

GAZİ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ



GAZİ JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES

Cilt
Sayı
Nisan

XV
2
2010

Volume
Issue
April

İÇİNDEKİLER

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETİMİ

Ortaöğretimde Lisanslı Olarak Spor Yapan
ve Spor Yapmayan Öğrencilerin Problem
Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenlere
Göre İncelenmesi

3 - 19
Dişad MİRZEOĞLU
Gülşen ÖZCAN
Özlem KIYAK
Fatih AYDEMİR

CONTENTS

TEACHING OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

The Investigation of Licensed Athletes and
Non-Athletes' Problem Solving Skills in
High Schools According to Some Variables

HAREKET VE ANTRENMAN BİLİMLERİ

Engelli Bireyler İçin Fiziksel Aktivite:
2009-2010 Çalıştayları Sonuç Raporu

21 - 28
Dilara ÖZER
Gülşen ŞAHİN

MOVEMENT AND TRAINING SCIENCES

Adapted Physical Activity: Final Reports of
2009-2010 Workshops

Katılımcı Merkezli Fiziksel Aktivite
Danışmanlığının Sedanter Kadınların
Fiziksel Aktivite Düzeyleri Üzerindeki
Etkisinin Ölçülmesi

29 - 40
Özkan ALTUN
Settar KOÇAK

The Effect of Participant-Centered Physical
Activity Counseling on the Physical Activity
Level of Sedentary Working Women

SPORDA PSİKOSOSYAL ALANLAR

Basketbol Hakemlerinin Karşılaştıkları
Sportmenlik Dışı Davranışların
İncelenmesi

41 - 56
Bahri GÜRPINAR
Özbay GÜVEN

PSYCHO – SOCIAL AREAS IN SPORT

Analyzing the Unsportsmanlike Behaviours
That Basketball Referees' Meet

ORTAÖĞRETİMDE LİSANSLI OLARAK SPOR YAPAN VE SPOR YAPMAYAN ÖĞRENCİLERİN PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Dilşad MİRZEOĞLU*, Gülsen ÖZCAN*, Özlem KIYAK**, Fatih AYDEMİR**

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, ortaöğretim kademesinde lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesidir. Araştırma tarama modelinde bir araştırmadır. Araştırmaya 2009-2010 öğretim yılında Bolu ili Merkez İlçeye bağlı iki ortaöğretim kurumunun 9., 10., 11. ve 12. sınıflarında okuyan 240'ı kız, 240'ı erkek, toplam 480 öğrenci katılmıştır. Araştırmada Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılan Problem Çözme Envanteri kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin analizinde ilişkisiz örneklem için iki faktörlü varyans analizi istatistiksel tekniğinden yararlanılmış ve anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin problem çözme becerileri, spor yapmayan öğrencilere göre daha yüksek bulunurken, cinsiyete göre iki grup arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Ayrıca, farklı sınıf düzeylerinde okuyan ve spor yapan ve yapmayan öğrencilerin yaklaşma-kaçınma alt boyutunda 12. sınıf lehine; kişisel kontrol alt boyutunda ise 11. sınıf lehine anlamlı fark bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Problem Çözme Becerileri, Ortaöğretim, Lisans.

Geliş tarihi: 11.04.2011; Yayına kabul tarihi: 24.05.2011

* A.İ.B.Ü., Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, BOLU.

** Beden Eğitimi Öğretmeni, BOLU.

THE INVESTIGATION OF LICENSED ATHLETES AND NON-ATHLETES PROBLEM SOLVING SKILLS IN HIGH SCHOOLS ACCORDING TO SOME VARIABLES

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine and compare the problem solving skills of licensed athlete and non-athletes in high schools according to some variables. Survey model was used in this research. Two hundred forty girls and two hundred forty boys from 2 high schools from Bolu in the 2009-2010 teaching year participated in this study. In the study, "Problem Solving Skill Questionnaire" developed by Heppner and Peterson (1982) was used to collect the data. Two-way ANOVA for independent samples statistical technique was used to analyze the data. Significant level of the study is 0.05. According to the results of this study, the problem solving skills of the students who participated sports was higher than the students who didn't participated sports. There was no significant difference in problem solving skills according to gender between two groups. Moreover, there was significant difference between 11. and 12. class level in approach-avoid and personal control subscales.

Key Words: Problem Solving Skills, High School, License.

GİRİŞ

"Her şey insan için" sözünü doğada kaç canlı yalanlama cesareti gösterebilir ki? İnsanın yaşamda kalma çabası, onu doğal ya da doğal olmayan tüm varlık ve güçlerin efendisi yapmıştır. Aslına bakılırsa efendi olmanın sırrı insanın problem çözme gücündedir. Zira küçücük bir değişim, gelişim bile bir problemdir ve çözüm bekler. Bu durum bir bitkinin büyümesinden tükenen enerji kaynaklarının yerine alternatiflerini üretme gereğine kadar böyledir. Toplumlardaki eğitim anlayışları, kurumlar ve meslekler bile var olan ve olma ihtimali olan problemleri çözmek için oluşturulmuştur.

Bir çok düşünür problem ve problem çözme kavramları üzerinde yorum yaparken problemin çatışma, engellemeyle karşı karşıya gelme⁽²¹⁾, içinden çıkılması güç görünen yeni durumlar⁽⁴⁾, çözümü hazır olarak sunulmayan, çözümünde mental ve fiziksel engeller olan⁽²⁴⁾, rahatsızlık yaratan durum⁽¹⁶⁾, yanıtı mevcut bilgi birikimi ile bulunamayan, ancak araştırma ve incelemelerle yanıtlanabilecek sorun⁽²⁾ ve birey ya da toplumun çözmek zorunda kaldığı güçlük⁽¹⁾ gibi kavramları içerdiği görülmektedir. Adının güçlük, sorun, engel ya da çatışma olması bir yana problemlerin çözülmedikçe eski haliyle var olmaya devam etmesi insanları problemleri alanlarına göre sınıflamaya, eğitimleri de bu hedefe uygun şekilde düzenlemeye itmiştir. Genel yaklaşım, problemin tanımlanması, seçeneklerin üretimi, karar verme, kontrol etme ve değerlendirme basamaklarından oluşan problem çözme süreci⁽¹⁰⁾ aynı zamanda kişinin problem çözme gücüne güveni, probleme bakışı, algılayışı ya da yaklaşımı ve problem çözmeye kendini kontrol etme yeteneği ile de ilgilidir.

Beden eğitimi gelişimsel özellikleri göz önünde bulundurarak fert ve toplum yönünden sağlıklı, mutlu ve iyi ahlaklı kişilerin yetiştirilmesi⁽²⁰⁾; bireyin optimal fiziksel, zihinsel ve sosyal becerileri geliştirmeye yönelik ve fiziksel etkinlikler aracılığıyla uygunluk kazanmasını sağlayan bir süreç⁽¹⁹⁾; bireylere beceri, form, bilgi ve tutum kazanmaları için fiziksel aktiviteler yaptırılan eğitimsel bir süreç⁽²⁸⁾; ya da kısaca hareket etmeyi öğrenmek ya da hareket yoluyla öğrenmek⁽²⁶⁾ olarak ifade edilebilir. Spor ise evrensel kültürün bir parçası, dili, ırkı ve dini farklı insanları birleştiren bir vasıta olup dünya barışına katkı sağlayan bir etkinliktir⁽¹²⁾. Spor aynı zamanda kültürel, sosyal ve ekonomik kaynaşmanın yanında kişiye mücadele gücü, heyecan, yarışma ve üstün gelme eğitimini de içerir⁽⁵⁾.

Beden eğitimi ve sporun en yaygın şekilde verildiği kurumlardan biri de okullardır. Beden eğitimi dersleri ve spor etkinlikleriyle bir yandan öğrencilerin bedenlerini tanıma, kendi yeteneklerine uygun sporları yapma fırsatları tanınırken, diğer yandan fiziksel, ruhsal ve sosyal yönden kuvvetlenerek, hem kendileri için hem toplum için bir yönüyle hayat kırtarıcı olmaları hedeflenir. Lawson (1984)'a göre beden eğitimi ve spor da problem çözmede en etkili olan alanlardan biridir. Her ikisi de hem bireyin, hem de toplumun ihtiyaç ve beklentilerine hizmet eder ki bu hizmet kişisel, kültürel, sosyal, ekonomik boyutları olan karmaşık bir sorun çözme sürecine dayanır. Özellikle kendi yetenek alanlarında lisans belgeleri çıkartılarak okul içinde ve dışındaki sportif karşılaşmalara çıkan öğrenciler, yaptıkları spor branşını öğrenme, yeteneklerini en üst seviyeye çıkarma, sağlıklı beslenme, aldığı diğer derslerde başarılı olma, kendisini ve oyuncusu olduğu grubu temsil etme, kişiliği ve ahlakıyla da yaptığı sporda kalıcılığını garantileme gibi özellikler kazanırken, aynı zamanda spor ortamlarında karşılaştıkları sorunları aşmaya çalışarak problem çözme becerisi de kazanmış olurlar.

Fiziksel egzersizin bilişsel fonksiyonlar üzerindeki etkisi ile ilgili araştırmalar incelendiğinde, hafif ve orta düzeyde yapılan bedensel aktivitelerin kişinin zihinsel performansı üzerinde olumlu etkileri olduğu ortaya konulmuştur⁽¹⁷⁾. Yapılan farklı çalışmalarda, fiziksel etkinliğin problem çözme sürecine etkisi araştırılmıştır. İsveç'te yürüyen bant (treatmill) üzerinde yapılan bir araştırmada, matematiksel problemlerin çözülmesine yönelik alınan olumlu sonuçlar, bu yaklaşımı desteklemektedir. Diğer yandan, haftada 3 gün orta şiddette yarım saat koşturulan gençlerin programa başlamadan önce ve 12 hafta sonra kendilerine verilen karmaşık zihinsel fonksiyonları ölçen testlerdeki başarılarında anlamlı bir gelişme olduğu belirtilmiştir. Bununla birlikte koşucuların antrenmanı kesmeleri halinde, zihinsel başarı puanlarının da düştüğünü belirtilmektedir. Ayrıca, Duke Üniversitesinde yetişkinler üzerinde yapılan bir araştırmada da, 4 aylık egzersize alınan bir grubun hafıza ve diğer zihinsel becerilerinde anlamlı gelişmeler kaydedildiği belirtilmektedir⁽¹³⁾.

Konu ile ilgili yurtiçinde yapılan çalışmalarda ise, spor yapan ortaöğretim⁽¹⁷⁾ ve üniversitede beden eğitimi ve spor öğrencilerinin genel olarak problem çözme becerilerinin orta düzeyde⁽¹⁵⁾ ve düşük olduğu⁽²⁵⁾ belirlenmiştir. Cinsiyete göre problem

çözme becerileri karşılaştırıldığında ise, bazı çalışmalarda erkek öğrencilerin daha yüksek problem çözme becerisine sahip oldukları⁽²⁷⁾, basketbol oyuncularını üzerinde yapılan çalışmada kadın oyuncuların daha yüksek problem çözme algısına sahip oldukları⁽¹⁴⁾, diğer çalışmalarda ise iki cinsiyet arasında fark olmadığı^(3,25) belirtilmiştir. Ayrıca, beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerin problem çözme becerilerinin sınıf düzeyine göre farklılaştığını⁽²⁷⁾ ve sınıf düzeyleri arasında fark olmadığını⁽¹⁵⁾ belirten çalışmalar bulunmaktadır. Ayrıca Erhan ve ark. (2008) satranç oynamayan öğrencilerin satranç oynayan öğrencilere göre daha fazla aceleci ve kaçınan yaklaşım sergilediklerini, buna karşın satranç oynayan öğrencilerin ise daha fazla planlı yaklaşım düzeyine sahip olduklarını belirlemişlerdir.

Yapılan araştırmalardan yola çıkarak, problem çözme becerisinin geliştirilmesinde etkisi olduğu düşünülen beden eğitimi derslerinin ve özellikle de sporun ortaöğretim öğrencileri üzerindeki etkisinin ortaya çıkarılması önemli görülmektedir. Bu nedenle, bu araştırmadaki amaç ortaöğretim kademesinde okuyan ve lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi ve sporun problem çözme becerisine olan etkisini ortaya koymaktır.

YÖNTEM

Araştırma tarama modelinde bir araştırmadır. Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır⁽¹⁶⁾.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2009-2010 öğretim yılı bahar döneminde Bolu ili Merkez İlçeye bağlı iki ortaöğretim kurumunun 9., 10., 11. ve 12. sınıflarında okuyan 1400 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklemine ise, seçilen bu iki ortaöğretim kurumunda aynı sınıflara devam eden 240'ı kız, 240'ı erkek, toplam 480 öğrenciden oluşmaktadır. Tablo 1'de çalışmaya katılan öğrencilerin sınıf ve cinsiyet düzeylerine göre dağılımları verilmiştir.

Tablo 1. Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyet ve Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımları

Okullar	Cinsiyet	Sınıflar								Toplam	
		9.Sınıf		10.Sınıf		11.Sınıf		12. Sınıf			
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Okul 1	Kadın	30	25	30	25	30	25	30	25	120	50
	Erkek	30	25	30	25	30	25	30	25	120	50
	Toplam	60	50	60	50	60	50	60	50	240	100
Okul 2	Kadın	30	25	30	25	30	25	30	25	120	50
	Erkek	30	25	30	25	30	25	30	25	120	50
	Toplam	60	50	60	50	60	50	60	50	240	100

Tablo 1'e göre, çalışmaya katılan 480 öğrencinin 240 tanesi kız, 240 tanesi ise erkek öğrencidir. Ayrıca, 120 tanesi 9. sınıf, 120 tanesi 10. sınıf, 120 tanesi 11. sınıf ve 120 tanesi ise 12. sınıf öğrencisidir. Tablo 2'de çalışmaya katılan öğrencilerin sınıf ve lisansa sahip olma durumuna göre dağılımları verilmiştir.

Tablo 2. Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Lisansa Sahip Olma Durumuna ve Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımları

Okullar	Lisans	Sınıflar								Toplam	
		9.Sınıf		10.Sınıf		11.Sınıf		12. Sınıf			
		f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Okul 1	Lisanslı	30	25	30	25	30	25	30	25	120	50
	Lisanssız	30	25	30	25	30	25	30	25	120	50
	Toplam	60	50	60	50	60	50	60	50	240	100
Okul 2	Lisanslı	30	25	30	25	30	25	30	25	120	50
	Lisanssız	30	25	30	25	30	25	30	25	120	50
	Toplam	60	50	60	50	60	50	60	50	240	100

Tablo 2 incelendiğinde, çalışmaya katılan 480 öğrencinin 240 tanesinin lisanslı olarak spor yapan, 240 tanesinin ise spor yapmayan lisanssız öğrencilerden oluştuğu görülmektedir. Çalışmaya katılan sporcu öğrencilerin spor yaşı $\bar{X}=3.368 \pm 0.25$ olarak belirlenmiştir.

Veri Toplama Aracı

Bu araştırmada Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından yapılan Problem Çözme Envanteri kullanılmıştır. Problem çözme envanterinin güvenilirlik çalışmasında iç tutarlılık korelasyonuna bakılmış ve alt ölçeklerde .82 ile .85 arasında değiştiği belirlenmiştir^(2,3). Envanter 35 maddeden oluşan, 1-6 arası puanlanan Likert tipi bir ölçektir.⁽¹⁾ “Her zaman böyle davranırım”,⁽⁶⁾ “Hiçbir zaman böyle davranmam” şeklindedir. Puanlamada 9, 22 ve 29. maddeler puanlama dışı bırakılır. Puanlamada 1, 2, 3, 4, 11, 13, 14, 15, 17, 21, 25, 26, 30 ve 34. maddeler ters olarak puanlanır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 32, en yüksek puan ise 192’dir. Puanlamada düşük puanlar problemleri çözmede etkililiği, yüksek puanlar ise problem çözmede etkili çözümler bulamamayı göstermektedir. Envanter üç alt boyuttan oluşmuştur: problem çözme yeteneğine güven, yaklaşma-kaçınma ve kişisel kontrol. Ölçek toplam puan (problem çözme algısı puanı) ve alt ölçeklere ilişkin puanları vermektedir.

Verilerin Çözülmesi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik, ilişkisiz örneklem için iki faktörlü varyans analizi (Anova) istatistiksel tekniğinden yararlanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Ortaöğretimde lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme envanteri alt boyutlarından aldıkları puanların aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 3. Lisanslı Olarak Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Problem Çözme Puanlarının Alt Boyutlarına Göre Betimsel İstatistikleri

Alt Boyutlar	Lisansa Sahip Olanlar						Lisansa Sahip Olmayanlar					
	Kadın			Erkek			Kadın			Erkek		
	N	\bar{X}	SS	N	\bar{X}	SS	N	\bar{X}	SS	N	\bar{X}	SS
Problem												
Çözme	120	26.40	6.38	120	27.03	7.92	120	32.53	8.67	120	32.08	6.85
Yeteneğine												
Güven												
Yaklaşma- Kaçınma	120	45.17	6.79	120	47.91	9.27	120	52.15	10.15	120	52.28	8.23
Kişisel Kontrol	120	16.05	3.34	120	16.20	3.50	120	17.38	3.45	120	18.28	3.30
Toplam	120	87.62	12.24	120	91.17	14.42	120	102.07	18.55	120	102.64	14.52

Tablo 3'e göre, lisanslı olarak spor yapan ortaöğretim öğrencileri ile spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin problem çözme alt boyutlarından elde ettikleri ortalama puanlar incelendiğinde, tüm alt boyutlarda ve toplam puanda lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin daha düşük puanlara sahip oldukları, yani problem çözme algılarının daha iyi olduğu söylenebilir. Ayrıca, lisanslı olarak spor yapan kız öğrenciler ile spor yapmayan kız öğrencilerin problem çözme alt boyutlarından ve toplamda elde ettikleri puanların aritmetik ortalamaları incelendiğinde, yine spor yapan kız öğrencilerin problem çözme güçlerinin spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğu; benzer durumun spor yapan erkek öğrenciler için de gözlemlendiği belirlenmiştir.

Ortaöğretimde lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme becerilerinden problem çözme yeteneğine güven alt boyutunun cinsiyete göre karşılaştırılması amacıyla ilişkisiz ölçümler için iki faktörlü varyans analizi yapılmış ve sonuçları Tablo 4'de verilmiştir.

Tablo 4. Lisanslı Olarak Spor Yapma Durumu ve Cinsiyete Göre Problem Çözme Yeteneğine Güven Alt Boyutunun Karşılaştırılması

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans D.	3729.675	1	3729.675		
Cinsiyet	1.200	1	1.200	66.428	.000**
L X C	37.408	1	37.408	.021	.884
Hata	26725.583	476	56.146	.666	.415
Toplam	448686.00	480			

Lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme yeteneğine güven alt boyutundan aldıkları puanlar üzerinde yapılan iki faktörlü varyans analizi sonucuna göre, lisansa sahip olmaya göre iki grup arasında anlamlı fark bulunurken [$F_{(1,476)} = 66.428, p < 0.01$], cinsiyet [$F_{(1,476)} = .021, p > 0.05$] ve lisans durumu x cinsiyet ortak etkileşimi [$F_{(1,476)} = .666, p > 0.05$] açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Lisanslı öğrencilerin problem çözme yeteneğine güven alt boyutundaki puanların aritmetik ortalaması $\bar{X} = 26.73 \pm 7.15$ iken, lisansız öğrencilerin $\bar{X} = 32.30 \pm 7.80$ 'dir. Bu sonuca göre, lisanslı olarak spor yapan öğrenciler, spor yapmayanlara göre problem çözme yeteneklerine daha fazla güvendikleri, ancak cinsiyete göre problem çözme yeteneklerini benzer düzeyde algıladıkları söylenebilir.

Ortaöğretimde lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin problem çözme becerilerinden yaklaşma-kaçınma ve kişisel kontrol alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması amacıyla ilişkisiz ölçümler için iki faktörlü varyans analizi yapılmış ve sonuçları sırasıyla Tablo 5 ve 6'da verilmiştir.

Tablo 5. Lisanslı Olarak Spor Yapma Durumu ve Cinsiyete Göre Yaklaşma-Kaçınma Alt Boyutunun Karşılaştırılması

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans D.	3870.352	1	3870.352		
Cinsiyet	247.969	1	247.969	51.137	.000**
L X C	204.102	1	204.102	3.276	.071
Hata	36026.325	476	75.686	2.697	.101
Toplam	447061.00	480			

Tablo 5 incelendiğinde, yaklaşma-kaçınma alt boyutunda lisansa sahip olmaya göre iki grup arasında anlamlı fark bulunurken [$F_{(1,476)} = 51.137, p < 0.01$], cinsiyet [$F_{(1,476)} = 3.276, p > 0.05$] ve lisans durumu x cinsiyet etkileşimi [$F_{(1,476)} = 2.697, p > 0.05$] açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin yaklaşma-kaçınma alt boyutundaki puanlarının aritmetik ortalaması $\bar{X} = 46.54 \pm 8.22$ iken, lisanssız öğrencilerin $\bar{X} = 52.22 \pm 9.22$ 'dir. Buna göre, lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin problemlere yaklaşma ve problemlerden kaçınma özelliklerinin, spor yapmayan öğrencilere göre daha fazla etkili oldukları söylenirken, cinsiyetin bu alt boyutta iki grup arasında anlamlı fark oluşturmadığı belirlenmiştir.

Tablo 6. Lisanslı Olarak Spor Yapma Durumu ve Cinsiyete Göre Kişisel Kontrol Alt Boyutunun Karşılaştırılması

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans D.	350.208	1	350.208		
Cinsiyet	33.075	1	33.075	30.322	.000**
L X C	16.875	1	16.875	2.864	.091
Hata	5497.633	476	11.550	1.461	.227
Toplam	144278.000	480			

Lisansa sahip olan ve lisansa sahip olmayan ortaöğretim öğrencilerinin kişisel kontrol alt boyutu puanlarında yapılan iki yönlü varyans analizi sonucuna göre (Tablo 6), cinsiyete [$F_{(1,476)} = 2.864, p > 0.05$] ve cinsiyet X lisans durumunun ortak etkisine [$F_{(1,476)} = 1.461, p > 0.05$] göre anlamlı fark bulunmazken, lisansa sahip olma durumuna göre [$F_{(1,476)} = 30.322, p < 0.01$] iki grup arasında anlamlı fark bulunmuştur. Lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin kişisel kontrol alt boyutundaki puanlarının aritmetik ortalaması $\bar{X} = 16.13 \pm 3.41$ iken, lisanssız öğrencilerin $\bar{X} = 17.83 \pm 3.40$ 'dir. Bu sonuca göre, lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin kişisel kontrol alt boyutunda, spor yapmayanlara göre daha etkili olduğu, ancak cinsiyete göre ise benzer düzeyde oldukları söylenebilir.

Ortaöğretimde lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin toplam problem çözme becerilerinin cinsiyete göre karşılaştırılması amacıyla ilişkisiz ölçümler için iki faktörlü varyans analizi yapılmış ve sonuçları Tablo 7'de verilmiştir.

Tablo 7. Lisanslı Olarak Spor Yapma Durumu ve Cinsiyete Göre Toplam Problem Çözme Becerisinin Karşılaştırılması

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans D.	20163.169	1	20163.169		
Cinsiyet	510.469	1	510.469	88.384	.000**
L X C	265.51	1	265.51	2.238	.135
Hata	108590.092	476	228.130	1.164	.281
Toplam	4541505.000	480			

Tablo 7 incelendiğinde, lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin toplam problem çözme becerisi puanlarında, lisansa sahip olmaya göre iki grup arasında anlamlı fark bulunurken [$F_{(1-476)} = 88.384, p < 0.01$], cinsiyet [$F_{(1-476)} = 2.238, p > 0.05$] ve lisans durumu x cinsiyetin ortak etkileşimi [$F_{(1-476)} = 1.164, p > 0.05$] açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır. Lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin problem çözme becerisi toplam puan ortalaması $\bar{X} = 89.40 \pm 13.47$ iken, lisansız öğrencilerin $\bar{X} = 102.35 \pm 16.62$ 'dir. Aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında, lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin problem çözme algılarının spor yapmayanlara göre daha yüksek olduğu, ancak cinsiyete göre benzer problem çözme becerilerine sahip oldukları sonucuna varılabilir.

