAKOV; a.g.e., s, 177.; ayrıca bkz.M:TÜRKMEN; a.t., s.85-87.

⁴⁴ S.M:ABRAMZON; "Tvorçestvo Kirgizkogo norada" Sov.Etnografiya, t.3, Moskova-Leningrad 1940,s.77-88.; ayrıca bkz. Tarih ve Etnografa açısından nevrüz, (Rusçadan Türkçeye Çev. Y.Pekcan-S.Öztürk), Boğaziçi İlimi Araştırmalar Serisi: 13,Ankara 1993,s.10-11.

mesafede (500-1000 m) kızı kovalayanlardan birinin kıza yetişerek eliyle dokunmasıyla sona eren bir yarıştır. Eğer kız belirlenen mesafede yakalanamaz ise kız, ya da bu mesafede ilk yakalayan erkek kimse o galip sayılmaktadır⁴⁵.

Kız börü⁴⁶'nün yanısıra "Kız kaçır"da denilen⁴⁷ bu binicilik oyununu yerli⁴⁸ ve yabancı yazarların⁴⁹ sık sık Kız Kovmay veya Kız Oynok oyunu ile karıştırdıkları görülür. XIX. asrın ortalarına kadar nişan ve düğün merasimleri esnasında damadın arkadaşlarının yardımı ile kız ve damat arasında ortaya çıkış amacına uygun olarak yapılan bu spor, bu tarihten sonra büyük toylarda yapılmıştır⁵⁰. 1930'lara kadar böyle devam eder ve bu tarihlerden sonra kıza yetişmek isteyen delikanlılar arasında çatışmalar olduğu gerekçesiyle tamamıyla terkedilir⁵¹.

c) Sayapker/Atçı/Atbakar/Seyis Sunuş: Aynı anlamlara gelen bu dört isimle de zikredilmesine rağmen daha ziyade, Sayapker Sunuş (Seyis Sunuş) ismiyle geçen bu spor, düz bir alanda müzik eşliğinde atlara birkaç türde yürüyüş (eşkin, yorga, tıns vb.) veya hareket (sağa-sola kaydırma, sıçratma, saydırma vb.) yaptırılmaktadır⁵².

El yahşisi (saygın kişi/Aksakal) denilen ve bu tür müsabakalarda olumlu ya da olumsuz itirazlarda en son noktayı koyan kişi başkanlığında oluşturulan jüri önünde teker teker alınan müsabıklar, bütün hünerlerini sergilerler. En iyi müzik ritmine uyan veya yürüyüş ya da hareket şekillerini en iyi sergileyen sporculara sınavıcılık⁵³ ünvanı ve ödül verildiği görülür⁵⁴.

⁴⁵ A.A.DİVAEV; "İgri v proşlıh Kirgızskoy molodgoji" Türkistan Bordoso Gazetesi, s.54, Ak-Car/ Taşkent 1907, s. 9-12.; L.P.POTAPOV; Oçerki noradnogo bita Tuvintsev, Akademiya Nauk, SSSR, Moskova 1969, s.27-31.; GRODEKOV; a.g.e. (Yurđıçeskiy bit) s.23.; A.TANİBEKOV; Kirgızdın Eldik Oyundan" Kirgızistan İlimler Akademisinin Sosyal Bilimler Bölümü El Yazılan Fonu, Inv. No:342, s. 78-81,104-106.

⁴⁶ "Börü" söctüğü için bkz.YUDAHİN; a.g.e., c.1, s.139

⁴⁷ L.P.POTAPOV; Drevniy obıçay, otrajayışiy pervobitnoobşinniy bit kočevnikov" Tyurkol, sbornik AN SSSR, 1955, No:1, s.170-176.

⁴⁸ M.TÜRKMEN; a.t., s. 80-84.; Y.TAYGA; a.g.e., s.17.; KUNTER; a.g.e., s.71

⁴⁹ S GEDİN; Putaşestviye..., s. 409.

⁵⁰ V.LİPSKIY; Po gornım..., s.307,341.; D.ÖMÜRZAKOV; Fiziçeskaya kultura i sport v Kirgızskoy SSR, Frunze 1956, s.208-210, 925.; D.ÖMÜRZAKOV; Kirgızkiye Natsionalıye..., s.4-9, 63.

⁵¹ ANARKULOVA; a.g.e., S.4

⁵² E.L.LVOV-I.V.OKTABARSKAYA-A.M.SAĞALAYEV-M.S.OSMANOVA; Güney Sibiryadaki Türkler'in Töreleri ve Dünyaya Bakış Açılırları, İnsan ve Toplum, Novosibirsk 1989, s.4-5.; ALÇİE, f.K1, op.2, No:1141, s.15,72,80.; RFOON, Inv.no:359, s.42-44,52-56.

⁵³ Sınavıcılık Kirgızlar'da çok gelişmiş bir atı tanıma sanatıdır. Bkz. CUSUPOV; a.g.e., s.602-605.

⁵⁴ RFOON; inv. No: 342, s.106-107

Tarihi 1700 yıl öncelere dayandığı bildirilen⁵⁵ bu spor, bugün uluslararası konkurlar içinde yer alan ve bir at terbiyesi yanşı olan **dressaj** ile sili bakımından tamamiyle paralellik göstermektedir. Ayrıca, yakın tarihe kadar Türkiye'de atlı cirit müsabakalarından önce, cirit oynayacak olan müsabıkların atlarına davul zurna eşliğinde, yine Kafkas göçmeni kardeşlerimizin Çerkez Mızıkası denilen müzik aletiyle atlara bu tür hareketler yaptıkları ve buna da "**At oynatma**" denildiği görülür⁵⁶.

XX.asrın başlarından bu tarafa yapılmadığı anlaşılan seyis sunuşun niçin yapılmadığı konusunda tatmin edici kayda rastlanılmamaktadır.

d) Cıvana Çarpışuu/Çıplak Çarpışma: Başta kalın keçeden başlık, teke derisinden bacağına şalvar (cırnak şim), ayağına kalın çizme giyen, kuşaktan yukarıları çıplak olarak, ellerinde eski gönden yapılmış özel kamçılarla birbirine karşılıklı vurularak yapılan çok sert ve riskli bir oyundur⁵⁷.

Kabile veya soy temsilcileri tarafından taktikler olarak atın dizgininden tutulup saha ortasına getirilen müsabıklar, El yahşisinin dualarını, cazgırın mani ve tanıtım faslı dinlendikten sonra, iki müsabıkın dizginleri kendi eline verilip müsabaka başlatılıyor. Çıplak vücuda kamçılar isabet aldıkça müsabaka şiddetleniyor. Çok ağır yaralanmalara rağmen kabilenin onuru ön planda olduğundan müsabıklar alandan çekilmezler. Bu durumda çok elim sonuçların olduğuna da rastlanılmıştır⁵⁸. Genellikle iki müsabıkın temsilcileri bir araya gelerek müsabıkları alandan çekerler. Diğer şekliyle atını seyircilerin içine sürerek kaçan veya ağır darbelerle atının üstüne ya da yere yığılan müsabık mağlup, diğeri ise galip sayılmaktadır⁵⁹.

Bu oyuna; müziğinin oluşu stili ve teknik açısından (çabukluk, beceri, saldırı, savunma vb.) paralellik gösteren "**Tomak**" adıyla bir oyunun, Osmanlı saray ve çevresinde takım halinde ve de sevilerek oynandığı görülmektedir⁶⁰. Tomak oyunu, kullanılan malzeme ve genel görüntüsü itibarıyla çıplak çarpışmanın geliştirilmiş hali denilebilir. Yine bu oyuna benzer bir oyunun, 1970 yıllarına kadar yaya olarak Binboğa Dağı⁶¹ civarındaki bazı ilçelerin (Afşin, Elbistan, Gökşun ve Sanz), kasaba ve köylerinde, her düğünde "**Tura**" adıyla oynandığını öğreniyoruz. Tura;

⁵⁵ ALÇİE;f.K1,op. 2, No: 1140, s.19.

⁵⁶ E.GÜLEÇ.; Türk Cirit Atı, Bilgi Müş.ve Müh.Neş.;Ankara 1998, s.13.

⁵⁷ D.ÖMÜRZAKOV-Y.MUSİN;Kirgizki Noradnie İgri, Frunze 1973, s.13.

⁵⁸ D.AYTMEMBETOV; Kultura Kirgizskogo norada vo vtoroy polovine XIX-naçale XX veka, Frunze 1967, s.28,37.; CUSUPOV; a.g.e., s.538.

⁵⁹ CUSUPOV; aynı eser aynı sayfa.; GREDEKOV: a.g.e, c.1. s.252-256.

⁶⁰ HAFİZ İLYAS AĞA; Tarih-i Enderun Letaif-i Enderun (Çev. C.Karya), Güneş Yay., İstanbul 1978, s.80.; KAHRAMAN;a.g.e, s.618.

⁶¹ Binboğa dağı ve yöresinde yapılan sporlar için bkz. A.R.YALMAN(YALGIN), Cenupta Türkmen Oymakları, C.11, K B Yay./256, Ankara 1993, s.233-530.

örme veya kendir gibi sicimleri 2-4'e katlayıp 70-80 cm uzunluğa getirerek eline alan sağmenlerin kız ve oğlan tarafı diye ikiye ayrılarak karşılıklı vurma-kovalama şeklinde oynanan sert bir spordur. Yine burada da kafaya vurmak yasak ve sadece sırta vurulmuş⁶².

1926 yılında Koşçu derneğinin girişimiyle yasaklanan çıplak çarpışma, 1930'lu yıllardan itibaren ülke düzeyinde tamamiyle yapılmaz hale gelmiştir.

e) Öpkü Çarpışuu/Ciğer Çarpışma: Kesilmiş atın iç organı olan, ak ve karaciğer ile bunları tutan kıkırdaksı hortum/larenks (soluk borusu= trachea) ele alınarak; üst tarafı çıplak olan binicilerin birbirine at üzerinde kaçma, kollama ve vurma şeklinde yapılan çok sert ve riskli bir oyundur. Tarihi, yapılışı, kuralı, ödülü ve her türlü özellikleri cıvana çarpışu ile aynıdır⁶³. Ancak, cıvana' da kafaya giyilen koruyucu öpkü de giyilmemektedir.

Büyük toy ve aşlarda oynanan öpkü çarpışu, adını bu iç organdan almaktadır. Prosedürler yerine getirildikten sonra iki rakip müsabakaya koyulur. İlk birkaç vuruşta ciğerler parçalanır ve sadece soluk borusu kalır. Kamçıdan daha sert ve sağlam olduğu söylenen⁶⁴ bu organ ile çarpışma sürer. Netice itibarıyla bayılan, kaçıp atını seyirciler arasına süren kişi mağlup, rakibi ise galip sayılır veya müsabıkla ağır yaralandığını gören kabile reisleri bir araya gelerek, at aydocuya müsabakayı bitirmesini söylerler ve çarpışmayı berabere bitirebilirler⁶⁵. 1926 yılında yasaklanan bu oyun, 1930'lu yıllardan sonra sadece adı kalmıştır.

f) Sayış/ Süngüleşme: Özel zırh veya kalın keçelerle üst giyinmiş, başında kasğı olarak özel antrenmanlı müsabıkla at üzerinden karşılıklı birbirlerine süngülerle vurma ve düşürme mücadelesi şeklinde yapılan bir savaş talimi oyunudur⁶⁶. Zamanla ölümlerinde olduğu görülen bu oyun, Er sayış (Erkeklerin sayışı) ve Ayel sayış (bayanların sayışı) diye ayrılmaktadır. Bay ve bayan için bütün kural ve kaideler ile kullanılan teçizatlar aynıdır. Sadece bayanın üzerindeki giysilerin biraz daha hafif olduğu belirtilir⁶⁷.

⁶² Bu bilgi ; 14 Eylül 1999 tarihinde K.Maraş ilinin Afşin ilçesine bağlı Binboğa Köyü'nden "Boz Memmet" lakabıyla tanınan ve eski bir şalvar güreşçisi olan, bir dönem köy muhtarlığı yapan ve şu anda köy bekçisi olan Durdu oğlu 1936 doğumlu Mehmet ÖZDEN'den canlı söyleşiyle elde edilmiştir.

⁶³ BETENOV-MUSIN; a.g.e., s.134-137.

⁶⁴ CUSUPOV; a.g.e., s.539.

