

DÜZCE
ÜNİVERSİTESİ
SPOR BİLİMLERİ
DERGİSİ

2021

Düzce University
Journal of Sport Sciences

Yayın Aralığı: 2 Sayı / Yayıncı: Düzce Üniversitesi

Yıl: 2024 Cilt: 4 Sayı: 1

Year: 2024 Volume: 4 Issue: 1

DUJOSS

DERGİ SAHİBİ- HOLDER of a CONCESSION

Prof. Dr. Selehattin AKPINAR

DERGİ SAHİBİ

BAŞ EDİTÖR- Editör in Chief

Prof. Dr. Hamdi PEPE

BAŞ EDİTÖR

EDİTÖR & EDİTÖR YARDIMCISI - EDİTOR & EDİTOR ASSISTANT

Doç. Dr. Kadir TİRYAKİ

Arş. Gör. Tayfun Gürkan BOSTANCI

Arş. Gör. Furkan ÖZTÜRK

EDİTÖR

EDİTÖR Yrd.

EDİTÖR Yrd.

EDİTÖR KURULU – EDITORIAL BOARD

Dr. Bayram CEYLAN

Dr. Çoşkun KUŞ

Dr. Emre TÜREGÜN

Dr. Hakkı ÇOKNAZ

Dr. Levent GÖRÜN

Dr. Mensur PEHLİVAN

Dr. Mustafa VURAL

Dr. Müberra ÇELEBİ

Dr. Neslihan ARIKAN FİDAN

Dr. Nuri TOPSAKAL

Dr. Nurper ÖZBAR

Dr. Osman PEPE

Dr. Ömer SİVRİKAYA

Dr. Reşat SADIK

Dr. Sezgin KORKMAZ

Dr. Şirin PEPE

Dr. Üyesi Önder ŞEÖŞEK

Dr. Yeşer EROĞLU ESKİCİOĞLU

Dr. Yusuf BARSBUĞA

Dr. Zeynep İnci KARADENİZLİ

DİL EDİTÖRÜ

İSTATİSTİK EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

ALAN EDİTÖRÜ

SAYI HAKEMLERİ- REVIEWERS

Dr. Abdil ARI	HAKEM KURULU
Dr. Abdullah Yavuz AKINCI	HAKEM KURULU
Dr. Ayla TAŞKIRAN	HAKEM KURULU
Dr. Bergün Meriç BİNGÜL	HAKEM KURULU
Dr. Emrah YILMAZ	HAKEM KURULU
Dr. Erkan ÇİMEN	HAKEM KURULU
Dr. Gülşah SEKBAN	HAKEM KURULU
Dr. Halil TAŞKIN	HAKEM KURULU
Dr. Hamza KÜÇÜK	HAKEM KURULU
Dr. Mensur PEHLİVAN	HAKEM KURULU
Dr. Menşure AYDIN	HAKEM KURULU
Dr. Nurgül TEZCAN	HAKEM KURULU
Dr. Osman PEPE	HAKEM KURULU
Dr. Ramazan TOPUZ	HAKEM KURULU
Dr. Rüçhan İRİ	HAKEM KURULU
Dr. Serkan KURTİPEK	HAKEM KURULU
Dr. Yusuf BARSBUĞA	HAKEM KURULU
Dr. Zekeriya GÖKTAŞ	HAKEM KURULU

İÇİNDEKİLER- ARTICLE CONTENTS

1.	Konya İlinde Performans Yüzme Sporunu Yapan Yüzücülerin Yüzme Sporuna Başlama Nedenleri ve Beklentileri Durdu Mehmet AVAN, Sezen AVAN, Onur Can DOLĞUN	1-7
2.	14-16 Yaş Aralığında Çocuk Sahibi Olan Ebeveynlerin Spor Farkındalığının Değerlendirilmesi Serranur AKBAL, Barış YILMAZ, Özlem KOÇAK, Reşat SADIK	8-15
3.	Ankara İli, Keçiören İlçesinde Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleğe Yönelik Tutumlarının Ölçülmesi Köksal BÖCEK, Mehmet ÖÇALAN	16-24
4.	Kadın Voleybolcularda Kor Dayanıklılık, Çeviklik ve Dikey Sıçrama Performansları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Büşra YILMAZ, Ömer ŞENEL	25-31
5.	Investigation Of Olympic Values Perception: Among Undergraduate Students Muhammet Talha HAN, Tuncer KURT	32-41
6.	Yüzücü Çocuklarda, Boy, Vücut Ağırlığı, Kulaç Uzunluğu, Dikey Sıçrama, Anaerobik Güç Değerleri ile Serbest ve Kurbağalama Teknik Yüzme Performansı Arasındaki İlişkiler Birsen YAVAŞ, Zeynep İnci KARADENİZLİ	42-50
7.	Kayak Sporcularının Yaşları ile Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki Nazlıcan YÜZGÜL, Abdullah ARISOY, Osman PEPE	51-56
8.	Bireysel ve Takım Sporları ile Uğraşan Antrenörlerin Örgütsel Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi Abdülkadir ABDULLAH, Hakan KOLAYIŞ	57-66
9.	2013- 2023 Yılları Arası Sporda İmgeleme Kullanımı Alanında Yapılan Çalışmaların İncelenmesi Özge FAZLIOĞLU, Zeynep İnci KARADENİZLİ	67-79

Konya İlinde Performans Yüzme Sporunu Yapan Yüzücülerin Yüzme Sporuna Başlama Nedenleri ve Beklentileri

Durdu Mehmet AVAN^{1A}, Sezen AVAN^{2B}, Onur Can DOLGUN^{3C}

¹Kahramanmaraş Gençlik Spor İl Müdürlüğü, Kahramanmaraş, TÜRKİYE

²Selçuk Üniversitesi Antrenörlük Eğitimi Anabilim dalı, Konya, TÜRKİYE

³Top Kapı Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği, İstanbul, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Ad Soyad: Durdu Mehmet Avan e-mail:memetavan46@hotmail.com

Çıkar Çatışmaları: Yazar(lar)ın beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0000-0001-5280-8210 B: Orcid ID: 0009-0000-2760-7118 C: Orcid ID: 0000-0002-2468-1539

Özet

Konya ilinde yüzme sporu ile uğraşan ve profesyonel anlamda ilerlemek için çalışan yüzücülerin yüzme sporuna başlama nedenleri ve bu spor dalından beklentilerinin belirlenmesi bu araştırmanın amacını teşkil etmektedir. Araştırma evrenini, Konya ilinde ulusal kategoride yarışmacı olan ve Türkiye şampiyonasına, bölge yarışmalarına katılmış olan 12-16 yaş kategorisinde yer alan yaklaşık 180 yüzme sporcusu oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise Konya ilindeki yüzme spor kulüplerinden rastgele seçilen 12-16 yaş grubu yüzücülerinden toplam 79 (26 kadın-53 erkek) oyuncudan oluşan sporcu ile sınırlandırılmıştır. Veriler Spss 22 paket program kullanılarak değerlendirilmiştir. Anketlerden elde edilen veriler kullanılarak aritmetik ortalama dağılımları, standart sapma ve t-testi hesaplanmıştır. Veriler "0,05" anlamlılık düzeyine göre değerlendirilmiştir. Bulgularda ailelerin spor yönlendirmede etkili oldukları yüzücülerin bu sporu maddi kazanç elde etmek için yapmadıkları, bu sporu seçmelerinde antrenör ve beden eğitimi öğretmenlerinin fazla etkili olmadıkları, yüzücülerin milli sporcu olmak istedikleri ve tanınan bir sporcu olmak istedikleri sonuçlarına ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yüzme, Performans yüzme, Yüzmeye Başlama Nedenleri, Yüzme Sporundan Beklentiler.

Reasons and Expectations of Swimmers Doing Performance Swimming in Konya to Start Swimming

Abstract

The purpose of this research is to determine the reasons why swimmers who are engaged in swimming sports in Konya province and work to progress professionally start swimming and their expectations from this branch of sports. The research population consists of approximately 180 swimming athletes in the 12-16 age category who are competitors in the national category in Konya and participated in the Turkish championship and

regional competitions. The sample of the research was limited to a total of 79 (26 female - 53 male) swimmers in the 12-16 age group randomly selected from swimming sports clubs in Konya province. The data were evaluated using spss 22 package program. Using the data obtained from the surveys, arithmetic mean distributions, standard deviation and t-test were calculated. The data were evaluated according to the "0.05" significance level. In The Findings, it was concluded that families are effective in directing sports, swimmers do not do this sport for financial gain, coaches and physical education teachers are not very effective in choosing this sport, swimmers want to be national athletes and they want to be a well-known athlete.

Keywords: Swimming, Performance swimming, Reasons to Start Swimming, Expectations from Swimming

GİRİŞ

Spor, bireylerin fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal yönden gelişmelerini sağlayan, bilgi, beceri ve liderlik yeteneklerini geliştiren bir araçtır. Sporun uluslararası dostluk ve barış ile ülke ekonomisine getirdiği olumlu katkıları vardır. Ayrıca, günümüzde gerek basın yayın organlarının spora yaklaşımı, gerekse insanların stresten kurtulma, vücutlarını formda tutma çabaları ve hepsinin ötesinde sporda kazanılan uluslararası başarılar, toplumun günlük yaşamında ve moral düzeyinde oldukça önemli hale gelmiş, spora önemli bir boyut kazandırmıştır (Sunay 2002).

Günümüz dünyasında spora olan ilgi her geçen gün artmakta ve sporun önemi insanlar arasında sürekli değer kazanmaktadır. İster bireyler arası ister toplumlar arası iyi ilişkilerin meydana gelmesinde, çocukların kötü alışkanlıklardan uzak ve kendine güvenen bireyler olarak yetişmesinde sporun önemi çok büyüktür. Gelişmiş ülkelerde aileler çocuklarını fiziksel gelişimin yanı sıra zihinsel gelişime katkı sağlayacağı düşüncesiyle, gelişme çağlarında spora yönlendirilmektedir (Günay ve ark. 2013).

Son yıllarda ülkemizde de çocukların spora yönlendirilmesi ve başarılı sporcular yetiştirilmesi konusunda devlet tarafından da çok ciddi adımlar atılmaktadır. Çocukların ileri ki dönemlerde profesyonel olarak yapacakları branşlarda başarılı olabilmeleri için, atletizm, yüzme ve jimnastik gibi temel spor branşlarında eğitim almaları ilerisi için önem arz etmektedir (Mengütay 1997).

"Bireysel sporlar içerisinde yüzme sporu, olimpiyat oyunları ile dünya çapında gün geçtikçe daha fazla insan tarafından ilgi görmektedir. Yüzmeye erken yaşta başlayan çocukların başarılı olma olasılığı daha muhtemeldir. Her geçen gün daha fazla aile yüzme sporunun önemini kavramakta ve çocuklarını bu spora teşvik etmektedir" (Şahin 2018, s,2).

Son yıllarda tüm dünyada popüleritesi hızla artan ve ülkemizde de yavaş yavaş okullara girerek tabana doğru yayılan yüzme sporu, yüzme yapanların sosyal olma ve tanınma isteği ve yüzme sporundan büyük keyif almalarının yanı sıra, ileri seviyede yapıldığında sporcuya ekonomik katkı da sağlaması nedeniyle, tercih edilen sporların arasında kendine yer bulmaya başlamıştır (Liman 2004).

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma grubunun özellikleri

Bu çalışmanın etik kurul raporu Top Kapı Üniversitesinden 01.07.2022 tarihli sayı: E-31675095-100-2200007294 sayılı etik kurul kurulundan izin alınarak yapılmıştır.

Araştırma evrenini Türkiye’de 12–16 yaş kategorisinde yer alan yaklaşık 180 yüzme performans yüzücüsü oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise Konya ilindeki yüzme spor kulüplerinden Türkiye şampiyonasına ve bölge yarışlarına katılmış yüzücülerden oluşan rasgele seçilen 12–16 yaş kategorisinde yarışan 53 erkek, 26 kadın toplam 79 yüzücüden oluşan sporcuya sınırlanmıştır.

Veri Toplama Aracı

Verilerin elde edilmesinde “Türkiye’de Performans Tenisi Yapan Yüzücülerin Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri” nin değerlendirilmesini amaçlayan toplam 33 sorudan oluşan anket kullanılmıştır. Anket; Türkiye’de Performans Tenisi Yapan Yüzücülerin Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri Hakan Sunay ve Yücel Yıldırım ‘kullanmış olduğu anket sorularından oluşmakta ve araştırmannın amacına uygun olarak yeniden düzenlenmiş ve veri toplama aracı olarak çalışma grubuna uygulanmıştır. Anketlerden elde edilen verilerin aritmetik ortalama dağılımları bulunmuş, standart sapmaları hesaplanmış cevapların karşılaştırılmasında t-testi kullanılmıştır. 5’li Likert dereceleme ölçeğindeki yorumlarda Aralıklar, $4/5=0.80$ formülüyle belirlenmiştir.

Buna göre; 1.00-1.80 (1- Hiç) 1.81-2.60 (2- Az) 2.61-3.40 (3 -Orta) 3.41-4.20 (4 -Fazla) 4.21-5.00 (5 - Çok Fazla) şeklinde puanlama yapılmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya katılan yüzücülerin 26’sı kadın, 53’ ünü erkek sporcu ve 39’unu ilköğretim, 40’ını ise lise öğrencileri oldukları saptanmıştır.

Tablo 1. Cinsiyetlere göre yüzme sporuna başlama nedenleri açısından farklılıkların dağılımı

Anket Maddeleri	Kadın N= 26 (X(A.Ort) - Ss	Erkek N= 53 X(A.Ort)Ss	t- Testi P
Anne, Baba ve kardeşin spora yönelmedeki etkisi	3,88 ± 1,36	3,90 ± 1,43	0,950
Yaşadığınız çevrenin spora başlamadaki etkisi	2,34 ± 1,41	2,69 ± 1,64	0,354
Arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisi	2,65 ± 1,44	2,32 ± 1,45	0,340
Beden eğitimi öğretmeninin spora başlamadaki etkisi	1,76 ± 1,33	1,94 ± 1,43	0,605
Basın yayın organlarının spora başlamadaki etkisi	1,84 ± 1,18	1,94 ± 1,32	0,752
Televizyon kanallarının spora başlamadaki etkisi	1,80 ± 1,13	1,79 ± 1,13	0,955
Yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamadaki etkisi	2,96 ± 1,48	2,52 ± 1,64	0,260
Dünyaca ünlü bir sporcu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	2,84 ± 1,56	3,24 ± 1,62	0,303
Milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	3,30 ± 1,64	3,66 ± 1,56	0,358
Çok beğendiğim bir sporcunun spora başlamadaki etkisi	2,46 ± 1,63	2,33 ± 1,35	0,727

*ortalama ± standart sapma p<0,05

Tablo 2. Öğrenim durumuna göre yüzme sporuna başlama nedenler

Anket Maddeleri	İlköğretim N= 39 X(A.Ort) SS	LİSE N=40 X(A.Ort) SS	t-testi P
Anne, Baba ve kardeşin spora yönelmedeki etkisi	3,79± 1,48	4,00 ± 1,32	0,519
Yaşadığınız çevrenin spora başlamadaki etkisi	3,00 ± 1,63	2,17 ± 1,41	0,019
Arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisi	2,76 ± 1,58	2,10 ± 1,23	0,039
Beden eğitimi öğretmeninin spora başlamadaki etkisi	2,10 ± 1,55	1,67 ± 1,20	0,175
Basın yayın organlarının spora başlamadaki etkisi	2,07 ± 1,43	1,75 ± 1,08	0,256
Televizyon kanallarının spora başlamadaki etkisi	2,12 ± 1,28	1,47 ± 0,84	0,009
Yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamadaki etkisi	2,94 ± 1,68	2,40 ± 1,48	0,128
Dünyaca ünlü bir sporcu olma isteğinin spora başlamadaki et	3,41 ± 1,66	2,82 ± 1,51	0,106
Milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi	3,76 ± 1,52	3,32 ± 1,63	0,217
Çok beğendiğim bir sporcunun spora başlamadaki etkisi	2,48 ± 1,55	2,27 ± 1,33	0,517

X= ortalama ± standart sapma p<0,05

Tablo 3. Öğrenim durumuna göre yüzme sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenleri

Anket Maddeleri	İlköğretim N= 39 X(A.Ort) Ss	Lise N= 40 X(A.Ort) Ss	t-Testi P
Maddi gelir arttırmak	1,92 ± 1,52	1,80 ± 1,20	0,691
Yüzme sporunu sevmek	4,58 ± 0,88	4,65 ± 0,62	0,726
Sporun olumlu katkılarında haberdar olmak	4,46 ± 0,78	4,47 ± 0,75	0,938
Spor yaparak boş zamanları olumlu değerlendirmek	4,10 ± 1,39	4,55 ± 0,90	0,093
Spor yaparak sağlıklı olmak	4,43 ± 1,04	4,72 ± 0,67	0,148
Sporcu olarak arkadaşlarca tanınıp sevilme ve sayılmak	3,51 ± 1,44	3,85 ± 1,31	0,281
Başarı kazanmaktan zevk duymak	4,48 ± 0,96	4,70 ± 0,68	0,263
Yeni ülkeler görmek	3,69 ± 1,52	3,87 ± 1,06	0,538
Gerçek mutluluğu yüzme sporunda bulmak	3,66 ± 1,36	3,72 ± 1,19	0,840

*ortalama ± standart sapma p<0,05

Tablo 4. Öğrenim durumuna göre yüzme sporundan beklentiler

Anket Maddeleri	İlköğretim N= 39 X(A.Ort) - SS	LİSE N= 40 X(A.Ort)SS	t-Testi P
Sağlıklı olmak ve sağlığı korumak	4,41 ± 1,09	4,52 ± 0,78	0,593
İyi bir fiziki görünüme sahip olmak	4,48 ± 0,91	4,50 ± 0,81	0,948
Çevreyle spor yapan popüler biri olarak ilişkileri sürdürmek	3,33 ± 1,45	3,77 ± 1,22	0,150
İleride sporla ilgili üniversiteler düzeyinde eğitim görmek	3,35 ± 1,59	3,05 ± 1,61	0,396
Yüzme sporu sayesinde yurtdışındaki üniversitelerden burs eğitimi almak	3,87 ± 1,45	3,57 ± 1,48	0,372
Antrenör olmak	2,69 ± 1,62	2,50 ± 1,43	0,578
Beden eğitimi öğretmeni olmak	2,41 ± 1,63	1,95 ± 1,46	0,191
Maddi olarak rahat bir yaşam sürmek	3,28 ± 1,63	2,65 ± 1,49	0,077
Milli takım sporcusu olmak	4,17 ± 1,25	4,05 ± 1,23	0,646
Herkesçe tanınan bir sporcu olmak	3,89 ± 1,50	3,77 ± 1,42	0,711

*ortalama ± standart sapma p<0,05

TARTIŞMA ve SONUÇ

Yüzücülerin "Anne, baba ve kardeşin spora yönelmedeki etkisinde fazla etkilendikleri saptanmıştır. Bayraktar ve Sunay'ın (2004), Öztürk'ün (2004) ve Sunay ile Saracaloğlu'nun (2003) yaptıkları değişik çalışmalarda, yapılan çalışmayla benzer sonuçlar ortaya çıkmış çalışmamızla paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "Yaşanılan çevrenin spora başlamadaki etkisinden az etkilendikleri sonucuna varılmıştır. Yıldırım ve Sunay'ın (2009) çalışmasında fazla etkilendikleri bizim çalışmamızdaki sonuçla paralellik göstermemektedir.

Yüzücülerin "Arkadaş ve akran grubunun spora başlamadaki etkisinden az etkilendikleri tespit edilmiştir.

Yüzücülerin "Beden eğitimi öğretmenin spora başlamadaki etkisinden az etkilendikleri sonucu elde edilmiş, Yıldız'ın (2006) yaptığı benzer bir çalışmada da çalışmayla paralel sonuca ulaşıldığı saptanmıştır. Ancak Şimşek'in (2005) ve Bayraktar ve Sunay'ın (2004) yaptıkları çalışma sonucunda beden eğitimi öğretmenin spora başlamadaki etkisinin çok fazla olduğu bulunmuştur. Yukarıdaki verilere göre diğer spor branşlarında spora yönelmede beden eğitimi öğretmenlerinin etkilerinin farklılık gösterdiği söylenebilir.

Yüzücülerin "Basın yayın organlarının spora başlamadaki etkisi" incelendiğinde az etkilendikleri görülmektedir. Yıldırım ve Sunay (2009), Bayraktar ve Sunay'ın (2004) ve Sunay ve Sarıcaoğlu'nun (2003) yaptıkları çalışma, çalışmadaki sonuçlar ile paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "Televizyon kanallarının spora başlamadaki" oldukça az olduğu, bunun nedeninin televizyonlarda futbolun daha ön planda olması yüzme sporunun daha az yer almasından kaynaklanıyor olabilir.

Yüzücülerin "Yakın çevredeki bir antrenörün spora başlamadaki etkisini çok az etkilendikleri görülmüştür.

Yüzücülerin "Dünyaca ünlü bir sporcu olma isteğinin spora başlamadaki etkisi" incelendiğinde etkisinin fazla olduğu saptanmıştır. Yıldırım ve Sunay (2009) 'un yaptığı çalışmadaki sonuç ile benzerlik göstermektedir.

Yüzücülerin "Milli takım sporcusu olma isteğinin spora başlamadaki etkisinin fazla olduğu ve milli sporculardan etkilendikleri ve milli formayı giyme isteklerinin fazla oldukları sonucuna varılmıştır. Öztürk'ün (2004), Yıldırım ve Sunay (2009) yaptığı çalışma sonucu, çalışmadaki sonuçla paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "Çok beğenilen bir sporcunun spora başlamadaki etkisinin az olduğunu söylemektedir. Yıldırım ve Sunay (2009) yaptığı çalışma fazla olduğu söylenmiş bulunan sonuç çalışmamızla paralellik göstermemektedir.

Yüzme sporu ile profesyonel biçimde uğraşma nedenlerine ilişkin görüşlerinin dağılımına bakıldığında "Maddi gelir arttırmanın" profesyonel olarak yüzme sporu ile uğraşmakta olanlarda etkisinin çok fazla olmadığı görülmüştür. Yıldırım ve Sunay (2009), yaptığı çalışmada bizim çalışmamızla paralellik göstermektedir. Ancak Bayraktar ve Sunay'ın (2004) Bayan ve Erkek Voleybolcular ile Sunay ve Sarıcaoğlu'nun (2003) Farklı spor branşlarında yarışan sporcular üzerinde yaptıkları çalışmalar sonucunda, maddi gelir arttırmanın farklı spor branş sporcuları için önemli olduğu belirlenmiştir.

Yüzücülerin "Yüzme sporunu sevmenin spora yönelmedeki etkisi" incelendiğinde profesyonel bir biçimde yüzme ile ilgilenme etkisinin çok fazla olduğu tespit edilmiştir. Kaya (2014), Yıldırım ve Sunay (2009) yaptığı çalışmanın sonucuna paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "Sporun olumlu katkılarında haberdar olmanın spora yönelmedeki etkisi" için profesyonel olarak yüzme sporuyla uğraşma etkisinin çok fazla olduğu belirlenmiştir. Kaya (2014), Yıldırım ve Sunay (2009)'ın bulduğu sonuçlarla benzerlik göstermektedir.

Yüzücülerin "Spor yaparak boş zamanları olumlu değerlendirmenin spora yönelmedeki etkisi"nin çok fazla olduğu tespit edilmiştir.

Yüzücülerin "Spor yaparak sağlıklı olmanın spora yönelmedeki etkisi" için çok fazla etkili olduğu bulunmuştur. Kaya (2014) yaptığı çalışma ile sonuçlar paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "Sporcu olarak arkadaşlarca tanınıp sevilme ve sayılmanın spora yönelmedeki etkisi" nin çok fazla olduğu bulunmuştur. Bu sonuç, Şimşek'in (2005) yaptığı çalışma sonucuyla paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "Başarı kazanmaktan zevk duymanın spora yönelmedeki etkisi" nin çok fazla olduğu görülmüştür. Alibaz, Gündüz ve Şentuna'nın (2006) yaptığı çalışma ile sonuçlar paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "Yeni ülkeler görmenin spora yönelmedeki etkisi" nin çok fazla olduğu "Gerçek mutluluğu yüzme sporunda bulmanın spora yönelmedeki etkisi" nin de çok fazla olduğu bulunmuştur. Kaya (2014) yaptığı çalışma sonucuyla çalışmamız sonucu paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin bu branştan beklentilerine ilişkin görüşlerinin dağılımına bakıldığında, sporcuların "Sağlıklı olmak ve sağlıklarını korumalarının" beklentisinin çok fazla olduğu tespit edilmiştir. Kaya (2014), Bayraktar ve Sunay'ın (2004) yaptıkları çalışmalarda buldukları sonuçlar çalışmamızla benzerlik göstermektedir.

Yüzücülerin "İyi bir fiziki görünüme sahip olmanın 'yüzme sporundan beklentilerin çok fazla olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Bunun sebebi ise yüzme stillerinin bütün kas gruplarının çalıştırmasından kaynaklı olarak insanların bu sporu yapmaya yöneltmektedir.

Yüzücülerin "Çevreyle spor yapan popüler birisi olarak ilişkileri sürdürmenin" yüzme sporundan beklentilerinden önemli ölçüde yer aldığı ve çevrelerinde tanınan birisi olmayı hedefledikleri kanısına varılmaktadır. Bulduğumuz sonuç kaya (2014) çalışmasındaki sonuca paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "İleride sporla ilgili üniversiteler düzeyinde eğitim görmek " ve "Yüzme sporu sayesinde yurtdışındaki üniversitelerden burs eğitimi almak beklentisi" çok fazla yer edindiği eğitim hayatlarını sporla birlikte sürdürmek istediklerini ortaya koymaktadır. Şimşek'in (2005) yılındaki çalışmasında bulunduğu sonuçla çalışmamızda bulgular paralellik göstermektedir.

Yüzücülerin "Antrenör olmak "Beden eğitimi öğretmeni olmanın" beklentisinin yüzücülerde fazla yer edinmediği anlaşılmaktadır. Kaya (2014), Yıldırım ve Sunay (2009) yaptıkları çalışmada benzer sonuçlar elde etmişler Ancak Şimşek'in (2005) yaptığı çalışmada atletizm branşındaki sporcuların çoğunluğunun ileride beden eğitimi öğretmeni olmayı istedikleri saptanmıştır. Bu nedeni ise yaptıkları spor branşlarında kaynaklanıyor olabilir.

"Maddi olarak rahat bir yaşam sürmek istemelerinin yüzme sporundan beklentileri çok fazla yer almamıştır. Bunun nedeninin ülkemizde futbol ve basketbol gibi branşların getirisinin daha yüksek olması, yüzme branşının maddi getirisinin olmayışından kaynaklanmaktadır.

Yüzücülerin "Milli takım sporcusu olma, 'Herkesçe tanınan bir sporcu olma' beklentisi çok fazla olduğu tespit edilmiş olup milli formayı giymek ve tanınan sporcu olmak ülkesini yurtdışında temsil etmek sporcular için önemli olduğu anlaşılmaktadır. Yapılan çalışmalarda bunu desteklemektedir.

Türkiye'de yüzme performans sporcularının spora başlamada ailelerinin etkili olduğu ve milli sporcu olma, tanınan sporcu olma isteğinin etkili olduğu görülmektedir. Antrenör ve beden eğitimi öğretmenlerinin yüzme başlamadaki etkisinin düşük olduğu tespit edilmiştir. Maddi geliri arttırmanın bu sporu yapmada etkili olmadığı, sağlığını korumak ve sporsal başarı kazanmak daha etkili olduğu görülmektedir. Yüzme sayesinde daha fit bir vücuda sahip olmak ve antrenör ve beden eğitimi öğretmeni olmak istememektedirler.

Öneri olarak yüzme branşının tv vb. mecralarda daha fazla yer almasını sağlayarak bu branşa ilginin artmasını sağlamak, küçük yaşlarda bu spora yönlendirmek ve uzun dönemli planlamalar yaparak ülkemizi olimpiyatlarda temsil edecek üst düzey sporcular yetişmesini sağlamak için gerekli çalışmaların yapılması gerekmektedir. Bunun yanında antrenörlerin ve beden eğitimi öğretmenlerinin yüzme branşına yönlendirmede daha etkin rol almaları gerekmektedir.

KAYNAKLAR

1. Alibaz A, Gündüz N & Şentuna M. (2006). Türkiye'de Üst Düzey Taekwondo, Karate ve Kick-Boks Sporcularının Bu Spor Branşına Yönelmelerine Teşvik Eden Unsurlar, Yapma Nedenleri ve Geleceğe Yönelik Beklentileri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(3), 91-102.
2. Bayraktar B, Sunay H. (2004). Elit Bayan ve Erkek Voleybolcuların Voleybol Sporuna Yönelmelerine Neden Olan Unsurlar ile Beklentileri. 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Kitapçığı, 78, 17-24.
3. Günay M, Tamer K, Cicioğlu İ. J. A. G. K. (2013). Spor Fizyolojisi ve Performans Ölçümü. (3. Baskı). S:464-545.
4. Kaya M. (2014). Ankara'da Performans Sporunu Yapan Yüzme Sporcularının Yüzmeye Başlama Nedenleri ve Beklentilerinin Belirlenmesi. The Reasons Of Begining Swimming And Expectations Of Swimmers Who Do The Performance Sport In Ankara.
5. Liman N, (2004). "Tenis Branşında 7-8 Yaş Çocukların 12 Haftalık Antrenman Sonucunda Motorik (Fiziksel) Özelliklerindeki Değişimlerin İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitiminde Araştırma ve Proje.
6. Mengütay S. (1997). Morpa Spor Ansiklopedisi. Cilt 2. İstanbul: Orhan Ofset. 156-249.
7. Öztürk T. (2004). "Tenise Yeni Başlayan 6-12 Yaş Arası Sporcuların Tenisi Seçme Nedenleri ve Sosyoekonomik Düzeyleri. Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Antrenörlük Eğitimi Bölümü Lisans Bitirme Tezi.

8. Sunay H. (2002). Türkiye’de Sporun Yaygınlaştırılması Kapsamında Çağdaş Spor Yöneticilerinin Rolü ve Önemi. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Özet Kitabı, Antalya, 263-72.
9. Sunay H, Seda Saracaloğlu A. (2003). Türk Sporcusunun Spordan Beklentileri ile Spora Yönelten Unsurlar. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(1), 43-48.
10. Şahin S. (2018). 11-12 Yaş Kadın Yüzücülerin Antropometrik Ölçümlerinin Esneklik Parametresi Üzerine Etkisinin İncelenmesi (Master’s Thesis, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
11. Şimşek D, Gökdemir K. (2006). Ortaöğretimde Atletizm Yapan Sporcu Öğrencilerin Atletizm Branşına Yönelme Nedenleri ve Beklentileri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(3), 83-90.
12. Yıldız GH, “Ortaöğretim Kurumları Spor Alanında Okuyan Öğrencilerin Spora Başlama ve Alanı Seçme Nedenleri ile Beklentileri “Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, 2006, Ankara.
13. Yıldırım Y, Sunay H. A. K. A. N. (2009). Türkiye’de Performans Tenisi Yapan Sporcuların Tenise Başlama Nedenleri ve Beklentileri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7(3), 103-109.