Ortaöğretimde lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme becerilerinden problem çözme yeteneğine güven alt boyutunun sınıf düzeyine göre karşılaştırılması amacıyla ilişkisiz ölçümler için iki faktörlü varyans analizi yapılmış ve sonuçları Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8. Lisanslı Olarak Spor Yapma Durumuna ve Sınıf Düzeyine Göre Problem Çözme Yeteneğine Güven Alt Boyutu Puanlarının Karşılaştırılması

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans D.	3729.675	1	3729.675		
Sınıf	299.983	3	99.994	67.750	.000**
L X S	480.442	3	160.147	1.816	.143
Hata	25983.767	472	55.050	2.909	.034*
Toplam	448686.00	480			

Tablo 8 incelendiğinde, farklı sınıf düzeylerinde okuyan ve lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme yeteneğine güven alt boyutundan aldıkları puanlar üzerinde yapılan iki faktörlü varyans analizi sonucuna göre, lisansa sahip olmaya göre [$F_{(1-472)} = 67.750, p < 0.01$] ve lisans durumu ve sınıf düzeyinin etkileşiminde [$F_{(3-472)} = 2.909, p < 0.05$] iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken, sınıf düzeyinde [$F_{(3-472)} = 1.816, p > 0.05$] anlamlı bir fark bulunmamıştır. Lisanslı öğrencilerin problem çözme yeteneğine güven alt boyutundaki puanların aritmetik

ortalaması $\bar{X} = 26.73 \pm 7.15$ iken, lisansız öğrencilerin $\bar{X} = 32.30 \pm 7.80$ 'dir. Bu sonuca göre, lisanslı olarak spor yapma ve spor yapmama durumunun spor yapanlar lehine bu alt boyutta fark yarattığı; farklı sınıf düzeyinde olan öğrencilerin ise benzer problem çözme yeteneğine güven özelliğine sahip olduğu söylenebilir. Ayrıca, lisans durumu ve sınıf düzeyinin problem çözme yeteneğine olan güven üzerindeki ortak etkisine bakıldığında, istatistiksel olarak anlamlı bir etkileşim bulunmuştur. Farklı sınıf düzeyinde okuyan ve spor yapan öğrenciler, farklı sınıf düzeyinde okuyan ve spor yapmayan öğrencilere göre daha fazla problem çözme yeteneklerine güven duymaktadır.

Ortaöğretimde lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme becerilerinden yaklaşma-kaçınma alt boyutunun sınıf düzeyine göre karşılaştırılması amacıyla ilişkisiz ölçümler için iki faktörlü varyans analizi yapılmış ve sonuçları Tablo 9'da verilmiştir.

Tablo 9. Lisanslı Olarak Spor Yapma Durumuna ve Sınıf Düzeyine Göre Yaklaşma-Kaçınma Alt Boyutu Puanlarının Karşılaştırılması

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans D.	3870.352	1	3870.352		
Sınıf	725.956	3	241.985	51.597	.000**
L X S	347.190	3	115.730	3.226	.022*
Hata	35405.250	472	75.011	1.543	.203
Toplam	1210635.000	480			

Tablo 9'a göre, ortaöğretimde farklı sınıf düzeylerinde okuyan ve lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin yaklaşma-kaçınma alt boyutundan aldıkları puanlar üzerinde yapılan analiz sonucuna göre, lisansa sahip olmaya [$F_{(1,472)} = 51.597, p < 0.01$] ve sınıf düzeyine [$F_{(3,472)} = 3.226, p < 0.05$] göre iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken, sınıf düzeyi ve lisans durumu etkileşiminde [$F_{(3,472)} = 1.543, p > 0.05$] anlamlı bir fark bulunmamıştır. Lisanslı öğrencilerin yaklaşma-kaçınma alt boyutundaki puanların aritmetik ortalaması $\bar{X} = 46.54 \pm 8.22$ iken, lisanssız öğrencilerin $\bar{X} = 52.22 \pm 9.22$ 'dir. Buna göre, lisanslı öğrencilerin yaklaşma-kaçınma alt boyutunda, spor yapmayanlara göre daha fazla etkili oldukları söylenebilir. Sınıf düzeylerine göre yaklaşma-kaçınma alt boyutundaki puanların aritmetik ortalamaları karşılaştırıldığında, farkın 11. sınıflar ile 12. sınıflar arasında olduğu belirlenmiştir. 11. sınıfta okuyan öğrencilerin yaklaşma-kaçınma alt boyutundaki puanlarının aritmetik ortalaması $\bar{X} = 51.47 \pm 8.71$ iken, 12. sınıfta okuyanların ortalamaları $\bar{X} = 48.34 \pm 8.11$ 'dir. Bu sonuca göre, 12. sınıfta okuyan öğrencilerin yaklaşma-kaçınma alt boyutunda 11. sınıfa göre daha etkili oldukları söylenebilir.

Ortaöğretimde lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin problem çözme becerilerinden kişisel kontrol alt boyutunun sınıf düzeyine göre karşılaştırılması amacıyla ilişkisiz ölçümler için iki faktörlü varyans analizi yapılmış ve sonuçları Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10. Lisanslı Olarak Spor Yapma Durumuna ve Sınıf Düzeyine Göre Kişisel Kontrol Alt Boyutu Puanlarının Karşılaştırılması

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans D.	350.208	1	350.208		
Sınıf	92.542	3	30.847	30.636	.000**
L X S	59.442	3	19.814	2.698	.045*
Hata	5395.600	472	11.431	1.733	.159
Toplam	144278.000	480			

Farklı sınıf düzeylerinde okuyan ve spor yapan ve spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin kişisel kontrol alt boyutu puanlarında yapılan iki yönlü varyans analizi sonuçları incelendiğinde, (Tablo 10), lisans durumuna [$F_{(1,472)} = 30.636, p < 0.01$] ve sınıf düzeyine [$F_{(3,472)} = 2.698, p < 0.05$] göre istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken, sınıf düzeyi x lisans durumunun ortak etkisine [$F_{(3,472)} = 1.733, p > 0.05$] göre anlamlı fark bulunmamıştır. Lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin kişisel kontrol alt boyutundaki puanlarının aritmetik ortalaması $\bar{X} = 16.13 \pm 3.41$ iken, lisansız öğrencilerin $\bar{X} = 17.83 \pm 3.40$ 'dır. Bu sonuca göre, lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin spor yapmayanlara göre kişisel kontrollerini daha etkili sağladıkları söylenebilir. Ayrıca, sınıf düzeylerine göre kişisel kontrol alt boyutundaki puanların aritmetik ortalamaları karşılaştırıldığında, farkın 11. sınıflar ile 12. sınıflar arasında olduğu belirlenmiştir. 11. sınıfta okuyan öğrencilerin kişisel kontrol alt boyutundaki aritmetik ortalamaları $\bar{X} = 16.47 \pm 3.51$ iken, 12. sınıfta okuyanların ortalamaları $\bar{X} = 17.64 \pm 3.39$ 'dur. Bu sonuca göre, 11. sınıfta okuyan öğrencilerin 12. sınıfta okuyanlara göre kişisel kontrollerinin daha etkili olduğu söylenebilir.

Ortaöğretimde lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin toplam problem çözme becerilerinin sınıf düzeylerine göre karşılaştırılması amacıyla ilişkisiz ölçümler için iki faktörlü varyans analizi yapılmış ve sonuçları Tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11. Lisanslı Olarak Spor Yapma Durumu ve Sınıf Düzeyine Göre Toplam Problem Çözme Becerisinin Karşılaştırılması

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	SD	Kareler Ortalaması	F	p
Lisans D.	20163.169	1	20163.169		
Sınıf	1283.173	3	427.724	89.437	.000**
L X S	1672.556	3	557.519	1.897	.129
Hata	106410.350	472	225.446	2.473	.061
Toplam	4541505.000	480			

Tablo 11 incelendiğinde, farklı sınıf düzeylerinde okuyan ve lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin toplam problem çözme becerileri karşılaştırıldığında, lisansa sahip olmaya göre [$F_{(1,472)} = 89.437, p < 0.01$] iki grup arasında anlamlı fark bulunurken, sınıf düzeyine [$F_{(3,472)} = 1.897, p > 0.05$] göre ve sınıf düzeyi x lisans durumu etkileşimine [$F_{(3,472)} = 2.473, p > 0.05$] göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin problem çözme becerisi toplam puan ortalaması $\bar{X} = 89.39 \pm 13.47$ iken, lisansız öğrencilerin $\bar{X} = 102.35 \pm 16.62$ 'dir. Aritmetik ortalamalar karşılaştırıldığında, lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin problem çözme güçlerinin spor yapmayanlara göre daha güçlü olduğu sonucuna varılabilir.

TARTIŞMA ve SONUÇ

İnsanın zihinsel performansı ile fiziksel uygunluğu arasında olumlu bir ilişki olup olmadığı yıllardır insanların ilgisini çekmiştir. Fiziksel egzersizler ve spor ile bilişsel süreçleri oluşturan ezberleme, kavrama, sınıflandırma, problem çözme, analiz etme, değerlendirme vb. gibi konular ile ilgili daha çok çalışmalara ihtiyaç vardır. Heppner ve Krauskopf (1987)'un da belirttiği gibi karmaşık bir problem çözme süreci olan yaşam içinde bu süreç bir yönüyle problemin kendi doğasından kaynaklanırken diğer yandan problemle karşılaşan kişinin özelliklerine göre anlam kazanmaktadır. Bu iki ayrımdan biri olan kişisel özelliklerin problem çözümüne etkisinin görülmek istendiği bu araştırma sonuçlarına göre, lisanslı olarak spor yapan ortaöğretim öğrencilerinin problem çözme algıları spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerine göre daha yüksek bulunurken, spor yapan öğrencilerin problem çözme algıları orta seviyeye yakın bulunmuştur. Ortaöğretim öğrencileri üzerinde gerçekleştirilen bir çalışmada, öğrencilerin problem çözme becerileri orta seviyede bulunmuştur⁽⁷⁾. Ancak araştırmada spor yapan kız ve erkek öğrencilerin problem çözme algıları ($\bar{X} = 89.40 \pm 13.33$), spor yapmayan öğrencilerin problem çözme algılarından ($\bar{X} = 102.35 \pm 16.62$) daha yüksek bulunmuştur. Lawson (1984)'un da belirttiği gibi beden eğitimi ve spor ortamları problem çözme becerilerinin geliştirilmesi için uygun ortamlardır. Sporcu öğrenciler spor yaparken farklı problem durumları (sporun doğası, diğer sporcular, antrenör, rakip oyuncular, hakem vb. gibi) ile karşı karşıya kalmakta ve çoğu zaman bu problemlerin altından kendi başlarına kalmak zorunda kalmaktadırlar. Bu nedenle, araştırmada elde edilen bu sonuç beklenen ve arzu edilen bir sonuçtur.

Ortaöğretimde okuyan öğrencilerin lisansa sahip olma durumu ve cinsiyete göre problem çözme yeteneğine güven alt boyutuna bakıldığında, lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin spor yapmayanlara göre problem çözme algılarında anlamlı düzeyde olumlu bir algıya sahip oldukları bulunmuştur (Tablo 4). Bu sonuç, sistemli ve disiplinli bedensel çalışma içinde olan lisanslı öğrencilerin Kashihara ve ark. (2009)'nın da belirttiği gibi bedensel aktivitelerin zihin üzerindeki uyarıcı, tetikleyici ve aktif kılıcı etkisiyle ilgili olabilir. Diğer yandan orta düzeyde ve sürekli yapılan sporun zihinsel performans üzerinde olumlu etkisini doğrulayan araştırmalar da bu sonucu destekler niteliktedir⁽¹¹⁾. Bu sonuca bir başka açıdan bakıldığında, öğrencilerin problem çözme becerilerini algılayışlarını ölçmek için kullanılan ölçme aracı onların genel olarak hayatlarında karşılaştıkları

problemleri algılayışlarıyla ilgilidir. Lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin spordan kaynaklı yaşantıları düşünüldüğünde, öğrencilerin istikrarlı ve disiplinli bir şekilde branş alanlarına göre çalışmalara katılmaları, gruplarındaki diğer arkadaşları ile uyumlu bir şekilde çalışmalara ve karşılaşmalara katılmaları, bir grubu temsil etme ve başarı getirme amacının sorumluluğunu taşımaları, karşılaşma için gittikleri yerlerdeki farklı sorunlarla baş etme gereklilikleri gibi yaşamsal problemlerle karşılaşılıyor olmaları onların problem çözmede kendilerine olan güven algılarını olumlu etkilemiş olabilir. Öte yandan öğrencilerin kız ya da erkek olmalarının problem çözme yeteneğine güvenlerini kayda değer düzeyde farklılaştırmadığı görülmüştür. Bu sonucu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (3, 25). Lisanslı olarak spor yapma durumuyla cinsiyet faktörünün ortak etkisine de bakıldığında, problem çözme yeteneğine güven algısında bu durumun anlamlı bir farklılık yaratmadığı bulunmuştur. Bu sonuca göre, farklı cinsiyetteki ortaöğretim öğrencilerinde spor yapma ve yapmama durumunun problem çözme yeteneğine güven üzerinde benzer etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Lisanslı olarak spor yapma durumu ile cinsiyet faktörünün problemlere karşı yaklaşma ya da problemlerden kaçınma durumuna etkisine bakıldığında ise (Tablo 5), lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin bu boyutta anlamlı düzeyde diğerlerinden daha iyi özelliklere sahip olduğu görülmüştür. İnsanların problemlere yaklaşımlarının yaşantı içinde karşılaşılan olaylardan öğrenilmiş bir beceri olduğu düşünülürse, lisanslı spor yapan öğrencilerin yaşantılarındaki kural, ilke, görev ve sorumlulukların bu sonucu oluşturduğu söylenebilir. Diğer yandan öğrencilerin cinsiyetlerinin problemlere yaklaşımlarını kayda değer ölçüde etkilemediği görülmüştür ($p>0.05$). Ayrıca lisanslı olarak spor yapma ile cinsiyetin etkileşiminin de öğrencilerin problemlere yaklaşımlarını anlamlı düzeyde etkilenmediği bulunmuştur. Elde edilen bu sonuçlar, çalışmaya katılan öğrencilerin aldıkları eğitimin benzer olması ve öğrencilerin ÖSS sınavı gibi bir sınava hazırlanmaları ve bu sınavda da problem çözümü ile ilgili süreçlere ihtiyaç duyulması ile açıklanabilir. Araştırmanın spor yapan öğrencilerde yaklaşma-kaçınma alt boyutu ile ilgili çıkan sonuçları, Erhan ve ark. (2008)'nin yaptıkları çalışma sonuçları ile örtüşmektedir. Erhan ve ark. (2008)'nin ilköğretim öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada, satranç oynayan öğrencilerin problem çözümlerine daha planlı yaklaştıkları, satranç oynamayanların ise daha aceleci ve kaçınan yaklaştıkları belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin lisanslı olarak spor yapma durumları ile cinsiyet faktörlerinin problemler karşısındaki kişisel kontrollerine etkisine bakıldığında, lisanslı olarak spor yapan öğrenciler lehine anlamlı bir sonuç çıkmıştır (Tablo 6). Bu sonuca göre lisanslı olarak spor yapan öğrenciler, problemler karşısında kendi kontrollerini daha etkili sağlayabilmektedirler. Beden eğitimi ve spor sayesinde, bireyler kendi yeteneklerinin ve sınırlılıklarının farkına varma, demokratik yaşam koşullarını anlama ve uygulama, yardımlaşma ve paylaşma, liderlik yapma ve lidere uyma ve duygularını kontrol etme gibi özellikler kazanır. Bu bağlamda, araştırmada kişisel kontrol alt boyutunda lisanslı sporcular lehine çıkan sonuçlar, sporun bireylere sağladığı katkılar çerçevesinde düşünülebilir. Ayrıca, Saygılı (2000)'nin belirttiği gibi, bireyin problem çözmeye yönelmesi, cesareti, isteği ve kendine güven duygusu problem çözmede etkilidir⁽¹⁵⁾. Spor ortamlarında öğrencilerin problemlerle sık sık karşı karşıya kalması bu özelliklerinin gelişmesinde etkili olmuş

olabilir. Araştırma sonuçlarına göre spor yapan ve yapmayan farklı cinsiyetteki öğrencilerin, problemler karşısındaki kişisel kontrollerinin benzer şekilde olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin ortaöğretim düzeyinde oldukları ve buluş çağı özelliklerini benzer şekilde taşıyor olabilecekleri göz önünde bulundurulduğunda, karşılaştıkları problemler karşısında farklı olmayan kişisel kontrol tepkisi göstermiş oldukları söylenebilir.

Lisanslı spor yapma durumu ile cinsiyet faktörlerinin toplam problem çözme becerisini algılama düzeylerine etkisine bakıldığında ise, lisanlı olarak spor yapanlar lehine anlamlı bir fark oluştuğu; cinsiyetin ve lisanlı spor yapma ve cinsiyet faktörlerinin ortak etkisinin ise anlamlı bir fark yaratmadığı görülmüştür (Tablo 7). Problem çözme becerisi diğer beceriler gibi öğrenilen bir beceridir ve problem çözme üst düzey bilişsel süreçleri içerir. Bireyproblem çözme becerilerini kullanarak amacına ulaşmasını engelleyen engellerle başa çıkabileceği bir çözüm yolu bulur⁽⁸⁾. Yeni ve farklı yaşantı zenginliklerinin insanların bilgi, görgü ve davranışlarını değiştirdiği hatırlanacak olursa, lisanslı olarak spor yapan öğrencilerin yapmayanlara göre yaşantı farklılıklarının ve problem durumlarıyla sık sık karşı karşıya kalmasının bu sonucu etkilemiş olması muhtemeldir. Ayrıca bu sonuç Kashihara ve arkadaşları (2009) tarafından yapılan çalışma bulguları ile de desteklenmektedir. Cinsiyet faktörünün anlamlı fark yaratmaması ise, bir yandan öğrencilere ölçekte sunulan problem durumlarının genel hayata ilişkin olmasıyla açıklanabilirken, diğer yandan kız ve erkek öğrencilere spor ortamlarında benzer yaşantıların sunulması ve yaş grubu özelliklerinin cevaplarına yansımalarıyla ilgili olabilir. Ayrıca bu sonuç farklı öğretim basamaklarında ve farklı alanlarda problem çözmeyle ilgili yapılan çalışmalar ile desteklenirken^(3, 6, 25), bazı çalışmalar ile farklılık göstermektedir⁽²⁷⁾. Diğer yandan öğrencilerin lisanlı spor yapma durumu ile cinsiyet faktörünün ortak etkisine bakıldığında ise, istatistiksel olarak anlamlı bir etkileşim bulunmamıştır. Bu sonuca göre, problem çözme algısında farklı cinsiyette olup, spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin benzer yaşantılar içinde olmaları, benzer eğitim ortamında bulunmaları ve ÖSS sınavına hazırlık sürecinin benzer olması ve çalışmada kullanılan problem çözme envanterinin spora yönelik değil de, genel ifadeleri içermesi böyle bir sonuca neden olmuş olabilir.

Yapılan araştırmanın diğer bir sonucu da araştırmaya katılan öğrencilerin lisanslı spor yapma durumları ile sınıf düzeyine göre problem çözme becerisini algılama düzeyleri içinde yer alan problem çözme yeteneğine güven, problemlere yaklaşım ve problemler karşısındaki kişisel kontrol alt boyutları ve toplam problem çözme algılarındaki farklılığa ilişkindir. Yapılan iki faktörlü varyans analizi sonucunda, öğrencilerin sınıf seviyelerinin problem çözme yeteneklerine güvenlerinde herhangi bir grup lehine anlamlı fark oluşturmadığı görülmüştür (Tablo 8). Çıkan bu sonuç, öğrencilerin ortaöğretim düzeyinde (9.-12. sınıf) olduğu göz önünde bulundurulacak olursa, öğrencilerin okulda almış oldukları ders içeriklerini hayata dönük problemleri çözecek ya da hayatta kullanacakları şekilde transfer etmelerini sağlayacak şekilde almamış olmalarıyla ilgili olabilir. Dolayısıyla bu durum da öğrencilerin sınıf seviyelerine rağmen benzer problem çözme yeteneğine güven algısı geliştirmelerini etkilemiş olabilir. Araştırmada elde edilen bu sonuç, Türkçapar (2009)'ın yaptığı araştırma sonucu ile desteklenmezken, Karabulut ve ark. (2009)'nın yaptıkları araştırma sonucu ile benzerdir. Ancak, bu araştırmalarda çalışmaya katılanların üniversite

düzeyinde olmaları, bu araştırma sonucu ile farklı sonuç elde edilmesinin nedenlerinden birini oluşturabilir. Çalışmaya katılan öğrencilerin lisanslı olarak spor yapma durumları ile sınıf seviyelerinin problem çözme yeteneklerine güven üzerine olan ortak etkisine bakıldığında, istatistiksel olarak bir etkileşim bulunmuştur ($p < 0.05$). Bu sonuca göre, lisansa sahip olma durumu ve sınıf düzeyleri göz önünde bulundurulduğunda, problem çözme yeteneğine güven algısında farklılıklar olduğu anlaşılmaktadır. Lisanslı olarak spor yapan disiplinli bir şekilde spor yapmanın sınıf seviyelerine göre öğrencilerin problem çözme yeteneklerine güven duygusunu artırıcı etki yarattığı söylenebilir.

Lisanslı olarak spor yapma durumu ile sınıf düzeyinin bir aradayken problemlere yaklaşma-kaçınma alt boyutundaki etkisine bakıldığında ise (Tablo 9), hem lisansa sahip olma, hem de sınıf düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Sınıf düzeyinde elde edilen bu farklılığın 12. sınıflar lehine anlamlı bir fark oluşturduğu görülmüştür. 12. sınıf düzeyinin orta öğretimin en son basamağı olduğu hatırlanacak olursa, bu sonucun öğrencilerin aldıkları aşamalı eğitim birikintisinin onların genel problemlere bakışını etkilemiş olduğu düşünülebilir. Ayrıca 12. sınıf öğrencilerinin yaş ve zamandan dolayı yaşadıkları tecrübe ve olgunlaşmanın bu sonucu etkilemiş olduğu düşünülebilir. Öğrencilerin lisanslı spor yapmaları ile sınıf değişkeni bir aradayken iki grup arasında problemlere yaklaşım boyutunda ise anlamlı bir farklılık oluşmadığı görülmüştür. Bu sonuç, farklı sınıf düzeylerinde okuyan öğrenciler ile sporcu olmayan öğrencilerin problemlere yaklaşım özelliklerinin birbirine benzer olduğunu ortaya koymuştur.