⁶⁵ GREDOKOV; a.g.e., s.205.; SEMENON-P.P.TYAN- SANSKIY; "Pervaya poezdka na Tyan-Şan i nebsny brebt do- verhoryev reki Yaksart ili Sırdaryı...v 1857 g." Vestnik imp. Ruskogo geogr o-va, SPb. 1958, c.23 otd. II, s.23.252.; B.S.BORNEVSKI; a.g.m. s.43.

⁶⁶ ROJDESTVENKIY; a.g.e., s.11-12.

⁶⁷ CUSUPOV; a.g.e., s.547.; Sayış'ta iki ölüm olayına tanık için bkz. ROJDESTVENSKIY; a.g.e, s.12.

Bay ve bayan ayırmaksızın bu sert ve riskli oyunun genel adına XIX. Yüzyıl kaynaklarından bazılarında "saiş"⁶⁸ denildiği görülür. Harf ve kelime benzerliğinden olsa gerek, bunu "seyis" diye çevirenlerin, yine sayış oyunundan bahsettikleri anlaşılır⁶⁹. Sayışın bir benzeri; bunun tarihi ve asıl amacına uygun olarak, fakat takım halinde oynanışı, malzeme kullanımı bakımından biraz farklı olan "**Mızrak Oyunu**" adıyla Osmanlı saray çevresinde görülmektedir⁷⁰. Yine, Osmanlı sarayında ve coğrafyasında yaygın olan, günümüz Türkiyesinde de varlığını sürdüren "atlı cirit" 'in amacı ve tarzı bakımından sayışın tekamülü görüntüsündedir.

Devrim sonrasında itibaren menfi eleştiriler alan sayış, eski popülarlığını yitirmesine rağmen bağımsızlık sonrası resmi toylarda (en son Manas kutlamalarında 17 Ağustos 1995) sembolik olarak yapıldığı görülür.

g) At Toppi Oyondo/Atla Top Oynamak: İkişerli veya en fazla dörder kişilik takımlarla at üzerinde elle oynanan bir oyundur. Terminolojik ve tarihi verilerden yola çıkılarak, bu oyunun XVII. yüzyıl Kırgız ve diğer Yenisey Türk kabilelerinde; içi doldurulan veya şişirilen kuzu derilerinden meydana getirilen top ile karşılıklı paslaşarak, bir ağaç bedenine veya başka bir duran cisme iki adam boyu asılan halkanın ortasından geçirmek şeklinde oynandığı belirtilen bir binicilik sporudur⁷¹.

XVIII.yüzyıl verilerine göre at topi; içi yumuşak maddelerle doldurulan her hangi bir deri ile yüzü kaplanarak top şekline getirilmiş bir cisimle aynı şekilde oynandığı belirtilir⁷².1950'li yıllardan itibaren voleybol, basketbol, futbol ve hentbol topları ile açık bir alanda ve özellikle basket potaları tercih edilerek oynandığı görülür. 1960'lı yıllardan sonra genellikle hentbol topu ve açık alana özel toprak zemini ile hazırlanmış ve özel dikilmiş basketbol potaları arasında oynandığı netleşmektedir⁷³.

Geçmişte ve günümüzde, Kırgızlar ile birlikte diğer Türk halklarında da yaygın olmayan bu spor, Kırgızistanın sadece Doğu Türkistan ile sınır bölgelerinde⁷⁴ çok azda olsa oynandığı görülür.

⁶⁸ E.A.ALEKTOROV; "Parzdniçniye razvleçeniya i Kırgızov" Ovenburg Listesi, 1888, no: 42.

⁶⁹ Tarih ve Etnoğrafya Açısından Nevruz, aynı çevirmenler, s.24, üçüncü paragraf.

⁷⁰ HAFIZ İLYAS AĞA; a.g.e., s.77-78.; KAHRAMAN; a.g.e, s. 613.

⁷¹ D.O.ÖMÜRZAKOV- M.K. SARALAYEV; Kırgızskiye natsionalniye vidi sporta i nordnye igrı; Kırgızistan Yayınları c 64, Frunze 1981, s.18.

⁷² N.I.PONOMAYEV; Vozniknoveniye i pervonacalinoe razvitiya fiziceskogo vospitaniye, Moskova 1973, s. 150.

⁷³ A.ABDİKALIKOV; Yeniseyskiye Kırgızı v XVII veke, İlim Yayınevi, CCP Kırgızistan İlimler Akademisi UmumiTürkoloji ve Dungaloji Bölümü, Frunze 1968,s.16-28.

⁷⁴ Türkiye dışı Türk toplulukları içerisinde Kırgızistan'ın dışında bu oyun sadece, Doğu Türkistan'da oynandığı görülür. Bkz. A.RAHMAN; Uygur Folkloru, (Çev.S.Yalçın-E.Emet), KB Yay.:1955, Ankara 1996 s.174.

h) Çevken: Kırgızistan'ın güney doğu (Pamir Dağı etekleri) bölgeleri ile Afganistan'da bulunan Kırgızlar tarafından günümüz "polo" oyunlarıyla aynı stilde oynanan bir takım sporudur. Yine VIII. yüzyıl Fergana vafdisinde çok sevilerek "**pulu**" adıyla erkeklerin oynadığı görülür⁷⁵. XIX. ve XX. yüzyıllarda Narın ve Talas bölgelerinde de oynandığına rastlayan etnograflardır⁷⁶. Kırgız spor tarihçileri veya geleneksel sporlarla ilgili araştırmacılar, çevken adından çok nadiren bahsetmektedirler.

Oyunun 1972 yılında Frunze (Bişkek) de oynandığından bahseden araştırmacılar, o tarihe ait bir de resim bulundurmaktalar⁷⁷.

Aynı oyun aynı tarzlarla ve çevgen çöğen, çevgan, çövgen vb. isimler altında Karahanlı, Gazneli, Hindistan Türk Devletleri, Osmanlı ve özellikle Selçuklu Devletleri'nde saray çevrelerinde oynandığı bilinmektedir⁷⁸. Evliya çelebi bu oyunun halk arasında oynandığını da bildirir⁷⁹. Çevken/polo oyunu 1972 yılından bu tarafa Kırgızistan'da oynanmamaktadır.

ı) Aygır Carış: Dört yaşına gelip, iğdiş edilmeyerek daha ziyade damızlık için kullanılan erkek atlarla "uzun dörtnal" ya da uluslar arası adıyla "açık sprint" sitilinde yapılan yarışır. Stat veya açık bir alanda ve saatin tersi istikametinde koşturulan bu yarış, sadece bayan binicilere özgüdür. Asgari beş ve azamisinde sınır olmayan, çok iyi binici olan bayanlar toy gününden önce belirlenmiş olan mesafeyi (1 km ile 2 km arası) koşarlarken, kesinlikle atlarına sürüklenme (yani; sprint dışında kısa dörtnal, yorga tıns vb.) yaptırılmazlar. Yaptıran olursa diskalifiye edilmektedir⁸⁰.

1100 senelik bir geçmişi olduğu bildirilen bu spora "Aygır çabış" da (Aygır Koşturma) denilmektedir⁸¹. Son yıllarda yerini kız ve kelin yarışlara bıraktığı için eskisi kadar yapılmamaktadır. Sadece kırsal bölgelerdeki büyük toyların ikinci gününde aslına uygun olarak orta yaşlardaki (30-50 arası) bayanların nadiren yaptıkları görülmektedir.

⁷⁵ ALÇİE; f.K1, op.2, no: 01140, s. 58,60,111.

⁷⁶ RFOON.; İnv. No. 342, s. 106-107

⁷⁷ ÖMÜRZAKOV- SARALAYEV; a.g.e., s.63 (bkz. Resimler bölümü, sondan üçüncü resim)

⁷⁸ İ.YILDIRAN; Tarihi Kaynakları Açısından Türk Spor Kültürü, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yayınlanmamış master Tezi, Ankara 1986, s.65-69.; M.TÜRK-MEN; a.t., s.191-200.

⁷⁹ EVLIYA ÇELEBİ; Seyahatname (Gördüklerim), (seçen ve açıklamalar yapan. N.Özön), İnkılap Yay., İstanbul 1992, s.423-424.

⁸⁰ CUSUPOV; a.g.e., s.549.

⁸¹ S.N.AKATAEV; "Zorostrizm i pokloneniye otsom kazahov v proşlom", Kazakistan Sosyal Bilimler Dizisi, 1973, no:2, s.43-49.; REON; İnv.no: 506, s.32-35.; CUSUPOV; aynı eser aynı sayfa.

j) At Çaa Cooluktu Almay/At Koşturup Eşarp Atmak: İki veya daha çok sayıda kişilerin cinsiyet ayırmaksızın düz bir alan yada hipodromlarda sabit bir yere asılı olan eşarbi (cooluk) atla alıp kaçma-kovalama şeklinde yapılan bir binicilik oyunudur. 5-10 kez tekrarlanarak en çok eşarbi alarak kaçan ve yakalanmayan kişinin galibiyeti ile neticelenen bu spora, kısaca "cooluk almay" da denilmektedir. Hipodromlar da start ve finiş mesafesinin tam ortasına bir adam boyu dikilen sığın tepesine konulan eşarbi alarak finiş çizgisine kadar yakalanmaması için gayret gösterilir. Büyüklerin atlarla yaptığı bu oyunu küçüklerin eşek, katır, tay ve yak vb. refleksi daha düşük hayvanlarla yaptıkları görülür⁸².

Türkiye de ve bir çok ülkede yaya olarak çocukların yapmış oldukları "mendil kapmaca" oyununun bir nevi atlı yapılı olan cooluk almay, her türlü toy ve yağ merasiminde yapılmaya devam edilmektedir.

k) At Sekirtmey/Atı Uçurumdan Atlamak: Düz bir alana 2-4 m. genişliğinde ve 1-3 m. derinliğinde eşilmiş çukurlardan veya bu ölçülere yakın uçurumlardan, geriden hızla sürülen atı atlamak şeklinde yapılan bir spordur. "Car Sekiru" da denilen ve hipodromda yapılmayan bu yarışta, atını 9 tekrar içerisinde en kusursuz ve en uzağa atlatacağına göre derecelendirme yapılmaktadır⁸³. Artık bu sporlar Kırgızlarda eskisi kadar yaygın değildir.

l) At Üstünde Oynoo/At Üzerinde Akrobatik: Katılımcı sporcu sayısında bir sınırlama olmayan, 50-100m. mesafeler arasında koşan at üzerinde her türlü göze hoş gelen binicilik marifetlerinin sergilendiği bir spordur. Hem ferdi hem de takım halinde de yapılmaktadır. Örneğin; Bir binici bir atla her türlü gösteri yapıp marifetlerini sergilerken, iki atı birden kullanarak birinden diğerine veya her ikisine birden elleriyle yada ayaklarıyla dikili olarak hareketler sergileyebilmektedir. Yine üç binici iki atla, dört binici iki ya da üç atla bir çok gösteriler sergileyebilmektedirler.

Aynı kabile ve aynı yörelerden olan biniciler yaptıkları marifetlerin zorlukları ve çeşitleri dikkate alınarak, ferdi ve takım dereceleri jüri tarafından belirlenmektedir. "**Cigitovka**" da (yiğitleme/yiğitcesine) denilen bu spor, düz bir alanda ve özellikle son 50 yıldır hipodromlarda, büyüklü-küçüklü her türlü toy ya da yas (yağ) merasimlerinde yapılmaktadır⁸⁴. Türkiye'deki atlı cirit müsabakalarında binicinin "kolan boşaltma" tekniğinden çok daha meziyetli gösterilerin olduğu bu sporun aynısı, Osmanlı şenliklerinde yapıldığı ve bu tür at üzerinde gösteri yapanlara "**parandebazlar**" denildiği görülür⁸⁵.

⁸² ANARKULOV; a.g.e., s.187.; TOKTORBAYEV; a.g.e., s.7-8.

⁸³ ANARKULOV; a.g.e.,s.184.; Bu oyunun tarihi için bkz. ALÇİE, f.K1,op.2,no:1143, s.68-71

⁸⁴ ÖMÜRZAKOV- SARALAYEV; S.62.; ANARKULOV; a.g.e., s.185.