14-16 Yaş Aralığında Çocuk Sahibi Olan Ebeveynlerin Spor Farkındalığının Değerlendirilmesi

Serranur AKBAL^{1A}, Barış YILMAZ^{1B}, Özlem KOÇAK^{1C}, Reşat SADIK^{1D}

¹ Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Düzce, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Serranur AKBAL: e-mail: sakbal36@gmail.com

Çıkar Çatışmaları: Yazar(lar)ın beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0009-0001-4842-6006 B: Orcid ID:0000-0002-1221-8782 C: Orcid ID:0009-0005-6201-0073 D: Orcid ID:0000-0002-2312-8213

Özet

Bu çalışma 14-16 yaş aralığında çocuk sahibi olan ebeveynlerin spor farkındalığını ölçmek ve bu ölçümler üzerinden bir değerlendirme yapabilmek amacıyla yapılmıştır. Çalışmada, ebeveynler üzerindeki spor farkındalığının cinsiyet, yaş, eğitim durumu, çalışma durumu, gelir düzeyi ve sportif öz geçmiş gibi değişkenler açısından farklılığına bakılmıştır. Araştırmada, Uyar ve Sunay (2020) tarafından geliştirilen spor farkındalığı ölçeğinden yararlanılmıştır. Tarama modelinde gerçekleştirilen araştırmanın çalışma grubunu 246 ebeveyn oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin normal dağılım göstermesi sonucunda, çalışmada parametrik testlerden yararlanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre bazı değişkenler açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn, Farkındalık, Spor

Evaluation of Sports Awareness of Those Who Have Children Aged 14-16

Abstract

This study was conducted to measure the sports awareness of parents with children aged 14-16 and to make an assessment based on these measurements. The study examined the differences in sports awareness among parents in terms of variables such as gender, age, education level, employment status, income level, and sports background. The Sports Awareness Scale developed by Uyar and Sunay (2020) was utilized in the study. The study group consisted of 246 parents in the screening model. Since the research data showed a normal distribution, parametric tests were used in the study. According to the results of the research, statistically significant differences were found in some variables.

Keywords: Awareness, Parent, Sport

INTRODUCTION

Farkındalık kavramı Budizm öğretisi dili olan “Pali” dilinden gelmektedir. Söz konusu dilde yer alan “Sati” sözcüğü “hatırlama, farkındalık ve dikkat” gibi anlamlar içermektedir (Germer, 2004). Bireyin farkındalık seviyesi ile olup bitenleri algılama seviyesi arasında belli bir ilişki vardır (Dökmen, 2002). Farkındalık genel bağlamda kişinin iç dünyasına, daha önceden edindiği yaşam deneyimlerine bağlıdır ve kişiden kişiye değişkenlik gösteren soyut bir algıdır (Deikman, 1996). Farkındalık, Kabat-Zinn (2005), tarafından “anlık deneyim akışlarına dikkatin bilinçli olarak yöneltilmesi olarak vurgulanmaktadır. Bir başka tanımda ise farkındalık, “anlık deneyimlerin kabullenmeyle ayırmsanması” biçiminde yer almaktadır (Siegel, 2009).

Yaşamın birçok alanında farkındalık türlü şekillerde kendini gösterir. Bireyler çeşitli olgu ve olaylara çeşitli farkındalıklar geliştirirler. Bu farkındalıklara örnek olarak eğitime, sağlığa, siyasete, spora vs. yönelik farkındalıklar gösterilebilir. Spor farkındalığı ise “sporun bireysel ve toplumsal faydalarını öğrenme, başka kategorilerle ilişkilendirme, hayata geçirme ve çevresini bilinçlendirme” olarak açıklanabilir. Bu bağlamda farkındalık sportif anlamda eyleme geçmenin de önemli anahtarlarından biri olarak düşünülebilir. Genel olarak değerlendirildiğinde spor farkındalığı sportif performansı ve başarıyı olumlu yönde etkilemektedir (Smeeton&Huys, 2011).

Günümüzde sporun öneminin giderek daha fazla anlaşılması, sağlıklı ve bilinçli nesiller yetiştirilmesi için insanların spora ilişkin bilgilendirilmesi gereksinimini ortaya koymuştur. Özellikle son yıllarda dünya genelinde ortaya çıkan ve hızla yayılan hareketsiz yaşamın topluma, sağlığa ve ekonomiye yönelik hasarları, söz konusu eksikliklerin giderilmesi hususunda en ucuz, en ekonomik ve sürdürülebilir yöntem olarak sporun önemini tekrar gündeme getirmiştir. Ülkemizde, sağlıklı bir spor kültürünün oluşması, sporun toplumda uygulanabilir olması, modern spor öğretisinin topluma aktarılması, sporun evrensel değerlerinin topluma benimsetilmesi ve sağlıklı nesiller yetiştirilebilmesi için toplumun her kesiminde spor farkındalığının oluşması ile sağlanabilir (Uyar ve Sunay, 2020).

Günümüzde sporun, egzersizin ve hareketli yaşamın bilinen faydaları mevcuttur. Yetişkinlerde ve çocuklarda hareketsiz yaşam söz konusu olduğunda bu durumun olumsuz sonuçları ve birtakım sağlık sorunlarını beraberinde getirdiği bilinmektedir (Hekim, 2016). Sporun bir yaşam tarzı olarak hayatımızda yer edinmesi, günümüz modern çağında teknoloji bağımlılığı, postür, obezite gibi temel problemlerin önüne geçilmesi içinde önemlidir. Özellikle çocukların sportif etkinliklerde yer alması gelişim aşamasının desteklenmesi sürecinde oldukça etkilidir (Saka vd., 2008). Bu süreçte gelecek nesilleri yönlendirmesi için anne babanın çocuğun üzerindeki etkisi oldukça önemlidir. Ebeveynler sadece çocuklarına spor yapma imkânı sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda çocuklarının fiziksel ve ruhsal gelişimi göstermelerini de amaçlamaktadırlar. Bu da beraberinde birçok karar almayı gerektirir. Örneğin; çocuğunuzu ne zaman spora başlatmanız gerektiği, aynı anda kaç spor yapması gerektiği, hangi sporların ve programların seçileceği, çocuğun katılımının ne zaman sonlandırılacağı, tek bir spora odaklanma isteği veya sporu bırakması gibi seçenekler arasından karar alınmasını gerektirebilir. Bu türde kararlar ve bu kararların alınma şekilleri çocuklar üzerinde derin etkiler yaratabilir, çocukların psikososyal ve gelişimsel sonuçları üzerinde de farkı sonuçlar doğurabilir (Knight, 2019).

Sportif etkinliklerde bulunan çocukların sorumluluk duygusu gelişmiş, iletişim becerisi kuvvetli, özgüveni yerinde bireyler olması beklenen bir durumdur (Yıldız ve Çetin, 2018). Bireylerin spora katılımındaki etkenler aile, birincil gruplar, referans grupları, meslekleri, gelirleri, yaşları, cinsiyetleri, serbest zaman etkinlikleri vb. gibi unsurlar olarak sıralanabilir (Güven, 2006). Çocukların spora katılım düzeyinde başka etkenler de olmakla birlikte en belirleyici etkenlerden biri de ebeveynlerin spora duydukları ilgi düzeyidir (Uğurlu, 2018). Spor farkındalığı ailede başladığında, spora eğilimli çocukların olması, çocukların sporu sevmesi beklenen bir geri bildirimdir (Yıldız, 2015). Ebeveynlerin arasında spor geçmişine sahip olan çocukların spor etkinliklerine katılmalarında daha aktif oldukları görülmektedir. Spor farkındalığı olan ebeveynlerin çocuklarını spor etkinliklerine götürmesi, spora yönelik yönlendirmeler yapması çocukların spora olan ilgisinde önemli unsurlar içinde yer alır (Yılmaz ve Kartal, 2022).

Bu çalışma ebeveynler üzerindeki spor farkındalığının değişken esasları göz önüne alınarak saptanması ve ortaya konması amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda araştırmayla elde edilen veriler neticesinde spor

farkındalık düzeyinin etki ettiği değişkenler saptanarak farkındalık düzeyine yapılmak istenilen katkılar bu değişkenleri esas alarak uyarlanabileceği düşünülmektedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde elit genç sporcuların, spora katılımları üzerinde ailelerinin etkisini belirlemek amacıyla İngiltere'de yapılan araştırmanın yüzücülerin %70'i, cimnastikçilerin %42'si ve tenisçilerin de %57'si oranında bu sporlara başlamalarında ebeveynlerin katkıları görülmektedir (Baxter, 2003). İstanbul'da 14-16 yaş grubu genç basketbolcular üzerinde yapılan bir başka çalışmada, sporcuların basketbol branşında aktif olmalarının ebeveynlerin, %46 oranında önemli bir etkisi olduğu görülmüştür. (Donuk vd., 2004). 15 değişik spor branşında 451 sporcu üzerinde yapılan bir başka çalışmada da ilgili spor branşına teşvik eden unsurlara ilişkin görüşlerin sıralanmasında aile (anne-baba ve kardeşler) ilk sırada yer almaktadır (Sunay ve Saracaloğlu, 1997). Sözü edilen ve benzeri araştırmalar da dikkate alındığında, ebeveynlerin spor farkındalıklarının saptanmasının ne denli önemli olduğu ortaya çıkmaktadır. Bu çalışma da 14-16 yaşları arasında çocukları olan ebeveynlerin spor farkındalıkları belirlemek amacıyla yapılmıştır.

METOD

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir. Tarama modeli geçmişte olmuş ya da hala var olmakta olan olayları olduğu gibi betimleyen araştırma modeli olarak tanımlanmaktadır. Bu modele göre çok sayıda elmandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya sahip olmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak örneklem üzerinden yapılan tarama düzenlemeleridir (Karasar, 2011).

Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 14-16 yaş arası çocuğu olan ebeveynler oluşturmuştur.

Veri Toplama Araçları Ve Süreci

Bu çalışmada, araştırmacılar tarafından geliştirilmiş demografik bilgiler anketinin yanı sıra, Uyar ve Sunay tarafından geliştirilen spor farkındalığının ölçmek için "Spor Farkındalığı Ölçeği" kullanılmıştır (Uyar ve Sunay, 2020). İki alt boyuttan oluşan ölçek, 30 maddeden oluşmaktadır. İlk 21 soru spor bilgisi ve bilgiyi ayırt etme boyutunu, 22-30 arası maddeler ise sosyal ve bireysel fayda boyutunu oluşturmaktadır. Bu çalışmada, Likert tipi veri toplama yöntemi kullanılmıştır. Spor farkındalığı ölçeğinin geçerlilik ve güvenilirliği için ölçeği geliştiren araştırmacılar tarafından Cronbach Alpha Güvenilirlik Katsayısına bakılmış, hem Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) (birinci ölçek deneme grubu), hem de Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) (ikinci ölçek deneme grubu) yapılan grubun, ölçeğin geneli ve alt boyutlarında yüksek güvenilirlikte olduğu tespit edilmiştir. Geçerlilik kanıtı elde etmek için yapılan Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) sonucunda tüm maddelere ait t değerlerinin 0.01 düzeyinde manidar olduğu görülmüş ve ölçekten madde atılmamıştır. Analizler sonucunda şekillenen ölçeğin alternatif uyum indeks değerlerine bakılmış, bu değerlerden GFI değerinin iyi uyum, χ^2 /sd , RMSEA, SRMR, CFI, NNFI, IFI değerlerinin ise mükemmel uyum değerlerine karşılık geldiği görülmüştür. Bu bilgiler doğrultusunda geliştirilen ölçeğin bireylerin spor farkındalığını ölçmek için kullanılan bir ölçme aracı olduğu söylenebilir (Uyar ve Sunay, 2020).

Verilerin Analizi

Google form ile ilgili ölçek araştırmanın çalışma grubunu oluşturularak velilere ulaştırılmıştır. 93 erkek 153 kadın olmak üzere 246 gönüllü veliye ölçek uygulanmıştır. 246 veliye uygulanan anket sonucunda toplam iki alt boyuttan ve 30 maddeden oluşan ölçek bilgisayar ortamında SPSS 20.0 (Statistical PackageForTheSocialScienceFor Windows) programı ile analiz edilmiştir. Yapılan normallik testleri sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüş ve bu nedenle istatistiksel işlemlerde parametrik testlerden yararlanılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde yapılan analizlerin sonuçlarına ve yorumlarına yer verilmiştir.

Çalışma grubunu oluşturan ebeveynlerin tanımlayıcı değişkenlere göre istatistiki yüzdeler dağılım oranları Tablo 1'de gösterilmiştir. Çalışma grubunu oluşturan ebeveynlerden %62,2'sini kadınlar, %37,8'ini erkekler oluşturmaktadır. Çalışma grubunun yaş aralığı 32-42 arasındadır. Katılımcılardan %51,6'sı ortaokul mezunu, %36,6'sı lise mezununun %11,8'i lisans mezunudur.

Çalışan ebeveyn sayısı %56,5 çalışmayan ebeveyn sayısı %43,5'lik dilimi oluşturmaktadır. Çalışma grubunun gelir düzeylerine bakıldığında ise 5500 TL ve altı %27,6, 5501 TL- 7500 TL arası %24,0, 7501-9500 TL arası %22,8, 9501 TL ve üstü % 25,6'lık dilimleri oluşturmaktadır.

Tablo 1. Araştırmaya İlişkin Frekans Tablosu

Demografik Özellikler	Gruplar	Kişi Sayısı	Yüzde Değeri
Cinsiyet	Erkek	93	%37,8
	Kadın	153	%62,2
Yaş Aralığı	32-36	42	%17,1
	37-41	81	%32,9
	42 ve üzeri	123	%50,0
Eğitim Durumu	Ortaokul Mezunu	127	%51,6
	Lise Mezunu	90	%36,6
	Lisans Mezunu	29	%11,8
Çalışma Durumu	Çalışıyor	139	%56,5
	Çalışmıyor	107	%43,5
Gelir	5500 TL ve Altı	68	%27,6
	5501 TL- 7500 TL Arası	59	%24,0
	7501 TL- 9500 TL Arası	56	%22,8
	9501 TL ve Üstü	63	%25,6
Spor Özgeçmişi Var Mı?	Evet	53	%21,5
	Hayır	193	%78,5
Ailede Spor Yapan Var Mı?	Evet	106	%43,1
	Hayır	140	%56,9
Toplam		246	

Tablo 2. Çalışma Durumu Değişkenine İlişkin T Testi Sonuçları

Faktörler	Çalışma Durumu	n	\bar{x}	s.s.	t	f	P
Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme	Çalışıyor	139	2,85	0,900	-5,75	7,263	0,008*
	Çalışmıyor	107	3,47	0,745	-5,89		
Sosyal ve Bireysel Fayda	Çalışıyor	139	1,79	0,597	-2,43	0,206	0,650
	Çalışmıyor	107	1,99	0,695	-2,38		

p<0,05*

Tablo 2'de ebeveynlerin çalışma durumu değişkenlerine göre istatistik sonuçları gösterilmiştir. Spor bilgisi ve bilgiyi ayırt etme boyutunda çalışan ve çalışmayan ebeveynler arasında anlamlı farklılık görülmüştür.

Tablo 3. Cinsiyet Değişkenine İlişkin T Testi Sonuçları

Faktörler	Cinsiyet	n	\bar{x}	s.s.	t	f	P
Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme	Kadın	153	3,35	0,832	5,51	0,009	0,925
	Erkek	93	2,75	0,854	5,47		
Sosyal ve Bireysel Fayda	Kadın	153	1,90	0,681	0,68	1,020	0,314
	Erkek	93	1,84	0,591	0,71		

Tablo 3’de gösterilen cinsiyet değişkenine göre ortaya çıkan sonuçlarda her iki boyutta da anlamlı farklılıklar görülmemiştir.

Tablo 4. Spor Özgeçmişine İlişkin T Testi Sonuçları

Faktörler	Spor Özgeçmişine	n	\bar{x}	s.s.	t	f	p
Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme	Evet	53	2,38	0,773	-7,66	0,051	0,822
	Hayır	193	3,33	0,807	-7,85		
Sosyal ve Bireysel Fayda	Evet	53	1,51	0,498	-4,87	1,349	0,247
	Hayır	193	1,98	0,649	-5,65		

Tablo 4’te spor özgeçmişine değişkeni ele alınmış olup her iki boyutta da anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 5. Ailede Spor Yapma Durumu Değişkenine İlişkin T Testi Sonuçları

Faktörler	Ailede Spor Yapan	n	\bar{x}	s.s.	t	f	p
Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme	Evet	106	2,74	0,878	-6,29	1,079	0,300
	Hayır	140	3,41	0,785	-6,19		
Sosyal ve Bireysel Fayda	Evet	106	1,67	0,590	-4,56	0,129	0,720
	Hayır	140	2,04	0,648	-4,61		

Tablo 5’te ailede spor yapma durumuna göre ortaya çıkan sonuçlarda her iki boyutta da anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 6. Gelir Değişkenine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları

Faktörler	Gelir	n	\bar{x}	s.s.	t	p
Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme	5500 TL ve Altı	68	3,53	0,752	11,374	0,000*
	5500 TL- 7500 TL Arası	59	3,27	0,862		
	7501 TL- 9500 TL Arası	56	2,87	0,804		
	9501 TL ve Üstü	63	2,77	0,927		
Sosyal ve Bireysel Fayda	5500 TL ve Altı	68	2,00	0,657	3,679	0,013*
	5501 TL- 7500 TL Arası	59	2,01	0,739		
	7501 TL- 9500 TL Arası	56	1,78	0,538		
	9501 TL ve Üstü	63	1,71	0,593		

p<0,05*

Tablo 6'da orta çıkan sonuçlarda her iki boyutta da anlamlı farklılık görülmüştür. Gelir düzeyi değişkenine ilişkin grup ortalamaları arasında gözlenen anlamlı farkın kaynağını tespit etmek amacıyla verilere Post Hoc testlerinden Tukey testi uygulanmıştır. Yapılan Tukey testi sonucu, ebeveyn farkındalık boyutlarından Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme boyutunu algılamaları açısından 5500TL ve altı gelir düzeyi olan katılımcıların farkındalık düzeylerinin 7501-9500 TL / 9501 ve üstü gelir düzeyi olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca 5501- 7500 TL gelir düzeyi olan katılımcıların farkındalık düzeylerinin 7501-9500 TL / 9501 ve üstü gelir düzeyi olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Ebeveyn farkındalık boyutlarından Sosyal ve Bireysel Fayda boyutunu algılamaları açısından 9501TL ve üstü gelir düzeyi olan katılımcıların farkındalık düzeylerinin 5500TL ve altı / 5501- 7500 TL gelir düzeyi olan katılımcılardan daha düşük olduğu görülmüştür.

Tablo 7. Yaş Değişkenine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları

Faktörler	Yaş	n	\bar{x}	s.s.	t	f
Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme	32-36	42	3,25	0,834	2,498	0,084
	37-41	81	3,25	0,900		
	42 ve üzeri	123	3,00	0,889		
Sosyal ve Bireysel Fayda	32-36	42	1,83	0,593	0,192	0,825
	37-41	81	1,91	0,688		
	42 ve üzeri	123	1,88	0,657		

Tablo 7'de ortaya çıkan sonuçlarda her iki boyutta da anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 8. Eğitim Durumu Değişkenine İlişkin Tek Yönlü ANOVA Testi Sonuçları

Faktörler	Eğitim Durumu	n	\bar{x}	s.s.	t	P
Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme	Ortaokul Mezunu	127	3,46	0,797	23,435	0,00*
	Lise Mezunu	90	2,85	0,817		
	Lisans Mezunu	29	2,53	0,907		
Sosyal ve Bireysel Fayda	Ortaokul Mezunu	127	2,07	0,641	12,910	0,00*
	Lise Mezunu	90	1,71	0,587		
	Lisans Mezunu	29	1,56	0,615		

p<0,05*

Tablo 8 'de çıkan sonuçlarda eğitim durumuna ilişkin değişkenin her iki boyutunda da anlamlı farklar olduğu görülmüştür. Eğitim durumu değişkenine ilişkin grup ortalamaları arasında gözlenen anlamlı farkın kaynağını tespit etmek amacıyla verilere Post Hoc testlerinden Tukey testi uygulanmıştır. Yapılan Tukey testi sonucu, ebeveyn farkındalık boyutlarından Spor Bilgisi ve Bilgiyi Ayırt Etme boyutunu algılamaları açısından ortaokul mezunu katılımcıların farkındalık düzeylerinin lise mezunu ve lisans mezunu katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca ebeveyn farkındalık boyutlarından Sosyal ve Bireysel Fayda boyutunu algılamaları açısından ortaokul mezunu katılımcıların farkındalık düzeylerinin lise mezunu ve lisans mezunu katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmanın konusu olan ölçeğe verilen yanıtlar değerlendirildiğinde, velilerin gelir düzeyi ve eğitim düzeyleri arasında her iki boyutta da anlamlı farklılık görülmektedir. Yapılan çalışmada gelir düzeyi arttıkça farkındalık düzeyi düştüğü görülmüştür. Gelir düzeyindeki anlamlı farklılık sebebiyle Post Hoc testlerinden Tukey testi uygulanmıştır. Birinci boyut olan spor bilgisi ve bilgiyi ayırt etme boyutunda gelir düzeyi 5500 TL ve altı olanlar ile gelir düzeyi 5500 -7500 TL arasına sahip olanlar daha yüksek gelir düzeyine sahip olan bireylere göre daha fazla spor farkındalığına sahip olduğu görülmüştür. İkinci boyut olan sporun sosyal ve bireysel faydası boyutunda sadece gelir düzeyleri 5500 TL olanlarla diğer örneklem grubu arasında anlamlı farklılıklar görülmüştür. Uyar tarafından yapılan spor farkındalığı ölçeğinin geliştirilmesi ve toplumun spor farkındalıklarının değerlendirilmesi adlı doktora çalışmasında ise gelir düzeyi yüksek olan bireylerde spor farkındalığı düzeyi de yüksek olarak saptanmıştır (Uyar, 2019).

Literatür incelendiğinde, eğitim düzeyi arttıkça spor farkındalığının arttığına dair birçok araştırma bulunmaktadır (Ergül, 2016; Eski, 2010). Ancak çalışmada eğitim durumuna bakıldığında ortaokul mezunları, lise ve lisans mezunları arasındaki farklar ortaokul lehine olacak şekilde görülmüştür. Ortaokul ve lise arasında anlamlı farklılık yoktur. Bu farklılığın sebebi olarak eğitim seviyesi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının sportif faaliyetlere ayıracakları zaman dilimini akademik anlamda kullanma isteklerinin ön planda olmasından kaynaklandığı düşünülebilir. Yüksel (2015) tarafından yapılan eğitim düzeyi farklılıklarının spora yansımaları adlı çalışmada elde edilen bulgular çalışmayı destekler niteliktedir. Çalışmada ilkokul ve lise mezunlarının lisans ve lisansüstü mezunlarına göre daha düzenli spor yaptıklarını belirtmiştir. Eğitim seviyesi düştükçe düzenli spor yapan bireylerin ebeveyn olarak düşünüldüğünde spor farkındalıklarının daha yüksek olması beklenen bir durumdur (Yüksel, 2015). Uyar'ın çalışmasında ise eğitim düzeyi yüksek olan bireylerde spor farkındalığı düzeyinde de yüksek çıktığı görülmüştür (Uyar, 2019).

Çalışma durumuna bakıldığında, spor bilgisi ve bilgiyi ayırt etme boyutunda çalışmayan ebeveynlerin farkındalık düzeylerinin çalışan ebeveynlere oranla daha yüksek çıktığı görülmüştür. Bunun nedeninin çalışmayan ebeveynlerin evde daha fazla vakit geçirdiklerinden dolayı çocuklarına daha iyi gözlemledikleri, sportif istek ve ihtiyaçları doğrultusunda yönlendirme yapabildikleri olduğu düşünülebilir.

Ailede sporla uğraşan ebeveynlerin spor farkındalığını etkileme durumuna bakıldığında çalışmada anlamlı farklılık görülmemiştir. Uyar (2019), İlkım ve arkadaşlarının (2021) çalışmalarında her iki boyutta da anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Yaş durumuna bakıldığında, çalışmada anlamlı farklılıklar gözlenmemiştir. İlkım ve arkadaşlarının (2021) yapmış olduğu çalışmada benzer şekilde yaş durumuna göre farklılık bulunmamıştır. Uyar tarafından da yapılan çalışmada spor farkındalığı için spor bilgisi ve bilgiyi ayırt etme boyutunda benzer şekilde anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Ancak aynı değişken için bir başka boyut olan sosyal ve bireysel fayda boyutuna bakıldığında bu çalışmanın aksine Uyar'ın çalışmasında anlamlı farklılıklar görülmüştür (Uyar, 2019)

Cinsiyet durumuna göre bakıldığında çalışmada anlamlı farklılıklar görülmemiştir. 2021 yılında Düz tarafından yapılan çalışmada da yine bu çalışmaya benzerlik gösterecek şekilde cinsiyet durumunda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Düz, 2021). Uyar tarafından yapılan çalışmada cinsiyeti erkek olan bireylerin spor farkındalık düzeyinin daha yüksek çıktığı görülmüştür. İlkım ve arkadaşlarının 2021 de yaptığı çalışmada spor farkındalığının cinsiyete göre olan durumunda erkeklerin spor farkındalığının daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çalışmada eğitim düzeyi yüksek ebeveynlerin spor farkındalığının düşük çıkmasının nedeni çocuklarının akademik yönden ilerlemesini olumsuz etkileyebileceği olabilir. Sporun insanlara çok yönlü kazanımlar sağladığı, yalnız bedensel faaliyetler bütünü değil aynı zamanda ruhsal ve zihinsel gelişim sağladığı görülmektedir (Donnelly ve Lambourne, 2011). Çocukların sportif faaliyete katılımı sonrasında daha düzenli ve tertipli ders çalıştıkları, okula gitme isteklerinin artması gibi akademik açıdan olumlu etkileri görülmüştür (Yalçın ve Balcı, 2013). Bu gelişimler neticesinde ebeveynlerin spor farkındalık düzeylerini artırmak ve sporun akademik başarıyı olumlu etkilediğini anlatan bilgilendirme seminerleri düzenlenebilir.

Elde edilen sonuçlara dayalı olarak; 14-16 yaş aralığında çocuk sahibi olan ebeveynlerin spor farkındalık düzeylerini artırmak ve geliştirmek için bilgilendirme seminerleri düzenlenebilir. Ebeveynlere çocukları ile

birlikte sportif aktivitelere düzenli olarak katılım sağlaması teşvik edilebilir. Çocukların yetenekleri doğrultusunda başarılı ve mutlu olacağı spor branşlarına yönlendirmek için alanında uzman eğitmenlerden yardım alınabilir. Çocukların mümkünse yapacakları branşları kendilerinin seçmeleri ebeveynleri tarafından teşvik edilmelidir. Aileler, çocukları spora yönlendirmede ilgili spor aletlerini, spor alanlarını, öğretici veya antrenörleri bulmalıdırlar. Bunun sonucunda çocukların sosyalleşme becerilerinin gelişmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çocuklarda hareketsiz yaşam tarzını en düşük seviyede tutmak için sporun ideal bir araç olması ve çocukların bedensel gelişimlerine katkı sağlaması için destekleyici sportif faaliyetler yapılabilir. Bunun sonucunda çocukların sosyalleşme becerilerinin gelişmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bundan sonraki yapılacak çalışmalarda farklı yaş gruplarının da dahil olduğu daha geniş kapsamlı çalışmalar yapılarak literatüre katkı sağlanabilir.

KAYNAKLAR

1. Baxter-Jones, A.D., Maffulli, N. (2003). TOYA StudyGroup, Parentalinfluence on SportParticipation in Elite YoungAthletes, Journal Sports MedicinePhysicalFitness, Jun;43(2),pp.250-255.
2. Deikman, A. J. (1996). I ' equalsawareness', Journal of ConsciousnessStudies, 3 (4), pp. 350-6.
3. Donnelly, J. E. Lambourne K. (2011). Classroom-Based Physical Activity, Cognition, and Academic Achievement. Preventive Medicine 52 S36-S42.
4. Donuk, B., Balcıoğlu, İ., Şenduran, F., Ülker, İ. (2004). İstanbul'da Yaşayan 14-16 Yaş Grubu Genç Basketbol Sporcularının Psikososyal ve Demografik Özellikleri, 10. İCHBER-SD Avrupa Kongresi ve SBD 8. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Antalya, 17-20.
5. Dökmen, Ü. (2002). Yarına Kim Kalacak? Evrenle Uyumlaşma Sürecinde Var olmak Gelişmek Uzlaşmak. İstanbul: Kişisel Gelişim Dizisi Sistem Yayıncılık. Yayın No: 242.
6. Düz, S. (2021). Üniversite Öğrencilerinin Spor Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi, 1203.
7. Ergül, M. A., Tınaz, C., & Ertaç, M. (2016). Lise öğrencilerinin spora yönelik farkındalık düzeylerine etki eden faktörlerin incelenmesi: Tenis branşı örneği. Spor Bilimleri Dergisi, 27(2), 69-83.
8. Eski, T. (2010). Ortaöğretim Öğrencilerinin Kış Sporuna Yönelik Farkındalık Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi.
9. Germer, C. (2004). What İs Mindfulness? InsightJournal, 22, 24- 29.
10. Güven, Ö. (2006). Beden eğitimi ve spora katılımda aile faktörü. Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi, 10(10), 81-90.
11. Hekim, M. (2016). Çocuklarda Beden Eğitimi, Spor ve Oyun Etkinliklerine Katılımın Kemik Gelişimi Üzerine Etkilerinin Değerlendirilmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 5(2), 66- 71.
12. İlkım, M., Özoğlu, F., & Kalaycı, M. C. (2021). Evaluation Of Sports Awareness Of Parents Of IndividualsWithAutismAttendingTo Sports Clubs. AboutThis Special Issue, 76.
13. Kabat-Zinn, J. (2005). Full CatastropheLiving: Using Thewisdom Of Your Body Andmindt of acestress, Pain, Andillness, 3.Baskı, New York, BantamDell.
14. Karasar, N. (2011). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Nobel Yayınları.
15. Knight, C. J. (2019). Revealingfindings in youthsportparentingresearch. KinesiologyReview, 8, 252-259.
16. Saka, T., Yıldız, Y., Tekbaş, Ö. F., & Aydın, T. (2008). Genç Erkeklerde Spor Okulu Eğitim Programlarının Bazı Antropometrik ve Fonksiyonel Testler Üzerine Etkisi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(1), 1-8.
17. Siegel, R.D., Germer, C.K., Olendzki, A. (2009). Mindfulness: What İs İt? WhereDid İt ComeFrom?, ClinicalHandbook Of Mindfulness, 1. Baskı, F. Didonna (Ed), New York: Usa, Springer Publishing, s.17-35.
18. Smeeton, N. J., &Huys, R. (2011). Anticipation of tennis-shotdirectionfromwhole-bodymovement: The role of movementamplitudeanddynamics. Human MovementScience, 30(5), 957-965.
19. Sunay, H. &Saracaloğlu, A.S., (1997). Türk Sporcusunun Spordan Beklentileri ile Spora Yönelten Unsurlar, Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, AIESER Singapur, 4-6.
20. Uğurlu, F. M. (2018). Sporda Cinsiyet Ayrımı. Nobel Akademik Yayıncılık Eğitim Danışmanlık Tic. Ltd.
21. Uyar, Y. (2019). Spor farkındalığıölçeğiningeliştirilmesi ve toplumun spor farkındalıklarınındeğerlendirilmesi. (Yayımlanmamış Doktora Tezi).
22. Uyar, Y.& Sunay, H. (2020). Spor Farkındalığı Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlilik ve Güvenilirlik Çalışması. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 18(1), 46-58.
23. Yıldız, A. (2015). Ebeveynlerin Çocuklarının Beden Eğitimi ve Spor Dersine Katılımına Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
24. Yılmaz, O., & Kartal, R. (2022). Tenis sporunda ailenin rolü ve önemi. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 7(3), 277-286.
25. Yıldız, E., & Çetin, Z. (2018). Sporun psiko-motor gelişim ve sosyal gelişime etkisi. Hacettepe UniversityFaculty of HealthSciencesJournal, 5(2), 54-66.
26. Yüksel, M. (2015). Eğitim Düzeyi Farklılıklarının Spora Yansması. International Journal of SocialScience, 150-164.