Lisanslı olarak spor yapma durumu ve sınıf düzeyi faktörlerinin problem çözmede kişisel kontrol alt boyutuna etkisine bakıldığında, hem lisansa sahip olmanın, hem de farklı sınıflarda okumanın anlamlı farklılıklar yarattığı belirlenmiştir (Tablo 10). Farklı sınıf düzeylerindeki öğrencilerin kişisel kontrol alt boyutu puanları incelendiğinde 11. sınıf lehine anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Bu durum, 11. sınıf öğrencilerinin ÖSS sınavı öncesi çok fazla stres yaşamamaları ve diğer alt sınıflara göre problem çözme yaşantılarının fazlalığı ile açıklanabilirken, diğer yandan 12. sınıftan beklenen olumlu düzeyin çıkmamasının sebebi ise çalışmanın yapıldığı zamanın ÖSS sınavına çok yakın tarihte olması ve ÖSS sınavının bu öğrencilerin geleceklerindeki önemi nedeniyle kişisel kontrol becerilerini etkilemiş olmasından kaynaklanmış olabilir. Ayrıca, araştırmada lisanslı spor yapma durumu ve sınıf düzeyinin ortak etkisinin bu alt boyutta anlamlı farklılık yaratmadığı belirlenmiştir ($p > 0.05$).

Yapılan bu araştırmada lisanslı spor yapma durumu ve sınıf düzeyinin birlikte etkisinin öğrencilerin toplam problem çözme becerilerini algılayışlarına etkisine bakıldığında ise (Tablo 11), lisans durumunun toplam problem çözme algısında anlamlı düzeyde etkili olduğu, ancak sınıf düzeyinin ve lisanslı olarak spor yapma durumu ile sınıf düzeyinin ortak etkisinin anlamlı farklılık yaratmadığı görülmüştür. Çalışmaya katılan farklı sınıf düzeyindeki öğrencilerin problem çözme algılarında fark olmaması öğrencilerin aldıkları derslerin genel hayatta karşılaşacakları problemleri çözmelerine yardım edici, destekleyici yöntem tekniklerle işlenmemiş olabileceğini akla getirirken diğer yandan öğretim programlarındaki ders içerikleri ve içeriklerin yoğunluğunun bu işlenişi etkilemiş olabileceğini düşündürebilir. Ayrıca çıkan bu sonuç Karabulut ve ark. (2009) ve Çağlayan

(2007) tarafından yüksekokul düzeyinde yapılan çalışmalar ile desteklenirken, Türkçapar (2009) tarafından yine yüksek öğretim düzeyinde yapılan çalışma bulgularıyla farklılık oluşturmaktadır.

Sonuç olarak, araştırmadan elde edilen bulgulara göre lisanlı olarak spor yapmanın yapmama durumuna göre öğrencilerin problem çözme algılarında anlamlı bir fark yarattığı bulunmuştur. Çıkan bu sonuç, eğitim ortamına gelen öğrencinin yetiştirilmesinde disiplinli spor yapmanın onun hayata hazırlanmasındaki katkısının da bir kanıtı olarak düşünülmektedir. Eğer öğrencilere eğitim-öğretim yaşantılarının en başından beri sistemli, düzenli ve yeteneklerine uygun beden eğitimi ve spor yaşantıları sağlanırsa bu durumun, onların sadece fiziksel ve devinışsel gelişimlerine değil, aynı zamanda bilişsel gelişim süreçlerine de profesyonel yardım sağlayacağı ilgililerce dikkate alınmalıdır. Bu nedenle, beden eğitimi ve sporun bilişsel gelişimde önemli yer tutan problem çözme becerisine olan olumlu katkısının okul yöneticilerine ve ailelere açıklanması gerekmektedir. Ayrıca, çağdaş insan niteliklerinden birisi olan problem çözme becerisinin arttırılmasında katkısı bulunan beden eğitimi derslerinin ortaöğretimde seçmeli dersler arasından çıkarılarak zorunlu ders haline getirilmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

1. ALICIGÜZEL, İ. (1979) İlk ve Orta Dereceli Okullarda Öğrenim, 3. Baskı, Ankara: Alıcı Kitapevi.
2. BİLEN, M. (2002) Plandan Uygulamaya Öğretim, Anı Yayıncılık, Ankara.
3. BİLGE, J. ve ASLAN, A. (1999) Akılcı Olmayan Düşünce Düzeyleri Farklı Üniversite Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerini Değerlendirmeleri. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 13: 18.
4. BİNBAŞIOĞLU, C. (1987). Eğitim Psikolojisi. Ankara: Kadioğlu Matbaası.
5. Başbakanlık Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü. Çocuk ve Gençler İçin Sporun Fayda ve Önemi. Ankara: Basım Ofset; 1990: 3–10.(http://www.konya-gsim.gov.tr/document/spor_nedir.htm)
6. ÇAĞLAYAN, H.S. (2007) Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Öğrenme Biçimleri ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara.
7. ÇAĞLAYAN, H.S., TAŞGIN, Ö. ve YILDIZ, Ö. (2008). Spor Yapan Lise Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(1): 62-76.
8. ERDEM, E. (2005) (Edt. Ö. DEMİREL) Probleme Dayalı Öğrenme. Eğitimde Yeni Yönelimler, Pegem A Yayıncılık, Ankara.
9. ERHAN, E., HAZAR, M. ve TEKİN, M. (2008). Satranç Oynayan ve Oynamayan İlköğretim Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi, 10. Uluslar arası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitapçığı, 23-25 Ekim, Bolu, 698-700.
10. HEPPNER, P.P. (1978). A Review of the Problem Solving Literature and It's Relationship to The Counseling Process. Journal of Counseling Psychology. 25: 366-375.

11. HEPPNER, P.P. ve KRAUSKOPF, C.J. (1987). The Integration of Personal Problem Solving Processes Within Counseling. *The Counseling Psychologist*, 15: 371-447.
12. (http://www.konya-gsim.gov.tr/document/spor_nedir.htm)
13. (http://www.genbilim.com/index.php?option=com_content&task=view&id=8170&Itemid=39).
14. İNCE, G., ŞEN, C. (2006) Adana İli'nde Deplasmanlı Ligde Basketbol Oynayan Sporcuların Problem Çözme Becerilerinin Belirlenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, IV(1): 5-10.
15. KARABULUT, E.O., KURU, E. ve PULUR, A. (2009). Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi (Ahi Evran Ve Gazi Üniversiteleri Örneği), *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2): 272-279.
16. KARASAR, N. (1994). *Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar, İlkeler, Teknikler* (6. Basım), Araştırma Eğitim Danışmanlık Ltd., Ankara.
17. KASIHARA ve ark. (2009) Positive Effects of Acute and Moderate Physical Exercise on Cognitive Function. *Journal of Physiological Anthropology*. 28(4): 155-164.
18. LAWSON, Hal-A. (1984). *Problem-Setting for Physical Education and Sport*. *Quest*, 36(1): 48-60
19. LUMPKIN, A. *Physical Education and Sport: A Contemporary Introduction*, Times Mirror/Mosby College Publishing, USA, 1990.
20. Milli Eğitim Bakanlığı İlköğretim Genel Müdürlüğü. *Beden Eğitimi Öğretmen Kılavuzu İlköğretim I. Kademe*. İstanbul: 1997: 8-9
21. MORGAN, T.C. (1991). *Psikolojiye Giriş: Ders Kitabı*, METEKSAN Limited Ştd., Ankara.
22. ŞAHİN, N., ŞAHİN, N.H. ve HEPPNER, P.P. (1993). Psychometric Properties of the Problem Solving Inventory in a Group of Turkish University Students. *Cognitive Therapy and Research*, 17(4): 379-396.
23. SAVAŞIR, İ. ve ŞAHİN. N.H. (1997). *Bilişsel- Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler*, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara.
24. ÖZBAY, Y. (1999). *Gelişim ve Öğrenme Psikolojisi*. Ankara: Empati Yayıncılık.
25. ÖZCAN, G. ve MİRZEOĞLU, D. (2008) Öğretmenlik Bölümlerinde Okuyan Öğrencilerin Problem Çözme Becerilerini Algılayış Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi, 10. Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitapçığı, 23-25 Ekim, Bolu, 581-584.
26. TAMER, K. (1988). *Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi*, A.Ü. Açıköğretim Fakültesi Yayınları No:101, Eskişehir.
27. TÜRKÇAPAR, Ü. (2009) *Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinin Farklı Değişkenler Açısından Problem Çözme Becerileri*. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi, 10(1): 129-139.
28. WUEST, A.D. ve BUCHER, A.C. (1999). *Foundations of Physical Education and Sport*. 13th Edition, Mc Graw Hill, USA.

ENGELLİ BİREYLER İÇİN FİZİKSEL AKTİVİTE: 2009-2010 ÇALIŞTAYLARI SONUÇ RAPORU

Dilara ÖZER*, Gülşah ŞAHİN*

ÖZET

Ülkemizde engelliler için fiziksel aktivite alanında çalışan meslek elemanlarını akademik olarak güçlendirmek, aralarında işbirliği kurmalarını sağlamak, araştırma için motivasyon sağlamak, bilgiyi geliştirmek ve yaymak, böylece bu alanın hem bir meslek hem de bir bilim olarak gelişimine katkıda bulunmak amacıyla 2009-2010 yıllarında "Ulusal Engelli Bireyler için Fiziksel Aktivite Çalıştayı" düzenlenmiştir. Bu makalede her iki çalıştayın sonuç raporları birleştirilerek ele alınmış ve raporda yer alan maddeler uluslararası düzeydeki uygulamalarla karşılaştırılarak tartışılmıştır. Sonuç olarak, engelliler için fiziksel aktivitenin bir bilim, bir meslek, bir hizmet ve bir hak olarak gelişimi için ilgili kurum ve kuruluşlarla işbirliği yapılmak suretiyle yasal düzenlemelere gidilmesi önerilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Engelli Bireyler İçin Fiziksel Aktivite, Çalıştay.

ADAPTED PHYSICAL ACTIVITY: FINAL REPORTS OF 2009-2010 WORKSHOPS

ABSTRACT

Two workshops were held respectively in 2009 and 2010 in Turkey under the name of "National Adapted Physical Activity Workshop" in order to strengthen academically the professionals working in the APA field in our country, to ensure cooperation among themselves, to motivate them for research work, hence to contribute to the development of this field both as a profession and as a science by improving and diffusing the existing APA knowledge. In this article, conclusion reports of both workshops were compiled and taken into account and the points included in both reports were comparatively discussed, supported by experiments of international level. As a conclusion, it was recommended to call for legal arrangements and adjustments and for close cooperation between the interested bodies allowing APA to develop as a science, as a profession, as a recognized service and as a legal right.

Key Words: Adapted Physical Activity, Workshop.

Geliş tarihi: 21.02.2011; Yayına kabul tarihi: 18.03.2011

* Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ÇANAKKALE.

GİRİŞ

Engelliler için fiziksel aktivitenin (EFA) çeşitli yazarlar tarafından yapılmış bir çok tanımı bulunmakla birlikte genel olarak fiziksel aktiviteye katılım için uyarılma gerektiren bireylere yönelik beden eğitimi, spor ve hareket bilimlerinin bir alanı olarak tanımlanmaktadır (Doll-Tepper, 2007). EFA, çoğunlukla engelli bireyleri kapsamakla birlikte, yaşlı bireyler, obesitesi olan bireyler, ya da bir çok nedenden dolayı aktiviteye katılımında çeşitli sınırlılıklara sahip bireyler için de geçerlidir (Sherrill & Shayke, 2008).

Spor bilimleri açısından ele alındığında EFA bilimi, fiziksel aktivite fırsatları ve haklarına eşit şekilde ulaşmak için yeterli güce sahip olmayan ya da kaynaklar açısından dezavantajlı tüm yaşlardaki bireylere yönelik araştırma, teori ve uygulama alanı olarak tanımlanmaktadır. EFA bilimi, hizmetlerin ve desteklerin her türlü ortamda sağlanması nedeniyle, ayrılaştırılmış fiziksel aktivite programları kadar kaynaştırma uygulamalarındaki haklar ve gereksinimlere yönelik araştırma, teori ve uygulamayı da kapsar (Sherrill & Hutzler, 2008).

Ülkemizde EFA bir bilim olarak, 2000 yılından bu yana ilgili dersin Beden Eğitimi Öğretmenliği programlarında zorunlu ders kapsamında yer alması ile ortaya çıkmıştır. Yaşam boyu gelişim bakış açısı ile sadece okul çağında değil, okul sonrası da engelli bireylerin sağlıklı bir yaşam sürdürebilmeleri ve toplumsal yaşamın tüm boyutlarına tam ve etkin katılımları açısından önemli olması nedeni ile giderek antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve rekreasyon gibi spor bilimlerinin diğer alanlarına doğru yayılmıştır. Bu süreç içinde en önemli sorun alanda yetişmiş öğretim elemanı eksikliği olmuştur. Bir bilim olma sürecindeki bu eksiklik doğal olarak beden eğitimi öğretmeni ya da antrenör gibi meslek elemanı adaylarını yetiştirme boyutunda yetersizliklere yol açmıştır.

Ülkemizde engelliler için fiziksel aktivite alanında çalışan meslek elemanlarını akademik olarak güçlendirmek, aralarında işbirliği kurmalarını sağlamak, araştırma için motivasyon sağlamak, bilgiyi geliştirmek ve yaymak, böylece bu alanın hem bir meslek hem de bir bilim olarak gelişimine katkıda bulunmak amacıyla 2009 ve 2010 yıllarında “Ulusal Engelli Bireyler için Fiziksel Aktivite Çalıştayı” düzenlenmiştir. İlk iki gün alana özgü uluslararası düzeyde son gelişmelerin aktarıldığı oturumların ardından üçüncü gün çeşitli başlıklar altında grup çalışmaları yapılmıştır. Bu başlıklar, Uluslararası Uyarlanmış Fiziksel Aktivite Federasyonu’nun EFA için yaptığı tanımdan hareket edilerek oluşturulmuştur. Böylece ülkemizde EFA alanındaki mevcut durum, bir meslek, bir bilim, teori ve pratik arasında dinamik bir sistem, engelli bireylerin haklarını savunma ağı, bir süreç ve ürün olarak ele alınarak (Sherrill, 2007) sorunlar saptanmış ve çözüm önerileri geliştirilmiştir.

Çalıştaylara alanda çalışan ya da ilgi duyan tüm disiplinlerden öğretim elemanları, öğretmenler, lisans ve lisans üstü öğrencileri, sivil toplum örgütleri katılmışlardır. Aynı ayrı çalışan gruplar son oturumda bir araya gelerek raporlarını sunmuşlar, alınan geribildirimlerden yararlanarak raporlarını geliştirmişlerdir. Bu çalışmada, her iki çalıştay sonucu elde edilen raporlar birleştirilmiş, konu alanlarına göre gruplandırılmış ve aşağıda uluslararası uygulamalarla karşılaştırılarak tartışılmıştır.

EFA'nın bir bilim dalı olarak gelişimi

Raporlarda, bilimsel gelişim için yüksek lisans ve doktora programlarının açılarak genç akademisyenlerin yetiştirilmesi, uzmanlık alanı olarak EFA'nın gelişimi için seçmeli derslerin düzenlenmesi, yan dal ve sertifika programlarının açılması ve öğretim programının standartlaştırılması önerilmiştir. Bu öneriler, ülkemizde “Engelliler için Fiziksel Aktivite” nin bilimsel bir disiplin olarak gelişimi için önemli girişimlere gereksinim duyulduğunu ortaya koymaktadır. EFA'nın Avrupa ülkeleri ve Amerika'daki gelişimine bakıldığında yüksek öğrenimde EFA alanında ana dal, yan dal ve sertifika program seçeneklerinin yer aldığı, çoğunlukla yüksek lisans programı olmak üzere doktora programlarının da bulunduğu görülmektedir. Bunların yanı sıra Avrupa'da bir çok ülkede üniversitelerin bir araya gelerek ortak lisans üstü programları ve diploma programları yürüttükleri bilinmektedir. Belçika Leuven Üniversitesinde, 2005 yılından bu yana özel eğitim okulları, rehabilitasyon ve spor ortamlarında çalışabilecek ve araştırma yapabilecek meslek elemanları yetiştirmek amacıyla Erasmus kapsamında “Avrupa Uyarlanmış Fiziksel Aktivite Yüksek Lisans” programı yürütülmektedir (EMMAPA, 2005). Finlandiya'da Haaga-Helia Üniversitesinde özel eğitim okullarında ve spor ortamlarında çalışacak meslek elemanları yetiştirmek amacıyla 2010 yılından bu yana Erasmus kapsamında lisans ve lisans sonrası öğrencilerin kabul edildiği “Engelli Bireyler için Fiziksel Aktivite Diploma Programı” uygulanmaktadır (EUDAPA, 2010).

Şekil 1. Türkiye'de EFA'nın bir bilim dalı olarak gelişimine yönelik öneriler.

1. Lisans düzeyinde seçmeli derslerin ve zorunlu derslerin EFA'nın çeşitli boyutları kapsayacak şekilde düzenlenmesi.
2. Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okullarında “ Engelli Bireyler için Fiziksel Aktivite Anabilim dalı” açılması.
3. Engelli Bireyler için Fiziksel Aktivite Araştırma ve Uygulama Merkezleri” kurulması.
4. Alana özgü önce yüksek lisans daha sonra doktora programlarının açılması, yandal programları ve seçmeli derslerin düzenlenmesi. Lisans üstü programların açılmasında üniversiteler arası iş birliği yapılması.
5. Ulusal ve uluslar arası bilimsel faaliyetlerin (kongre, sempozyum, panel vb.) yaygınlaştırılması.
6. Engelliler için beden eğitimi ve spor öğretmenliği, antrenörlük, rekreasyon uzmanlığı, spor yöneticiliği alanında standartlar oluşturulması.
7. Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunun tüm bölümlerinde engelli öğrenciler için kontenjan ayrılması, engelli bireylerin beden eğitimi öğretmenliği yapması.
8. Üniversitelerin spor kulüplerinde engelli bireyler için spor branşları açılması.

A. EFA'nın bir meslek olarak gelişimi

Ülkemizde engelli bireyler için fiziksel aktivite alanındaki bilimsel gelişimin, okul sistemi içinde yer alan beden eğitimi derslerinin, spor kulüpleri ve diğer kuruluşlar tarafından uygulanan spor programlarını doğrudan etkileyerek, EFA'nın bir hizmet olarak gelişimine katkıda bulunacağı düşünülmektedir. Amerika'da engelliler için beden eğitimi öğretmenliğinin standartları 1995 yılında oluşturulmuş, 1997 yılından bu yana alanda çalışacak öğretmenler için bu standartları içeren bir sertifika eğitimi bir çok eyalette zorunlu kılınmıştır (APENS, 2005). Avrupa'da 2007 yılından bu yana Avrupa Birliği Hayat Boyu Öğrenme projeleri kapsamında lisans öğrencileri ve meslekteki öğretmenlerin hizmet içi eğitimleri için engelliler için beden eğitimi ve spor alanında standart geliştirme çalışmaları başlatılmıştır. Bu projelerden ilki olan ve İrlanda'da Tralee Teknoloji Enstitüsünde 2009 yılında tamamlanan proje beden eğitimi öğretmenliği alanını kapsamaktadır (EIPET, 2009). İkinci proje, Çek Cumhuriyetinde Palacky Üniversitesinde 2010 yılında tamamlanmıştır ve bu proje ile beden eğitimi öğretmenliğinin yanı sıra rehabilitasyon ve rekreasyon alanındaki mesleki standartlar belirlenmiştir (EUSAPA, 2010).

EFA'nın sadece beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümlerinde değil antrenörlük eğitimi, spor yöneticiliği ve rekreasyon bölümlerinde de zorunlu ders olarak yer alması ve yan dal programlarının açılması engelli bireylere yaşam boyu fiziksel aktivitelere katılım olanağını sağlayacaktır. EFA'nın Eğitim Fakültelerinin sınıf öğretmenliği ve özel eğitim bölümleri, çocuk gelişimi ve eğitimi bölümlerine doğru yaygınlaştırılması, hali hazırda örgün eğitim sistemi içinde beden eğitimi öğretmeni ile karşılaşma olanağı olmayan özel gereksinimli öğrencilerin beden eğitimi ve spor derslerine etkin katılımlarını sağlamak için bir çözüm gibi görünmektedir. Ancak sadece öğretmen adaylarının EFA alanındaki eğitimine yönelik düzenlemeler yeterli değildir. Diğer taraftan hizmette bulunan beden eğitimi öğretmenleri, özel eğitim ve sınıf öğretmenleri için EFA alanında hizmetiçi eğitim programlarına büyük bir gereksinim duyulduğu bilinmektedir.

Raporlarda, EFA'nın mesleki gelişiminde, engelli öğrencilerin sistemin içinde yer alabileceği bir takım düzenlemelerin yapılmasının önemli olacağı vurgulanmış, bu nedenle beden eğitimi ve spor yüksek okullarının tüm bölümlerde engelli öğrenci kontenjanlarının artırılması önerilmiştir. Sherrill (2004), engelli bireylerin desteklenerek eğitim ve yönetim alanlarında güçlü pozisyonlara gelmelerini, engelli bireylerin yararına kararların alınmasında ve uygulanmasında, hakların elde edilmesinde önemli görmekte ve bu görüşünü “ Biz olmadan bizimle ilgili hiçbir şey yapılamaz” cümlesi ile ifade etmektedir.

Şekil 2. Türkiye’de EFA’nın bir meslek olarak gelişimine yönelik öneriler

1. Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan beden eğitimi ve spor yüksekokulu mezunlarının mesleki tanımı yapılmalı ve beden eğitimi öğretmeninin istihdamının zorunlu kılınması.
2. Özel eğitim sınıflarında beden eğitimi derslerinin beden eğitimi öğretmenleri tarafından yürütülmesi.
3. Her okula engelli bireylerin haklarını savunacak ve eğitim sürecine katılımları sağlayacak idareci, öğretmen ve diğer öğrencilerin engelli bireylerle uyumunu kolaylaştıracak beden eğitimi öğretmenlerinin yetiştirilip görevlendirilmesi.
4. Kaynaştırma öğrencisinin derse aktif katılımının sağlanması ve yaşanan sorunların çözümlenmesi için okullarda özel eğitim danışmanlığının aktif hale getirilmesi.
5. Tüm beden eğitimi öğretmenlerini kapsayan hizmet içi eğitim programlarının uygulanması.
6. Özel eğitim okullarında ve özel eğitim sınıflarında yeter sayıda beden eğitimi öğretmeni görevlendirilmesi.

Beden eğitimi öğretmenliği özel eğitim ekibi içinde yer alan bir meslek olarak Milli Eğitim Bakanlığı Özel eğitim Hizmetleri yönetmeliğinde tanımlanmadığı için, beden eğitimi öğretmenleri Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde istihdam edilmemekte, özel eğitim sınıflarında görevlendirilmemektedir. Özel eğitim okullarındaki beden eğitimi öğretmen sayısı da gereksinimi karşılayacak düzeyde değildir.

B. EFA’nın bir hizmet olarak gelişimi

EFA, kaynaştırma ortamlarında ve ayrılaştırılmış ortamlarda beden eğitimi, rekreasyon ve serbest zaman etkinliklerini, yarışmaya dayalı ve elit sporları, rehabilitasyon ve sağlık hizmetlerini kapsayan bir hizmet alanıdır ve bu alanlarda, uyarlanmış beden eğitimi öğretmenleri, engelli sporcu antrenörleri, rekreasyon alanında program geliştiriciler, rekreasyon uzmanları, kaynaştırma fitness liderleri, psikomotor terapistler, toplumsal kaynaştırma program yöneticileri, engelli sporları yöneticileri gibi meslek elemanları çalışmaktadır (Sherrill & Hutzler, 2008).

