



SPOR EĞİTİM DERGİSİ

JOURNAL OF SPORTS EDUCATION

2023 Cilt 7 Sayı 3

ISSN 2602-4756 / e-ISSN 2602-4756

2017

SPOR EĞİTİM DERGİSİ

JOURNAL OF SPORTS EDUCATION

Editors / Editörler

Dr.İbrahim ERDEMİR

Dr. Recep Fatih KAYHAN

Dr. Çağdaş CAZ

Dr.Muhammed BOZOĞLAN

Publishing Coordinator / Yayın Koordinatörü

Dr. Recep Fatih KAYHAN

Volume 7, Issue 3, 2023 / Cilt 7, Sayı 3, 2023

Journal of Sport Education / Spor Eğitim Dergisi

Published Electronically 3 times a year / Yılda 3 kez elektronik olarak yayınlanır.

Spor Eğitim Dergisi (SEDER), aşağıdaki indeks / veri tabanlarında listelenmektedir

Scientific Indexing Services, ROAD, Journal Factor, ResearchBib, Google Scholar, Eurasian Scientific Journal Index, Directory of Research Journals Indexing, ASOS İndeks, Index Copernicus, EBSCO

Bilim Kurulu

Dr. A. Oya ERKUT, PhD	Marmara University, İstanbul – Turkey
Dr. Abdullah ARISOY, PhD	Süleyman Demirel University, Isparta,- Turkey
Dr. Abdurrahman AKTOP, PhD	Akdeniz University, Antalya,- Turkey
Dr. Adela BADAU, PhD	University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures - Romania
Dr. Ahmet Şadan ÖKMEN, PhD	Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla – Turkey
Dr. Aksel ÇELİK, PhD	Dokuz Eylül University, İzmir – Turkey
Dr. Ali Gürel GÖKSEL, PhD	Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla – Turkey
Dr. Ali KIZILET, PhD	Marmara University, İstanbul – Turkey
Dr. Alpay BÜLBÜL, PhD	Sinop University, Sinop – Turkey
Dr. Alpay GÜVENÇ, PhD	Akdeniz University, Antalya – Turkey
Dr. Amin AZIMKHANI, PhD	University of International Imam Reza – Iran
Dr. Arslan KALKAVAN, PhD	Recep Tayyip Erdoğan, University, Rize - Turkey
Dr. Asiye Filiz ÇAMLIGÜNEY, PhD	Marmara University, İstanbul – Turkey
Dr. Atakan ÇAĞLAYAN, PhD	Rumeli University, İstanbul – Turkey
Dr. Aydın KARAÇAM, PhD	İstanbul Aydın University, İstanbul – Turkey
Dr. Ayşegül YAPICI, PhD	Pamukkale University, Denizli – Turkey
Dr. Barış GÜROL, PhD	Eskisehir Teknik University, Eskişehir – Turkey
Dr. Birgül ARSLANOĞLU, PhD	İstanbul Technical University, İstanbul – Turkey
Dr. Burak GÜRER, PhD	Gaziantep University, Gaziantep – Turkey
Dr. B.Okun MİÇOOĞULLARI, PhD	
Dr. Cem Sinan ASLAN, PhD	Mehmet Akif Ersoy University, Burdur – Turkey
Dr. Çetin TAN, PhD	
Dr. Çiğdem ÖNER, PhD	
Dr. Deniz İnal İNCE, PhD	Hacettepe University, Ankara – Turkey
Dr. Diyar KAYA SAYLAM, PhD	
Dr. Durmuş HATİPOĞLU, PhD	
Dr. Eda AĞAŞCIOĞLU, PhD	Çankaya University, Ankara – Turkey
Dr. Ekim PEKÜNLÜ, PhD	Ege University, İzmir – Turkey
Dr. Emrah ATAY, PhD	
Dr. Erdiç ŞIKTAR, PhD	Atatürk University, Erzurum – Turkey
Dr. Eren CANBOLAT, PhD	
Dr. Erkan ÇİMEN, PhD	
Dr. Ertan TÜFEKÇİOĞLU, PhD	King Fahd University of Petroleum and Mineral, Dammam – Saudi Arabia
Dr. Esra MACİT, PhD	
Dr. Fahri ÖZSUNGUR, PhD	
Dr. Faik VURAL, PhD	Ege University, İzmir – Turkey
Dr. Faruk TURGAY, PhD	Ege University, İzmir – Turkey
Dr. Ferman KONUKMAN, PhD	Qatar University, Doha – Qatar
Dr. Gabriel Laurentiu TALAGHIR, PhD	"Dunărea de Jos" University of Galați, Galati – România
Dr. Gökhan ÇAKIR, PhD	
Dr. Gökhan DELİCEOĞLU, PhD	
Dr. Gökhan İPEKOĞLU, PhD	
Dr. Gönül İREZ, PhD	Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla – Turkey
Dr. Gül BALTACI, PhD	Hacettepe University, Ankara – Turkey
Dr. Gülten HERGÜNER, PhD	
Dr. Gülten ÖKMEN, PhD	Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla – Turkey
Dr. Gürkan YILMAZ, PhD	
Dr. Hayri AYDOĞAN, PhD	Recep Tayyip Erdoğan, University, Rize - Turkey
Dr. Hayriye Çakır ATABEK, PhD	Anadolu University, Eskişehir – Turkey
Dr. Hümeyra BOZOĞLAN, PhD	
Dr. Hüseyin ASLAN, PhD	
Dr. Hüseyin ÖZTÜRK, PhD	
Dr. Hüseyin ÜNLÜ, PhD	
Dr. İbrahim CİCİOĞLU, PhD	Gazi University, Ankara – Turkey
Dr. İlker KİRİŞÇİ, PhD	
Dr. Jan GAJEWSKI, PhD	Józef Piłsudski University of Physical Education, Warsaw – Poland
Dr. Kadir PEPE, PhD	
Dr. Kadir TIRYAKI, PhD	
Dr. Kadir YILDIZ, PhD	
Dr. Kamil ERDEM, PhD	
Dr. Kemal GÖRAL, PhD	Mugla Sıtkı Koçman University, Muğla – Turkey
Dr. Kürşat KARACABEY, PhD	Aydın Adnan Menderes University, Aydın – Turkey
Dr. Levent TANYERİ, PhD	
Dr. Manolya AKIN, PhD	Mersin University, Mersin – Turkey
Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL, PhD	Mersin University, Mersin – Turkey

Dr. Mehmet YANIK, PhD	
Dr. Mehmet YILDIRIM, PhD	
Dr. Mehmet Zeki ÖZKOL, PhD	Ege University, İzmir – Turkey
Dr. Mikail TEL, PhD	
Dr. Milan ZELENOVIĆ, PhD	University of East Sarajevo – Bosnia and Herzegovina
Dr. Muhammed BOZOĞLAN, PhD	
Dr. Mustafa Can KOÇ, PhD	
Dr. Mücahit FİŞNE, PhD	
Dr. Neslihan ARIKAN FİDAN, PhD	
Dr. Nigar KÜÇÜKKUBAŞ, PhD	Yozgat Bozok University, Yozgat – Turkey
Dr. Nihal AKOĞUZ YAZICI, PhD	Recep Tayyip Erdoğan University, Rize – Turkey
Dr. Nurullah Emir EKİNCİ, PhD	
Dr. Orkun Akkoç, PhD	
Dr. Osman GÜMÜŞGÜL, PhD	
Dr. Osman Tolga TOGO, PhD	
Dr. Ozan ATALAG, PhD	University of Hawai‘i, Hilo – USA
Dr. Önder DAĞLIOĞLU, PhD	Gaziantep University, Gaziantep – Turkey
Dr. Önder KARAKOÇ, PhD	
Dr. Önder ŞEMŞEK, PhD	Abant İzzet Baysal University, Bolu – Turkey
Dr. Özcan SAYGIN, PhD	Muğla Sıtkı Koçman University, Muğla – Turkey
Dr. Özgür DİNÇER, PhD	
Dr. Özhan BAVLI, PhD	Çanakkale Onsekiz Mart University, Çanakkale – Turkey
Dr. Pawel TOMASZEWSKI, PhD	Józef Piłsudski University of Physical Education, Warsaw – Poland
Dr. Ramiz ARABACI, PhD	Uludağ University, Bursa – Turkey
Dr. Recep GÜRSOY, PhD	
Dr. Robert C. SCHNEIDER, PhD	The College at Brockport, State University of New York, NY – United States
Dr. Romuald STUPNICKI, PhD	Józef Piłsudski University of Physical Education, Warsaw – Poland
Dr. Rüchan İRİ, PhD	Ömer Halis Demir University, Niğde, Turkey
Dr. Sait BARDAKÇI, PhD	
Dr. Sercan ÖNCEN, PhD	
Dr. Serdar BAYRAKDAROĞLU, PhD	
Dr. Serkan HACICAFEROĞLU, PhD	
Dr. Serkan KURTİPEK, PhD	
Dr. Sibel ARSLAN, PhD	
Dr. Stevo POPOVIC, PhD	University of Montenegro, Faculty of Physical Education – Montenegro
Dr. Sümeyra AKKAYA, PhD	
Dr. Şerife VATANSEVER, PhD	Uludağ University, Bursa – Turkey
Dr. Tameka BATTLE, PhD	Laguardia Community College, CUNY, NY – United States
Dr. Tolga AKŞİT, PhD	Ege University, İzmir – Turkey
Dr. Tuba KIZILET BOZDOĞAN, PhD	Marmara University, İstanbul – Turkey
Dr. Uğur ÖZER, PhD	
Dr. Ümit Doğan ÜSTÜN, PhD	
Dr. Ünsal TAZEGÜL, PhD	
Dr. Vahdet ALAEDDİNOĞLU, PhD	
Dr. Vedat AYAN, PhD	
Dr. Volga Bayrakçı TUNAY, PhD	Hacettepe University, Ankara – Turkey
Dr. Yeşim KARAÇ, PhD	
Dr. Yüksel SAVUCU, PhD	Fırat University, Elazığ – Turkey

İÇİNDEKİLER

1	Genç Erkek Basketbolcularda Sürat, Çeviklik, Sıçrama ve Tekrarlı Sprint Performansı İlişkisi <i>Hüseyin ÇAYIR Abdullah CANIKLI Emin SÜEL</i>	Sayfa : 162-170
2	Erkek Tenisçilerin Cesaret Düzeylerinin İncelenmesi <i>Şenol LEVENT Harun AYAR</i>	Sayfa : 171-185
3	Spor Lisesi Öğrencilerinin Liderlik Özelliklerinin İncelenmesi: İstanbul Örneği <i>Ufuk DİLEKÇİ</i>	Sayfa : 186-197
4	Gençlik Merkezi Çalışanlarının Dönüşümcü Liderlik Özelliklerinin Yeşil İnovasyon Üzerindeki Etkileri <i>Yeşim BAYRAKDAROĞLU Gülcan TEKİN Büşra UYAR ŞAFAK Selman EROĞLU</i>	Sayfa : 198-209
5	Ortaokul Öğrencilerinin Obezite Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi <i>Tahir Volkan ASLAN Cemal GÜNDOĞDU</i>	Sayfa : 210-222
6	Açık Alan Etkinlikleri Katılımcılarının Etkinlik Özniteliği Düşüncelerinin Seyahat Davranışına Olan Etkisi <i>Evrin BÖYÜKELHAN Ceren GÜMÜŞGÜL Eyüp ACAR Ufuk DİLEKÇİ</i>	Sayfa : 223-233
7	9-10 Yaş Erkek Çocuklarda, Çeviklik Becerisinin, Yatay Sıçrama ve Denge Becerileri ile İlişkisi <i>Meral MİYAÇ Mehmet GÖKTEPE</i>	Sayfa : 234-241
8	Futbol Süper Ligi 2020-2021 Sezonunda Atılan Şutların Analizi <i>Emrullah AKÇAL Ali KIZILET Tuba KIZILET Ramazan VARLI</i>	Sayfa : 242-256
9	Üniversitelerin Spor Bilimleri Fakültelerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Davranışlarının İncelenmesi <i>Emrah ŞENGÜR Gürkan YILMAZ İzzet TURASAN</i>	Sayfa : 257-265
10	15-18 Yaş Aralığındaki Sporcuların Karakter Düzeylerinin İncelenmesi <i>Canberk ÖZLÜ Dilek YALIZ SOLMAZ Gülsün GÜVEN</i>	Sayfa : 266-278

11	Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Fizik Kaygı Düzeylerinin Araştırılması <i>Esmâ MAÇÇA Arslan KALKAVAN Nihal AKOĞUZ YAZICI</i>	Sayfa : 279-286
12	Resistant Plyometric Training Increases Muscle Strength in Young Male Basketball Players <i>Dilek TOPAL Mehmet Zeki SARI Aliye GÜNDOĞDU Yaşar Gül ÖZKAYA</i>	Sayfa : 287-293
13	Antrenörlük Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Egzersiz Bağımlılığı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi <i>Gülsün GÜVEN Dilek YALIZ SOLMAZ</i>	Sayfa : 294-304



Genç Erkek Basketbolcularda Sürat, Çeviklik, Sıçrama ve Tekrarlı Sprint Performansı İlişkisi

Hüseyin ÇAYIR¹, Abdullah CANIKLI², Emin SÜEL³

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 10.09.2023
Kabul Tarihi: 21.10.2023
Online Yayın Tarihi:
21.10.2023

Anahtar Kelimeler:

Genç Basketbolcu,
Fiziksel Performans,
Fiziksel Uygunluk

DOI:

10.55238/seder.1357991

Amaç: Bu çalışmanın amacı genç erkek basketbolcularda sürat, çeviklik, sıçrama ve tekrarlı sprint performansı ilişkisini incelemektir. **Yöntem:** Araştırmanın örneklemini 20 genç erkek basketbol oyuncusu (yaş: 16.00 ± 0.56 ; boy: 173.35 ± 6.34 ; kilo: 65.49 ± 6.67) gönüllü olarak oluşturmaktadır. Çalışmada 5 metre ve 10 metre sürat, T Testi çeviklik, karşı hareket sıçraması, skuat karşı hareket sıçraması ve tekrarlı sprint yeteneği testleri ölçülmüştür. Verilerin analizinde SPSS 26 istatistik programı kullanılmıştır. **Bulgular:** Çalışmanın bulgularına göre T Testi ile 5m ($p < 0.01$; $r = .682$), SKHS ile KHS ($p < 0.01$; $r = .678$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. KHS ile T Testi ($p < 0.05$; $r = -.523$), SKHS ile T testi ($p < 0.05$; $r = 458$) arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. **Sonuç:** Bu çalışmanın sonuçları, genç erkek basketbolcularda fiziksel performansın çok yönlü doğasına ilişkin değerli bilgiler sağlamaktadır. Antrenörler ve eğitmenler, performansın belirli yönlerini geliştirmek için antrenman programları tasarlarken bu ilişkileri göz önünde bulundurabilir ve müdahaleleri bireysel oyuncu profillerine göre uyarlayabilir.

Relationship between Speed, Agility, Jumping and Repetitive Sprint Performance in Young Male Basketball Players

Abstract

Article Info

Received: 10.09.2023
Accepted: 21.10.2023
Online Published:
21.10.2023

Keywords:

Young Basketball Players,
Physical Performance,
Physical Fitness

Aim: This study investigated the relationship between speed, agility, jumping, and repeated sprint performance in young male basketball players. **Methods:** The study sample consisted of 20 young male basketball players (age: 16.00 ± 0.56 ; height: 173.35 ± 6.34 ; weight: 65.49 ± 6.67). The study measured 5 m and 10 m sprints, T-Test agility, countermovement Jump (CMJ), squat jump (SQJ), and repeated sprint ability tests. SPSS 26 statistical software was used to analyze the data. **Results:** According to the findings of the study, there was a significant positive correlation between T Test and 5m ($p < 0.01$; $r = .682$) and between SQJ and CMJ ($p < 0.01$; $r = .678$). There was a significant negative relationship between CMJ and T-Test ($p < 0.05$; $r = -.523$) and between SQJ and T-Test ($p < 0.05$; $r = 458$). **Conclusion:** The results of this study emphasize that valuable insights into the multifaceted nature of physical performance in young male basketball players. Coaches and trainers may consider these relationships when designing training programs to enhance specific aspects of performance, tailoring interventions based on individual player profiles.

¹ Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun, Türkiye, E-mail: huseyincayir@hotmail.com ORCID: 0009-0009-7527-8238

² Spor Bilimleri Fakültesi, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Tokat, Türkiye, E-mail: abdullah.canikli@gop.edu.tr ORCID: 0000-0002-4658-6356

³ Spor Bilimleri Fakültesi, Marmara Üniversitesi, İstanbul, Türkiye, E-mail: eminsuel51@yahoo.com.tr ORCID: 0000-0001-7783-8029

Giriş

Uluslararası basketbol federasyonu FIBA'nın kurallarına göre, bir basketbol oyunu iki devreden oluşur ve her devre 10'ar dakikalık iki çeyrekte oluşmaktadır. Periyotlar arasında, kural ihlalleri veya mola gibi herhangi bir olay için oyunun durmasına ek olarak iki dakika ara ve devre arasında 15 dakika ara verilir

(FIBA, 2010). Basketbol oyun şiddeti yüksek bir spor olmakla birlikte oyuncuların uluslararası bir maç sırasında maksimum kalp atım hızı (KAH) değerinin %95'ine ulaşırken, ulusal bir maç sırasında maksimum KAH değerinin yalnızca %90'ına ulaştığını bildirilmektedir (Drinkwater ve ark., 2008). Gerçekten de müsabaka sırasında erkek ve kadın oyuncularında yoğun bir şekilde sıçrama ve koşu yapıldığı ve ortalama kan laktat değerlerinin (5,7 ila 6,8 mmol/L-1 arasında) nispeten yüksek olduğu bildirilmiştir (Rodriguez-Alonso ve ark., 2003; McInnes ve ark., 1995). Böylesine yüksek performans profili ihtiyacı olan bir oyunda oyuncuların antropometrik özellikleri ve motor becerilerinin de yüksek seviyede olması beklenmektedir.

Basketbol oyunu sırasında, oyuncuların çeşitli durumlarda farklı fiziksel ve fizyolojik özelliklere ihtiyaç duyması gerekmektedir (Arslan ve ark., 2022). Basketbol oyuncularının, yoğun hareketlerden sonra iyi bir aerobik kapasiteye ihtiyaç duymalarına rağmen, çoğu araştırmacının basketbolun ağırlıklı olarak anaerobik metabolizmaya dayandığı konusunda hemfikir olduğu belirtilmektedir (Reina ve ark., 2019; Abdelkrim ve ark., 2007). Bunun yanı sıra basketbolda, daha uzun boyların ve vücut ölçülerinin performansa önemli bir katkısı olduğu belirtilmektedir (Kayhan ve Erdemir, 2022; Ziv ve Lidor, 2010; Ziv ve Lidor, 2009). Örneğin, basketbol oyuncuları, diğer spor dallarının oyuncularına kıyasla daha uzun boylu ve daha uzun bacaklara sahip olma eğilimindedir (Bayios ve ark., 2006). Ayrıca, hız, güç ve çeviklik açısından daha üstün yeteneklere sahip olan oyuncular, oyun durumlarında avantaj elde etme potansiyeline sahiptir (Torres-Unda ve ark., 2016; Delextrat ve Cohen, 2009). Önceki çalışmalar basketbol oyuncularının antropometri ve fiziksel uygunluk seviyelerini ve bunların oyun performansı ile ilişkisi olduğu belirtmiştir (Torres-Unda ve ark., 2016; Ziv ve Lidor, 2009).

Basketbolda oyun içerisinde çok fazla hızlanma ve yavaşlama, ani dönüşler vardır. Bir fırsat olduğunda, bir oyuncu anında yanıt vermek için çok hızlı bir şekilde hareket eder aksi takdirde yavaş ve geç tepki veren bir oyuncu genellikle ikili mücadeleleri kaybeder, pas vermek için güvenilir ve potada etkili olamaz (Barth & Boesing, 2010). Basketbolda maksimal koşular genellikle bir yön değişikliği içerir (Abdelkrim ve ark., 2007). Ayrıca, elit basketbol oyuncuları koşma, zıplama, karıştırma veya top sürme gibi eylemlerden geçiş yaparken elit altı oyunculara göre daha fazla hareket değişikliği gerçekleştirir (Scanlan ve ark., 2011). Bu çalışma, spor bilimleri alanında, özellikle de genç erkek basketbolcular bağlamında büyük önem taşımaktadır. Hız, çeviklik, sıçrama ve tekrarlanan sprint performansı arasındaki ilişkilerin araştırılması, antrenman programlarının optimizasyonuna ve bu sporcuların genel gelişimine katkıda bulunabilecek değerli bilgiler sağlamaktadır. Basketbolda bazı fiziksel uygunluk göstergeleri arasındaki ilişkinin performansı etkilediği açıkça ifade edilmektedir. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı genç erkek basketbolcularda antropometrik ve sürat, çeviklik, sıçrama ve tekrarlı sprint testleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymayı amaçlamaktadır.

Materyal ve Yöntem

Araştırma grubu

Bu çalışmaya Türkiye'de yerel ligde basketbol oynayan 20 genç erkek basketbolcu (yaş: 16.00 ± 0.56; boy: 173.35 ± 6.34; kilo: 65.49 ± 6.67; vücut kütle indeksi: 21.53 ± 2.11; basketbol deneyimi: 8.15 ± 0.49) gönüllü olarak katılmıştır. Tüm oyuncular benzer antrenman programlarına katılmış ve genellikle ortalama haftada 6 saat kuvvet, proprioepsiyon ve teknik antrenman ile 8 saat takım ve taktik antrenmanı

yapmış ve ayrıca hafta sonları bir (1) maç yapmışlardır. Tüm katılımcılar, araştırmanın yararları ve riskleri konusunda bir gönüllü katılım onam formunu imzalamadan önce bilgilendirilmiştir.

Bu çalışmanın protokolü, Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Etik Kurulu tarafından tamamen onaylanmış (13.06/2023) ve çalışma Helsinki bildirgesine uygun olarak gerçekleştirilmiştir.

Verilerin Toplanması

Testler gerçekleştirilmeden önce oyuncular testler ve prosedürleri hakkında bilgilendirildikten sonra testlerden 24 saat önce kafein, sigara ve alkol almamaları istenmiştir. Fiziksel ve antropometrik testler, düzenli antrenman seanslarından önce gerçekleştirildi ve hiçbir oyuncu testten önce özel kuvvet antrenmanına katılmadı. Düzenli antrenman seanslarını mümkün olduğunca aksatmadan devam ettirmek için, antropometri ölçümlerinden sonra oyuncular basketbol sahasında 25 dakikalık standart bir ısınma yapmıştır. Isınma, esneme, koşu, atlama, üst ve alt vücut için dinamik hareketlilik egzersizleri ve spesifik basketbol drilleri (pas, top kontrolü ve şut) içermektedir. Katılımcıların fiziksel testlere alışması için, kesin ölçümler toplanmadan önce 2 deneme gerçekleştirmiştir. Tekrarlı sprint yeteneği testi yalnızca bir tekrar olarak gerçekleştirilmiştir. Testler arasında yirmi dört saatlik dinlenme süresi verilmiştir. Test seansları, rastgele bir sıra ile sunulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Antropometrik Ölçümler

Deneklerin boy uzunluğu SECA model stadiometre (Seca, Almanya) kullanılarak ayakkabısız olarak en yakın 1,0 cm'ye kadar ölçülmüştür. Vücut ağırlığı elektronik dijital baskül (Seca, Almanya) kullanılarak en yakın 0,1 kg olarak ölçülmüştür. Vücut kitle indeksi (VKİ) hesaplanırken, vücut kitlesi (kg) boyun karesine (m²) bölünmüştür.

Sürat Testleri

5 metre ve 10 metre sprint testleri, planlı doğrusal hızlanmanın bir ölçüsü olarak kullanılmış ve daha önce çeviklik araştırmalarında yer almıştır. Zamanlama işlemleri için Witty marka ışık kapıları (Witty photocells, Microgate, Italy) kullanılmıştır. Kapılar, önce 0 metre ve 5 metreye daha sonra 0 metre ve 10 metreye yerleştirilmiş olup, 1,5 metre genişliğe ve 1,2 metre yüksekliğe ayarlanmıştır. Denekler, başlangıç çizgisinin 30 cm gerisinden başlayarak ilk kapıyı tetiklemiş ve her iki kapıdan da maksimum hızda koşmaları istenmiştir. En hızlı deneme sonucu analiz edilmiştir.

Çeviklik Testi

Çeviklik becerisini ölçmek için T-testi kullanılmıştır. Test bir başlangıç çizgisinden 9,14 metre ileride 1 adet koni ve her iki yanına 4,57 metre uzaklıkta 2 adet ek koni yerleştirilerek T şeklinde bir parkur oluşturulmuştur. Katılımcılardan başlangıç çizgisinden ilerleyerek ilk koniye ulaşmaları ve sağ elleriyle tepesine dokunmaları istenmiştir. Ardından 4,57 metre sola kayarak ikinci koniye gitmeleri ve sol elleriyle tepesine dokunmaları gerekmektedir. Devamında 9,14 metre sağa kayarak üçüncü koniye gitmeleri ve sağ elleriyle tepesine dokunmaları istenmiştir. Son olarak, 4,57 metre sola kayarak ortadaki koniye gitmeleri ve sol elleriyle tepesine dokunmaları ve başlangıç çizgisine geri dönmeleri beklenmektedir. Zamanlama, bir ses sinyaliyle başlamış ve katılımcı, dönüşte zamanlama kapısından geçtiğinde zaman durdurulmuştur. Her sporcu için en iyi performans, nihai sonuç olarak kaydedilmiştir (Witty photocells, Microgate, Italy).

Sıçrama Testleri

Sıçrama yeteneği, deneklerin kol salınımlarıyla yapılan karşı hareket sıçraması (KHS) ve skuat pozisyonunda karşı hareket sıçraması (SKHS) performansı açısından optik ölçüm sistemi (Optojump Next, Microgate, İtalya) kullanılarak değerlendirilmiştir. KHS testi, kolların serbestçe hareket edebildiği dik bir pozisyondan başlayarak tek bir sıçramayı içermektedir. Yapılan iki (2) deneme sonunda en yüksek sıçramalar kaydedilmiştir.

Tekrarlı Sprint Yeteneği Testi (TSYT)

TSYT testi, 30 saniyelik pasif toparlanma aralıklarıyla serpiştirilmiş olan 30 metre mekik sprintlerinden (15 + 15 metre) oluşan 10 tekrardan oluşuyordu. Her sprint mekiği, bir yön değişikliği (180° dönüş) ile gerçekleştirilmiş ve zamanlaması bir fotosel sistemi (Witty photocells, Microgate, Italy) kullanılarak yapılmıştır (Spencer vd., 2005; Castagna vd., 2007).

Verilerin Analizi

Araştırma grubuna ait verilerin analizinde tanımlayıcı bilgiler için aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri kullanılmıştır. Shapiro-wilk testi sonucuna göre verilerin normal dağılım gösterdiği belirlendikten sonra antropometrik ölçümler, sürat, çeviklik, sıçrama ve tekrarlı sprint performansı arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Korelasyon katsayısı (r) 0,30'dan küçük, 0,31 ila 0,49 orta, 0,50 ila 0,69 büyük, 0,70 ila 0,89 çok büyük ve 0,90 ve üzeri ise ilişkileri tahmin etmek için neredeyse mükemmel olarak kabul edilmiştir (Hopkins, 2002). İstatistik için SPSS 26 programı kullanılmıştır.

Bulgular

Araştırmanın bu bölümünde antropometrik ölçümler, sürat, çeviklik, sıçrama ve tekrarlı sprint performansı arasındaki ilişkiye ait istatistik sonuçlarına yer verilmektedir.

Tablo 1. Performans testlerine ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri

Performans Testleri	A.O ± S.S.
5m (s)	0,98 ± 0,07
10m (s)	1,81 ± 0,11
T Test (s)	11,28 ± 0,51
KHS (cm)	41,40 ± 3,63
SKHS (cm)	33,16 ± 3,24
<i>Tekrarlı Sprint Testi</i>	
En İyi Zaman (s)	6,77 ± 0,34
En Kötü Zaman (s)	7,48 ± 0,40
Total Zaman (s)	71,23 ± 3,05
Yorgunluk İndeksi	5,28 ± 2,84

T Test: Çeviklik testi; KHS: Karşı hareket sıçrama testi; SKHS: Skuat karşı hareket sıçrama testi

Tablo 1'de genç erkek basketbolcuların performans testleri sırasında vermiş oldukları yanıtlara ait aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri verilmiştir.

Tablo 2. Performans testleri arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.5m (s)	1								
2.10m (s)	,483*	1							
3.T Test (s)	,682**	,418	1						
4.KHS (cm)	-,318	-,408	-,523*	1					
5. SKHS (cm)	-,381	-,379	-,458*	,678**	1				
6.En İyi Zaman (s)	-,108	,285	-,131	,020	,059	1			
7.En Kötü Zaman (s)	,117	,186	,101	,173	,150	,603**	1		
8.Total Zaman (s)	,040	,386	-,059	,078	-,025	,845**	,831**	1	
9. Yorgunluk İndeksi	,269	,093	,154	,082	-,151	-,491*	,227	,051	1

T Test: Çeviklik testi; KHS: Karşı hareket sıçrama testi; SKHS: Skuat karşı hareket sıçrama testi

** $p < 0.01$; * $p < 0.05$

Tablo 2’de sürat, çeviklik, sıçrama testleri ve tekrarlı sprint testleri arasındaki ilişkiye ait istatistiksel sonuçlara yer verilmektedir. Sonuçlara göre T Testi ile 5m ($p < 0.01$; $r = .682$), SKHS ile KHS ($p < 0.01$; $r = .678$) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. KHS ile T Testi ($p < 0.05$; $r = -.523$), SKHS ile T testi ($p < 0.05$; $r = 458$) arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmada genç erkek basketbolcuların sürat, çeviklik, sıçrama ve tekrarlı sprint performansı testleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Mevcut çalışmanın sonuçlarına göre 5m sürat değeri ile çeviklik becerisi arasında büyük ölçüde bir ilişki olduğu ve 5m sürat arttıkça çeviklik süresinin de arttığı görülmüştür. Fakat karşı hareket sıçraması (KHS) değeri ile çeviklik arasında ters yönde büyük bir ilişki olduğu aynı şekilde skuat karşı hareket sıçraması (SKHS) değeri ile yine çeviklik arasında ters yönde orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Sıçrama kuvveti arttıkça çeviklik süresinde azalma olduğu belirlenmiştir.

Mevcut çalışmanın sonuçlarına göre t testi ve 5m sürat arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki vardır. Genç basketbolcuların çeviklik süresi arttıkça 5m sürat süresinde arttığı tespit edilmiştir. Benzer şekilde Asadi (2016) 20m sürat ile t testi arasında pozitif yönde güçlü bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Lockie ve arkadaşları, 10 metreden daha hızlı olan saha sporu sporcularının daha fazla bacak gücü ve göreceli kuvvet sergilediğini belirtirken, Chaouachi ve ark., (2009) erkek basketbolcularda mutlak bacak gücü ve kuvveti ile 10 metrelik sprint ve T testindeki performans arasında bağlantı kurmuştur. Young (2001) bir çeviklik görevinde ne kadar az yön değişikliği gerekirse, doğrusal sprint hızı ile ilişki o kadar güçlü olacağını ifade etmiştir. Scanlan ve ark., (2014a) tarafından yapılan bir başka çalışmada, basketbolcularda fiziksel ve bilişsel faktörlerin reaktif çeviklik performansı üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Sprint süreleri, vücut kompozisyonu ve kapalı beceri çeviklik süresinin reaktif çeviklik süresi ile ilişkili olduğunu bulmuşlardır. Bu durum, sürat koşusu yeteneği ve vücut kompozisyonu gibi fiziksel faktörlerin basketbolcularda çeviklik performansını etkileyebileceğini göstermektedir.

Ramos ve ark., (2020), Portekiz’in U-14 elit bölgesel basketbol takımlarında yer alan erkek ve kadın oyuncuların fiziksel özelliklerini karşılaştırmışlardır. Çalışmada, daha iyi dereceye sahip erkek oyuncuların,

daha düşük dereceli oyunculara göre önemli ölçüde daha hızlı ve çevik olduğu bulunmuştur. Alemdaroğlu (2012) çeviklik ve 10m sürat arasında anlamlı bir ilişki olmadığı fakat 30m sürat ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğunu belirtmiştir. Banda ve diğer ark., (2019), gücün basketbolcularda hem sprint hem de çeviklik performansında önemli bir rol oynadığını gösteren çalışmasında üniversite kadın basketbolcuları üzerinde yaptıkları çalışmada, alt vücut gücü ile çeşitli performans ölçümleri arasındaki ilişkileri analiz etmişlerdir. Araştırmada, daha yüksek alt vücut gücünün daha hızlı sprint süreleri ve yön değiştirme hızı ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Hız ve çeviklik, birçok spor dalındaki sporcular için önemli fiziksel özelliklerdir. Etkili hareket kalıpları ve biyomekaniğin yanı sıra güçlü ve kuvvetli kaslara dayanırlar. İyi koşu mekaniğine ve vücut kontrolüne sahip olan sporcuların hem hız hem de çeviklik açısından daha yüksek seviyeler sergilemesi muhtemeldir. Hem doğrusal hem de çok yönlü hareketlerde daha fazla güç üretebilecek ve kendilerini daha etkili bir şekilde itebileceklerdir.

Çeviklik; güç, hız, denge, esneklik ve kas koordinasyonundan etkilenen çok faktörlü bir fiziksel yetenektir (Chaouachi ve ark., 2009). Genel olarak çeviklik performansı, önceden planlanmış çeviklik, tepkisiz çeviklik, kapalı beceri çevikliği, yön değiştirme hızı gibi yön değişikliği hakkında ileri düzeyde bilgi sahibi olarak hızla yön değiştirme yeteneği ve planlanmamış çeviklik, tepkisel çeviklik, açık beceri çevikliği gibi öngörülemeyen görsel veya işitsel bir uyarana yanıt verirken hızla yön değiştirme yeteneklerini içermektedir (Jeffriess ve ark., 2015; Scanlan ve ark., 2015; Scanlan ve ark., 2014b). Bu çalışmada çeviklik performansı ile KHS ve SKHS arasında negatif yönde orta ve büyük düzeyde ilişki olduğu görülmüştür. Çalışmamızın bulgularına paralel olarak Asadi (2016) elit genç erkek basketbolcularda çeviklik performansı ile KHS performansının negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduğunu ifade etmiştir. Chaouachi ve ark., (2009) elit erkek basketbolcular üzerinde yaptıkları çalışmada, T testi ile sıçrama testi performansı arasında anlamlı bir negatif korelasyon olduğunu bulmuşlardır. Yine Alemdaroglu (2012) yaptığı yeni bir korelasyon çalışmasında, profesyonel erkek basketbolcularda sıçrama yüksekliği (KHS) ve T Testi arasında anlamlı bir korelasyon olduğunu ($r = -0,59$) bildirmiştir. Çeviklik ve sıçrama, farklı kas aktivasyon modelleri gerektiren iki farklı hareket modelidir. Çeviklik hareketleri tipik olarak hızlı bir şekilde yön değiştirmek için birden fazla kas grubunun hızlı kasılmalarını içerirken, atlama hareketleri patlayıcı kuvvet üretmek için büyük ölçüde alt vücut kaslarına dayanır. Çeviklik hareketleri için gereken spesifik kas aktivasyon modelleri, optimum atlama performansına doğrudan dönüşmeyebilir.

Bu çalışmanın sonuçları, çeviklik ve dikey sıçrama yeteneğinin sporcular için önemli fiziksel bileşenler olduğunu, ancak ters ilişkili olabileceklerini göstermektedir. Üstün dikey sıçrama yeteneğine sahip oyuncular hızlı çeviklik görevlerinde zorluklarla karşılaşabilir ve bunun tersi de geçerlidir. Bunun nedeni dikey sıçrama ve çevikliğin farklı nöromusküler stratejiler gerektirmesi olabilir. Dikey sıçrama öncelikli olarak patlayıcı güç tarafından yönlendirilirken, çeviklik daha çok yön ve hızdaki hızlı değişikliklere bağlıdır. Dikey sıçrama ve çeviklik arasındaki bu değiş tokuşun atletik antrenman ve performans açısından önemli sonuçları vardır. Antrenörler ve sporcular, antrenman programları geliştirirken sporlarının özel taleplerini dikkatle göz önünde bulundurmalıdır. Hem yüksek düzeyde dikey sıçrama hem de çeviklik gerektiren sporlarda (ör. basketbol, voleybol) yarışan sporcuların, dikey sıçrama becerisinden bir miktar ödün vermek anlamına gelse bile, belirli çeviklik alıştırımlarına öncelik vermesi gerekebilir. Genel olarak, bu çalışma

çeviklik ve dikey sıçrama yeteneği arasındaki ilişkiye dair değerli bilgiler sunmaktadır. Gelecekteki araştırmalar bu değiş tokuşun altında yatan mekanizmaları araştırmalı ve sporcuların her iki fiziksel niteliği de optimize etmelerine yardımcı olacak antrenman stratejileri geliştirmelidir.

Öneriler

Bu çalışmanın sonucunda, genç erkek basketbolcularda atletik performansı değerlendirirken belirli fiziksel özellikleri ve antrenman odaklarını dikkate almanın önemini vurgulanmaktadır. Sürat koşusu yeteneği çeviklik becerilerine olumlu katkıda bulunurken, üstün çevikliğe sahip oyuncuların sıçrama performanslarını artırmak için ek ilgiye ve hedefe yönelik antrenmana ihtiyaçları olabilir. Bu genç sporcularda kapsamlı atletik yetenekleri geliştirmek için daha fazla araştırma ve özel antrenman müdahaleleri araştırılabilir.

Kaynaklar

- Abdelkrim, N. B., El Fazaa, S., & El Ati, J. (2007). Time–motion analysis and physiological data of elite under-19-year-old basketball players during competition. *British Journal of Sports Medicine*, 41(2), 69-75.
- Alemdaroğlu, U. (2012). The relationship between muscle strength, anaerobic performance, agility, sprint ability and vertical jump performance in professional basketball players. *Journal of Human Kinetics*, 31(2012), 149-158.
- Arslan, E., Kilit, B., Clemente, F. M., Murawska-Ciałowicz, E., Soylu, Y., Sogut, M., Akca, F., Gokkaya, M., & Silva, A. F. (2022). Effects of small-sided games training versus high-intensity interval training approaches in young basketball players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5), 2931. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052931>
- Asadi, A. (2016). Relationship between jumping ability, agility and sprint performance of elite young basketball players: A field-test approach. *Revista Brasileira de Cineantropometria & Desempenho Humano*, 18, 177-186.
- Banda, D. S., Beitzel, M. M., Kammerer, J. D., Salazar, I., & Lockie, R. G. (2019). Lower-body power relationships to linear speed, change-of-direction speed, and high-intensity running performance in DI collegiate women's basketball players. *Journal of Human Kinetics*, 68, 223.
- Barth, K., & Boesing, L. (2010). *Training Basketball*. UK: Mayer & Mayer Sport.
- Bayios, I. A., Bergeles, N. K., Apostolidis, N. G., Noutsos, K. S., & Koskolou, M. D. (2006). Anthropometric, body composition and somatotype differences of Greek elite female basketball, volleyball and handball players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 46(2), 271.
- Castagna, C., Manzi, V., D'ottvaio, Stefano., Annino, G., Padua, E., & Bishop, D. (2007). Relation between maximal aerobic power and the ability to repeat sprints in young basketball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 21(4), 1172-1176.

- Chaouachi, A., Brughelli, M., Chamari, K., Levin, G. T., Abdelkrim, N. B., Laurencelle, L., & Castagna, C. (2009). Lower limb maximal dynamic strength and agility determinants in elite basketball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(5), 1570-1577.
- Delextrat, A., & Cohen, D. (2009). Strength, power, speed, and agility of women basketball players according to playing position. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(7), 1974-1981.
- Drinkwater, E. J., Pyne, D. B., & McKenna, M. J. (2008). Design and interpretation of anthropometric and fitness testing of basketball players. *Sports Medicine*, 38, 565-578.
- Hopkins, W. G. (2002). A scale of magnitudes for effect statistics. SportsScience. www.sportsci.org/resource/stats/index.html.
- Jeffriess, M. D., Schultz, A. B., McGann, T. S., Callaghan, S. J., & Lockie, R. G. (2015). Effects of preventative ankle taping on planned change-of-direction and reactive agility performance and ankle muscle activity in basketballers. *Journal of Sports Science & Medicine*, 14(4), 864.
- Kayhan, R. F., & Erdemir, İ. (2022). Genç basketbol ve voleybol sporcularının somatotip özellikleri ve bazı performans test sonuçlarının karşılaştırılması. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 8(4), 197-206.
- Lockie, R. G., Murphy, A. J., Knight, T. J., & De Jonge, X. A. J. (2011). Factors that differentiate acceleration ability in field sport athletes. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 25(10), 2704-2714.
- McInnes, S. E., Carlson, J. S., Jones, C. J., & McKenna, M. J. (1995). The physiological load imposed on basketball players during competition. *Journal of Sports Sciences*, 13(5), 387-397.
- Reina, M., Mancha-Triguero, D., García-Santos, D., García-Rubio, J., & Ibáñez, S. J. (2019). Comparación de tres métodos de cuantificación de la carga de entrenamiento en baloncesto. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 15(58), 368-382.
- Rodriguez-Alonso, M., Fernandez-Garcia, B., Perez-Landaluce, J., & Terrados, N. (2003). Blood lactate and heart rate during national and international women's basketball. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 43(4), 432.
- Ramos, S., Volossovitch, A., Ferreira, A. P., Barrigas, C., Fragoso, I., & Massuça, L. (2020). Differences in maturity, morphological, and fitness attributes between the better-and lower-ranked male and female U-14 Portuguese elite regional basketball teams. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 34(3), 878-887.
- Scanlan, A., Humphries, B., Tucker, P. S., & Dalbo, V. (2014a). The influence of physical and cognitive factors on reactive agility performance in men basketball players. *Journal of Sports Sciences*, 32(4), 367-374.
- Scanlan, A. T., Tucker, P. S., & Dalbo, V. J. (2014b). A comparison of linear speed, closed-skill agility, and open-skill agility qualities between backcourt and frontcourt adult semiprofessional male basketball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 28(5), 1319-1327.

- Scanlan, A. T., Tucker, P. S., & Dalbo, V. J. (2015). The importance of open-and closed-skill agility for team selection of adult male basketball players. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 55(5), 390-396.
- Scanlan, A., Dascombe, B., & Reaburn, P. (2011). A comparison of the activity demands of elite and sub-elite Australian men's basketball competition. *Journal of Sports Sciences*, 29(11), 1153-1160
- Spencer, M., Bishop, D., Dawson, B., & Goodman, C. (2005). Physiological and metabolic responses of repeated-sprint activities: specific to field-based team sports. *Sports Medicine*, 35, 1025-1044.
- Torres-Unda, J., Zarrazquin, I., Gravina, L., Zubero, J., Seco, J., Gil, S. M., ... & Irazusta, J. (2016). Basketball performance is related to maturity and relative age in elite adolescent players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 30(5), 1325-1332.
- Young, W. B., McDowell, M. H., & Scarlett, B. J. (2001). Specificity of sprint and agility training methods. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 15(3), 315-319.
- Ziv, G., & Lidor, R. (2009). Physical attributes, physiological characteristics, on-court performances and nutritional strategies of female and male basketball players. *Sports Medicine*, 39, 547-568.
- Ziv, G., & Lidor, R. (2010). Vertical jump in female and male basketball players-A review of observational and experimental studies. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13(3), 332-339.

Makale Alıntısı

Çayır, H., Canikli, A., & Süel, E. (2023). Genç Erkek Basketbolcularda Sürat, Çeviklik, Sıçrama ve Tekrarlı Sprint Performansı Arasındaki İlişki [Relationship Between Speed, Agility, Jumping and Repetitive Sprint Performance in Young Male Basketball Players], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 162-170.



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

Erkek Tenisçilerin Cesaret Düzeylerinin İncelenmesi

Şenol LEVENT¹, Harun AYAR²

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 19.09.2023

Kabul Tarihi: 21.10.2023

Online Yayın Tarihi:

21.10.2023

Anahtar Kelimeler:

Spor, Tenis, Cesaret.

DOI:

10.55238/seder.1362983

Amaç: Bu araştırmada, erkek tenisçilerin sporda cesaret düzeylerinin hangi düzeyde olduğunu tespiti ve sporda cesaret düzeyinin yaş grubu, vücut kitle indeksi (VKİ), medeni durum, eğitim düzeyi ve tenis oynama süresine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediğinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Bu araştırmada, nedensel karşılaştırma modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini 2023 yılında İstanbul ili genelinde Avrupa ve Anadolu yakasındaki Tenis kulüplerinde tenis oynayan erkek tenisçiler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise İstanbul ili Avrupa yakasındaki tenis kulüplerinde tenis oynayan basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen toplam 300 erkek tenisçi oluşturmaktadır. Araştırmanın verileri anket yöntemi ile toplanmıştır. Araştırmada kişisel bilgi formu ve sporda cesaret ölçekleri olmak üzere iki kısımda veri toplanmıştır. Araştırma kapsamında toplanan veriler nicel analiz yöntemleriyle incelenmiştir. Veriler SPSS 25 paket programında analiz edilmiştir.

Bulgular: Araştırmada verilerin normal bir dağılım gösterdiği kabul edilerek parametrik yöntemler kullanılmıştır. Katılımcıların ortalama sporda cesaret düzeyi 3,72 olup, standart sapma değeri ise 0,55'tir. Katılımcıların yaş gruplarına göre fedakarlık düzeyi dışında, vücut kitle indeksine, eğitim düzeyine, tenis oynama sürelerine göre anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Katılımcıların medeni durumlarına göre cesaret düzeylerine bakıldığında özgüven, sportif kendine güven ve korkuyla başatme alt boyutları dışında anlamlı fark olduğu görülmektedir.

Sonuç: Erkek tenisçilerin cesaret düzeylerinin ortalamasının üstünde olduğu, 26-30 yaş arasındaki katılımcıların fedakarlık düzeylerinin 31 yaş ve üzeri bireylerden daha yüksek olduğunu diğer boyutlarda ise bir farklılaşmanın olmadığı görülmektedir. Erkek tenisçilerin eğitim ve tenis oynama süreleri arasında farklılık görülmezken, medeni durumları arasında farklılık olduğu görülmektedir.

Examining the Courage Levels of Male Tennis Players

Abstract

Article Info

Received: 19.09.2023

Accepted: 21.10.2023

Online Published:

21.10.2023

Keywords:

Sports, Tennis, Courage.

Aim: This study aimed to evaluate the courage levels of male tennis players in sports, exploring whether these levels exhibit significant variations based on age group, body mass index (BMI), marital status, educational attainment, and the length of time spent playing tennis.

Method: A causal-comparison model was adopted for this research. The study population comprised male tennis players who participated in clubs across both the European and Anatolian regions of Istanbul in 2023. A subset of 300 male tennis players from the European side of Istanbul, chosen using a simple random sampling method, constituted the research sample. Data collection was achieved through a questionnaire, encompassing both personal information forms and sports courage scales. The assembled data underwent quantitative analysis, processed in the SPSS 25 software package.

Results: The assumption guiding the study was that data maintained a normal distribution, leading to the adoption of parametric analytical methods. The participants' average courage level in sports stood at 3.72, accompanied by a standard deviation of 0.55. No notable variations were evident when factors such as age groups, BMI, educational background, or the duration of playing tennis were considered. However, upon assessing courage levels in relation to marital status, marked disparities emerged, save for the subcategories of self-confidence, athletic self-assurance, and managing fear.

Conclusion: It is seen that the courage levels of male tennis players are above average, the sacrifice levels of participants between the ages of 26-30 are higher than those of individuals aged 31 and over, and there is no difference in other dimensions. While there is no difference between male tennis players' education and tennis playing time, there is a difference between their marital status.

¹İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Spor Yönetimi Bilim Dalı, Tezli Yüksek Lisans Öğrencisi, senol_hoca@hotmail.com ORCID: 0009-0009-5034-3523

²İstanbul Gelişim Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Rekreasyon Bölümü, İstanbul/Türkiye, hayar@gelisim.edu.tr ORCID: 0000-0002-7123-8695

*Bu araştırma Şenol Levent'in İstanbul Gelişim Üniversitesi, Spor Yönetimi Programı Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

Giriş

Spor, ferdin tabii çevresini beşerî çevre haline çevirirken elde ettiği kabiliyetleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, ferdi veya toplu olarak boş zaman faaliyeti kapsamı içinde veya tam zamanını alacak şekilde mesleki hale getirerek yaptığı, sosyalleştirici, toplumla bütünleştirici, ruh ve fizik kapasitesini geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur (Erkal, 1982). Sportif aktivitelerin amacı; insanlara fiziksel, psikolojik, kültürel, sosyal ve ruhsal yönden fayda sağlamak ve onları toplumda sağlıklı nesiller haline getirmektir. Ayrıca sporun amaçlarından biri de uluslararası arenada önemli sporcular yetiştirerek ülke reklamına önemli tanıtımlar kazandırmaktır. Bir başka amaç ise; sporunun belirli kurallara göre yarışmak, heyecanlanmak, yarışmayı kazanmak ve profesyonel olarak geçimini sağlamaktır (Yetim, 2000). Günümüz çağında birçok teknolojik, kültürel ve ekonomik ilerleme sonucunda artık yaşam için fiziksel mücadele yerini sosyal ve sportif aktiviteye bırakmıştır. Bu sayede spor giderek yaygınlaşmakta ve spora olan ilgi artmaktadır. Bu gelişmeler neticesinde birçok farklı alanda bireysel sporlar oluşmuştur (Şahan, 2007).

Bireysel sporlar içerisinde; badminton, masa tenisi, tenis, okçuluk vb. gibi bireysel spor branşları yarışmaların kendi aralarında ve birbirleriyle yakın mesafe olmayan ve dokunma olmadan mesafeli olarak yarıştıkları bireysel sporlardır. Bunlardan birisi olan tenis branşı bütün ülkelere yayılmış sevilerek izlenen ve oynanan yaygın bir spor dalıdır. Tenis hem hobi olarak yapılan oynandıkça neşe, mutluluk ve zevk veren hem de performans sporu olarak yarışma, mücadele, hırs, savaşa ve pes etmeme ruhunu yansıtan olimpiik bir spor branşı olarak kayıtlara geçmiştir (Doğan, 2021). Tenis olimpiik bir spordur, iki kişi veya ikişer kişilik gruplar halinde oynanır. Tenis oynayan kişiler ellerinde var olan raketlerin yardımı ile lastik olan bir topu karşıdaki rakibin kortuna atmaya çalışırlar, kurallar içinde en çok puanı toplayan kişi ya da takım oyunun kazananı olur (Kermen, 2002). Ayrıca, asıl üzerinde durulması gereken şey sporunun cesaret düzeyinin nasıl olacağı değil, neye göre değişeceğidir. Burada sporcuların sporda cesaret düzeylerini belirleyen önemli özellikler olan, diğer bir ifade ile sporda cesaret unsurları olan kaygıyla (korkuyla) baş etme, sportif kendine güven, kararlılık, özgüven ve fedakârlık oldukça önemli hale gelmektedir. Kaygı, kişinin belli bir zaman ve belli şartlar altında ve var olan ortamdan ayrı olarak kendini nasıl hissettiğidir (Öner ve LeCompte, 1985). Ancak literatür araştırması sonucunda, sporda cesaret kavramı üzerine yapılan çalışmalar sınırlılık göstermektedir, cesaret üzerine çeşitli alanlardaki kavram ve ölçümlere odaklanılmış olup spor cesareti üzerine yapılan çalışmalarda gereken özveri yakalanamamıştır (Konter ve Ng, 2012).

Erkek tenisçiler üzerinde yapılacak olan ve teniste cesaretin demografik değişkenlerine göre ne gibi farklılıklar gösterdiğinin tespit edileceği bir çalışmanın tenis spor branşı üzerine cesaret kavramıyla ilgili araştırma boşluğunu gidererek önemli katkılar sunacağı düşünülmektedir. Böylece, yapılacak bir çalışmanın tenis camiasındaki antrenörlere, erkek tenis sporcularının ailelerine, erkek tenis sporcularına, spor bilimcilere, antrenman bilimcilere ve özellikle spor psikolojisinde çalışan uzmanlara büyük yarar sağlayacağı, ulusal ve uluslararası tenis camiasına önemli katkılar sunacağı öngörülmektedir.

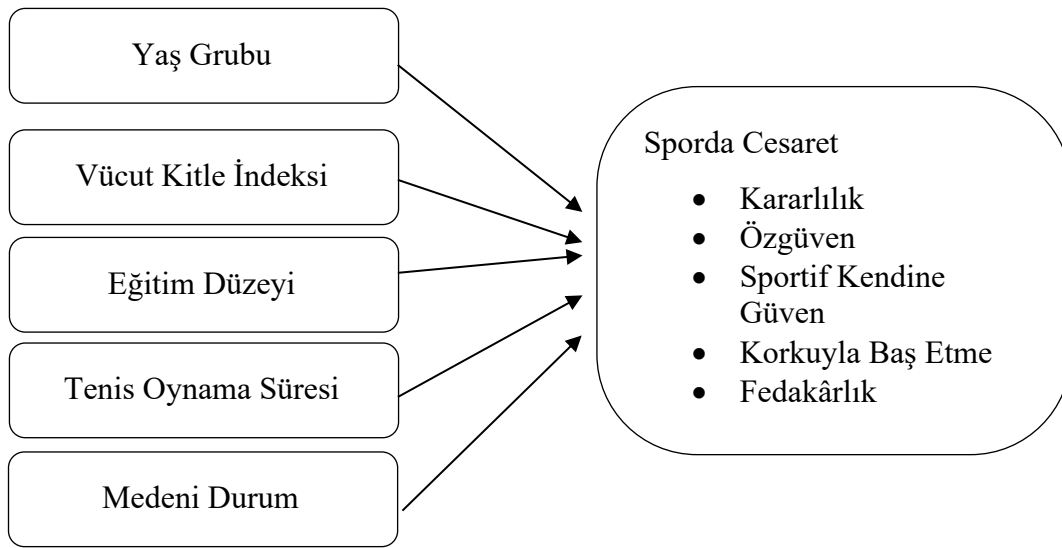
Çalışmanın erkek tenisçilerin cesaret düzeyleri üzerine yapılan akademik çalışmalara katkıda bulunması beklenmektedir. Cesaretin tenis sporundaki önemine odaklanan ve spora özgü bir konuyu ele alan bu çalışma, mevcut literatüre yeni bilgiler ve perspektifler sunabilir. Bu da tenisçilerin psikolojik

desteklerinin ve performanslarının iyileştirilmesi için daha iyi stratejilerin geliştirilmesine katkıda bulunabilir.

Tüm bu nedenlerden dolayı, bu çalışma erkek tenisçilerin sporda cesaret düzeylerini araştırarak, sporda başarılarını etkileyebilecek önemli bir faktörü ele aldığı için önemlidir. Bu çalışmanın amacı erkek tenisçilerin sporda cesaret düzeylerini belirlemektir.

Materyal ve Yöntem

Bu araştırmada, nedensel karşılaştırma modeli kullanılmıştır. Nedensel karşılaştırma modeli var olan ya da doğal olarak ortaya çıkmış bir durum ya da olayın nedenlerini ve bu nedenlere etki eden değişkenleri ya da bir etkinin sonuçlarını belirlemeye yönelik bir araştırma modelidir (Büyüköztürk, vd., 2008). Buna göre araştırmanın modeli Şekil 1’de gösterildiği şekliyle kurulmuştur.



Şekil 1. Araştırmanın modeli

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini 2023 yılında İstanbul ili genelinde Avrupa ve Anadolu yakasındaki Tenis kulüplerinde tenis oynayan erkek tenisçiler oluşturmaktadır. Araştırmanın evreni temsil edeceği örnekleme belirleme için yapılan araştırmalar noktasında İstanbul Avrupa yakasında yaklaşık 3000’e yakın tenis kulüplerinde tenis oynayan erkek tenisçi olduğu belirlenmiştir. Bu doğrultuda araştırmanın örneklemini %95 güven aralığında temsil edeceği düşünülen basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen toplam 300 erkek tenisçi oluşturmaktadır. Basit rastgele örnekleme yöntemi araştırmaya dahil edilecek birimlerin, evren içerisinde tamamen rastgele seçildiği örnekleme yöntemidir (Tuna, 2016).

Verilerin Toplanması

Araştırmanın verileri anket yöntemi ile toplanmıştır. Kullanılan ankette, Kişisel Bilgiler Formu ve Sporda Cesaret Ölçeği (Ek-A) olmak üzere toplam iki bölüm yer almıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Anketin birinci bölümünde yer alan Kişisel Bilgiler Formu’nda katılımcıların yaş, boy, kilo, eğitim düzeyi, medeni durum, tenis oynama süresi ile ilgili toplam 6 soru yer almıştır.

Sporda Cesaret Ölçeği: Anketin ikinci bölümünde yer alan Sporda Cesaret Ölçeği (SCÖ) Konter ve Ng (2012) tarafından sporcuların cesaret düzeylerini ölçmek ve cesaret duygularını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçekte 5'li Likert tipte (1: kesinlikle katılmıyorum, 2: katılmıyorum, 3: kararsızım, 4: katılıyorum, 5: kesinlikle katılıyorum) toplam 31 madde yer almaktadır. Bu araştırmada madde ortalamasının 1,00-1,50 arasında olması kesinlikle katılmıyorum, 1,51-2,50 arasında olması katılmıyorum, 2,51-3,50 arasında olması kararsızım, 3,51-4,50 arasında olması katılıyorum ve 4,51-5,00 arasında olması kesinlikle katılıyorum düzeyi olarak kabul edilmiştir.

Ayrıca SCÖ, kararlılık (1-9. maddeler), özgüven (10-16. maddeler), sportif kendine güven (17-23. maddeler), korkuyla baş etme (24-27. maddeler) ve fedakârlık (28-31. maddeler) olarak adlandırılan 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek genelinden ve alt boyutlardan alınan puan ortalamasının artması katılımcının sporda cesaret düzeyinin veya ilgili alt boyut duygu düzeylerinin de arttığını göstermektedir. Ancak 1, 6, 11, 16, 21, 24 ve 27. maddeler olmak üzere toplam 7 madde olumsuz anlam taşımaktadır ve bunların puanlama aşamasında ters kodlanması gerekmektedir.

Konter ve Ng (2012) tarafından yapılan çalışmada, gerçekleştirilen Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) sonucunda ölçeğin açıkladığı toplam varyans %47 olarak tespit edilmiştir. Yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) sonucunda ise ölçeğin iyi uyum gösterdiği ($\chi^2(424)=535,50$, $p<,01$, CFI=,95, TLI=,95, RMSEA=,03, SRMR=,05) sonucuna ulaşılmıştır.

Ayrıca Cronbach Alpha analizi sonucunda ölçeğin genel olarak güvenilirliği 0,820 olarak bildirilmiştir (Konter ve Ng, 2012).

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında toplanan veriler nicel analiz yöntemleriyle incelenmiştir. Bunun için SPSS25 paket programından faydalanılmıştır.

Katılımcılara ilişkin tanıtıcı bulgular ve katılımcıların sporda cesaret düzeylerine ilişkin bulguların tespitimde aritmetik ortalama, standart sapma ve medyan ile frekans ve yüzde analizi gibi tanımlayıcı (betimsel) istatistik yöntemleri kullanılmıştır. Katılımcıların sporda cesaret düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi için ise bağımsız gruplar tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Hochberg çoklu karşılaştırma (post-hoc) testi ile bağımsız gruplar (ilişkisiz örneklem) t-testine başvurulmuştur. Tüm analizler %95 güven aralığında ve $p<,05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir.

Ayrıca bulunan farkın büyüklüğünü tespit etmek için $r = \sqrt{\frac{GA KT}{Top. KT}}$ ve $(n^2 = \sqrt{\frac{t^2}{t^2+sd}})$ formülleri kullanılarak etki büyüklüğü hesaplamaları yapılmıştır (Field, 2009).

Analizlere dâhil edilen puanların normal bir dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için ise öncelikle ölçek puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılarak değerlendirme yapılmıştır. Bu değerlendirme, Büyüköztürk (2011) tarafından $\pm 1,00$ aralığında bulunan değerlerin normal dağılım için yeterli kabul edildiği önerisine dayanarak gerçekleştirilmiştir. Ayrıca ölçek toplam puanı Tek Örneklem Kolmogorov-Smirnov Testi ile test edilmiş ve evrenden anlamlı farklılık olmadığı, dolayısıyla normal dağılımın var olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($KS(300)=0,051$; $p>,05$). Dolayısıyla, araştırmada verilerin normal bir dağılım gösterdiği kabul edilerek parametrik yöntemler kullanılmıştır.

Bulgular

Bu bölümde, araştırmanın amacı doğrultusunda toplanan verilerin değerlendirilmesi sonucunda ulaşılan bulgular alt başlıklar halinde verilmiştir. Erkek tenisçilerin sporda cesaret düzeylerinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu araştırma toplam 300 sporcunun katılımı ile gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların Yaş, Boy, Kilo ve VKİ Bulgularına İlişkin İstatistikler

Değişken	n	Min.	Maks.	\bar{x}	s	Medyan
Yaş	300	18	74	38,47	12,06	38
Boy	300	157	198	177,67	6,28	178
Kilo	300	52	140	79,88	11,64	80
VKİ	300	14,71	38,38	25,25	2,99	25,19

Tablo 1'e göre katılımcıların yaşları 18-74 arasında değişmiş ve ortalaması $38,47 \pm 12,6$, medyanı 38 olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların boyları 157-198 cm arasında değişmiş ve ortalaması $177,67 \pm 6,28$, medyanı 178 olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların kiloları ise 52-140 kg arasında değişmiş ve ortalaması $79,88 \pm 11,64$, medyanı 80 olarak tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların VKİ değerleri 14,71-38,38 kg/m² arasında değişmiş ve ortalaması $25,25 \pm 2,99$, medyanı 25,19 olarak tespit edilmiştir. Katılımcıların genel olarak orta yaşlarda yer alan yaklaşık 178 cm boya ve 80 kg ağırlığa sahip fazla kilonun başlangıcında yer alan bir profile sahip oldukları söylenebilir.

Tablo 2. Katılımcıların Yaş Grubu, Boy, Kilo ve VKİ Grubuna Göre Dağılımı

Değişken	n	%
Yaş Grubu		
18-20	15	5,00
21-23	14	4,70
24-25	26	8,70
26-30	34	11,30
31 yaş ve üstü	211	70,30
Boy Aralığı		
150-160	2	0,70
161-170	48	16,00
171-180	159	53,00
181-190	86	28,70
191 ve üzeri	5	1,70
Kilo Aralığı		
50-75	109	36,30
76-100	183	61,00
101 ve üzeri	8	2,70
VKİ Grubu		
Zayıf	3	1,00
Normal Kilolu	137	46,60
Fazla Kilolu	137	46,60
Obez	15	5,10
Aşırı Obez	2	0,70
Morbid Obez	0	0,00
Toplam	300	100

Buna göre, yaş grubuna göre sporcular içerisinde, 31 yaş ve üstü katılımcıların toplamda %70,3'lük bir oranla en büyük grup olduğu gözlemlenmiştir. İkinci en büyük grup ise 26-30 yaş aralığında yer almaktadır ve katılımcıların %11,3'ünü oluşturmaktadır. Diğer yaş grupları ise daha küçük yüzdelerle temsil edilmektedir. Katılımcıların %5'i 18-20 yaş grubunda, %4,7'si 21-23 yaş grubunda ve %8,7'si 24-26 yaş grubunda yer almıştır.

Boy aralıklarına göre dağılım incelendiğinde, en yaygın boy aralığının 171-180 cm olduğu görülmektedir ve bu grup, katılımcıların %53'ünü oluşturmaktadır. Diğer boy aralıkları daha düşük

yüzdelerle temsil edilmektedir. Katılımcıların %28,7'si 181-190 cm, %16'sı 161-170 cm ve %1,7'si 191 cm ve üzeri grubunda yer almıştır. En düşük orana sahip olan boy aralığı ise 150-160 cm aralığındadır ve bu grup, toplam katılımcıların %0,7'sini oluşturmaktadır.

Kilo aralıklarına göre dağılım incelendiğinde, katılımcıların çoğunluğunun 76-100 kg aralığında olduğu görülmektedir. Bu aralık, toplam katılımcıların %61'ini oluşturmaktadır. 50-75 kg aralığındaki katılımcılar %36,3'lük bir orana sahipken, 101 kg ve üzerindeki kiloya sahip katılımcılar toplamın %2,7'sini oluşturmaktadır.

VKİ gruplarına göre dağılım incelendiğinde ise en yaygın VKİ gruplarının "normal kilolu" ve "fazla kilolu" olduğu görülmektedir ve bu gruplar, toplam katılımcıların ayrı ayrı %46,6'sını oluşturmaktadır. Ayrıca sporcuların %1'i zayıf grubunda, %5,1'i obez grubunda ve %0,7'si aşırı obez grubunda yer almıştır. "Morbid Obez" grubunda ise hiçbir katılımcı bulunmamaktadır.

Bu bulgular katılımcıların genel olarak orta yaşlarda yer alan yaklaşık 178 cm boya ve 80 kg ağırlığa sahip fazla kilonun başlangıcında yer alan bir profile sahip olduklarını tespitini doğrulamıştır.

Tablo 3. Katılımcıların Eğitim Düzeyi ve Medeni Duruma Göre Dağılımı

Değişken	n	%
Eğitim Düzeyi		
Okuryazar değil	0	0,0
İlkokul	3	1,0
Ortaokul	3	1,0
Lise	35	11,7
Üniversite	199	66,3
Yüksek Lisans	58	19,3
Doktora	2	0,7
Medeni Durum	n	%
Bekar	153	51,0
Evli	147	49,0
Toplam	300	100

Buna göre katılımcıların %66,3 ile çoğunluğunun üniversite mezunu olduğu görülmektedir. İkinci en büyük grup, yüksek lisans mezunu olan katılımcılardır ve %19,3'lük bir orana sahiptir. Ayrıca katılımcıların %11,7'si lise mezunu, %1'i ilkokul mezunu, %1'i ortaokul mezunu ve %0,7'si doktora mezunudur. Okuryazar olmayan katılımcı ise bulunmamaktadır.

