



EJSSE

Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi

e-ISSN: 2717-8455



**Cilt/Vol.: 4, Sayı/Issue: 1
2022**

Scan
to discover !



Download this free Unitag App to scan
at unitag.io/app



Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi

Eurasian Journal of Sport Sciences and Education

Sahibi / Owner

Prof. Dr. Nazmi SARITAŞ

Editors:

Prof. Dr. Nazmi SARITAŞ

Doç. Dr. Kadir YILDIZ

Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitimi Dergisi (EJSSE) (e-ISSN 2717-8455), spor bilimleri alanında özgün bilimsel yazılar yayınlayan hakemli bilimsel bir dergidir.

Copyright © 2019 EJSSE

Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi yılda iki kez yayınlanır.

Eurasian Journal of Sport Sciences and Education is published biannually (June-December)

<http://dergipark.org.tr/ejsse>

Yayın Kurulu/ Publishing Board

Dr. Bahar ATEŞ ÇAKIR	Uşak University, Uşak, TURKEY
Dr. Cenk TEMEL	Akdeniz University, Antalya, TURKEY
Dr. Dana BADAU	University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures, ROMANIA
Dr. Jerónimo García-FERNANDEZ	Universidad de Sevilla, SPAIN
Dr. Kemal GÖRAL	Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla, TURKEY
Dr. Malgorzata TOMECKA	Private Academy of Sport Education in Warsaw, POLAND
Dr. Petronal MOISESCU	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Sabri ÖZÇAKIR	Bolu Abant İzzet Baysal University, Bolu, TURKEY
Dr. Sevim GÜLLÜ	İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, İstanbul TURKEY
Dr. T. Osman MUTLU	Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla, TURKEY
Dr. Uğur SÖNMEZOğLU	Pamukkale University, Denizli, TURKEY
Dr. Velittin BALCI	Ankara University, Muğla, TURKEY
Dr. Viorica CALUGHER	The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA

Yayın Koordinatörü / Publishing Coordinator

Prof. Dr. Nazmi SARITAŞ

İngilizce Dil Editörü / Proofreading for Abstracts

Dr. Öğr. Üyesi Betül COŞKUN

Yazım Kontrol Grubu / Editing Scout

Arş. Gör. Murat KOÇ

Ađ Sistemi Yöneticisi / Webmaster

Öğr. Mustafa KUŞ

Yayın Dili / Language

Türkçe- İngilizce- Turkish – English

BİLİM KURULU – SCIENTIFIC COMMITTEE

Dr. Adela BADAU	University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures, ROMANIA
Dr. Amin AZIMKHANI	Imam Reza International University, IRAN
Dr. Ayad OMAR	Tripoli University, Sports and Health, LIBYA
Dr. Balint GHEORGHE	“Vasile Alecsandri” University of Bacău, ROMANIA
Dr. Celina R. N. GONÇALVES	Polytechnic Institute of Bragança, PORTUGAL
Dr. Dana BADAU	University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures, ROMANIA
Dr. Dilshad AHMED	University of Macau, CHINA
Dr. Dimitris CHATZOPOULOS	Aristotle University of Thessaloniki, GREECE
Dr. Dusan MITIC	University of Belgrade, SERBIA
Dr. Elena YARMOLIUK	Borys Grinchenko Kyiv University, UKRAINE
Dr. Emanuele ISIDORI	University of Rome Foro Italico, ITALY
Dr. Eugeniu AGAPII	The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA
Dr. Ferman KONUKMAN	Qatar University, QATAR
Dr. Iconomescu T. MIHAELA	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Ivan ANASTASOVSKI	University SS Cyril and Methodist, MACEDONIA
Dr. Iuliana BARNĂ	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Javier Cachon ZAGALAZ	University of Jaén, SPAIN
Dr. J.P VERMA	Lakshmibai National Institute of Physical Education Gwalior, INDIA
Dr. Jerónimo GARCIA FERNANDEZ	Universidad de Sevilla, SPAIN
Dr. Jerzy KOSIEWICZ	Josef Pilsudski University of Physical Education, POLAND
Dr. Khaled EBADA	Faculty of Physical Education. Port Said University, EGYPT
Dr. Kim WONYOUNG	Wichita State University, USA
Dr. Malgorzata TOMECKA	Private Academy of Sport Education in Warsaw, POLAND
Dr. Mir Hamid SALEHIAN	Islamic Azad University, IRAN
Dr. Michael LEITNER	California State University, USA
Dr. Nadhim AL-WATTAR	Mosul University, IRAQ
Dr. Neofit ADRIANA	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Patrizia ZAGNOLI	Universita degli Studi di Firenze, ITALY
Dr. Petronal C. MOISESCU	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Salahuddin KHAN	Gomal University Dera Ismail Khan Khyber Pakhtunkhwa PAKISTAN
Dr. Tatiana DOBRESCU	“Vasile Alecsandri” University of Bacău, ROMANIA
Dr. Varela NAHUEL	Universidad de La Matanza, ARGENTINA
Dr. Viorica CALUGHER	The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA
Dr. Yrij DOLINNYJ	Donbas'ka Derzhavna Mashinobudivna Akademiya, UKRAINE
Dr. Betül BAYAZIT	Kocaeli Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Bilge DONUK	İstanbul Cerrahpaşa Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Burak GÜRER	Gaziantep Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Cenk TEMEL	Akdeniz Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Defne ÖCAL KAPLAN	Kastamonu Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Dilşad ÇOKNAZ	Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. E. Levent İLHAN	Gazi Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Erdil DURUKAN	Balıkesir Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Esin ERGİN	Adnan Menderes Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Gazanfer DOĞU	İstanbul Aydın Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Hanifi ÜZÜM	Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE

Dr. İbrahim CAN
Dr. Kemal GÖRAL
Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK
Dr. Mehmet ASMA
Dr. Mehmet GÜLLÜ
Dr. Mücahit FİŞNE
Dr. Murat TAŞ
Dr. Müge A. MUNUSTURLAR
Dr. Nazmi SARITAŞ
Dr. Nevzat MİRZEOĞLU
Dr. Osman Tonguç MUTLU
Dr. Pınar GÜZEL GÜRBÜZ
Dr. Sabri ÖZÇAKIR
Dr. Selami ÖZSOY
Dr. Sevim GÜLLÜ
Dr. Süleyman Murat YILDIZ
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU

Iğdır Üniversitesi, TÜRKİYE
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, TÜRKİYE
Eskişehir Teknik Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
İnönü Üniversitesi, TÜRKİYE
Cumhuriyet Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Eskişehir Teknik Üniversitesi, TÜRKİYE
Erciyes Üniversitesi, TÜRKİYE
Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, TÜRKİYE
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, TÜRKİYE
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, TÜRKİYE
Eskişehir Teknik Üniversitesi, TÜRKİYE
Pamukkale Üniversitesi, TÜRKİYE

Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi

Amaç ve Kapsamı

Amacı:

Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi'nin temel amacı, Spor Bilimleri alanına ilişkin güncel gelişmeleri bütüncül ve kapsayıcı bir biçimde inceleyerek bu doğrultuda ortaya çıkan özgün makale ve derlemeleri hedef kitle ile paylaşmaktır.

Kapsamı:

Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi, 2019 yılında yayın hayatına başlamış olup yılda 2 kez yayımlanan Hakemli bir dergidir. Dergi Türkçe ve İngilizce yazılara yer vermektedir. Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi, Spor Bilimleri alanına ilişkin olarak; Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi, Spor Yönetimi, Rekreasyon, Hareket ve Antrenman Bilimleri, Sporda Psiko-sosyal Alanlar ve Spor-Sağlık Bilimleri alanlarında kavramsal veya araştırmaya dayanan, sahasına katkı sağlayacağı düşünülen özgün araştırma ve derleme makaleleri yayımlamaktadır.

DİZİNLEME BİLGİSİ / INDEXING

TÜBİTAK-ULAKBİM DERGİPARK AKADEMİK projesi kapsamında kurulan Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi; [The Open Ukrainian Citation Index \(OUCI\)](#), CABI's Leisure Tourism Database, CABI's Leisure, Recreation and Tourism Abstracts, CrossRef, Worldcat, OpenAIRE, İdealonline ve Google Scholar veri tabanlarında dizinlenmektedir.

Sayı Hakem Listesi / Reviewers List

Dr. Aydın KARAÇAM	İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul
Dr. Fikret ALINCAK	Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep
Dr. Halil Orbay ÇOBANOĞLU	Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Antalya
Dr. İlker ÖZMUTLU	Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ
Dr. İrem KAVASOĞLU	Çukurova Üniversitesi, Adana
Dr. İsa SAĞIROĞLU	Trakya Üniversitesi, Edirne
Dr. Mahboub SHEİKHALİZADEH	Islamic Azad University, Iran
Dr. Mehmet YILDIRIM	Yozgat Bozok Üniversitesi, Yozgat
Dr. Metin BAYRAK	Siirt Üniversitesi, Siirt
Dr. Mustafa KAYA	Erciyes Üniversitesi, Kayseri
Dr. Pedro CARAZO VARGAS	Universidad de Costa Rica, Costa Rica
Dr. Scott TALPEY	Federation University, Australia
Dr. Serkan KURTİPEK	Gazi Üniversitesi, Ankara
Dr. Vahid SAATCHIAN	Imam Reza International University
Dr. Yavuz ÖNTÜRK	Yalova Üniversitesi, Yalova
Dr. Yeşer EROĞLU	Düzce Üniversitesi, Düzce

İÇİNDEKİLER | CONTENTS

Cilt / Vol.: 4, Sayı / Issue: 1, Haziran / June 2022

Orijinal Makale / Original Article

Sayfa/ Page

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Öğretme Motivasyonu ve Motivasyonel Kararlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Investigation of the Relationship Between Teaching Motivation and Motivational Persistence of Pre-service Physical Education and Sports Teacher

Diyar KAYA SAYLAM, Mehmet ASMA..... 1-17

Bilgilendirici ve Beceri Geliştirici Boş Zaman Aktivitelerine Katılım, Stres ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki

The Relationship Between Stress and Life Satisfaction, Participating in Informative and Skill Developing Leisure Activities

Türkan Nihan SABIRLI, Serdar KOCAEKŞİ, Ayşe Feray ÖZBAL, Hüseyin ÇEVİK 18-31

Acute Effect of Small-Sided Game-Based Warm-Up on Change of Direction Speed Performance

Rafael CARVAJAL, Walter SALAZAR..... 32-41

Bağımsız Spor Federasyonlarında Çalışanların İş Güvencelerinin İş Performansına Etkisi

Effect of Job Security of Employees in Work Performance in Independent Sports Federations

Mehmet Özgür KILIÇ, Mustafa Ertan TABUK..... 42-55

Investigating the Relationship between Quality of Life and Adherence to Physical Activity with Life Expectancy at Leisure time in the Elderly

Nafise MOBARAKİ, Mahdi ESFAHANI, Amin AZİMKHANI, Bahador AZİZİ..... 56-66

Farklı Yüklerde Yapılan Unilateral Squat Hareketinde Çömelme Derinliği ile Bar Hızı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Investigation of the Effect of Unilateral Squat Depth on Bar Velocity at Different Relative Loads

Mustafa Arslan BAŞAR, Çiğdem BULGAN ERCİN Alper AŞÇI..... 67-79

7405 Sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun Kamu Politikası Çerçevesinde Değerlendirilmesi

Evaluation of the Law Number of 7405 on Sports Clubs and Sports Federations within the Framework of Public Policy

Tekin ÇOLAKOĞLU, Ömer ÖZBEY, Doğukan DOĞAN..... 80-95

Bedensel Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Öğretme Motivasyonu ve Motivasyonel Kararlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Diyar KAYA SAYLAM^{1*}, Mehmet ASMA¹

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa, Türkiye

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 30.11.2021

Kabul Tarihi: 05.06.2022

DOI: 10.47778/ejsse.1030768

Online Yayın: 30.06.2022

Öz

Bu araştırmanın amacı, Bedensel Eğitimi ve Spor (BES) öğretmen adaylarının öğretme motivasyonu ve motivasyonel kararlılık düzeylerini belirlemek, demografik özelliklere göre karşılaştırmak ve bu iki kavram arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Araştırmada genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini farklı üniversitelerde öğrenim gören 150 BES öğretmen adayı oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Kauffman, Yılmaz-Soylu ve Duke (2011) tarafından geliştirilen, Güzel-Candan ve Evin-Gencil (2015) tarafından Türkçeye uyarlanan Öğretme Motivasyonu Ölçeği ile Constantin, Holman ve Hojbotă (2011) tarafından geliştirilen Sarıçam, Akın, Akın ve İlbay (2013) tarafından da Türkçeye uyarlanan Motivasyonel Kararlılık Ölçeği kullanılmıştır. Öğretme motivasyonu ve motivasyonel kararlılık düzeyleri cinsiyet, yaş ve öğrenim gördükleri üniversite açısından incelendiğinde anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > .05$). BES öğretmenliği bölümünü tercih etme nedenleri arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p < .05$). Öğretme motivasyonu ve motivasyonel kararlılık arasındaki ilişki incelendiğinde ise pozitif yönde orta düzeyde bir ilişki bulunmaktadır ($p < .05$). BES öğretmen adaylarını öğretme motivasyonu ve motivasyonel kararlılığın sürdürülmesinde cinsiyet, yaş ve üniversite gibi değişkenler etkilememektedir. Bu mesleği severek ve isteyerek tercih etmeleri, mesleklerini severek icra edeceklerinin göstergesi olabilir.

Anahtar kelimeler: Öğretme motivasyonu, motivasyonel kararlılık, bedensel eğitimi ve spor öğretmen adayları

Investigation of the Relationship Between Teaching Motivation and Motivational Persistence of Pre-service Physical Education and Sports Teacher

Abstract

The aim of this research is to compare to the teaching motivation and motivational stability levels of pre-service teacher and motivational stability levels to determine the demographic properties and to reveal the relationship between these two concepts. Relational scanning model, one of the general scanning models, was used in the research. The sample of the research consists of 150 pre-service physical education teachers studying at different universities. As a data collection tool, the Teaching Motivation Scale was developed by Kauffman, Yılmaz-Soylu and Duke (2011) and adapted to Turkish by Güzel-Candan and Evin-Gencil (2015), and The Motivational Stability were developed by Constantin, Holman and Hojbotă (2011), which was adapted into Turkish by Scale Sarıçam, Akın, Akın and İlbay (2013) was used. Teaching motivation and motivational stability levels are not a significant difference when gender, age and learning is examined in terms of university they see ($p > .05$) There is a significant difference between the reasons for preferring the pre-service physical education and sports teaching section ($p < .05$). When the relationship between teaching motivation and motivational stability is examined, there is a positive intermediate relationship ($p < .05$). Variables such as gender, age and university do not affect PPS teacher candidates' motivation to teach and maintaining motivational determination. The fact that they choose this profession willingly and willingly can be an indication that they will practice their profession with love.

Keywords: Teaching motivation, Motivational persistence, Preservice physical education and sport teacher

* Sorumlu Yazar: Diyar KAYA SAYLAM, E-posta: diyar.kayasaylam@cbu.edu.tr

GİRİŞ

Öğretmenlik mesleği, bilginin nesiller vasıtasıyla aktararak (Kara, 2020) öğrenme sürecine destek sağlayan, toplumun gelişimini şekillendiren bir meslektir (Alkan 2013). Öğretmenlerin mesleki ve akademik performansının (Alkan, 2013) yanı sıra insani duyarlılıklara da yeterli düzeyde sahip olmaları gerektiği düşünülmektedir (Yazıcı, 2009). Bu duyarlılık bireylerin kişisel özellikleriyle ilişkilidir. Bu meslek ekonomik gereksinimleri karşılamaktan daha çok psiko-sosyal gelişim ve doyum sağlayabilmek için sürdürülebilirliktir (Yazıcı, 2009). Meslekten doyum sağlamak için bireyi harekete geçiren öğrencilerini sevmek, öğretmeyi sevmek, öğrencinin başarısından mutluluk duyma gibi bazı etkenlerin olması gerekmektedir. Bu etkenler bireyin mesleğine motive olmasında önemli bir rol oynamaktadır (Ayık ve Ataş, 2014).

Motivasyon öğretim-öğrenme süreçlerini olumlu veya olumsuz etkileyen en önemli faktörlerden biridir (Neves De Jesus ve Lens, 2005). Öğretmenler açısından bakıldığında motivasyonun, onların işlerine ayırdıkları zaman, yaptıkları işin kalitesi, çalışma istekleri gibi özelliklerinde etkili olduğu ifade edilmektedir. Bazı öğretmenlerin enerjik bir şekilde işe gidiyorken; diğerlerinin gerekenden az şey yapıyor olması, onların motivasyonlarıyla ilişkilidir (Owens, 1998). Öğretmenlerin mesleki performansı veya başarısının sürekliliği, mesleki gelişim gösterme çabaları onların öğretim motivasyonlarından etkilenmektedir (Butler, 2007; Tittle, 2006; Watt ve Richardson, 2007).

Motivasyon insanlara enerji yükleyen veya onları harekete geçiren ihtiyaç, dürtü ve ilgilerini kapsayan (Recepoglu ve İbret, 2019), fikirleri, istekleri, inançları, ihtiyaç ve korkularını ifade eden (Yeşil, 2016: 166), onları belirli bir amaca doğru yönelten ve bu amacın gerçekleşmesi için çalıştıran bir güçtür (Kılıç ve Keklik, 2012: 149). Motivasyon genel anlamda, kişide ilk istek ve arzuların seçilmesi, sıralanması, eyleme geçilmesi yoluyla bilişsel ve motor süreçleri başlatan, yönlendiren, koordine eden, güçlendiren, sonlandıran ve değerlendiren dinamik bir uyarılma halidir (Dörnyei ve Ushioda, 2011). Motivasyon kavramı, türleri açısından genellikle içsel ve dışsal olarak incelenmektedir. İçsel motivasyon, sergilenen bir davranışın nedenini bireyin kendi içinde arar. Yani davranışın nedenselliği, bireyin ihtiyaçlarından kaynaklanmaktadır (Wu, 2003; Yazıcı, 2009). Bireyin kendi içinden, kendi isteği ile başarılı olma arzusu olarak tanımlanmaktadır (Ağca ve Ertan, 2008) Bireylerin kendisi haricinde dışarıdan herhangi bir beklenti olmaksızın, içsel doyuma ulaşması şeklinde yorumlanabilir (Kauffman vd., 2011). Dışsal motivasyon ise, bireyin kendisi dışındaki faktörlerin harekete geçirdiği başarılı olma arzudur (Önen ve Tüzün, 2005). Bu bağlamda bireyin davranışlarını etkileyen ödül ve ceza gibi kavramlar önemli görülmektedir (Aydın, 2013). Yöneticiden alınan ödül-ceza, ailelerden veya öğrenciden alınan destek veya cesaretlendirmeler bu duruma örnek olarak gösterilebilir (Wu, 2003; Yazıcı, 2009).

Moore'a (2007) göre motivasyon, bireyin isteklilik konusunda kendini sürekli idame etmesidir. Bireyin belirli bir hedefe ya da başarılı sayılabilecek bir seviyeye ulaşabilmesi ise motivasyonel kararlılık olarak tanımlanmaktadır (Pintrich, 2003; Pintrich ve Schunk, 2002). Bu bağlamda

yüksek motivasyonel kararlılığa sahip olmanın özellikle uzun süreli hedeflere ulaşmada, bireylere önemli katkı sağlayabileceğini söylemek mümkündür. Farklı alanlarda gerçekleştirilen birçok çalışma incelendiğinde, başarının sürekli bir çabanın sonucunda geldiği görülmektedir. Bireyin sorumlu olduğu bir iş ya da görevde başarılı olması, o iş üzerindeki azmi ve kararlılığına bağlıdır (Baltaş, 2012; Duckworth, 2006; Sarıçam vd., 2016).

Öğretim motivasyonu ile ilgili araştırmalar incelendiğinde bu kavramın çeşitli başka kavramlarla ilişkilendirildiği görülmektedir. Bunlar, öğretmenlik mesleğine yönelik tutumlar (Aydemir, 2021; Ayık ve Ataş, 2014; Dikmen ve Tuncer, 2021; Gök ve Atalay-Kabasakal, 2019;), amaca yönelim bakış açısı (Demiröz ve Yeşilyurt, 2012), depresyon düzeyleri (Dikmen ve Tuncer, 2021), öz yeterlilik inancı (Akhan ve Kaymak, 2021; Başdal, 2021; Gök ve Atalay-Kabasakal, 2019) öğretmenlik uygulamasının etkisi (Akhan ve Kaymak, 2021), olası benlikler (Gün ve Turabik, 2019), mesleki memnuniyet (Altay,2019), uzaktan eğitime yönelik tutumlar (Kütükcü, 2020), düzenlemeli öğrenme becerileri (Ahraz, 2021), çocuk sevme düzeyleri (İlğan, Canoğlu, Karamert ve Şensoy, 2018) şeklindedir. Ayrıca Dikmen'in (2021) karma yöntem kullanarak yapmış olduğu araştırma da öğretim motivasyonu çeşitli değişkenler açısından incelenmiştir.

Yine, motivasyonel kararlılık ile ilgili yapılan çalışmaların da çeşitli kavramlarla ilişkili şekilde ele alındığı görülmektedir. Bunlara örnek olarak, azim eğitim programının etkisi (Ekinci 2019; Ekinci ve Hamarta 2020), yöneticilerin iş performansına etkisi (Tarhan, 2018), ahlaki kimliğin etkisi (Polat, 2020), okul tükenmişliği (Demir ve Peker, 2017), sağlıkta bireysel yenilikçilik ve performans, (Tarhan ve Şar 2021), akademik kontrol odağı (Sarıçam, 2015), tercüme etmeye devam etme veya vazgeçme (Akdağ, 2020) gösterilebilir.

Beden Eğitimi ve Spor alanında öğretim motivasyonu veya motivasyonel kararlılıkla ilgili olarak gerçekleştirilen sınırlı sayıdaki araştırma incelendiğinde ise, Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerin öğretim motivasyonları ile mesleki memnuniyet düzeyleri (Yanıt, 2020), diğer branş öğretmenlerinin öz yeterlilikleri arasındaki ilişki incelenmiştir (Avcı, 2019). Motivasyonel kararlılık açısından ise Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin öznel zindelik düzeyleri (Biçici, 2019), ile Covid-19 pandemi (Salgın) sürecinde farklı branş sporcularının belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin (Ergenekon, 2020) belirlenmesi bu alanda yapılan çalışmalar arasındadır.

İlgili alan yazında yer alan araştırmalar incelendiğinde, araştırmaların çoğunlukla genel eğitim alanlarındaki öğretmen veya öğretmen adayları üzerinde yürütüldüğü gözlenmektedir. BES öğretmen veya adaylarına yönelik, öğretim motivasyonu veya motivasyonel kararlılıkla ilgili alan yazında yeterince araştırmaya rastlanmamakla birlikte; genel eğitim alanında da bu iki kavram arasındaki ilişkiyi inceleyen sınırlı sayıda araştırma mevcuttur. Eğitim ortamlarındaki başat rollerden birine sahip olan öğretmenlerin ve bu mesleğe hazırlanan öğretmen adaylarının öğretim motivasyonlarının ve motivasyonel kararlılıklarının incelenmesinin yanı sıra bu iki kavram arasındaki ilişkinin daha net olarak ortaya konulmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırmadan elde edilecek sonuçların, öğretmen yetiştiren ve istihdam eden kurumlara, öğretmenlik mesleğini seçmiş ya da seçme aşamasında olan bireylere yönelik önemli mesajlar vereceği düşünülmektedir. Bu düşünceden hareketle, bu araştırmanın amacı, araştırma örneklemiyle sınırlı olarak Beden Eğitimi ve Spor (BES) öğretmen adaylarının öğretim motivasyonu ve motivasyonel kararlılık düzeylerini belirlemek, demografik özelliklere göre karşılaştırmak ve bu iki kavram arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

METOT

Araştırma modeli

Araştırmada genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Karasar'a (2012) göre ilişkisel tarama modelinde iki veya daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığı ya da derecesi hakkında bilgi sahibi olmak amaçlanmaktadır. Araştırmada Manisa ve İzmir ilindeki üç devlet üniversitesinin (Manisa Celal Bayar Üniversitesi-MCBÜ, Ege Üniversitesi-EÜ ve Dokuz Eylül Üniversitesi-DEÜ) Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin Öğretim Motivasyonları ve Motivasyonel Kararlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesinin yanısıra bu ilişkinin çeşitli değişkenlere göre (cinsiyet, yaş, öğrenim görülen üniversite, bölüm tercih nedeni) farklılık gösterip göstermediğinin karşılaştırılmasını içerdiği için bu modelde tasarlanmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini 2018 -2019 eğitim öğretim yılında Manisa, İzmir bölgesinde yer alan devlet üniversitelerinin Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümü öğrencileri, örneklemini ise bu fakültelerin BES öğretmenlik bölümleri son sınıflarında öğrenim gören 150 öğrenci oluşturmaktadır. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler Tablo 1'de yer almaktadır. Örneklemin belirlenmesinde tesadüfi olmayan (Non-Probability Sampling) örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme (Convenience Sampling) kullanılmıştır. Kolayda örnekleme "hızlı ve ekonomik yoldan veri elde etmenin en kestirme yoludur" (Karagöz, 2017). Tablo 1'de araştırma katılımcılarına ilişkin demografik bilgiler yer almaktadır.

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler

Demografik özellikler	Grup adı	f	%
Cinsiyet	Kadın	62	41.3
	Erkek	88	58.7
Doğum yılı	1997-1998	65	43.3
	1996	42	28
	1991-1995	43	28.7
Üniversite	MCBÜ	52	34.7
	EGE	48	32
	DÜ	50	33.3
Bölümü tercih nedeni	Öğretmen olmak	61	40.7
	Spor özgeçmiş	45	30
	Diğer	44	29.3
	Toplam	150	100

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların %42'sinin kadın, %58'inin erkek olduğu; doğum yıllarının 1991 ile 1998 yılları arasında yer aldığı anlaşılmaktadır. Araştırmaya katılanların %34.7'sinin Manisa Celal Bayar, %32'sinin Ege, %33.3'ünün ise Dokuz Eylül Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi BES bölümü öğrencisi oldukları görülmektedir. Katılımcıların okudukları bölümü tercih etme nedenleri incelendiğinde; %40.7'sinin öğretmen olmak amacıyla, %30'unun spor özgeçmişine sahip oldukları için bu bölümü seçtikleri görülmektedir. Katılımcıların % 29.3'ünün ise bunların dışında (Herhangi bir sebebi olmayanlar n:24, aile tavsiyesi üzerine tercih edenler n:6, mezuniyet sonrası iş bulma olanağı n:6, istediği başka bir bölümü kazanamaması n:5, öğretmen tavsiyesi n:3) bir nedenle BES öğretmenliği bölümünde okumayı tercih ettiklerini beyan ettikleri görülmektedir.

Veri toplama araçları

Araştırmada ölçme aracı olarak Araştırmacılar tarafından oluşturulan ve 4 maddeden oluşan kişisel bilgi formu, Motivasyonel Kararlılık Ölçeği ve Öğretim Motivasyonu ölçeği kullanılmıştır.

Öğretim Motivasyonu Ölçeği (Motivation to Teach Scale): Kauffman vd., (2011) tarafından geliştirilen ölçek 12 madde ve iki alt boyuttan (İçsel-Dışsal) oluşmakta olup, 6'lı likert tipindedir. Ölçeğin orijinal formu için cronbach alfa güvenirlik katsayıları, ölçeğin bütünü için .90, içsel motivasyon alt boyutu için .84, dışsal motivasyon alt boyutu için ise .80'dir. Bu katsayılar Güzel-Candan ve Evin-Gencel (2015) tarafından gerçekleştirilen Türkçe form için sırasıyla, .92, .79 ve .90'dır. Bu çalışmada ise ölçeğin bütünü için .83, içsel motivasyon için .75, dışsal motivasyon için ise .70 şeklindedir.

Motivasyonel Kararlılık Ölçeği (Motivational Persistence Scale): Orijinal formu Constantin vd., (2011) tarafından geliştirilen ölçek 5'li likert tipinde, 13 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Cronbach alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları ölçeğin bütünü için .79, uzun vadeli hedefleri takip alt boyutu için .72, mevcut hedefleri takip alt boyutu için .75, ulaşılamayan hedefleri yineleme alt boyutu için .76'dır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Sarıçam vd., (2013) tarafından yapılmıştır. Bu forma ait Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ölçeğin bütünü için .69,

uzun vadeli hedefleri takip alt boyutu için .72, mevcut hedefleri takip alt boyutu için .70, ulaşılamayan hedefleri yineleme alt boyutu için .71 olarak bulunmuştur. Bu çalışma için bu değerler ölçeğin bütünü için .85, uzun vadeli hedefleri takip alt boyutu için .73, mevcut hedefleri takip alt boyutu için .72, ulaşılamayan hedefleri yineleme alt boyutu için .61 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin toplanması

Ölçeğin uygulanması ile ilgili kurumlarından gerekli izinler alınmıştır. Katılımcılar araştırmanın içeriği hakkında bilgilendirilerek gönüllü katılım onamları alınmış ve anket yöntemiyle araştırmanın verileri elde edilmiştir.

Verilerin analizi

Elde edilen veriler analiz edilmeden önce Öğretim Motivasyonu ve Motivasyonel Kararlılık Ölçekleri için ayrı ayrı olarak dağılımların normalliği incelenmiştir. Kolmogorov-Smirnov testi sonuçlarına göre her iki ölçek verilerinin de normal dağılmadığı; Shapiro-Wilk testi sonuçlarına göre ise Öğretim Motivasyonu Ölçeği verilerinin normal dağılım göstermediği Motivasyonel Kararlılık Ölçeği sonuçlarının normal dağıldığı gözlenmiştir. Dağılımların derinleştirilen normallik incelemesinde öncelikli olarak aritmetik ortalama, mod, medyan, çarpıklık ve basıklık katsayı değerleri ile histogram grafikleri kullanılmıştır. Yapılan değerlendirmeler ve Tablo 3'te yer alan ölçeklere ait Skewness ve Kurtisosis (çarpıklık ve basıklık) değerleri -2 ile +2 arasında değer aldığı için değişkenlerin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır (George ve Mallery, 2010). Bu nedenle analizlerde parametrik test tekniklerinin kullanılmasına karar verilmiştir. Çünkü yapılan istatistiksel testlerin, koşullar elverdiğince, öncelikle parametrik olması, araştırma sonuçlarının güvenilirliği ve genellenebilirliği açısından istenen bir durumdur (Can, 2013). Bu bağlamda araştırma kapsamında iki farklı bağımsız değişken için gerçekleştirilen analizlerde bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla bağımsız değişkenin yer aldığı analizlerde ise tek yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Anova testi sonrasında farkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemeye yönelik tamamlayıcı post-hoc analizlerinde ise LSD testi kullanılmıştır. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki ilişkinin analizinde ise verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde sırasıyla ölçeklerden elde edilen verilerin betimleyici istatistik sonuçları, çarpıklık basıklık değerleri, cinsiyet, yaş, öğrenim görülen okul ve okunulan bölümü öğrencilerin tercih etme nedenlerine ilişkin analizlerden elde edilen bulgular ve her iki ölçek ve alt boyutları arasındaki ilişkinin analizini içeren pearson korelasyon testi sonuçları sunulmaktadır.

Tablo 2'de katılımcıların ölçeklere verdiği yanıtlara ilişkin betimleyici istatistik sonuçları yer almaktadır.

Tablo 2. Katılımcıların ölçeklere verdiği yanıtlara ilişkin betimleyici istatistik sonuçları

Ölçekler ve Alt boyutlar	N	Ort.	S	Standart Hata
ÖMÖ	150	3.61	.653	.053
İçsel	150	3.71	.596	.049
Dışsal	150	3.64	.697	.057
MKÖ	150	3.56	.741	.060
Uzun vadeli takip	150	3.72	.735	.060
Mevcut hedefleri takip	150	3.93	.682	.056
Ulaşılamayan hedefleri yineleme	150	3.54	.643	.053

Tablo 2’de yer alan sonuçlar incelendiğinde; öğretim motivasyonu ölçeğinde en yüksek ortalamanın (*Ort.* =3.71) içsel motivasyon alt boyutunda olduğu görülmektedir. Motivasyonel kararlılık ölçeğinde ise en yüksek skorların (*Ort.* =3.93) mevcut hedefleri takip alt boyutunda alındığı gözlenmiştir. Her iki ölçekten elde edilen ortalamalar 3.5 ile 4 aralığında dağılmaktadır.

Tablo 3. Katılımcılardan elde edilen puanlara ilişkin çarpıklık basıklık değerleri

	N	Min.	Maks.	Ort.	Ss	Kurtosis	Skewness
ÖMÖ	150	1	5	3.61	.653	1.716	-.916
MKÖ	150	2	5	3.71	.596	.436	-.349

Tablo 3’te yer alan ölçeklere ait Skewness ve Kurtosis (çarpıklık ve basıklık) değerleri -2 ile +2 arasında değer aldığı için değişkenlerin normal dağılım gösterdiği varsayılmıştır (George ve Mallery, 2010).

Tablo 4. Ölçeklerden elde edilen puanların cinsiyet değişkenine göre analizini içeren t testi sonuçları

Ölçekler ve alt boyutları	Cinsiyet	N	Ort.	S	Levene Testi		Sd	t	p
					F	p			
ÖMÖ	Kadın	62	3.61	.685	.145	.704	148	.067	.947
	Erkek	88	3.61	.634					
İçsel	Kadın	82	3.72	.723	.025	.867	148	1.142	.255
	Erkek	88	3.59	.677					
Dışsal	Kadın	62	3.46	.768	.802	.372	148	1.366	.174
	Erkek	88	3.63	.718					
MKÖ	Kadın	82	3.67	.616	.138	.710	148	.707	.481
	Erkek	88	3.74	.584					
Uzun vadeli takip	Kadın	62	3.65	.736	.099	.753	148	.967	.335
	Erkek	88	3.77	.735					
Mevcut hedefleri takip	Kadın	82	3.90	.705	.263	.609	148	.388	.699
	Erkek	88	3.94	.669					
Ulaşılamayan hedefleri yineleme	Kadın	62	3.51	.708	2.060	.153	148	.492	.623
	Erkek	88	3.56	.597					

p<.05

Tablo 4 incelendiğinde, kadın ve erkek öğrencilerin Öğretim Motivasyonu Ölçeğinden elde ettikleri puanlar arasında kadın katılımcı (*Ort.* =3.61, *S* = .685), erkek katılımcı (*Ort.* =3.61, *S*=.634) istatistiksel olarak anlamlı bir düzeyde farklılık bulunmamıştır ($p > .05$, $t = .067$). Aynı şekilde kadın ve erkek katılımcıların Motivasyonel Kararlılık Ölçeği ortalama puanı [$t(148) = .707$; $p = .481$] ve her iki ölçeğe ait alt boyutlara ilişkin analizlerde gruplar arasında da anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

Tablo 5. Ölçekler elde edilen puanların yaş değişkenine göre analizini içeren tek yönlü ANOVA testi sonuçları

Ölçek ve alt boyutları	Varyansların Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
ÖMÖ	Gruplar arası	.544	2	.272	.634	.532
	Grup içi	63.044	147	.429		
	Toplam	63.558	149			
İçsel	Gruplar arası	760	2	.380	.779	.461
	Grup içi	71.638	147	.487		
	Toplam	72.398	149			
Dışsal	Gruplar arası	332	2	.166	.300	.741
	Grup içi	81.459	147	.554		
	Toplam	81.791	149			
MKÖ	Gruplar arası	.910	2	.455	1.284	.280
	Grup içi	52.066	147	.354		
	Toplam	52.976	149			
Uzun vadeli takip	Gruplar arası	2.444	2	1.222	2.301	.104
	Grup içi	78.093	147	.531		
	Toplam	80.537	149			
Mevcut hedefleri takip	Gruplar arası	374	2	.187	.399	.672
	Grup içi	68.970	147	.469		
	Toplam	69.344	149			
Ulaşılamayan hedefleri yineleme	Gruplar arası	1.111	2	.555	1.349	.263
	Grup içi	60.500	147	.412		
	Toplam	61.611	149			

p<.05

Tablo 5 incelendiğinde, algılanan Öğretme Motivasyonu Ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları arasında yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır [$F_{(2;147)}=0.634$; $p=.532 > .05$]. Aynı şekilde Motivasyonel Kararlılık açısından [$F_{(2;147)}=1.284$; $p=.280 > .05$] gruplar arasında anlamlı bir fark mevcut değildir. Her iki ölçeğin tüm alt boyutlarında da benzer bir durum söz konusudur.

Tablo 6. Ölçeklerden elde edilen puanların üniversite değişkenine göre analizini içeren tek yönlü ANOVA testi sonuçları

Ölçek ve alt boyutları	Varyansların Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p
ÖMÖ	Gruplar arası	2.438	2	1.219	2.930	.057
	Grup içi	61.150	147	.416		
	Toplam	63.588	149			
İçsel	Gruplar arası	2.748	2	1.374	2.900	.058
	Grup içi	69.649	147	.474		
	Toplam	72.398	149			
Dışsal	Gruplar arası	2.034	2	1.017	1.875	.157
	Grup içi	79.757	147	.543		
	Toplam	81.791	149			
MKÖ	Gruplar arası	.015	2	.008	.021	.979
	Grup içi	52.960	147	.360		
	Toplam	52.976	149			
Uzun vadeli takip	Gruplar arası	.025	2	.013	.023	.977
	Grup içi	80.512	147	.548		
	Toplam	80.537	149			
Mevcut hedefleri takip	Gruplar arası	.375	2	.187	.399	.672
	Grup içi	68.969	147	.469		
	Toplam	69.344	149			
Ulaşılamayan hedefleri yineleme	Gruplar arası	.394	2	.197	.473	.624
	Grup içi	61.217	147	.416		
	Toplam	61.611	149			

p<.05

Tablo 6’da yer alan, verilerin öğrenim görülen üniversite değişkeni açısından incelemesini içeren analiz sonuçlarına göre, Öğretim Motivasyonu Ölçeğinden elde edilen puan ortalamaları arasında üniversite değişkeni açısından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır [$F_{(2;147)} = 2.930$; $p = .057 > .05$]. Aynı şekilde Motivasyonel Kararlılık açısından [$F_{(2;147)} = .021$; $p = .979 > .05$] gruplar arasında anlamlı bir fark mevcut değildir. Bu durum ölçeklere ait tüm alt boyutlarda da benzer niteliktedir.

Tablo 7. Katılımcıların ölçeklere verdiği yanıtların bölümü tercih etme nedeni değişkenine ilişkin betimleyici istatistik sonuçları

Ölçekler	Tercih nedeni	N	Min.	Maks.	Ort.	Ss
ÖMÖ	Öğretmen olmak	61	2	5	3.81	.504
	Spor geçmişi	45	2	5	3.52	.609
	Diğer	44	1	5	3.43	.805
	Toplam	150	1	5	3.61	.653
İçsel	Öğretmen olmak	61	2	5	3.85	.578
	Spor geçmişi	45	2	5	3.61	.633
	Diğer	44	1	5	3.40	.828
	Toplam	150	1	5	3.64	.697
Dışsal	Öğretmen olmak	61	2	5	3.75	.600
	Spor geçmişi	45	2	5	3.40	.730
	Diğer	44	1	5	3.47	.877
	Toplam	150	1	5	3.56	.741
MKÖ	Öğretmen olmak	61	2	5	3.83	.555
	Spor geçmişi	45	2	5	3.72	.581
	Diğer	44	2	5	3.55	.641
	Toplam	150	2	5	3.71	.596
Uzun vadeli takip	Öğretmen olmak	61	2	5	3.91	.641
	Spor geçmişi	45	2	5	3.72	.735
	Diğer	44	2	5	3.45	.788
	Toplam	150	2	5	3.72	.735
Mevcut hedefleri takip	Öğretmen olmak	61	2	5	4.01	.631
	Spor geçmişi	45	2	5	3.97	.650
	Diğer	44	2	5	3.77	.767
	Toplam	150	2	5	3.93	.682
Ulaşılamayan hedefleri yineleme	Öğretmen olmak	61	2	5	3.61	.610
	Spor geçmişi	45	2	5	3.52	.663
	Diğer	44	2	5	3.45	.670
	Toplam	150	2	5	3.54	.643

Tablo 7’de yer alan betimleyici istatistik sonuçları incelendiğinde de her iki ölçekten elde edilen puan ortalamalarının yüksek kabul edilebilecek 3.5 ile 4 puan aralığında konumlandığı görülmektedir. Ölçek ortalama puanları ve tüm alt boyutlarda okuduğu bölümü tercih nedenleri öğretmen olmak olanların diğer gruplara göre daha yüksek puan ortalamaları aldığı görülmektedir.