Çalıştay raporlarında EFA’nın bir hizmet alanı olarak gelişimi açısından okullardaki beden eğitimi ders ortamı ve belediyelerin fonksiyonları üzerinde durulmuştur. Okullarda, engelli çocukların beden eğitimi derslerine katılabilmeleri için uygun fiziksel düzenlemelerin yapılması (asansör, rampa ve spor salonu gibi), beden eğitimi ders saatlerinin arttırılması ve derslerin dans, ritm, cimnastik ve yüzme gibi branşları kapsayacak şekilde çeşitlendirilmesi, beden eğitimi hizmetinin zorunlu hizmet kapsamına alınması, beden eğitimi dersleri için yakın çevrenin fiziksel olanaklarından (spor salonu

ve gönüllüler) yararlanılması, ders araç ve gereçlerine yönelik düzenlemelerin yapılması, tüm öğretmen, öğrenci ve velilerin kaynaştırmaya yönelik olumlu tutum geliştirmeleri için programların düzenlenmesi, kaynaştırma öğrencilerinin Beden Eğitimi dersine aktif katılımları için öğretim programında, materyallerde ve programda uyarlamalar yapılması, okullarda kaynaştırma spor takımlarının oluşturulması, kaynaştırma ortamının nitelikli hale getirilmesi için okullarda özel eğitim danışmanlığının aktif hale getirilmesi önerilmektedir.

Amerika Birleşik Devletlerinde, EFA'nın gelişiminde kilometre taşının 1975 yılında tüm çocuklar için beden eğitimi zorunlu kılan, bireysel beden eğitimi programlarının uygulanmasını hükme bağlayan ve spora katılım için eşit fırsatlar veren PL 94-145 nolu yasa olduğu unutulmamalıdır. 1990 yılında Engelli bireylerin eğitim kanunu (IDEA) olarak isimlendirilen bu yasa ile gerektiğinde özel olarak planlanmış, beden eğitimi hizmetlerinin öğrencilerin bireysel değerlendirmeleri temel alınarak en az kısıtlayıcı eğitim çevresinde, çocuğun gereksinimlerine uygun, ücretsiz olarak sunulması için değişikliğe gidilmiştir. IDEA özel eğitim gerektiren doğrudan hizmetleri, ilgili hizmetlerden ayırır. IDEA beden eğitimi, özel eğitim tanımının bir parçası olarak, doğrudan ve bu nedenle de gerekli bir hizmet olarak belirtmiştir (Sherrill, 2004).

Çalıştay raporlarında belediyeler “Engelliler için Serbest Zaman Aktiviteleri Merkezleri” kurulması, bu birimlerde istihdam edilecek antrenör, spor yöneticisi ve rekreasyon uzmanları tarafından okul sistemi içinde bulunan, okuldan ayrılmış ya da hiç bu sistemin içinde yer almamış tüm yaştaki bireyler için fiziksel aktivitelerin düzenlenmesi önerilmektedir. 2005 yılında yürürlüğe giren 5393 nolu belediye kanununda Madde 14-b, Madde 38-n, engelli bireylere sunulacak genel hizmetlerle ilgilidir. Madde 14-b’de “Gerektiğinde, öğrencilere, amatör spor kulüplerine malzeme verir ve gerekli desteği sağlar, her türlü amatör spor karşılaşmaları düzenler” denmektedir. Madde 77’de “Spor konusunda özrüllürlere yönelik etkinliklerinde gönüllü katılımına yönelik programlar uygulanması” ifadesine yer verilmektedir (Belediye Kanunu, 2005). Bu kanun kapsamında doğrudan engelli bireylerin spor ya da serbest zaman aktivitelerine katılımlarının sağlanması konusunda bir madde bulunmamaktadır.

C. Bir hak olarak EFA'nın gelişimi

BM Genel Kurulu tarafından 13 Aralık 2006 tarihinde kabul edilen “Engelli Hakları Sözleşmesi” nin 81 ülkenin yanı sıra Türkiye tarafından da 30 Mart 2007 tarihinde imzalanması, ardından da 27/5/2009 tarihinde T.C. Bakanlar Kurulu’na onaylanarak yürürlüğe girmesi (Milletlerarası Sözleşme, 2009), EFA alanında ihtiyaç duyulan düzenlemelerin yapılması için önemli bir dayanak oluşturmaktadır. Bu sözleşmenin 30. Maddesi engelli bireylerin “Kültürel Yaşama, Dinlenme, Boş Zaman Aktiviteleri ve Spor Faaliyetlerine Katılımları” ile ilgili haklarını kapsamaktadır. Otuzuncu maddenin beşinci bendi özellikle spor haklarını vurgulamaktadır. Buna göre taraf devletler, engelli bireylerin her seviyedeki genel spor etkinliklerine mümkün olduğunca tam katılımını cesaretlendirmek

ve artırmak, diğer bireylerle eşit koşullar altında onlara uygun bilgi ve eğitimin verilmesini ve kaynakların sunulmasını sağlamak, okullardaki etkinlikler dahil olmak üzere, oyun, eğlence, boş zaman aktiviteleri ve spor etkinliklerine eşit şekilde katılabilmelerini sağlamak, spor etkinliklerine ve hizmetlerine erişimlerini sağlamakla yükümlüdür.

Çalıştayda ele alınan EFA'nın temel konuları doğrudan BM Engelli Hakları Sözleşmesinin 30. Maddesi ile ilgili olmakla birlikte ayrı bir başlık altında incelenmiş ve bu maddenin hayata geçirilmesi için "Özürlüler İdaresi Başkanlığı, Üniversiteler, Milli Eğitim Bakanlığı ve STK temsilcilerinin de katılımı ile bir eylem planının hazırlanması" görüşünde birleşmiştir.

Sherrill (2007), sosyal hakların elde edilmesinde ilk adımın farkındalığı artırmak olduğu görüşünden hareket ederek bu konuda EFA alanında meslek elemanlarının işlevlerine dikkat çekerek ve sporcuları desteklemek, programları başlatmak ve sürdürmek, oyunlara ve karşılaşmalara seyirci toplamak, engelli bireyleri için sporun yararları hakkında bilgi temin etmek için yerel düzeyde hepimizin bu hakları savunması gerektiğinden söz eder (Sherrill, 2004). Hakların savunulması doğrudan politika ile ilgilidir ve bu açıdan ele alındığında EFA alanında çalışan meslek elemanları da politikanın içinde yer alırlar. Çünkü, politika aynı zamanda cinsiyet, sosyo ekonomik düzey, bölge ya da etnik köken temelinde topluma dahil etme ya da ayırıştırma ve kaynakların dağılımına karar vermeyi kapsar. EFA alanında çalışanlar da, politikanın tam olarak bu tanımla ile örtüşen bir şekilde kaynaklardan diğerlerine oranla daha az yararlanan ve daha az güce sahip olan insanları güçlendirmek için gayret ederler (Sherrill, 2007).

SONUÇ

2009-2010 yıllarında düzenlenen iki çalıştay raporuna göre ülkemizde EFA alanının bir bilim dalı olarak, bir meslek olarak, bir hizmet olarak ve bir hak olarak gelişimi için ortaya koyulan öneriler, bu konuda çeşitli girişimlerin başlatılması gerektiğini ortaya çıkarmıştır.

Alana özgü lisans ve lisans üstü derslere ilişkin düzenlemeler, araştırma merkezleri ve anabilim dallarının açılması gibi girişimlerin bir kısmı akademisyenlerin örgütlenmeleri ve Yüksek Öğretim Kurulu ile işbirliği ile başlatılacak etkinliklere dayalıdır.

EFA'nın bir meslek, bir hizmet ve bir hak olarak gelişimi için akademik alandaki çalışmaların yanı sıra yasal düzenlemelere gereksinim duyulmaktadır. Bu yasal düzenlemelerin yapılabilmesi Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı ve Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü başta olmak üzere bir çok kurum ve kuruluşun işbirliğinin sağlanmasını gerektirmektedir. Ancak tüm bu girişimler için alanda bilimsel aktivitelere katılan, araştırma yapan, projeler geliştiren, ulusal ve uluslararası düzeyde mesleki örgütlere katılan, kendini mesleğine adanmış öğretim elemanlarına ihtiyaç duyulduğu unutulmamalıdır.

KAYNAKLAR

- Sherrill, C. (2007). The Passion of Science: Research and Creativity in Adapted Physical Activity. *Sobama Journal*. 12(1): 1-5.
- Doll-Tepper, G. (2007). International Developments in Sports for Persons with a Disability. *Sobama Journal*. 12(1):7-12.
- Sherrill, C., & Hutzler, Y. (2008). Adapted Physical Activity Science. Borms, J. (Ed.) *Directory of Sport Science*. 5th ed. 90-103.
- Sherrill, C. (2004). *Adapted Physical Activity, Recreation, and Sport*. Sixth Edition. Mc Graw Hill.
- EMMAPA, (2005). Erasmus Mundus Master in Adapted Physical Activity. 05.12.2010, <http://www.erasmusmundus.be/>
- EUDAPA, (2010). European University Diploma in Adapted Physical Activity. 05.12.2010, <http://www.haaga-helia.fi/eudapa>
- EIPET, (2009). European Inclusive Physical Education Training. Resource Pack. Tralee Technology Institution, Ireland.
- EUSAPA, (2010). European Standarts for Adapted Physical Activity. 05.12.2010, <http://eusapa.upol.cz>.
- APENS, (2005). Adapted Physical Education National Standarts. Luke E. Kelly (Project Director). Human Kinetics.
- Belediye Kanunu, (2005). T.C. Resmi Gazete, 25874, 13/07/2005.
- Milletlerarası Sözleşme, (2009). T.C. Resmi Gazete, 25874, 27288, 14 Temmuz 2009.

KATILIMCI MERKEZLİ FİZİKSEL AKTİVİTE DANIŞMANLIĞININ SEDANTER KADINLARIN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİNİN ÖLÇÜLMESİ

Özkan ALTUN *, M. Settar KOÇAK**

ÖZET

Bu çalışmanın amacı 4 haftalık PACE® programının (Katılımcı Merkezli Fiziksel Aktivite Danışmanlığı Programı) çalışan sedanter kadınların fiziksel aktivite seviyesindeki ve fiziksel aktivite davranış basamakları üzerindeki etkisini ölçmek ve fiziksel aktivite seviyesi ile fiziksel aktivite davranış basamağı arasındaki ilişkiyi incelemektir. PACE® programında katılımcı fiziksel aktivite davranış basamağındaki seviyesine uygun olarak, PACE® materyallerinin kullanıldığı danışmanlık hizmeti alırlar. Danışmanlık sırasında fiziksel aktivitenin sağlık üzerindeki olumlu etkileri anlatılır ve danışman ile birlikte fiziksel aktivite hedefi belirlenir. Araştırmada kontrol gruplu deneysel yöntem kullanılmıştır. Fiziksel aktivite seviyesi ve fiziksel aktivite davranış basamakları çalışmanın başlangıcında ve bitişinde ölçülmüştür. Ölçümler için PACE Skorunuz Nedir? Anketi, Fiziksel Aktivite Hazır Olma Durumu Anketi (PAR-Q), Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (FADA) kullanılmıştır. Dataların incelenmesi için betimsel istatistik, tekrarlı tek faktörlü ANOVA ve doğrusal korelasyon kullanılmıştır. Bu çalışmaya ODTÜ'de farklı birimlerde çalışan 182 sedanter kadın katılmıştır. Çalışmaya katılanlar random olarak kontrol ve deney gruplarına ayrılmışlardır. 87 katılımcı deney grubunda PACE® programını almıştır, 95 katılımcı ise kontrol grubunda herhangi bir fiziksel aktivite danışmanlık programı almamışlardır. Deney grubu PACE® programı başlangıcından 2 hafta sonra destek telefonu veya elektronik posta ile bilgilendirilmiştir. 4 hafta sonra her iki grubun fiziksel aktivite seviyeleri ve fiziksel aktivite davranış basamağı yeniden ölçülmüştür. Gruplar arasında 4 hafta sonunda fiziksel aktivite seviyeleri ve fiziksel aktivite davranış basamakları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir değişim gözlenmiştir. Fiziksel aktivite danışmanlığı alan grubun fiziksel aktivite seviyesi artmıştır ($p<0.05$) ve fiziksel aktivite davranış basamağında ilerlemiştir ($p<0.10$). Kontrol grubun fiziksel aktivite seviyesi ve fiziksel aktivite davranış basamağı seviyesi azalmıştır. Ayrıca fiziksel aktivite seviyesi ile fiziksel aktivite davranış basamağı arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır. PACE® programı alan deney grubunun fiziksel aktivite seviyesi ve fiziksel aktivite davranış basamağında olumlu yönde gelişme görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite Danışmanlığı, Sedanter Kadınlar, PACE®, Fiziksel Aktivite Davranış Basamağı, Fiziksel Aktivite Seviyesi.

Geliş tarihi: 11.04.2011; Yayına kabul tarihi: 28.04.2011

* Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Spor ve Rekreasyon Müdürlüğü, KUZEY KIBRIS.

** Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, ANKARA.

THE EFFECT OF PARTICIPANT-CENTERED PHYSICAL ACTIVITY COUNSELING ON THE PHYSICAL ACTIVITY LEVEL OF SEDENTARY WORKING WOMEN

ABSTRACT

The purposes of this study were to test the effect of four-week PACE® program in increasing participants' physical activity level and stages of change and examine the relationship between physical activity level and stages of change. Women receive brief and participant centered counseling in the PACE® program. Provider and woman establish physical activity goal and discuss the benefits of physical activity with respect to PACE® materials during counseling. A controlled trial, experimental design was applied. Physical activity level and stages of change were recorded at baseline and at study conclusion. For the data collection What is Your PACE Score Questionnaire, FADA Questionnaire and Physical Activity Readiness Questionnaire (PAR-Q) were used. Descriptive statistics, one way repeated measures of ANOVA and simple linear correlation were used to analyze data.

Participants were 182 women Middle East Technical University personnel from different units. Study participants were randomized into intervention and control groups. 87 women received the PACE® program were compared 95 women in the control group who did not receive PACE® program. The intervention group received PACE® program with respect to their stages and a booster phone call or e-mail two weeks later after counseling. After 4 weeks, all participants were reassessed for stages of change and physical activity level. There was a significant difference in measurement of physical activity level and stages of change between intervention and control group before and after intervention. The intervention group' physical activity level ($p < 0.05$) and stages of change ($p < 0.10$) increased but the control group decreased. Besides, changes in physical activity level were moderately and positively correlated with stages of change.

Key Words: *Physical Activity Counseling, Sedentary Women, PACE, Physical Activity Stages of Change, Physical Activity Level.*

GİRİŞ

Düzenli bir şekilde fiziksel aktivitelerde bulunmanın kalp ve damar hastalıkları, tip 2 diyabet, yüksek tansiyon, bazı kanser türleri ve obezite gibi birçok kronik hastalıklara yakalanma riskini ve ölüm oranını azalttığı araştırmalar tarafından desteklenmektedir⁽⁴⁾. Fiziksel aktivitelerde bulunmanın bir diğer yararı kişilerde stres ve depresyon azaltmaya ve özgüveni artırmaya yardımcı olmasıdır⁽⁶⁾. Bir başka faydası da kas-iskelet sistemini destekleyerek kemiklerin korunmasında rol oynamasıdır. Smith ve arkadaşları (1989) yaptıkları çalışmada 4 yıl boyunca egzersiz yapmanın orta yaşlı kadınlardaki kemik erimesini önlemesi üzerindeki etkilerini incedi ve bulgular gösterdi ki egzersiz yapmak menopoz öncesi ve sonrası kadınlarda önemli ölçüde kemik kaybını azaltmada etkindir⁽²⁴⁾.

Hareketsiz yaşam tarzı tercihi özellikle gelişmiş ülkelerde yaygın görülen bir problem olmakla beraber hem erkek hem de kadınlar için ciddi bir tehdittir. ABD'de 1990 yılında yapılan Ulusal Sağlık Araştırmasında; bütün yaş gruplarında, kadınların erkeklere oranla daha az fiziksel aktivitelerde bulunduğu tespit edilmiştir⁽¹⁴⁾. Avrupa birliğine üye ülkelerde

kadınların erkeklerden daha pasif oldukları bulunmuştur. Ayrıca erkeklerin spor ve boş zaman aktiviteleri yoluyla kadınlardan daha çok fiziksel aktivitelere katıldıkları tespit edilmiştir⁽⁵⁾. Dünya Sağlık Örgütü'nün (2003) Türkiye'nin kırsal bölgelerinde ve kentlerinde yapmış olduğu araştırma sonucunda kadınların erkeklere oranla daha pasif olduklarını ve kadınlarda fiziksel aktivitelere bulunma oranının yaşla ters orantılı olduğunu tespit etmişlerdir⁽¹⁸⁾.

Düzenli olarak orta şiddette fiziksel aktivitelere bulunmanın faydaları çok sayıda bilimsel araştırmalar ile desteklendikçe, kişilerde fiziksel aktivite alışkanlığı kazanmayı destekleyecek kısa ve teori tabanlı programlara duyulan ihtiyaç da artmıştır. Fiziksel aktiviteyi katılımı destekleyici programlar yüz yüze olarak ya da internet, mobil teknoloji, elektronik posta, yazılı materyaller, televizyon gibi farklı yollarla ve farklı gruplara örneğin, yaşlılara, annelere ya da hastalara yönelik uygulanmaktadır⁽⁹⁾. Son yıllarda Transteorik (Transtheoretical) modelin fiziksel aktiviteleri katılımı destekleyici danışmanlık programlarında uygulanması büyük dikkat çekmiştir⁽¹⁵⁾.

Transteorik modelin fiziksel aktivite davranış basamaklarını kullanan fiziksel aktivite danışmanlık metodları, tercihen katılımcı merkezli fiziksel aktivite danışmanlık programı (PACE®); sedanter insanların fiziksel aktivitelere katılma oranını arttırmak için kullanılmaktadır. PACE® programı doktorlar, davranış bilimciler ve San Diego Üniversitesi çalışanları, toplum sağlığı ve egzersiz uzmanları ile Amerika Hastalıktan Koruma ve Kontrol merkezinin desteği ile geliştirilmiştir. Transteorik Model'in değişim aşamaları üzerine kurulu olan PACE® programı öz yeterliliği arttırmayı, fiziksel aktiviteye katılmamaya neden olan engelleri ortadan kaldırmayı ve fiziksel aktivitelerin yararlarının farkındalığı arttırmayı amaçlar. Katılımcı merkezli ve bireylerin PACE® değerlendirme sonuçlarına göre kısa bir danışmanlık hizmeti uygular⁽¹³⁾. Long ve meslektaşları (1996) PACE® programını ABD'nin dört değişik bölgesinde test ettiler ve PACE® programının etkili olduğunu ve materyallerin hem danışmanlar hem de danışanlar için başarılı olduğunu gösterdiler⁽⁸⁾.

PACE® programı farklı ülkelerde uygulanmaktadır. Örneğin, iş yerlerinde PACE® tabanlı fiziksel aktivite danışmanlığı programı, Hollanda'da çalışanların fiziksel aktivite düzeylerini olumlu olarak etkilemiştir⁽¹⁶⁾. PACE® programı İtalya'da fazla kilolu ve obez insanlara uygulanmıştır. Bulgular deney grubundaki kişilerin vücut kitle indekslerinin (BMI) ve bel çevresi ölçümlerinin azaldığını göstermiştir⁽²⁾. Hollanda'da yapılan çalışmada PACE® programının fiziksel aktiviteyi katılımı olumlu yönde teşvik etmek amacıyla kullanılabilir ve uygulanabilir bir program olduğu incelenmiştir⁽¹⁷⁾. PACE® programı aşırı kilolu ve obez hastalarda test edildi ve PACE® denek grubunun BMI ve bel çevresi ölçülerinin azaldığı görülmüştür⁽¹⁾. Diğer taraftan literatürde bazı çalışmalar PACE® programının farklı sonuçları olduğunu göstermektedir. Norris ve arkadaşlarının (2000) yapmış oldukları çalışmada PACE® programı 30 yaş ve üstü 812 hastaya 6 ay boyunca uygulanmıştır. PACE® programının hastaların kişilerin kendi bildirdikleri fiziksel aktivite düzeylerini arttırmada başarılı olmadığı, fakat niyet evresinde olan kişileri ileri niyet aşamalarına taşımada etkisi olduğunu tespit etmiştir⁽¹¹⁾.

YÖNTEM

Katılımcılar 1 ve 16 Mart 2009 tarihleri arasında üniversitede pano ilanlarıyla, üniversite çalışanlarına PACE® programı hakkında gönderilen elektronik posta gönderimleri ve www.sporhocam.com internet sitesi ile belirlendiler. İki yüz on dokuz kadına formları doldurmak için süre verildi. Potansiyel katılımcılardan yirmi dokuzunun (%13.24) başvuruları reddedildi. Yüz doksan dokuz kadın araştırmada yer almayı kabul etti ve gönüllü katılım formunu imzaladı. Yedi tanesi araştırma dışında bırakıldılar çünkü "PACE Skorunuz Nedir?" anketinde verdikleri cevaplarda fiziksel olarak orta düzey aktivitelerde buldukları anlaşılmıştır. Bir tanesi PAR-Q anketinin cevaplarında belirttiği üzere fiziksel problemlerden dolayı çalışmaya dahil olamamıştır. 21-57 yaş aralığındaki üniversitede çalışan 182 kadın personel katılımcı random olarak kontrol ve deney gruplarına ayrılmışlardır. 87 katılımcı deney grubunda kişiye uygun PACE® programı almıştır, 95 katılımcı ise kontrol grubunda herhangi bir fiziksel aktivite danışmanlık programı almamışlardır. Her iki gruba PACE Skorunuz Nedir? ve FADA (Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi) başlangıç aşamasında ve 4 haftalık sürecin sonunda uygulandı.

Çalışma 16 Mart'ta başladı, 4 hafta sürerek 26 Nisan 2009'da sona erdi. Deney grubundaki kadınlara uzman danışman tarafından kişiye uygun PACE® danışmanlık programı uygulanmıştır. Danışmanlıktan iki hafta sonra deney grubu danışmandan motive edici telefon görüşmesi ve elektronik posta aldı.

SONUÇLAR

Katılımcıların yaş ortalaması 31.26'dır. Katılımcıların %46,7'si 30 yaş altında, %53,2'si de 30 yaş üstündedir. Grubun %75,8'inin eğitim seviyesi lisans düzeyindedir. Yine grubun yarısı (%51,1) evlidir. Grubun %72' si sigara içmemektedir,

Başlangıç Fiziksel Aktivite Ölçütleri

Katılımcıların PACE skorlarının (Hali hazırdaki fiziksel aktivite durumu) ortalaması 2.34'tür. Katılımcıların PACE sonuçlarına göre mevcut fiziksel aktivite ortalamaları niyet evresindedir. Bir başka deyişle katılımcılar sonraki 6 aylık süre içinde mevcut fiziksel aktivite düzeylerini olumlu yönde değiştirmeyi ciddi bir şekilde planlamaktadırlar. Katılımcıların başlangıçta bildirdikleri fiziksel aktivite ortalamaları 567.87 MET/Hafta değerindedir. Ortalama vücut kitle indeksi bütün grup için 22.37'dir.

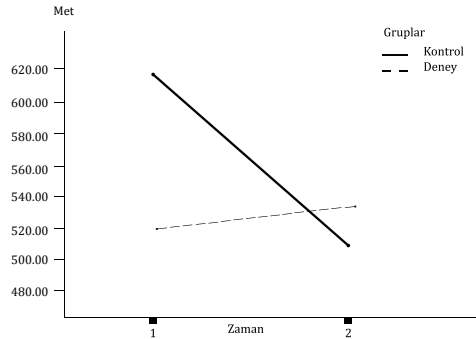
Deney grubundaki katılımcılar dört haftalık PACE programı sonunda kontrol grubundakilere oranla fiziksel aktivite düzeylerini arttırdılar mı?