Ayrıca medeni duruma göre dağılım incelendiğinde, katılımcıların yaklaşık olarak yarı yarıya evli ve bekar oldukları görülmüştür. Bekar katılımcılar, toplam katılımcıların %51'ini oluşturmaktadır. Evli katılımcılar ise %49'luk bir orana sahiptir.

Tablo 4. Katılımcıların Sporda Cesaret Düzeylerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Puan	n	Min.	Maks.	\bar{x}	s
Sporda Cesaret	300	1,77	4,94	3,72	0,55
Fedakârlık	300	1,75	5,00	3,98	0,71
Sportif Kendine Güven	300	1,57	5,00	3,80	0,67
Korkuyla Baş Etme	300	1,00	5,00	3,67	0,69
Kararlılık	300	1,44	5,00	3,64	0,61
Özgüven	300	1,57	5,00	3,64	0,62

Buna göre, öncelikle Sporda Cesaret Ölçeği (SCÖ) genelinden elde edilen sporda cesarete ilişkin istatistikler incelendiğinde, 300 katılımcının sporda cesaret puanının minimum 1,77 ve maksimum 4,94

olduğu görülmektedir. Katılımcıların ortalama sporda cesaret düzeyi 3,72 olup, standart sapma değeri ise 0,55'tir. Bu bulgulara dayanarak, katılımcıların genel olarak ortalamanın üzerinde (alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlara oranlandığında %68 düzeyinde) bir sporda cesaret düzeyine sahip olduğu söylenebilir.

Alt boyutlar incelendiğinde ise en yüksek ortalamanın fedakârlık alt boyutuna ait olduğu görülmüştür. Fedakârlık puanı 1,75-5,00 arasında değişmiş ve ortalaması 3,98±0,71 olarak bulunmuştur. Buna göre katılımcıların genel olarak iyi denebilecek bir fedakârlık düzeyine sahip oldukları (%74,5) söylenebilir.

Fedakarlığın ardından sportif kendine güven gelmiştir. Katılımcıların puanları 1,57-5,00 arasında değişmiş ve ortalaması 3,8±0,67 olarak bulunmuştur. Bu verilere göre, katılımcıların genel olarak yine iyi denebilecek bir sportif kendine güven düzeyine sahip oldukları (%70) söylenebilir. Katılımcıların korkuyla baş etme, kararlılık ve özgüven puan ortalamaları ise 3,64-3,67 arasında değişmiştir. Bu verilere dayanarak, katılımcıların genel olarak ortalamanın üzerinde bir korkuyla baş etme, kararlılık ve özgüvene sahip oldukları söylenebilir.

Tablo 5. Sporda Cesaret Düzeyinin Yaş Grubuna Göre Karşılaştırılması

Puan	Yaş Grubu	n	\bar{x}	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ort.	F	p	Post Hoc
Sporda Cesaret	18-23*	29	3,59	0,49	G. Arası	2,084	3	0,695	2,355	0,072	
	24-25	26	3,84	0,65	G. İçi	87,278	296	0,295			
	26-30	34	3,90	0,52	Toplam	89,362	299				
	31+	211	3,70	0,54							
Kararlılık	18-23	29	3,54	0,64	G. Arası	1,768	3	0,589	1,609	0,187	
	24-25	26	3,74	0,74	G. İçi	108,468	296	0,366			
	26-30	34	3,82	0,57	Toplam	110,237	299				
	31+	211	3,62	0,59							
Özgüven	18-23	29	3,59	0,50	G. Arası	1,852	3	0,617	1,629	0,183	
	24-25	26	3,76	0,71	G. İçi	112,168	296	0,379			
	26-30	34	3,83	0,68	Toplam	114,020	299				
	31+	211	3,61	0,61							
Sportif Kendine Güven	18-23	29	3,58	0,69	G. Arası	3,033	3	1,011	2,283	0,079	
	24-25	26	3,97	0,68	G. İçi	131,060	296	0,443			
	26-30	34	3,95	0,68	Toplam	134,093	299				
	31+	211	3,78	0,66							
Korkuyla Baş Etme	18-23	29	3,47	0,59	G. Arası	1,719	3	0,573	1,191	0,314	
	24-25	26	3,79	0,79	G. İçi	142,468	296	0,481			
	26-30	34	3,74	0,71	Toplam	144,187	299				
	31+	211	3,67	0,69							
Fedakârlık	18-23 ¹	29	3,86	0,72	G. Arası	4,501	3	1,500	3,052	0,029	3>4
	24-25 ²	26	4,04	0,68	G. İçi	145,511	296	0,492			
	26-30 ³	34	4,30	0,70	Toplam	150,012	299				
	31 ⁴ +	211	3,93	0,70							

p<0.05 * 18-20 ve 21-23 yaş gruplarındaki katılımcı sayısı diğer gruplardan oldukça az olduğu için birleştirme yapılmıştır.

Tablo 5'te görüldüğü üzere, sporcuların genel olarak sporda cesaret puanları ve kararlılık, özgüven, sportif kendine güven ve korkuyla baş etme alt boyutlarına ait puanlar yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermemiştir (p>0,05). Diğer bir ifade ile yaş grubu, katılımcıların genel olarak sporda cesaret düzeylerini ve kararlılık, özgüven, sportif kendine güven ve korkuyla baş etme düzeylerini anlamlı olarak farklılaştırmamıştır.

Ancak fedakârlık alt boyutu puanı yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermiştir (F(3-296)=3,052; p<0,05). Diğer bir ifade ile yaş grubu, katılımcıların fedakârlık düzeylerini anlamlı olarak farklılaştırmıştır.

Yapılan etki büyüklüğü hesaplaması sonucunda bu fark $r=0,17$ ile küçük düzeyde (0,1-0,3: küçük) bulunmuştur (Field, 2009).

Bunun üzerine farkın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek için Hochberg çoklu karşılaştırma (post-hoc) testi yapılmıştır. Yapılan test sonucunda 26-30 yaş arasında bulunan sporcuların fedakarlıkları, 31 yaş ve üstünde bulunanlardan anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). 18-25 yaş arasında bulunanlar ise bu iki grubun arasında yer almıştır.

Tablo 6. Sporda Cesaret Düzeyinin Vücut Kitle İndeksine Göre Karşılaştırılması

Puan	VKİ*	n	\bar{x}	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ort.	F	p
Sporda Cesaret	Zayıf/Normal Kilolu	140	3,74	0,57	G. Arası	0,491	2	0,245	0,829	0,437
	Fazla Kilolu	137	3,74	0,52	G. İçi	86,132	291	0,296		
	Obez/Aşırı Obez	17	3,57	0,57	Toplam	86,623	293			
Kararlılık	Zayıf/Normal Kilolu	140	3,66	0,62	G. Arası	0,644	2	0,322	0,888	0,413
	Fazla Kilolu	137	3,66	0,58	G. İçi	105,579	291	0,363		
	Obez/Aşırı Obez	17	3,46	0,62	Toplam	106,223	293			
Özgüven	Zayıf/Normal Kilolu	140	3,67	0,62	G. Arası	1,152	2	0,576	1,502	0,224
	Fazla Kilolu	137	3,66	0,62	G. İçi	111,567	291	0,383		
	Obez/Aşırı Obez	17	3,39	0,52	Toplam	112,719	293			
Sportif Kendine Güven	Zayıf/Normal Kilolu	140	3,83	0,72	G. Arası	0,818	2	0,409	0,917	0,401
	Fazla Kilolu	137	3,81	0,62	G. İçi	129,703	291	0,446		
	Obez/Aşırı Obez	17	3,60	0,66	Toplam	130,520	293			
Korkuyla Baş Etme	Zayıf/Normal Kilolu	140	3,66	0,73	G. Arası	0,086	2	0,043	0,090	0,914
	Fazla Kilolu	137	3,69	0,64	G. İçi	139,967	291	0,481		
	Obez/Aşırı Obez	17	3,69	0,83	Toplam	140,053	293			
Fedakârlık	Zayıf/Normal Kilolu	140	4,01	0,70	G. Arası	0,235	2	0,118	0,237	0,789
	Fazla Kilolu	137	3,96	0,69	G. İçi	144,359	291	0,496		
	Obez/Aşırı Obez	17	3,93	0,85	Toplam	144,594	293			

$p<0,05$ * Katılımcı sayısı 10'un altında olan gruplarda birleştirme yapılmıştır

Tablo 6'da görüldüğü üzere, sporcuların genel olarak sporda cesaret puanları ve kararlılık, özgüven, sportif kendine güven, korkuyla baş etme ve fedakârlık alt boyutlarına ait puanlar VKİ'ye göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p>0,05$). Diğer bir ifade ile farklı VKİ gruplarında olmak, katılımcıların sporda cesaret düzeylerini ve alt boyutların tamamını anlamlı olarak farklılaştırmamıştır.

Tablo 7. Sporda Cesaret Düzeyinin Eğitim Düzeyine Göre Karşılaştırılması

Puan	Eğitim Düzeyi*	n	\bar{x}	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ort.	F	p
Sporda Cesaret	En Fazla Lise	41	3,76	0,55	G. Arası	0,564	2	0,282	0,943	0,391
	Üniversite	199	3,69	0,51	G. İçi	88,798	297	0,299		
	Yüksek Lisans/Doktora	60	3,80	0,66	Toplam	89,362	299			
Kararlılık	En Fazla Lise	41	3,65	0,65	G. Arası	1,133	2	0,566	1,542	0,216
	Üniversite	199	3,61	0,59	G. İçi	109,104	297	0,367		
	Yüksek Lisans/Doktora	60	3,76	0,64	Toplam	110,237	299			
Özgüven	En Fazla Lise	41	3,67	0,61	G. Arası	0,225	2	0,113	0,294	0,746
	Üniversite	199	3,62	0,58	G. İçi	113,795	297	0,383		
	Yüksek Lisans/Doktora	60	3,69	0,73	Toplam	114,020	299			

Sportif Kendine Güven	En Fazla Lise	41	3,83	0,72	G. Arası	0,831	2	0,416	0,926	0,397
	Üniversite	199	3,76	0,62	G. İçi	133,262	297	0,449		
	Yüksek Lisans/Doktora	60	3,90	0,79	Toplam	134,093	299			
Korkuyla Baş Etme	En Fazla Lise	41	3,74	0,65	G. Arası	0,430	2	0,215	0,444	0,642
	Üniversite	199	3,64	0,67	G. İçi	143,758	297	0,484		
	Yüksek Lisans/Doktora	60	3,70	0,80	Toplam	144,187	299			
Fedakârlık	En Fazla Lise	41	4,09	0,67	G. Arası	0,750	2	0,375	0,746	0,475
	Üniversite	199	3,95	0,69	G. İçi	149,263	297	0,503		
	Yüksek Lisans/Doktora	60	4,00	0,81	Toplam	150,012	299			

$p < 0.05$ * Katılımcı sayısı 10'un altında olan gruplarda birleştirme yapılmıştır.

Tablo 7'de görüldüğü üzere, sporcuların genel olarak sporda cesaret puanları ve kararlılık, özgüven, sportif kendine güven, korkuyla baş etme ve fedakârlık alt boyutlarına ait puanlar eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p > 0,05$). Diğer bir ifade ile farklı eğitim düzeylerine sahip olmak, katılımcıların sporda cesaret düzeylerini ve alt boyutların tamamını anlamlı olarak farklılaştırmamıştır. Farklı düzeylerde eğitim almış sporcular birbirine benzer sportif cesaret düzeyine sahiptir.

Tablo 8. Sporda Cesaret Düzeyinin Tenis Oynama Süresine Göre Karşılaştırılması

Puan	Tenis Oyn. Süresi*	n	\bar{x}	s	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ort.	F	p
Sporda Cesaret	1-10 yıl	215	3,69	0,56	G. Arası	1,121	2	0,560	1,886	0,153
	11-20 yıl	52	3,81	0,52	G. İçi	88,241	297	0,297		
	21 yıl ve üzeri	33	3,84	0,44	Toplam	89,362	299			
Kararlılık	1-10 yıl	215	3,61	0,63	G. Arası	0,640	2	0,320	0,867	0,421
	11-20 yıl	52	3,73	0,60	G. İçi	109,597	297	0,369		
	21 yıl ve üzeri	33	3,70	0,47	Toplam	110,237	299			
Özgüven	1-10 yıl	215	3,60	0,62	G. Arası	1,813	2	0,906	2,399	0,093
	11-20 yıl	52	3,73	0,63	G. İçi	112,207	297	0,378		
	21 yıl ve üzeri	33	3,82	0,55	Toplam	114,020	299			
Sportif Kendine Güven	1-10 yıl	215	3,76	0,69	G. Arası	1,257	2	0,629	1,406	0,247
	11-20 yıl	52	3,91	0,64	G. İçi	132,836	297	0,447		
	21 yıl ve üzeri	33	3,88	0,60	Toplam	134,093	299			
Korkuyla Baş Etme	1-10 yıl	215	3,63	0,69	G. Arası	1,412	2	0,706	1,468	0,232
	11-20 yıl	52	3,73	0,75	G. İçi	142,776	297	0,481		
	21 yıl ve üzeri	33	3,83	0,59	Toplam	144,187	299			
Fedakârlık	1-10 yıl	215	3,94	0,72	G. Arası	1,255	2	0,627	1,252	0,287
	11-20 yıl	52	4,04	0,71	G. İçi	148,758	297	0,501		
	21 yıl ve üzeri	33	4,12	0,59	Toplam	150,012	299			

$p < 0.05$ * Katılımcı sayısı 10'un altında olan gruplarda birleştirme yapılmıştır.

Tablo 8'de görüldüğü üzere, sporcuların genel olarak sporda cesaret puanları ve kararlılık, özgüven, sportif kendine güven, korkuyla baş etme ve fedakârlık alt boyutlarına ait puanlar tenis oynama süresine göre anlamlı farklılık göstermemiştir ($p > 0,05$). Diğer bir ifade ile daha kısa veya uzun süredir tenis oynuyor olmak, katılımcıların sporda cesaret düzeylerini ve alt boyutların tamamını anlamlı olarak farklılaştırmamıştır. Farklı sürelerde oyna süresine sahip olan sporcular birbirine benzer sportif cesaret düzeyine sahiptir.

Tablo 9. Sporda Cesaret Düzeyinin Medeni Duruma Göre Karşılaştırılması

Puan	Medeni Durum	n	\bar{x}	s	Fark	S. Hata	t	Sd	p
Sporda Cesaret	Bekar	153	3,79	0,52	0,14	0,06	2,189	298	0,029
	Evli	147	3,65	0,57					
Kararlılık	Bekar	153	3,75	0,60	0,23	0,07	3,278	298	0,001
	Evli	147	3,53	0,60					
Özgüven	Bekar	153	3,69	0,61	0,09	0,07	1,297	298	0,196
	Evli	147	3,60	0,62					
Sportif Kendine Güven	Bekar	153	3,86	0,63	0,13	0,08	1,699	298	0,090
	Evli	147	3,73	0,71					
Korkuyla Baş Etme	Bekar	153	3,66	0,69	-0,02	0,08	-0,228	298	0,820
	Evli	147	3,68	0,71					
Fedakârlık	Bekar	153	4,07	0,66	0,18	0,08	2,249	298	0,025
	Evli	147	3,88	0,74					

p<0,05

Tablo 9’da görüldüğü üzere, sporcuların genel olarak sporda cesaret puanları ve kararlılık ile fedakârlık alt boyutlarına ait puanlar medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermiştir (p<0,05). Diğer bir ifade ile medeni durum, katılımcıların sporda cesaret düzeylerini ile kararlılık ve fedakârlık düzeylerini anlamlı olarak farklılaştırmıştır. Puanlar incelendiğinde, bekarların genel ve iki alt boyuttaki sporda cesaret düzeylerinin evlilere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür.

Etki büyüklüğü hesaplaması ($n^2 = \frac{t^2}{t^2 + sd}$) yapıldığında sporda cesaret düzeyindeki farklılık küçük düzeyde ($n^2 = 0,13$), kararlılık düzeyindeki farklılık küçük düzeyde ($n^2 = 0,19$) ve fedakârlık düzeyindeki farklılık küçük düzeyde ($n^2 = 0,13$) değerlendirilmiştir (Field, 2009). Ancak katılımcıların özgüven, sportif kendine güven ve korkuyla baş etme düzeyleri medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermemiştir (p>0,05).

Tartışma ve Sonuç

Erkek tenisçilerin sporda cesaret düzeylerinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu araştırma, 2023 yılında İstanbul ili Avrupa yakasındaki Tenis kulüplerinde tenis oynayan erkek tenisçiler içerisinde basit rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen toplam 300 sporcunun katılımı ile gerçekleştirilmiştir. 18 yaşından 74 yaşına kadar farklı yaşlarda sporcuların yer aldığı araştırmada buna paralel olarak 1 yıldan 50 yıla kadar farklı sürelerde tenis oynama geçmişine sahip sporcular yer almış ve bu yolla örneklemin zengin bir çeşitliliğe sahip olması sağlanmıştır. Bu durum, genç ve yaşlı sporcuların araştırmaya dahil edildiğini ve yaşa bağlı olarak sahip olunan farklı deneyim ve perspektiflerin araştırmaya yansıtıldığını göstermektedir.

Ayrıca katılımcılar içerisinde eğitim düzeyi bakımından ilkokul mezunlarından doktora mezunlarına uzanan bir çeşitlilik mevcuttur. Dolayısıyla araştırmada eğitim düzeyi açısından geniş bir yelpazenin temsil edildiğini ve sonuçların genellemeler yapılabilmesine olanak sağladığını söylemek mümkündür. Ayrıca medeni durum bakımından bekar ve evli sporcular oldukça homojen bir dağılım göstermiştir. Boy, kilo ve VKİ bakımından da oldukça zengin bir çeşitlilik bulunmaktadır. Bu özelliklerdeki farklılıklar, sporcuların farklı fiziksel özelliklerinin araştırmada dikkate alındığını göstermektedir. Bu çeşitlilik araştırmanın

sonuçlarının genellemelere daha iyi uyum sağlamasını ve bunların tenisçilerin sporda cesaret düzeyleri üzerindeki etkilerinin daha kapsamlı bir şekilde değerlendirilmesini sağlamaktadır.

Ancak araştırmaya dahil edilen örneklemin yaş ortalamasının ve medyanın 38 olduğu ve %70 gibi oldukça büyük bir kesiminin 31 yaş ve üzerinde olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Tenis oynama süresi bakımından da katılımcılar ortalama 9 yıl oynama süresine sahiptirler. Medyan 6 yıl olarak bulunmuştur ve %71,7 gibi büyük bir kesimi 1-10 yıldır tenis oynamaktadır. Eğitim düzeyi bakımından da her ne kadar farklılık sağlanmış olsa da katılımcıların %86,3'ünü en az üniversite mezunu olan sporcular oluşturmuştur. Boy, kilo ve VKİ bakımından ise katılımcıların %53'ü 171-180 cm arasında, %61'i 76-100 kg aralığında ve %93,2'si normal veya fazla kilolu kategorisinde yer almıştır.

Araştırmamız sonucunda öncelikle, katılımcıların genel olarak ortalamanın üzerinde (alınabilecek en düşük ve en yüksek puanlara oranlandığında %68 düzeyinde) bir sporda cesaret düzeyine sahip oldukları değerlendirilmiştir. Literatürde tenisçilerin sporda cesaret düzeylerini araştıran bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak bireysel ve takım olmak üzere farklı sporları yapan (Can ve Kaçay, 2016; Kaya, 2018), profesyonel olarak güreş yapan (Güvendi vd., 2018), Amerikan futbolu oynayan (Güvendi, Güçlü ve Türksöy-Işım, 2020), ekstrem sporlar yapan (Lekesiz, 2021), profesyonel futbol oynayan (İslam, 2021), kano sporu yapan (Emniyet, 2021) ve kayak sporu yapan (Urlioğlu, 2023) sporcuların cesaret düzeyleri üzerinde araştırmalar gerçekleştirilen çeşitli çalışmalar bulunmaktadır.

Bunlar arasında sporcuların cesaret düzeylerinin ne olduğunu net olarak ortaya koyan dört çalışma bulunmaktadır. Bunlardan birisi olan Kaya (2018), farklı branşlarda bireysel ve takım sporu yapan 430 sporcu üzerinde yaptığı araştırmada sporda cesaret düzeyini %74,9 olarak tespit etmiştir. Güvendi vd. (2018) 118 profesyonel güreşçinin cesaret düzeyini %65 civarında bildirmiştir. Güvendi, Güçlü ve Türksöy-Işım (2020), 231 Amerikan futbolu oynayan sporcuda cesaret düzeyini yaklaşık %76 olarak tespit etmiştir. Lekesiz (2021) ise ekstrem sporlar yapan 378 sporcu üzerinde gerçekleştirdiği araştırmada sporda cesaret düzeyini %60,5 olarak bulmuştur. Buna göre, literatürde %60-75 arasında sonuçlar ortaya koyulduğu görülmektedir. Araştırmamızda tespit edilen %68 değeri bunlar arasında yer almıştır. Dolayısıyla araştırmamız sonucunun genel olarak literatürle uyumlu olduğunu söylemek mümkündür.

Alt boyutlar incelendiğinde ise en yüksek ortalamanın fedakârlık alt boyutuna ait olduğu görülmüştür. Katılımcıların genel olarak iyi denebilecek bir fedakârlık düzeyine sahip oldukları (%74,5) söylenebilir. Kaya (2018) da araştırmasında en yüksek oranda cesaretin fedakârlık alt boyutuna ait olduğunu tespit etmiş ve bu oranı %77,7 olarak bulmuştur. Dolayısıyla araştırmamız bu bulgular ile önemli bir benzerlik göstermiştir. Lekesiz (2021) ise fedakarlığı üçüncü sırada bulmuş olsa da %69 olarak tespit etmiştir. Bu oran bizim bulgumuz ile oldukça yaklaşıktır. Genel olarak literatür ile karşılaştırma yapıldığında genel sonuca paralel olarak fedakârlık alt boyutunda da bu oranların arasında bir değer bulunduğu, dolayısıyla literatüre benzer sonuçlara ulaşıldığı söylenebilir.

Araştırmamızda fedakârlığı sportif kendine güven izlemiştir. Katılımcıların yine genel olarak yine iyi denebilecek bir sportif kendine güven düzeyine sahip olduklarını (%70) söylemek mümkündür. Literatürle karşılaştırma yapıldığında, sportif kendine güvenin ikinci sırada yer alması yine Kaya'nın (2018) araştırması ile paralellik göstermiştir. Ayrıca Kaya'nın (2018) bulgusu olan %75,7'ye yine yaklaşık bir sonuç

bulunmuştur. Bu oran Lekesiz (2021) tarafından ise %74 ile ilk sırada bulunmuştur. Dolayısıyla yine yaklaşık bir sonuç bulunmuştur ve elde edilen bulgunun genel olarak literatür ile paralel olduğu söylenebilir.

Katılımcıların korkuyla baş etme, kararlılık ve özgüven düzeyleri ise fedakârlık ve sportif kendine güvenin arkasında kalmış ancak genel olarak ortalamanın üzerinde bulunmuştur. Araştırmamızda bu oranlar yaklaşık %66 düzeyindedir. Bu oranlar Kaya'nın (2018) araştırmasında %70-75 arasında, Lekesiz'in (2021) araştırmasında %33-78 arasında değişmiştir. Lekesiz'in oldukça farklı oranlar bulmuş olması ekstrem sporlar yapan katılımcılar üzerinde çalışmasına bağlı olabilir. Buna göre araştırmamızda genel olarak yine literatüre paralel bulguların elde edilmiş olduğu söylenebilir.

Bu sonuçlara dayalı olarak, erkek tenisçilerin sporda cesaret düzeyinin genel olarak ortalamanın üzerinde olduğu görülmektedir. Bu, tenis oynayan erkek sporcuların genel olarak cesur ve risk alabilen bireyler olduğunu göstermektedir. En yüksek ortalamanın fedakârlık alt boyutunda olması ise tenisçilerin genel olarak fedakâr davranışlar sergilediğine ve spor için gerekli olan özveriyi gösterme eğiliminde olduklarına işaret etmektedir. Ayrıca, katılımcıların sportif kendine güven düzeyinin de genel olarak iyi olduğu görülmektedir. Bu da tenisçilerin kendilerine güvendiklerini ve sporda başarılı olabileceklerine inandıklarını göstermektedir.

Araştırmamız sonucunda ayrıca erkek tenisçilerin sporda cesaret düzeylerinin yaş grubu, VKİ, eğitim düzeyi ve tenis oynama süresine göre anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$) sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgu, bu demografik faktörlerin erkek tenisçilerin cesaret düzeylerini belirlemede etkili olmadığını göstermektedir. Diğer bir anlatımla farklı yaş gruplarında olmak, zayıf, normal kilolu, fazla kilolu veya obez olmak, farklı eğitim düzeylerine sahip olmak ve kısa veya uzun süredir tenis oynuyor olmak erkek tenisçilerin sporda cesaret düzeylerini anlamlı olarak farklılaştıran etkenler değildir.

Bunun yorumlanması için çeşitli nedenler göz önüne alınabilir. İlk olarak, cesaret kavramı, kişinin içsel özellikleri ve psikolojik faktörleri kapsayan karmaşık bir konudur. Bu nedenle, yaş, VKİ, eğitim düzeyi veya tenis oynama süresi gibi dışsal faktörlerin, cesaret düzeyini etkilemede doğrudan bir etkisi olmayabilir. Sporda cesaret, bireyin iç motivasyonu, kişisel deneyimleri ve karakter özellikleri gibi daha karmaşık içsel faktörlere dayalı olabilir. Bu bulgular, cesaret düzeyinin dışsal faktörlerle doğrudan ilişkili olmadığını, daha çok kişisel özelliklere ve içsel motivasyona bağlı olduğunu göstermektedir. Bu nedenle cesaretin farklılaşmasında etkili olan diğer faktörlerin daha detaylı bir şekilde incelenmesi ve araştırılması önemli olabilir.

Sporda cesaret düzeyinin yaş grubuna göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği ile ilgili olarak literatürde farklı sonuçlar bulunmaktadır. Can ve Kaçay (2016), İslam (2021) ve Urlioğlu (2023) sporda cesaretin yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermediğini bulmuşlardır. Ancak Kaya (2018) ve Emniyet (2021) genel olarak yaş küçük olanların cesaret düzeylerini anlamlı olarak daha yüksek bulmuşlardır. Dolayısıyla araştırmamız sonucu, fark olmadığı yönündeki çalışmaları desteklemiştir.

Literatürdeki, spor yapma süresini cesaret üzerindeki etkisine ilişkin bulgular da farklılaşmaktadır. Can ve Kaçay (2016), Kaya (2018) ve Emniyet'in (2021) araştırmalarında, araştırmamıza benzer şekilde sporda cesaret düzeyinin spor yapma süresine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ancak Lekesiz (2021) ve Urlioğlu (2023) 1-3 yıldır spor yapanların cesaretlerini anlamlı olarak daha yüksek

bulmuşlardır. Bu sonuçlar branşa göre farklılaşma olabildiğini düşündürmektedir. Lekesiz (2021) ve Urlioğlu (2023) çalışmalarında ekstrem sporcuların ve kayak sporcularının cesaretleri üzerinde çalışmışlardır. Bunlar diğer spor branşlarına göre daha tehlikeli sporlardır ve yeni başlayanların daha cesaretli olmaları makul bulunmuştur. Emniyet'in (2021) kano sporcuları üzerindeki çalışması ile Kaya'nın (2018) farklı branşları kapsayan çalışması araştırmamız ile daha benzer özelliklerdedir. Bu nedenle, araştırmamızın bulgularının literatür ile paralel olduğu söylenebilir.

Eğitim düzeyine göre yapılan incelemelerde ise Lekesiz (2021) anlamlı farklılık bulmazken; İslam (2021) eğitim düzeyi yüksek olanların, Emniyet (2021) ortaokul mezunlarının anlamlı olarak daha yüksek cesarete sahip olduklarını tespit etmiştir. Buna göre literatürde bir birliktelik bulunmamaktadır. Araştırmamız sonucunda ise Lekesiz'e (2021) benzer şekilde eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık bulunmamıştır. Dolayısıyla konunun daha fazla araştırılmasına ihtiyaç bulunmaktadır.

Ancak araştırmamız sonucunda, katılımcıların sporda cesaret düzeyleri genel olarak ve kararlılık ve fedakârlık alt boyutlarında medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermiş, bekarların sporda cesaret düzeylerinin evlilerden küçük düzeyde farklılaşma ile birlikte anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu literatürden farklı bir sonuç olarak dikkat çekmiştir. Çünkü Kaya (2018), Lekesiz (2021), İslam (2021) ve Urlioğlu (2023), çalışmalarında medeni duruma göre anlamlı farklılık bulmamışlardır. Bu çalışmalar arasında ayrıca Urlioğlu (2023) evlilerin korkuyla mücadele alt boyutu puanlarını, İslam (2021) ise bekarların özgüven puanlarını anlamlı olarak yüksek bulmuştur. Bu yönüyle de araştırmamızdan farklılık söz konusudur. Öte yandan genel olarak anlamlı farklılık bulunmamış olsa da cesaret alt boyutlarından birisi olan fedakârlık yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermiştir ($p<0,05$).

Araştırmamızda, cesaret alt boyutlarından birisi olan fedakârlığın yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermiş olması ($p<0,05$), genel olarak literatürdeki benzer çalışmalardan farklılık göstermiştir. Bu konuda araştırma yapan Lekesiz (2021), İslam (2021) ve Urlioğlu (2023) fedakârlığın yaş grubuna göre anlamlı farklılık göstermediğini tespit etmişlerdir. Ancak araştırmamızın bulgusu, Güvendi, Güçlü ve Türksoy-Işım'ın (2020) bulgusu ile paralellik göstermektedir.

Sonuç olarak bu araştırmada, tenisçilerin cesaret düzeylerinin %68 ile ortanın üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç, literatürdeki diğer spor dallarına ait bulgularla uyumlu olup, tenisçilerin cesaret düzeylerinin diğer sporcularla benzer bir aralıkta olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, bu araştırmanın literatüre önemli bir katkı sağladığı söylenebilir.

Ayrıca sporcuların sporda cesaret düzeyleri yaşa, VKİ'ye, eğitim düzeyine ve tenis oynama süresine anlamlı farklılık göstermezken, sadece medeni duruma göre anlamlı farklılık göstermiş ve bekarların sporda cesaretleri evlilerden anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Bu bulgular, sporcuların cesaret düzeylerinin yaş, vücut kitle indeksi (VKİ), eğitim seviyesi ve spor yapma süresi gibi bireysel faktörlerden bağımsız olarak medeni durumla ilişkilendirildiğini göstermektedir. Bekar sporcuların, evli olanlara göre sporda daha yüksek bir cesaret seviyesine sahip olmaları, bu iki grup arasındaki yaşam koşullarının veya motivasyon faktörlerinin etkisiyle açıklanabilir. Bekar sporcular, evli sporculardan daha fazla özgürlük ve bağımsızlığa sahip olabilirler. Ayrıca bekar sporcular, sporlarına odaklanmada daha yüksek bir motivasyona sahip olabilirler.

Öneriler

Gelecek araştırmalarda kesin sonuçlar elde etmek için daha geniş bir örneklem grubunu kapsayan, farklı yaş grupları ve düzeyleri içeren daha kapsamlı çalışmalara ihtiyaç olduğu bir gerçektir. Sporcuların cesaret düzeyi gibi psikolojik faktörler, kişisel ve sosyal bağlamlara bağlı olarak değişebilmektedir. Bu nedenle, ileri araştırmalar, tenisçilerin cesaret düzeylerinin anlaşılması ve sporcuların psikolojik güçlüklerini aşmalarına yardımcı olacak önemli bilgiler sunacaktır.

Kaynaklar

- Büyüköztürk, Ş. (2011). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Pegem Akademi: Ankara.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri. Pegem Akademi: Ankara.
- Can, Y., ve Kaçay, Z. (2016). Sporcu kimlik algısı ile cesaret ve özgüven duyguları arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 6176-6184.
- Doğan, F. (2021). 12-14 yaş grubu tenisçilerin tenise özgü becerilerinin incelenmesi ve ilişkilendirilmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bartın.
- Emniyet, O. T. (2021). Kano sporcularının cesaret düzeyleri ile zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Rize.
- Erkal, M. (1982). Sosyolojik Açıdan Spor. Filiz Kitabevi: İstanbul.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using SPSS*. SAGE: London.
- Güvendi, B., Güçlü, M., & Işım, A. T. (2020). The analysis of American football players' courage levels and sport mental toughness. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 132-140.
- Güvendi, B., Türksoy, A., Güçlü, M. ve Konter, E. (2018). Profesyonel güreşçilerin cesaret düzeyleri ve zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi. *International journal of sports exercise & training sciences*, 4(2), 70-78.
- İslam, A. (2021). Profesyonel futbolcuların psikolojik becerileri ve zihinsel dayanıklılıklarına göre cesaretleri (Yayımlanmamış doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.
- Kaya, B. (2018). Bireysel ve takım sporcularının sporda cesaret düzeylerinin karşılaştırılması (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kermen, O. (2002). *Tenis teknik ve taktikleri*. 3. Baskı. Nobel Yayınları: Ankara
- Konter, E., Ng, J., ve Bayansalduz, M. (2013). Revised version of sport courage scale for children. *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies*, 5(2), 331-340.
- Konter, E. ve Ng, J. (2012). Development of sport courage scale. *Journal of human kinetics*, 33, 163-172.

- Lekesiz, G. (2021). Ekstrem sporu yapan bireylerde cesaret algısı ve zihinsel dayanıklılığın çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Öner, N. ve LeCompte, A. (1985). Süreksiz durumluk/sürekli kaygı envanteri el kitabı. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Şahan, H. (2007). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Tuna, F. (2016). Sosyal bilimler için istatistik. Pegem Akademi: Ankara.
- Urlioğlu, S. (2023). Kayak sporu yapan bireylerin sporda cesaret düzeylerinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırgızistan.
- Yetim, A. (2000). Sporun sosyal görünümü. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi,5(1), 63-72.

Makale Alıntısı

Levent, Ş. & Ayar H. (2023) Erkek Tenisçilerin Cesaret Düzeylerinin İncelenmesi [Examining the Courage Levels of Male Tennis Players], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 171-185.



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



Spor Lisesi Öğrencilerinin Liderlik Özelliklerinin İncelenmesi: İstanbul Örneği

Ufuk DİLEKÇİ¹

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 26.09.2023
Kabul Tarihi: 21.10.2023
Online Yayın Tarihi:
21.10.2023

Anahtar Kelimeler:

Spor Lisesi, Öğrenci,
Liderlik

DOI:

10.55238/seder.1366887

Amaç: Araştırmanın amacı spor lisesi öğrencilerinin liderlik özelliklerinin bazı değişkenlere göre incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya İstanbul ilinde spor liselerinde öğrenim gören 547 öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Liderlik Yönelim Ölçeği kullanılmıştır. Katılımcılardan elde edilen verilerin analizinde $\alpha=0.05$ anlamlılık düzeyinde Bağımsız Gruplarda T-Testi ve ANOVA, gruplar arası farklılığı belirlemek için ise Post-hoc analizinde Tukey HSD yöntemi tercih edilmiştir.

Bulgular: Araştırmada spor lisesi öğrencilerinin liderlik özellikleri alt boyutlarında baba eğitim seviyesi, spor yapma süreleri ve sınıf seviyesi değişkenlerinde anlamlı fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Spor lisesi öğrencilerinin liderlik özellikleri alt boyutları cinsiyet, spor türü, anne eğitim seviyesi ve aile gelir seviyesi değişkenlerinde anlamlı fark tespit edildi ($p<0,05$).

Sonuç: Spor Lisesi öğrencilerinin liderlik özelliklerinin belirlenmesi ve öğrencilerin bu özelliklerini geliştirecek eğitimlerin verilmesi spor alanında nitelikli personel yetiştirilmesi yönündende alana olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Investigation of the Leadership Characteristics of Sports High School Students: Istanbul Case

Abstract

Article Info

Received: 26.09.2023
Accepted: 21.10.2023
Online Published:
21.10.2023

Keywords: Sports High School, Student, Leadership

Aim: The aim of the research is to examine the leadership characteristics of sports high school students according to some variables.

Method: 547 students studying in sports high schools in Istanbul participated in the research. Personal information form and Leadership Orientation Scale were used as data collection tools in the research. In the analysis of the data obtained from the participants, T-Test and ANOVA in Independent Groups were used at the $\alpha = 0.05$ significance level, and the Tukey HSD method was preferred in the Post-hoc analysis to determine the difference between groups.

Results: In the study, no significant difference was detected in the leadership characteristics sub-dimensions of sports high school students in the variables of father's education level, duration of sports and grade level ($p>0.05$). A significant difference was detected in the leadership characteristics sub-dimensions of sports high school students: gender, type of sport, mother's education level and family income level ($p<0.05$).

Conclusion: It is thought that determining the leadership characteristics of Sports High School students and providing training that will develop these characteristics of the students will contribute positively to the field of training qualified personnel in the field of sports.

¹ Milli Eğitim bakanlığı, Ankara/Türkiye E-mail: ufukdilekci@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7859-0301

Giriş

Eğitim günümüzde toplumların kalkınabilmesi ve geleceğe dönük varlıklarını sürdürebilmeleri için çok büyük önem arz etmektedir. Öğrencilerin iyi bir eğitim alması eğitim sistemi açısından olduğu kadar toplumlarda kendine güvenen, geleceği planlayabilen lider özelliğe sahip bireylerin oluşması için de gereklidir (Kalkavan ve ark., 2021). Araştırmanın konusu olan spor liseleri de spora ilgi ve yeteneği olan öğrencilerin eğitimi için olduğu spor politikalarına yön verecek lider spor insanı yetiştirme açısından önemlidir. Spor lisesi öğrencileri kendi alanları olan spor alanında liderlik yapacak ve çevrelerindeki insanları liderlik özellikleriyle yönlendireceklerdir.

Liderlik kavramı ile ilgili literatür incelendiğinde farklı araştırmalar tespit edilmiş ve liderlik kavramı ile ilgili çeşitli tanımlamalara da yer verilmiştir (Şişman, 2002; Alireisoğlu, 2010). Copeland (1969), liderliği insanları zihinsel, fiziksel ve duygusal olarak etkileyebilme sanatı şeklinde ifade ederken; Bass (1985), amaçlara ulaşmak için içerisinde bulunan grubu etkileyebilme ve grup faaliyetlerini yönlendirebilme; Goleman (1999), insanları ortak bir hedef doğrultusunda birlikte çalışmaya ikna etme; Gallagher (1997), ise belirlenen amaca ulaşma çabasıyla insanları etkileme süreci olarak ifade etmişlerdir. Liderlik, kendi içerisinde değişik bakış açılarına sahiptir ve topluma mal olmuş birçok konunun önemli bir tarafı olarak değerlendirilmektedir (Şişman, 2002). Türk Dil Kurumu (2006), ise lideri “önder olan kişi, şef”, liderlik kavramını ise “önder olan kişilerin görevleri” şeklinde tanımlamıştır (TDK, 2006). Liderlik tanımlarında genellikle kültürel farklılıklardan kaynaklı etkilerinden söz edilmektedir (Çelik ve Sünbül, 2008). Günümüze kadar birçok liderlik tanımı yapılmasına rağmen hala üzerinde bir fikir birliğine varılan bir tanım yapılamamıştır (Filiz ve ark., 2016).

Spor liseleri yükseköğretim öğrenimi öncesinde spora ilgi ve yeteneği bulunan 8. sınıftan 9. sınıfa geçen öğrencilere, ortaöğretim süreçleri boyunca akademik spor eğitimi veren okullar olduğu ifade edilmiştir. Ayrıca spor liselerinin bir spor kulübü değil, Milli Eğitim Bakanlığına bağlı resmi müfredatı uygulayan ve bu müfredatın içerisinde de spor derslerinin olduğu kadar akademik derslerin de olduğu bir okul türüdür (Dilekçi, 2022).

Araştırma hem akademik hem de spor alanında eğitim veren spor lisesi öğrencilerinin liderlik özelliklerinin aldıkları eğitimle birlikte etkilenebileceği düşünülmüş ve spor lisesi öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Ayrıca araştırma spor lisesi öğrencilerinin spor odaklı yaşamlarının (antrenman, müsabaka vs.) liderlik özelliklerini olumlu yönde etkilediği düşünüldüğünden özellikle spor lisesi öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Araştırmanın spor lisesi öğrencilerinin liderlik özelliklerinin tespiti ve bu liderlik özelliklerinin artırılmasına yönelik olarak spor lisesi müfredatının yenilenmesi gibi birçok konuda olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Araştırmanın amacı ise spor lisesi öğrencilerinin liderlik yönelimlerinin bazı değişkenlere göre incelenmesidir.

Materyal ve Yöntem

Araştırmada betimsel nitelik taşıyan tarama modeli kullanılmıştır (Karasar, 2005). Örneklem yöntemi olarak da ana kütle içerisinde seçilecek örnek kesimin araştırmacının yargılarına belirlendiği tesadüfi olmayan kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Kolayda örneklemede veriler, ana kütlede en kolay, hızlı ve ekonomik şekilde toplanır (Malhotra, 2004, Aaker ve ark., 2007).

Araştırma Grubu

Araştırma evrenini Türkiye genelinde spor liselerinde öğrenim gören öğrenciler oluştururken araştırma örneklemini İstanbul ilinde spor liselerinde öğrenim gören 547 öğrenci oluşturmuştur.

Verilerin Toplanması

Yapılan araştırmada elde edilen veriler araştırmacının hazırladığı formulla spor lisesi öğrencilerinden çevrimiçi olarak toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacının hazırladığı “Kişisel Bilgi Formu” ve “Liderlik Yönelim Ölçeği” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından hazırlanan formda öğrencilerin cinsiyet, sınıf düzeyi, sportif branş, spor yapma yılı ve aile gelir düzeyi, anne eğitim seviyesi ve baba eğitim seviyesiyle ilgili sorulara cevap vermeleri istenmiştir.

Liderlik Yönelim Ölçeği: Bolman ve Deal (1991)’ın geliştirdiği, Dereli (2003)’nin uyarladığı “Liderlik Yönelim Ölçeği” 5’li likert olup, 32 maddeden oluşmaktadır (Bolman, 1991; Dereli, 2003). Liderlik yönelim ölçeği; insana yönelik liderlik maddeleri (2, 6, 10, 14, 18, 22, 26 ve 30), yapıya yönelik liderlik maddeleri (1, 5, 9, 13, 17, 21, 25 ve 29), dönüşümsel liderlik maddeleri (3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31) ve karizmatik liderlik maddeleri (4, 8, 12, 16, 20, 24, 28 ve 32) olarak 4 alt boyut alt boyuttan meydana gelmektedir. Ölçeğin genel puan ortalaması 32 ile 160 arası hesaplanmaktadır. Dereli (2003) tarafından uyarlanan ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları sırasıyla; insana yönelik liderlik için 0,87, yapıya yönelik liderlik için 0,87, dönüşümsel liderlik için 0,84 ve karizmatik liderlik ise 0,87 olarak belirlenmiştir (Dereli, 2003). Yapılan araştırmada Cronbach alfa katsayıları sırasıyla; insana yönelik liderlik için 0,79, yapıya yönelik liderlik için 0,81, dönüşümsel liderlik için 0,80 ve karizmatik liderlik ise 0,85 olarak tespit edildi.

Verilerin Analizi

Araştırmada kişisel bilgilerin dağılımlarının belirlenmesi için yüzde (%) ve frekans testleri yapılmıştır. Katılımcılardan elde edilen verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesi için çarpıklık-basıklık değerleri ve oluşturulan histogramlar incelendiğinde verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir (George ve Mallery, 2010). Araştırma verileri normal bir dağılıma sahip olduğu için parametrik testler uygulanmıştır. İki bağımsız değişken için Bağımsız Örneklem T-Testi, ikiden fazla değişkenin karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizi testi ANOVA kullanılmıştır. ANOVA testinde gruplar arası anlamlı farklılığı tespit etmek için alt testlerden Tukey HSD kullanılmıştır. Analizlerde anlamlılık düzeyi ($p<0,05$) olarak belirlenmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Katılımcılara ait demografik özellikler

	Değişken	N	%
Cinsiyet	Erkek Öğrenci	356	65,10
	Kız Öğrenci	191	34,90
Sınıf Seviyesi	9. Sınıf	160	29,30
	10. Sınıf	152	27,80
	11. Sınıf	121	22,10
	12. Sınıf	114	20,80
Spor Branş	Bireysel Sporlar	237	43,30
	Takım Sporları	310	56,70
Spor Yapma Süresi	1-3 Yıl	85	15,50
	4-6 Yıl	236	43,10
	7-9 Yıl	114	20,80
	10 yıl üzeri	112	20,50
Aile Gelir Seviyesi	11001-18000 TL	52	9,50
	18001-25000 TL	297	54,30

	25001-32000 TL	129	23,60
	32001 TL üstü	69	12,60
Anne Eğitim Seviyesi	İlkokul	19	3,50
	Ortaokul	72	13,20
	Lise	403	73,70
	Üniversite ve üstü	53	9,70
Baba Eğitim Seviyesi	İlkokul	14	2,60
	Ortaokul	47	8,60
	Lise	385	70,40
	Üniverste ve üstü	101	18,50

Tablo 1’de araştırmaya katılan spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet, sınıf seviyeleri, spor branşları, spor yapma süreleri, aile gelir seviyeleri, anne eğitim seviyeleri ve baba eğitimi seviyelerine yönelik tanımlayıcı bilgiler verildi.

Tablo 2. Spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre liderlik özelliklerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ort.	SS.	T	p
İnsana Yönelik Liderlik	Erkek Öğrenci	356	3,90	0,63	6,49	,000
	Kız Öğrenci	191	3,55	0,54		
Yapıya Yönelik Liderlik	Erkek Öğrenci	356	4,19	0,94	3,40	,001
	Kız Öğrenci	191	3,91	0,87		
Dönüşümsel Liderlik	Erkek Öğrenci	356	3,70	0,40	-2,47	,014
	Kız Öğrenci	191	3,79	0,42		
Karizmatik Liderlik	Erkek Öğrenci	356	3,86	0,36	4,74	,000
	Kız Öğrenci	191	3,69	0,47		

*p<0.05

Tablo 2’de spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik, karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edildi (p<0,05). Anlamlı farklılığın insana yönelik liderlik (3,90±0,63), yapıya yönelik liderlik (4,19±0,94), karizmatik liderlik (3,86±0,47) alt boyutlarında erkek öğrenciler lehine; dönüşümsel liderlik (3,79±0,42) alt boyutunda ise kız öğrenciler lehine olduğu belirlendi.

Tablo 3. Spor lisesi öğrencilerinin sınıf seviyesi değişkenine göre liderlik yönelim özelliklerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Sınıf Seviyesi	N	Ort.	SS.	F	p
İnsana Yönelik Liderlik	9. Sınıf	160	3,78	0,64	1,10	,349
	10. Sınıf	152	3,79	0,49		
	11. Sınıf	121	3,84	0,69		
	12. Sınıf	114	3,70	0,65		
Yapıya Yönelik Liderlik	9. Sınıf	160	4,12	0,85	0,08	,970
	10. Sınıf	152	4,10	0,91		
	11. Sınıf	121	4,07	0,98		
	12. Sınıf	114	4,08	0,98		
Dönüşümsel Liderlik	9. Sınıf	160	3,74	0,44	0,28	,837
	10. Sınıf	152	3,75	0,43		
	11. Sınıf	121	3,72	0,37		
	12. Sınıf	114	3,71	0,40		
Karizmatik Liderlik	9. Sınıf	160	3,81	0,40	0,12	,948
	10. Sınıf	152	3,80	0,42		
	11. Sınıf	121	3,78	0,43		
	12. Sınıf	114	3,80	0,40		

*p<0.05

Tablo 3’de spor lisesi öğrencilerinin sınıf değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik, karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. Spor lisesi öğrencilerinin spor türü değişkenine göre liderlik yönelim özelliklerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Spor Türü	N	Ort.	SS.	T	p
İnsana Yönelik Liderlik	Bireysel Sporlar	237	3,79	0,61	0,39	,700
	Takım Sporları	310	3,77	0,63		
Yapıya Yönelik Liderlik	Bireysel Sporlar	237	4,12	0,86	0,51	,608
	Takım Sporları	310	4,08	0,97		
Dönüşümsel Liderlik	Bireysel Sporlar	237	3,76	0,42	1,31	,192
	Takım Sporları	310	3,71	0,40		
Karizmatik Liderlik	Bireysel Sporlar	237	3,75	0,83	-2,45	,015
	Takım Sporları	310	3,84	0,40		

* $p<0,05$

Tablo 4’de spor lisesi öğrencilerinin spor türü değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Karizmatik liderlik alt boyutunda ise takım sporu yapan ($3,84\pm 0,40$) öğrenciler lehine anlamlı fark tespit edildi ($p<0,05$).

Tablo 5. Spor lisesi öğrencilerinin spor yapma süresi değişkenine göre liderlik yönelim özelliklerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Spor Yapma Süresi	N	Ort.	SS.	F	p
İnsana Yönelik Liderlik	1-3 Yıl	85	3,83	0,66	0,62	,602
	4-6 Yıl	236	3,80	0,59		
	7-9 Yıl	114	3,73	0,55		
	10 yıl üzeri	112	3,75	0,70		
Yapıya Yönelik Liderlik	1-3 Yıl	85	4,06	0,86	1,26	,289
	4-6 Yıl	236	4,17	0,96		
	7-9 Yıl	114	3,97	0,82		
	10 yıl üzeri	112	4,09	0,99		
Dönüşümsel Liderlik	1-3 Yıl	85	3,76	0,42	0,97	,409
	4-6 Yıl	236	3,75	0,43		
	7-9 Yıl	114	3,73	0,39		
	10 yıl üzeri	112	3,68	0,38		
Karizmatik Liderlik	1-3 Yıl	85	3,82	0,38	0,78	,504
	4-6 Yıl	236	3,78	0,41		
	7-9 Yıl	114	3,77	0,44		
	10 yıl üzeri	112	3,84	0,41		

* $p<0,05$

Tablo 5’de spor lisesi öğrencilerinin spor yapma süresi değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik, karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Tablo 6. Spor lisesi öğrencilerinin aile gelir seviyesi değişkenine göre liderlik yönelim özelliklerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Aile Gelir Seviyesi	N	Ort.	SS.	F	p	Fark
İnsana Yönelik Liderlik	(1) 11001-18000 TL	52	3,79	0,57	3,057	,028	2>4 3>4
	(2) 18001-25000 TL	297	3,81	0,51			
	(3) 25001-32000 TL	129	3,79	0,75			
	(4) 32001 TL üstü	69	3,57	0,76			
Yapıya Yönelik Liderlik	(1) 11001-18000 TL	52	4,10	1,05	,582	,627	
	(2) 18001-25000 TL	297	4,06	0,83			

	(3) 25001-32000 TL	129	4,19	1,08			
	(4) 32001 TL üstü	69	4,05	0,91			
Dönüşümsel Liderlik	(1) 11001-18000 TL	52	3,66	0,36			
	(2) 18001-25000 TL	297	3,78	0,43	2,676	,047	2>3
	(3) 25001-32000 TL	129	3,70	0,37			
	(4) 32001 TL üstü	69	3,68	0,43			
Karizmatik Liderlik	(1) 11001-18000 TL	52	3,77	0,44			
	(2) 18001-25000 TL	297	3,79	0,40	,273	,845	
	(3) 25001-32000 TL	129	3,81	0,41			
	(4) 32001 TL üstü	69	3,83	0,45			

*p<0.05

Tablo 6’da spor lisesi öğrencilerinin aile gelir seviyesi değişkenine göre yapıya yönelik liderlik ve karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). İnsana yönelik liderlik ve dönüşümsel liderlik alt boyutlarında ise anlamlı farklılık tespit edildi ($p<0,05$). Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre insana yönelik liderlik alt boyutunda 18001-25000 TL gelir grubunun ($3,81\pm 0,51$) puanlarının 32001 TL üstü gelir grubunun puanlarından ($3,57\pm 0,76$); 25001-32000 TL gelir grubunun puanlarının ($3,79\pm 0,75$), 32001 TL üstü gelir grubunun puanlarından ($3,57\pm 0,76$) daha yüksek olduğu; dönüşümsel liderlik alt boyutunda ise 18001-25000 TL gelir grubunun puanlarının ($3,78\pm 0,43$), 25001-32000 TL gelir grubunun puanlarından ($3,70\pm 0,37$) daha yüksek olduğu tespit edildi.

Tablo 7. Spor lisesi öğrencilerinin anne eğitim seviyesi değişkenine göre liderlik yönelim özelliklerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Anne Eğitim Seviyesi	N	Ort.	SS.	F	p	Fark
İnsana Yönelik Liderlik	(1) İlkokul	19	3,74	0,60			
	(2) Ortaokul	72	3,76	0,59	,094	,963	
	(3) Lise	403	3,79	0,60			
	(4) Üniversite ve üstü	53	3,76	0,83			
Yapıya Yönelik Liderlik	(1) İlkokul	19	4,28	1,60			
	(2) Ortaokul	72	4,10	0,92	,288	,834	
	(3) Lise	403	4,08	0,87			
	(4) Üniversite ve üstü	53	4,12	1,03			
Dönüşümsel Liderlik	(1) İlkokul	19	3,68	0,32			
	(2) Ortaokul	72	3,68	0,33	,774	,509	
	(3) Lise	403	3,74	0,43			
	(4) Üniversite ve üstü	53	3,79	0,39			
Karizmatik Liderlik	(1) İlkokul	19	3,59	0,44			
	(2) Ortaokul	72	3,72	0,45	3,575	,014	3>1
	(3) Lise	403	3,83	0,39			3>2
	(4) Üniversite ve üstü	53	3,74	0,51			

*p<0.05

Tablo 7’de spor lisesi öğrencilerinin anne eğitim seviyesi değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik ve dönüşümsel liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Karizmatik liderlik alt boyutunda ise anlamlı farklılık tespit edildi ($p<0,05$). Post Hoc (Tukey) testi sonuçlarına göre anne eğitimi lise olanların puanlarının ($3,83\pm 0,39$), anne eğitimi ilkokul ($3,59\pm 0,44$) ve anne eğitimi ortaokul ($3,72\pm 0,45$) olanların puanlarından daha yüksek olduğu tespit edildi.

Tablo 8. Spor lisesi öğrencilerinin baba eğitim seviyesi değişkenine göre liderlik yönelim özelliklerinin karşılaştırılması

Alt Boyutlar	Baba Eğitim Seviyesi	N	Ort.	SS.	F	p
İnsana Yönelik Liderlik	(1) İlkokul	14	3,76	0,56	,008	,999
	(2) Ortaokul	47	3,79	0,59		
	(3) Lise	385	3,78	0,61		
	(4) Üniversite ve üstü	101	3,78	0,69		
Yapıya Yönelik Liderlik	(1) İlkokul	14	3,86	0,58	1,545	,202
	(2) Ortaokul	47	3,93	0,55		
	(3) Lise	385	4,15	0,93		
	(4) Üniversite ve üstü	101	4,00	1,07		
Dönüşümsel Liderlik	(1) İlkokul	14	3,68	0,34	,583	,626
	(2) Ortaokul	47	3,74	0,38		
	(3) Lise	385	3,72	0,42		
	(4) Üniversite ve üstü	101	3,78	0,39		
Karizmatik Liderlik	(1) İlkokul	14	3,69	0,44	,686	,561
	(2) Ortaokul	47	3,75	0,46		
	(3) Lise	385	3,81	0,39		
	(4) Üniversite ve üstü	101	3,79	0,46		

*p<0.05

Tablo 8’de spor lisesi öğrencilerinin baba eğitim seviyesi değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik, karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05).

Tartışma ve Sonuç

Araştırma son yıllarda spor alanına ilgi ve yeteneği olan öğrenciler arasında oldukça popüler hale gelen spor liseleri öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Spor lisesi öğrencileri spor alanı üzerinde devam eden eğitim öğretim faaliyetlerinde liderlik özelliklerinin önemi düşünülerek yapılan araştırmaya konu edilmiştir. Literatür incelendiğinde spor liseleri ile ilgili çok az sayıda araştırmaya rastlanılmıştır (Güler, B. ark.,2020; Toprak, A. 2019). Araştırmada, spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet, sınıf seviyesi, spor türü, spor yapma süreleri, aile gelir seviyesi, anne eğitim seviyesi ve baba eğitim seviyesi değişkenlerine göre liderlik özellikleri incelenmiştir.

Spor lisesi öğrencilerinin cinsiyet değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik ve karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edildi. Literatür incelendiğinde cinsiyet değişkeninin de kadınların liderlik özelliklerinin erkeklerden yüksek olduğunu tespit eden araştırmalar olduğu gibi (Bilir ve Arslan, 2016; Cansoy, 2015; Gündoğdu, 2014; Cengiz, 2012; Kadyrkulova, 2008; Turhan, 2007); yapılan araştırmayla aynı yönde erkeklerin liderlik özelliklerini daha yüksek bulan araştırmalarda mevcuttur (Aydın, 2016; Aslan ve Uslu, 2014; Aygün, 2018; Turhal ve ark., 2020; Yalçın, 2014; Cemaloğlu, 2007). Araştırmada erkek öğrencilerin insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, karizmatik liderlik; kız öğrencilerinde dönüşümsel liderlik alt boyutlarında liderlik özelliklerinin lehlerine tespit edilmesi; öğrencilerin sporla sosyalleşmeleri ya da eğitim aldıkları lise türü kaynaklı olduğu söylenilebilir. Ayrıca erkek ve kız öğrencilerin liderlik özelliklerinin yüksek çıkmasında

spora ilgi ve yeteneklerinin de önemli ölçüde liderlik özelliklerini olumlu etkilemesi kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Spor lisesi öğrencilerinin sınıf seviyesi değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik ve karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Literatürde sınıf seviyesi değişkenine göre sporcu liderlik yönelimlerinde anlamlı farklılığın olmadığı araştırma bulgularını destekler nitelikte araştırma sonuçları görülmüştür (Güngör, 2016; Güngör ve Yenel, 2017; Kurudirek, 2011; Özmutlu, 2008). Araştırmada spor lisesi öğrencilerinde sınıf seviyesi değişkenine göre anlamlı farklılık tespit edilememesi öğrencilerin sınıf seviye farkı gözetmeksizin okulda aynı tür eğitim almaları ve okul dışında da yoğun spor faaliyetlerine katılmaları kaynaklı aynı özellikleri taşımalarından kaynaklandığı söylenebilir.

Spor lisesi öğrencilerinin spor türü değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Karizmatik liderlik alt boyutunda takım sporu yapan öğrenciler lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Literatürde spor türü değişkenine göre sporcu liderlik özelliklerinde anlamlı farklılığın olmadığı araştırmalar olduğu gibi (Aydın, 2016; Çar, 2013; Efehan, 2007; Seydioğlu, 2017; Turhal ve ark., 2020) anlamlı farklılığın olduğu araştırmalarda vardır (Karataş, 2017; Çakır, 2021). Araştırmada spor türü değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememesinin spor lisesi öğrencilerinin yaptıkları spor türleri olan bireysel ve takım sporlarının öğrencilerin liderlik özellikleri üzerinde herhangi bir etki göstermemesinden kaynaklandığı söylenilebilir. Araştırmada takım sporu yapan öğrencilerin karizmatik liderlik boyutunda lehlerine anlamlı farklılığın yaptıkları spor türünün liderlik özellikleri olumlu etkilemesi kaynaklı olduğu söylenilebilir. Takım sporu yapan öğrencilerin bireysel spor yapan öğrencilere göre takım içerisinde daha fazla ön plana çıkma ve sorumluluk alma istekliliklerinden kaynaklı olduğu söylenilebilir.

Spor lisesi öğrencilerinin spor yapma süresi değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik ve karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Literatürde spor yapma süresi değişkenine göre sporcu liderlik yönelimlerinde anlamlı farklılığın olmadığı araştırma bulgularını destekler nitelikte araştırma sonuçları görülmüştür (Çar, 2013; Kara, 2018). Araştırmada spor lisesi öğrencilerinde spor yapma sürelerine göre anlamlı farklılık tespit edilmemesi öğrencilerin ortaöğretim çağındaki yaşlarda olmaları ya da spor yapma sürelerinin yaşlarına göre fazla olmamasından kaynaklandığı söylenilebilir.

Spor lisesi öğrencilerinin aile gelir seviyesi değişkenine göre yapıya yönelik liderlik, karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. İnsana yönelik liderlik alt boyutunda maddi gelir seviyesi orta ve orta altı öğrencilerin, aile geliri yüksek öğrencilerden, dönüşümsel liderlik alt boyutunda ise maddi gelir seviyesi orta altı gelire sahip öğrencilerin, orta gelir grubuna sahip öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edildi. Literatürde aile gelir seviyesi değişkenine göre sporcu liderlik özelliklerinde anlamlı farklılığın olmadığı araştırmalar olduğu gibi (Kurtyemez, 2021; Gönen, 2021) anlamlı farklılığın olduğu araştırmalarda vardır (Oğurlu, 2012). Araştırmada insan yönelik ve dönüşümsel liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılığın öğrencilerin aile gelir seviyelerinin liderlik özelliklerini olumlu etkilemesi kaynaklı olduğu söylenilebilir. İnsana yönelik ve dönüşümsel liderlik özelliklerinin aile gelir seviyesi daha düşük

öğrencilerde yüksek olması bu öğrencilerin sosyal hayatlarında diğer öğrencilere nazaran daha fazla sorumluluk almaları kaynaklı olduğu söylenilebilir.

Spor lisesi öğrencilerinin anne eğitim seviyesi değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmedi. Karizmatik liderlik alt boyutunda anne eğitim seviyesi lise olan öğrencilerin anne eğitim seviyesi ilkökul ve ortaokul olan öğrencilerden liderlik özellikleri daha yüksek tespit edildi. Literatürde anne eğitim seviyesi değişkenine göre öğrencilerin liderlik özelliklerinde anlamlı farklılık tespit edilmeyen araştırmalar olduğu gibi (Özdemir, 2018; Cevahircioğlu ve Çakıcı, 2022); liderlik özelliklerinde anlamlı farklılık tespit edilen araştırmalarda vardır (İbicioğlu ve ark., 2009). Araştırmada karizmatik liderlik alt boyutunda anne eğitim seviyesi lise olan öğrencilerin, anne eğitim seviyesi ilkökul ve ortaokul olan öğrencilere göre yüksek olmasının anne eğitimlerinin yükseköğretime devamlılık sağlama noktasında eksik kalması ve bununla birlikte ebeveyni olduğu öğrencinin yükseköğretime devamlılığı noktasında yönlendirmeleri kaynaklı liderlik özelliklerinin olumlu etkilendiği söylenilebilir. Spor lisesi öğrencilerinin baba eğitim seviyesi değişkenine göre insana yönelik liderlik, yapıya yönelik liderlik, dönüşümsel liderlik ve karizmatik liderlik alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir. Literatürde baba eğitim seviyesi değişkenine göre sporcu liderlik yönelimlerinde anlamlı farklılığın olmadığı araştırma bulgularını destekler nitelikte araştırma sonuçları görülmüştür (Cansoy, 2016; Külekçi, 2015; Özmutlu, 2008). Araştırmada spor lisesi öğrencilerinde baba eğitim seviyesi değişkenine göre anlamlı farklılık tespit edilememesi baba eğitim seviyesinin liderlik özelliklerini etkilememesinden kaynaklandığı söylenilebilir.

Sonuç olarak araştırmanın son yıllarda öğrenciler arasında oldukça popüler hale gelen spor liseleri üzerinde yapılması kamuoyuna bu okul türünün tanıtılması adına önem arz etmektedir. Spor lisesi öğrencilerinin öğrenim hayatlarının bitiminde büyük ihtimalle spor alanında önemli görevler üstlenecek olmaları onların eğitimleri üzerinde önemle durulması ve önem verilmesi gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Araştırma sonuçları gelecekte spor alanında beden eğitimi ve spor öğretmeni, antrenör, yönetici ve diğer sporla ilgili alanlarda önemli görevler yapacak nitelikte bireylerin tespit edilmesi ve bu bireylere spor liselerinde liderlik özelliklerini daha da geliştirecek eğitim verilmesi içinde büyük önem taşımaktadır. Araştırma sonuçlarına göre literatürde spor liseleri ve ortaöğretim öğrencilerinin liderlik özellikleri üzerinde çok fazla araştırma olmaması sebebiyle literatüre önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Öneriler

- Öğrencilerin liderlik özellikleriyle ilgili yapılacak araştırmalar farklı okul türleri üzerinde yapılabilir.
- Örneklem grubunu genişleterek Türkiye genelindeki spor lisesi öğrencilerinin liderlik özellikleri incelenebilir.
- Spor lisesi müfredatına liderlik ile ilgili dersler eklenerek öğrencilerin liderlik özellikleri güçlendirilebilir.
- Spor lisesi öğrencilerine liderlik konularıyla ilgili seminerler ve kurslar verilebilir.
- Araştırma spor lisesi beden eğitimi öğretmenleri ve okul yöneticileri üzerinde uygulanarak, aralarında karşılaştırma yapılabilir ve literatüre katkı sağlanabilir.