Tablo 8. Ölçeklerden elde edilen puanların bölümü tercih etme nedeni değişkenine göre analizini içeren tek yönlü ANOVA testi sonuçları

Ölçek ve alt boyutları	Varyansların Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	p	Fark
ÖMÖ	Gruplar arası	4.195	2	2.097	5.191	.007	A-C
	Grup içi	59.393	147	.404			
	Toplam	63.588	149				
İçsel	Gruplar arası	5.230	2	2.615	5.723	.004	A-C
	Grup içi	67.168	147	.457			
	Toplam	72.398	149				
Dışsal	Gruplar arası	3.743	2	1.872	3.525	.032	A-B
	Grup içi	78.048	147	.531			
	Toplam	81.791	149				
MKÖ	Gruplar arası	1.964	2	.982	2.829	.062	
	Grup içi	51.012	147	.347			
	Toplam	52.976	149				
Uzun vadeli takip	Gruplar arası	5.433	2	2.716	5.317	.006	A-C
	Grup içi	75.104	147	.511			
	Toplam	80.537	149				
Mevcut hedefleri takip	Gruplar arası	1.598	2	.799	1.734	.180	
	Grup içi	67.746	147	.461			
	Toplam	69.344	149				
Ulaşılamayan hedefleri yineleme	Gruplar arası	.673	2	.337	.812	.446	
	Grup içi	60.938	147	.415			
	Toplam	61.611	149				

$p < .05$; A: Öğretmenlik Bölümünü isteyerek tercih edenler.; B: Spor geçmişi olanlar C: Diğer seçeneğini işaretleyenler

Katılımcıların okudukları bölümü tercih etme nedeni değişkeni açısından değerlendirilen ve Tablo 8’de yer alan analiz sonuçlarına göre grupların Öğretme Motivasyonu Ölçeği ortalama puanlarının gruplar arasında anlamlı şekilde farklılaştığı görülmektedir [$F_{(2;147)} = 5.191$; $p = .007 < .05$]. Farkın hangi ortalamalar arasında olduğunu belirlemek amacıyla gerçekleştirilen LSD testi sonucuna göre öğretmen olmak için okudukları bölümü seçenlerin puan ortalamalarının ölçekteki bu soruya diğer seçeneğini işaretleyenlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Öğretme motivasyonu ölçeğinin içsel motivasyon alt boyutunda da aynı gruplar arasında anlamlı fark gözlenmiştir [$F_{(2;147)} = 5.723$; $p = .004 < .05$]. Ölçeğin dışsal motivasyon alt boyutunda ise bu fark bölüm tercihlerini öğretmen olmak için yapanlar ile spor geçmişine sahip olanlar arasında ve isteyerek öğretmen olmayı tercih edenlerin lehinedir [$F_{(2;147)} = 3.525$; $p = .032 < .05$]. Motivasyonel kararlılık ölçeğinin uzun vadeli takip alt boyutunda bölüm tercihlerini öğretmen olmak için yapanlar ile ölçeğin bu sorusuna diğer seçeneğini işaretleyenler arasında öğretmen olmak isteyerek tercih yapanlar lehine anlamlı bir fark mevcuttur [$F_{(2;147)} = 5.317$; $p = .006 < .05$].

Tablo 9. Araştırmada kullanılan ölçek ve alt boyutlarına ilişkin korelasyon analizi sonuçları

		ÖMÖ	İçsel	Dışsal
MKÖ	r	.346**	.325**	.304**
	P	.000	.000	.000
UVT	r	.300**	.265**	.286**
	P	.000	.001	.000
MHT	r	.267**	.251**	.234**
	P	.001	.002	.004
UHY	r	.334**	.328**	.274**
	P	.000	.000	.001

Tablo 9’da yer alan ölçek ve alt boyutlarına ilişkin korelasyon analizi sonuçları incelendiğinde Öğretim Motivasyonu Ölçeği puan ortalamaları ile Motivasyonel Kararlılık Ölçeği puanı ve alt boyutları arasında pozitif yönde orta ve düşük düzeyde, anlamlı ilişki olduğu görülmektedir ($p < .05$). Benzer bir ilişki öğrenme motivasyonu ölçeğinin içsel ve dışsal alt boyutları ile Motivasyonel Kararlılık Ölçeği alt boyutları arasında da pozitif yönde düşük ve orta düzeyde ilişkiler söz konusudur ($p < .05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Beden Eğitimi ve Spor öğretmen adaylarının öğretim motivasyonu ve motivasyonel kararlılıklarının cinsiyet, yaş, öğrenim gördükleri üniversite, öğretmenlik bölümünün tercih edilme sebebi değişkenlerine göre incelenmiştir. Bununla birlikte öğretim motivasyonu ve motivasyonel kararlılık ile ilgili aralarındaki ilişki de incelenmiştir.

Cinsiyet, yaş ve öğrenim gördükleri üniversite açısından incelendiğinde gruplar arasında öğretim motivasyonu ve motivasyonel kararlılık bakımından anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p > .05$). Cinsiyet değişkeni açısından bu araştırmadan elde edilen veriler alan yazında yer alan benzer çalışmaların bulguları ile örtüşmektedir (Çelik ve Sarıçam, 2018; Dikmen ve Tuncer, 2021; İhtiyaroğlu, 2017; İlğan vd., 2018). Bu sonuçları, öğretmenlik mesleğinin herhangi bir cinsiyete özgü olmadığı görüşünü desteklediği şeklinde yorumlamak mümkündür. Dikmen’in (2021) okul öncesi öğretmenler ile yapmış olduğu karma yöntemli araştırmada ise erkek öğretmen adaylarının kadın öğretmen adaylarına göre öğretim motivasyonlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırmacı bu durumun erkeklerin içsel motivasyonunun daha yüksek olmasından kaynaklandığını ifade etmiştir. Araştırma bulguları arasındaki bu farklılıklar örneklem grubundan veya Türkiye’nin farklı bölgelerindeki, toplumsal cinsiyete ilişkin farklı bakış açılarından kaynaklanıyor olabilir. Öğretim motivasyonu ve motivasyonel kararlılık ile ilgili yapılan sınırlı sayıda çalışmada, bu araştırmada olduğu gibi yaş değişkeni açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır (Altay, 2019; İlğan vd., 2018). Fakat Ertürk’ün (2016) yapmış olduğu çalışmada, 41 yaş ve üzeri öğretmenlerin motivasyon algılarının 20-30 yaşa göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmada katılımcılarının öğrenim gördükleri üniversiteler Manisa ve İzmir olmak üzere farklı illerdedir. Üniversiteler açısından öğretmen motivasyonu ve

motivasyonel kararlılık düzeyleri ile ilgili anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Bu değişkenle ilişkili olarak ilgili alan yazında herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Alan yazında yer alan farklı araştırmalarda da yaşanan coğrafyanın öğretmenlik mesleğine yönelik tutum (Eraslan ve Çakıcı, 2011) ve motivasyon düzeyleri (Çakır, 2006; Kaya vd., 2013) açısından anlamlı bir farklılık oluşturmadığı görülmüştür. Öğrenim görülen bölümler açısından ele alındığında ise Dikmen'in (2021) eğitim fakültelerinin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğretmen adayları ile yapmış olduğu araştırmanın sonuçlarına göre öğretim motivasyonu en yüksek olarak tespit edilen grupların BES ve okul öncesi öğretmenliği bölümü öğrencileri olduğu bulunmuştur. Bu araştırma ve alan yazın bulguları birlikte değerlendirildiğinde, öğretmenlik mesleğini icra etmek için gerekli öğretim motivasyonuna sahip olma ve motivasyonel kararlılığın sürdürülmesinde cinsiyet, yaş ve öğrenim görülen üniversite değişkenleri açısından anlamlı bir fark oluşturmadığı şeklinde yorumlamak mümkündür.

Araştırma bulguları bölümü tercih etme nedenleri açısından incelendiğinde; öğretmenlik bölümünü isteyerek tercih eden öğrenciler ile diğer sebeplerden dolayı tercih eden öğrenciler arasında öğretim motivasyonları açısından anlamlı fark bulunmaktadır ($p < .05$). Bu durum içsel motivasyon alt boyutunda ve motivasyon kararlılık ölçeğinin uzun vadeli takip alt boyutunda da kendini göstermektedir. Dışsal motivasyon alt boyutunda ise bölümünü isteyerek tercih eden öğrenciler ile spor geçmişi olan öğrenciler arasında anlamlı bir fark bulunmaktadır ($p < .05$). Bu durum ile ilgili alan yazın tarandığında, bulguların genellikle öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ile öğretim motivasyonu arasında pozitif yöndeki ilişkiyi destekler mahiyette olduğu görülmektedir (Ayık ve Ataş, 2014; Dikmen ve Tuncer, 2021; Gök ve Atalay-Kabasakal, 2019). Akhan ve Kaymak'ın (2021) yapmış olduğu araştırma da ise öğretmen adaylarının öğretmenlik uygulaması dersiyle bu mesleği daha iyi tanıyıp sevdikleri yönünde olumlu duygular geliştirdikleri görülmektedir. Öğretmen adaylarının içsel motivasyonunu en fazla olumlu etkileyen etmenlerin başında mesleğini sevmek gelmektedir (Dikmen, 2021; Doğan ve Bayrak, 2019). Bireyin sorumlu olduğu bir iş ya da görevde başarılı olması, o iş üzerindeki azmi ve kararlılığına bağlı bir durumdur (Baltaş, 2012; Duckworth, 2006; Sarıçam vd., 2016). Bu durum bu araştırmada tespit edilen uzun vadeli takip alt boyutu bulgularını destekler niteliktedir. Mevcut hedefleri takip etme, mevcut hedeflere ulaşmak için dikkat dağınıklıklarına, hayal kırıklığına ve aksaklıklara rağmen uzun süreler boyunca odaklanabilme ve enerji seviyesini koruyabilme yeteneği ile birlikte zorlu görevler için davranışsal bir uyumu ifade etmektedir (Constantin vd., 2011; Polat, 2020). Bu bağlamda BES öğretmen adaylarının bu mesleği severek ve isteyerek tercih etmelerinin, onların bu mesleği uzun soluklu olarak ve severek icra edeceklerinin önemli bir göstergesi olarak yorumlamak mümkündür. Ancak bu durum üzerinde kesin bir hükme varabilmek için daha çok sayıda ve farklı örneklem gruplarında gerçekleştirilecek olan araştırma sonuçlarına ihtiyaç vardır. Ayrıca bu mesleği bilinçli bir tercihle seçtiklerini beyan eden öğretmen adaylarının mesleki yaşamlarında öğretim motivasyonu ve motivasyonel kararlılıklarının devam edip etmediğinin incelendiği, izleme-uzamsal desende gerçekleştirilecek süreç temelli araştırmalardan önemli verilerin elde edilmesi mümkün olacaktır.

Kaya-Saylam, D., ve Asma, M. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretim motivasyonu ve motivasyonel kararlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 1-17.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır. Yazarlar çalışmada eşit katkı oranına sahiptir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı-DKS, MA; Verilerin Toplanması-DKS, MA; istatistik analiz- DKS, MA; Makalenin hazırlanması, DKS, MA.

Yayın Etiği: Mevcut çalışmanın yazım sürecinde “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.

KAYNAKLAR

- Ahraz, H. (2021). *Öğretmenlerin öz düzenlemeli öğrenme becerileri ve öğretme motivasyonlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Alkan, G. (2013). *Fen ve Teknoloji derslerinde farklı deney türleri kullanmanın ilköğretim 6. sınıf öğrencilerinin akademik başarılarına, laboratuvara yönelik tutumlarına ve fen kaygı düzeylerine etkileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Akhan, N. E., ve Kaymak, B. (2021). Öğretmenlik uygulamasının öğretme motivasyonu ve öğretmenlik özyeterlilik inançlarına etkisi. *Journal of International Social Research*, 14(76), 563-573.
- Akdağ, A. I. (2020). Giving up or Pursuing translation? The impact of strategic competence on motivational persistence. *Selçuk Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Dergisi*, (43), 19-36. <https://doi.org/10.21497/sefad.755495>
- Altay, G.B. (2019). *Müzik öğretmenlerinin mesleki memnuniyet ve öğretme motivasyonları (Konya ili örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Güzel Sanatlar Eğitimi Ana Bilim Dalı, Konya.
- Avcı, O. (2019). *Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ile diğer branş öğretmenlerinde öğretme motivasyonu ve öğretmen öz yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Muğla.
- Aydemir, T. (2021). *Öğretmen adaylarının özgecilik davranışları, öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ve öğretme motivasyonları arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Balıkesir.
- Aydın, M. (2013). *Eğitimde örgütsel davranış*. Gazi Kitabevi.
- Ayık, A., ve Ataş, Ö. (2014). Öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları ile öğretme motivasyonları arasındaki ilişki. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 25-43.
- Başdal, M. (2021). *Öğretmen adaylarının mesleki kimlikleri, öğretmen özyeterlilik inançları ve öğretme motivasyonları arasındaki ilişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Bolu.
- Baltaş, A. (2012). *Hayalini yorganına göre uzat*. 6. Baskı. Remzi Kitabevi.
- Bıçıcı, E. (2019). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin motivasyonel kararlılık ve öznel zindelik düzeylerinin incelenmesi (Ordu Üniversitesi örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Amasya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
- Butler, R. (2007). Teachers' achievement goal orientations and associations with teachers' help seeking: Examination of a novel approach to teacher motivation. *Journal of educational psychology*, 99(2), 241-252. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-0663.99.2.241>
- Can, A. (2013). *SPSS ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Pegem Akademi Yayıncılık.

Kaya-Saylam, D., ve Asma, M. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretme motivasyonu ve motivasyonel kararlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 1-17.

Çakır, E. (2006). *Anadolu öğretmen liselerinde okuyan öğrencilerin depresyon ve motivasyon düzeyleri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Çelik, İ., & Sariçam, H. (2018). *The effect of teacher interview exam on grit and motivational persistence levels on teacher candidates*. In 6th International Congress on Curriculum and Instruction (ICCI-EPOK 2018) (No. 309). In:788-790.

Constantin, T., Holman, A., & Hojbotă, M.A. (2011). Development and validation of a motivational persistence scale. *Psihologija*, 45(2), 99-120.

Demiröz, H., & Yeşilyurt, S. (2012). Teaching motivation of ELT instructors through goal orientation perspective. *E-International Journal of Educational Research*, 3(2), 1-12.

Demir, M., ve Peker, A. (2017). Motivasyonel kararlılık ile okul tükenmişliği arasındaki ilişkinin yapısal eşitlik modeli ile incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 289-300.

Dikmen, M. (2021). Öğretmen adaylarının öğretme motivasyonu: Bir karma yöntem çalışması. *e-Kafkas Journal of Educational Research*, 8(2), 213-232. <https://doi.org/10.30900/kafkasegt.951038>

Dikmen, M., ve Tuncer, M. (2021) Öğretmen adaylarının depresyon düzeyleri, öğretme motivasyonları ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 11(2), 14-14. <https://doi.org/10.5961/jhes.2021.459>

Dörnyei, Z., & Ushioda, E. (2011). *Teaching and researching motivation (2nd ed.)*. Pearson.

Duckworth, A. L. (2006). *Intelligence is not enough: Non-IQ predictors of achievement*. University of Pennsylvania.

Ekinci, N. (2019). *Azim eğitim programının azim ve motivasyonel kararlılık düzeylerine etkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Konya.

Ekinci, N., ve Hamarta, E. (2020). Meslek yüksekokulu öğrencilerinin azim ile mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 15(21), 125-144. <https://doi.org/10.26466/opus.569805>

Eraslan, L., ve Çakıcı, D. (2011). Pedagojik formasyon programı öğrencilerinin öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(2), 427-438.

Ergenekon, B. (2020). Covid-19 pandemi (salgın) sürecinde farklı branş sporcularının belirsizliğe tahammülsüzlük düzeylerinin motivasyonel kararlılık tutumlarıyla ilişki düzeyinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 15(6), 447-457. <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44358>

George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference, 17.0 update (10a ed.)*. Pearson.

Gök, B., & Atalay-Kabasakal, K. (2019). Analysing prospective teachers' self-efficacy belief, teaching motivation and attitudes towards teaching from the perspective of several variables. *Pegem Journal of Education and Instruction*, 9(4), 1081-1112.

Gün, F., ve Turabik, T. (2019). Öğretmen adaylarının olası benliklerinin öğretme motivasyonları üzerindeki etkisi. *Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi*, 8(1), 214-234. <https://doi.org/10.30703/cije.468371>

- Kaya-Saylam, D., ve Asma, M. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretim motivasyonu ve motivasyonel kararlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 1-17.
- Gürgen, O., ve Onağ, Z. (2017). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki örgüt ikliminin çalışanların motivasyonu ve performansı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1),87-105.
- Güzel-Candan, D., ve Evin-Gencil, İ. (2015). Öğretim motivasyonu ölçeği'ni Türkçe'ye uyarlama çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36, 72-89.
- İhtiyaroğlu, N. (2017). Yapısal ve psikolojik güçlendirmenin öğretmen motivasyonu üzerindeki etkisi. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(2), 361-378.
- İlğan, A., Canoğlu, Ö., Karamert, Ö., ve Şensoy, Ç. P. (2018). Öğretmenlerin çocuk sevme düzeyleri ile öğretim motivasyonları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Electronic Turkish Studies*, 13(19), 979-1003.
- Kara, A. (2020). *Müzik öğretmeni adaylarının kişilik özellikleri ve mesleki kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Karagöz, H. (2017). *SPSS ve AMOS uygulamalı nitel-nicel-karma bilimsel araştırma yöntemleri ve yayın etiği (1. Baskı)*. Nobel Kitabevi.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Kauffman, D. F., Yılmaz Soylu, M., ve Duke, B. (2011). Öğretim motivasyonu ölçeğinin geçerlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 40, 279-290
- Kaya, F. Ş., Yıldız, B., ve Yıldız, H. (2013). Herzberg'in çift faktör kuramı açısından ilköğretim I. kademe öğretmenlerinin motivasyon düzeylerinin değerlendirilmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 39, 1-18.
- Kılıç, R., ve Keklik, B. (2012). Sağlık çalışanlarında iş yaşam kalitesi ve motivasyona etkisi üzerine bir araştırma. *Afyon Kocatepe Üniversitesi İİBF Dergisi*, 15(2), 147-160.
- Küttükcü, G. (2020). *İlköğretim kademesindeki öğretmenlerin öğretim motivasyonları ile uzaktan eğitime yönelik tutumlarının incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Moore, R. (2007). Academic motivation and performance of developmental education biology students. *Journal of Developmental Education*, 31(1), 24-34.
- Neves de Jesus, S., & Lens, W. (2005). An integrated model for the study of teacher motivation. *Applied Psychology*, 54(1), 119-134. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2005.00199.x>
- Owens, R. G. (1998). *Organizational behavior in education (6th ed.)*. Allyn and Bacon.
- Önen, L., ve Tüzün, B. (2005). *Motivasyon*. Epsilon Yayıncılık.
- Pintrich, P. R. (2003). A motivational science perspective on the role of student motivation in learning and teaching contexts. *Journal of Educational Psychology*, 95, 667-686. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.95.4.667>
- Pintrich, P. R., & Schunk, D. H. (2002). *Motivation in education: Theory, research, and applications*. Prentice Hall.

Kaya-Saylam, D., ve Asma, M. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının öğretme motivasyonu ve motivasyonel kararlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 1-17.

Recepoğlu, S., ve İbret, B. (2019). Sosyal bilgiler öğretmen adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik motivasyonlarının incelenmesi. *Journal of History Culture and Art Research*, 8(1), 320-331. <https://doi.org/10.7596/taksad.v8i1.1894>

Sarıçam, H., Akın, A., Akın, Ü., ve İlbay, A.B.(2013). Motivasyonel kararlılık ölçeğinin Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Turkish Journal of Education*, 3(1), 60-69. <https://doi.org/10.7884/teke.622>

Tarhan, N. (2018). *İlaç endüstrisindeki yöneticilerin motivasyonel kararlılıklarının ve bireysel yenilikçiliklerinin iş performansına etkisi*.Yayınlanmamış Doktora tezi, Ankara Üniversitesi Eczacılık İşletmeciliği Ana Bilim Dalı, Ankara

Tarhan, N., ve Şar, S. (2021) Sağlıkta bireysel yenilikçilik, motivasyonel kararlılık ve performans. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 11(1), 10-15. <https://doi.org/10.31020/mutftd.808272>

Tittle, C. K. (2006). Assessment of teacher learning and development. In P. A. Alexander & P. H. Winne (Eds.), *Handbook of educational psychology (pp. 953–980)*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Watt, H. M. G., & Richardson, P. W. (2007). Motivational factors influencing teaching as a career choice: Development and validation of the FIT-Choice scale. *Journal of Experimental Education*, 75, 167-202. <https://doi.org/10.3200/JEXE.75.3.167-202>

Wu, X. (2003). Intrinsic motivation and young language learners: The impact of the classroom environment. *System*, 31(4), 501-517. <https://doi.org/10.1016/j.system.2003.04.001>

Yanıt, S. (2020). *Beden Eğitimi ve Spor öğretmenlerinin mesleki memnuniyet ve öğretme motivasyonlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Gaziantep.

Yazıcı, H. (2009). Öğretmenlik mesleği, motivasyon kaynakları ve temel tutumlar: Kuramsal bir bakış. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 17(1), 33-46.

Yeşil A. (2016). Liderlik ve motivasyon teorilerine yönelik kavramsal bir inceleme. *Uluslararası Akademik Yönetim Bilimleri Dergisi*, 2(3), 158-180.



Bu eser **Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.

Bilgilendirici ve Beceri Geliştirici Boş Zaman Aktivitelerine Katılım, Stres ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki*

Türkan Nihan SABIRLI^{1,2} , Serdar KOCAEKŞİ¹ , Ayşe Feray ÖZBAL² ,
Hüseyin ÇEVİK¹ 

¹Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir, Türkiye

²Kastamonu Üniversitesi, Kastamonu, Türkiye

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 07.06.2022

Kabul Tarihi: 19.06.2022

DOI:10.47778/ejsse.1127218

Online Yayın: 30.06.2022

Öz

Üniversite öğrencilerinin eğitim yaşantılarında karşılaştıkları stres faktörleri, gelecek kaygısı öğrencilerin stres düzeyini artırarak yaşamlarını olumsuz etkileyebilir. Boş zaman, bireylerin stresli durumlardan uzaklaşması açısından önemli bir araç olarak görülmektedir. Bununla birlikte bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerinin rolü konusunda anlayışın geliştirilmesi gerektiği düşünülmektedir. Araştırmada iki ve daha fazla değişken arasındaki ilişkinin ortaya çıkartılmasında kullanılan Yapısal Eşitlik Modelinden (YEM) yararlanılmıştır. Araştırmaya Eskişehir Teknik Üniversitesi ve Kastamonu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören uygun örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen 313 öğrenci dahil edilmiştir. Veriler yaşanan pandemi süreci nedeniyle çevrim içi ortamda oluşturulan anket aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmada elde edilen veriler YEM temelli araştırmalarda kullanılan iki aşamalı yaklaşımla analiz edilmiştir. Birinci aşamada ölçüm, ikinci aşamada ise yapılar arası ilişkilerin test edildiği yapısal model analiz edilmiştir. Ölçüm modeli yakınsak ve ayrışma geçerliği analizleri ile değerlendirilmiştir. Analizler sonucunda ölçüm modeli geçerli ve güvenilir sonuçlar ortaya koymuştur. Yapısal modelin analizi sonucu bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımın, stres düzeyini negatif yönde yordadığı, stres düzeyinin ise yaşam doyumunu negatif yönde yordadığı gözlemlenmiştir. Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımın ise yaşam doyumunu üzerindeki etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Bireylerin bilgi ve becerilerini geliştirmeye yönelik boş zaman aktivitelerine katılarak kendilerine alan yaratması, bireylere zihinsel ve fiziksel yönden katkı sağlamakta ve algıladıkları stresi azaltmaktadır. Bununla bağlantılı olarak azalan stres sonucu bireylerin yaşam doyumlarında artış gözlemlenmektedir. Çalışmadan çıkan sonuçlardan hareketle bireylerin boş zamanlarında katılabileceği bilgilendirici ve becerilerini geliştirici aktiviteler içeren boş zaman programlarının geliştirilmesi ve sunulması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Boş zaman, Stres, Bilgilendirici Aktivite, Beceri Geliştirici Aktivite

The Relationship Between Stress and Life Satisfaction, Participating in Informative and Skill Developing Leisure Activities

Abstract

University students' stress factors in their education lives, even future anxiety increase stress level and affect their health negatively. Leisure time is seen as an essential tool that individuals can escape from hairy situations. However, it is thought that an understanding of the role of informative and skill -developing leisure activities should be developed. Structural equation modelling (SEM) has been used in the study. 313 university students from Faculty of Sports Sciences at Eskişehir Technical and Kastamonu University have been surveyed using convenience sampling method. Because of the pandemic outbreak, the data has been collected online. It has been analysed in two process in structural equation modelling. In the first process measurement, in the second process relation between structures have been analysed. Measurement model has been evaluated using convergence and discriminant validity. Measurement model has been found valid. According to analyses of structural equation model, participating to informative and skills development activities affect stress level in a negative way and stress level affect satisfaction with life negatively. It has also been found that participating to Informative and Skills development leisure time activities have no effect on satisfaction with life. Participation to leisure time activities have many benefits in order to have knowledge and skills development. As a result of decreasing stress, there has been an increase in satisfaction with life. According to results of this study, it has been proposed that leisure time programs should be developed and provided.

Key words: Leisure Time, Stress, Informative Activity, Skills Development Activity

* Bu çalışma "Future Trends in Leisure & Recreation Congress: Digital Recreation 20-21 Jan 2022, Ankara Turkey." Sözlü (özet) bildiri olarak sunulan çalışmanın genişletilmiş halidir.

² **Sorumlu Yazar:** Türkan Nihan SABIRLI, E-posta: nsabirli@eskisehir.edu.tr

GİRİŞ

İnsanlar var oldukları günden bu yana hayatta kalabilmek için sürekli çalışmak durumunda kalmışlardır. Sanayileşme ile birlikte çalışma zamanlarında meydana gelen değişim ve insanların edindiği yasal haklarla beraber insanların rahatlamaları için boş zaman yaratma ihtiyaçları ya da günlük yaşamın stresinden uzak durmalarını sağlayacak etkinlikler de önem kazanmıştır. Ancak, insanların bir kısmı günlük yaşam içerisinde boş zaman aktiviteleri ve etkinliklerine katılarak rahatlamaya çalışırken, bir kısmı iş yükünün çok olması ya da maddi imkânsızlıklar gibi sebeplerden dolayı kendilerine yeteri kadar alan yaratamamaktadır.

Zaman paha biçilemez ve çok değerli bir kaynaktır (Gül, 2019). İnsanların kendilerine sunulan bu değerli kaynağı kullanım şekilleri birbirinden çok farklıdır. Kimileri sadece temel gereksinimleri karşılamak dışında bir şey yapmayı tercih etmezken, kimileri ise boş zamanlarında ilgi alanlarına göre etkinliklere katılarak rahatlamaya çalışmakta, kimileri ise bilgilenebileceği ve beceriler kazanabileceği aktivitelere yönelmektedir.

Kişinin yaşamındaki boş zamanlarını iyi planlaması ve boş zamanını etkinliklerle doldurması iyi ve kaliteli bir yaşam sürmesine yardımcı olur. Boş zaman, kişisel fiziksel, zihinsel veya sosyal becerilerin kullanımına dayanır ve kişisel olarak ortaya çıkar (Iso-Ahola, 1997:140). Bu nedenledir ki, insanların çalışma dışı zamanlarda rekreatif etkinliklere katılması onların moral, motivasyon, mutluluk ve yaşam tatminine yardımcı olmaktadır (Gül, 2019). Boş zamanlarını etkili bir şekilde kullanmak sadece herhangi bir işte çalışan kişiler için değil her yaşta insanlar için önemlidir. Seçim ve katılım, bir bireyin kişiliğinden, ihtiyaçlarından, ilgilerinden, fiziksel ve sosyal becerisinden, doğduğu kültürden, bir kişinin yaşamdaki iradesinden ve amacından ve bir dizi başka kişisel faktörden etkilenir (Torkildsen, 2005: 109). Örneğin bir öğrencinin okul ve ders dışında kalan zamanını herhangi bir spor aktivitesi ya da ilgi alanına göre bilgilenebileceği veya istediği bir alanla ilgili becerilerini geliştirebileceği aktivitelerle değerlendirmesi, yaratıcılığının gelişmesine, bilgi birikiminin artmasına, sağlam bir vücut yapısına sahip olmasına vb. birçok konuda gelişimine katkıda bulunabilir. Üniversite öğrencileri için de durum farklı değildir. Eğitimleri boyunca yoğun dersler ve sınavların stresinden biraz da olsun uzaklaşabilmek için kimi öğrenciler yapmaktan keyif aldıkları etkinliklere yönelmektedir (Yayla ve Çetiner, 2019). Bunun yanı sıra üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını farklı alanlarda bilgilenerken ve farklı alanlardaki becerilerini geliştirmek için zaman ayırmaları entelektüel bir kişi olmalarına da katkı sağlayabilir. Bu da bir genç için önemli bir durumdur. Ayrıca boş zaman etkinliklerine katılım, gevşeme, yeniden canlanma, yenilenme, başarı ve sosyal etkileşimler için fırsatlar aracılığıyla bireylerin gelişimi üzerinde derin etkilere sahiptir (Wu vd., 2010). Daha önceki araştırmalar spor, sosyalleşme (Caltabiano, 1994) ve eğlence aktivitelerinin (Georganta, 2012) bireylerin stres düzeyini azalttığını destekleyen sonuçlar ortaya koymuştur. Ancak bilgilendirici ve beceri geliştirici aktivitelerin stres ve bireyin yaşam doyumu ile ilişkisi konusundaki anlayışın geliştirilmesi gerekmektedir.

Boş zamana katılım, bireyin belirli bir süre boyunca boş zaman etkinliklerine katılma sayısı olarak tanımlanmaktadır (Ragheb ve Griffith, 1982). Boş zamana katılmak sağlıklı bir yaşamın temel bileşeni olarak görülmekte ve birçok insan boş zaman aktivitelerine katılarak zihinsel ve fiziksel sağlığını güçlendirmektedir (Kim ve Lee, 2018). Kleiber vd., (2002) bireyin boş zamana katılarak pozitif değişimi deneyimlediğini, çevresiyle olan ilişkilerini ve benlik algısını güçlendirdiğini belirtmektedir. Bununla birlikte Heintzman (2008) boş zamanın manevi anlamda bireyi güçlendirmeye ve stresli yaşam olayları karşısında baş etmeye yardımcı olduğunu belirtmektedir. Boş zamana katılımı, duyguları düzenleyerek geçici olarak stresten ve günlük problemlerden kaçınmaya yardımcı olmaktadır (Iso-Ahola, 1997).

İyi koşullarda ve standartlarda yaşamak tarihin her anında önemini korumuştur (Başol, 2018). Ülkelerin sunduğu tüm hizmetlerin kişilerin beklentisini karşılamaşının yaşam tatminleri üzerinde önemli olmasının yanı sıra kişilerin bireysel olarak da daha iyi bir düzeninde yaşamayı istemeleri, daha iyi şartlarda çalışmaları vb gibi durumlarda kişinin yaşam tatmini üzerinde etkilidir. Bir kişi hayatı boyunca temel ihtiyaçlarını karşılayabilmek için çalışmakta hem de daha mutlu ve daha tatminkâr olarak yaşayabilmek için farklı etkinlikler yaparak yaşamını sürdürmeye çalışmaktadır. Bir kişinin hayatı boyunca mutlu ve hayatının anlamlı olabilmesi için gerek duyduğu unsurların başında yaşamına duyduğu memnuniyete olan inancı ve bağlılığı gelmektedir (Çoşkuner, 2013). Yaşam tatmini, kişinin hayatını bir bütün olarak olumlu anlamda değerlendirmesi olarak düşünülebilmektedir (Aşan ve Erenler, 2008). Daha genel bir ifadeyle yaşam tatmini, kişilerin yaşam kalitelerini seçmiş oldukları ya da mevcut standartlara göre değerlendirilmesi olarak tanımlanabilir (Akyıldız, 2013). Yani yaşam tatminin, belirli bir duruma yönelik tatmin değil, tüm yaşantıdaki genel tatminler olduğu anlaşılır (Sabırlı vd., 2019; Özeyer vd., 2015). Kişilerin genel olarak tatmin oldukları durumlar; neşeli ve mutlu hissetmeleri, yaşam şartlarının iyi olması, iyi gelir getiren bir işte çalışıyor olmaları, boş zaman etkinliklerine ayıracakları bütçenin yeterli olması, sosyal olmaları vb birçok unsur sıralanabilir.

Stres organizmaya baskı yapan herhangi bir farklılığa karşı organizmanın göstermiş olduğu tepki olarak tanımlanabilir (Selye, 1973'ten akt., Göksu ve Kumcağız, 2020). Bir durumun stres faktörü olarak değerlendirilmesi, durumun birey tarafından nasıl algılandığına, yorumlandığına ve bu baskı ile başa çıkma becerisine bağlıdır (Özgan vd., 2008). Kişiler, kendilerini baskı altında hissettiklerinde farklı tepkiler verirler. Stres altındaki kişilerin verdikleri tepkilerin başında öfke, kaygı, üzüntü gibi duygu durumları gelir (Cenkseven vd., 2018). Verilen bu tepkilerin bir savunma mekanizması olduğu düşünülebilir.

Kişiler, stresle neden karşı karşıya kalırlar? sorusuna verilecek çok cevap vardır. Kişilerin yaş gruplarına ve meslek alanlarına göre strese maruz kalma durumu çeşitlilik gösterir. Çalışanlar iş hayatıyla ilgili stres yaşayabilirlerken (ki özellikle kişilerin iş yaşamında karşılaştıkları stres faktörlerinin başında iş yükü gelmektedir (Tekin vd., 2019) öğrenciler ise yoğun olan dersler ve sınavlar yüzünden stres yaşayabilirler. Kişilerin stresle başa çıkabilme yolları da farklılık gösterir. Yetişkin kişiler kendi başlarına stresle başa çıkmaya çalışabilirler ancak özellikle öğrencilerin stresle başa çıkabilme becerilerinin gelişiminde öğretmenlerinin verdiği destek son derece

önemlidir (Karaca vd., 2017). Özellikle üniversite öğrencileri için problem yaratan stresi ortaya çıkaran faktörlerin belirlenmesi, birçok sorunun önlenmesi açısından önemlidir (Asıcı ve Uygur, 2017). Üniversite öğrencilerinin boş zamanlarını iyi değerlendirebilmeleri, rekreatif etkinliklere katılmaları, kendilerine zaman yaratmaları, sosyalleşmeleri ve stresle başa çıkabilmeleri açısından önemlidir.

Boş zamana katılım stresle baş etmede yararlanılan önemli stratejilerden biridir (Iwasaki ve Mannel, 2000; Iwasaki vd., 2005; Trenberth vd., 1999). “Boş Zaman Koruma Modeli’ne” (Leisure Buffer Model) göre birey boş zamanı bir ödül olarak değerlendirip, boş zaman aktivitesine katılmak için içsel olarak motive olursa ve özgürce bir seçimde bulunarak aktivitelere katılım sağlarsa, stresten kaynaklı olumsuzluklara karşı kendini koruyabilir (Coleman ve Isa-Ahola, 1993). Bireyin stresle baş edebilmek için katılabileceği boş zaman aktiviteleri literatürde aktif ve pasif (Roy ve Orazem, 2021), eğlenceli, spor amaçlı, bilgilendirici, beceri geliştirici, sosyalleşmeyi kolaylaştırıcı aktiviteler olarak sınıflandırılmaktadır (Chen, 2016; Lin vd., 2004). Daha önceki araştırmalardan aktif ve pasif boş zaman katılımının (Iso-Ahola, 1997), spor (Shaikh vd., 2004), eğlence, sosyal aktivitelerin (Caltabiano, 1994; Çevik, 2020; Georganta, 2012; Iwasaki vd., 2005; Olsson vd., 2013), bilgilendirici ve beceri geliştirmeye yönelik aktivitelerin (Chen, 2016) stresle baş etmede etkili olduğu görülmektedir. Wemme ve Rosvall (2005) yaptıkları araştırmada yüksek düzeyde boş zaman katılımının iş stresini azalttığını ortaya koymuştur. Boş zamana katılım aynı zamanda bireylerin öznel iyi oluş ve yaşam tatminine de katkı sağladığı da bilinmektedir (Kelly vd., 1987). Bununla birlikte stress ve yaşam tatmini arasında negatif bir ilişkinin olduğu yani stress düzeyi arttıkça bireylerin yaşam tatminin düştüğü bilinmektedir (Chen, 2016; Dymecka, vd., 2021). Bu bilgiler ışığında, bu çalışmada, üniversite öğrencilerinin bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılım, stres ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen ve kuramsal olarak geliştirilen modelin test edilmesi amaçlanmaktadır. Literatürdeki bu bilgiler temelinde aşağıdaki hipotezler önerilmektedir. Bunlar;

H₁: Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılım ile stres arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır.

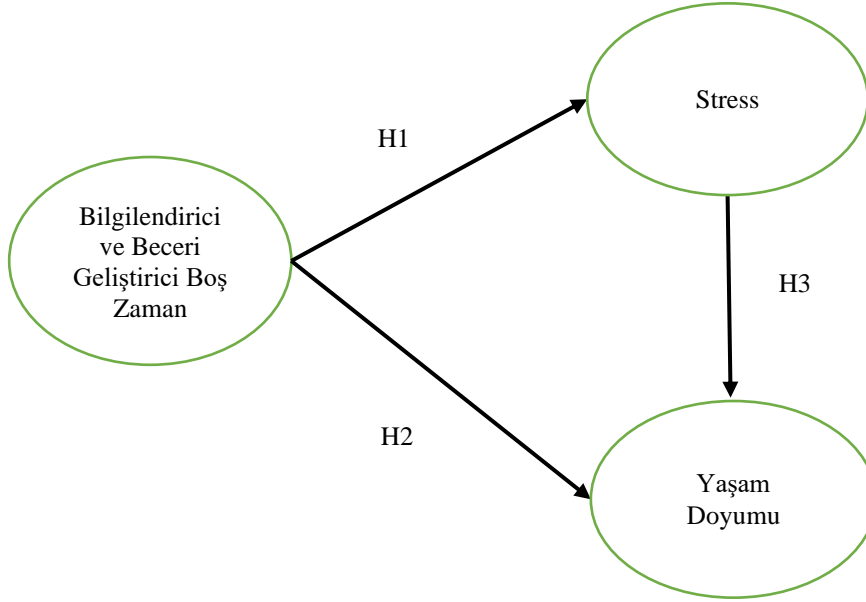
H₂: Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılım ile yaşam doyumu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.