Tablo 1'den de anlaşılacağı gibi deney grubunun fiziksel aktivite düzey ortalaması PACE programının öncesine oranla (527.07 ± 390.65), PACE programından hemen sonra artış göstermiştir (537.80 ± 291.55). Fakat kontrol grubunun fiziksel aktivite düzey ortalamasında dört hafta sonunda düşüş görülmüştür (605.24 ± 453.07) değerlerinden (492.27 ± 492.27) (Grafik 1)

Tablo 1. Deney ve Kontrol Grubu Fiziksel Aktivite ve PACE Değerleri

Değişkenler	Kontrol Grubu Başlangıç Ortalama (ss)	Kontrol Grubu 4 hafta sonra Ortalama (ss)	Deney Grubu Başlangıç Ortalama (ss)	Deney Grubu 4 hafta sonra Ortalama (ss)
PACE – Değişim (182)	2.53 (1.06)	2.43 (1.06)	2.14 (.99)	2.47 (.97)
FADA Anket MET-dakika/hafta	605.24 (453.07)	492.27 (369.10)	527.07 (390.65)	537.80 (291.55)

Deney grubunun fiziksel aktivite düzeylerindeki çalışma öncesi ve sonrasındaki artışı kontrol grubu ile karşılaştırmak amacı ile tekrarlı tek faktörlü ANOVA uygulanmıştır. ANOVA sonuçları ilk hafta ve dördüncü haftalar arasındaki farkı istatistiksel olarak anlamlı bulmuştur. (Wilks'Λ=.98, $F(1,180)=3.74$, $p=0.06$, multivariate $\eta^2=.02$). Ayrıca deney grubu ve kontrol grubu arasında çalışma öncesi ve sonrası fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. (Wilks'Λ=.97, $F(1,180)=5.48$, $p=0.02$, multivariate $\eta^2=.03$).

Grafik 1. Grupların Zamana Göre Fiziksel Aktivite Değerleri (MET)

Gruplar arasında yapılan ikili karşılaştırma sonucu istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0.06$, $p<0.10$).

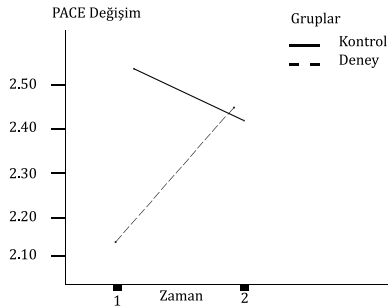
Deney grubu 4 haftalık çalışma sürecinin ardından PACE fiziksel aktivite davranış basamaklarında kontrol grubuna oranla ilerleme kaydetti mi?

Tablo 1'e göre kontrol grubunun PACE sonuçlarından görüldüğü gibi ortalama değerleri (2.52 ± 1.06)'den (2.43 ± 1.06) değerlerine kadar düşmüştür. Fakat deney grubunun PACE niyet değerleri (2.14 ± 0.99)'dan (2.47 ± 0.98)'ya yükselmiştir.

PACE programının deney grubu ve kontrol grubunda yer alan hareketsiz çalışan kadınların PACE programı öncesi ve sonrasındaki değişiklik aşamaları üzerindeki etkisini

değerlendirmek için tekrarlı tek faktörlü ANOVA uygulanmıştır. Çalışmada geçen sürenin gruplar üzerindeki etkisi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (Wilks' Λ =95, $F(1,180)=9.80$ $p=0.002$, multivariate $\eta^2=.05$). Ayrıca deney ve kontrol grupları arasında çalışma öncesi ve sonrasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (Wilks' Λ =.85, $F(1,180)=31.55$, $p=0.00$, multivariate $\eta^2=.15$). Deney grubunun PACE fiziksel aktivite davranış basamaklarında niyet seviyelerinin danışmadan sonra olumlu olarak yükseldiği fakat kontrol grubunun değerlerinin düştüğü tespit edilmiştir (Grafik 2).

Grafik 2. Grupların Zamana Göre PACE Değişim Aşamaları Değerleri



Gruplar arasında yapılan ikili karşılaştırma sonucu istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p=0.06$, $p<0.10$).

Fiziksel Aktivite Düzeyi ile Fiziksel Aktivite Davranış Basamakları Arasındaki İlişki Nedir?

Fiziksel aktivite düzeyi ve fiziksel aktivite davranış basamakları değişimi arasında ne tür bir ilişki var? Basit doğrusal korelasyon analizi gösteriyor ki fiziksel aktivite ve değişim aşamaları arasında pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($r=.23$, $p<0.01$). PACE değişim aşamalarında ilerledikçe fiziksel aktivite düzeyinde de artış görülmektedir. Ayrıca fiziksel aktivite düzeyindeki değişim ve değişim aşamalarındaki ileri seviyelerindeki değişim arasında pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır ($r=.18$, $p<0.05$). Eğer değişim aşamalarının ileri seviyelerinde ilerleme kaydedilirse, fiziksel aktivite düzeyinde de olumlu ilerleme görülür.

TARTIŞMA

PACE® programı hareketsiz bir yaşam tarzı olan çalışan kadınların fiziksel aktivite düzeylerini arttırmada ve fiziksel aktivite davranış basamaklarında olumlu olarak ilerlemelerinde etkili olmuştur. Bu da PACE® programının sedanter kadınlarda kullanılmasını desteklemektedir. PACE® programının uygulanması Türkiye’de buna benzer

fiziksel aktiviteyi katılımı attırarak programların oluşmasına destek olacaktır. Fiziksel aktivite danışmanlığı ve teşviki ile ilgili yapılan araştırmaların toplumun fiziksel aktivite seviyesini olumlu yönde etkilediği ve hareketsiz yaşam tarzı olan toplumlarda fiziksel aktivitenin sağlık üzerinde birçok olumlu etkisinin olduğu ve hastalıklara bağlı ölümlerde azaltıcı etkisi olduğu bilimsel çalışmalarda desteklenmiştir⁽¹⁹⁾. Bunlara ek olarak PACE® programının tanıtımı için, internet sitesinden etkili bir şekilde faydalandı. Yine telefon ve elektronik posta hizmetleri de katılımcılardan geri bildirim almak için ve çalışma boyunca onları fiziksel programlarını sürdürmeye teşvik etmek amacıyla kullanıldı.

Fiziksel aktiviteyi arttırmaya yönelik farklı programlar oluşturulmuştur. Örneğin; Aktivite Danışmanlığı (ACT) programı klinik bir çalışma ile bayan hastalara uygulanmıştır ve 24 ay boyunca takip edilmiştir. ACT programının bayanların kalp-dolaşım sistemini olumlu şekilde geliştirdiği görülmüştür⁽²³⁾. Yaşam için Fiziksel Aktivite (PAL) projesinde 50 yaş üzeri yetişkinler hedeflenmiştir. Bu program kapsamında doktorlar tarafından sağlanan egzersiz danışmanlığının hastaların fiziksel aktivite seviyelerini arttırdığı tespit edilmiştir⁽²⁰⁾. Aile hekimleri 763 hareketsiz yaşam tarzı olan yetişkine danışmanlık vermiştir. Bu çalışmada 3 grup oluşturulmuştur. Birinci grup sözlü olarak danışmanlık sırasında egzersiz ile ilgili tavsiye almışlardır ve standart egzersiz ile ilgili bilgiler ev adreslerine gönderilmiştir. İkinci grup danışmanlık almıştır ve kendilerine uygun egzersiz bilgileri adreslerine gönderilmiştir. Son grup ise herhangi bir danışmanlık ve materyal almamıştır. Danışmanlık alan grupların 1 ve 6. aylarda fiziksel aktivite seviyesinin kontrol grubuna göre daha aktif olduğu belirlenmiştir⁽²²⁾. Bu çalışma bireyin seviyesine uygun materyaller ile fiziksel aktivite danışmanlık hizmetinin desteklenmesinin olumlu etkisi olduğunu göstermiştir.

Fiziksel aktivite düzeyi daha sağlıklı olmak ve yaşam kalitesini yükseltmek adına arttırılmalıdır. Bu çalışmada mevcut birçok çalışmanın bulgularına paralel olarak, fiziksel aktivite davranış basamaklarına göre PACE® danışmanlık programı alan deney grubunda, fiziksel aktivite düzeyi artış göstermiştir ve haftalık MET dakikaları artmıştır. Danışmanlık süresince katılımcılara kolay ve hareketsiz insanlar için uygun olmasından dolayı, genellikle günlük yürüyüş yapmaları önerilmiştir ve fiziksel aktivitelerde bulunmanın faydaları kendilerine açıklanmıştır. Elektronik posta ve telefon görüşmeleri, katılımcıları aktivitelerini sürdürmeleri için motive etti ve de danışmanlık süresinde tavsiye edilen egzersiz programları hakkındaki sorularını sormaya teşvik etti. Çalışmanın süresi (4 hafta) bazı sonuçlara ulaşmak için kısa bir süre olarak görülse de yine de katılımcıların çalışma sonunda, fiziksel aktivite düzeylerini arttırmalarına yardımcı olduğu gözlenmiştir. Ayrıca çalışmadan sonra fiziksel aktivitelerine katılıp katılmadıkları da uzun bir periyotta takip edilebilir.

Lewis, ve Lynch'ın yaptıkları çalışmada 396 sağlıklı bireye 2-3 dakikalık fiziksel aktivite danışmanlığı yapılmıştır. Ayrıca eğitsel bilgiler dağıtılmış ve 1 ay sonra da telefon ile takip edilmişlerdir. Danışmanlık alan grubun kontrol grubuna göre daha aktif olduğu

görülmüştür⁽²¹⁾. Calfas ve arkadaşları PACE® programını doktorların ofislerinde uyguladılar ve doktorlar 255 sağlıklı ve hareketsiz yetişkine danışmanlık sağladılar. Sonuçta yürüyüş sayesinde deney grubu kontrol grubuna oranla anlamlı bir artış gösterirken kontrol grubu hafta boyunca accelerometer ile yapılan ölçümlere göre belli bir ölçüde düşüş göstermiştir⁽³⁾. Benzer şekilde, bulgularımızdan bir tanesi kontrol grubunun fiziksel aktivite değerlerinin, MET değerlerine göre düşmesidir. Orleans'ın (2000) belirttiği gibi birçok insan yaşamlarının bazı dönemlerinde hareketsiz ya da aktif olabilirler⁽¹²⁾.

Çalışma süresinde kontrol grubunun aktivite düzeyinin düşmesi çalışmanın yapıldığı dönemle ilişkilendirilebilir. Bu çalışma mart ayının ikinci yarısıyla nisan ayının ortasında yürütülmüştür. Aslında bu dönem birçok akademik ve idari görevin yapılmayı beklediği bahar döneminin hemen hemen başına denk geldiği için yoğun bir dönem olarak gösterilebilir. Böylesi bir dönemde, zaten fiziksel olarak aktif olan insanların geçici olarak fiziksel etkinliklerini günlük işlerle değiştirmeleri olası görülebilir.

Fiziksel etkinliğin mevsimler, ev ya da iş yerindeki iş yükü gibi çeşitli sebeplerden ötürü değişiklik gösterdiği gerçeği göz önünde bulundurulursa, kontrol grubunun fiziksel etkinlik düzeyindeki dalgalanmanın oranı, çalışma yerlerindeki iş yüküne bağlı olarak artıyor olabilir. Ayrıca araştırma döneminden önce, insanların spor ve eğlence aktivitelerine ayıracak daha fazla boş zamanlarının olduğu sömestr tatili vardı. Kontrol grubunun üyeleri zaten hâlihazırda fiziksel aktif insanlar olduklarından, araştırma için kayıt edilen aktivite etkinlik düzeylerini arttıran daha aktif bir dönem geçirdikleri düşünülebilir. Newman'ın (2009) çalışması fiziksel etkinlik düzeyinin sene içinde değişiklik gösterebileceğini doğrulamıştır⁽¹⁰⁾ Yaz aylarından önce insanların gelecek aylar için fiziksel olarak daha iyi görünmek amacıyla daha aktif oldukları gerçeğini düşünerek, yaz tatili boyunca, kontrol grubundakilerin normale oranla daha çok egzersiz yaptıkları çıkarımında bulunmak yanlış olmaz. Bu durum fiziksel aktivite düzeylerindeki dalgalanma için bir başka açıklama olabilir. Kirk ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmada 70 sedanter ve tip-2 diyabet hastasına standart egzersiz bilgileri verilmiştir ve random olarak seçilen 35 kişi deney grubuna dahil edilmiştir. 35 kişi ise kontrol grubuna alınmıştır. Deney grubu başlangıçta ve 6 ay sonra fiziksel aktivite danışmanlığı almıştır ve ayrıca 1, 3, 6 ve 9. aylarda ise takip amaçlı telefon ile aranmışlardır. Grupların fiziksel aktiviteleri başlangıçtan 6 ve 12 ay boyunca anket ve accelerometer ile ölçülmüştür. Danışmanlık sağlanan deney grubunun fiziksel aktivite düzeylerini arttırdıklarını fakat herhangi bir danışmanlık almayan kontrol grubunun haftalık aktivite değerlerinde accelerometer ile yapılan ölçümlerde önemli derecede düşüş gösterdiğini bulmuştur⁽⁷⁾.

Böylece kontrol grubunun fiziksel etkinlik derecesindeki düşüşün danışmanlık noksanlığından kaynaklandığını belirtmek yanlış olmaz. Kontrol grubunun sonuçlarını etkileyen son bir etken de çalışmanın süresiyle bağlantılı olabilir. Fiziksel aktivite danışmanlık ve teşvik programları daha uzun araştırma dönemlerinden ve daha uzun destek periyotlarından oluşmalıdır. Sonuç olarak PACE® programının insanların fiziksel aktivite düzeyleri üzerinde pozitif bir etkisi olduğu belirtilebilir. Hareketsiz kadınlara önerilen fiziksel aktivitelere daha fazla katılmaya teşvik etmiştir ve fiziksel aktivitelerin sağlık açısından önemini kavramalarında onlara yardımcı olmuştur.

PACE Değişim Aşamaları

Deney grubu 4 haftada fiziksel aktivite davranış basamağında ilerleme kaydetmişlerdir. Katılımcıların değişim aşamaları hipotezi deney grubunun sonuçlarıyla doğrulanmıştır. Bu bulgu diğer ülkelerde yapılan başka araştırmalarla da desteklenmiştir. Ayrıca değişim aşamalarındaki gelişim farklı faktörlere de bağlı olabilir. Fiziksel etkinlik çalışmalarında yer almak onları fiziksel aktivitelerde bulunmaya teşvik edebilir, anketi cevaplarırken aktivite eksikliklerinin farkına varabilirler ve böylece kendilerini en azından bu çalışmanın kapsamındaki aktivitelerde yer almaya zorlayabilirler. Danışmanlık hizmeti, fiziksel etkinliklerde bulunmanın getireceği sağlık faydalarını anlamalarına ve buna göre alışkanlıklarını değiştirmelerine katkıda bulunabilir. Bununla beraber, bu çalışma Calfas'ın (1996) yaptığı çalışmayla benzer sonuçlar ortaya koymuştur⁽¹⁶⁾. Kontrol grubunun değişim aşamaları gerilemiştir ve böylece fiziksel etkinlik düzeyleri de düşüş göstermiştir. PACE® programı Amerikan kültürüne göre düzenlenmiştir ve etkileri gözlemlemek için ortalama olarak 4-6 haftalık bir süre yeterli görülmüştür. Fakat Türk toplumunda, kültürel farklılıklarla alakalı olarak daha uzun bir danışmanlık süresi daha etkili olabilir.

Eğer davranış basamaklarında ilerleme oluyorsa fiziksel etkinlik düzeyi de artmıştır. Böylece deney materyalleri insanlara evrelerde daha da ilerlemelerine yardımcı olmuştur ve bunun sonucunda da hafta boyunca moral verici fiziksel etkinlikler ve daha fazla kalori yakılması meydana gelmiştir. Eğer katılımcı fiziksel aktivite konusunda alışkanlıklarını değiştirmeye başladıysa, fiziksel etkinlik düzeyinde de ilerleme gözlemlenmeye başlanmıştır. Bu sonuçlar, insanların fiziksel etkinlik düzeylerini arttırmada başarılı olmak için öncelikle mevcut alışkanlıklarını anlaşılması gerekliliğini desteklemektedir. Katılımcıların fiziksel aktivitelerle yaklaşımlarını anlamada değişim evreleri oldukça önemlidir. Bununla beraber kendi düzeylerinde uygun danışmanlık programı uygulanması haftalık fiziksel aktivitelerinde ve haftalık MET dakika değerlerinde artışa neden olmuştur. Niyet öncesi evresindeki katılımcılar niyet evresine kadar ilerlemişlerdir. Öncelikle araştırmada yer alma konusunda hevesli değillerdi, fakat danışmanlık uygulandıktan sonra günlük aktivitelerini arttırmaya başladılar ve böylece haftalık MET değerleri yükseldi.

ÖNERİLER

Bu çalışma PACE® materyalleri ve PACE uzmanları tarafından, hareketsiz çalışan kadınlarda fiziksel etkinlik düzeyi üzerinde uygulanan kısa süreli ve adapte edilmiş PACE® programının etkinliğini desteklemektedir. PACE® materyallerinin hem uzmanlar hem de katılımcılar tarafından kullanımı kolaydır. PACE® materyali aile hekimleri, egzersiz uzmanları ve fitness eğitmenleri tarafından yeterli eğitim verilmesi durumunda kullanılabilir. Çünkü bu kişilerin spor merkezlerinde ve fitness salonlarında daha çok sayıda insanla karşılaşma şansları daha yüksektir. İş yerlerinde çalışan kadınlara uygulanan PACE® programı, fiziksel aktivite düzeyini ve değişim aşamalarını arttırmaya ihtiyaç duyan çalışan kadınlar için tercih edilebilecek bir fiziksel aktivite danışmanlık programıdır. Katılımcının egzersiz davranışını belirleyen ve bunu geliştiren fiziksel aktivite teşvik ve destek programlarına ihtiyaç duyulmaktadır.

Basit değerlendirmeler yapmanın ve bunları telefonla desteklemenin, aktivitelerde karşılaştıkları problemlerle ilgili sorunlarının dinlemesinin katılımcıları motive ettiğini ve aktivitelerine devam etmelerine yardımcı olduğu araştırma ile kanıtlanmıştır.

Fiziksel aktiviteye katılımı desteklemek adına uygulanacak programlar ev kadınlarına, okul çağındaki çocuklara ve farklı iş alanlarında çalışan kişilere de uygulanabilir. Fiziksel aktiviteye katılımı destekleyici ve yaygınlaşmasını sağlayıcı materyalleri geliştirilip sağlık merkezlerine, okullara, spor ve fitness merkezlerine de dağıtılabilir. Ayrıca teknolojik gelişmeler de fiziksel aktivite destek programlarının dağıtılması ve fiziksel aktivite düzeyini ölçme konusunda da çeşitli seçenekler oluşturmaktadır. Fiziksel etkinliği teşvik ve destek programları internet, elektronik posta ya da bilgisayar destekli telefon sistemleri gibi teknolojik gelişmeler sayesinde daha fazla insana daha hızlı ve kolay bir şekilde sunulabilir.

Ayrıca benzer çalışmalar farklı mevsimlerde ve daha uzun periyotlarla denlenmelidir. Böyle bir çalışma katılımcıların sonunda yaşam kalitelerini yükseltecek olan fiziksel egzersiz ve danışmanlığa karşı tavırlarını ve yaklaşımlarını anlamamıza yardımcı olabilir.

KAYNAKLAR

1. Bertozzi, N., Bakken, E., Bolognesi, M., Castoldi, F., Massarini, M., Galvani, C. et al. (2004). Promoting Physical Activity in Overweight and Obese Patients: Counseling in Primary Care From Italy (Cesena, 2002–2003). *Sport Sciences for Health*, 1: 25-30.
2. Bolognesi, M., Nigg, C.R., Massarini, M., & Lippke, S. (2006). Reducing Obesity Indicators Through Brief Physical Activity Counseling (PACE) In Italian Primary Care Settings. *Annals of Behavioral Medicine*, 31 (2): 179-185.
3. Calfas, K.J., Long, B.J., Sallis, J.F., Wooten, W.J., Pratt, M., & Patrick, K. (1996). A Controlled Trial of Physician Counseling to Promote the Adoption of Physical Activity. *Preventive Medicine*, 25(3): 225-233.
4. Centers for Disease Control and Prevention (1996). *Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General*. Atlanta: US Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion.
5. European Commission Directorate General Health and Consumer Protection. (2006). *Health and Food (Special Eurobarometer 246/wave 64.3)*. Brussels: European Commission.
6. Gauvin, L., & Spence, J.C. (1996). Physical Activity and Psychological Well-Being: Knowledge Base, Current Issues, and Caveats. *Nutrition Reviews*, 54(4 Pt 2): 53-65.
7. Kirk, A., Mutrie, N., MacIntyre, P. & Fisher, M. (2004). Effects of a 12-Month Physical Activity Counselling Intervention on Glycaemic Control and on the Status of Cardiovascular Risk Factors in People With Type 2 Diabetes. *Diabetologia*, 47: 821-832.
8. Long, B.J., Calfas, K.J., Wooten, W., Sallis, J.F., Patrick, K., Goldstein, M. & Marcus, B.H. (1996). A Multisite Field Test of The Acceptability of Physical Activity Counseling in Primary Care: Project PACE. *American Journal of Preventive Medicine*, 12(2): 73-81.

9. Marcus, B.H., Williams, D.M., Dubbert, P.M., Sallis, J.F., King, A.C., Yancey, A.K., Franklin, B.A., Buchner, D., Daniels, S.R. & Claytor, R.P. (2006). Physical Activity Intervention Studies: What We Know and What We Need to Know: A Scientific Statement from the American Heart Association Council on Nutrition, Physical Activity, and Metabolism (Subcommittee on Physical Activity); Council on Cardiovascular Disease in the Young; and the Interdisciplinary Working Group on Quality of Care and Outcomes Research. *Circulation*, 114: 2739-2752.
10. Newman, M.A., Pettee, K.K., Storti, K.L., Richardson, C.R., Kuller, L.H., Kriska, A.M. (2009). Monthly Variation in Physical Activity Levels in Postmenopausal Women. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 41(2): 322-327.
11. Norris, S.L., Grothaus, L.C., Buchner, D.M., & Pratt, M. (2000). Effectiveness of Physician-Based Assessment and Counseling for Exercise in a Staff Model HMO. *Preventive Medicine*, 30: 513-523.
12. Orleans, C.T. (2000). Promoting the Maintenance of Health Behavior Change: Recommendations for the Next Generation of Research and Practice. *Health Psychology*, 19 (Suppl.): 76-83.
13. Patrick, K., Sallis, J.F., Long, B., Calfas, K.J., Wooten, W., Heath, G., & Pratt, M. (1994). A New Tool for Encouraging Activity. Project PACE. *The Physician and Sports Medicine*, 22(11): 45-55.
14. Piani, A.L., & Schoenborn, C.A. (1993). Health Promotion and Disease Prevention: United States, 1990. National Center for Health Statistics. *Vital Health Statistics 10* (185). (DHHS publication: no. (PHS) 93-1513).
15. Prochaska, J.O., Velicer, W.F., Rossi, J.S., Goldstein, M.G., Marcus, B.H., Rakowski, W., Fiore, C., Harlow, L.L., Redding, C.A., Rosenbloom, D., & Rossi, S.R. (1994). Stages of Change and Decisional Balance for 12 Problem Behaviors. *Health Psychology*, 13(1): 39-46
16. Proper, K.I., Hildebrandt, V.H., Beek, A.J., Twisk, Jos W.R. & Mechelen, W. (2003). Effect of Individual Counseling on Physical Activity Fitness and Health a Randomized Controlled Trial in a Workplace Setting. *American Journal of Preventive Medicine*, 24(3): 218-226.
17. Van Sluijs, E.M.F., Van Poppel, M.N.M., Stalman, W.A.B., & Van Mechelen, W. (2004). Feasibility and Acceptability of a Physical Activity Promotion Programme in General Practice. *Family Practice*, 21(4): 429-436.
18. World Health Organization. (2003) World Health Survey, Turkey. Retrieved, <http://www.who.int/infobase/reportviewer.aspx?rptcode=ALL&surveycode=101738a1&dm=21>. Erişim Tarihi. 3 Ocak 2009.
19. U.S. Department of Health and Human Services. (1996). Physical Activity and Health: A Report of the Surgeon General. Atlanta, GA: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion.
20. Goldstein, M.G., Pinto, B.M., Lynn, H., Jette, A.M., Rakowski, W., McDermott, S. et al. (1999). Physician-Based Physical Activity Counseling for Middle-Aged and Older Adults: A Randomized Trial. *Annals of Behavioral Medicine* 21(1): 40-47.