Kaynaklar

- Aaker, D.A., Kumar, V. & Day, G.S., (2007). *Marketing research*. 9. Edition, John Wiley & Sons, Danvers.
- Alireisoğlu, A. (2010). *Liderlik stiline ve liderlik yoğunluğunun örgüt kültürüne etkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İSZÜ Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalı, İstanbul.
- Arslan, H., ve Uslu B. (2014). Öğretmen adaylarının liderlik yönelimlerinin incelenmesi. *E-Journal of Educational Research*, 5, 42-60
- Aydın, R. (2016). *Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında eğitim gören bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan öğrencilerin liderlik özelliklerinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Aygün, M. (2018). *Buz hokeyi sporcularının duygusal zekâ ve liderlik özelliklerinin sportif sürekli kendine güven üzerine etkisi*. Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Bass, B. M. (1985). *Leadership and Performance Beyond Expectation*. New York: Free Press.
- Bayındır, M. (2018). *Antrenörlerin Liderlik Özellikleri ile Empati Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Bilir, B., ve Arslan, H. (2016). Perceptions of the teachers working in secondary schools about their principal's leadership orientations. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9(4).
- Bolman, L.G., ve Deal, T.E, (1991). *Reframing organizations: Artistry, choice and leadership*. First Edition. San Francisco, Josey-Bass Publishers.
- Çakır, G. (2021). *Spor hizmetleri genel müdürlüğü merkez ve taşra teşkilatında çalışan antrenörlerin duygusal zekâ ve liderlik özelliklerinin araştırılması*. Doktora Tezi. Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Kütahya.
- Cansoy, R. (2015). *Türkiye'de ortaöğretim okullarındaki öğrencilerin gençlik liderlik özelliklerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Çelik, C., ve Sünbül, Ö. (2008). Liderlik algılarında eğitim ve cinsiyet faktörü: Mersin ilinde bir alan araştırması. *Süleyman Demirel Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 13(3), 49-66.
- Cemaloğlu, N. (2007). Okul yöneticilerinin liderlik stillerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Journal Of Turkish Educational Sciences*, 5(1).
- Cengiz, R. (2012). Taekwondo sporcularının algıladığı liderlik özellikleri ile öz yeterlik düzeyleri arasındaki ilişki. *E-Journal Of New World Sciences Academy*, 7(4).
- Cevahircioğlu, B., ve Çakıcı, H.A. (2022). Sporcuların karakter özelliklerine göre liderlik yönelimlerinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 11(2), 688-701.
- Copeland, M. (1969). *The game of nations: The amorality of power politics*. London: Weidenfeld and Nicolson, 272.
- Dereli, M. (2003). *A survey research of leadership styles of elementary school principals*. Master's Thesis. Middle East Technical University Social Sciences, Ankara.
- Dilekçi, U. (2022). *Spor liselerinde adanmışlık*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Efekan, H. (2007). *Kara Harp Okulu olimpik spor branşlarında yapılan bireysel sporlar ile takım sporlarının Harbiyelilerin liderlik özelliklerine sağladığı etkilerin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Filiz, N., Erol, F., Dikmen, M., ve Altınkaynak, S. (2016). *Bayan üniversite öğrencilerinde liderlik yöneliminin incelenmesi*. *International conference on quality in higher edution*. Sakarya University, 96-102.

- Gallagher, J.J. (1997). Least restrictive climate and gifted students. *Peabody Journal of Education*, 72, 153–165.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference 17.0 update*. Boston: Pearson.
- Goleman, D. (1999). *Duygusal zekâ*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Güler, B., Dursun, M., & GUNAY, M. (2020). Spor lisesi öğrencilerinin liderlik yönelimlerinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 576-587.
- Hersey, P., & Blanchard, K.H. (1969). Life cycle theory of leadership. *Training and Development Journal*, 23, 26-33.
- Gönen, A.B. (2021). *Faal hakemlerin liderlik özellikleri ile empati düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Gündoğdu, F. (2014). *Spor yöneticilerinin liderlik stilleri ile sporun yaygınlaştırılması arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Güngör, N. B., ve Yenel, F. (2017). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2).
- Güngör, N. B. (2016). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının epistemolojik inançları ile liderlik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İbicioğlu, H., Özmen, H., ve Taş, S. (2009). Liderlik davranışı ve toplumsal norm ilişkisi: ampirik bir çalışma. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 14(2).
- Kadyrkulova, A. (2008). *Female and gender leadership master's program in leadership and management in international context baltic business school*. University of Kalmar.
- Kalkavan, A., Kadioğlu, H. C. & Kayhan, R. F. (2021). Spor lisesindeki sporcuların stresle başa çıkma düzeylerinin araştırılması. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 9(24), 124-137.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemi, kavramlar, ilkeler, teknikler*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karataş, N. (2021). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik yönelimleri ve iletişim becerileri üzerine bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muğla.
- Külekcı, E. (2015). Üniversite öğrencilerinin sosyal sorumluluk temelli liderlik becerilerinin geliştirilmesine yönelik deneysel bir çalışma. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Gaziantep Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Kurtyemez, H. (2021). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin liderlik özellikleri ile başarı yönelimleri arasındaki ilişki: Samsun ili örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Samsun.
- Kurudirek, M. A. (2011). *Spor yöneticiliği ile beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin eğitim seviyelerinin liderlik düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Malhotra, N. K. (2004). *Marketing Research an Applied Orientation*. New Jersey: Pearson Prentice Hall.
- Oğurlu, Ü. (2012). *Liderlik beceriler geliştirme programının üstün zekâlı olan ve olmayan öğrencilerin liderlik becerilerine etkisi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Özdemir, Y., Buyruk, H., ve Güngör, S. (2018). Öğretmen adaylarının eleştirel düşünme eğitimi ile liderlik yönelimleri arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 14(2), 548-571.

- Özmutlu, İ. (2008). *Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında öğrenim gören öğrencilerin liderlik ve yaratıcılık özelliklerinin karşılaştırılması (Gazi Üniversitesi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Seydioğlu, C. (2017). *İstanbul'daki beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinden bireysel ve takım sporları yapanların liderlik özelliklerinin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şişman, M. (2002). *Öğretim liderliği*. Ankara: Pegem A Yayıncılık, 1-3.
- Toprak, A. (2019). Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin kişisel sorumluluk ve liderlik özelliklerinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi) Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde
- Turhal, S. N., Tutkun, E., ve Çelik, A. (2020). Spor yöneticisi adaylarının liderlik yönelimleri ve sosyal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 193-202.
- Turhan, M. (2007). Genel ve mesleki lise yöneticilerinin etik liderlik davranışlarının okullardaki sosyal adalet üzerindeki etkisi. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Türk Dil Kurumu. (2006). Liderlik Tanımı, 05 Eylül 2023 tarihinde <https://sozluk.gov.tr/> adresinden erişildi.
- Yalçın, S. (2014). *Öğretmenlerin algılarına göre okul yöneticilerinin liderlik stilleri ile öğretmenlerin iş yaşam kalitesi ve örgütsel bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Makale Alıntısı

Dilekçi, U. (2023). Spor Lisesi Öğrencilerinin Liderlik Özelliklerinin İncelenmesi: İstanbul Örneği [Examining the Leadership Characteristics of Sports High School Students: Istanbul Example], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 186-197.



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

Gençlik Merkezi Çalışanlarının Dönüşümcü Liderlik Özelliklerinin Yeşil İnovasyon Üzerindeki Etkileri

Yeşim BAYRAKDAROĞLU¹, Gülcan TEKİN², Büşra UYAR ŞAFAK¹, Selman EROĞLU¹

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 28.09.2023
Kabul Tarihi: 21.10.2023
Online Yayın Tarihi:
21.10.2023

Anahtar Kelimeler:

Dönüşümcü Lider, Gönüllü
Gençlik Lideri, Gençlik
Faaliyetleri, Yeşil İnovasyon.

DOI:

10.55238/seder.1367352

Bu çalışmanın amacı T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı gençlik merkezlerinde görev alan gençlik çalışanları, liderler ve gönüllü gençlik liderlerinin dönüşümcü liderlik özelliklerinin yeşil inovasyon üzerindeki etkilerinin incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda çalışmada veri toplama aracı olarak Çetiner ve Taş (2011) tarafından geliştirilmiş "Dönüşümcü Liderlik Ölçeği" ile Ebrahimi ve Mirbargkar (2017) tarafından tasarlanan "Yeşil İnovasyon Ölçeği" kullanılmıştır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden biri olan betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu Doğu Karadeniz Bölgesi'ndeki gençlik merkezi çalışanlarından oluşan 107 erkek ve 107 kadın olmak üzere toplam 214 kişi oluşturmaktadır. Ölçeklerden elde edilen veriler analizleri için Independent Sample T testi, One Way ANOVA testi, Pearson Korelasyon Analizi ve Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda katılımcıların dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algısı düzeylerinin orta düzeyin üzerinde olduğu görülmektedir. Ayrıca dönüşümcü liderlik ile hizmet inovasyonu ($r=.633$; $p<0,05$), idari inovasyon ($r=.687$; $p<0,05$), süreç inovasyonu ($r=.658$; $p<0,05$) ve toplam yeşil inovasyon ($r=.683$; $p<0,05$) algı düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyin üzerinde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

The Effects of Transformational Leadership Qualities of Youth Center Staff on Green Innovation

Abstract

Article Info

Received: 28.09.2023
Accepted: 21.10.2023
Online Published:
21.10.2023

Keywords:

Transformational Leader,
Volunteer Youth Leader,
Youth Activities, Green
Innovation

The aim of this study is to examine the effects of transformational leadership qualities of youth workers, leaders, and volunteer youth leaders working in youth centers affiliated with the Ministry of Youth and Sports of the Republic of Turkey on green innovation. For this purpose, the "Transformational Leadership Scale" developed by Çetiner and Taş (2011) and the "Green Innovation Scale" designed by Ebrahimi and Mirbargkar (2017) were used as data collection tools in the study. The descriptive survey model, one of the qualitative research methods, was employed in the study. The sample group of the study consists of a total of 214 individuals, including 107 males and 107 females, who are youth center employees in the Eastern Black Sea Region. Independent Sample T-test, One Way ANOVA test, Pearson Correlation Analysis, and Simple Linear Regression Analysis were used for the analysis of the data obtained from the scales. As a result of the study, it was observed that the participants' levels of perception of transformational leadership, service innovation, administrative innovation, process innovation, and total green innovation were above the moderate level. Furthermore, it was determined that there is a significant positive relationship above the moderate level between transformational leadership and perception levels of service innovation ($r=.633$; $p<0.05$), administrative innovation ($r=.687$; $p<0.05$), process innovation ($r=.658$; $p<0.05$), and total green innovation ($r=.683$; $p<0.05$).

¹ Gümüşhane Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Gümüşhane / Türkiye e.mail: yesimsongun@hotmail.com, ORCID: 0000-0003-1460-4780

² Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ağrı / Türkiye e.mail: gulcantekin35@gmail.com, ORCID: 0000-0003-1630-4562

¹ Gümüşhane Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Gümüşhane / Türkiye e.mail: busrauyar94@icloud.com, ORCID: 0000-0001-9067-0523

¹ Gümüşhane Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Gümüşhane / Türkiye e.mail: selmaneroglu29@hotmail.com, ORCID: 0009-0007-5959-5968

Giriş

Toplum olgusu içinde var olan insanlar belirli hedeflere ulaşmak amacıyla gruplar oluştururlar. Bir arada ve topluluklar halinde yaşamının vermiş olduğu ihtiyaçlar neticesinde bu grupları yönetecek ve hedeflerine ulaştıracak liderlere ihtiyaç duyarlar (Eren, 2014). Özellikle sürekli gelişen ve değişen günümüz yönetim anlayışında liderlere olan ihtiyaç çok daha fazladır (Özlem ve Serinkan, 2020).

Liderlik, örgüt üyelerinin kurumsal olarak belirlenen hedeflere yönelik davranış ve tutumlarını etkileyen önemli bir faktördür. Bu bağlamda liderler, kurumların hedeflerini belirleyerek örgüt elemanlarıyla güçlü ilişkiler kurar ve onların hem performans hem de motivasyon düzeylerini yükseltmelerine yardımcı olur (Gedik, 2020). Alan yazında liderlik kavramının birçok tanımı vardır. Kılınç (2019) liderliği, ihtiyaç duyulduğu ve duyulacağı konularda örgüte yön vermek, çalışanların güdülenmesini sağlayıp daha verimli çalışmalarına etki etmek, kurumsal sorunları kalıcı bir şekilde ortadan kaldırmak ve örgütsel hedeflere ulaşmayı kolaylaştırmak şeklinde tanımlamıştır. Bir başka tanımda ise liderlik, öncülük eden bireylerle onları takip etmeyi seçenler arasındaki ilişki olarak tanımlanmıştır; aynı zamanda grup insanın faaliyetlerini bir hedefe yönlendirme ve koordine etme davranışını olarak ifade edilmiştir (Al-Sawai, 2013; Kouzes ve Posner, 2006).

Günümüzde küreselleşmenin getirdiği rekabet ortamının daha belirgin hale geldiği, hızlı değişimler yaşandığı ve teknolojik gelişmelerin hızlandığı bir dönemde işletmelerin ayakta kalabilmeleri ve faaliyetlerini devam ettirebilmeleri farklı liderlik tarzlarını ortaya çıkarmıştır. Dolayısıyla günümüz kurumlarının başarılı olabilmesi için klasik liderlik tarzlarının yanı sıra çağdaş liderlik tarzlarının benimsenmesi bir mecburiyet haline gelmiştir (Eryeşil ve İraz, 2017). Tanımlanmış birçok liderlik tarzı olduğu görülmektedir. Bu liderlik tarzlarından biri de dönüşümcü liderlik tarzıdır (Sfantou ve ark., 2017).

Dönüşümcü liderlik tarzı, çalışanlar arasında ilişkiler kurma ve motive etme, (Frandsen, 2014), örgüt vizyonunda ve stratejilerinde değişim yapabilme yeteneği (Daft, 2000) olarak karakterize edilir. Dönüşümcü liderler genellikle güven telkin etme, çalışanlara saygı duyma ve ortak bir vizyon aracılığıyla hareket etme yeteneğine sahiptirler. Bu da üretkenliğin artmasına, çalışanların moralinin ve iş tatmininin güçlenmesine sebep olur (Frandsen, 2014). Bu ifadelerden anlaşılacağı üzere dönüşümcü liderliğin temelini, çalışanlardan beklenenin ötesinde bir performans sergilemesi için motive edilmeleri ön plana çıkmaktadır (Conger, 1999).

Dönüşümcü liderler, örgütlerin yeniliklere ve değişime daha açık olmalarını sağlarlar. Bu donanımları ve yetenekleri sayesinde sürekli evrilen ekonomik yapıda söz konusu örgütlerin ayakta kalabilmelerini mümkün kılarlar. Bu nedenle dönüşümcü liderlik tarzının, örgüt kültürü ve işletmelerin yenilikçiliği arasında yakın bir ilişki olduğu söylenebilir (Mohammed ve Baş, 2020). Görker ve Erdil (2018) yaptıkları bir araştırmada dönüşümcü liderin, yenilikçi düşünce süreçlerine, proaktifliğe ve yenilikçi yaklaşımlara değer veren bir iklimi oluşturması sayesinde, örgütün girişimci yönünü güçlendirdiğini ifade etmiştir. Bu ifadelerden anlaşılacağı üzere yenilikçiliğin herhangi bir örgüt için zor şartlardaki rekabet ortamına uyum sağlaması açısından hayati bir önem taşıdığını söyleyebiliriz.

Örgütlerin sürdürülebilir büyüme, rekabet gücü ve yüksek performans açısından başarının anahtarı olarak görülen yenilikçilik diğer bir ifade ile inovasyon (Gemici ve Zehir, 2019); Belirli bir sürecin neticesinde oluşan ve birbirleriyle bağlantılı olan birçok yeniliğin adım adım gelme durumu (Solheim, 2017), yeni ve farklı fikir ve uygulamaların çalışanlar tarafından algılanması (Rogers ve ark., 2014), değişik ve yeni fikirleri geliştirerek değer katan, özgün ürün ve hizmet ortaya koyma (Dursun, 2017) gibi birçok farklı şekilde tanımlanabilir.

Genelde inovasyon deyince ilk düşünölen Şey teknolojik icatlar ve buluşlardır. Fakat inovasyon terimi sadece teknolojik ilerlemeleri değil aynı zamanda örgütlerin ürün, süreç, davranış, pazarlama ve strateji gibi alanlardaki gelişmelerini de kapsar. Bu noktada, örgütsel inovasyon kavramı karşımıza çıkar (Çağlıyan ve ark., 2021). Örgütsel inovasyon, stratejik yaklaşımlarla birleşen yenilikçi süreçler ve davranışların, yeni ürün veya hizmetleri yeni pazarlara taşıma yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Wang ve Ahmed, 2004).

Jorna (2017) inovasyonun ürün, hizmet ve organizasyon yapılarıyla birlikte insanların zihnindeki bilgilerle ilişkili olduğunu, inovasyonun iş birliği gerektirdiğini, özellikle de inovasyonun sürekli ve kalıcı bir süreç olarak algılandığını belirtmiştir. Bu ifade inovasyon çalışmalarında sürdürülebilirlik yaklaşıma yani diğer bir ifade ile yeşil inovasyon kavramına dikkat çekmiştir (Açıkalin ve Kayabaşı, 2019). Akademik literatüre göre yeşil inovasyon genel inovasyonun bir alt kümesidir (Wagner, 2008).

Yeşil inovasyonlar, örgütlerin hedefleri doğrultusunda yeni fikirlerin geliştirilmesi ve uygulanmasına ek olarak çevresel yüklerin azaltılmasına veya ekolojik sürdürülebilirlik hedeflere ulaşılmaya katkı sağlayan organizasyonlar, ürünler ve süreç olarak tanımlanabilir (Ben Arfi ve ark., 2018). Yeşil inovasyonu genel inovasyondan ayıran iki farklı özellikten bahsedebiliriz. Bunlardan ilki yeşil inovasyon çevreyi ve doğal kaynakları korurken rekabet gücünü arttırmanın bir yolu olarak da örgütün çevresel ayak izini azaltmayı hedefler. İkincisi ise sadece ürün, süreç, teknoloji, pazarlama gibi genel inovasyon yöntemleri ile sınırlı kalmayıp aynı zamanda sosyal ve kurumsal yapılardaki inovasyonları da içerir (Lampikoski ve ark., 2014).

Alan yazın incelendiğinde yeşil inovasyonun son zamanlarda araştırmacılar tarafından incelenen güncel bir konu olduğu ve ilgili çalışmaların niceliksel olarak yeterli olmadığı görölmüŐtür. Türkiye Gençlik Spor Bakanlığı'nın ' Yeşil Beceriler Projesi' isimli çalışmasından da ilham alınarak bu çalışmanın yapılması tasarlanmış ve çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünölmüŐtür. Bu bilgiler ışığında çalışmamızın amacı Türkiye'de Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı gençlik merkezlerinde görev alan gençlik çalışanları, liderler ve gönüllü gençlik liderlerinin dönüşümcü liderlik özelliklerinin yeşil inovasyon üzerindeki etkilerinin incelenmesidir. Çalışmanın hipotezi katılımcıların dönüşümcü liderlik özellikleri ile inovasyonun alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olacağı yönündedir.

Materyal ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma Türkiye'de Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı gençlik merkezlerinde görev alan gençlik çalışanları, liderler ve gönüllü gençlik liderlerinin dönüşümcü liderlik özelliklerinin yeşil inovasyon üzerindeki etkilerini incelenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinde genel tarama modelleri olan betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma Gümüşhane Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nca onaylanmıştır (28.02.2023 tarih, 2023/1 sayı).

Çalışma Grubu

Araştırmada tesadüfi olmayan örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Çalışmanın evreni Karadeniz Bölgesi il merkezlerindeki Gençlik Merkezlerden oluşan 560 kadar kişidir. Örneklem grubu ise Doğu Karadeniz Bölgesinde bulunan Gümüşhane, Bayburt, Trabzon, Giresun, Ordu, Rize, Artvin İl Gençlik Merkezi çalışanlarından 107 erkek ve 107 kadın olmak üzere toplam 214 kişidir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılanların Demografik Bilgilerine İlişkin Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Değişken	Kategori	f	%
Cinsiyet	Kadın	107	50,0
	Erkek	107	50,0
Eğitim durumu	Lise	28	13,1
	Ön lisans	21	9,8
	Lisans	134	62,6
	Lisansüstü	31	14,5
Yaş	18-20	38	17,8
	23-27	37	17,3
	28-32	53	24,8
	33-37	52	24,3
	38 ve üstü	34	15,9
Serbest zamanın değerlendirilmesinde sporla ilgilenme durumu	Evet	140	65,4
	Hayır	74	34,6
Lisanslı kulüp düzeyinde sporla ilgilenme durumu	Evet	77	36,0
	Hayır	137	64,0
Çevreye karşı duyarlı olma durumu	Evet	210	98,1
	Hayır	4	1,9
Yeşil Beceriler Gönüllülük Kampına katılma durumu	Evet	21	9,8
	Hayır	193	90,2
Ekolojik okuryazarlık eğitimi olma durumu	Evet	39	18,2
	Hayır	175	81,8
Hareketsiz yaşamın insanların yeşil becerilerindeki etkisine ilişkin görüşleri	Olumlu	37	17,3
	Kararsızım	40	18,7
	Olumsuz	137	64,0

Tablo incelendiğinde, katılımcıların %50'sinin kadın, %50'sinin erkek olduğu, %13,1'inin lise, %9,8'inin ön lisans, %62,6'sının lisans, %14,5'inin lisansüstü mezunu olduğu, %17,8'inin 18-20, %17,3'ünün 23-27, %24,8'inin 28-32, %24,3'ünün 33-37, %15,9'unun ise 38 ve üstü yaşında olduğu görülmektedir. Katılımcıların %65,4'ünün serbest zamanlarında sporla uğraştığı, %34,6'sının uğraşmadığı, %36'sının lisanslı kulüp düzeyinde sporla uğraştığı, %64'ünün uğraşmadığı, %98,1'inin çevreye duyarlı olduğu, %1,9'unun olmadığı, %9,8'inin Yeşil Beceriler Gönüllülük Kampına katıldığı, %90,2'sinin katılmadığı, %18,2'sinin ekolojik okuryazar olduğu, %81,8'inin olmadığı görülmektedir. Katılımcıların %17,3'ünün hareketsiz yaşamın insanların yeşil becerilerini olumlu yönde etkilediğini, %18,7'sinin kararsız, %64'ünün olumsuz yönde etkilediğini düşündüğü görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların demografik bilgilerini belirleyebilmek amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda katılımcıların cinsiyeti, eğitim durumu ve yaşı ile birlikte serbest zamanı değerlendirmek için herhangi bir spor branşı ile uğraşmaları, lisanslı kulüp düzeyinde herhangi bir spor yapıp yapmama durumuna cevap aranan sorular sorulmuştur.

Bu soruların yanın da çevreye karşı duyarlılıkları, yeşil beceriler gönüllülük kampına katılım durumları, ekolojik okur yazarlık eğitimine katılım durumları ve hareketsiz yaşamın insanların yeşil becerilerini ne yönde etkilediğini düşünüyorsunuz şeklinde sorular yer almaktadır.

Dönüşümcü Liderlik Ölçeği

Dönüşümcü liderlik ölçeği, Ali ve Çetiner (2011) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek bireysel destek sağlama, davranış modeli oluşturma, entelektüel uyarım, grup amaçlarının kabulünü güçlendirme, vizyon belirleme ve geliştirme, yüksek performans beklentisine sahip olma şeklinde 7 alt boyuttan oluşan ölçek 5'li likert sistemi ile ölçülmektedir.

Yeşil İnovasyon Ölçeği

Ölçek, Ebrahimi ve Mirbargkar (2017) tarafından gerçekleştirilmiştir. Hizmet inovasyonunu (5 madde), idari inovasyon (5 madde) ve süreç inovasyonu (5 madde) olmak üzere üç boyuttan oluşan ölçekte toplam 15 madde yer almaktadır. Ölçeğin cronbach alpha güvenilirlik katsayısı =0,92 olarak bildirmiştir.

Araştırma kapsamında elde edilmiş olan veriler ilgili paket ile programıyla analiz edilmiştir. Analiz işlemlerinde öncelikle ölçek verilerine güvenilirlik analizi uygulanmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğunun belirlenmesi için çarpıklık basıklığa bakılmıştır.

Tablo 2. Ölçek Puanlarına İlişkin Güvenilirlik ve Normallik Analizi Sonuçları

Alt boyut	Cronbach's Alpha (α)	Çarpıklık	Basıklık
Dönüşümcü liderlik	0,98	-1,06	0,68
Hizmet inovasyonu	0,94	-0,33	-0,37
İdari inovasyon	0,93	-0,25	-0,39
Süreç inovasyonu	0,95	-0,30	-0,34
Toplam yeşil inovasyon	0,98	-0,26	-0,38

Tablo incelendiğinde, ölçek puanlarının analiz için yeterli düzeyde güvenilir olduğu ($\alpha > 0,60$) görülmektedir. Verilerin normal dağılıma uygunluğunun incelenmesinde çarpıklık basıklık değerlerine bakıldığında ise değerlerin -2 ile +2 arasında yer aldığı ve normal dağılıma uygun olduğu görülmektedir.

Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılıma uygun olması nedeniyle serbest zamanın değerlendirilmesinde sporla uğraşma durumu, Yeşil Beceriler Gönüllülük Kampına katılma durumu ve ekolojik okuryazarlık eğitimi olma durumu değişkenleri ile ölçek puanlarının karşılaştırılmasında Independent Sample T testi, hareketsiz yaşamın insanların yeşil becerilerindeki etkisine ilişkin görüşleri ile ölçek puanlarının karşılaştırılmasında ise One Way ANOVA analizi uygulanmıştır. Liderlik ile inovasyon arasındaki ilişkinin incelenmesinde Pearson Korelasyon Analizi, liderliğin hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon üzerindeki etkisinin incelenmesinde ise Basit Doğrusal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular

Tablo 3. Ölçek Puanlarına İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Alt boyut	N	Puan aralığı	X	SS
Dönüşümcü liderlik	214	1-5	4,08	0,88
Hizmet inovasyonu	214	1-5	3,59	1,01
İdari inovasyon	214	1-5	3,52	0,99
Süreç inovasyonu	214	1-5	3,48	1,05
Toplam yeşil inovasyon	214	1-5	3,53	0,98

Tablo incelendiğinde, katılımcıların dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algısı düzeylerinin orta düzeyin üzerinde olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Araştırmaya Katılanların Dönüşümcü Liderlik ve Yeşil İnovasyon Ölçekleri Puanlarının Serbest Zamanın Değerlendirilmesinde Sporla İlgilenme Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt boyut	Sporla ilgilenme durumu	N	X	SS	t	p
Dönüşümcü liderlik	Evet	140	4,04	0,91	-,826	,410
	Hayır	74	4,15	0,81		
Hizmet inovasyonu	Evet	140	3,58	1,03	-,276	,783
	Hayır	74	3,62	1,00		
İdari inovasyon	Evet	140	3,54	0,96	,373	,710
	Hayır	74	3,48	1,06		
Süreç inovasyonu	Evet	140	3,50	1,01	,383	,702
	Hayır	74	3,44	1,13		
Toplam yeşil inovasyon	Evet	140	3,54	0,96	,167	,867
	Hayır	74	3,51	1,02		

Tablo incelendiğinde, katılımcıların serbest zamanlarını değerlendirmede sporla ilgilenme durumlarına göre dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 5. Araştırmaya Katılanların Dönüşümcü Liderlik ve Yeşil İnovasyon Ölçekleri Puanlarının Yeşil Beceriler Gönüllülük Kampı'na Katılma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt boyut	Kampa katılma durumu	N	X	SS	t	p
Dönüşümcü liderlik	Evet	21	4,19	0,79	,594	,553
	Hayır	193	4,07	0,89		
Hizmet inovasyonu	Evet	21	3,56	0,92	-,145	,884
	Hayır	193	3,60	1,03		
İdari inovasyon	Evet	21	3,54	1,05	,117	,907
	Hayır	193	3,52	0,99		
Süreç inovasyonu	Evet	21	3,53	0,92	,251	,802
	Hayır	193	3,47	1,07		
Toplam yeşil inovasyon	Evet	21	3,55	0,93	,079	,937
	Hayır	193	3,53	0,99		

Tablo incelendiğinde, katılımcıların Yeşil Beceriler Gönüllülük Kampı'na katılma durumlarına göre dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 6. Araştırmaya Katılanların Dönüşümcü Liderlik ve Yeşil İnovasyon Ölçekleri Puanlarının Ekolojik Okuryazarlık Eğitiminin Olması Durumuna Göre Karşılaştırılması

Alt boyut	Ekolojik okuryazarlık durumu	N	X	SS	t	p
Dönüşümcü liderlik	Evet	39	3,92	1,00	-1,225	,222
	Hayır	175	4,11	0,85		
Hizmet inovasyonu	Evet	39	3,45	1,05	-,997	,320
	Hayır	175	3,63	1,01		
İdari inovasyon	Evet	39	3,35	1,06	-1,147	,253
	Hayır	175	3,56	0,98		
Süreç inovasyonu	Evet	39	3,34	1,06	-,886	,377
	Hayır	175	3,51	1,05		
Toplam yeşil inovasyon	Evet	39	3,38	1,03	-1,045	,297
	Hayır	175	3,56	0,97		

Tablo incelendiğinde, katılımcıların ekolojik okuryazarlık durumlarına göre dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 7. Araştırmaya Katılanların Dönüşümcü Liderlik ve Yeşil İnovasyon Ölçekleri Puanlarının Hareketsiz Yaşamın İnsanların Yeşil Becerilerindeki Etkisine İlişkin Görüşlerine Göre Karşılaştırılması

Alt boyut	Etki durumu	N	X	SS	F	p	Gruplar arası fark
Dönüşümcü liderlik	Olumlu	37	4,21	0,82	3,240	,041	1>2, 2<3
	Kararsızım	40	3,77	0,96			
	Olumsuz	137	4,13	0,86			
Hizmet inovasyonu	Olumlu	37	3,75	0,89	3,350	,037	1>2, 2<3
	Kararsızım	40	3,23	0,97			
	Olumsuz	137	3,66	1,04			
İdari inovasyon	Olumlu	37	3,71	1,02	2,151	,119	-
	Kararsızım	40	3,26	0,89			
	Olumsuz	137	3,54	1,01			
Süreç inovasyonu	Olumlu	37	3,66	1,00	1,899	,152	-
	Kararsızım	40	3,22	0,95			
	Olumsuz	137	3,51	1,09			
Toplam yeşil inovasyon	Olumlu	37	3,71	0,91	2,569	,079	-
	Kararsızım	40	3,23	0,90			
	Olumsuz	137	3,57	1,01			

Tablo incelendiğinde, katılımcıların hareketsiz yaşamın insanların yeşil becerilerindeki etkisine ilişkin görüşlerine göre idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 8. Dönüşümcü Liderlik ile Yeşil İnovasyon Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

		1	2	3	4	5
1. Dönüşümcü liderlik	r	-				
	p					
2. Hizmet inovasyonu	r	,633	-			
	p	,000				
3. İdari inovasyon	r	,687	,891	-		
	p	,000	,000			
4. Süreç inovasyonu	r	,658	,878	,919	-	
	p	,000	,000	,000		
5. Toplam yeşil inovasyon	r	,683	,956	,970	,968	-
	p	,000	,000	,000	,000	

Tablo incelendiğinde, dönüşümcü liderlik ile hizmet inovasyonu ($r=,633$; $p<0,05$), idari inovasyon ($r=,687$; $p<0,05$), süreç inovasyonu ($r=,658$; $p<0,05$) ve toplam yeşil inovasyon ($r=,683$; $p<0,05$) algı düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyin üzerinde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Dönüşümcü Liderliğin Hizmet İnovasyonu Üzerindeki Etkisine İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi

	Değişken	B	Std. Hata	β	t	p
Model 1	Sabit	2,104	,172		12,230	,000
	Hizmet inovasyonu	,549	,046	,633	11,914	,000
$r=,633$; $r^2=,401$; $F(1,212)=141,954$; $p=,000$						
Model 2	Sabit	1,937	,161		12,007	,000
	İdari inovasyon	,608	,044	,687	13,782	,000
$r=,687$; $r^2=,473$; $F(1,212)=189,936$; $p=,000$						
Model 3	Sabit	2,164	,157		13,763	,000
	Süreç inovasyonu	,550	,043	,658	12,709	,000
$r=,658$; $r^2=,432$; $F(1,212)=161,529$; $p=,000$						
Model 4	Sabit	1,921	,164		11,699	,000
	Toplam yeşil inovasyon	,611	,045	,683	13,627	,000
$r=,683$; $r^2=,467$; $F(1,212)=185,685$; $p=,000$						

Tablo incelendiğinde, dönüşümcü liderlik algısının hizmet inovasyonu algısı üzerinde %40,1, idari inovasyon algısı üzerinde %47,3, süreç inovasyonu algısı üzerinde %43,2, toplam yeşil inovasyon algısı üzerinde ise %46,7 oranında anlamlı düzeyde etkisinin olduğu görülmektedir ($p<0,05$).

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı gençlik merkezlerinde görev alan gençlik çalışanları, liderler ve gönüllü gençlik liderlerinin dönüşümcü liderlik özelliklerinin yeşil inovasyon üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda literatür incelendiğinde dönüşümcü liderlik üzerine birçok araştırma bulunurken yeşil inovasyon, üzerinde daha az çalışılan bir alan olmuştur. Araştırmacılar dönüşümcü liderliğin yeşil inovasyona olan etkisini demografik özellikler ve ölçeklere verilen cevaplar doğrultusunda incelemiştir.

Yapılan çalışmada elde edilen veriler incelendiğinde katılımcıların dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algısı düzeylerinin orta düzeyin üzerinde olduğu görülmektedir. Diğer bir ifadeyle, işletmelerde liderin dönüşümcü liderlik sergileme seviyesindeki artışın, işletmenin yeşil inovasyon seviyesinde de bir artışa yol açabileceği söylenebilir. Khalili, (2016) dönüşümcü liderlik ile işletmenin inovasyon yeteneği arasındaki ilişkiyi incelemiş, dönüşümcü liderin astların yaratıcılığı ve örgütün inovasyon yeteneği üzerinde olumlu etkisinin olduğu sonucunu ortaya çıkarmıştır. Literatürde dönüşümcü liderlerin inovasyona önderlik etmek için gerekli olan yönlendirme becerisini kullanabilen önemli unsurlardan biri olduğu belirtilmektedir (Jyoti ve Dev, 2015). Bu noktada yeşil inovasyonu benimsetmek amaçlı dönüşümcü liderlerin etkin olabileceği söylenebilir. Akgün ve Sarıbudak (2023) yaptıkları çalışmada dönüşümcü liderlerin, liderliklerine ilişkin sahip oldukları her özelliğin, bireysel yenilikçiliğe ait özellikleriyle olumlu yönde ilişkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı çalışmada yazarlar bireysel yenilikçiliği benimseyen gençlik çalışanlarının aynı zamanda ilham verici motivasyona, ideal etkiye, fikir önderliğine ve zihinsel teşvik özelliklerine sahip olduklarını sonucuna ulaşmıştır. Bu durum çalışmayı

destekler niteliktedir (Akgün ve Sarıbudak, 2023). Akgün ve ark., (2019) çalışmalarında, dönüşümcü liderliğin ilham verici motivasyon alt boyutu ile bireysel yenilikçiliğin değişime direnç, fikir önderliği, deneyime açıklık, risk alma alt boyut puanlarıyla yenilikçilik toplam puanı arasında pozitif yönlü anlamlı; dönüşümcü liderlik alt boyutlarından ideal etki, bireysel ilgi ve entelektüel uyarım ile bireysel yenilikçilik değişime direnç, fikir önderliği deneyime açıklık, risk alma alt boyutları ve yenilikçilik toplam puanları arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler olduğu sonucuna ulaşmıştır. Erdoğan, (2022), yılında yaptığı çalışmada ‘Dönüşümcü liderliğin yeşil inovasyon üzerindeki etkisinde yeşil insan kaynaklarının aracı rolü’ nü araştırmıştır. Araştırmada dönüşümcü lider davranışının, inovasyon süresi boyunca yeni fikirlerin geliştirilmesi ve yeni atılımlar yapılması adına faydalı olabileceği sonucuna ulaşmıştır. Dönüşümcü lider, ekipteki kişilerin ortaya çıkan aksaklıkları farklı bakış açısı ile görmeleri için onları teşvik eden bir katalizör görevindedir. Dönüşümcü liderin inovasyon performansını olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Dönüşümcü liderler, organizasyon içinde örgüt çalışanlarını yeniliğe yönlendiren (Gumusluoglu ve Ilsev, 2009), hedeflerine nasıl ulaşacaklarını seçme özgürlüğü veren (Jung ve ark., 2008), yeniliğe teşvik eden (Sarros ve ark., 2008), kritik bir etken (Elkins ve Keller, 2003) görevi görmektedir. Elde edilen sonuçlar bu çalışma sonuçları ile benzerlik göstermektedir.

Elde edilen veri incelendiğinde katılımcıların serbest zamanlarını değerlendirmede sporla ilgilenme durumlarına göre dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Yapılan bir çalışmada serbest zamanlarını sporla değerlendiren gençlik çalışanlarının bir gruba üye olma, grup lideri olma gibi özelliklerin ön plana çıktığı görülmektedir (Beltekin ve Kuyulu, 2019). Bu durum bu çalışma sonuçları ile örtüşmemektedir.

Çalışmada katılımcıların Yeşil Beceriler Gönüllülük Kampı’na katılma durumlarına göre dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Literatür incelendiğinde bu kampa yönelik herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Çalışmalarda bu kampı demografik bir nitelik olarak alınmamıştır. Bu durumda bu çalışmanın özgürlüğünü ifade ettiği düşünülmektedir.

Araştırmada katılımcıların ekolojik okuryazarlık durumlarına göre dönüşümcü liderlik, hizmet inovasyonu, idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Bu çalışma kapsamında ekolojik okur yazarlığın dönüşümcü liderlik ve yeşil inovasyon üzerinde bağlayıcı bir etkisinin bulunmadığı söylenebilir.

Çalışmada, katılımcıların hareketsiz yaşamın insanların yeşil becerilerindeki etkisine ilişkin görüşlerine göre idari inovasyon, süreç inovasyonu ve toplam yeşil inovasyon algı düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Dönüşümcü liderlik ve hizmet inovasyonu algı düzeylerinde ise hareketsiz yaşamın insanların yeşil becerilerini olumlu ve olumsuz yönde etkilediğini düşünen katılımcıların algı düzeylerinin kararsız olan katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,05$).

Elde edilen Tablo incelendiğinde, dönüşümcü liderlik ile hizmet inovasyonu ($r=,633$; $p<0,05$), idari inovasyon ($r=,687$; $p<0,05$), süreç inovasyonu ($r=,658$; $p<0,05$) ve toplam yeşil inovasyon ($r=,683$; $p<0,05$) algı düzeyleri arasında pozitif yönde orta düzeyin üzerinde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. (Mohammed ve Baş, (2020) yaptıkları çalışmalarında dönüşümcü liderliğin örgütsel yenilik tutumuna olumlu yönde ve anlamlı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Erdoğan (2022) yaptığı bir araştırmada sonucunda ise dönüşümcü liderliğin yeşil inovasyon üzerinde olumlu yönde ve anlamlı bir etkisinin olduğunu tespit edilmiştir. Ulaşılan sonuçlar çalışmayı destekler niteliktedir.

Çalışmada elde edilen bir başka sonuç incelendiğinde, dönüşümcü liderlik algısının hizmet inovasyonu algısı üzerinde %40,1, idari inovasyon algısı üzerinde %47,3, süreç inovasyonu algısı üzerinde %43,2, toplam yeşil inovasyon algısı üzerinde ise %46,7 oranında anlamlı düzeyde etkisinin olduğu görülmektedir ($p<0,05$). Bu sonucu destekleyen farklı bir çalışmada, liderlerin dönüştürücü liderlik davranışları arttıkça, işletmelerin inovasyon düzeyinin ve inovasyon kültürünün artabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Tetik ve ark., 2019).

Sonuç olarak örgütlerin temel hedeflerine ulaşması için motive edici bir lider ve inovasyonel çalışmalar gerekmektedir. Bu doğrultuda yeniliklere açık dönüşümcü liderlik kavramı da önem kazanmaktadır. Günümüz dünyasında karşı karşıya kaldığımız önemli bir etkende iklim değişikliği, çevresel bozulmalar ve küresel ısınma gibi çevre sorunlarıdır. Bu hususta yeşil çevre ve yeşil inovasyon kavramı dikkat çekmektedir. Yapılan bu çalışmanın sonucundan da elde edilen verilere dayanarak dönüşümcü liderliğin yeşil inovasyon üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Öneriler

- Dönüşümcü liderlik ve inovasyon kültürü konusunda kamu kurumlarına yönelik ankete dayalı ya da başka yöntemlerle araştırmalar yapılabileceğini düşünmekteyiz.
- Dönüşümcü liderlik ve inovasyon kültürü konusu kamu ya da özel tüm kurumlar için önem taşımaktadır. Dolayısıyla kamu kurumlarına dönüşümcü liderlik ve inovasyon kültürüne ilişkin farkındalık yaratmaya yönelik seminerler verilebileceğini düşünmekteyiz.
- Gençlik ve Spor Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı tüm eğitim personellerine (antrenör, gençlik lideri, spor eğitim uzmanı ve öğretmenler) günümüz yeniliklerine hakim olmaları adına dönüşümcü liderlik üzerine hizmet içi eğitim düzenlenebileceğini düşünmekteyiz.
- Dönüşümcü liderlik ve inovasyon kültürü konusunda farklı örneklerle çalışılarak yeni araştırmalara ışık tutulabileceğini düşünmekteyiz.

Kaynaklar

- Açıklım, N., ve Kayabaşı, A. (2019). İşletmelerin sürdürülebilir inovasyon faaliyetleri: pazarlama bakış açisiyle nitel bir inceleme (Sustainable Innovation Activities of Businesses: A Qualitative Study via Marketing Perspective). *The Journal of Marketing Theory and Practice*, 5, 191–220.
- Akgün, N., Özdemir, T., Yıldız, K., Cerit, Y., ve Yılmaz, Ö. (2019). The relationship between school principals' paternalistic leadership behavior and the level of classroom teachers' organizational ostracism. *Bartın University Journal of Faculty of Education*, 8(3), 1088–1105.

- Akgün, N., ve Sarıbudak, D. (2023). Okul yöneticilerinin algıladıkları dönüşümsel liderlik davranışları ile bireysel yenilikçilik düzeyleri arasındaki ilişki. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(1), 495–519.
- Ali, T., ve Çetiner, A. (2011). Ortaöğretim okulu müdürlerinin dönüşümcü liderlik davranışlarını gerçekleştirme durumlarına ilişkin öğretmen görüşleri. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(2), 369–391.
- Al-Sawai, A. (2013). Leadership of healthcare professionals: where do we stand? *Oman Medical Journal*, 28(4), 285.
- Beltekin, E., ve Kuyulu, İ. (2019). Spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin liderlik yönelim düzeylerinin incelenmesi (Erciyes Üniversitesi örneği). *Herkes İçin Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 1(1), 26–29.
- Ben Arfi, W., Hikkerova, L., ve Sahut, J.-M. (2018). External knowledge sources, green innovation and performance. *Technological Forecasting and Social Change*, 129, 210–220. <https://doi.org/10.1016/j.techfore.2017.09.017>
- Çağlıyan, V., Attar, M., ve Külahlı, S. (2021). Dönüşümcü liderliğin, örgütsel inovasyon üzerindeki etkisinde örgütsel öğrenmenin aracı rolü. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 16(1), 124–145.
- Conger, J. A. (1999). Charismatic and transformational leadership in organizations: An insider's perspective on these developing streams of research. *The Leadership Quarterly*, 10(2), 145–179.
- Daft, R. L. (2000). Management The Dryden Press. *Orlando. DGETER*.
- Dursun, Ö. O. (2017). İnovasyon üzerine kavramsal bir inceleme. *International Journal of Management and Administration*, 1(1), 12–17.
- Ebrahimi, P., ve Mirbargkar, S. M. (2017). Green entrepreneurship and green innovation for SME development in market turbulence. *Eurasian Business Review*, 7(2), 203–228.
- Elkins, T., ve Keller, R. T. (2003). Leadership in research and development organizations: A literature review and conceptual framework. *The Leadership Quarterly*, 14(4–5), 587–606.
- Erdoğan, M. E. (2022). *Dönüşümçü liderliğin yeşil inovasyon üzerindeki etkisinde yeşil insan kaynaklarının aracı rolü*. Beykent Üniversitesi.
- Eren, E. (2014). *Örgütsel davranış ve yönetim psikolojisi*. Beta Basım Yayım Dağıtım.
- Eryeşil, K., ve İraz, R. (2017). Liderlik tarzları ile örgütsel bağlılık arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bir alan araştırması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi*, 20(2), 129–139.
- Frandsen, B. (2014). Nursing leadership management & leadership styles. *AANAC, American Association of Nurse Assessment Coordination: Denver, CO, USA*.
- Gedik, Y. (2020). Dönüşümsel ve işlemsel liderlik. *Uluslararası Liderlik Çalışmaları Dergisi: Kuram ve Uygulama*, 3(2), 19–34.
- Gemici, E., ve Zehir, C. (2019). Çevresel çalkantı ve örgütsel yenilikçilik ilişkisi. *Yıldız Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(1), 66–83.
- Görker, N., ve Erdil, O. (2018). İnovasyon sürecinde örgütü girişimsel ve öğrenme odaklılığa yönlendirmede dönüştürücü liderlik tarzının etkisi. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 19(2), 115–129.
- Gumusluoglu, L., ve Ilsev, A. (2009). Transformational leadership, creativity, and organizational innovation. *Journal of Business Research*, 62(4), 461–473.
- Jorna, R. (2017). *Sustainable innovation: The organisational, human and knowledge dimension*. Routledge.
- Jung, D. D., Wu, A., ve Chow, C. W. (2008). Towards understanding the direct and indirect effects of CEOs' transformational leadership on firm innovation. *The Leadership Quarterly*, 19(5), 582–594.

- Jyoti, J., ve Dev, M. (2015). The impact of transformational leadership on employee creativity: the role of learning orientation. *Journal of Asia Business Studies*, 9(1), 78–98.
- Khalili, A. (2016). Linking transformational leadership, creativity, innovation, and innovation-supportive climate. *Management Decision*, 54(9), 2277–2293.
- Kılınç, E. (2019). *Stratejik ve dönüşümcü liderlik ile işgören performansı ilişkisi: Sağlık sektöründe bir araştırma*.
- Kouzes, J. M., ve Posner, B. Z. (2006). *The leadership challenge* (Vol. 3). John Wiley & Sons.
- Lampikoski, T., Westerlund, M., Rajala, R., ve Möller, K. (2014). Green innovation games: Value-creation strategies for corporate sustainability. *California Management Review*, 57(1), 88–116.
- Mohammed, T., ve Baş, D. P. (2020). Dönüşümcü liderlik stiline örgüt kültürü ve işletmenin yenilikçiliğine etkisi. *Siyaset, Ekonomi ve Yönetim Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 98–122.
- Özlem, I., ve Serinkan, C. (2020). Liderlik yaklaşımları ve spor yönetiminde liderlik. *Pamukkale Üniversitesi İşletme Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 308–332.
- Rogers, E. M., Singhal, A., ve Quinlan, M. M. (2014). Diffusion of innovations. In *An integrated approach to communication theory and research* (pp. 432–448). Routledge.
- Sarros, J. C., Cooper, B. K., ve Santora, J. C. (2008). Building a climate for innovation through transformational leadership and organizational culture. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 15(2), 145–158.
- Sfantou, D. F., Laliotis, A., Patelarou, A. E., Sifaki-Pistolla, D., Matalliotakis, M., ve Patelarou, E. (2017). Importance of leadership style towards quality of care measures in healthcare settings: A systematic review. *Healthcare (Switzerland)*, 5(4). <https://doi.org/10.3390/healthcare5040073>
- Solheim, M. C. W. (2017). *Innovation, space, and diversity*.
- Tetik, S., Emeklier, B., ve Emeklier, N. (2019). Dönüştürücü liderliğin inovasyon ve inovasyon kültürüne etkisi: büyük ölçekli işletmelere yönelik bir saha araştırması. *Avrasya Uluslararası Araştırmalar Dergisi*, 7(16), 165–195.
- Wagner, M. (2008). Empirical influence of environmental management on innovation: Evidence from Europe. *Ecological Economics*, 66(2–3), 392–402. <https://doi.org/10.1016/j.ecolecon.2007.10.001>
- Wang, C. L., ve Ahmed, P. K. (2004). The development and validation of the organisational innovativeness construct using confirmatory factor analysis. *European Journal of Innovation Management*, 7(4), 303–313.

Makale Alıntısı

Bayrakdaroğlu, Y., Tekin, G., Uyar Safak B., & Eroğlu, S. (2023). Gençlik Merkezi Çalışanlarının Dönüşümcü Liderlik Özelliklerinin Yeşil İnovasyon Üzerindeki Etkileri [The Effects of Transformational Leadership Qualities of Youth Center Staff on Green Innovation], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 198-209.



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



Ortaokul Öğrencilerinin Obezite Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi

Tahir Volkan ASLAN¹, Cemal GÜNDOĞDU²

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 03.09.2023
Kabul Tarihi: 22.10.2023
Online Yayın Tarihi:
22.10.2023

Anahtar Kelimeler:

Beslenme, Fiziksel Aktivite,
Obezite, Spor.

DOI:

10.55238/seder.1354707

Amaç: Bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinin obezite farkındalık düzeylerinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmanın evrenini Mersin merkez ilçe ortaokullarında 5-8. sınıflarda öğrenim gören 67821 öğrenci oluştururken, örneklemini 5-8. sınıflarda öğrenim gören 10-14 yaş arası toplam 426 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak Obezite Farkındalık Ölçeği ile kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Veriler istatistik paket programında değerlendirilmiş, sayı, yüzde ve ortalama olarak ifade edilmiştir. İkili karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi, çoklu karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testi ve post hoc testi olarak bonferroni düzeltmeli Mann Whitney U kullanılmış ve anlamlılık düzeyi $p<0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Araştırmada, cinsiyet değişkeninde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmezken ($p>0,05$), yaş, beden kitle indeksi (BKİ), günlük teknolojik araç kullanma süresi, düzenli egzersiz yapma, haftalık fiziksel aktivite sayısı ve okul türü değişkenlerinde istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Sonuç: Sonuç olarak; düzenli egzersiz, fiziksel aktivite sayısı, beden kitle indeksi ve teknoloji kullanımı gibi obezite ile ilişkili faktörlere dikkat ederek yaşayan öğrencilerde obezite farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Investigation of Obesity Awareness Levels of Secondary School Students

Abstract

Article Info

Received: 03.09.2023
Accepted: 22.10.2023
Online Published:
22.10.2023

Keywords: Nutrition,
Physical Activity, Obesity,
Sport

Aim: The aim of this study was to examine the obesity awareness levels of secondary school students.

Method: The population of the study consisted of 67821 students studying in grades 5-8 in Mersin central district secondary schools, while the sample consisted of 426 students aged 10-14 years studying in grades 5-8. In the study, Obesity Awareness Scale and personal information form were used as data collection tools. The data were evaluated in the statistical package programme and expressed as number, percentage and mean. Mann Whitney U test was used for pairwise comparisons, Kruskal Wallis H test for multiple comparisons and Mann Whitney U with bonferroni correction as post hoc test and significance level was accepted as $p<0.05$.

Results: In the study, while no statistically significant difference was observed in the gender variable ($p>0.05$), statistically significant differences were found in the variables of age, body mass index (BMI), daily technological device usage time, regular exercise, weekly physical activity number and school type ($p<0.05$).

Conclusion: As a result, it was determined that obesity awareness levels were higher in students living by paying attention to obesity-related factors such as regular exercise, number of physical activities, body mass index and technology use.

¹Mersin Üniversitesi, tahirvolkanaslan@gmail.com, Mersin/Türkiye ORCID: 0000-0002-5839-1927

²İnönü Üniversitesi, cemal.gundogdu@inonu.edu.tr, Malatya/Türkiye ORCID: 0000-0002-9122-6755

Giriş

Obezite, fiziksel aktivite, gıda tüketimi, uyku süresi gibi biyolojik ve çevresel etkileşimleri içeren çok faktörlü bir hastalıktır (Kılınç ve ark.,2019). Vücutta aşırı şekilde yağ depolanmasıyla meydana gelen, fiziksel ve ruhsal problemlere sebebiyet verebilen enerji metabolizması problemi şeklinde ifade edilen

obezite (Alikashioglu, 2000), bir başka ifadeyle alınan kaloriyle harcanan kalori arasındaki denge eksikliğinden meydana gelen sorun şeklinde açıklanmaktadır (Behrman ve ark., 2004).

Günümüzde çocukluk çağı obezitesinin artan prevalansı dünya çapında bir sorun haline gelmiştir (Purnell,2018). Obezite, 1975 yılından bu yana dünyada, özellikle gelişmiş ülkelerde, çocuk ve ergenlerde beş kat artmıştır. En son Birleşmiş Milletler Uluslararası Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF)/Dünya Sağlık Örgütü (WHO)/Dünya Bankası Grubu Ortak Çocuk Malnütrisyon Tahminlerine göre, dünya genelinde 38,3 milyon aşırı kilolu çocuk bulunmaktadır ve bu sayı 2000 yılından 2020 yılına kadar 8 milyon artmıştır (WHO,2020). Çocukluk çağı obezitesinin uzun vadeli en önemli sonucu, yetişkin obezitesi ve buna bağlı komorbiditelerdir (WHO,2000). Geniş kapsamlı bir araştırma, aşırı kilolu ve obez çocukların obez yetişkinlere dönüşme riskinin normal kilolu yaşlılarına göre daha yüksek olduğunu (Boreham ve ark.,2004; Daniels ve ark.,2009; Mamun ve ark.,2009; Singh ve ark.,2008; Venn ve ark.,2007) ve buna sebep olan en önemli faktörün düşük fiziksel aktivite düzeyi olduğunu ortaya koymaktadır (Baker ve ark.,2007).

Obezitenin önemini ortaya koyması açısından, son yıllarda görülen hastalıklara bağlı ölümlerin % 63'ünün bulaşıcı olmayan hastalıklardan (obezite gibi) kaynaklandığı belirtilmektedir. Bu noktada özellikle kalp, diyabet, kanser ve diğer kronik solunum yolu hastalıkları obezite ile yakından ilişkilidir. Son dönemde Covid 19 virüsünün sebep olduğu salgın sonrası obez bireylerin virüse daha kolay yenik düştüğü gerçeğiyle birlikte, son zamanlarda diğer rahatsızlıkların da metabolik ve fizyolojik değişikliklere sebep olduğu ve sonuç olarak yüksek tansiyon, obezite, hiperglisemi ve hiperlipidemi gibi hastalıkların ortaya çıktığı görülmüştür (Yüksel ve ark., 2014).

İsveç, Danimarka ve Norveç'ten elde edilen ve çocukluk çağı obezitesinin 2000 yılından bu yana kötüleşmediğini gösteren son veriler, bu sağlık problemini önlemenin mümkün olabileceğini göstermektedir (Kolle ve ark.,2009; Lissner ve ark.,2010; Pearson ve ark.,2010). Obezite için ideal önleyici strateji, normal, arzu edilen Beden Kitle İndeksine (BKİ) sahip çocukların aşırı kilolu veya obez olmalarını önlemektir. Önleyici stratejilerin mümkün olduğunca erken, yenidoğan döneminde başlanmasının gerektiği belirtilmektedir. Bu stratejiler arasında şekerli içeceklerin sınırlandırılması, günlük ekran süresinin iki saatin altına indirilmesi, televizyon ve bilgisayar gibi teknolojik aletlerin uyku alanlarından uzaklaştırılması, düzenli kahvaltı yapılması, özellikle fast food tarzı beslenmenin sınırlandırılması, ailece yenen yemeklerinin teşvik edilmesi ve porsiyon boyutlarının azaltılması yer almaktadır (Davis ve ark.,2007). Bununla beraber tavsiye edilen miktarlarda meyve ve sebze tüketilmesi, kalsiyum ve lif açısından zengin dengeli bir beslenme, günde 60 dakika veya daha fazla orta yoğunlukta fiziksel aktivite yapılması ile yüksek kalorili gıdaların tüketiminin sınırlandırılması obezitenin önlenmesinde tavsiye edilen sağlıklı davranışlar arasındadır (Spear ve ark.,2007).

Toplumun sağlıklı olabilmesinin, o toplumdaki çocuk ve ergenlerin sağlıklı biçimde yetiştirilmesi ile mümkün olabileceği belirtilirken (Ceyhun ve Turhan, 2017), bu niteliğin sağlıklı ilgili farkındalıkla kazandırılacağı bir gerçektir. Çocuk yaşındaki bireylerin obezite kavramının ciddi bir sağlık problemi olduğuyla ilgili gerçeği görmesi ve bu durumun farkına vararak farkındalık geliştirmesi oldukça önemlidir. Böyle bir farkındalıkla büyüyen çocuklar, sağlıklı yaşamın önemini bilerek yaşamını şekillendirir. Dolayısıyla vaktini teknolojik aletlerle hareket etmeden harcamak yerine, bahçede, oyun parkında, futbol veya basketbol

sahasında akranlarıyla etkinlikler yapar, aynı zamanda sağlıklı beslenerek bunu sağlıklı yaşam şekline dönüştürür. Obezitenin bir rahatsızlık olduğunu düşünerek sağlıklı bir hayat için vücut ağırlığını istenen ölçülere getirmenin farkına varır (DHHS, 2008).

Yukarıda açıklanan bilgiler ışığında literatür bilgilerden de hareketle obezitenin yaygınlaşmasının temel nedenlerinden biri küçük yaşlarda başlayan yanlış beslenme alışkanlıklarıdır. Söz konusu alışkanlıkların değiştirilmesinin ilerleyen yaşlarda oldukça zor olması sebebiyle hem obezitenin ortaya çıkmasını engelleme hem de obeziteyle mücadelede erken dönemlerden başlayan bilinçlenme son derece önemlidir. Dolayısıyla çalışmanın, erken dönemde toplum temelli birincil korunma önlemlerini etkin kılmak, çocukluk çağı obezitesine neden olan faktörler ile obezitenin önlenmesinde fiziksel aktivite ve beslenmenin yeri ve önemi hakkında farkındalık oluşturarak literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu doğrultuda araştırmada, ortaokul öğrencilerinin obezite farkındalık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Yöntem

Araştırmada, ortaokul öğrencilerinin obezite farkındalık düzeylerinin incelenmesi amacıyla betimsel araştırma türlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli bir konu veya olaya ilişkin olarak bireylerin görüş ya da ilgi, beceri, yetenek, tutum vb. özelliklerinin ortaya çıkarılmasının amaçlandığı araştırmalarda tercih edilir (Büyüköztürk ve ark., 2009; Karasar, 2012).

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, 2022-2023 Eğitim-Öğretim yılı Mersin merkez ilçe (Akdeniz, Toroslar, Yenişehir, Mezitli) Ortaokulları 5 ila 8. sınıf düzeylerinde öğrenimlerine devam eden 67821 öğrenci oluşturmaktadır (Mersin MEM, 2022). Yazıcıoğlu ve Erdoğan (2004)'ın örneklem büyüklüğü $\alpha=0.05$ tablosundan hareketle 100000 kişi için örneklem büyüklüğü 0.05 örneklem hatası $p=0,5$ ve $q=0,5$ güven aralığı olarak belirlenmiş ve analizler neticesinde 0,05 anlamlılık ve %5 tolerans gösterilebilir hata için hesaplanan örneklem sayısı minimum 383 hesaplanmıştır (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Buna göre araştırma örneklemini 5-8. sınıflarda öğrenim gören 10-14 yaş arası toplam 426 (191 erkek ve 235 kadın) öğrenci oluşturmuştur. Helsinki Bildirgesine uygun yürütülen araştırma, katılımcılardan ve katılımcıların ailelerinden imzalı onam formu alınarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın yürütülebilmesi için İnönü Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurulundan etik onay alınmıştır (Evrak Tarih ve Sayısı: 19/01/2023-E.273458). Çalışmada kullanılacak ölçekler için de yazarlardan izin alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların demografik özelliklerini ortaya koymak için kişisel bilgi formu ve "Çocuk Kalp Sağlığını Geliştirme Tutum Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırma verileri, ders saatlerinin dışında sınıf ortamında öğrencilere anket formlarının uygulanması ve araştırmacılar tarafından BKİ ölçümlerinin yapılmasıyla elde edilmiştir. Öğrencilerin vücut ağırlıklarını ölçmede taşınabilir dijital bir tartı aracı ile boy uzunluklarını ölçmek amacıyla cm. cinsinden bir mezura kullanılmıştır.

Obezite Farkındalık Ölçeği

Araştırmada, Allen (2011)'in geliştirdiği (Obesity Awareness Scale) ve Türkçeye uyarlaması Kafkas ve Özen (2014) tarafından yapılan "Obezite Farkındalık Ölçeği" ile katılımcıların demografik bilgilerinin elde edildiği kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Obezite farkındalık ölçeği, üç alt boyut ve toplam 20 maddelik uygun bir ölçme aracıdır. Ölçeğe ait üç alt boyut şu şekildedir: Birinci alt boyut (obezite farkındalığı) 8 maddeden, ikinci alt boyut (beslenme farkındalığı) 7 maddeden ve üçüncü alt boyut (fiziksel aktivite farkındalığı) 5 maddeden oluşmaktadır. Ölçek olumsuzdan olumluya doğru [kesinlikle katılmıyorum (1), katılmıyorum, (2) katılıyorum (3) ve tamamen katılıyorum (4)] şeklinde puanlanan 4'lü likert yapıdadır. Puanın artması, obezite farkındalığının arttığını gösterir. Kişisel bilgi formu ile (cinsiyet, yaş, okul türü vs.) katılımcıların demografik bilgileri elde edilmiştir.

Beden Kitle İndeksi (BKİ):

Çocukların beden kitle indeksleri (BKİ), $BKİ = \text{Ağırlık (kg)} / \text{Boy}^2 \text{ (m)}$ formülü ile hesaplanmıştır. Beden kitle indeksi sonuçları Neyzi ve ark (2008) tarafından Türk çocuklarında geliştirilen persentil tablosu ile değerlendirilmiştir. Bu tabloya göre BKİ'si 5. persentilden az olanlar zayıf, 5 ile 85. persentil arasında olanlar normal ya da sağlıklı kilolu, 85 ile 95. persentiller arasında olanlar fazla kilolu, 95. persentilin üzerinde olanlar ise obez olarak sınıflandırılmaktadır.

Tablo 1. Beden Kitle İndeksi persentil değerleri (kg/m²)

Erkek							Yaş	Kız						
5	15	25	50	75	85	95		5	15	25	50	75	85	95
14.6	15.8	16.5	18.2	20.4	21.7	24.5	11	14.5	15.6	16.4	18.0	20.0	21.3	23.8
15.2	16.5	17.4	19.3	21.7	23.1	26.0	12	15.3	16.5	17.3	19.0	21.1	22.3	24.8
15.6	17.0	18.0	19.9	22.3	23.7	26.5	13	16.3	17.5	18.3	19.9	21.9	23.1	25.4
16.4	17.7	18.6	20.5	22.8	24.2	27.0	14	17.1	18.3	19.0	20.6	22.5	23.6	25.8

(Neyzi ve ark., 2008)

Veri Analizleri

Araştırmada elde edilen verilerin çözümlenmesi için istatistik paket program (SPSS Versiyon 22.0) kullanılmıştır. Elde edilen ham veriler, aritmetik ortalama ve standart sapmaları ile birlikte sunulmuştur. Bağımsız değerkenlere ait verilerin Kolmogrov-Smirnov testi ile normallik sınaması yapılmış ve sınama sonucunda verilerin normal dağılmadığı görülmüştür. Normal dağılmayan veri analizlerinde, ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi, çoklu karşılaştırmalar için Kruskal Wallis H testi ve post hoc testi olarak bonferroni düzeltmeli Mann Whitney U kullanılmış ve anlamlılık düzeyi anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Tablo 2. Araştırma grubunun demografik özelliklerinin dağılımları

Değerşken	Grup	f	%
Cinsiyet	Erkek	191	44,8
	Kadın	235	55,2
Yaş	11 yaş ve altı	120	28,2
	12 yaş	98	23,0
	13 yaş	114	26,7
	14 yaş	94	22,1

Beden Kitle İndeksi	Zayıf	70	16,4
	Normal	277	65,0
	Fazla Kilolu	40	9,4
	Obez	39	9,2
Günlük Teknolojik Araç Kullanma Süresi	Hiç	21	4,9
	Yaklaşık 1 saat	130	30,5
	1-3 saat	126	29,6
	4-6 saat	101	23,7
	7 saat ve üzeri	48	11,3
Düzenli Egzersiz Yapma	Evet	182	42,7
	Hayır	244	57,3
Haftalık Fiziksel Aktivite Süresi	Hiç	146	34,3
	1-2 gün	135	31,7
	3-4 gün	86	20,2
	5 ve üzeri gün	59	13,8
Okul Türü	Devlet Ortaokulu	310	72,8
	Özel Ortaokul	116	27,2

Tablo 2’de görüldüğü üzere, araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin 235’i kadın, 191’i erkektir. 11 yaş altı öğrenci sayısı 120 iken, 12 yaşında 98, 13 yaşında 114 ve 14 yaşında 94 kişi araştırmaya katılmıştır. Zayıf BKİ’ne sahip olanların oranı %16,4, Normal olanların % 65, Fazla kilolu olanlar %9,4 ve Obez BKİ’nde olanların oranı %9,2’dir. 21 kişi hiç teknolojik araç kullanmazken, 130 kişi yaklaşık 1 saat, 126 kişi 1-3 saat, 101 kişi 4-6 saat ve 7 saat ve üzerinde teknolojik araç kullananların sayısı 48 kişi olduğu belirlenmiştir. 182 kişinin düzenli egzersiz yaptığı, 244 kişinin düzenli egzersiz yapmadığı görülmektedir. Hiç fiziksel aktivite yapmayanların oranı %34,3 iken, haftada 1-2 gün yapanların oranı %31,7, 3-4 gün yapanların %20,2 ve 5 ve üzeri gün yapanların oranı ise %13,8’dir. Katılımcıların 310’unun devlet ortaokulunda, 116’sının ise özel ortaokulda olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Araştırma grubunun cinsiyet değişkenine göre analiz sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{x} \pm Ss$	z	p
Obezite Farkındalığı	Erkek	191	205,04±,59	-1,282	,200
	Kadın	235	220,37±,49		
Beslenme Farkındalığı	Erkek	191	214,96±,61	-,221	,825
	Kadın	235	212,31±,59		
Fiziksel Aktivite Farkındalığı	Erkek	191	202,83±,60	-1,622	,105
	Kadın	235	222,17±,59		
Toplam Puan	Erkek	191	205,25±,48	-1,247	,212
	Kadın	235	220,20±,47		

* p<0.05

Araştırmada cinsiyet değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır (p>0.05).