⁸⁵ T.REYHANLI; İngiliz Gezginlerine Göre XVII.Yüzyılda İstanbul'da Hayat, KTB Yay. :554,Ankara 1983,s.65.; GELİBOLULU MUSTAFA'ALI; Cami-u'l Buhur Der Mecalis-i Sur, (Ediksiyon Kritik ve Tahli A.Öztekin), AKDITYK.TTK. Yay., Ankara 1996, s.55-56,224-225

m) At minip Kubalaşuu/At Binip Kovalaşma: Dört ve üzerinde olan binicilerin kaçma-kovalama türünde yaptıkları bir spordur. Cinsiyet ve yaş ayırımının yapılmadığı bu spor, daha ziyade küçük yerleşim yerlerinde (köy, kasaba, yayla obalarında vs.) küçük çaplı toylarda veya boş zamanlarda yapılmaktadır. Bir araya gelen grup önce iki denk gruba ayrılır. Gruplardan biri kaçan ve diğeri kovalamak üzere iki kişi çıkar. Kaçan yakalandığı takdirde roller değişir ve oyun böyle devam eder, mesafe sınırlamasının olmayıp alan sınırlamasının olduğu bu sporda, çabuk yakalayıp geç yakalananlar galip tersi durumda mağlup sayılmaktadır⁸⁶.

Kırgızistan'da küçük çocuklar bu oyunu eşek, poni atlar, deve vb. hayvanlarla oynamaktalar⁸⁷. Bu şekilde oyun, Türkiye'de çocukların "elim sende" veya "elim kaldı" adıyla yaya oynadıkları oyuna benzetilebilir.

n) Tay Carış: 9-14 yaş arası kız ve erkek çocukların 12-24 aylık at yavrularıyla uzun dört-nal stiliyle yaptıkları yarışır. Dişi veya erkek farketmeyen bu taylar, ileride iyi külük (yarış atı) ve çocuklarda iyi binici olabilmeleri amacıyla yapıla gelmiş bir spordur. Taylar, 1-2 km. uzunluğun da düz bir alan veya hipodromlarda koşturulur. Aile ve kabile reisleri için çok büyük önem arzettiğinden taylara ve çocuklara, aylar veya günler öncesinden her an bir müsabaka olabilir düşüncesiyle antrenman yaptırılır. Yarışa katılacak olan tayların yaş kontrolünü eskiden sinayıcılar, şimdilerde ise bunların yerine yarış alanında görevli veterinerler yapmaktadır⁸⁸. Bu yarışta derece yapan tay külük olduğunu (ileride bir yarış atı olacağını), binicisinin de ciğit (yiğit/iyi bir binici olacağını) olduğunu ispatlamış olur. Ayrıca, Kırgızistan da 100-150 m mesafeyle 5-10 yaş grubu çocuklara yaya olarak yaptırılan koşulara da "tay carış" denilmektedir. Fakat bu yaya yarışları Kırgızlar için atlı yarışlar kadar hiçbir zaman önem arzetmemiştir⁸⁹.

"Tuşo kesü" (köstel kesme/ilik adım), "beşik zihny" (erkek çocuklarının doğduğunda), "kabur ata" veya "yılık ata" vb küçük toylarda, ayrıca "toy baslav" yani; büyük toyların başladığı ilk gün ve hemen açılışından sonra tay yarışları yapılır⁹⁰.

o) Kunan Çabuğ/Kunan Koşurma: İki yaşını bitirip üç yaşına basan erkek ata "Kunan"denmektedir⁹¹. Bu atın açık dört nal silli ile, 1200-3000m. mesafelerle, daha önce tay yarışlarında derece elde eden 11-15 yaş grubu kız veya erkek binicilerin katıldığı bir spordur. Yarış düz bir alanda veya hipodromlarda tur sistemiyle, büyük ve küçük tayların hepsinde ve genellikle

⁸⁶ ANARKULOV; age., s.184.

⁸⁷ a.g.e aynı sayfa.

⁸⁸ TOKTORBAYEV; a.g.e., S.82.

⁸⁹ a.g.e aynı sayfa

⁹⁰ B.R.ZORIKTUYEV;" Novaye i tereditsionnoye v material noy kulture noradov Buryati" GBHGK, Ulan-Ude1983, s.65-71

⁹¹ YUDAHİN; a.g.e., c,II, s.521.

le toyun ilk gününün öğle sonrasında yapılmaktadır. Bu müsabakalarda derece yapan kunan ve binicileri halk arasında yapılan "at çabış/at yarış" sporlarına katılma vizesi almış sayılmaktadır⁹².

ö) Sürüklenme: Atın her türlü yürüyüş ve koşu stiline (tırs, açık ve kapalı dörtnal, eşkin, rahvan vb.) serbest olduğu ve 50-500 km. gibi çok uzun mesafeler arasında yapılan ve bazen günler süren bir spordur⁹³. "At çabış" da denilen bu spor; daha önceleri yarış-geliş şeklinde (belirlenen mesafenin %50si gidiş-%50si geliş) yapılırken⁹⁴,sonraları gözcüler veya binicilerin hilesi oluyor nedeniyle toy alanından uzak bir bölgede toplanan müsabıqların, binici ve at değiştirmeden toyun olduğu istikamette yol alıp, temaşa alanında bitirilmesine dönüşmüştür. Sürüklemeye atların dört, binicilerin 19 yaşını doldurmuş olmaları şartı aranır. Bunun dışında sürüklemeyi diğer mesafe koşularından ayıran en büyük özellikler; koşuya tamamlayan her biniciye ödül verilmesi ve dereceye girenlere verilen ödülün çok yüksek olması⁹⁵, koşucuların toyun en son gününde alana girecekleri şeklinde ayarlanması, müsabıqların sadece Kırgız kabilelerinden değil Kazaklar-Türkmenler vb.'lerden oluşmasıdır⁹⁶.

Nevruz kutlamalarında mutlaka yapılan sürüklemenin en güzellerinden biri Manas'ın1000.yılı kutlamalarında; 26 Ağustos 1995 sabahı Türkmenistan'ın başkenti Aşkabat'tan start alan atlar, 29 Ağustos 1995 öğleden sonra saat 15'de Kırgızistan'ın Talas'a gelmeleriyle yapılmıştır⁹⁷. Bu yarışın aslında en az bir gün ve dokuz saatlik, en çok ise 17 günlük mesafelerle yapıldığı⁹⁸; uzun süredir Kostaniev, Yumut ve Ton/ Don gibi çok dayanıklı olan bozkır Türk atlarının değişik nedenlerle ellerinden alındığı için⁹⁹, bu tarihlerden sonra mesafelerin azaldığı görülür¹⁰⁰.

Bu bağlamda bakıldığında; Osmanlı şenliklerinde yapılan yarışlardan mesafe bakımından farklı, ödüllerin çokluğu ve yarışı tamamlayan har ata verilmesi bakımından ise paralellik görülebilmektedir¹⁰¹.

⁹² TOKTORBAYEV; a.g.e., s.78-79.; ANARKULOV; a.g.e., s.186.

⁹³ Atın her türlü yürüyüş stiline serbest olmasına, durmasına dinlenmesine birilerinin yardımına ihtiyacı olduğunun vurgulanmasından adını sürüklenme diye aldığı görülür.bkz.YUDAHİN;a.g.e., s. 672-673.

⁹⁴ ALEKTOROV; aynı liste aynı numara.

⁹⁵ Ödüllerin miktarı konusunda bkz. BEKTENOV-MUSİN; a.g.e., s.10

⁹⁶ BEKTENOV- MUSİN; a.g.e., s. 9-20.

⁹⁷ Bu programda atların İstanbul'dan çıkıp, Kırgızistan'ın Talas kentine kadar yürümesi kararı alınmıştı. Türkiye bu uzun yola dayanacak atların olmadığı gerekçesiyle programdan çekildi. M.TÜRKMEN; a.t., s.110

⁹⁸ 17 günlük yarışların daha ziyade Manas Destanı'nda olduğu gibi "epos sözlerle" ifade edilir. Bkz. Manas II. Kitap, 1 Bölüm, Kırgızistan Devlet Yay. Frunze 1958, s.65-69.

⁹⁹ Tafsilat için Bkz. Ö.GÜNDOĞDUEV; "Türkmenskiye argamaki na Russi", Veçerniy Aşgabat Gazetesi, 23 Nisan 1993, no: 77.

¹⁰⁰ BEKTENOV-MUSİN; a.g.e., s.9. ; CUSUPOV;a.g.e.; s.602-603.

¹⁰¹ Ö.NUTKU; IV.Mehmet'in Edirne Şenliği (1675), TTK.Yay.Ankara 1987, s.106.; İ.YILDIRAN a.g.m.,s.48.

p) Cırğa Tartuu: "Dadanmak-alışmak-lezzetlenmek" anlamlarına gelen "**Cırğa**"¹⁰² ile "Ölçmek-sınamak- denemek" anlamlarını ifade eden "**Tartuu**"¹⁰³ kelimelerinin bileşimiyle adı konulan bu spor; kadın- erkek ayırmaksızın her yaştaki insanlar ile at üzerinde ve elde alıcı kuş- la avcılık araştırmaları tarzında yapılan ve çok yaygın olan bir spordur¹⁰⁴.

İki ve daha fazla **münüşkörlerin** (alıcı kuşla avcılık yapan kişi) ellerinde bükrütlerini (kartal) ve yanlarına şakirtlerini (yardımcıları) alarak geniş bir alana çıkarlar. 100-150 m. mesafeye gi- den yardımcıları ellerinde ipe bağlı olan, herhangi bir avlanan hayvan veya parçasını verilen bir işaretle çekmeye başlarlar. At üzerinde ve elinde kartalları ile hazır bekleyen avcılar, çekme es- nasıyla birlikte kartalların kafasına geçirilmiş olan tomogo'larını çıkarırlar. Yardımcının yerde sü- rüklediği parçaya kartallardan hangisi önce varıp alırsa; bu durumda " kartal çağırışa geldi" de- mektir. Çağırışa gelen kartalların sahibi puan almış olur. Bu böyle devam eder ve en çok çağır- şa gelen, diğer bir deyişle en çok tartan kartallara göre galipler belirlenir¹⁰⁵.

Kırgızlar da genellikle kartallarla yapılan bu spor, bazen doğan, şahin vb.alıcı kuşlarla da ya- pılabilmektedir. Alıcı kuşla avcılığın bütün tarihi Türk Devletlerinde çok yaygın olduğu bilinmek- tedir¹⁰⁶. Hatta günümüzde özellikle Doğu Karadeniz Bölgelerinde bu tür geleneğin atmaca bes- leyerek devan ettiği de görülebilmektedir. Bu tür avcılık Kırgızlarda da çok yaygındır. Fakat, cır- ga tartu gibi yarış özelliği taşıyanına başka bölgelerde rastlanılmamıştır.

r) Ukuruk Salmay: Üzerinde ilmikli kemendi olan uzun bir sınıkla yıllık sürülerinden at ya- kalama yarışdır¹⁰⁷. Düz veya engebeli bir arazide, 3-4m. uzunluğundaki bir sınığın ucuna bir metre arayla düğümlenen ipi, binili atın üzerinden kaçan ata yaklaşarak atıp geçirmek suratiyle (kement atma tarzında) yapılan bir yarıştır. İki ya da daha fazla biniciler arasında cinsiyet ve yaş ayrımı yapılmaksızın yapılan bu yarış, aslında Türkler'in en eski bir at yakalama sistemidir¹⁰⁸.

At sürülerinin bulunduğu her yerde oynanmakta olan ukuruk salmay da, yarışarak kişilerin önce sıralaması belirlenir. Atlarına binili ve ellerinde ipli çubuklarıyla (ukuruk) önceden belirlen- miş sürü içindeki atları sırasıyla yakalamaya koyulurlar. Oyun, hareket kabiliyeti düşük hayvan- larla (eşek, deve, katır vb.) küçük çocuklar arasında da oynanmaktadır¹⁰⁹.

¹⁰² YUDAHİN; a.g.e., C.1, s.212

¹⁰³ a.g.e., C II, s.711

¹⁰⁴ CUSUPOV; a.g.e., s. 605-607.;BEKTENOV-MUSIN; 60-65.

¹⁰⁵ ÖMÜRZAKOV- MUSIN; a.g.e.,s.33-35.; SAİPBAYEV; a.g.e., s.39-40.

¹⁰⁶ KUNTER; a.g.e., s.66.; KAHRAMAN; a.g.e., s.191-231.

¹⁰⁷ YUDAHİN; a.g.e., C.II, s.781.; Ayrıca, bu ukuruk kelimesi Divanü-Lügat-it- Türk'de "Ukrük" diye geçer. Bkz.C.1, s.100, C.II, s.215.