Ankara İli, Keçiören İlçesinde Görev Yapan Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Mesleğe Yönelik Tutumlarının Ölçülmesi

Köksal BÖCEK^{1A}, Mehmet ÖÇALAN^{2B}

¹ Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor, Kırıkkale, TÜRKİYE

² Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, Kırıkkale, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Köksal Böcek: koksambocek1991@gmail.com

Çıkar Çatışmaları: Yazarların beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0000-0002-3392-1776 B: Orcid ID: 0000-0003-2419-4455

Özet

Bu araştırmanın amacı, Ankara ili, Keçiören ilçesinde görevli beden eğitimi öğretmenlerinin, beden eğitimi ve spor öğretmenliği hakkındaki görüşlerini ve öğretmenlik meslek tutumlarının ne düzeyde olduğunu belirleyip incelemektir. Araştırmanın evrenini Ankara, Keçiören ilçesinde görev yapan 294 beden eğitimi ve spor öğretmeni, örneklemi ise tesadüfî olarak seçilmiş 207 beden eğitimi ve spor öğretmeni oluşturmaktadır. Öğretmenlerin demografik verilerinin saptanması için yedi sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Demografik sorular yaş, cinsiyet, eğitim durumu, aylık gelir durumu, görev yaptığı eğitim kademesi, öğretmenlikte görev yaptığı süre, uzmanlık alanı olarak belirlenmiştir. Bu değişkenlere yönelik kişisel standart sapma, ortalama, frekans ve yüzde değerleri tablo haline getirilmiştir. Aynı zamanda beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki tutumlarının ölçülmek amacıyla BEÖYTÖ (Beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutum ölçeği) kullanılmıştır. Testte uygulanan ölçek beşli likert tipi hazırlanmış ve 23 sorudan oluşmuştur. Araştırmanın analiz ve testi SPSS 25.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır. Kolmogorov Smirnov testi ile verilerin dağılımının normal dağılıp dağılmadığına bakılmıştır. Parametrik dağılım gösteren iki grup karşılaştırması için Independent t testi, non-parametrik gösteren iki grup karşılaştırması için ise Man Whitney U testi, kullanılmıştır. Parametrik dağılım gösteren ikiden fazla grup karşılaştırması için One Way ANOVA testi, non-parametrik gösteren ikiden fazla grup karşılaştırması için ise Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Sonuç olarak yaş, cinsiyet, eğitim durumu, aylık gelir durumu, görev yaptığı eğitim kademesi, görev süresi, uzmanlık alanı değişkenlerine göre öğretmenlerin mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutumlarında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p>0,05$).

Anahtar Kelimeler: Beden Eğitimi, Öğretmenlik, Eğitim, Mesleki Kaygı, Mesleki Sevgi

Measurement of Physical Education Teachers' Attitudes Towards the Profession Working in Keçiören District of Ankara Province

Abstract

The purpose of this research is to determine and examine the opinions of physical education teachers working in Ankara, Keçiören district, about physical education and sports teaching and the level of their teaching profession attitudes. The population of the research consists of 294 physical education and sports teachers working in Ankara, Keçiören district, and the sample consists of 207 randomly selected physical education and sports teachers. A personal information form consisting of seven questions was used to determine the demographic data of the teachers. Demographic questions were determined as age, gender, educational level, monthly income, level of education, length of time working as a teacher, and area of expertise. Personal standard deviation, mean, frequency and percentage values for these variables are tabulated. At the same time, BEÖYTÖ (Attitude Scale towards the Physical Education Teaching Profession) was used to measure the professional attitudes of physical education teachers. The scale applied in the test was prepared as a five-point Likert type and consisted of 23 questions. The analysis and testing of the research was carried out using the SPSS 25.0 package program. The Kolmogorov Smirnov test was used to check whether the distribution of the data was normally distributed. Independent t test was used for comparison of two groups showing parametric distribution, and Man Whitney U test was used for comparison of two groups showing non-parametric distribution. One Way ANOVA test was used for comparisons of more than two groups showing parametric distribution, and Kruskal Wallis test was used for comparisons of more than two groups showing non-parametric distribution. As a result, no significant difference was detected in teachers' attitudes of professional love and professional concern according to the variables of age, gender, educational level, monthly income, level of education, tenure, and field of expertise ($p>0.05$).

Keywords: Physical Education, Teaching, Education, Occupational Anxiety, Occupational Respect

GİRİŞ

Eğitim, insanlar ve yaşamları arasında bağlantı kurmanın bir biçimidir. Birey, eğitim yoluyla aldığı ve edindiği bilgileri uyguladığı sürece kendisine ve yaşadığı çevreye fayda ve uyum sağlayacaktır. Gelenen aşamada eğitim; insan davranışını değiştirip geliştiren, insan ve toplum arasındaki ilişkiyi ayarlayan bir araçtır. Başlangıçta eğitimde hayatta kalma mücadelesi, korunma, beslenme gibi konular ele alınsa da, modern topluma geçişte sağlıklı yaşama, sosyalleşme, okuryazar olma ve başkalarına üstünlük sağlama boyutları giderek önem kazanmaya başlamıştır. İnsanın sosyal yönü çevresindeki diğer insanlarla etkileşimi sonucu gelişirken, kültürel yönü de içinde yaşadığı toplumla etkileşimi sonucu gelişir (Ekici ve Ekici, 2014; Ayas vd., 2013).

Tarih boyunca öğretmenlik mesleği, toplumun değerlerinin gelecek nesillere aktarılması ve bilgiyi bilenle, bilgiye ihtiyacı olan kişiler arasında bir bağ kurduğu için en saygın meslekler arasında yerini almıştır. Öğretmenler eğitim öğretim faaliyetlerinin sürdürülmesinde ve eğitim politikalarının sorunsuz bir şekilde uygulanmasında önemli yere sahiptir. Bu nedenle öğretmenlere meslekle ilgili önemli görev ve sorumluluklar verilmiştir. Eğitim sürecinin akmaması için bu görev ve sorumlulukları en iyi şekilde yerine getirmesi beklenmiştir (MEB, 2017). Bu sebeple öğretmenlik, mevcut problemlerin çözümü için bilimsel araştırmalar yapan bir meslek dalıdır. Öğretmenlik, kişilerin ve toplumun hayat tarzını biçimlendiren bir meslek olması sebebiyle bir toplumun eğitimini etkin kılan temel unsurlardandır. Bununla birlikte, öğretmenlik mesleği diğer mesleklerle eleman yetiştirmeyi görev edinmesi nedeniyle bütün meslekler arasında özgün ve lider bir meslek olarak kabul görmektedir. Toplumun ilerlemesinde kişileri yetiştirmek doğrudan öğretmenin niteliğiyle ilgilidir. Bu yüzden nitelikli öğretmenler, bir ulusun geleceği olarak görülmektedir (Aydın ve Sağlam, 2012).

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni

Beden eğitiminin ülkemizde genel eğitimin parçası ve bir bilim dalı olarak, dersin kendine özgü öğretim yöntem ve tekniklerinin olması nedeniyle, derslere girecek öğretmenlerin yetiştirilmesinde belirli bir sisteme bağlanması gerekliliği Selim Sırrı Tarcan'ın verdiği mücadeleler sonucu ele alınmış ve gerekli çalışmaların yapılması kararı alınmıştır. Selim Sırrı Tarcan, 1908 yılında İstanbul Mercan yokuşunda kendisine ait okul olan "Terbiye-i Bedeniye Mekteb'i" açmıştır. Bu okul ülkenin ilk beden eğitimi okuludur. Okulun müfredatında yer alan dersler cimnastik, kılıç, boks, meç ve atıcılık branşlarıydı. 1909 yılı Mayıs ayında Selim Sırrı Tarcan Ordu tarafından İsveç Stokholm'de bulunan Yüksek Beden Eğitimi Enstitüsüne eğitim almak için gönderilince okulu kapanmıştır (Arun, 1990; Güven, 1996).

Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin, öğrencilerin sağlıklı yaşamayı alışkanlık haline getirme ve fiziksel etkinlik seviyelerini artırma gibi konularda önemli görevleri vardır. (Amerikan Sağlık, Beden Eğitimi, Rekreasyon ve Dans İttifakı, 2014). Bu görevler içerisinde öğrencinin fiziksel aktivite düzeyini değerlendirmek, öğrenciye göre fiziksel aktivite programları oluşturmak ve öğrencilere hareket becerisi kazandırmak yer alır (Caspersen, Powell ve Christenson, 1985). Beden eğitimi ve spor öğretmenleri, öğrencilerin fiziksel aktivite kapasitelerini artırmak için öğrencinin bireysel gereksinimlerine ve yeteneklere paralel programlar hazırlamalı ve öğrencileri düzenli fiziksel aktivite yapmaya yönlendirmelidir (Merkezler Hastalık Kontrol ve Önleme, 2022). Ulusal Spor ve Beden Eğitimi Derneği (2009) tarafından belirtilen standartlar ışığında beden eğitimi ve spor öğretmenleri, öğrencilere hareket becerilerini kazandırmalı, spor etiği, fair-play ve sağlıklı yaşam alışkanlığı gibi konularda da öğrenciye gerekli olan bilgi ve beceriyi kazandırmalıdır.

Beden Eğitimi Dersi

Milli Eğitim Bakanlığı'nın müfredatında yer alan bazı önemli değerleri öğrencilerin kazanmasında beden eğitimi dersinin önemli bir araç olduğu bilinmektedir. Beden eğitimi dersinde saygı, dürüstlük ve aidiyet gibi değerlerin amacına uygun farklı aktiviteler ile öğrenciye sunulduğu zaman sadece spor alanında değil sosyal hayatı içerisinde bu değerleri yansıtabilmektedir (Kangalgil vd., 2021).

Ülkemizde beden eğitimi ortaokul ve lise müfredatlarında yer almaktadır. Beden eğitimi dersi öğrencilerin sportif faaliyetlere, fiziksel aktivitelere katılmalarını ve süreç boyunca bedensel, duygusal, zihinsel ve sosyal beceri kazanmalarını sağlayacak tüm eğitim süreçlerini kapsamaktadır. Bu süreçte her öğrencinin bireysel özellikleri dikkate alınarak (yaş, hazırbulunuşluk, ilgi, beklenti vb.) devam etmesi gerekmektedir. Beden eğitimi dersi işlenirken öğrencilerin yaşı ve fiziksel özellikleri dikkate alınarak spor etkinliklerine katılımı planlanmalıdır (MEB, 2018a).

Tutum

Latince anlamı "harekete hazır" olarak tanımlanan tutum kavramının birçok tanımı yapılmıştır (Arkonaç, 2001). Tanımının 100'ün üzerinde olmasına karşın, tutum kavramının ortak bir tanımda birleşmemesinin nedeni, sosyal bilimler çerçevesinde kavrama farklı bakış açılarıyla yaklaşılması olarak gösterilebilir. Thurstone (1967) tutumu psikolojik bir objeye yönelen olumlu ya da olumsuz yoğunluk sıralaması ve derecelemesi olarak açıklamıştır (Şahin ve Dişsiz, 2009).

Tutum, kişinin herhangi bir konu hakkında benimsediği olumlu veya olumsuz düşüncelerin bütünüdür. Tutumlar, bireyin çevresiyle olan etkileşimi sonucu davranışları etkiler. Tutum, bireyin başka bir birey, olay veya nesneye karşı benimsediği bir düşünce veya değerlendirmedir. Tutum öğrenilen bir davranıştır. Birey etrafındaki olaylar, insanlar ve nesnelere arasında deneyim kazandıkça tutumları da değişiklik gösterebilmektedir (Güngörmüş ve Sevinç, 2018; Sevinç ve Güngörmüş, 2021; Ajzen, 2005).

Araştırma Grubu

Araştırmaya Ankara ili, Keçiören ilçesinde görev yapan 109 erkek, 98 kadından oluşan toplam 207 beden eğitimi öğretmeni katılmıştır. Araştırmaya katılan öğretmenlerin yaşı en küçük 23, en büyük 60 yaş ve yaş ortalaması $39,0 \pm 8,9$ 'dir.

Tablo 1. Öğretmenleri Demografik Özelliklerine Ait Frekans Tablosu

		N (207)	%
Yaş	23-32	58	28,0%
	33-42	71	34,3%
	43-52	64	30,9%
	53 ve Üzeri	14	6,8%
Cinsiyet	Erkek	109	52,7%
	Kadın	98	47,3%
Eğitim Durumu	Lisans	176	85,0%
	Yüksek Lisans	31	15,0%
Aylık Gelir Durumu	7.000-10.000	32	15,5%
	10.000-13.000	119	57,5%
	13.000-üzeri	56	27,1%
Görev Yaptığı Eğitim Kademesi	Ortaokul	118	57,0%
	Lise	89	43,0%
Öğretmenlikte Görev Yaptığın Süre	1-5 yıl	39	18,8%
	6-10 yıl	42	20,3%
	11-15 yıl	41	19,8%
	16-20 yıl	36	17,4%
	21 yıl ve üzeri	49	23,7%
Uzmanlık Alanı Grup	Bireysel	81	39,1%
	Takım	126	60,9%

Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS 25.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin dağılımının normal olup olmadığına kolmogorov smirnov testi ile bakılmıştır. Araştırma verileri değerlendirilirken tamamlayıcı istatistiksel metotlar (standart sapma, min, maks, ortalama, medyan, ortalama, oran, frekans) kullanılmıştır. Parametrik dağılım gösteren iki grup karşılaştırması için Independent t testi, non-parametrik dağılım gösteren iki grup karşılaştırması için ise Man Whitney U testi kullanılmıştır. Parametrik dağılım gösteren ikiden fazla grup karşılaştırması için One Way ANOVA testi, non-parametrik gösteren ikiden fazla grup karşılaştırması için ise Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Ve anlamlılık bütün değerler için $p < 0,05$ düzeylerinde değerlendirilecektir.

Veri Toplama Aracı

Araştırma verilerini toplamak için, Ünlü (2011)'nin geliştirildiği 23 sorudan oluşan BEÖYTÖ (Beden eğitimi öğretmeni mesleğine yönelik tutum ölçeği) kullanılmıştır. Ayrıca katılımcılara demografik bilgilerinin saptanması için 7 sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Verilerin Toplanması

Ankara ili, Keçiören ilçesinde görevli 294 beden eğitimi öğretmenine google form linki gönderilmiş, ve 207 anket formu geri dönmüştür. Geri dönen form sayısı 207 adettir. 207 katılımcıdan oluşan beden eğitimi öğretmeni grubu örneklem grubumuzu oluşturmaktadır.

Tablo 1. BEÖYTÖ Ölçek Puanlarının Cinsiyet Değişkinine Göre Karşılaştırılması

	Cinsiyet	Ort. ± SS	Medyan (Min-Maks)	Test Değeri	p
Mesleki Sevgi	Erkek	47,9 ± 6,5	47 (23-64)	-1,294	,196
	Kadın	46,8 ± 5,3	47 (35-62)		
Mesleki Kaygı	Erkek	25,5 ± 5,7	24 (17-46)	-,342	,732
	Kadın	25,4 ± 4,6	25 (19-43)		

Man Whitney Test

Öğretmenlerin mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutumları ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 2. BEÖYTÖ Ölçek Puanlarının Yaş Değişkinine Göre Karşılaştırılması

	Yaş	Ort. ± SS	Medyan (Min-Maks)	Test Değeri	p
Mesleki Sevgi	23-32	47,7 ± 6,4	47 (23-62)	1,659	,646
	33-42	46,9 ± 5,4	46 (38-64)		
	43-52	47,4 ± 6,3	48 (31-63)		
	53 ve Üzeri	48,1 ± 5,7	49 (38-56)		
Mesleki Kaygı	23-32	25,5 ± 5,8	24 (18-44)	,907	,824
	33-42	25,3 ± 4,7	24 (17-46)		
	43-52	25,9 ± 5,6	25 (17-46)		
	53 ve Üzeri	24,4 ± 3,4	25 (18-29)		

Kruskal Wallis Test

Öğretmenlerin yaşları ile mesleki sevgi ve mesleki kaygı Kruskal Wallis analizi kullanılarak karşılaştırılmış ve gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 3. BEÖYTÖ Ölçek Puanlarının Eğitim Durumu Değişkinine Göre Karşılaştırılması

	Eğitim Durumu	Ort. ± SS	Medyan (Min-Maks)	Test Değeri	p
Mesleki Sevgi	Lisans	47,2 ± 5,7	47 (31-64)	-1,769	,077
	Yüksek Lisans	48,3 ± 7,2	50 (23-59)		
Mesleki Kaygı	Lisans	25,4 ± 4,9	25 (17-46)	-,627	,531
	Yüksek Lisans	25,9 ± 6,9	23 (17-44)		

Man Whitney Test

Eğitim durumu değişkeni ile öğretmenlik mesleki sevgi ve mesleki kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. BEÖYTÖ Ölçek Puanlarının Aylık Gelir Durumu Değişkinine Göre Karşılaştırılması

	Aylık Gelir Durumu	Ort. ± SS	Medyan (Min-Maks)	Test Değeri	p
Mesleki Sevgi	7.000-10.000	47,3 ± 7	47,5 (23-59)	2,108	,349
	10.000-13.000	47 ± 5,7	47 (31-64)		
	13.000-üzeri	48,3 ± 5,9	48 (35-63)		
	7.000-10.000	25,4 ± 6,4	23 (18-44)		
Mesleki Kaygı	10.000-13.000	25,1 ± 4,6	25 (17-46)	3,203	,202
	13.000-üzeri	26,3 ± 5,7	25 (17-46)		

Kruskal Wallis Test

Öğretmenlerin gelir durumlarına göre beden eğitimi öğretmenliği mesleğine karşı tutumlarının analizi verilmiştir. Gelir durumu değişkeni ile öğretmenlik mesleki sevgi ve mesleki kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir. ($p>0,05$).

Tablo 5. BEÖYTÖ Ölçek Puanlarının Görev Yaptığı Eğitim Kademesi Değişkinine Göre Karşılaştırılması

Görev Yaptığı Eğitim Kademesi	Ort. ± SS	Medyan (Min-Maks)	Test Değeri	p
Ortaokul	47,1 ± 5,7	47 (35-63)		
Mesleki Sevgi Lise	47,8 ± 6,3	48 (23-64)	-1,454	,146
Mesleki Kaygı Ortaokul	25,6 ± 5,4	24 (18-46)	-,160	,873
Lise	25,2 ± 5	25 (17-46)		

Man Whitney Test

Görev yapılan eğitim kademesine göre öğretmenlerin mesleğe karşı tutumlarının analizi verilmiştir. Buna göre öğretmenlerin mesleki sevgilerinin ya da kaygılarının görev yapılan eğitim kademesine göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 6. BEÖYTÖ Ölçek Puanlarının Öğretmenlikte Görev Süresi Değişkinine Göre Karşılaştırılması

Öğretmenlikte Görev Yaptığın Süre	Ort. ± SS	Medyan (Min-Maks)	Test Değeri	p
1-5 yıl	47,8 ± 6,4	47 (23-58)		
6-10 yıl	46,9 ± 5,9	45,5 (37-62)		
11-15 yıl	47,3 ± 5,5	47 (39-64)	8,584	,072
Mesleki Sevgi 16-20 yıl	45,7 ± 5,6	46 (31-63)		
21 yıl ve üzeri	48,7 ± 6,2	49 (35-62)		
1-5 yıl	24,1 ± 4,5	23 (18-36)		
6-10 yıl	26,3 ± 5,8	25 (20-44)		
11-15 yıl	25,7 ± 5	25 (20-46)	7,292	,121
Mesleki Kaygı 16-20 yıl	25,3 ± 4,7	25 (17-43)		
21 yıl ve üzeri	25,8 ± 5,7	25 (17-46)		

Kruskal Wallis Test

Öğretmenlerin mesleki sevgi ya da kaygılarının görev yaptığı süreye göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 7. BEÖYTÖ Ölçek Puanlarının Uzmanlık Branş Tipi Değişkinine Göre Karşılaştırılması

Uzmanlık Alanı Grup	Ort. ± SS	Medyan (Min-Maks)	Test Değeri	p
Mesleki Sevgi Bireysel	47,5 ± 6	47 (35-63)		
Takım	47,3 ± 5,9	47 (23-64)	-,116	,908
Mesleki Kaygı Bireysel	25,2 ± 5,4	24 (17-44)		
Takım	25,7 ± 5,1	25 (18-46)	-,760	,447

Man Whitney Test

Uzmanlık branşlarına göre mesleğe karşı tutumlarının analizi tablo 8'de verilmiştir. Sonuçlara göre beden eğitimi öğretmenlerinin öğretmenlik mesleğine yönelik mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutumunda anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın amacı, Ankara ili, Keçiören ilçesinde görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin, beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutumlarının ne düzeyde olduğunu belirleyip incelemektir. Verileri incelediğimizde katılımcıların yaşları ile beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu sonucu destekleyen beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarıyla yapılan başka bir çalışmada öğrencilerin beden eğitimi alanına yönelik tutumlarının oluşmasında ayırt edici bir özellik olmadığını tespit etmişlerdir (Sunay ve Gürbüz, 2003). Çalışmamızla zıt sonuç gösteren çalışmada katılımcıların öğretmenlik meslek tutumlarıyla, yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yapılan çalışmada 18-20 yaş, 21-23 yaş ve 24-30 yaş aralığındaki katılımcıların öğretmenlik mesleğine ait tutumlarının ortalamalarının, 31 yaş ve üzeri katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Kocaer, 2019).

Araştırma bulgularına göre katılımcıların cinsiyet değişkeni ile öğretmenlik mesleğine yönelik mesleki kaygı ve mesleki sevgi tutumlarının puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Çalışmamıza paralel olarak yapılan farklı bir çalışmada öğretmenlerin cinsiyeti ile beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik tutumları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (Dinçer, 2019). Araştırmamızın aksine yapılan farklı bir çalışmada katılımcıların mesleğe yönelik tutumlarının cinsiyetleri açısından kadın öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bu nedenle kadın öğrencilerin mesleğe yönelik tutumlarının yüksek olduğu söylenebilir. Alan yazında yapılan araştırmaların büyük çoğunluğu, kadın öğretmen adaylarının öğretmenliğe yönelik tutumlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. (Cinpolat, Alıncak ve Abakay, 2016).

Araştırma bulgularına göre katılımcıların eğitim durumu değişkeni ile beden eğitimi öğretmenlerinin öğretmenlik mesleğine yönelik mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Bu değişkenle ilgili literatürde herhangi bir araştırmaya rastlanılmamıştır.

Araştırma bulgularına göre katılımcıların aylık gelir durumu değişkeni ile beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Eğitim fakültesinde öğrenim gören öğrencilerle yapılan farklı bir çalışmada öğretmenlik mesleğine ait tutumları ve akademik öz-yeterlik düzeyleriyle gelir durumu arasında anlamlı farklılığa rastlanamışlardır (Özgenel ve Deniz, 2020). Araştırmamızın aksine yapılan çalışmada öğretmen adaylarının tutumları ailelerinin gelir durumlarına göre anlamlı bir fark göstermiştir. Yapılan test sonucuna göre ailesinin geliri 500-1000 TL aralığında olan öğretmen adayları ile aile geliri 2000 TL'den fazla olan öğretmen adayları arasında ailesinin geliri 500- 1000 TL arasında olan öğretmen adaylarının lehine anlamlı bir fark tespit edilmiştir. (Karatekin, Merey ve Kuş, 2013).

Araştırma bulgularına göre katılımcıların görev yaptığı eğitim kademesi değişkeni ile beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Çalışmamızla paralel olarak yapılan çalışmada araştırmaya katılan beden eğitimi öğretmenlerinin görev yaptıkları okul türü değişkenine göre mesleğe yönelik tutumları bakımından değerlendirildiğinde mesleğe yönelik sevgi ve mesleğe yönelik kaygı boyutları bakımından anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (Dayı, 2022). Yapılan farklı bir çalışmada öğretmenlerin mesleki tükenmişlik düzeyleri görev yaptıkları okul türüne göre incelendiğinde, liselerde görev yapanların duygusal tükenmişliklerinin okul öncesinde ve ortaokulda görev yapanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Duman, Sak ve Şahin Sak, 2020).

Araştırma bulgularına göre katılımcıların öğretmenlikte görev yaptığı süre değişkeni ile beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Balıkesir ilinde görev yapan beden eğitimi öğretmenleriyle yapılan çalışmada öğretmenlerin okuldaki görev süreleri ile beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik sevgi ve kaygı tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık saptanamamıştır. (Dayı,2022). Yapılan farklı bir çalışmada araştırmamızın aksine beden eğitimi öğretmenlerinin görev süresi değişkenine göre öğretmenlerin mesleki sevgi ve kaygı boyutu karşılaştırılmış ve gruplar arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. (Dinçer, 2019).

Araştırma bulgularına göre katılımcıların uzmanlık alanı (spor branşı) değişkeni ile beden eğitimi öğretmenliği mesleğine yönelik mesleki sevgi ve mesleki kaygı tutum puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Çalışmamızla paralel olarak, beden eğitimi öğretmenlerinin branş tipi değişkenine göre öğretmenlerin mesleğine yönelik tutumlarında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Beden eğitimi öğretmenlerinin takım branşları veya bireysel branşlarla ilgilenmesinin, Milli Eğitim müfredatını uygularken etkisi olmayacağından branş tipi değişkenine göre farklılık olmaması normal bir sonuç olarak değerlendirilmelidir (Dinçer, 2019).

Beden eğitimi dersinin işlenmesindeki zorlukların en önemlisi olan araç-gereç ve ders ortamının oluşturulması (spor salonu, tesis) konusunda kalıcı çözümler sağlanmalıdır. Bu sayede beden eğitimi dersinin işlenmesindeki engeller kalkacak ve öğretmenlerin mesleki sevgisi artacaktır. Beden eğitimi dersinin itibarsızlaşmasının önüne geçilmesi için çalışmalar yapılmalı mesleğe olan saygı artırılmalıdır.

KAYNAKLAR

1. Ajzen, I. (2005). Attitudes, personality, and behavior (2nd ed.). Open University Press.
2. Amerikan Sağlık, Beden Eğitimi, Rekreasyon ve Dans İttifakı. (2014). Beden Eğitimi Öğretmeni Eğitimi (PETE) Yönergeleri. <https://www.shapeamerica.org/upload/PETE-Guidelines-3rd-Edition.pdf>
3. Arkonaç Sa. Sosyal Psikoloji. Değiştirilmiş Ve Genişletilmiş İkinci Basım, İstanbul, 2001.
4. Arun, A. C. (1990). Türkiye'de Cumhuriyet Devrinde Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme Çalışmaları Ve Aşamaları. Beden Eğitimi Ve Spor Araştırmaları Dergisi, 1 (1), 9-13.
5. Ayas, A., Çimer, A., Ekiz, D., Özmen, H., Çalık, M., Yiğit, N., ... & Akyıldız, Ö. G. S. (2013). Eğitim Bilimine Giriş. *Eğitimle İlgili Temel Kavramlar*, 2-12.
6. Aydın, R. & Sağlam, G. (2012). Öğretmen Adaylarının Öğretmenlik : Yönelik Tutumlarının Belirlenmesi (Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Örneği). Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 10 (2), 257-294.
7. Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical Activity, Exercise, And Physical Fitness: Definitions And Distinctions For Health-Related Research. Public Health Reports, 100(2), 126-131.
8. Cinpolat, T., Alıncak, F., & Abakay, U. (2016). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 38-47.
9. Dayı, M. (2022). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Öğretmenliği Mesleğine Yönelik Tutumlarının Ölçülmesi* (Master's Thesis).
10. Dinçer, E. (2019). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Öğretmenliği Mesleğine Yönelik Tutumlarının Ölçülmesi/Muş İli Örneği (Master's Thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
11. Duman, N., Sak, R., & Şahin Sak, İ. (2020). Öğretmenlerin Mesleki Tükenmişlik Düzeyleri İle Örgütsel Sinizm Tutumlarının İncelenmesi. Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 17(1), 1098-1127.
12. Ekici, A. & Ekici, R. (2014). Sınıf Yönetiminde İstenmeyen Öğrenci Davranışlarının İlkokul Ve Ortaokullarda Karşılaştırılması İncelenmesi. Ekev Akademi Dergisi, 0 (59), 107-118.
13. Güngörmüş, A. H., & Sevinç, M. (2018). Ortaokul Öğrencilerinin Matematik Dersindeki Tutumları Ve Motivasyonları Arasındaki İlişki. Journal Of Education And Training Studies, 6(7), 118-130.
14. Güven, Ö. (1996). Türkiye'de Cumhuriyet Döneminde Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni Yetiştiren Okulların Eğitimini Hazırlayıcı Çalışmalar. Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 1 (2), 70-82.
15. Kangalgil, M., Özgül, F., Temel, A., Kural, T. & Karagöz, Y. (2021). Beden Eğitimi Ve Spor Dersi Değerler Eğitimi Ölçeği (Besddeö) Geçerlik Ve Güvenirlilik Çalışması. Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 15 (1), 70-80.
16. Karatekin, K., Meray, Z., & Kuş, Z. (2013). Öğretmen Adayları Ve Öğretmenlerin Demokratik Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi.
17. Kocaer, G. (2019). Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenleri Ve Adaylarının Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutum, Serbest Zaman İlgilenim Ve Rekreasyon Faaliyetlerine Yönelik Fayda Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Bartın İli Örneği) (Master's Thesis, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü).
18. Meb. (2017). (Milli Eğitim Bakanlığı, Öğretmen Yetiştirme Ve Geliştirme Genel Müdürlüğü). Öğretmenlik Mesleği Ve Genel Yeterlilikleri. Ankara: Meb. https://Oygm.Meb.Gov.Tr/Dosyalar/Stprg/Ogretmenlik_Meslegi_Genel_Yeterlilikleri.Pdf
19. Meb. (2018a). *Beden Eğitimi Ve Spor Dersi Öğretim Programı (Ortaokul 5, 6, 7 Ve 8. Sınıflar)*. Ankara: Meb. <http://Mufredat.Meb.Gov.Tr/Dosyalar/2018120201950145-Beden%20egitimi%20ve%20spor%20ogretim%20program%202018.Pdf>
20. Merkezler Hastalık Kontrol Ve Önleme. (2022). Fiziksel Aktivite Temelleri. <https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/index.htm>
21. Özgenel, M., & Deniz, A. (2020). Öğretmenlik Mesleğine İlişkin Tutum İle Akademik Güdülenme Ve Akademik Öz Yeterlilik Arasındaki İlişki: Öğretmen Adayları Üzerine Bir İnceleme. *Üniversite Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 131-146.
22. Sevinç, M., & Güngörmüş, A. H. (2021). Öğrencilerin Bilgisayar Programlama Dersindeki Tutumları. Elementary Education Online, 20(2), 762-776.
23. Sunay, H., Ve Gürbüz, P. (2003,10-11 Ekim). Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmeni Adaylarının Öğrenim Gördükleri Alana İlişkin Tutumları (Ankara İli Örneği). Beden Eğitimi Ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
24. Şahin, N., & Dişsiz, M. (2009). Sağlık Çalışanlarında Aile İçi Şiddete Yönelik Tutum Ölçeği Geliştirme Çalışması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 263-274.
25. Thurstone L L. Attitudes Can Be Measured, Reading In Attitude Theory And Measurement. Ed: Martin Fishbein. New York: John Wiley&Sons, Inc. 1967.