Tablo 4. Yaş değişkeni analiz sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	N	$\bar{x} \pm Ss$	X ²	p	Post-Hoc
Obezite Farkındalığı	11 yaş ve altı	120 ^a	217,29±,56	2,755	,431	
	12 yaş	98 ^b	215,68±,57			
	13 yaş	114 ^c	198,14±,49			
	14 yaş	94 ^d	225,01±,51			

Beslenme Farkındalığı	11 yaş ve altı	120 ^a	249,22±,63	14,961	,002*	a>b,c,d
	12 yaş	98 ^b	191,62±,65			
	13 yaş	114 ^c	206,90±,52			
	14 yaş	94 ^d	198,72±,56			
Fiziksel Aktivite Farkındalığı	11 yaş ve altı	120 ^a	226,68±,54	7,058	,070	
	12 yaş	98 ^b	185,27±,66			
	13 yaş	114 ^c	219,67±,62			
	14 yaş	94 ^d	218,63±,53			
Toplam Puan	11 yaş ve altı	120 ^a	235,27±,46	5,959	,114	
	12 yaş	98 ^b	198,29±,56			
	13 yaş	114 ^c	203,84±,43			
	14 yaş	94 ^d	213,29±,42			

* p<0.05

Araştırmada yaş değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin beslenme farkındalığı alt boyutunda 11 yaş ve altındaki grup lehine anlamlı fark tespit edilmiştir (p<0.05).

Tablo 5. Beden Kitle İndeksi analiz sonuçları

Alt Boyutlar	BKİ	N	$\bar{x} \pm Ss$	X ²	p	Post-Hoc
Obezite Farkındalığı	Zayıf	70 ^a	202,17±,53	6,402	,094	
	Normal	277 ^b	221,72±,47			
	Fazla Kilolu	40 ^c	217,15±,80			
	Obez	39 ^d	171,68±,60			
Beslenme Farkındalığı	Zayıf	70 ^a	197,82±,63	23,987	,000*	b>a,c,d
	Normal	277 ^b	233,09±,55			
	Fazla Kilolu	40 ^c	155,85±,65			
	Obez	39 ^d	161,60±,62			
Fiziksel Aktivite Farkındalığı	Zayıf	70 ^a	216,70±,62	24,743	,000*	a>d b>c,d
	Normal	277 ^b	228,60±,53			
	Fazla Kilolu	40 ^c	185,13±,71			
	Obez	39 ^d	129,58±,65			
Toplam Puan	Zayıf	70 ^a	204,98±,52	14,604	,002*	a,b>d
	Normal	277 ^b	227,23±,40			
	Fazla Kilolu	40 ^c	193,26±,64			
	Obez	39 ^d	152,04±,54			

* p<0.05

Araştırmada BKİ'ye göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin beslenme farkındalığı, fiziksel aktivite farkındalığı alt boyutları ve toplam puanlarda zayıf ve normal beden kitle indeksindeki gruplar lehine anlamlı farklılık belirlenmiştir (p<0.05).

Tablo 6. Günlük teknolojik araç kullanma süresi değişkeni analiz sonuçları

Alt Boyutlar	Günlük Teknolojik Araç Kullanma Süresi	N	$\bar{x} \pm Ss$	X ²	p	Post-Hoc
Obezite Farkındalığı	Hiç	21 ^a	295,98±,48	13,279	,010*	a>b,c,d,e b>c
	Yaklaşık 1 saat	130 ^b	214,33±,53			
	1-3 saat	126 ^c	215,12±,48			
	4-6 saat	101 ^d	209,35±,58			
	7 saat ve üzeri	48 ^e	179,63±,57			
Beslenme Farkındalığı	Hiç	21 ^a	359,19±,34	62,969	,000*	a>b,c,d,e b>d,e c,d>e
	Yaklaşık 1 saat	130 ^b	247,54±,62			
	1-3 saat	126 ^c	204,47±,51			
	4-6 saat	101 ^d	186,06±,57			
	7 saat ve üzeri	48 ^e	139,00±,57			
Fiziksel Aktivite Farkındalığı	Hiç	21 ^a	267,48±,36	17,645	,001*	a>d,e b,c>e
	Yaklaşık 1 saat	130 ^b	229,31±,61			
	1-3 saat	126 ^c	219,73±,58			
	4-6 saat	101 ^d	200,65±,57			
	7 saat ve üzeri	48 ^e	157,75±,62			

Toplam Puan	Hiç	21 ^a	337,10±,28	42,842	,000*	a>b,c,d,e b>d,e c,d>e
	Yaklaşık 1 saat	130 ^b	233,71±,50			
	1-3 saat	126 ^c	211,75±,42			
	4-6 saat	101 ^d	198,34±,47			
	7 saat ve üzeri	48 ^e	141,21±,46			

* p<0.05

Araştırma grubunun günlük teknolojik araç kullanma süresi değişkenine bağlı olarak obezite farkındalık düzeylerine ilişkin tüm alt boyutlar ve toplam puanlarda anlamlı farklılık belirlenmiştir (p<0.05).

Tablo 7. Düzenli egzersiz yapma değişkeni analiz sonuçları

Alt Boyutlar	Düzenli Egzersiz Yapma	N	$\bar{x} \pm Ss$	z	p
Obezite Farkındalığı	Evet	182	227,97±,59	-2,101	,036*
	Hayır	244	202,71±,48		
Beslenme Farkındalığı	Erkek	191	245,03±,66	-4,578	,000*
	Kadın	235	189,98±,52		
Fiziksel Aktivite Farkındalığı	Erkek	191	229,58±,61	-2,341	,019*
	Kadın	235	201,51±,58		
Toplam Puan	Erkek	191	237,39±,51	-3,462	,001*
	Kadın	235	195,68±,43		

* p<0.05

Araştırma grubunun düzenli egzersiz yapma değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin tüm alt boyutlar ve toplam puanlarda düzenli egzersiz yapanlar lehine anlamlı farklılık belirlenmiştir (p<0.05).

Tablo 8. Haftalık fiziksel aktivite sayısı değişkeni analiz sonuçları

Alt Boyutlar	Haftalık Fiziksel Aktivite Sayısı	N	$\bar{x} \pm Ss$	X ²	p	Post-Hoc
Obezite Farkındalığı	Hiç	146 ^a	198,45±,55	13,293	,004*	c>a,b d>a
	1-2 gün	135 ^b	197,37±,48			
	3-4 gün	86 ^c	242,98±,52			
	5-7 gün	59 ^d	244,68±,59			
Beslenme Farkındalığı	Hiç	146 ^a	184,57±,54	32,447	,000*	c>a,b d>a,c
	1-2 gün	135 ^b	198,00±,57			
	3-4 gün	86 ^c	240,32±,64			
	5-7 gün	59 ^d	281,47±,60			
Fiziksel Aktivite Farkındalığı	Hiç	146 ^a	209,37±,63	5,595	,133	
	1-2 gün	135 ^b	198,44±,59			
	3-4 gün	86 ^c	235,36±,56			
	5-7 gün	59 ^d	226,30±,55			
Toplam Puan	Hiç	146 ^a	194,63±,45	18,391	,000*	c>a,b d>a
	1-2 gün	135 ^b	195,94±,46			
	3-4 gün	86 ^c	244,73±,48			
	5-7 gün	59 ^d	254,85±,47			

* p<0.05

Haftalık fiziksel aktivite sayısı değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin obezite farkındalığı, beslenme farkındalığı ve toplam puanlarda anlamlı farklılık belirlenmiştir (p<0.05).

Tablo 9. Okul türü değişkeni analiz sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	$\bar{x} \pm Ss$	z	p
Obezite Farkındalığı	Devlet Ortaokulu	310	223,77±,53	-2,824	,005*
	Özel Ortaokul	116	186,04±,52		
Beslenme Farkındalığı	Devlet Ortaokulu	310	217,87±,57	-1,202	,229
	Özel Ortaokul	116	201,81±,67		
Fiziksel Aktivite Farkındalığı	Devlet Ortaokulu	310	222,50±,56	-2,479	,013*
	Özel Ortaokul	116	189,46±,65		

Toplam Puan	Devlet Ortaokulu	310	222,85±,45	-2,565	,010*
	Özel Ortaokul	116	188,50±,52		

* p<0.05

Araştırma grubunun okul türü değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin beslenme farkındalığı dışındaki alt boyutlar ve toplam puanlarda devlet ortaokulu lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0.05).

Tartışma ve Sonuç

Fazla kilo ve obezite vücut sağlığını etkileyecek şekilde fazla miktarlarda yağ birikmesi şeklinde ifade edilmektedir. Obezite ya da fazla kilolu olma durumu toplumda çoğu kişide olduğu gibi çocuk ve adolesanlarda ciddi sağlık sorunları ortaya çıkaran toplum sağlığı oldukça önemli bir sağlık problemidir. Bilhassa gelişmiş ülkelerde artış göstermekle beraber okul dönemiyle birlikte çocuk bireylerde görülebilen bu aşırı kilolu olma durumu (obezite) tüm dünyada gittikçe artış göstermektedir. Bu çalışmada, ortaokul öğrencilerinin obezite farkındalık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırma grubunun cinsiyet değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerinde gruplar arasında anlamlı fark belirlenmemiştir. Özkan ve ark. (2020) yapmış oldukları çalışmada, obezite farkındalık ölçeği toplam puan değerleri karşılaştırılmasında cinsiyet değişkeni yönünde fark olmadığı tespit edilmiştir. Yıldırım ve ark. (2022) yaptığı çalışmada obezite farkındalık ölçeği alt boyut ve toplam puanları arasında cinsiyete değişkenine göre farklılaşma olmadığı ifade edilmiştir. Alasmari ve ark. (2017) tarafından üniversitede öğrenim gören öğrencilerinin obezite farkındalıklarını değerlendirme amacıyla yaptıkları çalışmada, cinsiyet değişkenine göre, farkındalık puanlarında anlamlılık olmadığı belirtilmiştir. Araştırma bulgularımız literatür bulgular ile örtüşmektedir. Alan yazındaki benzer bulgular gibi bazı farklı bulgularla da karşılaşılmıştır. Ergenlerin fiziksel aktiviteyle, obezite farkındalıkları ve beslenme davranışlarının değerlendirildiği araştırma neticesinde cinsiyet değişkeninde kadınların obezite farkındalık seviyelerinin, erkeklere nazaran anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür (Yüksel, 2019). Bu durumun coğrafi koşullar, sosyoekonomik farklılıklar gibi faktörlerden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Araştırma grubunun yaş değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin beslenme farkındalığı alt boyutunda 11 yaş ve altındaki grup lehine anlamlı farklılık belirlenmiştir. Bir başka çalışmada öğretim kademesine göre 18 yaş altı öğrencilerin okuldaki yemekhaneden yeme sıklıklarının azalmış olduğu, bununla beraber hazır gıda tüketiminde artış olduğu tespit edilmiştir (Aksoydan ve Çakır, 2011). Demirezen ve Coşansu (2005)'nin araştırma bulgularımızı destekler nitelikteki çalışmasında da adolesanlarda yaşla birlikte beslenme risk seviyelerinin de artmış olduğu sonucunu belirlemişlerdir. Bu bulgular araştırma sonuçlarımızla benzerlik göstermektedir.

Araştırma grubunun düzenli egzersiz yapma değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin tüm alt boyutlar ve toplam puanlarda düzenli egzersiz yapan grup lehinde anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Genel olarak obeziye sebep olan şey aşırı miktarlarda kaloringin tüketilmesiyle birlikte oturak hayat olarak tanımlanan sedanter bir hayat tarzıdır. Oysa egzersizle vücut oranlarında pozitif gelişim gerçekleşir. Spor yapan ya da fiziksel etkinliklere katılım gösteren kişilerin sağlıklı yaşam konusunda daha avantajlı ve bedensel görünüm açısından daha memnun oldukları yapılan araştırmalarla da ortaya konmuştur (Avan, 2015). Dolayısıyla bir spor branşıyla ilgilenen ve düzenli aktivitelere katılan öğrencinin aktif bir

yaşam sürmesi, obezite gibi metabolik hastalıklara yakalanma riskini azaltacaktır. Fiziksel aktivite sayesinde enerji metabolizmasında meydana gelen birtakım değişiklikler ile enerji gereksinimi için vücuttaki depo yağlar kullanılmakta ve böylece aynı zamanda vücuttaki yağ oranı azalmaktadır (Çıtak Akbulut ve ark., 2007). Ayrıca düşük yoğunlukta yapılan birçok egzersiz türüyle tekrar vücut ağırlığının artmasının önüne geçilebilir (Kokino ve ark., 2004).

Araştırma grubunun Beden Kitle İndeksi (BKİ) değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin beslenme farkındalığı, fiziksel aktivite farkındalığı alt boyutları ve toplam puanlarda zayıf ve normal beden kitle indeksindeki gruplar lehinde anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Yapılan araştırmalarda fiziksel aktivite seviyeleri yüksek kişilerde beden kitle indekslerinde düşüş olduğu belirtilmiştir (Halhal ve ark.,2003; Hamer ve ark., 2012). Biernat ve ark. (2010) ise masa başı çalışanları üzerinde yaptıkları bir çalışmada, BKİ'si yüksek olan bireylerde fiziksel aktivite düzeylerinin de düşük olduğunu saptamışlardır. Literatür bulgular ve araştırma sonuçlarımız birbirini destekler niteliktedir. Bunun yanı sıra farklı çalışmalarda (Gaziano ve ark., 2008; Hamer ve ark., 2012), obezitenin kalp damar rahatsızlıkları ile birlikte diyabet, hipertansiyon gibi çoğu metabolik hastalıklar için de oldukça yüksek risk teşkil ettiği belirtilmiştir.

Araştırma grubunun günlük teknolojik araç kullanma süresi değişkenine bağlı olarak obezite farkındalık düzeylerine ilişkin tüm alt boyutlar ve toplam puanlarda anlamlı farklılıklar olduğu ve günlük teknolojik araç kullanma süresi düştükçe obezite farkındalık seviyelerinin arttığı tespit edilmiştir. 5-10 yaş grubundaki çocuk bireylerde çalışılan bir araştırmada, günlük 5 saat üzerinde televizyon başında vakit geçiren bireylerde obezite görülme sıklığının, günlük 0 ila 2 saat ekran başında vakit geçiren çocuklara göre 4,6 kat arttığı tespit edilmiştir (Gortmaker ve ark., 1996). Tv seyretme veya ekran başında geçirilen sürenin artması ile, çocuk yaşlarda obezite ile tanışmanın pozitif ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Mitchell ve ark., 2013). Okul öncesi dönemlerde teknolojik aletlerin aşırı seviyelerde kullanımının vücut ağırlığında daha fazla artışa zemin hazırladığı ifade edilmiştir (Cox ve ark., 2012). Bununla birlikte çok fazla seviyelerde teknoloji kullanımıyla yaşam boyu obezite ve kardiyovasküler gibi metabolik riskler arasında ilişki olduğu ve bu bağlantının artık erken çocukluk dönemlerinden itibaren ortaya çıktığı rapor edilmiştir (Bel-Serrat ve ark., 2013). Dijital teknoloji kullanım alanlarının artmasının ve bilhassa da çocuk bireylerin günlük hayatlarının vazgeçilmez bir unsuruna dönüşmesiyle, dış mekânlarda oyun alanlarının git gide azalmasının çocuk bireylerde negatif sonuçlara sebebiyet verdiği düşünülmektedir. Bu sebeple ekran bağımlılığı ve teknolojik araçlarda oyuna ayrılmış olan vaktin uzamış olmasının çocukların akranlarıyla yüz yüze iletişimlerinin ve grup aktivitelerinin azalış göstermesine sebebiyet verdiği, aynı zamanda tek başlarına oynadıkları oyunlarda artışa sebebiyet verdiği ifade edilmektedir (Rosen ve ark., 2014). Çağımızda çocuklar, bir hayli kişiselleştirilmiş teknoloji kullanımı tecrübeleri döneminde büyümekte, bu sebeple aileler çocuklarının yaş, sağlık durumu, karakter ve gelişim seviyelerine göre planlamalar yapıp, çocukların sağlıklı şekilde büyüme ve gelişimleri için dengeli beslenme, kaliteli uyku, yeteri kadar fiziki etkinlik ve olumlu sosyal etkileşimler gibi faktörleri uygulayabilmeyi ve bu faktörlerden yarılanabilmelerini sağlamak için gayret sarfetmelidirler.

Araştırma grubunun haftalık fiziksel aktivite sayısı değişkenine bağlı olarak obezite farkındalık düzeylerine ilişkin obezite farkındalığı, beslenme farkındalığı ve toplam puanlarda anlamlı farklılık

belirlenmiştir. Yapılan bir araştırmada fiziksel olarak aktif bireylerin aktif olmayan kişilere göre obezite farkındalıklarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Yıldırım ve ark., 2022). Fiziksel aktiviteyi azaltan en önemli faktör, evde veya dışarda teknolojik araçlarla çok fazla zaman geçirmedir. Ekran karşısında geçirilen süre arttıkça beden kütle indeksinin ve obezite prevalansının arttığı ortaya konulmuştur. Ekran karşısında geçirilen her bir saatlik sürenin yetişkinlikte obez olma riskini %7 oranında arttırdığı gösterilmiştir (Viner ve Cole, 2005). Spor yapan veya fiziksel aktivitelere katılan bireylerin sağlıklı yaşam konusunda daha avantajlı olduğu ve bedensel görünüm açısından daha memnun oldukları yapılan araştırmalarda ortaya konmuştur (Avan, 2015). Dolayısıyla bir spor dalıyla meşgul olan ve fiziksel aktivite sayıları yüksek bireylerin hareketli bir yaşam sürmesi, doğal olarak obezite gibi metabolik hastalıklara yakalanma riskini azaltacağı gibi, obeziteyle ilgili daha bilinçli olma sonucunu da beraberinde getirecektir. Nitekim yapılan literatür çalışmaları da fiziksel aktivite yeterliliğinin obezite farkındalık düzeyine doğrudan etki ettiği ortaya koymaktadır.

Araştırma grubunun okul türü değişkenine göre obezite farkındalık düzeylerine ilişkin beslenme farkındalığı dışındaki alt boyutlar ve toplam puanlarda devlet ortaokulu lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu durumun sosyoekonomik seviyeye obeziteye yol açan yaşam tarzı ve beslenme alışkanlıklarından kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Sosyo-ekonomik düzeyi yüksek çocukların obez olma olasılığı yoksul çocuklara kıyasla daha yüksek olduğunu ortaya koyan araştırmalar (Chhatwal ve ark.,2004; Salmon ve ark.,2005) araştırma bulgularımızı destekler niteliktedir (Salmon ve ark.,2005; Chhatwal ve ark.,2004). Kuzey Hindistan'da yapılan bir çalışmada, yüksek sosyo-ekonomik seviyelerde çocukluk çağı obezite prevalansının yüzde 5,59, düşük sosyo-ekonomik tabakalarda ise yüzde 0,42 olduğu bildirilmiştir (Marwaha ve ark.,2006). Ülke sınırlarımız içindeki çoğu araştırma da, obezite probleminin sosyoekonomik seviyeleri yüksek kişilerde daha fazla ortaya çıktığı görülmektedir (Bereket ve Atay, 2012). Nitekim İnal ve Canbulat (2013) yaptıkları araştırmada sosyoekonomik düzeyinin yüksek olduğu özel bir okulun 6-15 yaş arası çocuklar üzerinde yapmış oldukları araştırma neticesinde obezite prevalansının %8,4 olduğu ve fazla kilolu olma prevalansının ise % 26,7 sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulgularımız bu yönüyle literatür bilgileriyle benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak; düzenli egzersiz, fiziksel aktivite sayısı, beden kitle indeksi ve teknoloji kullanımı gibi obezite ile ilişkili faktörlere dikkat ederek yaşayan öğrencilerde obezite farkındalık düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Çocuklarda obezite farkındalığına yönelik hazırlanan programların içeriğinin genişletilmesiyle daha fazla öğrenciye ulaşılarak obeziteyle mücadelede koruyucu önlemlerin alınması ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının kazandırılmasına yönelik çalışmalar farkındalığın artırılmasında faydalı olabilir.

Kaynaklar

- Aksoydan, E., & Çakır, N. (2011). Adölesanların beslenme alışkanlıkları, fiziksel aktivite düzeyleri ve vücut kitle indekslerinin değerlendirilmesi. *Güllhane Tıp Dergi*, 53(4), 264-70.
- Alasmari, H.D., Al-Shehri, A.D., Aljuaid, T.A., Alzaidi, B.A., & Alswat, K.A. (2017) Relationship between body mass index and obesity awareness in school students. *J Clin Med Res*, 9, 520-4.
- Alikaşifoğlu, A., & Yordam N. (2000). Obezitenin tanımı ve prevalansı. *Katkı pediatrik Dergisi*. 21 (4): 475-481.

- Avan, Z. (2015). Özel bir spor merkezine devam eden 18-30 yaş arası bireylerin beslenme durumlarının ve beden algılarının değerlendirilmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Baker JL, Olsen LW, & Sørensen TI. (2007). Childhood body-mass index and the risk of coronary heart disease in adulthood. *N Engl J Med*;357:2329–37.
- Behrman, R.E., & Kliegman, R.H.B. (2004). Jenson, Nelson textbook of pediatrics. Philadelphia, PA: Saunders. Xlviii 173-5.
- Bel-Serrat, S., Mouratidou, T., Santaliestra-Pasías, A. M., Iacoviello, L., Kourides, Y. A., Marild, S., & Stomfai, S. (2013). Clustering of multiple lifestyle behaviours and its association to cardiovascular risk factors in children: The IDEFICS study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 67(8), 848–854.
- Bereket, A., & Atay, Z. (2012). Current status of childhood obesity and its associated morbidities in Turkey. *J Clin Res Pediatr Endocrinol*, 4(1), 1-7. doi:10.4274/jcrpe.506.
- Biernat, E., Tomaszewski, P., & Milde, K. (2010). Physical activity of office workers. *Biol Sport*, 27, 289-96.
- Boreham, C., Robson, P. J., Gallagher, A. M., Cran, G. W., Savage, J. M., & Murray, L. J. (2004). Tracking of physical activity, fitness, body composition and diet from adolescence to young adulthood: The Young Hearts Project, Northern Ireland. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 1(1), 1-8.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç-Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2009). Bilimsel araştırma yöntemleri (3. baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Ceyhun S., & Turhan F.H. (2017). Gönüllü Kamp Lideri Adaylarının Fiziksel Aktivite Ve Yaşam Kalitelerinin İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), ISSN: 1302-2040.
- Chhatwal J, Verma M, & Riar SK. (2004). Obesity among pre-adolescent and adolescents of a developing country [India] *Asia Pac J Clin Nutr.*, 13:231–5.
- Cox, R., Skouteris, H., Rutherford, L., Fuller-Tyszkiewicz, M., & Hardy, L. L. (2012). Television viewing, television content, food intake, physical activity and body mass index: A crosssectional study of preschool children aged 2-6 years. *Health Promotion Journal of Australia*, 23(1), 58–62.
- Çıtak Akbulut, G., Özmen, M. & Besle, H. T. (2007). Obezite. *Bilim ve Teknik*: 1-15
- Daniels, S. R., Jacobson, M. S., McCrindle, B. W., Eckel, R. H., & Sanner, B. M. (2009). American Heart Association childhood obesity research summit: executive summary. *Circulation*, 119(15), 2114-2123.
- Davis MM, Gance-Cleveland B, Hassink S, Johnson R, Paradis G, & Resnicow K. (2007). Çocuklukta obezitenin önlenmesine yönelik öneriler. *Pediatric*.; 120 Ek 4 :S229–53
- Demirezen, E., & Coşansu, G. (2005). Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Sürekli Tıp Eğitim Dergi*, 14(8), 174-178.
- DHHS (Department of Health and Human Services). (2008). Physical activity guidelines for Americans: Be active, healthy and happy!. Washington: Government Printing Office.
- Gaziano, J.M., Manson, J.E., & Ridker, P.M. (2008). Koroner kalp hastalığının primer ve sekonder profilaksisi. *İstanbul: Nobel Tıp Kitabevleri*, pp 1057-81.
- Gortmaker, S. L., Must, A., Sobol, A. M., Peterson, K., Colditz, G. A., & Dietz, W. H. (1996). Television viewing as a cause of increasing obesity among children in the United States, 1986- 1990. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 150(4), 356–362.
- Hallal, P.C., Victoria, C.G., Wells, J.C., & Lima, R.C. (2003). Physical inactivity: prevalence and associated variables in Brazilian adults. *Med Sci Sports Exerc*, 35, 1894- 900.

- Hamer, M., Ingle, L., Carroll, S., & Stamatakis, E. (2012). Physical activity and cardiovascular mortality risk: possible protective mechanisms? *Med Sci Sports Exerc*, 44, 84-8.
- İnal, S., & Canbulat, N. (2013). Çocukluk çağı obezitesine genel bakış. *Güncel Pediatri*, 11, 27-30.
- Kafkas, M.E. & Özen, G. (2014). Obezite Farkındalık Ölçeği'nin (OFÖ) Türkçe'ye uyarlanması: Bir geçerlik ve güvenilirlik çalışması. İnönü Üniversitesi, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 1- 15.
- Karasar, N. (2012). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kılınc A, Col N, Demircioğlu-Kilic B, Aydın N, Balat A, & Keskin M. (2019). Waist to height ratio as a screening tool for identifying childhood obesity and associated factors. *Pak J Med Sci*. (2019) 35:1652–8.
- Kokino, S., Tuna, H. & Yıldız, M. (2004). Obezite, Fiziksel Aktivite ve Rehabilitasyon. *Fiziksel Tıp*, 7(2): 93-98.
- Kolle, E., Steene-Johannessen, J., Holme, I., Andersen, L. B., & Anderssen, S. A. (2009). Secular trends in adiposity in Norwegian 9-year-olds from 1999-2000 to 2005. *BMC Public Health*, 9, 1-10.
- Lissner, L., Sohlström, A., Sundblom, E., & Sjöberg, A. (2010). Trends in overweight and obesity in Swedish schoolchildren 1999–2005: has the epidemic reached a plateau?. *Obesity reviews*, 11(8), 553-559.
- Mamun, A. A., Hayatbakhsh, M. R., O'callaghan, M., Williams, G., & Najman, J. (2009). Early overweight and pubertal maturation—pathways of association with young adults' overweight: a longitudinal study. *International journal of obesity*, 33(1), 14-20.
- Marwaha RK, Tandon N, Singh Y, Aggarwal R, Grewal K, & Mani K.(2006). A study of growth parameters and prevalence of overweight and obesity in school children from delhi. *Indian Pediatr*. 2006;43:943–52.
- MEB, Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğü. (2022). İstatistik bölümü verileri.
- Mitchell, J., Pate, R., Beets, M., & Nader, P. (2013). Time spent in sedentary behavior and changes in childhood BMI: A longitudinal study from ages 9 to 15 years. *International Journal of Obesity*, 37(1), 54–60.
- Neyzi, O., Günöz, H., Furman, A., Bundak, R., Gökçay, G., Darendeliler, F., & Baş, F. (2008). Türk çocuklarında vücut ağırlığı, boy uzunluğu, baş çevresi ve vücut kitle indeksi referans değerleri. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 51, 1-14.
- Özkan, İ., Adıbelli, D., İlaslan, E., & Taylan, S. (2020). Üniversite öğrencilerinin obezite farkındalıkları ile beden kitle indeksleri arasındaki ilişki. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (1), 120-126.
- Pearson, S., Hansen, B., Sørensen, T. I., & Baker, J. L. (2010). Overweight and obesity trends in Copenhagen schoolchildren from 2002 to 2007. *Acta paediatrica*, 99(11), 1675-1678.
- Purnell J. Definitions, classification, and epidemiology of obesity. In *Endotext [Internet]*. South Dartmouth MA: MDText.com, Inc (2018).
- Rosen, L. D., Lim, A., Felt, J., Carrier, L. M., Cheever, N. A., Lara-Ruiz, J., & Rokkum, J. (2014). Media and technology use predicts ill-being among children, preteens and teenagers independent of the negative health impacts of exercise and eating habits. *Computers in Human Behavior*, 35, 364–375.
- Salmon J, Timperio A, Cleland V, & Venn A. (2005). Trends in children's physical activity and weight status in high and low socio-economic status areas of Melbourne, Victoria, 1985-2001. *Aust N Z J Public Health*; 29:337–42.
- Singh, A. S., Mulder, C., Twisk, J. W., Van Mechelen, W., & Chinapaw, M. J. (2008). Tracking of childhood overweight into adulthood: a systematic review of the literature. *Obesity reviews*, 9(5), 474-488.

- Spear, B. A., Barlow, S. E., Ervin, C., Ludwig, D. S., Saelens, B. E., Schetzina, K. E., & Taveras, E. M. (2007). Recommendations for treatment of child and adolescent overweight and obesity. *Pediatrics*, 120(Supplement_4), S254-S288.
- Venn, A. J., Thomson, R. J., Schmidt, M. D., Cleland, V. J., Curry, B. A., Gennat, H. C., & Dwyer, T. (2007). Overweight and obesity from childhood to adulthood: a follow-up of participants in the 1985 Australian Schools Health and Fitness Survey. *Medical Journal of Australia*, 186(9), 458-460.
- Viner, R. M. & Cole, T. J. (2005). Television viewing in early childhood predicts adult Body Mass Index. *The Journal of Pediatrics*, 147(4), 429-435.
- World Health Organization. Obesity: (2000). Preventing and Managing the Global Epidemic. Report of a WHO Consultation, WHO Technical Report Series No. 894. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2020). UNICEF/WHO/The World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates: levels and trends in child malnutrition: key findings of the. 2020 ed. Geneva: World health organization.
- Yazıcıoğlu, Y. & Erdoğan, S. (2004). Spss uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yıldırım, M., Şimşek, B., & Kartal, A. (2022). Lise öğrencilerinin obezite farkındalık düzeylerinin incelenmesi. *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 8(51).
- Yüksel, E., Adıyaman, F., Keçeli, D., Doruk, Ö., Yavuz, Ö., & Kaşdemir, B. (2014). Obezite Konusu Basında Nasıl Çerçevenmektedir? *Selçuk İletişim*. 8 (2): 149-176.
- Yüksel, E. (2019), Adölesanların Fiziksel Aktivite, Obezite Farkındalık Ve Beslenme Davranışlarının Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Uşak Üniversitesi, Uşak.

Makale Alıntısı

Aslan, T.V., & Gündoğdu, C. (2023). Ortaokul Öğrencilerinin Obezite Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi [Investigation of Obesity Awareness Levels of Secondary School Students], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 210-222.



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



Açık Alan Etkinlikleri Katılımcılarının Etkinlik Öznitelik Düşüncelerinin Seyahat Davranışına Olan Etkisi

Evrım BÖYÜKELHAN¹, Ceren GÜMÜŞGÜL², Eyüp ACAR³, Ufuk DİLEKÇİ⁴

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 04.09.2023
Kabul Tarihi: 25.10.2023
Online Yayın Tarihi:
25.10.2023

Anahtar Kelimeler:

Açık Alan Rekreasyonu,
Etkinlik Öznitelikleri,
Seyahat Davranışları,
Rekreasyon.

DOI:

10.55238/seder.1355046

Amaç: Çalışmanın amacı açık alan rekreasyonlarına katılan bireylerin katılmış oldukları etkinliklerdeki öznitelik düşüncelerinin seyahat davranışlarına olan etkisinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Araştırmaya, bisiklete binme, koşu, yürüyüş, kamp yapma, dağcılık, balık tutma gibi açık alan rekreasyonlarına katılım gösteren %69,1'i erkek, %30,9'u kadın 333 birey katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Etkinlik Öznitelikleri Ölçeği ve Seyahat Davranış Ölçeği kullanılmıştır. Veri analizinde eksik ve hatalı veriler çıkarıldıktan sonra oluşturulan hipotezlere yönelik etki düzeylerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizine ilişkin ön varsayımlar kontrol edilmiştir. Ön varsayımlar karşılandığından analiz işlemlerinde korelasyon ve regresyon analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Regresyon analizinden elde edilen bulgulara bakıldığında etkinlik öznitelikleri ölçeği alt boyutları "çekicilik ve maruz kalma" ve "itibar" alt boyutlarının bireysel seyahat fırsatları ve tatil seçim fırsatlarına pozitif bir etkisinin olduğu görülmektedir. Etkinliklerin yapıldığı iklim koşulları ise kişilerin seyahat davranışlarını etkilemeyen bir durum olarak ortaya çıkmaktadır.

Sonuç: Açık alan rekreasyon faaliyetlerine katılım gösteren bireylerin daha çok arkadaş ve sosyal gruplar eşliğinde bu tür etkinliklere katılım gösterdikleri yaptıkları faaliyetler ile doğa ile mücadele etme ve bu mücadele sırasında sosyal grupları ve arkadaş çevrelerinde itibar görme beklentilerinin yüksek olduğunu görülmektedir.

The Effect of Event Feature Thoughts on Travel Behavior of Outdoor Activities Participants

Abstract

Article Info

Received: 04.09.2023
Accepted: 25.10.2023
Online Published:
25.10.2023

Keywords: Outdoor
Recreation, Activity
Attributes, Travel
Behaviors, Recreation.

Aim: The aim of the study was to investigate the effect of event feature thoughts on travel behavior of outdoor activities participants in the activities they participated.

Method: A total of 333 individuals, 69.1% male and 30.9% female, participating in outdoor recreations such as cycling, running, walking, camping, mountaineering, and fishing, participated in the study. In the study, Activity Attributes Scale and Travel Behavior Scale were used as data collection tools. Preliminary assumptions for multiple regression analysis were checked in order to determine the effect levels for the hypotheses created after removing incomplete and erroneous data in the data analysis. Since the presuppositions were met, correlation and regression analysis were used in the analysis processes.

Results: Looking at the results obtained from the regression analysis, it is seen that the sub-dimensions of the scale of activity attributes, "attractiveness and exposure" and "reputation" have a positive effect on individual travel opportunities and holiday selection opportunities. The climatic conditions in which the activities are held emerge as a situation that does not affect the travel behavior of people.

Conclusion: We can state that individuals who participate in outdoor recreation activities have high expectations of participating in such activities in the company of friends and social groups, of struggling with nature through their activities, and of being respected in their social groups and circle of friends during this struggle.

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Saka Ortaokulu, Kütahya/Türkiye, evrimboyukelhan@gmail.com, ORCID: 0000-0002-5289-6625

²Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Kütahya/Türkiye, ceren.gumusgul@dpu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-1857-0485

³Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Uşak/Türkiye, eyupacar800@gmail.com, ORCID: 0000-0002-1855-2028

⁴Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara /Türkiye, dilekciufuk@gmail.com, ORCID: 0000-0001-7859-0301

Giriş

Açık alanda gerçekleştirilen aktiviteleri tanımlamak için kullanılan açık alan rekreasyonu sportif aktiviteleri ve sanatsal etkinlikleri de kapsayan geniş bir tanıma sahiptir. Açık alan rekreasyonu, bireylerin doğa ile iç içe olduğu alanlarda eğlenme, dinlenme, fiziksel aktiviteler ile boş/serbest zamanlarını değerli hale getirdikleri her türlü etkinliği ifade eden bir tanımdır. Bu etkinliklere örnek olarak bisiklete binme, koşu, yürüyüş, kamp yapma, dağcılık, balık tutma vb. verilebilmektedir. Açık alan etkinlikleri, günlük veya hafta sonu rutinlerinin bir parçası olarak doğaya veya (kentsel) yeşil alanlara doğrudan erişimi olan alanlarda gerçekleşir. Açık alan rekreasyonu, sağlıklı bir yaşamın önemli bir unsuru ve belki de genellikle doğadan ayrılmış, yapılı ortamlarda gerçekleşen modern yaşamın eksikliklerine karşı bir çare haline gelmektedir (Genç ve ark., 2022).

Viriden (2006), açık alan rekreasyonu konusunda yapmış olduğu tanımda, doğal bir çevrede yapılan rekreasyon davranışlarını, deneyimlerini ve aktivitelerini kapsayan eylemler olarak ifade etmektedir. Boş/serbest zaman değerlendirme şekli olan açık alan rekreasyonu, bireylerin doğa ile olan etkileşimlerini artırdığı faaliyetler olarak kısaca ifade edilmektedir. Karada, suda ve havada gerçekleşen faaliyetleri kapsamaktadır (Ardahan ve Lapa, 2011).

Açık alan rekreasyonu ile ilgili detaylı şekilde bilgi sahibi olabilmek için öncelikle serbest/boş zaman ve rekreasyon konuları hakkında bilgi sahibi olunmasında fayda vardır. İngilizce literatüründe “boş zaman” kelimesine karşılık olarak “leisure” kelimesinden ve Latince literatüründe “özgür olmak” ya da “izin verilmiş olmak” anlamlarına gelmekte olan “licere” kelimelerinden türetilmiştir (Dinç, 2019). Türk Dil Kurumu ise boş zamanı “Uyumak, yemek ve çalışmak için ayrılan zamanın dışında kalan zaman, dinlenmeye, gezmeye ve eğlenmeye ayrılan zaman.” olarak tanımlamıştır (TDK, 2022). Boş zaman kelimesi tarihsel süreçle birlikte bilimsel yayımlarda özgürlük durumu, yaşam şekli, zaman, aktivite, ruh hali, sosyal bir sınıf göstergesi vb. sınıflandırmalar ile anılmaya başlamıştır (Page ve Connell, 2010; Asan ve Emeksiz, 2018; Gümüşgöl ve Gümüşgöl, 2019).

Latince bir kelime olan “recreate” tazelenme, yeniden yaratma, yenilenme anlamlarına gelmektedir. Toplum dilinde, rekreasyon boş zaman yerine kullanılan bir kelime olsa da boş zaman, rekreasyonu da kapsayan bir kavramdır (Argan, 2007). Boş zaman olarak ifade edilen bireylerin hayati meşguliyetlerinin dışında kalan zamanlarda insanların toplu veya ferdi olarak yaptığı eğlenmenin esas olduğu, ani duygu değişimlerinin yaşandığı, bireylerin mental anlamda yenilediği aktivitelere rekreasyon denilmektedir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

Kaplanidou ve Vogt (2007) yaptıkları çalışmalarında, bireylerin katılmış oldukları etkinliklerdeki memnuniyet durumlarının gelecekte de bu tür etkinliklere katılma düşüncelerini pekiştirdiğini ifade etmektedir. Açık alan rekreasyonu, insanların doğayı deneyimleyerek, fiziksel ve ruhsal sağlıklarını desteklediği, doğal çevrenin değerini fark ederek ve doğayla daha derin bir bağlantı kurarak yaşamlarını zenginleştirmelerine yardımcı olmaktadır. Bunların yanında açık alan rekreasyonuna katılan bireyler fiziksel olarak da bir nevi egzersiz faaliyetini de gerçekleştirmektedir. Düzenli olarak egzersiz yapmanın ise fizyolojik ve psikolojik olarak kişinin kendini iyi hissetmesine katkı sağladığı bilinmektedir (Acar, 2022).

Rekreasyonel etkinliklerde yaşanan deneyimler katılımcıların bu etkinliklere gelecekte de katılma güdüsünü pekiştiren veya olumsuz bir yargı oluşturmasına sebep olan içsel bir deneyimdir (Oliver, 2014, s.111). Bu nedenledir ki kişilerin katılmış oldukları etkinliklerin öznelikleri o etkinliklere tekrar katılma davranışını pekiştiren bir olgudur. Literatüre bakıldığında etkinliklerin hizmet kalitesinin ve organizasyon yönetiminin etkinlik özneliklerini önemli derecede etkileyen önemli birer etken olduğu ifade edilmektedir (Lee vd. 2011, s.56). Benzer konularda yapılmış çalışmalara bakıldığında rekreasyonel etkinliklere katılım gösteren bireylerin seyahat davranışlarında çoğunlukla tatil fırsatları aradıkları ve etkinliğin yapıldığı destinasyonun öneminin daha az olduğu belirtilmektedir (Weed & Bull, 2009, s.79). Etkinliklere katılımın kişinin seyahat davranışına olan etkisini araştıran çalışmalara bakıldığında rekreasyonel etkinliklerin kişinin seyahat etmesini teşvik etmek amacıyla kullanılabilmesi belirtilmektedir (Iwasaki & Havitz, 2004, s. 49).

Rekreasyonel etkinlikler, günümüzde hızla sayıları artan ve binlerce kişiyi kendisine çeken bir pazar oluşturmaktadır. Ultra trail organizasyonları, granfondo bisiklet yarışmaları, açık su yüzme yarışmaları vb. birçok etkinlik katılımcıların yaşları ve mesleki durumlarına bakıldığında açık alan rekreasyon faaliyeti olarak binlerce kişiye hitap etmektedir. İlgili federasyonların ve yerel yönetimlerin bu tür faaliyetler ile kişilere sosyal bir hizmet verme arzusu bu tür etkinliklerin herkes için spor organizasyonlarına dönüşmesine olanak tanımıştır. Organizasyonların öznelik olarak kalitesi ise bu tür etkinlikler için katılım gösteren kişilerin tekrar aynı etkinliklere katılma davranışını etkileyen önemli bir değişkeni oluşturmaktadır. Kişilerin bu tür etkinlikler için seyahat etme davranışları ise etkinlik özneliklerinden aldıkları haz ile örtüşmektedir. Konuyla ilgili yapılmış çalışmaların eksikliği ilgili alana bir literatür kazandırma düşüncesini pekiştirmektedir.

Çalışmanın amacı açık alan rekreasyon faaliyetlerine katılan bireylerin katılmış oldukları etkinliklerdeki öznelik düşüncelerinin seyahat davranışlarına olan etkisinin incelenmesidir.

Materyal ve Yöntem

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden betimsel tarama modeli kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, ultra trail, granfondo bisiklet yarışmaları, triatlon, açık su yüzme yarışmaları, kamçılık, balık tutma, stk'ların doğa yürüyüşü, vb. faaliyetlere katılan gönüllülük esaslı ile çalışmamıza katılan %69,1'i erkek, %30,9'u kadın 333 kişi oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması

Etkinlik Öznelikleri Ölçeği ve Seyahat Davranış Ölçeği

Araştırmada Myburgh (2017) geliştirdiği ve Türkçe uyarlama çalışması Büyükelhan ve Gümüşgöl (2023) tarafından yapılmış olan Etkinlik Öznelikleri Ölçeği ve Seyahat Davranış Ölçeği uygulanmıştır. Beşli (5'li) likert tipte kullanılan ölçekler “(5) Kesinlikle Katılıyorum”, “(1) Kesinlikle Katılmıyorum” şeklinde puanlanmaktadır.

Etkinlik Öznelikleri Ölçeği:

Dört (4) alt boyut ve yirmi (20) maddeden oluşan Etkinlik Öznelikleri Ölçeğinde maddeler ve bu maddelerin hangi alt boyutta yer aldıkları şu şekilde oluşmaktadır:

- Çekicilik ve Maruz Kalma (7., 8., 10., 13., 14., 15., 16, 17., 18. ve 19. Maddeler)
- Meydan Okuma ve İtibar (3., 4., 9, 11. ve 12. Maddeler)
- Erişilebilirlik (1., 2. ve 20. Maddeler)
- Yer ve İklim (5. ve 6. Maddeler)

Seyahat Davranış Ölçeği:

Seyahat Davranışları Ölçeği orijinalinde 10 madde ve 3 alt boyuttan oluşurken Büyükelhan ve Gümüşgöl (2023) yapmış olduğu Türkçe uyarlama çalışmasında ölçeği 9 madde ve 3 alt boyut olarak güncellemiştir. Orijinalinde “Tatil Seçim Fırsatları” alt boyutunda 1 madde olması nedeniyle Myburgh (2017) tarafından bu alt boyutta güvenilirlik çalışması yapılmamıştır.

Üç (3) alt boyut ve 9 maddeden oluşan Seyahat Davranış Ölçeği’nde maddeler ve alt boyutlar şu şekilde oluşmaktadır:

- Bireysel Seyahat Fırsatları (3., 7., 8. ve 9. Maddeler)
- Grup Seyahat Fırsatları (1., 2. ve 4. Maddeler)
- Tatil Seçim Fırsatları (5. ve 6. Maddeler)

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 22 paket program kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Veri analizinde eksik ve hatalı veriler çıkarıldıktan sonra oluşturulan hipotezlere yönelik etki düzeylerini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizine ilişkin ön varsayımlar kontrol edilmiştir. Verilerin normal dağılım ve doğrusallık varsayımını sağladığı, çoklu bağlantılılık, otokorelasyon sorunu olmadığı görülmüştür. Ön varsayımlar karşılandığından analiz işlemlerinde korelasyon ve regresyon analizi kullanılmıştır. Verilerin normallik dağılımına ilişkin kanıtlar Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Verilere ait basıklık ve çarpıklık değerleri

Ölçek	Alt Boyutlar	N	Skewness		Kurtosis	
			p	S.H.	p	S.H.
Seyahat Davranışı	Bireysel Seyahat Fırsatları	333	-,511	,134	-,483	,266
	Grup Seyahat Fırsatları	333	-,329	,134	,014	,266
	Tatil Seçim Fırsatları	333	-,984	,134	,195	,266
Etkinlik Öznitelikleri	Çekicilik ve Mazur Kalma	333	,133	,134	-,387	,266
	Meydan okuma ve İtibar	333	-,268	,134	-,264	,266
	Erişilebilirlik	333	-,380	,134	-,239	,266
	Yer ve İklim	333	-1,066	,134	,155	,266

Tablo 1’de kullanılan ölçekler ve alt boyutlarına ilişkin basıklık ve çarpıklık değerlerinin ± 1.5 arasında olduğu görülmektedir. Bu değer aralığı ise normallikten önemli bir sapma olmadığına işaret etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013).

Bulgular

Tablo 2. Katılımcılara ait demografik bilgiler

		Sıklık	%
Cinsiyet	Erkek	230	69,1
	Kadın	103	30,9
Yaş	20 ve altı	10	3,0
	21-30	75	22,5
	31-40	131	39,3
	41-50	97	29,1
	51 ve üzeri	20	6,0
Medeni Durum	Bekar	177	53,2
	Evli	156	46,8
Eğitim Durumu	Lise	66	19,8
	Lisans	116	34,8
	Lisansüstü	151	45,3
Gelir Durumu	Düşük	105	31,5
	Orta	152	45,6
	Yüksek	76	22,8

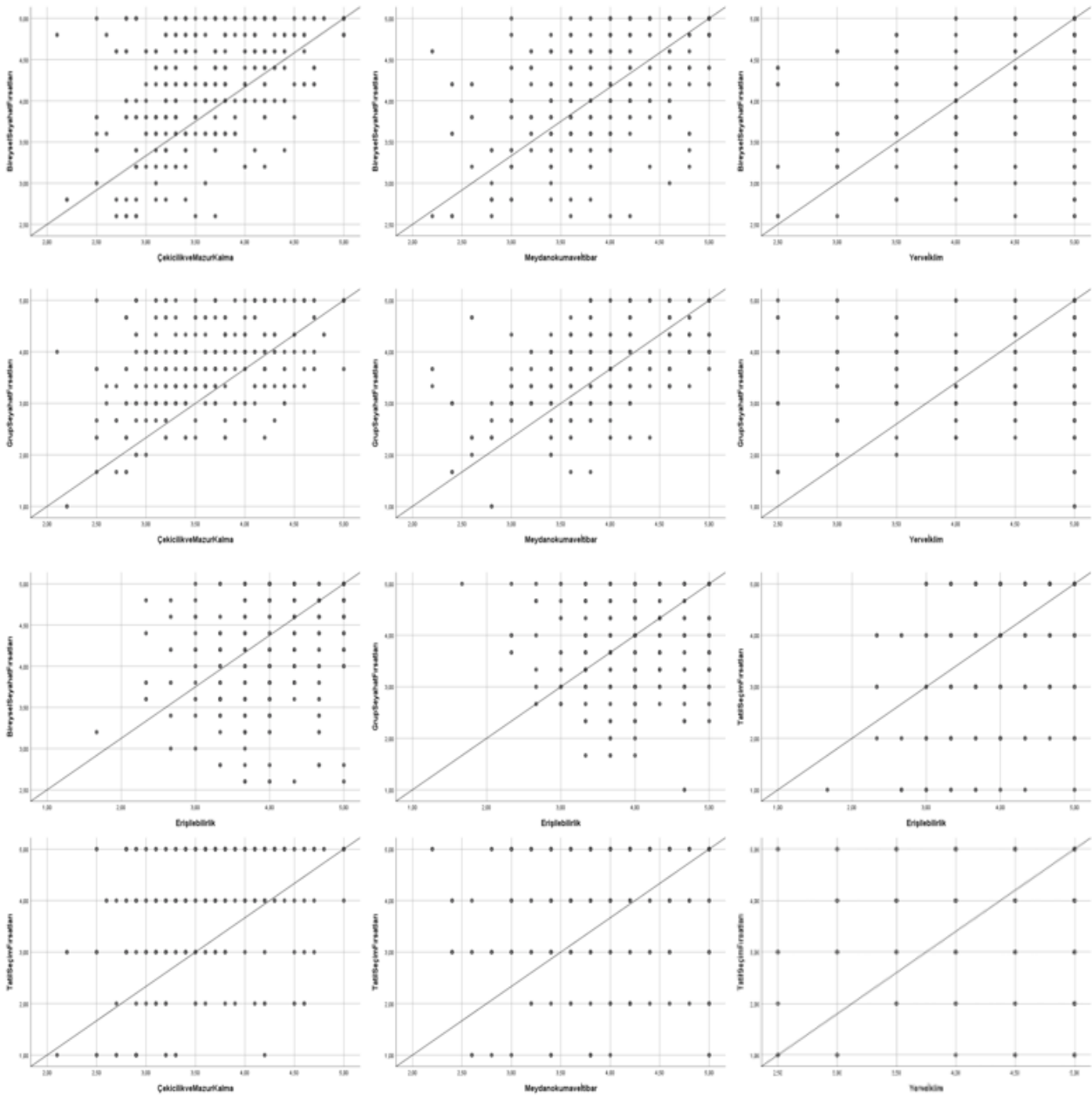
Tablo 2 incelendiğinde katılımcıların %69.1'inin erkek, %30.9'unun kadın olduğu, yaş durumlarına göre %3'ü 20 ve altı yaş, %22.5'i 21-30 yaş, %39.3'ü 31-40 yaş, %29.1'i 41-50 yaş, %6'sı 51 ve üzeri yaş grubunda yer almaktadır. Medeni durumlarına göre %53.2'si bekar, %46.8'i evlidir. Eğitim durumlarına göre %19.8'i lise, %34.8'i lisans, %45.3'ü lisansüstü mezundur. Gelir durumlarına göre %31.5'i düşük, %45.6'sı orta ve %22.8'i yüksek gelire sahiptir.

Tablo 3. Ölçeklere ilişkin korelasyon analizi

Ölçekler	Ölçek Alt Boyutları	1	2	3	4	5	6	
Seyahat Davranışları	1-Bireysel Seyahat Fırsatları	r	1					
	2-Grup Seyahat Fırsatları	r	,580**	1				
	3-Tatil Seçim Fırsatları	r	,335**	,152**	1			
Etkinlik Özniteliği	4-Çekicilik ve Mazur Kalma	r	,452**	,441**	,398**	1		
	5-Meydan okuma ve İtibar	r	,514**	,579**	,225**	,560**	1	
	6-Erişilebilirlik	r	,326**	,079	,400**	,419**	,220**	1
	7-Yer ve İklim	r	,404**	,185**	,273**	,324**	,432**	,380**

**p<0.001

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların seyahat davranışları ile etkinlik öznitelikleri alt boyutları arasında, grup seyahat davranışları ile erişilebilirlik arasında anlamlı bir ilişki görülmezken ($p>0.05$), diğer alt boyutlar arasında pozitif anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0.01$). İlişki gücüne bakıldığında alt boyutlar arasındaki en zayıf ilişki grup seyahat fırsatları ile yer ve iklim arasında görülürken ($r=.185$; $p<0.01$), ilişki gücü en yüksek olarak grup seyahat fırsatları ile meydan okuma ve itibar arasındadır ($r=.579$; $p<0.01$).



Şekil 1. Seyahat davranışları ve etkinlik öznitelikleri alt boyutlarına ilişkin saçılım grafiği

Şekil 1’de bağımsız değişken olarak belirlenen etkinlik öznitelikleri (çekicilik ve maruz kalma, meydan okuma ve itibar, erişilebilirlik, yer ve iklim) ile bağımlı değişken olarak belirlenen seyahat davranışları (bireysel seyahat fırsatları, grup seyahat fırsatları, tatil seçim fırsatı) arasındaki doğrusallığı gösteren saçılım grafikleri görülmektedir. Grafikler incelendiğinde değişkenler arasında doğrusal bir ilişki görülmüştür.

Tablo 4. Etkinlik özniteliklerinin, bireysel seyahat davranışları üzerindeki etkisini gösteren regresyon analizi sonuçları

Model	Unstandardize		Standardize	T	Sig.	F	R	Düzeltilmiş R ²	Durbin-Watson
	Beta	S.H.	Beta						
Çekicilik ve Maruz Kalma	,178	,062	,167	2,881	,004	P=.001	,589	,339	1,787
Meydan Okuma ve İtibar	,316	,056	,323	5,635	,000				
Yer ve İklim	,150	,048	,164	3,137	,002				
Erişilebilirlik	,115	0,48	,122	2,371	,018				

Bağımlı Değişken: Bireysel Seyahat Davranışları

Tablo 4 incelendiğinde bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerindeki etkisi anlamlıdır ($p<0.001$). Etki düzeyi incelendiğinde bağımsız değişkenler bağımlı değişkeni yaklaşık olarak %34 oranında etkilemektedir ($R^2=.339$). Etkinlik öznitelikleri, bireysel seyahat davranışlarını pozitif yönde etkilemektedir.

Tablo 5. Etkinlik özniteliklerinin grup seyahat davranışları üzerindeki etkisini gösteren regresyon analizi sonuçları

Model	Unstandardize Beta		Standardize Beta	T	Sig.	F	R	Düzeltilmiş R ²	Durbin-Watson
	B	S.H.	Beta						
Çekicilik ve Maruz Kalma	,305	,078	,222	3,907	,000	48,388 P=.001	,609	,363	1,610
Meydan Okuma ve İtibar	,640	,071	,507	9,021	,000				
Yer ve İklim	-,081	,061	-,068	-1,325	,186				
Erişilebilirlik	,121	,061	-,100	-1,974	,049				

Bağımlı Değişken: Grup Seyahat Davranışları

Tablo 5 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden yer ve iklimin, bağımlı değişken üzerindeki etkisi anlamsız görülürken ($p<0.05$), etkinlik özniteliklerinden çekicilik/maruz kalma, meydan okuma/itibar ve erişilebilirliğin, grup seyahat davranışları üzerinde anlamlı bir etkisi vardır ($p<0.001$). Etki düzeyi incelendiğinde bağımsız değişkenler bağımlı değişkeni yaklaşık olarak %36 oranında etkilemektedir ($R^2=.363$). Etkinlik özniteliklerinden yer ve iklim bireysel seyahat davranışlarını negatif yönde etkilerken, çekicilik ve maruz kalma ile meydan okuma ve itibar pozitif yönde etkilemektedir.

Tablo 6. Etkinlik özniteliklerinin tatil seçim fırsatları üzerindeki etkisini gösteren regresyon analizi sonuçları

Model	Unstandardize Beta		Standardize Beta	T	Sig.	F	R	Düzeltilmiş R ²	Durbin-Watson
	B	S.H.	Beta						
Çekicilik ve Maruz Kalma	,531	,121	,276	4,405	,000	24,765 P=.001	,482	,223	1,504
Meydan Okuma ve İtibar	-,051	,109	-,029	-,469	,639				
Yer ve İklim	,166	,094	,101	1,772	,077				
Erişilebilirlik	,425	,094	,252	4,503	,001				

Bağımlı Değişken: Tatil Seçim Fırsatları

Tablo 6 incelendiğinde bağımsız değişkenlerden meydan okuma/itibar ile yer ve iklimin, bağımlı değişken üzerindeki etkisi anlamsız görülürken ($p<0.05$), etkinlik özniteliklerinden çekicilik/maruz kalma ve erişilebilirliğin, tatil seçim fırsatları üzerinde anlamlı bir etkisi vardır ($p<0.001$). Etki düzeyi incelendiğinde bağımsız değişkenler bağımlı değişkeni yaklaşık olarak %22 oranında etkilemektedir ($R^2=.223$). Etkinlik öznitelikleri tatil seçim fırsatlarını pozitif yönde etkilemektedir.

Tartışma ve Sonuç

Açık alan etkinliklerine katılan katılımcıların etkinlik özniteliklerine verdikleri cevapların seyahat davranışına olan etkisinin incelenmesi başlıklı çalışmadan elde edilen bulgulara bakıldığında katılımcıların %69.1'inin erkek %30.9'unun ise kadın olduğu görülmektedir. Doğa sporları ve açık alan rekreasyonlarıyla ilgili yapılmış çalışmalara bakıldığında erkek katılımcı oranlarının kadın katılımcılara göre daha yüksek olduğu ifade edilmektedir (Myburgh, 2017; Kruger ve ark., 2011; Streicher ve Sayman, 2010). Katılımcıların yaş ortalamalarına bakıldığında %39.3 ile 31-40 yaş arasındaki katılımcıların açık alan rekreasyonlarına diğer yaş gruplarına göre daha fazla katılım gösterdikleri belirtilmelidir. Benzer konularda yapılmış çalışmalara bakıldığında açık alan rekreasyonlarına katılım yaş ortalamasının 30 yaş ve üzeri olduğu görülmektedir

(Ogles ve Masters, 2003; Kotze ve Visser, 2008; Ridinger ve ark., 2012; Myburgh, 2017). Çalışmadan elde edilen bulgulara bakıldığında katılımcıların %6'sının 51 yaş ve üstü bireylerden oluştuğu ve bu katılımcı oranının dikkate alınması gereken bir durum olduğu ifade edilmelidir. İlgili literatür incelendiğinde açık alan rekreasyonlarına aktif katılım gösteren 60-70 yaş gibi yüksek yaş gruplarının olduğunu ifade eden çalışmalarla da karşılaşmıştır (Myburgh ve ark., 2014). Medeni durum değişkenine bakıldığında katılımcıların %53.2'sinin bekar ve %46.8'inin ise evli olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulguların aksine uluslararası çalışmalarda macera ve doğa sporları gibi aktif katılım isteyen açık alan rekreasyonlarına katılım gösterenlerin daha çok evli bireyler olduğu ifade edilmektedir (McGehee ve ak., 2003; Getz ve Anderson, 2010; Kruger ve Sayman 2015; Myburgh, 2017). Katılımcıların çoğunun lisans mezunu olduğu ve yapılan birçok çalışmada da benzer eğitim durumları ile karşılaştığı ifade edilebilir (Hallmann ve Breuer, 2010; Getz ve McConnell, 2011; Gibson ve ark., 2012; Fotiadis ve ark., 2016). Katılımcıların gelir durumlarına bakıldığında mezuniyet durumları ile örtüştüğü ve orta seviye bir gelire sahip oldukları ifade edilebilir. Benzer konularda yapılmış çalışmalara bakıldığında ise açık alan rekreasyonlarına katılım gösteren bireylerin gelir durumlarının yüksek olduğu ifade edilmektedir (Chalip ve McGuirly, 2004; Funk ve ark., 2011; Krugell ve Sayman, 2013).

Çalışmada elde edilen bulgulara bakıldığında korelasyon analizine göre katılımcıların grup seyahat davranışları ile erişilebilirlik alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki görülmezken diğer alt boyutlar arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğu belirtilebilir. Bulgular doğrultusunda en zayıf ilişkinin grup seyahat fırsatları ile yer ve iklim alt boyutları arasında olduğu görülmektedir. Grup seyahat fırsatları ve meydan okuma ve itibar alt boyutları arasında ise ilişki gücü en yüksek korelasyon olduğu belirtilebilir. Benzer konularda yapılan çalışmalara bakıldığında rekreasyonel etkinliklere aile veya dostları katılan kişilerin bu tür etkinliklerdeki tatil fırsatlarını değerlendirdikleri ifade edilmektedir (Weed & Bull, 2009; 83). Funk vd. (2007, s.229) rekreasyonel etkinliklere katılım gösteren kişilerin genellikle bu tür etkinliklerin yapıldığı bölgelere seyahat ettiğini ifade etmektedir.

Regresyon analizinden elde edilen diğer bulgulara baktığımızda, etkinlik öznelikleri ölçeği alt boyutları “çekicilik ve maruz kalma” ve “itibar” alt boyutlarının bireysel seyahat fırsatları ve tatil seçim fırsatlarına pozitif bir etkisinin olduğu görülmektedir. Etkinliklerin yapıldığı destinasyonların kişiye çekici gelmesi ve bu etkinliklere katılarak ben bu etkinliği yapabiliyorum düşüncesi kişilerin itibar elde etmesi yönüyle pozitif bir ilişki içinde olduğu belirtilebilir. Elde edilen bulgular ile benzerlik gösteren Ryan ve Trauer (2005, s. 179) master yaş grubunda çoklu branşlara katılan kişiler ile yapmış oldukları çalışmada katılımcıların kendilerine çekici gelen yarışmaların konumunun önemli olmadığını gerektiği durumlarda farklı ülkelerdeki yarışmalara da katılabileceklerini ifade edilmektedir. Getz ve McConnell (2004, s.75)'in yapmış oldukları çalışmada da araştırmamızı destekler niteliktedir.

Etkinliklerin yapıldığı iklim koşulları ise kişilerin seyahat davranışlarını etkilemeyen bir durum olarak ortaya çıkmaktadır. Açık alan rekreasyonları, doğa ile iç içe yapılan etkinlikleri kapsayan faaliyetler olması ve doğa ile mücadelenin de ön planda olduğu düşünüldüğünde iklim koşullarının kişilerin seyahat davranışlarını etkileyen bir durum olarak ortaya çıkmaması oldukça olağan karşılanmalıdır. Rekreasyonel etkinlikler bireylerin duygusal olarak tepkiler ürettiği serbest/boş zaman faaliyetleridir. Organizasyonlarda

kaşlaşılın hizmet kalitesi iklim koşulu nasıl olursa olsun kişiler tarafından içsel bir motivasyon sağlamalıdır (Arnould ve Price, 1993;25). Yapılan çalışmalara bakıldığında kişilerin etkinliklerden aldıkları hizmet kalitesinin gelecekte bu tür etkinliklere katılım sıklığını artırdığı ifade edilmektedir (Kaplanidou & Vogt, 2007; 187).

Açık alan rekreasyon faaliyetlerine katılım gösteren bireylerin daha çok arkadaş ve sosyal gruplar eşliğinde bu tür etkinliklere katılım gösterdikleri yaptıkları faaliyetler ile doğa ile mücadele etme ve bu mücadele sırasında sosyal grupları ve arkadaş çevrelerinde itibar görme beklentilerinin yüksek olduğunu belirtebiliriz. Sonuç olarak rekreasyonel etkinliklerde yaşanan deneyimler (organizasyonun öznelikleri) kişilerin seyahat davranışlarını pekiştirmektedir. Rekreasyonel etkinliklere katılan kişilerin bu tür etkinliklerin gerçekleştiği destinasyonlara seyahat etme davranışlarının olduğunu ifade edebiliriz. Yapılan çalışma ile rekreasyonel etkinliklerin seyahat etmeyi teşvik eden bir araç olarak kullanılabilceğini ifade edebiliriz.

Kaynaklar

- Acar, E. (2022). *Yaşam doyumu ve spor, toplumsal araştırmalar 2*. Atatürk Üniversitesi Yayınevi, Erzurum.
- Ardahan, F., ve Lapa, T. Y. (2011). Açık alan rekreasyonu: bisiklet kullanıcıları ve yürüyüşçülerin doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1327-1341.
- Argan, M. (2007). *Eğlence pazarlaması*. Detay, Ankara.
- Arnould, E. J., & Price, L. L. (1993). River magic: Extraordinary experience and the extended service encounter. *Journal of consumer Research*, 20(1), 24-45.
- Asan, K., ve Emeksiz, M. (2018). Açık hava rekreasyonu katılımcılarının motivasyonları, deneyimleri ve tatil aktivite tercihleri. *Tatil Pazarlama Dergisi*, 24(1), 3 – 15.
- Böyükkelhan, E., ve Gümüşgöl, O. (2023). Ultra trail organization stakeholders and sustainable tourism in Turkey SWOT analysis. *Özgür Publications*. <https://doi.org/10.58830/ozgur.pub116>.
- Chalip, L., & McGuirly, J. (2004). Bundling sport events with the host destination. *Journal of Sport & Tourism*, 9(3), 267-282.
- Dinç, H. (2019). *Masabaşı çalışanlarının sağlık algılarının boş zaman tutum ve boş zaman katılımlarına göre değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Afyon.
- Fotiadis, A., Vassiliadis, C., & Yeh, S. P. (2016). Participant's preferences for small-scale sporting events: A comparative analysis of a Greek and a Tai-wanese cycling event. *Europa Medicine Journal of Business*, 11(2), 232-247.
- Funk, D. C., Toohey, K., & Bruun, T. (2007). International sport event participation: Prior sport involvement; destination image; and travel motives. *European Sport Management Quarterly*, 7(3), 227-248.
- Funk, D., Jordan, J., Ridinger, L., & Kaplanidou, K. (2011). Capacity of mass participant sport events for the development of activity commitment and future exercise intention. *Leisure Sciences*, 33(3), 250-268.
- Genç, N, Bulut, Z. ve Yılmaz, G. (2022). Açık alan rekreasyonu ve sürdürülebilirlik kavramlarını bir arada kullanan uluslararası çalışmaların bibliyometrik analizi. *Tourism and Recreation*, 4(1), 42-49.
- Getz, D., & Andersson, T.D. (2010). The event-tourist career trajectory: a study of high-involvement amateur distance runners. *Scandinavian Journal of Hospitality And Tourism*, 10(4), 468-491.