¹⁰⁸ ALÇİE, İ.K1, op. 1, no: 1141, s.16.

¹⁰⁹ ANARKULOV; a.g.e., s.190.

Ayrıca, bugün Kırgızistan'da 7-13 yaş arası çocukların "arkan menen çalma çaluu" diye oynadıkları bir oyun vardır. Bu oyun; yere çakılı bir kazığa, 10-15 m. mesafeden yaya olarak yerden kement atma yarışdır¹¹⁰. Bu oyun, diğer oyunların bir çoğunda olduğu gibi ukuruk salmanın bir nevi ön eğitimi görünümündedir.

SONUÇ

Bu araştırmada, popülerliğini yitirmiş 18 adet Kırgızlar'ın geleneksel (binicilik sporları orijinal adları ve kısaca kurallarıyla birlikte incelendi. Bunlardan günümüzde yapılmayanları tarihten kayboluş süreçleriyle kronolojileştirildi. Günümüzde az da olsa yapılanlar ise alfabetik olarak sıralandı ve şu sonuçlara varıldı:

- Bu spor ya da oyunların Türk Bozkır hayat tarzına göre ortaya çıktıkları; dini, iktisadi ve askeri yapı ve yaşayışa göre şekillendikleri ve bu tür karakter arz ettikleri; aynı zamanda dini, sosyal, ekonomik ve askeri merasimlerin bir parçası oldukları; konar-göçer bu halkın boş zamanlarını değerlendirdikleri; katılımcılarına zevk ve neşe verdikleri; bu şekilde oyunların gelişme gösterdikleri; sosyalleşme sürecine ve sosyal bütünleşmeye katkıları oldukları; her yönüyle milli tarz ve milli nitelikler gösterdikleri; bu yönüyle milli kimlikleri korumada etkili oldukları ve dolayısıyla çok yönlü fonksiyonları yerine getirdikleri görülmüştür.

- Atın tarihi rolünü yitirmesi, sosyo- ekonomik ve sosyo -kültürel şartların değişmesi veya gelişmesi, köklü siyasi ve idari değişikliklere uğranması vb. nedenler, oyunların bu çok yönlü fonksiyonlarından bazılarını ve hatta bir çoğunu yitirmesine etkili olmuştur. Ayrıca, Sovyet ideolojisinin tahammülsüzlüğü ve bu ideolojiye yaranma veya tutunma telaşı yaşayan ilgililerin oyunları menfi olarak değerlendirmeleri; Sayış, Cıanaç Çarpışuu ve Öpkö Çarpışuu gibi sert ve savaş karakterli sporların iptidai görünümünü, Kız Oynok ve Kız Börü'nün erotik veya mühtehcen yanlarını atmadıkları ve kendilerini yenileyemedikleri için terk edildikleri anlaşılmıştır.

- Bunların dışında kalan sporların unutulmaya yüz tutmaları ve az yapılır olmalarında, aynı veya benzeri nedenlerin rolü gözükümüştür. Ayrıca, 1936 yılına kadar Kırgızistan'ı bir hayvancılık deposu olarak gören Sovyetler, bu tarihten sonra politikasını değiştirip özel mülkiyeti kaldırması ve Kırgızlara ait atları alarak Ferma veya Kalhoz denen çiftliklerine koyması; söz konusu sporların günümüzde aktif olarak yapılan diğer geleneksel sporlar gibi geliştirme perspektifleri içine alınmamasının da etkili olduğu görülmüştür.

- Kırgızların bu sporlardan dokuz adetinin Türkiye de varyantlarına rastlanırken, diğer dokuzunun rastlanılmamıştır. Bunlardan Çevken hariç, hiç birisinin geçmişte ve günümüzde her yönüyle benzerine rastlanılmamıştır. Varyantlarına rastlanılan sporların (Sayış/Cirit, Cıanaç Çarpışuu/Tomak örneğinde olduğu gibi.) Büyük Asya ya göre Türkiye de tekamül gösterdikleri anlaşılmıştır.

¹¹⁰ TOKTORBAYEV; a.g.e., 95-96.

- Varlığını mütevazı bir şekilde sürdürmekte olan bu sporların çok çeşitli ve çok yönlü olması, her yaş ve her cinsteki insanlara hitap ettiğini ve kadın unsurunun da ağırlıkta olduğunu göstermiştir. Dolayısıyla bu kategoriye giren sporların konuklardan çağdaş manada geride olmadığı gibi çok yönlü oluşu ile de dikkati çekmiştir. Uluslararası düzeyde biniciliğe olan talebin fazlalığı hatırlanır ise; bu bağlamda söz konusu sporları önce milli, ardından milletlerarası düzeye taşıma gayretlerinin artırılması önerilebilir.

KAYNAKLAR

1. ABDİKALIKOV,A.; **Yenişeyskiye kurgizi v. XVII veke**, ilim yay. CCP Kırgızistan ilimler akademisi umumi Türkoloji ve Dunganoloji bölümü, Frunze 1968.
2. ABDÜLAZİZ BEY; **Osmanlı Adet, Merasim ve Tabirleri (Adat ve merasim-i Kadime, Tabirat ve Muamelat-ı Osmanlıye)**, İkinci Kitap. (Haz. K. Arsan- A. Günay), Belgesel 4, Tarih Vakfı Yurt Y, 49, İstanbul 1995.
3. ABRAMZON, S.M.; **Tvorçestvo kirgizskogo naroda**, Sov. Etnoğrafiya,t (c.) .3, Moskova- 1990
4. ABRAMZON, S.M.; **Oçerki kulturi kirgizskogo naroda**, Frunze 1946
5. ABRAMZON, S.M.; **Etnografiçeskiye syujeti v kirgizskom epose "Manas"** Sov. Etnografiya, no:2, 1947
6. ABRAMZON, S.M.; **Kirgizi i ih istoriko- kulturniye i etnogenetiçeskiye svyazi**,
7. ABRAMZON, S.M. **Rojdeniye i detstvo kirgizskogo rebenka (iz abıçayev i obryadov Tyan- Şanskıh kirgizov)**, t.XII, Sb.MAE AN. SSSR,1949
8. ABRAMZON,S.M.; **"Certi voennoy orgnizatsli i tehnikl u kirgizov (po istoriko-etnografiçeskım dannıml matorialam epose " manas")"**, Trudi in-ta yazıka, lıtaratüri, istorii king. Filiala vip.1, AN SSSR, Frunze 1945
9. ABRAMZON,S.M.; **"svadepniye obıçal kirgizov pamıra"**, Trudi in-ta istorii, arheol. i etnogr. AN Tadj.SSR, Duşanbe 1960.
10. ABRAMZON,S.M.; **Kirgizi i ih etnogenetiçeskite i istoriko- kulturniye svyazi**, Frunze
11. AKMATALİYEV, A., **Baba saltı- Ene Adedi**, Balasagın, Bişkek 1993.
12. ALÇİE (Arhiv Leningrat çastı İE AN SSSR) f.K1,op.2,no:1140-1144.
13. ALEKTOROV, E.A., **"Prazdniçniye rozvleçniya i İgri Kirgizov"**, O. L., No: 42, 1888.
14. ALLWORT; **Central Asısa; A Century Of Russian Rule**, London 1967.
15. ALPMAN, C.; **Eğitim Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi**, MEB. Basımevi, İstanbul 1972.
16. ANARKULOVA, H., **Kırgızistan El Oyuntarı**, Bişkek, 1991.
17. ARAT,R.R.; **"Kırgızistan"** mad. İslam Ansiklopedisi, VI,s 251.
18. AYTBAJEV,M.T.; **İstoriko- kulturniye svyazi kirgizskogo i russkogo narodov (po metarialam İsisık-Kulskoy oblasti Kirg.SSR)**, Frunze 1957.
19. AYTMBABETOVA,D.; **Kultura kirgizskogo narog-do ve vtoroy polovine XIX- naçale XX veka**, Frunze 1967.
20. AYVAZ, H.; **"Dünya Basımından"** (İngilterede çıkan "Your Horse" dergisinden naleden), Küheyılan (At Sevgisi ve Binicilik Dergisi), Sayı: 8, Mayıs-1998.
21. BARTHOLD,V.V.; **Kirgizi**, Frunze 1943.

22. BASENOV, T.K.; **O soorujeni i Taş-akır, İzv. AN, Kaz. SSR.**" Nr: 80, Almaatı 1950.
23. BEKTENOV, Z. - MUSİN, Y.; **Kırgızdın Eldik Oyundanı**, Furunze 1978.
24. BEKTENOV, Z.; **Manas Destanının Kara Söz ile Yazılmış Kısmı**, Kırgızistan İlimler Akademisinin El-yazması Bölümünden alınmıştır. 46. Fasikül, 3. Bölüm.
25. CUSUPOV, K.; **Kırgızdar**, Kırgızdın Basması, Bişkek 1991.
26. DİVAEV, A.A., "**İgri v Proşlih u Kırgizkiy Molodgojl**", TBG, Ak-ÇAR, Taşkent 1907.
27. DOBRAMISLOV, A.İ.; **Gorodo o, Sırdarinskogo regiona**, Taşkent 1912.
28. EVLİYA ÇELEBİ; **Seyahatname (Gördüklerim)**, (seçen ve açıklamalar yapan. N.Özön), İnkılap Yay., İstanbul 1992.
29. FAROQHI, S.; **Osmanlı Kültürü ve Gündelik Yaşam (Orta Çağdan Yirminci Yüzyıla)**, 2. Baskı, (çev. E. Kılıç), Tarih vakfı yurt Y.: 48, İstanbul 1998.
30. GEDİN, S.; **Puteşestviye... v 1893-1897 gg. v Pamir, Tibet i vostoçnyı Turkestan**, SPb., 1911.
31. GELİBOLULU MUSTAFA ALİ., **Camı'u'l- Buhur Mecall-i Sur**, TTK, Yay., Ankara 1996.
32. GEORGİ, İ.G., "**Rusya İmparatorluğunda Yaşayan Ulusların (Türklerin) Her Yönlü Açıklaması**", Anayurt Notları, Parça 13, SPb., 1774.
33. GRADEKOV, N.İ.; **Kırgızı i karakırgızı sırdanyinskoy oblasti**, C (+) 1, yuridiceskiy brı, Taşkent 1899.
34. GÜLEÇ, E.; **Atlı Clirit**, Ankara 1996
35. GÜLEÇ, E.; **Rahvan Binicilik**, Ankara 1999
36. GÜLEÇ, E.; **Türk Rahvan Atı Ve Atçılığı**, Ankara 1996
37. GÜLEÇ, E.; **Türk Clirit Atı**, Bilgi Müş.ve Müh.Neş.:Ankara 1998
38. GÜNDOĞDİEV, O.; "**Kült Konya u Türkmen Noradı Sredney Azil**" Orta Asya Halkları Uluslararası Sempozyum Tebliğleri, Aşkaabat 1993.
39. GÜNDOĞDİEV, O.; "**Les Akhaltekints - Fierte Des Türkmens**", Association Française du Cheval Ahal Teke- Paris 1993, p.1/3.
40. GÜNDOĞDİEV, O.; "**Rol Konya v Jizni Türkmen**", Tarih Bilimleri Doktora Tezi Özetleri (Avtoreferat), Aşkaabat 1994.
41. HAFİZ İLYAS AĞA; **Tarih-i Enderun Letaif-i Enderun** (Çev. C.Karya), Güneş Yay., İstanbul 1978,
42. HAYIT.B.; **Türkistan Rusya ve Çin Arasında**, İstanbul 1975.
43. KAHRAMAN, A.; **Osmanlı Devletinde Spor**, Kültür Bakanlığı Yay.: 1697, Ankara 1995.
44. KARMIYŞEVA, Ç.H.; **Drevnyoya mitologiya ver i kultur noradov sredney azil, Etnoğrafiçeskiye Döküment**: Moskova 1986.
45. KARP, B.-SUSLOV V.; **Sovremenniy kişlak sredney azil**, vıp 2, Taşkent 1926
46. KASAPÖĞLU, H.- ÇENGEL; "**Kırgız Türkleri Edebiyatı**" **Türk Dünyası El Kitabı, (Türkiye Dışı Türk Edebiyatları)** 4. Cilt T.K.A.E. Yay.: 158, Ankara 1998
47. KATANOV, N.F.; "**O pogrebalnih obicayah tyurskih plemen s drevneyşih vremen do naşih dney**", izv.o-va ar. İst. i et. Pri kazansk. Uu-te, t. XII, vıp.2, Kazan 1894.
48. KOSTENKO, L.FÇ; "**Turkestanli kray. Opit voenno-statistiçeskogo obozreniya turkestanogo voennogo okruga**", Mater. Dlya g.is. ressiı. T.1, SPb, 1880
49. KOVALEV, E.; "**Oçerki bita karakırgızov (iz putevogo dnevnika)**", Turkestanlikiye Vedomosti No: 20, 1895.