H₃: Stres ve yaşam doyumu arasında negatif ve anlamlı bir ilişki vardır.

METOT

Araştırma Modeli

Bu çalışmada iki ve daha fazla değişken arasındaki ilişkinin ortaya çıkartılması için Yapısal Eşitlik Modelinden (YEM) yararlanılmıştır. YEM, literatür temelinde geliştirilen kuramsal modelin ampirik olarak incelenmesinde kullanışlı bir yöntemdir. Bu yöntemde öncelikle ölçüm modeli daha sonra yapısal model test edilmektedir.



Şekil 1. Araştırma Modeli

Araştırmanın Örnekleme

Araştırmaya Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi ve Kastamonu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrenciler dahil edilmiştir. Bu üniversitelerin spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören ve uygun örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen 313 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Katılımcılara ait demografik bilgiler incelendiğinde, kadınların oranının %46.3 (145 kişi), erkeklerin ise %53.5 (167 kişi) olduğu ve 1 katılımcının bu soruya cevap vermediği tespit edilmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması 22,11'dir. %41.2'si (129 kişi) üniversite eğitiminin ikinci, %24.6'sı (77 kişi) üçüncü, %17.9'u (56 kişi) dördüncü, %8.6'sı (27 kişi) ise birinci yılındadır. Katılımcıların %7.3 (23 kişi) bu soruya cevap vermemiştir.

Veri Toplama Süreci

Araştırma verilerinin toplanması sürecinde dört farklı ölçüm aracı kullanılmıştır. Araştırmanın gerçekleştirildiği tarihlerde dünya genelinde yaşanan COVID-19 Pandemisi nedeniyle verilerin yüz yüze yöntemi ile toplanması mümkün olmamış bu nedenle veriler Google forms aracılığıyla internet üzerinden toplanmış ve ölçümler gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veri toplamak için kullanılan ölçüm araçları Google forms da bir batarya haline getirilerek ve düzenlenerek katılımcıların rahat doldurabilecekleri ve net cevaplar verebileceği şekilde düzenlenmiştir. Araştırma verileri 08.11.2021 ve 18.12.2021 tarihleri arasında toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanması iki farklı bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde demografik bilgi formu ikinci bölümde çalışmanın temel değişkenlerini ölçen envanter ve ölçekler kullanılmıştır. Araştırmanın ilk bölümünde katılımcıların demografik özelliklerini değerlendiren beş ifade bulunmaktadır. Bu ifadeler cinsiyet, yaş, öğrenim görülen bölüm, öğretim yılı ve gelir hakkında bilgi elde etme amacıyla sorulmuştur.

Araştırmada veri toplama aracı olarak oluşturulan anketin birinci bölümünde, Chen'in (2016) araştırmasında bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımı değerlendirmek için kullandığı iki ifadeye yer verilmiştir. Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılım düzeyi 1'den (son bir haftada hiç katılmadım) 5'e (4 ve üzeri katıldım) doğru likert tipinde derecelendirilmektedir. Anketin ikinci bölümünde stresi değerlendirmek için Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilen, Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)'nin dört ifadeli kısa formu kullanılmıştır. Ölçme aracı 5'li likert tipindedir (1- Hiçbir zaman, 5-Çok sık). Anketin üçüncü bölümünde Chen'in (2016) araştırmasında yaşam doyumunu değerlendirmek amacıyla uyarladığı 5 ifadeye yer verilmiştir. İfadeler 1'den (Kesinlikle katılmıyorum) 5'e (Kesinlikle katılıyorum) sıralanan likert tipindedir.

Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılım ile yaşam doyumunu ölçmek için ifadeler çeviri-geri çeviri tekniği kullanılarak Türkçe'ye çevrilmiştir. Bu aşamada öncelikle İngilizce'den Türkçe'ye çeviri işlemi yapılmıştır. Daha sonra iki farklı çevirmen tarafından ifadeler Türkçe'den İngilizce'ye geri çevrilmiştir. Bu işlem sırasında her iki dili iyi bilen ve boş zaman konusunda araştırmaları olan dört uzman görev almıştır. Çeviri işleminin son aşamasında araştırmacılar da sürece dahil olarak ifadelere son şeklini vermiştir.

Araştırma Yayın Etiği

Bu araştırma için Eskişehir Teknik Üniversitesi Etik Komisyonu'nun 08.11.2021 tarih ve 43151 sayılı kararı ile etik onam alınmıştır.

Veri Analizi

Araştırma kapsamında kuramsal olarak geliştirilen modelin ölçümünde iki aşamalı yaklaşım takip edilmiştir (Anderson ve Garbin, 1988). Ölçüm modelinin yapı geçerliği için uyum indeksleri hesaplanmış, yakınsak ve ayrışma geçerliği analizleri gerçekleştirilmiştir. Yakınsak geçerlik kapsamında öncelikle faktör yükleri incelenmiştir. Daha sonra ortalama açıklanan varyans (Average Variance Extracted, AVE) ve yapı güvenilirliği (Construct Reliability, CR) hesaplanmıştır. Ayrışma geçerliği için ise yapılar arası korelasyon değerleri analiz edilmiştir. Ölçümün güvenilirliği için ise Cronbach's Alpha (α) katsayısı hesaplanmıştır.

Model veri uyumu ki kare / serbestlik derecesi (x^2/df), artan uyum indekslerinden Comparative Fit Index (CFI) ve Tucker-Lewis İndeksi (TLI), mutlak uyum indekslerinden Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) ve Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) ile değerlendirilmiştir (Hair vd., 2013). x^2/df için kabul edilebilir eşik 3.0'ın altıdır (Kline, 2011). CFI

için 0.90 üzeri (Browne ve Cudeck, 1993) RMSEA değeri için 0.80 veya altı (Hair vd., 2013) ve SRMR için ise 0.10 kabul edilebilir eşittir (Browne ve Cudeck, 1993).

Yakınsak geçerlik için faktör yüklerinin 0.50'nin altında olması gerekmektedir (Hair vd., 2013). AVE değerlerinin 0.50 (Hair vd., 2013) ve CR değerlerinin ise 0.60 eşliğini aşması önerilmektedir (Fornell ve Larcker, 1981). Ayrışma geçerliğinin sağlanabilmesi için ise yapılar arası korelasyon değerinin 0.85'in altında olması gerekmektedir (Kline, 2011). Tatmin edici düzeyde güvenilirlik için yapıların α değerinin 0.60'ın üzerinde olması beklenmektedir (Hair vd., 2013; Streiner ve Norman, 2003).

BULGULAR

Ölçüm Modeli

Araştırma kapsamında öncelikle ölçüm modeli DFA ile test edilmiştir. Verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle Maximum Likelihood hesaplama yöntemi kullanılarak kovaryans matrisi oluşturulmuştur. Analiz gerçekleştirildikten sonra değişkenler arasında ilişkilere yönelik sonuçlar kontrol edilmiştir. Bu aşamada gözlenen değişkenlerin p değerlerinin anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Sonraki aşamada faktör yükleri incelenmiştir. Değerlendirme sonucu algılanan stress boyutu altında bulunan 2. Maddenin (Geçen ay, kişisel sorunlarınızı ele alma yeteneğinize ne sıklıkta güven duyduunuz?) 0.290 ve yaşam doyumu boyutu altında bulunan 4. Maddenin (Hayatımın bu dönemine kadar benim için pek çok anlam ifade eden durumlar yaşadım.) 0.411 faktör yük değerlerine sahip oldukları ve 0.500 eşliğinden düşük oldukları için çıkartılmasına karar verildi. Bu ifadeler çıkartıldıktan sonra ölçüm modeli tekrar analiz edilmiştir. Analiz sonucunda uyum indekslerinin kabul edilir limitlerde olduğu tespit edilmiştir ($\chi^2/sd=2.366$; CFI =0.950; TLI=0.926; NFI= 0.918; RMSEA =0.066; SRMR=0.052).

Tablo 1. Faktör yükleri, CR, AVE ve cronbach's alpha katsayıları

Yapılar	Faktör Yükü
Bilgilendirici ve Beceri Geliştirici Aktivite Katılımı (CR= .630), (α= .620), (AVE= .465)	
Son bir haftada kaç kez bilgilendirici türü bir aktiviteye katıldınız?	,575
Son bir haftada kaç kez herhangi beceri geliştirici (kişisel gelişim amaçlı) bir aktiviteye katıldınız?	,780
Algılanan Stres (CR= .654), (α= .650), (AVE= .387)	
Gecen ay, hayatınızdaki önemli şeyleri kontrol edemediğinizi ne sıklıkta hissettiniz?	,636
Geçen ay, her şeyin yolunda gittiğini ne sıklıkta hissettiniz?	,591
Geçen ay, ne sıklıkta problemlerin üstesinden gelemeyeceğiniz kadar biriktiğini hissettiniz?	,638
Yaşam Tatmini (CR: .782), (α= .776), (AVE= .478)	
Hayatımın çoğu beklentime göre gidiyor.	,617
Hayat şartlarım iyidir.	,682
Hayatımdan memnunum.	,847
Eğer bir şansım olsa bile, hayatımı değiştirmek istemezdim.	,589

Geriye kalan maddelerin faktör yüklerinin yakınsak geçerliğin göstergesi olan 0.500'ün üzerinde olduğu tespit edilmiştir (Hair vd., 2013). Yakınsak geçerlik kapsamında CR ve AVE değerleri de hesaplanmıştır. Bütün faktörlerin CR değerleri 0.60'ın üzerindedir (Bagozzi ve Yi, 1988; Hair vd., 2013). AVE değerleri ise 0.50 eşliğinin altındadır (Fornell ve Larcker, 1981), (Tablo 1). Ancak Hatcher'a (1994) göre CR değerleri referans değerlerinin üzerinde ise düşük AVE değerleri kabul edilebilmektedir. Bu bilgi temelinde, ölçüm modelinin yakınsak geçerliği sağladığı ifade edilebilir.

Tablo 2. Faktörler arası korelasyon değerleri

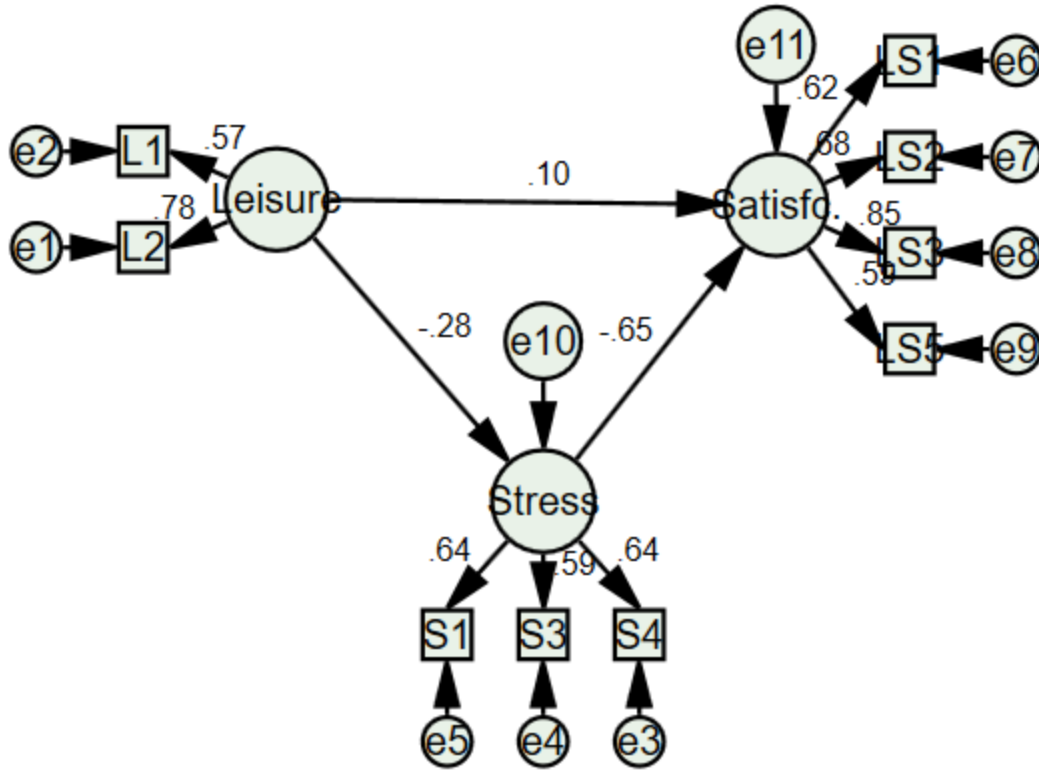
	1	2	3
1- Boş Zaman Katılımı	1		
2- Stres	-196**	1	
3- Tatmin	.179**	-.480**	1

$p \leq 0.01$

Ayrışma geçerliği için yapılar arası korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Hesaplama sonucu yapılar arası korelasyon değerlerinin $p < .01$ düzeyinde anlamlı ve 0.85 eşik değerini aşmadığı gözlemlenmiştir (Kline, 2011). Bu sonuç ölçüm modelinin ayrışma geçerliğini sağladığını göstermektedir. Güvenirlik için ise Cronbach's alpha iç tutarlılık güvenirliliği katsayısı hesaplanmıştır. Bütün yapıların Cronbach's alpha katsayısı 0.637 ve 0.950 arasında değişmektedir. (Tablo 1). Hair vd., (2013) ile Streiner ve Norman'a (2003) göre 0.60 üzerindeki Cronbach's alpha katsayısı tatmin edici düzeyde güvenilir olarak yorumlanmaktadır. Dolayısıyla, ölçümün güvenilir olduğu ifade edilebilir.

Yapısal Model

Ölçme modelinin doğrulanmasından sonra yapısal model analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları Tablo 2'de sunulmaktadır. YEM sonuçlarına göre bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımın stres üzerindeki etkisinin negatif yönde anlamlı olduğu ($\beta = -.283$; $p < .05$) tespit edilmiş ve H_1 kabul edilmiştir. Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımın yaşam doyumu üzerindeki etkisinin ise anlamlı olmadığı ($\beta = .280$ $p = .203$) gözlemlenmiş ve H_2 reddedilmiştir. Buna karşın stresin yaşam doyumu üzerindeki etkisinin negatif yönde anlamlı olduğu ($\beta = .652$; $p < .001$) gözlemlenmiş ve H_3 kabul edilmiştir. Yol katsayıları şekil 2'de gösterilmektedir.



Şekil 2. Yapısal eşitlik modeli

Araştırmada literatür temel alınarak geliştirilen üç hipotez önerilmiştir. Hipotez testleri sonucunda ikisi kabul edilirken biri reddedilmiştir. Model ve veri uyumu değerlendirilmesinde yararlanılan uyum indeksleri ise şu şekildedir: $\chi^2/sd=2.366$, CFI = 0.950; TLI=0.926; NFI= 0.918; RMSEA =0.066, SRMR=0.052. Yapısal model analiz sonuçlarına ilişkin değerler Tablo 3'te sunulmaktadır.

Tablo 3. Yapısal model analiz sonuçları

Relationship	Standardize R ²	S.E.	t	p	Sonuç
Stres ← - - - Boş zaman katılımı	-.283	.070	-2.534	.011*	Kabul
Yaşam doyumu ← - - - Boş zaman katılımı	.280	.047	1.219	.223	Ret
Yaşam doyumu ← - - - Stres	-.652	.103	-6.114	.001**	Kabul

**p ≤ 0.01, *p ≤ 0.05

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bilgi edinme ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımın yaşam tatmini ve algılanan stres üzerinde etkileri değerlendirildiğinde, araştırma bulgularının yaşam tatmini ve algılanan stres üzerinde olumlu etkileri olduğu görülmektedir. Araştırmanın ilk bulgusu incelendiğinde; bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımın stres üzerinde negatif etkisi olduğu tespit edilmiştir. Yani bilgi edinme ve beceri geliştirici boş zaman aktiviteleri araştırmaya dâhil edilen örneklemin algıladığı stres düzeyini düşürmektedir. Boş zaman aktivitelerine katılımın hatta bu bağlamda yapılan sanatsal etkinliklerin, kronik ve ciddi hastalıklardan şikayetçi kişilerin stresini azaltmaya yardımcı olabileceği ortaya konmuştur (Akt.: Miedziun ve Czabala, 2015). Ayrıca konuyla ilgili yapılan araştırmalar incelendiğinde elde edilen bulguyu destekleyen araştırmalar olduğu görülmektedir. Chang (2014) yetişkinler üzerinde yaptıkları araştırmada, etkili bir şekilde yapılan boş zaman etkinliklerinin yetişkin bireylerde stresi azaltmaya yardımcı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Ayrıca yapılan bir diğer araştırmada yüksek eğitim düzeyine sahip bireylerin ve yaşlı katılımcıların açık havada aktif olarak yaptıkları sporların stres düzeylerini minimuma indirdiği, kültürel hobilerle uğraşmanın kadınların stres düzeylerini azalttığı ifade edilmiştir (Caltabiano, 1994). Yaşlı katılımcıların açık havada kendi bedenlerinin izin verdiği aktiviteleri yapmalarının, fiziksel sağlıklarına etkili olduğu, sosyalleşmelerine katkı sağladığı ve stresi azalttığı söylenebilir. Yine, Kim ve Kim (2014) yaptıkları çalışmada boş zaman aktivitelerine katılımın pozitif duygular geliştirdiğini, anlamlı ilişkileri güçlendirdiği ve pozitif değişiklikler oluşturarak stresle başa çıkmayı kolaylaştırdığını ifade etmişlerdir. Boş zaman aktiviteleri ifade edilirken yalnız sporla ilgili yapılan aktiviteler düşünülmemelidir. Örneğin, sanat terapisi, sanatla uğraşarak geçirilen yaratıcı sürecin bireylerin fiziksel, zihinsel ve duygusal refahı iyileştirdiği ve geliştirdiği inancına dayanan zihinsel bir sağlık müdahalesidir (Lawson vd., 2012).

Araştırmanın diğer bulgusu ise bilgi edinme ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımın yaşam tatmini üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı bulgusudur. Bu bulgu örneklem sayısından kaynaklanabilir, daha fazla örneklem üzerinde çalışmalar yapılmalıdır. Literatür incelendiğinde bilgi edinme ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılımın aslında yaşam tatmini üzerinde olumlu etkileri olduğu görülmektedir. Yapılan araştırmada etkisi olmadığı yönündeki bulgunun aksini söyleyen araştırmalar incelendiğinde; Shin ve You (2013) yaptıkları araştırmada, erkek öğrenciler için spor ağırlıklı aktivitelerin boş zaman tatmini üzerinde olumlu etkisi olduğunu, kadın öğrenciler için ise daha pasif ve sosyal aktivitelerde boş zaman tatmini açısından olumlu etkiler gösterdiğini ifade etmişlerdir. Nimrod (2007) emekliler üzerinde yaptığı araştırmada, fiziksel aktivite ve psikolojik iyi oluş arasında olumlu bir ilişki olduğunu, boş zaman aktiviteleriyle yüksek düzeyde yaşam tatmini olduğunu ortaya koymuştur. Buradan hareketle yapılan fiziksel aktivitenin emeklileri rahatlattığı, mental olarak güçlendirdiği söylenebilir. Kim vd., (2018) Güney Kore de yaşayan batılı göçmenler üzerine yaptıkları araştırmada boş zaman etkinliklerine (açık hava etkinlikleri, fiziksel aktiviteler, ev merkezli sosyal aktiviteler) katılımın göçmenler arasında fiziksel ve zihinsel sağlık ile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğuna vurgu yapmaktadır. Leversen vd., (2012) ergenlerin yaşam doyumu üzerinde yaptıkları araştırmada, boş zaman etkinliklerine katılan ergenlerin ihtiyaç tatmini ve yaşam doyumu arasında olumlu ilişki

olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer şekilde Schmiederberg ve Schröder (2017) yaptıkları araştırmada; arkadaşlarla buluşmanın, spor yapmanın ve tatile gitmenin yaşam doyumuna olumlu etkiler yaptığını, kişisel amaçlar için kullanılan internetin ve televizyon seyretmenin ise yaşam doyumunu ile olumsuz ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Bu alanda yapılan araştırmalar incelendiğinde yapılan bilgi edinme ve beceri geliştirmeye yönelik her türlü sportif ve rekreatif aktivitelerin, insanları olumlu yönde etkilediği görülmektedir.

Araştırmanın son bulgusu olan algılanan stresin yaşam doyumunu/tatmini üzerinde negatif bir etkisi olduğu gözlemlenmiştir. Yani algılanan stres arttıkça yaşam doyumunu algısı düşmektedir. Literatür incelendiğinde bu bulguyu destekleyen bulgular olduğu görülmektedir. Civitci'nin (2015) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada algılanan stres ile yaşam doyumunu arasında anlamlı bir negatif ilişki olduğunu belirtmiştir. Yine benzer şekilde Tan ve Ramzan (2017) tıp öğrencileri ile yaptıkları araştırmada algılanan stresin yaşam doyumuyla negatif ilişkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Lee vd., (2016) yaptıkları çalışmada algılanan stres ile yaşam doyumunu arasındaki ilişkide öz yeterliliğe bakmışlar ve öz yeterliliğin kısmi olarak da olsa algılanan stresin azaltılmasında etkisi olduğunu ifade etmişlerdir. Yıldırım ve Alanazi (2018) ise yaptıkları araştırmada memnuniyetin ve olumlu duyguları takdir etmenin algılanan stres düzeyini azalttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Sonuç olarak yapılan araştırmalardan da anlaşıldığı gibi bireylerin bilgi ve becerilerini geliştirmeye yönelik boş zaman aktivitelerine katılarak kendine alan yaratması, zihinsel ve fiziksel olarak katkı sağlamakta, algılanan stresi azaltmakta ve olumlu yaşam doyumuna katkı sağlamaktadır.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Yazarlar çalışmada eşit katkı oranına sahiptir. Araştırma Dizaynı-TNS, Verilerin Toplanması- TNS, SK, AFÖ, HÇ; istatistik analiz- HÇ; Makalenin hazırlanması, TNS, SK, AFÖ, HÇ.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Eskişehir Teknik Üniversitesi Etik Komisyonu

Tarih: 08.11.2021

Sayı No: 43151

Sabırlı, T.N., Kocaekşi, S., Özbal, A.F., ve Çevik, H. (2022). Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılım, stres ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 18-31.

KAYNAKÇALAR

- Akyıldız, M. (2013). *Ciddi ve kayıtsız katılımcıların kişilik özellikleri ile boş zaman tatmini ve yaşam tatmini arasındaki ilişki*. Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Asıcı, E., & Uygur, S.S. (2017). Duygusal öz-yeterlik ve affetmenin algılanan stres düzeyini yordayıcı rolü. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(3), 1353-1375.
- Aşan, Ö., & Erenler E. (2008). İş tatmini ve yaşam tatmini ilişkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(2), 203-216.
- Bagozzi, R. P., & Yi, Y. (1988). On the evaluation of structural equation models. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 16(1), 74-94. <https://doi.org/10.1007/BF02723327>
- Browne, M.W., & Cudeck, R. (1993), Alternative ways of assessing model fit. In, K.A. Bollen & Long J.S. Long (Eds), *Testing structural equation models* (pp. 136-161). Sage.
- Caltabiano, M. L. (1994). Measuring the similarity among leisure activities based on a perceived stress-reduction benefit. *Leisure Studies*, 13(1),17-31.
- Cenkseven, Önder, F., & Utkan, Ç. (2018). Bilinçli farkındalık ve algılanan stres ilişkisinde ruminasyon ve olumsuz duygu düzenlemenin aracı rolü. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(3), 1004-1019.
- Çevik, H. (2020). Investigating the relationship between perceived stress and leisure coping strategies among university students: Eskisehir Technical University case. *International Education Studies*, 13(6), 67-77.
- Chen, W. C. (2016). Leisure participation, job stress, and life satisfaction: Moderation analysis of two models. *Social behavior and personality. An International Journal*, 44(4), 579-588.
- Chang, L.C. (2014). Leisure education reduces stress among older adults. *Aging&Mental Health*, 18(6), 754-758 <https://doi.org/10.1080/13607863.2013.878306>.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396.
- Coleman, D., & Iso-Ahola, S. E. (1993). Leisure and health: The role of social support and self-determination. *Journal of Leisure Research*, 25(2), 111-128.
- Çoşkuner, S. (2013). *Akademisyenlerin iş ve aile karakteristiklerinin evlilik, aile ve yaşam tatmini ile ilişkisi: iş ve aile çatışmasının aracı rolü*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aile ve Tüketici Bilimleri, Ankara.
- Dymecka, J., Gerymski, R., & Machnik-Czerwik, A. (2021). How does stress affect life satisfaction during the COVID-19 pandemic? Moderated mediation analysis of sense of coherence and fear of coronavirus. *Psychology, Health & Medicine*, 27(1), 280-288. <https://doi.org/10.1080/13548506.2021.1906436>
- Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F., ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Güvenirlilik ve geçerlik analizi. *New/Yeni Symposium Journal*, 5(3), 132-140.
- Fornell, C., & Larcker, D. F. (1981). Evaluating structural equation models with unobservable variables and measurement error. *Journal of Marketing Research*, 18(1), 39-50. <https://doi.org/10.1177/002224378101800104>
- Georganta, K. (2012). Fun in the workplace: A matter for health psychologists. *The European Health Psychologist*, 14(2), 41-45.

- Sabırlı, T.N., Kocaekşi, S., Özbal, A.F., ve Çevik, H. (2022). Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılım, stres ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 18-31.
- Göksu, Ö., & Kumcağız, H. (2020). Covid-19 salgınında bireylerde algılanan stres düzeyi ve kaygı düzeyleri, *Electronic Turkish Studies*, 15(4), 463-479. <https://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44397>
- Gül, T. (2019). Yaşam doyumunun yordayıcısı olarak boş zaman tatmini. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 22(2), 914-930. <https://doi.org/10.29249/selcuksbmyd.573237>.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., & Anderson, R. E. (2013). *Multivariate data analysis pearson new international edition*. (7th Ed). Pearson.
- Hatcher, L. (1994). *A Step-by-step approach to using the SAS system for factor analysis and structural equation modeling*. (1st Ed.). The SAS Institute.
- Heintzman, P. (2008). Leisure-spiritual coping: a model for therapeutic recreation and leisure services. *Therapeutic Recreation Journal*, 42(1), 56-73.
- Iso-Ahola, S. E. (1997). A psychological analysis of leisure and health. In *Work, Leisure and Well-Being* (Ed. J. T. Haworth (pp:131-144)). Routledge.
- Iwasaki, Y., & Mannell, R. C. (2000). Hierarchical dimensions of leisure stress coping. *Leisure sciences*, 22(3), 163-181. <https://doi.org/10.1080/01490409950121843>
- Iwasaki, Y., Mannell, R. C., Smale, B. J., & Butcher, J. (2005). Contributions of leisure participation in predicting stress coping and health among police and emergency response services workers. *Journal of health psychology*, 10(1), 79-99. <https://doi.org/10.1177/1359105305048557>
- Karaca, A., Yıldırım, N., Ankaralı, H., Açıkgöz, F., ve Akkuş, D. (2017). Hemşirelik öğrencilerinin algılanan klinik stres düzeyi, stres cevapları ve başatme davranışları. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(1), 32-39. <https://doi.org/10.14744/phd.2017.22590>
- Kleiber, D.A., Hutchinson, S.L., & Williams, R. (2002). Leisure as a resource in transcending negative life events: self-protection, self-restoration, and personal transformation. *Leisure Sciences*, 24(2), 219-235. <https://doi.org/10.1080/01490400252900167>
- Kline, R. B. (2011). *Principles and practice of structural equation modeling. Third Edition*, New York: Guilford Press.
- Kim, B. G., & Lee, S. K. (2018). Psychological and physiological stress variations through casual and serious leisure. *Tourism Review*, 73(3), 297-313. <https://doi.org/10.1108/TR-08-2017-0129>
- Kim, J., & Kim, J. (2014). A facilitator of leisure activities for stress-related growth experience among middle-aged korean women with depression. *Healthcare For Women International*, 35, 1245-1266. <https://doi.org/10.1080/07399332.2014.946508>
- Kim, J., Heo, J., Dvorak, R., Ryu, J., & Han, A. (2018). Benefits of leisure activities for health and life satisfaction among western migrants. *Annals of Leisure Research*, 21(1), 47-57. <https://doi.org/10.1080/11745398.2017.1379421>
- Lawson, L.M., Williams, P., Glennon, C. Carithers, K., Schnabel, E., Andrejack, A., & Wright, N. (2012). Effect of art making on cancer-related symptoms of blood and marrow transplantation recipients. *Oncology Nursing Forum*, 39(4), 353-360.
- Lee, J., Kim, E., & Wachholtz, A. (2016). The effect of perceived stress on life satisfaction: The mediating effect of self-efficacy. *Chongsonyunhak Yongu*, 23(10), 29-47. <https://doi.org/10.21509/KJYS.2016.10.23.10.29>
- Leveresen, I., Danielsen, A.G., Birkeland, M.S., & Samdal, O. (2012). Basic psychological need satisfaction in leisure activities and adolescents' life satisfaction. *Journal of Youth and Adolescence*, 41(12), 1588-1599. <https://doi.org/10.1007/s10964-012-9776-5>
- Lin, J. S., Wang, T. J., & Liao, P. J. (2004). A study on leisure participation of faulty staff at Feng Chia University. *Feng Chia Social Science Journal*, 8, 354-355.

- Sabırlı, T.N., Kocaekşi, S., Özbal, A.F., ve Çevik, H. (2022). Bilgilendirici ve beceri geliştirici boş zaman aktivitelerine katılım, stres ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 18-31.
- Nimrod, G. (2007). Retirees' leisure: Activities, benefits, and their contribution to life satisfaction. *Leisure Studies*, 26(1), 65-80. <https://doi.org/10.1080/02614360500333937>
- Olsson, L. E., Gärling, T., Ettema, D., Friman, M., & Fujii, S. (2013). Happiness and satisfaction with work commute. *Social indicators research*, 111(1), 255-263. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0003-2>
- Özgan, H., Balkar, B., ve Eskil, M. (2008). Eğitim Fakültesi öğrencileri tarafından sınıfta algılanan stres nedenleri ve kişisel değişkenlerin strese olan etkisi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(24), 337-350.
- Özyer, K., İrk, E., ve Anaç, S. (2015). İş tatmini ve yaşam tatmini ilişkisinde iş arkadaşlığının aracılık rolü. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 16(1), 261-278.
- Ragheb, M. G., & Griffith, C. A. (1982). The contribution of leisure participation and leisure satisfaction to life satisfaction of older people. *Journal of Leisure Research*, 14, 295-306. <https://doi.org/10.1080/00222216.1982.11969527>
- Sabırlı, T.N., Argan, M., Yetim, G., ve Hızal, A. (2019). Boş zaman tatmini, yaşam tatmini ve mutlulukta sosyal medya bağımlılığının rolü: 50 yaş ve üzeri bireyler üzerinde bir araştırma. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 263-279. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.585066>
- Schmiederberg, C., & Schröder, J. (2017). Leisure activities and life satisfaction: an analysis with german panel data. *Applied Research Quality Life*, 12, 137-151. <https://doi.org/10.1007/s11482-016-9458-7>
- Shaikh, B., Kahloon, A., Kazmi, M., Khalid, H., Nawaz, K., Khan, N., & Khan, S. (2004). Students, stress and coping strategies: A case of Pakistani medical school. *Education for Health: Change in Learning & Practice*, 17(3), 346-353.
- Shin, K., & You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7(2), 53-62. <https://doi.org/10.1017/prp.2013.6>
- Streiner, D., & Norman G. (2003). *Health measurement scales*. (3rd Edition). Oxford University Press. p. 159-196.
- Tekin, E., Yazgan-Çilesiz, Z., ve Gede, S. (2019). Farklı meslek gruplarında çalışanların algılanan stres düzeyleri ve stresle başa çıkma tarzları üzerine bir araştırma. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 79-89.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and recreation management (5th Ed.)*. Routledge.
- Trenberth, L., Dewe, P., & Walkey, F. (1999). Leisure and its role as a strategy for coping with work stress. *International Journal of Stress Management*, 6, 89-103. <https://doi.org/10.1023/A:1022928326410>
- Yayla, Ö., ve Çetiner, H. (2019). Boş zamanların değerlendirilmesinde etkili olan faktörlerin boş zaman tatminine etkisi. *Turizm Akademik Dergisi*, 6(1), 219-228.
- Yıldırım, M., & Alanazi, Z.S. (2018). Gratitude and life satisfaction: Mediating role of perceived stress. *International Journal of Psychological Studies*, 10(3), 21-28. <https://doi.org/10.5539/ijps.v10n3p21>
- Wu, H. C., Liu, A., & Wang, C. H. (2010). Taiwanese University students' perceived freedom and participation in leisure. *Annals of Leisure Research*, 13(4), 679-700. <https://doi.org/10.1080/11745398.2010.9686870>



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.

Acute Effect of Small-Sided Game-Based Warm-Up on Change of Direction Speed Performance

Rafael CARVAJAL*¹, Walter SALAZAR¹

¹University of Costa Rica, San José, Costa Rica.

Original Article

Received: 19.05.2022

Accepted: 19.06.2022

DOI:10.47778/ejsse.1118635

Online Publishing: 30.06.2022

Abstract

This research aims to examine the acute effect of no warm-up versus a small-sided game-based warm-up on change of direction speed performance (Illinois agility test). Small-sided games prior to training and competition is a valid strategy used to improve performance. These benefits resulted from combined methods of small-sided games with passive rest. A total of seventy-one male subjects participated in the study between national team players of team sport and university students from regular sport class. A randomized crossover trial design was used to determine differences in change of direction performance between the two warm-up conditions. According to the random order assigned, all participants completed two conditions, warm-up and no warm-up. An analysis of variance in three ways with repeated measures in two factors was conducted to analyze data. The ANOVA interaction between group x treatment x measurement show no significant difference ($F=0,081$ sig= 0,778, $p> 0.05$). The present study concludes that the warm-up with small-sided games is not the causal factor in a change of direction test performance.

Keywords: Agility, Illinois test, Change of direction

*Corresponding Author: Rafael CARVAJAL, E-mail: rafael.carvajal@ucr.ac.cr

INTRODUCTION

It is common practice to prescribe a warm-up prior to training and competition. A warm-up has two clear objectives: 1) improving performance and 2) minimizing the probability of injury (Coledam et al., 2012; Sánchez et al., 2016; Zois et al., 2011). The benefits of warming up have been attributed to increasing muscle temperature, nerve conduction, and speed of metabolic reactions (Zois et al., 2011). Research done by Cilli et al., (2014) found that the specific sport warm-up may increase muscle temperature, nerve conduction velocity, and decreased muscle viscosity. These actions are intended to enhance sports performance in the competition as well as to improve one's physiological preparation to face the metabolic demands required during competition.

Many forms of a warm-up have been analyzed, including stretching, dynamic exercises, resistance exercises, and the traditional continuous run (or swimming, or cycling) at moderate intensity (Bishop & Middleton, 2013; Chaouachi et al., 2010; Samson et al., 2012; Sánchez-Sánchez et al., 2017; Sole et al., 2013; Topcu & Arabaci, 2017). Due to the difficulties in analyzing games in a real situation, or even simulated context, Researchers tend to focus on the isolated performance of tasks associated with the sport (Silva et al., 2018). Numerous researchers address alternatives to traditional continuous jogging in conjunction with stretching as a warm-up (Coledam et al., 2012, Blazevich et al., 2018, Pagaduan et al., 2012).

In team sports, the players execute skills while maintaining repeated high-intensity physical exertion; this is important for overall performance (Zois et al., 2011). Studies have been carried out with activities such as Small Side Games (SSG), which present a valid strategy for improving jumping performance (Silva et al., 2018). The studies of Behm et al. (2016) and Turki et al. (2011) hypothesized that increases in neural potentiation (central factors) might be induced with lower intensity dynamic movements (post-activation potentiation-PAP), like in sport-specific games, with a consequent increase rate of force development.

Many studies used different types of warm-ups to address a difference within pre-competition protocols. Typically, research has found no difference between pre-test and post-test, and their discussions are focused on the types of warm-up protocols. This practice attempts to demonstrate the differences between warm-ups and not the effect of the warm-up over performance directly (Blazevich et al., 2018; Cilli et al., 2014; Pagaduan et al., 2012; Sánchez-Sánchez et al., 2017; Stevanovic et al., 2019; Topcu & Arabaci, 2017).

Despite the limited evidence on the impact of warm-ups on sports performance, the present study aims to examine the acute effect of SSG exercises warm-up versus no warm-up on the performance of a Change of Direction (COD) Test. The Illinois test is measured by the time it takes to make a planned route with preplanned changes of direction included. The COD ability is associated with team-sport performance. The main hypothesis predicted a significant interaction between treatment, group, and test on the Illinois Agility Test's performance in team sports players.

METHODS

Research Model

The study was a randomized crossover trial carried out in April 2019. This study was designed to determine whether there is a difference in the COD test performance between an SSG-based warm-up condition and a no warm-up condition. In this design, the subjects were required to complete two protocols. The first protocol included no warm-up, where the players completed a pre-test, rested for 12 minutes, and repeated the post-test. The second protocol included subjects completing the pre-test and post-test, but with 12 minutes of an SSG-based warm-up instead of the rest. All subjects had to execute both protocols with eight days between one and the other.

Research Groups

A total of seventy-one male subjects participated in the study. At the end of the study, fifty-nine subjects finished all protocols. This population sample was comprised of two distinct groups. In group 1, thirty-six participants were from Costa Rica national teams from indoor football, rugby, handball, and volleyball (23.82 ± 1.70 years). In Group 2, twenty-three university students (18.48 ± 1.96 years) were recruited for a physical activity class (once a week). The players train their normal practices (technical, tactical, and physical exercises) at least twice per week with the team club, twice per week with the national team, and eventually a game on weekends.

To be included in the study, the participants should have had the following characteristics: a) not taking any medication; b) have no relevant medical history that could affect testing results; c) maintained the same level of physical activity, diet, and supplementation during the study d) and not present any injury. Written informed consent was obtained from all the participants after receiving a verbal and written explanation of the experimental design and the potential risks involved in the study. The study was conducted according to the Declaration of Helsinki.

Data Collection

The standardized warm-up treatment used specific SSG for each team sport. The SSG was a continuous game designed with 3 vs. 3 in a reduced space from the regular size court of sport with the same sport's rules, and this way to be assured of reaching a high-intensity activity as a typical game. Due to the game's intensity, the SSC was played in four trials of two-minute durations with one-minute rest in-between. In total, there were 12 minutes of warm-up conducted.

All participants were instructed to refrain from strenuous lower body activities before and during the testing period. They wore the same pair of shoes for each testing condition in addition to comfortable athletic apparel. Participants were also required to maintain consistent eating, sleeping, and activity habits.

The time between each section (pre-test, warm-up/no warm-up, post-test) was approximately three minutes. Participants were permitted to consume plain water ad libitum throughout the testing sessions during this time. All sessions were conducted on the same kind of surface for the standardized test field.

Data Collection Tool

Illinois Agility Test: The Illinois Agility test (COD Test) is a planned path and does not consider perceptual factors like a stimulus has to respond by the subject. This test has interrater reliability of 0.96 and validity of 0.75 (Raya et al., 2013). The instrument used was the timing gates system (Fusion Sport Sumner Park, Brisbane, QLD, AUS trademark) for recording the time. The gates were activated with any movement. A mark was placed 45 cm before the gates line for the subjects to start the test. The test was administered exactly the same from pre-test to post-test. All participants were encouraged to perform both tests with maximum effort. Each subject had to complete two attempts, and the best was recorded for the final analysis.