26. Ulusal Spor Ve Beden Eğitimi Derneği. (2009). Geleceğe Doğru: Ulusal Beden Eğitimi Standartları. <https://www.shapeamerica.org/upload/Position-Papers/Moving-Into-The-Future.pdf>
27. Ünlü, H. (2011). Beden Eğitimi Öğretmenliği Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği (Beöytö) Geliştirilmesi.

Kadın Voleybolcularda Kor Dayanıklılık, Çeviklik ve Dikey Sıçrama Performansları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Büşra YILMAZ^{1A}, Ömer ŞENEL^{2B}

¹ Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara, TÜRKİYE

² Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Ankara, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Büşra YILMAZ: e-mail: busrayilmaz@aybu.edu.tr

Çıkar Çatışmaları: Yazarların beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0000-0001-9199-6090 B: Orcid ID: 0000-0003-0364-9799

Özet

Çalışmanın amacı; kadın voleybolcularda kor kas dayanıklılığı, çeviklik ve dikey sıçrama performansları arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Voleybol oyun süresi değişkenlik gösteren, bu süre içerisinde birçok patlayıcı kuvvet gerektiren hareketlerin gerçekleştirildiği bir oyundur. Gövde kas dayanıklılığı alt ve üst ekstremiteler arasında kuvvet aktarımında ve performansın artırılmasında önemlidir. Araştırmaya spor yaşı en az 3 yıl olan 15 gönüllü kadın voleybolcu katılmıştır. Sporcuların çalışmaya başlamadan önce antropometrik ölçümleri (vücut ağırlığı, boy uzunluğu, vücut yağ yüzdesi, beden kütle indeksi) alınmıştır. Sporcuların farklı günlerde aynı zaman diliminde sırasıyla kor kas dayanıklılık, illinois çeviklik ve dikey sıçrama performansları ölçülmüştür. Kor kas dayanıklılığı; gövde fleksiyon, gövde ekstansiyon, lateral plank ve düz plank testleri ile değerlendirilmiştir. İstatistiksel analizleri SPSS 22.0 paket programında gerçekleştirilmiştir. Değişkenler arasındaki ilişkinin tespiti için spearman korelasyon analizi kullanılmıştır. Kadın voleybolcularda aktif dikey sıçrama ile sağ lateral plank arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki ($r=0,558$, $p<0,05$); aktif dikey sıçramayla düz plank arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki ($r= 0,573$, $p<0,05$) tespit edilmiştir. Çeviklik performansı ile dikey sıçrama ve kor dayanıklılık arasında ilişki tespit edilmemiştir. Sonuç olarak kadın voleybolcularda bazı kor kaslarının dayanıklılığının sıçrama performansında belirleyici olabileceği söylenebilir. Voleybol antrenman programlarına kor kas dayanıklılığına yönelik hareketlerin eklenmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kor dayanıklılık, çeviklik, dikey sıçrama, voleybol

The Investigation of the Relationship Between Core Endurance, Agility and Vertical Jump Performance in Female Volleyball Players

Abstract

The aim of the study was to determine the relationship between core muscle endurance, agility and vertical jump performance in female volleyball players. Volleyball is a game that varies in playing time, during which many movements requiring explosive force are performed. Trunk muscular endurance is important in force transfer between upper and lower extremities and in improving performance. Fifteen volunteer female volleyball players

with a sporting age of at least 3 years participated in the study. Before starting the study, anthropometric measurements (body weight, height, body fat percentage, body mass index) were taken. Core muscular endurance, Illinois agility and vertical jump performances of the athletes were measured in the same time period on different days. Core muscle endurance was assessed by trunk flexion, trunk extension, lateral plank and straight plank tests. Statistical analyses were performed in SPSS 22.0 package program. Spearman correlation analysis was used to determine the relationship between the variables. In female volleyball players, there was a moderate positive correlation between active vertical jump and right lateral plank ($r=0,558$, $p<0,05$) and a moderate positive correlation between active vertical jump and straight plank ($r=0,573$, $p<0,05$). No relationship was found between agility performance and vertical jump and core endurance. As a result, it can be said that the endurance of some core muscles may be a determinant of jump performance in volleyball players. It is recommended to add exercises aimed at core muscle endurance to volleyball training programs.

Keywords: Core endurance, agility, vertical jump, volleyball

GİRİŞ

Voleybol 1964 yılından beri olimpiyatlarda yer alan popülerliği giderek artan bir takım sporudur (Aagaard ve Jorgensen, 1996). Süreye bağlı olmaksızın; kuvvete, çabukluğa, esnekliğe, sıçramaya ve dayanıklılığa dayanan yüksek tempolu dinamik bir fiziksel oyundur (Puhl vd., 1982). Tüm spor branşlarında olduğu gibi voleybolda da amaç sporcunun performansını artırmaktır. Voleybolda sporcunun performansının üst düzeyde olduğunun göstergelerinin başında sıçrama yeteneği gelmektedir. Sıçrama yeteneği smaç, blok ve servisin temelini oluşturduğundan önemli bir fiziksel özelliktir (Lidor ve Ziv, 2010; İkeda vd., 2018). Voleybolda smaç ve blokta en yükseğe sıçramak başarı için önemlidir (Şimşek vd., 2007).

Voleybolda bir diğer önemli parametre olan çeviklik, vücudun uyarana hız ve yön değiştirme şeklinde verdiği tepkilerdir (Sheppard ve Young, 2006). Çeviklik takım sporlarında performansın önemli bir belirleyicisidir (Drake vd., 2017). Birçok spor branşında rakip oyuncuyla mücadele etmek, kandırmak ya da yakalamak için rakip veya topa tepki vermek, çevikliği daha iyi olan sporcuların önde olduğu durumlar olarak belirtilmektedir (Paul vd., 2016).

Günümüzde popülerliği giderek artan kor kavramı ise sporcular açısından ağırlık merkezi olarak nitelendirilmektedir (McGill, 2010). Kor kasları, alt ve üst ekstremiteler arasında enerjinin aktarımı ve hareketlerin iletilmesinde rol oynamaktadır. Bundan dolayı fiziksel aktivite esnasında gövde postürünün düzenlenmesi ve ekstremiteler hareketleri için kor kasların belirli seviyelerde fonksiyonu gerekmektedir (Kibler vd., 2006). Fiziksel dengeyi iyileştirebilir ve sinir kontrolünü, kas fonksiyonlarını, koordinasyon becerilerini, propriyosepsiyon ve diğer kas gücü türlerini geliştirebilir (Dong vd., 2023) Ayrıca sporcularda yaralanmaların önlenmesinde kuvvet ve gövde kaslarının dayanıklılığı önemlidir (Kibler vd., 2006; Silfies vd., 2015). Kor bölgesindeki kaslarının aktivitelerini uzun süre sürdürebilme yeteneğine ise kor kas dayanıklılığı denilmektedir (McGill vd., 1999; Saraç vd., 2022).

Literatür incelendiğinde kor kas dayanıklılığı ve çeviklik arasında (Doruk vd., 2019; Kocahan vd., 2022; Aksen Cengizhan vd., 2019; Okada vd., 2011), kor kas dayanıklılığı ve dikey sıçrama arasında (Lee vd., 2024; Sharma vd., 2012) ve kor kas dayanıklılığı, dikey sıçrama ve çeviklik arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar (Santos vd., 2019; Schilling vd., 2013) mevcuttur. Ancak kadın voleybolcularda kor dayanıklılık, çeviklik ve dikey sıçrama performansları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaya rastlanmamıştır. Oysaki elde edilecek bilgilerin sporcuların performansını artırmasında önemli olacağı düşünülmektedir. Bu bilgiler ışığında bu çalışmada kadın voleybolcularda kor kas dayanıklılığı, dikey sıçrama ve çeviklik performansları arasındaki ilişkinin araştırılması amaçlanmıştır.

METOD

Araştırma Grubu

Çalışmaya en az 3 yıl spor yaşı olan 15 gönüllü kadın voleybolcu dahil edilmiştir. Sporculara ölçümlerden önce bilgilendirilmiş gönüllü olur formu imzalatılmıştır. Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu'ndan 08.12.2023 tarihli, (2023-522) sayılı etik kurul izni alınmıştır.

Araştırma Deseni

Bu çalışmanın deseni, ilişkisel tarama modelidir. Bu araştırma deseni, değişkenler arasında birlikte değişimin olup olmadığını ve derecesini tespit etmeye çalışılır (Karasar, 2011).

Sporcuların çalışmaya başlamadan önce kilo, boy, vücut yağ yüzdesi ölçümleri alınmış ve sporcu bilgi formuna kaydedilmiştir. Her performans testi ölçümünden önce 10 dk ısınma süresi verilmiştir. Ölçümler sporculara sırasıyla farklı günlerde olacak şekilde kor dayanıklılık testi, illinois çeviklik testi ve dikey sıçrama testi olarak; pazartesi, çarşamba ve cuma günleri aynı saat diliminde yapılmıştır. Kor dayanıklılık gövde fleksiyon, gövde ekstansiyon, lateral plank ve düz plank testleri ile değerlendirilmiştir.

Vücut Ağırlığı ve Boy Ölçümü: Deneklerin vücut ağırlıkları ve vücut yağ yüzdelerinin ölçümü Tanita marka vücut kompozisyon analizörü ile belirlenmiştir. Sporcuların, ± 1 mm hassasiyetindeki stadiometre (Holtain, UK) ile boy uzunlukları ölçülmüştür. Sporcuların beden kütle indeksleri; vücut ağırlığı (kg)/[(boy uzunluğu (m))²] formülüyle hesaplanmıştır.

Kor Dayanıklılık Ölçümü

McGill'in, fleksiyon, ekstansiyon, düz plank, sağ ve sol lateral plank testleri ile sporcuların kor dayanıklılığı ölçülmüştür. Testlerde kronometre kullanılmıştır. Sonuçlar saniye cinsinden kaydedilmiştir. 180 sn süresince pozisyonunu bozmamış olan sporcunun testi sonlandırılarak 180 sn olarak kaydedilmiştir. Test sırasında pozisyonunu bozan sporcuların testi sonlandırılmıştır (Çelik ve Erikoğlu Örer, 2023; Atalay Güzel vd., 2022).

1. Gövde Fleksiyon Testi: Gövde 60 derece, kalça ve diz 90 derece açıda fleksiyonda olacak şekilde konumlandırılır. Ayaklar yerde sabit olması için dışardan desteklenmiştir. Sağ el sol omuzda, sol el sağ omuzda harekette değişiklik olmadan kaldığı süre sn olarak kaydedilmiştir.

2. Gövde Ekstansiyon Testi: 25 cm yükseklikte bir sedye üzerinde yüzüstü pozisyonda, anterior superior spina iliyak hizasında gövde sedyenin dışında diz ve ayak bileği sabitlenerek, sağ el sol omuzda, sol el sağ omuzda harekette değişiklik olmadan kaldığı süre sn olarak kaydedilmiştir.

3. Lateral Plank Testi: Yan köprü pozisyonunda ve ayaklar birbirinin üzerinde, dirseklerden biri yerde destek, diğer el farklı yöndeki omuzda olacak şekilde, kalça yukarıda ve vücut düz harekette değişiklik olmadan kaldığı süre sn cinsinden kaydedilmiştir. Hem sağ hem de sol yan için uygulanmıştır.

4. Düz Plank Testi: Yüz üstü pozisyonda dirsekleri bükülü olarak zeminde, vücut düz ve kalça yukarıda, hareketi bozmadan kaldığı süre sn cinsinden kaydedilmiştir (McGill, 2010; Kafa vd., 2020).

Illinois Çeviklik Testi

Teste başlamadan önce katılımcılara parkur tanıtılarak açıklamalar yapılmıştır. Sporcuların parkuru düşük tempoda denemesine izin verilmiştir. Boyu 10 m, eni 5 m, orta hatta 3,3 m aralıklarla düz bir şekilde dizilmiş üç koniden oluşan bir test parkurunda yapılır. Test 2 kere tekrarlandı ve parkurun başlangıç ve bitiş noktasına yerleştirilen fotoseller (Microgate, ITA) aracılığıyla en iyi derece saniye cinsinden kaydedilmiştir (Raya vd., 2013; Sarıaloğlu, 2022).

Dikey Sıçrama Testi

Sporcuların eller belde ve eller serbest olarak aktif dikey sıçrama değerleri Microgate optojump® cihazı kullanılarak ölçülmüştür. Dikey sıçrama testleri, önce 1 alıştırma ve sonra 2 test şeklinde gerçekleştirilmiş ve en iyi skor kaydedilmiştir (Balcı vd., 2021).

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin istatistiğinde SPSS 22 programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiklerde aritmetik ortalama, minimum ve maksimum değerler ve standart sapmadan yararlanılmıştır. Kor dayanıklılık, dikey sıçrama ve çeviklik testleri arasındaki ilişkinin incelenmesinde spearman korelasyon analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Çalışmaya katılan voleybolculara ait tanımlayıcı istatistik bulguları Tablo 1’de, değişkenler arası ilişkilerin tespit edilmesinde kullanılan korelasyon analizi sonuçları ise Tablo 2 ve Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 1. Kadın Voleybolculara Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	N	X̄	S.S	Min.	Maks.
Yaş	15	20,20	1,01	19	23
Boy uzunluğu(cm)	15	169,97	6,39	156	178
Vücut ağırlığı(kg)	15	63,60	6,42	51,7	71,4
Beden kütle indeksi	15	22	1,85	18,38	24,20
Vücut yağ yüzdesi	15	20,97	4,48	13,5	27,8

N: Birey sayısı; X: Ortalama; Min: Minimum; Maks: Maksimum; Ss: Standart sapma; cm: Santimetre; kg: Kilogram

Araştırmaya ortalama yaşları 20,20±1,01 yıl, ortalama boy uzunlukları 169,97±6,39 cm ve ortalama vücut ağırlıkları 63,60±6,42 kg olan 15 kadın voleybolcu katılmıştır. Ayrıca voleybolcuların ortalama beden kütle indeksi 22±1,85 ve ortalama vücut yağ yüzdesi 20,97±4,48 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2. Kor Kas Dayanıklılığı ve Dikey Sıçrama Performansları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Gövde fleksiyon	Sağ lateral plank	Sol lateral plank	Gövde ekstansiyon	Plank
Aktif dikey sıçrama	,124	,558*	,469	,197	,573*
Eller serbest aktif dikey sıçrama	,294	,474	,349	,408	,501

**p<0,01, *p<0,05

Tablo 2’ de kadın voleybolcuların kor kas dayanıklılığı ve dikey sıçrama performansları incelendiğinde; aktif dikey sıçrama ile sağ lateral plank arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki ($r=0,558$, $p<0,05$); aktif dikey sıçramayla düz plank arasında pozitif yönde orta düzeyde ilişki ($r=0,573$, $p<0,05$) tespit edilmiştir.

Tablo 3. Çeviklik, Kor Kas Dayanıklılığı ve Dikey Sıçrama Performansları Arasındaki İlişki

Değişkenler	Gövde fleksiyon	Sağ lateral plank	Sol lateral Plank	Gövde ekstansiyon	Plank	Aktif dikey sıçrama	Eller serbest aktif dikey sıçrama
Çeviklik	-,010	-,330	-,490	,024	,283	-,202	-,164

**p<0,01, *p<0,05

Tablo 3’ te çeviklik ile kor dayanıklılık ve dikey sıçrama performans değerleri arasında ilişki tespit edilmemiştir.

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Kadın voleybolcularda kor dayanıklılık, çeviklik ve dikey sıçrama performansları arasındaki ilişkinin ortaya koyulması amacıyla gerçekleştirilen bu çalışma sonucunda aktif dikey sıçrama ile sağ lateral plank ve düz plank kor dayanıklılık testi arasında orta derecede pozitif yönde ilişki olduğu, çeviklik performansı ile dikey sıçrama ve kor dayanıklılık arasında ilişki olmadığı bulunmuştur.

Literatürde Kocahan vd. (2022), karate sporcularında yapmış oldukları çalışmada kor kas dayanıklılığı ve reaktif çeviklik arasındaki ilişkiye bakmışlar sonucunda sağ ve sol kor kas dayanıklılığı arttıkça reaktif çeviklik performansının arttığını tespit etmişlerdir. Doruk vd. (2019), tekerlekli sandalye basketbol oyuncularında çeviklik ve kor kas dayanıklılığı arasında olumlu yönde ilişki bulmuşlardır. Aksen Cengizhan vd. (2019), yapmış oldukları çalışmada basketbolcularda postüral stabilite, kas dayanıklılığı ve çeviklik arasında ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Kafa vd. (2020), 6 hafta boyunca basketbolculara kor antrenman programı uygulamışlar ve sonucunda kas enduransını artırmanın yanı sıra çeviklik gibi performans parametrelerini geliştirmek amacıyla bu programın uygulanabileceğini öne sürmüşlerdir. Yang Dae-seung (2014), tekvandocu olan ve olmayan sporculara 12 haftalık kor egzersizleri uygulatmıştır. Kor egzersiz çalışması yapan grubun, kas dayanıklılığı ve çeviklik değerleri istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermiştir. Ahmed vd. (2022), kor stabilitenin badmintonla ilgili performans belirleyicileri ile korelasyonunu ortaya çıkarmak için yaptıkları çalışmada kor stabilite ve çeviklik arasında anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur. Shinkle vd. (2012), kor kas sisteminin rolünü ve spor performansı üzerindeki etkisini değerlendirmek için fonksiyonel bir alan testi geliştirmek için yaptıkları çalışmada en yüksek korelasyonu yan abdominal güç testi ile çeviklik testi arasında olduğunu bulmuştur.

Bu çalışmaların aksine Santos vd. (2019), aktif olmayan 74 kişide yaptıkları çalışmada kor kas dayanıklılığı ile atletik ve fonksiyonel performans parametreleri arasındaki ilişkiye bakmışlar sonucunda kor dayanıklılık, çeviklik ve aktif sıçrama arasında ilişki bulamamışlardır. Özmen ve Aydoğmuş (2015), adölesan kişilerde kor kuvvet antrenmanının çeviklik, denge ve kor kas dayanıklılığına etkisine bakmışlar ve sonucunda denge ve kor dayanıklılıkta gelişme olurken çeviklikte fark bulamamışlardır. Prieske vd. (2016) futbolculara yaptıkları kor antrenmanının çeviklik üzerinde etkisi olmadığını bulmuşlardır. Bunun sebebinin alt ekstremitelerdeki kaslar ve kor kasları arasındaki ilişkinin az olmasından kaynaklanabileceğini öne sürmüşlerdir. Imai ve Kaneoka (2016), futbolcular üzerinde yaptıkları çalışmada gövde dayanıklılık plank testi ve atletik performans arasındaki ilişkiyi araştırdıklarında çeviklik ve sağ ve sol yan köprü testleri arasında ilişki bulamamışlardır. Yapmış olduğumuz çalışmada da literatürle paralel olarak çeviklik performansı ile kor kas dayanıklılığı ve dikey sıçrama arasında ilişki tespit edilememiştir.

Taşkın (2016), 18-19 yaş kadın futbolculara uyguladığı kor egzersizlerin hız, ivme, dikey sıçrama ve durarak uzun atlama performanslarında iyileşme sağladığını ortaya koymuştur. Sharma vd. (2012), 9 haftalık kor kuvvetlendirme egzersiz programının voleybolcularda gövde stabilitesini arttırdığı ve dolayısıyla blok farkını (dikey sıçrama parametresi) geliştirdiğini tespit etmiştir. Atalay vd. (2022), kadın voleybolculara uyguladıkları 6 haftalık kor stabilizasyon egzersizleri sonrasında kor kas dayanıklılığı ve dikey sıçrama performanslarında artış gözlemlerken, çeviklik performansında farklılık bulamamışlardır. Bizim çalışma sonucumuzda da aktif dikey sıçrama ile sağ lateral plank ve düz plank kor dayanıklılık testleri arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Sonuç olarak kadın voleybolcularda sağ lateral plank ve düz plank hareketinde etkin olan kor kaslarının dayanıklılığı arttıkça aktif dikey sıçrama yüksekliklerinin arttığı tespit edilmiştir. Bu nedenle voleybol antrenman programlarına sağ lateral plank, düz plank başta olmak üzere tüm kor kaslarının dayanıklılığını artıracak hareketlerin eklenmesinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Aagaard H., & Jorgensen, U. (1996). Injuries in elite volleyball. *Scand J Med Sci Sports*, 6(4), 228-232.
2. Ahmed, S., Saraswat, A. & Esht, V. (2022). Correlation of core stability with balance, agility and upper limb power in badminton players: a cross-sectional study. *Sport Sci Health* 18, 165–169.
3. Aksen Cengizhan, P., Çobanoğlu, G., Gökdoğan Ç.M., Zorlular, A., Akaras, Esedullah., Erikoğlu Örer, G., Kafa, N., & Atalay Güzel, N.(2019). The relationship between postural stability, core muscle endurance and agility in professional basketball players. *Annals of Medical Research* , 26(10), 2181-6.
4. Atalay Güzel, N., Erikoğlu Örer, G., & Tortum, A.C. (2022). Kadın voleybolculara uygulanan kor stabilizasyon egzersizlerinin denge ve anaerobik performansa etkisi. *Research in Sport Education and Sciences*, 24(2),41-48.
5. Balcı, A., Üstündağ, B., Kabak, B., Akınoğlu B., Kocahan T., & Hasanoğlu A.(2021). Atletizm atlama branşı sporcularının dikey sıçrama yüksekliği ile wingate anaerobik güç performansı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türkiye Klinikleri J Sports Sci*, 13(1), 85-90.
6. Çelik, S., & Erikoğlu Örer, G.(2023). İtfaiyeciler adaylarının core kas dayanıklılığı ile dinamik denge performansları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(3), 60-75.
7. Dong, K., Yu, T., & Chun, B. (2023). Effects of Core Training on Sport-Specific Performance of Athletes: A Meta-Analysis of Randomized Controlled Trials. *Behavioral sciences (Basel, Switzerland)*, 13(2), 148.
8. Doruk, M., Mustafaoglu, R., Yıldız A., & Öztürk M. (2019). Tekerlekli sandalye basketbol oyuncularında core kas dayanıklılığı ile aerobik kapasite, hız, çeviklik ve spora özgü beceriler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 30(3), 96-106.
9. Drake, D., Kennedy, R., Godfrey, M., MacLeod, S., Davis, A., & Maguire, M. (2017). A step towards a field based agility test in team sports. A perspective on return to play criteria. *Physical Therapy in Sport*, 28, e20.
10. İkedo, Y., Sasaki, Y., & Hamano, R. (2018). Factors influencing spike jump height in female college volleyball players. *The Journal Of Strength And Conditioning Research*, 32(1), 267-273.
11. Imai, A., & Kaneoka, K. (2016). The relationship between trunk endurance plank tests and athletic performance tests in adolescent soccer players. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 11(5), 718-724.
12. Kafa, N., Cengizhan, P. A., Örer, G. E., Çobanoğlu, G., Gökdoğan, Ç. M., Zorlular, A., & Güzel, N. A. (2020). Adölesan basketbolcularda "core" antrenman programının "core" kas duransı, denge, çeviklik ve anaerobik güç üzerine etkisi. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 12(3), 274-282.
13. Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayınları.
14. Kibler, W. B., Press, J., & Sciascia, A. (2006). The role of core stability in athletic function. *Sports Med*, 36(3), 189-98.
15. Kocahan, T., Güraslan, H., Rengül, B.F., Kabak B., Akınoğlu, B., & Hasanoğlu, A. (2022). Karate sporcularında kor dayanıklılığı ile reaktif çeviklik arasındaki ilişkinin incelenmesi: Bir deneysel çalışma. *Türkiye Klinikleri J Sports Sci*, 14(2), 199-205.
16. Lee, J., Wang, L., & Zhang, X. (2024). Exploring the relationship between core stability and vertical jump in recreationally active male college students based on a suite of novel core stability assessments. *Heliyon*, 10(3), e25236.
17. Lidor, R., & Ziv, G. (2010). Physical and physiological attributes of female volleyball players-a review. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 24(7), 1963-1973.
18. McGill, S. M., Childs, A., & Liebenson, C. (1999). Endurance times for low back stabilization exercises: clinical targets for testing and training from a normal database. *Arch Phys Med Rehabil.*, 80, 941-944.
19. McGill, S. (2010). Core training: evidence translating to better performance and injury prevention. *Strength and Conditioning Journal*, 32(3), 33-46.
20. Okada, T., Huxel, K. C., & Nesser, T. W. (2011). Relationship between core stability, functional movement, and performance. *Journal of strength and conditioning research*, 25(1), 252–261.
21. Özmen, T., & Aydoğmuş, M. (2015). Effect of core strength training on dynamic balance and agility in adolescent badminton players. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 20(3), 565-570.
22. Paul, D. J., Gabbett, T. J., & Nassis, G. P. (2016). Agility in team sports: testing, training and factors affecting performance. *Sports Medicine*, 46(3), 421-442.
23. Prieske, O., Muehlbauer, T., & Granacher, U. (2016). The role of trunk muscle strength for physical fitness and athletic performance in trained individuals: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 46(3), 401-419.
24. Puhl, J., Case, S., Fleck, S., & Handel, P. V. (1982). Physical and physiological characteristics of elite volleyball players. *Res. Quart*, 53: 257–262.
25. Raya, M.A., Gailey, R.S., Gaunaud, I. A., Jayne, D.M., Campbell, S.M., Gagne, E., & Tucker, C. (2013). Comparison of three agility tests with male servicemembers: Edgren side step test, T-test, and illinois agility test. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 50(7), 951-960.
26. Santos, M.S., Behm, D.G., Barbado, D, DeSantana, J.M., & Da Silva-Grigoletto, M.E.(2019). Core endurance relationships with athletic and functional performance in inactive people. *Front Physiol.*, 10,1490.
27. Saraç, D. C., Bayram, S., Tore, N. G., Sari, F., Güler, A. A., Tufan, A., & Oskay, D. (2022). Association of core muscle endurance times with balance, fatigue, physical activity level, and kyphosis angle in patients with ankylosing spondylitis. *J Clin Rheumatol.*, 28(1), 135-140.
28. Sarıoğlu, N. (2022). Elit Erkek Voleybolcularda Dikey Sıçrama ve Çeviklik Özellikleri ile Talokrural Eklem ve Medial Longitudinal Ark Hareketliliği Arasındaki İlişkinin İncelenmesi Üzerine Bir Araştırma. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 234-242.
29. Schilling, J. F., Murphy, J. C., Bonney, J. R., & Thich, J. L. (2013). Effect of core strength and endurance training on performance in college students: randomized pilot study. *Journal of bodywork and movement therapies*, 17(3), 278–290

30. Sharma, A., Geovinson, S.G., & Singh Sandhu, J. (2012). Effects of a nine-week core strengthening exercise program on vertical jump performances and static balance in volleyball players with trunk instability. *J Orthop Sport Phys*, 52(6),606–615.
31. Sheppard, J. M., & Young, W. B. (2006). Agility literature review: Classifications, training and testing. *Journal of Sports Sciences*, 24(9), 919-932.
32. Silfies, S. P., Ebaugh, D., Pontillo, M., & Butowicz, C. M. (2015). Critical review of the impact of core stability on upper extremity athletic injury and performance. *Braz J Phys Ther*, 19(5), 360-8.
33. Shinkle, J., Nesser, T. W., Demchak, T. J., & McMannus, D. M. (2012). Effect of core strength on the measure of power in the extremities. *Journal of strength and conditioning research*, 26(2), 373–380.
34. Şimşek, B., Ertan, H., Göktepe, A. S., & Yazıcıoğlu K. (2007). Bayan Voleybolcularda Diz Kas Kuvvetinin Sıçrama Yüksekliğine Etkisi. *Egzersiz*, 1 (1), 36-43.
35. Taşkın, C. (2016). Effect of Core Training Program on Physical Functional Performance in Female Soccer Players. *Int Educ Stud*, 9(5), doi:10.5539/ies.v9n5p115.
36. Yang, D.S. (2014). Effects of 12 weeks core stability training on physical fitness and stability in taekwondo poomsae players. *The Official Journal of the Korean Academy of Kinesiology*, 16(3), 59-67.

Investigation Of Olympic Values Perception: Among Undergraduate Students

Muhammet Talha HAN^{1A}, Tuncer KURT^{2B}

¹ Karabük Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Karabük, TÜRKİYE

² Milli Eğitim Bakanlığı, Erzurum, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Muhammet Talha HAN: e-mail: muhammettalhahan@karabuk.edu.tr

Çıkar Çatışmaları: Yazar(lar)ın beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0000-0003-4760-3485 B: Orcid ID: 0009-0002-9400-0062

Abstract

The aim of the study is to examine the perception of Olympic values among university students in terms of various variables. In line with this objective, 470 individuals participating in sports activities and 192 individuals not involved in sports activities volunteered for the study, making a total of 622 participants. The Olympic values scale, consisting of 12 items and three sub-dimensions, was used in the research, and the results were evaluated at the 0.050 significance level. As a result, significant differences were observed in the sub-score averages of the Olympic values scale among those engaging in sports activities, different types of sports activities, and genders. Additionally, significant positive relationships were found in the variable of sports activity duration. No significant differences or relationships were observed between the purpose of sports activity, family structure, age, and the sub-dimensions of the Olympic values scale. Consistent with the results, engaging in various sports activities stands out among the recommendations of the study as a means of cultural transmission in the transfer of Olympic values.

Keywords: Sports, Sporting activity, Olympics, Olympism, Olympic Values

OLİMPİK DEĞERLER ALGILANIŞININ İNCELENMESİ: LİSANS ÖĞRENCİLERİNDE

Özet

Araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde olimpik değer algılarının farklı değişkenler açısından incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda çalışmaya 470'si sportif aktivitelere katılım gösteren 192'si ise sportif aktivitelerde yer almayan 622 birey gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada 12 madde 3 alt boyuttan oluşan olimpik değerler ölçeği kullanıldı ve elde edilen sonuçlar p>0,050 anlamlılık düzeyine göre değerlendirildi. Sonuç olarak olimpik değerler ölçeği alt puan ortalamaları ile sportif aktivite yapma, sportif aktivite türleri ve cinsiyetler arasında anlamlı farklılıklar görülürken sportif aktivite süresi değişkeninde de anlamlı pozitif ilişkiler olduğu görüldü. Araştırmada yer alan sportif aktivite yapma amacı, aile yapısı ve yaş değişkeni ile olimpik değerler ölçeği alt boyutları arasında anlamlı farklılık ve ilişkiler olmadığı görüldü. Sonuca bağlı olarak bir kültür aktarımı aracı olarak sportif aktivite olimpik değerlerin aktarımında önemli farklılıklar ortaya koymaktır. Buna bağlı olarak çeşitli sportif aktivitelere katılım gösterilmesi çalışmanın önerileri arasında yer almaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Sportif Aktivite, Olimpiyat, Olimpizm, Olimpik Değerler

INTRODUCTION

Olympic values are the principles that underlie the foundation of modern Olympic Games and shape the spirit of the Olympic movement. These values contribute to preserving the Olympic spirit and ideals, enabling athletes and spectators to engage in sports together with tolerance, peace, and fraternity. They demonstrate that the Olympic Games are more than just a sporting event.