50. KUNTER, H.B.; **Eski Türk Sporları Üzerine Araştırmalar**, Cum. Mat., İstanbul 1938.
51. KUSTANAEV, H.; **Etnografiçeskiye Osokennesti Kirgızov v royonah Perekv i Kazalin**, Taşkent 1894,
52. LEVŞİN, İ.A.; **Kirgizo- Kazahskiy stain i Kirgız- Katsatskiye napaznetva i Rezuleçenya**, Sen Petersburg 1832.
53. LEVŞİN, A.İ.; **Opisaniye kirgız-kazaçyih, ili kirgız-kaysatskih ord i stepey**, (SPb., 1832.) Leningrad 1940
54. LİPSKIY, V.; **Pogornim oblastyam Ruskogo Turkestana**, SPb., 1906
55. Manas, T.C. Dışişleri Bakanlığı, (TİKA), Ankara 1995. S.36.
56. MERHART, G.; **"Ein einsenschriften an Yenissi"**, Eurasia Spt. Antigue, IV, 1929.
57. MUSİN, Y.- ANARKULOV, Z. - EFİMOVİÇ, F. - BAYMAN, F. - SADIKOV, A., **Kirgızskiy Natsionalniye Vidi Sporta** (Pravila Sorevnovaniy, Zportivna ya Klassifivatsiya), Mektep Basması, Furunze 1976.
58. NUSUPOV, Ch. **"Tarihten Dersler"**, (Çev. H.Karabaş): Anayurttan Atayurda Türk Dünyası, Cilt.: I, Sayı: 4, Eylül 1993.
59. ORKUN, H. N.; **Eski Türk Yazıtları**, TDKY, Ankara 1987.
60. ÖĞEL, B.; **İslamiyetten Önce Türk Kültür Tarihi. Orta Asya Kaynak ve Buluntularına Göre**; T.T.K.Yay., 3. Baskı, Ankara 1988.
61. ÖMÜRZAKOV, D.- MUSİN, Y., **Kirgızki Noradnle İgri**, Frunze 1973.
62. ÖMÜRZAKOV, D.; **Fiziçeskaya kultura i sport v kirgızli**, Frunze 1964
63. ÖMÜRZAKOV, D.; **Fiziçeskaya kultura i sport v kirgızskoy, SSR**, Frunze 1956
64. ÖMÜRZAKOV, D.; **Sport v Kirgızli**, Frunze 1963.
65. ÖMÜRZAKOV, D.; **Kirgızskiy natsionalniye vidi sporta i narodniye igri**, Frunze 1958.
66. ÖMÜRZAKOV, D.O.; **Fiziçeskaya kultura i sport v kirgızskoy SSR, K D Y**, Frunze 1963.
67. ÖMÜRZAKOV, D.O.-SARALAYEV, M.K.; **Kirgızskiy natsionalniye vidi sporta i noradiye igri**, Kirgızistan Yay., Frunze 1981
68. ÖZDEMİR, N.; **IV Mehmed'in Edirne Şenliği (1675)**, II. baskı, TTKY, Ankara 1987.
69. ÖZKAN, M.- MURADOĞLU M.; **Türk Cumhuriyetlerinde Çocuk Oyunları**, KBY.: 1906, HAGEM. Y.:240, Türk Cumhuriyetleri Dizisi: 05, Ankara 1997.
70. PLEHANOV, G.V.; **Pisma bez adresa**, P.T. Plehanov G.V. Soç. , T,14,M. 1925
71. POGORELKIY, P.- BATRAKOV, V.; **Ekonomika koçevogo aila Kirgızistana**, Moskova-1930.
72. POGORELKIY, P.-BATRAKOV, V.; **Ekonomika koçevogo kirgızistana**, Moskova 1930
73. PONOMARYEV, N.İ.; **Voznikoveniye i pervonaçalnoe razvitiye fiziçeskogo vospitaniya**, Moskova 1973
74. POTAPOV, V.L.P.; **"drevniy obiçay otrajayuşiy pervabitnoobşinniy bit koçevnikov"**, Tyurkol. Sbornik AN SSSR, no:1, 1955.
75. RADLOV, W.; **Die altturkischen Inschriften der Mongolei**. SPb., 1895-1899.
76. RAHMAN, A.; **Uygur Folkloru**, (Çev.S.Yalçın-E.Emet), KB Yay.: 1955, Ankara 1996.
77. RFOON (Rukopisniye fondi otdefeniya obşestva nauk AN Kirg.SSR) İnv.no:330,342,506,527.
78. REYHALI, T.; **İngiliz Gezginlerine Göre XVI. Yüzyılda İstanbul'da Hayat (1582-1599)**, KTB.Y.: 554, Sanat Eserleri Dizisi:4, Ankara 1983

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD), V (2000), 2 : 67 - 78

79. ROJDESTVENSKIY, P.A., *Kırgızskiye Natsionalniy Sport i İgri*, Frunze 1928.
80. SAĞALAYEV, A.M.-OKTABARSKAYA, İ.V.; *Troditslyonnnoye mırovozreniye tyurkov yuznoy sibiri*, Znak i ritval novosibirsk; Nauka (sibirya bölümü) 1990.
81. SAİPBAYEV, S.; *Kırgız oyundarınnın pedagogikalık maanisi*, Mek. Y. Frunze 1976.
82. SARALAYEV, M.- BUKUYEV, M.- MAMBETKALİYEV, S.; *Manas'tan Kalgan Oyundarı*, Bişkek 1995.
83. SARALAYEV, M.; *Kırgız Uluttuk Sportunun Tülbörü Boyonca Birdiktüü Respublikalık Klassifikatsiyası Cana Meldeşterdin Ereceleri*, Kırgızistan- Oş 1993.
84. SARAY, M.; *Yeni Türk Cumhuriyetleri Tarihi*, AKDTYK.TTKY., Ankara 1996.
85. SEMENOV- TYAN-ŞANSKIY, P.P; *Puteşestviye v tyan- şan v 1851-1852 gg.*, Moskova 1945.
86. SEVERTSON, N. ; *Puteşestviye po Turkestankomu kraya i isledovaniye gornoy sistemi Tyan-Şanya po Poruçeniye Russkogo geografiçeskogo obşestva*, SPb. 1893.
87. SEVERTSOV, N.; *Puteşestviye po türkestanskomu krayu i isledovaniye gornoy sistemi tyan-şanga po poruçeniye ruskogo geografi- çeskogo obşestva*, SPb., 1873.
88. SHEEHY, A.; "Russian share of soviet population down to 50,8 Percente" Raport on the USSR, 1/42,20 October 1989.
89. SIMAKOV, N.G.; *Obşestvenniye funktsii kirgizskih noradnih razvlechniy v kontse XIX naçale XX. v*, Nauka, Leningrad 1984.
90. SING, S.H.; *A History khokond*, Ed.by. C.E.Bates, Lahore 1878.
91. SOKOL.E.D.; *The revolt of 1916 in Russian central Asia*, Baltimore 1954.
92. SOKOLOV, R.L.; *Fiziçeskaya kultura i sport v Kirgizl (1917-1963)*, Leningrat- Moskova, 1981
93. SOROKİN, N.V.; " vgoroh i dolinah russkogo tyan-şanga", İst.vestnik, may-jul., 1886.
94. SUHAREVA, O.A.; "Traditsionnae soperniçesko mejdu çastyami gorodov v uzbekistane (konets XIX-naçalo XX v.)" Ky. s.ins. etn., t.xxx, Moskova 1958.
95. TANİBEKOV, A. "Kırgızdın Eldik Oyundarı", KİAEY B, 27. Fasikül, 4. Bölüm;
Tarih ve Etnografya açıısından nevrüz, (Rusçadan Türkçeye Çev. Y.Pekcan-S.Öztürk), Boğaziçi İlmî Araştırmalar Serisi: 13, Ankara 1993
96. TAŞAĞIL, A.; "Isık Göl", Tarih ve Medeniyet, Sayı:28 Haziran 1996.
97. TOKTORBAYEV, S.; *Öspürümdör Oyundarı*, Kırgız Cobet Baskısı, Bişkek 1991.
- Türk Dünyası Araştırma Vakfı 1994 Takvimi, Kırgızistan Bölümü.**
Türkiye Dışındaki Türk Edebiyatları Antolojisi I Azerbeycan Türk Edebiyatı, KBY./ 480,
Türk dünyası edebiatı dizisi/32, Ankara 1993.
98. TÜRKMEN, M.; *Türklerde Geleneksel Atlı Sporların Yapılışı, Kaynağı ve Bilinmeyen Yeni Boyutları*, Marmara Üniversitesi sağılık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul 1996.
99. UMMİNGER, W.; *Die Chronik des Sports*, Chronik Verlag, 2., ergänzte und aktualisierte Auflage 1992,
100. VALİHANOV, Ç.; *Sobir. Soç.* (Külliyat), Alma-Atı 1958.
101. VORONİNA, V.I.; *Priem stroitelstva do Arabskogo perıoda v Sredney Azii*, Kratiek soob.o doklodah i polevih ossledovenigah ins. Materialnoy Kulturi, XXVIII. Ufa 1985
102. YALMAN (YALGIN), A.R.; *Cenupta Türkmen Oymakları*, C.11, K B Yay./256, Ankara 1993

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD), V (2000), 2 : 43 - 66

103. YILDIRAN, İ.; **Tarihî Kaynakları Açısından Türk spor Kültürü**, Gazi Üniversitesi sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Master Tezi, Ankara 1986.
104. YILDIRAN, İ; **"Kavramsal Ve Fonksiyonel Açısından Türklere Yorga/ Rahvan Biniciliğinin Tarihsel Gelişimi ve Türkiye'de Geliştirme Perspektifleri"**, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, C. IV, S.2, Nisan 1999.
105. YUDAHİN, K.K., **Kırgız Sözlüğü**, (Çev. Abdullah TAYMAS) 3. baskı, C.I-II, AKDITYK, TDKY, Ankara 1994.
106. ZAGRYAJSKIY,G.; **"Kırgızskiye öçerki: aş ili trizma po umerşim"**, T. V. no: 1, 1873
107. ZENKOVSKIY, S.A., **Pan Turkism and İslam in Russia**, Harward 1967.
108. ZORİKTUYEV; **"Novaye İ tereditsionnoye v meterial noy kulture noradov Buryati"** GBHGK, Ulan- Ude1983,

TÜRKİYE'DE SPOR TESİS VE HİZMETLERİNİN ÖZELLEŞTİRİLMESİ

Güner EKENCİ *
Murat GÖZEN **

ÖZET

Bu çalışmanın amacı spor tesis ve hizmetlerinde özelleştirmenin uygulanabilirliğini sorgulamaktır. Bunun için on sorudan oluşan bir anket, Ankara'da Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nden (GSGM) 50 yöneticiye, iki farklı üniversiteden 35 spor bilimleri, 80 iktisadi ve idari bilimler akademisyenine uygulandı. Elde edilen veriler yüzde-frekans dağılımıyla değerlendirildi. Araştırmanın bulgularına göre; deneklerin büyük çoğunluğu, özelleştirmenin gerekliliğine; kamu spor tesislerinde sunulan hizmetlerin yetersizliğine; özelleştirmenin bu alanda uygulanabileceğine; öncelikle müsabaka için yapılan tesislerin özelleştirilmesinin gerekliliğine inanmaktadırlar. Ayrıca, % 38'ine göre özelleştirmede yap-işlet-devret modeli uygulanmalı; % 27'sine göre spor tesis ve hizmetleri kâr amacı gütmeyen kuruluşlara devredilmeli; % 25'ine göre tesislerin işletme hakkı özel sektöre devredilmeli; % 7'sine göre tesisler kiraya verilmeli; % 2'sine göre tesisler satılabilir. Sonuç olarak araştırmaya katılan deneklerin büyük çoğunluğu sporda özelleştirmenin gerekliliğine inanırken, kâr amacı gütmeyen ve özel kuruluşların devreye girmesinin Türk sporuna birçok yarar sağlayacağı görüşündedir.