Data Analyses

An analysis of variance (ANOVA) in three ways with repeated measures in two factors was conducted to analyze data. Two factors (warm-up /no warm-up) with pre-test and post-test and a factor of groups, one elite group (national team sport players), and university players group. Significance was set at $p < 0.05$. Data were analyzed using Statistical Package for Social Sciences (SPSS) version 21.0. All data are presented as mean and standard deviation ($\bar{X} \pm SD$).

FINDINGS

Table 1 shows the results of applying the test in the two study groups and the conditions they were carried out. The elite group is data from national team players, and the second group is from university physical activity classes. The results are from pre-test and post-test in two conditions (no warm-up and warm-up).

Table 1. Means and S.D. for Illinois Agility Test (Units in seconds)

	No Warm-up		Warm-up	
	Pre- Test	Post-Test	Pre- Test	Post-Test
Elite (n=36)	16,12 ± 0,95	15,79 ± 0,99	16,34 ± 1,04	16,04 ± 1,06
University students (n=23)	17,82 ± 1,74	17,40 ± 1,70	17,67 ± 1,50	17,36 ± 1,39

The three way ANOVA shows a significant difference between measurements ($F_{(1,57)} = 17.155$ sig = 0,001); this shows a difference between the first measurement (pre-test) and the second measurement (post-test), taking the two treatments together (warm-up / non-warm-up), which may indicate an internal validity bias. While the analysis of treatments ($F_{(1,57)} = 0.316$ sig = 0.576) indicating that there is no statistically significant difference between treatments and the interaction between Groups x Treatment x Measurement ($F_{(1,57)} = 0.081$ sig = 0.778) does not show statistical significance in the interaction of the variables: groups, treatment, and measurements (Figures 1-3).

Table 2. Anova 3-Ways mixed independent groups for an Illinois Test

Factor	gl	F	Sig.
1 Treatment	1	0,316	0,576
2 Test	1	17,155*	0,001
3 Group (inter-subjects)	1	25,152*	0,001
4 Treatment * Group	1	1,918	0,171
5 Test * Group	1	0,108	0,744
6 Treatment * Test	1	0,229	0,634
7 Treatment * Test * Group	1	0,081	0,778

*p<0.05

Table 2 shows the results of each of the factors that make up the three-way ANOVA. Each F corresponds to the factors of Treatment (no warm-up/warm-up), Test (pre-test/post-test), and Group (elite/students), and the resulting interactions between the factors: Treatment x Group; Treatment x Test; Test x Group, and principal the Treatment x Group x Test interaction. The interactions will indicate if there is a difference between the conditions and the group according to the moment of measurement.

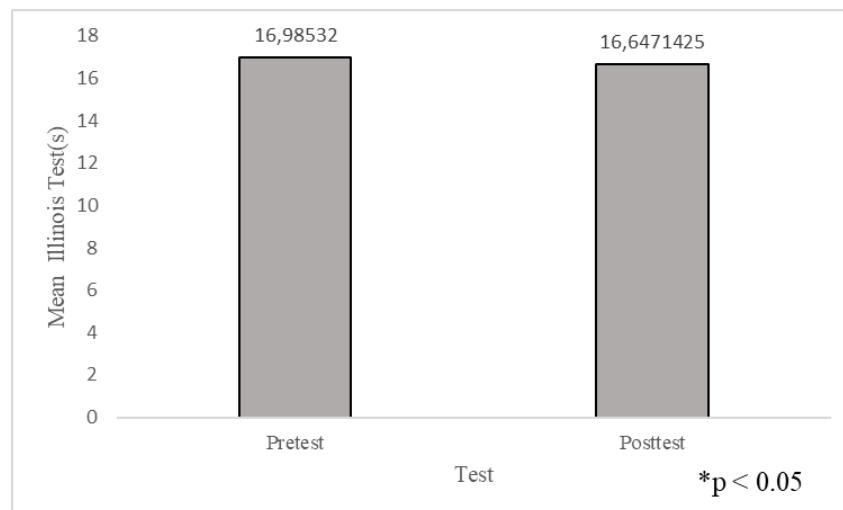


Figure 1. Difference between Pre-test and Post-test on agility test

Figure 1 shows the comparison of both groups together of the two conditions together at the two measurement moments. This result cannot have a specific interpretation since it indicates a significant difference from the pre-test to the post-test, with the post-test being test a better result. But as indicated, both conditions are together as well as the groups.

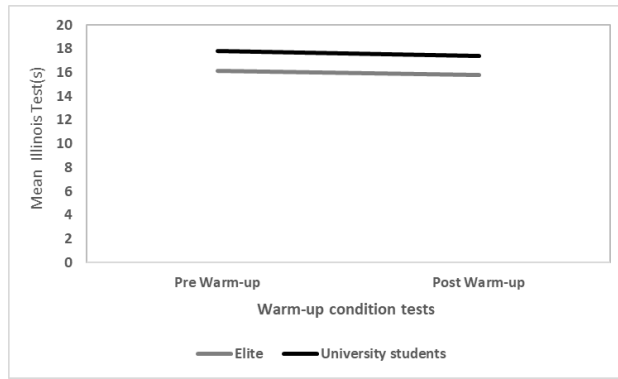


Figure 2. Interaction between Test, Group, and Condition

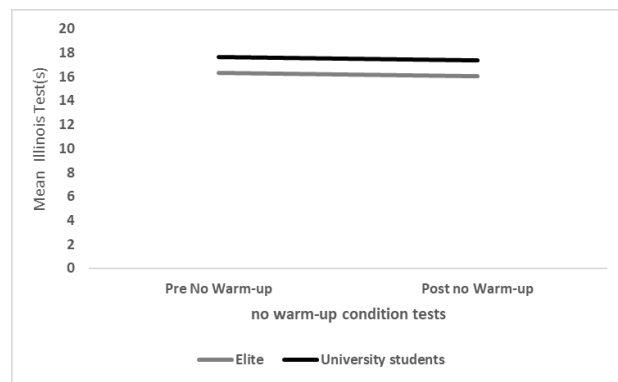


Figure 3. Interaction between Test, Group, and Condition

The interaction between the 3 factors that make up the ANOVA shows no influence of one factor on any of the other two. As it is an interaction with 3 factors, a three-dimensional design, it is not possible to graph it in two dimensions, so two figures of two-dimensional graphs are made, showing how the factors behave with each other. Likewise, it presents a non-significant interaction, which shows that no factor influenced another factor (Figures 2 and 3).

DISCUSSION

This study aimed to compare warm-up with SSG with no warm-up. The results indicate no significant difference between both conditions on the Illinois Agility Test performance. Both warm-up and non-warm-up treatments improved the Illinois Test's performance in the two groups studied, indicating that the treatment factor did not influence the performance of the selected test.

The present study compares agility performance after a warm-up intervention with no intervention. Comparison of the results from the current investigation to previous literature is difficult due to the unique nature of the protocol used. However, previous research has employed a control group which is not genuinely a pure control group because it incorporated a self-selected warm-up rather

than no warm-up at all, like a 3-minute to 5-minute run or a personal stretching (Atkinson et al., 2005; Gogte et al., 2017; Sánchez-Sánchez et al., 2017; Young & Behm, 2003). These studies did not show significant differences between the experimental and control groups in sports performance using dependent variables such as jumping, repeated sprints, or another performance-related test.

The study by Takizawa et al., (2018) presents similar characteristics to the present study in the treatment condition but without a pre-test measure; it was a randomized crossover study with university runners. This study included three different warm-up treatments and a no-warm-up condition. The warm-up intensities were established as 60%, 70%, and 80% of the VO₂max. The warm-up consisted of running for 15 min with variable intensity. They applied a submaximal RUN Test, where the subjects had to run at 90% of VO₂max until exhaustion, and the dependent variables were the exhaustion time and the distance covered. Results showed no significant difference between each of the conditions of the applied treatments. It shows that regardless of the intensity of the warm-up or the non-warm-up, it was not an influencing factor in a sub-maximal running test's performance. These results are similar to those found in the present study, indicating that warm-up protocols or lack thereof do not influence performance.

A significant test effect was obtained, indicating an overall improvement between the pre-test and post-test. The Control group -the no warm-up condition- showed a decrease in the execution time. This result could be due to the test's learning, as Blazeovich et al., (2018) indicated. According to the present results, it is reasonable to suppose that other conditioning factors are more important for enhancing agility performance. This study was done with two groups of subjects, one composed of elite national players, and another composed of physically active students. Although there is a difference in the group analysis, which indicates that the national teams players have a better score in the Illinois test, neither of the two groups improved the test score with the proposed warm-up. This shows that the training level is not a factor that influences the result of the test score used.

CONCLUSIONS

This study shows that the warm-up with small-sided games is not the causal factor in a change of direction test as the Illinois Test. Therefore, regardless of whether this kind of warm-up is performed, the result is similar in terms of sports performance.

APPLICATIONS IN SPORT

When looking at the evidence provided by this study, it is not necessary to perform a warm-up with SSG to improve performance in actions where changes of direction are involved, as is the case with the Illinois test. Therefore, coaches and other sports practitioners may refrain from warming up with SSG before practice or competition concerning changes of direction because performance in these skills would be the same compared to no warming up.

Funding: This research received no external funding.

Conflicts of Interest: The authors declare no conflict of interest.

Authors' Contribution: Study Design-RC, Data Collection- RC, WS, Statistical Analysis- RC, WS, Manuscript Preparation- RC, WS. All authors read and approved the final manuscript.

Ethical Clearance (Approval): All subjects were asked to sign an informed consent for the study. No subject was injured with the application of the treatment or during the execution of the tests.

REFERENCES

- Atkinson, G., Todd, C., Reilly, T., & Waterhouse, J. (2005). Diurnal variation in cycling performance: Influence of warm-up. *Journal of Sports Sciences*, 23(3), 321-329. <https://doi.org/10.1080/02640410410001729919>
- Behm, D. G., Blazevich, A. J., Kay, A. D., & McHugh, M. (2016). Acute effects of muscle stretching on physical performance, range of motion, and injury incidence in healthy active individuals: A systematic review. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 41(1), 1-11. <https://doi.org/10.1139/apnm-2015-0235>
- Bishop, D., & Middleton, G. (2013). Effects of static stretching following a dynamic warm-up on speed, agility, and power. *Journal of Human Sport and Exercise*, 8(2), 391-400. <https://doi.org/10.4100/jhse.2012.82.07>
- Blazevich, A. J., Gill, N. D., Kvorning, T., Kay, A. D., Goh, A. G., Hilton, B., Drinkwater, E. J., & Behm, D. G. (2018). No effect of muscle stretching within a full, dynamic warm-up on athletic performance. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 50(6), 1258-1266. <https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000001539>
- Chaouachi, A., Castagna, C., Chtara, M., Brughelli, M., Turki, O., Galy, O., Chamari, K., & Behm, D. G. (2010). Effect of warm-ups involving static or dynamic stretching on agility, sprinting, and jumping performance in trained individuals. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 24(8), 2001-2011. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181aeb181>
- Cilli, M., Gelen, E., Yildiz, S., Saglam, T., & Camur, M. (2014). Acute effects of a resisted dynamic warm-up protocol on jumping performance. *Biology of Sport*, 31(4), 277-282. <https://doi.org/10.5604/20831862.1120935>
- Clark, L., O'leary, B., Hong, J., & Lockard, M. (2014). The acute effects of stretching on presynaptic inhibition and peak power. *Journal of Sport Medicine and Physical Fitness*, 54(5), 605-610.
- Coledam, D. H. C., Paludo, A. C., Oliveira, A. R. de, & Dos-Santos, J. W. (2012). Dynamic exercise versus tag game warm up: The acute effect on agility and vertical jump in children. *Journal of Human Sport and Exercise*, 7(1), 243-253. <https://doi.org/10.4100/jhse.2012.71.03>
- Gil, A., & Marcelino, R. (2019). *Warm up and psychological related effects—A systematic review* [Poster]. CIDESD International Congress, Ribeira de Pena, Portugal.
- Gogte, K., Srivastav, P., & Balthillaya, G. (2017). Effect of passive, active and combined warm up on lower limb muscle performance and dynamic stability in recreational sports players. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 11(3), YC05-YC08. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2017/24766.9595>
- Pagaduan, J. C., Pojskić, H., Užičanin, E., & Babajić, F. (2012). Effect of various warm-up protocols on jump performance in college football players. *Journal of Human Kinetics*, 35(1), 127-132. <https://doi.org/10.2478/v10078-012-0086-5>
- Raya, M. A., Gailey, R. S., Gaunaud, I. A., Jayne, D. M., Campbell, S. M., Gagne, E., Manrique, P. G., Muller, D. G., & Tucker, C. (2013). Comparison of three agility tests with male servicemembers: Edgren Sidestep Test, T-Test, and Illinois Agility Test. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 50(7), 951-960. <https://doi.org/10.1682/JRRD.2012.05.0096>
- Samson, M., Button, D. C., Chaouachi, A., & Behm, D. G. (2012). Effects of dynamic and static stretching within general and activity specific warm-up protocols. *J Sports Sci Med*, 11(2), 279-285.
- Sánchez, J. S., González, M. C., & Rodríguez, C. P. (2016). El calentamiento en deportes de equipo: Revisión y nuevas perspectivas. *Papeles Salmantinos de Educación*, 20, 13-33.
- Sánchez-Sánchez, J., Rodríguez-Fernández, A., Villa-Vicente, J. G., Petisco-Rodríguez, C., Ramírez-Campillo, R., & Gonzalo-Skok, O. (2017). Effect of warm-up with static and dynamic stretching on the horizontal jump and repeated sprint ability with changes of direction. *RICYDE. Revista internacional de ciencias del deporte*, 13(47), 26-38. <https://doi.org/10.5232/ricyde2017.04702>

- Silva, L. M., Neiva, H. P., Marques, M. C., Izquierdo, M., & Marinho, D. A. (2018). Effects of Warm-Up, Post-Warm-Up, and Re-Warm-Up strategies on explosive efforts in team sports: A Systematic Review. *Sports Medicine*, 48(10), 2285-2299. <https://doi.org/10.1007/s40279-018-0958-5>
- Sole, C. J., Moir, G. L., Davis, S. E., & Witmer, C. A. (2013). Mechanical analysis of the acute effects of a heavy resistance exercise warm-up on agility performance in court-sport athletes. *Journal of Human Kinetics*, 39(1), 147-156. <https://doi.org/10.2478/hukin-2013-0077>
- Stevanovic, V. B., Jelic, M. B., Milanovic, S. D., Filipovic, S. R., Mikic, M. J., & Stojanovic, M. D. M. (2019). Sport-Specific warm-up attenuates static stretching- induced negative effects on vertical jump but not neuromuscular excitability in basketball players. *Journal of Sports Science & Medicine*, 18, 282-289.
- Takizawa, K., Yamaguchi, T., & Shibata, K. (2018). Warm-Up exercises may not be so important for enhancing submaximal running performance: *Journal of Strength and Conditioning Research*, 32(5), 1383-1390. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001970>
- Turki, O., Chaouachi, A., Drinkwater, E. J., Chtara, M., Chamari, K., Amri, M., & Behm, D. G. (2011). Ten minutes of dynamic stretching is sufficient to potentiate vertical jump performance characteristics: *Journal of Strength and Conditioning Research*, 25(9), 2453-2463. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31822a5a79>
- Topcu, H., & Arabaci, R. (2017). Acute effect of different warm up protocols on athlete's performance. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(8), 35-50. <https://doi.org/10.5281/zenodo.833657>
- Young, W. B., & Behm, D. G. (2003). Effects of running, static stretching and practice jumps on explosive force production and jumping performance. *The Journal of Sports Medicine And Physical Fitness*, 41(1), 21-27.
- Zois, J., Bishop, D. J., Ball, K., & Aughey, R. J. (2011). High-intensity warm-ups elicit superior performance to a current soccer warm-up routine. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 14(6), 522-528. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2011.03.012>



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Bağımsız Spor Federasyonlarında Çalışanların İş Güvencelerinin İş Performansına Etkisi***Mehmet Özgür KILIÇ^{1†} , Mustafa Ertan TABUK² **¹Hitit Üniversitesi, Çorum, Türkiye**Orijinal Makale**

Gönderi Tarihi: 16.05.2022

Kabul Tarihi: 19.06.2022

DOI:10.47778/ejsse.1117367

Online Yayın: 30.06.2022

Öz

Bu çalışmada bağımsız spor federasyonları bünyesinde çalışan sözleşmeli çalışanların iş güvencesizliği düzeylerinin saptanması yapılarak çalışma şartlarının iyileştirilmesi amacıyla yapılacak başka çalışmalara katkı sağlaması amaçlanmaktadır. Bağımsız spor federasyonlarında çalışan 287 çalışan ile anket yöntemi kullanılarak yapılmıştır. Bu çalışmada, katılımcıların iş güvencelerinin tespit edilebilmesi amacıyla Baird, Zelin II ve Marxen (1998) tarafından geliştirilmiş olan İş Güvencesi Ölçeği (Job Security Scale) kullanılmıştır. Verilerin analizi yapılırken SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Araştırma grubumuzun %50,5'i erkek, %49,9'u kadın katılımcılardan oluşmaktadır. Bu katılımcıların yaklaşık olarak yarısı (%47,4) 30-39 yaş grubunda ve (%48,1) lisans mezunudur. Katılımcıların iş güvencesizliği ile iş gören performansı arasında %32 düzeyinde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bağımsız spor federasyonlarında çalışan sözleşmeli çalışanların iş güvencelerinin sağlanmasının performanslarına katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler: İnsan Kaynakları Yönetimi, İş Güvencesizliği, Performans, Spor Federasyonu**Effect of Job Security of Employees in Work Performance in Independent Sports Federations****Abstract**

In this study, it is aimed to determine the level of job insecurity of contracted employees working in independent sports federations and contribute to other studies to be done in order to improve working conditions. It was carried out by using survey method with 287 employees working in independent sports federations. In this study, Job Security Scale developed by Baird, Zelin II and Marxen (1998) was used in order to determine the job security of the participants. While analyzing the data, Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) package statistics program was used. 50.5% of our research group is male and 49.9% are female. Approximately half of these participants (47.4%) are in the 30-39 age group and (48.1%) are undergraduate graduates. There was a 32% significant relationship between the job insecurity and the performance of the participants. It will contribute to the performance of providing job security for contract workers working in independent sports federations.

Keywords: Human Resources Management, Job Insecurity, Performance, Sports Federation

*Bu çalışma, Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Ertan TABUK danışmanlığında tamamlanmış olan Mehmet Özgür KILIÇ'ın yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

† **Sorumlu Yazar:** Mehmet Özgür KILIÇ, **Eposta:** ozgurkiloc75@gmail.com

GİRİŞ

Sporun branş bazında sevk ve idaresi Gençlik ve Spor Bakanlığı bünyesinde faaliyet gösteren spor federasyonları ile gerçekleştirilmektedir. Hangi federasyon olursa olsun hizmet ettiği alanla ilgili amaçlarını gerçekleştirmesi kendi içinde sağlam bir organizasyon oluşturulması ile mümkündür. Organizasyonun başarılı olması iyi ve etkili insan kaynaklarından geçmektedir. İşinin ehli ve hizmet ettiği kitleyi sporun genel amaç ve ilkeleri doğrultusunda yerine getirebilmesi federasyonunun yıllık faaliyet programını uygulayacak nitelikli ve deneyimli, işe özgü dinamikleri bilen personel ile gerçekleştirebilir. Ancak sözleşmeli çalıştırılan personelin iş güvencesi genelde bağımsız spor federasyonunun mevcut yönetiminin süresi ile sınırlı olabilmektedir. Genel kurul sürecinin yaklaşması, yönetimin değişme ihtimali veya değişmesi sözleşmeli çalışan personelin kaygı içinde olmasını ve iş güvencesi olmadığı için daha verimli çalışmasını engelleyebilmektedir. Türkiye’de bağımsız spor federasyonların gelişmelerine bağlı olarak, verdikleri hizmetlerin daha etkin ve daha kaliteli olması açısından sözleşmeli çalışan personelinin iş güvencesi sorunlarının çözülmesi gerekmektedir.

Çalışma hayatında son yıllarda artan değişimler ile birlikte çalışanlar işlerinin devam edip etmeyeceği gibi sorunlarla karşı karşıya gelmektedir. Bir kişinin çalışma hayatı kendisi ve bakmakla yükümlü olduğu aile bireyleri olmak üzere çevresini, sosyal yaşantısını ve diğer birçok alanda kişiyi etkisi altına almaktadır. Doğal olarak yaşanan veya yaşanması muhtemel görünen olumsuz durumlar karşısında kişinin yaşantısı da olumsuz yönde etkilenmektedir. Bu olumsuz gelişmelerin gölgesinde kalan çalışanların kaygıları artmakta ve bunun sonucu olarak da çalışma performansları bu durumdan etkilenmektedir. Belirsizlikler karşısında çalışanın iş gören performansında oluşabilecek olumsuz yöndeki değişimlerden işyeri de etkilenmekte ve örgüte karşı olan bağlılıkları da düşme eğilimi göstermektedir. Bu bakımdan bilimsel yönetim ve spora özgü dinamiklerin deneyim ile birleşmesi ile yönetilen bir yapının ürettiği hizmetin kalitesinin artacağı ve hizmet alanındaki spor süjelerinin bu etkiden olumlu yönde faydalanacağı ifade edilebilir.

İş güvencesi, örgütler ve üyeleri açısından önemi artarak devam eden ancak sosyal bilimciler tarafından göz ardı edilen bir yapıdır (Greenhalgh ve Rosenblatt, 1984). Bir çalışanın mevcuttaki işinde sürekliliği için potansiyel bir tehdit algısı olarak tanımlanan iş güvensizliği, gerçek iş kaybı ve işsizlikten ayrılmalıdır (Heaney vd., 1994). Kişinin işine karşı duyduğu genel tutumunu ifade eden iş tatminini meydana getiren önemli faktörlerdendir (Bakan ve Büyükmeşe, 2004). İş güvencesi, İş Hukukunun da ele aldığı önemli konulardan olmasının yanında çalışan ile işvereni arasındaki iş ilişkisinin devamlılığını sağlamak ve bu durumu korumak için önemlidir (Öztürk vd., 2019). İş güvencesine neden olan bireysel faktörler yaş, kişilik özellikleri, medeni durum, statü, cinsiyet, eğitim düzeyi ve kıdem bireysel faktörler olarak kabul edilmekte ve incelenmektedir. Yapılan araştırma sonuçlarına göre erkeklerin kadınlara göre daha yüksek seviyede iş güvencesizliği algısı bildirdikleri görülmüştür. İş güvencesizliği, kadınlar arasında psikolojik iyi oluş ile ilgili değilken, erkekler arasında güvensiz hissedilenler arasında ciddi farklar vardır (Witte, 1999). Erkeklerin iş ve gelir kaybı yaşamasının aynı zamanda itibar kaybı ile de sonuçlanacak olması, olası iş kayıplarına karşı daha fazla kaygı duymalarına neden olmaktadır. Söz konusu durum erkeklerde olduğu gibi kadınlarda da strese neden olan bir faktördür (Sverke vd., 2006). Farklı yaş gruplarında yer alan

kişilerin işsizliğe karşı farklı tepki gösterdiği, yaşlı çalışanların çok daha yüksek düzeyde iş güvensizliği algısına sahip olduğu görülmüştür (Seçer, 2007). İşsizlik, yaşları 30 ile 50 arasında olan kişiler için daha fazla sıkıntı verici olarak görünmektedir (Sverke vd., 2002). Araştırmalara bakıldığında, orta yaşlı grupta yer alan kişilerde iş güvencesizliğinin daha yüksek olmasının şaşırtıcı olduğu, bunun sebebinin işsizlik oranının genç olanlar arasında daha yüksek olduğu ve muhtemelen gençlerin de daha düşük iş güvencesizliği seviyelerine dönüşen bir iş bulma şansına sahip olduklarını belirtmektedirler (De Witte vd., 2012). Geçici istihdam genç çalışanlar arasında daha sık olmakla birlikte öznel iş güvencesizliğinin yaşlılar arasında arttığı görülmektedir (Lozza vd., 2012).

Çalışanların sahip oldukları sosyoekonomik durumları, kişilerin işlerine ilişkin tehditleri yorumlama şekillerini etkileyebilir. Kişilerin eğitim düzeyi ve işin niteliği, direkt olarak sosyoekonomik durumla ilgilidir. Näswall ve De Witte (2003) düşük gelir ve düşük statüde görev yapan kişiler gelirlerine daha bağımlı olduğu için iş kaybına karşı daha hassas olduklarını belirtmiştir. Eğitim seviyesinin düşük olması, yapılacak işlerin statüsünün de düşmesine neden olmaktadır. Spesifik olarak, işçinin kişiliği iş tatmininin ana faktörlerinden birisidir. İş güvensizliğini yalnızca kişilikten kaynaklanan bir algıya indirgemek bir hata olacaktır (Witte, 2005). Kişilik odağı olarak kontrol odağı ve olumsuz etkililik çok önemli bir rol oynamaktadır, kişilik güvensizliğini önleme eğilimi veren kişilik özelliklerine sahip olanlar iş güvencesizliği ile karşı karşıya kaldıklarında daha güçlü tepki verebilirler (Greenhalgh ve Rosenblatt, 1984; Dalkrani ve Dimitriadis, 2018). İş güvencesizliğini etkisi altına alan bir diğer faktör medeni durumdur. Evli olan kişilerin iş güvencesine daha fazla önem verdiği (Öztürk vd., 2019) evlilerin bekar çalışanlara göre işlerini daha güvencesiz algılamaktadırlar (Gümüş, 2013). Çalışanlar açısından bir diğer önemli konuda eğitim seviyesidir. Çünkü eğitim seviyesi, kişinin iş alanında sahip olabileceği imkanları direkt olarak etkileme gücüne sahiptir. Eğitim seviyesi düşük, kabiliyet yeterlilikleri işin isteklerine cevap vermeyen çalışanların iş güvencesizliğine ilişkin daha yüksek algıya sahip oldukları söylenebilir. Miana vd., (2011) yüksek eğitim düzeyine sahip olanların, istihdam edilebilirlik düzeyleri daha yüksek olduğundan ve yeni bir iş bulmalarına yardımcı olacak fazla araçlara sahip olduklarından olası iş kaybı stresine karşı bir tampon görevi de görebilir. Bazı araştırmalara bakıldığında, yüksek düzeyde eğitime sahip olan kişilerin iş bulmalarının daha kolay olduğu ve bunun sonucu olarak da işsizlik korkusunu daha düşük şiddette yaşamaktadırlar (Näswall ve De Witte, 2003).

İş güvencesinin sonuçları sağlık, tutumlar ve davranışsal sonuçlar, iş güvencesizliği tarafından ortaya çıkarılan tepkilere bağlı olarak meydana gelmektedir. Yakın tarihte yapılan araştırmalar, örgütsel unsurlara bağlı olan iş güvensizliğinin sonuçlarını incelenmektedir. Sverke vd., (2002) ile Cheng ve Chan (2008), iş güvensizliğinin güven, mesleki katılım ve iş tatmini ile olumsuz ilişkisi olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca Cheng ve Chan (2008), iş güvensizliğinin performans ile negatif ilişkiye sahip olduğunu, iş güvensizliğinin örgütsel taahhüt ile negatif, yapılması planlanan iş miktarı ile de pozitif ilişkisi olduğu ek bir araştırmada tespit edilmiştir (Akt. Keim, 2012: 24). Sağlık ile ilgili sonuçlara bakıldığında, Sverke vd., (2002), Cheng ve Chan, (2008) tarafından yapılan çalışmalarda iş güvencesizliğinin psikolojik ve fizyolojik sağlık ile negatif bir ilişkisi olduğunu ortaya koymuşlardır. Ayrıca Van Vuuren vd., (1991), çalışanların zihinsel sağlıkları için iş güvencesizliğinin risk oluşturabileceğini tespit etmişlerdir (Akt. Keim, 2012: 24). İş güvencesizliği algısının sadece tutumlarla ilgili tepkilere değil, aynı zamanda davranışsal

tepkilere de neden olabileceği ileri sürülmekte (Azaklı, 2011: 24), bireysel refah, örgütsel tutum ve davranışlar üzerinde olumsuz bir etkisi olduğu ifade edilmektedir (Witte, 2005). Yeni bir iş aramak için uygulayabilecek mantıklı yöntemlerden birisi, yeni istihdam seçeneklerini aramaktır (Greenhalgh ve Rosenblatt, 1984). Farklı bir iş bulabileceğinin farkında olan çalışanlar, iş güvencesizliğinin neden olduğu belirsizlikten kurtulmak için ilk olarak bu yönetime başvurmayı seçeceklerdir (Ashford vd., 1989). İş güvencesizliği ile iş performansı arasındaki ilişkiye bakıldığı zaman, Wang vd. (2014) yaptıkları çalışmada, çalışanların adalet seviyesinin düşük olduğuna inandıklarında, iş performansı ile iş güvencesizliği arasında negatif ilişki tespit etmişler, adalet seviyesinin yüksek algılandığı durumlarda ise bir ilişki tespit edilememiştir. Awan ve Salam (2014) tarafından yapılan çalışmada performans, yaş ve iş güvencesizliğinin arasında olumsuz bir ilişki tespit edilmiştir. Chirumbolo ve Areni (2005) tarafından yapılan çalışmada, iş güvencesizliği ile iş performansı arasında olumsuz bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Cuyper vd., (2014) istihdam edilebilirlik ile performans arasındaki ilişki incelenmiş, yazarlar, istihdam edilebilirliğin işleyişe olumlu bir etki yaptığını düşünmektedir. Fakat iş güvencesizliği algısı artınca daha iyi istihdam olanakları bulmakta ve bu da başarılarını artırmaktadır. Bazı durumlarda ise örgütten ayrılmaları söz konusu olabilmektedir. Kişinin belirlenen sürede istenilen niteliğe sahip sonuçları elde etmesi, o kişinin yüksek bir performans sergilediği anlamına gelmektedir. Çalışanın üst seviyede performansı göstermesi, işletmelerin hedeflerine ulaşmasını sağlamaktadır (Bingöl, 2013: 367-368).

Günümüz işletmelerinde birçok faktörün başarıda etkisi olsa da ağırlık işletme fonksiyonlarını gerçekleştiren çalışanın göstereceği performansa bağlı olmaktadır (Yaralıoğlu, 2001). Performans, çalışan kişinin işinde ne yaptığı ve ne yapmadığı, beklentilere ne oranda cevap verdiği ve işinde ortaya koyduğu başarısının bir derecesidir (Başaran, 2000:424; Küçük, 2011:274; Shahzadi vd., 2014). Performansı moral ve motivasyon, ödül ve ceza yöntemi, yönetim tarzı ve çalışma ortamı etkileyen faktörler olarak karşımıza çıkar. Performansı etkileyen önemli başlıklardan bir tanesi moral ve motivasyondur. Motivasyon, üretkenliğini ve performansını yukarı taşıyan bir bileşen olarak işletmelerin vazgeçilmezlerindedir (Muda vd., 2014). Bireyin motivasyonu ile göstermiş olduğu performans arasında net bir ilişki vardır. Yüksek motivasyonu olan çalışanlar, örgütsel amaçlara ulaşma şansını önemli ölçüde yükseltmektedirler (Öğüt vd., 2004). Ödül ve ceza sistemi, çalışanların motivasyonlarının sürekliliğinde önemli bir yere sahiptir. Bu konudaki araştırmalar, iş görenlerin motivasyonlarının sağlanabilmesi için maddi ve manevi olmak üzere iki farklı ödül yönteminin olduğunu göstermiştir. Manevi ödüller, çalışanın ruhsal açıdan tatmin edilmesini sağlarken, maddi ödüller ise daha çok sayılarla ifade edilen teşvik ödemesi, ikramiye, satış primleri ve maaşlar gibi ödüllerdir. Yapılan araştırmalara göre çalışanların performanslarını hem maddi hem de manevi ödüllerin etkilediği anlaşılmıştır (Luecke, 2008: 26). Yapılan çalışmalara bakıldığında motivasyonun en önemli kaynaklarından olan ücretin yetersiz olduğu durumlarda bile, yönetimin ve yöneticilerin tarzlarının olumlu olması çalışanların iş tatmin düzeylerinin yükseldiği görülmüştür. Yönetim tarzının iş tatmini açısından ne kadar önemli bir etkisinin olduğu görülmektedir (Erdil vd., 2004). Çalışanları yönetime dahil etmek onların haz duyularını ve verimliliği arttırmak için önemlidir. Yöneticilerin bahsi geçen konuya dikkat etmesi ve çalışanlarını alınan kararlara dahil etmesi onların performanslarını yukarıya taşıyacak imkanları oluşturması gerekmektedir (Çoşgun, 2019). Çalışma hayatının kalitesini önemli ölçüde etkileyebilecek konulardan biriside çalışma ortamıdır. Çalışma ortamının

fiziksel şartlarının elverişli olması, yeterli ısı ve ışık alması, gürültü ve dikkat dağıtabilecek unsurlardan arındırılmış olması önemlidir. Günümüzde insanlar günlük hayatlarının büyük çoğunluğunu işyerlerinde geçiriyor olmaları dikkate alındığında, çalışma ortamının çalışan açısından daha yaşanabilir olması gerekmektedir. Çalışan kişilerin, çalışma ortamındaki memnuniyetlerinin artması ve kendilerini güvende hissetmeleri, örgütsel bağlılıklarının artmasına sebep olacak, bu da yüksek bir performansın ortaya çıkmasına neden olacaktır (Ozan, 2007).

Örgütlerde çalışanların performanslarının ilk defa sistemsel ve biçimsel olarak değerlendirilmesi, 1900'lü yıllarda ABD'deki kamu kurumlarında gerçekleştirilmiştir. Taylor tarafından yapılan iş ölçüm uygulamaları sayesinde örgütler, çalışanların verimliliklerinin ölçülmesi ve performanslarının değerlendirilmesini bilimsel olarak kullanmaya başlamışlardır (Uyargil, 2016: 2). Son dönemlerde işletmelerin rekabet ortamında ayakta kalabilmek için insan kaynaklarına yapmış oldukları yatırımlar artmış ve performans değerlendirme önemli bir konuma gelmiştir. Performans değerlendirmenin temelde iki farklı amacı bulunmaktadır. Bunlardan ilki iş performansı hakkında bilgi edinilebilmesidir. Bir diğer amacı ise personellerin iş analizlerinde ve tanımlarda tespit edilen standartlara hangi ne oranda yaklaştıklarına yönelik geri besleme yapılmasını sağlamaktır. Geri besleme meslek içi eğitimle birlikte ele alınarak ve olumlu bir yaklaşımla verildiği takdirde faydalı olmaktadır (Jordan, 2009: 13). Bir yöneticinin daha önceden belirlenmiş olan standartlara göre çalışanların çalışma ortamındaki bütün hareketlerini ölçme ve karşılaştırma yoluyla değerlendirmesi, performans değerlendirme olarak ifade edilmektedir (Budak, 2013: 500). Performans değerlendirme ile çalışana dair çok sayıda parametrede geri bildirim sağlanabilir (Fındıkçı, 2003: 300; İllez ve Güner, 2006). Geçmişte performans değerlendirme işletmelerin sadece mali değerlendirmeleri için kullanılıyordu. Bunun asıl nedeni ise rekabetin teknoloji merkezli olarak devam etmesinden kaynaklıydı. Günümüzde ise artık rekabet teknoloji merkezli olmaktan çıkarak, insan odaklı olma yolunda gitmektedir. Bu yüzden performans değerlendirme kavramı da giderek önemini arttırmaktadır (Ergin, 2012).

Performans değerlendirme, yöneticiye, çalışanlara ve örgüte yönelik çeşitli katkılar sunar. Örgütsel amaçlara ulaşma derecesi, çalışanların eksik yönleri ve becerilerinin fark edilmesi, iletişimin geliştirilmesi (Güçlü, 2016), örgüt beklentileri, güçlü ve etkin yönlerin belirlenmesi, iş tatmini artışı, örgütsel adalet, bağlılık ve motivasyonun artması (Saruhan ve Yıldız, 2014: 316), hizmet kalitesi, verimlilik ve karlılık artışı (Fındıkçı, 2015) gibi konularda olumlu etkileri olduğu ifade edilmiştir. Personel planlaması, gerekli olması muhtemel insan kaynaklarının belirlenmesini içermektedir. Örgüt, amaçlarına ulaşabilmek için yeterli nitelikteki belirli sayıda kişiyi işe almalıdır. Performans değerlendirme, buradaki işe alımlarda ve sonrasında tayin ve terfilerde etkin olarak kullanılmaktadır (Bakan ve Kelleroğlu, 2003; Kaynak vd., 1998: 207).

İş güvencesizliği sorununa örgütün çalışandan beklediği performans odaklı bir yaklaşımla hazırlanan bu çalışmada, iş güvencesi ve iş gören performansı arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Buradan hareketle araştırmanın temel amacı, iş güvencesinin çalışma performansına etkisi olduğu ileri sürülmekte, iş güvencesizliği ile iş gören performansı arasında ilişki olup olmadığı belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma çalışan performansı konusunda yöneticilere katkı sağlayacak olup, iş güvencesinin örgüt açısından önemini ortaya koymaya çalışmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma modeli

Bağımsız spor federasyonları bünyesinde çalışan sözleşmeli personelin iş güvencesi ile çalışma performansları arasındaki ilişkiyi incelemek amacı ile yapılan bu çalışma ilişkisel tarama modelindedir.

Araştırma Grubu

Araştırmanın evreni Bağımsız Spor Federasyonları bünyesinde görev yapan 828 sözleşmeli federasyon personelinden oluşmaktadır. Araştırma örneklemini ise araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen ve rastlantısal yöntemle seçilen 142 kadın ve 145 erkek olmak üzere toplan 287 sözleşmeli personelden oluşmuştur. Araştırmaya katılan çalışanların detaylı demografik özellikleri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik dağılımları

Değişkenler	n	%	
Cinsiyet	Kadın	142	49,50
	Erkek	145	50,50
Medeni Durum	Evli	174	60,60
	Bekar	113	39,40
Eğitim Düzeyi	İlkokul	7	2,40
	Ortaokul	9	3,10
	Lise	57	19,90
	Önlisans	49	17,10
	Lisans	138	48,10
Yaş	Lisansüstü	27	9,40
	22-29 Yaş	63	22,00
	30-39 Yaş	136	47,40
	40-49 Yaş	64	22,30
50 ve üzeri	24	8,40	

Araştırmamızdaki katılımcıların demografik özellikleri %50,5’i erkek, %49,5’i kadınlardan, lise ve altında eğitime sahip katılımcılar %25,40, ön lisans ve üzeri eğitime sahip katılımcılar %74,60, %60,60, bekar, %39,40 evli ve %47,40 ile 30-39 yaş, %22,30 40-49 yaş, %22,00 22-29 yaş ve %8,40’nın 50 yaş ve üzerinde olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Katılımcıların iş güvencelerini tespit etmek amacıyla Baird vd., (1998) tarafından geliştirilmiş olan İş Güvencesi Ölçeği ($\alpha= 0,840$, Job Security Scale) kullanılmıştır (Özel, 2014). İş gören performans düzeylerini tespit etmek amacıyla Büte (2011) tarafından geliştirilmiş olan 4 ifadeden oluşan işgören performansı ölçeği ($\alpha= 0,873$) kullanılmıştır. Ölçeklerde yer alan ifadeler 5 dereceli Likert formatında cevaplanacak şekilde oluşturulmuş ve ölçeğin yönergesi ve basımı buna uygun olarak yapılmıştır. Derecelendirme, “kesinlikle katılmıyorum” (1), “katılmıyorum” (2), “kararsızım” (3), “katılıyorum” (4) ve “kesinlikle katılıyorum” (5) şeklinde yapılmakta ve puanlanmaktadır. Çalışmanın bu bölümünde anket formunda yer alan ölçeklere ilişkin bilgiler yer alacaktır. Araştırmada güvenilirlik ve geçerlilik analizleri yapılmış,

ölçeklerin güvenilirlikleri içsel tutarlılık yöntemi ile belirlenmiştir. Yapılan güvenilirlik analizi sonucunda iş güvencesi ölçeğinin güvenilirliği $\alpha= ,808$ ve işgören performansı ölçeğinin güvenilirliği $\alpha=,922$ olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Toplanması/İşlem Yolu

Veriler, bağımsız spor federasyonlarında sözleşmeli olarak çalışan personele yüz yüze yapılan anketlerle toplanmıştır.