Sport provides an environment where values can be taught and passed on to future generations. The sporting environment is an integral part of ensuring societal peace and continuity within a community, as it allows for values education through the social interactions it fosters. Due to the atmosphere in sports, individuals can create an environment where they can explore both their own abilities and the abilities of others. Additionally, it creates an environment where individuals can learn to respect others, compete, accept failure, and manage their time effectively (Öztürk, 1998). In relation to the concept of values, sports are considered as a phenomenon that brings people of all backgrounds together and is characterized by values. The Olympic Games, for instance, are a significant event that brings societies together under the umbrella of unique values (Coakley, 2017).

The beginning of the modern Olympic Games, encapsulated in the motto "Citius, Altius, Fortius," is likewise founded on these principles. It is known that the fundamental ideals of the Olympic movement are a modern adaptation of ancient values. The Olympic Games, comprising a multitude of sports, are not only aimed at producing champions but also emphasize societal harmony and the education of young people beyond their athletic achievements. (IOC, 2020).

The Olympic Games and sports are intricately linked to fundamental principles. These values underscore that sports not only showcase physical prowess but also possess a registered and ethical dimension. Olympic values represent a higher purpose of humanity and reflect the power of sports in building bridges between societies.

The dimensions present in the emerging structure, namely "Friendly Relations with Others," "Appreciation of Differences," and "Success in Competition," appear to be akin to the three Olympic values specified by the International Olympic Committee, namely friendship, respect, and excellence. It is believed that the elements of brotherhood, intimate relationships, friendship, and understanding in the "Friendly Relations with Others" dimension are geared towards celebrating the unique camaraderie of the Games by bringing people together. The items of diversity, combating discrimination, equality, and tolerance in the "Appreciation of Differences" dimension are intended to elucidate the objective of showing respect for and appreciating various elements such as opponents, the environment, the public, and rules. Meanwhile, the elements of excellence, effort, competition, and achievement in the "Success in Competition" dimension are considered to be aligned with the aim of Olympism, which is to strive for excellence and encourage individuals to be the best they can be (Olympic Values, 2022).

The perception of Olympic values among university students offers a myriad of significant advantages, extending beyond physical health and sports. Olympic values provide students with diverse teachings that they can integrate into their lives through sporting activities. Emphasizing the importance of fair competition, ethical behavior, and collaboration, these values offer students the opportunity to comprehend not only individual achievements but also their roles and responsibilities within a team. Furthermore, Olympic values serve as guidance for students in dealing with challenges, setting goals, and fostering continuous development. While enhancing the social skills of young adults, these values also contribute to character development. Olympic values assist university students in becoming more conscientious individuals with ethical values, impacting not only their engagement in sports but also their academic and personal lives. Serving as a crucial tool for imparting vital life lessons beyond the realm of sports to the younger generation, Olympic values reflect the power of sports to unite people and contribute to better futures for societies. The Olympic Games provide a platform for celebrating and disseminating these values, encompassing ongoing efforts towards creating a fairer and

more unifying world. In conjunction with sports, Olympic values aid humanity in taking steps towards a better future. Therefore, the fundamental aim of the study is to examine university students' perceptions of Olympic values concerning various variables in an academic context.

METHOD

Research Design

The study employed a correlational survey model, which aims to determine the presence of a relationship between at least two variables or among multiple variables. In this model, the focus is on whether variables co-vary and, if so, to understand the nature of this covariance (Karasar, 2020).

Population and Sample

The population of the research consists of students of Atatürk University who attended the summer school in the year 2023. A convenient sampling method was employed in this study due to factors such as voluntary participation, ease of accessibility of the sample, and the feasibility of selecting units (Büyüköztürk et al., 2020). Within this scope, the sample of the study consists of a total of 662 participants, including 458 females and 204 males who voluntarily participated in the study.

Data Collection Instruments

To obtain data for the research, a questionnaire consisting of two sections was used: the first section includes a Personal Information Form, while the second section includes the Olympic Values Scale.

Personal Information Form: A form prepared by the researchers to determine the participants' demographic characteristics (Participation in Sports Activities, Type of Sports Activity, Purpose of Engaging in Sports Activities, Gender, Family Structure, Age, Weekly Duration of Sports Activity).

Olympic Values Perception Scale: This scale, developed by Koenigstorfer and Preuss (2018) and adapted to Turkish by Aktaş and Ötken (2022), consists of 12 items, 3 subscales, and a 7-point Likert scale. The reliability coefficient for the "Friendly Relations with Others" subscale is .91, for the "Success in Competition" subscale is .89, and for the "Appreciation of Differences" subscale is .82.

Research Ethics

The ethical approval for this study was obtained through the decision of the Atatürk University Faculty Ethics Committee, with reference number E-70400699- 050.02.04-2300226415, dated 19.07.2023.

Reliability of the Study

To determine the reliability levels of the scales used in the study, Cronbach's alpha coefficients were calculated. The obtained values are presented in Table 1.

Subdimensions	Cronbach's Alpha	Number of Items
Friendly Relations with Others	,85	4
Success in Competition	,90	4
Appreciation of Differences	,80	4

In accordance with the values presented in Table 1, it can be asserted that the reliability of the study is high. Salvucci et al. (1997) defined reliability, as measured by Cronbach's Alpha, as low when it is less than 0.50, moderate between 0.50 and 0.80, and high when it exceeds 0.80.

Data Collection

After obtaining ethical approval, data was collected through face-to-face surveys conducted with individuals who both attended and did not attend sports centers. The purpose of the study and how to fill out the questionnaire were verbally explained to the participants.

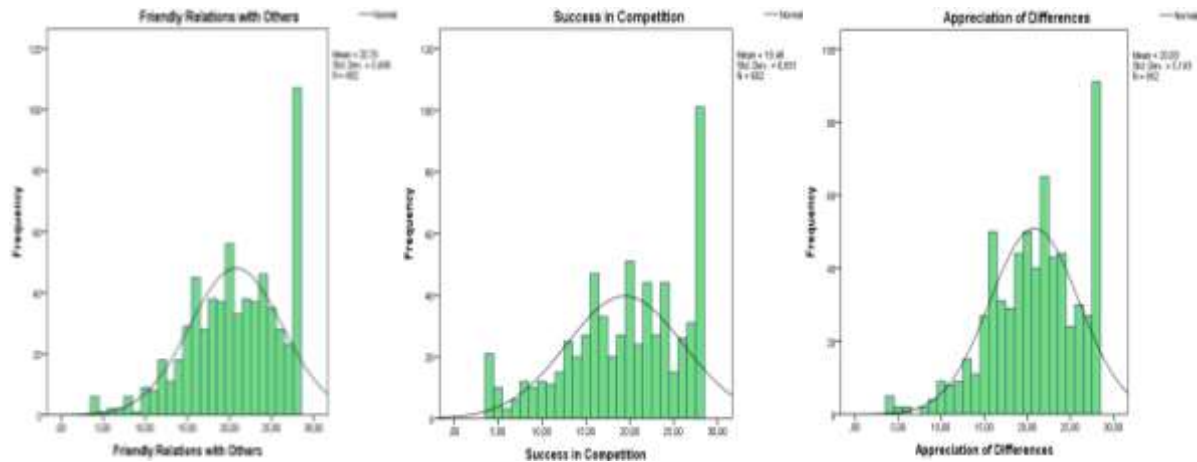
Data Analysis

Data analyses were conducted using SPSS 25.0 software. The collected data were transferred to the SPSS database, and 29 invalid questionnaires were excluded from the evaluation.

Table 2. Frequency Distribution of Olympic Values Scale Subdimensions

	<i>Friendly Relations with Others</i>	<i>Success in Competition</i>	<i>Appreciation of Differences</i>
n	662	662	662
Mean	20,75	19,45	20,83
Median	21,00	20,00	21,00
Mode	28,00	28,00	28,00
Ss.	5,49	6,65	5,19
Skewness	-,523	-,526	-,555
Kurtosis	-,194	-,510	,076

Table 2 presents descriptive statistics, as well as kurtosis and skewness values for the scales. It is observed that the skewness and kurtosis values of the Body Satisfaction and Self-Esteem scales are close to each other and fall within the limits expressed by Büyüköztürk (2020), Tabachnik and Fidell (2015), George, and Mallery (2010) (-1 to +1; -1.5 to +1.5; -2.0 to +2.0). Therefore, it is assumed that the dataset follows a normal distribution.



Graphic 1. Frequency Distribution of Olympic Values Scale Subdimensions

In Graph 1, the frequency distribution of sub-dimensions of the Olympic Values Scale is depicted. Parametric tests were conducted for this dataset, which exhibits a normal distribution. For discrete variables, "Independent Samples T-test" and "One-Way Analysis of Variance (ANOVA)" were employed, while for continuous variables, results obtained from "Pearson correlation" analyses were assessed at the significance level of .050.

FINDINGS

		n	%	
Participation in Sports Activities	Yes	470	71,0	
	No	192	29,0	
Type of Sports Activity	Individual	341	51,5	
	Team	129	19,5	
Purpose of Engaging in Sports Activities	Health	329	49,7	
	Social	141	21,3	
Gender	Female	458	69,2	
	Male	204	30,8	
Family Structure	Nuclear Family	510	77,0	
	Extended family	152	23,0	
		n	x̄	Ss.
Age		662	23,26	3.16
Weekly Duration of Sports Activity		470	6	3,98

According to Table 3, out of the 470 participants engaged in sports activities in the study, 341 participated in individual activities, while 129 participated in team activities. Among the participants, 329 engaged in sports activities for health purposes, while 141 did so for social reasons. Of the participants, 458 were female and 204 were male, with 510 belonging to nuclear family structures and 152 to extended family structures. The average age is 23.26 ± 3.16 , and the average weekly duration of sports activity is 6 ± 3.98 .

Table 4. Discrepancy Between Olympic Values and Participation in Sports Activities

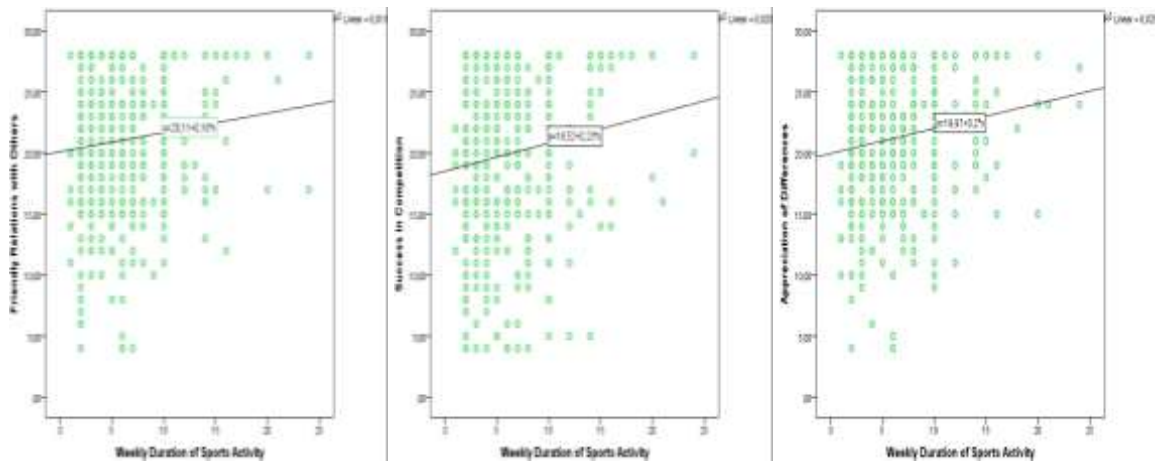
	Participation in Sports Activities	n	x̄	Ss.	T-test	
					t	p
Friendly Relations with Others	Yes	470	21,05	5,43	2,170	,030
	No	192	20,03	5,60		
Success in Competition	Yes	470	19,89	6,54	2,667	,008
	No	192	18,38	6,81		
Appreciation of Differences	Yes	470	21,19	5,08	2,799	,005
	No	192	19,95	5,35		

According to Table 4, significant differences in favor of individuals engaged in sports activities were identified at the .050 significance level between sub-dimensions of Olympic values and their participation in sports activities.

Table 5. Pearson Correlation Analysis between Weekly Sports Activity and Olympic Values

Weekly Duration of Sports Activity	r	Friendly Relations with Others	Success in Competition	Appreciation of Differences
			,115*	,140**
	p	,012	,002	,001
	n	470	470	470

According to Table 5, a positively significant relationship at the .050 significance level was determined between the weekly duration of sports activities and the mean scores of sub-dimensions of Olympic values.



Graphic 2. Correlation Analysis between Weekly Sports Activity and Olympic Values

In Graph 2, the correlation distribution between the weekly duration of sports activities and Olympic values is presented. As the weekly duration of sports activities increases, a parallel increase is observed in the mean scores of sub-dimensions of Olympic values among the participants.

Table 6. Discrepancy Between Olympic Values and Types of Sports Activities

	Type of Sports Activity	n	\bar{x}	Ss.	T-test	
					t	p
Friendly Relations with Others	Individual	341	20,85	5,31	-1,273	,203
	Team	129	21,27	5,70		
Success in Competition	Individual	341	19,56	6,60	-1,777	,076
	Team	129	20,35	6,40		
Appreciation of Differences	Individual	341	20,90	5,01	-1,984	,048
	Team	129	21,90	5,03		

According to Table 6, significant differences in favor of individuals engaged in team sports were identified at the .050 significance level between sub-dimensions of Olympic values and types of sports activities, particularly in the appreciation sub-dimension. While no significant differences at the .050 level were found in the mean scores of other sub-dimensions among types of sports activities, individuals participating in team activities demonstrated higher average scores in sub-dimensions of Olympic values compared to those engaged in individual activities.

Table 7. Discrepancy Between Olympic Values and Purposes of Engaging in Sports Activities

	Purpose of Engaging in Sports Activities	n	\bar{x}	Ss.	T-test	
					t	p
Friendly Relations with Others	Health	329	21,05	5,21	-,022	,982
	Social	141	21,06	5,92		
Success in Competition	Health	329	19,82	6,61	-,344	,731
	Social	141	20,05	6,38		
Appreciation of Differences	Health	329	21,31	4,97	,831	,406
	Social	141	22,89	5,33		

According to Table 7, while no significant differences at the .050 level were found in the mean scores of sub-dimensions of Olympic values among different purposes of engaging in sports activities, individuals engaging in sports for social purposes demonstrated higher average scores in sub-dimensions of Olympic values compared to those engaging in sports for the purpose of maintaining health.

Table 8. Discrepancy Between Olympic Values and Genders

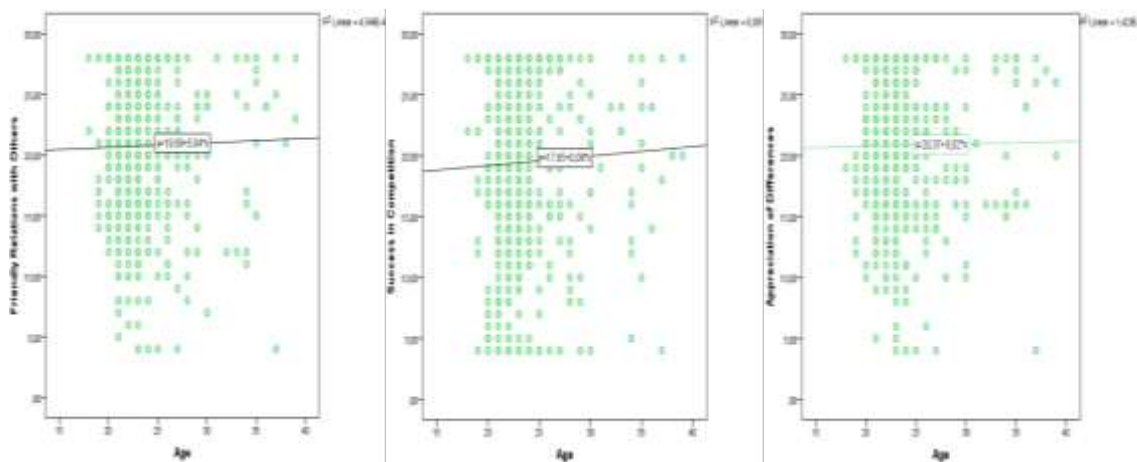
	Gender	n	\bar{x}	Ss.	T-test	
					t	p
Friendly Relations with Others	Female	458	21,05	5,37	2,057	,040
	Male	204	20,10	5,72		
Success in Competition	Female	458	19,54	6,65	,489	,625
	Male	204	19,26	6,65		
Appreciation of Differences	Female	458	20,85	5,09	,159	,874
	Male	204	20,78	5,42		

According to Table 8, a significant difference in favor of female participants was identified at the .050 significance level in the sub-dimension of Friendly Relations with Others among sub-dimensions of Olympic values. While no significant differences at the .050 level were found in the mean scores of other sub-dimensions between genders, female participants had higher average scores in sub-dimensions of Olympic values compared to male participants.

Table 9. Pearson Correlation Analysis between Age and Olympic Values

	Friendly Relations with Others	Success in Competition	Appreciation of Differences
r	,021	,037	,012
p	,584	,344	,759
n	662	662	662

According to Table 9, no significant relationship at the .050 significance level was found between age and the mean scores of sub-dimensions of Olympic values.



Graphic 3. Correlation Analysis Between Age and Olympic Values

Graph 3 presents the correlation distribution between age and Olympic values. There is no linear relationship observed between increasing age levels and the mean scores of sub-dimensions of Olympic values among the participants.

Table 10. Discrepancy Between Olympic Values and Family Structures

	Family Structure	n	\bar{x}	Ss.	T-test	
					t	p
Friendly Relations with Others	Nuclear	510	20,79	5,41	,260	,802
	Extended	152	21,65	5,77		
Success in Competition	Nuclear	510	19,26	6,63	-1,393	,166
	Extended	152	20,11	6,670		
Appreciation of Differences	Nuclear	510	20,79	5,18	-,382	,704
	Extended	152	20,97	5,21		

According to Table 10, while no significant differences at the .050 level were found in the mean scores of sub-dimensions of Olympic values among different family structures, individuals from nuclear family structures had higher average

DISCUSSION and CONCLUSION

The research was conducted with the participation of 662 university students, consisting of 458 women and 204 men. Among the participants, 470 were engaged in sports activities, while 192 did not participate in sports.

In the study, there is a significant difference observed in favor of individuals engaged in sports activities regarding the sub-dimensions of Olympic values. Parallely, Aktaş and Ötken (2022) also concluded that there is a significant difference in favor of licensed athletes in the sub-dimensions of Olympic values. Nowadays, International Organizations and the United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO) have highlighted the beneficial aspects of sports, indicating that it enhances individual virtues and social behaviors. Sport, inherently, creates an enjoyable environment while making participation more willingly, contributing to the learning of values (Özbeý & Güzel, 2009). Due to its Olympic cultural structure, sport is inherently multicultural. It not only encompasses all cultures but also facilitates cultures coexisting and becoming a universal structure. Olympic culture forms the basis of sports education (Erdemli, 2008).

There is a positively significant relationship found between the weekly duration of sports activities and the mean scores of sub-dimensions of Olympic values. Values guide and provide direction for individuals to make choices in their lives. While engaging in societal life, individuals formulate a system of values for themselves, and this personal values system is shaped by the culture shared with other members of the society (Bradshaw et al., 2001). It is observed that the perception of Olympic values, taking shape around sporting activities, increases in parallel with the duration spent in these activities..

In the study, a significant difference in favor of individuals engaged in team sports was identified in the appreciation sub-dimension, while no significant differences were observed in other sub-dimensions among types of sports activities and purposes of engaging in sports activities. It should be emphasized that sports is a cultural matter, and a sports culture needs to be established and developed. The issue revolves around how to create sports culture, and the most effective way to change it is through school sports. The collaboration of schools and clubs gains momentum. Developing a habit of engaging in collective morning sports activities in various fields can be instrumental. Leading members of society set examples and inspire others (Taşkıran, 2009). Additionally, sports, being physically embedded in the culture of games and competition, offers opportunities very close to reality. Therefore, the societal dimension of sports, transcending individuals, is crucial. Restricting the understanding of sports solely to its physical contributions to individuals would be a

significant misconception (Gillet, 1975). Sports is a sociological phenomenon. Sporting activities develop within societal contexts, and each sport forms its unique subcultures and values within the community.

In the research, a significant difference in favor of female participants is observed in the sub-dimension of Friendly Relations with Others. Conversely, Aktaş and Ötcan (2022) reached the conclusion that there is no significant difference between genders in the sub-dimensions of Olympic values. Gender differences can be explained by the classification of individuals into male and female based on their biological characteristics. The concept of gender refers to the cultural and social attitudes, roles, and behaviors of women and men within society (Goldscheider et al., 2015).

There is no significant relationship found between age and the mean scores of sub-dimensions of Olympic values. Similarly, Aktaş and Ötcan (2022) also concluded that there is no significant relationship between age and sub-dimensions of Olympic values. Due to encompassing specific characteristic features and value judgments within each generation, individuals tend to exhibit similar traits to the behaviors of the generation they were born into, while displaying different characteristics from the behaviors of other generational groups (Chen, 2010). The qualitative nature of the sample group in the study, consisting of individuals within specific age ranges, explains the inability to establish a relationship in the perception of Olympic values.

There is no significant difference observed between sub-dimensions of Olympic values and family structures. Family is a human community connected by direct kinship bonds, where adult members take on the responsibility of caring for children (Giddens, 2000). Values, being living elements, are influenced by the society they are part of (Davidov, 2010) and, in turn, influence that society (Döring, 2010). In this context, families play significant roles in individuals acquiring values (Brownlee et al., 2016).

Recommendations

Promotion of Sports: Encouraging widespread participation in sporting activities contributes to a more pervasive adoption of Olympic values.

Education and Awareness Programs: Specialized education and awareness programs centered around Olympic values should be organized, allowing individuals to develop a profound understanding.

Tailored Programs for Licensed Athletes: Special programs designed for licensed athletes should be implemented to support the reinforcement of Olympic values within this group.

Utilization of Social Media: Social media and communication platforms should be effectively utilized as tools for disseminating sports and Olympic values.

Family Engagement: Awareness programs targeting families should be organized, emphasizing the role of families in shaping individuals' value systems.

Limitations of the Research

Participant Profile: Given that the majority of participants in the study are university students, the generalizability of the results to the broader population is limited. Moreover, the exclusive focus on university students implies a representation bias towards a younger age group.

Reliability and Validity of Measurement Tool: The reliability and validity of the Olympic values scale employed in the research have not been systematically evaluated. This omission may compromise the quality of the obtained results by affecting the precision and accuracy of the measurement instrument.

Identification of Dependent and Independent Variables: The selection and definition of dependent and independent variables in the study lack detailed elucidation. This lack of clarity poses challenges to the interpretation of the results and hinders a comprehensive understanding of the relationships under investigation.

Cross-Sectional Design: The study adopts a cross-sectional design, limiting the capacity to infer causal relationships between variables. Future research could benefit from employing longitudinal or experimental designs to facilitate a more nuanced exploration of cause-and-effect dynamics.

Scope of the Research Topic and Generalization: The research's exclusive focus on university students restricts the ability to generalize findings to a broader population. The specificity of the target demographic necessitates caution when extrapolating the results to other age groups or demographic categories.

Uncontrolled External Variables: Unaccounted for or uncontrolled external variables in the study may introduce confounding factors. The absence of control over these variables impedes a comprehensive understanding of the observed relationships or differences.

REFERENCES

1. Aktaş, İ., & Ötcan, C. Ç. (2022). Olimpik Değer Ölçeği Türkçe Formunun Psikometrik Özellikleri ve Toplumun Olimpik Değer Algılarının İncelenmesi. *Yüzcüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (57), 104-122.
2. Bradshaw, Y., Healey, J.F., & Smith, R. (2001). *Sociology for a New Century*, Pine Forge Press.
3. Brownlee, J. L., Scholes, L., Walker, S., & Johansson, E. (2016). Critical values education in the early years: Alignment of teachers' personal epistemologies and practices for active citizenship. *Teaching and Teacher Education*, 56, 261-273.
4. Büyüköztürk, Ş. (2020). *Veri Analizi El Kitabı*. Pegem Akademi Yayınları.
5. Coakley, J. (2017). *Sport and society: Issues and controversies* (12th Edt.). McGraw-Hill Education.
6. Davidov, E. (2010). Testing for comparability of human values a cross countries and time with the third round of the european social survey. *International Journal of Comparative Sociology*, 51, 171-191.
7. Döring, A. K. (2010). Assessing children's values: An exploratory study. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 28(6), 564-577.
8. Erdemli, A. (2008). *Spor Yapan İnsan*. E Yayınları.
9. George, D. & Mallery, P. (2010). *Spss for windows step by step. A simple study guide and reference* (10. Edition).
10. Giddens, A. (2000). *Sosyoloji*. (Çev. Cemal Güzel). Ankara: Ayraç Yayınları.
11. Gillet, B. (1975). *Spor Tarihi*, (Çeviri: Mustafa Durak), İstanbul, Gelişim Yayınları.
12. Goldscheider, F., Bernhardt, E., ve Lappegård, T. (2015). The gender revolution: A framework for understanding changing family and demographic behavior. *Population and Development Review*, 41(2), 207-239.
13. IOC. (2020). *Olympic Charter*. Lausanne: IOC.
14. Karasar, N. (2020). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. (36. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
15. Koenigstorfer, J. & Preuss, H. (2018). Perceived Values in relation to the Olympic Games: development and use of the Olympic Value Scale. *European Sport Management Quarterly*, 18(5), 607-632.
16. Özbey, S., & Güzel, P. (2009). Uzun Dönemli Olimpik Eğitim Programlarının İncelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20(4), 117-131.
17. Öztürk, F. (1998). *Toplumsal boyutlarıyla spor*. Bağırhan Yayinevi.
18. Salvucci, S., Walter, E., Conley, V., Fink, S., & Saba, M. (1997). *Measurement Error Studies at the National Center for Education Statistics*. Washington D. C.: U. S. Department of Education.
19. Tabachnick, B. G. & Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı* (Çev: Baloğlu, M.), Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
20. Taşkıran, Y. (2009). *Spor Kültürü*, Kocaeli: Büyük Şehir Belediyesi Kültür Yayınları.

Yüzücü Çocuklarda, Boy, Vücut Ağırlığı, Kulaç Uzunluğu, Dikey Sıçrama, Anaerobik Güç Değerleri ile Serbest ve Kurbağalama Teknik Yüzme Performansı Arasındaki İlişkiler*

Birsen YAVAŞ^{1A}, Zeynep İnci KARADENİZLİ^{2B}

¹Düzce Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı, Düzce, TÜRKİYE ²Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Düzce, TÜRKİYE

*Bu çalışma; "8-12 yaş yüzücülerde 50 m serbest stil yüzme hızı ile reaksiyon zamanı, denge, kuvvet ve antropometrik özellikler arasındaki ilişkilerin incelenmesi" isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Sorumlu Yazar: Zeynep İnci Karadenizli: e-mail: incikaradenizli@duzce.edu.tr

Çıkar Çatışmaları: Yazar(lar)ın beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0009-0000-8890-9259 B: Orcid ID: 0000-0002-9159-999X

Özet

Araştırmanın amacı, 7-11 yaş grubu yüzücülerde, boy, vücut ağırlığı, kulaç uzunluğu, dikey sıçrama, anaerobik güç değerleri ile 50 metre serbest ve 50 metre kurbağalama teknik yüzme performansı arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Araştırmaya Düzce Doğa Su Sporları Kulübü sporcularından, 8 çocuk katılmıştır. Katılımcılar, en az 1 yıl düzenli yüzme eğitimi alan ve haftada 2 gün 1 saat antrenman yapan çocuklardan oluşmuştur. Katılımcıların bazı antropometrik ölçümleri (vücut ağırlığı, boy, kulaç uzunluğu), dikey sıçrama yüksekliği, 50 m serbest ve 50 m kurbağalama teknik yüzme performans ölçümleri alınmıştır. Anaerobik güç- zirve güç değerleri, Harman ve ark., (1991) formülü ile hesaplanmıştır. Verilerin analizi için SPSS 22 kullanılmıştır. Normallik testi Shapiro-Wilk ile yapılmıştır. Verilen normal dağılımı nedeniyle değişkenler arasındaki ilişkiler, Pearson Korelasyon analizi ile değerlendirilmiştir. Çalışma sonucunda, boy ile kulaç uzunluğu arasında pozitif yönlü ve boy ile 50 m kurbağalama teknik yüzme hızı arasında negatif yönlü anlamlı korelasyonlar tespit edilmiştir. Ayrıca, dikey sıçrama yüksekliği ile anaerobik güç- zirve güç değerleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Yüzme branşı yetenek seçiminde boy ve kulaç uzunluğunun, kısa mesafe kurbağalama teknik yüzmede performans için önemli kriterler olduğu bilgisi, antrenörlere önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Kurbağalama Yüzme, Antropometri, Anaerobic Güç, Performans

The Relationships Between Height, Body Weight, Stroke Length, Vertical Jump, Anaerobic Power Values and Freestyle and Breaststroke Technical Swimming Performance in Children Swimmers

Abstract

The aim of the research is to examine the relationships between height, body weight, stroke length, vertical jump, anaerobic power values and 50-meter freestyle and 50-meter breaststroke technical swimming performance in swimmers in the 7-11 age group. Eight child from Düzce Doğa Water Sports Club participated in the study. Participants were children who had been receiving regular swimming training for 1 year and practiced 2 days. Some anthropometric measurements of the participants (body weight, height, stroke length), vertical jump height, 50 m freestyle and 50 m breaststroke technical swimming performance measurements were taken. Peak power values were calculated using the formula of Harman et al. (1991). SPSS 22 was used for data analysis. Normality test was performed with Shapiro-Wilk. Due to the normal distribution of the data, the relationships between the variables were evaluated by Pearson Correlation analysis. As a result of the study, there were significant positive correlations between height and stroke length and negative correlations between height and 50 m breaststroke technical swimming speed. In addition, there was a significant positive correlation between vertical jump height and anaerobic power - peak power values ($p<0,05$). It can be suggested to coaches that height and stroke length are important criteria for performance in short distance breaststroke technical swimming in swimming talent selection.

Keywords: : Breaststroke Swimming, Anthropometry, Explosive Power, Performance.