Anahtar kelimeler: Spor tesis ve hizmetleri, özelleştirme

PRIVATIZATION OF SPORTS FACILITIES AND SERVICES IN TURKEY

ABSTRACT

The purpose of this study is to prove applicability of privatization in sports facilities and services in Turkey. For this reason, a questionnaire included 10 questions was applied to 50 administrator in General Directorate of Youth and Sports (GSGM), 35 sports sciences academicians, and 80 economical and administrative sciences academicians from two different universities in Ankara. Data was analysed by using percentage and frequency distribution. According to the survey; great majority of subjects believe that privatization is necessary; public sports services are insufficient and; privatization could be applied in this field; privatization must be applied primarily in sports facilities built for competitions. In addition, 38 percent of subjects want that privatization must be applied as method of built-operate-transfer; 27 percent of subjects want that facilities and services must be transferred to non-profit organizations; 25 percent of subjects believe that facilities operating rights must be transferred to private organizations; 7 percent of subjects believe facilities must be rent; 2 percent of them think that facilities could be sold. Finally, great majority of subjects believe that privatization is necessary in sport and cutting in non-profit and private organizations could give most benefits for Turkish sports.

Key words: Sports facilities and services, privatization

* Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA

** Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Y. Lisans Öğrencisi

GİRİŞ

Günümüzde insanların ihtiyaçları giderek artmakta, bu ihtiyaçların tamamen devlet tarafından karşılanması ise ekonomik kriz ve çıkmazların başlıca sebepleri arasında gösterilmektedir. Bu nedenle temeli Adam Smith'e (1776) dayanan; faydası toplum bireyelerine tek tek sunulamayacak tam kamusal mallar ile savunma ve adalet dışındaki mal ve hizmetlerin piyasa mekanizması içinde dengesini bulması, hükümetlerin sadece kuralları koyup, gerekli düzenlemeler yapması anlayışı üzerine tartışmalar halen devam etmektedir.

Smith'e göre, kamu ekonomik girişimlerinden elde edilecek kârlar bireylere doğrudan yarar sağlamayacağı gibi, bu durum kamu yöneticilerinin israf ve ihmallerine yol açabilmektedir¹².

Gerçi, 1930 ekonomik krizinden sonra bu görüş (1930-1980 yılları arasında) sekteye uğramış, özellikle II. Dünya Savaşı'ndan sonra Keynes'in "devletin yol göstericiliğinde kalkınma" modeli devreye girmiş ve 1980'lere kadar bu modelin temelini korumacılık, yardımlar, devlet giderleri ve ithal ikameci politikalar oluşturmuştur¹¹.

Özelleştirme terimini ilk kez Adam Smith'in görüşlerini temel alan Peter F. Drucker 1969 yılında "The Age of Discontinuity" başlıklı eserinde ortaya atmıştır⁴.

Drucker, devletin ekonomideki ağırlığının azaltılmasının gerekliliğini II. Dünya Savaşı'ndan bu yana uygulanan devlet programlarının başarısızlığına dayandırmış ve gelirlerin bir sınırı olduğunu ileri sürerek, devletin gelir oluşturma yeteneğinin tıkanıp, özel müteşebbüslerle gönüllü kuruluşların verebileceği hizmetlerle devletin uğraşmaması gerektiğini savunmuştur.

1930'larda yaşanan kriz ekonomide devlet girişimciliğini ön plana çıkarırken, 1970'lerdeki krize sebep olarak devletin büyümesi gösterilmiş, kamu yönetimi ve siyaset dengesinin kurulmasında, devletin küçültülerek etkinleştirilmesi için yeniden yapılanması tartışmaları başlatılmıştır.

Bu tartışmalar 1980'lerden itibaren "herşey piyasa için ve piyasa sinyallerine göre" anlayışı ile özetlenebilecek neo-liberal sisteme göre; "devletin piyasa mallarının üretiminden çekilmesi"; "devletin büyüyen bütçe harcamaları ve vergi gelirlerinin daraltılarak sosyal hizmet arzının kırılarak, kamusal malların tüketimini yararlandıkça öde şekline dönüştürmesi"; "devletin piyasaları düzenlemek için kural koyucu müdahalelerini en aza indirmesi" gibi görüşler ağırlık kazanmıştır³.

Bu anlayış çerçevesinde kamu işletmelerinin israfçı, kaynak dağılımını bozan, gelişmelerin önünün tıkayan, aşırı istihdama yol açan işletmeler olduğu kabul görmeye başlamıştır.

Böylece, devletin piyasalara müdahalesinin son bulması için, kamu işletmelerinin özel kesime satılması veya devri gündemdeki yerini korumaktadır. Halen kamu hizmetlerinin verilmesinde ya merkezi yetkilerin dağıtılması ya da hizmetlerin yeniden düzenlenmesi yerine, kamu ekonomisinin hizmet ve sorumluluk alanlarının hantallığı ve verimsizliğinin önlenmesi için özelleştirme sürecinin hızlandırılmasını tercih eden farklı boyutlarda baskılar vardır.

Bunlar;

- İhtiyatlı bir özelleştirmenin maliyet bakımından daha etkin kamu hizmeti sağlayacağı mantığı ile pragmatik baskı;
- Devletin haddinden büyük ve güçlü oluşundan dolayı her konudaki kararların merkezi idarece alınıp, vatandaşların yaşantısına fazlasıyla müdahale edilmesinin tehlikeli olacağı düşüncesiyle ideolojik baskı;
- Kamu elinde kalan sektörlerin tesirliliğinin azaldığı ve bu yüzden durağanlıktan kurtulamadığı, daha çok iş amacıyla ticari faaliyetlerin ve hizmetlerin özel firmalara bırakılması teziyle ticari baskı;
- Bireylere toplumda ait olma hissini kazandırabilecek yaşantı oluşturmak üzere gönüllü kuruluşlara ve kişilerin girişimlerine fırsat tanınmasıyla "iktisadi demokrasinin yerleşeceği" fikrini ileri süren popülist baskı gruplarıdır¹⁰.

Buna karşılık kamu ve özel sektörün birlikte mal ve hizmet üretiminde bulunduğu Türkiye'de devletin alt yapıyı kurma, diğer bir ifadeyle üretime zemin hazırlama sorumluluğu vardır. Oysa, merkezden müdahale edilmeyen liberal sistemde ise fiyatlandırma ve fiyat mekanizması gibi ekonomik faaliyetlerin başlıca belirleyicisi özel sektördür. Bu nedenle serbest piyasada arz ve talep güçlerinin etkileşimiyle oluşan fiyat mekanizmasıyla, müdahale edilen devletçi fiyatlandırma mekanizması arasında farklılıklar bulunmaktadır. Mesela özel sektörün sunduğu sportif hizmetin fiyatı, pazar talebi ve rekabet gücü gözönüne alınarak girişimcilerin yeterli kâr elde edip edemeyeceğine göre belirlenmektedir. Eğer hizmet sunumu yeteri kadar kârlı değilse, özel sektör sportif hizmetin sunumundan vazgeçebilmektedir. Şayet bu durumda sadece serbest piyasa kuralları geçerli olursa, pekçok sportif hizmetin arzı ya yetersiz kalacak ya da yüksek fiyatlarla yapılabilecektir⁶.

Çünkü, geçmişteki sanayi toplumlarında, şartlar gereği, büyük yatırım gerektiren klasik sektörler yanında hizmet sektöründeki görevlerin neredeyse tamamını devlet üstlenmekteydi. Şimdilerde ise Türkiye'de üretim faktörü yetersizliği ve pazara uzaklık bakımından özel sektörün yatırım ve üretimden kaçındığı bazı bölgeler bir yana, ülke genelinde teşebbüs ve sermaye kılığını kırarak iktisadi ve siyasi ortam oluşmasına rağmen, özelleştirme karşıtı baskıların önüne geçebilecek toplumsal irade hâlâ sağlanamamıştır¹.

Spor hizmetlerinin hazırlanıp sunulmasında da bu ikilem yaşanmaktadır. 1982 T.C. Anayasası ve ilgili mevzuat devlete sporda alt yapı kurma ve vatandaşlara spor yaptırma görevini vermektedir. Ancak bu sorumluluğun devlet kurumları tarafından yeterince yerine getirelemediği görüntüsü hakimdir. Şüphesiz bu tespitin birçok sebebi bulunmaktadır. Bu sebeplerden bir önemlisi spor hizmetlerinin yürütülmesinin siyasi baskılara maruz kalması ve dolayısıyla istismar edilmesidir. Suistimallerin artması sporun sağlayacağı sosyal faydanın yerine getirilmesini güçleştirmektedir. Bu nedenle, özel girişimcilerin ve gönüllü kuruluşların devletin ekonomik, politik ve toplumsal çıkarları doğrultusunda sporda sorumluluk üstlenebileceğine dair karşı görüşler gündeme gelmektedir.

Buna rağmen özel sektörün güç ve sermayesinin yetmeyeceği girişim ve tesislerin devlet tarafından yapılması kriteri "büyük ölçüde kamu hizmeti" olarak kabul edilmektedir⁷. Şüphesiz eğitim, sağlık, kültür ve spor gibi tam kamu hizmetlerinin üretimi de arz ve talebe göre fiyatlandırılmaktadır. Ancak bu hizmetler dışsalılık: toplum yararı özelliğine sahip oldukları için tamamen serbest piyasaya bırakılmayacak kadar önemli görülmektedir. Nitekim bir çok ülkede çok sayıda mal ve hizmet doğrudan devlet tarafından sağlanmaktadır. Zira, devletin yatırımları genellikle toplumsal sermaye şeklinde olup, bir bütün olarak toplum yararına harcanan sermayedir. Yollar, okullar, hastahaneler ve yüzme havuzları toplumsal sermaye örnekleridir. Bütün reel yatırımlar (veya sermaye oluşumu) gibi onlarda tüketimden fedakârlıkta bulunarak elde edilmişlerdir⁸. Bu nedenle yatırım gücüne sahip devletin küçültülmesinin yerini özel sektör dolduramazsa, bu hizmetlerdeki aksamalar bütün toplumu olumsuz etkileyecektir. Öyleyse kamu görevi serbest piyasa modeli çerçevesinde özel sektörün, genellikle, üretilmediği hizmetleri ifade etmektedir. Bu sebeple kamu hizmetlerinin piyasa fiyatı çoğu kez söz konusu değildir. Kamu bunları üretir ve toplumun hizmetine kâr amaçsız sunarken finansman kaynağı vergilerden ve iç dış borçlanmalardan elde edilmektedir⁹.

Bir ülkede sağlık, eğitim ve spor gibi hizmetlerin kamu hizmeti kapsamı dışında tutulması halinde herkes bu hizmetlerin bedelini kesesinden ödemek zorunda kalacak, geliri yüksek olanlar bu bedeli kolayca ödeyebilirken, dar gelirli sınıfta düşecektir. Kısmen bu sebeple, kısmen yerleşmiş geleneklere bağlı olarak bu hizmetler kamu hizmeti kapsamına alınmıştır. Aslında bugün milli savunma ve iç güvenlik dışında kalan hemen bütün hizmetleri piyasa kurallarına göre üreten ülkelerin tartışma konusu bu hizmetlerin kamu sektöründe karşılanmasında ekonomi prensipleri ile verimlilik ölçülerine uyulmayıp, yüksek maliyetle üretilmesi ve kamu hizmeti finansmanının ekonomiye yüklediği ağır maliyetler üzerinedir. Bu nedenle, bu hizmetlerden bazılarının özel sektöre devredilip, hizmet bedellerinin yararlananlardan alınması çare olarak görülmektedir. Ancak, bazı ülkelerde siyasi iktidarlar kamu elindeki ekonomik kuruluşların sağlayacağı politik avantajları kaybetmek istemediklerinden, bu hizmetlerin serbest piyasaya bırakılmasına karşı çıkmaktadırlar. Bazı ülkelerde ise ekonomik ve politik felsefeleri ve ideolojik sebeplerle kamu hizmetlerinin serbest piyasaya bırakılmasını uygun bulmamaktadırlar.