Verilerin analizi

Veriler SPSS 21 istatistik paket programı ile analiz edilmiştir. Veri seti analizinde keşifsel ve doğrulayıcı faktör analizi, korelasyon ve regresyon analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Araştırmada kullanılan ölçeklerin tanımlayıcı istatistik test sonuçları aşağıda ifade edilmiştir.

Tablo 2. Ölçeklere ilişkin tanımlayıcı istatistik veriler

Madde No	X (Ort.)	S.	Varyans	Çarpıklık	Basıklık
İG-1	3,38	1,194	1,426	-,391	-,794
İG-2	3,54	1,167	1,361	-,556	-,608
İG-3	3,07	1,329	1,767	-,180	-1,182
İG-4	3,36	1,109	1,230	-,227	-,790
İP-1	4,02	,855	,730	-1,218	2,239
İP-2	4,05	,828	,686	-1,325	2,874
İP-3	4,02	,842	,709	-1,129	1,990
İP-4	3,99	,881	,776	-1,178	1,836

İG= İş Güvencesi, İP: İş gören Performansı

İş Güvencesi ifadelerine verilen cevapların ortalama değerlerine bakıldığında değerlerin 3,07 ile 3,54 puan aralığında değerler almışlardır. Ortalama merkez eğilim ölçüsü olan standart sapmaya değerlerine bakıldığında ise değerlerin 1,11 ile 1,33 arasında değiştiği görülmektedir. İş gören performansı ifadelerine verilen cevapların ortalama değerlerine bakıldığında değerlerin 3,99 ile 3,05 puan aralığında değerler almışlardır. Ortalama merkez eğilim ölçüsü olan standart sapmaya değerlerine bakıldığında ise değerlerin 0,83 ile 0,85 arasında değiştiği görülmektedir. Tabloya bakıldığında ifadelerin almış oldukları çarpıklık ve basıklık değerlerinin normalite varsayımını karşıladığını ortaya koymaktadır.

Araştırmada kullanılan ölçekler için keşifsel faktör analizi sonuçları aşağıda sıralandığı şekildedir.

Tablo 3. İş güvencesi ve İş Performansı ölçeği keşifsel faktör analizi

İŞ GÜVENCESİ VE=63,794 $\alpha=,808$		
S.1	İşim çok büyük ölçüde çalışma güvencesi sağlıyor.	,847
S.2	İşimin devam etmesi, büyük ölçüde benim iş başarıma bağlıdır	,852
S.3	İş başarım zayıf olsa bile, işimi kaybetmem söz konusu değildir.	,801
S.4	İşimin, benim istediğim kadar uzun sürmeyeceğinden kaygı duyuyorum.	,685
N=287; KMO= 0,739		
Bartlett's Sph. $\chi^2=404,586$; p = 0,000		
Toplam Açıklanan Varyans: % 63,794		
İŞGÖREN PERFORMANSI VE=81,294 $\alpha=,922$		
S.1	Bitirdiğim işin hızı işin gereklerini ve amirimin beklentilerini karşılamıştır	,886
S.2	Bitirdiğim işin kalitesi işin gereklerini ve amirimin beklentilerini karşılamıştır.	,925
S.3	Bitirdiğim işin miktarı işin gereklerini ve amirimin beklentilerini karşılamıştır.	,923
S.4	İş yeteneklerimdeki gelişme işin gereklerini ve amirimin beklentilerini karşılamıştır.	,872
N=287; KMO= 0,848		
Bartlett's Sph. $\chi^2=877,822$; p = 0,000		
Toplam Açıklanan Varyans: % 81,294		

Tablo 3'te görüldüğü üzere iş güvencesi ölçeğine uygulanan keşifsel faktör analizi sonucunda KMO değerinin % 60'dan büyük (İG-0,739), (İP-0,848), X2 değerinin yüksek ve p= 0,000 olduğu tespit edilmiştir. Tüm bu sonuçlar örneklem büyüklüğümüzün ve verilerimizin faktör analizi için yeterli olduğunu göstermektedir. Toplam açıklanan varyanslar incelendiğinde ise birey-örgüt uyumu ölçeğini oluşturan ifadelerin bir bütün birlikte ölçüm modelinin (İG) %63,794'ünü, (İP) %81,294'ünü açıkladığı tespit edilmiştir.

Tablo 4. Doğrulayıcı faktör analizi sonuçları

İndeksler	Mükemmel Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	İş Güvencesi	İşgören Performansı
CFI	,970≤CFI≤1,000	,950≤CFI≤,970	,959	,995
HOELTER	≥200	75≤HOELTER≤200	143	390
IFI	,950≤IFI≤1,000	,900≤IFI≤,950	,958	,995
NFI	,950≤NFI≤1,000	,900≤NFI≤,950	,955	,992
PCLOSE	≥0,05		,170	,133
RFI	,900<RFI≤1,000	,850<RFI≤,900	,864	,977
RMSEA	,000≤RMSEA≤,050	,050≤RMSEA≤,080	,065	,051
TLI	,95≤TLI≤1,000	,900≤TLI≤,950	,877	,984
χ^2/df	,000 ≤ χ^2/df ≤ 2,000	2 ≤ χ^2/df ≤ 3	,2,266	2,383

Kaynak: (Hooper vd., 2008; Wang ve Wang, 2019)

Tablo 4 verilerine göre her iki değişkenin uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlar içindedir. Yapılan güvenilirlik analizi, frekans dağılımları (çarpıklık ve basıklık değerleri), keşifsel faktör analizi ve doğrulayıcı faktör analizi sonuçlarından hareketle katılımcılardan elde edilen verilerin araştırma amacı doğrultusunda oluşturulan hipotezlerin test edilmesi için uygun olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Değişkenler arası korelasyon sonuçları

Değişkenler	1	2
1-İş Güvencesi	1	
2-İşgören Performansı	-,320**	1

** Korelasyon 0,01 düzeyinde iki yönlü anlamlıdır.

Korelasyon analizi sonucunda; iş güvencesizliği ile iş gören performansı arasında negatif %32 düzeyinde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Tablo 6. Hipotezlere ilişkin regresyon analizi sonuçları

Değişkenler	B	t	p	R	R2	F	p	Sonuç
Sabit	3,423	21,311	,000					
İşgören Performansı	-,178	3,855	,000	,320	,102	14,864	,000*	Kabul

*p< .05

Analiz sonuçlarına göre hipotezin anlamlı ve geçerli olduğu belirlenmiş (t 3,855 ve p=0,000), model için R değeri 0,320 ve R2 değeri 0,102, olarak hesaplanmıştır. Analiz sonucuna göre araştırmamızın “H1: İş güvencesinin işgören performansı üzerinde etkisi vardır.” Hipotezi Kabul edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bağımsız spor federasyonları seçilmiş yönetim örgütü, kamu görevlileri ve federasyon bünyesinde sözleşmeli statüde çalışan spor ürün ve hizmetlerini kamu adına gerçekleştiren bir kurumdur. İlgili spor dalında ulusal ve uluslararası faaliyetleri gerçekleştiren ve yürüttükleri bu hizmetlerde devlet desteği ve kendi öz kaynaklarını kullanmaktadırlar. Spor federasyonlarının misyonunu gerçekleştirmesinde çalışanlarının özverili davranışları yadsınamaz bir gerçektir. Birçok değişkenin varlığı çalışanların davranışlarında özellikle de araştırmamızın konusu olan işgören performansını da etkilemesi gerekmektedir.

Spor federasyonları kendi alanlarındaki spor branşları ile ilgili organizasyonları gerçekleştirmek, sporun tabana yaygınlaştırılmasını ve gençlerin kötü alışkanlıklardan uzaklaşmasını sağlamak amacıyla hizmet veren kuruluşlar olarak öne çıkmaktadır. Federasyonların bu anlamda vermiş oldukları hizmet birçok açıdan değerlendirildiğinde, federasyonlara önemli bir misyon ve sorumluluk yüklemektedir. Spor sadece görsel bir olgu değil aynı zamanda başarılı bir organizasyonun ürünüdür. Bu ürünün ortaya çıkmasında motivasyonu ve performansı yüksek çalışanların etkisi vardır. Ürün kalitesinin yüksek olmasında çalışanların işleri hakkında detaylı bilgi ve beceriye sahip olmaları önemlidir. Bu açıdan bakıldığında istihdam şekilleri ve süreleri organizasyonlar açısından önemlidir. Uzun vadeli istihdam yüksek getiri anlamına geldiğinden, geçici işler için başvuracak olan işçiler düşük becerilere sahip kişilerden oluşur (Silla ve Gracia, 2005).

Bazı demografik özellikler ve iş ile ilişkili değişkenler iş güvencesi memnuniyetinde etkili olduğu belirlenmiştir. Bunlardan yaş, eğitim durumu, medeni durum, aylık gelir, iş düzeyi,

mevcut işteki çalışma süresi ve iş yerinin faaliyetleri, çalışanlar arasında iş güvencesi memnuniyetindeki farklılıkları önemli ölçüde etkilediği görülmektedir (Yousef, 1998).

Çeşitli motivasyon faktörlerinin çalışanların performansını farklı şekilde etkilediği görülmüş ve çalışanların büyük çoğunluğu iş güvencesinin kendilerini en çok motive ettiği noktada hemfikir olmuşlardır (Kilimo vd., 2016). İş güvencesi ile iş performansı arasındaki ilişkide çalışanın memnuniyeti aracılık etmektedir. Bunun sonucu olarak da iş tatmininin iş güvencesi ile performans arasında anlamlı bir aracılık ettiği görülmektedir (Imam ve Javed, 2019). Araştırma sonuçlarından elde ettiğimiz bulgular dikkate alındığında iş güvencesinin iş performansını 0,32 oranında açıkladığı sonucunu destekler niteliktedir. Prasad vd., (2015) yapmış olduğu çalışmada da gösterildiği üzere, tüm stresörlerin performansı olumsuz ve orta düzeyde etkilediği ve çalışanlar için en temel meselenin de iş güvenliği olduğu belirtilmiştir. Bireylerin işleri ile ilgili kendilerini güvensiz hissettikleri haftalarda, örgütsel hedeflerin yerine getirilmesi ve işlerinin gereklerini yerine getirirken kötü performans gösterdikleri görülmüştür (Schreurs vd., 2012). Bu nedenle iş performansı üzerinde etkili olan iş güvencesi çalışanların performansa dair rollerini yerine getirmede zayıf kaldıkları görülmektedir.

İş tatmini belirleyicileri ve iş tatmininin çalışan performansı üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla yapılan çalışmada ücret, terfi, iş güvencesi ve güvenliği, çalışma koşulları, iş özerkliği, iş arkadaşlarıyla ilişki, amirle ilişki gibi faktörler iş tatmini yönlerinin iş düzeyini önemli ölçüde etkilediği belirlenmiştir (Khan vd., 2012). Kenya'da Kamu Orta Düzey Eğitim kurumlarında motivasyonun çalışan performansı üzerindeki etkisinin belirlenmesine yönelik yapılan çalışmada, çalışanların motivasyonları ile performansları arasında kuvvetli bir bağ bulunduğu, bir pozisyon veya organizasyon içerisinde iş güvencesi duygusunun bir bütün olarak memnuniyetsizlikle de ilgili olduğu belirtilmektedir (Ek ve Mukuru, 2013). Her iki araştırmanın sonucunda ortaya çıkan bulgularda vurgulanan önemli sonuç iş güvencesi olmakla birlikte araştırmamız sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir.

İş tatmininin, örgütsel başarı ve performansın artırılmasında çalışanlarının üretken olmalarında ve örgütsel devamlılığın sağlanmasında önemli bir yeri vardır (Çetin ve Fıkrkoca, 2010). İş stresi ise bireyin performansını önemli ölçüde azaltmaktadır (Bashir ve Ramay, 2010). İşini seven ve güven duygusu algılayan çalışanlar işlerine karşı daha motive olur ve performanslarını arttırarak başarının ortaya çıkmasını sağlarlar. Olumlu bir performans artışının sağlanabilmesi için işletmelerin çalışanlarının kaygı düzeylerini düşük, moral ve motivasyonlarını yüksek tutarak onları güvencesiz bir ortamdan ve belirsizlikten uzak tutma yönünde politikalar izlemeleri faydalı olacaktır. Bu şekilde hedeflere daha etkili ve verimli bir şekilde ulaşılması mümkün olabilecektir. İnsan kaynakları yönetimine daha fazla yer vererek çalışanlarının sadece iş yerinde değil bireyin sosyal yaşantısındaki olumsuzlukların giderilmesi yönünde de destekte bulunmaları gerekmektedir. İnsan kaynakları yönetiminin yapısı işletmenin performansını olumlu yönde arttırabilecektir. Güvencesizlik örgütsel açıdan da önem arz etmektedir. Çünkü bireyler işleri konusunda güvensiz hissettikleri haftalarda, örgütsel hedeflere ulaşma ve işlerinin gereklerini yerine getirme açısından daha kötü performans göstermişlerdir (Schreurs vd., 2012). İş güvensizliği mutlaka iş kaybına veya işsizliğe yol açmaz. İş güvencesiz nüfusun işlerini kaybeden çalışanların sayısından daha fazla olduğu varsayılabilir (De Witte ve Näswall, 2003).

Çalışmamızda iş güvencesizliği ile iş gören performansı arasında negatif düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Elde edilen bu sonuç farklı çalışmalar ile paralellik göstermektedir (Awan ve Salam, 2014; Orçanlı vd., 2019; Pelenk, 2020). Yapılan bu araştırmada iş güvencesi değişkeninin çalışanların performansları hakkındaki çalışmalarda ele alınması gereken önemli bir değişken olduğunu ortaya koyması açısından önem taşımaktadır.

ÖNERİLER

Gelecek kaygısı, gelir kaygısı veya belirsizlik durumlarından uzak bir ortamın sağlanmasının çalışanlar üzerinde pozitif etkisi olmaktadır. İş güvencesizliğinin potansiyel olarak olumsuz etkileri ile başa çıkmak için dışsal yöntemler olabilecektir (Jordan vd., 2002). Şirketler çalışanları ile olumlu iletişim sağlanabilmesi, aidiyet duygularının artırılması ve stres düzeylerini en aza indirilmesi amacıyla iş ortamının dışında etkinlikler düzenleyebilirler. Sportif faaliyetler, kültür ve sanat etkinlikleri gibi katılımlı etkinlikler örnek olarak verilebilir.

İş gören performansının artırılabilmesi için iş güvencesizliğinden kaynaklanabilecek olası iş stresi durumlarının tespit edilebilmesi yönünde çalışmalar yapılabilir. Bu sayede işletme ve çalışan arasında oluşabilecek olumsuz yargının ortadan kaldırılarak güven duygusunun oluşmasını sağlayacak, birey ve örgüt arasında bir bağ kurulması ve memnuniyet düzeylerinin artırılması yönünde yönetsel anlayışın sağlanması faydalı olacaktır.

Bağımsız spor federasyonları bünyesindeki sözleşmeli çalışanların işleri ile ilgili uzmanlaşmalarını sağlayabilmeleri için bütçe oluşturularak hizmet içi eğitim çalışmalarının yapılması, mevzuatlarda gerekli düzenlemelerin yapılarak mesleğin cazibeli bir hale getirilmesi ve çalışanların iş güvencesinin artırılması onların uzun vadeli mesleki kariyer planlamalarını yapmalarına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Çalışma, Mustafa Ertan Tabuk danışmanlığında Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı yüksek lisans tezi kapsamında hazırlanmıştır. Yazar katkılarında konu danışman tarafından belirlenmiş, veri toplama süreci öğrenci tarafından gerçekleştirilmiş, analiz süreci danışman katkısı ile yapılmış, tartışma ve sonuç öğrenci tarafından hazırlanmıştır.

Yayın Etiği: Bu araştırmada kullanılan verilerin 2020 yılı öncesine ait olması sebebiyle etik kurul iznini kapsamamakta ve etik kurul onayı gerektirmemektedir. Mevcut çalışmanın yazım sürecinde “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.

Teşekkür: Tezin hazırlanmasında ilk danışmanlığımı yürüten Doç. Dr. Ali Bayram’a teşekkür ederim.

KAYNAKLAR

- Ashford, S. J., Lee, C., & Bobko, P. (1989). Content, causes, and consequences of job insecurity: A Theory-based measure and substantive test. *Academy of Management Journal*, 32(4), 803-829. <https://doi.org/10.5465/256569>
- Azaklı, Ö. (2011). *Çalışanların örgüte bağlılıkları ve iş güvencesizliği algısı ile işten ayrılma niyeti arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bir uygulama*. Yüksek Lisans Tezi. Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.
- Bakan, İ., ve Kelleroğlu, Ö. G. H. (2003). Performans değerlendirme: Çalışanların performans değerlendirme uygulamalarından beklentileri konusunda bir alan çalışması. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 8(1), 103-127.
- Bakan, İ., ve Büyükmüşe, T. (2004). Çalışanların iş güvencesi ve genel iş davranışları ilişkisi: Bir alan çalışması. *Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 23(Temmuz-Aralık), 35-59.
- Bashir, U., & Ramay, M.I. (2010). Impact of stress on employees job performance: A study on banking sector of Pakistan. *International Journal of Marketing Studies*, 2(1), 122-126.
- Bingöl, D. (2013). *İnsan kaynakları yönetimi*. Beta Yayıncılık.
- Budak, G. (2013). *Yetkinliğe dayalı insan kaynakları yönetimi (2. Baskı)*. Barış Yayınları.
- Cuyper, N., Sulea, C., Philippaers, K., Fischmann, G., Iiescu, D., & De Witte, H. (2014). Perceived employability and performance: Moderation by felt job insecurity. *Personnel Review*, 43(4), 536-552.
- Çetin, F., ve Fıkrkoca, A. (2010). Rol ötesi olumlu davranışlar kişisel ve tutumsal faktörlerle öngörülebilir mi? *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 65(4), 41- 66.
- Çoşgun, E. (2019). *Evlilik uyumunun çalışan performansına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi, İstanbul.
- De Witte, H. D. (2005). Job insecurity: Review of the international literature on definitions, prevalence, antecedents and consequences. *SA Journal of Industrial Psychology*, 31(4), 1-6.
- De Witte, H. D., Cuypera, N.D., Elsta, T.V., Vanbellea, E., & Niesena, W. (2012). Job insecurity: Review of the literature and a summary of recent studies from Belgium. *Romanian Journal of Applied Psychology*, 14(1), 11-17.
- De Witte, H. D., & Näswall, K. (2003). Objective vs subjective job insecurity consequences of temporary work for job satisfaction and organizational commitment in four European countries. *Economic and Industrial Democracy*, 24(3), 149-188. <https://doi.org/10.1177/0143831X03024002002>
- Dalkrani, M., & Dimitriadis, E. (2018). The effect of job satisfaction on employee commitment. *International Journal of Business and Economic Sciences Applied Research*, 11(3), 16-23. <https://doi.org/10.25103/ijbesar.113.02>
- Ek, K., & Mukuru, E. (2013). Effect of motivation on employee performance in public middle level technical training institutions in Kenya. *International Journal of Advances in Management and Economics*, 2(4), 73-82.
- Erdil, O., Keskin, H., İmamoğlu, S.Z., ve Erat, S., (2004). Yönetim tarzı ve çalışma koşulları, arkadaşlık ortamı ve takdir edilme duygusu ile iş tatmini arasındaki ilişkiler: tekstil sektöründe bir uygulama. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 5(1), 17-26.
- Ergin, G. (2012). *Performans değerlendirme ile motivasyon arasındaki ilişki ve belediye çalışanların üzerinde bir uygulama*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul.
- Fındıkcı, İ. (2003). *İnsan kaynakları yönetimi*. Alfa Yayınları.

Kılıç, M.Ö., ve Tabuk, M.E. (2022). Bağımsız spor federasyonlarında çalışanların iş güvencelerinin iş performanslarına etkisi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 42-55.

Fındıkçı, İ. (2015). *İnsan kaynakları yönetiminde performans değerlemenin gereği ve yararları*, (2019, Eylül 10). Erişim: <http://www.sektorel.com/yazarlar/ilhami-findikci/insan-kaynaklari-yonetiminde-performans-degerlemenin-geregi-ve-yararlari>

Greenhalgh, L., & Rosenblatt, Z. (1984). Job insecurity: Toward conceptual clarity. *Academy of Management Review*, 9(3), 438-448.

Güçlü, A. (2016). *Performans değerlendirmenin avantajları ve dezavantajları*, (2019, Eylül 5). Erişim: <http://ikmania.blogspot.com/2016/03/performans-degerlendirmenin-avantajlar.html>

Gümüş, İ. (2013). Çalışma hayatının iki büyük korkusu: İşsizlik ve iş güvencesizliği. *İş Ahlakı Dergisi*, 6(1), 187.

Heaney, C. A., Israel, B. A., & Houses, J. S. (1994). Chronic job insecurity among automobile workers: Effects on job satisfaction and health. *Soc. Sci. Med.*, 38(10), 1431-1437.

Hooper, D., Coughlan, J., & Mullen, M. R. (2008). Structural equation modelling: Guidelines for determining model fit. *The Electronic Journal of Business Research Methods*, 6, 53-60.

Imam, S., & Javed, T. (2019). Job security, organizational support and employee performance: Mediating role of employee satisfaction in medical sector of Pakistan. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 9(3), 1240-1258.

İllez, A. A., & Güner, M. (2006). Personel performans değerlendirme ve 360 derece performans değerlendirme yönetimi. *Ege Üniversitesi Tekstil ve Konfeksiyon Araştırma Uygulama Merkezi Dergisi*, 17(4), 325-327.

Jordan, K. (2009). *Performans Değerlendirme*. Harvard Business School Press Pocket Mentor, (Çev: Melis İnan). Optimist Yayınları.

Jordan, P. I., Ashkanasy, N. M., & Hartel, C. E. J. (2002). Emotional intelligence as a moderator of emotional and behavioral reactions to job insecurity. *Academy of Management Review*, 27(3), 361-372.

Kaynak, T., Adal, Z., Ataay, İ., Uyargil, C., Sadullah, Ö., Acar, A. C., Özçelik, O., Dündar, G., ve Uluhan, R. (1998). *İnsan kaynakları yönetimi*. İ. Ü. İşletme Fakültesi Yayını.

Keim, A. C. (2012). *A Transactional model of job insecurity, personality, and coping*. (Phd thesis). The University of Memphis, Memphis.

Khan, A. H., Nawaz, M. M., Aleem, M., & Hamed, W. (2012). Impact of job satisfaction on employee performance: An empirical study of autonomous Medical Institutions of Pakistan. *African journal of business management*, 6(7), 2697-2705.

Kilimo, D., Namusonge, G. S., Makokha, E. N., & Nyagechi, A. K. (2016). Determinants of intrinsic and extrinsic rewards on employee performance in Kapsara tea factory company Trans Nzoia County Kenya. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 6(10), 369-380.

Lozza, E., Libreri, C., & Bosio, A. C. (2012). Temporary employment, job insecurity and their extraorganizational outcomes. *Economic and Industrial Democracy*, 34(1), 89-105. <https://doi.org/10.1177/0143831X12436617>

Luecke, R. (2008). *Performans Yönetimi*. (A. Özer, Çev.) Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Miana, B. S., Morales, M. G. G., Caballer, A., & Peiró, J. M. (2011). Consequences of job insecurity and the moderator role of occupational group. *The Spanish Journal of Psychology*, 14(2), 820-831. https://doi.org/10.5209/rev_SJOP.2011.v14.n2.29

Muda, I., Rafiki, A., & Harahap, M., R. (2014). Factors influencing employees performance: A study on the islamic banks in Indonesia. *International Journal of Business and Social Science*, 5(2), 73-80.

Näswall, K., & De Witte, H. (2003). Who feels insecure in Europe? Predicting job insecurity from background variables. *Economic and Industrial Democracy*, 24(2), 189-215.

Kılıç, M.Ö., ve Tabuk, M.E. (2022). Bağımsız spor federasyonlarında çalışanların iş güvencelerinin iş performanslarına etkisi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 42-55.

Orçanlı, K., Bekmezci, M., ve Fırat, Z. M. (2019). İş güvencesizliğinin iş performansına etkisinde örgütsel kimliğin aracılık etkisi. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 12 (18. ÜİK Özel Sayısı), 73-100. <https://doi.org/10.26466/opus.584655>

Ozan, S. (2007). *Bireysel performansın belirleyicilerinden örgütsel faktörlerin iş tatminine etkisi: Pilotlar üzerinde bir uygulama*. Yüksek Lisans Tezi. İnönü Üniversitesi, Malatya.

Öğüt, A., Akgemci, T., ve Demirsel, M.T. (2004). Stratejik insan kaynakları yönetimi bağlamında örgütlerde işgören motivasyonu süreci. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(1), 245-258.

Öztürk, M., Şen, O., ve Korkmaz, A. (2019). Türk iş hukukundaki iş güvencesinin iş tatminine etkisi: Konya Seydişehir’de bir uygulama. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 24(4), 1111-1130.

Pelenk, S. E. (2020). İş güvencesizliğinin görev performansına etkisi: yenilikçi davranışın düzenleyici rolü. *Bilecik Şeyh Edebali Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(1), 214-233. <https://doi.org/10.33905/bseusbed.730234>.

Prasad, K. D. V., Vaidya, R., & Anil Kumar, V. (2015). A study on causes of stress among the employees and its effect on the employee performance at the workplace in an International Agricultural Research Institute, Hyderabad, Telangana, India. *International Journal of Management Research and Business Strategy*, 4(4), 68-82.

Saruhan, Ş., ve Yıldız, M. (2014). *İnsan kaynakları yönetimi*. Beta Basım A.Ş.

Schreurs, B. J., Emmerik, I. H. V., Günter, H., & Germeys, F. (2012). A weekly diary study on the buffering role of social support in the relationship between job insecurity and employee performance. *Human Resource Management*, 51(2), 259-280. <https://doi.org/10.1002/hrm.21465>

Seçer, B. (2007). *Kariyer sermayesi ve istihdam edilebilirliğin iş güvencesizliği üzerindeki etkisi*. Doktora Tezi. İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Silla, I., & Gracia, F. J. (2005). Job insecurity and health-related outcomes among different types of temporary workers. *Economic and Industrial Democracy*, 26(1), 89-117. <https://doi.org/10.1177/0143831X05049404>

Sverke, M., Hellgren, J., & Näswall, K. (2002). No Security: A meta-analysis and review of job insecurity and its consequences. *Journal of Occupational Health Psychology*, 7(3), 242-264. <https://doi.org/10.1037//1076-8998.7.3.242>

Sverke, M., Hellgren, J., & Näswall, K. (2006). Job insecurity a literature review (2019, September 17). *SAL TSA-Joint Programme for Working Life Research in Europe*. Report 1. Retrieved from: http://nile.lub.lu.se/arbarch/saltsa/2006/wlr2006_01.pdf

Uyargil, C. (2016). *Performans yönetimi sistemi (5.Baskı)*. Beta Basım Yayım.

Wang, H., Lu Job, C., & Siu, O. (2014). Insecurity and job performance: The moderating role of organizational justice and the mediating role of work engagement. *Journal of Applied Psychology*, 100(4), 1249–1258. <https://doi.org/10.1037/a0038330>

Wang, J., & Wang, X. (2019). *Structural equation modeling: Applications using Mplus*. John Wiley & Sons.

Witte, H. D. (1999). Job insecurity and psychological well-being review of the literature and exploration of some unresolved issues. *European Journal of Work And Organizational Psychology*, 8(2), 155-177. <https://doi.org/10.1080/135943299398302>

Yousef, D. A. (1998). Satisfaction with job security as a predictor of organizational commitment and job performance in a multicultural environment. *International journal of Manpower*, 19(3), 184-194.



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.

Investigating the Relationship between Quality of Life and Adherence to Physical Activity with Life Expectancy at Leisure time in the Elderly*

Nafise MOBARAKI¹ , Mahdi ESFAHANI¹ , Amin AZIMKHANI^{†1} ,
Bahador AZIZI² 

¹Imam Reza International University, Mashhad, Iran

²Ferdowsi University, Mashhad, Iran

Original Article

Received: 26.04.2022

Accepted: 19.06.2022

DOI:10.47778/ejsse.1108793

Online Publishing: 30.06.2022

Abstract

This study was conducted to determine the relationship between quality of life and adherence to physical activity and their impact on life expectancy in the elderly of Mashhad who spends their leisure time exercising and physical activity in the parks of this city. The research method was descriptive-correlational, and the investigation was carried out as a field study. The statistical population of the study consisted of 565 individuals who do exercise and physical activity in public parks of Mashhad city in 2021. Quality of Life scale (QLS, SF26), Adult Life Expectancy Scale ((ALES), Snyder et al., 1991), and Adherence to Physical Activity Scale ((APAS) Derakhshanpour et al., 2016), were used as data collection tools in this research. The results showed that there was almost moderate to strong positive correlation between quality of life with life expectancy, factor thinking and strategic thinking. There was also a moderate negative correlation between physical problems dimension with life expectancy and strategic thinking, but there isn't any correlation between physical problems with factor thinking. Also, there was moderate correlation between psychological and social dimensions with life expectancy, factor thinking and strategic thinking. Also, it has been seen that there was strong positive correlation between adherence to physical activity with life expectancy, factor thinking and strategic thinking. There was also strong positive correlation between awareness and equipment with life expectancy, factor thinking and strategic thinking. And, there was moderate correlation between reinforcement with life expectancy, factor thinking and strategic thinking. According to the results of the present study, increasing adherence to physical activity can lead to improving the life expectancy of the elderly, ultimately providing a good quality of life for them.

Key Words: Quality of life, Life expectancy, Adherence to physical activity, Elderly, Public parks, Leisure time

* This article is produced from Ms. Nafiseh Mobaraki's masters thesis.

† **Corresponding Author:** Amin AZIMKHANI, **E-mail:** amin.azimkhani@imamreza.ac.ir

INTRODUCTION

Every country at any stage of history is facing the problem of people's leisure time and having leisure time and how to spend it is related to various social, political, and economic factors. The elderly are an important part of society, a group that educates the next generations, so it is important to pay attention to their needs, their leisure, recreational, and especially sports and mobility needs (Razavi & Pesarkoloo, 2013). According to research, exercise and physical activity increase self-confidence, avoidance of drugs, no sexual dysfunction, and academic achievement and reduce crime in people, and have a positive impact on their lives and guarantees their health in old age (Monazami & Shetab-Boushehri, 2011).

To achieve the quality of life, each person takes various measures in the field of physical and mental health, one of which can be sports and recreational activities. It seems that a person who participates in various sports and recreational activities benefits from the physical and psychological benefits of these activities increases his quality of life and may even be at a higher level in this regard (Vaez Mousavi, 2000). Quality of life is a multidimensional concept that has become very important in recent years due to its role in people's social and mental health. In this regard and considering the growing population of the elderly and the fact that the health of society depends on their health, it seems necessary to pay attention to their quality of life. Also, one of the concepts that are assumed to be the same as welfare and health is quality of life (Ghahremani et al., 2006).

Rereading the various concepts of quality of life has led to a definition by the World Health Organization Quality Group. This definition is provided to understand one's position in the context of cultural and value systems and in relation to their goals, expectations, standards, and interests. In this view, quality of life is a comprehensive concept that includes physical health, psychological states, and degree of independence, social relations, and relationship with the environment, which is also based on the individual's perception of these dimensions (Kwak et al., 2017). Over the past few decades, quality of life has been recognized as an important measure of health, leading to the belief that the results of health services should not only increase life expectancy but should also improve quality of life (Katschnig & Sartorius, 2006, Kaplan & Baron-Epel, 2003).

The new issue about the quality of life today is life expectancy. Although the idea of expectancy has existed since the creation of man, its scientific study has a short history in human life and spends its childhood (Feng et al., 2021). Snyder et al., (2006) Consider expectancy as a mental set that is based on the mutual sense of will and planning to achieve the goal. Because life expectancy is related to life-related attitudes and structures, every person who hopes for life should be sensitive to how life is lived and its quality and improve the quality of life. Improving the quality of life depends on improving the level of health. Improving the level of health is also accepted as the axis of community development and according to the policies of the world health organization is the ultimate goal of all governments (Tafran et al., 2020).

Mobaraki, N., Esfahani, M., Azimkhani, A., & Azizi, B. (2022). Investigating the relationship between quality of life and adherence to physical activity with life expectancy at leisure time in the elderly. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 4(1), 56-66.

In this regard, Mcauley et al., (2006) also examined the effect of physical activity and quality of life with emphasis on physical health and self-confidence, and life expectancy in the elderly, which showed that there is a significant relationship between physical activity and quality of life, self-confidence, and expectancy and quality of life directly affects self-confidence and expectancy, and they also stated that women have more life expectancy than men. According to 2010 reports, 55% of adults aged 50 and over in the world do not meet the minimum recommended physical activity needs (World Health Organization, 2014).

It has also been reported that the participation of the elderly in regular physical activity has been very low in some countries. In the United States, people aged 65 and overspend an average of fewer than 20 minutes a day practicing, exercising or engaging in recreational activities (Kwak et al., 2017). Meanwhile, weekly sports participation in Canadian elderly was only about 12% (Yazdi Feyzabadi et al., 2013), and monthly sports participation in the UK for elderly aged 65 to 74 and elderly over 75, was 36% and 16.7% respectively (Jones, Millward & Buraimo, 2011). A cross-sectional study in 2013 and 2014 in Australia also found that only 18% of older people aged 65 and over have been regularly involved in physical activity over the past year (Yazdi Feyzabadi et al., 2013).

In this regard, parks and recreational places attract millions of visitors each year, and although they can be used for a variety of purposes and public access to places for physical activity, many people in the community do not use these places regularly. Although the level of visiting the outdoor recreation places has increased steadily over the past 40 years, only one-third of the U.S. population has visited (Cordell et al., 1999). In addition, the growth of parks and recreational places in the last 10 years has not corresponded to a significant increase in levels of physical activity in leisure time. Also, the increase in adult participation in the recommended levels of physical activity has remained almost constant (45.3% in 2001, 45.9% in 2003). Parks and recreation places can also create healthier communities by increasing opportunities for physical activities in leisure time. However, there is a need for more informed cooperation between parks, recreation organizations, and public health organizations in order to systematically monitor such activities in parks and recreation places. Such cooperation can increase the presence of the elderly in the parks (Mondal & Shitan, 2013).

Considering the cases mentioned about the importance of physical activity in the elderly and the effect it can have on their quality of life and life expectancy, in this study we have tried to examine the relationship between quality of life and adherence to physical activity and their effect on the life expectancy of the elderly in Mashhad.

METHOD

Research Model

In terms of research objectives, this was an applied study and regarding research type, it was descriptive-correlational.

Research groups

The statistical population of the study consisted of all individuals who do exercise and physical activity in public parks of Mashhad city in 2021. The sampling method used in this research was simple random sampling. According to the statistical methodology of the research, the sample selection was 5-10 times greater than the number of research questions (taking the correlational studies and return rate of the questionnaires into account). Finally, 600 questionnaires with 6% reduction were distributed among the individuals whom 565 of them returned.

Data Collection Tools

In order to collect information, three questionnaires were used. The first one was Quality of Life scale (QLS), The scale consists of 26 items and three sub-dimensions. Items 1-11 measure physical problems dimension, items 12-20 measure psychological dimension and items 21-26 measure social dimension. Questionnaire was prepared on 5-point Likert scale with anchors of 1 and 5. If score was close to 5, their level of quality of life was high, but if it was close to 1, it was low. Items 12, 15, 16, 19, 21, 22, 23, 24, 25, 26, were scored reversely. Cronbach α Coefficient values of the internal consistency for QLS including 26 items were analyzed and it was measured as 0.841. The second one was Adult Life Expectancy Scale (ALES), It was developed by Snyder et al., (1991). The scale consists of 12 items and two sub-dimensions. Items 1, 4, 6 and 8 measure factors thinking, items 2, 9, 10 and 12 measure strategic thinking and items 3, 5, 7 and 11 are deviation items. Questionnaire was prepared on 5-point Likert scale with anchors of 1 and 5. If score was close to 5, their level of life expectancy was high, but if it was close to 1, it was low. Cronbach α Coefficient values of the internal consistency for ALES including 12 items were analyzed and it was measured as 0.850. The third one was Adherence to Physical Activity Scale (APAS), It was developed by (Derakhshanpour, 2016). The scale consists of 11 items and three sub-dimensions. Items 1-4 measure awareness, items 5-7 measure equipment and items 8-11 measure reinforcement. Questionnaire was prepared on 5-point Likert scale with anchors of 1 and 5. If score was close to 5, their level of life expectancy was high, but if it was close to 1, it was low. Cronbach α Coefficient values of the internal consistency for APAS including 11 items was analyzed and it was measured as 0.858.

Collection of Data

Permission to distribute questionnaires among the elderly in the parks of Mashhad was obtained from their security unit and then they were distributed and collected. The data was collected by expert interviewers trained in this field in a quiet and convenient environment with face-to-face interviewing technique. Subjects were informed about the study and their oral approval was

received. They were encouraged to express their thoughts and informed that their answers will be kept as private. Besides, it was emphasized that they can have a short break time and continue when they feel themselves ready or they can leave the study if they were not able to finish the questionnaire due to any problem.

Analysis of Data

SPSS (Chicago, IL, USA) 23.0 program was used in order to analyze the data. Descriptive statistics were given as number, percentage, mean and standard deviation. Data were analyzed whether they were normally distributed. In order to identify correlations between factors in the scales Pearson Correlation Coefficient Test was implemented. In order to explain the dependent variable by the independent variable, Regression Test was used. Significance level was accepted as $p < 0.05$.

FINDINGS

Of the individuals enrolled in the study 336 people (59.5%) were male and 229 people (40.5%) were female. The highest and lowest frequencies based on age status with 40% and 4.4% are related to the age groups "55 to 60 years" and "76 years and above", respectively. The highest and lowest frequencies based on marital status with 75% and 4.4%, respectively; belong to the "married" and "single" groups. The highest and lowest frequencies based on the number of days to visit the park in the last week with 30.6% and 19.5% are related to the group "1 to 3 days" and "1 day", respectively. The highest and lowest frequencies based on how to spend leisure time in the park with 61.4% and 11.7% are related to the group "Walking to the park and meeting peers" and "Doing group sports", respectively. The highest and lowest frequencies are based on the people with whom the research sample spends their leisure time with 61.1% and 17.9%, respectively, belonging to the group "with friends" and "with family". The highest and lowest frequencies based on the status of economic activity with 48.0% and 6.4%, respectively; belong to the "retired" and "disabled" groups. The highest and lowest frequencies based on the presence of a specific disease with 44.62 and 4.2%, respectively; belong to the "healthy" and "hypertensive" groups.

Then, using the skewness and kurtosis tests, the normality of data distribution was investigated and considering that all numbers were between +2 and -2, it was found that the distribution of research data was normal and parametric tests can be used.

Subsequently, the quality of life of the elderly participating in leisure sports activities was almost average. When its components were examined, their level was also close to average or slightly higher. The level of life expectancy and its components in these people was almost moderate. The level of adherence to physical activity was close to average, the components of awareness and reinforcement were below average, and the component of equipment was above average (Table 1).