GİRİŞ

Yüzme teknik olarak, kelebek, sırtüstü, kurbağalama ve serbest yüzme teknikleriyle yüzerek belli bir mesafeyi en kısa sürede tamamlayabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Dünyanın her yerinde ilgiyle izlenen ve yapılan, tarihi çok eskiye dayanan bir spor dalıdır (Bozdoğan, 2003; Kjendlie vd., 2003). Yüzme, biyomekanik, enerji sistemleri, antropometrik özellikler ve güç parametreleri gibi bir çok değişkeni içeren, çeşitli belirleyici faktörlerden etkilenen bir spordur. Sporunun yaşı, spor yaşı, büyümesi, gelişmesi, beslenmesi, antrenman içeriği, uyku düzeni, fiziksel-motorik-psikolojik özellikleri ve yüzme teknikleri gibi diğer değişkenler de yüzme performansını etkilemektedir (Muratlı vd., 2000; Bozdoğan, 2003; Barbosa vd., 2010; Amaro vd., 2014).

Serbest Teknik Yüzme: Serbest teknik yüzme (front crawl), en hızlı yüzme tekniğidir, bu teknik ile yüzme, vücut yatay (horizontal) düzlemdeyken, bir sağ kol çekişi, bir sol kol çekişi ve değişken sayıda ayak vuruşlarından oluşmaktadır. Vücudun yatay düzlemde olması, suyun vücuda uyguladığı profil direncini azaltmakta ve su çekişi sırasında kol mekaniğinin etkili olmasını sağlamaktadır. Ayak vuruşları, aşağı-yukarı vuruşlar ile karşılıklı diyagonal süpürmelerin olduğu ayak hareketlerdir, en yaygın olarak kullanılan ritim, her kulaç çekişinde 6 ayak vuruşu yapmaktır. Kol çekişi, giriş ve uzanma, aşağı süpürme, kavrama, içeri süpürme, yukarı süpürme, çıkış ve toparlama olarak altı evre ile tanımlanmaktadır. Yüzücüler ancak doğru kulaç mekaniğine ve tekniğine sahiplerse, en uzak mesafede suyu yakalayıp en verimli-etkili şekilde suyu geriye doğru itebilir, böylece en az sürtünmeye maruz kalarak hareketlerini tamamlayabilirler (Morouço vd., 2012; Born vd., 2021).

Kurbağalama Teknik Yüzme: Kurbağalama teknik ile yüzmede, vücudun su yüzeyi ile yaptığı açı, diğer tekniklere nazaran daha fazladır, tekniğin doğası gereği bu şekilde yüzerken su direnci, daha fazla ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle Romalılar ve Mısırlılardan beri var olan en eski bu yüzme stili, diğerlerine kıyasla en yavaş olan tekniktir. Kurbağalama ve kelebek teknik yüzme, senkronize teknik yüzme branşları diye adlandırılır, çünkü her iki teknikte de kolların ve bacakların hareketleri, eş zamanlı olmaktadır.

Kurbağalama tekniyle yüzme sırasında bacaklar ile kolların pasif ve aktif hareketleri bulunmaktadır; *Bacakların pasif hareketlerinde*; suda kayma hareketinden sonra bacaklar, omuz genişliğinde açılır, dizler kapalı durumda bükülür, topuklar kalçaya doğru çekilir, ayaklar dorsi fleksiyona ve sonra eversiyona (parmaklar öne-yukarıya ve sonra dışarıya bakacak şekilde ayak bileği dışı doğru döndürülür) getirilir. *Bacağın aktif hareketlerinde*; su yandan arkaya doğru ayak tabanları ile süpürülerek kuvvetlice itilir. Suda kayma pozisyonuna kadar ayaklar birleşinceye kadar bacaklar düz bir pozisyona getirilir. *Kolların pasif hareketlerinde*; kollar, omuzlarla beraber öne uzatılır. Eller, kollar düz olarak birbirine paralel konuma gelene kadar ileriye doğru uzatılır. *Kolların aktif hareketlerinde*; kollar, gergin biçimde ileriye doğru uzatılır. Eller, avuçlar önce dışı, sonra içeriye doğru süpürme hareketi yapar, bu hareket topuklar kalçaya doğru çekilmeye başlayana kadar devam eder. Nefes alma, ellerin suyu dışı süpürmesi ile başlar, ellerin birleşip ileriye doğru uzanmasına kadar devam eder. Etkili ilerleme için nefes alındıktan sonra baş suyun dışına çıkarılmamalıdır (Morouço vd., 2012; Born vd., 2021).

Yüksek performans sergilemesi beklenen yüzücünün, biyomekanik, antropometrik ve fizyolojik özelliklerinin gelişiminin iyi olması gerekmektedir. İyi bir yüzme performansı için kulaçta, suyu itişin doğru teknik ile amaca uygun olması, su direncinin en aza indirilmesi önemlidir (Muratlı vd., 2000; Barbosa vd., 2010; Baydemir vd., 2019). Suyun direncine karşı yapılacak hareketler için diğer spor branşlarındaki gibi belirli fiziksel özelliklere ve motorik becerilere sahip olmak gerekmektedir. Su direncini yenebilmek için kuvvet, sürat, dayanıklılık, esneklik, koordinasyon gibi motorik özelliklerin iyi olması önemlidir. Bu direnç nedeniyle yüzme sırasında diğer sporlara göre daha fazla kuvvet harcanmaktadır. Bu nedenle sporcunun kas kuvveti, yüzme performansını etkileyen önemli bir değişkendir. Ayrıca yüzme, aerobik ve anaerobik dayanıklılık gerektiren bir spor branşıdır. Elit yüzücüler, hem kuvvetli hem de dayanıklı olmalı ayrıca bu özelliklerini su içinde de gösterebilmelidirler (Muratlı vd., 2007; Barbosa vd., 2010; Baydemir vd., 2019).

Dikey Sıçrama Performansı ve Anaerobik Güç: Dikey sıçramanın, bacak kuvveti ve anaerobik güç ile pozitif ilişkili olduğu belirtilmektedir (Harmancı vd., 2007). Ayrıca dikey sıçrama performansı, sporcunun kas yapısı-kütlesi- esnekliği ve koordinasyonundan etkilenmektedir ve bu performans, bacak kuvveti ile doğru ilişkilidir. Bir başka ifade ile bacak kuvveti ile doğru orantılı olarak geliştirilebilmektedir (Muratlı vd., 2007; Serin, 2015; Akıllıoğlu, 2019). Patlayıcı güç, anaerobik metabolizmayla ilişkilidir ve bunu ölçer, bu gibi ölçümler, anaerobik güç testi olarak adlandırılmaktadır. Tanımlamak gerekirse anaerobik güç, bir ünite zamanda meydana gelen işe denir. Sıçramalar, anaerobik gücün göstergelerindedir (Özkan vd., 2010), yüzme branşında özellikle yarış başlangıcında, depar çıkışta önemlidir (Gonjo ve Olstad, 2020). Dikey sıçrama mesafesini geliştirmek, bacak kuvvetini arttırmak için yüzme branşında, palet kullanılarak çeşitli ayak çalışmaları yapılmaktadır. Bu alıştırmalar sayesinde, bacak kasları ve tendonlar eş zamanlı ve çok yönlü çalıştırılabilmekte yüzücülerin dikey sıçrama performansları arttırılarak yüzme dereceleri geliştirilebilmektedir. Dikey sıçrama performansı, yüzme mesafeleri için sporcuların sınıflandırılmasında da belirleyici olabilmektedir. Elit yüzücüler ile yapılan bir çalışma sonucunda, dikey sıçrama değeri yüksek olanların sprinter (60,96 - 78,74 cm), düşük olanların uzun mesafe yüzücüsü (29,94 - 58,88 cm), orta seviyede olanların da orta mesafe yüzücüsü (45,72 - 63,50 cm) oldukları belirtilmektedir (Yıldız vd., 2012).

Dikey sıçrama performansı, ayakta dururken el ile uzanılacak en uzun mesafe ve sıçrama yapıldığında ulaşılacak en büyük yükseklik arasındaki fark ile belirlenmektedir (Günay vd., 2005). Birçok spor branşında performansın, laboratuvar ortamı haricinde fonksiyonel olarak pratik olması nedeniyle sahalarda ölçülmesine ihtiyaç duyulmaktadır. Bu nedenle kullanım açısından güvenilirliği ve geçerliliği olan dikey sıçrama testleri (DST), ölçümlerde sıklıkla görülmektedir. Bu testler için elektronik ölçüm aletleri (temas matları, kuvvet platformları, fotoseller, vb.) veya pratik saha testleri (Abalakov testi, Sargent sıçrama testi, vb.) yaygın olarak tercih edilmektedir (Glatthorn vd., 2011; Sattler vd., 2012).

Bu bilgilerden yola çıkarak yapılan bu çalışmanın amacı, 7-11 yaş grubu yüzücülerde, boy, vücut ağırlığı, kulaç uzunluğu, dikey sıçrama, anaerobik güç değerleri ile 50 metre serbest ve 50 metre kurbağalama teknik yüzme performansı arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

METOD

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden deneysel model kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Bu araştırmanın evreni, Düzce ilinde yüzme sporuyla ilgilenen 7-11 yaş grubu yüzücülerden, örnekleme ise Düzce Doğa Su Sporları Kulübünde en az 1 yıldır lisanslı yüzücü olan 8 sporcudan oluşmaktadır. Çalışmaya katılım, gönüllülük esasına göre olmuştur. Son 1 yılda herhangi bir sportif yaralanma geçirmemiş olanlar arasından katılımcılar seçilmiştir. Çalışma öncesi, veli onam formu alınmış, gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Çalışma, Düzce Doğa Su Sporları Kulübü 7-11 yaş grubu yüzme sporcuları, 50 m serbest ve 50 m kurbağalama teknik yüzme derecesi ile sınırlandırılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Ölçümler öncesinde, testlerin güvenilirliğini bozmamak amacıyla sporculara, şiddetli antrenmanlar yaptırılmamıştır. Ayrıca sporculara testlerden en az 2 saat öncesinde yemek yemeleri, test öncesindeki 48 saat içinde herhangi bir ilaç almamaları konusunda bilgilendirme yapılmıştır.

Ölçümler, aynı gün içinde Düzce Üniversitesi havuzu ve spor salonunda yapılmıştır. Standartlara uygun havuz ve ortam sıcaklığında (havuz: 27 derece, ortam: 28 derece) yüzme performans testleri yapılmıştır. Bu testler öncesinde, sporculara, serbest teknik yüzme ile 10 dakika ısınma yaptırılmıştır. Yüzme performans ölçümleri için katılımcılar arasında depar çıkış tekniği farkı olmasın diye sporculardan, kendilerini havuz içerisinden duvarı iterek, suda kayma ile teste başlamaları istenmiştir. Salon ölçümlerine başlamadan önce sporculara yaklaşık 15 dk ısınma yaptırılmıştır. Isınmada; yaklaşık 5 dk yürüme ve koşu çalışmaları, 5 dakika kol ve bacak ağırlıklı esnetme çalışmaları gibi yüzmeye özgü ısınma hareketleri yaptırılmıştır.

Gönüllü katılımcıların, vücut ağırlığı, boy, kulaç uzunluğu ölçümleri alınmıştır. Araştırmada antropometrik ölçümlerden boy ve kulaç uzunluğu için esnek olmayan şerit metre, vücut ağırlığı ölçümü için elektronik tartı kullanılmıştır. Motorik özelliklerden patlayıcı kuvvet için dikey sıçrama ölçümü, yükseklik ölçer aleti ile yapılmıştır. Yüzme derecesi ölçümleri (50m serbest ve 50m kurbağalama teknik yüzme) için kronometre kullanılmıştır.

Antropometrik Ölçümler

Vücut Ağırlığı: Sporcu tişört ve şortlu olarak çıplak ayakla Tanita Sc 330 marka cihaz üzerinde dururken ölçüm yapıldı (Günay vd., 2005).

Boy Uzunluğu: Sporcu düz bir zemin üzerinde ve çıplak ayak ile duvara yaslı olarak dururken başın tepe noktası hizasından şerit metre ile ölçüm yapıldı, cm cinsinden kaydedildi (Günay vd., 2005).

Kulaç Uzunluğu: Sporcu sırtı duvara dayalı, kollar omuz hizasında yana açılmış yere paralel ve avuç içleri karşıya bakacak şekilde dururken sağ ve sol el orta parmak uçları arasındaki en uzun mesafe ölçüldü, cm cinsinden kaydedildi (Günay vd., 2005).

Motorik Ölçümler

Dikey Sıçrama Testi: Sporcu spor ayakkabısı ile plastik mat üzerine çıktıktan sonra beline takılan kemer ile ve ip gergin, elleri belindeyken dizlerden bükülme yaparak dikey olarak sıçradı. Test 2 kez yaptırıldı, alet (jumpmeter) ekranı üzerinde yazan en iyi değer, cm cinsinden kaydedildi (Günay vd., 2005).

Anaerobik Güç Hesaplanması

Elit sporcularda, spora özgü en iyi performansa ulaşabilmek için anaerobik güç ve fonksiyonel performansın düzenli olarak takip edilmesi, yapılan bir araştırma sonucunda önerilmektedir (Başandaç vd., 2023). Elit sporcularda anaerobik kapasitenin tespitinde, Wingate anaerobik güç testi (WAGT) ve fonksiyonel performansın pratik olarak değerlendirilmesinde dikey sıçrama testleri (DST) kullanılmaktadır (Nikolaidis vd., 2016; Başandaç vd., 2023). Geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış formüller ile sıçrama yüksekliği ve vücut ağırlığı değerleri de kullanılarak, analitik metotla hesaplamalar yapılarak anaerobik güç, zirve güç ve/veya ortalama güç tespit edilebilmektedir (Fox ve Mathews, 1974; Harman vd., 1991; Johnson ve Bahamonde, 1996). Harman vd., (1991) "Lewis anaerobik güç" nomogramındaki eksikliği gidermek amacıyla iki boyutlu yeni bir eşitlik geliştirmiştir. Eşitliklerden biri, zirve gücü (peak power) hesaplarken, diğeri ortalama gücü (average power) hesaplamaktadır. Çalışmadaki zirve güç değerleri, Harman vd., (1991) formülü ile hesaplanmıştır.;

- Zirve güç (W) = $61,9 \times \text{sıçrama yüksekliği (cm)} + 36 \times \text{vücut ağırlığı (kg)} + 1822$
- Ortalama güç (W) = $21,2 \times \text{sıçrama yüksekliği (cm)} + 23 \times \text{vücut ağırlığı (kg)} + 1393$

Yüzme Derecesi Ölçümleri

Performans tespiti için 50m serbest ve 50m kurbağalama teknik yüzme testleri yapıldı. Testler, "hazır" komutundan sonra düdük sesiyle başlatıldı. Test, sporcu havuz içerisinde duvarı iterek suda kayma sonrasında ilgili teknik ile yüzme şeklinde yapıldı. Bir kez yapılan testteki derece, kronometre ile tespit edildi, saniye cinsinden kaydedildi.

Verilerin Analizi

İstatiksel analizler için SPSS 22 paket programında normallik testi ve tanımlayıcı istatistik yapıldı. Verilerin normallik testi, Kolmogorov-Smirnov testi ile yapıldı, dağılım normal olduğu için Pearson Korelasyon analizi yapıldı. Anlamlılık düzeyi, başlangıçta $p < 0.05$ olarak kabul edildi.

BULGULAR

Çalışmadaki 7-11 yaş ($8,62 \pm 1,50$ yıl) grubu yüzücülerin tanımlayıcı istatistikleri, Tablo 1'deki gibidir;

Tablo 1. Tanımlayıcı İstatistik					
	n	Min.	Maks.	Ort.	SS
Boy (cm)	8	123,00	151,00	132,75	8,82
Vücut ağırlığı (kg)	8	24,00	37,60	31,87	4,29
Yaş (yıl)	8	7,00	11,00	8,62	1,50
Kulaç uzunluğu (cm)	8	124,00	152,00	133,00	8,70
Dikey sıçrama (cm)	8	20,00	42,00	28,87	6,51
50 metre serbest teknik yüzme derecesi (sn)	8	50,60	90,05	69,43	17,55
50 metre kurbağalama teknik yüzme derecesi (sn)	8	51,00	105,00	74,72	21,13
Anaerobik güç-Zirve güç (W)	8	4104,00	5573,00	4756,25	451,65

sn: saniye, Min: minimum değer, Max: maksimum değer, X: ortalama, SS: standart sapma, W: watt

Çalışmadaki değişkenler arasındaki ilişkiler Tablo 2'deki gibidir;

Tablo 2. Antropometrik ve Motorik Özellikler, Anaerobik Güç, 50m Serbest ve 50m Kurbağalama Teknik Yüzme Dereceleri Arasındaki İlişkiler

		Boy	Vücut ağı.	Yaş	Kulaç uzunluğu	Dikey sıçrama	50m serbest t. yüzme derecesi	50m kurbağalama t. yüzme derecesi	Anaerobik güç-Zirve güç
Boy (cm)	Pearson								
	Correlation	1	,540	,658	,980**	,146	-,292	-,741*	,316
	Sig(2-tailed)	8	,167	,076	<0,001	,730	483	<0,036	,448
	n	8	8	8	8	8	8	8	8
Vücut ağırlığı (kg)	Pearson		1	-	,587	,143	-,345	-,367	,470
	Correlation			,218	,126	,735	,403	,371	,240
	Sig(2-tailed)		8	,604	8	8	8	8	8
	n		8	8					
Yaş (yıl)	Pearson			1	,567	,213	-,098	-,606	,115
	Correlation				,143	,612	,817	,111	,785
	Sig(2-tailed)			8	8	8	8	8	8
	n			8					
Kulaç uzunluğu (cm)	Pearson				1	,199	-,259	-,608	,378
	Correlation					,636	,535	,110	,356
	Sig(2-tailed)				8	8	8	8	8
	n				8				
Dikey sıçrama (cm)	Pearson					1	-,496	,115	,941**
	Correlation						,211	,787	<0,001
	Sig(2-tailed)					8	8	8	8
	n					8			
50m serbest teknik yüzme derecesi (sn)	Pearson						1	,379	-,560
	Correlation							,355	149
	Sig(2-tailed)						8	8	8
	n						8		
50m kurbağalama tekn yüzme derecesi (sn)	Pearson							1	-,023
	Correlation								,956
	Sig(2-tailed)							8	8
	n							8	
Anaerobik güç-Zirve güç (W)	Pearson								1
	Correlation								
	Sig(2-tailed)								8
	n								8

*p<0.05, **p<0.01

Pearson Korelasyon analizi sonucunda, boy ve kulaç uzunluğu değerleri arasında istatistiksel açıdan pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=,980$) ($p<0,05$). Boy ile 50 metre kurbağalama teknik yüzme derecesi arasında negatif yönlü anlamlı korelasyon bulunmuştur ($r= -,741$) ($p<0,05$). Dikey sıçrama yüksekliği ile anaerobik güç- zirve güç değerleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir ($r=,941$) ($p<0,05$). Diğer değişkenler arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmemiştir ($p>0,05$). (Tablo 2).

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Çalışma sonucunda, boy ve kulaç uzunluğu değerleri arasında istatistiksel açıdan pozitif yönlü, boy ile 50 metre kurbağalama teknik yüzme derecesi arasında negatif yönlü anlamlı ilişki bulunmuştur. Ayrıca, dikey sıçrama yüksekliği ile anaerobik güç- zirve güç değerleri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2).

Serbest stilde 50m ve 100m mesafede madalya alan yüzücülerin, gövde uzunluğu ve yüzme performansı, 1908-2016 yıllarındaki Olimpik ve Dünya Şampiyonalarında 370 yüzücü ile incelenmiştir. Araştırma sonucunda, elit yüzücülerin boy değerlerinin, hem kadın, hem de erkek yüzücülerde arttığı ve bu değerlerin, yüzme performansının önemli bir belirleyicisi olduğu belirtilmiştir (Mazzilli, 2019). Bu çalışma sonuçlarıyla, yaptığımız çalışma sonuçları boy değişkeni açısından benzerlik göstermektedir. Çünkü boy değerleri ile 50 metre kurbağalama teknik yüzme derecesi arasında negatif yönlü anlamlı korelasyon bulunmuştur (Tablo 2). Bu sonuç, boyun uzun olması halinde, kurbağalama teknik yüzme performansının da daha iyi olacağı şeklinde yorumlanabilir. Boy uzunluğunun, özellikle kolların ve bacakların aktif hareketinde suyu süpürmenin etkili olması, ayrıca uzanma pozisyonunun daha verimli olmasına neden olacağı düşünülmektedir.

Birçok araştırmada kulaç uzunluğunun, yüzme performansını belirleyici etkileri olduğu belirtilmektedir (Craig vd., 1985; Grimston ve Hay, 1986; Deschodt vd., 1999; Kaya, 2012; Baydemir vd., 2019; Pehlivan ve Karadenizli, 2019). Yapılan bir çalışmada, 11 yaşından itibaren maksimum yüzme hızının artmasının, kulaç uzunluğunun artması ile ilişkili olduğu, kulaç oranıyla bu ilişkinin bulunmadığı belirtilmektedir (Pelayo vd., 1997; Kjendlie vd., 2003). Yaptığımız çalışma sonuçlarında her ne kadar kulaç uzunluğu ile yüzme performansları arasında anlamlı bir ilişki olmasa da boy ve kulaç uzunluğu değerleri arasında pozitif anlamlı bir korelasyon olduğu görülmektedir (Tablo 2). Bu sonuç, bahsedilen önceki araştırmaları destekler niteliktedir, katılımcı çocukların yüzme performanslarında, kulaç uzunluklarının ilerleyen yıllarda etkili olabileceği düşünülmektedir.

9-13 yaş arasında düzenli yüzme antrenmanı yapan çocukların vücutlarının yapısal ve fonksiyonel özelliklerinin incelendiği araştırmada, 60 çocuk deney ve kontrol grubu olarak ayrılmış, deney grubuna 12 haftalık düzenli yüzme antrenmanları yaptırılmıştır. Araştırma sonucunda, deney grubundaki erkek ve kadın yüzücülerin, dikey sıçrama testlerinin istatistiksel olarak daha anlamlı olduğu belirtilmiştir (Çelebi, 2008).

Akıllıoğlu, (2019), düzenli yüzme antrenmanı yapan 12-13 yaş aralığında lisanslı yüzücüler ve düzenli yüzme veya bir spor branşıyla ilgilenmeyen öğrenciler ile yaptığı çalışmada, 30 lisanslı yüzücüye 12 hafta düzenli yüzme egzersizi yaptırmıştır. Araştırma sonucunda, bahsedilen yüzücü grupta dikey sıçrama ortalamasının, öntestte $43,93 \pm 7,62$ cm, sontestte $46,60 \pm 7,88$ cm olduğu, aradaki farkın da istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirtilmiştir.

Başka bir araştırmada 8-10 yaş aralığındaki çocuklar, 3 ayrı gruba bölünmüş; 1. grup; 16 çocukla 10 hafta yüzme ve kara antrenmanı yapanlardan, 2. grup; 12 çocukla sadece yüzme antrenmanı yapanlardan, 3. grup; 24 çocukla beden eğitimi dersi dışında sportif etkinliğe katılmayan çocuklardan oluşmuştur. Araştırma sonucunda, bütün gruplarda dikey sıçrama performanslarının zamanla arttığı (yüzme ve kara antrenmanı yapan grubun dikey sıçrama ortalamasının %7,26, yüzme antrenmanı yapan grubun %5,41, sportif etkinliklere katılmayan grubun ise %3,14) rapor edilmiştir. Diğer yandan, suda ve karada antrenman yapan çocuklar ile sadece yüzme antrenmanı yapan çocukların dikey sıçrama değerleri arasında ise anlamlı bir farkın bulunmadığı, bunun nedeninin de antrenman programının içeriğinden kaynaklandığının düşünüldüğü belirtilmiştir (Uçak, 2019).

Yaptığımız çalışma sonuçları ile yukarıda bahsedilen araştırma sonuçları, dikey sıçrama değişkeni açısından kısmen benzerlik göstermektedir. Bizim çalışmamızda da dikey sıçrama değerleri ile yüzme performansları arasında herhangi anlamlı ilişki tespit edilmemiştir (Tablo 2).

Diğer yandan, dikey sıçramanın, bacak kuvveti ve anaerobik güç ile pozitif ilişkili olduğu yapılan çalışmalarda vurgulanmaktadır (Harman vd., 2007; Serin, 2015; Akıllıoğlu, 2019). Yüzme gibi branşlarda elit sporcular ile anaerobik güç ve kapasite, bir çok araştırmada, laboratuvar ve sahada test edilmiştir; bu çalışmaların sonuçlarında bu iki özelliğin, hem birbirleriyle hem de bazı antropometrik özellikler ile (vücut ağırlığı, boy uzunluğu, vücut kütle indeksi, yağsız vücut kütlesi) ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Nikolaidis vd., 2016; Nikolaidis vd., 2017; Yaprak, 2020). Farklı branş ve yaşlarda olan sporcular ile yapılmış çalışmalarda da vücut kompozisyonu ile anaerobik güç ve dikey sıçrama arasında kuvvetli ilişkilerin olduğu ifade edilmektedir (Ostojic vd., 2006; Almuzaini, 2007; Aslan vd. 2011; Kıyıcı vd., 2016).

Yaptığımız çalışmada da dikey sıçrama yüksekliği ile anaerobik zirve güç değerleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2).

Serbest yüzme performansının, wingate anaerobik güç ve kapasite ile ilişkisinin incelendiği bir araştırma ise 13-15 yaş aralığında 11 erkek yüzücü ile yapılmıştır. Katılımcılara birinci gün, wingate anaerobik güç ve kapasite testi, ikinci gün, havuzun kenarından ve suyun içinden yüzmeye başlatılarak 50 m serbest yüzme testi uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, 50 m serbest yüzme performansı ile wingate anaerobik güç ve kapasite testi arasında anlamlı ilişkiler olduğu belirtilmiştir (Yapıcı ve Cengiz, 2015).

Yaptığımız çalışmada ise dikey sıçrama yüksekliği ile anaerobik zirve güç değerleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki (Tablo 2) tespit edilse de bahsedilen iki değişken ile yüzme performansları arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır. Bunun sebebinin, katılımcı sayısı, spor yaşı, antrenman programı gibi faktörlerden kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Çalışma sonucunda, boy ve kulaç uzunluğu değerleri arasında bulunan pozitif ilişki ve boy ile 50 metre kurbağalama teknikle yüzme derecesi arasında bulunan negatif yönlü anlamlı ilişki, boy ve kulaç uzunluğun önemini ve ayrıca boy uzunluğunun, kısa mesafe kurbağalama teknikle yüzmede iyi bir derece elde etmek için etkili olduğunu ifade etmektedir.

Yüzme branşı yetenek seçiminde boy ve kulaç uzunluğunun, kısa mesafe kurbağalama teknik yüzmede performans için önemli kriterler olduğu bilgisi, antrenörlere önerilebilir. Kurbağalama teknik yüzme ile ilgili yapılmış az sayıda çalışma olması nedeniyle bu araştırma sonuçlarının faydalı olabileceği düşünülmektedir. Yeni araştırmalarda, özellikle kurbağalama teknikte daha fazla katılımcı ile farklı yaş gruplarında benzer çalışmaların yapılması araştırmacılara tavsiye edilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Akıllıoğlu, O. (2019). Düzenli yüzme egzersizlerinin ortaokul öğrencileri üzerinde fiziksel ve algı düzeyindeki etkileri. Yüksek Lisans Tezi. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
2. Almuzaini, S.K. (2007). Muscle function in Saudi children and adolescents: Relationship to anthropometric characteristics during growth. *Pediatric Exercise Science*, 19(3): 319- 333.
3. Amaro, N., Marinho, D.A., Batalha, N., Marques, M.C., & Morouço, P. (2014). Reliability of tethered swimming evaluation in age group swimmers. *Journal of Human Kinetics*, 41(1): 155-162.
4. Aslan, C.S., Büyükdere, C., Köklü, Y., Özkan, A., Şahin Özdemir, F.Ş. (2011). Elit altı sporcularda vücut kompozisyonu, anaerobik performans ve sırt kuvveti arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1): 1612-1628.
5. Barbosa, T.M, Bragada, J.A., Reis, V.M., Marinho, D.A., Carvalho, C., Silva, A.J. (2010). Energetics and biomechanics as determining factors of swimming performance: Updating the state of the art. *J Sci Med Sports*, 13, 262-9.
6. Başandaç, G., Barğı, G., Bayrakçı Tunay, V. (2023). Elit sporcularda anaerobik kapasite, anaerobik güç, yorgunluk indeksi ve fonksiyonel performansın karşılaştırılması. *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 10(1): 57-65. DOI: 10.15437/jetr.1126517
7. Baydemir, B. , Selçuk, R., & Aksoy, D. (2019). 8-9 Yaş Yüzücülerde Antropometri Özelliklerin Track Çıkış Mesafesine Etkisi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2 (2) , 215-223.
8. Born, D.P, Kuger, J., Polach, M, & Roman, M. (2021). Start and turn performances of elite male swimmers: benchmarks and underlying mechanisms. *Sports Biomechanics*, 1-19.
9. Bozdoğan, A. (2003). Yüzmede Fizyoloji, Mekanik ve Metod. İpress Basım ve Yayın. İstanbul.