Özelleştirme karşıtı görüşler, şimdiye kadar devletin yaptığı görevi üstlenecek özel girişimlerin bu duruma uyum sağlayabilmesi ve varlığını sürdürebilmesinde karşılaşılabilecek güçlüklerin üstesinden gelemeyeceği ve istihdamın ortadan kalkacağı endişelerinden kaynaklanmaktadır. Oysa, üçüncü sektör diye bilinen ticari niteliği bulunmayan, devlete ait olmayan, kâr amaçsız kuruluşların gelirlerini, vergilerden çok gönüllü bağışlardan alması, bağımsız ve kendi gönüllü kurullarınca yönetilmesiyle, devletçe gerçekleştirilen pek çok etkinlik, üçüncü sektör kuruluşlarıyla yürütülmektedir. Bu tür kuruluşlar çoğunlukla bir kamu kuruluşu bünyesinde oluşturulmakta ve merkezi bir yönetim tarafından denetlenmekte iken ABD'de ise paraları devletçe ve vergiler yoluyla karşılandığı halde, yönetimleri özerk olup, kendi bütçeleri vardır ve yerel olarak seçilmiş bir kurulca seçilen yöneticiler tarafından sevk ve idare edilirler. Bu kuruluşlar sosyal bir işlevi ye-

rine getirirlerken, hem devlet, hem de ticari sektörden ve bunların değer ve kültürlerinden farklı bir karşı kültür oluşturmaktadırlar. Ancak üçüncü sektörün önemi yeterince kavranmamakta ve ne kadar büyük boyutlu olduğu anlaşılammamaktadır⁵.

Bu görüşlerden hareketle devletin spor hizmetlerini hazırlayıp, sunmadaki yükünün azaltılması için yapılabilecek düzenlemeler ve bu düzenlemelerle ilgili olarak devletin rolü ve bu hizmetlerin özelleştirilmesinin ülke şartlarına uygunluğu ve uygulanabilirliği bu çalışmada ele alınarak mevcut özelleştirme bilgilerinin ışığında tartışılacaktır.

MATERYAL VE METOD

Tarama modeliyle yürütülen çalışmada spor tesis ve hizmetlerinde özelleştirmenin Türkiye şartlarına uygunluğu ve uygulanabilirliğini soruşturmak üzere; spor tesislerinin yatırım planlaması, etüd ve projesi, inşası ve özelleştirilmesi ile ilgili birimleri bünyesinde bulundurması sebebiyle GSGM Tesisler Dairesi Başkanlığı personeline; Ankara'daki gençlik hizmet ve faaliyetlerinin planlayıcısı, uygulayıcısı olarak Gençlik ve Spor İl Müdürlüğüne bağlı spor tesislerinin işletmecisi konumunda bulunan Ankara GSİM yöneticilerine; sporla ilgili bilgi ve birikimlerini spor tesislerinin özelleştirilmesi alanına yansıtmaları açısından Gazi ve Orta Doğu Teknik Üniversitelerinin Beden Eğitimi ve Spor akademisyenlerine, aynı üniversitelerin özelleştirmeye dair teorik deneyimlerini araştırmaya yansıtılmaları bakımından İktisadi ve İdari Bilimler akademisyenlerine uzman görüşlerinden yararlanarak hazırlanan 10 sorudan oluşturulan bir anket uygulandı.

Verilecek cevapların samimiyeti ve araştırmanın güvenilirliği için önceden randevu alınarak yüzyüze görüşme tekniği ile ulaşılan 50 GSGM personeli, 35 Spor Bilimleri ve 80 İktisadi ve İdari Bilimler akademisyeninden elde edilen veriler yüzde frekans dağılımıyla değerlendirildi.

BULGULAR

1. Özelleştirme Çalışmalarının Gerekliliği ve Uygulanabilirliği Bakımından

Spor tesis ve hizmetlerinin özelleştirilmesine ilişkin görüşler alınmadan önce deneklerin özelleştirme çalışmalarına ilişkin anlayışlarının tesbiti bakımından Türkiye'de özelleştirmenin gerekliliğine ilişkin bulgulara Tablo 1'de yer verilmiştir.

Tablo 1: Özelleştirmenin Gerekliliğine Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Evvel gereklidir	47	28	30	18	46	28	123	74
Kısmen gereklidir	3	2	5	3	26	16	34	21
Hayır gereksizdir	-	-	-	-	8	5	8	5
Genel Toplam	50	30	35	21	80	49	165	100

Tablo 1'den de anlaşılacağı üzere deneklerin % 74'ü (123 kişi) özelleştirmeyi tamamen, % 21'i (34 kişi) kısmen gerekli görmekteyken, % 5'i (8 kişi) özelleştirmeye tamamen karşıdır. Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü (GSGM) yöneticileri ile Beden Eğitimi ve Spor (BES) Akademisyenlerinin özelleştirmenin gerekliliğine ilişkin kanaatleri İktisadi ve İdari Bilimler Fakülteleri (İİBF) akademisyenlerine göre daha yaygındır.

Özelleştirmenin hangi sektörlerde uygulanabileceğine ilişkin görüşlere ise Tablo 2'de yer verilmiştir.

Tablo 2: Özelleştirmenin Hangi Sektörlerde Uygulanabileceğine Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
İmalat sektörü	-	-	-	-	-	-	-	-
Hizmet sektörü	8	5	-	-	3	2	11	7
Her ikisi	42	25	35	21	69	42	146	88
Hiçbiri	-	-	-	-	8	5	8	5
Genel Toplam	50	30	35	21	80	49	165	100

Tablo 2 incelendiğinde deneklerin % 88'i (146 kişi) özelleştirme çalışmalarının hem imalat hem de hizmet sektörlerinde uygulanabileceğinden yana tavırları diğer görüşlere göre ağırlık kazanmaktadır.

2. Kamu Spor Hizmetlerinin Yeterliliği ve Özelleştirmenin Bu Alana Uygulanabilirliği Bakımından

Deneklerin kamuya ait spor tesislerinde sunulan sportif hizmet ve programların yeterliliğine ilişkin görüşlerinin dağılımı Tablo 3'te görülmektedir.

Tablo 3: Kamu Spor Tesislerinde Sunulan Hizmetlerin Yeterliliğine Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Evet yeterlidir	7	4	-	-	4	3	11	7
Kısmen yeterlidir	7	4	9	5	6	4	22	13
Hayır yetersizdir	36	22	26	16	70	42	132	80
Genel Toplam	50	30	35	21	80	49	165	100

Tablo 3'te görüldüğü gibi deneklerin % 93'ü (154 kişi) kamu spor tesislerinde verilen sportif hizmetlerin ya tamamen yetersizliği ya da yeterli kalite ve kantitede verilmediği görüşündedir.

Tablo 4'te deneklerin kamu spor tesis ve hizmetlerinde özelleştirme yöntemlerinin uygulanıp-uygulanamayacağına ilişkin görüşleri çıkarılmıştır.

Tablo 4: Spor Tesis ve Hizmetlerinde Özelleştirmenin Uygulanabilirliğine Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Evet uygulanabilir	36	22	18	11	46	28	100	61
Kısmen uygulanabilir	14	8	17	10	24	15	55	33
Hayır uygulanamaz	-	-	-	-	10	6	10	6
Genel Toplam	50	30	35	21	80	49	165	100

Deneklerin % 94'ünün (155 kişi) kamu spor tesis ve hizmetlerinin kısmen veya tamamen özelleştirilebileceğine dair kanaatleri bulunmaktadır.

3. Kamu Spor Tesis ve Hizmetlerini Özelleştirmenin Sakıncaları Bakımından

Kamu spor tesislerinde özelleştirme uygulamalarının sakıncalı olup-olmadığına ilişkin görüşlere ise Tablo 5'te yansıtılmıştır.

Tablo 5: Spor Tesis ve Hizmetlerinin Özelleştirmenin Sakıncalarına Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Evet sakıncalı	-	-	-	-	13	8	13	8
Kısmen sakıncalı	19	11	32	19	46	28	97	58
Hayır sakıncasız	31	19	3	2	21	13	55	34
Genel Toplam	50	30	35	21	80	49	165	100

Tablo 5 incelendiğinde deneklerin % 58'i (97 kişi) kamu spor tesis ve hizmetlerini özelleştirmenin bazı sakıncaları olabileceğinden, % 34'ü (55 kişi) sakınca bulunmadığından yana görüş bildirmektedir. Bu alandaki özelleştirmeyi tamamen sakıncalı bulanların oranı % 8'dir (13 kişi).

Spor tesis ve hizmetlerini özelleştirmenin ne gibi sakıncaları olabileceğine ilişkin olarak deneklerin gerekçelerinin dağılımı Tablo 6'da görülmektedir.

Tablo 6: Spor Tesis ve Hizmetlerini Özelleştirmenin Sakıncalarının Neler Olabileceğine Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Spor hizmetleri özel sektöre bırakılmayacak kadar önemlidir	2	1	1	1	5	3	8	5
Özel sektör sadece kâr getirecek spor hizmetlerine yönelir	8	5	19	11	34	21	61	37
Mevcut personelin istihdamında sorunlar yaşanır	4	2	3	2	2	1	5	5
Fırsat eşitliği ortadan kalkar	5	3	7	4	15	9	27	16
Başka sorunlar yaşanır	-	-	2	1	3	2	5	3
Genel Toplam	50	30	35	21	80	49	165	100

Tablo 6'dan da anlaşılacağı gibi deneklerin % 34'üne göre (55 kişi) spor tesis ve hizmetlerinin özelleştirilmesinde önemli bir sorun yaşanmayacağı görüşü hakimken, % 37'sinin (61 kişi) özel sektörün sadece kâr getirecek sportif hizmetlere yöneleceği, % 16'sının (27 kişi) fırsat eşitliğinin ortadan kalkacağı, % 5'inin (9 kişi) mevcut çalışanların istihdamında problemler yaşanacağı, % 3'ünün (5 kişi) diğer bazı sorunların ortaya çıkabileceğine ilişkin kanaatleri bulunmaktadır. % 5'lik kesimin ise (8 kişi) spor hizmetlerinin özel sektöre bırakılmayacak kadar önemli olduğuna dair görüşü bulunmaktadır.

4. Spor Tesis ve Hizmetlerinin Özelleştirilmesinde Uygulanabilecek Yöntemler ve Öncelik Verilebilecek Tesisler Bakımından

Deneklerin spor tesis ve hizmetlerinin özelleştirilmesinde öncelikle uygulanabilecek yöntemlerle ilgili görüşlerinin dağılımı Tablo 7'de görülmektedir.

Tablo 7: Spor Tesislerinin Özelleştirilmesinde Öncelikle Tercih Edilebilecek Yöntemlere Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Yap-işlet devret modeli	18	11	21	3	22	13	61	37
İşletme hakkının kâr amacı gütmeyen kuruluşlara devri	10	6	3	2	32	19	45	27
İşletme hakkının özel kuruluşlara devri	18	11	7	4	16	10	41	25
Kiralama yöntemi	-	-	4	2	8	5	12	7
Satış Yöntemi	4	2	-	-	-	-	4	2
Hiçbiri	-	-	-	-	2	1	2	1
Genel Toplam	50	30	35	21	80	48	165	100

Deneklerin % 37'sine göre (61 kişi) "yap-işlet devret modeli", % 27'sine göre (45 kişi) işletme hakkının "gönüllü kuruluşlara devri", % 25'ine göre (41 kişi) işletme hakkının "özel kuruluşlara devri", % 7'sine göre (12 kişi) "kiralama", % 2'sine göre tesislerin mülkiyetinin satışı spor tesislerini özelleştirme yöntemi öncelikle tercih edilmektedir.

Spor tesislerinin özelleştirilmesinde tercih edilebilecek yöntemlerin öncelikle hangi spor tesislerine uygulanabileceğine ilişkin görüşlerin dağılımı ise Tablo 8'de görülmektedir.

Tablo 8: Özelleştirme Yöntemlerinin Öncelikle Hangi Spor Tesislerinde Uygulanabileceğine Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Müسابaka amaçlı tesisler	39	24	32	19	63	38	134	81
Eğitim amaçlı tesisler	-	-	-	-	16	9	15	9
Rekreasyonel amaçlı spor tesisleri	11	7	3	2	-	-	14	8
Hiçbiri	-	-	-	-	2	1	2	1
Genel Toplam	50	30	35	21	80	48	165	100

Tablodan da anlaşılacağı üzere deneklerin % 81'inin (135 kişi) müسابaka amaçlı stadyum, salon ve yüzme havuzu gibi seyircili tesislerin öncelikle özelleştirileceğine ilişkin kanaatleri bulunmaktadır. Eğitim ve rekreasyonel amaçlı spor tesislerinin özelleştirilmesi oldukça düşük yüzde ile 2'inci ve 3'üncü sıralarda yer almaktadır.