- Getz, D., & McConell, A. (2011). Serious sport tourism and event travel careers. *Journal of Sport Management*, 25(4):326-338.
- Gibson, H., Kaplanidou, K., & Kang, S. (2012). Small-scale event sport tourism: A case study in sustainable tourism. *Sport Management Review*, 15(2), 160-170.
- Gümüşgöl, O., ve Gümüşgöl, C. (2019). The effect of recreational sport participation on academic motivation. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(1).
- Hallmann, K., & Breuer, C. (2010). Image fit between sport events and their hosting destinations from an active sport tourist perspective and its impact on future behaviour. *Journal of Sport & Tourism*, 15(3), 215-237.
- Iwasaki, Y., & Havitz, M. E. (2004). Examining relationships between leisure involvement, psychological commitment and loyalty to a recreation agency. *Journal of Leisure Research*, 36(1), 45-72.
- Kaplanidou, K., & Vogt, C. (2007). The interrelationship between sport event and destination image and sport tourists' behaviours. *Journal of Sport and Tourism*, 12(3/4), 183-206.
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon boş zaman değerlendirme*. Gazi Kitabevi, Ankara.
- Karaküçük, S. ve Gürbüz, B. (2007). *Rekreasyon ve kent(li)leşme*. Gazi Kitabevi, Ankara.
- Kotze, N., & Visser, G. (2008). Sport tourism: Comparing participant profiles and impact of three one-day events in South Africa. *Africa Insight*, 38(3), 61-72.
- Krugell, W., & Saayman, M. (2013). Running a greener race: willingness-to-pay evidence from the Old Mutual Two Oceans Marathon in South Africa. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 35(1):53-70.
- Kruger, M., & Saayman, M. (2015). Running up or down: why is there a difference in spending?. *Journal of Economic And Financial Sciences*, 8(1), 63-82.
- Kruger, M., Saayman, M., & Ellis, S. (2011). A motivation based typology of open-water swimmers. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 33(2), 59-79.
- Lee, J. H., Kim, H. D., Ko, Y. J., & Sagas, M. (2011). The influence of service quality on satisfaction and intention: A gender segmentation strategy. *Sport Management Review*, 14(1), 54-63.
- McGehee, N. G., Yoon, Y., & Cárdenas, D. (2003). Involvement and travel for recreational runners in North Carolina. *Journal of Sport Management*, 17(3), 305-324.
- Myburgh, E., Kruger, M., & Saayman, M. (2014). Segmentation by age of triathletes participating in Ironman South Africa. *African Journal of Hospitality, Tourism and Leisure*, 3(2), 1-22.
- Ogles, B. M., & Masters, K. S. (2003). A typology of marathon runners based on cluster analysis of motivations. *Journal of Sport Behavior*, 26(1), 69-85.
- Oliver, R. L. (2014). *Satisfaction: A behavioral perspective on the consumer* (2nd ed). New York, NY: Routledge.
- Page, S. J., & Connell, J. (2010). *Leisure an introduction*. Prentice Hall, Harlow.
- Ridinger, L. L., Funk, D. C., Jordan, J. S., & Kaplanidou, K. K. (2012). Marathons for the masses: exploring the role of negotiation-efficacy and involvement on running commitment. *Journal of Leisure Research*, 44(2), 155-178.
- Ryan, C., & Trauer, B. (2005). Sport tourist behaviour: The example of the Masters games. (In Higham, J., ed). *Sport tourism destinations: issues, opportunities and analysis*. Oxford: Elsevier.

- Streicher, H., & Saayman, M. (2010). Travel motives of participants in the Cape Argus pick n pay cycle tour. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 32(1), 121-131.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using Multivariate Statistics*. (6. Baskı). Pearson.
- TDK. (2022). *Türk Dil Kurumu*. Erişim: <https://sozluk.gov.tr/> Erişim Tarihi: 20.08.2022.
- Viriden, R. (2006). *Outdoor and adventure recreation; Introduction to recreation and leisure*. Human Kinetics.
- Weed, M., & Bull, C. (2009). *Sports tourism: Participants, policy and providers* (2nd ed). Oxford: Elsevier.

Makale Alıntısı

Büyükelhan, E., Gümüşgöl, C., Acar, E., ve Dilekçi, U. (2023). Açık Alan Etkinlikleri Katılımcılarının Etkinlik Öznelik Düşüncelerinin Seyahat Davranışına Olan Etkisi [The Effect of Event Feature Thoughts on Travel Behavior of Outdoor Activities Participants], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 223-233.



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

9-10 Yaş Erkek Çocuklarda, Çeviklik Becerisinin, Yatay Sıçrama ve Denge Becerileri ile İlişkisi

Meral MİYAÇ¹, Mehmet GÖKTEPE²

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 29.09.2023
Kabul Tarihi: 28.10.2023
Online Yayın Tarihi:
28.10.2023

Anahtar Kelimeler:

Çocuk, Çeviklik, Denge,
Durarak Uzun Atlama

DOI:

10.55238/seder.1368896

Amaç: 9-10 Yaş Erkek Çocuklarda, Çeviklik Becerisinin, Yatay Sıçrama ve Denge Becerileri ile İlişkisinin belirlenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya, ilkökulda öğrenim gören toplam 37 erkek öğrenci dahil edilmiştir. Öğrencilere sırasıyla; boy ve ağırlık ölçümü, 5 dakikalık ısınmadan sonra çeviklik, durarak uzun atlama ve flamingo denge testleri uygulanmıştır. Toplanan verilerin analizinde SPSS 25.0 programı kullanılarak, parametrik test varsayımları sağlandığından değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde "Pearson Korelasyon Testi"nden yararlanılmıştır. Sonuçlarda $p < 0.05$ değeri anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular: No significant relationship was found between the agility levels and flamingo balance levels of the students participating in the study ($p > 0.05$). However, a statistically significant relationship was determined between agility levels and standing long jump levels ($p < 0.05$).

Sonuç: 9-10 yaş erkek çocuklarda çeviklik performansı ile durarak uzun atlama performansı arasında ilişki olduğu ancak denge performansı ile herhangi bir ilişki olmadığı belirlendi.

The Relationship Between Agility Skills and Horizontal Jumping and Balance Skills in 9-10 Year Old Boys

Abstract

Article Info

Received: 29.09.2023
Accepted: 28.10.2023
Online Published:
28.10.2023

Keywords: Child, Agility,
Balance, Standing Long
Jump

Aim: Determination of the Relationship between Agility Skills and Horizontal Jumping and Balance Skills in 9-10 Year Old Boys.

Method: A total of 37 male students studying in primary school were included in the study. To the students respectively; Height and weight measurements, agility, standing long jump and flamingo balance tests were applied after a 5-minute warm-up. . SPSS 25.0 program was used in the analysis of the collected data, and "Pearson Correlation Test" was used to determine the relationship between variables since parametric test assumptions were met. In the results, p value < 0.05 was considered significant.

Results: There was no significant relationship between the agility levels of the students participating in the study and the flamingo balance levels ($p > 0.05$). However, a statistically significant correlation was found between agility levels and standing long jump levels ($p < 0.05$).

Conclusion: It was determined that there was a relationship between agility performance and standing long jump performance in 9-10 year old boys, but there was no relationship with balance performance.

¹İstanbul Topkapı Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul, Türkiye. E-mail: miyac.meral@gmail.com. ORCID: 0000-0002-6450-4289

²Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkeir, Türkiye. E-mail: mgoktepe06@gmail.com. ORCID: 0000-0001-7447-0118

Giriş

Yetişkinlikte kalp-damar hastalıkları riskini önlemek için çocuklara düzenli fiziksel aktivite ve spor önerilmektedir (Savaşhan ve ark., 2015). Ayrıca fiziksel aktivite ve zindelik, çocuklarda ve ergenlerde aşırı kilo ve obezitenin önlenmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Ortega ve ark., 2013). Bazı öneriler, ergenlik döneminde aşırı kilolu ve obeziteyi önlemek için çocukların haftada en az üç gün 60 dakikalık orta ila şiddetli fiziksel aktiviteye katılmaları gerektiğini göstermektedir (Lätt ve ark., 2015). Ayrıca, çocukların ve

gençlerin fitness seviyesinin son yıllarda azaldığı bildirilmiştir. Bu sorunu çözmek için, bazı araştırmacılar saha testlerini kullanarak çocuklarda ve ergenlerde fiziksel kapasiteleri incelemişlerdir (Yanci ve ark., 2013).

Fiziksel uygunluk performansı, farklı sporlarda fiziksel kondisyon seviyesini değerlendirmek için ilgili anahtar bir terim şeklinde görülmektedir ve çocukluk ve ergenlikte güçlü bir sağlık belirteçidir (Ortega ve ark., 2015). Genç yaşta bireylerin çeviklik, sıçrama ve denge performanslarının belirlenmesi onların fiziksel uygunluklarının sağlanması açısından önemli belirteçlerdir. Kuvvet, temel fiziksel özelliklerin en önemlisidir. Kuvvet kavramı çok değişik alanlarda ve biçimlerde tanımlanıp, sınıflandırılmıştır. Kuvvet güç uygulayabilme yeteneğidir. Spor aktivitelerinin temel ögesidir, aynı zamanda rekreasyonel aktivitelerdeki performansın temelini oluşturur. Ayrıca, kişinin günlük çalışmalarının etkili ve verimli olarak gerçekleşmesinde önemli rol oynar (Toksöz, 1992; Aydos ve ark., 2004). Denge tüm hareketlerin temelidir. Denge genellikle statik bir süreç olarak görülse de, çoklu sinir yollarını içeren oldukça entegre dinamik bir süreçtir. Hareket, hızlanma ve yavaşlama, ani konum ve yön değişiklikleri sırasında vücudun pozisyonunu korumak için denge gereklidir. Birçok motor görevin yerine getirilmesinde denge gereklidir. Başarılı bir atletik performansa ulaşmak için motor performansın üst düzeyde tutulması, statik ve dinamik dengenin sağlanıp sürdürülmesi gerekir. (Padua ve ark., 2000).

Mümkün olduğu kadar yüksek hızda hareketleri uygulayabilme olarak tanımlanan dengenin, hız kaybetmeden dengeyi korurken hızla yön değiştirme yeteneği olarak tanımlanan çevikliği etkilediği bilinmektedir (Lemmink ve ark., 2004). Yani denge çeviklik için önemli bir unsurdur (Hazar ve Taşmektepligil, 2008). Sporcuların hız artışı, yavaş hale gelme, doğru tarafa hareket etme ve hareketin yönünü hızlı bir şekilde değiştirme ve duruşunu kontrol edebilme yeteneği birçok beceriyi gerektirmektedir. Hız ve patlayıcı güç de dahil olmak üzere dengeyi geliştirmek, çeviklik gelişiminin temel yönlerinden biri olarak kabul edilir. Çeviklik eğitimi sonucunda güç, denge, hız ve koordinasyonun geliştirilmesi hedeflenir (Sever, 2016). Çeviklik ve flamingo denge testi arasında statik dengeyi ölçen kayda değer ilişkiler vardır. Bundan dolayı, statik denge çeviklik bakımından da etkilidir. Bununla birlikte, çeviklik yeteneği statik denge yerine dinamik denge gerektirir. Dinamik dengenin çeviklik durumunu olumlu bir yönde etkileyebilirken, çeviklik çalışmalarının da dinamik dengeyi iyileştirdiği düşünülmektedir (Hazar ve Taşmektepligil, 2008).

Çeviklik, yanal hareketleri ve hızlı yön değişikliklerini içerir. Bu nedenle hız, ivme ve çeviklik arasında bir denge kurmak önemlidir. Bu nedenle sporcuların sıçrama ve performans dengesini bir arada düşünmeleri son derece önemlidir. Yukarıdaki bilgiler ışığında bu araştırmanın amacı; 9-10 yaş erkek çocuklarda çeviklik ile yatay sıçrama ve denge parametreleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

Materyal ve Yöntem

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini Türkiye’de ilkökulda öğrenim gören tüm öğrenciler oluşturmaktadır. Örneklemini ise, 3. sınıf ve 4. sınıfta öğrenim gören toplam 37 erkek öğrenci oluşturmaktadır. Bütün öğrencilerin velileri test öncesi sağlık durumu belirlemesi için hazırlanan sağlık anketi ve gönüllü katılımı belirten formu doldurup imzalamışlardır.

Verilerin Toplanması

Çalışmanın içeriği çalışmaya katılmayı kabul eden her adaya açıklandı. Öğrencilere sırasıyla; boy ve ağırlık ölçümü, 5 dakikalık ısınma sonrasında çeviklik, durarak uzun atlama ve flamingo denge testleri uygulandı.

Çalışma için 08.09.2023 tarih ve (E-49846378-050.01.04-2300010585) sayılı İstanbul Topkapı Üniversitesi Akademik Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan etik kurul raporu alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Boy Uzunluğu ve Vücut Ağırlık Ölçümleri: 0.01 m (Seca, Almanya) hassasiyet derecesi olan alet ile deneklerin boy uzunluğu, 0.1 kg (Seca, Almanya) hassasiyeti olan alet ile ise vücut ağırlıkları ölçüldü.

Durarak Uzun Atlama Testi; Öğrencilere bacakları açık ve paralel olacak şekilde mümkün olduğu kadar paralel bir pozisyona atlamaları söylendi. Denekler tarafından yapılan atlamalardan sonra geride kalan mesafe ölçüldü ve kaydedildi. Her denek üç atlama yaptı ve en iyi dereceler dikkate alındı (Karavelioğlu, 2008; Sevim, 2002).

Flamingo Denge Testi; Test, 50 cm uzunluğunda, 4 cm yüksekliğinde ve 3 cm genişliğinde tahtanın kullanılması ile gerçekleştirilir (Şimşek ve ark., 2014). Denekğin test sırasında, non-dominant ayağı tahta üzerinde dururken, diğer ayağını eli ile tutarak geriye doğru yerden kaldırması istenir. Denek hazır olduğunda, kronometre çalıştırılır ve ölçüm başlatılır. Kronometre, denekğin eli ile ayağını bırakması sırasında veya vücudun herhangi bir noktası yere dokunduğunda durdurulur. Her denge bozulmasını takiben, denekğin doğru pozisyonu alabilmesi için araştırmacı yardımcı olabilir. Puanlama olarak 1 dakika boyunca yapılan hata sayısı kaydedilir (Şimşek ve ark., 2014; Çakır ve Özbar, 2019)

Çeviklik T Testi: 10m uzunluğunda ve 10m genişliğinde bir alanda oluşan 4 temas noktasından oluşur. Deneklerin bu temas noktaları arasında farklı şekillerde hareket etmesini gerektiren bir seri yapmaları amaçlanmaktadır. Bu testin diğer çeviklik testlerinden farkı bireyin her zaman aynı yöne bakmasıdır. Bu test, 10m ileri, 5m sağa, 10m sola, 5 metre tekrar sağa ve 10m geri koşarak gerçekleştirilir (Özbay ve ark., 2018). Denek ileri giderken düz, sağa ve sola giderken kayar adım, geri giderken ise geri geri koşu yapmak zorundadır.

Verilerin Analizi

İstatistiksel değerlendirmelerde SPSS 25.0 programı kullanıldı. Değişkenlere ait tanımlayıcı testler ortalama±standart sapma şeklinde gösterildi. Normallik analizler sonrasında parametrik test varsayımları sağlandığından değişkenler arasındaki ilişkinin belirlenmesinde "Pearson Korelasyon Testi"nden yararlanılmıştır. Sonuçlarda $p < 0.05$ değeri anlamlı kabul edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Çalışmaya katılan öğrencilerin fiziksel özellikleri

N	Yaş (yıl)	Boy Uzunluğu (cm)	Vücut Ağırlığı (kg)
37	9,29±0,61	135,89±5,70	32,91±6,75

Tablo 1’de katılımcıların yaş, boy, vücut ağırlığı verilmiştir. Sporcuların yaşları 9,29±,61 yıl, boy uzunlukları 135,89±5,70 cm, vücut ağırlıkları 32,91±6,75 kg olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2. Çalışmaya katılan öğrencilerin çeviklik, denge ve sıçrama skorlarının tanımlayıcı istatistiği

Parametreler	Min.	Maks.	Ort.	SS
(T-Test) Çeviklik Testi	16,68	24,20	19,97	2,08
Durarak Uzun Atlama Testi	95,00	169,00	145,27	20,57
Flamingo Denge Testi	2,53	40,42	8,86	9,00

Tablo 2’de çeviklik, denge ve sıçrama testi ortalama değerleri belirtilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin çeviklik düzeylerinin durarak uzun atlama ve denge ile ilişkisi

Parametre	Durarak Uzun Atlama	Flamingo Denge
(T-Drill) Çeviklik Testi	r	0,343*
	p	0,038*

*(p<0.05)

Çalışmaya katılan öğrencilerin çeviklik dereceleri ile denge dereceleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (p>0,05). Fakat çeviklik dereceleri ile durarak uzun atlama dereceleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (p<0.05).

Tartışma ve Sonuç

Çeviklik; bir uyarana karşı olarak başlatılan yön veya hız değişikliğini içeren hareketlerdir (Sheppard ve Young, 2006). Çeviklik hızlı bir şekilde vücudun yer değiştirme yeteneğidir. Ayrıca kuvvet, hız, denge ve koordinasyonun kombine şekilde uygulanması ile oluşur (Draper ve Lancaster, 1985).

Reaktif kuvvet, çeviklik ile ilişkili olan performans ölçütlerinden birisidir. Bu özellik gerilme-kısalma döngüsünde, eksantrik fazdan konsantrik faza hızlı bir geçiş yapabilme kabiliyeti olarak tanımlanabilir ve çevikliği etkileyen faktörlerden birisi olarak kabul edilir (Young ve ark., 1999).

Bu bilgiler ışığında 9-10 yaş erkek çocuklarda çeviklik ile yatay sıçrama ve denge parametreleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacı ile yapılan araştırmanın bulgularına göre; öğrencilerin çeviklik dereceleri ile durarak uzun atlama dereceleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir

Yapmış olduğumuz araştırmanın metoduna benzer şekilde yapılan bir araştırmada; Kort tenisi, voleybol ve salon futbolu oyuncularının çeviklik parametreleri ile yatay sıçrama parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu belirtilmiştir (Yıldız ve ark., 2017). Barnes ve ark. (2007)’da yaptıkları çalışmada bayan voleybol oyuncularının sıçrama performansı ve çeviklik performansı arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonunda çoklu sıçrama değerleri ile çeviklik arasında istatistiksel olarak ilişki bulunmuştur. Hermassi ve ark. (2011) yaptıkları çalışmada ergenlik dönemindeki elit genç hentbol oyuncularının çeviklik dereceleri ile fiziksel durumları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Çalışma sonucunda çeviklik ile skuat sıçrama ve aktif sıçrama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulunmuştur. Young ve ark. (2002)’de yaptıkları çalışmada reaktif kuvvetin yön değiştirme hızını önemli şekilde etkilediği sonucuna varılmıştır. Chaouachi ve ark. (2009) yaptıkları çalışmada çeviklik ile çoklu sıçrama testi arasında ilişki bulmuşlardır. Başka çalışmada da (Alemdaroğlu, 2012) yetişkin basketbolcularda skuat sıçrama test değerleri ile çeviklik arasında ve aktif sıçrama test değerleri ile çeviklik arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Birçok çalışmada sıçrama kuvveti ile çeviklik arasında ilişkinin olduğu görülmektedir (Bozdoğan ve Kızılet, 2017; Davis ve ark., 2004; Markovic, 2007; Pauole ve ark., 2000; Hazır

ve ark., 2010; Sassi ve ark., 2009). Yukarıdaki araştırmaların sonuçları, bu araştırmanın bulgularını desteklemektedir.

Ayrıca çeviklik antrenmanlarının sıçrama performansına, ya da sıçrama antrenmanlarının çeviklik performansına olumlu yönde etkisinin olduğunu savunan birçok çalışma bulunmaktadır (Asadi, 2013; Jovanovic ve ark., 2011; Khodaei ve ark., 2017; Sporis ve ark., 2010; Thomas ve ark., 2009).

Statik denge ile çeviklik performansı arasındaki ilişkinin araştırıldığı bu araştırmanın bulgularına göre; öğrencilerin çeviklik dereceleri ile denge dereceleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$). Bazı araştırmacılar tarafından denge yetisinin, çeviklik için önemli olduğu (Muratlı, 1997; Lemmink ve ark., 2004), ve statik dengeden çok dinamik denge özelliğini gerektirdiği belirtilmektedir (Brown ve ark., 2000). Literatür incelendiğinde ise genel olarak çeviklik performansı ile denge parametreleri arasındaki bulguların çelişkili olduğu görülmektedir.

Arslandoğlu ve ark., (2010)'nın yapmış oldukları araştırmada denge performansı ile çeviklik arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Okudur ve Sanioğlu (2012) 12 yaş tenis oyuncularında çeviklik ile denge ilişkisini incelemişlerdir. Çalışma sonucunda oyuncuların denge skorları ile çeviklik performansları arasında pozitif ilişki olduğu bildirilmiştir. Yukarıdaki araştırmaların bulguları, bu araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermemektedir.

Erdem ve ark. (2015) yetişkin futbol oyuncularında denge ve çeviklik arasında anlamlı bir ilişki olmadığını rapor etmişlerdir. Sibenaller ve ark. (2017) çalışmasında da sağlıklı lise sporcularının statik ve dinamik denge ölçümleri ile çeviklik performanslarının ilişkili olmadığı belirlenmiştir. Bu araştırmaların bulguları ise yapmış olduğumuz çalışmanın sonuçlarını desteklemektedir. Denge yetisi, çeviklik performansında eşit düzeyde belirleyici olarak görülsede (Sekulic ve ark., 2013), literatür sonuçları incelendiğinde denge performansının çeviklik performansı ile ilişkisinin açık olmadığı görülmektedir.

Sonuç olarak: 9-10 yaş erkek çocuklarda çeviklik performansı ile durarak uzun atlama performansı arasında ilişki olduğu ancak denge performansı ile herhangi bir ilişki olmadığı belirlendi.

Öneriler

- Öğrencilerin egzersiz programlarında, çeviklik performansının gelişimi için durarak uzun atlama egzersizlerine daha fazla yer verilmesi önerilmektedir.

Kaynaklar

- Alemdaroğlu, U. (2012). The relationship between muscle strength, anaerobic performance, agility, sprint ability and vertical jump performance in professional basketball players. *Journal of Human Kinetics*, 31, 149.
- Arslandoğlu, E., Aydoğmuş, M., Arslanoğlu, C., ve Şenel, Ö. (2010). Badmintoncularda reaksiyon zamanı ve denge ilişkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 131-136.
- Asadi, A. (2013). Effects of in-season short-term plyometric training on jumping and agility performance of basketball players. *Sport Sciences for Health*, 9, 133-137.
- Aydos L, Pepe H. & Karakuş H. (2004). Bazı takım ve ferdi sporlarda rölatif kuvvet değerlerinin araştırılması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(2), 305-315.

- Barnes, J. L., Schilling, B. K., Falvo, M. J., Weiss, L. W., Creasy, A. K., & Fry, A. C. (2007). Relationship of jumping and agility performance in female volleyball athletes. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 21(4), 1192-1196.
- Bozdoğan, T. K., ve Kızılet, A. (2017). Gelişim çağındaki (11-13 yaş) badminton oyuncularında sırt ve bacak kuvvetinin çeviklik yeteneği ile ilişkisi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 69-82.
- Brown, L., & Ferrigno, V. (2014). Training for speed, agility, and quickness, 3E. *Human Kinetics*.
- Chaouachi, A., Brughelli, M., Chamari, K., Levin, G. T., Abdelkrim, N. B., Laurencelle, L., & Castagna, C. (2009). Lower limb maximal dynamic strength and agility determinants in elite basketball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(5), 1570-1577.
- Çakır, E., ve Özbar, N. (2019). Bayan futsal oyuncularında flamingo ve stork denge testinin karşılaştırılması ile kassal kuvvetin testler üzerine etkisi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 24(3), 181-188.
- Davis, D.S., Barnette, B.J., Kigler, J.T., Mirasola, J.J., & Young, J.M. (2004). Physical characteristics in division 1 college football players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 18, 115-20.
- Draper, J. A., & Lancaster M. G. (1985). The 505 test: A test for agility in the horizontal plane performance. *Exercise and Sport Sciences Reviews*, 31, 8-12.
- Erdem, K., Çağlayan, A., Korkmaz, O., Kızılet, T., & Özbar, N. (2015). Amatör futbolcuların vücut kitle indeksi, denge ve çeviklik özelliklerinin mevkilerine göre değerlendirilmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences*, 1(2), 95-103.
- Erkmen, N., Taskin, H., Sanioglu, A., Kaplan, T., ve Basturk, D. (2010). Relationships between balance and functional performance in football players. *Journal of Human Kinetics* vol. 26/2010 on October 2010. *Journal of Human Kinetics* volume 26, 2010, 21-29.
- Hazar, F., ve Taşmektepligil, Y. (2008). The effects of balance and flexibility on agility in prepuberte period. *Spormetre*, 9-12.
- Hazır, T., Mahir, Ö. F., ve Açıkkada, C. (2010). Genç futbolcularda çeviklik ile vücut kompozisyonu ve anaerobik güç arasındaki ilişki. *Spor Bilimleri Dergisi*, 21(4), 146-153.
- Hermassi, S., Fadhloun, M., Chelly, M. S., & Bensbaa, A. (2011). Relationship between agility T-test and physical fitness measures as indicators of performance in elite adolescent handball players. *Pedagogics, Psychology, Medical-Biological Problems of Physical Training and Sports*, (5), 125-131.
- Jovanovic, M., Sporis, G., Omrcen, D., & Fiorentini, F. (2011). Effects of speed, agility, quickness training method on power performance in elite soccer players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 25(5), 1285-1292.
- Karavelioğlu, M. B. (2008). *Mevkilerine göre amatör futbolcuların fiziksel, fizyolojik ve psikomotor özelliklerinin araştırılması (Kütahya ili örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya.
- Khodaei, K., Mohammadi, A., & Badri, N. (2017). A comparison of assisted, resisted, and common plyometric training modes to enhance sprint and agility performance. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 57(10), 1237-1244.
- Lätt, E., Mäestu, J., Ortega, F., Rääsk, T., Jürimäe, T., & Jürimäe, J. (2015). Vigorous physical activity rather than sedentary behaviour predicts overweight and obesity in pubertal boys: A 2-year follow-up study. *Scand J Public Health*, 276-282.
- Lemmink, K. A., Elferink-Gemser, M. T., & Visscher, C. (2004). Evaluation of the reliability of two field hockey specific sprint and dribble tests in young field hockey players. *British Journal of Sports Medicine*, 138-142.
- Markovic, G. (2007). Poor relationship between strength and power qualities and agility performance. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 47(3), 276.

- Muratlı, S., (1997). *Çocuk ve spor-antrenman bilimi ışığı altında*. Bağırhan Yayınları, Ankara.
- Okudur, A., ve Sanioğlu, A. (2012). 12 Yaş tenisçilerde denge ile çeviklik ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 165-170.
- Ortega, F., Cadenas-Sánchez, C., Sánchez-Delgado, G., Mora-González, J., Martínez-Téllez, B., Artero, E., Ruiz, J. (2015). Systematic review and proposal of a field-based physical fitness-test battery in preschool children: The PREFIT battery. *Sports Medicine*, 533–555.
- Ortega, F., Ruiz, J., & Castillo, M. (2013). Physical activity, physical fitness, and overweight in children and adolescents: evidence from epidemiologic studies. *Endocrinol Nutrition*, 458–469.
- Özbay, S., Ulupınar, S., ve Özkara, A.B. (2018). Sporda çeviklik performansı. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 97-112.
- Padua, D. A., Guskiewicz, K. M., Prentice, W. E., Schneider, R. E., & Shields, E. W. (2000). The effect of select shoulder exercises on strength, active angle reproduction, single-arm balance and functional performance. *Journal Sport Rehabilitation*, 75– 95.
- Pauole, K., Madole, K., Garhammer, J., Lacourse, M., & Rozenek, R. (2000). Reliability and validity of the T-test as a measure of agility, leg power, and leg speed in college-aged men and women. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 14(4), 443-450.
- Sassi, R. H., Dardouri, W., Yahmed, M. H., Gmada, N., Mahfoudhi, M. E., & Gharbi, Z. (2009). Relative and absolute reliability of a modified agility T-test and its relationship with vertical jump and straight sprint. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(6), 1644-1651.
- Savaşhan, Ç., Erdal, M., Sarı, O., ve Aydoğan, Ü. (2015). İlkokul çağındaki çocuklarda obezite görülme sıklığı ve risk faktörleri. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 19(1), 14-21.
- Sekulic, D., Spasic, M., Mirkov, D., Cavar, M., ve Sattler, T. (2013). Gender-specific influences of balance, speed, and power on agility performance. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 27(3), 802–811.
- Sever, O. (2016). *Futbolcularda statik ve dinamik core egzersizlerinin hız ve çeviklik performansına etkilerinin karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Sevim, Y. (2002). *Antrenman bilgisi*. Nobel Yayınevi, Ankara.
- Sheppard, J.M. & Young, W.B. (2006) Agility literature review: Classifications, training and testing. *Journal of Sports Sciences*, 24, 9, 919-932.
- Sibenaller, B., Martino, M.A., Massey, K., ve Butler, S. (2017). The Relationship between balance and agility in collegiate athletes. *Journal of Sport and Human Performance*, 5(2).
- Sporis, G., Milanovic, L., Jukic, I., Omrcen, D., & Molinuevo, J. S. (2010). The effect of agility training on athletic power performance. *Kinesiology: International Journal of Fundamental and Applied Kinesiology*, 41(1), 65-72.
- Şimşek, E., Aktuğ, Z.B., Çelenk, Ç., Yılmaz, T., Top, E., ve Kara, E. (2014). The evaluation of the physical characteristics of football players at the age of 9-15 in accordance with age variables. *International Journal of Science Culture and Sport*. 1, 460-468
- Thomas, K., French, D., & Hayes, P. R. (2009). The effect of two plyometric training techniques on muscular power and agility in youth soccer players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(1), 332-335.
- Toksöz, İ. (1992). *Antrenmanla lipoproteinler (kolesterol ve trigliserid) 'in ilişkisinin muhtelif tip sporlarda incelenmesi*. Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yanci, J., Reina, R., Los Arcos, A., & Camara, J. (2013). Effects of different contextual interference training programs on straight sprinting and agility performance of primary school students. *Journal of Sports Science and Medicine*, 601–607.

- Yıldız, M., Atik, H., Baysal, A., Keleş, G., Kayan, Ö., ve Tekin, D. (2017). Kort tenisi ve takım sporlarında sıçrama ile çeviklik ilişkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 8(3), 175-182.
- Young W. B., James R. ve Montgomery I. (2002). Is muscle power related to running speed with changes of directions. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 42(3) 282-8
- Young, W., Wilson, G., & Byrne, C. (1999). Relationship between strength qualities and performance in standing and run-up vertical jumps. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 39(4), 285.

Makale Alıntısı

Miyaç, M., ve Göktepe, M. (2023). 9-10 Yaş Erkek Çocuklarda, Çeviklik Becerisinin, Yatay Sıçrama ve Denge Becerileri ile İlişkisi [The Relationship Between Agility Skills and Horizontal Jumping and Balance Skills in 9-10 Year Old Boys], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 234-241.



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

Futbol Süper Ligi 2020-2021 Sezonunda Atılan Şutların Analizi

Emrullah AKÇAL¹, Ali KIZILET², Tuba KIZILET³, Ramazan VARLI⁴

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 25.06.2023
Kabul Tarihi: 16.12.2023
Online Yayın Tarihi:
17.12.2023

Anahtar Kelimeler:

Futbol, Maç Analizi, Şut Analizi, Şut Bölgesi, Şut Pası Bölgesi

DOI:

10.55238/seder.1319324

Amaç: Bu çalışmanın amacı, futbolda atılan şutlarda; hücum türü, pas türü, şut aksiyonu, topa vuruş şekli, şut bölgesi ve şut pası bölgesinin şut sonucuna etkisini inceleyerek, antrenörlere şutun sonucunu etki eden parametreler hakkında bilgi vererek yol göstermektir. **Gereç ve Yöntem:** Çalışmanın evreni Türkiye Spor Toto Süper Ligi'nde bulunan takımların attığı şutlardır, çalışmanın örneklemini sezon sonu puan sıralamasında ilk 4 ve son 4 sıradaki takımların attığı şutlardır. Veriler şut görüntüleri maç görüntüsü ve veri sağlayıcı firması InStat Sport'un web sitesi üzerinden izlenerek kalem kağıt metoduyla toplandı. **Bulgular:** Araştırma bulgularına göre, hücum türünde şutların %76'i ve gollerin %71'i akan oyundan gerçekleşti. Akan oyundan atılan şutların ise %11,3'ü gol ile sonuçlanırken, %30,2'si isabetli, %2,1'i direkt dönen, %23'ü engellenen ve %33,4'ü isabetsiz olarak sonuçlandı. Pas türünde şutların %48,4'ü ve gollerin %40,2'si yerden atılan paslardan gerçekleşti. Şut aksiyonunda şutların %75,1 ve gollerin %81,8'i direkt vuruşla gerçekleşti. Topa vuruş şeklinde şutların %84,5'i ve gollerin %85,1'i ayakla yapılan vuruşlarla gerçekleşti. Şut bölgesinde akan oyundan en çok şut %15,1 ile C2 bölgesinden, en çok gol %23,1 ile C7 bölgesinden atılan şut ile gerçekleşti. Atılan şutun gol olma oranı en yüksek bölge %48,2 ile C8 oldu. Akan oyundan bir pas sonrasında direkt vuruşla atılan şutlarda pasların %14,6'sı DK2'den, gollerde pasların %14,3'ü DK1'den gerçekleşti. Eksilterek yapılan vuruş ile atılan şutlarda pasların %27,6'sı MK1'den, gollerde pasların %28,8'i MK1'den gerçekleşti. **Sonuç:** Araştırma bulgularının sonucunda; Türkiye Spor Toto Süper Ligi 2020-2021 sezonunda atılan goller daha çok akan oyundan DK1 veya İK4 bölgelerinden, OGB2 şut bölgesine yerden atılan paslardan gerçekleşmektedir.

Analysis of Shots Taken in Football Super League 2020-2021 Season

Abstract

Article Info

Received: 25.06.2023
Accepted: 16.12.2023
Online Published:
17.12.2023

Keywords:

Soccer, Match Analysis,
Shot Analysis, Shot Zone,
Shot Pass Zone

Aim: The aim of this study is to focus on shots taken in football; It aims to guide the coaches by giving information about the parameters that affect the result of the shot by examining the effect of attack type, pass type, shooting action, ball hitting style, shooting zone and shot pass zone on the shot result. **Method:** The universe of the study is the shots made by the teams in the Turkish Spor Toto Super League, and the sample of the study is the shots taken by the teams in the first 4 and last 4 places in the end-of-season points rankings. The data was collected using notational method method by viewing shot images, match footage and the website of the data provider InStat Sport. **Results:** According to the research findings, 76% of the shots and 71% of the goals in the Offensive type were from open play. On the other hand, 11.3% of the shots fired from the open game resulted in goals, 30.2% were accurate, 2.1% returned from the post, 23% were blocked, and 33.4% were off target. In the pass type, 48.4% of the shots and 40.2% of the goals were made from ground passes. In the shooting action, 75.1% of the shots and 81.8% of the goals were made by direct hits. 84.5% of the ball hits and 85.1% of the goals were made with foot kicks. In the open game in the shot zone, the most shots were taken from the C2 zone with 15.1%, and the most goals were shot from the C7 zone with 23.1%. The zone with the highest goal score was C8 with 48.2%. After a pass from open play, 14.6% of the passes were made by DK2 in the shots taken with a direct hit, and 14.3% of the passes in the goals were made by DK1. After a pass from open play, 27.6% of the passes were made by MK1 in the shots taken with a running with the ball and/or dribble past shot and 28.8% of the passes resulted in goals were made by MK1. **Conclusion:** As a result of the research findings; Goals scored in the Turkish Spor Toto Super League 2020-2021 season are mostly scored from the open play, from DK1 or İK4 zones, and from passes thrown from the ground to the OGB2 shooting zone.

¹Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Anabilimdalı, İstanbul, Türkiye, E-mail: emrullah.akcal@windowslive.com Orcid: 0000-0003-1421-0810

²Gelişim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, İstanbul/Türkiye, E-mail: akizilet@gmail.com Orcid: 0000-0003-2253-521X

³Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, İstanbul/Türkiye, E-mail: tuba.kizilet@marmara.edu.tr Orcid: 0000-0002-4460-2551

⁴Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Anabilimdalı, İstanbul, Türkiye, E-mail: rmznvarli@gmail.com Orcid: 0000-0002-0258-9248

*Bu araştırma Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalı 'Futbol Süper Ligi 2020-2021 Sezonunda Atılan Şutların Analizi ve Sezon Sonu Başarı Sıralamasına Etkisi' başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Giriş

Futbol sonucunun atılan veya yenilen gol ve/veya gollerle belirlendiği bir spordur. Gol atmak futbol taktik performansın en belirleyici unsurudur. Bu nedenle takımlarda gol atmaya arttıran antrenman yöntemleri ve oyun stratejilerinin uygulanması antrenörler, sporcular ve taraftarlar için oldukça önemlidir (González-Rodenas ve ark., 2020). Futbolda performansı belirleyen parametrelerin ölçülmesi oldukça zordur. Futbolda takımın performansı teknik, taktik, fiziksel ve zihinsel faktörlerin karmaşık etkileşiminden etkilenir (Drust ve ark., 2007). Bu karmaşıklık sebebiyle, antrenörler sadece canlı maçları izleyerek futbol maçı ile ilgili doğru sonuçları elde etmek için gerekli bilgileri doğru bir şekilde toplayamaz (Mićović ve ark., 2023). Bu nedenle antrenörler müsabaka analizine ihtiyaç duyarlar.

Müsabaka analizi, müsabaka sırasında meydana gelen davranışsal olayları objektif olarak kayıt altına alınarak incelenmesidir (Carling ve ark., 2005). Müsabaka analizinin temel amacı, sporcunun bireysel becerilerinin ve takımın oyun becerisinin güçlü ve geliştirilmesi gereken zayıf yönlerini belirlemektir. Bununla birlikte antrenörler ve sporcular tarafından rakibin güçlü ve zayıf yönlerinin belirlenmesi için kullanılmaktadır.

Futbolda müsabaka analizi, futbolcu gelişimi, antrenörlerin antrenman planı ve müsabaka stratejilerini oluştururken faydalandıkları bir araçtır. Bununla birlikte spor bilim uzmanları uluslararası ve/veya yerel futbol organizasyonlarında oynanan maçlar kazanan ve kaybeden takımların karşılaştırmasını (Castellano ve ark., 2012; Gürkan, 2019), maç skorunu etkileyen oyun içi değişkenlerin analizini (Kapelman, 2013; Alibeyoğulları, 2018), futbolda mevkilerdeki performans farklılıklarının analizi (Ziyagil & Kesimiş, 2017; Ulucan, 2021; Kapelman ve ark., 2021;) ve futbolda kazanana belirleyen parametre olan golün oluşumunu analiz etmişleridir (Çebi ve ark., 2016; Yüksel ve ark., 2017; Yolgörmez, 2018; Mitrotasios, 2019; Bozkurt ve ark., 2022). Çok az çalışma golün meydana gelmesi için gerekli aksiyon olan şut ile ilgilidir. Golü analiz eden önceki çalışmalar, golün rakip yarı sahada başlayan (Wright ve ark., 2011), kısa pas sekanslarından (Hughes ve Frank, 2005) ve daha çok pozisyon oyunlarından meydana geldiğini bildirmiştir (Kempe ve ark., 2014). Golle sonuçlanan şut aksiyonu çok fazla oluşmamaktadır. Şutlar; gol, isabetli şut, isabetsiz şut, kale direğine isabet eden ve kaleye yönelmesi engellenen şut olarak sonuçlanmaktadır. Golün oluşması için gerekli olan şutun sonucunu etkileyen faktörlerin bilinmesi golü atma ve önleme stratejilerinin planlanması için önemlidir. Bu çalışmada şut bölgelerinin literatürden farklı olması ve şut pası bölgesinin şut bölgesi ile bağlantılı olarak şut sonucuna etkisinin incelenmesi literatüre şuttan önceki aksiyonların birlikte değerlendirilmesinde katkı sağlayacaktır. Bu bağlamda çalışmanın amacı Türkiye Spor Toto Süper Ligi 2020-2021 sezonunda ilk dörtte ve son dörtte bitiren takımların attıkları şutlarda; hücum türü, şut pası alanı, şut pası türü, şut alanı, şut aksiyonu, topa vuruş şekli parametrelerinin şut sonucuna etkisini değerlendirmektir.

Materyal ve Yöntem

Araştırma Grubu

Çalışmanın evreni, Türkiye Spor Toto Süper Ligi (STSL) 2020-2021 futbol sezonunda tüm takımların gerçekleştirdiği toplam 9252 şuttur. Çalışmanın örneklemi Türkiye Spor Toto Süper Ligi 2020-

2021 futbol sezonunda müsabaka dönemi sonu puan sıralamasında ilk 4 ve son 4 takımın attığı tüm (toplam 3719) şutlardır.

Analiz Kriterleri

Çalışmanın analiz kriterleri ve analiz çizelgesi UEFA antrenör eğitimcisi (TUTOR) lisansına sahip 3 uzman görüşü alınarak belirlenmiştir. Analiz kriterleri Tablo 1’de belirtilmiştir.

Tablo 1. Analiz kriterleri

Hücum Türü (HT)	Akan Oyun (AO), Taç (T), Korner (K), Serbest Vuruş (SV), Penaltı (P)
Şut Pası Bölgesi (ŞPB)	A0, A1, A2, A3, B0, B1, B2, B3, B4, C0, C1, C2, C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9, C10, C11, D0, D1, D2, D3, D4, E0, E1, E2, E3, X
Pas Türü (PT)	Havadan (H), Yerden (Y), Sahipsiz Top (S)
Şut Bölgesi (ŞB)	A0, A1, A2, A3, B1, B2, B3, B4, C0, C1, C2, C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9, C10, C11, D0, D1, D2, D3, D4, E0, E1, E2, E3
Şut Aksiyonu (ŞA)	Direkt Vuruş (D), Oyuncu Eksilterek (E)
Topa Vuruş Şekli (TVŞ)	Ayak (A), Kafa (K), Diğer (D)
Sonuç (S)	Gol (G), İsabetli (İ), Direkten Dönen (D), Engellenen (E), İsabetsiz (O)

Veri Toplama Yöntemi

Bu çalışmada veriler, Türkiye Futbol Federasyonu tarafından lisanslandırılmış Maç ve Performans Analizi Antrenörü lisanına sahip 2 uzman tarafından, Spor Toto Süper Lig maç görüntü analizi ve veri sağlayıcı yetkili firma Instat Sport’un ‘<https://football.instatscout.com>’ web sitesi üzerinden izlenerek, kalem kâğıt yöntemiyle toplandı.

Araştırmada şut ve şut pası bölgeleri UEFA antrenör eğitimcilerinin görüşleri ile birlikte Mitrotasios (2019), Çobanoğlu (2019) ve Yüksel (2017) tarafından müsabaka analizi amacıyla futbol sahasını bölgelere ayırmalarından esinlenerek hazırlandı.

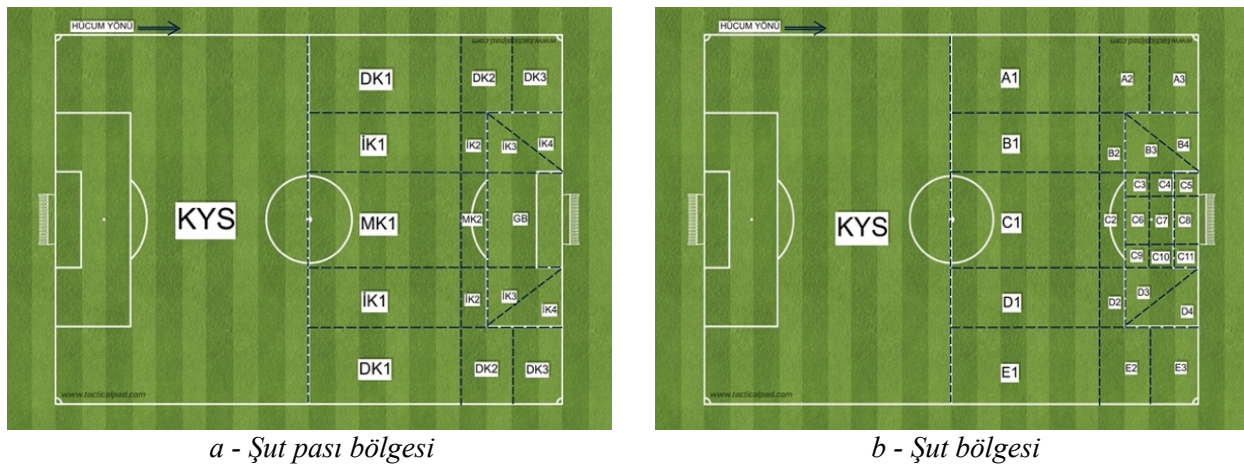
Verilerin Analizi

Araştırmanın verilerinde gözlemciler arası güvenilirliği belirlemek için 50 şut rastgele seçilerek her iki analizci tarafından değerlendirildi. Gözlemler arası güvenilirlik için rastgele seçilip değerlendirilen bu şutlar 4 hafta sonra aynı kişi tarafından tekrar analiz edildi. Gözlemciler ve gözlemler arası güvenilirliği saptamak için performans parametrelerinin ölçümlerinin güvenilirliğini test etmek için kullanılan kapa (k) istatistiği kullanıldı. Analiz kriterlerinde gözlemler arası katsayı 0,9 ile 1 arasında ve gözlemciler arası katsayı 0,8 ile 1 arasında bulundu. Kappa istatistiğinde katsayı 0,8 ile 1 arasında ise ölçümler arasında mükemmel uyumluluk bulunmaktadır (Özdamar, 1997).

Verilerin istatistiksel analizi için IBM SPSS V26,0 istatistik programı kullanıldı. Çalışma verilerinin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel metotlar (frekans, yüzde) kullanıldı. Araştırma parametrelerinden; HT, PT ve ŞA’nun şut sonucuna etkisinin sınanması için Ki kare (Chi Square) testi yapıldı. TVŞ, ŞB ve ŞPB’nin şut sonucuna etkisinin analizi için Ki Kare Fisher-Freeman-Halton Exact testi Monte Carlo simülasyonu testi kullanıldı. Monte Carlo simülasyonu ile elde edilen Exact testi p-değerinin

(10.000 örneklem ve %99 güven aralığıyla) Exact seçeneğiyle elde edilen Exact testi p-değerine virgülden sonraki üç sıfır kadar aynı olduğu ifade edilmiştir (Mehta ve Patel, 2011).

Verilerin istatistiksel analizinde şut bölgeleri ve şut pası bölgeleri konuya uygun olarak simetrik ve veri toplama çizelgesine bağlı kalarak oluşturuldu. Şut bölgeleri, şut atan takımın kendi yarı alanlarında bulunan A0, B0, C0, D0 ve E0 alanlarındaki veriler birleştirilerek Kendi Yarı Sahası (KYS) oluşturuldu. Şut pası bölgeleri, şut atan takımların kendi yarı alanlarına denk gelen A0, B0, C0, D0 ve E0 alanlarındaki veriler birleştirilerek Kendi Yarı Sahası (KYS) olarak adlandırıldı. Aynı şekilde rakip yarı sahadaki bölgeler şutun atıldığı alana göre birbirine simetrik olarak A1 ve E1 birleştirilerek Dış Koridor 1 (DK1), A2 ve E2 birleştirilerek Dış Koridor 2 (DK2), A3 ve E3 birleştirilerek Dış Koridor 3 (DK3), B1 ve D1 birleştirilerek İç Koridor 1 (İK1), B2 ve D2 birleştirilerek İç Koridor 2 (İK2), B3 ve D3 birleştirilerek İç Koridor 3 (İK3), B4 ve D4 birleştirilerek İç Koridor 4 (İK4) oluşturuldu. C1 alanı Merkez Koridor 1 (MK1), C2 alanı Merkez Koridor 2 (MK2) olarak adlandırıldı. C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9, C10 ve C11 alanları birleştirilerek Gol Bölgesi olarak adlandırıldı. Şut öncesi bir pas olmayan şutlarda (duran toplardan direkt, sahipsiz toplarla ve ikili mücadele sonrası kazanan toplar sonrasında atılan şutlarda) ise pas bölgesi X olarak adlandırıldı. Şut pası bölgeleri ve şut bölgeleri Şekil 1’de sunulmuştur.



Şekil 1. İstatistiksel analiz için şut pası bölgeleri ve şut bölgeleri

Bulgular

Bu bölümde atılan şutlarda, hücum türü, şut pası alanı, şut pası türü, şut alanı, şut aksiyonu, topa vuruş şekli parametrelerinin frekans dağılımları ve şut sonucuna etkisi sunuldu. Çalışmada 3719 şut verisinin istatistiksel analizi yapıldı. Atılan tüm şutların %12’i G (450), %28,5’i İ (1060), %2’si DD (76), %22,5’i E (838) ve %34,8’i O (1295) olarak sonuçlandı.

Tablo 2. HT, PT, TVŞ, ŞA, ŞB ve ŞPB’nin şut sonucuna etkisi

Parametreler	X ²	Serbestlik Derecesi (df)	Anlamlılık Derecesi (p)
Hücum Türü	360,023	16	.000*
Pas Türü	172	12	.001*
Topa Vuruş Şekli	218,253		.000**
Şut Aksiyonu	42,579	4	.000*
AO Şut Bölgesi	409,446		.000**
AO DV Şut Pası Bölgesi	114,215		.000**
AO EV Şut Pası Bölgesi	50,17		.069**

*Person Ki Kare, ** Ki Kare Fisher-Freeman-Halton Exact testi Monte Carlo simülasyonu

Atılan şutlar HT'e göre sınıflandırıldı. Şutların %76'sı akan oyundan (AO) gerçekleşirken, %1,4'ü taç (T), %10,8'i korner (K), %9,9'u serbest vuruş (SV), %1,9'u ise penaltıdan (P) gerçekleşti. Gerçekleşen şutlarda hücum türünün şut sonucu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı etkisi olduğu bulundu (Tablo 2, $p=0,000<0,05$).

Tablo 3. Şut sonuçlarının hücum türlerine göre frekans dağılımı

	Hücum Türü	Sonuç					Toplam	
		G	İ	DD	E	O		
D U R A N	Akan Oyun	N	320	855	58	651	944	2828
		%HT	11.3 %	30.2 %	2.1 %	23.0 %	33.4 %	100.0 %
		%ŞS	71.1 %	80.7 %	76.3 %	77.7 %	72.9 %	76.0 %
	Taç	N	3	12	1	13	23	52
		%HT	5.8 %	23.1 %	1.9 %	25.0 %	44.2 %	100.0 %
		%ŞS	0.7 %	1.1 %	1.3 %	1.6 %	1.8 %	1.4 %
T O P L A R	Korner	N	40	83	10	80	188	401
		%HT	10.0 %	20.7 %	2.5 %	20.0 %	46.9 %	100.0 %
		%ŞS	8.9 %	7.8 %	13.2 %	9.5 %	14.5 %	10.8 %
	Serbest Vuruş	N	30	99	6	93	139	367
		%HT	8.2 %	27.0 %	1.6 %	25.3 %	37.9 %	100.0 %
		%ŞS	6.7 %	9.3 %	7.9 %	11.1 %	10.7 %	9.9 %
Penaltı	N	57	11	1	1	1	71	
	%HT	80.3 %	15.5 %	1.4 %	1.4 %	1.4 %	100.0 %	
	%ŞS	12.7 %	1.0 %	1.3 %	0.1 %	0.1 %	1.9 %	

G: Gol, İ: İsbetli, DD: Direkten Dönen, E: Engellenen, O: İsbetsiz, N; Frekans, %HT: Hücum Türü Yüzdesi, %ŞS: Şut Sonucu Yüzdesi

Atılan gollerin çoğunluğunun %71,1 ile AO'dan gerçekleştiği tespit edildi. AO'dan atılan şutların ise %11,3'ü G ile sonuçlanırken, %30,2'si İ, %2,1'i DD, %23'ü E ve %33,4'ü O olarak sonuçlandı belirlendi (Tablo 3).

Atılan şutlar pas türüne göre sınıflandırıldı. Şutların %48,4'ü yerden (Y), %27,1'i havadan (H), %17,8'i sahipsiz toplardan (S), %6,7'si öncesinde bir pas olmadan (X), atılan şutlardan gerçekleşti. Gerçekleşen şutlarda hücum türünün şut sonucu üzerinde istatistiksel olarak anlamlı etkisi olduğu bulundu (Tablo 2, $p=0,001<0,05$).

Tablo 4. Şut sonuçlarının pas türüne göre frekans dağılımı

	Pas Türü	Sonuç					Toplam
		G	İ	DD	E	O	
Havadan	N	125	276	30	129	447	1007
	%PT	12.4 %	27.4 %	3.0 %	12.8 %	44.4 %	100.0 %
	%ŞS	27.8 %	26.0 %	39.5 %	15.4 %	34.5 %	27.1 %
Yerden	N	181	552	35	474	557	1799
	%PT	10.1 %	30.7 %	1.9 %	26.3 %	31.0 %	100.0 %
	%ŞS	40.2 %	52.1 %	46.1 %	56.6 %	43.0 %	48.4 %
Sahipsiz	N	77	161	9	181	235	663
	%PT	11.6 %	24.3 %	1.4 %	27.3 %	35.4 %	100.0 %
	%ŞS	17.1 %	15.2 %	11.8 %	21.6 %	18.1 %	17.8 %
Diğer	N	67	71	2	54	56	250
	%PT	26.8 %	28.4 %	0.8 %	21.6 %	22.4 %	100.0 %
	%ŞS	14.9 %	6.7 %	2.6 %	6.4 %	4.3 %	6.7 %
Toplam	N	450	1060	76	838	1295	3719
	%PT	12.1 %	28.5 %	2.0 %	22.5 %	34.8 %	100.0 %
	%ŞS	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %

G: Gol, İ: İsbetli, DD: Direkten Dönen, E: Engellenen, O: İsbetsiz, N; Frekans, %PT: Pas Türün Yüzdesi, %ŞS: Şut Sonucu Yüzdesi

Atılan şutlarda gollerin %40,2 Y paslarla gerçekleştiği tespit edildi. Yerden atılan pasların %10,1'i G olurken, %31,1'i O, %30,7'si İ, %26,3'ü E ve %1,9'u DD olarak sonuçlanmaktadır. Gollerin %27,8'i ise havadan atılan paslardan gerçekleşmektedir. Havadan atılan pasların, %12,4'ü G ile sonuçlanırken, %44,4'ü O, %27,4'ü İ, %12,8'i E ve %3'ünün DD ile sonuçlandığı tespit edildi (Tablo 4).

Şutlar, şut öncesi aksiyona göre sınıflandırıldı. Atılan şutların %75,1'i direkt vuruş (DV), %24,9'u eksilterek yapılan vuruşlarla (EV) gerçekleşti. Atılan şutlarda şut aksiyonunun şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi olduğu bulundu (Tablo 2, $p=0,000<0,05$).

Tablo 5. Şut sonuçlarının şut aksiyonuna göre frekans dağılımı

Şut Aksiyonu		Sonuç				Toplam	
		G	İ	DD	E		O
Direkt Vuruş	N	368	758	58	584	1025	2793
	%ŞA	13.2 %	27.1 %	2.1 %	20.9 %	36.7 %	100.0 %
	%ŞS	81.8 %	71.5 %	76.3 %	69.7 %	79.2 %	75.1 %
Eksilterek	N	82	302	18	254	270	926
	%ŞA	8.9 %	32.6 %	1.9 %	27.4 %	29.2 %	100.0 %
	%ŞS	18.2 %	28.5 %	23.7 %	30.3 %	20.8 %	24.9 %
Toplam	N	450	1060	76	838	1295	3719
	%ŞA	12.1 %	28.5 %	2.0 %	22.5 %	34.8 %	100.0 %
	%ŞS	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %

G: Gol, İ: İsbetli, DD: Direkten Dönen, E: Engellenen, O: İsbetsiz, N; Frekans, %TVŞ: Topa Vuruş Şekli Yüzdesi, %ŞS: Şut Sonucu Yüzdesi

Şutlarda gollerin %81,8'i DV ile gerçekleşti. Şut aksiyonlarının gol olma oranlarına bakıldığında, DV %13,2 oranında G, EV %8,9 oranında G ile sonuçlanmaktadır. Bununla birlikte DV %20,9 oranında engellenirken EV %27,4 oranında engellenmektedir (Tablo 5).

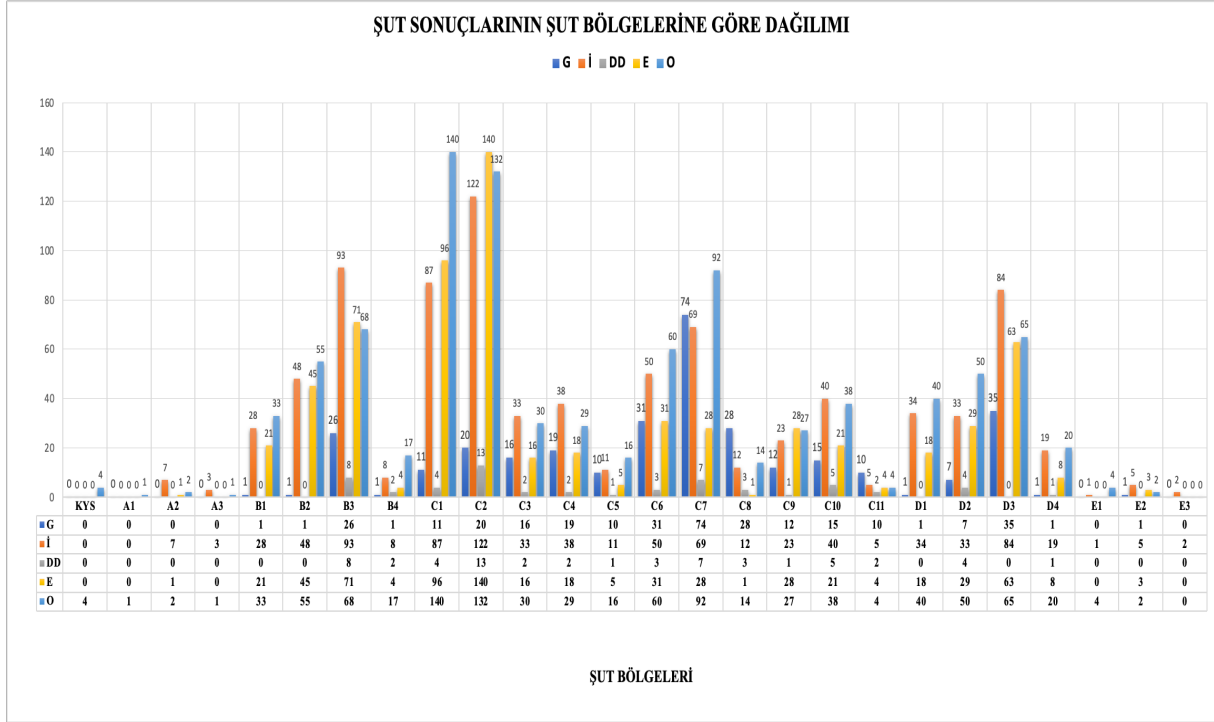
Atılan şutlar topa vuruş şekline göre sınıflandırıldı. Şutların %84,5'i ayak (A), %15,3'ü kafa (K) ve %0,2'si diğer uzuvlar (D) ile yapılan vuruşla gerçekleşti. Atılan şutlarda topa vuruş şeklinin şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi olduğu bulundu (Tablo 2, $p=0,00<0,05$).

Tablo 6. Şut sonuçlarının topa vuruş şekline göre frekans dağılımı

Topa Vuruş Şekli		Sonuç				Toplam	
		G	İ	DD	E		O
Ayak	N	383	899	56	816	989	3143
	%TVŞ	12.2 %	28.6 %	1.8 %	26.0 %	31.5 %	100.0 %
	%ŞS	85.1 %	84.8 %	73.7 %	97.4 %	76.4 %	84.5 %
Kafa	N	67	159	20	21	301	568
	%TVŞ	11.8 %	28.0 %	3.5 %	3.7 %	53.0 %	100.0 %
	%ŞS	14.9 %	15.0 %	26.3 %	2.5 %	23.2 %	15.3 %
Diğer	N	0	2	0	1	5	8
	%TVŞ	0.0 %	25.0 %	0.0 %	12.5 %	62.5 %	100.0 %
	%ŞS	0.0 %	0.2 %	0.0 %	0.1 %	0.4 %	0.2 %
Toplam	N	450	1060	76	838	1295	3719
	%TVŞ	12.1 %	28.5 %	2.0 %	22.5 %	34.8 %	100.0 %
	%ŞS	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %

G: Gol, İ: İsbetli, DD: Direkten Dönen, E: Engellenen, O: İsbetsiz, N; Frekans, %TVŞ: Topa Vuruş Şekli Yüzdesi, %ŞS: Şut Sonucu Yüzdesi

Atılan şutlarda gollerin %85,1'i A yapılan vuruş ile gerçekleşti. Topa vuruş şekillerinin gol olma oranlarına bakıldığında A ile atılan şutların %12,2'si G olurken, K ile yapılan vuruşların %11,8'i G olarak sonuçlanmaktadır. Topa vuruş şekillerinin isbetsiz olarak sonuçlanma oranlarına bakıldığında K ile yapılan vuruşların %53'ü, A ile yapılan vuruşların %31,5'i O olarak sonuçlanmaktadır (Tablo 6).

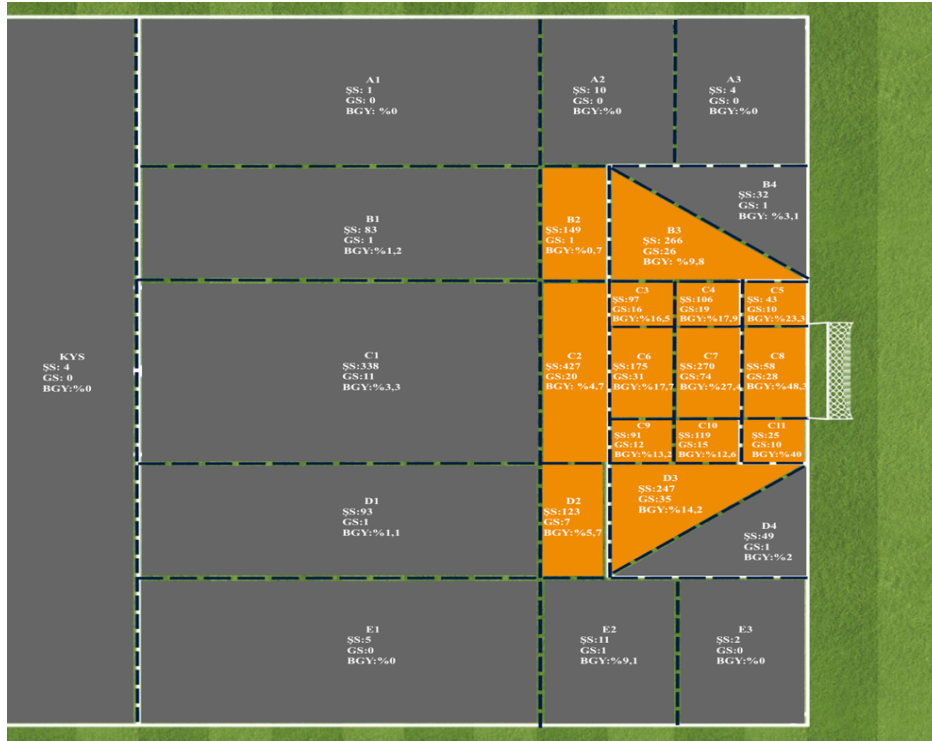


Şekil 2. AO'da şut sonuçlarının şut bölgelerine göre frekans dağılımı

Gerçekleşen şutlar, şut bölgesine göre sınıflandırıldı. Frekans dağılımına göre en çok şut atılan 3 bölge; %13,6 ile C2, %13,2 ile C7 ve %12,3 ile C1 olduğu tespit edildi. Şutlarda C7 bölgesinin penaltı atışı alanı olması ve diğer bölgelerde SV, K ve T gibi duran topların kullanıldığı alanlar olması nedeniyle şut bölgelerinin şut sonucuna etkisinin analizinin güvenilirliğini etkilememesi için şut bölgelerinin şut sonucuna etkisi akan oyundan atılan şutların analiz edilmesiyle sınırlı. Akan oyundan atılan şutlarda şut bölgesinin şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulundu (Tablo 2, $p=0,000<0,05$).

Akan oyundan atılan şutların bölgelere göre frekans dağılımı; C2 (%15,1), C1 (%12), C7 (%9,5), B3 (%9,4), D3 (%8,7) C6 (%6,2), B2 (%5,3), D2 (%4,3), C10 (%4,2), C4 (%3,7), C3 (%3,4) D1 (%3,3), C9 (%3,2), B1 (%2,9), C8 (%2,1), C5 (%1,5), D4 (%1,7), B4 (%1,2) tespit edildi (Şekil 2).