10. Craig, A., Skehan, P., Pawelczyk, J., et al. (1985). Velocity, stroke rate and distance per stroke during elite swimming competition. *MedSci Sports Exerc.*, 17: 625–34.
11. Çelebi, Ş. (2008). Yüzme antrenmanı yaptırılan 9-13 yaş grubu ilköğretim öğrencilerinde vücut yapısal ve fonksiyonel özelliklerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
12. Deschodt, V.J., Arzac, L.M., Rouard, A.H. (1999). Relative contribution of arms and legs in humans to propulsion in 25 m sprint front crawl swimming. *Eur J Appl Physiol.*, 80(1): 192–199. Doi: <https://doi.org/10.2478/hukin-2014-0043>
13. Glatthorn JF, Gouge S, Nussbaumer S, et al. (2011). Validity and reliability of Optojump photoelectric cells for estimating vertical jump height. *J Strength Cond Res.*, 25: 556-560.
14. Gonjo, T. & Olstad, B.H. (2020). Start and Turn Performances of Competitive Swimmers in Sprint Butterfly Swimming. *Journal of Sports Science & Medicine*, 19(4): 727.
15. Grimston, S.K., & Hay, J.G. (1986). Relationships among anthropometric and stroking characteristics of college swimmers. *Med Sci Sports Exerc.*, 18(1): 60–68.
16. Fox, E.L., & Mathews, D.K. (1974). *Interval Training: Conditioning for Sports and General Fitness*. Philadelphia: Saunders.
17. Günay, M., Tamer, K., Cicioğlu, İ. (2005). Spor Fizyolojisi Ve Performans Ölçümü. Gazi Kitabevi, Ankara.
18. Harman, E. A., Rosenstein, M. T., Frykman, P. N., Rosenstein, R. M., & Kraemer, W. J. (1991). Estimation of human power output from vertical jump. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 5(3), 116-120.
19. Harman, H., Özkan, A., Hazır, T., Aşçı, A. ve Açıkkada, C., Vücut kompozisyonu, bacak hacmi, bacak kütlesi ve anaerobik performans arasındaki ilişki. 2007;4. Uluslararası Akdeniz Spor Bilimleri Kongresi. Antalya, Bildiri Özetleri Kitabı, s: 252.
20. Johnson, D.L., & Bahamonde, R. (1996). Power output estimate in university athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 1(3): 161-166.
21. Kaya, B. (2012). 9-11 yaş grubu serbest yüzücülerde kulaç uzunluğu ve sıklığının performansa etkisi. *Sport Sciences*, 7(2): 27-36.
22. Kıyıcı, F., Taş M., Bayraktar, I., Erhan E. (2016). Elit boksörlerin anaerobik güç yetileri ile seçilmiş bazı parametreleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi-Atatürk Üniversitesi, Haz; 18(2): 23-34.*
23. Kjendlie, P.L., Stallman, R.K., Stray-Gundersen, J. (2003). Comparison of swimming techniques of children and adult swimmers. In: Chatard JC (ed) *Biomechanics and Medicine in Swimming IX*. Université de Saint-E tienne, Saint-E tienne, France, pp 139–143.
24. Mazzilli, F. (2019). Body height and swimming performance in 50 and 100 m freestyle olympic and world championship swimming events: 1908 - 2016. *Journal of Human Kinetics*, 66, 205-213. Doi: <https://doi.org/10.2478/hukin-2018-0068>
25. Morouco, P.G., Marinho, D.A, Amaro, N.M., Perez-Turpin, J.A., Marques. M.C. (2012). Effects of dry-land strength training on swimming performance: a brief review. *Journal of Human Sport and Exercise*, 2, 553-59.
26. Muratlı, S., Toraman, F., Çetin, E. (2000). *Sportif Hareketlerin Biyomekanik Temelleri*. Bağırhan Yayınevi, Ankara.
27. Muratlı, S., Kalyoncu, O., Şahin, G. (2007). *Antrenman ve Müsabaka*. Ladin Matbaası. İstanbul.
28. Nikolaidis PT, Afonso J, Clemente-Suarez VJ, et al. (2016). Vertical jumping tests versus Wingate anaerobic test in female volleyball players: the role of age. *Sports (Basel)*. 4: 9.
29. Nikolaidis PT, Gkoudas K, Afonso J, et al. (2017). Who jumps the highest? Anthropometric and physiological correlations of vertical jump in youth elite female volleyball players. *J Sports Med Phys Fitness.*, 57: 802-810.
30. Ostojic, S.M., Mazic, S., Dikic, N. (2006). Profiling in basketball: Physical and physiological characteristics of elite players. *Journal of Strength & Conditioning Research*, Nov; 20(4): 740-744.
31. Özkan, A., Köklü, Y., Ersöz, G. (2010). *Anaerobik Performans Ve Ölçüm Yöntemleri*. Gazi Kitabevi, Ankara.
32. Pehlivan, S. & Karadenizli, Z.İ. (2019). 9-13 Yaş Grubu Yüzücülerde 50 m Serbest Teknik Yüzme Performansı ile Antropometrik ve Motorik Özellikler Arasındaki İlişki. *Journal of Physical Education and Sport Studies*, 11(2); 118-129.
33. Pelayo, P., Wille, F., Sidney, M., Berthoin, S., Lavoie, J.M. (1997). Swimming performances and stroking parameters in non skilled grammar school pupils: relation with age, gender and some anthropometric characteristics. *J Sports Med Phys Fitness* 37: 187–193.
34. Sattler T, Sekulic D, Hadzic V, et al. (2012). Vertical jumping tests in volleyball: reliability, validity, and playing-position specifics. *J Strength Cond Res*. 26: 1532-1538.
35. Serin, E. (2015). Anaerobik dayanıklılık ile dikey sıçrama arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
36. Uçak B, (2019). Kara ve su egzersizlerinden oluşan düzenli yüzme antrenmanlarının çocuklarda vücut kompozisyonu, farklı motorik özellikler ve yüzme performansına etkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
37. Yapıcı, A., Cengiz, C. (2015). 50 m serbest yüzme performansının alt ekstremite wingate anaerobik güç ve kapasite testi ile ilişkisi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 3, 44-54. Doi: <https://doi.org/10.14486/IJSCS257>
38. Yaprak, Y.A. (2020). Comparison of anaerobic performance of sub-elite tennis and badminton players. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 6: 157-167
39. Yıldız, S.A. (2012). Aerobik ve anaerobik kapasitenin anlamı nedir? *Solunum Dergisi*, 14, 1-8.

Kayak Sporcularının Yaşları ile Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki

Nazlıcan YÜZGÜL^{1A}, Abdullah ARISOY^{1B}, Osman PEPE^{2C}

¹ Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta, TÜRKİYE

² Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Isparta, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Nazlıcan YÜZGÜL: e-mail: nazlicanyuzgul3232@gmail.com

Çıkar Çatışmaları: Yazar(lar)ın beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0000-0002-6822-3134 B: Orcid ID: 0000-0002-2193-7519 B: Orcid ID: 0000-0001-8787-2538

Özet

Çalışmanın amacı, kayak sporcularının yaş düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmanın evrenini aktif olarak yarışlara katılan 526 sporcu oluşturmuştur. Örneklem grubunu ise bu yarışçı grup içerisinde rastgele yöntemle seçilen 16,916±3,975 yaş aralığında 154 sporcu oluşturmuştur. Katılımcılardan kişisel bilgi formu ve literatürde bulunan algılanan sosyal destek ölçeğini doldurmaları istenmiştir. Elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS 22.00 adlı paket program ile analiz edilmiştir. Veriler arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson ® korelasyon analizi uygulanmıştır. Sonuç olarak kayak sporcularının yaş düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasında negatif yönlü düşük düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bu durum kayak sporcularının ilerleyen yaşla birlikte, benlik gelişimleri ve artan tecrübelerine bağlı olarak karşılaşılabilecekleri zorlukları aşmada sosyal destek almak yerine bireysel olarak çözmek istediklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kayak, yaş, sosyal destek

The Relationships Between Ski Athletes' Age And Their Perceived Social Support

Abstract

The aim of the study is to examine the relationship between age levels and perceived social support levels of ski athletes. The population of the study consisted of 526 athletes actively participating in races. The sample group consisted of 154 athletes in the age range of 16,916±3,975, randomly selected from this competitive group. Participants were asked to fill out a personal information form and the perceived social support scale found in the literature.

The data obtained were analyzed in a computer environment with the package program SPSS 22.00. Pearson ® correlation analysis was applied to determine the relationships between the data.

As a result, it was determined that there was a low negative correlation between the age levels of ski athletes and their perceived social support levels. This situation is thought to be due to the fact that ski athletes want to solve the difficulties they may encounter individually, rather than receiving social support, due to their personal development and increasing experience as they get older.

Keywords: Skiing, Age, Social Support

GİRİŞ

Bireylerin sportif faaliyetlere veya aktivitelere katılmaları, onların hayatlarına dair en önemli ihtiyaçlarından biri olarak karşımıza çıkmaktadır. Spor; bireylerin fiziksel ve fizyolojik özellikleri (Kocakulak Akpınar, 2018; Herdem ve Kaynak, 2019) ve sağlıklı yaşam düzeyleri (Dalbudak ve Yiğit 2019; Kaynak, 2019; Pekel ve ark., 2015) yanı sıra sosyalleşmeleri (Akıncı, 2019; Akcan ve Bulgu, 2012), yaşam becerileri (Çelenk, 2021; Çimen ve Akıncı, 2021) ve yaşam boyu öğrenmelerine (Tammelin ve ark, 2003) katkı sağlayan bir araç olarak ifade edebiliriz.

Gerek hayat içinde gerekse spor ortamlarında bireyler çeşitli zorluklarla karşılaşabilirler. Bireyler karşılaştıkları bu zorluklarla mücadele etme ve üstesinden gelme isteğine sahiptirler ancak bazı zorluklar bireylerin tek başına üstesinden gelemeyeceği düzeyde olabilir. Bu gibi durumlarda bireylerin bazı desteğe ihtiyaçları olabilir. Bu durumlar bireyler için sosyal destek kavramını ve önemini ortaya koymaktadır. Literatür incelendiğinde, sosyal destek kavramında ve tanımlanmasında bir takım çeşitlilik ve farklılaşma olduğu ifade edilmiştir. (Cohen ve Wills 1985, Winefield ve ark. 1992, Winemiller ve ark. 1993, Ell 1996, Uchino ve ark. 1996, Hupcey 1998). Sosyal destek kavramı ile anlatılmak istenen bireyin hayatındaki sosyal ilişkilerin varlığı ve niteliğidir (House, 1988). Algılanan sosyal destek ise, bireyin kendisini önemli hissettiği, kendisine saygılı davranıldığı, ihtiyaç oluşabilecek durumlarda yardım talep edebileceği kişi veya kişilerin var olduğu ve olumlu sosyal ilişkileri olduğu duygusunu ifade eder (Karadağ, 2007).

Araştırmacılar tarafından yapılan literatür taramasında; çeşitli örneklem gruplarının algılanan sosyal destek düzeylerini inceleyen çalışmalar görülmüştür (Terzi, 2008; Çivilidağ, 2023; Demaray ve Malecki, 2002; Eldeleklioğlu, 2006). Çeşitli spor branşlarında algılanan sosyal desteği inceleyen çok az çalışmaya rastlanılmıştır (Yalçın, 2019). Ancak kayak sporcularının algılanan sosyal destek düzeylerini inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılamamıştır. Sunulan bu çalışmada, kayak sporcularının yaş düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

METOD

Araştırma Modeli

Metodoloji olarak, betimsel ve ilişkisel tarama modelleri uygulanmıştır. Betimsel tarama modeli, geçmişe ya da mevcut duruma odaklanarak durumu doğrudan betimlemeyi, ilişkisel tarama yöntemi ise, iki ya da daha fazla değişkenlerin ilişkisini ve/veya değişimin derecesini ölçmeyi içerir (Karasar, 2007).

Araştırma Grubu

Çalışmanın evrenini aktif olarak yarışlara katılan 526 sporcu oluşturmuştur. Örneklem grubunu ise bu yarışçı grup içerisinde rastgele yöntemle seçilen 16,916±3,975 yaş aralığında 154 sporcu oluşturmuştur

Veri Toplama Araçları

Katılımcılardan, kişisel bilgi formu ve literatürde yer alan çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğini uygulamaları istenmiştir.

Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve spor yaşı hakkında bilgi edinmek amacıyla 5 sorudan oluşmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

	Değişkenler	n	%
Cinsiyetiniz	Erkek	85	55,2
	Kadın	69	44,8
Eğitim Düzeyi	İlköğretim	40	26,0
	Ortaöğretim	69	44,8
	Lisans ve üzeri	45	29,2
Gelir Düzeyi	Düşük	26	16,9
	Orta	106	68,8
	Yüksek	22	14,3
Spor Yaşı	1-5 yıl	53	34,4
	6-10 Yıl	69	44,8
	11 yıl ve üzeri	32	20,8

Tablo 1. İncelendiğinde; katılımcıların cinsiyet değişkenine göre %55,2'sinin erkek, %44,8'inin kadın, eğitim düzeyi değişkenine göre %26,0'ının ilköğretim, %44,8'inin orta öğretim, %29,2'sinin lisans ve üzeri, gelir düzeyi değişkenine göre %16,9'unun düşük, %68,8'inin orta, %14,3'ünün yüksek, spor yaşı değişkenine göre ise, %34,4'ünün 1-5 yıl, %44,8'inin 6-10 yıl ve %20,8'inin 11 yıl ve üzeri cevabını verdiği tespit edilmiştir.

Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği

Zimet ve ark (1988) tarafından geliştirilen ölçeğin Türk kültürüne uyarlaması Eker ve ark (2001) tarafından yapılmıştır. Ölçek, 12 maddeden oluşan ve Aile, Özel İnsan, Arkadaşlık İlişkileri olmak üzere üç farklı kaynaktan alınan sosyal desteğin yeterliliğini değerlendirmektedir. Ölçel alt boyutlar üzerinden olduğu gibi toplam skor üzerinden de değerlendirilebilmektedir. Ölçeğe ait iç tutarlık (Cronbach alfa) katsayısı 0.89'dur (Eker ve ark, 2001). Sunulan bu çalışmada katılımcıların algılanan sosyal destek düzeyleri toplam skor üzerinden değerlendirilmiş ve ölçeğe ait iç tutarlık (Cronbach alfa) katsayısı 0.83 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde IBM SPSS 22.00 adlı paket programı kullanılmıştır. Verilerin, normal dağılımın incelenmesi amacıyla çarpıklık ve basıklık dağılımlarının, ± 1 aralığında olduğu görülmüştür. Literatürde Büyüköztürk (2007) çarpıklık ve basıklık skorlarının ± 1 aralığında olması normallik açısından uygun olarak ifade etmiştir. Bu perspektifle, veriler arasındaki ilişkilerin tespitinde Pearson ® korelasyon analizi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların betimsel istatistiği

Ölçek	n	En az	En çok	X \pm SS
Yaş	154	13.00	31.00	16,916 \pm 3,975
Algılanan Sosyal Destek	154	26.00	84.00	67.078 \pm 15.218

Çalışmaya katılan kayak sporcularının yaş düzeylerinin 16,916 \pm 3,975 yıl olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların algılanan sosyal destek düzeylerinin ise 67.078 \pm 15.218 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların akademik başarıları ile nomofobi düzeyleri arasındaki ilişki

	Algılanan Sosyal Destek	
Yaş	r	-,215
	p	007
	n	154

** (p<0,005)

Katılımcıların yaşları ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasında ($r = -.215, p = .007$) negatif yönlü düşük düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

SONUÇ, TARTIŞMA VE ÖNERİLER

Dünyaya geldiği andan yaşamının sonuna kadar insanoğlunu yaşama tutan temel unsurlardan birisi, içinde bulunduğu toplumun onay ve desteğini alma ihtiyacıdır. İnsanlar en mutlu veya sıkıntılı anlarında, ailesi arkadaşları veya toplumu oluşturan diğer kişilerin çeşitli desteklerine ihtiyaç duyarlar. Bu anlamda bireylerin yaşantısında sosyal desteğin önemli bir etkisinin olduğu ve bireylerin fiziksel ve psikolojik sağlığının bundan olumlu etkilendiği düşünülmektedir (Ateş, 2012).

Katılımcıların yaşları ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasında negatif yönlü düşük düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde, herhangi bir spor branşında sporcuların yaş düzeyleri ile algılanan destekleri arasında ilişkiyi inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Sosyal destek, bireye sosyal çevresinde bulunan insanlar tarafından sağlanan kaynaklar şeklinde açıklanabilir (Cohen ve Syme, 1985). Sosyal desteğin kişilerde aidiyet duygusunu pekiştirmesi ve kişinin içinde bulunduğu çevreye uyum sağlamasını kolaylaştırması sebebiyle yaşam boyu gerekli olduğu düşünülmektedir. Walker ve ark, (1977), bireylerin sosyal kimliklerini olumlu yönde etkileyen ve kişisel ilişkiler sayesinde aldıkları duygusal destek, maddi yardım ve hizmetler ile aldıkları bilgi ve kurulan yeni sosyal ilişkiler olarak tanımlamışlardır.

Literatürde, Topkapı ve Büyükgöze Kavas (2015) üniversite öğrencilerinin algıladıkları sosyal destek, yaşam doyumu, psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları ve psikolojik yardım alma niyetleri arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalarında sosyal destek algısı yüksek olan kişilerin yaşam doyumlarının da yüksek olduğu, yaşam doyumu yüksek olan kişilerin psikolojik yardım almaya ilişkin tutumlarının olumlu ve psikolojik yardım almaya ilişkin tutumları olumlu olan kişilerin psikolojik yardım alma niyetlerinin de yüksek olduğunu rapor etmişlerdir Taysi (2000) algılanan desteğin kişinin kendini yeterli ve başarılı hissetme olanağını yakalayarak, yetenekleri geliştirmesine ve sağlıklı benlik algısı oluşturmaya yardım ettiğini belirtmiştir. Iraz ve ark, (2021) üniversite öğrencilerinin algılanan sosyal destek ve psikolojik iyi oluşları üzerine yapmış oldukları çalışmalarında 22 yaş ve üzeri öğrencilerin algıladıkları sosyal destek düzeylerinin 18-21 yaş arasındaki öğrencilere göre daha yüksek ve istatistiksel olarak farklı olduğunu rapor etmişlerdir. Bu bilgi doğrultusunda sunulan bu çalışmada yaş düzeyi arttıkça kayak sporcularının algıladıkları sosyal desteğinde artış göstermesi beklenilmiştir. Sunulan bu çalışmada yaş düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyi arasındaki negatif yönde ilişkinin bireysel bir spor olarak kayak sporcularının karşılaştıkları problemlerin çözümünde sporun bireylerin benlik saygısı, karar verme ve problem çözme becerisi gibi birçok konuda bireylerin gelişimi üzerindeki olumlu etkilerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sonuç olarak kayak sporcularının yaş düzeyleri ile algılanan sosyal destek düzeyleri arasında negatif yönlü düşük düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Bu durum kayak sporcularının ilerleyen yaşla birlikte, benlik gelişimleri ve artan tecrübelerine bağlı olarak karşılaşılabilecekleri zorlukları aşmada sosyal destek almak yerine bireysel olarak çözmek istediklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Öneriler

Daha büyük ölçekte kayak sporcuları üzerine çalışma yapılabilir

Kayak sporunun alt branşlarındaki yarışmacıların algılanan sosyal destek düzeyleri incelenebilir.

Kayak sporunun alt branşlarındaki yarışmacıların algılanan sosyal destek düzeyleri alt branşlara göre karşılaştırılabilir.

Kayak sporcularının yaş düzeyinin artışıyla beraber düşüş gösteren algılanan sosyal destek düzeylerini yükseltmeye yönelik eğitim programları hazırlanıp uygulanabilir.

KAYNAKLAR

1. Akcan F. & Bulgu N. (2012) Spora Yönelik Sosyalizasyon Süreci: Lise Öğrencileri Üzerine Bir Uygulama Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe J. of Sport Sciences, 23 (4), 195–206.
2. Akıncı, A.Y. (2019). Beden Eğitimi, Sosyalleşme İlişkisi, 17 Meldrum Street, Beau Bassin 71504, Mauritius, Lap Lambert Academic Publishing.
3. Ateş, B. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal destek algılarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. Akademik Bakış Dergisi, 30.
4. Büyüköztürk, Ş. (2007). Sosyal Bilimler için Veri Analizi El Kitabı, 7. baskı, Pegem A Yayıncılık.
5. Cohen S, Wills TA (1985) Stress, social support, and the buffering hypothesis. Psychol Bull, 98:310-357.
6. Cohen, S., Syme, S. L. (1985). Issues in the Study and Application of Social Support. Social Support and Health, S. 3, s. 3-22.
7. Çelenk, Ç. (2021). Motivation Affects Sports and Life Skills in Physical Disabled People. Journal of Educational Psychology-Propositos y Representaciones, 9. SPE (3) e1161.
8. Çimen, E., & Akıncı, A. Y. (2021). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Yaşam Beceri Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi (Akdeniz Bölgesi Örneği). Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, 4(3), 359-370.
9. Çivilidağ, A. (2003). Anadolu lise ve özel lise öğretmenlerinin iş tatmini, iş stresi ve algılanan sosyal destek düzeylerinin karşılaştırılmasına yönelik bir analiz. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
10. Dalbudak, I., & Yiğit, Ş. (2019). Evaluation of Healthy Lifestyle Behaviors of B2-B3 Visually Impaired People Doing Sports. European Journal of Physical Education and Sport Science. 5(12) 84-98
11. Demaray, M. K., & Malecki, C. K. (2002). Critical levels of perceived social support associated with student adjustment. School Psychology Quarterly, 213-241.
12. Eker D, Arkar H, Yıldız H. Çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin gözden geçirilmiş formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenirliği. Türk Psikiyatri Dergisi 2001; 12: 17- 25.
13. Eldeleklioğlu, J. (2006). The Relationship Between The Perceived Social Support And The Level Of Depression And Anxiety In University Students. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi. 6(3) S: 727-752.
14. Ell K (1996) Social networks, social support and coping with serious illness: The family connection. Soc Sci Med, 42:173-183.
15. Herdem, S. R., & Kaynak, K. (2019). Investigation of the Effects of Different Strength Training Methods on Body Compositions. International Journal of Applied Exercise Physiology, 8(4), 37-46.
16. House, J. U. (1988). Structures and Processes of Social Support. Ann. Rev. , 293-318.
17. Hupcey JE (1998) Social support: Assessing conceptual coherence. Qual Health Res, 8:304-318.
18. Iraz R, Arıbaş, A. N., & Özşahin, F. (2021). Algılanan Sosyal Destek ve Psikolojik İyi Oluş İlişkisi: Üniversite Öğrencileri Örneği. Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi, 5(2), 363-376.
19. Karadağ, İ. (2007). İlköğretim beşinci sınıf öğrencilerinin akademik başarılarının sosyal destek kaynakları açısından incelenmesi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana
20. Karasar, N. (2007). Bilimsel araştırma yöntemi. 17.Baskı. Nobel Yayın Dağıtım, pp:49-53. Ankara
21. Kaynak, K. (2019). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yaşam tatminleri ile sağlıklı yaşam davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Ed. Oktay KIZAR) Spor Bilimler Alanında Araştırma Makaleleri-1, Gece Kitaplığı s:143-155. Ankara/Türkiye.
22. Kocakulak Akpınar. N. (2018). Büyüme Çağındaki Kız Çocukların Fizyolojik Gelişimleri Üzerine Voleybolun Etkisi. Izmir Democracy University Health Sciences Journal, 1(1), 55-62.
23. Pekel, A., Turan, M.B., Pepe, O., Bahadır, Z. (2015). The relationship with life satisfaction between health promoting behaviours of special. Education Teachers, Kayseri City Sample. International journal of Science Culture and Sport, Special Issue (3) 125-132.
24. Tammelin, T., Näyhä, S., Hills, A. P., & Järvelin, M. R. (2003). Adolescent participation in sports and adult physical activity. American journal of preventive medicine, 24(1), 22-28.
25. Taysi, E. (2000). Benlik Saygısı, Aile ve Arkadaşlardan Sağlanan Sosyal Destek: Üniversite Öğrencileriyle Yapılan Bir Çalışma. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
26. Terzi, Ş. (2008). Üniversite Öğrencilerinin Psikolojik Dayanıklılıkları ve Algıladıkları Sosyal Destek Arasındaki İlişki. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi. 3(29), 1-11.
27. Topkaya, N., & Büyükgöze Kavas, A. (2015). Algılanan Sosyal Destek, Yaşam Doyumu, Psikolojik Yardım Almaya İlişkin Tutum ve Niyet Arasındaki İlişkiler: Bir Model Çalışması. Electronic Turkish Studies, 10(2).979-996
28. Uchino BN, Cacioppo JT, Kiecolt-Glaser JK (1996) The relationship between social support and physiological processes: A review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. Psychol Bull, 119:488-531.
29. Walker, O.C., Jr., Gilbert A. Churchill, Jr., & Neil M. Ford. (1977). Motivation and Performance in Industrial Selling: Present Knowledge and Needed Research. Journal of Marketing Research, 14, 156-68.
30. Winefield HR, Winefield AH, Tiggemann M ve ark. (1992) Social support and psychological well-being in young adults: The Multidimensional Support Scale. J Pers Assess, 58:198-210.
31. Winemiller DR, Mitchell ME, Sutliff J ve ark. (1993) Measurement strategies in social support: A descriptive review of the literature. J Clin Psychol, 49: 638-648.
32. Yalçın, S. (2019). Genç Yetişkin Spor İnsanlarının Salgın Düzeylerinin Algılanan Sosyal Destek ve Öznel İyi Oluş Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

33. Zimet GD, Dahlem NW, Zimet SG, Farley GK. The multidimensional scale of perceived social support. J Pers Assess 1988; 52: 30-41

Bireysel ve Takım Sporları ile Uğraşan Antrenörlerin Örgütsel Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi

Abdülkadir ABDULLAH^{1A}, Hakan KOLAYIŞ^{2B}

¹ Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Düzce, TÜRKİYE

² Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Sakarya, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Abdülkadir Abdullah: e-mail: abdulcadirabdullah@duzce.edu.tr

Çıkar Çatışmaları: Yazarların beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayım yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0000-0003-2379-9962 B: Orcid ID: 0000-0001-9448-1463

Özet

Bu araştırmanın amacı bireysel ve takım sporları ile ilgilenen antrenörlerin örgütsel bağlılıklarının çeşitli değişkenler ile incelenmesidir. Araştırma ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan lisanslı antrenörler, örneklemini ise evren içerisinde kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen 37 kadın, 57 erkek antrenör oluşturmaktadır. Araştırma da "Örgütsel Bağlılık Ölçeği" kullanılmış ve veriler bağımsız gruplar t-testi ve tek yönlü varyans (ANOVA) analizi ile çözümlenmiştir. Araştırma bulgularına bakıldığında antrenörlerin örgütsel bağlılık puanlarının cinsiyete ve meslek yılına göre farklılık göstermediği ($p>0,05$) tespit edilmiştir. Bunun yanında örgütsel bağlılık puanlarının branş durumlarına göre örgütsel bağlılık ile alt boyutlarından duygusal ve normatif bağlılıkta anlamlı farklılık tespit edilemediği, yalnızca devam bağlılığında branşa göre takım sporuyla uğraşan antrenörler ile bireysel sporlarla uğraşan antrenörler arasında anlamlı farklılık ($p<0,05$) tespit edildiği görülmüştür. Antrenörlerin yaş durumlarına göre örgütsel bağlılık puanlarında ise; 30 yaş üzeri antrenörler ile 30 yaş ve altı antrenörler arasında anlamlı farklılıklar ($p<0,05$) tespit edilmiştir. Örgütsel bağlılık alt boyutlarında ise yaş durumlarında herhangi bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Anahtar Kelimeler: Örgütsel Bağlılık, Takım Sporları, Bireysel Sporlar, Antrenör

Examination of Organizational Commitment Levels of Coaches Engaged in Individual and Team Sports

Abstract

The aim of this research is to examine the organizational commitment of coaches interested in individual and team sports with various variables. The research was conducted using the relational screening model. The population of the research consists of licensed coaches dealing with individual and team sports, and the sample consists of 37 female and 57 male coaches selected using the convenience sampling method. "Organizational

Commitment Scale" was used in the research and the data were analyzed by independent groups t-test and one-way analysis of variance (ANOVA). Looking at the research findings, it was determined that the organizational commitment scores of the coaches did not differ according to gender and professional year ($p>0.05$). In addition, it was observed that there was no significant difference in organizational commitment scores according to branch status and emotional and normative commitment, which are its sub-dimensions, and only a significant difference ($p < 0.05$) was detected between coaches dealing with team sports and coaches dealing with individual sports according to branch in continuance commitment. As for the organizational commitment scores of the coaches according to their age; Significant differences ($p<0.05$) were detected between coaches over the age of 30 and coaches under the age of 30. No differences were observed in age groups in the organizational commitment sub-dimensions.

Key Words: Organizational Commitment, Team Sports, Individual Sports, Coach

GİRİŞ

İnsan, gereksinimlerini karşılamak, sorunlarına çözüm bulmak, yaşamını devam ettirmek için başka insanlara, insanların bir araya geldiği örgütlere ve hepsinin bir araya gelerek oluşturduğu birtakım sistemlere ihtiyaç duymaktadır. İnsanların hayatlarını devam ettirirken ihtiyaç duydukları bu sistemler ve örgütler için en önemli unsurlardan biriside insan faktörünün kendileriyle olan iletişimi ve birlikteliğidir. Bu noktada karşımıza bağlılık kavramı çıkmaktadır.

Örgütsel açıdan baktığımızda, bir örgütün en mühim öz kaynaklarından birisinin insan olduğu gerçeği apaçık karşımızdadır. Örgütlerin değişim gösterdiği modern dünyada insan kaynakları her örgüt için vazgeçilmez bir öge durumuna gelirken, bu önemli kaynağın üzerine yatırım planları yapılması gerekliliği de ortaya çıkmaktadır (Geyik, 2022).

Birden fazla boyuta sahip bir kavram olarak karşımıza çıkan bağlılık kavramı, tanımlanması noktasından da zorlanılan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bağlılık kavramı alanyazında çok sık araştırılan ve tartışılan bir kavram olması yanında, mevcut durumda sosyal bilimler alanının en zorlu kavramlarından biri durumundadır (Cohen, 2007, s. 336).

Örgütsel bağlılık kavramı aynı zamanda, günümüz modern yönetim kavramları içerisinde yoğun ilgi gören kavramlardan biridir. Örgütlerde iş görenlerin işleriyle ilgili ortaya koydukları tutumlarından biri olarak örgütsel bağlılık, özellikle son yarım asırdır üzerinde çokça yoğunlaşılan bir konu olsa da, örgütsel bağlılık kavramı tanımı özelinde tam anlamıyla fikir birliği sağlanamamıştır (İnce & Gül, 2005).

Çağımızın örgütlerinde iş görenlerin örgütlerinde ortaya koydukları tutum ve davranışlar büyük öneme sahiptir. Örgütsel anlamı olan bu tutum ve davranışlar alanyazında sürekli araştırılan konulardan biridir. Örgütsel bağlılık yapılan araştırmalarda da görüleceği üzere önemli bir araştırma konusu olup, çalışanlar içinde önemi yüksek bir davranış olarak karşımıza çıkmaktadır. Küreselleşmenin artış göstermesi, rekabet kavramının örgütler için daha çetin şartlarda gerçekleşmesi kapsamında örgütlerin sürdürmek zorunda oldukları varlıkları için örgütsel bağlılık kavramı, önemli ölçüde etki eden niteliğe kavuşmaktadır (İnce & Gül, 2005, s. 1)

Bununla birlikte örgütlerin hayatta kalabilmeleri, belirledikleri hedeflere ulaşabilmeleri, örgüte güçlü bir şekilde bağlanmış ve amaç birliği edinmiş çalışanlarla mümkün olabileceği belirtilebilir. Çalışanların örgüte dair bağlılık duygularında bir artış oluşması, bireylerin örgüt içinde kendilerini rahatça ifade etmeleriyle gerçekleşebilecek ve bu durum örgüte olan bağlılık duygularını pekiştirecektir. Örgüte ve örgütteki süreçlere katılan birey kendini daha çok örgüte ait hissedecektir (Kılıç, 2021).

Herhangi bir örgüt çalışanı, idarecisi, sahibi, departmanları ve tüm diğer bölümleriyle örgütsel bağlılık güveni arttırmakta, ast-üst ilişkilerini teşvik etmekte örgütte iklimi daha iyi duruma getirmektedir. Bu şekilde örgütlerin sağlıklı büyümesi, gelişmesi ve hayatlarını sürdürmelerinde güçlü rol sahibi olabilmektedir (Garg & Rastogi, 2009).

Tüm bunların ışığında, gelişen ve dönüşen dünya düzeninde hızlı küreselleşme süreci sporun yapısında bireysel ve örgütsel anlamda değişikliklere neden olmuştur. Her branş bu süreçten payını alarak değişime ayak uydurmak durumunda kalmıştır. Spor branşları ile sporcular arasında köprü görevi gören antrenörler kendileri bu hızlı süreci yaşarken aynı zamanda örgütsel anlamda da bu süreci yaşamaktadırlar. Bağlılık kavramı bu nedenle antrenörlerin içinde buldukları durumda önem kazanan ve irdelenmesi gereken bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu çalışmada da antrenörlerin örgütsel bağlılık düzeylerini incelemek çalışmamızın önceliği oluşturmaktadır.