5. Spor Tesislerinin Yapımında Kamu Sektörünün Rolü ve Özelleştirmenin Türk Sporuna Sağlayacağı Yararlar Bakımından

Tablo 9'da ihtiyaç duyulan spor tesislerinin yapımı ve işletmesinde kamu sektörünün görevlerinin neler olabileceğine ilişkin olarak deneklerin verdikleri cevapların dağılımı görülmektedir.

Tablo 9: Spor Tesisleri Yapımında Kamu Sektörünün Fonksiyonuna Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Kamu sektörü gerekli spor tesislerini yapıp işletmeli	-	-	-	-	10	6	10	6
Kamu sektörü gerekli spor tesislerini kurmalı işletmesinden vazgeçmeli	30	18	33	22	23	14	86	52
Devlet özel sektörün spor tesislerini yapmasını teşvik edip, denetlemeli	20	12	2	1	47	28	69	42
Genel Toplam	50	30	35	21	80	48	165	100

Araştırmaya katılanların % 52'si (86 kişi) yapımına ihtiyaç duyulan tesislerin inşasını kamu sektörü kurmalı, ancak işletme görevini üstlenmemelidir. Devletin gerek duyulan spor tesislerinin yapımı için özel sektörü özendirilmesi, ancak denetlemeyi elden bırakmaması görüşü % 42 (69 kişi) oranında ikinci sırada yer almaktadır. Kamu sektörünün gerekli spor tesislerini yapıp-işletmesi anlayışı ise % 6'lık bir dağılımla üçüncü sıradadır.

Araştırmaya katılan deneklerin spor tesis ve hizmetlerini özelleştirmenin ülke sporuna yarar sağlayıp-sağlamayacağı hakkındaki kanaatleri Tablo 10'da görülmektedir.

Tablo 10: Özelleştirmenin Türk Sporuna Sağlayacağı Yararlara Dair Görüşlerin Dağılımı

	GSGM Yöneticileri		BES Akademisyenleri		İİBF Akademisyenleri		Toplam	
	f	%	f	%	f	%	f	%
Olumlu olur	48	29	34	21	70	42	152	92
Olumsuz olur	-	-	-	-	10	6	10	6
Cevapsız	2	1	1	1	-	-	3	2
Genel Toplam	50	30	35	21	80	48	165	100

Deneklerin yüzde 92'lik (152 kişi) kesimi özelleştirme çalışmalarının spor tesis ve hizmetlerine uygulanmasının Türk sporunun gelişmesi açısından olumlu etkisi olacağı kanaatini taşımaktadır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Türkiye'de spor, 1938 yılında yürürlüğe giren 3530 sayılı Beden Terbiyesi Kanununun çıkarılış gerekçesinde belirtildiği üzere "tıpkı ekonomi, eğitim ve sağlık gibi bir kamu hizmeti"dir ve halen bu anlayışla yönetilmektedir. O günden bu yana sporda etkili ve kalıcı politikalar üretilip, yürürlüğe konulmadığından, Türkiye yarım asırdan fazladır sporda bir adım bile ilerleyememiştir³. Ancak, son zamanlarda spora katılımın bir "tüketim aktivitesi"² olarak algılandığı gözlenmektedir. Hal böyle olunca 1982 TC Anayasasının ve yürürlükteki mevzuatın devlete yüklediği sporla ilgili görevlerin daha etkili ve verimli yürütülebilmesinde özelleştirme ilke ve yöntemlerinin bu alana uygulanıp-uygulanamayacağı veya hangi özelleştirme yöntemlerinin nasıl uygulanabileceği araştırma konusu olmaktadır.

Eldeki çalışmada da araştırmaya katılan GSGM yöneticileri ile iktisat ve spor bilimleri akademisyenlerinin genelde özelleştirmeden yana (% 74) oldukları ve özelleştirmenin imalat ve hizmet sektörlerinde uygulanabileceğine dair kanaatleri (% 88) bulunmaktadır.

Öte yandan Türkiye'de spor hizmetlerinin bir kamu hizmeti olarak yeterince iyi sunulmadığı fikri (% 80), deneklerin yarısından fazlasını (% 61) özelleştirme yöntemlerinin bu alana da uygulanabileceği görüşünde birleştirmektedir. Zira kamu sektörü tarafından işletilen spor tesislerinden ne sosyal, ne de maddi hasıla yeterince elde edilememektedir. Nitekim Amerika Birleşik Devletlerinde yapılan bir araştırmada profesyonel basketbol (NBA) ve buz hokeyi (NHL) müsabakalarının yapıldığı 38 salon incelenmiş, devlet tesislerinde yılda 197 gün, özel sektör tesislerinin 245 gün kullanıldığı, seyirci başına inşaat maliyetinin kamu tesislerinde 1946, özel salonlarda 1333 ABD Doları olduğu bulunmuştur. Beyzbol ve Amerikan futbolunun oynandığı stadyumlarda da seyirci başına maliyetin devlet tesislerinde 1023, özel stadyumlarda 422 ABD \$ olduğu anlaşılmıştır¹⁰.

Bu durumda seyircili kamu spor tesislerinden yeterli maddi hasıla elde edilememesinden ötürü, bütçe açıklarının vergileriyle açıkların kapatıldığı ve sosyal adalet ilkesine ters düşüldüğü söylenebilir.

Şüphesiz kamuya ait spor tesislerinde spor programlarının bir kamu hizmeti olarak sunulurken işletme finansmanının sağlanamaması yüzünden sübvansede edilmesi kamu maliyesine büyük yük getirmektedir. Ancak, sporun tam kamusal mal olarak dışsallık özelliği göz önüne alındığında spordan maddi hasıla elde edilememesine rağmen, sosyal hasıla elde edilebileceği gerçeği dikkate alındığında özelleştirmenin bazı sakıncaları bulunduğu söylenebilir. Nitekim, deneklerin % 37'si özel sektörün sadece kâr getirecek spor hizmetlerine yönelmesinden, % 16'sı sportif hizmetlerden yararlanmada fırsat eşitliğinin ortadan kalkacağından yana endişeleri bulunmaktadır. Diğer durumlar da gözönüne alındığında deneklerin yarıdan fazlası (% 66) bu alandaki özelleştirmenin sakıncaları bulunabileceğine işaret etmektedirler.

Bu ikilem kamu spor yönetiminde de yaşanmakta, hangi özelleştirme yöntemlerinin öncelikle hangi tesislerde uygulanabileceği tartışılmasına yol açmaktadır.

O halde, devletten beklenen işlev özel sektörün kendi başına üretemeyeceği, hizmetleri üstlenmektir.

Devletten beklenen bir başka işlev ise serbest piyasa mekanizmasının kurallarını koyup denetlemektir. Bunu yaparken bir taraftan rekabet ve atılcılığı teşvik ederken, öte yandan haksız rekabete engel olmaktadır (9). Bu durumda başarılı bir devlet-özel sektör işbirliği ile problemlerin üstesinden gelmek Türkiye için akılcı bir yol olacaktır. Bu aşamada devletin üstleneceği rol sporun temel ilke politikalarını yönlendirici ve denetleyici olmalı hizmetin üretimini geniş ölçüde gönüllü sektör ile kendi ayakları üzerinde durabilen kulüplere bırakılmalıdır.

KAYNAKLAR

- 1- Akalın, G., (1995), "Yedinci Beş Yıllık Kalkınma Planında Özelleştirme Stratejisi", TODAİE Dergisi, S.3, s. 65.
- 2- Bakır, M., (1992), "Spor ve Rekreasyon Ürünlerinin Ekonomik Karakteristiği ve Spor Sponsorluğu", Spor Bilimleri 2. Ulusal Kongresi, H.Ü. Spor Bil. ve Tek. Y.O. Yay., Ankara.
- 3- Bayatlı, T., (1997), "Devlet ve Spor", Milliyet Gazetesi, 25 Ekim 1997, İstanbul, s. 22.
- 4- Çelebi, İ., (1995), Yeni Bir Düzen Anlayışı - Özelleştirme, 3. Baskı, AD Yay., İstanbul, s. 20.
- 5- Drucker, F.P., (1998), Yeni Gerçekler, Çev., Birtane Karanakçı, 6. Baskı, T. İş Bankası Yay., s. 199-210.
- 6- Ekenci, G. ve A.F. İmamoğlu (1998), Spor İşletmeciliği, Alp Ofset Matb. Ankara, s. 117-118.
- 7- Kılıçbay, A., (1994), Türk Ekonomisi, Modeller, Politikalar, Stratejiler, 5. Ba., T. İş Bankası Yay., Ankara, s. 7.
- 8- Kılıçbay, A., (1994), Politika ve Ekonomi, T. İş Bankası Yay., s. 24, 109, 110.
- 9- Kozlu, C., (1995), Türkiye Mucizesi İçin Vizyon Arayışları ve Asya Modelleri, 3. Baskı, T. İş Bankası Yay., Ankara, s. 42.
- 10- Loble, D., (1995), Ekonomi, MEB Yay., Ankara, s. 63.
- 11- Savaş, E.S., (1994), Daha İyi Devlet Yönetiminin Anahtarı: Özelleştirme, Çev. Ergun Yener, MPM Yay., No: 517, Ankara, s. 36, 303, 304.
- 12- Serim, B., (1996), Anayasa ve Anayasa Mahkemesi Kararları Işığında Özelleştirme, İzgi Yay., Ankara, s. 26.
- 13- Suiçmez, H. ve Ş. Yıldırım, (1993), Dünya'da ve Türkiye'de Özelleştirme Uygulamaları, MPM Yay., No: 508, Ankara, s. 15, 16.
- 14- Türk-İş Araştırma Merkezi, (1999), Kitle ve Özelleştirme; İddia ve Gerçekler, Demircioğlu Matb., Ank., s.3, 4.

YAYIN KURALLARI

1. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi'nde Beden Eğitimi ve Spor Bilimlerinin teorik ve uygulamalı alanlarına ilişkin araştırmalar ile yayın kurulunun uygun göreceği veya isteği üzerine hazırlanmış derleme yazılar yayımlanabilir.
2. Dergiye gönderilen yazılar A4 daktilo kağıdına ve sahifelerin bir yüzüne iki satır aralıklı, sağda 2 cm., solda 3 cm. boşluk bırakılarak elektrikli daktilo veya bilgisayarda Word 6.0 veya üst sürümleri ile yazılmalıdır.
3. Makalelerde Türkçe ve İngilizce özetler ve anahtar kelimeler yer almalı, kaynakça dahil 8 daktilo sayfasını geçmemelidir. Yazılar bir disket ve üç basılı nüsha halinde ve yazarn açık adresi, telefonu varsa faks numarası eklenerek gönderilmelidir.
4. Gönderilen yazılarda sade bir Türkçe kullanılması gerekmektedir. Aşırı yeni veya aşırı eski kelimelere gerekmedikçe yer verilmemelidir. Türkçe ve yabancı dilde yerleşmiş spor terminolojisine özen gösterilmelidir.
5. Fotoğraflar siyah-beyaz olmalı, arkalarına numara verilerek aynı ber zarfa konulmalıdır. Ayrıca, metin içerisinde fotoğrafların yerleşeceği yere not düşülmelidir.
6. Şekil, grafik ve tablolar aynı bir kağıda baskıya girecek şekilde çizilmiş veya yazılmış olarak gönderilmelidir.
7. Makalelerin her türlü sorumluluğu yazara aittir. Yazılar yayınlansın ya da yayınlanmasın geri gönderilemez. Yayınlanmasına, kısaltılmasına veya bölümler halinde yayınlanmasına yayın kurulu karar verir.
8. Yazar adı veya adları başlığın sağ altına gelecek şekilde birden çok yazar varsa alt alta yazılmalıdır. Yazarn veya yazarların adresi adının ve soyadının sonuna konulacak yıldızla birinci sahifenin alt kısmında gösterilmelidir.
9. Yazılar, yayın kurulunun belirleyeceği hakemler tarafından incelendikten sonra yayınlanacaktır.
10. Kaynakça yazar soyadlarına ve alfabetik sıraya göre yapılmalıdır. Kaynak gösterilirken kaynak numaraları metin içinde cümlenin bittiği yerde parantez içinde verilmelidir.