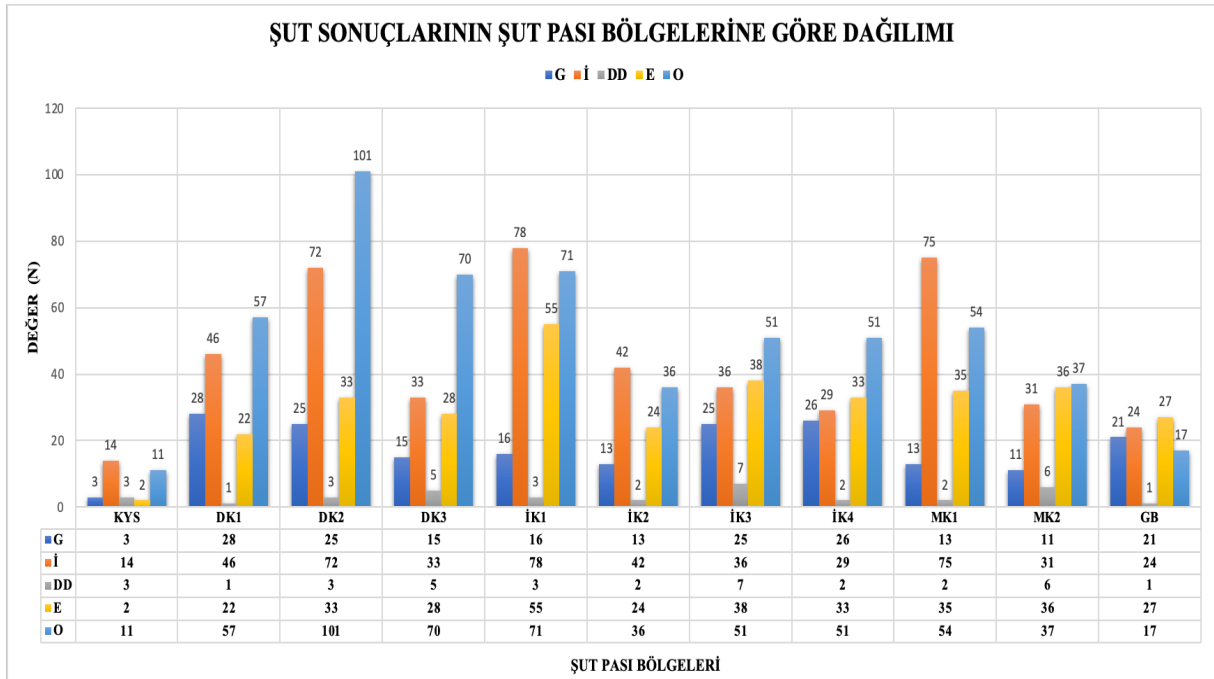
Akan oyundan atılan şutlarda goller en çok sırasıyla; C7 (%23,1), D3 (%10,9), C6 (%9,7), C8 (%8,8), B3 (%8,1) bölgelerinden gerçekleşmiştir. Şut bölgelerinden atılan şutların gol olma oranlarına bakıldığında gol olma oranı en yüksek bölgeler; C8 (%48,3), C11 (%40), C7 (%27,4), C5 (%23,3) ve C4 (%17,9) bulundu (Şekil 2).



*ŞS: Şut Sayısı, *GS: Gol Sayısı, *BGY: Bölgeden atılan şutun gol olma yüzdesi

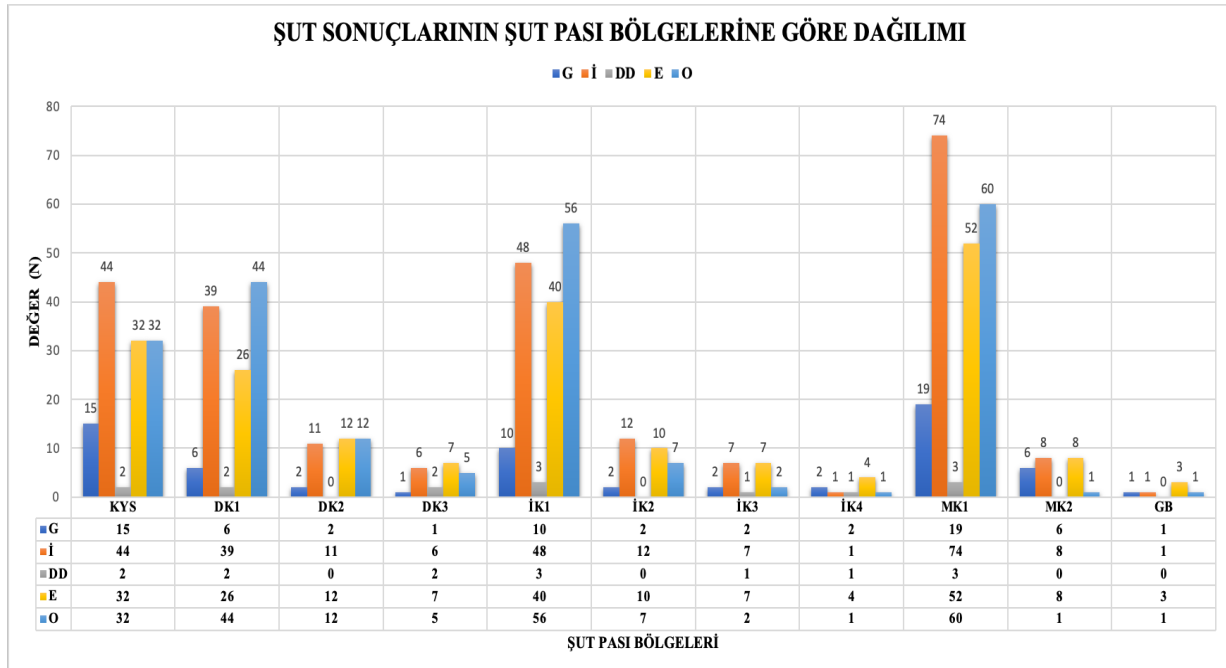
Şekil 3. Şut bölgelerinde şut sayılarının, gol sayılarının ve bölgeden atılan şutların gol olma oranlarının dağılımı

Akan oyundan bir pas sonrası gerçekleştirilen 2353 şut, şut pası bölgelerine göre sınıflandırıldı. Bir pas sonrası gerçekleştirilen şutlarda, şut pası bölgesinin şut sonucuna etkisi DV (1600) ve EV (753) ile yapılan şutlar için ayrı ayrı sınılandı. AO'dan bir pas sonrasında DV ile gerçekleşen şutlarda, şut pası bölgesinin şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulundu (Tablo 2, $p=0,000 < 0,05$).



Şekil 4. AO'dan DV ile gerçekleşen şutlarda, şut sonuçlarının şut pası bölgelerine göre frekans dağılımı

AO'dan bir pas sonrasında DV ile gerçekleşen şutlarda paslar en çok DK2 (%14,6) ve İK1'den (%13,9) gerçekleşti. AO'dan DV ile gerçekleşen gollerin en çok DK1 (%14,3) ve İK4'ten (%13,3) gönderilen paslardan sonra gerçekleştiği tespit edildi. Şut pası bölgelerinden gönderilen pasların gol olma oranları incelendiğinde en yüksek gol olma oranı GB (%23,3), İK4 (%18,4) ve DK1'de (%18,2) bulundu (Şekil 4).



Şekil 5. AO'dan EV ile gerçekleşen şutlarda, şut sonuçlarının şut pası bölgelerine göre frekans dağılımı

AO'dan bir pas sonrasında EV ile gerçekleşen 753 şutta, şut pası bölgesinin şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulunmamaktadır (Tablo 2, $p=0,069>0,05$).

Akan oyundan EV ile gerçekleşen şutlarda paslar en çok MK1 (%27,6) ve İK1'den (%20) gönderildi. AO'dan EV ile atılan şutlarda gollerin en çok MK1 (%28,8) ve KYS'den (%22,7) atılan paslardan sonra gerçekleşti. AO'dan EV ile gerçekleşen şutlarda pas bölgelerinden atılan pasların gol olma oranlarına bakıldığında en yüksek gol olma oranı MK2 (%26,1) ve İK4'ten (%22,2) atılan paslarda oldu (Şekil 5).

Tartışma ve Sonuç

Çalışmanın amacı STSL 2020-2021 sezon sonu puan sıralamasında ilk 4 ve son 4 sıradaki takımların attığı şutlarda HT, PT, ŞA, TVŞ, ŞB ve ŞPB parametrelerinin şut sonucuna etkisini analiz etmektir. Bu bağlamda çalışmanın temel sonucu olarak HT, PT, ŞA ve TVŞ parametrelerinin şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulundu. Bununla birlikte AO'dan atılan şutlarda ŞB'nin şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulundu (Tablo 2). ŞPB'sinin AO DV ile atılan şutlarda şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulunurken, AO EV ile yapılan vuruşlarla atılan şutlarda ŞPB'nin şut sonucuna istatistiksel olarak anlamlı etkisi bulunamadı (Tablo 2).

Araştırmada elde edilen verilere göre atılan şutların hücum türünde %76'sı AO, %1,4'ü T, %10,8'i K, %9,9'u SV ve %1,9'u P'dan gerçekleşti. Duran toplar atılan şutların %24'ünü kapsamaktadır. Bu şutlarda gollerin çoğunluğu %71,1 ile AO gerçekleşti. Bununla birlikte gollerin %0,7'si T atışından, %8,9'u K, %6,7'si SV ve %12,7'si P'dan atıldığı tespit edildi (Şekil 3).

Literatürdeki sonuçlar çalışmamızla benzer şekilde en çok golün akan oyundan gerçekleştiğini bildirmektedir (Mitrotasios, 2014; Alibeyoğulları, 2018; Çobanoğlu, 2019; Bozkurt, 2022). Ancak bu hücum türlerinden gerçekleşen şutların hangi oranda gol olduğu ile ilgili araştırmaya rastlanmamıştır. Hücum türlerinin gol olma oranına yüzdelere AO'dan atılan şutların %11,3'ü gol olurken, K'den atılan şutların %10'u, SV'tan atılan şutların %8,2'si, T'tan atılan şutların %5,8'i ve P'dan atılan şutların %80,3'ü gol olmaktadır. AO ile birlikte duran toplardan K ve SV önemli oranda gol olma yüzdesine sahiptir. Takımların duran top organizasyonlarını geliştirmeleri gol sayılarını arttırmalarını sağlayabilir.

Bu araştırmada elde edilen verilere göre atılan şutların pas türünde %48,4'ü Y, %27,1'i H atılan paslardan sonra gerçekleşirken, %17,8'i S ve %6,7'si öncesinde bir pas olmadan (X) gerçekleşti. Atılan şutlarda gollerin, %40,2'si Y, % 27,8'i H, %17,1'i S ve %14,9'u öncesinde bir pas olmadan meydana gelmiştir.

İmamoğlu ve ark. (2006) FİFA Dünya Kupasında atılan golleri inceledikleri çalışmalarında golden önceki pasların %52,5'inin yerden, %47,5'inin havadan gönderildiğini ifade etmiştir (İmamoğlu ve ark., 2007). Bu sonuçlar sahipsiz toplar ve bir pas olmadan meydana gelen goller çıkarıldığında araştırmamızla benzerlik göstermektedir. Araştırmamızda gollerin çoğu yerden gönderilen pas sonrasında gerçekleşmesine rağmen şut öncesi pas türünün gol olma oranında durum farklıdır, H gönderilen paslardan sonra atılan şutların %12,4'ü gol olurken, Y gönderilen paslarla atılan şutların %10,1'i gol olmaktadır. Araştırmamızın verilerinde Y gönderilen pasla atılan şutların H gönderilen pasla atılan şutlara göre daha yüksek oranda engellendiğini bildirilmektedir. Bununla birlikte Y gönderilen paslarla atılan şutların H gönderilen paslarla atılan şutlara göre daha yüksek oranda isabetli olmaktadır. Takımların şut pasında yerden pası tercih etmeleri isabetli şut atma sıklığını arttırarak gol sayılarını arttırabilir öte yandan H gönderilen paslarda isabeti geliştirmeleri de gol sayılarını arttırabilir. Bu çalışmanın pas türü değişkenindeki önemli bulgularından biri de sahipsiz toplardır. Sahipsiz toplarla gerçekleştirilen şutlar önemli düzeyde G (%11,6) ve İ (%24,3) olma oranlarına sahiptir. Buna göre takımların rakip ceza sahası içerisinde ve çevresinde sahipsiz top kazanmaları gol sayılarını arttırabilir.

Bu araştırmada elde edilen verilere göre atılan şutların %75,1'i DV, %24,9'u EV ile gerçekleşmektedir. Atılan şutlarda gollerin %81,8'i DV, %18,2'si EV ile gerçekleşmektedir.

Literatürde şut öncesi aksiyonun incelendiği çalışma sınırlıdır, 2006 FİFA Dünya Kupasında atılan goller incelendiğinde gollerin %83,1'i direkt vuruşla, %16,9'u oyuncu eksilterek meydana geldiği bulunmuştur (İmamoğlu ve ark., 2007). Benzer şekilde 2016 Avrupa Şampiyonasında atılan gollerde, golden önceki aksiyon incelendiğinde gollerin %89,8'i direkt vuruş ile gerçekleştiği bildirilmiştir (Çebi ve ark., 2016). Bu sonuçlar çalışma ile örtüşmektedir. Çalışmamızda atılan şutların gol olma oranına bakıldığında DV ile atılan şutların %13,2'si, EV ile atılan şutların %8,9'u gol olmaktadır. Şutun diğer sonuçlarından olan O ve E durumuna bakıldığında DV ile atılan şutlar EV ile atılan şutlara göre daha yüksek oranda O olurken, EV ile atılan şutlar DV ile atılan şutlara göre daha yüksek oranda engellenmektedir. Bu durum DV ile gerçekleşen şutların vuruş kalitesi (şiddet ve yön), pozisyon ve şutu atan oyuncunun şuta hazır olması şutun isabetini etkilerken, EV ile atılan şutlarda oyuncu ve alan eksiltirken rakip savunmanın pozisyon alması ve şut engellemeye hazırlanmasını sağladığı düşünülmektedir. Takımların gol sayılarını arttırmak için hücumda

topsuz oyuncuların oyuncu ve alan eksiltmeden şuta hazır olmaları sağlayabilir. Bunun için şut antrenmanlarında konumlanma ve rakipli sonuçlandırma çalışmaları ile şuta hazır bulunmaları geliştirilebilir.

Bu araştırmada elde edilen verilere göre atılan şutların %84,5'i A, %15,3'ü K ve %0,2'si D ile gerçekleşmiştir. Atılan şutlarda gollerin %85,1'i A, %14,9'u K ile gerçekleşmiştir. Literatürdeki sonuçlar çalışmamızla benzer şekilde gollerin çoğunluğunun ayakla yapılan vuruşlarla geldiğini bildirmiştir (Işık, 1999; Yolgörmez, 2018; Çobanoğlu, 2019; Bozkurt, 2022). Atılan şutlarda TVŞ'de G ve İ olma oranları benzerdir; A ile yapılan vuruşların %12,2'si G, %28,6'sı İ olurken, K ile yapılan vuruşların %11,8'i G, %28'i İ olarak sonuçlanmaktadır. A ve K ile yapılan vuruşlar E ve O olarak sonuçlanmada farklılaşmaktadır. A ile yapılan vuruşlar K ile yapılan vuruşlara göre daha yüksek oranda E ile sonuçlanırken, K ile yapılan vuruşlar A ile yapılan vuruşlara göre daha yüksek oranda O olarak sonuçlanmaktadır. Bu durumda takımların hücum stratejilerinde yüksek top ve kenar orta yaparak kafa vuruşu ile hücumu sonuçlandırmayı hedefleyen takımlarda kafa vuruşunun isabetinin arttırmaya yönelik çalışmalar, ayak vuruşu ile hücumu sonuçlandırmayı hedefleyen takımlarda ise şutun engellenmeden kaleye ulaşmasına yönelik çalışmalar gol sayılarını arttırabilir.

Literatürde şutun atıldığı bölgeler çoğunlukla ceza sahası içi ve ceza sahası dışından atılma durumuna göre analiz edilmiştir (Işık, 1999; İmamoğlu, 2007; Alibeyoğulları, 2018; Demir, 2022). Bu araştırmada şutlar 27 farklı bölgeden atılma durumuna göre incelendi elde edilen verilere göre atılan şutların çoğunluğunu oluşturan ilk 3 bölge; %15,1 ile C2'den 427 şut, %12 ile C1'den 338 şut ve %19,5 ile C7'den 270 olmuştur. Ceza sahası içerisinde yer alan B4 ve D4 bölgeleri şutların %1,1'i ile %1,7'sini oluşturmaktadır, aynı bölgeler gollerin toplam %0,6'sını oluşturmaktadır. Bu bölgeler araştırmamız sonuçlarına göre hem az şutun atıldığı hem de şutların düşük oranda gole dönüştüğü bölgelerdir. Bu çalışmada B2 ve D2 bölgeleri ceza sahası dışında olup şutların %5,3'ü ile %4,3'ünü oluştururken gollerinde toplam %2,5'ini kapsamaktadır. Bununla birlikte çalışmamızda ceza sahası yayını kapsayan, C2 olarak ifade edilen bölge ise şutların %15,1'ini ve gollerin %6,3'ünü kapsamaktadır. Elde edilen verilere göre AO'dan gerçekleşen gollerin atıldığı bölgeler çoğunlukla; (%23,1) C7, (%10,9) D3, (%9,7) C6, (%8,8) C8, (%8,1) B3, (%6,3) C2, (%5,9) C4, (%5) C3, (%4,7) C10, (%3,8) C9, (%3,4) C1, (%3,1) C11, (%2,2) D2 bölgeleri olmuştur. Gollerin bu bölgelerdeki yoğunlaşması Mitrotasios'un (2019) farklı liglerde gol atma fırsatının oluşumunu analiz araştırmadaki gol beşgeni ifadesiyle bildirdiği alan ile benzemektedir. Bu araştırmada gollerin yoğunlaştığı (B3, B4, C3, C4, C5, C6, C7, C8, C9, C10, C11, D3, D4) bu alan gol altıgeni (GA) olarak tanımlanmıştır. Bununla birlikte daha özelden en çok golün atıldığı alan C7 bölgesidir. Bu sonuç, Yüksel ve ark. (2017) farklı Avrupa liglerinde atılan gollerin bölgelerini incelediği çalışmasında en çok golün meydana geldiği penaltı noktasını kapsayan alan olan GVA1 bölgesiyle benzerdir. Bu çalışma ile benzer şekilde; Bozkurt (2022), en çok golün ceza alanı içerisindeki altın alandan gerçekleştiğini, Çobanoğlu (2019), çalışmasında en çok golün penaltı çevresi olan 3. bölgeden gerçekleştiğini bildirmiştir. Michailidis ve ark. (2013), 2012 Avrupa Şampiyonasında gollerin çoğunluğunu penaltı noktasından geldiğini bildirmiştir. Çebi ve ark. (2016), 2016 Avrupa Şampiyonasında gollerin %85,2'sinin penaltı noktasından atılan şut ile gerçekleştiğini ifade etmiştir.

AO'dan atılan şutlarda şut bölgelerinin gol olma oranları incelendiğinde en yüksek gol yüzdesi C8 (%48,3), C11 (%40) ve C7 (%27,4) bölgelerinde görülmektedir. Bu sonuçlara göre AO'dan atılan şutlarda;

şut atma sıklığı ve atılan şutların gole dönüşme oranına göre en verimli bölge C7 bölgesidir. Literatürde şut bölgelerinden atılan gollerin gol olma yüzdelerine yönelik araştırmaya rastlanmamıştır. Takımların hücum ve savunma stratejilerinde şut ve gollerin gerçekleştiği genel çerçevede gol altıgenine daha özel çerçevede ise C7 bölgesine dikkat etmeleri, taktik antrenmanları buna göre planlamaları savunma ve hücum verimliliklerini arttırabilir.

Araştırmada D2 (7 G) bölgesi, B2 (1 G) bölgesinin simetrisi olmasına rağmen daha az şut sayısı ile daha yüksek gol olma yüzdesine sahiptir. Bu durum STSL 2020-2021 sezonunda sağ kanatta sol ayaklı şut becerisi yüksek Rachid Ghezzal gibi oyuncuların etkinliği ile ilişkili olabilir. Bununla birlikte Sofascore futbol istatistik web sitesine göre o sezon reytingi en yüksek formda oyuncuların ilk ikisi sol ayaklı şut becerisi yüksek oyunculardır (R. Ghezzal ve A. Bakasetas), kaleye atılan şutlarda sağdan sol ayak ile atılan şutlar ve soldan sağ ayaklı şutların gol olma sıklıkları sonraki çalışmalarda araştırılmalıdır.

Araştırmada elde edilen verilere göre AO'dan bir pas sonrasında DV ile gerçekleşen şutlarda pasların çoğunluğu DK2 (%14,6), İK1 (13,9) ve MK1'den (%11,2) gelmektedir. AO'dan DV ile gerçekleşen gollerde ise şut paslarının çoğu DK1 (%14,3), İK4 (%13,3), DK2 (%12,8) ve İK3'ten (%12,8) gelmektedir. AO DV ile atılan şutlarda gönderilen pasın asiste dönüşme oranı incelendiğinde GB (%23,3), İK4 (%18,4) ve DK1 (%18,2) oranında gönderilen paslar en yüksek oranda asiste dönüşmektedir.

Literatürde şut pası bölgesini inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Gol pasını inceleyen çalışma sayısı ise sınırlıdır. Bozkurt ve ark. (2022), gol öncesi pasların geldiği yeri sahanın boyuna (1., 2. ve 3. bölge) ve enine (sağ, merkez ve sol) olarak incelemiş en çok gol pasının 3. Bölgeden ve merkezden verildiğini ifade etmiştir. Çobanoğlu (2019), 2018 Dünya kupasında atılan gollerin analizinde asistlerin çoğunlukla (11,92) merkezde olan 9. bölgeden ve ceza sahası içerisinde rakip kaleye göre sağ ve sol tarafta bulunan (%11) 2. bölge ile (%11) 5. bölgeden geldiğini bildirmektedir.

AO'da DV ile gerçekleşen şutlarda hem şut pası atma sıklığı hem de atılan pasların gol olma yüzdesi dikkate alındığında DK1 ve İK4 bölgeleri gol sayısını arttırma açısından verimli şut pası bölgeleridir. Bu iki bölge rakip kaleye göre ters konumdadır. Bu durumda, dış koridordan atılan paslarda rakip savunmanın kale alanına yerleşmeden erken atılan pasların, iç koridordan atılan paslarda ise kale çizgisine inerken rakip savunma kale alanında konumlanacağı için dışarı çıkarılan pasların etkili olduğu düşünülmektedir. Takımların hücum stratejilerinde bu sonuçlara göre hücum planı geliştirmelerinin gol sayılarını arttıracığı düşünülmektedir. Bununla birlikte savunma stratejilerinde top DK1'deyken penaltı noktasına gönderilecek erken paslar ve top İK4'te çizgiye indiğinde geriye çıkarılacak paslara dikkat etmeleri gol yeme sayılarını azaltabilir.

Araştırmada elde edilen verilere göre AO'dan bir pas sonrasında EV ile gerçekleşen şutlarda pasların çoğunluğu rakip kaleden daha uzak alanlar olan; MK1 (%27,6), İK1 (%20,8) ve KYS'den (%16,6) gelmektedir. AO'dan bir pas sonrasında EV ile gerçekleşen şutlarda gollerin çoğunluğu, MK1 (%28,8), KYS (%22,7) ve İK1'den (%15,2) geldiği görülmektedir. Literatürde eksilterek atılan şutlarda pas bölgesinin şut sonucuna etkisinin incelendiği çalışmaya rastlanmamıştır. AO'dan bir pas sonrasında EV ile atılan şutlarda, şut pası bölgesinin sonuca etkisi oyuncunun alan ve/veya mesafe kat etmesinden dolayı azaldığı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın sonucunda, Türkiye STSL 2020-2021 sezonunda puan sıralamasında ilk 4 ve son 4 sıradaki takımların attıkları şutlardan elde edilen verilere göre; atılan goller daha çok akan oyundan, DK1 veya İK4 şut pası bölgelerinden OGB2 (C7) şut bölgesine yerden atılan paslardan sonra, ayak ile yapılan direkt vuruşla gerçekleşmektedir. Bu bilgiler ışığında takımların gol bulma yüzdelerini arttırmak için akan oyundan şut atma sıklıklarını arttırmaları önerilmektedir. Akan oyundan atacakları şutlarda pasların yerden atılması gol atma yüzdelerini arttıracaktır. Atılan şutlarda topa vuruş şeklinde ayakla atılan şutlarda şutun engellenmemesi için pozisyondaki futbolcunun oyuncu eksiltemeye ihtiyaç duymadan direkt vuruşla şut atması gol yüzdesini arttırırken, kafa vuruşu ile yapılan şutlarda ise kale alanına isabet gol yüzdelerini arttırabilir. Akan oyundan direkt vuruşla atılan şutlarda OGB'sinin hedef bölge olarak alınması, bu bölgeye atılan paslarda dış koridorda kale çizgisine inmeden atılan (erken ortalar) pasların kullanılması, iç koridorda ise kale çizgisine inerek çıkartılan pasların kullanılması takımların gol bulma yüzdelerini arttırabilir.

Gol, atılan şutun sonuçlarından en önemlisidir ancak buzdağının sadece bir kısmıdır. Şutun beş sonucunu inceleyen çalışmaların yapılması buzdağının tamamını görmek için önemlidir. Antrenörlerin taktik antrenmanları, savunma ve hücum stratejilerini şut sonucunu etkileyen parametreleri dikkate alarak planlamaları önerilmektedir.

Çıkar Çatışması

Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Etik Kurul İzni ile İlgili Bilgiler

Marmara Üniversitesi, Onay Tarihi: 18.04.2022, Onay Sayısı:50

Kaynaklar

- Alibeyoğulları, C. (2018). *EURO 2016 Avrupa futbol şampiyonasında atılan gollerin analizi*. Yüksek Lisans Tezi. Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.
- Bozkurt, S., Arslan, D., Arslan., D. M. (2022). Türkiye Futbol Süper Ligi 2020-2021 sezonu gollerinin analizi (4 büyükler örneği): Tanımlayıcı araştırma. *Türkiye Klinikleri J Sports Science*, 14(3), 275-84. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2021-87755>.
- Carling, C., Reilly, T., Williams, A. M. (2005). Handbook of soccer match analysis: A systematic approach to improving performance. *Psychology Press*, 32-38.
- Castellano, J, Casamichana, D, Lago, C. (2012). The use of match statistics that discriminate between successful and unsuccessful soccer teams. *Journal Humanm Kinetics*, 31, 139-47.
- Cebi, M., Elioş, M., Islamoğlu, I., ve Yamak, B. (2016). 2016 European football championship goal analysis. *Scientific Review*, 10, 1-13.
- Çobanoğlu, H.O. (2019). Analysis of goal scored on russia world cup 2018. *Journal of Education and Training Studies*, 7(2), 184-191.
- Demir, R. (2022). *2019-2020 futbol sezonunda Avrupa'daki üç ligde atılan gollerin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Kütahya.
- Drust, B., Atkinson, G., and Reilly, T. (2007). Future perspectives in the evaluation of the physiological demands of soccer. *Sports Medicine*, 37, 783-805. <https://doi.org/10.2165/00007256200737090-00003>.

- Gonzalez-Rodenas, J., Mitrotasios, M., Aranda R., & Armatas, V. (2020). Combined effects of tactical, technical and contextual factors on shooting effectiveness in European professional soccer. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 20(2), 280-293. <https://doi.org/10.1080/24748668.2020.1743163>
- Gürkan, O., Cihan, B.B., Yıldırım, M. ve Gümüşdağ, H. (2019). 2018 Dünya kupasında müsabakaları kazanan ve kaybeden takımların bazı performans parametrelerinin karşılaştırılması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4), 426-436.
- Hughes, M., Franks, I. (2005). Analysis of passing sequences, shots and goals in soccer. *Journal Sports Science*. 23(5), 509-514. <https://doi.org/10.1080/02640410410001716779>.
- Işık, O. (1999). *1996 Avrupa şampiyonası gol analizleri ve Türk Milli takımının ikili mücadele-pas analizleri*. Yüksek Lisans Tezi. Trakya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- İmamoğlu, O., Çebi, M., Kılıçgil, E. (2007). 2006 FIFA Dünya kupasındaki gollerin teknik ve taktik kriterlere göre analizi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 157-165.
- Kapelman, A.E., Kızılet, A., Bozdoğan, T. (2022). The effect of game strategies on the physiological, physical, and technical loads of soccer players. *Ann Appl Sport Science*, 10(1).
URL: <http://aassjournal.com/article-1-1014-en.html>
- Kapelman, A.E. (2013). *Futbolda savunma esnasında kazanılan toplarla yapılan farklı hücum çeşitlerinin müsabaka sonucuna etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul.
- Kempe, M., Vogelbein, M., Memmert, D., Nopp, S. (2014). Possession vs. direct play: Evaluating tactical behavior in elite soccer. *International Journal Sports Science*, 4, 35–41.
- Mehta, C. R., & Patel, N. R. (2011). *IBM SPSS exact tests*. Armonk, NY: IBM Corporation.
- Michaildis Y., Michaildis, C., Primpa E. (2013). Analysis of goals scored in European Championship 2012. *Journal Human Sport Exercise*, 8,(2), 367-375.
- Mićović, B., Leontijević, B., Dopsaj, Janković, A., Milanović, Z. and Garcia Ramos, A. (2023). The Qatar 2022 World Cup warm-up: Football goal-scoring evolution in the last 14 FIFA World Cups (1966–2018). *Front. Psychology*, 13, 954876. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.954876>.
- Mitrotasios, M., Armatas, V. (2014). Analysis of goal scoring patterns in the 2012 European Football championship. *Sports Journal*, 1, 1–11.
- Mitrotasios, M., Gonzalez-Rodenas, J., Armatas, V., & Aranda, R. (2019) The creation of goal scoring opportunities in professional soccer: Tactical differences between Spanish La Liga, English Premier League, German Bundesliga and Italian Serie A. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 19(3), 452-465. <https://doi.org/10.1080/24748668.2019.1618568>
- Özdamar, K. (1997). *Paket programlar ile istatistiksel veri analizi*. Anadolu Üniversitesi Yayınları. Fen Fakültesi Yayınları, Eskişehir.
- Ulucan, Y. (2021). *Değişen futbolda kalecilerin rolü: UEFA şampiyonlar ligi örneği*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Wright, C., Atkins, S., Polman, R., Jones, B., Lee, S. (2011). Factors associated with goals and goal scoring opportunities in professional soccer. *International Journal Performance Anal Sports*, 11(3), 438–449. <https://doi.org/10.1080/24748668.2011.11868563>.
- Yolgörmez, A. (2018). *Türkiye futbol süper liginde atılan gollerin teknik analizi*. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Yüksel, Y., Taşcıoğlu, R., Cerrah, A.O. (2017). Third zone attacking organization analysis of European Football Leagues. *JOİMAR*, 4(2), 47-58.

Ziyagil, M.A., ve Kesilmis, M.M. (2017). Technical performance analysis of goalkeepers with respect to the sidedness in Turkish Soccer Super league. *New Trends and Issues Proceedings on Humanities and Social Sciences*, 05, 66-70.

İnternet Erişim Kaynakları

<https://instatsport.com>, 26.07.2022

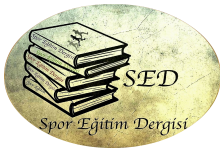
<https://www.sofascore.com/tr/turnuva/futbol/turkey/super-lig/52>, 20.06.2023

Makale Alıntısı

Akçal, E., Kızılet, A., Kızılet, T., Varlı, R. (2023). Futbol Süper Ligi 2020-2021 Sezonunda Atılan Şutların Analizi [Analysis of Shots Taken in Football Super League 2020-2021 Season], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 242-256.



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



Üniversitelerin Spor Bilimleri Fakültelerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Davranışlarının İncelenmesi

Emrah ŞENGÜR¹, Gürkan YILMAZ², İzzet TURASAN³

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 09.10.2023

Kabul Tarihi: 17.12.2023

Online Yayın Tarihi:

17.12.2023

Anahtar Kelimeler:

Beslenme, Spor Bilimleri
Yeme Davranışı

DOI:

10.55238/seder.1373290

Amaç: Bu çalışmanın amacı çeşitli üniversitelerde öğrenim gören Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin yeme davranışlarının belirlenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya 500 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak Yetişkin Yeme Davranışı Ölçeği (YYDÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 24 programı kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalarda Independent T testi, üç ve üzeri grupların karşılaştırılmasında ise One Way ANOVA testi kullanılmıştır.

Bulgular: Verilerin analizi sonucunda cinsiyet değişkenine göre yemek keyfi ve besin seçiciliği alt boyutlarında kadın öğrenciler lehine fark tespit edilmiştir. Bölüm değişkenine göre yemek keyfi, tokluk hissi, duygusal yetersiz yeme, besin seçiciliği ve yavaş yeme alt boyutlarında anlamlı düzeyde fark olduğu tespit edilmiştir. Yaş değişkenine göre ve sınıf değişkenine göre yemek keyfi ve besin seçiciliği alt boyut karşılaştırmasında anlamlı fark tespit edilmiştir. Barınma değişkenine göre yemek keyfi alt boyutunda anlamlı düzeyde fark olduğu farkın aile ile yaşayanlar lehine olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç: Öğrencilerin yeme davranışlarının incelenmesinde ortalamasının üstünde bir davranışa sahip oldukları tespit edilmiştir. Beslenme davranışlarının kontrol etmelerinin sportif performanslarının daha yüksek olmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Examination of Eating Behaviors of Students Studying in Sports Sciences Faculties of Universities

Abstract

Article Info

Received: 09.10.2023

Accepted: 17.12.2023

Online Published:

17.12.2023

Keywords:

Nutrition, Sports Sciences,
Eating Behavior

Aim: The aim of this study was to determine the eating behaviors of students in the Faculty of Sports Sciences studying at various universities.

Method: 500 students participated in the study voluntarily. Adult Eating Behavior Scale (AEBQ) was used as a data collection tool in the study. SPSS 24 program was used to analyze the data. Independent T test was used for pairwise comparisons, and One Way ANOVA test was used for comparisons of three or more groups.

Results: Because of the analysis of the data, a difference was detected in favor of female students in the sub-dimensions of food enjoyment and food selectivity according to the gender variable. It was determined that there was a significant difference in the sub-dimensions of food enjoyment, feeling of fullness, emotional undereating, food selectivity, and slow eating according to the department variable. A significant difference was detected in the comparison of food enjoyment and food selectivity sub-dimensions according to age and class variables. It has been determined that there is a significant difference in the food enjoyment sub-dimension according to the accommodation variable and that the difference favors those living with their family.

Conclusion: When examining the students' eating behaviors, it was determined that they had above-average behavior. Controlling their nutritional behavior will contribute to higher sports performance.

¹Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Niğde/Türkiye, E-mail: emrahsengur51@gmail.com, **ORCID:** <https://orcid.org/0000-0001-5092-2300>

²Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Niğde/Türkiye, E-mail: gyilmaz@ohu.edu.tr, **ORCID:** <https://orcid.org/0000-0001-6432-1143>

³Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Niğde/Türkiye, E-mail: izzet.turasan@gmail.com, **ORCID:** <https://orcid.org/0000-0003-4471-8922>

Giriş

Sağlıklı beslenme, vücudun ihtiyaç duyduğu makro ve mikro besin maddelerini alarak bireylerin genel sağlığını korumak ve iyileştirmek amacıyla uygulanan beslenme türüdür (Soylu, 2021; Baysal, 2007). Bu tür bir beslenme rutinine sahip olmak bireylerin dengeli bir beslenme anlayışına sahip olmalarına, ölçülü tüketim, rafine bir şekilde üretilen ürünlerden uzak durma, sağlıksız yağ tüketiminden kaçınma ve bol su tüketme vb. anlayışlar ile sağlık beslenme alışkanlığı kazanma durumlarıdır (Yılmaz ve ark., 2022; Arslan ve ark., 2016). Bu kazanımlarla beraber bireylerin enerji seviyeleri artmakta, bağışıklık sistemleri güçlenmekte ve uzun vadede sağlıklı bir yaşam tarzına sahip olmaktadır. Özellikle üniversite dönemi sağlıklı yaşam düzeninin oluşmasındaki önemli dönemlerden bir tanesidir (Yılmaz ve ark., 2022).

Üniversite döneminde sağlıklı beslenme anlayışına sahip olmak akademik başarının artması ve sağlıklı bir yaşam sürmeleri için oldukça önemlidir (Genç ve Karaman, 2019). Bu dönemde öğrencilerin yeme davranışlarında değişimler meydana gelmektedir. Yeme davranışı, bir kişinin fiziksel sağlığını, vücut kompozisyonunu, kilo kontrolünü ve genel yaşam kalitesini etkileyebilir (Demir ve Savucu, 2022). Öğrenciler bu dönemde sınav stresi, ekonomik durum, yeni çevre ile beraber değişen sosyal etkileşimleri, aileden ilk defa uzaklaşma gibi sorunlar sebebiyle yeme davranışlarında meydana gelen değişimler ile karşılaşmaktadırlar (Süel ve ark., 2021). Bu değişimlerin başında fast-food tüketimi, zararlı atıştırma davranışları, öğünlerde meydana gelen düzensizlikler ve eksik beslenme bilgisi gibi faktörler gelmektedir (Korkmaz, 2010).

Öğrencilerin yeme davranışları kişisel tercihleri, kültürel farklılıklar ve yaşam tarzları gibi olgulara göre değişiklik göstermektedir (Koroğlu ve ark., 2021). Spor bilimi fakültesi öğrencilerinin yeme davranışları, genel nüfustan farklılık gösterebilir çünkü bu öğrencilerin genellikle daha aktif bir yaşam tarzına sahip olmaları sebebiyle yüksek enerji ihtiyacı, protein ihtiyacı, denge ve çeşitlilik, su tüketimi, planlı beslenme, bilinçli beslenme ile ilgili özel beslenme ihtiyaçları olması muhtemeldir. Ancak, spor bilimi fakültesi öğrencileri arasında yeme davranışları büyük ölçüde değişebilir. Bazıları spor ve beslenme konusunda çok bilinçli ve düzenli olarak egzersiz yaparken (Öcal ve Kayhan, 2023), diğerleri daha az dikkatli olabilir. Bu nedenle, kişisel beslenme ihtiyaçlarını ve hedeflerini anlamak ve bu doğrultuda bir beslenme planı oluşturmak her bir öğrenci için önemlidir. Ayrıca, bir sağlık profesyonelinin rehberliği ve takibi de sağlıklı bir yeme davranışı için kritik önem taşır.

Tüm bu sebeplerden ötürü bu çalışmada üniversite öğrencilerinin yeme davranış düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Yöntem

Araştırma Grubu

Araştırmanın örneklem grubunu Erciyes Üniversitesi, Aksaray Üniversitesi ve Niğde Ömer Halisdemir Üniversitelerinde Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören öğrenciler oluştururken, evrenini ise Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Bu doğrultuda araştırmaya üniversitelerin Spor Bilimleri Fakültelerinde (Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor Yöneticiliği Bölümü ve Rekreasyon Bölümü) öğrenim gören 294 erkek 206 kadın toplam 500

öğrenci gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Araştırmada veri toplama yöntemi olarak anket tekniği uygulanmış ve tarama modeli kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Yetişkin Yeme Davranışı Ölçeği (YYDÖ)

Üniversite öğrencilerinin yeme davranışlarının belirlenmesinde Hunot ve ark. (2016) tarafından geliştirilen, Yücel ve ark. (2022) tarafından türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılan Yetişkin Yeme Davranışı Ölçeği (YYDÖ) kullanılmıştır. Ölçek maddeleri 1 ile 5 arasında puanlandırılmaktadır (1=Kesinlikle katılmıyorum, 2=Katılmıyorum, 3=Kararsızım, 4=Katılıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum). Anket 26 soru ve yemek keyfi, duygusal aşırı yeme, tokluk hissi, açlık, duygusal yetersiz yeme, besin seçiciliği ve yavaş yeme olmak üzere 7 alt boyuttan oluşmaktadır.

Verilerin Analizi

Verileri analiz etmek için SPSS 24 paket programı kullanılmıştır. İkili grup karşılaştırmalarında Independent T Testi, üç ve üzeri gruplar arasındaki farkın belirlenmesinde ise One Way ANOVA Testi (Post-Hoc; Tukey) kullanılmıştır. Çalışmanın anlamlılık düzeyi $P < 0,05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Cinsiyet değişkenine göre alt boyutların karşılaştırılması

Boyutlar	Cinsiyet	N	X	SS	t	P
Yemek Keyfi	Erkek	294	3,8061	,86685	-2,508	,012*
	Kadın	206	3,9919	,77735		
Duygusal Aşırı Yeme	Erkek	294	2,8728	1,02195	1,310	,191
	Kadın	206	2,7505	1,03107		
Tokluk Hissi	Erkek	294	2,8753	,99350	-3,136	,002**
	Kadın	206	3,1359	,85532		
Açlık	Erkek	294	3,0893	,96610	1,363	,174
	Kadın	206	2,9757	,88139		
Duygusal Yetersiz Yeme	Erkek	294	3,3844	,91683	,080	,937
	Kadın	206	3,3777	,92998		
Besin Seçiciliği	Erkek	294	3,6134	,89143	-2,763	,006**
	Kadın	206	3,8301	,84311		
Yavaş Yeme	Erkek	294	3,0952	1,05013	-1,402	,162
	Kadın	206	3,2249	,99517		

Tablo 1 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre yemek keyfi, tokluk hissi ve besin seçiciliği alt boyutlarında anlamlı düzeyde fark olduğu farkın kadın öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Bölüm değişkenine göre alt boyutların karşılaştırılması

Boyutlar	Bölüm	N	X	SS	F	P	Tukey
Yemek Keyfi	Antrenörlük	144	3,7963	,78160	4,500	,004**	3-1 3-2
	Öğretmenlik	211	3,7962	,88853			
	Yöneticilik	108	4,0802	,75004			
Duygusal Aşırı Yeme	Rekreasyon	37	4,1351	,84422	1,962	,119	
	Antrenörlük	144	2,6819	,94858			
	Öğretmenlik	211	2,9374	1,05464			
Tokluk Hissi	Yöneticilik	108	2,7630	1,06223	4,983	,002**	2-3 2-4
	Rekreasyon	37	2,8865	1,00834			
	Antrenörlük	144	2,9653	,85618			
	Öğretmenlik	211	3,1406	,99295			
	Rekreasyon	37	2,6126	,85892			

Açlık	Antrenörlük	144	2,9670	,84882	,877	,453	
	Öğretmenlik	211	3,1197	,96712			
	Yöneticilik	108	3,0000	,94288			
	Rekreasyon	37	3,0203	1,01956			
Duygusal Yetersiz Yeme	Antrenörlük	144	3,4069	,90048	2,649	,048*	2-3
	Öğretmenlik	211	3,4834	,89860			
	Yöneticilik	108	3,1981	,95134			
	Rekreasyon	37	3,2378	,97961			
Besin Seçiciliği	Antrenörlük	144	3,5023	,89024	7,324	,000**	3-1 4-1 3-2
	Öğretmenlik	211	3,6588	,90993			
	Yöneticilik	108	3,9506	,73598			
	Rekreasyon	37	4,0090	,79538			
Yavaş Yeme	Antrenörlük	144	3,0880	,97441	3,411	,017*	2-4
	Öğretmenlik	211	3,2970	1,02004			
	Yöneticilik	108	3,0617	1,02426			
	Rekreasyon	37	2,7928	1,18985			

Tablo 2 incelendiğinde bölüm değişkenine göre yemek keyfi alt boyutunda anlamlı düzeyde fark olduğu farkın antrenörlük ile yöneticilik bölümleri arasında antrenörlük bölümü lehine, öğretmenlik ile yöneticilik bölümü arasında ise öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Tokluk hissi alt boyutu karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu farkın öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Duygusal yetersiz yeme alt boyut karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu farkın öğretmenlik ile yöneticilik arasında öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Besin seçiciliği alt boyut karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu farkın antrenörlük ile yöneticilik ve rekreasyon bölümleri arasında antrenörlük bölümü lehine olduğu öğretmenlik ile yöneticilik bölümü arasında öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Yavaş yeme alt boyut karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu farkın öğretmenlik ile rekreasyon arasında öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Yaş değişkenine göre alt boyutların karşılaştırılması

Boyutlar	Yaş	N	X	SS	F	P	Tukey
Yemek Keyfi	17-19	36	3,70	,861	4,190	,006**	4-1 4-2
	20-22	220	3,77	,858			
	23-25	198	3,97	,811			
	26 Üzeri	46	4,13	,708			
Duygusal Aşırı Yeme	17-19	36	2,73	1,129	,150	,930	
	20-22	220	2,80	,942			
	23-25	198	2,85	1,060			
	26 Üzeri	46	2,83	1,200			
Tokluk Hissi	17-19	36	3,24	,900	2,347	,072	
	20-22	220	2,87	,928			
	23-25	198	3,02	,986			
	26 Üzeri	46	3,11	,849			
Açlık	17-19	36	3,00	,903	,615	,606	
	20-22	220	3,01	,873			
	23-25	198	3,10	,987			
	26 Üzeri	46	2,91	,995			
Duygusal Yetersiz Yeme	17-19	36	3,44	,818	1,127	,338	
	20-22	220	3,34	,845			
	23-25	198	3,45	,962			
	26 Üzeri	46	3,21	1,138			
Besin Seçiciliği	17-19	36	3,68	,759	2,810	,039*	3-2
	20-22	220	3,58	,891			
	23-25	198	3,81	,877			
	26 Üzeri	46	3,82	,839			

Yavaş Yeme	17-19	36	3,22	,929	,142	,935
	20-22	220	3,15	1,026		
	23-25	198	3,13	1,067		
	26 Üzeri	46	3,07	,969		

Tablo 3 incelendiğinde yaş değişkenine göre yemek keyfi alt boyutunda anlamlı düzeyde fark olduğu farkın 17-19 yaş ile 26 yaş ve üzeri arasında 26 yaş ve üzeri lehine olduğu 20-22 yaş ile 26 yaş ve üzeri arasında 26 yaş ve üzeri lehine olduğu tespit edilmiştir. Besin seçiciliği alt boyut karşılaştırmasında anlamlı düzeyde fark olduğu farkın 23-25 yaş ile 20-22 yaş arasında 23-25 yaş lehine olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Sınıf değişkenine göre alt boyutların karşılaştırılması

Boyutlar	Sınıf	N	X	SS	F	P	Tukey
Yemek Keyfi	1.Sınıf	40	3,82	,873	2,930	,033*	4-2
	2.Sınıf	105	3,71	,915			
	3.Sınıf	123	3,84	,827			
	4.Sınıf	232	3,98	,783			
Duygusal Aşırı Yeme	1.Sınıf	40	2,74	1,009	,549	,649	
	2.Sınıf	105	2,91	,970			
	3.Sınıf	123	2,74	,997			
	4.Sınıf	232	2,83	1,070			
Tokluk Hissi	1.Sınıf	40	3,04	,949	,989	,368	
	2.Sınıf	105	2,87	,975			
	3.Sınıf	123	2,92	,956			
	4.Sınıf	232	3,04	,928			
Açlık	1.Sınıf	40	2,98	,856	,248	,863	
	2.Sınıf	105	3,09	,870			
	3.Sınıf	123	3,00	,889			
	4.Sınıf	232	3,05	,996			
Duygusal Yetersiz Yeme	1.Sınıf	40	3,45	,847	1,827	,141	
	2.Sınıf	105	3,19	,876			
	3.Sınıf	123	3,41	,934			
	4.Sınıf	232	3,43	,940			
Besin Seçiciliği	1.Sınıf	40	3,68	,743	3,023	,029*	4-2
	2.Sınıf	105	3,49	,976			
	3.Sınıf	123	3,68	,840			
	4.Sınıf	232	3,80	,859			
Yavaş Yeme	1.Sınıf	40	3,10	1,081	,503	,680	
	2.Sınıf	105	3,24	1,022			
	3.Sınıf	123	3,07	1,055			
	4.Sınıf	232	3,15	1,011			

Tablo 4 incelendiğinde sınıf değişkenine göre yemek keyfi ve besin seçiciliği alt boyutlarında anlamlı düzeyde fark olduğu farkın 4. Sınıf ile 2. Sınıf arasında 4. Sınıf öğrencileri lehine olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Barınma değişkenine göre alt boyutların karşılaştırılması

Boyutlar	Barınma	N	X	SS	F	P	Tukey
Yemek Keyfi	Aile İle	231	4,02	,784	4,244	,002**	1-3
	Yurtta	102	3,83	,840			
	Arkadaşlar İle	88	3,62	,830			
	Tek Başına	46	3,78	,941			
	Özel Apart(vb.)	33	3,80	,866			
Duygusal Aşırı Yeme	Aile İle	231	2,81	1,103	1,753	,137	
	Yurtta	102	2,76	,940			
	Arkadaşlar İle	88	2,99	,889			
	Tek Başına	46	2,90	1,144			
	Özel Apart(vb.)	33	2,47	,815			

Tokluk Hissi	Aile İle	231	3,07	,999	1,480	,207
	Yurtta	102	3,00	,977		
	Arkadaşlar İle	88	2,87	,846		
	Tek Başına	46	2,81	,836		
	Özel Apart(vb.)	33	2,79	,828		
Açlık	Aile İle	231	3,10	,971	2,179	,070
	Yurtta	102	3,00	,885		
	Arkadaşlar İle	88	3,11	,888		
	Tek Başına	46	2,92	,955		
	Özel Apart(vb.)	33	2,64	,802		
Duygusal Yetersiz Yeme	Aile İle	231	3,45	,943	1,906	,108
	Yurtta	102	3,43	,888		
	Arkadaşlar İle	88	3,23	,769		
	Tek Başına	46	3,13	1,070		
	Özel Apart(vb.)	33	3,41	,958		
Besin Seçiciliği	Aile İle	231	3,73	,892	1,134	,340
	Yurtta	102	3,76	,792		
	Arkadaşlar İle	88	3,53	,956		
	Tek Başına	46	3,66	,910		
	Özel Apart(vb.)	33	3,79	,730		
Yavaş Yeme	Aile İle	231	3,19	1,104	,661	,620
	Yurtta	102	3,16	1,063		
	Arkadaşlar İle	88	3,09	,877		
	Tek Başına	46	3,15	,975		
	Özel Apart(vb.)	33	2,89	,810		

Tablo 5 incelendiğinde barınma değişkenine göre yemek keyfi alt boyut karşılaştırmasında anlamlı düzeyde fark olduğu farkın aile ile ve arkadaşlar ile barınma arasında aile ile yaşayan öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Yeme davranışı, bir bireyin yiyeceklerle ilgili olarak sergilediği alışkanlıklar, tercihler ve tutumları içeren geniş bir kavramdır. Yeme davranışı, bireyin fiziksel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarına yanıt olarak tanımlanmaktadır (Batman ve Yılmaz, 2023). Bu çalışma, Üniversitelerin Spor Bilimleri Fakültesinde okuyan öğrencilerinin cinsiyet, bölüm, sınıf, yaş ve barınma değişkenleri açısından yeme davranışlarının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Yapılan çalışmada cinsiyet değişkenine göre yeme YYDÖ alt boyut karşılaştırmasında yemek keyfi, tokluk hissi ve besin seçiciliği alt boyutlarında anlamlı düzeyde fark olduğu farkın kadın öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun oluşmasında kadın öğrencilerin kilo durumlarına daha çok dikkat etmeleri, beğenilme arzusu ve çevreden gelecek beden yapısı hakkındaki olumsuz geri bildirimlere dikkat etmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Akdevelioğlu ve Yörüsün (2019) üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarını inceledikleri çalışmaları sonucunda cinsiyet değişkenine göre duygusal yeme durumlarının karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu kadınların duygusal yeme durumlarının daha yüksek düzeyde olduğunu tespit etmişlerdir. Yurt ve Özdemir (2019) üniversite öğrencilerinin beslenme egzersiz davranışlarını belirledikleri çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre psikolojik yeme davranışlarının karşılaştırılmasında fark tespit etmemişlerdir. Houshyari ve Kalkan (2019) üniversite öğrencilerinin yeme tutum davranışlarını inceledikleri çalışmaları sonucunda cinsiyet değişkenine göre duygusal yeme alt

boyutunda anlamlı düzeyde kadın öğrenciler lehine fark olduğunu tespit etmişlerdir. Yine Nalçalı-İkiz (2019) üniversite öğrencilerinin yeme davranışlarını belirlediği çalışmasında duygusal yeme boyutunda cinsiyet değişkeninde anlamlı düzeyde fark olduğu farkın kadın öğrenciler lehine olduğunu tespit etmiştir. Literatürdeki çalışmalar bulgularımız destekler niteliktedir.

Yapılan çalışmada bölüm değişkenine göre YYDÖ alt boyut karşılaştırmasında yemek keyfi alt boyutunda anlamlı düzeyde fark olduğu farkın antrenörlük ile yöneticilik bölümleri arasında antrenörlük bölümü lehine, öğretmenlik ile yöneticilik bölümü arasında ise öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Tokluk hissi alt boyutu karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu farkın öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Duygusal yetersiz yeme alt boyut karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu farkın öğretmenlik ile yöneticilik arasında öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Besin seçiciliği alt boyut karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu farkın antrenörlük ile yöneticilik ve rekreasyon bölümleri arasında antrenörlük bölümü lehine olduğu öğretmenlik ile yöneticilik bölümü arasında öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Yavaş yeme alt boyut karşılaştırmasında anlamlı fark olduğu farkın öğretmenlik ile rekreasyon arasında öğretmenlik bölümü lehine olduğu tespit edilmiştir. Kahraman ve ark. (2020) hemşirelik öğrencileri ile iktisat fakültesi öğrencilerinin beslenme alışkanlıklarını karşılaştırdıkları çalışmaları sonucunda bölüm değişkenine göre yemek yeme davranışlarının karşılaştırmasında fark tespit etmemişlerdir.

Yapılan çalışmada yaş değişkenine göre YYDÖ alt boyut karşılaştırmasında yemek keyfi alt boyutunda anlamlı düzeyde fark olduğu farkın 17-19 yaş ile 26 yaş ve üzeri arasında 26 yaş ve üzeri lehine olduğu 20-22 yaş ile 26 yaş ve üzeri arasında 26 yaş ve üzeri lehine olduğu tespit edilmiştir. Besin seçiciliği alt boyut karşılaştırmasında anlamlı düzeyde fark olduğu farkın 23-25 yaş ile 20-22 yaş arasında 23-25 yaş lehine olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre yaş ortalamasının artması ile beraber üniversite dönemindeki öğrencilerin yeme davranışları hakkında bilgi düzeylerinin yükseldiği düşünülmektedir. Yapılan çalışmada sınıf değişkenine göre YYDÖ alt boyut karşılaştırmasında yemek keyfi ve besin seçiciliği alt boyutlarında anlamlı düzeyde fark olduğu farkın 4. Sınıf ile 2. Sınıf arasında 4. Sınıf öğrencileri lehine olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre son sınıf öğrencilerinin yemek seçimlerinde ve besinleri seçme durumlarının yeni başlayan öğrencilere göre daha iyi düzeyde olduğu düşünülmektedir.

Yapılan çalışmada barınma değişkenine göre YYDÖ alt boyut karşılaştırmasında Yemek keyfi alt boyut karşılaştırmasında anlamlı düzeyde fark olduğu farkın aile ile ve arkadaşlar ile barınma arasında aile ile yaşayan öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre aile ile yaşayan öğrencilerin daha az emek harcamaları ve hazır bir şekilde aile tarafından yemeklerin hazırlanması sebebiyle yemek keyfi düzeylerinin daha iyi düzeyde olduğu düşünülmektedir. Süel ve ark. (2021) Spor Bilimleri öğrencilerinin yeme tutumu durumlarını inceledikleri çalışmalarında ikamet değişkenine göre yeme tutum toplam puan karşılaştırmasında fark olmadığını tespit etmişlerdir. Yurt ve Özdemir (2019) üniversite öğrencilerinin beslenme egzersiz davranışlarını belirledikleri çalışmalarında ikamet değişkenine göre psikolojik yeme davranışlarının karşılaştırmasında fark tespit etmemişlerdir. Özkan ve Selvi (2022) üniversite öğrencilerinin

yeme tutumlarını ve ilgili değişkenleri inceledikleri çalışmalarında barındıkları yere göre yeme tutumlarının karşılaştırılmasında farklılaşma tespit etmemişlerdir. Bu sonuçları üniversite öğrencilerinin beslenmeye yönelik bilinç düzeylerinin yüksek olmasından kaynaklandığını belirtmişlerdir.

Sonuç olarak, Öğrencilerin yeme davranışlarının incelenmesinde ortalamasının üstünde bir davranışa sahip oldukları tespit edilmiştir. Özellikle Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin beslenme davranışlarına dikkat etmelerinin bireysel sportif performanslarının daha yüksek olmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Buna ek olarak antrenörlük, kondisyonerlik vb. iş kollarında çalışacak öğrencilerin beslenme davranışlarının yüksek olması gelecekte yetiştirecekleri sporculardan optimal seviyede yararlanmalarına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışma sonucunda ortaya çıkan bulguların literatüre katkı sağlayacağı ve yeni çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Akdevelioğlu, Y., ve Yörüşün, T. Ö. (2019). Üniversite öğrencilerinin yeme tutum ve davranışlarına ilişkin bazı faktörlerin incelenmesi. *Gazi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 4 (1), 19-28. <https://dergipark.org.tr/en/pub/gsbdergi/issue/46054/579500>
- Akyol Mutlu, A., İnce, N., ve Gökensel Okta, P. (2022). Voleybolcuların yeme davranışlarının belirlenmesi. *Research in Sport Education and Sciences*, 24(3), 87-92. <https://dergipark.org.tr/en/pub/rses/issue/72896/1183452>
- Arslan, S. A., Daşkapan, A., ve Çakır, B. (2016). Üniversite öğrencilerinin beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının belirlenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 15(3), 171-180.
- Batman, D., ve Yılmaz, S. (2023). Yetişkin bireylerde yeme davranışı ile anksiyete, uyku kalitesi ve akdeniz diyetine bağlılık arasındaki ilişki. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (20) , 610-624 . <https://doi.org/10.38079/igusabder.1289889>
- Baysal, A. (2007). *Beslenme*. Şahin Matbaacılık, Ankara.
- Demir, G., ve Savucu, Y. (2022). Üniversite öğrencilerinde ortoreksiya nervoza sıklığının belirlenmesi (Spor Bilimleri Fakültesi örneği). *Spor Eğitim Dergisi*, 6 (1), 1-13. <https://doi.org/10.55238/seder.1001872>
- Genç, A., ve Karaman, F. (2019). Üniversite öğrencilerinde Sağlıklı Yaşam Becerileri Ölçeği'nin geliştirilmesi. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (7), 656-669. <https://doi.org/10.38079/igusabder.496557>
- Houshyari, S., ve Kalkan, İ. (2019). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumu, davranışları ve fiziksel aktivite düzeyinin değerlendirilmesi. *Aydın Sağlık Dergisi*, 5(2), 121-132. <https://dergipark.org.tr/en/pub/asder/issue/48693/619427>
- Hunot, C., Fildes, A., Croker, H., Llewellyn, C. H., Wardle, J., & Beeken, R. J. (2016). Appetitive traits and relationships with BMI in adults: Development of the Adult Eating Behaviour Questionnaire. *Appetite*, 105, 356-363.
- Kahraman, S., Karaca Çitfçi, E., ve Yılmaz, D. (2020). Sağlık bölümünde okuyan ve okumayan üniversite öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının belirlenmesi. *International Anatolia Academic Online Journal Health Sciences*, 6(3), 302-314. <https://dergipark.org.tr/en/pub/iaaojh/issue/54331/76500>

- Korkmaz, N. H. (2010). Uludağ Üniversitesi öğrencilerinin spor yapma ve beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(2), 399-413.
- Koroğlu, Y., Ökmen, M., ve Taştan, İ. (2021). Koronavirüs (COVID-19) Salgın sürecinde evde kalan ilköğretim öğrencilerinin yeme tutum ve davranışları ile depresyon durumlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 3(1), 12-20. <https://dergipark.org.tr/en/pub/jsar/issue/63301/929030>
- Nalçacı İkiz, A. (2019). TFEQ-R21 ile Üniversite Öğrencilerinin Yeme Davranışlarının İncelenmesi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 7 (2), 968-979. DOI: 10.21325/jotags.2019.402
- Öcal, Z. S. S., ve Kayhan, R. F. (2023). Eating disorder and sports engagement in individuals playing sports. *Revista de Gestão e Secretariado*, 14(10), 17010-17024. <https://doi.org/10.7769/gesec.v14i10.2915>
- Özkan, A. M., ve Selvi, H. (2022). Üniversite öğrencilerinin yeme tutumlarının ve ilgili değişkenlerin incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi Lokman Hekim Tıp Tarihi ve Folklorik Tıp Dergisi*, 12(3), 600-609. <https://doi.org/10.31020/mutftd.1120239>
- Soylu, Y. (2021). Mücadele sporcularında duygusal yeme, bilinçli farkındalık ve psikolojik iyi oluş. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 10(3), 542-549.
- Süel, E., Şengür, E., ve Turasan, İ. (2021). Covid-19 salgını döneminde spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yeme tutumu durumlarının incelenmesi. *International Journal of Sport, Exercise & Training Sciences*, 7(4), 148-154. <https://doi.org/10.18826/useeabd.1016716>
- Yılmaz, G., Şengür, E., ve Turasan, İ. (2022). Covid 19 döneminde üniversite öğrencilerinin sağlıklı beslenme tutum puanlarının incelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 1-10. <https://doi.org/10.30769/usbd.1078434>
- Yılmaz, G., Şengür, E., ve Turasan, İ. (2022). Spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin sağlıklı beslenme tutum puanlarının incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 64-70. <https://doi.org/10.46385/tsbd.1111714>
- Yurt, S., ve Özdemir, T. (2020). Üniversite öğrencilerinin beslenme egzersiz davranışlarının belirlenmesi. *Koç Üniversitesi Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 17(3), 238-43.
- Yücel, M., Karabrahimoğlu, A., ve Orhan, H. (2022). Yetişkin yeme davranışı ölçeği: Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Avrasya Sağlık Bilimleri Dergisi*, 5(2), 59-67.

Makale Alıntısı

Şengür, E., Yılmaz, G., ve Turasan, İ. (2023). Üniversitelerin Spor Bilimleri Fakültelerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Yeme Davranışlarının İncelenmesi [Examination of Eating Behaviors of Students Studying in Sports Sciences Faculties of Universities], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 257-265.



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



15-18 Yaş Aralığındaki Sporcuların Karakter Düzeylerinin İncelenmesi

Canberk ÖZLÜ¹, Dilek YALIZ SOLMAZ², Gülsün GÜVEN²

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 20.10.2023

Kabul Tarihi: 27.12.2023

Online Yayın Tarihi:

27.12.2023

Anahtar Kelimeler:

Karakter, Karakter
Gelişimi, Sporcu, Spor.

DOI:

10.55238/seder.1376281

Amaç: Bu çalışmanın amacı 15-18 yaş arası sporcuların karakter düzeylerinin farklı değişkenlere göre belirlenmesidir.

Gereç ve Yöntem: Bu çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini 15-18 yaş aralığındaki lisanslı sporcular oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise amaçlı örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen toplamda 405 (127 kız, 278 erkek) sporcu oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında "Spor Karakter Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, aritmetik ortalama, standart sapma, tek yönlü varyans analizi testi ve t-testinden yararlanılmıştır.

Bulgular: Elde edilen verilere göre sporcuların karakter düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Cinsiyete göre anti-sosyal davranış alt boyutunda kızlar lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir. Sporla ilgilenilen süre, yaş düzeyleri ve milli sporcu olma değişkenleri açısından anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Ayrıca spor türüne göre dürüstlük alt boyutunda bireysel spor ile uğraşanlar lehine anlamlı bir farkın olduğu görülmüştür.

Sonuç: Bu araştırmanın sonucunda; sporcuların karakter düzeylerinin cinsiyete göre anti-sosyal davranış alt boyutunda ve spor türüne göre ise dürüstlük alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu, sporla ilgilenilen süreleri, yaşları ve milli sporcu olma durumlarına göre anlamlı bir farklılığın olmadığı belirlenmiştir.

Evaluation of the Character Levels of Athletes Between the Age of 15-18

Abstract

Article Info

Received: 20.10.2023

Accepted: 27.12.2023

Online Published:

27.12.2023

Keywords:

Character, Character
Development, Athlete,
Sport.

Aim: The aim of this study is to determine the character levels of athletes aged 15-18 according to different variables.

Method: Screening model was used in this study. The population of the research consists of licensed athletes between the ages of 15-18. The sample of the research consists of a total of 405 (127 girls, 278 boys) athletes selected using the purposeful sampling method. "Sports Character Scale" was used for data collection. In the analysis of the data, arithmetic mean, standard deviation, one-way analysis of variance test and t-test were used.

Results: According to the data obtained, it was seen that the character levels of the athletes were high. It is seen that there is a statistically significant difference in the anti-social behavior sub-dimension according to gender. It was determined that this difference was in favor of girls. No significant difference was detected in terms of the duration of involvement in sports, age levels and the variables of being a national athlete. It has been observed that individuals who do individual sports differ significantly in the honesty sub-dimension.

Conclusion: As a result of this research; It was determined that there was a significant difference in the character levels of the athletes in the anti-social behavior sub-dimension according to gender and in the honesty sub-dimension according to the type of sport, and that there was no significant difference according to the duration of their involvement in sports, their age and their status as a national athlete.