Table 1. Quality of life, life expectancy and adherence to physical activity likert scores

Variable	N	Mean	Std. Deviation
Quality of Life	565	2.98	0.57
Physical Problems Dimension	565	3.00	0.98
Psychological Dimension	565	2.81	0.76
Social Dimension	565	3.12	0.93
Life Expectancy	565	2.97	0.76
Factor Thinking	565	2.98	0.94
Strategic Thinking	565	2.87	1.02
Adherence to Physical Activity	565	2.86	0.84
Awareness	565	2.71	1.00
Enforcers	565	2.51	1.18
Equipment	565	3.37	0.95

When the correlation between quality of life and life expectancy was analyzed, it was seen that there was almost moderate to strong positive correlation between quality of life with life expectancy, factor thinking and strategic thinking. There was also moderate negative correlation between physical problems dimension with life expectancy and strategic thinking, but there isn't any correlation between physical problems with factor thinking. Also, there was moderate correlation between social dimensions with life expectancy, factor thinking and strategic thinking, but there isn't any correlation between psychological dimensions with life expectancy (Table 2).

Table 2. Correlation between Quality of life and Life expectancy of elderly

Variable	1	2	3	4	5	6
1- Quality of Life	-					
2- Physical Problems Dimension	0.752**					
3- Psychological Dimension	0.804**	0.687**				
4- Social Dimension	0.381**	-0.236**	0.231**			
5- Life Expectancy	0.664**	-0.226**	0.029**	0.307**		
6- Factor Thinking	0.241**	-0.081**	0.161**	0.395**	0.889**	
7- Strategic Thinking	0.221**	-0.111**	0.157**	0.391**	0.861**	0.795**

**p<.01

When the correlation between adherence to physical activity and life expectancy was analyzed, it was seen that there was strong positive correlation between adherence to physical activity with life expectancy, factor thinking and strategic thinking. There was also strong positive correlation between awareness and equipment with life expectancy, factor thinking and strategic thinking. Also, there was moderate correlation between reinforcement with life expectancy, factor thinking and strategic thinking (Table 3).

Table 3. Correlation between Adherence to Physical Activity and Life expectancy of elderly

Variable	1	2	3	4	5	6
1- Adherence to Physical Activity	-					
2- Awareness	0.851** 0.000	-				
3- Reinforcement	0.784** 0.000	0.485** 0.000	-			
4- Equipment	0.790** 0.000	0.611** 0.000	0.355** 0.000	-		
5- Life Expectancy	0.525** 0.000	0.675** 0.000	0.134** 0.000	0.517** 0.000	-	
6- Factor Thinking	0.614** 0.000	0.717** 0.000	0.298** 0.000	0.508** 0.000	0.889** 0.000	-
7- Strategic Thinking	0.598** 0.000	0.683** 0.000	0.283** 0.000	0.520** 0.000	0.861** 0.000	0.795** 0.000

**p<.01

DISCUSSION

The findings of the study show that there is a positive and significant relationship between quality of life and its psychological and social dimensions with life expectancy and its components. Also, there is a negative and significant relationship between the dimension of physical problems with life expectancy and the component of strategic thinking, but no significant relationship was found between physical problems and factor thinking.

This finding is consistent with the results of research by Madhi & Najafi (2018), Pourabdol et al., (2015), Klar et al., (2021), and Mcauley et al., (2006) so that Mcauley et al., (2006) showed that there is a relationship between physical activity and quality of life, self-confidence and expectancy and quality of life directly affects self-confidence and hope. Madhi & Najafi (2018), stated that there was a significant and positive relationship between hope with quality of life and happiness. This means those people who had better spiritual well-being and hope experienced better happiness and quality of life. Pourabdol et al., (2015) found that there is a significant positive relationship between life expectancy and quality of life in the elderly people. Also, Klar et al., (2021) stated that health promotion efforts should be strengthened for people of middle and later working age to support healthy aging. But it is inconsistent with the findings of Sanaei et al., (2013) because, in the research of Sanaei et al., (2013), only the psychological dimension of quality of life affects life expectancy, which can be stated in the difference between the research samples.

Since there is a negative and significant relationship between physical problems and life expectancy, the reason for this can probably be explained by the fact that the fewer physical problems the elderly have, the healthier they are physically and the longer they live, as a result, their life expectancy will be higher.

The results also showed that there is a positive and significant relationship between the social dimension of quality of life with life expectancy, which is probably due to the fact that as mentioned earlier, about 60% of the sample stated that in their leisure time, they spend more time to talk and being with friends or peers in the park, which can affect the social dimension of the elderly, and since these people cannot ignore the problems of others, these conversations can probably be the reason for the lack of impact of psychological dimension on life expectancy in these people.

Also, the research findings show that there is a positive and significant relationship between adherence to physical activity and its components with life expectancy and its components. Probably, the reason for this is the fact that the more the elderly are aware of the benefits of physical activity in old age, the more their attention to physical activity and their health is guaranteed, and therefore increases their life expectancy. Also, the more complete the sports equipment, the fewer excuses they have for not being physically active, and on the other hand, the more encouragement and support they get from their family and acquaintances, the more they tend to engage in physical activity, which in turn increases their efforts to engage in physical activity, improve their health and thus increase their life expectancy.

This finding is consistent with the findings of Rivera-Torres et al. (2019), Keshavarz et al. (2013), Sanaei et al. (2013), Zare et al. (2016), and Dodge et al. (2003), which they reported a significant relationship between physical activity and life expectancy. Rivera-Torres et al. (2019), stated that improving adherence could have a significant impact on longevity, quality of life, and health care costs. However, it is inconsistent with the findings of Reimers et al., (2012) who failed to report a significant relationship between physical activity and life expectancy. The reason for this discrepancy may be the cultural differences between the research communities and the type of society they study with this research.

So it can be said that having a good quality of life and active participation in physical activities improves and increases life expectancy in the elderly. These people can solve their physical, mental, and social problems by engaging in physical activity and having proper awareness of the benefits of regular physical activity, having proper sports equipment, as well as the support of friends and acquaintances, will help to achieve this. Doing so is important because it can significantly increase life expectancy in the elderly and increase their life long. It can also improve the physical and mental health of these people. However, latitudinal, and longitudinal studies were so vital to obtain more meaningful results.

CONCLUSION

Based on the research findings, it can be concluded that exercise and physical activity and adherence to it in the elderly improve the quality of life and life expectancy; therefore, it is suggested that sports and physical activity for the elderly, which is very low cost and cost-effective in terms of implementation, in nursing homes and complexes, and even at the community level as a factor to increase quality of life and life expectancy of the elderly. In the field of facilities for the sports of the elderly, it is possible to build and design health roads, cycling routes, do group exercises in the morning, health clubs for the elderly, light ascents to the heights, group camps with sports movements, do correction movements for musculoskeletal pain and exercise counseling for the elderly. Of course, it is worth mentioning that in order to improve the quality of life and life expectancy of the elderly, all institutions and individuals in society should cooperate in order to improve their mental and physical health.

Funding: This research received no external funding.

Conflicts of Interest: The authors declare no conflict of interest.

Authors' Contribution: Study Design-Mahdi Esfahani, Data Collection-Nafise Mobaraki, Statistical Analysis-Bahador Azizi, Manuscript Preparation-Amin Azimkhani. All authors read and approved the final manuscript.

Research Ethic Information: That is especially important when conducting research with humans. The major principle for making sure that no harm is done to any participants in the research. Also, as this was not an interventional study, 'permission form' and 'voluntar confirmation letter' were taken from all the participants. This article is taken from Ms. Nafiseh Mobaraki's master's thesis.

Mobaraki, N., Esfahani, M., Azimkhani, A., & Azizi, B. (2022). Investigating the relationship between quality of life and adherence to physical activity with life expectancy at leisure time in the elderly. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 4(1), 56-66.

REFERENCES

- Cordell, H. K., McDonald, B.L., Teasley, R. J., Bergstrom, J.C., Martin, J., Bason, J., & Leeworthy, V.R. (1999). Outdoor recreation participation trends. In: H.K. Cordell, (Ed.), *Outdoor recreation in American life: A National assessment of demand and supply trends* (pp.219-322). Saga more Publishing.
- Derakhshanpour, A. (2016). *The effect of special cognitive-behavioral intervention on commitment to practice, adherence to practice and mental health*. (PhD Thesis). Imam Reza University, Sports Psychology, Iran.
- Dodge, H. H., Shen, C., Pandav, R., DeKosky, S. T., & Ganguli, M. (2003). Functional transitions and active life expectancy associated with alzheimer disease. *Arch Neurol*, 60(2), 253-259.
- Feng, W., Ji, W., Wang, Y., Gong, Q., Li, S., Liu, Y., Lou, G., Liu, S., & Li, H. (2021). Impact of elevated systolic blood pressure levels on mortality and life expectancy in Southeast Chinese residents. *Iran J Public Health*, 50(10), 1993-2001.
- Ghahremani, Z., Jafarpour Alavi, M., Gholam Araghi, M., & Hosseini, F. (2006). Quality of life and its relationship with hope in relatives caring for schizophrenic patients. *Iranian Journal of Nursing*, 19(45), 17-26.
- Hasanzadeh, R., Mirian, A., & Lezgi, F. (2014). The relationship between trust in God, quality of life and life expectancy in teachers in District One of Sari. *Journal of Islam and Health*, 1(2), 15-21.
- Jones, H., Millward, P., & Buraimo, B. (2011). *Adult participation in sport: Analysis of the taking part survey*. Department for Culture, Media and Sport, Government of the United Kingdom.
- Kaplan, G., & Baron-Epel, O. (2003). What lies behind the subjective evaluation of health status? *Social Science & Medicine*, 56, 1669-1676.
- Katschnig, H. F., & Sartorius, N. (2006). *Quality of life in mental disorders*. John Wiley & Sons, 3-17.
- Keshavarz, L., Farahani, A., & Agha Molazarandi, F. (2013). Relationship between sports hope and commitment with sports satisfaction of male students participating in the 10th sports olympiad of male students of medical universities. *Journal of Academic Sports Research*, 6, 113-126.
- Klar, M. K., Geyer, S., Safieddine, B., Tetzlaff, F., Tetzlaff, J., & Sperlich, S. (2021). Trends in healthy life expectancy between 2002 and 2018 in Germany - Compression or expansion of health-related quality of life (HRQOL)? *Population Health*, 13, 1-9.
- Kwak, Y., Chung, H., & Kim, Y. (2017). Differences in health-related quality of life and mental health by living arrangement among Korean elderly in the KNHANES 2010–2012. *Iran J Public Health*, 46(11), 1512-1520.
- Madhi, S., & Najafi, M. (2018). The relationship between spiritual well-being and hope with quality of life, and happiness in older adults. *Journal of Psychological Science*, 17(65), 78-94.
- Mcauley, E., Konopack, J. F., Motl, R. W., Morris, K. S., Doerksen, S. E., & Rosengren, K. S. (2006). Physical activity and quality of life in older adults: Influence of health status and self-efficacy. *Annals of Behavioral Medicine*, 31(1), 99-103.
- Monazami, A., & Shetab-Boushehri, N. (2011). Determining the effective factors on the development of women's physical education and sports in the Islamic Republic of Iran. *Journal of Sports Management*, 1, 151-168.

Mobaraki, N., Esfahani, M., Azimkhani, A., & Azizi, B. (2022). Investigating the relationship between quality of life and adherence to physical activity with life expectancy at leisure time in the elderly. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 4(1), 56-66.

- Mondal, M. N. I., & Shitan, M. (2013). Impact of socio-health factors on life expectancy in the low and lower middle-income countries. *Iran J Public Health*, 42(12), 1354-62.
- Pourabdol, S., Abbasi, M., Pirani, Z., & Abbasi, M. (2015). The relationship between life expectancy and psychological well-being with quality of life in the elderly. *Journal of Aging Psychology*, 1(1), 57-65.
- Razavi, M. H., & Pesarkoloo, A. (2013). How Amol women spend their leisure time with emphasis on sports activities. *Journal of Sports Management and Physiology of Shomal*, 1(1), 23-38.
- Reimers, C. D., Knapp, G., & Reimers, A. K. (2012). Does physical activity increase life expectancy? A Review of the Literature. *Journal of Aging Research*, 1-9. Article ID 243958. <https://doi.org/10.1155/2012/243958>
- Rivera-Torres, S., Fahey, T. D., Rivera, M. A. (2019). Adherence to exercise programs in older adults: Informative report. *Gerontology & Geriatric Medicine*, 5, 1-10.
- Sanaei, M., Zartoshtian, S., & Norouzi, R. (2013). The effect of physical activity on quality of life and life expectancy in the elderly. *Journal of Sport Management Studies*, 5(17), 137-158.
- Snyder, C. R., Ritschel, L. A., Rand, K. L., & Berg, C. J. (2006). Balancing psychological assessments: Including strengths and hope in client reports. *Journal of clinical Psychology*, 32(1), 33-46.
- Snyder, C. R., Harris, C., Anderson, J. R., Holleran, S. A., Irving, L. M., Sigmon, S. T., Yoshinobu, L., Gibb, J., Langelle, C., & Harney, P. (1991). The will and the ways: Development and validation of an individual differences measure of hope. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(4), 570-585.
- Tafran, K., Tumin, M., & Osman, A. F. (2020). The Power of multidimensional poverty in explaining life expectancy: Empirical evidence from cross-sectional data of 62 developing countries. *Iran J Public Health*, 49(9), 1709-1717.
- Vaez Mousavi, M. K. (2000). Comparison of quality of life in athletes participating in team and individual disciplines. *Research in Sports Science*, 1(3), 83-93.
- World Health Organization. (2014). Global status report on noncommunicable diseases 2014. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/148114>
- World Health Organization Quality of Life (WHOQOL). (2014, October 10). Retrieved from <http://www.who.int/>
- Yazdi Feyzabadi, V., Haghdoost, A., Mehrolihasani, M. H., & Aminian, Z. (2015). The Association between peace and life expectancy: An empirical study of the world countries. *Iran J Public Health*, 44(3), 341-51.
- Zare, A. S., Alavi, S., Rezaei, R., & Sarikhani, P. (2016). *Investigating the effect of sport on the life expectancy of young athletes and non-athletes*. The Second National Conference on Sports Science and Physical Education of Iran.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Farklı Yüklerde Yapılan Unilateral Squat Hareketinde Çömelleme Derinliği ile Bar Hızı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Mustafa Arslan BAŞAR¹ , Çiğdem BULGAN ERCİN^{2*} , Alper AŞÇI¹ 

¹Haliç Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

²Sağlık Bilimleri Üniversitesi, İstanbul, Türkiye

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 03.06.2022

Kabul Tarihi: 25.06.2022

DOI:10.47778/ejsse.1125824

Online Yayın: 30.06.2022

Öz

Bu çalışmanın amacı, farklı yüklerde modifiye edilmiş unilateral squat performansında çömelleme derinliği ile bar hızı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmanın örneklem grubunu, Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan, en az üç yıl boyunca aktif egzersiz yapan, unilateral (tek taraflı) ve bilateral (iki taraflı) egzersiz modellerine hâkim; yaş 22,90±1,28yıl; boy 175,90±5,36cm ve vücut ağırlığı 75,38±7,78kg olan 10 gönüllü erkek sporcu oluşturmuştur. Verilerin toplanmasında, bar hızının tespit edilmesi için doğrusal hız ölçer olarak PUSH Band™ Pro v2.0 ve squat performansı esnasında çömelleme derinliği için üç boyutlu hareket analizi sistemi olan Qualisys Track Manager (QTM) 2020.3 Versiyon (AB, İsveç) kullanılmıştır. Sporcular; modifiye tek bacak squat egzersizi uygulamışlardır. Egzersizi arkadan tutuşta her iki ekstremitede önce ağırlıksız bar da (20kg), ardından random olarak; 1TM'nin %40, %60, %80 yüklerde 5 tekrar yapacak şekilde gerçekleştirmişlerdir. Ölçümlerde, bar üzerine yerleştirilen Push Band aracılığıyla bar hızı hesaplanmış; 3D hareket analiz sistemiyle de farklı yüklerdeki çömelleme derinlikleri hesaplanmıştır. Verilerin istatistiksel analizi, IBM SPSS Versiyon 25 programı kullanılarak; tekrarlı ölçümlerde varyans analizi ve ikili karşılaştırmalarda T-testi uygulanarak yapılmıştır. Farklı relatif yüklerde bar hızlarının hemen hepsinde anlamlı farklılıklar elde edilmiştir (p<0,05). Yapılan korelasyon analizi sonucunda bar hızı ve çömelleme derinliği arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir (p>0,05). Sonuç olarak, farklı yüklerdeki bar hızı değişkenlerinin her iki ekstremitede yüklerin artmasıyla anlamlı değişikliklere sebep olmuştur. Yük miktarı, bar hızını azaltacak yönde etkileyen bir parametre olarak değerlendirilebilir.

Anahtar Kelimeler: Unilateral, Relatif Yük, Bar Hızı, Squat Derinliği

Investigation of the Effect of Unilateral Squat Depth on Bar Velocity at Different Relative Loads

Abstract

The aim of this study was to examine the relationship between unilateral squat depth and bar velocity at different relative loads. Ten male athletes from Halic University School of Physical Education and Sports (the age of 22.90±1.28 years old; a body height of 175.90±5.36cm and a body weight of 75.38±7.78kg) who had been doing active exercises for at least three years and had mastered unilateral (one-sided) and bilateral (two-sided) exercise models, were participated to this study as voluntarily. In data collection, PUSH Band™ Pro v2.0 as linear accelerometer was used to detect bar velocity and Qualisys Track Manager (QTM) 2020.3 Version (EU, Sweden) which is a three-dimensional motion analysis system for squat depth was also used. Athletes; applied a modified single leg squat exercise. The exercise was performed in the back grip. Weightless bar (20kg) was applied on both legs first, then randomly; they performed 5 repetitions of 1TM at 40%, 60%, 80% loads. In the measurements, the velocity of the bar was calculated through the Push Band placed on the bar; squat depths at different loads were calculated with the 3D motion analysis system. For statistical analysis of data, IBM SPSS Version 25 program were used. Variance Analyses in Repeated Measures were applied and for pairwise comparisons T-test were used. Significant differences were obtained in almost all bar velocities at different relative loads (p<0.05). As a result of the correlation analysis, it was determined that there was no significant relationship between bar velocity and squat depth (p>0.05). In finally, bar velocity variables at different loads caused significant changes with increasing loads on both legs. The amount of load can be considered as a parameter that affects the velocity of the bar in the direction of decreasing it.

Keywords: Unilateral, Relative Load, Bar Velocity, Squat Depth.

* Sorumlu Yazar: Çiğdem BULGAN ERCİN, E-posta: cigdembulgan@gmail.com

GİRİŞ

Sporcular için kuvvet ve kondisyon programları, genel olarak gücü artırmak amacıyla kullanılan hem alt ve üst gövdeye yönelik bilateral (BIL) hem de unilateral (UNI) hareket modellerini içermektedir (Hansen vd.,2009; Stone vd.,2000). Bilateral egzersizler, vücut ağırlığının paralel duruşa eşit olarak dağıtıldığı farklı varyasyonları da içeren egzersizler olarak tanımlanır. Paralel duruşta yapılan BIL egzersizlerin kapalı kinetik zincir kuvvet gelişimine ve alt gövde kuvvet gelişimi ile atletik performansa olan olumlu etkisi bilinmektedir (Chelly vd.,2009; Hori vd.,2005). UNI hareketler ise tüm vücudu tek taraflı destekleyen ağırlık taşıma egzersiz modeli olarak tanımlanmıştır (McCurdy ve Conner, 2003). Atletik becerilerin birçoğunda sporcular tek bacak üzerinde veya iki bacakla bir duruş halindeyken ağırlık merkezini tek bacağa aktarması ile uyguladıkları kuvvetle hareketi gerçekleştirirler (McCurdy, 2010). Bu amaçla UNI direnç egzersizlerinin bir antrenman programına dahil edilmesini destekleyen genel teori, bu egzersizlerin daha yüksek düzeyde özgünlük sunabilmesi ve antrenmanda BIL hareketlere göre daha üstün bir performans aktarımı sağlamasıdır (Ayotte vd.,2007; Distefano vd., 2009; McCurdy ve Connor, 2003). Hareket modelleri olarak alt gövde için Lunge'lar (Adımlama), Step-up'lar (Basamak Çıkma), Single Leg Squat'lar (Tek Bacak Squat), Modified Single-Leg Squat (Modifiye Tek Bacak Squat) gibi UNI egzersizlerinin kullanımı, kuvvet ve kondisyon uygulamalarında popüler hale gelmiştir. Bu sayede UNI egzersizler, hacim yükünü veya değişimini arttırmak için BIL egzersizlere ek olarak düzenli bir şekilde güç programları içerisinde yer almıştır (Speirs vd., 2016).

Literatürde, BIL ve UNI alt gövde egzersizlerinin sahaya transferi ile ilgili konularda yapılan çalışmalara da sıklıkla rastlanmaktadır. Özellikle atletik beceriler (sprint, çabukluk, çeviklik, sıçrama vb.) üzerindeki etkisine, kinetik, kinematik farklılıklara, yüklü ve yüksüz kas aktivasyon özellikleri gibi birçok parametrenin incelenmesine yönelik araştırmalar öncelikli olarak yer almaktadır. Eliassen vd.,'de (2018) yaptıkları bir çalışmada, BIL ve UNI squat egzersizlerinin bar kinematikleri ve kas aktivasyonları üzerindeki etkilerini karşılaştırmış ve elde edilen sonuçlarında; BIL squat için toplam kaldırma süresinin daha uzun olduğu ve ortalama ve tepe hızının daha düşük olduğunu bulunmuştur. Bogdanis vd.,'de (2019) yapmış oldukları çalışmada amaç, UNI ve BIL pliometrik güç antrenmanın, tek ve çift bacak sıçrama performansı ve kuvveti üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Çalışmada elde edilen bulgularda, sağ ve sol bacak aktif sıçrama toplamında, sadece UNI grupta gelişme gösterdiği ($19.0 \pm \%7.1$) ve BIL grupta ise değişimin olmadığı tespit edilmiştir ($3.4 \pm \%8.4$). Bir diğer dikkat çeken konuda; squat egzersizleri sırasında eklem hareket açıklığının etkileri üzerine olmuştur. Alt ekstremitte eklemlerinin esnekliği, squat sırasında alt ekstremitenin eklem hareket açıklığı (EHA) arasında güçlü bir ilişki gösterilmiştir (Gomes, 2020). Özellikle farklı BIL squat derinliklerinin bar hızı ve güç çıkışı üzerine etkileri incelenmiştir. Squat sırasındaki EHA varyasyonları, hareket paterninin niteliği ile ilgili çeşitli biyomekanik faktörleri etkilediği gibi kuvvet gelişimi, kuvvet gelişim hızı, eklem stabilitesi dinamikleri, motor ünitelerin aktivasyonu ve senkronizasyonu da etkilemektedir (Rhea vd., 2016). Daha büyük derinliklerde gerçekleştirilen squat egzersizini içeren uzun süreli antrenmanların da, iyi antrenmanlı sporcuların nöromüsküler ve fonksiyonel performansını en üst düzeye çıkardığı belirtilmiştir (Bloomquist vd., 2013).

Bar hızı ve çömelme derinliği ile ilgili çalışmalar genellikle farklı BIL squat modellerini içermektedir. UNI alt gövde hareketlerinin kinematığı ve buna bağlı olarak hareket sırasında farklı oranlardaki yükler ve tutuş tekniklerinin incelendiği çalışmalar sınırlıdır. Bu anlamda atletik performansa ilişkin hız, kuvvet, güç gibi bazı parametrelerin bilinmesi antrenör, sporcu ve rehabilitasyon uzmanları açısından önem arz etmektedir. Özellikle UNI hareketlerini kendi içinde birbiri ile karşılaştıran diğer çalışmalar olmakla beraber (Comfort vd., 2015; Khuu vd.,2016; Helme, Bishop, Emmonds & Low, 2019; Park vd., 2016); literatürde alt gövde için seçilmiş UNI bir güç egzersiz modeli üzerinde; kaldırılan farklı oranlardaki (maksimal veya submaksimal) yükün, çömelme derinliği ile ilişkisini ve aynı zamanda bar hızının değişimini karşılaştıran çalışmalara rastlanmamıştır. Bu çalışmanın amacı, alt ekstremitede gerçekleştirilen UNI güç egzersizinde kullanılan farklı yüklerin sporcuların çömelme derinliği ve bar hızı arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda çalışmanın hipotezleri; 1- Farklı yüklerdeki hız verilerinin farklılık göstereceği; 2- Farklı yüklerdeki çömelme derinliği verilerinin farklılık göstereceği ve 3- Çömelme derinlikleri ile bar hızı arasında ilişki olabileceği yönündedir.

METOT

Araştırma Modeli

Bu çalışma, nicel araştırma yöntemlerinden tanımlayıcı ve ilişkisel araştırma modelinde tasarlanmıştır.

Çalışma Grubu

Çalışmanın evrenini İstanbul ilinde bulunan genel fitness egzersiz modellerini (UNI ve BIL dahil) uygulayabilen sporcular oluşturmuştur. Çalışmanın örneklem grubunu ise; en az üç yıl boyunca aktif egzersiz yapan, UNI ve BIL egzersiz modellerini uygulayabilen, Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan, yaşları $22,90 \pm 1,28$ yıl, boy ortalamaları $175,90 \pm 5,36$ cm ve vücut ağırlığı ortalamaları $75,38 \pm 7,78$ kg olan 10 gönüllü erkek sporcu oluşturmuştur. Çalışma öncesinde katılımcılara araştırmanın olası riskleri ve detayları hakkında bilgi verilerek gönüllü rıza formu imzalatılmıştır. Araştırmaya dahil edilen sporcular için; hareketlerini kısıtlayıcı herhangi bir yaralanması, ortopedik engeli ve kronik hastalığı olmaması kriter olarak eklenmiştir. Çalışma, Haliç Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Bilimleri Araştırma ve Uygulama Laboratuvarı'nda gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada; antropometrik ölçüm araçları, üç boyutlu kinematik analiz sistemi, doğrusal ivme ölçer, halter barı, ayarlanabilir sehpa ve ağırlık plakaları kullanılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların boy uzunlukları hassasiyeti ± 1 mm olan Holtain marka stadiometre ile, vücut ağırlıkları hassasiyeti ± 0.1 kg olan InBody marka biometrik empedans ile kaydedilmiştir. Ölçümler sırasında katılımcıların kullanacakları bar yükünün belirlenmesinde 1TM testi (Harman, 2008) uygulanmış ve Eleiko marka olimpik bar ve plakaları (Eleiko AB, Halmstad, Sweden) kullanılmıştır.

Çalışmada bar hızının tespit edilmesi için doğrusal ivme ölçer olarak PUSH Band™ Pro v2.0 seçilmiştir. PUSH Band™ Pro v2.0 (PUSH, Inc., Toronto, Canada) giyilebilir cihaz 1000 Hz veri toplama hızı özelliği olan, içerisinde, 3 eksenli bir ivme ölçer ve koordinat sisteminde 6 derece serbestlik sağlayan bir jiroskoptan oluşan araçtır (Hughes vd., 2019). Ekipman, bar hızı verilerin toplanmasında "bar modu" işlevi kullanılarak ağırlık barı üzerine takılmıştır.

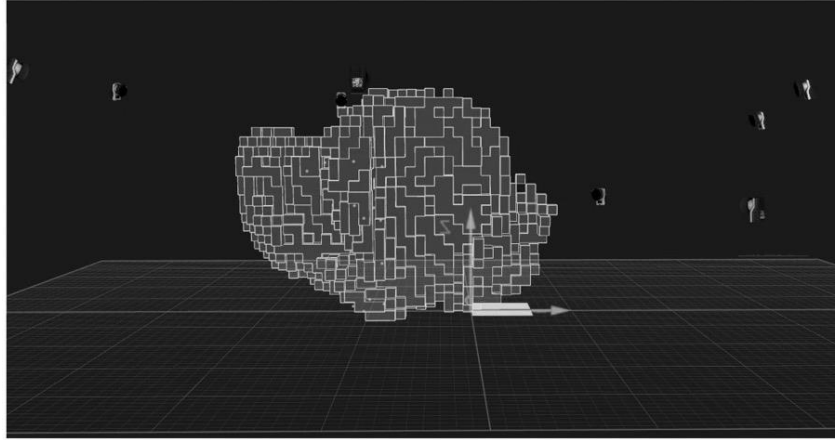
Squat performansı esnasında çömelme derinliği için üç boyutlu hareket analizi sistemi olan Qualisys Track Manager (QTM) 2020.3 Versiyon (AB, İsveç) kullanılmıştır. Hareket analizleri esnasında 8 adet yüksek hızlı Oqus 7+ kameralar (Boyutlar:18.7×11×12.5cm; Ağırlık: 1.9-2.1kg) kullanılmış ve kameralar sporcunun bulunduğu orta alanda çevrelenerek, birbirlerine 4-6 metre mesafelerde yerleştirilmiştir (Şekil 1).



Şekil 1. Ölçüm alanı ve üç boyutlu video sisteminin yerleşimi

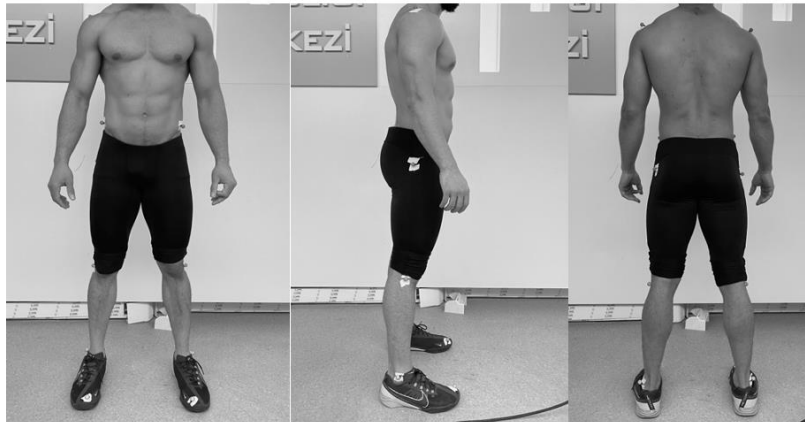
Başar, M.A., Bulgan-Ercin, Ç., ve Aşçı, A. (2022). Farklı yüklerde yapılan unilateral squat hareketinde çömelme derinliğinin bar hızına etkisinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 67-79.

Alanın gerçek ölçülerde tanımlandırılması için kalibrasyon, dinamik wand kalibrasyon yöntemiyle T stick (60cm) kullanılarak gerçekleştirilmiş ve süresi 45sn olarak belirlenmiştir (Şekil 2).



Şekil 2. Alan kalibrasyonu

Sporcuların vücut segmentlerinin belirlenmesinde 10 adet deri üzerine yerleştirilen reflektörler (marker) kullanılmıştır. Çömelme derinliği için katılımcıların kalçada sağ ve sol greater throcater üzerine, dizde sağ ve sol lateral kondiller üzerine ve ayak bileğinde sağ ve sol lateral malleoller üzerine yerleştirilmiştir (Şekil 3).



Şekil 3. Veri toplama segmentleri ve marker yerleri

Verilerin Toplanması

Sporcular, ikişer gün gelecek şekilde toplanmıştır. Birinci gün sporculara antropometrik ölçümler yapılmış ve farklı yüklerdeki bar hızlarının farklılıklarının tespiti için 1 tekrar maksimum (TM) testi uygulanmıştır (Harman, 2008). Test, bilateral back squat hareketi olarak uygulanmış ve test sonunda elde edilen maksimal yükün yarısı (%50) alt ekstremitte her iki ekstremitte için kullanılmıştır. Değerlendirmede alt ekstremitte UNI hareket modeli olarak Modifiye Tek Bacak Squat (MTBS) hareketi uygulanmıştır (Şekil 4).



Şekil 4. Modifiye tek bacak squat hareket modeli

MTBS hareketini test etme prosedürü DeForest vd., (2014) yapmış olduğu çalışmadan uyarlanmıştır. Bu hareket modeli için arkada kalan ayağın destek alacağı ayarlanabilir bir sehpa kullanılmıştır. İkinci gün, MTBS için sehpa yüksekliği çömelme derinliğinin belirlenmesi amacı ile her bir sporcunun her iki bacağı için tibial tuberosity yüksekliği mezura ile ölçülerek cm olarak belirlenmiştir. Çömelme derinliğinin standardı için, egzersiz boyunca dengenin sağlanması, önde kalan ayağın topuğunun hareket süresince zeminle temasına devam etmesi, sporcunun nötr bir duruşta arka bacadan yaklaşık olarak 180° kalça açısını sağlaması ve arkada kalan yükseltilmiş bacağın diz kapağının öndeki bacağın ayak bileği medial malleol hizasına kadar alçalması olarak belirlenmiştir (Helme, Low & Emmonds, 2019).

Kaldırışlar öncesinde; ölçüm alanı 3D hareket analizi için kalibre edilmiş ve olimpik bar üzerine Push Band 'Bar Modu' özelliği aktif edilerek yerleştirilmiştir. Sporcular, bisiklet ergometresinde beş dakikalık, kendi hızlarına göre genel ısınmayı bitirdikten sonra dinamik esneme egzersizleri yapmışlar ve ardından belirlenen UNI-Squat hareket modeli olan MTBS ile ısınma rutini uygulamışlardır. Isınma sonrasında, her bir sporcuya hareket modeli ile ilgili olarak kaldırış tekrarlarını mümkün olan en hızlı şekilde yapmaları komutu verilmiş ve bu süreçten sonra kaldırış esnasında ayrıca sözlü herhangi bir motive edici uyarı verilmemiştir. Sporcular; MTBS egzersizini arkadan tutuşta her iki ekstremitede, önce ağırlıksız bar da (20kg), ardından rastgele olarak; 1TM'nin yarısının %40, %60, %80 yüklerde 5 tekrar yapacak şekilde gerçekleştirmişlerdir. Bu yüzdeler, her sporcu için 1TM değerleri belirlendikten sonra yarısı alınarak ayrı ayrı hesaplanmıştır. Kaldırışlar sırasında hareket tekniğinin bozulması, denge kabı veya tekrarlar arasında 2s'den daha fazla (Helme, Low & Emmonds, 2019) sabit kalma durumu gözlemlendiğinde ilgili set/tekrar iptal edilmiş ve gerekli dinlenme verildikten sonra hareket yeniden yapılmıştır. Her kaldırış yüküne göre dinlenme aralıkları; %40 için 2dk, %60 için 3dk ve %80 için 4dk, ayak değişimlerinde ise dinlenme süresi 4dk olarak uygulanmıştır. Ölçümler süresince olimpik bar üzerine yerleştirilen Push Band aracılığıyla bar hızı hesaplanmış; 3D hareket analiz sistemiyle de her bir denek için farklı yüklerdeki ve farklı tekrarlardaki çömelme

derinlikleri, kalça segmentine yerleştirilen deri işaretleri aracılığıyla Qualysis Track Manager'dan hareket başlangıç ve bitiş aralığının hesaplanması gerçekleştirilerek yapılmıştır.

Araştırma Yayın Etiği

Bu araştırma için Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü "Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'nun 28.01.2021 tarih ve 02-1/1 sayılı kararı ile etik onam alınmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışmanın istatistik analizi IBM SPSS Versiyon 25 programı kullanılarak yapılmıştır. Öncelikle analiz edilmesi istenilen veriler, üç boyutlu hareket analiz ve doğrusal ivme ölçer yazılımları aracılığıyla direk Microsoft Excel'de toplanmıştır. Sonrasında verilerin normallik analizi Kolmogorov Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Normal dağılım gösterdiği belirlendikten sonra relatif yükler arasındaki farklılıkların tespiti için tekrarlı ölçümlerde varyans analizi kullanılmıştır. Anlamlı farklılıkların olduğu durumlarda ise ikili karşılaştırmalar T-testi ile belirlenmiştir. Ayrıca deneklerin ortalama bar hızları ile çömelme derinliği arasındaki ilişki Pearson Korelasyon testi ile incelenmiştir. Çalışmada kullanılan istatistiksel analizler %95 güven aralığında 0.05 hata düzeylerinde gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya katılan sporcuların, yaş ortalamaları $22,90 \pm 1,28$ yıl, boy ortalamaları $175,90 \pm 5,36$ cm ve vücut kütle ortalamaları $75,38 \pm 7,78$ kg olarak tespit edilmiştir. Ayrıca farklı yüklerin hesaplanması öncesindeki 1TM back squat değerleri de $115,00 \pm 17,46$ kg olarak hesaplanmıştır. Fakat bu 1 TM değerleri, her sporcu için farklılık gösterdiğinden dolayı yüzdelik oranları da bireysel olarak belirlenmiştir. Sporcuların, kaldırdıkları yüklerinin yüzdelik değerleri Tablo 1 2'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Sporcuların 1 tekrar maksimum ve farklı relatif yük parametrelerinin tanımlayıcı istatistikleri

Değişkenler	Min.	Maks.	X(Ort)	S
Boş Bar Kütlesi (kg)	20	20	20	0
1TM %40 (kg)	28	43	34,7	5,55
1TM %60 (kg)	30	50	40	6,67
1TM %80 (kg)	40	63	51,5	8,31

Sporcuların, kaldırdıkları yüklerinin ortalama bar hızı değerleri Tablo 2. de gösterilmiştir. Buna göre boş barda (20kg) sağ ekstremite için ortalama 0,945m/s lik bir kaldırma hızı mevcutken, bu hız en fazla relatif yük olan %80'lik kaldırıpta 755m/s olarak tespit edilmiştir. Sol ekstremite için ortalama 0,898m/s lik bir kaldırma hızı mevcutken, bu hız en fazla relatif yük olan %80'lik kaldırıpta 0,736m/s olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2. Sporcuların sağ ve sol alt ekstremiteleri için farklı relatif yüklerdeki ortalama bar hızı parametrelerinin tanımlayıcı istatistikleri

Değişkenler	Min.	Maks.	X(Ort)	S
20kg - OH/Sağ (m/s)	0,814	1,12	0,945	0,094
20kg - OH/Sol (m/s)	0,715	1,022	0,898	0,077
%40 Y- OH/Sağ (m/s)	0,814	0,999	0,91	0,064
%40 Y- OH/Sol (m/s)	0,715	1,033	0,885	0,08
%60 Y- OH/Sağ (m/s)	0,72	1,071	0,874	0,11
%60 Y- OH/Sol (m/s)	0,657	1,012	0,832	0,1
%80 Y- OH/Sağ (m/s)	0,61	0,833	0,755	0,077
%80 Y- OH/Sol (m/s)	0,599	0,826	0,736	0,074

Y: Yük; OH: Ortalama Hız

Sporcuların, kaldırdıkları yüklerinin çömelme derinlik değerleri Tablo 3. de gösterilmiştir. Buna göre boş barda (20kg) sağ ekstremitte için ortalama 47,9cm lik bir çömelme derinliği mevcutken, bu derinlik en fazla relatif yük olan %80'lik kaldırıpta 46,1cm olarak tespit edilmiştir. Sol ekstremitte için ortalama 47,0cm lik bir çömelme derinliği mevcutken, bu derinlik en fazla relatif yük olan %80'lik kaldırıpta 45,2cm olarak tespit edilmiştir.