21. Lewis, B.S., & Lynch W.D. (1993). The Effect of Physician Advice on Exercise Behavior. *Preventive Medicine*, 22(1): 110-121.
22. Bull, F.C., Jamrozik, K., & Dphil, F. (1998). Advice on Exercise From a Family Physician Can Help Sedentary Patients to Become Active. *American Journal of Preventive Medicine*, 15(2): 85-94.
23. JAMA (2001). Effects of Physical Activity Counseling in Primary Care: The Activity Counseling Trial: A Randomized Controlled Trial. *JAMA*, 28: 677-687.
24. Smith, E.L., Gilligan C., McAdam M., Ensign, C.P., & Smith, P.E. (1989). Deterring Bone Loss by Exercise Intervention in Premenopausal and Postmenopausal Women. *Calcified Tissue International*, 44(5): 313- 321.

BASKETBOL HAKEMLERİNİN KARŞILAŞTIKLARI SPORTMENLİK DIŞI DAVRANIŞLARIN İNCELENMESİ

Bahri GÜRPINAR*, Özbay GÜVEN**

ÖZET

Bu araştırmanın amacı; basketbol hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışların belirlenmesi ve bu davranışların hakemlerin çeşitli değişkenleri açısından incelenmesidir. Araştırmaya 2007-2008 sezonunda Türkiye basketbol liglerinde maç yöneten 192 gönüllü basketbol hakemi katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak "Kişisel Bilgi ve Görüş Formu" ve "Sportmenlik Dışı Davranışlar Anketi" kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, basketbol hakemlerinin sportmenlik dışı davranışlar anketinden aldıkları puanların hakemlerin; yaşı, cinsiyeti, mezun olduğu bölümü, hakemlik yaşı, bir önceki sezonda maç yönettiği klasmanı, klasmanında bir sezonda yönettiği ortalama maç adedi ve hakemlik yaptığı branşta lisanslı olarak sporculuk yapıp yapmadıklarına davranışı yapan gruba göre, davranışın yapıldığı gruba göre ve yapılan davranışın türüne göre farklılaştığı tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra, çalışmada sportmenlik dışı davranışlar bakımından basketbol ligleri arasında farklılıklar araştırılmış ve elde edilen veri sonucunda basketbol ligleri arasında farklılıklar olduğu ortaya koyulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Sportmenlik, Hakem, Basketbol.

Geliş tarihi: 11.02.2011; Yayıma kabul tarihi: 02.06.2011

* Öğretmen Necla Kızılbağ Anadolu Lisesi, ANKARA.

** Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, ANKARA.

ANALYZING THE UNSPORTSMANLIKE BEHAVIORS THAT BASKETBALL REFEREES' MEET

ABSTRACT

The purpose of this study is to analyze the unsportsmanlike behaviors that basketball referees' meet and analyzing those behaviors considering some variables of referees. 192 basketball referees officiating in Turkey's 1st, 2nd and 3rd league of basketball in the season of 2007-2008 voluntarily participated in this study. "Personal Information and Opinion Form" and "Unsportsmanlike Behaviors Questionnaire" were used in the study as the data-collection tools. At the end of this research, the opinion's of basketball referees were evaluated; in addition, basketball referees' scores collected through the questionnaire were differed from the age, gender, undergraduate faculty of the referees, years in officiating, number of match officiated in one season, officiating league of previous season and whether the referee professionally participated in that particular sport according to the resource of the unsportsmanlike behavior, according to the direction of the action, and the type of action taken place. Furthermore, basketball league division comparisons in terms of the unsportsmanlike behaviors were compared and it has been supported with the data that unsportsmanlike behaviors and their magnitude found to be representing differences from division to division.

Key Words: Sportsmanship, Referee, Basketball.

GİRİŞ

Spor, insanın aklını ve vücudunu kullanarak rakibine, kendisine, tabiata, mesafeye ve zamana karşı, eşit kurallar içerisinde yaptığı bir mücadele şeklidir. Sporun temelinde mücadele ve rekabet unsuru vardır. Spor, kişilerde ve toplumda sağlıklı ilişkilerin oluşmasına olanak sağlayan, kurallara saygıyı ve sosyal barışa inanmış bireyleri kazandıran bir araçtır⁽¹⁸⁾. Bir diğer yandan, sporun güzel amaçlarının yanında spordaki sportmenlik dışı davranışların, aşırı kazanma arzusunun, yozlaşmaların ve müsabaka kurallarına uymamanın spora verdiği zararlar daha evvel yapılan pek çok çalışmada ve yazılmış birçok kitapta belirtilmiştir.^(3, 7, 15, 20, 21, 24, 27, 30) Bussey (2008) Dallas üniversite basketbol liglerinde kazanma baskısının etik dışı davranışlara neden olduğu bildirilmiştir⁽⁹⁾. Hughes (2001) ise 462 basketbol, futbol, amerikan futbolu ve beysbol hakemine uyguladığı çalışmasında seyircilerin hakemlere yaptığı sözel ve sözel olmayan kötü davranışların ana sorun olduğunu ortaya koymuş ve sözel davranışlarla en fazla basketbol hakemlerinin karşılaştıklarını belirtmiştir. Sporunun sporcuya yaptığı fiziksel zarar verici hareketler başka bir kötü davranış olarak ortaya çıkmıştır. Basketbol hakemlerinin hakemlik deneyimi ile kötü davranış algıları puanları arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur. Yine aynı çalışmada, hakemlerin 279'u hayatlarında sözel hakaretle karşılaştıklarını belirtmiştir⁽¹⁹⁾. Rainey (1998) basketbol hakemlerine %45 oranında itme, tutma ve tükürme gibi küçük saldırıların;

%51 oranında da yumruklama, boğaz sıkılması ve üzerlerine yabancı madde atılması gibi ciddi saldırıların yapıldığını; hakemlere %41 oranında oyuncuların, %20 oranında ailelerin, %19 oranında antrenörlerin ve %15 oranında taraftarların saldırdığını ortaya koymuştur⁽²⁵⁾. Ekmekçi (2008), basketbol hakemlerin en önemli stres kaynaklarından bazılarının antrenörler tarafından yapılan sözlü saldırılar ve başkaları tarafından fiziksel saldırı tehdidi olduğunu belirtmiştir⁽¹⁴⁾. Aktaş ve ark. (2004), üst düzeydeki profesyonel basketbolcuların başarı için kuralların izin verdiği sınırlarda saldırganlık eğilimine sahip olduklarını ortaya koymuşlardır⁽¹⁾. Keskin (1998), basketbol seyircilerini en çok karşı takım seyircilerinin saldırganlığa ittiğini ortaya koymuştur⁽²²⁾. Ekmekçi (2004), basketbol hakemlerin %41,3'ünün sözlü ya da fiziksel saldırıya uğradığını belirtmiştir. Hakemlere en fazla %54,4 oranla oyuncular ve antrenörlerin, %48,1 oranla seyircilerin ve %19,1 oranla idarecilerin saldırıda bulunduğu belirtilmiştir. Hakemlerin uğradığı saldırı nedenlerinde ise %58 oranla kaybetme hırsı ve üzüntüsü, %57 oranla kararlara itiraz ve %11,9 oranla fanatizmin geldiği belirtilmiştir. 1-3 yıllık hakemlerin %21, 4-6 yıllık hakemlerin %10,8, 7-9 yıllık hakemlerin %5,2, 10-12 yıllık hakemlerin %1,3 ve 13 yıllık ve üstü hakemlerin %2,8 oranında saldırıya uğradıkları geri kalanın saldırıya uğramadıkları belirtilmiştir⁽¹³⁾. Yukarıda incelenen literatüre bakıldığında yurt dışı çalışmalarda, hakemlerin karşılaştıkları saldırı türleri, etik dışı davranışlar, sözlü saldırılar ve kötü davranışlarla ilgili, çalışmalara rastlanırken yurtiçinde sözlü saldırılar, fiziksel saldırılar ve saldırganlık ile ilgili çalışmalara rastlanmaktadır. Sportmenlik dışı davranışları ayrıntılı olarak ele alan; bu davranış türlerini ortaya koyarak kim tarafından kime hangi sıklıkla yapıldığının belirlenmesine yönelik bir çalışmaya rastlanamamıştır. Sportmenlik dışı davranışları her anlamda ortaya koyması açısından bu araştırma önemli görülmektedir.

Müsabakalarda; sporcuların, antrenörlerin ve seyircilerin sportmenlik dışı davranışlarını cezalandırmanın sorumluluğu hakemlerin üzerine düşmektedir. Hakemlerin müsabakaları dürüst bir şekilde yönetmeye çalışmalarına karşın sporcuların da etik dışı davranışlar sergileyerek kazanmak istemeleri literatürde ortaya konmuştur^(5, 26, 28, 29). Günümüzde, sportmenlik dışı davranışların büyük oranda artmasından dolayı hakemler ruhsal ve bedensel olarak zorlanmaktadır⁽¹²⁾. Günümüz sporcusunun hakem otoritesini kabul etmesi için hakemin, hem genel spor hem de hakemlik yaptığı spor dalı konusunda yüksek bir bilgi, kültür ve tecrübe düzeyine sahip olması önem arz etmektedir⁽⁷⁾. Bu bağlamda, hakemin hakemlik yaptığı sporun içinden gelmesi önemlidir denilebilir. Ayrıca tecrübeli hakemlerin daha az saldırganlık davranışlarıyla karşılaştıkları ve yönettikleri müsabakalarda gözlemcilerden diğer hakemlere oranla daha yüksek puan aldıkları da yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur^(8,13). Bunlara ek olarak Banning (2005), davranış eğitimi alan ve buna yönelik maç yöneten hakemlerin maçlarında basketbolcuların daha az sportmenlik dışı davranış sergilediklerini belirtmiştir⁽⁴⁾.

Spor ortamının korunması için müsabakalardaki sportmence davranışların yaşıtılması ve geliştirilmesi gerekmektedir. Bunun amacına varabilmesi için öncelikle müsabakalardaki sportmenlik dışı davranışların ne sıklıkla gerçekleştiğinin, müsabakaları

objektif ve dürüst bir şekilde yönetmesi beklenen hakemlerin bakış açısından tespit edilmesi önemli görülmektedir⁽¹⁷⁾. Ayrıca, bu sportmenlik dışı davranışların hakemlerin belirli kişisel özelliklerine bağlı olarak değişip değişmediğinin ortaya konulması ile sportmenlik dışı davranışlarla daha az karşılaşan hakemlerin kişisel özelliklerine dikkat çekilerek, hakemlik yapacak kişiler seçilirken bu özelliklerin göz önünde bulundurulmasının sağlanması amaçlanmaktadır. Bu çalışma sportmenlik dışı davranış türlerine, sportmenlik dışı davranışın yapıldığı kişilere ve sportmenlik dışı davranışı yapan kişilere dikkat çekecek ve düzeltilmesi yolunda tedbirler sunacağından önem arz etmektedir. Bu bilgiler ışığında bu çalışmanın amacı basketbol hakemlerin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışları incelemek, hakemlerin kişisel bilgileri arasındaki bağlantıları ve basketbol ligleri arasındaki sportmenlik dışı davranış farklılıklarını ortaya koymaktır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Bu çalışmanın araştırma grubunu 2007-2008 sezonunda Türkiye Basketbol Ligleri'nde maç yöneten FIBA, A, B ve C klasmanlarındaki toplam 293 basketbol hakemi oluşturmuştur. Geliştirilen veri toplama aracı, karşılaştırmalı veri analizi için ulaşılabilen toplam 235 hakeme uygulanmış; geçerli olarak 5 FIBA, 27 A Klasman, 56 B Klasman, 104 C Klasman olmak üzere toplam 192 hakemden toplanılan veriler çalışmada kullanılmıştır. Araştırmaya katılan hakemlerin 174'ü erkek, 18'i kadındır. Hakemlerin 75'i Beden Eğitimi Bölümü mezunu iken 117 hakem diğer bölümlerden mezun olmuşlardır. Hakemlerden 153'ü basketbolda lisanslı sporculuk yapmışken, 39 hakem lisanslı sporculuk yapmamıştır. A Klasman ve FIBA hakemleri 1. ligde, B Klasman hakemleri 2. ligde, C Klasman hakemleri de Bölgesel Lig'de maç yöneten hakemlerdir.

Veri Toplama Aracı

Bu çalışmada kullanılan veri toplama aracı geliştirilirken; konuyla ilgili literatür taraması yapıp teorik bilgiye ulaşıldıktan sonra çalışmada veri toplama aracı olarak kullanılmak üzere hakemlere yönelik geliştirilen, "Kişisel Bilgi ve Görüş Formu (KBGF)" ve hakemlerin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışlara yönelik hakemlerin; sporcuların, teknik ekibin ve seyircilerin davranışlarını değerlendirdikleri "Sportmenlik Dışı Davranışlar Anketi (SDDA)" kullanılmıştır. Veri toplama araçları aşağıdaki sırayla geliştirilmiş ve uygulanmıştır.

"Kişisel Bilgi ve Görüş Formu"nun Hazırlanması

Klasmanda maç yöneten basketbol hakemleri hakkında, bilgi toplamak amacıyla "Kişisel Bilgi ve Görüş Formu" hazırlanmıştır. Araştırmanın bağımlı değişkenlerini "Sportmenlik Dışı Davranışlar Anketi" oluştururken, araştırmanın bağımsız değişkenlerini

ise; klasmanda maç yöneten basketbol hakemlerinin yaşı, cinsiyeti, yüksekokul/fakülteden mezun olduğu bölümü, hakemlik yaşı, bir önceki sezonda maç yönettiği klasmanı, klasmanında bir sezonda yönettiği ortalama maç adedi, hakemlik yaptığı branşta lisanslı sporculuk durumu ile ilgili sorular oluşturmaktadır.

“Sportmenlik Dışı Davranışlar Anketi”nin Hazırlanması ve Geçerlilik Çalışması”

Anketin hazırlık aşamasında, aktif olarak hakemlik yapan bireyler arasından rastgele belirlenen 24 hakemle karşılıklı görüşmeler yapılmış daha sonra aynı hakemlere açık uçlu anket formu ile uygulama yapıp onların karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışlar ile ilgili görüşleri yazılı olarak alınmıştır. Anket geliştirilirken yapı, içerik, yüzeysel ve ölçüt geçerliliği olmak üzere 4 farklı geçerlilik göstergesi göz önünde bulundurulmuştur Bu geçerlilik çalışmaları ışığında anket oluşturma safhasında basketbol kural kitaplarından ve literatürdeki benzer anketlerden yararlanılmıştır. Daha sonra hakemlerden toplanan açık uçlu anket formları tasnif edilip incelenmiş ve anketin ham ifadeleri oluşturulmuştur. Bunların sonucunda sportmenlik dışı davranışları tarif eden 284 adet ifade belirlenmiştir. Belirlenen ham anket ifadeleri bilirkişilere ve hakemlere daha önce gönderilmiş, ifadelerin hem anlaşılabilirliğine hem de ölçülmek istenen davranışı ölçüp ölçmediğine dair bilirkişi görüşleri alınmıştır. Bu geçerlilik çalışmaları sonucunda başlangıçta 284 ifadeden oluşan “Sportmenlik Dışı Davranışlar Anketi”, benzer ifadelerin birleştirilmesiyle 120 ifadeye indirgenmiştir. Eldeki 120 ifade, “fiziksel saldırı girişimi, hakaret vb.” gibi ana başlıklar altında toplanarak bir soru içerisinde 4 farklı grubun birden (sporcu, seyirci, teknik ekip, hakem) karşılaştığı ya da yaptığı şekilde birleştirilip 41 maddeye indirilmiş ve hakemlere o şekilde dağıtılmıştır, örnek soru şekilleri aşağıdaki tablo 1’de görülebilir. Daha sonra pilot çalışma yapılması amacıyla 20 faal hakeme anket uygulanmıştır ve anlaşılan/anlaşılmayan maddeler ile soruların açıklığı ve netliği konusunda görüşleri alınıp gerekli düzeltmeler yapıldıktan sonra ankete son şekli verilmiştir. Basketbol hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranış sıklıklarının tespit etmek için geliştirilen anket, 5’li Likert tipindedir. Olumlu ifadelerin seçenekleri “Her Zaman”, “Çok Sık”, “Ara Sıra”, “Nadiren”, “Hiçbir Zaman” şeklinde sıralanmış ve 5, 4, 3, 2, 1 şeklinde puanlanmıştır. “Sportmenlik Dışı Davranışlar Anketi” anket tarzı bir bilgi toplama aracı olduğundan ve durum değerlendirmesi içerdiğinden güvenilirlik çalışması yapılma gereksinimi olmamıştır⁽¹⁶⁾.

Sportmenlik dışı davranışlar anketinde bulunan 120 maddeye ilişkin ifadeler analiz edilirken bilirkişilerden elde edilen dönütlerle üç farklı grupta sınıflandırılmıştır. Bu gruplar oluşturulurken maddelerin içerikleri dikkate alınmıştır. Buna göre; sportmenlik dışı davranışları yapanlar; sporcular, teknik ekiptekiler ve seyirciler olarak belirlenmiştir. 1. grupta ele alınan davranışlar sportmenlik dışı davranışları yapan gruba göre belirlendiğinden sportmenlik dışı davranışları sergileyen kişilerin ele alındığı bu gruba “davranışı yapan gruba göre” adı verilmiştir. Sportmenlik dışı davranışların yapıldığı gruplar hakemler, sporcular, teknik ekiptekiler ve seyirciler olarak ortaya çıkmıştır. 2. grupta ele alınan davranışlar sportmenlik dışı davranışların kime yapıldığına göre belirlendiğinden sportmenlik dışı

davranışların yapıldığı kişilerin ele alındığı bu gruba “davranışın yapıldığı gruba göre” adı verilmiştir. Sportmenlik dışı davranış türleri 16 farklı kategoride değerlendirilmiştir. Bu kategoriler fiziksel saldırı girişimi, fiziksel saldırı, hakaret, saygısızlık, tehdit, tahrik, takdir etmeme, protesto, psikolojik baskı, malzemeye zarar, konsantrasyon bozma, hakeme yardım etmeme, itiraz, hakemi şikayet, rakibi şikayet ve sportif erdeme aykırılık olarak isimlendirilmiştir. 3. grupta ele alınan sportmenlik dışı davranışlar, bu davranışların türüne göre ele alındığından bu faktöre “yapılan davranışın türüne göre” adı verilmiştir. Ankette “Sporcular” olarak geçen kişiler sahada mücadele eden sporcular ve yedek sporculardan oluşmaktadır. “Teknik Ekip” olarak geçen kişiler takım yedek sırasında bulunan antrenör, yardımcı antrenör, yönetici, masör, sağlıkçı, istatistikçi vb. gibi kişilerden oluşmaktadır. “Seyirciler” olarak geçen kişiler ise tribünlerden maçı izleyen kişilerden oluşmaktadır.

Tablo 1. Örnek Anket Soruları

1 = Hiçbir Zaman				2 = Nadiren					3 = Ara Sıra					4 = Çok Sık					5 = Her Zaman			
7 Sporcular, hakaret ederler (küfür, kötü söz, vb.)																						
Hakeme				Rakip Sporcuya					Rakip Teknik Ekibe					Rakip Seyirciye								
1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4					
8 Teknik ekip, hakaret eder (küfür, kötü söz, vb.)																						
Hakeme				Rakip Sporcuya					Rakip Teknik Ekibe					Rakip Seyirciye								
1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4					
9 Seyirciler, hakaret ederler (küfür, kötü tezahürat vb.)																						
Hakeme				Rakip Sporcuya					Rakip Teknik Ekibe					Rakip Seyirciye								
1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4					
22 Verilmiş kritik bir karardan sonra hakemi sözle ya da hareketle protesto ederler																						
Sporcular				Teknik Ekiptekiler					Seyirciler													
1	2	3	4	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5									

İstatistiksel Analiz

Araştırmadaki tüm istatistiksel analizler SPSS 15 paket program kullanılarak yapılmıştır. Verilerinin değerlendirilmesinde istatistikî yöntem olarak frekans, yüzde dağılımları, iki değişken arasındaki ilişkileri bulmak için basit korelasyon (pearson correlation)⁽¹⁰⁾, ANOVA ve bağımsız gruplar için T-Testi kullanılmıştır. Anket formundaki maddelerin hakem tespitlerine göre incelenmesi için belirlenen dereceler ve sayısal değerler esas alınarak elde edilen aritmetik ortalama değerleri; Hiçbir Zaman: 1.0–1.8; Nadiren: 1.8–2.6; Ara Sıra: 2.6–3.4; Çok Sık: 3.4–4.2; Her Zaman: 4.2–5.0 olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Basketbol Hakemlerinin Yönettikleri Liglere Göre Kişisel Bilgilerinin Ortalamaları

Değişkenler		f	\bar{X}	En Az	En Çok
Yönettikleri Liglere Göre Yaş Ortalamaları	Basketbol 1. Lig	2	32.65	25	42
	Basketbol 2. Lig	6	30.85	22	45
	Basketbol Bölgesel Lig	104	25.15	20	37
	Toplam	192	29.55	20	45
Yönettikleri Liglere Göre Hakemlik Yaşı Ortalamaları	Basketbol 1. Lig	2	12.21	7	23
	Basketbol 2. Lig	6	10.19	4	26
	Basketbol Bölgesel Lig	104	5.39	2	14
	Toplam	192	9.26	2	26
Yönettikleri Liglere Göre Yönettikleri Maç Ortalamaları	Basketbol 1. Lig	2	25.06	17	40
	Basketbol 2. Lig	6	15.14	8	25
	Basketbol Bölgesel Lig	104	10.31	2	28
	Toplam	192	16.84	2	40

Tablo 2'de hakemlerin yönettikleri lige göre kişisel bilgilerinin ortalamaları verilmiştir.

Tablo 3. Davranışı Yapan Gruba Göre Basketbol Branşında Çeşitli Değişkenler İle Sportmenlik Dışı Davranışlar Arasındaki İlişki

Değişkenler	Davranışı Yapan Grup		
	Sporcu	Teknik Ekip	Seyirci
Yaş	-.174*	-.084	-.027
Cinsiyet	.082	.035	.010
Mezun Bölüm	-.044	-.037	-.076
Hakemlik Yaşı	-.143*	-.080	-.021
Klasman	.073	.022	-.062
Yönettiği Lig	.078	.011	-.056
Ortalama Maç	-.067	-.050	.103
Lisanslı Sporcu	-.135	-.132	-.015

**($p < 0.01$); *($p < 0.05$)

Tablo 3'e göre basketbolda hakemlerin yaşı ve hakemlik yaşı arttıkça sporcu kaynaklı sportmenlik dışı davranışların azaldığı ya da hakemlerin yaşı ve hakemlik yaşı azaldıkça sporcu kaynaklı sportmenlik dışı davranışların arttığı söylenebilir.