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Kilis Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi Kilis/Türkiye E-mail: ozlucanberk@gmail.com, ORCID: 0000-0002-0743-1036

²Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Eskişehir/Türkiye E-mail: dilekyaliz@eskisehir.edu.tr, ORCID: 0000-0003-0497-215X

²Eskişehir Teknik Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Eskişehir/Türkiye E-mail: gaydin@eskisehir.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7509-1275

Giriş

Gelişen ve değişen dünya beraberinde insanoğluna tekdüze bir yaşam biçimi getirmiştir. Bu gelişmeler bireylerin hayatında olumlu olduğu kadar olumsuz sonuçlar da doğurmuştur. Ekonomik, kültürel, sosyal ve ahlaki değişimin yanı sıra hızlı ve kolay ulaşılabilirlik, bireylerin üst kuşakları ve kendi

kuşaklarıyla olan iletişimlerini etkilemiş, dolayısıyla da ilişkilerinde büyük zararlar ortaya çıkarmıştır. Bu zararlar toplum yapılarının yozlaşmasına ve ahlak düzeylerinin azalmasına yol açmıştır (Görgüt ve Tuncel, 2017).

Ahlak kavramı, genel olarak bireyler arasındaki ilişkilerin düzenlenmesi amacıyla konulmuş kaideler bütünü olarak tanımlanmaktadır (Akandere ve ark., 2000). Bireylerin karşılaştıkları ikilemlerde verdikleri kararlar onların ahlaki olgunluklarını belirler. Ahlaki olgunluk, günümüzde “karakter” kavramına açıklık getirmek için yapılan tanımlama girişimlerinde önem taşımaktadır. Karakter kavramını tanımlamaya yönelik yapılan çalışmalar, bireylerin ahlaki olgunluğun göstergeleri olan değerler ile sosyal değerleri harmanlamıştır (Bredemeier ve Shields, 1995).

Karakter kelimesinin hangi anlamlara geldiği konusunda kesin bir fikir birliği bulunmamaktadır ve farklı kaynaklardan elde edilen birçok tanım bulunmaktadır. Karakter kavramı temelde, anlamını Yunanca “charessein” kelimesinden almış ve “oymak, işlemek” anlamına gelerek doğruluk, koşulsuz kabul şeklinde ifade edilmektedir. Karakter kelimesinin sözlük anlamı ise kişinin başkalarından ayrılan kendine özgü yapısı, kendini kontrol edebilmesi ve kendisiyle barışık olma durumudur (TDK, 2018). Karakter kavramı araştırmacılar tarafından bireylerin ahlaki yönüyle ilişkilendirilirken, sportif çevrenin paydaşları olan sporcular, antrenörler, yöneticiler tarafından ise bireyin sosyal yönüyle ilişkilendirilmiştir (Doty, 2006).

Spor katılım davranışının geniş bir zümre tarafından bireylerin fizyolojik olarak iyi bir hale gelebilmesinin yanında birçok alanda çok yönlü bir gelişim ortaya koyduğu kabul edilmektedir. Bireyler spora katılım göstererek çeşitli zorluklarla başa çıkmayı, kendini kontrol etme mekanizmasını geliştirmeyi, takım arkadaşları ve çevresindeki bireyler ile birlikte hareket edebilmeyi ve adalet, merhamet, dürüstlük, saygı gibi erdemler içeren davranışlarda bulunmayı öğrenerek sportif çevrenin bu yönünden olumlu bir şekilde faydalanabilirler (Gibbons ve ark., 1995; Doty, 2006).

Sporun popülaritesi tüm dünyada her geçen gün artmakta ve her yaştan insan için karakter gelişiminde önemli bir araç olarak kabul edilmektedir. Sportif çevre, yaşanan çevrenin özünü ve sembolünü oluşturan kültürel değerlerin gençlere aktarılmasını, gençlerin bu değerleri tanımalarını ve deneyimlemelerini mümkün kılmaktadır. Bu deneyimler bireylerin karakter gelişimlerinde önemli bir rol üstlenmektedir (Bredemeier ve Shields, 1995). Sportif çevre karakter özelliklerinin geliştirilmesini veya yükseltilmesini garanti etmemesine karşın yardımcı olmaktadır. Sportif çevrede yaşanan deneyimler karakteri inşa edebilir. Ancak içinde bulunulan çevrenin karakter gelişimi hedefinde planlanmış ve yapılandırılmış olması gerekmektedir. Kısacası karakter, sportif çevrede öğrenilebilir ve öğretilir (Doty, 2006).

Spora katılımın bireyin karakter inşasında rol oynadığı süregelen bir tartışma konusu olarak popülarlığını bugün de korumaktadır. Toplumda sporun ya da spora katılım davranışının bireylerde olumlu yönde karakter inşasına öncülük ettiği yönünde yaygın bir görüş vardır. Bu öngörüye destekleyen ulusal ve uluslararası çalışmalar bulunmaktadır (Yalız, 2011; Adır, 2017; Beller ve Stoll, 1995; Gibbons ve ark., 1995; Beller, 2002). Gibbons ve ark. (1995) gerçekleştirdikleri, 452 çocuktan oluşan deneysel çalışmalarında çocuklar için Fair-Play eğitiminin çocukların ahlaki muhakeme ve karar süreçlerine olumlu olarak yansımaları belirtmişlerdir. Ancak bunun aksine sporcuların, özellikle üst düzey ve elit şekilde kariyerine

devam etmekte olan bireylerin bazı ahlaki ikilemleri görmezden geldiklerine, saha içerisinde kuralları kendi lehine olacak ve ceza almayacak şekilde ihlal edip kendisine avantajlı durumlar ortaya çıkardığına, saha dışarısında ise uyuşturucu madde, doping vb. sportmenlik dışı davranışları ortaya koyduklarına dair çalışmalarda azımsanmayacak derecede bulunmaktadır (Beller 2002; Priest ve ark., 1999). Priest ve ark. (1999) 631 öğrenciden oluşan çalışmalarında bireysel sporcuların takım sporu yapan bireylere göre başlangıçta ahlaki muhakemelerinin daha iyi olduğunu ancak okul hayatı boyunca negatif etkilenecek büyük bir düşüş gösterdiğini belirtmişlerdir.

Sporcular, küçük yaşlardan itibaren toplum içerisinde sportif başarıları ile ön plana çıkma, karşılaşmalara katılmak için farklı şehirlere ülkelere seyahat ederek farklı kültürlerle tanışma imkânı bulma ve bir noktadan sonra da sportif performanslarından maddi olarak gelir etme ve meslek olarak yapar hale gelmektedirler. Bu noktada ise kariyer basamaklarında hem hızlı ilerleyebilmek hem de daha iyi bir yaşam kalitesine sahip olabilmek için “her şeye rağmen kazan” fikri ortaya çıkabilmektedir. Buradan hareketle, yukarıda verilen bilgilerin ışığında bireyler karşılaşmayı kazanmaya giden yolda kuralları ihlal etmekte, uygun olmayan davranışları sergilemekte bir engel görmemektedirler. Son yıllarda her düzeyden, her spor branşından, her yaş grubundan, dünyanın her kesiminden sporcuların saha içerisinde ve dışarısında ortaya koydukları ve gerek sportif çevre gerekse toplum tarafından uygunsuz görülen davranışların artışı araştırmacılar tarafından ortaya konulmuştur (Guivernau ve Duda, 2002; Jones ve McNamee, 2000). Ancak yürütülen araştırmalarda farklı sonuçların ortaya çıktığı ve sonuçların genellemesinin zor olduğu görülmektedir. Ayrıca ulusal alan yazın incelendiğinde bireylerin karakter düzeylerini belirlemeye yönelik yapılan çalışmaların sayılarının az olduğu ve bu araştırma için belirlenen örneklem grubuna yönelik ise sınırlı sayıda araştırmanın olduğu görülmektedir. Karakter gelişim düzeyini etkileyen çeşitli faktörler göz önüne alındığında sayısı düşünüldüğünde, bu alanda farklı örneklem ve yerlerde çeşitli çalışmaların yapılmasının gerekli olduğu açıktır. Bu araştırma, bu bağlamda alan yazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın genel amacı, Kayseri ilinde bulunan 15-18 yaş aralığındaki sporcuların karakter düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından belirlenmesidir. Bu genel amaca ulaşmak için gerçekleştirilmek istenen araştırma soruları şu şekildedir:

1. Sporcuların cinsiyet değişkenine göre karakter düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Sporcuların yaş değişkenine göre karakter düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Sporcuların milli olma durumlarına göre karakter düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
4. Sporcuların takım ya da bireysel sporlarla ilgilenme değişkenine göre karakter düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
5. Sporcuların spor yaptıkları süre değişkenine göre karakter düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

Materyal ve Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırmanın modeli, pozitivist bakış açısıyla nicel verilere dayanan genel tarama modeli olarak belirlenmiştir. Tarama modeli, var olan ya da geçmişte yaşanan bir olayın, olduğu şekliyle tespit edilmesini

amaçlayan araştırma modelidir. Araştırma konusu olan bireyler, nesnelere ya da olaylar, kendi koşulları içerisinde, olduğu biçimiyle tanımlanmaya çalışılır ve herhangi bir değiştirme veya etkileme çabası içine girilmez (Karasar, 2016).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Kayseri ilinde yer alan kulüplerde aktif olarak müsabakalar katılan ve sportif faaliyetlere devam eden lisanslı 15-18 yaş arasındaki sporcu grubu oluşturmaktadır. Bu araştırmanın örneklemini ise evren içerisinde amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenen toplamda 405 gönüllü sporcu oluşturmaktadır. Sporculara ait olan demografik özelliklere ilişkin bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. 15-18 Yaş arasındaki sporculara ilişkin betimsel istatistikler

Değişken	Grup	n	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kız	127	31.40
	Erkek	278	68.60
Yaş Düzeyi	15 yaş	247	61.00
	16 yaş	100	24.70
	17 yaş	43	16.60
	18 yaş	15	3.70
Millilik Durumu	Evet	42	10.40
	Hayır	363	89.60
Sporculuk Süresi	1-3 yıl	105	25.90
	4-6 yıl	211	52.10
	7 yıl ve üzeri	89	22.00
Spor Türü	Bireysel Spor	193	47.70
	Takım Spor	212	52.30

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan 405 sporcudan %31.40’ının kız, %68.60’ının erkek sporculardan oluştuğu görülmektedir. Araştırmaya katılan sporcuların %61.00’i 15 yaşında, %24.70’i 16 yaşında, %16.60’sı 17 yaşında ve %3.70’i ise 187 yaşındadır. Milli olma durumlarına göre sporcuların %10.40’ı milli olduklarını belirtirken, %89.60’ı ise milli olmadıklarını belirtmiştir. Sporcuların sporculuk geçmişlerine ilişkin olarak %25.90’ı 1-3 yıl arasında, %52.10’u 4-6 yıl arasında, %22.00’si 7 yıl ve üzeri spor geçmişlerinin olduğunu belirtmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların %47.70’i bireysel sporlarla ilgilenmektedir, %52.30’u ise takım sporuyla ilgilenmektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, “Kişisel Bilgi Formu” ve “Spor Karakter Ölçeği” kullanılmıştır. Veri toplama araçları araştırmacılar tarafından Kayseri ilinde yer alan spor kulüplerinden gerekli izinler alındıktan sonra ve her bir katılımcı için veli izin formu imzalandıktan sonra yüz yüze uygulanmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından çalışmada bulunan bağımsız değişkenleri ölçmek amacıyla kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Bu form çalışmaya katılan bireylerin yaşları, cinsiyetleri, millilik durumları, sporculuk süreleri, spor türleri, vb. bilgi edinmek amacıyla hazırlanmış sorulardan oluşturulmuştur.

Spor Karakter Ölçeği

Bu çalışmada Jang (2013) tarafından geliştirilmiş olan “Spor Karakter Ölçeği” kullanılmıştır. Orijinal ölçek toplam 27 maddeden ve 5 alt boyuttan oluşan 6’lı likert türü ölçektir. Bu maddelerden 5 tanesi olumsuz (11., 12., 13., 14. ve 15. maddeler), 22 tanesi ise olumludur. Olumsuz maddeler, olumluların tersine

puanlanır, bu sebepten dolayı yüksek puanlar olumlu tutumları göstermektedir (Jang, 2013). Orijinal ölçeğin Türkçe uyarlaması ise Görgüt ve Tuncel (2017) tarafından gerçekleştirilmiştir. Uyarlama çalışmasında araştırmacılar çoğunluğunun 19-24 yaş aralığında bulunduğu 693 kişilik örneklem grubu üzerinde ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirliğini test etmiştir. Türkçe uyarlamasında 5 alt boyut ve 27 maddeden oluşan ölçek orijinal halindeki 6'lı likert yerine 5'li likert tipi olarak değiştirilmiştir. Spor Karakter Ölçeğinin Türkçe versiyonu için alt boyutların iç tutarlık değerleri; dürüstlük 0.81, anti sosyal tutum 0.78, merhamet 0.76, sportmenlik 0.78 ve adalet 0.84, ölçeğin genelinden elde edilen iç tutarlık ise 0.90 olarak hesaplanmıştır (Görgüt ve Tuncel, 2017). Bu araştırmadan elde edilen güvenilirlik katsayısı 0.93 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Ham verilerin analizlerinde SPSS for Windows 22.0 kullanılmıştır. Öncelikle çalışmadan elde edilen verilerin normal dağılım gösterip göstermedikleri incelenmiştir. Normal dağılım incelenirken çarpıklık ve basıklık katsayılarına bakılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre verilerin normal dağıldığı belirlenmiştir. Araştırma için basıklık ve çarpıklık değerleri ± 2 olarak kabul edilmiştir (George ve Mallery, 2010). Verilerin dağılımı incelendikten sonra verilerin analizinde hangi testin kullanılacağını belirlemek için homojenlik (Levene > 0.05) incelenmiş ve verilerin homojen olduğu görülmüştür. Verilerin bilgisayar analizinde, sporcuların karakter düzeylerine göre aldıkları puanların aritmetik ortalaması ve standart sapması hesaplanmıştır. Ayrıca t-testi analizleri ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi yapılmıştır. İstatistiksel çözümlerinin gerçekleştirilmesinde anlamlılık düzeyi 0.05 olarak benimsenmiştir.

Bulgular

Bu bölümde, araştırmanın amacına yönelik olarak toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Sporcuların cinsiyetlerine göre karakter düzeyleri arasında farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla t-testi uygulanmıştır. Sporcuların aldıkları puanlar ile ilgili bulgular Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. Sporcuların cinsiyete göre karakter düzeylerine ilişkin t testi sonuçları

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{x}	SS	t	P
Dürüstlük	Kız	127	3.99	.74	.588	.56
	Erkek	278	3.95	.83		
Anti-Sosyal Davranış	Kız	127	3.84	.94	3.211	.00*
	Erkek	278	3.49	1.08		
Merhamet	Kız	127	3.96	.81	.398	.69
	Erkek	278	3.92	.88		
Sportmenlik	Kız	127	4.15	.98	-.021	.98
	Erkek	278	4.16	.98		
Adalet	Kız	127	4.16	.92	1.221	.22
	Erkek	278	4.03	1.00		
Spor Karakteri	Kız	127	3.69	.54	-.445	.66
	Erkek	278	3.71	.64		

$p < .05^*$

Tablo 2'de, cinsiyetlere göre sporcuların ölçekten aldıkları puanların dağılımı görülmektedir. Elde edilen bulgulara göre, hem kız sporcuların hem de erkek sporcuların spor karakter ölçeğinden ve alt boyutlarından aldıkları puanların ortalamasının üstünde olduğu görülmektedir. Kızların dürüstlük ($\bar{X}K=3.99$; $\bar{X}E=3.95$), anti-sosyal davranış ($\bar{X}K=3.84$; $\bar{X}E=3.49$), merhamet ($\bar{X}K=3.96$; $\bar{X}E=3.92$) ve adalet

boyutlarındaki ($\bar{X}K=4.16$; $\bar{X}E=4.03$) ortalamalarının erkeklerden daha yüksek olduğu görülmektedir. Buna karşın, erkeklerin ise sportmenlik boyutu ($\bar{X}E=4.16$; $\bar{X}K=4.15$) ve spor karakteri ($\bar{X}E=3.71$; $\bar{X}K=3.69$) ortalamalarının kızlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sporcuların cinsiyetlerine göre spor karakteri ile sportmenlik, merhamet, dürüstlük, adalet boyutları puan ortalamaları arasında istatistiksel anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmüştür ($p>.05$). Ancak cinsiyete göre anti-sosyal davranış alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu görülmektedir ($p<.05$).

Sporcuların yaş değişkenine göre karakter düzeyleri arasında istatistiksel anlamda farkın olup olmadığını belirlemek için ANOVA testi kullanılmıştır. Sporcuların hesaplanan puanlarıyla ilgili bulgular Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 3. Sporcu yaşlarına göre karakter düzeylerine ilişkin ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Yaş	n	\bar{x}	SS	F	P
Dürüstlük	15	247	4.02	.81	1.165	.32
	16	100	3.87	.81		
	17	43	3.88	.76		
	18	15	3.82	.60		
Anti-Sosyal Davranış	15	247	3.63	1.11	.384	.76
	16	100	3.58	1.02		
	17	43	3.49	.89		
	18	15	3.42	.81		
Merhamet	15	247	3.92	.88	.435	.73
	16	100	4.00	.78		
	17	43	3.87	.95		
	18	15	3.78	.81		
Sportmenlik	15	247	4.13	1.04	.169	.92
	16	100	4.17	.87		
	17	43	4.19	.89		
	18	15	4.28	1.08		
Adalet	15	247	4.07	1.00	.122	.95
	16	100	4.09	.96		
	17	43	4.10	.94		
	18	15	3.93	.91		
Spor Karakteri	15	247	3.7	.64	.014	.99
	16	100	3.71	.56		
	17	43	3.71	.58		
	18	15	3.68	.59		

$p<.05^*$

Tablo 3’de yer alan bilgilerin ışığında, değişkenlerin yaş gruplarına ait ortalamaları arasındaki farkın istatistiksel düzeyde anlamlı olup olmadığı incelendiğinde, sporcuların yaşlarına göre dürüstlük ($F=1.165$; $p>.05$), anti-sosyal davranış ($F=.384$; $p>.05$), merhamet ($F=.435$; $p>.05$), sportmenlik ($F=.169$; $p>.05$), adalet ($F=.122$; $p>.05$) boyutları ve spor karakteri ($F=.014$; $p>.05$) puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir.

Araştırmanın “Sporcuların Milli olma durumlarına göre karakter düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” problemine ilişkin yapılmış olan t testi neticesinde ortaya konan bulgular Tablo 4.’de yer almaktadır.

Tablo 4. Sporcuların millilik durumlarına göre karakter düzeylerine ilişkin t testi sonuçları

Alt Boyutlar	Millilik Durumu	n	\bar{x}	SS	t	P
Dürüstlük	Evet	42	3.96	.87	-.017	.98
	Hayır	363	3.96	.79		
Anti-sosyal Davranış	Evet	42	3.67	1.06	.443	.65
	Hayır	363	3.59	1.05		
Merhamet	Evet	42	3.95	.81	.155	.87
	Hayır	363	3.93	.86		
Sportmenlik	Evet	42	4.28	.87	.846	.39
	Hayır	363	4.14	.99		
Adalet	Evet	42	4.22	.87	1.030	.30
	Hayır	363	4.06	.99		
Spor Karakteri	Evet	42	3.75	.64	.491	.62
	Hayır	363	3.70	.60		

$p < .05^*$

Tablo 4 incelendiğinde milli olan sporcuların, tüm alt boyutlardan ve ölçeğin tamamından elde edilen ortalamalarının milli olmayanlara göre daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Puan ortalamalarındaki farklılığın anlamlı olup olmadığı t testi ile kontrol edilmiş ve sporcuların karakter düzeylerinin millilik durumlarına göre farklılaşmadığı görülmüştür ($p > .05$).

Araştırmanın “Sporcuların takım ya da bireysel sporlarla ilgilenme değişkenine göre karakter düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?” problemine ilişkin t testi uygulanmış ve analiz sonuçları Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5. Sporcuların spor türüne göre karakter düzeylerine ilişkin t testi sonuçları

Alt Boyutlar	Spor Türü	N	\bar{x}	SS	t	p
Dürüstlük	Bireysel spor	193	4.09	.74	3.022	.00*
	Takım sporu	212	3.85	.84		
Anti-sosyal Davranış	Bireysel spor	193	3.68	1.09	1.447	.14
	Takım sporu	212	3.53	1.01		
Merhamet	Bireysel spor	193	3.94	.86	.226	.82
	Takım sporu	212	3.92	.86		
Sportmenlik	Bireysel spor	193	4.12	.98	-.660	.51
	Takım sporu	212	4.19	.99		
Adalet	Bireysel spor	193	4.08	.93	.191	.84
	Takım sporu	212	4.07	1.02		
Spor Karakteri	Bireysel spor	193	3.71	.61	.198	.84
	Takım sporu	212	3.70	.61		

$p < .05^*$

Tablo 5’e göre bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların, tüm alt boyutlardan ve ölçeğin tamamından elde ettikleri ortalamaların (sportmenlik hariç) takım sporu ile uğraşan sporculara göre daha yüksek olduğu söylenebilir. Bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığı incelendiğinde, anti-sosyal davranış ($t=1.447$; $p > .05$), merhamet ($t=.226$; $p > .05$), sportmenlik ($t=-.660$; $p > .05$), adalet ($t=.191$; $p > .05$) boyutları ve spor karakterine ($t=.198$; $p > .05$) göre spor türü puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir. Buna karşın dürüstlük ($t=3.022$; $p < .05$) alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Bu farklılığın ise bireysel sporcular lehine olduğu görülmüştür.

Sporcuların spor yaptıkları süre değişkenine göre karakter düzeyleri arasında fark olup olmadığını belirlemek için; ANOVA testi uygulanmıştır. Sporcuların aldıkları puanlar ile ilgili bulgular Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6. Sporcuların spor yaptıkları sürelerle göre karakter düzeylerine ilişkin ANOVA sonuçları

Alt Boyutlar	Spor Yapma Süresi	n	\bar{x}	SS	F	p
Dürüstlük	1-3 yıl	105	4.09	.72	2.818	.06
	4-6 yıl	211	3.95	.82		
	7 yıl ve üzeri	89	3.83	.83		
Anti-Sosyal Davranış	1-3 yıl	105	3.53	1.20	1.404	.25
	4-6 yıl	211	3.68	.99		
	7 yıl ve üzeri	89	3.49	.99		
Merhamet	1-3 yıl	105	3.95	.88	.443	.64
	4-6 yıl	211	3.96	.85		
	7 yıl ve üzeri	89	3.86	.85		
Sportmenlik	1-3 yıl	105	4.20	.95	.162	.85
	4-6 yıl	211	4.14	.974		
	7 yıl ve üzeri	89	4.14	1.04		
Adalet	1-3 yıl	105	4.11	1.00	.32	.73
	4-6 yıl	211	4.09	.95		
	7 yıl ve üzeri	89	4.00	1.02		
Spor Karakteri	1-3 yıl	105	3.77	.65	.767	.47
	4-6 yıl	211	3.69	.57		
	7 yıl ve üzeri	89	3.67	.65		

$p < .05^*$

Tablo 6’da görüldüğü gibi sporcuların sporculuk sürelerine göre karakter düzeylerinin puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olup olmadığına bakılmıştır. Buna göre, dürüstlük ($F=2.818$; $p>.05$), anti-sosyal davranış ($F=1.404$; $p>.05$), merhamet ($F=.443$; $p>.05$), sportmenlik ($F=.162$; $p>.05$), adalet ($F=.321$; $p>.05$) boyutları ve spor karakterine ($F=.767$; $p>.05$) göre puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı görülmektedir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmadan elde edilen ilk sonuç, sporcuların cinsiyetlerine göre spor karakter ölçeğinin alt boyutları olan dürüstlük, merhamet, sportmenlik, adalet boyutları ile spor karakter ölçeğinin bütününden elde ettikleri puan ortalamaları açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Buna karşın kız ve erkek sporcuların anti-sosyal davranış boyutu açısından ise kızlar lehine anlamlı bir fark bulunmuştur. Kızların anti-sosyal davranış boyutundaki ortalamaların erkeklerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Buna göre kızların erkeklerden daha az anti-sosyal davranışa sahip olduğu söylenebilir. Buradan yola çıkarak erkeklerin antisosyal davranışlarının kızlara göre daha yüksek olmasının nedeninin erkeklerin buldukları toplumsal ve dış etkenlerden kaynaklanabileceği söylenebilir. Ayrıca kızların rekabetçi sporun benmerkezci bir bakış açısından daha az etkilendiği de iddia edilmektedir (Kavussanu ve Roberts, 2001). Kadınlar, sporda adalet ve dürüstlük bakış açısından “yapılacak doğru şeyin” ne olduğu konusunda erkeklerden daha hassas oldukları görülmektedir. Ek olarak, erkek egemen bir bağlam olarak, erkek ergenler sporda rekabet ederken ahlaki kurallara uyma konusunda kendilerini daha az mecbur hissedebilirler ve bu değerlerin ertelenmesinin uygun olduğunu düşünebilirler.

Yapılan çalışmalarda, erkeklerin kadınlardan daha fazla anti-sosyal davranış gösterme eğiliminde olduğu için cinsiyet farklılıklarının olabileceğini göstermektedir (Horn ve Harris, 2002; Kavussanu ve Boardley, 2009; Lirgg, 1991). Ayrıca cinsiyet değişkeninin anti-sosyal davranışları etkileyebilecek temel bir özellik olduğu ifade edilmektedir (Martin ve ark., 2017). Siyahtaş ve ark. (2018) erkek sporcuların kadın sporculara göre daha anti-sosyal olduğu sonucuna ulaşırken, İmamlı ve Ünver (2018) tarafından yapılan

araştırmada da kadın sporcuların daha anti-sosyal olduğu olduğu tespit edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bu bulgu, Martin ve ark. (2017), Kavussanu ve ark. (2009), Shields ve ark. (2005), Rudd ve Stoll (2004), Barriga ve ark. (2001), Richard (1999), Yapan (1992)'nin çalışmalarının sonuçlarıyla paraleldir. Silberman ve Snarey (1993) tarafından yapılan çalışmada kız çocukların doğaları gereği erkek çocuklara göre daha erken olgunlaşmalarının hem fizyolojik açıdan hem de bilişsel açıdan olumlu sonuçları beraberinde getirerek daha doğru davranış örüntülerinin ortaya çıkmasına yardımcı olduğu ortaya konulmuştur. Barriga ve ark. (2001) yaptıkları çalışmalarında ahlaki yargılama boyutunun cinsiyete göre farklılaşmadığını ancak, kadınların ahlaki anlamda daha fazla tutarlı olduğunu, bilişsel çarpıtma ve antisosyal davranış eğilimlerinin ise daha az olduğunu belirtmişlerdir. Miller ve ark. (2005) erkeklerin kızlardan daha az spor ahlakına sahip olduğunu bulmuştur. Ayrıca Kavussanu ve ark. (2009) yetişkin erkek takımların yetişkin kadın takımlardan daha antisosyal davranışlarda bulunduğunu tespit etmiştir. Benzer şekilde, d'Arripe-Longueville ve ark. (2010) erkeklerin kadınlardan prososyal davranış boyutunda daha düşük puanlar aldıklarını bulmuşlardır.

Bu araştırmadan elde edilen diğer bir bulgu ise, sporcuların yaş düzeylerine göre spor karakter ölçeğinin bütününden ve alt boyutlarından elde ettikleri puan ortalamaları açısından anlamlı düzeyde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde spordaki ahlaki değişimin ilkökul çocukları, ergenlik dönemindeki gençler ve yetişkin sporcularda dahil olmak üzere çeşitli yaş gruplarında incelendiği görülmektedir (Bredemeier ve Shields, 1995; Bredemeier ve ark., 1987; Stephens ve Bredemeier, 1996; Ommundsen ve ark., 2003; Duda ve ark., 1991; Kavussanu ve Roberts, 2001). Çok az çalışma yaş gruplarındaki ahlaki değişkenleri araştırmıştır. Bredemeier ve Shields (1995), çocukluktan genç erişkinliğe kadar farklı yaşlardaki sporcularda spor ve günlük yaşamda belirlenen ahlaki ikilemlere yanıt olarak ahlaki muhakemede farklılığı incelemiştir. Sonuçlar, bireylerin 12 yaşından sonra günlük yaşam ikilemlerine yanıt olarak daha olgun bir şekilde tepki vermesine rağmen, spor ikilemlerine yanıt olarak akıl yürütmeleri daha düşük bir gelişim düzeyinde kaldığı, yani spora ilişkin benmerkezci bir ahlak görüşü sürdürdükleri ortaya çıkmıştır. Böylece yaşam ve spor ahlaki akıl yürütme arasındaki ayrışmanın 12 yaşında başladığını ve ergenlik ve genç erişkinlikte arttığı ifade edilmektedir (Bredemeier ve Shields, 1995). 8 ila 19 yaş arası, çoğu spor yapma deneyimi olan çocuk ve ergenlerle yapılan ikinci bir çalışmada, Conroy ve ark. (2001) katılımcılara sporda agresif davranışları tasvir eden 10 senaryo sundular ve bu davranışları meşru görüp görmediklerini belirtmelerini istediler. Araştırma sonucunda kadınların ve erkeklerin saldırganlığı giderek daha genç sporculara kıyasla daha meşru olarak algıladıkları ortaya çıkmıştır. Bizim araştırmamızın bulguları ile paralel olan Beller ve Stoll (1995) tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada ise 9. sınıftan 12. sınıfa kadar olan lise öğrencileri içeren kesitsel bir örneklem üzerinde yapılan çalışmada, ahlaki akıl yürütmede anlamlı yaş farklılıkları olmadığı bulunmuştur (Beller ve Stoll, 1995).

Araştırmadan elde edilen diğer bir bulgu, çalışmaya katılan ve ilgilendiği spor branşında milli olma başarısı göstermiş sporcular ile diğer sporcuların karakter düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemeye yöneliktir. Bu amaçla gerçekleştirilen analiz sonuçlarına göre milli sporcuların diğer sporculara oranla daha yüksek puan ortalamalarına sahip oldukları ancak bu ortalamalar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Öztürk ve Türkmen (2018)'in yaptıkları çalışmada milli sporcu olma durumuna göre anti-sosyal alt boyutunda farklılık olduğu tespit edilmesi çalışmamızın sonuçları ile

çelişirken, dürüstlük ve adalet boyutunda anlamlı farklılığın olmaması bizim çalışmamızın sonuçlarını destekler niteliktedir. Ayrıca Arslan (2018)'in dart ve bocce sporları ile ilgilenen sporcuların ahlaki karar alma tutumlarının belirlendiği araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir.

Araştırmanın bir diğer bulgusu, sporcuların ilgilendikleri spor branşlarının takım sporu ya da bireysel spor olma durumuna göre spor karakteri ölçeğinden elde ettikleri ortalamalara ilişkin farklılık olup olmadığını belirlemeye yöneliktir. Elde edilen verilere göre sporcuların anti-sosyal davranış, dürüstlük, merhamet, adalet, sportmenlik boyutları ile spor karakteri puan ortalamalarının bireysel sporlar lehine daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Ancak sadece dürüstlük alt boyutunda bireysel sporlar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır.

İmamli ve Ünver (2018) tarafından yapılan çalışmada öğrencilerin bireysel veya takım sporları ile ilgilendiklerine göre spor karakter özelliklerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak ortalama değerler incelendiğinde bireysel sporla ilgilenenlerin dürüstlük ve adalet alt boyutlarında ortalama puanlarının takım sporlarıyla ilgilenen sporculara göre daha yüksek ortalamaya sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Yıldız ve Özmaden (2019) bireysel olarak spora katılan sporcuların dürüstlük, anti-sosyal, centilmenlik, etik davranış ve spor karakteri puan ortalamalarının takım sporu ile uğraşanlara göre daha yüksek olduğu ve anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlar da Beller ve Stoll (1995), Bredemeier ve Shields (1986), Rudd ve Stoll (2004), Priest ve ark. (1999), Miller ve Jarman (1988) çalışmalarıyla benzerlik göstermektedir. Beller ve Stoll (1995) liseye devam eden sporcular üzerinde yaptığı çalışmanın sonucunda takım sporu ile uğraşanların bireysel sporla uğraşanlara göre ahlaki gelişim yönünden daha düşük skorlar elde ettiği ortaya çıkmıştır. Bredemeier ve Shields (1986), basketbol oyuncularının yüzme branşıyla uğraşan sporculara göre ahlaki muhakeme düzeylerinin daha düşük olduğunu bulmuştur. Bunun nedeni olarak Yıldız ve Özmaden (2019) bireysel olarak spora katılan sporcuların takım sporcularına kıyasla bir müsabaka esnasında kendi motivasyonlarını kendileri sürdürmek zorundadırlar. Bu nedenle bireysel sporcuların sportif karakterlerinin takım sporcularına göre farklı olmasının sebebi bilişsel yapılanma aracılığıyla kendilerine olan özgüvenlerini daha iyi yönetebileceklerinden takım arkadaşlarının etkisinde kalmadan bu tür davranışları kendilerinin daha iyi kontrol edebilmesinden kaynaklandığını ifade etmişlerdir. Ayrıca bireysel sporcuların takım sporcularına göre farklılaşmalarının nedeninin ahlaki gelişim süreci içerisinde bireylerin aileleri dışında bir çevre ediniminin getirdiği ve ilk çevreleri olan ailelerinden bağımsız şekilde bireysel farklılıklardan kaynaklanan farklı ahlaki muhakemeleri deneyimlemelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Takım arkadaşlarının karşılaştıkları ahlaki ikilemlerde verdikleri kararları kendi bilişsel süreçlerini kullanarak değerlendiren bireyler zamanla yanlış ahlaki muhakemeleri de normalleştirme eğiliminde bulunmaktadırlar.

Bu çalışmada elde edilen diğer bir bulgu, çalışmaya katılan sporcuların spor yaptıkları sürelerle göre spor karakteri ölçeğinin bütününden ve alt boyutlarından elde ettikleri ortalamalar arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemeye yöneliktir. Bu amaçla gerçekleştirilen analiz sonuçlarına göre spor yapma süreleri arttıkça spor karakterinden elde edilen puan ortalamalarının gittikçe düştüğü ortaya çıkmıştır. Ancak ortalamalar arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu sonuç ahlaktan uzaklaşma davranışını içeren çalışmalardan elde edilen sonuçlarla kısmen örtüşmektedir. Böyükelhan ve ark.

(2019) çeşitli değişkenler açısından sporcuların ahlaki karar alma tutumlarını inceledikleri çalışmalarında yaş ile birlikte artan spor yaşının ve mücadele düzeyinin ahlaki karar alma tutumlarını hile ve yarışma severlik anlamında etkilediğini ileri sürmüştür. Atalay (2016) üniversite düzeyinde sporcuların ahlaki karar alma tutumlarına dair gerçekleştirdiği araştırmasında spor yaşı düşük olan bireylerin rekabetçi ortamlarda hileyi kolay bir şekilde benimseyebildiklerini ifade etmiştir. Yıldız ve Özmeden (2019), İmamalı ve Ünver (2018) ve Arslan (2018)'in çalışmalarında bu araştırmanın sonuçlarına paralel olarak sporculuk süresine göre bireylerin spor karakteri ve ahlaki muhakemeleri üzerinden anlamlı bir farklılık olmadığını göstermiştir.

Sonuç olarak, sporcuların karakter düzeyleri puanlarının cinsiyete göre anti-sosyal davranış alt boyutunda ve spor türüne göre ise dürüstlük alt boyunda anlamlı düzeyde farklılaştığı, sporla ilgilenilen süre, yaş ve milli sporcu olma durumlarına göre ise anlamlı bir farklılığın olmadığı belirlenmiştir. Bu çalışma literatüre spor karakter kavramını içerecek çalışmalara katkısı olacağı gibi buna benzer çalışmalar farklı ve çok daha fazla branşlara uygulanabileceği düşünülmektedir.

Öneriler

Bu bölümde bu çalışmanın katkı sağladığı alana yukarıdaki verilen bilgiler ışığında bundan sonraki çalışmaları gerçekleştirecek olan araştırmacılar için önerilerden bahsedilecektir.

- Sporda ahlak, karakter ve fair-play konulu eğitim ve bilgilendirme çalışmalarının sadece okullar düzeyinde kalmayarak, ülkemizde aktif olarak faaliyet gösterilen spor dallarıyla ilgili federasyon, dernek ya da diğer toplulukların antrenör, yönetici, idareci, ebeveyn ve sporculara yönelik seminerler, çalıştaylar, sempozyumlar olarak ahlak ve karakter farkındalığı yaratmaya yönelik bilgilendirme ve hizmet içi eğitim faaliyetlerinin planlanması;
- Spor ve ahlak konusunda dünya üzerinde etkili eğitim-öğretim faaliyetleri içeren ülkelerin sistemlerinin incelenmesi ve ülkemize entegrasyonuna dair çalışmaların yapılması;
- Spor Bilimleri alanında karakter konulu araştırmalarda ölçeklerin çeşitlendirilebilmesi ve güncel tutulabilmesi için ölçek geliştirme çalışmaları yapılması;
- Hali hazırda yurt dışı kaynaklı olan karakter konulu ölçme araçlarının Türk popülasyonunda uyarlamalarının yapılarak ulusal literatüre kazandırılması;

Kaynaklar

- Adır, Y. (2017). *Fiziksel etkinlik oyunlarının ortaöğretim düzeyindeki öğrencilerin karakter gelişimi düzeylerine etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray Üniversitesi, Aksaray.
- Akandere, M., Baştuğ, G. ve Güler, D. E. (2009). Orta öğretim kurumlarında spora katılımın çocuğun ahlaki gelişimine etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 59-68.
- Arslan, B. (2018). *Türkiye'deki bocce ve dart sporcularının ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Bartın.
- Atalay, A. (2016). Türkiye'de üniversitelerde eğitim gören öğrenci-sporcuların ahlaki karar alma tutumları. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(31), 53-66.
- Barriga, A., Morrison, E., Liao, A. ve Gibbs, J. (2001). Moral cognition: Explaining the gender difference in anti social behavior. *Merrill-Palmer Quarterly*, 47(1), 532- 562.

- Beller, J. (2002). *Positive Character Development in School Sport Programs*. Clearinghouse on Teaching and Teacher Education, Washington.
- Beller, J. ve Stoll, S. K. (1995). Moral reasoning of high school student athletes and general students: An empirical study versus personal testimony. *Pediatric Exercise Science*, 4(1), 352-363.
- Böyükkelhan, E., Özdilek, Ç., Kaya, T. ve Yağmur., Ö. M. (2019). Bazı değişkenlere göre öğrenci sporcuların ahlaki karar alma tutumlarının incelenmesi. *Sporometre*, 16(4), 172-184.
- Bredemeier, B. J., Weiss, M., Shields, D. ve Cooper, B. (1987). The Relationship between children's legitimacy judgments and their moral reasoning, aggressions tendencies and sport involvement. *Sociology of Sport Journal*, 4(1), 48-60.
- Bredemeier, B. ve Shields, D. (1986). Athletic aggression: An issue of contextual morality. *Sociology of Sport Journal*, 3(8), 15-28.
- Bredemeier, B. ve Shields, D. (1986). Game reasoning and interactional morality. *Journal of Genetic Psychology*, 147(2), 257-270.
- Bredemeier, B. ve Shields, D. (1995). *Character Development and Physical Activity*. Human Kinetics, New York.
- Conroy, D., Silva, J., Newcomer, R., Walker, B. ve Johnson, M. (2001). Personal and participatory influences on socialization of aggressive sport behavior. *Aggressive Behavior*, 3(1), 405-418.
- d'Arripe, L. F., Corrion, K., Scoffier, S., Roussel, P. ve Chalabaev, A. (2010). Sociocognitive self-regulatory mechanisms governing judgments of the acceptability and likelihood of sport cheating. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(2), 595-618.
- Doty, J. (2006) Sports build character. *Journal of College and Character*, 7, 1-9.
- Duda, J. L., Olson, L. ve Templin, T. (1991). The relationship of task and ego orientation to sportsmanship attitudes and the perceived legitimacy of injurious acts. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62, 79-87.
- George, D. ve Mallery, M. (2010). *SPSS for windows step by step: A simple guide and reference*. Allyn & Bacon, Boston.
- Gibbons, S., Ebbeck, V. ve Weiss, M. (1995). Fair play for kids: Effects on the moral development of children in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 66(1), 247-255.
- Görgüt, İ. ve Tuncel, S. (2017). Spor karakter ölçeğinin türkçe uyarlaması. *Sporometre*, 15(3), 149-156.
- Guivernau, M. ve Duda, J. (2002). Moral atmosphere and athletic aggressive tendencies in young soccer players. *Journal of Moral Education*, 31(2), 67-85.
- Horn, T. S. ve Harris A. (2002). *Perceived competence in young athletes: Research findings and recommendations for coaches and parents*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.
- İmamlı, H. ve Ünver, G. (2018). Spor karakterinin demografik nitelikler açısından incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 36-49.
- Jang, C. Y. (2013). *Development and validation of the sport character scale*. Doctora Thesis, The University of Utah.
- Jones, C. ve McNamee, M. (2000). Moral reasoning, moral action and the moral atmosphere of sport. *Sport, Education and Society*, 5(1), 131-146.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Akademik Yayıncılık, Ankara.
- Kavussanu, M. ve Boardley, I. D. (2009). The prosocial and antisocial behavior in sport scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 31(1), 97-117.
- Kavussanu, M. ve Roberts, G. C. (2001). Moral functioning in sport: an achievement goal perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(3), 37-54.
- Kavussanu, M., Stamp, R., Slade, G. ve Ring, C. (2009). Observed prosocial and antisocial behaviours in male and female soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 4(1), 62-76.

- Lirgg, C. D. (1991). Gender differences in self-confidence in physical activity: a meta-analysis of recent studies. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 5(1), 294-310.
- Martin, E., Gould, D., Ewing, M. E. (2017). Youth's perceptions of rule-breaking and antisocial behaviours: gender, developmental level and competitive level differences. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1(3), 1-16.
- Miller, B., Roberts, G. ve Ommundsen, Y. (2005). Effect of perceived motivational climate on moral functioning, team moral atmosphere perceptions, and the legitimacy of intentionally injurious acts among competitive youth football players. *Psychology of Sport and Exercise*, 3(3), 461-477.
- Miller, R. ve Jarman, B. (1988). Moral and etihal character development views from past leaders. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 56(4), 72-78.
- Ommundsen, Y., Roberts, G., Lemyre, P. ve Treasure, D. (2003). Perceived motavational climate in male youth soccer; Relations to social-moral functioning, sportspersonship and team norm perceptions. *Pyhology of Sport and Exercise*, 4(4), 397-413.
- Öztürk, S.E. ve Türkmen, M. (2018). Dart sporcularının spor karakterlerinin incelenmesi. 6. *Uluslararası Bilim, Kültür ve Spor Kongresi, Lviv Ukrayna*, 25-27 Nisan 2018, 848-861
- Priest, R., Krause, J. ve Beach, J. (1999). Four-year challenges in college athletes' ethical value choices in sport situations. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 70(2), 170-178.
- Richard, D. (1999). Are women more ethical? Recent findings on the effect of gender upon moral development. *Journal of Public Administration Research and Theory*, 9(3), 459-472.
- Rudd, A.ve Stoll, S. (2004). Whay type of character do athletes possess? An emprical examination of college atheletes versus college non-athletes with RSBH value judgment inventory. *The Sport Journal*, 7(2), 1-10.
- Shields, D. L., Bredemeier, B. L., LaVoi, N. M. ve Power, F. C. (2005). The sport behavior of youth, parents and coaches. *Journal of Research in Character Education*, 3(1), 43-59.
- Silberman, M. A. ve Snarey, J. (1993). Gender differences in moral development during early adolescence: the contribution of sex-related variations in maturation. *Current Psychology*, 12(2), 163-171.
- Siyahtaş, A., Saraç, D., Tükenmez, A. ve Hocoğlu, M. (2018). Farklı branşlardaki sporcuların spor karakter özelliklerinin karşılaştırılması. *International Social Studies Journal*, 28(5), 6252-6259.
- Stephens, D. E. ve Bredemeier, B. J. (1996). Moral atmosphere and judgments about aggression in girls' soccer: Relationships among moral and motivational variables. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(1), 158-173.
- TDK (Türk Dil Kurumu). (2018). *Genel açıklamalı sözlük*. TDK Yayınları, Ankara.
- Yalız, D. (2011). *Beden eğitimi dersi kapsamındaki fiziksel etkinlik oyunlarının ilköğretim öğrencilerinin karakter gelişimleri üzerindeki etkisi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi.
- Yapan, H. (1992). *Spor ahlakı; beden eğitimi dersinde ahlaki eğitim*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yıldız, Y. ve Özmaden, M. (2019). Spor yapan üniversite öğrencilerinin sportif karakter durumlarının çeşitli değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Journal of Human Sciences*, 16(4), 1197-1206.

Makale Alıntısı

Özlü, C., Yalız Solmaz, D. ve Güven, G. (2023). 15-18 Yaş Aralığındaki Sporcuların Karakter Düzeylerinin İncelenmesi [Evaluation of the Character Levels of Athletes Between the Age of 15-18], *Spor Eğitim Dergisi*, 7 (3), 266-278.



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

Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Fizik Kaygı Düzeylerinin Araştırılması

Esmâ MACCA¹, Arslan KALKAVAN², Nihal AKOĞUZ YAZICI³

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 11.10.2023
Kabul Tarihi: 27.12.2023
Online Yayın Tarihi:
27.12.2023

Anahtar Kelimeler:

Spor, Kaygı, Stres,
Üniversite Öğrencileri

DOI:

10.55238/seder.1374382

Amaç: Çalışmamızın amacı, üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerinin, yaşlarının, sınıflarının, spor yapma durumlarının ve spor dallarının sosyal fizik kaygısı üzerindeki etkilerini incelemektir.

Gereç ve Yöntem: Çalışmanın araştırma grubunu farklı bölümlerde öğrenim gören 413 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmaya sadece gönüllü olarak katılmak isteyen öğrenciler dahil edilmiştir. Araştırma verilerinin toplanmasında kişisel bilgi formu ve Sosyal Fizik Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Oluşturulan anket formu, örneklem grubuna yüz yüze anket yöntemi kullanılarak doldurtulmuştur. Normal dağıldığı tespit edilen verilerin analizinde iki grup için Bağımsız Gruplarda T-Testi, üç ve üzeri gruplarda Tek Yönlü Anova analizinden faydalanılmıştır.

Bulgular: Çalışmanın bulgularında cinsiyet, sınıf ve spor yapma durumu açısından sosyal fizik kaygısı düzeylerinde anlamlı fark olduğu görülürken ($p<0,05$), yaş ve spor dalı açısından sosyal fizik kaygısı düzeylerinde anlamlı fark olmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak kadınların, 1. sınıfta okuyanların ve spor yapmayanların sosyal fizik kaygısının yüksek olduğu belirlendi. Çalışmamızda bu durum kadınların duyguları daha fazla yaşamaları, 1. sınıfta olanların ergenlik çağlarında olmaları ve spor yapmayanların ise hareketsiz olmalarından kaynaklı kendilerini beğenmeme durumu ile açıklanmıştır. Bu sonuçlar aktif yaşam açısından ele alındığında, sporun öğrencilerin sosyal-fiziksel kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğunu, diğer bir deyişle kaygılarını azalttığını göstermektedir.

Investigation of Social Physical Anxiety Levels of University Students, who Participating in Sport or Not

Abstract

Article Info

Received: 11.10.2023
Accepted: 27.12.2023
Online Published:
27.12.2023

Keywords:

Sport, Anxiety, Stress,
University Students

Aim: The aim of our study is to examine the effects of university students' gender, age, class, sports status and sports branches on social physics anxiety.

Method: The research group of the study consisted of 413 students studying at different departments. Only students who wanted to participate voluntarily were included in the study. Personal information form and Social Physics Anxiety Inventory were used to collect research data. The created questionnaire was filled by the sample group using the face-to-face questionnaire method. T-Test for Independent Groups was used for two groups and One Way Anova analysis was used for groups of three or more in the analysis of the data found to be normally distributed.

Results: In the results of the study, it was observed that there was a significant difference in social physical anxiety levels in terms of gender, class and doing sports ($p<0.05$), while there was no significant difference in social physical anxiety levels in terms of age and sports branch ($p>0.05$).

Conclusion: It was determined that the social physics anxiety of women, first grade students and those who did not do sports were high. In our study, this was explained by the fact that women experienced emotions more, those who were in the first grade were in their adolescence, and those who did not do sports were inactive due to their dislike for themselves. When these results are considered in terms of active life, they show that sports are effective on students' social-physical anxiety levels, in other words, they reduce their anxiety.

¹Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rize/Türkiye, E-Mail: esma.macca@gmail.com, ORCID: 0000-0003-1172-1623

²Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rize/Türkiye, E-Mail: arslan.kalkavan@erdogan.edu.tr, ORCID: /0000-0001-9439-4976

³Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rize/Türkiye, E-Mail: nihhal.akoguz@erdogan.edu.tr, ORCID: 0000-0002-4766-140X

Giriş

Sosyal fizik kaygısı, bireyin başkaları tarafından değerlendirildiğini algıladığı durumlarda fiziksel görüntüsü ile ilgili olarak hissettiği endişeyi yansıtan, sosyal psikolojik değişkendir. Sosyal fizik kaygısının önemli olmasının nedeni sağlıkla ilgili belirgin psikolojik ve davranışsal faktörlerle ilişkili olmasıdır (Kowalski ve ark., 2001). Örneğin, araştırmalarda sosyal fizik kaygısının, benlik saygısı, vücut imajı, görünüm memnuniyetsizliği, yeme tutumları ve fiziksel aktivite gibi sağlıkla ilgili davranışlardan kaçınma motivasyonu ile ilişkili olduğu gösterilmiştir (Niven ve ark., 2009; Strong ve ark., 2006).

Sosyal fizik kaygısı yaşayan ergenler, sosyal fizik kaygısının getirdiği rahatsız edici duygularla başa çıkmak için kullanılan bir dizi uyumsuz davranış için daha yüksek risk altındadır (Kowalski ve ark., 2006, Sabiston ve ark., 2007). Sosyal fizik kaygısı, fiziksel sağlık sonuçları açısından özellikle endişe vericidir, çünkü daha fazla sosyal fizik kaygısına sahip bireyler, vücutlarının muhtemelen sergileneceği veya fiziksel özelliklerinin vurgulandığı fiziksel aktivite ortamlarından (örn. spor, egzersiz) kaçınma eğilimindedir (Carron ve Prapavessis, 1997, Hart ve ark., 1989). Ek olarak, kişinin bedeni hakkındaki düşünce ve duyguları, ergenlik döneminde benlik saygısı üzerinde en büyük etkiye sahiptir (Harter, 1999). Bu doğrultuda da sosyal fizik kaygısı hem zihinsel hem de fiziksel sağlık sonuçları için bir risk faktörüdür. Bu nedenle, bireylerin sosyal fizik kaygısını etkileyen faktörlerin belirlenmesi, sosyal fizik kaygısından kaynaklanan rahatsızlığı ve öğrencilerin olumsuz başa çıkma stratejilerini en aza indirmek için önemlidir (Harter, 1999).

Ergenlikle ilişkili fiziksel değişiklikler, ergenlik öncesinde ve ergenlik sırasında akran değerlendirmelerinin ve kabulünün artan önemi, öğrencilerin sosyal farkındalık ve öz bilinç duygularını artırabilir (Brustad ve Partridge, 2002; Harter, 1999). Bu hiçbir alanda, öğrencilerin görünüşlerini veya vücutlarını sosyal olarak arzu edilir bir şekilde sunma konusundaki kaygıları kadar belirgin değildir. Öğrenciler kültürel olarak belirlenmiş fiziksel ideali ne kadar çok içselleştirirlerse ve kendilerini idealden ne kadar uzak görürlerse, vücutlarının görünümünden o kadar memnun olmazlar (Levine ve Smolak, 2002). Vücut memnuniyetsizliği öğrencilik yıllarında özellikle de kendilerini kültürel ideallerden uzaklaştıran ergenlik değişimleri yaşayanlar için önemli ölçüde artar (Levine ve Smolak, 2002). Daha yüksek düzeyde vücut memnuniyetsizliği ve sosyal öz bilinç, bazı öğrencilerde sosyal fiziksel kaygının yukarıda bahsettiğimiz hoş olmayan duygularına zemin hazırlayabilir (Hart ve ark., 1989). Bu bağlamda yapılan çalışmalar sosyal fizik kaygısı yüksek olanların kalabalık ortamlar yerine yalnız başlarına fiziksel etkinliğe katılma eğiliminde olduklarını göstermiştir (Ballı ve ark., 2006). Tüm bu bilgiler ışığında çalışmamız ailelerinden uzakta maddi ve manevi pek çok sorunla boğuşan üniversite öğrencilerinin, diğer taraftan da akademik başarı için yoğun bir kaygı yaşadıkları dönemlerde sosyal fizik kaygılarını etkileyebilecek faktörlerin belirlenmesi açısından önemlidir.

Bu doğrultuda çalışmamızın amacı, üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerinin, yaşlarının, sınıflarının, spor yapma durumlarının ve spor dallarının sosyal fizik kaygısı üzerindeki etkilerini incelemektir. Bu çalışmadan elde edilen bulguların, farklı cinsiyette ve farklı yaş grupları arasında sosyal fizik kaygısındaki gelişimsel eğilimlerin nasıl değiştiğini göstererek literatüre benzersiz bir katkı yapması beklenmektedir.

Materyal ve Yöntem

Araştırma Modeli

Betimsel tarama modeli olan bu araştırmada, veri toplama tekniklerinden anket yöntemi kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Çalışmanın araştırma grubunu Rize Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinde farklı bölümlerde öğrenim gören 413 öğrenci oluşturmuştur. Araştırmaya sadece gönüllü olarak katılmak isteyen öğrenciler dahil edilmiştir.

Araştırmaya katılma kriterleri:

- 17-26 yaş arasında olmak
- Üniversiteye kayıtlı öğrenci olmak
- Fakültede öğrenim görüyor olmak
- Gönüllü olmak

Verilerin Toplanması

Araştırma verilerinin toplanmasında kişisel bilgi formu ve Sosyal Fizik Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Oluşturulan anket formu, örneklem grubuna yüz yüze anket yöntemi kullanılarak doldurtulmuştur.

Kişisel Bilgi Formu

Form araştırmacılar tarafından öğrencilerin; cinsiyet, yaş, sınıf, aktif spor yapma durumu ve spor dalı gibi bilgilerinin toplanması amacıyla oluşturulmuştur.

Sosyal Fizik Kaygı Envanteri (SFKE)

Hart ve ark. (1989) tarafından geliştirilen SFKE’nde toplam 12 madde bulunmaktadır. SFKE’nin Türkçeye ilk uyarlaması Mülazımoğlu-Ballı ve Aşçı (2006) tarafından yapılmıştır. Daha sonra Hagger ve ark. (2007) tarafından yapılan çalışmada ise Türk insanı için en uygun modelin yedi maddelik ölçek ile elde edildiği ifade edilmiştir. Bu çalışmada yedi maddelik SFKE formu kullanılmıştır. SFKE soruları beşli likert tipi (tamamen yanlış, genellikle yanlış, bazen doğru, genellikle doğru, tamamen doğru) ölçek kullanılarak cevaplandırılmaktadır. Envanterden alınabilecek en düşük puan 7, en yüksek puan 35’tir. Puanın yüksekliği kaygı düzeyinin yüksek olduğunu ifade eder.

Verilerin Analizi

Çalışmadan elde edilen verilere öncelikli olarak Kolmogorov-Smirnov ve Saphiro-Wilk normallik testleri uygulandı. Normal dağıldığı tespit edilen verilerin analizinde iki grup için Bağımsız Gruplarda T-Testi, üç ve üzeri gruplarda Tek Yönlü Anova analizinden faydalanılmıştır. Tüm analizler SPSS 24.0 istatistik paket programında gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Öğrencilerin cinsiyetleri açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	t	p
Kadın	230	19,03	4,85	410	2,522	0,012*
Erkek	182	17,83	4,73			

Çalışmaya katılan öğrencilerin cinsiyetlerine göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için bağımsız gruplarda t-testi analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları kadınların sosyal fizik kaygı ortalamalarının (19,03±4,85) erkeklerin ortalamalarından (17,83±4,73) anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermiştir ($t_{(410)} = 2,522$; $p < 0,05$).

Tablo 2. Öğrencilerin yaşları açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Yaş	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	F	p
18 Yaş ve Altı	33	20,33	4,12			
19 Yaş	59	18,59	4,03			
20 Yaş	72	19,06	4,94			
21 Yaş	84	18,27	5,14	6-405	1,450	0,194
22 Yaş	68	18,20	5,23			
23 Yaş	42	17,45	4,33			
24 Yaş ve üstü	54	18,05	5,07			

Çalışmaya katılan öğrencilerin yaşlarına göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için tek yönlü anova analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları yaş açısından sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı fark olmadığını göstermiştir ($F_{6,405} = 1,450$; $p > 0,05$).

Tablo 3. Öğrencilerin sınıfları açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Sınıf	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	F	p
1. Sınıf	140	19,32	4,47			
2. Sınıf	97	18,95	5,05	3-408	3,845	,010**
3. Sınıf	88	17,59	4,51			1>3, 1>4,
4. Sınıf	87	17,57	5,19			

Çalışmaya katılan öğrencilerin sınıflarına göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için tek yönlü anova analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları 1. sınıf öğrencilerinin (19,32±4,47) sosyal fizik kaygı ortalamalarının 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin ortalamalarından anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermiştir ($F_{3,408} = 3,845$; $p < 0,05$).

Tablo 4. Öğrencilerin spor yapma durumları açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Spor Yapma Durumu	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	t	p
Spor Yapıyor	208	17,93	5,00			
Spor Yapmıyor	204	19,07	4,58	410	-2,369	,018*

Çalışmaya katılan öğrencilerin spor yapma durumlarına göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için bağımsız gruplarda t-testi analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları spor yapmayanların sosyal fizik kaygı ortalamalarının (19,07±4,58) spor yapanların ortalamalarından (17,93±5,00) anlamlı olarak daha yüksek olduğunu göstermiştir ($t_{(410)} = -2,369$; $p < 0,05$).

Tablo 5. Öğrencilerin yapmış oldukları spor dalı açısından sosyal fizik kaygı düzeyleri

Spor Dalı	N	Ortalama	Standart Sapma	SD	F	p
Spor Dalı Yok	204	19,07	4,57			
Basketbol	22	18,00	4,50			
Voleybol	35	17,82	4,83			
Futbol	68	18,20	5,53	7-404	1,271	,263
Mücadele Sporları	26	17,00	4,84			
Raket Sporları	14	19,50	5,40			
Bireysel Sporlar	21	18,04	5,03			
Doğa Sporları	22	17,22	4,27			

Çalışmaya katılan öğrencilerin spor dallarına göre sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık olup olmadığını anlamak için tek yönlü anova analizinden faydalanılmıştır. Test sonuçları spor dalı açısından sosyal fizik kaygı düzeylerinde anlamlı fark olmadığını göstermiştir ($F_{7,404} = 1,271$; $p > 0,05$).

Tartışma ve Sonuç

Yapılan analizlere göre; cinsiyete göre sosyal fizik kaygısının anlamlı olarak değiştiği belirlendi. Buna göre kadınların ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu görüldü. Bu bağlamda kadınların fiziksel olarak iyi görünme ve/veya giyimlerinin vücuda daha iyi oturma gibi kaygı durumlarından dolayı puanların yüksek olduğu söylenebilir. Daha önceki çalışmalarda da ifade edildiği gibi (Taub ve Blinde, 1992), sosyal faktörler ve toplumsal olarak kabul görmüş ideal vücut standartları bayanları, çekici olmak için oldukça zayıf olmaları konusunda zorlamaktadır. Tüm bu sosyal etkiler bayanlarda zayıf olma, ince bir vücuda sahip olma konusunda saplantı haline dönüşmekte, dolayısıyla bayanların beden imgelerinden hoşnutsuzluk duymalarına ve sosyal fizik kaygıyı daha yoğun yaşamalarına neden olmaktadır. Konu ile ilgili araştırmalara bakıldığında kadınların erkeklere göre görünümüne daha fazla takıntılı olduklarını ve daha fazla negatif duygulara sahip oldukları görülmektedir (Berry ve Howe, 2004; Eklund ve ark., 1997; Grieve ve ark., 2006; Haase ve ark., 2002; Hart ve ark., 1989; Kruisselbrink ve ark., 2004; Martin ve Mack, 1996).

Yaş açısından sosyal fiziksel kaygı düzeylerinin değişmediği belirlendi. Bunun nedeninin çalışmamıza katılan öğrencilerin yaş aralıklarının fazla olmamasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çavuşoğlu ve Yılmaz (2020)'in çalışmasında da yaş ile fiziksel kaygı düzeylerinde anlamlı farka rastlanmamıştır. Sosyal fizik kaygı düzeyi ile yaş arasında anlamlı fark bulunmadığını ortaya koyan farklı çalışmalar da bulunmaktadır (Tunç, 2015; Ümmet, 2007). Yapılan çalışmalar bu araştırma sonuçlarını desteklemektedir.

Yapılan analizlere göre sınıfa göre sosyal fizik kaygısının anlamlı olarak değiştiği belirlendi. Buna göre 1. sınıfta okuyanların sosyal fizik kaygılarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu görüldü. 1. sınıftaki öğrencilerin dışsal görünüşe (sosyal fiziksel duruma) daha fazla önem verdikleri söylenebilir. Bunun nedeninin 1. Sınıfta okuyan öğrencilerin ergenlikten yeni çıkmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Daha üniversiteye yeni adım atmış olan bu öğrencilerin kendilerini kanıtlama, buldukları ortama aidiyet hissetme ve kendilerini buldukları grup içerisinde güvenli hissetme durumları her öğrenci için farklı şekillerde oluşmaktadır. Bu nedenle öğrenciler için, buldukları ortamın görüşleri önemlidir. Burada da fiziksel görünüşün nasıl değerlendirildiği öğrencilerde kaygı yaratabilecek bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bağlamda ergenliğinin sonlarında olan ve yeni ortamlara adım atmış olan öğrencilerin görünüş kaygılarının kendilerinden büyük öğrencilere göre yüksek olması olasıdır. Alanda yapılan araştırmalar incelendiğinde görünüş kaygısı, sosyal kaygı ve benlik saygısı gibi faktörlerin sınıf değişkenine göre anlamlı olarak değiştiği görülmektedir (Alemdağ, 2013; Baltacı, 2010; Güler Yılmaz, 2012; Işıkol, 2013; Kozaklı, 2006; Sarıçam, 2011; Şentürk, 2010).

Yapılan analizlere göre spor yapma durumuna göre sosyal fizik kaygısının anlamlı olarak değiştiği belirlendi. Buna göre spor yapmayanların sosyal fizik kaygılarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu görüldü. Elde edilen bu bulguda fiziksel etkinliklere katılmayan katılımcıların sosyal fizik kaygılarının daha fazla olduğu söylenebilir. Bu durum, sporun fiziksel gelişimi desteklediği düşünüldüğünde, spor yapan

bireylerin kendi fiziki durumları hakkında daha olumlu yargılara sahip olabileceği düşüncesi ile açıklanabilir. Konu ile ilgili yapılan bazı araştırmalara bakıldığında fiziksel etkinliğe katılımın sosyal fizik kaygıyı azalttığını ortaya koyan çalışmaların olduğu görülmektedir (Finkenberg ve ark., 1998; Frederick ve Morrison, 1996; Lantz ve Hardy, 1997). Sporcu ve sporcu olmayanların beden imgesinden hoşnut olma düzeylerini inceleyen çalışmalarda da sporcuların sporcu olmayanlara göre beden imgelerinden daha hoşnut olduğu belirlenmiştir (Bucaria, 1989; Snyder ve Kilvin, 1975).

Spor dalı açısından sosyal fiziksel kaygı düzeylerinin değişmediği belirlendi. Bu durumun sosyal fizik kaygı düzeyleri üzerinde branştan çok, kişinin fiziksel durumunun etkili olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Çavuşoğlu ve Yılmaz (2020) ve Crocker ve ark. (2001)'nin çalışmasında da spor dalı ile fiziksel kaygı düzeylerinde anlamlı farka rastlanmamıştır. Konu ile ilgili araştırmalara bakıldığında çalışmamızdan farklı olarak ferdi sporlar ile uğraşan sporcuların takım sporlarına katılan sporculara göre daha düşük sosyal fizik kaygı düzeyine sahip olduğu da görülmektedir (Haase, 2001).

Sonuç olarak kadınların, 1. sınıfta okuyanların ve spor yapmayanların sosyal fizik kaygısının yüksek olduğu belirlendi. Çalışmamızda bu durum kadınların duyguları daha fazla yaşamaları, 1. sınıfta olanların ergenlik çağlarında olmaları ve spor yapmayanların ise hareketsiz olmalarından kaynaklı kendilerini beğenmeme durumu ile açıklanmıştır. Bu sonuçlar aktif yaşam açısından ele alındığında, sporun öğrencilerin sosyal-fiziksel kaygı düzeyleri üzerinde etkili olduğunu, diğer bir deyişle kaygılarını azalttığını göstermektedir. Bu bulgular insanların başkaları tarafından hoş ve iyi bir şekilde değerlendirilmek istemeleri yani iyi bir vücut imajına sahip olarak karşısındaki bireylerden daha fazla saygı göreceği fikrine kapıldıkları düşüncesini de desteklemektedir. Bu doğrultuda sporun bu kavramlar üzerindeki etkisini daha iyi anlayabilmek için daha geniş örneklem grubu ile spora katılım nedenleri, kişisel özellikleri, fiziksel olarak kendine güven gibi kavramların gelecekteki çalışmalarda ele alınarak incelenmesi kaygı durumlarını açıklamada daha fazla katkı sağlayabilir.