Tablo 3. Sporcuların sağ ve sol alt ekstremiteleri için farklı yüklerdeki çömelme derinlik parametrelerinin tanımlayıcı istatistikleri

Değişkenler	Min.	Max.	X(Ort)	S
20kg - ÇD/Sağ (cm)	42,8	54,3	47,9	3,4
20kg - ÇD/Sol (cm)	41,8	51,3	47,0	3,1
%40 Y- ÇD/Sağ (cm)	40,7	53,7	47,0	3,6
%40 Y- ÇD/Sol (cm)	35,9	50,8	45,0	4,7
%60 Y- ÇD/Sağ (cm)	43,8	51,6	47,2	2,9
%60 Y- ÇD/Sol (cm)	41,1	50,4	45,1	2,9
%80 Y- ÇD/Sağ (cm)	41,8	51,3	46,1	3,4
%80 Y- ÇD/Sol (cm)	39,7	51,1	45,2	3,1

Y: Yük; ÇD: Çömelme Derinliği

Çalışmada, 20kg, %40, %60 ve %80 yüklerdeki farklılıkların tespiti için kullanılan tekrarlı ölçümlerde varyans analizi sonrasında hem sağ hem de sol ekstremitte için farklı relatif yüklerdeki ortalama bar hızlarında anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p<0,005$). Farklılıkların hangi yükler arasında olduğunun tespiti için gerçekleştirilen ikili karşılaştırmalar için yapılan T-Test sonuçları ise her iki ekstremitte için Tablo 4' te gösterilmiştir.

Tablo 4. Sporcuların sağ ve sol alt ekstremiteleri için farklı relatif yüklerdeki ortalama bar hızı farklılıklarının t-test analizi sonuçları

Değişkenler	P değeri (Sağ Ekstremitte)	P değeri (Sol Ekstremitte)
20kg - %40 Y/OH	0,058*	0,292
20kg - %60 Y/OH	0,002*	0,002*
20kg - %80 Y/OH	0,000*	0,000*
%40 Y- %60 Y/OH	0,171	0,006*
%40 Y- %80 Y/OH	0,000*	0,000*
%60 Y- %80 Y/OH	0,001*	0,012*

* $p<0,05$; Y: Yük; OH: Ortalama Hız

Çalışmada, tekrarlı ölçümlerde çift yönlü varyans analizi sonrasında hem sağ hem de sol ekstremitelerde için farklı relatif yüklerdeki ortalama çömelme derinliklerinde anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Farklılık tespiti için gerçekleştirilen ikili T-Test sonuçları ise her iki ekstremitelerde için Tablo 5’ te gösterilmiştir.

Tablo 5. Sporcuların sağ ve sol alt ekstremiteleri için farklı relatif yüklerdeki ortalama çömelme derinliği farklılıklarının t-test analizi sonuçları

	P değeri (Sağ Ekstremitede)	P değeri (Sol Ekstremitede)
20kg - %40 Y/ÇD	0,245	0,098
20kg - %60 Y/ÇD	0,368	0,015*
20kg - %80 Y/ÇD	0,013*	0,048*
%40 Y- %60 Y/ÇD	0,849	0,911
%40 Y- %80 Y/ÇD	0,07	0,887
%60 Y- %80 Y/ÇD	0,074	0,904

* $p < 0,05$; Y: Yük; ÇD: Çömelme Derinliği

Yapılan Pearson korelasyon analizi sonrasında, farklı relatif yüklerdeki çömelme derinliklerinin, yine farklı yüklerdeki aynı değerleriyle ilişkilendirilen ortalama hız verilerinde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p > 0,05$).

Tablo 6. Sporcuların sağ ve sol alt ekstremiteleri için pearson korelasyon analiz sonuçları.

		20kg OH	%40 Y/OH	%60 Y/OH	%80 Y/OH
20kg ÇD/Sağ	r	0,038	0,043	0,014	0,181
	p	0,916	0,905	0,97	0,616
%40 Y/ÇD/Sağ	r	0,21	0,302	0,27	0,386
	p	0,56	0,397	0,451	0,27
%60 Y/ÇD/Sağ	r	-0,177	-0,055	-0,258	-0,009
	p	0,625	0,88	0,472	0,981
%80 Y/ÇD/Sağ	r	0,013	0,002	0,008	0,124
	p	0,971	0,996	0,983	0,732
20kg ÇD/Sol	r	0,07	0,186	0,022	0,54
	p	0,848	0,606	0,952	0,107
%40 Y/ÇD/Sol	r	-0,089	0,274	0,002	0,496
	p	0,806	0,444	0,995	0,145
%60 Y/ÇD/Sol	r	-0,114	0,009	-0,181	0,336
	p	0,753	0,98	0,616	0,342
%80 Y/ÇD/Sol	r	-0,219	-0,109	-0,198	0,232
	p	0,544	0,764	0,583	0,519

$p > 0,05$; Y: Yük; ÇD: Çömelme Derinliği; OH: Ortalama Hız

Yapılan Pearson korelasyon analizi sonrasında, farklı relatif yüklerdeki çömelme derinliklerinin, yine farklı yüklerdeki aynı değerleriyle ilişkilendirilen ortalama hız verilerinde hem sağ hem de sol alt ekstremitelerde için istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ($p > 0,05$) (Tablo 6).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmada; alt ekstremitte için belirlenen bir modifiye edilmiş UNI squat hareket modeli üzerinde farklı relatif yüklerin sporcuların çömelme derinliği ve bar hızı değişkenlerine olan etkileri incelenmiştir. Her sporcudan 1TM testinde elde edilen oransal değerlerin yarısının %40, %60 ve %80’nde her iki ekstremitte ile yapılan UNI hareket modeli için yük değerleri hesaplanmıştır. Tablo 1’de farklı yüklerdeki kaldırımlar için ortalama bar hızları sergilenmiştir. Bu çalışmada yapılan istatistiksel analizler sonrasında, bar hızlarının neredeyse tüm relatif yüklerde anlamlı farklılıklar sergilediği tespit edilmiştir ($p<0,05$) (Tablo 4). Bu hız değişimlerinin beklenen bir durum olduğu düşünüldüğünde yüklerin artışına bağlı olarak bar hızında azalma şeklinde kendini göstermiştir. Literatürdeki benzer çalışmalarda, yine benzer bar hızı azalmaları tespit edilmiş ve bar hızındaki azalmaların nedenlerinin, kalkış esnasındaki konsantrik fazda artan kuvvet çıkışı ve yük olduğu değerlendirilmiştir (Gonzalez-Badillo ve Sanchez-Medina, 2010; Sanchez-Medina vd., 2010). Bir diğer çalışmada ise iki farklı bar modelinin kullanıldığı bilateral squat (BIL-S) hareketi için 1TM’nin %65 ve %85’inde farklı relatif yükler ile ortalama bar hızı (OBH) karşılaştırılması yapılmış ve her iki barda da %85 relatif yükte yapılan kaldırımlarda bar hızlarında (Geleneksel Bar: %65; ortalama hız 0.721 ± 0.091 m/s, %85; ortalama hız 0.498 ± 0.076 m/s ve Güvenli Squat Bar: ortalama hız %65; 0.751 ± 0.120 m/s, %85; ortalama hız 0.503 ± 0.109 m/s) düşüş olduğu belirtilmiştir (Vantrease vd., 2021). Bu çalışmalar da göz önüne alındığında bizim çalışmamızda da benzer nedenlerden kaynaklı yük-hız ilişkisi olduğu değerlendirilmiştir.

Alt ekstremitte UNI egzersiz modeli olarak belirlenen MTBS hareketinde sporcuların çömelme derinliğini standart bir pozisyonda yapmaları sağlanmış ve arkada kalan yükseltilmiş bacağın patellasının öndeki bacağın ayak bileği medial malleol hizasına kadar alçalması istenmiştir. Bu ve buna benzer UNI hareket modelleri; ağırlıklı olarak sagittal düzlemde fleksiyon ve ekstansiyon içerse de bu egzersizlerde ortak nokta, dar taban yüzeyinin frontal düzlem kontrolü ve ön-arka duruş pozisyonunda, transvers düzlemde kalçalarda meydana gelen rotasyon taleplerini ortaya çıkarmasıdır (McCurdy, 2017). Bu durumun MTBS hareketi içinde, önde kalan ayağın destek bacağının temas yüzeyinin dar olmasına bağlı olarak stabilite kontrolünde azalmaların olabileceğini düşündürmektedir. Bu da ağır yükler altında daha derine alçalmayı olumsuz etkileyebileceği hipotezini doğrulamıştır. Yapılan bu çalışmada sporcuların, kaldırdıkları relatif yüklerin çömelme derinliği ile ilgili verileri incelendiğinde; relatif yük artışının sağ ve sol ekstremitte için çömelme derinliklerini etkilediği belirlenmiştir (Tablo 3).

Çalışmada; boş bar ağırlığı ile sağ ekstremitte için ortalama 47,98cm lik bir çömelme derinliği elde edilirken, bu derinlik en fazla olan %80 relatif yük ile çömelme derinliğinde 46.11cm olarak belirlenmiştir. Her iki yük arasındaki çömelme derinliği farkı ise 1,87cm olarak hesaplanırken anlamlı farklılık olduğu ortaya çıktığı belirtilmiştir ($p<0,05$). Aynı parametre sol ekstremitte de incelendiğinde boş bar ağırlığı ile elde edilen çömelme derinliği 47,02cm iken, bu derinlik %60 ve %80 relatif yüklerde sırasıyla, 45,17cm ve 45,23cm olarak tespit edilmiştir ve bu parametrelerde de anlamlı farklılıklar elde edilmiştir ($p<0,05$). Her iki ekstremitte için yükün maksimale yaklaşması, çömelme derinliğinde yaklaşık 2cm civarında bir azalmaya neden

olmuştur. Bu azalmada, hareket esnasında eklem hareket açıklığındaki farklılık bazı biyomekanik faktörü etkileyebileceği belirtilmiştir. Hareket modelinin özgünlüğünü, kuvvet gelişimini, kuvvet gelişim hızını, motor ünitelerin aktivasyonunu ve senkronizasyonun yanı sıra dinamik eklem stabilitesini de etkileyebileceğidir (Rhea vd., 2016). Bu durumun daha önce hipotezde de ortaya atıldığı gibi, sporcuların başlangıç pozisyonuna dönerken konsantrik fazda barı ve yüklerini kontrol edebilmesi için yarattığı bir hareket daralmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Ayrıca, son dönemlerde direnç antrenmanları sırasında hareket hızının izlenmesi üzerine yapılan çalışmalarda; Back Squat derinliğinin, relatif yükler (%1TM) ile bar hızı arasında çok yakın bir ilişki ($R^2 = 0.96$) olduğu tespit edilmiştir (Moran-Navarro vd., 2017). Benzer bir çalışmada; progresif yüklerde farklı squat varyasyonları, Full Squat (FS), Half Squat (HS) ve Parallel Squat (PS) için çömelme derinliğinin yük-hız ve yük-güç arasında önemli düzeyde ($R^2 = 0.92-0.96$) ilişki bulunmuştur. Özellikle çömelme derinliği arttıkça (FS: $R^2 = 0.96$, HS: $R^2 = 0.94$, PS: $R^2 = 0.92$) bar hızı ve gücünde artış meydana gelmiştir. Bar hızı; 1TM'in %40-75 yükler için FS ve PS varyasyonları arasında her %1TM'ye karşı ortalama hız'da önemli farklılıklar saptanırken, %1TM'in 40-90'luk yükler için bu iki varyasyon ve HS arasında önemli farklılıklar gözlemlenmiştir (Martinez-Cava vd., 2019). Alejandro Martinez-Cava vd., (2019) yaptıkları benzer bir çalışmada, yük (%1RM) ile bar hızı arasında yakın ilişkiler ($R^2 = 0.92-0.96$) bulmuşlar ve bu ilişkiler bar hızı daha fazla arttıkça çömelme derinliğini de artacağı yönünde, her squat varyasyonu için özel olabileceği sonucuna ulaşmışlardır. Bu çalışmada yapılan korelasyon analizi sonrasında bar hızı ve çömelme derinliği arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir ($p > 0,05$). Çalışma UNI egzersiz modeline göre dizayn edildiği için bu squat varyasyonunda sporcuların artan yükleri kontrol edebilme çabalarına bağlı olarak çömelme derinliğinde de güvenli aralıkta kalma ihtiyacı doğurduğunu söyleyebiliriz.

Sonuç olarak, farklı yüklerdeki bar hızı değişkenleri, her iki extremitede de yüklerin artmasıyla birlikte anlamlı değişiklikler göstermiştir. Buna bağlı olarak yükün nicel miktarı, barın hızını azaltacak yönde etkileyen bir parametre olarak değerlendirilebilir. Bununla beraber, bar hızı ve çömelme derinliği arasında da ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı-ÇBE; MAB; AA- Verilerin Toplanması- MAS; ÇBE, İstatistik analiz- AA; ÇBE- Makalenin hazırlanması, ÇBE; MAB.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü “Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

Tarih: 28.01.2021

Sayı No: 02-1/1

KAYNAKÇALAR

- Ayotte, N.W., Stetts, D.M., Keenan, G., & Greenway, E.H. (2007). Electromyographical analysis of selected lower extremity muscles during 5 unilateral weight-bearing exercises. *Journal of Orthopaedic and Sports Physical Therapy*, 37(2), 48-55. <https://www.jospt.org/doi/10.2519/jospt.2007.2354>
- Bloomquist, K., Langberg, H., Karlsen, S., Madsgaard, S., Boesen, M., & Raastad, T. (2013). Effect of range of motion in heavy load squatting on muscle and tendon adaptations. *European Journal of Applied Physiology*, 113(8), 2133–2142. <https://doi.org/10.1007/s00421-013-2642-7>
- Bogdanis, G.C., Tsoukos, A., Kaloheri, O., Terzis, G., Veligeas, P., & Brown, L.E. (2019). Comparison between unilateral and bilateral plyometric training on single-and double-leg jumping performance and strength. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 33(3), 633-640. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001962>
- Chelly, M.S., Fathloun, M., Cherif, N., Amar, M.B., Tabka, Z., & Van Praagh, E. (2009). Effects of a back squat training program on leg power, jump, and sprint performances in junior soccer players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(8), 2241-2249. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181b86c40>
- Comfort, P., Jones, P.A., Smith, L.C., & Herrington, L. (2015). Joint kinetics and kinematics during common lower limb rehabilitation exercises. *Journal of Athletic Training*, 50(10), 1011-1018. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-50.9.05>
- DeForest, B.A., Cantrell, G.S., & Schilling, B.K. (2014). Muscle activity in single-vs. double-leg squats. *International Journal of Exercise Science*, 7(4), 302-310.
- Distefano, L.J., Blackburn, J.T., Marshall, S.W., & Padua, D.A. (2009). Gluteal muscle activation during common therapeutic exercises. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 39(7), 532-540. <https://www.jospt.org/doi/10.2519/jospt.2009.2796>
- Eliassen, W., Saeterbakken, A.H., & Van Den Tillaar, R. (2018). Comparison of bilateral and unilateral squat exercises on barbell kinematics and muscle activation. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 13(5), 871. <https://doi.org/10.26603/ijst20180871>
- Gomes, J., Neto, T., Vaz, J.R., Schoenfeld, B.J., & Freitas, S.R. (2020). Is there a relationship between back squat depth, ankle flexibility, and achilles tendon stiffness? *Sports Biomechanics*, 1-14. <https://doi.org/10.1080/14763141.2019.1690569>
- González-Badillo, J.J., & Sánchez-Medina, L. (2010). Movement velocity as a measure of loading intensity in resistance training. *International Journal of Sports Medicine*, 31(05), 347-352. <https://doi.org/10.1055/s-0030-1248333>
- Hansen, K., & Cronin, J. (2009). Training loads for the development of lower body muscular power during squatting movements. *Strength & Conditioning Journal*, 31(3), 17-33. <https://doi.org/10.1519/SSC.0b013e3181957065>
- Harman, E., & Garhammer, J. (2008). Testing and evaluation. In T.R. Baechle & R.W. Earle (Ed.), *Essentials of Strength Training and Conditioning*, (pp. 237-273). Human Kinetics,
- Helme, M., Low, C., & Emmonds, S. (2019). *A kinetic and kinematic analysis of the rear foot elevated split squat 5rm test*. United Kingdom Strength and Conditioning Association National Conference, 15 June - 16 June, Stadium MK, Milton Keynes.
- Helme, M., Bishop, C., Emmonds, S., & Low, C. (2019). Validity and reliability of the rear foot elevated split squat 5 repetition maximum to determine unilateral leg strength symmetry. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 33(12), 3269-3275. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000003378>

- Başar, M.A., Bulgan-Ercin, Ç., ve Aşçı, A. (2022). Farklı yüklerde yapılan unilateral squat hareketinde çömelme derinliğinin bar hızına etkisinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 67-79.
- Hori, N., Newton, R.U., Nosaka, K., & Stone, M.H. (2005). Weightlifting exercises enhance athletic performance that requires high-load speed strength. *Strength and Conditioning Journal*, 27(4), 50-55.
- Hughes, L.J., Peiffer, J.J., & Scott, B.R. (2022). Reliability and validity of using the push band v2. 0 to measure repetition velocity in free-weight and smith machine exercises. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 36(2), 365-370. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000003436>
- Khuu, A., Foch, E., & Lewis, C.L. (2016). Not all single leg squats are equal: A Biomechanical comparison of three variations. *International journal of sports physical therapy*, 11(2), 201-211.
- Martínez-Cava, A., Morán-Navarro, R., Sánchez-Medina, L., González-Badillo, J.J., & Pallarés, J.G. (2019). Velocity-and power-load relationships in the half, parallel and full back squat. *Journal of Sports Sciences*, 37(10), 1088-1096. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1544187>
- McCurdy, K. (2017). Technique, variation, and progression of the rear-foot-elevated split squat. *Strength & Conditioning Journal*, 39(6), 93-97. <https://doi.org/10.1519/SSC.0000000000000319>
- McCurdy, K., & Conner, C. (2003). Unilateral support resistance training incorporating the hip and knee. *Strength & Conditioning Journal*, 25(2), 45-51.
- McCurdy, K., O'Kelley, E., Kutz, M., Langford, G., Ernest, J., & Torres, M. (2010). Comparison of lower extremity EMG between the 2-leg squat and modified single-leg squat in female athletes. *Journal of Sport Rehabilitation*, 19(1), 57-70. <https://doi.org/10.1123/jsr.19.1.57>
- Morán-Navarro, R., Pérez, C. E., Mora-Rodríguez, R., de la Cruz-Sánchez, E., González-Badillo, J. J., Sánchez-Medina, L., & Pallarés, J. G. (2017). Time course of recovery following resistance training leading or not to failure. *European Journal of Applied Physiology*, 117(12), 2387-2399. <https://doi.org/10.1007/s00421-017-3725-7>
- Park, S., Chung, C., Park, J., Jang, J., Panday, S.B., Lee, J., & Pathak, P. (2016). Comparative analysis of lunge techniques: forward, reverse, walking lunge. *34th International Conference on Biomechanics in Sports, July 18-22. Tsukuba, Japan*.
- Rhea, M.R., Kenn, J.G., Peterson, M.D., Massey, D., Simão, R., Marin, P.J., Favero, M., Cardozo, D., & Krein, D. (2016). Joint-angle specific strength adaptations influence improvements in power in highly trained athletes. *Human Movement*, 17(1) 43-49. <https://doi.org/10.1515/humo-2016-0006>
- Sanchez-Medina, L., Perez, C.E., & Gonzalez-Badillo, J.J. (2010). Importance of the propulsive phase in strength assessment. *International Journal of Sports Medicine*, 31(02), 123-129. <https://doi.org/10.1055/s-0029-1242815>
- Speirs, D.E., Bennett, M.A., Finn, C.V., & Turner, A.P. (2016). Unilateral vs. bilateral squat training for strength, sprints, and agility in academy rugby players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 30(2), 386-392. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001096>
- Stone, M.H., Potteiger, J.A., Pierce, K.C., Proulx, C.M., O'bryant, H.S., Johnson, R.L., & Stone, M.E. (2000). Comparison of the effects of three different weight-training programs on the one repetition maximum squat. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 14(3), 332-337.
- Vantrease, W.C., Townsend, J.R., Sapp, P.A., Henry, R.N., & Johnson, K.D. (2021). Maximal strength, muscle activation, and bar velocity comparisons between squatting with a traditional or safety squat bar. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 35(1), S1-S5. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000003541>



Bu eser **Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.

7405 Sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun Kamu Politikası Çerçevesinde Değerlendirilmesi

Tekin ÇOLAKOĞLU¹, Ömer ÖZBEY², Doğukan DOĞAN^{2*}

¹Gazi Üniversite, Ankara, Türkiye

²Gençlik ve Spor Bakanlığı, Ankara, Türkiye

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 01.06.2022

Kabul Tarihi: 25.06.2022

DOI:10.47778/ejsse.1124789

Online Yayın: 30.06.2022

Öz

Bu araştırma 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan 7405 sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununu, kamu politikası çerçevesinde Türk sporu açısından değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmada yatay yöntem yaklaşımı kullanılmıştır. Yatay yaklaşım, tüm boyutları o döneme ait değişkenlerle yan yana getirerek farklılıkları saptamaya çalışan bir yöntemdir. Araştırmanın bulgularında kanun maddeleri gerekçeleri ile birlikte yatay tablo halinde sunulmuştur. Bu çalışma sonucunda, Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun kamu politikası çerçevesinde Cumhuriyet sonrası Türk spor yönetiminin geçirdiği yapısal değişim göz önünde bulundurularak birçok açıdan ülke sporunun geliştirilmesinde etkili olacağına ve bundan önceki yapıyı tümüyle reddetmeden uygulamada görülen birçok aksaklığın giderilmesine yardımcı olacağı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor kulüpleri, Spor federasyonları, Kamu politikası, 7405 sayılı Kanun.

Evaluation of the Law Number of 7405 on Sports Clubs and Sports Federations within the Framework of Public Policy

Abstract

The application of this research on Sports Clubs and Sports Federations numbered 7405, published in the official journal numbered 26/4/2022 and numbered 31821, it was made in order to evaluate it in terms of Turkish sports within the framework of public policy. This was used with the horizontal method. Horizontal environment, side by side with a view related to all views with a helping person. The findings of the study are presented in the form of a horizontal table with the justifications of the articles of the law. As a result of this study, it has been concluded that the Law on Sports Clubs and Sports Federations will be effective in the development of the country's sports in many ways, taking into account the structural change experienced by the Turkish sports administration in the post-Republican period. it will help to eliminate many problems in practice within the framework of public policy and without completely rejecting the previous structure.

Keywords: Sports clubs, Sports federations, Public policy, Law no 7405.

GİRİŞ

Toplum ve kamu kurumları arasındaki ilişkinin zamanla birbirine bağımlı hale gelmesi neticesinde siyasi otoritelerin ürettikleri politikaların daha kapsamlı bir şekilde incelenmesi gerekliliği kaçınılmaz olmuştur (Gertson, 2010; Hill ve Hupe, 2002). Tarihsel olarak bakıldığında 18. yüzyıldaki iktidar sahipleri, siyasal örgütlenme bakımından yetersiz olup toplumun sorunlarına büyük ölçüde ilgisiz kalmaktaydı. Küçük yönetici grupları ya da temsili olmayan yasama organları tarafından alınan kararlar toplumsal anlaşmazlıkları çözmede yetersizdi (Dye, 2013; Gertson, 2010). Demokrasi anlayışının 19. yüzyılda gelişmeye başlamasıyla birlikte halkı doğrudan temsil eden siyasi otoriteler ve onların aldıkları kararlar büyük önem ve resmiyet kazanmıştır (Babaoğlu, 2018; Gertson, 2010). 20. yüzyıldan itibaren sosyal, ekonomik ve politik alanlar başta olmak üzere yönetsel olarak bir çok paradigma değişimi yaşanmıştır. Özellikle 1929 küresel ekonomik kriz sonucunda ortaya çıkan uzmanlaşma ihtiyacı ve akabinde yaşanan 2. Dünya Savaşı esnasında sosyal bilimcilerin toplumsal çatışmaların çözümüne ilişkin üstlendikleri aktif rol, elde edilen nicel verilerin nitel olarak sosyal bilimlerde kullanılmasını sağlamış ve doğrudan kamu politika alanının gelişimini hızlandırmıştır. Savaş esnasında başarıyla uygulanan askeri politikaların savaş sonrasında ekonomi, eğitim, sağlık gibi farklı politika alanlarında da uygulanabileceği fikri uyanmıştır (Babaoğlu, 2018; Gül, 2015; Moran vd., 2006; Nacak, 2015).

Bilimsel bakış açısıyla karşılaşılan sorunları tespit etmek ve politik konularda uygulanabilir çözüm önerilerinde bulunabilmek için kamu politikası faaliyetlerine önem verilmiştir. Bu doğrultuda kamu yönetiminin uygulama merkezli bir alt dalı olan kamu politikası, sosyal bilimler ve kamu yönetimi alanında giderek daha da önemli hale gelmiştir (Akıncı, 2018; Demir, 2015; Yıldız vd., 2016).

Kavramsal olarak kamu politikası, toplumda ortaya çıkan istek ve ihtiyaçları karşılama için idare tarafından yerine getirilen ve uygulamaların bütünü kapsayan bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Sidney, 2007). Dye, kamu politikasını; “*Devletin yaptığı ya da yapmadığı şeylerin tamamıdır.*” şeklinde tanımlamaktadır (Dye, 2002). Tanımdan da anlaşılacağı üzere sadece verilen bir kararın uygulanması değil, uygulanmaması da kamu politikası olarak yorumlanmaktadır (Acar ve Akman, 2019; Özdemir, 2018). Bu tanımlar doğrultusunda kamu politikası oluşturma sürecini bir kavram, bir süreç ve bir siyasi değişim mekanizması olarak incelemek gerekmektedir (Gertson, 2010; Hill ve Hupe, 2002).

Kamu politikası, siyasi otoritelerin tüm kamu kurum/kuruluş ve paydaşlar ile birlikte hedeflediği toplumsal ihtiyaçların karşılanması için sistemli bir şekilde yapılan plan, program ve stratejilerin tümünü içeren bir alandır (Çalı, 2012; Kaya, 2017). Kamu politikasının çeşitli disiplinlerden beslenen, uygulamaya yönelik çözüm odaklı ve yalnızca nicel değil aynı zamanda nitel analizlerden de yararlandığı, toplumun değer yargıları ve nesnellik vurgusu göz ardı edilmeden kamusal sorunların çözümlenmesinde yararlanan yönetim ve siyaset alanlarıyla ilişkili bir alt disiplin olduğu görülmektedir (Babaoğlu ve Yılmaz, 2021; Özdemir, 2018).

Geniş halk kitlelerini ilgilendiren ve devletlerin uluslararası alanda prestijini artıran spor da (Özbey vd., 2021) siyasi otoriteler ve idari kurumlar için tıpkı eğitim, sağlık, ulaşım ve diğer alanlar gibi bir kamu politikası olarak kabul görmektedir. Bu kapsamda Cumhuriyet tarihimiz mihenk taşı olarak ele alındığında 1922 ila 1936 yılları arasında Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı, 1936 ila 1938 yılları arası Türk Spor Kurumu, 1938 yılından günümüze kadar olan süreçte ise sporun yönetimi ve politikası Devlet eliyle farklı kurumlarca yürütülmüştür. Ülkemizde spor, 1938 yılında kurulan Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü ile 3530 sayılı Kanun kapsamında Devlet tarafından yönetilirken, 28/5/1986 tarihli ve 19120 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren 3289 sayılı Kanun ile sporun yönetimi sevk ve idare edilmektedir (Yetim, 2019). 3289 sayılı Kanunda mülga (kaldırılan) edilen maddeler ve değişiklik ihtiyacının gerek duyulması nedeniyle düzenleme yapılan maddeler artık 35 yıllık Kanunun spor gibi dinamik bir yapıyı idare etmede eksik kaldığı gerçeğini ortaya çıkarmıştır.

Bununla birlikte sporun yaygınlaşması ve geliştirilmesinde en önemli paydaşların başında gelen spor kulüpleri ve federasyonların birçoğunun yeterli düzeyde ve sürdürülebilir gelir kaynağı sağlayamadığı aşikârdır. Yine birçok kulüp ve federasyonun ölçsüz harcamaları ve bu kurumların mali yapılarındaki sorunlarından dolayı sistemli bir yapının getirilmesi zorunlu hale gelmiştir. Öte yandan spor sektörünün yüksek kazançlı bir endüstri haline geldiği göz önüne alındığında, derneklerin kazanç paylaşma amacıyla kurulamayacağına ilişkin 4721 sayılı Türk Medeni Kanunu ve 5253 sayılı Dernekler Kanununda yer alan hükümler neticesinde, spor kulüplerinin dernek statüsünde devam etmelerinin artık mümkün olmadığı ve bu yapılar için köklü revizyon gerektiği açıkça görülmektedir.

10/7/2018 tarihli ve 30474 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanarak yürürlüğe giren 1 Sayılı Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesine göre yapısal olarak yeniden düzenlenen Gençlik ve Spor Bakanlığı, merkez ve taşra teşkilatlanması ile kurumsal olarak birçok değişimden geçerek rasyonel bir anlayış çerçevesinde tespit edilen sorunlara teknik çözümler üretmektedir. Bu reformist değişimlerden birisi olan 7405 sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu tablolastırılarak incelenmiştir.

YÖNTEM

Bu araştırma, 7405 sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun farklı yönlerini ve değişimlerin gerekçelerini ortaya koymak amacıyla yapılmış betimsel bir çalışmadır. Sosyal bilimlerde yapılan araştırmalar ile diğer bilim dallarında yapılan araştırmalar kıyaslandığında deney veya ölçüm yapmanın oldukça zor olduğu görülmektedir. Söz konusu durumun giderilmesi amacıyla araştırma yöntemlerinden karşılaştırmalı yöntem kullanılmaktadır (Ültanır, 2000). Karşılaştırmalı yöntemde örnek olay, yatay, dikey, tanımlayıcı, açıklayıcı, değerlendirici ve problem çözme gibi farklı yaklaşımlar bulunmakta olup bu araştırmada yatay yöntem yaklaşımı kullanılmıştır (Çubukçu vd., 2016). Yatay yöntem yaklaşımı tüm boyutları o döneme ait değişkenlerle yan yana getirerek farklılıkları saptamaya çalışan bir yöntemdir (Ültanır, 2000).

BULGULAR

Araştırmada Kanun maddeleri tablolar halinde gerekçeleri ile değerlendirilmiştir.

Tablo 1. Amaç, kapsam ve tanımlara ilişkin esaslar

BİRİNCİ KISIM Genel Esaslar BİRİNCİ BÖLÜM Amaç, Kapsam ve Tanımlar	
26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 1- Amaç ve kapsamı	Kanunun amacı spor kulüpleri, spor anonim şirketleri ve spor federasyonlarının kuruluşu, organları, üst kuruluş oluşturmaları, gelir ve giderleri, bütçe ve harcama esasları, görev, yetki ve sorumlulukları, denetimleri, yapılacak yardımın şartları ile diğer hususlara dair usul ve esasları düzenlemektir. Payları borsada işlem gören spor anonim şirketleri dâhil olmak üzere tüm halka açık spor anonim şirketleri sermaye piyasası mevzuatına tabidir. Bu Kanunda spor anonim şirketleri için getirilen hükümler, sermaye piyasası mevzuatının halka açık şirketler için getirdiği düzenlemelerden ayrılmadığı sürece uygulanır. Milli Savunma Bakanlığı kadro ve kuruluşunda yer alan askerî spor kulüpleri bu Kanuna göre tescil edilerek tüzel kişilik kazanan spor kulüpleri gibi spor faaliyetlerine katılabilir ancak bu Kanunun 4 üncü maddesi hariç diğer hükümleri bu kulüpler hakkında uygulanmaz şeklinde düzenlenmektedir.
Madde 2- Tanımlar	Kanunda kullanılan bazı kavramların tanımları yapılmış olup, bu tanımlardan dikkat çekenlerinin gerekçeleri değerlendirilmiştir. Spor anonim şirketi tanımı kapsamında, bir spor kulübünün iştiraki olarak ve bu kulübe bağlı olarak kurulabileceği gibi herhangi bir spor kulübüne bağlı olmadan da kurulması ve tescilini yaparak spor faaliyetlerine katılmasına imkân verilmektedir. Spor federasyonları tanımı, spor dalı ile ilgili faaliyetleri yürütmek üzere kanunla veya Cumhurbaşkanlığı kararnamesiyle kurulan, organları seçimle gelen ve idari ve mali özerkliğe sahip federasyonlar olarak tanımlanmıştır. Bilindiği üzere ülkemizde üç tür spor federasyon yapısı bulunmaktaydı. İlki 5894 sayılı Kanuna göre kurulan özerk Türkiye Futbol Federasyonu, ikincisi 3289 sayılı Kanunun Ek 9 uncu maddesine göre kurulan bağımsız spor federasyonları ve son olarak Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı olup ayrı bir tüzel kişiliği bulunmayan spor federasyonlarıydı. Ancak bu yeni düzenleme ile bu durumun önüne geçilmiş ve spor federasyonlarının arasındaki ayrım ortadan kaldırılmıştır. Üst kuruluş tanımı, spor kulüplerinin oluşturduğu tüzel kişiliği bulunan federasyonları ve bu federasyonların oluşturduğu konfederasyonlar olarak tanımlanmaktadır. Bu sayede spor kulüplerine kaynaklarını birleştirme, yardımlaşma, ortak saha ve tesis kullanma yolu açılmıştır.

Tablo 1’de 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun “Amaç, Kapsam ve Tanımlar” bölümünde yer alan maddelerin gerekçeleri gösterilmiştir. Bu bölümde kuruluş kanununa sahip Türkiye Futbol Federasyonu, bağımsız spor federasyonları ve Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı olup ayrı bir tüzel kişiliği bulunmayan spor federasyonları arasındaki kavramsal farklılık ortadan kaldırılmış ve spor federasyonları yeniden tanımlanmıştır.

Tablo 2. Spor kulüplerine ilişkin esaslar

İKİNCİ KISIM Spor Kulüpleri ve Spor Anonim Şirketleri BİRİNCİ BÖLÜM Spor Kulüpleri	
26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 3- Kuruluş ve tüzel kişiliğin kazanılması	Bu madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun 20 nci maddesi ve 5253 sayılı Dernekler Kanununun 14 üncü maddesi mülga olmuştur. Bu kapsamda spor kulüplerinin tüzel kişilik kazanması, kulübün Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından spor kulüpleri siciline tescil edilmesi ile düzenlenmiştir. Bu madde ile spor kulüplerinin kuruluş aşamasında yaptıkları başvurunun incelenmesi konusu ayrıntılı bir biçimde düzenlenmiştir.
Madde 4- Spor faaliyetlerine katılım	3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun 20 nci maddesinin ikinci ve dördüncü fıkraları mülga olup, bu maddeyle spor kulüplerinin bir spor dalındaki faaliyete katılabilmesi için spor dalının bağlı olduğu spor federasyonu tarafından tescil edilmesi gerekmektedir.
Madde 5- Spor kulüplerinin organları	Bu madde ile 5253 sayılı Dernekler Kanununun 14 üncü maddesinin ikinci fıkrası mülga olmuştur. Bu çerçevede spor kulüplerinin zorunlu organlarının neler olduğu, hangi suçların ve ceza sürelerinin kurul üyeliklerini ilgilendirdikleri, hangi hallerde mahkûm olanlar veya hak mahrumiyeti cezası alanlar, spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin genel kurul dışındaki organlarında görev alamayacakları belirtilmektedir.
Madde 6- Spor kulüplerine üye olma	Madde kapsamında, spor kulübüne üyelik için özel koşullar aranmamış ve kişinin fiil ehliyetine sahip olması yeterli görülmüştür. Ayrıca spor kulüplerinin tüzüklerinde üyeliği hukuka aykırı şekilde sınırlayacak hükümlere yer verilemeyeceği düzenlenmiştir.
Madde 7- Genel kurul, yönetim kurulu ve denetim kurulu	Bu madde ile spor kulüplerinin genel kurul, yönetim kurulu ve denetim kurulunun oluşumu, toplanması, görev ve yetkileri ile kararları hakkında 4721 sayılı Türk Medenî Kanunu ve 5253 sayılı Dernekler Kanununun ilgili hükümlerinin uygulanacağı belirtilmiştir. Ayrıca spor kulüpleri genel kurul ve yönetim kurulu toplantılarını elektronik ortamda yapabilecekleri de bu madde ile düzenlenmektedir.
Madde 8- Birleşme ve mal varlığının devri	Bu madde çerçevesinde spor kulüplerinin başka bir kulüple birleşmesine ilişkin esaslar düzenlenmiştir. Bu kapsamda yapılacak birleşmeler ancak maddede belirtilen nitelikli çoğunlukla alınacak genel kurul kararı ve Gençlik ve Spor Bakanlığının izniyle mümkün olacaktır. Birleşen kulübün geçmişine ilişkin sportif başarı ve benzeri diğer unsurların oluşturduğu sportif tarihe birleşen spor kulübüne geçebilecektir.
Madde 9- Spor kulüplerinin faaliyetinin yasaklanması, sona ermesi ve tescilin iptali	Bu madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun 20 nci maddesinin dördüncü fıkrası ve 5253 sayılı Dernekler Kanununun 14 üncü maddesinin ikinci fıkrası mülga olmuştur. Madde kapsamında taahhüt ettiği spor dalı faaliyetlerine izinsiz ve mazeretsiz olarak üst üste üç yıl katılmayan spor kulüplerinin, bu spor dallarına ilişkin tescillerinin ilgili spor federasyonu tarafından iptal edileceği düzenlenmektedir.
Madde 10- Spor tesisi	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 11 inci maddesine ikinci fıkra eklenmiştir. Kamu kurum ve kuruluşlarının spor salonları, sahaları ve tesislerinin verimli kullanılması ile bu tesislerden spor kulüplerinin bir program dâhilinde ortaklaşa yararlanabilmeleri için gerekli tedbirleri alma konusunda Gençlik ve Spor Bakanlığına koordinasyon görev ve yetkisi verilerek spor tesislerinin eşgüdüm içerisinde kullanılmasının sağlanması amaçlanmıştır. Maddenin dördüncü fıkrası ile Gençlik ve Spor Bakanlığının sporcu yetiştirme, sporda alt yapının desteklenmesi ve spor müsabakalarında kullanılmak amacıyla mülkiyet ve tasarrufundaki taşınmazları spor anonim şirketlerine 10 yıla kadar 2886 sayılı Devlet İhale Kanununda öngörülen pazarlık usulüyle kiralayabileceğine ya da 49 yıla kadar irtifak hakkı tesis edebileceğine ilişkin düzenleme yapılmıştır.
Madde 11- Kamu yararına çalışan spor kulüpleri	Madde ile spor kulüplerinin, 5253 sayılı Dernekler Kanunu ile diğer kanunlarda düzenlenen kamu yararına çalışan derneklere sağlanan haklardan yararlanacağı düzenlenmektedir.

Tablo 2 (Devamı). Spor kulüplerine ilişkin esaslar

26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 12- Üst kuruluş	Bu madde kapsamında 5253 sayılı Dernekler Kanununun 14 üncü maddesi mülga olmuştur. Amatör spor faaliyetlerinde bulunan spor kulüpleri ve spor anonim şirketleri, il sınırları içerisinde en az on beş spor kulübü veya spor anonim şirketinin bir araya gelmesiyle federasyon, aynı sayıda federasyonun bir araya gelmesiyle de konfederasyon kurabilirler. Bu madde kapsamında kurulan spor kulüpleri federasyonu ve konfederasyonlarının, spor federasyonlarının izni olmadan görev ve yetkilerini doğrudan veya dolaylı olarak kullanamayacaklarına ilişkin düzenleme yapılarak uygulamadan kaynaklanabilecek görev ve yetki uyumsuzluklarının önüne geçilmek istenmiştir.
Madde 13- Denetim ve beyanname usulü	Bu madde doğrultusunda spor kulüpleri için öngörülen dış denetim Gençlik ve Spor Bakanlığınca yapılacak olup Gençlik ve Spor Bakanlığı söz konusu dış denetimi bağımsız bir denetim kuruluşuna da yaptırabilecektir.