Tablo 4. Davranışın Yapıldığı Gruba Göre Basketbol Branşında Çeşitli Değişkenler İle Sportmenlik Dışı Davranışlar Arasındaki İlişki

Değişkenler	Davranışın Yapıldığı Grup			
	Hakem	Rakip Sporcu	Rakip Teknik Ekip	Rakip Seyirci
Yaş	-.096	-.115	-.090	-.039
Cinsiyet	.044	.059	.005	.019
Mezun Bölüm	-.053	-.072	-.038	.006
Hakemlik Yaşı	-.096	-.109	-.050	-.009
Klasman	-.024	.040	.026	.007
Yönettiği Lig	-.027	.036	.024	.022
Ortalama Maç	-.006	-.035	.000	.068
Lisanslı Sporcu	-.114	-.098	-.085	-.007

**($p < 0.01$); *($p < 0.05$)

Tablo 4 incelendiğinde; hakemlere, rakip sporculara, rakip teknik ekibe ve rakip seyirciye karşı yapılan sportmenlik dışı davranışlarla hakemlerin kişisel bilgileri arasında herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

Tablo 5. Yapılan Davranışın Türüne Göre Basketbol Branşında Çeşitli Değişkenlerle Sportmenlik Dışı Davranış Türleri Arasındaki İlişki

Değişkenler	Davranış Türleri															
	FSG	FS	HAK	SAYG	TEH	TAH	TE	PRO	PSİ BAS	MAL ZAR	KONS BOZ	HYE	İTİ	HŞ	RŞ	SEA
Yaş	-.157*	-.093	-.081	-.040	-.114	-.045	.023	.014	-.082	-.055	-.141	-.092	-.137	-.034	-.031	-.126
Cinsiyet	.018	.035	-.019	-.026	.070	.049	-.053	.101	.026	.072	.156*	-.037	.102	.081	.102	.034
Mezun Bölüm	-.025	-.109	.015	.021	-.086	-.081	-.038	-.032	.023	-.091	-.036	.033	-.097	.010	-.025	-.084
Hakemlik Yaşı	-.124	-.077	-.052	-.047	-.059	-.038	-.039	-.006	-.084	-.044	-.144*	-.051	-.131	.000	.004	-.124
Klasman	-.165*	.081	-.009	-.072	.049	-.053	.005	-.103	-.048	.048	.048	-.029	.070	-.057	-.121	.045
Yönettiği Lig	-.144*	.084	.001	-.058	.045	-.042	-.015	-.103	-.053	.045	.035	-.029	.057	-.061	-.119	.054
Ortalama Maç	-.177*	-.038	.022	.063	-.006	.078	.001	.064	.084	-.091	-.038	-.055	-.045	-.002	.064	-.021
Lisanslı Sporcu	-.067	-.112	-.031	.001	-.047	-.124	-.062	-.049	-.099	-.101	-.055	-.034	-.052	-.082	-.125	-.121

**($p < 0.01$) ; *($p < 0.05$)

SPORTMENLİK DIŞI DAVRANIŞ KISALTMALARININ AÇILIMI															
FSG	FS	HAK	SAYG	TEH	TAH	TE	PRO	PSİ BAS	MAL ZAR	KONS BOZ	HYE	İTİ	HŞ	RŞ	SEA
Fiziksel Saldırı Girişimi	Fiziksel Saldırı	Hakaret	Saygısızlık	Tehdit	Tahrik	Takdir Etmeme	Protesto								
Psikolojik Baskı	Malzemeye Zarar	Konsantrasyon Bozma	Hakeme Yardım Etmeme	İtiraz	Hakemi Şikâyet	Rakıbi Şikâyet	Sportif Erdeme Aykırılık								

Tablo 5'e göre; fiziksel saldırı girişimi hareketleriyle hakemlerin yaşı, klasmanı, yönettiği lig ve yönettiği ortalama maç arasında negatif anlamlı ilişki vardır. Dolayısıyla hakemlerin yaşı, klasmanı, yönettiği ligi ve yönettiği ortalama maç azaldıkça fiziksel saldırı girişimi hareketlerinin arttığı ya da hakemlerin yaşı, klasmanı, yönettiği ligi ve yönettiği ortalama maç arttıkça fiziksel saldırı girişimi hareketlerinin azaldığı söylenebilir ayrıca basketbolda hakemlerin cinsiyeti ile konsantrasyon bozma davranışları arasında pozitif anlamlı ilişki ile de kadınların maçlarda daha fazla konsantrasyon bozma davranışlarıyla karşılaştıkları söylenebilir. Basketbolda hakemlerin hakemlik yaşı ile konsantrasyon bozma davranışları arasında negatif anlamlı ilişki görülmektedir. Buna göre basketbolda hakemlerin hakemlik yaşı azaldıkça müsabakadaki konsantrasyon bozma davranışlarının arttığı ya da basketbolda hakemlerin hakemlik yaşı arttıkça müsabakadaki konsantrasyon bozma davranışlarının azaldığı söylenebilir.

Tablo 6. Davranışı Yapan Gruba Göre Basketbol Ligleri Arasında Sportmenlik Dışı Davranış Farklılıklarının Karşılaştırılması

Davranışı Yapan Grup	TBF 1.lig (n=32)		TBF 2.lig (n=56)		TBF Bölgesel lig (n=104)		df	Fark	p
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS			
Sporcu	2.68	.35	2.73	.49	2.77	.49	(2-189)	.577	.563
Teknik Ekip	2.50	.37	2.55	.49	2.53	.53	(2-189)	.094	.911
Seyirci	3.37	.53	3.31	.68	3.27	.67	(2-189)	.297	.743

Tablo 6 incelendiğinde; basketbol hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışlarda davranışı yapan gruba göre basketbol ligleri arasında hiçbir parametrede anlamlı fark bulunamamıştır. Bunun yanında her 3 ligde de en çok sportmenlik dışı davranışı sırasıyla seyircilerin, sporcuların ve teknik ekiptekilerin yaptığı görülmektedir.

Tablo 7. Davranışın Yapıldığı Gruba Göre Basketbol Ligleri Arasında Sportmenlik Dışı Davranış Farklılıklarının Karşılaştırılması

Değişkenler	TBF 1.lig (n=32)		TBF 2.lig (n=56)		TBF Bölgesel lig (n=104)		df	Fark	p
	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS	\bar{X}	SS			
Hakeme	3.03	.47	3.03	.62	3.00	.62	(2-189)	.086	.917
Sporcuya	2.86	.36	2.92	.49	2.92	.51	(2-189)	.188	.829
Teknik Ekibe	2.28	.34	2.34	.49	2.33	.53	(2-189)	.160	.852
Seyirciye	2.61	.48	2.61	.58	2.64	.59	(2-189)	.064	.938

Tablo 7 incelendiğinde; basketbol hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışlarda davranışın yapıldığı gruba göre basketbol ligleri arasında hiçbir parametrede anlamlı fark bulunamamıştır. Bunun yanında her 3 ligde de en çok sportmenlik dışı davranışın sırasıyla hakemlere, sporculara, seyircilere ve teknik ekiptekilere yapıldığı görülmektedir. ;

Tablo 8. Yapılan Davranışın Türüne Göre Basketbol Ligleri Arasında Sportmenlik Dışı Davranış Farklılıklarının Karşılaştırılması

Davranış Türü	TBF 1.lig (n=32)		TBF 2.lig (n=56)		TBF Bölgesel lig (n=104)		df	Fark	p
	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS	\bar{x}	SS			
Fiziksel Saldırı Girişimi	2.26	.37	2.37	.53	2.47	.56	(2-189)	2.009	.137
Fiziksel Saldırı	2.21	.36	2.22	.55	2.32	.60	(2-189)	.766	.466
Hakaret	2.84	.48	2.91	.61	2.86	.65	(2-189)	.143	.866
Saygısızlık	2.88	.49	2.88	.64	2.80	.59	(2-189)	.382	.683
Tehdit	2.53	.44	2.56	.67	2.61	.70	(2-189)	.193	.824
Tahrik	2.91	.60	2.91	.69	2.84	.70	(2-189)	.209	.812
Takdir Etmeme	2.79	.72	2.90	.69	2.80	.74	(2-189)	.436	.647
Protesto	3.60	.73	3.54	.89	3.38	.94	(2-189)	1.057	.349
Psikolojik Baskı	3.61	.80	3.65	.92	3.52	.91	(2-189)	.435	.648
Malzemeye Zarar	2.56	.60	2.57	.82	2.64	.79	(2-189)	.235	.791
Konsantrasyon Bozma	3.24	.63	3.31	.77	3.32	.78	(2-189)	.143	.867
Hakeme Yardım Etmeme	3.16	.84	3.17	1.01	3.09	1.19	(2-189)	.110	.896
İtiraz	3.14	.69	3.26	.90	3.29	.90	(2-189)	.355	.701
Hakemi Şikâyet	3.51	.73	3.38	.97	3.33	1	(2-189)	.383	.682
Rakibi Şikâyet	3.58	.75	3.45	.88	3.31	.88	(2-189)	1.354	.261
Sportif Erdeme Aykırılık	2.81	.45	2.76	.50	2.86	.60	(2-189)	.618	.540

Tablo 8 incelendiğinde; basketbol hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışlarda yapılan davranış türüne göre basketbol ligleri arasında hiçbir parametrede anlamlı fark bulunamamıştır. Ek olarak, her 3 ligde de psikolojik baskı davranışı en çok görülen sportmenlik dışı davranış türü olurken, fiziksel saldırı her 3 ligde de en az görülen sportmenlik dışı davranış olarak ortaya çıkmıştır. Bunun yanında sportmenlik dışı davranış türlerinin hangi ligde ne oranda görüldüğü yukarıda ayrıntılı olarak gösterilmektedir.

TARTIŞMA

“Davranışı yapan gruba göre”; tecrübeli ve yaşı büyük hakemlerin daha az, tecrübesiz ve yaşı küçük hakemlerin daha çok sporcu kaynaklı sportmenlik dışı davranışlarla

karşılaştığı söylenebilir (Tablo 3). Ayrıca “Yapılan davranışın türüne göre” ise yine tecrübeli ve yaşı büyük hakemlerin daha az, tecrübesiz ve yaşı küçük hakemlerin daha çok fiziksel saldırı girişimi hareketiyle karşılaştığı söylenebilir (Tablo 5). Literatürde Rainey ve Duggan (1998), basketbolda en çok saldırgan davranış sergileyenlerin sporcular (%41) olduğunu⁽²⁵⁾; Ekmekçi ise (2004), en az saldırgan davranışla tecrübeli en çok saldırgan davranışla tecrübesiz hakemlerin karşılaştığını⁽¹³⁾ belirtmişlerdir. Bu bağlamda çalışma sonuçlarının literatürle paralellik gösterdiği söylenebilir. Basketbolda yaşı büyük ve uzun süredir maç yöneten hakemlerin tecrübeli hakem oldukları düşünülebilir. Buna göre, sporcuların teknik ekiptekilerin ve seyircilerin tecrübeli hakemleri, o ligde uzun zamandır maç yönettikleri için tanıyor olmalarından ya da tecrübesiz hakemleri yeni olmalarından dolayı yeterince tanımamalarından bahsedilebilir. Bu yorumları destekler biçimde; Başkan (2003), ise yaşı büyük hakemlerin yaşı küçük hakemlere oranla yönettiği müsabakaların gözlemcilerinden daha yüksek puan aldıklarını belirtmiştir⁽⁸⁾. Gözlemcisinden yüksek puan alan hakemin maçı iyi yönettiği düşünülürse, yönettiği müsabaka da daha az sportmenlik dışı davranışla karşılaşan hakemin de başarılı maç yönettiği söylenebilir. Dolayısıyla, hakemlerin sporcu kaynaklı sportmenlik dışı davranışları ya da fiziksel saldırı girişimi davranışlarını tecrübelerinden dolayı engelledikleri; sporcuların ise yaşı büyük ve tecrübeli hakemlerin ne tür cezalar verebileceklerini bildiklerinden bu davranışları yapmadıkları söylenebilir. Yeni ve tecrübesiz hakemler ise deneyim açısından da yeni oldukları için sporcuların, teknik ekiptekilerin ve seyircilerin bu tarz sportmenlik dışı davranışlarına yeterince doğru yaklaşım sergileyemeyebilirler. Tecrübeli hakemlerin hata oranları daha düşük olabileceğinden sporcuları kontrol altında tutma şansı ve onların itiraz etmelerini engelleme şansı tecrübesiz hakemlere oranla daha yüksek olabilir. Diğer yandan, sporcular, teknik ekiptekiler ve seyirciler, tecrübesiz hakemleri tecrübeli hakemlere oranla daha kolay etki altına alabileceklerini düşündüklerinden sportmenlik dışı davranışları sergileyebilirler. Banning’e (2005), göre davranış eğitimi alan ve buna yönelik maç yöneten hakemlerin maçında sporcuların daha çok olumlu davranış sergiledikleri ve çok az sportmenlik dışı davranış sergiledikleri belirtilmiştir⁽⁴⁾. Bu bağlamda hakem komitelerinin de zaten uyguladıkları gibi tansiyonu yüksek müsabakalara tecrübeli hakem atamaları ve hakemlere hakemlikleri süresince karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışlara davranış bazında nasıl yaklaşım sergilemeleri gerektiğine yönelik davranış eğitimleri vermelerinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

“Yapılan davranışın türüne göre”; basketbol hakemlerinin yönettikleri ortalama maç azaldıkça fiziksel saldırı girişimi davranışlarının arttığı ya da basketbol hakemlerinin yönettikleri ortalama maç arttıkça fiziksel saldırı girişimi davranışlarının azaldığı söylenebilir. Yeni ya da tecrübesiz hakemlerin daha az maç yönettikleri düşünülürse artan fiziksel saldırı girişimi davranışlarının hakemin tecrübesiz ya da hatalı kararları sıkça vermesiyle ilgili olduğu ya da eski ve tecrübeli hakemlerin daha çok maç yönettikleri düşünülürse azalan fiziksel saldırı girişimi davranışlarının hakemin tecrübeli ve az hata ile maç yönetmesiyle ilgili olduğu söylenebilir. Benzer şekilde, Bahadır’a göre (2006), Konyaspor taraftarı

maçlarda hakemin yanlış tutum ve davranışlarının kendilerini saldırganlığa iten (%41) en önemli faktör olarak görmekte-dirler⁽²⁾. Yine Ekmekçi ise (2004), en az saldırgan davranışla tecrübeli en çok saldırgan davranışla tecrübesiz hakemlerin karşılaştığını belirtmiştir⁽¹³⁾. Mc Coy (2004) ise beysbol liginde sözel hareketlerin fizikselden daha çok olduğunu belirtmiştir⁽²³⁾. Araştırma sonuçlarının literatürle paralellik gösterdiği söylenebilir. Bu bilgiler ışığında özellikle gerilimi yüksek müsabakalarda tecrübeli hakemlerin maçlara verilmesi, müsabaka ortamındaki gerilimin düşmesine ve sportmenlik dışı davranışların azalmasına sebep olabilir.

“Yapılan davranışın türüne göre”; basketbolda kadın hakemlerin yönettiği maçlarda daha fazla konsantrasyon bozma davranışlarıyla karşılaştıkları söylenebilir. Bunun nedeni, kadın hakemlerin erkek hakemlere oranla bu davranışları daha fazla algılamaları ya da bu davranışı tolere etme sınırlarının erkeklere oranla daha düşük olması olarak düşünülebilir. Ayrıca, basketbolda hem seyirci çoğunluğunun hem de sporcu çoğunluğunun erkek olduğu göz önünde bulundurulursa erkek sporcu/teknik ekip/seyircilerin kadın hakemleri daha kolay etki altına alabileceklerini düşündüklerinden ve kadın hakemlerin belki de hata yapmaya daha meyilli olduklarını düşündükleri için bu tür davranışları daha çok gösteriyor oldukları düşünülebilir. Bunun yanında, kadın hakemlerin erkeklere göre, daha az sert bir yapıya sahip olduklarını ve daha çok tolere gösterebileceklerini düşünüyor olmaları da mümkündür. Literatürde sportmenlik dışı davranışların hakemlerin cinsiyetine göre değişip değişmediğine yönelik bir çalışmaya rastlanamamıştır.

“Yapılan davranışın türüne göre”; basketbolda hakemlerin hakemlik yaşı azaldıkça müsabakalardaki konsantrasyon bozma davranışlarının arttığı ya da basketbolda hakemlerin hakemlik yaşı arttıkça müsabakalardaki konsantrasyon bozma davranışlarının azaldığı söylenebilir. Konsantrasyon bozma davranışı genellikle hakeme belli etmeden rakibinin dikkatini dağıtarak onun hata yapmasını sağlamak olarak açıklanabilir. Konsantrasyon bozma davranışları basketbolda bazı durumlarda teknik faulle cezalandırılırken bazı durumlarda bu davranışlar pozisyonun durumuna göre göz ardı edilebilmektedir⁽⁶⁾. Aktaş ve ark. (2004), üst düzeydeki profesyonel basketbolcuların başarı için gerekli olan ve kuralların izin verdiği sınırlarda amaçlarına ulaşmak için saldırganlık eğilimine sahip olduklarını ortaya koymuşlardır⁽¹⁾. Literatürdeki çalışmalar, araştırma sonuçlarıyla benzerlikler göstermektedir. Bu bakış açısıyla tecrübesiz hakemlerin maçı daha çok kurallara uygun yönetmeye konsantre oldukları ve bu tarz davranışlara daha az dikkat ettikleri ya da tecrübesizliklerinden dolayı bu davranışları iyi gözlemleyemedikleri veya hangi davranışı cezalandırıp hangilerini cezalandırmamaları gerektiğini bilmedikleri düşünülmektedir. Tecrübeli hakemlerin ise sporcuların bu davranışlarını daha iyi sezebileceği düşünülebilir. Dolayısıyla tecrübeli hakemlerin, oyuncuların kuralı esnetmeye yönelik bu davranışlarını çok rahat fark edebildikleri tecrübesiz hakemlerin ise fark edemedikleri söylenebilir.

“Yapılan davranışın türüne göre”; basketbolda hakemlerin yönettiği lig ve klasmanı düştükçe fiziksel saldırı girişim davranışlarının arttığı söylenebilir. Fiziksel saldırı girişimi

de fiziksel saldırıya teşebbüs etmek olduğundan tecrübesiz hakemlerin bu davranışlarla daha zor başa çıkabildikleri söylenebilir. Herhangi bir spor dalında görevini yapan bir hakeme yapılacak olan fiziksel saldırı ya da buna teşebbüs etmek çok ağır bir sportmenlik dışı davranış olmakla birlikte cezası basketbolda çok ağırdır (Basketbol için 3 aydan 2 yıla kadar hak mahrumiyeti, vardır)⁽¹¹⁾. Ancak, hakemlerden elde edilen verilere göre fiziksel saldırı ve saldırı girişimi davranışlarına ağır cezalar verilmesine rağmen bu davranışlar sıkça görülmektedir. Verilen bu cezaların sportmenlik dışı davranışların azaltılmasına yönelik yaptırımının yeterli olmadığı anlaşılmaktadır. Bu tip davranışlara yönelik cezaların yaptırımı olacak şekilde yeniden düzenlenmesi ve mutlak uygulanması gerekmektedir.

Sonuç olarak; bu çalışma Türkiye Basketbol Ligleri'ndeki sportmenlik dışı davranışları tespit etmeye yönelik olarak yapılmış bir çalışmadır. Basketbolda hakemlerin belirli değişkenleriyle sportmenlik dışı davranışlar arasında anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür; ayrıca basketbolda en fazla sportmenlik dışı davranışı sırasıyla seyircilerin, sporcuların ve teknik ekiptekilerin yaptığı ve sportmenlik dışı davranışın en fazla hakeme daha sonra sporcuya daha sonra seyirciye daha sonra da teknik ekiptekilere karşı yapıldığı ortaya çıkmıştır. Davranış türleri açısından ise en çok karşılaşılan sportmenlik dışı davranışların sırasıyla psikolojik baskı, protesto, rakibi şikayet, hakemi şikayet, konsantrasyon bozma, itiraz, hakeme yardım etmeme, tahrik, hakaret, saygısızlık, takdir etmeme, sportif erdeme aykırılık, malzemeye zarar verme, tehdit, fiziksel saldırı girişimi ve fiziksel saldırı olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuçlar ışığında; hakemlere hakemlikleri sırasında fiziksel antrenmanların yanında, sportmenlik dışı davranışlarla nasıl başa çıkabileceğinin eğitiminin verilmesi hatta hangi sportmenlik davranış karşısında nasıl hareket etmesi gerektiğinin eğitimi verilmelidir. Federasyonun ise bu davranış türlerinin liglerdeki karşılaşılma sıklıklarını göz önünde bulundurarak ligler bazında önleyici tedbirler alması yararlı olacaktır. Ayrıca hakemlerin sportmenlik dışı davranışlarla karşılaştıkları zaman kuralları esnetmeden uygulamaları için federasyonların, hakem komitelerinin ve medyanın hakemlerin yanında yer alması önem arz etmekte ve bu davranış hangi gruptan gelirse gelsin eşit şekilde yaptırımlarının uygulanması gerekmektedir.

KAYNAKLAR

1. Aktaş, A, Çobanoğlu, G, Yazıcılar İ. Profesyonel Erkek Basketbolcuların Saldırganlık Düzeyleri ile Maç Başarıları Arasındaki İlişkinin Araştırılması. Spor metre Bed. Eğt. Sp. Bil. Der., II(3): 127-134; 2004.
2. Bahadır, Z. Futbol Seyircisinin Sosyo-Ekonomik Kültürel Yapısının Şiddet Eylemine Etkisi Konyaspor Örneği. Yüksek Lisans. Niğde: Niğde Üniversitesi; 2006.
3. Balcıoğlu, İ. Sporun Sosyolojisi ve Psikolojisi. 1. Baskı. İstanbul: Bilge Yayınları; 2003.
4. Banning, SA. The Effect of Referees' Prosocial Behavior Techniques on Promoting Sportmanship and Fun in Youth Basketball Palyers. Doctorate Thesis. Utah: The University of Utah; 2005.