Kaynaklar

- Alemdağ, S. (2013). *Öğretmen adaylarında fiziksel aktiviteye katılım sosyal görünüş kaygısı ve sosyal yeterlik ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon, 27-38.
- Ballı, Ö. M., & Aşçı, F. H. (2006). Sosyal Fizik kaygı envanteri' nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 11-19.
- Ballı, Ö. M., Kirazcı, S., & Aşçı, F. H. (2006). Sporcu ve sporcu olmayan bayanların sosyal fizik kaygı ve beden imgesinden hoşnut olma düzeyleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(1), 9-16.
- Baltacı, Ö. (2010). *Üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı, sosyal destek ve problem çözme yaklaşımları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Berry, T. R., & Howe, B. L. (2004). Effects of health-based and appearance-based exercise advertising on exercise attitudes, social physique anxiety and self-presentation in an exercise setting. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 32(1), 1-12.
- Brustad, R. J., & Partridge, J. A. (2002). *Parental and peer influence on children's psychosocial development through sport*. Dubuque, IA: Kendall/Hunt.

- Bucaria, L. L. (1989). The relation of sport status to body image, self-esteem and fearfulness in high school adolescents. *Dissertation Abstract International*, 50, 09, 3086-A.
- Carron, A., & Prapavessis, H. (1997). Self presentation and group influence. *SAGE Social Sciences Collections*, 28, 500e516.
- Crocker, P.R.E., Synder, J. Kowalski, K.C. & Hoar, S. (2000). Don't let me be fat or physically incompetent! The relationship between physical self-concept and social physique anxiety in canadian high performance female adolescent athletes. *AVANTE*, 6, 16-23.
- Çavuşoğlu, G., & Yılmaz, A. K. (2020). Üniversite öğrencilerinin egzersizde motivasyonel düzenleme ve sosyal fizik kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(2), 106-114.
- Eklund, R. C., & Crawford, S. (1994). Active women, social physique anxiety, and exercise. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(4), 431-448.
- Finkenbergl, M.E., DiNucci, J.M., McCune, S.L., Chenette, T. & McCoy, P. (1998). Commitment to physical activity and anxiety about physique among collage women. *Perceptual and Motor Skills*, 87, 1393-1394.
- Frederick, C.M. & Morrison, C.S. (1996). Social physique anxiety, personality constructs, motivations, exercise attitudes, and behaviors. *Perceptual and Motor Skills*, 82, 963-972.
- Grieve, F. G., Wann, D., Henson, C. T., & Ford, P. (2006). Healthy and unhealthy weight management practices in collegiate men and women. *Journal of Sport Behavior*, 29(3), 229-242.
- Güler Yılmaz, M. (2012). *Orta öğretim öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile utangaçlık düzeyleri arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Yüksek Lisans Programı, İstanbul, 8-17, 49-52.
- Haase, A. (2001) Team and individual sports-effects on social physique anxiety and disturbed eating attitudes in elite male and female athletes. *X. World Congress of Sports Psychology*, 4, 232-233.
- Haase, A. M., Prapavessis, H., & Owens, R. G. (2002). Perfectionism, social physique anxiety and disordered eating: A comparison of male and female elite athletes. *Psychology of sport and Exercise*, 3(3), 209-222.
- Hagger, M.S., Asc,i, F.H., Lindwall, M., Hein, V., Mu'lazimoglu-Balli, O., Tarrant, M. (2007). Cross-cultural validity and measurement invariance of the social physique anxiety scale in five European nations. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 17, 703-719.
- Hart, E. A., Leary, M. R., & Rejeski, W. J. (1989). The measurement of social physique anxiety. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 11, 94e104.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York: Guilford.
- Işıkol, F. (2013). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin sosyal görünüş saygıları ile benlik saygıları arasındaki ilişkinin incelenmesi (Üsküdar İlçesi örneği)*. Yüksek Lisans Tezi. Yedi Tepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 22, 36-46, 122-138.
- Kowalski, K.C., Mack, D.E., Crocker, P.R.E., Niefer, C.B., & Fleming, T.L. (2006). Coping with social physique anxiety in adolescence. *Journal of Adolescent Health*, 39, 275.e9-275.e16.
- Kowalski, N.P., Crocker, P.R.E., & Kowalski, K.C. (2001). Physical self and physical anxiety relationships in college women: Does social physique anxiety moderate effects? *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72, 55-62.
- Kozaklı, H. (2006). *Üniversite öğrencilerinde yalnızlık ve sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkilerin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Mersin, 7-30, 96-113.

- Kruisselbrink, L. D., Dodge, A. M., Swanburg, S. L., & MacLeod, A. L. (2004). Influence of same-sex and mixed-sex exercise settings on the social physique anxiety and exercise intentions of males and females. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 26(4), 616-622.
- Lantz, C.D. & Hardy, C.J. (1997). Social physique anxiety and perceived exercise behavior. *Journal of Sport Behavior*, 20, 83-93.
- Levine, M. P., & Smolak, L. (2002). *Body image development in adolescence*. The Guilford Press, New York.
- Martin, K. A., & Mack, D. (1996). Relationships between physical self-presentation and sport competition trait anxiety: A preliminary study. *Journal of Sport & Exercise Psychology*.
- Niven, A., Fawcner, S., Knowles, A.-M., Henretty, J., & Stephenson, C. (2009). Social physique anxiety and physical activity in early adolescent girls: The influence of maturation and physical activity motives. *Journal of Sports Sciences*, 27, 299-305.
- Sabiston, C. M., Sedgwick, W. A., Crocker, P. R. E., Kowalski, K. C., & Mack, D. E. (2007). Social physique anxiety in adolescence: an exploration of influences, coping strategies, and health behaviors. *Journal of Adolescent Research*, 22, 78e101.
- Sarıçam, H. (2011). *Üniversite öğrencilerinin reddedilme duyarlılıkları ile benlik saygıları ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Erzurum, 3-5, 29-46, 102-108.
- Snyder, E. E., & Kilvin, J. E. (1975). Women athletes and aspects of psychological well being and body image. *The Research Quarterly*, 46(2), 191-199.
- Strong, H.A., Mack, D.E., Martin Ginis, K.A., & Wilson, P.M. (2006). Examining selfpresentational exercise motives and social physique anxiety in men and women. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 11, 209-225.
- Şentürk, S. (2010). *Liseli ergenlerin yalnızlık algısının sosyal beceri, benlik saygısı ve kişilik özellikleri bağlamında değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul, 141-157.
- Taub, D. E., & Blinde, E. M. (1992). Eating disorders among adolescent female athletes: Influence of athletic participation and sport team membership. *Adolescence*, 27(108), 833.
- Tunç, A.Ç. (2015). *Sporun üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı ve öznel iyi oluş düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Ümmet, D. (2007). *Üniversite öğrencilerinde sosyal kaygının cinsiyet rolleri ve aile ortamı bağlamında incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Makale Alıntısı

Macca, E., Kalkavan, A., Akoğuz Yazıcı, N. (2023). Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Fizik Kaygı Düzeylerinin Araştırılması [Investigation of Social Physical Anxiety Levels of University Students, who Participating in Sport or Not], *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 279-286.



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

Genç Erkek Basketbolcularda Dirençli Pliometrik Antrenman Kas Kuvvetini Arttırır

Dilek TOPAL¹, Mehmet Zeki SARI², Aliye GÜNDOĞDU³, Y. GÜL ÖZKAYA⁴

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 29.09.2023
Kabul Tarihi: 29.12.2023
Online Yayın Tarihi:
29.12.2023

Anahtar Kelimeler:

Egzersiz, Genç Sporcu,
Kasal Kuvvet,
Kuvvetlendirme
Antrenmanı

DOI:

10.55238/seder.1368813

Amaç: Bu çalışmada genç basketbolculara uygulanan 12 haftalık dirençli ve dirençsiz pliometrik antrenmanın el, gövde ve bacak kas kuvveti üzerine etkisi incelenmiştir.

Yöntem: Çalışmaya, 15±0,8 yaşında 27 sporcu dahil edilmiştir. Sporcular, kontrol (K), pliometrik (P) ve ağırlık yeleği+pliometrik (A) olmak üzere 3 gruba ayrılmıştır. Her 3 grup 12 hafta boyunca rutin basketbol antrenmanı yapmıştır. Kontrol grubu rutin basketbol, pliometrik antrenman grubu vücut ağırlığı kullanarak pliometrik, ağırlık yeleği grubu ise ağırlık yeleği ile pliometrik antrenman uygulamıştır. Antrenman programının bitimini takiben tüm sporcuların el, sırt ve bacak kas kuvveti, dinamometre kullanılarak ölçülmüştür. Çalışmada elde edilen veriler ortalama±Ss olarak sunulmuş, ölçümler arası karşılaştırma t testi, gruplar arası karşılaştırma varyans analizi ile değerlendirilmiş, p<0.05 istatistiksel önem düzeyi olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Çalışmadan elde edilen sonuçlar, 12 haftalık antrenmanın pliometrik antrenman grubunda el ve sırt kuvvetini, ağırlık yeleği ile pliometrik antrenmanın ise bacak kuvvetini arttırdığını göstermiştir.

Sonuç: Sonuç olarak bu çalışma, genç basketbolcularda 3 ay boyunca uygulanan pliometrik ve dirençli pliometrik antrenmanın el, gövde ve bacak kuvvetinde artışa yol açtığını, ayrıca pliometrik antrenmana direnç eklenmesiyle, basketbolcularda son derece önemli olan alt ekstremité kuvvetinde belirgin artışın ortaya çıktığını çarpıcı biçimde ortaya koymuştur.

Resistant Plyometric Training Increases the Muscle Strength in Young Male Basketball Players

Abstract

Article Info

Received: 29.09.2023
Accepted: 29.12.2023
Online Published:
29.12.2023

Keywords:

Exercise, Strength Training,
Young Athlete, Weight
Vest

Purpose: In this study, the effect of 12-week resisted, and non-resistive plyometric training applied to young male basketball players on hand, trunk and leg muscle strength was examined.

Method: 27 athletes aged 15+0.8 years old were included in the study. Athletes were divided into 3 groups: control (C), plyometric (P) and weight vest + plyometric (W), with 9 athletes each. All 3 groups performed routine basketball training for 12 weeks. Group C performed routine basketball, group P performed plyometric training using body weight, and group W performed plyometric training with a weight vest. Following the end of the training program, the hand, back and leg muscle strength of all athletes was measured using a dynamometer. The data obtained in the study were presented as mean + SD, comparison between measurements was evaluated with the t test, and p<0.05 was used as the significance level.

Results: This study revealed that plyometric and resistance plyometric training applied for 3 months in young basketball players led to an increase in hand, back and leg strength. The results of this study show coaches working in this field that adding resistance plyometric training to the standard basketball training program leads to more effective results in increasing physical performance.

Conclusion: In conclusion, this study strikingly revealed that plyometric and resistive plyometric training applied for 3 months in young basketball players led to an increase in hand, trunk and leg strength. Furthermore, with the addition of resistance to plyometric training, there was a significant increase in lower extremity strength, which is extremely important in basketball players.

¹Dr., Akdeniz University, Faculty of Sports Sciences, Antalya/Turkey, e-posta: dilektopal88@gmail.com, Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7102-9386>

²Akdeniz University, Movement and Training Doctorate Program, Antalya/Turkey, e-posta: mehmetzsari@gmail.com, Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0606-4307>

³Dr., Ardahan University, School of Physical Education and Sports, Department of Coaching Education, e-posta: aliyegundogdu@ardahan.edu.tr, Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-3799-4056>

⁴Prof. Dr., Akdeniz University, Faculty of Sports Sciences, Coaching Education Department, e-posta: gulozk@yahoo.com, Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4887-8379>

Introduction

Basketball is one of the sports followed with interest worldwide. Motoric abilities are important during the game in basketball. Features such as strength, speed, endurance and continuity in speed, which are especially important in basketball, contribute to the increase in performance (Savaş, 1992). Acquiring these features at an early age is important for basketball performance.

In order to perform effectively in basketball, scientific training methods must be applied (Sevim, 1991). Many training methods have been developed for the strength development of athletes in the older age category (Sevim, 1991). Plyometric training is one of the trainings consisting of hopping, skipping and jumps performed with the athletes' body weight (Foran, 2001). Plyometric training is generally used to strengthen the lower extremities. It provides improvement in many performance features such as jumping, running, and ability to resist gravity (Chu, 1992). It has also been observed that plyometric training increases the speed and strength abilities of athletes. Plyometric training is a method that improves jumping ability, which is an important parameter for basketball (Gambetta, 1989). In addition, there are plyometric training methods that add resistance to plyometric training to optimize jumping performance in basketball. For this purpose, there are various methods in the literature such as elastic bands (Shi et al. 2023) and resistance application devices (Pamuk et al. 2022). Another resistance application method is the weight vest application using free weights. A weight vest is a training method that is used with weights added to the athlete's own body weight, is inexpensive, and does not require expensive equipment (Macadam et al. 2017). It has been shown that training with weight vests increases athletes' sprint running performance and ground reaction forces. It has been shown that resistance training programs with weight vests allow athletes to develop many motor skills (Özbay et al. 2018).

There are very limited studies in the literature focusing on the effects of resistance training on muscular strength in young basketball players. However, it is important to clarify the issue in terms of determining the relationship between resistant and non-resistant plyometric training and adapting the training program according to the results. To our knowledge, in the literature, no study has been found investigating the effect of plyometric training using a weight vest, which is known to be very easy to use, cheap and effective, on the strength of different muscle groups in young basketball players. This study aimed to examine the effect of resistant plyometric training applied with a weight vest on muscle strength in young basketball players.

Material and Method

The study was carried out at Akdeniz University Faculty of Sports Sciences. The study was ethically approved by the Akdeniz University, Faculty of Medicine, Clinical Research Ethics Committee (24.07.2019/716).

Study Group

Twenty seven young male basketball athletes, aged 15-18, participated in the research. The athletes included in the study were those who have been playing basketball for at least 5 years, have no health problems, do not use medication regularly or take nutritional supplements. All athletes participated in the study voluntarily.

Procedure

Participating athletes were divided into 3 groups according to their training protocols: control (C), plyometric (P) and weight vest + plyometric (W) Groups were formed with 9 people in the whole group. All 3 groups trained for 12 weeks. Group C did routine basketball training, group P did plyometric jump training using body weight 3 days a week in addition to routine basketball training, group W did plyometric jump training with a weight vest 3 days a week in addition to routine basketball training.

In the research, bioelectric impedance device, hand dynamometer, back and leg dynamometer were used to measure muscle strength. Measurements obtained from the study were taken at the beginning and end of 12-week training.

Training Programs

In the training program to be applied in the study, the training groups performed standard basketball training for 12 weeks. In addition, group C was included in standard basketball training for 12 weeks (Turğut et al., 2017). In the study, group P performed plyometric training 3 days a week in addition to routine basketball training (Pamuk and Özkaya, 2017). In the study, W performed plyometric jumps by wearing weight vests 3 days a week, in addition to his routine basketball training (Khlifa et al., 2010).

Muscle Strength Measurement Parameters

Hand Grip Strength Test

Hand grip strength was measured with a Takai brand hand dynamometer. The athletes performed the test in a standing anatomical position without any support around them. Athletes were asked to squeeze the hand dynamometer with the highest force. This test was applied 3 times and the best value among the 3 scores was taken into the study. A 5-minute warm-up exercise was performed before testing (Kim et al., 2018).

Leg Strength Test (kg)

The leg strength of the athletes was measured with a Takai brand leg dynamometer. After the athletes place their feet on the dynamometer platform with their knees bent (130-140°), both arms are stretched, the back position is straight and the body is slightly tilted forward, after grasping the dynamometer bar with their hands, they use their legs vertically at maximum speed (in extension position).) measurement was carried out by pulling the bar up without using the back. This test was applied 3 times and the best value was taken into the study. A 5-minute warm-up exercise was performed before testing (Heyward, 2002; Özer, 2006).

Back Strength Test

The leg strength of the athletes was measured with a Takai brand dynamometer. After the athletes placed their feet on the dynamometer platform in a rested state, the knees and arms were stretched, the back posture was straight and the body was slightly tilted forward, the hands grasped the dynamometer bar and then pulled the bar up to the maximum level with a vertical grip. This test was applied 3 times. The best value was recorded in the study. A 5-minute warm-up exercise was performed before testing (Heyward, 2002; Özer, 2006).

Analysis of Data

SPSS 22.0 statistical analysis program (IBM) was used in the analysis of the collected findings. Descriptive statistics were used to present the collected data. The data collected from the study were

evaluated as arithmetic mean and standard deviation. Mean values of all parameters between pre-, and post-tests were compared with paired t test, and group differences were analyzed by using analysis of variance (ANOVA). The statistical significance level for the findings was set as $p < 0.05$.

Results

The mean and the standard deviation values of the age, body weight height and body fat ratio of the three groups are shown in Table 1.

Table 1. Values of the physical characteristics of young basketball athletes participating in the research

Groups	Variables	\bar{x}	SS
C (n=9)	Age (years)	15.70	0.82
	Body weight (kg)	60.70	7.88
	Height (cm)	168.68	7.82
	Fat (%)	15.90	7.87
P (n=9)	Age (years)	16.06	0.92
	Body weight (kg)	57.01	7.36
	Height (cm)	168.75	5.33
	Fat (%)	16.83	6.20
W (n=9)	Age (years)	15.93	0.68
	Body weight (kg)	58.39	7.10
	Height (cm)	168.37	4.61
	Fat (%)	11.86	2.12

The average age, body weight, height and fat percentage of C group athletes were found to be 15.70 ± 0.82 years, 60.70 ± 7.88 kg, 168.68 ± 7.82 cm and 15.9 ± 7.87 %, respectively. The average age, body weight, height and fat percentage of the P group athletes were found to be 16.06 ± 0.92 years, 57.01 ± 7.36 kg, 168.75 ± 5.33 cm and $16.83 \pm 6.2\%$, respectively. In group W athletes, the average age, body weight, height and fat percentage were found to be 15.93 ± 0.68 years, 58.39 ± 7.10 kg, 168.37 ± 4.61 cm and $11.86 \pm 2.12\%$, respectively. When the average values of age, body weight, body fat ratio and height are compared between the groups in Table 1, there is no statistical difference. The fact that the 3 groups have similar physical characteristics should be considered as an indication that the study groups were formed in an appropriate and comparable manner.

Table 2. Pre-, and post-test values in hand grip strength of all groups (kg)

Groups	Variables	\bar{x}	SS	p
C	Pre-test	28,91	4,3	0,039*
	Post-test	33,78	6,27	
P	Pre-test	28,97	3,35	0,011*
	Post-test	32,21	3,27	
W	Pre-test	35,07	2,01	0,103
	Post-test	36,43	1,88	

Hand grip strength results of the groups are presented in Table 2. When we look at Table 2, when the C pre-post test results are compared, there is a significant difference in the pre- and post-test values ($P < 0.039$). When P pre-post test results are compared, there is a significant difference in pre- and post-test values ($P < 0.011$). This difference indicates that the post-test values are improved compared to the pre-test values. In W, no statistical difference was found in handgrip strength in pre-, or post-test measurements.

Table 3. Pre-, and post-test values in back strength of the study groups (kg)

Groups	Variables	\bar{x}	SS	p
C	Pre-test	65,33	11,34	0,004**
	Post-test	92,67	18,66	
P	Pre-test	61,33	25,62	0,045*
	Post-test	92,22	19,08	
W	Pre-test	82,89	24,24	0,563
	Post-test	92,00	29,96	

Pre-, and post-test values in back strength of the groups are presented in Table 3. Accordingly, it was determined that back strength significantly increased in C ($p < 0.004$), and P ($p < 0.045$) groups. In W group, although the back strength increases, this difference was not statistically significant.

Table 4. Pre-, and post-test values in leg strength of the study groups (kg)

Groups	Variables	\bar{x}	SS	p
C	Pre-test	89,67	21,23	0,081
	Post-test	96	26,7	
P	Pre-test	92,11	21,46	0,413
	Post-test	97,00	22,15	
W	Pre-test	118,56	34,11	0,001**
	Post-test	132,67	29,32	

When we look at Table 4, we found a statistically significant difference only in the pre- and post-test values of the leg strength of the W group ($P < 0.001$). It was revealed that the resistant plyometric training performed by W group showed more effective results than the other groups.

Discussion and Conclusion

In this study, the effect of resistant plyometric training using a weight vest on muscle strength in young male athletes was examined. We found that plyometric training applied for 12 weeks improved hand and back strength, and plyometric training applied with a weight vest significantly improved leg strength. The results of our study revealed that combined resistance and plyometric training are more effective than plyometric training alone, especially in increasing lower extremity muscle strength.

In the literature, there are various training methods applied to increase muscle strength in athletes. It has been shown that combined training on inclined surfaces increases the 100 m sprint running performance by increasing lower extremity muscle strength (Çetin 2018, Çetin et al., 2018). Pamuk et al. (2022) revealed that the plyometric and resistance plyometric training they applied for 12 weeks did not affect the vertical jump performance of young basketball players, but increased the lower extremity isokinetic muscle strength. De Villarreal et al., in their meta-analysis examining the effects of plyometric training performed using the lower extremities on muscle strength, found that the increase in muscular strength increased more significantly with resistive plyometric training than with plyometric training alone, so it would be beneficial for coaches to review their training programs accordingly.

In the literature, it has been shown that combined training by adding resistance to plyometric training on athletes increases the vertical jump, CMJ, drop jump, sprint running and balance (Ramirez et al., 2022). It has been known for a long time that plyometric training, which is frequently applied to increase athletic performance, affects the stretching-shortening cycle in the muscles, leading to an increase in the force reaching the muscle from the muscle-tendon area, thus improving features such as jumping, agility and

changing direction in athletes. It is known that plyometric training combined with resistance affects and increases physiological and biomechanical functions such as stretch reflex, elastic force, motor unit recruitment, and pushing force in the legs, especially in the pre-jumping period, and this leads to a more effective jump, which is very important in branches such as volleyball, badminton and basketball (Sanchez-Sixto et al.,2021, Topal and Ozkaya,2022; Voelzke et al.,2012). Sanchez-Sixto et al. (2021) showed that low-resistance and low-volume squat exercises added to plyometric training in female basketball players increased jumping performance in athletes more than plyometric training alone. Sheikh and Hassan (2021) applied plyometric training to 18-22 years old volleyball players using a weight vest for 12 weeks, and showed that there was a greater increase in speed and agility performance compared to plyometric training alone. According to the researchers we mentioned above, there are significant differences in the methodology we used, and also the characteristics of the athletes. First of all, the resistance levels we applied in addition to plyometric training in the present study were higher than other researchers. In addition, our study has originality due to this type of training protocol applied to young basketball players.

In this study, it was determined that plyometric training increased hand grip and back strength, while resistant plyometric training using a weight vest increased leg strength. In their study where they conducted biomechanical analysis of body parts during training using a weight vest, Silder et al., (2015) showed that the body adopts a posture that tends to contract more in order to adapt during the use of a weight vest, and this leads to an increase in leg stiffness. In this study, we did not aim to measure lower extremity stiffness or angular changes of body parts. However, we found that there was a very significant increase in lower extremity muscular strength. We believe that this finding provides important clues that plyometric training using a weight vest will contribute to increased performance in young basketball players. Whether the study findings will be obtained in female athletes of similar ages, or the mechanisms underlying this change can be clarified in future studies.

In conclusion, in this study it was concluded that plyometric training applied for 12 weeks in young basketball players increased hand and back strength, while plyometric training applied with a weight vest increased leg strength. We believe that our study will guide sports scientists working in this field and practitioners who prepare training programs in the field.

Acknowledgement: This study was presented as an oral presentation at the 6th International Exercise and Sports Psychology Congress and was supported by Akdeniz University Scientific Research Projects Coordination Unit (Project Number: TDK-2020-5073).

References

- Cetin, E., Hindistan, I. E., ve Ozkaya, Y. G. (2018). Effect of different training methods on stride parameters in speed maintenance phase of 100-m sprint running. *The Journal of Strength and Conditioning Research*, 32(5), 1263-1272.
- Chu, D.A. (1992). *Jumping into plyometrics champaing*. IL:Leisure Press, London.
- Çetin, E. (2018). Eğitim antrenmanlarının sprint koşu parametrelerine etkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 9(2): 136-146.
- De Villarreal, E. S. S., Requena, B., ve Newton, R. U. (2010). Does plyometric training improve strength performance? A meta-analysis. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 13(5), 513-522.

- Foran, B. (2001). *High-performance sports conditioning*. Human Kinetics.
- Gambetta, V. (1989). Plyometrics for beginners-basic considerations. *New Studies in Athletics*, 4(1), 61-66.
- Heyward Vivian, H. (2002). *Advanced fitness assessment and exercise prescription*. Human Kinetics Publishers Inc, Champaign Illinois.
- Kim, C.R., Jeon, Y.J., Kim, M.C., Jeong, T., Koo, W.R. (2018). Reference values for hand grip strength in the South Korean population. *PLoS One*, 13(4), e0195485.
- Macadam, P., Cronin, J. B., ve Simperingham, K. D. (2017). The effects of wearable resistance training on metabolic, kinematic and kinetic variables during walking, running, sprint running and jumping: A systematic review. *Sports Medicine*, 47, 887-906.
- Özbay, S., Ulupınar, S., ve Özkaya, A.B. (2018). Sporda çeviklik performansı. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 97-112.
- Özer, K. (2006). *Fiziksel uygunluk*. Nobel Yayın Dağıtım, İstanbul.
- Pamuk, O., Hancı, E., Ucar, N., Hasanlı, N., Gundogdu, A., ve Ozkaya, Y. G. (2022). Resisted plyometric exercises increase muscle strength in young basketball players. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 28:331-336.
- Pamuk, Ö., ve Özkaya, Y. G. (2017). 15-17 Yaş erkek basketbolculara uygulanan dirençli pliometrik antrenmanların sprint ve çeviklik performansına etkisi. *Sportif Performans Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 1-13.
- Ramirez-Campillo, R., García-Hermoso, A., Moran, J., Chaabene, H., Negra, Y., & Scanlan, A. T. (2022). The effects of plyometric jump training on physical fitness attributes in basketball players: A meta-analysis. *Journal of Sport and Health Science*, 11(6), 656-670.
- Sánchez-Sixto, A., Harrison, A. J., & Floría, P. (2021). Effects of plyometric vs. combined plyometric training on vertical jump biomechanics in female basketball players. *Journal of Human Kinetics*, 77(1), 25-35.
- Savaş, S., ve Sevim, Y. (1992). 14-18 yaş grubu kız basketbolcularda dairesel antrenman metodunun genel kuvvet gelişimine etkileri. *Spor Bilimleri Dergisi*, 3(4), 40-47.
- Sevim, Y. (1991). *Basketbol*. Gazi Büro Kitabevi, 1-8, Ankara.
- Silder, A., Besier, T., ve Delp, S. L. (2015). Running with a load increases leg stiffness. *Journal of Biomechanics*, 2015,48(6), 1003-1008.
- Shi, L., Ye, X., Han, D., Yang, C., & Tu, Y. (2023). Acute Effects of Back Squat Combined with Different Elastic Band Resistance on Vertical Jump Performance in Collegiate Basketball Players. *Journal of Sports Science & Medicine*, 22(3), 502.
- Topal, D., & Özkaya, Y. G. (2022). Genç badmintoncularda ağırlık yeleği kullanılarak yapılan dirençli pliometrik antrenmanın çeviklik performansı üzerine etkisinin antrenman programının bitiminde ve detraining döneminde incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 254-268.
- Voelzke, M., Stutzig, N., Thorhauer, H. A., & Granacher, U. (2012). Promoting lower extremity strength in elite volleyball players: effects of two combined training methods. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 15(5), 457-462.

Article Citation

Topal, D., Sari, M.Z., Gündoğdu, A. & Özkaya, Y.G. (2023). Resistant Plyometric Training Increases the Muscle Strength in Young Male Basketball Players, *Journal of Sport Education*, 7 (3), 287-293.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Noncommercial 4.0 International License.

Antrenörlük Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Egzersiz Bağımlılığı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi

Gülsün GÜVEN¹, Dilek YALIZ SOLMAZ²

Özet

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 14.11.2023
Kabul Tarihi: 29.12.2023
Online Yayın Tarihi:
29.12.2023

Anahtar Kelimeler:

Egzersiz, Egzersiz Bağımlılığı, Antrenörlük Eğitimi

DOI:

10.55238/seder.1390713

Amaç: Bu çalışma, Spor Bilimleri Fakültesinin Antrenörlük Eğitimi Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin bazı değişkenler açısından egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesini amaçlamaktadır.

Gereç ve Yöntem: Çalışmada, nicel analiz yöntemi olan tarama araştırma modeli kullanılmıştır. Bu araştırmanın örneklemini, antrenörlük eğitimi bölümünün birinci, ikinci, üçüncü ve dördüncü sınıflarında öğrenim gören kadın (n=98) ve erkek (n=64) öğrenciler oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak “Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21” kullanılmıştır. Veri analizinde yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma ile t-testi ve ANOVA testi uygulanmıştır.

Bulgular: Antrenörlük bölümü öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı toplam puanının ve geri çekilme, tolerans, kontrol kaybı, diğer aktivitelerin azalması, zaman ve niyet etkisi alt boyutlarından elde ettikleri puan ortalamalarının cinsiyet, sınıf düzeyi ve egzersiz yapma sürelerine göre anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir. Sadece cinsiyet açısından egzersiz bağımlılığı devamlılık alt boyutunda anlamlı düzeyde farklılık tespit edilmiştir.

Sonuç: Çalışmamıza katılan antrenörlük bölümü öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı olmadıkları tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyet, sınıf düzeyi ve egzersiz durumuna göre egzersiz bağımlılığı düzey ve alt boyutlarının değişmediği görülmektedir.

Examination of Coaching Education Department Students' Exercise Dependence Levels in Terms of Different Variables

Abstract

Article Info

Received: 14.11.2023
Accepted: 29.12.2023
Online Published:
29.12.2023

Keywords:

Exercise, Exercise dependence, Coaching training

Aim: This study aims to examine the exercise dependence levels of students studying in the Coaching Education Department of the Faculty of Sports Sciences in terms of some variables.

Method: In the study, survey research model, which is a quantitative analysis method, was used. Female (n=98) and male (n=64) students studying in the first, second, third and fourth grades in the Coaching Education Department constitute the sample of this research “Exercise Dependence Scale-21” was used as data collection tools. Percentage, frequency, mean and standard deviation, t-test and ANOVA test were applied in data analysis.

Results: According to the findings obtained as a result of the research; it was determined that there was no significant difference in the mean scores obtained by the students of the coaching department from the entire exercise dependence scale and the sub-dimensions of the scale, which are withdrawal, tolerance, loss of control, decrease in other activities, time and intention effect, according to gender, class level and exercise duration. A significant difference was detected only in terms of gender in the exercise dependence continuity sub-dimension.

Conclusion: It was determined that the coaching department students who participated in our study were not addicted to exercise. In addition, it is seen that the level and sub-dimensions of exercise dependence do not change according to gender, class level and exercise status.

¹Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Eskişehir/Türkiye, E-mail: gaydin@eskisehir.edu.tr, Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-6418-9848>

²Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Eskişehir/Türkiye, E-mail: dilekyaliz@eskisehir.edu.tr, Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-0497-215X>

Giriş

Bağımlılık kavramının ve davranışlarının açıklanması genel olarak zor olmasına rağmen kavram bağımlılık davranışlarına bağlı olarak tanımlanmaktadır. Ayrıca bağımlılık davranışları daha önceki

zamanlarda sadece uyuşturucu maddeler, alkol ve benzeri madde kullanımı ile sınırlandırılmıştır (Demir ve ark., 2018). Bağımlılık, kişilerin kendilerine zarar vermesinin yanı sıra maddeye alıştırıcı kullanım sonucunda ortaya çıkan bir tür kronik beyin rahatsızlığı şeklinde tanımlanmaktadır (Tarhan ve Nurmedov, 2019). Başka bir ifadeyle bireylerin bazı maddeleri ya da hizmetleri uzun süreli almaları ile birlikte geçici olarak kendilerini iyi hissetme durumu şeklinde de tanımlanmaktadır (Seferoğlu ve Yıldız, 2013).

Günümüzde bağımlılık olarak tanımlanan davranışlar içerisinde fazla cinsel düşkünlük, kumar oynama, video oyunları oynama, fazla internet kullanımı ve aşırı egzersiz yapma vb. birçok davranış yer almaktadır. Buna bağlı olarak artık bağımlılık kavramının içeriğinin daha fazla arttığı söylenebilir (Demir, Hazar ve Cicioğlu, 2018). Bağımlı olma durumu sadece herhangi bir madde veya teknolojik ürüne karşı meydana gelen bir durum değildir. Kişilerde davranış olarak da birçok bağımlılık meydana gelebilir. Bu tür davranış bağımlılığına en iyi örnek olabilecek bağımlılık ise egzersiz bağımlılığıdır (Gün, 2018).

Düzenli gerçekleştirilen egzersizler, kişilerin bedensel ve zihinsel sağlıkları açısından oldukça faydalıdır. Bunun yanı sıra egzersiz uygulamaları kişilere keyif vermesine rağmen aşırı olması durumlarında da takıntı içeren bir hastalık şekline de dönüşebilir (Smith ve Hale, 2005).

Egzersizin birçok faydasının olmasının yanı sıra son zamanlarda bilimsel araştırmaların sonucunda egzersizin bazı olumsuz sonuçlarının olduğu durumlar da ifade edilmektedir (Sucular, 2020). Hatta düzenli egzersiz yapma davranışı kazanmış kişilerin belirli bir süre sonra egzersize yönelik olarak takıntılı bir davranış geliştirme olasılıklarının daha fazla olduğu, buna bağlı olarak da egzersiz yapma davranışının zarar veren bir davranışa dönüşebileceği belirtilmektedir (Birgönül, 2019). Egzersiz davranışının kişide olumsuz sonuçlar meydana getirdiği bu tür durumlar egzersiz bağımlılığı şeklinde adlandırılmaktadır (Birgönül, 2019). Egzersiz bağımlılığı, fiziksel ve psikolojik zarar riskini artıran uyumsuz bir egzersiz modelini ifade etmektedir (Van Landeghem ve ark., 2019).

Genel anlamda düzenli bir şekilde egzersiz yapmanın sağlık açısından faydaları sebebiyle kişide meydana gelen egzersiz bağımlılığı durumunun tespit edilmesi alkol ve madde bağımlılığının tespit edilmesine nazaran daha zordur. Bunun sebebi ise genel olarak kişilerin aşırılık gösteren davranışlarının normal olarak kabul edilmesidir (Polat ve Şimşek, 2015). Egzersiz bağımlılığı, yorgunluk ve uyku bozukluğu gibi aşırı antrenman belirtileri ve huzursuzluk, üzüntü ve sinirlilik ile karakterize yoksunluk belirtileri gibi aşırı egzersize yol açan kontrol kaybı duygularıyla karakterizedir (Van Landeghem ve ark., 2019; Karademir, 2021). Fakat yine de bir kişiye egzersiz bağımlılığı tanısı konulabilmesi için, 12 aylık süre içinde aşağıda belirtilen kriterlerden en az üç maddenin görülmesi ve ayrıca kişide işlevsel ve klinik bir soruna sebep olması beklenir. Egzersiz bağımlılığına yönelik bu kriterler şu şekilde listelenmiştir (Vardar ve ark., 2012; Birgönül, 2019; Sucular, 2020):

- Amaç etkisi: Egzersizin kişinin planladığından daha uzun süreli ve daha fazla miktarda yapılması şeklinde ifade edilmektedir.
- Zaman etkisi: Kişinin egzersiz yapmak için çok daha fazla zaman harcaması şeklinde değerlendirilmektedir.

- Tolerans etkisi: Kişinin egzersizden beklediği düzeyde etkiye ulaşmak amacıyla egzersiz yapma miktarını artırması ya da belirli düzeyde egzersiz yapmayı sürdürmesi ile birlikte egzersizi etkilerinin azalması olarak belirtilmektedir.
- Kontrol kaybı: Kişide meydana gelen şiddetli egzersiz yapma isteği ya da egzersiz yapmayı kontrol edememe ve egzersiz yapmayı bırakmakta başarısız olma durumunu içermektedir.
- Egzersizi bırakmanın etkileri: Kişinin egzersiz yapmayı herhangi bir sebeple bırakması sonucunda meydana gelen yorgunluk, stres, endişe...vb gibi karakteristik belirtileri içermektedir. Ayrıca egzersizin bırakılması sonucunda kişinin ortaya çıkacak belirtilerden sakınması veya bu belirtileri azalması için aynı düzeyde egzersiz yapması da bu kriter içerisinde yer almaktadır.
- Devamlılık: Kişinin fiziksel veya fizyolojik problemler yaşamasına rağmen egzersiz yapmaya devam etmesi şeklinde ifade edilmektedir.
- Diğer aktiviteleri azaltma: Kişinin egzersiz yapmak için iş, sosyal ve serbest zaman aktivitelerini bırakması ya da azaltması şeklinde belirtilmektedir.

Modern toplum içerisinde hızlı bir şekilde yaygınlaşan egzersiz yapma alışkanlığının bilinçli bir şekilde kazanılması her birey için oldukça önemlidir. Fakat egzersizi gündelik hayatının önemli bir unsuru haline getiren bireyler, bazen daha sağlıklı yaşantı amacıyla belirli bir süre sonra daha fazla egzersiz yapmaya başlamakta, dolayısıyla aşırı egzersiz durumu ile birlikte egzersiz bağımlılığı davranışı geliştirebilmektedirler (Yıldırım ve Yıldırım, 2016). Günümüzde artık düzenli bir şekilde egzersiz yapmak kişilerin gündelik yaşantısının bir parçası haline gelmesine rağmen egzersiz bağımlılığının farklı gruplardaki yaygınlık seviyesi henüz net olarak belirlenememiştir (Birgönül, 2019). Egzersizin sağlığa yönelik yararları ile birlikte, egzersizin kişilerin hayat tarzlarını etkileyebilecek derecede bağımlılık haline dönüşmesi aynı zamanda bir sağlık problemi şeklinde de düşünülmektedir. Genel olarak her hangi bir bağımlılığın daha genç yaşlarda meydana gelmesi sebebiyle genç bireylerin egzersiz bağımlılığını belirlemeye yönelik çalışmak oldukça önemlidir (Gün, 2018). Buna rağmen sporun içerisinde yer alan gençlere yönelik az sayıda araştırma bulunmaktadır ve yeni araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Dolayısıyla spor içerisinde doğrudan yer alan spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören gençlerin egzersiz bağımlılık düzeylerinin incelenerek elde edilen sonuçların literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışma, Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesini amaçlamaktadır.

Materyal ve Yöntem

Araştırma Modeli

Spor Bilimleri Fakültesinin Antrenörlük Eğitimi Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin bazı değişkenler açısından egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesini amaçlayan çalışmada, nicel analiz yöntemi olan tarama araştırma modeli kullanılmıştır. Nicel araştırma, olaylar arasında olan ilişkileri belirlemeye yönelik olarak sayısal veriler kullanarak ölçülebilir ve gözlemlenebilir hale getiren bir yöntemdir (Birgönül, 2019). Tarama modelleri ise, geçmiş zamanda veya şu anda var olan herhangi bir durumu, olduğu durumuyla betimlemeye yönelik olan araştırma yöntemidir (Karasar, 2000).

Araştırma Grubu

Bu araştırmanın evreni, Eskişehir Teknik Üniversitesinin Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümünde öğrenim gören tüm öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın amacı doğrultusunda Antrenörlük Eğitimi Bölümündeki bir, iki, üç ve dördüncü sınıflarda öğrenim gören, çalışmaya gönüllü olarak katılan toplam 162 öğrenci bu araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Araştırmada çalışmanın amacı doğrultusunda sıklıkla kullanılan amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır (Karasar, 2000).

Verilerin Toplanması

Araştırma verilerinin toplanmasında “Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21” ve “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Oluşturulan anket formu, 2023-2024 öğretim yılı güz döneminde örneklem grubuna online ortamda Google Form yöntemi kullanılarak doldurtulmuştur.

Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21

Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21, Hausenblas ve Downs'un yaptıkları çalışma sonucunda geliştirilmiştir (Hausenblas ve Downs, 2002; Gün, 2018; Sucular, 2020). Ölçeğin, Türkçeye yönelik geçerlilik, güvenilirlik çalışması ise, Yeltepe ve İkizler (2007) tarafından gerçekleştirilmiş ve güvenilirlik analiz sonucuna göre belirlenen Cronbach alfa katsayısı 0.97 bulunmuştur. Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21, 18 yaşındaki ve daha büyük yaştaki kişilere veya gruplara uygulanabilmektedir. Ölçek içerisindeki cevaplar (1) asla ve (6) daima olarak 6'lı likert tipi ölçek şeklinde hazırlanmıştır.

21 sorudan oluşan, Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21 aşağıdaki başlıklarla ilgili bilgileri verir:

- Egzersiz bağımlılığına yönelik belirtilerin puan ortalamalarını verir.
- Egzersiz bağımlılığı riski olan kişileri, egzersiz bağımlılığı olmayan semptomatik kişileri, egzersiz bağımlı olmayan asemptomatik kişileri birbirinden ayırır.
- Egzersize yönelik fizyolojik bir bağımlılığın olmaması (tolerans veya egzersizin bırakılmasında gerçekleşen sendrom kanıtlarının olmaması), egzersize yönelik fizyolojik bir bağımlılığın olması (tolerans veya egzersizin bırakılmasında gerçekleşen sendrom kanıtlarının olması) gibi durumları tespit eder.

Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21'de yedi egzersiz bağımlılık kriteri temel alınmıştır. Bunlar; niyet etkisi, tolerans, kontrol kaybı, egzersizin kesilmesi, diğer aktiviteleri azaltma, zaman ve devamlılık şeklindedir.

Verilerin Analizi

Araştırma ile toplanan verilerin istatistiksel analizlerine yönelik olarak SPSS 24.0 programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde hangi testlerin kullanılacağını belirlemek amacıyla normallik için basıklık ve çarpıklık değerleri, homojenlik için ise Levene testi sonuçlarına bakılmıştır. Bu analize göre verilerin normal dağılım gösterdiği (bkz. Tablo 3) ve homojen oldukları tespit edilmiştir. Veri analizinde ise yüzde, frekans, ortalama ve standart sapma ile t-testi ve ANOVA testi uygulanmıştır. İstatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $\alpha=0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular

Tablo 1. Antrenörlük bölümü öğrencilerinin demografik özellikleri.

Demografik Özellikler	Grup	n	%
Cinsiyet	Kadın	98	60.50
	Erkek	64	39.50
Sınıf Düzeyi	1. Sınıf	12	7.40
	2. Sınıf	60	37.00
	3. Sınıf	59	36.40
	4. Sınıf	31	19.10
Egzersiz Durumu	5 yıl ve altı	31	19.10
	6-10 yıl	81	50.00
	11 yıl ve üzeri	50	30.90

Araştırmaya katılan öğrencilerin %56.5'i kadın, %43.5'i erkektir. Öğrencilerin %17.3'ü 1. sınıfta, %31.8'i 2. sınıfta, %35.3'ü 3. sınıfta ve %15.5'i 4. sınıfta öğrenim görmektedir. Ayrıca öğrencilerin egzersiz durumları incelendiğinde %19.1'i 5 yıl ve altı, %50.0'si 6-10 yıl, %30.9'u ise 11 yıl ve üzeri egzersiz yaptıkları ortaya çıkmıştır.

Tablo 2. Egzersiz bağımlılığı ölçeği ve alt boyutlarına yönelik güvenilirlik değerleri.

Ölçek ve Alt Boyutları	Madde	Alfa
Egzersiz Bağımlılığı Toplam Puan		.945
Geri Çekilme Boyutu	1-8-15	.838
Devamlılık Boyutu	2-9-16	.838
Tolerans Boyutu	3-10-17	.871
Kontrol Kaybı Boyutu	4-11-18	.737
Diğer Aktivitelerin Azalması Boyutu	5-12-19	.762
Zaman Boyutu	6-13-20	.811
Niyet Etkisi Boyutu	7-14-21	.882

Ölçeklere yönelik güvenilirlik analizleri ölçek içerisinde bulunan ifadelerin birbiri arasındaki tutarlılığı ve ifadelerin aynı konuları değerlendirip değerlendirmedini belirlemeye yönelik olarak yapılmaktadır. Ölçeklerin güvenilirlik analizlerinde, Cronbach's Alpha katsayısı 0 ve 1 değerleri arasındadır. Ölçeğin Cronbach's Alpha katsayısı 0.00 ve 0.40 arasında bulunuyorsa ölçek güvenilir değil, katsayısı 0.40 ve 0.60 arasında bulunuyorsa düşük güvenilirlikte, katsayısı 0.60 ve 0.80 arasında bulunuyorsa oldukça güvenilir ve katsayısı 0.80 ve 1.00 arasında bulunuyorsa yüksek düzeyde güvenilirlikte bir ölçek şeklinde belirtilmektedir (Ural ve Kılıç, 2006). Bu bilgi doğrultusunda egzersiz bağımlılığı ölçeği-21 Cronbach's Alpha katsayılarına bakıldığında ölçeğin genel iç tutarlılığının yüksek düzeyde olduğu ve ölçeğin alt boyutlarının ise oldukça güvenilir düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3. Egzersiz bağımlılığı ölçeği ve alt boyutlarına yönelik tanımlayıcı istatistikleri.

Ölçek ve Alt Boyutları	Ort	SS	Çarpıklık	Çarpıklık Std Hata	Basıklık	Basıklık Std Hata
Egzersiz Bağımlılığı Toplam Puan	2.84	.83	.753	.191	.960	.379
Geri Çekilme Boyutu	3.18	1.13	.538	.191	-.142	.379
Devamlılık Boyutu	2.55	1.08	.697	.191	.316	.379
Tolerans Boyutu	3.17	1.12	.537	.191	.086	.379
Kontrol Kaybı Boyutu	2.67	.93	.546	.191	.774	.379
Diğer Aktivitelerin Azalması Boyutu	2.51	1.00	1.082	.191	1.660	.379
Zaman Boyutu	2.93	1.01	.663	.191	.658	.379
Niyet Etkisi Boyutu	2.85	.98	.801	.191	1.588	.379

Tablo 3'te araştırma grubunun egzersiz bağımlılığı toplam ve alt boyut puan ortalamalarının betimsel istatistik sonuçlarına yer verilmiştir. Egzersiz bağımlılığı ölçeği toplam puan ortalaması 2.84 olduğu

görülmüştür. Analiz sonucunda geri çekilme etkileri alt boyut puan ortalamasının 3.18; devamlılık alt boyut puan ortalamasının 2.55; tolerans alt boyut puan ortalamasının 3.17; kontrol kaybı alt boyut puan ortalamasının 2.67; diğer aktiviteleri azaltma alt boyut puan ortalamasının 2.51; zaman alt boyut alt boyut puan ortalamasının 2.93 ve son olarak niyet alt boyut alt boyut puan ortalamasının 2.85 olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. Egzersiz bağımlılığı ölçeği ve alt boyut puanlarının cinsiyete göre karşılaştırması.

Ölçek ve Alt Boyutları	Cinsiyet	n	\bar{x}	SS	t	p
Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği	Kadın	98	2.76	.84	-1.448	.15
	Erkek	64	2.96	.81		
Geri Çekilme Boyutu	Kadın	98	3.11	1.09	-.993	.32
	Erkek	64	3.29	1.19		
Devamlılık Boyutu	Kadın	98	2.41	1.04	-2.070	.04*
	Erkek	64	2.77	1.11		
Tolerans Boyutu	Kadın	98	3.04	1.15	-1.731	.08
	Erkek	64	3.35	1.06		
Kontrol Kaybı Boyutu	Kadın	98	2.62	.93	-.862	.39
	Erkek	64	2.75	.93		
Diğer Aktivitelerin Azalması Boy.	Kadın	98	2.41	1.02	-1.592	.11
	Erkek	64	2.67	.96		
Zaman Boyutu	Kadın	98	2.90	1.03	-.478	.63
	Erkek	64	2.97	.97		
Niyet Etkisi Boyutu	Kadın	98	2.84	1.02	-.284	.77
	Erkek	64	2.88	.94		

$p < .05^*$

Cinsiyet değişkeni açısından egzersiz bağımlılığı ölçeğinin toplam puanı ve ölçeğin alt boyutlarının arasında farklılık olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t testi gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçlarına göre egzersiz bağımlılığı ölçeği toplam puanı, geri çekilme, tolerans, kontrol kaybı, diğer aktivitelerin azalması, zaman, niyet etkisi alt boyutlarından elde edilen puanlar öğrencilerin cinsiyeti açısından değerlendirildiğinde anlamlı olarak bir farklılık göstermemektedir ($p > .05$). Fakat buna rağmen erkeklerin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin kadınlara göre daha yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ayrıca egzersiz bağımlılığı ölçeğinin devamlılık alt boyutundan alınan puanların ise öğrencilerin cinsiyeti açısından anlamlı olarak farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < .05$).

Tablo 5. Egzersiz bağımlılığı ölçeği ve alt boyut puanlarının öğrenim görülen sınıf düzeyine göre karşılaştırması.

Ölçek ve Alt Boyutları	Sınıf	n	\bar{x}	SS	F	p
Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği	1. sınıf	12	2.72	.55	.268	.84
	2. sınıf	60	2.86	.87		
	3. sınıf	59	2.79	.92		
	4. sınıf	31	2.93	.70		
Geri Çekilme Boyutu	1. sınıf	12	3.19	.75	.207	.89
	2. sınıf	60	3.21	1.22		
	3. sınıf	59	3.10	1.18		
	4. sınıf	31	3.29	.99		
Devamlılık Boyutu	1. sınıf	12	2.58	1.03	.054	.98
	2. sınıf	60	2.58	1.07		
	3. sınıf	59	2.51	1.14		
	4. sınıf	31	2.58	1.05		
Tolerans Boyutu	1. sınıf	12	3.02	.90	.371	.77
	2. sınıf	60	3.13	1.22		
	3. sınıf	59	3.14	1.15		

Kontrol Kaybı Boyutu	4. sınıf	31	3.35	.98	.492	.68
	1. sınıf	12	2.47	.95		
	2. sınıf	60	2.67	.87		
	3. sınıf	59	2.63	1.00		
Diğer Aktivitelerin Azalması Boy.	4. sınıf	31	2.82	.90	.825	.48
	1. sınıf	12	2.30	.67		
	2. sınıf	60	2.67	1.09		
	3. sınıf	59	2.42	1.04		
Zaman Boyutu	4. sınıf	31	2.46	.87	.170	.91
	1. sınıf	12	2.80	.57		
	2. sınıf	60	2.96	1.05		
	3. sınıf	59	2.88	1.08		
Niyet Etkisi Boyutu	4. sınıf	31	3.00	.92	.627	.59
	1. sınıf	12	2.69	.57		
	2. sınıf	60	2.77	.98		
	3. sınıf	59	2.88	1.11		
4. sınıf	31	3.04	.88			

Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeyleri açısından egzersiz bağımlılığı ölçeği toplam puanı ve egzersiz bağımlılığı ölçeği alt boyutlarının puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemeye yönelik ANOVA testi uygulanmıştır. Elde edilen analiz sonuçları doğrultusunda egzersiz bağımlılığı ölçeği toplam puanı, geri çekilme, devamlılık, tolerans, kontrol kaybı, diğer aktivitelerin azalması, zaman, niyet etkisi alt boyutlarının puanlarının öğrencilerin sınıf düzeyleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p>.05$).

Tablo 6. Egzersiz bağımlılığı ölçeği puanlarının egzersiz durumlarına göre karşılaştırma sonuçları.

Ölçek ve Alt Boyutları	Egzersiz Yapma Süresi	n	\bar{x}	SS	F	p
Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği	5 yıl ve altı	31	2.66	.72	1.024	.36
	6-10 yıl	81	2.85	.86		
	11 yıl ve üzeri	50	2.93	.85		
Geri Çekilme Boyutu	5 yıl ve altı	31	2.92	.84	1.026	.36
	6-10 yıl	81	3.24	1.20		
	11 yıl ve üzeri	50	3.25	1.17		
Devamlılık Boyutu	5 yıl ve altı	31	2.36	.88	.737	.48
	6-10 yıl	81	2.56	1.16		
	11 yıl ve üzeri	50	2.66	1.07		
Tolerans Boyutu	5 yıl ve altı	31	2.79	.94	2.151	.12
	6-10 yıl	81	3.25	1.19		
	11 yıl ve üzeri	50	3.26	1.08		
Kontrol Kaybı Boyutu	5 yıl ve altı	31	2.65	.83	1.381	.25
	6-10 yıl	81	2.57	.94		
	11 yıl ve üzeri	50	2.85	.96		
Diğer Aktivitelerin Azalması Boy.	5 yıl ve altı	31	2.40	.77	.311	.73
	6-10 yıl	81	2.57	1.10		
	11 yıl ve üzeri	50	2.49	.98		
Zaman Boyutu	5 yıl ve altı	31	2.72	.84	.899	.41
	6-10 yıl	81	2.95	1.01		
	11 yıl ve üzeri	50	3.02	1.08		
Niyet Etkisi Boyutu	5 yıl ve altı	31	2.75	.83	.503	.61
	6-10 yıl	81	2.83	.96		
	11 yıl ve üzeri	50	2.96	1.11		

Öğrencilerin egzersiz yapma durumlarına göre egzersiz bağımlılığı ölçeği toplam puanı ve egzersiz bağımlılığı ölçeği alt boyutlarının puanları arasında farklılık olup olmadığını belirlemeye yönelik ANOVA testi uygulanmıştır. Sonuçlar incelendiğinde egzersiz bağımlılığı ölçeği toplam puanı, geri çekilme, devamlılık, tolerans, kontrol kaybı, diğer aktivitelerin azalması, zaman, niyet etkisi alt boyutlarının

öğrencilerin egzersiz yapma durumlarına göre istatistiksel anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$).

Tartışma ve Sonuç

Tartışma bölümünde, araştırmanın amaçlarına yönelik elde edilen bulgular, çalışma içerisindeki ve literatürdeki ilgili araştırmaların sonuçları çerçevesinde ilişkilendirilerek tartışılmış ve bazı öneriler sunulmuştur.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, antrenörlük bölümü öğrencilerinin cinsiyetlerine göre egzersiz bağımlılığı ölçeğinin bütününden ve ölçeğin alt boyutları olan geri çekilme, tolerans, kontrol kaybı, diğer aktivitelerin azalması, zaman, niyet etkisi alt boyutlarından elde ettikleri puan ortalamalarında anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir. Cinsiyet açısından erkek öğrencilerin devamlılık alt boyutunda, kadın öğrencilerden anlamlı şekilde daha çok egzersiz bağımlılığı riski taşıdığı görülmüştür. İstatistiksel olarak anlamlı fark çıkmamasına rağmen erkeklerin bütün alt boyutlardaki puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Kayhan ve ark. (2021), fitness salonlarında spor yapan bireyler üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmalarının sonucunda cinsiyete göre egzersiz bağımlılık toplam puanı ve devamlılık alt boyut puanında erkekler lehine anlamlı fark olduğu ortaya çıkmıştır. Lise öğrencileri ile gerçekleştirilen benzer bir araştırmada da egzersiz bağımlılığının erkek katılımcılar lehine yüksek olduğu tespit edilmiştir (Ağırbaş ve ark., 2019). Akgöl (2019) tarafından yapılan araştırmada cinsiyete göre değerlendirmede erkeklerin kadınlara göre egzersiz bağımlılıklarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Zmijewski ve Howard'ın (2003) yaptıkları bir araştırma sonucunda ise kadınların egzersiz bağımlılıklarının erkeklere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Buna karşın Cicioğlu ve ark. (2019)'nın gerçekleştirdikleri çalışmada ise erkek sporcuların egzersiz bağımlılıklarının kadın sporculara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Nuzzo ve ark. (2013)'nin egzersiz bilimleri öğrencileri ile yaptıkları çalışma sonucunda erkek öğrencilerin egzersiz bağımlılıklarının kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Benzer olarak Costa ve ark. (2013)'nin yaptıkları çalışmada erkeklerin egzersiz bağımlılık düzeylerinin kadınların egzersiz bağımlılık düzeylerinden yüksek olduğu görülmüştür. Yeltepe (2005) ise, çalışmasında egzersiz bağımlılık düzeylerinin cinsiyet açısından farklılık oluşturmadığını belirtmiştir. Aynı şekilde Vardar (2012)'da yaptığı araştırma sonucunda cinsiyet açısından egzersiz bağımlılık düzeylerinde anlamlı bir farklılık belirlememiştir. Sadeq (2018) Kick Box Tekvando ve Muay Thai sporcularında yaptığı çalışmasında sporcuların cinsiyet değişkeni açısından egzersiz bağımlılığı düzeylerinde istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığını tespit etmiştir. Benzer bir şekilde Uzun ve diğ (2021), Töre ve Karabacak (2022), Gün (2018) tarafından yapılan araştırmalar ile çalışma sonuçlarımız paralellik göstermektedir. Erkeklerin daha fazla oranda kas kitlesini ve yapısını geliştirmeye yönelik egzersiz yaptıkları varsayılırken kadınların daha çok fiziksel görüntülerine dikkat etmek ve zayıflamaya yönelik olarak egzersiz yaptıkları düşünülebilir (Akkaya, 2021). Buna bağlı olarak erkeklerin kas kitlesini artırmak amacıyla daha fazla egzersiz yapmaları egzersiz bağımlılık düzeylerinin de daha fazla olmasına sebep olabilir.

Çalışmaya katılan antrenörlük bölümü öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre sonuçlar incelendiğinde egzersiz bağımlılığı ölçeğinin bütününden ve ölçeğin alt boyutları olan geri çekilme,

devamlılık, tolerans, kontrol kaybı, diğer aktivitelerin azalması, zaman, niyet etkisi alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Buna rağmen 4. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin diğer aktivitelerin azalması alt boyutu haricinde bütün egzersiz bağımlılığı alt boyutlarındaki puanlarının 1., 2.ve 3. sınıf öğrencilerin puanlarına göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmadan elde diğer bir sonuca göre ise antrenörlük bölümü öğrencilerinin egzersiz yapma sürelerine göre egzersiz bağımlılığı ölçeğinin bütününden ve ölçeğin alt boyutları olan geri çekilme, tolerans, kontrol kaybı, diğer aktivitelerin azalması, zaman, niyet etkisi alt boyutlarından elde ettikleri puan ortalamalarında anlamlı düzeyde farklılık göstermediği belirlenmiştir. İstatistiksel olarak anlamlı fark çıkmamasına rağmen 11 yıl ve üzeri egzersiz yapan öğrencilerin diğer aktivitelerin azalması alt boyutu haricinde bütün egzersiz bağımlılığı alt boyutlarındaki puanlarının daha az sürede egzersiz yapan öğrencilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Literatürde egzersiz sıklığının artması egzersiz bağımlılığı sürecini etkileyen en önemli faktörlerden biri olarak vurgulanmaktadır (Töre ve Karabacak, 2022). Kagan (1987) yaptığı çalışmada spora katılım yılının daha fazla olduğu kişilerin egzersiz bağımlılık düzeylerinin de daha yüksek olduğunu belirtmiştir. Benzer şekilde Kalkavan ve ark. (2021) ise sporcuların spor yapma yıllarına göre zaman veya egzersiz tercihi, tolerans, kontrol edememe ve devamlılık alt boyutlarında anlamlı bir farklılık olduğunu belirtmişlerdir. Töre ve Karabacak (2022) spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin egzersiz bağımlılık düzeylerini bazı değişkenler açısından inceledikleri çalışmanın sonucunda egzersize katılım süresi açısından öğrencilerin egzersiz bağımlılık alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmişlerdir.

Antrenörlük Eğitimi Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesini amaçlayan bu araştırmanın sonucunda; çalışmamıza katılan antrenörlük bölümü öğrencilerinin egzersiz bağımlısı olmadıkları tespit edilmiştir. Ayrıca cinsiyet, sınıf düzeyi ve egzersiz durumuna göre egzersiz bağımlılığı düzey ve alt boyutlarının değişmediği görülmektedir.

Öneriler

- Egzersiz bağımlılığına yönelik olarak farklı demografik özellikteki bireyler üzerinde ve farklı değişkenlerle ilişkilendirilerek konunun araştırılması önerilmektedir.

Kaynaklar

- Ağırbaş, Ö., Koç, Y., Ağgön, E., Gün, A., Tatlısu, B. ve Çakmak Yıldızhan, Y. (2019). Lise öğrencilerinin egzersiz bağımlılık durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi (Erzincan örneği). *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(2), 81-88.
- Akgöl, Ö. (2019). *Egzersiz yapan yetişkinlerin egzersize olan bağımlılık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa.
- Akkaya, C. (2021). Spor salonuna giden bireylerin spor yapma pratikleri üzerine bir değerlendirme. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 11(4), 912-926.
- Birgönül, Y. (2019). *Tenis sporuna yönelik egzersiz bağımlılığı ve huzur ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Balıkesir.
- Cicioğlu, H. İ., Tekkurşun Demir, G., Bulğay, C. ve Çetin, E. (2019). Elit düzeyde sporcular ile spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı düzeyleri. *Bağımlılık Dergisi*, 20(1), 12-20.

- Costa, S., Hausenblas, A.H., Oliva, P., Cuzzocrea, F. ve Larcana, R. (2013). The role of age, gender, mood states and exercise frequency on exercise dependence. *Journal Behav Addictive*, 2(4), 216-223.
- Demir, G., Hazar, Z. ve Cicioğlu, H. İ. (2018). Egzersiz bağımlılığı ölçeği (EBÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kastamonu Education Journal*, 26(3), 865-874.
- Gün, A. (2018). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin egzersiz bağımlılık durumlarına göre fiziksel aktivite ve vücut kitle indekslerinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Erzincan.
- Hausenblas, H. A. ve Downs, D. S. (2002). Exercise dependence: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 3(2), 89-123.
- Kagan, D. M. (1987). Addictive personality factors. *Journal of Sport Medicine*, 121, 553-538.
- Kalkavan, A., Terzi, E. ve Kayhan, R. F. (2021). Türkiye olimpiik hazırlık merkezlerinde çalışma yapan sporcuların egzersiz bağımlılığı düzeylerinin araştırılması. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(2), 25-35.
- Kayhan, R. F., Kalkavan, A., & Terzi, E. (2021). Fitness salonlarında spor yapan bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeyleri ve ilişkili değişkenler. *Bağımlılık Dergisi*, 22(3), 248-256.
- Karademir, T. (2021). The effects of regular sports activities on exercise dependence. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(9), 190-197.
- Karasar, N. (2000). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Kavramlar ilkeler teknikler*. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Nuzzo, J. L., Schindler, C. L. ve Ryan, W. J. (2013). Exercise dependence symptoms in a sample of exercise science students in the United States. *International Journal Ment Health Addiction*, 11, 611-618.
- Polat, C. ve Şimşek K. Y. (2015). Spor merkezlerindeki bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi: Eskişehir ili örneği. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(15), 354-369.
- Sadeq, B. J. (2018). *Investigation of the exercise dependence of athletes' kickboxing, taekwondo and muay Thai*. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Elazığ.
- Seferoğlu, S. S. ve Yıldız, H. (2013). Dijital çağın çocukları: İlköğretim öğrencilerinin Facebook kullanımları ve internet bağımlılıkları üzerine bir araştırma. *İletişim ve Diplomasi Dergisi*, 2, 31-48.
- Smith, D. ve Hale, B. (2005). Exercise-dependence in bodybuilders: Antecedents and reliability of measurement. *Journal Sports Medicine Physical Fitness*, 45, 401-408.
- Sucular, E. (2020). *Egzersiz yapan bireylerin yeme davranış bozukluklarının egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi, Aydın.
- Tarhan, N. ve Nurmedov, S. (2019). *Bağımlılık-sanal veya gerçek*. Timaş Yayınları, İstanbul.
- Töre, Ö. ve Karabacak, S. (2022). An investigation of exercise addictions of students at a faculty of sports sciences in terms of some variables (Kocaeli University case). *International Journal of Curriculum and Instruction*, 14(1), 933-946.
- Ural, A. ve Kılıç, İ. (2006). *Bilimsel araştırma süreci ve SPSS ile veri analizi*. Detay Yayıncılık, Ankara.
- Uzun, F., Akcan, F., Pancar, Z. ve Sahin, H. M. (2021). A debate on exercise addiction levels of sport sciences students. *Ambient Science*, 08(Sp1), 49-52.
- Van Landeghem, C., Jakobson, L. S. ve Keoug, M. T. (2019). Risk of exercise dependence in university students: A subtyping study utilizing latent profile analysis. *Psychology of Sport & Exercise*, 45(101575), 1-7.
- Vardar E., Vardar, S.A., Toksöz, İ. ve Süt, N. (2012). Egzersiz bağımlılığı ve Psikopatolojik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25, 51-57.
- Vardar, E. (2012). Egzersiz bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 21(3), 163-173.
- Yeltepe, H., ve İkizler, C. (2007). Egzersiz bağımlılığının tanımlanması ve egzersiz bağımlılığı ölçeği-21'in geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması. *Bağımlılık Dergisi*, 8, 29-35.

- Yeltepe, H. (2005). *Egzersiz bağımlılığının tanımlanması ve egzersiz bağımlılığı ölçeği-21'in geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Yıldırım, Y. ve Yıldırım, İ. (2016). Egzersiz bağımlılığı depresyon ilişkisi. *Proceedings book of the 2nd International Conference on the Changing World and Social Research, Spain*, 123.
- Zmijewski, C. F. ve Howard, M. O. (2003). Exercise dependence and attitudes toward eating among young adults. *Eat Behavior*, 4(2), 181-195.

Makale Alıntısı

Güven, G., Yalız Solmaz, D. (2023). Antrenörlük Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Egzersiz Bağımlılığı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi [Examination of Coaching Education Department Students' Exercise Dependence Levels in Terms of Different Variables], *Spor Eğitim Dergisi*, 7 (3), 294-304.



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