Tablo 2’de 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun ikinci kısım birinci bölümü olan “Spor Kulüpleri” bölümünde yer alan maddelerin gerekçeleri gösterilmiş olup spor faaliyetlerine katılım, birleşme ve mal varlığın devri ile kulüplerin kurullarına ilişkin maddeler düzenlenmiştir. Ayrıca spor kulüplerinin kurulması organları, spor tesislerine yer verilen bu madde kapsamında üst kuruluş kavramı da ayrıntılı bir şekilde tanımlanmıştır.

Tablo 3. Spor anonim şirketlerine ilişkin esaslar

İKİNCİ BÖLÜM Spor Anonim Şirketleri	
26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 14- Spor anonim şirketi vasfının kazanılması ve kaybedilmesi	Yüksek transfer ücretleri spor kulüplerinin borçlanmalarına sebep olan en önemli gider kalemlerinden birisini oluşturmaktadır. Bu sebeple son yıllarda kaynak arayışını arttıran kulüpler şirketleşme ve akabinde halka arz gibi alternatif yollara başvurmaktadır. Bu madde kapsamında anonim şirketlerin spor anonim şirketi vasfını kazanmaları düzenlenmektedir. Gençlik ve Spor Bakanlığınca tescil ile spor anonim şirketi haline gelen anonim şirketler, faaliyette bulunacakları spor dallarıyla ilgili olarak ilgili spor federasyonlarına da ayrıca branş tescili yaptırması gerekmektedir. Bu madde doğrultusunda belirli liglerde yer alabilmek için spor anonim şirket statüsünde olma yükümlülüğü getirebilme konusunda spor federasyonlarına yetki verilmektedir. Madde, spor kulüplerinin genel kurul öncesinde yöneticisiz kalmaları, sürekli başkan ve yöneticilerin mali desteğine ihtiyaç duymaları, yöneticilerin yönetim ilkelerinden uzak ve hatta spor camiası ve kulüpler yönünden sakıncalı uygulamalarını engellemeleri, üyeliği güçleştirmek ve üyelik haklarını kısıtlama veya erteleme gibi olumsuzlukların önüne geçmeleri, sporcuları yönetim çekişmelerinin içine çekmeleri gibi sorunlarının ortadan kaldırılmasını amaçlamaktadır. Bu madde ile birlikte 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun 24 üncü maddesi mülga olmuştur.
Madde 15- Hissedarlık yapısı	Madde kapsamında spor kulüplerinin aktif ve pasif varlıklarını sahip oldukları spor anonim şirketlerine sermaye olarak koyabileceklerine veya kurulan bir spor anonim şirketine devredebileceklerine ilişkin düzenlemeyi kapsamaktadır. Gerçek veya tüzel kişilerin aynı ligde mücadele eden birden çok spor kulübünün veya spor anonim şirketinin doğrudan veya dolaylı bir şekilde müdahale edemeyeceğine yönelik şike ve benzeri hususların engellenmesi amaçlanmaktadır.

Tablo 3 (Devamı). Spor anonim şirketlerine ilişkin esaslar

26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 16- Yönetim	Madde ile Türk Ticaret Kanununun 359 uncu maddesiyle eşgüdümlü şekilde, spor anonim şirketlerinde bulunan yönetim kurulunun üye sayısı ve nitelikleri düzenlenmiş olup halka açık spor anonim şirketlerinin, Sermaye Piyasası Kurulu tarafından belirlenen kurumsal yönetim ilkelerini uygulamak zorunda olduklarına ilişkin düzenleme yapılmıştır. Bir spor kulübü ve spor anonim şirketi yönetiminde yer alan kişilerin, aynı spor dalında ve aynı ligdeki başka bir spor kulübü veya spor anonim şirketinin yönetiminde aynı anda görev alamayacağına ilişkin düzenleme yapılmıştır. Bu düzenleme ile olası hak mahrumiyetleri ve bu yetkilerin suiistimal edilmesi engellenmeye çalışılmıştır.
Madde 17- Tamamlayıcı düzenlemeler	Madde doğrultusunda tamamlayıcı düzenlemelere ilişkin çıkarılacak tebliğle ilgili Gençlik ve Spor Bakanlığına yetki verilmiş olup, belirtilen konulara ilişkin Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından yapılacak düzenlemeler başta Türk Ticaret Kanunu olmak üzere yürürlükteki kanunlara aykırı olmayacak şekilde düzenleme yapılmaktadır.

Tablo 3’te 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun ikinci kısım ikinci bölümü olan “Spor Anonim Şirketleri” bölümünde yer alan maddelerin gerekçeleri gösterilmiştir. Spor anonim şirketi vasfının kazanılması ve kaybedilmesi, hissedarlık yapısı ve spor anonim şirketlerinin yönetimleri ile ilgili hükümler düzenlenmiştir.

Tablo 4. Mali hükümlere ilişkin esaslar

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM Mali Hükümler	
26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 18- Temel ilkeler	Spor kulüplerinin en önemli sorunlarının başında gelen mali sorunlara ilişkin temel ilkeler bu madde ile düzenlenmiştir. Bu doğrultuda spor kulüplerinin mali imkânlarını yönetim ilkelerine göre geliştirmek, muhasebe iş ve işlemlerini belirli bir sistem çerçevesinde yürütmek, sporun sürdürülebilirliğini sağlamak için sportif yatırımları teşvik etmek amaçlanmış olup bu madde kapsamında düzenlenen temel ilkelerin zorunluluğu belirtilmiştir.
Madde 19- Spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin gelir ve giderleri	Madde ile spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin Kanunda belirtilen görevleri yerine getirebilmeleri için ihtiyaç duydukları gelir kaynakları ve kullanabilecekleri gider kalemleri düzenlenmiştir.
Madde 20- Spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin bütçe ve harcama ilkeleri	Madde ile spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerince yapılacak temliklere ilişkin çeşitli sınırlamalar ve genel kurul kararı şartı getirilerek uzun vadeli borçlanmanın önüne geçilmektedir. Spor kulüplerinin ve spor anonim şirketlerinin önceki yıl elde ettikleri brüt gelirlerinin en fazla yüzde onuna kadar borçlanabileceği, bu oranın üzerinde yapılacak borçlanmaların genel kurulca kabul edilecek ek bütçe ile yapılabileceği, bu sayede yönetim kurullarının görev sürelerini aşacak şekilde sistemsiz borçlanmalarının önüne geçileceği yönünde düzenleme yapılmıştır. Ayrıca spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin bağlı olduğu ulusal ve uluslararası spor federasyonlarının belirlediği tüm şartları yerine getirmek zorunda olduklarına ilişkin düzenleme de bu madde kapsamında yer almaktadır. Bu sayede ulusal ve uluslararası alanda çeşitli yaptırımlarla karşılaşmanın da önüne geçilmiştir. Spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin alacaklarını madde kapsamında belirtilen kişi ve kurumlara devredemeyeceklerine ilişkin düzenleme yapılarak, bu bağlamda ortaya çıkabilecek olumsuzlukların da önüne geçilmiştir. Spor kulübü ve spor anonim şirketi başkan ve yönetim kurulu üyeleri ile yöneticilerinin mevzuat, tüzük ve esas sözleşmeden doğan yükümlülüklerini kusurlarıyla ihlal ettikleri takdirde kulüp, şirket, pay sahipleri ve alacaklılara karşı zararlardan müteselsilen sorumlu olduklarına ilişkin düzenleme yapılarak bu kuruluşları yönetenlerin mevzuat, tüzük ve esas sözleşme hükümlerine uygun iş ve işlem yapmaları konusunda dikkatli davranmalarının sağlanması amaçlanmıştır.

Tablo 4 (Devamı). Mali hükümlere ilişkin esaslar

26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 21- Yardım şekilleri	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun 25 inci maddesi mülga olmuştur. Madde ile belediyeler, belediyelere bağlı şirketler ve iktisadi işletmelerin, spor kulüplerinin ve spor anonim şirketlerinin profesyonel spor dallarına ve profesyonel sporcularına her ne şekilde olursa olsun kaynak aktaramayacaklarına ilişkin düzenleme yapılmıştır.

Tablo 4’te 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun ikinci kısım üçüncü bölümü olan “Mali Hükümler” bölümünde yer alan maddelerin gerekçeleri gösterilmiştir. Mali hükümler bölümü kapsamında düzenlenen spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin bütçe ve harcama ilkeleri belirlenerek oluşması muhtemel zararların müşterek değil müteselsilen sorumluluk kapsamında değerlendirileceği düzenlenmiştir. Bununla birlikte spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin gelir ve giderleri ile bu kulüp ve anonim şirketlerine kaynak aktarımı ile ilgili hükümler düzenlenmiştir.

Tablo 5. Çeşitli hükümlere ilişkin esaslar

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM Çeşitli Hükümler	
26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 22- Davanın ihbarı ve ferî müdahale	Bu maddede belirtilen haller ile Kanunun 20 nci maddesinde yer alan bütçe ve harcama ilkelerine aykırılık hallerinde spor kulübü, şirket, pay sahipleri, alacaklılar, zarar görenler ve diğer ilgililer tarafından sorumlular aleyhine açılacak davalarda Gençlik ve Spor Bakanlığı veya ilgili spor federasyonunun da davacının yanında ve davacıya yardımcı olmak üzere ferî müdahil olarak yer alabilecekleri şeklinde düzenleme yapılmıştır.
Madde 23- Profesyonel faaliyet	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun 18 inci ve 24 üncü maddesi mülga olmuştur. Profesyonel spor faaliyetinin tanımı ve unsurlarına ilişkin düzenleme yapılarak mevzuattaki boşluk giderilmiştir. Maddeye göre bir spor dalı veya spor faaliyetinin profesyonel olarak kabul edilmesinin ilk şartı bu spor dalı veya spor faaliyetinin yer aldığı spor federasyonunun üyesi olduğu uluslararası kuruluş/ lar tarafından profesyonel olarak kabul edilmesidir. Bu düzenleme ile birlikte 3289 sayılı Kanundaki anlam boşluğu da giderilmiştir.
Madde 24- Alacakların önceliği	Madde kapsamında Gençlik ve Spor Bakanlığının spor kulüpleri ile spor anonim şirketlerinden alacakları kapsamında diğer tüm alacaklarından öncelikli olarak tahsil edileceğine ilişkin düzenleme yapılmıştır. Bu sayede kamu alacaklarının korunması sağlanmıştır.
Madde 25- Uygulanacak hükümler	Madde ile olası hukuki boşluklar önlenmeye çalışılmıştır.

Tablo 5’te 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun ikinci kısım dördüncü bölümü olan “Çeşitli Hükümler” bölümünde yer alan maddelerin gerekçeleri gösterilmiştir. Dördüncü bölüm kapsamında profesyonel spor faaliyetinin tanımı ve unsurlarına ilişkin hususlar düzenlenerek mevzuattaki hukuki boşluk giderilmiştir.

Tablo 6. Spor federasyonlarına ilişkin esaslar

ÜÇÜNCÜ KISIM Spor Federasyonları BİRİNCİ BÖLÜM Spor Federasyonları	
26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 26- Kuruluş ve teşkilat	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin birinci fıkrası mülga olmuştur. Maddeyle spor federasyonlarının nasıl kurulacağı, tüzel kişiliğin nasıl kazanılacağı ve spor federasyonlarının teşkilat yapısının hangi organlardan oluşacağı gibi konular düzenlenmektedir.
Madde 27- Genel Kurul	Bu madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin üçüncü fıkrası mülga olmuştur. Spor federasyonunun en üst organı olan genel kurul toplantısının mevzuata uygunluğunu denetlemek üzere Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından gözlemci görevlendirileceği ile genel kurulun iptali için ilgili mahkeme ve başvuru süresi bu madde kapsamında düzenlenmiştir.
Madde 28- Genel kurul toplantıları	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin üçüncü fıkrası mülga olmuştur. Madde kapsamında genel kurula ilişkin kuralların herkese eşit şekilde uygulanması, kuralların net ve açık olarak ortaya konulması ve tüm ilgililer tarafından önceden bilinmesi gerektiği göz önünde bulundurularak genel kurulun toplantısı, delegelerin belirlenmesi, divanın oluşturulması, delege listesine yapılacak itirazlar, yönetim, denetim ve disiplin kurulu aday listelerinin oluşturulması, seçimlerin yapılması ve oyların sayımı ile ilgili temel usul ve esasların Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından çıkarılacak Yönetmelikle, diğer hususların ise ana statü ile belirlenmesi şeklinde düzenlenmiştir. Bununla birlikte olimpiyat ve paralimpik oyunlarının herhangi bir sebeple ertelenmesi veya iptal edilmesi halinde spor federasyonlarının genel kurullarının nasıl yapılacağı konusunda meydana gelen karışıklığın çözümü amacıyla gerekli düzenlemelere yer verilmiştir.
Madde 29- Toplantı usulü	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin dördüncü fıkrası mülga olmuştur. Spor federasyonu genel kurulunun, federasyon başkanı ve yönetim kurulunun seçimi, ana statünün yapılması, değiştirilmesi gibi önemli görevlerin olduğu göz önünde bulundurulduğunda toplantı yeter sayısı için delegelerin salt çoğunluğunun gerekli olması şeklinde düzenleme yapılmıştır.
Madde 30- Genel kurulun görevleri	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin dördüncü fıkrası mülga olmuştur. Bu kapsamda spor federasyonlarının genel kurullarının görevleri düzenlenmiştir.
Madde 31- Yönetim kurulu	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin ikinci fıkrası mülga olmuştur. Madde ile yönetim kurulu asıl üyelerinden en az ikisinin ilgili spor dalında olimpiyat, paralimpik ve deafilmpik oyunları ile büyükler dünya veya Avrupa şampiyonaları ya da kupalarında milli olan ve en az bir yıl önce faal sporculuğu bırakmış sporcu olması belirtilmiş olup ilgili spor dalının dinamiklerine sahip kişilerin yönetim kurulunda olması zorunluluğu getirilmiştir.
Madde 32- Disiplin kurulu	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin ikinci fıkrası mülga olmuştur. Madde kapsamında uygulamada birliğin sağlanması amacı ile suç ve cezanın önceden bilinmesinin evrensel bir hukuk kuralı olduğu göz önüne alınarak disiplin ihlali oluşturulacak fiiller ve disiplin yargılamasının usul ve esaslarının Gençlik ve Spor Bakanlığınca çıkarılacak yönetmelikle belirlenmesi şeklinde düzenleme yapılmıştır.
Madde 33- Denetim kurulu	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin ikinci fıkrası mülga olmuştur. Bu madde kapsamında Spor federasyonlarının denetim kurullarının görev ve yetkileri, üye sayısı, seçim usulü, kurul toplantıları ve denetime ilişkin usul ve esaslara yer verilmiştir.
Madde 34- Federasyon başkanı, yönetim, denetim ve disiplin kurulu üyelerinde aranacak genel şartlar	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin beşinci fıkrası mülga olmuştur. Federasyon başkanı ile yönetim, denetim ve disiplin kurulu üyelerinin spor dalını ulusal ve uluslararası düzeyde temsil etmelerinden dolayı spor disiplin suçları kapsamında almamaları gereken cezalara yer verilmiştir. Ayrıca kişilerin spor federasyonlarında üst üste veya aralıklı olarak en fazla üç dönem başkanlık yapabileceğine ilişkin düzenleme getirilmiştir. Bu sayede demokratik yapının sürdürülmesi ve tekelleşmenin önüne geçilmesi amaçlanmıştır.

Tablo 6 (Devamı). Spor federasyonlarına ilişkin esaslar

26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 35- Genel sekreterlik	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin ikinci fıkrası mülga olmuştur. Federasyonlarda genel sekreter görevinde bulunacaklarda aranacak şartlar, istihdam ve atama durumları düzenlenmiştir.
Madde 36- Diğer kurulların oluşumu	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin ikinci fıkrası mülga olmuştur. Spor federasyonlarının ihtiyaçlarına göre Kanunda belirtilen haller dışında kurul/kurullar oluşturabilmelerine ilişkin yasal dayanak getirilmiştir.
Madde 37- Spor federasyonu il temsilcisi	Bu madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin ikinci fıkrası mülga olmuştur. Spor federasyonlarının illerde iş ve işlemlerini yerine getirecek ve ilgili spor federasyonunu temsil edecek il temsilcilikleri kurmaları ile ilgili düzenlemeler yapılmıştır.
Madde 38- Spor federasyonunun görev ve yetkileri	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin birinci fıkrası mülga olmuştur. Spor federasyonlarının görev, yetki ve sorumluluklarına ilişkin düzenlemelere bu madde kapsamında yer verilmiştir.
Madde 39- Spor federasyonu gelirleri	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin on üçüncü fıkrası mülga olmuştur. Spor federasyonlarının Kanunda ve ana statülerinde zikredilen görev ve sorumluluklarını yerine getirmeleri için ihtiyaç duydukları gelir kaynakları düzenlenmiştir.
Madde 40- Spor federasyonunun malları ve tahsisi	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin birinci fıkrası mülga olmuştur. Spor federasyonlarının büyük bir kısmının spor tesisi yapacak mali kaynağa sahip olmaması nedeniyle Gençlik ve Spor Bakanlığına ait spor tesislerinin işletme hakkı ile taşınır ve taşınmazların bedelsiz olarak spor federasyonlarına 49 yıllığına tahsis edilebileceği şeklinde düzenleme yapılmıştır.
Madde 41- Harcama ve belge düzeni	Bu madde kapsamında spor federasyonları bütçelerinin büyük bir kısmının kamu kaynaklarından oluşması nedeniyle harcamaların belirli usule göre olmasının kamu yararı sağlayacağı yönünde gerekli düzenlemelere yer verilmiştir.
Madde 42- Bakanlık denetimi, incelemesi ve soruşturması	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin on altıncı fıkrası mülga olmuştur. Kamu kaynaklarının kamu zararı oluşacak şekilde kullanılmasının önüne geçmek amacıyla spor federasyonlarının harcamalarının Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından denetlenmesi ve denetim sonucunda tespit edilecek zararın ilgililerden tahsil edilmesi bu madde kapsamında düzenlenmiştir. Ayrıca Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından yapılacak denetimin Türkiye Futbol Federasyonu ile kendi kanunuyla kurulacak spor federasyonları açısından yalnızca Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından yapılacak aynı ve nakdi yardımlar ile tahsislerin mevzuata uygun olarak harcanması ve kullanımının tespiti ile sınırlı olacağı şeklinde düzenleme yapılmıştır.
Madde 43- Spor federasyonlarının bütçe ve harcama ilkeleri	Birçok spor federasyonunun yaptıkları harcama neticesinde öz gelirlerinin azaldığı ve akabinde Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından yapılan yardımlara ihtiyaç duydukları görülmektedir. Bu durumun önüne geçmek amacıyla spor federasyonlarının önceki yıl gelirlerinin yüzde onunu aşacak şekilde borçlanamayacaklarına ilişkin düzenleme getirilmiştir. Ayrıca bu madde kapsamında spor federasyonlarının başkan ve yönetim kurulu üyelerinin mevzuattan kaynaklanan yükümlülüklerini ihlal etmeleri halinde meydana gelen zararlardan müteselsilen sorumlu olduklarına ilişkin düzenleme yapılmıştır. Yine spor federasyonlarının yönetim kurullarının kendilerinden önceki döneme ait borçlardan dolayı dezavantajlı duruma düşmemeleri için yönetim kurulunun ödemelerini görev süresini aşacak şekilde borç altına sokacak sözleşme yapmaları bu madde kapsamında engellenmiştir.
Madde 44- Spor elemanlarının belgelendirilmesi	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin on yedinci fıkrası mülga olmuştur. Bu maddede zikredilen spor elemanlarının yetiştirilmesi Gençlik ve Spor Bakanlığı görev ve sorumluluğuna verilmiştir.
Madde 45- Spor dallarının tespiti	Madde ile 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun 18 inci ve 24 üncü maddeleri mülga olmuştur. Madde kapsamında spor dallarının tespitine ilişkin düzenleme yapılmıştır.
Madde 46- Hüküm bulunmayan haller	Madde kapsamında 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin on dokuzuncu fıkrası mülga olmuştur. Bu madde ile bu Kanunda hüküm bulunmayan hallerde hangi kanun hükümlerinin uygulanacağına ilişkin düzenleme yapılmıştır.

Tablo 6’da 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun üçüncü kısım birinci bölümü olan “Spor Federasyonları” bölümünde yer alan maddelerin gerekçeleri gösterilmiştir. Kanunun bu bölümünde spor federasyonlarının kuruluş, teşkilat ve kurullarına ilişkin hususlar ayrıntılı bir şekilde düzenlenmiştir. Bununla birlikte spor federasyonlarının bütçe ve harcama ilkeleri düzenlenerek yönetim kurulunun görev süresini aşacak borçlanmaların önüne geçilmiştir. Ayrıca 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinde yer alan birçok hüküm görev ve sorumluluk olarak maddeleştirilmiştir.

Tablo 7. Ceza hükümleri ve soruşturma usulüne ilişkin esaslar

DÖRDÜNCÜ KISIM Çeşitli ve Son Hükümler BİRİNCİ BÖLÜM Ceza Hükümleri ve Soruşturma Usulü	
26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 47- Ceza hükümleri ve soruşturma usulü	Bu maddede getirilen düzenlemelere aykırı hareket edenlere uygulanacak ceza hükümleri yer almaktadır. Federasyon başkanı, yönetim kurulu üyeleri ve yöneticileri tarafından bu Kanunun 20 nci maddesinin dördüncü fıkrasında düzenlenen temlik yasağına aykırı davranılması, beşinci fıkrasında düzenlenen borçlanma sınırının aşılması ve aynı maddenin sekizinci fıkrasında düzenlenen spor kulüpleri ve spor anonim şirketlerinin hak ve alacaklarının belirtilen kişi ve kurumlara devredilemeyeceğine ilişkin kurallara aykırı davranılması halinde hapis cezası ile cezalandırılmalarına ilişkin düzenlemeye yer verilmiştir. Ayrıca spor federasyonlarında bütçe ve harcama ilkelerine ilişkin getirilen düzenlemelere uyulmasını sağlamak amacıyla federasyon başkanı ve yönetim kurulu üyeleri tarafından bu Kanunun 43 üncü maddesinin ikinci fıkrasının (a) bendinde yer alan spor federasyonlarının borçlanma sınırının aşılması ve aynı maddenin üçüncü fıkrasında yer alan spor federasyonunun yönetim kurulunun görev süresini aşacak şekilde borç altına sokacak sözleşme ve benzeri işlem yapılamayacağına ilişkin yasağa aykırı davranılması halinde hapis cezası ile cezalandırılmaları hususu düzenlenmiştir. Yine bu Kanunun 43 üncü maddesinin ikinci fıkrasının (b) bendinde yer alan ödeme ve tahsilatların banka ve finansal kuruluşlar aracılığıyla yapılması zorunluluğuna aykırılık halinde adli para cezası öngörülmektedir. Gençlik ve Spor Bakanlığı veya ilgili spor federasyonundan izin almadan mevzuatta yer alan görev ve yetkileri usulsüz kullanan spor kulübü, spor anonim şirketi, dernek, federasyon, konfederasyon ve benzeri kuruluşların yetkililerine hapis cezası öngörülmüştür.

Tablo 7’de 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun dördüncü kısım birinci bölümü olan “Ceza Hükümleri ve Soruşturma Usulü” bölümünde yer alan maddelerin gerekçeleri gösterilmiştir. Bu doğrultuda spor federasyonlarında bütçe ve harcama ilkelerine ilişkin getirilen düzenlemelere uyulmasını sağlamak amacıyla verilecek ceza hükümleri ve soruşturma usulleri düzenlenmiş olup bu Kanun kapsamında belirtilen usul ve esaslara uymayan başkan ve yönetim kurulu üyelerine adli para cezası ile hapis cezası öngörülmüştür.

Tablo 8. Değiştirilen, yürürlükten kaldırılan hükümler ile geçiş hükümlerine ilişkin esaslar

İKİNCİ BÖLÜM	
Değiştirilen Hükümler, Yürürlükten Kaldırılan Hükümler ve Geçiş Hükümleri	
26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu	Maddelerin Gerekçesi
Madde 48- Değiştirilen hükümler	Madde ile 7258 sayılı Futbol ve Diğer Spor Müsabakalarında Bahis ve Şans Oyunları Düzenlenmesi Hakkında Kanunun 5 inci maddesine yeni fıkra eklenmesine ilişkin düzenlemeye yer verilmiştir.
Madde 49- Değiştirilen hükümler	3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 9 uncu maddesinin madde başlığı ile dokuzuncu, onuncu ve on birinci fıkralarında Gençlik ve Spor Bakanlığı Tahkim Kurulu, Merkez Spor Disiplin Kurulu ile Sportif Değerlendirme ve Geliştirme Kuruluna ilişkin hükümler değiştirilmiştir. Ayrıca 3289 sayılı Kanunun Ek 9 uncu maddesinin altıncı ve on ikinci fıkraları hariç olmak üzere diğer fıkraları yürürlükten kaldırılmıştır.
Madde 50- Eklenen hükümler	3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununun Ek 11 inci maddesine ilişkin usul ve esasların Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından çıkarılacak yönetmelikle düzenleneceğine dair ek fıkra eklenmiştir.
Madde 51- Eklenen hükümler	3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanununa olimpiik ve paralimpiik sporculara yardımlarda vergi istisnasına ilişkin ek madde eklenmiştir.
Madde 52- Değiştirilen ve Eklenen hükümler	Bu madde ile 5894 sayılı Türkiye Futbol Federasyonu Kuruluş ve Görevleri Hakkında Kanunun 5 inci maddesine yeni fıkra eklenmiştir. Maddede Türkiye Futbol Federasyonu ilk derece hukuk kurulu üyelerinin sorumluluklarına ilişkin düzenlemelere yer verilmiş ve bu düzenleme kapsamında Avrupa İnsan Hakları Mahkemesinin kararlarında belirtilen gerekçeler göz önünde bulundurularak ülkemiz aleyhine verilebilecek hak ihlali kararlarının engellenmesi amaçlanmıştır.
Madde 53- Değiştirilen hükümler	5894 sayılı Türkiye Futbol Federasyonu Kuruluş ve Görevleri Hakkında Kanununun 6 ncı maddesi değiştirilmiştir. Madde kapsamında Türkiye Futbol Federasyonu tahkim kurulu üyelerinin sorumluluklarına ilişkin düzenlemelere yer verilmiştir. Düzenleme kapsamında Avrupa İnsan Hakları Mahkemesinin kararlarında belirtilen gerekçeler göz önünde bulundurularak ülkemiz aleyhine verilebilecek hak ihlali kararlarının engellenmesi amaçlanmıştır.
Madde 54- Eklenen hükümler	Madde kapsamında münhasıran futbol branşındaki menajerlik için belli standartlar getirilmeye çalışılmıştır. Ayrıca spor kulüpleri, spor anonim şirketleri ile profesyonel futbolcular ve menajerler arasında Gençlik ve Spor Bakanlığına ve ilgili spor federasyonuna bildirilen sözleşme dışında üçüncü kişilere doğrudan ya da dolaylı menfaat sağlayan başka bir hukuki işlemin tespiti halinde taraflara idari ve adli yaptırım uygulanması yönünde düzenleme yapılmıştır.
Madde 55- Eklenen hükümler	5894 sayılı Türkiye Futbol Federasyonu Kuruluş ve Görevleri Hakkında Kanuna geçici madde eklenerek, bu Kanunun yürürlüğe girdiği tarihte görevde bulunan ilk derece hukuk ve tahkim kurulu üyelerinin görev süresine ilişkin düzenlemeler getirilmiştir.
Madde 56- Değiştirilen hükümler	Madde kapsamında bütünlüğün sağlanması amacıyla 31/3/2011 tarihli ve 6222 sayılı Sporda Şiddet ve Düzensizliğin Önlenmesi Hakkında Kanunun 3 üncü maddesinin birinci fıkrasının (b) bendinde yer alan “Spor kulübü” tanımı değiştirilmiştir.

Tablo 8’de 26/4/2022 tarihli ve 31821 sayılı Resmî Gazete’de yayımlanan Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun dördüncü kısım ikinci bölümü olan “Değiştirilen Hükümler, Yürürlükten Kaldırılan Hükümler ve Geçiş Hükümleri” bölümünde yer alan maddelerin gerekçeleri gösterilmiştir. Gençlik ve Spor Bakanlığı Tahkim Kurulu, Merkez Spor Disiplin Kurulu ile Sportif Değerlendirme ve Geliştirme Kuruluna ilişkin değişiklikler yapılmıştır. Yine bu bölüm kapsamında yürürlükte ve ilişkili olan diğer kanunlardaki madde ve ifadeler değiştirilmiş ya da kaldırılmış bu sayede mevzuattaki boşluklar doldurularak oluşabilecek hak ihlali engellenmeye çalışılarak dilde ve usulde birlik sağlanmıştır.

SONUÇ

Günümüzde spor, yalnızca fiziksel aktivitelerin icra edildiği bir uğraş olmanın ötesine geçerek sağlık, eğitim, politik ve ekonomik birçok sektörün ana paydaşı haline gelmiştir (Çimen vd., 2021). Spor sektörünün bu denli büyümesi ve geniş halk kitlelerine ulaşması yapısal olarak bazı sorunları da beraberinde getirmiştir. Bu sorunların başında spor yönetiminin profesyonelleşmesi gelmektedir (Erturan ve Şahin, 2017). Profesyonelleşme sürecinde spor yönetiminin en büyük paydaşları olan spor kulüpleri ve spor federasyonlarının yönetim yapısında köklü değişikliklere ihtiyaç duyulduğu görülmüştür (TBMM, 2011).

Gerek kamu gerekse özel sektördeki spor yöneticilerinin gündeminde olan spor kulüpleri ve spor federasyonlarının hukuksal ve yönetsel boyutlardaki eksikliklerinin giderilmesi ile ilgili en somut çalışma 5 inci ve 6 ncı Spor Şuralarında ele alınmıştır (Spor Şurası, 2008). Devam eden süreçte Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından 2020 yılında düzenlenen Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Çalıştayı kapsamında spor federasyonları ile spor kulüplerinin yapısal sorunları ele alınmış ve birçok paydaş tarafından stratejiler üretilmiştir (GSB, 2022).

Spor kulüpleri ve spor federasyonlarının yer aldığı tüm mevzuatta zamanla yapılan değişiklikler ve mülga edilen maddeler spor gibi dinamik bir yapıyı idare etmede mevzuat açısından eksik kalındığını göstermiş ve müstakil bir kanuna ihtiyaç duyulduğu gerçeğini ortaya çıkarmıştır. Bu bakış açısıyla hazırlanan 7405 sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu kapsamında;

- Spor anonim şirketi, spor federasyonları, üst kuruluş, profesyonel spor faaliyeti gibi kavramlar yeniden tanımlanarak dilde, fikirde ve usulde birlik sağlanmış,
- 5253 sayılı Dernekler Kanunu uyarınca spor kulüplerinin öncelikle dernek olarak kurulma zorunluluğu ortadan kaldırılmış,
- Spor kulüpleri ve spor federasyonlarının yapılarına uygun olarak gelir ve giderlerinin belirlenmesi, organları, mali açıdan güçlendirilmeleri, denetimleri, tesisleri gibi birçok husus ayrıntılı olarak düzenlenmiş,
- Spor faaliyetinde bulunmak amacıyla spor kulübüne bağlı ya da spor kulübünden ayrı olarak spor anonim şirketi kurulmasının önü açılmış ve sporda şirketleşmenin yasal çerçevesi oluşturulmuş,
- Spor kulüpleri ve spor federasyonlarına etkin bir denetleme sistemi getirilmiş, beyanname verme yükümlülüğü ile bütçe ve harcama ilkeleri düzenlenmiş,
- Spor kulüplerinin birleşmelerine ilişkin özel düzenlemeler yapılmış,
- Spor kulübü ve spor anonim şirketlerine denk bütçe zorunluluğu getirilerek özellikle futbolda UEFA tarafından uygulanmaya başlanan mali fair play kapsamında bütünlük sağlanmış,
- Spor federasyonlarının yönetim kurulu üye sayıları yeniden düzenlenmiş ve demokratik yapının sürdürülmesi ile tekelleşmenin önüne geçilmesi amacıyla kişilerin üst üste veya aralıklı olarak en fazla üç dönem başkanlık yapılabileceğine ilişkin düzenleme yapılmış,
- Spor federasyonlarının başkan ve yönetim kurulu üyelerinin mevzuattan kaynaklanan yükümlülüklerini ihlal etmeleri halinde meydana gelen zararlardan müteselsilen sorumlu olduklarına ilişkin düzenleme yapılmış,

- Spor federasyonlarının olağan genel kurullarının mücbir sebepler doğrultusunda ertelenmesi veya iptal edilmesi halinde genel kurulların gerçekleştirilmesine ilişkin düzenlemeler yapılmış,
- Spor federasyonlarının önceki yıl gelirlerinin yüzde onunu aşacak şekilde borçlanamayacaklarına ilişkin düzenleme getirilmiş,
- Spor kulüpleri ve federasyonlarının yöneticilerine ilişkin hukuki ve cezai sorumluluklar belirtilmiş,
- Spor federasyonlarının yönetim kurullarının kendilerinden önceki döneme ait borçlardan dolayı dezavantajlı duruma düşmemeleri için yönetim kurulunun ödemelerini görev süresini aşacak şekilde borç altına sokacak sözleşme yapmaları engellenmiş,
- Spor kulübü ve spor anonim şirketi başkan ve yönetim kurulu üyeleri ile yöneticilerinin mevzuat, tüzük ve esas sözleşmeden doğan yükümlülüklerini kusurlarıyla ihlal ettikleri takdirde kulüp, şirket, pay sahipleri ve alacaklılara karşı zararlardan müşterek değil müteselsilen sorumlu olduklarına ilişkin düzenleme yapılmış,
- Yürürlükte ve ilişkili olan diğer kanunlardaki madde ve ifadeler değiştirilmiş ya da kaldırılmış bu sayede mevzuattaki hukuki boşluklarından dolayı oluşabilecek hak ihlalleri engellenmeye çalışılmıştır.

7405 Sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun kamu politikası çerçevesinde değerlendirildiği bu çalışmada, spor yönetimindeki sorunların tetkik edilerek bu sorunlara rasyonel çözümlerin üretildiği, bu Kanunun Gençlik ve Spor Bakanlığının 2018 yılından bu yana kurumsal olarak geçirdiği zihinsel ve yapısal değişimin somut bir delili olduğu, Bakanlık bürokratlarının, akademisyenlerin ve diğer tüm paydaşların mevcut sorunları tespit ederek spor konusunda yürürlükte olan mevzuatları tümüyle reddetmeden günün ihtiyaçları doğrultusunda reformist değişimlerle ele aldığı görülmüştür. 7405 Sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanunu ile birlikte kamu politikalarının nihai amacı olan kamusal faydanın sağlanacağı düşünülmektedir.

Ayrıca 7405 sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federasyonları Kanununun uygulanması ile ilerleyen süreçte kamu politikası analiz metotlarından rasyonel aktör modeli, arttırımcı yaklaşım modeli, elitist model, kurumsal model, kamu tercihi modeli, siyasal sistem yaklaşım modeli, süreç yaklaşım modeli/modelleri kullanılarak farklı bir çalışma yapılmasının alana faydalı olacağı düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yayın Etiği: Mevcut çalışmanın yazım sürecinde “*Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi*” kapsamında bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş olup; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamış ve bu çalışma herhangi başka bir akademik yayın ortamına değerlendirme için gönderilmemiştir.

Yazar Katkı Beyanı: Yazarlar çalışmada eşit katkı oranına sahiptir.

KAYNAKÇA

- Acar, K., ve Akman, E. (2019). Türkiye’de kamu personel politikalarının süreç modeli çerçevesinde analizi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(27), 203-217.
- Akıncı, B. (2018). Türkiye’de kamu politikası oluşturma sürecinde yeni aktör: Cumhurbaşkanlığı politika kurulları. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 2128-2146.
- Babaoğlu, C. (2018). Kamu politikası analizine yönelik kavramsal ve kuramsal bir çerçeve. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 15(30), 511-532.
- Babaoğlu, C., ve Yılmaz, F. (2021). *Kamu politikası analizi: yöntemler ve teknikler*. Nobel Yayıncılık
- Çalı, H. (2012). Aile içi şiddet: bir kamu politikası analizi., *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(2), 1-25.
- Çimen, Z., Özbey, Ö., ve Doğan, D. (2021). Kar amacı gütmeyen kurumlarda bir pazarlama aracı olarak gerilla pazarlama: Gençlik ve spor faaliyetleri örneği. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 13-25.
- Çubukçu, Z., Yılmaz, Y., ve İnci, T. (2016). Karşılaştırmalı eğitim programları araştırma eğilimlerinin belirlenmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi*, 5(1), 446-468
- Demir, F. (2015). Kamu politikası ve politika analizi çalışmalarının teorik çerçevesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 1(30), 107-120.
- Dye, R. (2002). *Understanding public policy*. Englewood Cliffs.
- Dye, R. (2013). *Understanding public policy*. Library of Congress Cataloging.
- Erturan E. E., ve Şahin, M. Y. (2017). Amatör spor kulüplerinin sorunları: Açımlayıcı bir araştırma. *Spor Bilimleri Dergisi*, 28(2), 49-68.
- Gerston, N. (2010). *Public policy making*. Routledge.
- GSB. (2022). Gençlik ve Spor Bakanlığı. <https://sporkanunu.gsb.gov.tr/index.html> Erişim tarihi: 02.05.2022
- Gül, H. (2015). Kamu politikası analizi yöntemleri ve teknikleri. *Yasama Dergisi*, 1 (29), 5-31.
- Hill, M., & Hupe, P. (2002). *Implementing public policy*. British Library.
- Kaya, A. (2017). Kamu politikalarının ulusal etkinliğini yönlendiren küresel yapılanmaların yetki uyumsuzlukları ve çözüm yöntemleri. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 19(40), 25-41.
- Moran, M. Rein, M., & Goodin, R. (2006). *The Oxford handbook of public policy*. Oxford University Press.
- Nacak, O. (2015). *Yeni kamu yönetimi ve Türkiye’de kamu politikalarının oluşturulması: Aktör temelli bir analiz*. (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Özbey, Ö., Doğan, D., ve Çolakoğlu, T. (2021). Kamu diplomasisi aracı olarak spor diplomasisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 12(1), 105-115.
- Özdemir, S. (2018). *Kamu politikası analizi çerçevesinde Türkiye’de çocuk suçluluğu ile mücadele*. (Doktora Tezi). Polis Akademisi Güvenlik Bilimleri Enstitüsü Güvenlik Stratejileri ve Yönetimi Anabilim Dalı, Ankara.
- Sidney, M. S. (2007). *Handbook of public policy analysis: theory, politics, and methods*. CRC Press.
- Spor Şurası. (2008). *Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü spor şurası*. GSGM.

Çolakoğlu, T., Özbey, Ö., ve Doğan, D. (2022). Kamu politikası çerçevesinde 7405 sayılı spor kulüpleri ve spor federasyonları kanununun değerlendirilmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 4(1), 80-95.

TBMM. (2011). *Spor kulüplerinin sorunları ile sporda şiddet sorununun araştırılarak alınması gereken önlemlerin belirlenmesi amacıyla kurulan meclis araştırması (Komisyon Raporu)*. Türkiye Büyük Millet Meclisi, Ankara.

Ültanır, G. (2000). *Karşılaştırmalı eğitim bilimi: Kuram ve teknikler*. Eylül Kitap ve Yayınevi.

Yetim, A. (2019). *Yönetim ve spor*. Gazi Kitabevi.

Yıldız, M., Babaoğlu, C., ve Şahin, B. (2016). Kamu politikasını Türk idare tarihi üzerinden çalışmak. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 34(2), 133-158.



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.