5. Barrow, HM. Man and Movement: Principles of Physical Education (2nd edition). Philadelphia: Lea & Febiger; 1977.
6. Basketbol Resmi Kuralları. Türkiye Basketbol Federasyonu. [internette]. [Erişim 25.02.2011] http://www.tbf.org.tr/kerberos_fp.html?DID=03HHETYDMFPUPZVNTG; 2010.
7. Başer, E. Uygulamalı Spor Psikolojisi. 3. Baskı. Ankara: Bağırhan Yayınevi; 1998.
8. Başkan, M. Türkiye Altıncı Bölge C Klasman Futbol Hakemlerinin Hakemlik Performanslarına Etki Eden Bazı Değişkenlerin Araştırılması. Yüksek Lisans. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi; 2003.
9. Bussey, RW. Perceptions of Selected Athletic Directors in the Dallas/Fort Worth Metroplex Region Regarding Factors and Issues of Ethics in Interscholastic Athletics. Doctorate Thesis. Denton: Texas Woman's University; 2008.
10. Büyüköztürk, Ş. Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı. 1. Baskı. Pegem A Yayıncılık; 2002.
11. Disiplin Yönergesi. Türkiye Basketbol Federasyonu. [İnternette]. [Erişim 08.02.2011]. [http://www.tbf.org.tr/tbfweb/tbfweb2.nsf/\(\\$\\$Lookup_TBfv1_BasinBulteni_T_Yoner_WEB_View\)/9BFE1CE7FC90A832C22577B3003DAC7C/\\$FILE/2010-2011DisiplinYonergesi.pdf](http://www.tbf.org.tr/tbfweb/tbfweb2.nsf/($$Lookup_TBfv1_BasinBulteni_T_Yoner_WEB_View)/9BFE1CE7FC90A832C22577B3003DAC7C/$FILE/2010-2011DisiplinYonergesi.pdf); 2011.
12. Doğan, O. Spor Psikolojisi. 2. Baskı. Adana: Nobel Kitabevi; 2005
13. Ekmekçi, R. Basketbol Hakemlerinin Genel Profili ve Saldırgan Davranışlarla Karşılaşma Durumu. Yüksek Lisans. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi; 2004.
14. Ekmekçi, R. Basketbol Hakemlerinin Stres Kaynakları ile Stresle Basa Çıkma Yöntemlerinin Tespiti ve Önleyici Yöneltil Uygulamaların Geliştirilmesi. Doktora. Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi; 2008.
15. Erdemli, A. Spor Yapan İnsan. 1. Baskı. E Yayınları; 2008
16. Erkuş, A. Bilimsel Araştırma Sarmalı. 1. Baskı. Ankara: Seçkin Yayınevi; 2005.
17. Gürpınar, B. Basketbol ve Futbol Hakemlerinin Karşılaştıkları Sportmenlik Dışı Davranışlar ve Bu Davranışların Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Doktora, Ankara; 2009.
18. Güven, Ö. Türklerde Spor Kültürü. Geliştirilmiş 2. Baskı. Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları; 1999.
19. Hughes, S. New Mexico High School Sports Officials' Perceptions of Athlete Coach and Spectator Conduct. Doctorate Thesis. Albuquerque: The University of New Mexico; 2001.
20. Johnson, JD. Current Perceptions of Mississippi Soccer Coaches, Game Officials and Administrators on Youth Sport Misconduct. Doctorate Thesis. Mississippi: The University of Southern Mississippi; 2004.
21. Kampf, S. A Study of Division 1 Men's Collage Basketball Official's Perceptions of Sportsmanship. Doctorate Thesis. New York: State University of Buffalo; 2005.

22. Keskin, HK. Farklı Cinsiyetteki Basketbol Seyircilerini Saldırganlığa İten Faktörler Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans. Ankara: Gazi Üniversitesi; 1998.
23. McCoy, FG. Verbal and Physical Abuse Against Umpires in Girls and Boys' Sports. Master Thesis. Columbia: University of Missouri; 2004.
24. Powell, JT. Origins and Aspects of Olympics. Champaign, IL: Human Kinetics; 1994.
25. Rainey, DV, Duggan, P. Assaults on Basketball Referees a Statewide Survey, Jour. of Sport Behav. (JSB) 1998, 21(1): 113 -120; 1998.
26. Ryska, TA. Sportsmanship in Young Athletes: The Role of Competitiveness, Motivational Orientation, and Perceived Purposes of Sport. The Journal of Psychology, 137(3): 273-293; 2003.
27. Satcher, ND. Social and Moral Reasoning of High School Athletes and Non-Athletes. Doctorate Thesis. The University of Southern Mississippi; 2006.
28. Sigauw, JA, Rockness, JW, Hunt, TG, & Howe, LV. Ethical Values and Leadership: A Study of AACSB Business School Deans. Academy of Management Annual Meeting, San Diego, CA; 1998.
29. Stornes, T. Sportsmanship in Elite Sports: On the Effects of Personal and Environmental Factors on the Display of Sportsmanship Among Elite Male Handball Players. European Physical Education Review, 7(3): 283-304; 2001
30. Toohey, K, Veal, AJ. The Olympic Games: A Social Science Perspective. Library of Congress Cataloging; 2000.

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD) Yazım Kuralları

Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD), yılda dört kez (Ocak, Nisan, Temmuz, Ekim) Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu tarafından yayınlanan hakemli bir dergidir. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi'nde, beden eğitimi ve spor alanlarında yayınlara (Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi, Hareket ve Antrenman Bilimleri, Spor Sağlık Bilimleri, Sporda Psiko-Sosyal Alanlar, Spor Yönetim Bilimleri) yer verilmektedir.

Gönderilen yazılar daha önce hiçbir yerde yayımlanmamış olmalıdır. Herhangi bir sempozyum ya da kongrede sunulan yazılarda kongrenin adı, yeri ve tarihi belirtilmelidir. Bir araştırma kurumu ya da fonu tarafından desteklenen çalışmalarda, desteği sağlayan kuruluşun adı ve proje numarası verilmelidir.

Editörlerin ön değerlendirmeye tabi tuttuğu yazılar içerik ve biçim bakımından incelenmek üzere en az iki hakeme gönderilir. Hakemler tarafından düzeltme istenen yazılar gerekli değişiklikler için yazarına geri gönderilir. Düzeltilmiş metni belirtilen süre içinde dergiye ulaştırmak yazarın sorumluluğundadır. Düzeltilmiş metin, gerekli olduğu hâllerde değişiklikleri isteyen hakemlerce tekrar incelenir.

Yazarlar metinleri, Amerikan Psikologlar Birliği tarafından yayınlanan APA's 'Publication Manual of American Psychological Association (6. Baskı), 2009' adlı kitapta belirtilen yazım ilkelerine uygun olarak yazmalıdırlar.

Yayımlanması için dergiye gönderilen yazıların, kabul edildikten sonraki yayın hakkı, yayımlandıktan sonraki her türlü telif hakkı Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi'ne aittir.

Yayımlanan yazıların her türlü sorumluluğu yazarlara aittir.

Dergiye gönderilen yazıların incelenmeye alınması için aşağıdaki şartların yerine getirilmiş olması gerekmektedir:

1. Yazı Microsoft Word yazılım programı ile Times New Roman 12 punto ile 1,5 satır aralıklı ve 2,5 cm'lik kenar boşlukları bırakılarak ve 20 sayfayı geçmeyecek şekilde yazılmalıdır.

2. Tablo, şekil, resim, grafik ve benzerlerinin derginin sayfa boyutları dışına taşmaması amacıyla 10 x17 cm'lik alanı aşmaması gerekir. Bundan dolayı, tablo, şekil, resim, grafik vb. daha küçük punto ve tek aralık kullanılarak yazılmalıdır. Resim, grafik ve benzerlerinin ayrı bir dosya hâlinde ve jpg formatında kaydedilmesi baskı kalitesi açısından gereklidir.

3. Yazı 1 kopya isimli ve 2 kopya isimsiz olarak ve CD'ye kaydedilerek posta yolu ile ya da Microsoft Word yazılım programı formatında e-mail yolu ile gönderilmelidir.

4. Yazılarda Türk Dil Kurumunun imlâ (yazım) kılavuzu örnek alınmalı, yabancı sözcükler yerine olabildiğince Türkçe sözcükler kullanılmalıdır. Türkçe'de pek alışılmamış sözcükler yazıda kullanılırken ilk geçtiği yerde yabancı dildeki karşılığı parantez içinde verilmelidir (Türkçe ve İngilizce).

5. Yazılar, başlık sayfası, özet (Türkçe ve İngilizce), anahtar sözcükler, ana metin, kaynaklar, ekler, tablolar, şekil başlıkları, şekiller, yazar notları, yazışma adresi, e-posta adresi ve genişletilmiş İngilizce özet (summary) bölümlerini içermelidir.

a) Başlık sayfası:

En fazla 10-12 kelimedenden oluşan makale başlığı, kısa başlık (kelimeler arasındaki boşluklar ile beraber en fazla 50 karakter), yazarların adı ve soyadı, unvanı ve çalıştığı kurumu içermelidir. Araştırmanın adı araştırmanın temel konusunu, eğer varsa bağımlı ve bağımsız değişkenleri kapsayacak iyi seçilmiş ve sıralanmış en çok beş ya da altı sözcükten oluşmalıdır.

b) Özet ve anahtar sözcükler:

Araştırmanın Türkçe ve İngilizce özetleri araştırmanın amacını, araştırmanın yöntemini, araştırmada varılan sonucu ve yapılan başlıca önerileri kapsamalıdır. Özet, Türkçe ve İngilizce olmak üzere her iki dilde 'Özet' ve 'Abstract' başlıkları altında 200 kelime olmalıdır. Anahtar sözcükler (3 ile 10 arasında) Türkçe özetin altında 'Anahtar kelimeler' ve İngilizce özetin altında 'Keywords' başlığı kullanılarak verilmelidir. Türkçe ve İngilizce özetin her biri yeni bir sayfadan başlamalıdır.

c) Ana metin:

Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Görgül makalelerde metin, sırasıyla giriş, yöntem, bulgular, tartışma ve sonuç bölümlerinden oluşmalıdır. Derleme türü makalelerde, makalenin içeriğine bağlı olarak bu sıra izlenmeyebilir. Kısa başlık her sayfanın sağ köşesinde, yanında sayfa numarası olacak şekilde tekrarlanmalıdır. Ana metnin ilk sayfası "Giriş" alt başlığı ile başlamalıdır. Yöntem, Bulgular, Tartışma ve Sonuç bölümleri yeni bir sayfadan başlamaz. Bir bölüm bittikten sonra, aynı sayfada diğeri onu izler. Diğer bölümlerde mutlaka bölüm başlıkları kullanılmalıdır.

Bu bölümde, gerekçeleri ile birlikte problem ve araştırmanın kuramsal ya da kavramsal çerçevesi ortaya konulmalıdır. Test edilecek hipotezler ve dayanakları belirtilmeli ya da araştırmanın amacı ifade edilmelidir. Bunlar yapılırken başka kaynaklardan paragraflar halinde alıntılarının yapılması yerine araştırmacı kendi sözcükleri ile yazının mantığını oluşturmalı, dolaylı aktarma yoluyla görüşleri ifade etmeli, bir görüşü destekleyen, bu görüşe karşı çıkan ya da tarafsız kalan kaynaklar verilmelidir. Şüphesiz gerektiğinde doğrudan aktarma da yapılabilir. Genelden özele, geçmişten bugüne doğru ya da daha başka ama mutlaka mantıklı bir sıra izlenmelidir. Tanımlar, kısaltmalar, varsayımlar ve sınırlılıklar, eğer varsa, bu bölümde gerekçeleri ile birlikte sunulmalıdır. Araştırmanın bu bölümü bir bütün olarak verilebileceği gibi gerektiğinde alt başlıklar altında da verilebilir.

Yöntem bölümü örneklem, veri toplama araçları ve işlem olmak üzere 3 alt bölümden oluşmalıdır.

Yöntem bölümünde, araştırmada izlenecek yöntem araştırmanın tekrarına imkân verecek şekilde açık ve anlaşılır bir dille ifade edilmelidir. Bu bilgiler araştırmanın türünü, desenini, evren ve örneklemini, veri toplama araçlarını, veri toplama biçimini ve verilerin nasıl analiz edileceğini içermelidir. Eğer izlenecek yöntemin gerekçeleri problem bölümünde tartışılmamış ise burada mutlaka tartışılmalıdır. Veri toplama araçlarının özellikleri, geliştirilmesi, geçerliliği ve güvenilirliği konusunda bilgi verilmelidir. Verilerin analizinde kullanılan istatistiksel teknikler, kullanılma amacı, kullanılan anlamlılık düzeyleri belirtilmelidir.

Bulgular araştırmanın denencelerini test etmek amacı ile kullanılan istatistiksel analizleri, her değişkene ait ortalama ve standart sapma değerlerini içermelidir. Tablolar ve şekiller ayrı bir sayfada yazının en sonunda verilmelidir. Ayrıca verilecek olan tablolarda ortalamalar " \bar{X} " şeklinde, standart sapmalar da "S" şeklinde gösterilmelidir.

Bulgular ve yorum bölümünde bulgular, araştırmanın amacına uygun olarak sıra ile sunulmalıdır. Tablolarda verilen bilgiler bir de yazı ile tekrar edilmemeli ancak tabloda dikkati çeken özel durumlara işaret edilmelidir.

Gerçeklerle yorumlar kesinlikle birbirine karıştırılmamalı, istatistiksel değerlendirmeler gerçekler içinde sunulmalıdır. Yorumlar diğer araştırma sonuçları ile birlikte değerlendirilmeli, destekleyen, farklı çıkan bulgulara işaret edilmeli, bunlardan ne anlaşılması gerektiğine işaret edilmeli, gerektiğinde bulgulara ilişkin tahminlere de yer verilmelidir. Bulgular ve yorum bir bütün hâlinde verilebileceği gibi alt amaçlar ya da ona işaret eden farklı başlıklar altında, sırası ile sunulabilir. Makalelerde, özne olarak belirsiz üçüncü tekil şahıs kullanılmalıdır.

Sonuç ve öneriler bölümünde araştırmanın amacına uygun, ona cevap niteliğinde bir sonuç ortaya konulmalıdır. Sonuç mutlaka bulgulara dayalı ve onlarla açıklanabilen bir yapıda olmalıdır. Bu araştırmanın bulguları ve ulaşılan sonucun ışığı altında uygulama ve araştırma önerilerine yer verilmelidir.

Sıklıkla kullanılan istatistiksel teknikler metin içinde rapor edilirken aşağıda belirtilen şekilde olmalı ve italik yazılmalıdır.

Varyans analizi:

...SED değişkeninin temel etkisi anlamlıdır, $F(1,123) = 5.43, p < .05$.

Korelasyon ve ki-kare değerleri rapor edilirken denek sayısı (n) ve t, F çoklu karşılaştırmalar (Tukey testi gibi) rapor edilirken serbestlik derecesi (sd) mutlaka verilmelidir. Regresyon analizleri rapor edilirken $R, R^2, F, Beta, t$ ve p değerleri; faktör analizi rapor edilirken ise her bir faktör altındaki maddelerin faktör yükleri (factor loadings) ve her bir faktörün açıkladığı varyans bilgileri verilmelidir.

Tartışma bölümü, araştırma bulgularının literatür ışığında açıklanmasını, tartışılmasını içermelidir.

d) Kaynaklar:

Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Metin içinde belirtilen tüm kaynaklar 'Kaynaklar' listesi içinde yer almalıdır.

Metin içinde kaynağın belirlenmesi dipnot şeklinde değil, yazarın soyadı, yayın tarihi, doğrudan aktarmalarda sayfa numarası verilerek yapılmalıdır. Örnekler:

Sevim, (2002) ..., Sevim'e (2002:15) göre ...,

Gysbergs ve Henderson (1997) ..., Gysbergs ve Henderson'a (1997) göre ...

Kavcar, Oğuzkan ve Sever (2002) ...

Yazar sayısı 3 ile 5 arasında ise, metin içinde geçtiği yerde yukarıda olduğu gibi verilir, daha sonra ise Kavcar ve arkadaşları (2002) ... olarak verilmelidir.

Yazar sayısı 6 veya daha fazla ise metin içinde ilk geçtiği yerden itibaren Kavcar ve arkadaşları (2002) olarak verilmelidir.

Cümle sonunda, parantez içinde birden fazla esere atıfta bulunuluyor ise, kaynaklar yayın tarihi sırası ile verilmelidir.

Paragraf sonunda kaynaklar, parantez içinde yazar soyadı ve yayın tarihi ile verilmelidir (İmamoğlu, 2002).

Kaynaklar bölümünde kaynaklar alfabetik sıra ile verilmelidir. Birden fazla yazarlı Türkçe ve yabancı kaynaklar için son yazarın soyadından önce 've' yazılmalıdır.

Kitaplar

Sevim, S. (2002). *Basketbolda Kondisyon Antrenmanı*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Dergiler

Tamer, K. (1995). Çeşitli Koşu Programlarının Aerobik-Anaerobik Güç ve Akciğer Fonksiyonlarına Etkileri ile İlişki Düzeylerinin Belirlenmesi, *Performans*, 1(3): 145-152.

Tezler

İmamoğlu, A. F. (1989). *Yükseköğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Faaliyetlerinin Yönetimi ve Etkinliği* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya

Bildiriler

Gökdemir, K. (1999). *Yüksek İrtifanın Yetişkin Sedanterlerin Bazı Fizyolojik Parametreleri Üzerine Akut Etkisi*, XI. Balkan Congress of Sports Medicine, 26-30 Nisan, Antalya

Editörlü kitaplar

Güçlü, N. (2000). İletişim. İçinde: L. Küçükahmet (Ed.), *Sınıf Yönetimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

El Kitapları

Özgüven, İ. E. (1992). HKE Hacettepe kişilik envanteri el kitabı (İkinci revizyon) Ankara: Odak Ofset.

Çeviri kitaplar

Hellman, H. (2001). *Büyük Çekişmeler: Bilim Tarihinden Seçilmiş On Tartışma* (Çev. Füsün Baytok). Ankara: TÜBİTAK.

Anonim

The Chicago Manual of Style: Fourteenth Edition. (1993). Chicago: The University of Chicago Press.

Gazete Makalesi

Ekşi, O. (2002, 03, 23). İstenen bu muydu? *Hürriyet Gazetesi*. 21.

Kurum yayınları

Devlet Planlama Teşkilatı. (2000). Uzun Vadeli Strateji ve Sekizinci Beş Yıllık Kalkınma planı 2001-2005. Ankara: DPT.

WEB Sitesine Atıfta Bulunma

Bir Web sitesinin tümüne (sitedeki belli bir sayfaya değil) atıfta bulunmak için, sitenin adresini vermek yeterli olacaktır. Örneğin,

Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği, (<http://www.pdr.org.tr>).

Duyuru

Children's Defense Fund. (2000, Şubat 25). Urge Congress to Support Increase Investments in Child Care, Head Start and After-School in the FY2001 Budget [Duyuru]. Washington, DC: Autor. İnternet'ten 13 Mart 2000'de elde edilmiştir: <http://www.childrensdefense.org/takeaction/childcare.html>

Özet

Irak, M. (1998). Uyku ve bilgi işleme süreçleri. Türk Psikoloji Yazıları, 1(1), 17-30. İnternet'ten 08 Ocak 2000'de elde edilmiştir: <http://www.psikolog.org.tr/tpy/1/metehan.htm>

Bir Web sitesinde belirli bir sayfa

Türk Psikologlar Derneği Deprem Özel Çalışma Grubu Basın Bildirisi: Deprem Bölgesi Eğitim Öğretim Yılına Hazır mı? (22 Eylül, 1999) Ankara: Türk Psikologlar Derneği. İnternet'ten 08 Ocak 2000'de elde edilmiştir. <http://www.psikolog.org.tr/deprem/basimbildiri5.htm>

Elektronik dergiler

VandenBos, G., Knapp,S., & Doe, J. (2001). Role of reference elements in the selection of resources by psychology undergraduates [Electronic version]. Journal of Bibliographic Research, 5, 117-123.

Elektronik Veri Tabanlarından Alınan Makale ve Özetlere Atıfta Bulunma

Elektronik veri tabanları için tarih (CD-ROM'lar için belirtilmez), kaynak (örn.,SSCI, ERIC) ve veritabanının adı ile diğer ek bilgiler (madde numarası gibi) belirtilmelidir. Web kaynakları için ise, o veritabanına giriş sayfasının adresi (URL) verilmelidir. (örnek; <http://www.ebscho.com>).

Örnekler

I) Saracho, O. N.(1999). A Factor analysis of preschool children's play strategies and cognitive style. Educational Psychology, 19(2), pp 165+ İnternet'ten 08 Ocak 2000'de EBSCO veri tabanından (Academic Search Elite) alınmıştır: <http://www.ebsco.com>

II) EBSCO web sitesi, Academic Search Elite, Business Search Elite, ERIC gibi onlarca veri tabanını bünyesinde bulundurmaktadır. Bu nedenle atıfta bulunurken EBSCO web sitesinden alındığı ifadesine ek olarak ilgili veri tabanının adı da (yukarıdaki örnekte Academic Search Elite) belirtilmelidir.

e) **Ekler:** Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Araştırmada kullanılan ölçekler gibi ek bilgileri içerir.

f) **Tablolar:** Metin içerisinde yerleri belirtilerek yeni bir sayfadan başlamalıdır ve her bir tablo ayrı bir sayfada verilmelidir. Tablo numarası ve tablo başlığı tablonun üstünde yer almalı ve italik yazılmalıdır.

g) **Şekil başlıkları ve şekiller:** Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Şekil numarası ve şekil başlıkları aynı sayfada alta verilmelidir. Şekillerin her biri ise ayrı sayfalarda verilmelidir. Şekil numarası ve şekil başlığı şeklin altında yer almalıdır. Özel baskı gerektiren şekil ve fotoğraflarla ilgili giderler, yazar tarafından karşılanır.

h) **Yazar notları:** Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Eğer araştırma bir tez çalışmasının özeti ise veya araştırmayı destekleyen kurum(lar) var ise bu bölümde belirtilmelidir. Ayrıca araştırmacının, araştırmaya katkılarından dolayı teşekkür etmek istediği kişiler de bu sayfada belirtilmelidir.

ı) **Yazışma adresi:** Yeni bir sayfadan başlamalıdır. Yazarın veya yazarlardan bağlantı kurulabilecek olan kişinin adresi, telefon numarası ve varsa belgegeçer numarası ile e-posta adresi bu bölümde yer almalıdır. Tek kopya olması yeterlidir.

6. Yazılarda ifade edilen düşüncelerden yazarları sorumludur.

7. Gazi BESBD’de yayımlanan yazılardan ancak kaynak gösterilerek alıntı yapılabilir. Yazının içeriğinde olabilecek çarpıtmalardan, alıntıyı yapan ve yayımlayan kişi ya da kuruluşlar yasalar karşısında sorumludur.

8. Gazi BESBD’ye gönderilen yazılar yayımlansın ya da yayımlanmasın geri gönderilmez.

9. Yayın Kurulu, yazıda gerekli gördüğü sözcükleri değiştirebilir.

10. Kurallara uymayan yazılar yayınlanmaz.

11. Gazi BESBD’de yayımlanan yazılar için herhangi bir ücret ödenmez.

12. Yayımlanan her araştırmanın verilerinin 5 yıl süre ile araştırmacı tarafından saklanması zorunludur. Yayın politikamız gereğince zaman zaman bazı yazıların verileri ve analiz programları yazarlarından istenebilecektir.

gazibesyo.dergi@gmail.com adresinden yayın koordinatörlüğü ile iletişime geçilebilir.

GAZI JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCES

Submission Guidelines

Focus and Scope

Gazi Journal of Physical Education and Sport Sciences (Gazi JPSS) is a refereed journal published quarterly (January, April, July, October) by Gazi University School of Physical Education and Sports. The journal seeks to serve the professional interests of individuals working in various physical education and sports disciplines. Preferences are given to articles that report educational research, suggested models, reviews of recent literature and discussions that are relevant to educational concerns and issues.

Manuscript Style and Format

APA Style (the style set by the American Psychological Association, sixth edition) is used for text references and notes. To be considered for publication, manuscripts should be written in Times New Roman, 12 pt., 1.5 spacing throughout with margins of 2.5cm. and should not exceed 20 pages.

Submission Requirements

Gazi JPSS publishes only original works that have not been previously published and that are not under consideration by any other publication. Manuscripts will be sent to at least two referees and they will be sent back to the authors for any corrections when necessary.

Each submission must contain the following components: Title page, abstract (Turkish and English), key words, main text, references, summary (extended summary) appendices, tables, figure titles, figures, notes and correspondence addresses. Tables, figures, pictures and graphics should not exceed margins. For this reason, they can be written with a smaller pt. and with single spacing.

One named copy and two unnamed copies of the manuscript and one CD should be posted or sent by e-mail in Microsoft Word format.

Authors are responsible for opinions expressed in the article. Articles published in the Gazi JPSS should only quote by showing references. Manuscripts submitted to the Gazi JPSS will not be returned whether they are published or not. Publishing committee may change words if necessary. Articles that do not comply with the rules will not be published.

No fee will be given to the authors publishing in the Gazi JPSS. All rights are reserved after manuscripts are published.

It is obligatory for the researchers to keep the data for 5 years. Due to our publishing policies, from time to time some of the data and analysis programmes may be requested from the authors.