METOD

Araştırma Modeli

Bireysel sporlar ve takım sporlarında antrenörlük yapan bireylerin örgütsel bağlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler ile birlikte incelenmesini amaçlayan araştırma, nicel araştırma yaklaşımlarından ilişkisel tarama modeli ile gerçekleştirilmiştir.

Araştırma Varsayımları

Araştırmaya katılanların ölçek sorularına gönülden ve içtenlikle cevap verdiği ve ölçekten elde edilen verilerin anketi cevaplayanların görüşlerini yansıttığı varsayılmaktadır.

Araştırma da ulaşılan cevaplayıcı sayısının evreni yeterli ölçüde temsil ettiği varsayılmaktadır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Avrupa Spor Başkentleri ve Şehirleri Federasyonu (ACES) tarafından ülkemizde Spor Şehri ünvanı alan illerimizde lisanslı antrenörlük yapan bireysel ve takım sporları antrenörleri oluşturmaktadır.

Araştırmanın örnekleme ise; 2023 yılı Avrupa Spor Şehri ünvanı alan Sakarya ilimizde Bireysel ve takım sporları ile uğraşan lisanslı antrenörler arasından kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak ulaşılabilen 89 antrenör ile oluşturulmuştur.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada öncelikle alanyazın taraması yapılarak farklı kaynaklardan araştırma konusu ile ilgili kuramsal veriler bir araya getirilmiş ve çalışmanın kuramsal kısmı tamamlanmıştır. Çalışma da veriler anket yoluyla Google formlar vasıtasıyla toplanmıştır. Anket 2 farklı bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde katılımcılara kişisel özellikleri sorulmuş, ikinci bölümde ise; Meyer, Allen ve Smith (1993) tarafından geliştirilmiş olan ve Türkçe'ye uyarlaması, Dağlı, Elçiçek ve Han (2018) tarafından gerçekleştirilmiş olan Örgütsel Bağlılık Ölçeği kullanılmıştır.

Örgütsel Bağlılık Ölçeği

Meyer, Allen ve Smith (1993) tarafından geliştirilen “Örgütsel Bağlılık Ölçeği”nin Türkçeye uyarlama çalışması, Dağlı, Elçiçek ve Han (2018) tarafından gerçekleştirilmiştir. ölçeğin geçerlik güvenilirlik çalışmaları yapılmış olup, 226 öğretmene uygulanmış olan ölçeğin geçerlik çalışmaları neticesinde Açıklayıcı ve Doğrulayıcı Faktör analizi sonuçları orijinal ölçeğin Türkçe formunda da aynı şekilde karşılık bulduğunu ve doğrulandığı göstermiştir. Güvenirlik çalışmaları kapsamında yapılan Chronbach-Alpha ve madde toplam korelasyon değerlerine ilişkin sonuçlar da beklenen değerler üzerinde çıkararak ölçeğin güvenilir bir ölçme aracı olduğunu göstermiştir. Ayrıca 3 boyuttan oluşan ölçeğin birinci boyutu olan duygusal bağlılık 6 maddeden (1, 2, 3, 4, 5, 6), ikinci boyutu olan devam bağlılığı 6 maddeden (7, 8, 9, 10, 11, 12) ve üçüncü boyutu olan normatif bağlılık ise yine 6 maddeden (13, 14, 15, 16, 17, 18) oluşmaktadır. Ölçek toplam 18 maddeden oluşmakta ve Ölçeğin 3, 4, 5 ve 13. maddeleri ters maddelerdir.

Verilerin Analizi

Veri toplama formu ile elde edilen veriler SPSS programları kullanılarak gerekli testler ile analiz edilmiştir. Veriler toplanırken geçerliliği ve güvenilirliği test edilmiş ölçek araçları tercih edilmiştir. Tanımlayıcı istatistikler kapsamında frekans, yüzde analizleri ile ortalama ve standart sapma değerleri hesaplamaya tabii tutulmuştur. Araştırma verilerinin normal dağılım durumu basıklık ve çarpıklık değerleri ile belirlenmiştir. Araştırmanın veri setinde basıklık değerleri örgütsel bağlılık ölçeği için -,363 ile ,506 ve çarpıklık değerleri örgütsel bağlılık ölçeği için -,250 ile ,255 arasında olduğu hesaplanmıştır. Ayrıca normallik dağılımları Kolmogorov-Smirnov testi ile sınanmıştır. Yapılan analiz sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği sonucu ortaya çıkmıştır ($p < 0,05$). Araştırmada örgütsel bağlılık düzeyleri ortalamalarının demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını sınavabilmek için Bağımsız örneklem t testi ve tek yönlü ANOVA analizleri yapılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde araştırmamıza katılan örneklemelere ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Cinsiyet	Frekans	Yüzde
Kadın	32	36
Erkek	57	64
Toplam	89	100

Araştırmamıza katılan cevaplayıcıların cinsiyetlerine göre dağılımları Tablo 3.1. de verilmiştir. Buna göre ankete katılanların %36'sı kadın, %64'ü erkektir. Erkek cevaplayıcıların sayısı 57, kadın cevaplayıcıların sayısı 32'dir.

Branş	Frekans	Yüzde
Takım Sporları	27	30,33
Bireysel Sporlar	62	69,67
Toplam	89	100

Araştırmamıza katılan cevaplayıcıların Branşlarına göre dağılımları Tablo 3.1. de verilmiştir. Buna göre ankete katılanların %30,33'ü Takım Sporlarıyla, %69,67'si Bireysel Sporlar ile ilgilenmektedir. Bireysel Sporla ile ilgilenen cevaplayıcıların sayısı 62, Takım Sporlarıyla ilgilenen cevaplayıcıların sayısı 27'dir.

Yaş	Frekans	Yüzde
30 Yaş ve Aşağısı	47	52,80
30 Yaş Üzeri	42	47,20
Toplam	89	100

Araştırmamıza katılan cevaplayıcıların yaşlarına göre dağılımları Tablo 3.1. de verilmiştir. Buna göre ankete katılanların %52,80'i 30 yaş ve aşağısında, %47,20'si 31 Yaş ve üzeridir. 30 yaş ve aşağısında olan cevaplayıcıların sayısı 47, 30 yaş ve üzerinde olan cevaplayıcıların sayısı 42'dir.

Meslekteki Yıl	Frekans	Yüzde
1-9 Yıl	60	67,41
10-19 Yıl	18	20,23
20-35 Yıl	11	12,36
Toplam	89	100

Araştırmamıza katılan cevaplayıcıların meslekteki yıllarına göre dağılımları Tablo 3.1. de verilmiştir. Buna göre ankete katılanların %67,41'i 1-9 yıl arasında, %20,23'ü 10-19 yıl arasında, %12,36'sı 20-35 yıl arasında meslek yılına sahiptir. 1-9 yıl arasında meslekte olan cevaplayıcıların sayısı 60, 10-19 yıl arasında meslekte olan cevaplayıcıların sayısı 18, 20-35 yıl arasında meslekte olan cevaplayıcıların sayısı 11'dir.

	Cinsiyet	N	Mean±SD	t	df	p
Duygusal Bağlılık	Kadın	32	21,81±4,748	-,182	89	0,856
	Erkek	57	22,02±5,303			
Devam Bağlılığı	Kadın	32	17,72±5,366	,523	89	0,602
	Erkek	57	17,11±5,277			
Normatif Bağlılık	Kadın	32	19,88±5,173	-,204	89	0,839
	Erkek	57	20,09±4,441			
Örgütsel Bağlılık (Genel)	Kadın	32	59,41±10,764	,081	89	0,935
	Erkek	57	59,21±10,993			

P<0.05

Araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyetlerine göre, örgütsel bağlılık ve örgütsel bağlılık alt boyutlarında ortalamalarının anlamlı olarak birbirinden farklılaşmadığı görülmüştür. Duygusal bağlılık ve Normatif bağlılık alt boyutlarında erkek katılımcıların, devam bağlılığı ve örgütsel bağlılık genel ortalamasında ise kadın katılımcıların ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Fakat bu istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar ortaya çıkarmamıştır.

Tablo 6. Branşa Göre T Testi Sonuçları

	Branş	N	Mean±SD	t	df	p
Duygusal Bağlılık	Takım Sporları	27	22,67±5,152	,884	89	0,379
	Bireysel Sporlar	62	21,63±5,064			
Devam Bağlılığı	Takım Sporları	27	15,52±4,718	-2,173	89	0,33*
	Bireysel Sporlar	62	18,11±5,363			
Normatif Bağlılık	Takım Sporları	27	20,22±4,353	,279	89	0,781
	Bireysel Sporlar	62	19,92±4,860			
Örgütsel Bağlılık (Genel)	Takım Sporları	27	58,41±8,441	-,499	89	0,619
	Bireysel Sporlar	62	59,66±11,789			
P<0.05						

Araştırmaya katılan katılımcıların takım sporları ve bireysel sporlara göre, Örgütsel Bağlılık ve Örgütsel Bağlılık alt boyutlarından Duygusal Bağlılık ve Normatif Bağlılık ortalamalarının anlamlı olarak birbirlerinden farklılık göstermediği görülmüştür. Ancak Örgütsel bağlılık alt boyutlarından devam bağlılığında bireysel sporların, takım sporları ile arasında anlamlı farklılık olduğu ($p=0,033$) görülmektedir. Bireysel Sporlar ile uğraşan antrenörlerin takım sporları ile uğraşan antrenörlerden daha yüksek devam bağlılığına sahip oldukları ortaya çıkmıştır.

Tablo 7. Yaşa Göre T Testi Sonuçları

	Yaş	N	Mean±SD	t	df	p
Duygusal Bağlılık	30 Yaş ve Aşağısı	47	20,68±4,658	-2,566	89	,012*
	30 Yaş Üzeri	42	23,36±5,221			
Devam Bağlılığı	30 Yaş ve Aşağısı	47	17,30±4,741	-,052	89	,958
	30 Yaş Üzeri	42	17,36±5,897			
Normatif Bağlılık	30 Yaş ve Aşağısı	47	19,11±4,842	-1,956	89	,054
	30 Yaş Üzeri	42	21,02±4,348			
Örgütsel Bağlılık (Genel)	30 Yaş ve Aşağısı	47	57,09±10,268	-2,056	89	,043*
	30 Yaş Üzeri	42	61,74±11,076			
P<0.05						

Araştırmaya katılan katılımcıların yaşlara göre t testi sonuçlarına bakıldığında, Örgütsel Bağlılık genel ortalamalarında 30 yaş üzeri antrenörlerin, 30 yaş ve altı antrenörlere göre ortalamalarında anlamlı farklılık ($p=0,043$) ortaya çıkmıştır. 30 yaş üzeri antrenörlerin Örgütsel Bağlılıkları daha yüksek çıkmıştır. Örgütsel Bağlılık alt boyutlarından Duygusal Bağlılıkta da 30 yaş üzeri antrenörler, 30 yaş ve altı antrenörlere göre daha yüksek Duygusal Bağlılığa sahiptirler. Bu fark ayrıca anlamlı olarak farklılık ($p=0,012$) ortaya koymuştur. Diğer alt boyutlar Normatif ve Devam Bağlılığında ise anlamlı bir farklılık oluşmamıştır.

Tablo 8. Meslek Yıllarına Göre T Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	Mean±SD	t	df	p
Duygusal Bağlılık	1-9 Yıl	60	21,30±4,996	1,682	89	,192
	10-19 Yıl	18	22,83±4,902			
	20-35 Yıl	11	24,00±5,550			
Devam Bağlılığı	1-9 Yıl	60	17,55±5,147	,570	89	,567
	10-19 Yıl	18	16,17±6,042			
	20-35 Yıl	11	18,00±4,940			
Normatif Bağlılık	1-9 Yıl	60	19,90±4,922	,052	89	,949
	10-19 Yıl	18	20,28±4,170			
	20-35 Yıl	11	20,18±4,557			
Örgütsel Bağlılık (Genel)	1-9 Yıl	60	58,75±11,072	,459	89	,633
	10-19 Yıl	18	59,28±9,535			
	20-35 Yıl	11	62,18±12,131			
P<0.05						

Araştırmaya katılan katılımcıların mesleklerini icra ettikleri yıllara göre Örgütsel Bağlılık ve Örgütsel Bağlılık alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır. Genel anlamda Örgütsel Bağlılık ve alt boyutlarında 20-35 Yıl meslekte bulunan antrenörler diğerlerine göre daha yüksek bağlılık ortalamalarına sahip olsa da bu anlamlı farklılık ortaya koymamaktadır.

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma da antrenörlerin çeşitli değişkenler ile örgütsel bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Bu kapsamda toplanan veriler analiz edilerek tartışma ve sonuçlar aşağıda sunulmuştur.

Araştırmaya katılan antrenörlerin cinsiyet durumlarına göre örgütsel bağlılık düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Ayrıca örgütsel bağlılık alt boyutları olan duygusal, devam ve normatif bağlılık alt boyutlarında anlamlı bir farklılık cinsiyet durumları baz alındığında görülmemiştir. Duygusal ve normatif bağlılık alt boyutlarında erkek antrenörlerin bağlılıkları daha yüksek, devam bağlılığında ise kadın antrenörlerin daha yüksek çıksa da yukarıda aktarıldığı gibi anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır. Bu durumda da cinsiyete bağlı birtakım farklılıkların varlığından söz edebilmek de bu farklılıkların çalışmamızdan yola çıkarak birtakım etkilere neden olmayacağı yorumu yapılabilir.

Alanyazın incelendiğinde örgütsel bağlılığın cinsiyet durumlarına göre ortaya koyduğu sonuçlara bakıldığında, Özdemir ve Uğurlu (2021) spor lisesi çalışanları ile yaptığı çalışmada örgütsel bağlılığın cinsiyete göre anlamlı farklılık ortaya koymadığını tespit etmiştir. Yıldız ve Atilla (2019) çalışmalarında cinsiyete göre anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varmıştır. Bozkurt ve Yurt (2013) akademisyenlere yönelik yaptığı çalışmada örgütsel bağlılığın cinsiyete göre farklılık yaratmadığını saptamışlardır.

Diğer yandan Aydemir (2022) çalışmasında cinsiyete göre örgütsel bağlılıkta anlamlı farklar olduğunu ortaya koymuştur.

Araştırmaya katılan antrenörlerin branş durumlarına göre örgütsel bağlılık durumlarına baktığımızda örgütsel bağlılık ile duygusal bağlılık ve normatif bağlılık alt boyutlarının ortalamalarında anlamlı olarak farklılık ortaya çıkmadığı sonucuna varılmıştır. Bunun yanında

duygusal ve normatif bağlılık alt boyutlarında takım sporu ile ilgilenen antrenörler bağlılık ortalamaları, bireysel sporlar ile ilgilenen antrenörlere göre daha yüksek çıkmıştır. Bunu birden çok kişiyle bir amaç için çok zaman geçiren ve takım olgusu hisseden antrenörlerin örgüte veya çevresine olan bağlılığının artmasıyla açıklanabilir. Bunlar dışında branşa göre devam bağlılığı alt boyutunda takım sporu ile bireysel sporlar arasında anlamlı bir farklılık ortaya çıkmıştır. Bireysel sporlar ile uğraşan antrenörler, takım sporu ile uğraşan antrenörlere göre yüksek devam bağlılığına sahiptir. Bu durum bireysel sporlar ile ilgilenen antrenörlerin mevcuttaki durumlarını bırakıp alternatif bir şey yapmak istemesiyle mevcut durumunu tekrar sağlayamama endişesini, bireysel sporcu bulamama endişesini yaşama düşüncesi ile bağdaştırılabilir.

Alanyazına baktığımızda genel anlamda çalışmamızda örtüşen sonuçlar bulunmaktadır. Lee, Yusof, Geok ve Omar (2017) yaptıkları çalışmada spor örgütü çalışanlarının çalıştıkları branş ile örgütsel bağlılıkları arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Xie, (2005) yapmış olduğu araştırma da spor örgütü çalışanlarının branşları ile örgütsel bağlılıkları arasında anlamlı bir farklılık saptamamıştır.

Araştırmaya katılan antrenörlerin yaş durumlarına göre örgütsel bağlılık düzeylerine bakıldığında, örgütsel bağlılık düzeylerinde 30 yaş ve üzeri antrenörlerin 30 yaş ve altı antrenörlere göre anlamlı farklılık oluşturduğu ortaya çıkmıştır. Bu durumda yaşı 30 üzeri olan antrenörlerin birtakım dış etkenler ile birlikte bağlılık gösterme niyetlerinin yüksek olduğu sonucu çıkarılabilir. Belirli bir yaşa gelmiş olan antrenörler hayatlarını belirli bir düzene oturttuklarından dolayı bağlılık gösterme istekleri daha çok olabilecektir. Ayrıca normatif bağlılık alt boyutunda da 30 yaş ve üzeri antrenörler yüksek bağlılık sahibidirler. Anlamlı bir fark çıkmış olmasa da yakın bir ortalamaya sahiptir.

Motz, Rathwell, Callary, ve Young, (2024) tarafından yapılan araştırma da spor örgütlerinde çalışan antrenörlerin yaş ile örgütsel bağlılık ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna varmışlardır. Araştırmamızdan farklı olarak bu çalışma da genç antrenörlerin bağlılıkları daha yüksek çıkmıştır. Çelik (2011) de çalışmalarında yaş ile örgütsel bağlılık arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki saptamıştır.

Diğer yandan Çelik ve Kılıçaslan (2021) çalışmasında örgütsel bağlılık ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık bulamamıştır. Özdemir (2012) tarafından gençlik spor müdürlüğünde yapılan araştırma da örgütsel bağlılığın yaş faktöründe anlamlı farklılık oluşturmadığı sonucuna varılmıştır.

Araştırmaya katılan antrenörlerin meslek yıllarına göre örgütsel bağlılık düzeylerine bakıldığında örgütsel bağlılık ve alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bunun yanında duygusal bağlılıkta meslek yılı arttıkça bağlılığın arttığı görülmektedir. Antrenörlerin meslekte yılı arttıkça branşı ile amaç ve inanç bütünleşmesi yaşaması çok doğal olacağından bu bağlılık alt boyutundaki artış olması gereken şekilde yorumlanabilir. Devam bağlılığında ise meslek başlarında yüksek, sonrasında düşen bağlılık sonra tekrar yükselmektedir. Bu durumda meslekte geçen süre içerisinde bireylerin alternatif iş bulma olanakları değişiklik gösterebilir ve birtakım etkenler bağlılıkları etkileyebilecektir. Normatif bağlılıkta ise mesleğin ilk yıllarında düşük olan bağlılık, mesleğin ortalarında yükselirken antrenörlerin örgütlerine veya çevrelerine tecrübelerini aktarma, kendisine katkıda bulunanlara karşılık verme arzusu da yükselmektedir. Sonrasında tekrar bağlılığın düştüğü görülmektedir.

Alanyazına bakıldığında, Doğan ve Akgül (2014) yaptığı araştırma da meslek yılında meydana gelen farklılaşmanın örgütsel bağlılığı etkilemediğini ortaya koymuştur. Altun (2010) ve İmamoğlu (2011) de yapmış oldukları çalışmalarda meslekte geçen yılların örgütsel bağlılığı etkilemediğini ortaya koymuştur.

Diğer yandan Atik ve Üstüner (2012) öğretmenlerin meslekte geçirdikleri yılların örgütsel bağlılıkları ile istatistiksel olarak anlamlı farklar ortaya koyduğunu göstermiştir. Aynı zamanda

Nartgün ve Menep (2010) un çalışmalarında da örgütsel bağlılık ile meslekteki yıl arasında anlamlı farklar söz konusudur.

Sonuç olarak; antrenörlerin örgütsel bağlılık ve alt boyutlarında cinsiyet durumlarına göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Branşa göre bakıldığında ise devam bağlılığı alt boyutunda takım ve bireysel sporlar arasında anlamlı olarak farklılık elde edilmiştir. Ayrıca yaş durumlarına göre örgütsel bağlılık ortalamalarına bakıldığında da 30 yaş üzeri antrenörler ile 30 yaş ve altı antrenörler arasında da anlamlı farklılık elde edilmiştir. Bunlarla birlikte antrenörlerin meslek yıllarına göre örgütsel bağlılık ortalamalarında anlamlı farklılıklar gözlemlenmezken, duygusal bağlılık alt boyutunda ise meslek yılı arttıkça duygusal bağlılığın arttığı sonucu da göze çarpmaktadır.

Örgütsel bağlılıkla ilgili antrenörler üzerinden yapılacak çalışmaların daha fazla değişken göz önüne alarak yapılması önerilmektedir. Antrenörlerin aynı branşlarda sporcularla ilişkisine bakılması ayrıca alanyazın için katkıda bulunabilecektir. Bunun yanında farklı branşların antrenör ve sporcularının örgütsel bağlılık kıyaslamalarının yapılmasının bu alana katkı sunacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Altun, G. (2010). Özel eğitim kurumlarında çalışan öğretmenlerin örgütsel güven düzeyleri ile örgütsel bağlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Marmara Üniversitesi.
2. Atik, S., & Üstüner, M. (2012). İlköğretim okullarının örgüt tipi ile öğretmenlerin örgütsel bağlılığı arasındaki ilişki. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi.
3. Aydemir, U. (2022). Spor federasyonlarında çalışan personellerin örgütsel bağlılıkları. Bayburt Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
4. Bozkurt, Ö., & Yurt, İ. (2013). Akademisyenlerin örgütsel bağlılık düzeylerini belirlemeye yönelik bir araştırma. Yönetim Bilimleri Dergisi, 11(22), 121-139.
5. Cohen, A. (2007). Commitment before and after: An evaluation and reconceptualization of organizational commitment. Human Resource Management Review(17:3), 336-354.
6. Çelik, A., & Kılıçaslan, U. (2021). Farklı eğitim seviyesindeki futbolcuların kulübe bağlılıklarını etkileyen faktörlerin incelenmesi. Sportmetre Been Eğitimi ve Spor Dergisi, 19(4), 109-123.
7. Çelik, S. (2011). Ortaöğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin örgütsel adanmışlıkları ile öğretmenlere yönelik yıldırma davranışları arasındaki ilişki. Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
8. Doğan, S., & Akgül, Z. (2014). Örgütsel bağlılık ve tükenmişlik arasındaki ilişkinin matematik öğretmenlerinin algılarına göre incelenmesi. Sivas.
9. Garg, P., & Rastogi, R. (2009). Effect of psychological wellbeing on organizational commitment of employees. Journal of Organizational Behavior, 8(2), 42-51.
10. Geyik, M. (2022). The effects of psychological safety and organizational commitment to subjective job performance in Turkish banking sector. 6.
11. İmamoğlu, G. (2011). İlköğretim okulu öğretmenlerinin örgütsel bağlılık düzeyleri ve örgütsel adalet algıları arasındaki ilişki. Ankara: Gazi Üniversitesi.
12. İnce, M., & Gül, H. (2005). Yönetimde yeni bir paradigma örgütsel bağlılık. Konya: Çizgi Yayınevi.
13. Kılıç, Ç. (2021). Çalışanın kurumsal sosyal sorumluluk projelerine katılımının örgütsel bağlılığa etkisi.
14. Lee, O., Yusof, A., Geok, S., & Omar, Z. (2017). Volunteerism, organizational justice and organizational commitment: the case of sport coaches in Malaysian schools. International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences, 7(7), 387-401.
15. Motz, D., Rathwell, S., Callary, B., & Young, B. (2024). Invariance Testing of the Adult-Oriented Sport Coaching Survey Across Masters Athletes' Age, Gender, Competition Level, and Sport. Measurement in Physical Education and Exercise Science, 28(1), 1-14.
16. Nartgün, Ş., & Menep, İ. (2010). İlköğretim okullarında görev yapan öğretmenlerin örgütsel bağlılığa ilişkin algı düzeylerinin incelenmesi: Şırnak/İdil örneği. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 7(1), 288-316.
17. Özdemir, K. (2012). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde çalışan personelin örgütsel bağlılıklarının incelenmesi: Doğu Anadolu illeri örneği. Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

18. Özdemir, M., & Uğurlu, F. (2021). SPOR LİSELERİNDE ÇALIŞAN ÖĞRETMENLERİN MOBBİNGE Maruz Kalma Durumlarının Örgütsel Bağlılık İle İlişkisinin İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 339-354.
19. Xie, D. (2005). Exploring organizational learning culture, job satisfaction, motivation to learn, organizational commitment, and internal service quality in a sport organization. The Ohio State University.
20. Yıldız, A., & Atilla, G. (2019). Örgütsel adalet algısının örgütsel bağlılık düzeyine etkisi: otel çalışanları üzerinde bir araştırma. *Bartın Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(19), 39-64.

2013- 2023 Yılları Arası Sporda İmgeleme Kullanımı Alanında Yapılan Çalışmaların İncelenmesi

Özge FAZLIOĞLU ^{1A}, Zeynep İnci KARADENİZLİ ^{2B}

¹ Düzce Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Bilimleri Anabilim Dalı, Düzce, TÜRKİYE

² Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Düzce, TÜRKİYE

Sorumlu Yazar: Zeynep İnci Karadenizli: e-mail: incikaradenizli@duzce.edu.tr

Çıkar Çatışmaları: Yazar(lar)ın beyan edeceği herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Telif Hakkı ve Lisans: Dergide yayın yapan yazarlar, CC BY-NC 4.0 kapsamında lisanslanan çalışmalarının telif hakkını saklı tutar.

Etik Beyanı: Bu çalışmanın gerçekleştirilmesi ve yazılmasında bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve kullanılan tüm kaynaklara usulüne uygun şekilde atıfta bulunulduğu beyan edilmiştir.

A: Orcid ID: 0009-0003-4720-5863 B: Orcid ID: 0000-0002-9159-999X

Özet

Bu araştırmanın amacı, 2013-2023 yılları arasında sporda imgeleme alanında yapılan akademik çalışmaların derlenerek, gelecekte yapılacak olan çalışmalara yardımcı olmaktır. Bu amaç doğrultusunda yapılan makale ve tez çalışmaları incelenmiştir. Sporda İmgeleme alanında yapılan çalışmalar araştırılırken Google Akademik, Akademia, Dergi park, YÖK tez veri tabanları kullanılmıştır. Tarama yapılırken 3 farklı anahtar kelime kullanılarak erişime açık makaleler incelenmiştir. Çalışmalarda elde edilen verilere göre Sporda İmgeleme ile ilgili 17 olumlu, 3 olumsuz ya da nötr çalışmaya ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Spor, İmgeleme, Sporda İmgeleme

Analysing the studies on the use of imagery in sport between the years 2013- 2023

Abstract

The aim of this research is to compile the academic studies conducted in the field of imagery in sport between 2013-2023 and to help future studies. For this purpose, articles and thesis studies were analysed. Google Scholar, Akademia, Dergi park, YÖK thesis databases were used while researching the studies in the field of Imagery in Sport. While scanning, articles open to access were examined by using 3 different keywords. According to the data obtained in the studies, 17 positive, 3 negative or neutral studies on Imagery in Sport were found.

Keywords: Sport, Imagery, Imagery in Sport

GİRİŞ

Spor psikolojisi alanında sıklıkla kullanılan imgeleme, birçok sporcunun antrenman, müsabaka ve antrenman dışı ortamlarda kullandığı, antrenörler ve diğer bireyler tarafından da sıklıkla tercih edilen psikolojik bir yöntemdir. İmgeleme, sporda başarıyı sağlayan tamamlayıcı bir psikolojik beceri olarak görülmektedir. İmgeleme, zihinsel bir süreç olan, zihnimizde görsel veya duygusal bir şekilde canlandırdığımız hayali veya gerçek olan durumları ifade etmek için kullanılan bir kavramdır. İmgelemenin temelinde zihinsel görüntülerin oluşturulması ve bu görüntülerin zihinsel bir tasarım sürecine bağlı olarak gerçekleştirilmesi vardır. İmgeleme, fiziksel ve psikolojik becerilerini geliştirmek isteyen sporcular imgeleme çalışmalarına başvururlar. İmgeleme kullanımları genellikle özgüven oluşturmak, konsantrasyonu artırmak, duygusal tepkileri kontrol altında tutmak, sportif becerileri/stratejileri anlama ve geliştirme, ağrı ve sakatlıkla başa çıkmak ve bunların kaynaklı problemi çözmek için kullanılmaktadır (Taylor ve Wilson, 2005; Bayköse, 2014).

İmgelemenin Yararları: Sporcular farklı zamanlarda imgelemelerden değişik şekillerde faydalanabilirler. Sporcuların kullandığı imgelemenin sporcuya faydalarını şu şekilde sıralayabiliriz. Bunlar; a) İmgeleme, zihinde sürekli tekrarlayarak performansı artırılmasına ve yeni becerilerin öğrenilmesine, öğrenilen becerilerin geliştirilmesine katkıda bulunur, b) İmgeleme, sporcunun dikkatini artırarak hareketlere ve performansa odaklanmasına yardımcı olur, c) Hataların ne olduğunu bilmek onları düzeltmeyi kolaylaştırır. Sporcular, bir becerinin yanlış olan taraflarını ve dış imgelerle nerede yanlış yaptıklarını görebilir ve düzeltebilirler d) Zihinsel imgelemenin sporcuların duygusal durumlarını olumlu ve etkili bir şekilde etkilediği bilinmektedir. Sporcular genellikle gerçek rekabetin getirdiği korku, baskı ve öfke gibi duyguları deneyimlerler. Bu nedenle imgeleme, yarışma sırasında sporcuların duygusal durumlarını kontrol altında tutmak için ön hazırlık imkânı sunar e) Hata yapmaktan korktuğu becerileri hayal ederek ve aslında bu becerileri uygulayarak özgüvenini geliştirir ve sporcunun daha emin ve cesurca yapabilmesine yardımcı olur. Olumsuz koşullarda başarılı performansların ortaya konulduğunun imgelemesi kendine güvenin gelişmesine yardımcı olur. Sporcular sadece deneyimlemekle kalmaz, imgelemenin neticelerini kontrol ederek bu uygulamanın pozitif çıktılarında da faydalanabilirler, f) İmgeleme, yarışmanın ön hazırlık sürecine dahil edilerek sporcunun önceden belirlenmiş taktik ve stratejiler üzerinde çalışmasına yardımcı olur. Zamanlama, teknik ve taktik değişiklikler gibi müsabakalarda aniden değişebilecek unsurlara sporcunun psikolojik olarak hazırlanmasına katkıda bulunur g) Sakatlık ve yaralanma döneminden sonraki tedavi ve rehabilitasyon sürecinde kullanarak performansa dönüş süresini kısaltır (Tiryaki, 2000; Karagözoğlu, 2005; Bayköse, 2014).

Beceri Öğrenimi ve Uygulama	Beceri öğrenimi ya da beceri kazanma
	Beceri uygulaması
	Hata bulma ve düzeltme
Taktik ve Oyun Becerileri	Strateji gelişimi
	Strateji öğrenme
	Strateji uygulaması
	Problem çözme
Yarışma ve Performans	Yarışmaya hazırlık
	Zihinsel ısınma
	Performans öncesi rutin
	Önizleme
	Tekrar etme
Psikolojik Beceriler	Uyarılmışlık/kaygı kontrolü ve stres yönetimi
	Konsantrasyon ve dikkati geliştirmek
	Bireysel farkındalığı artırmak
	Özgüven ve Öz-Yetkinlik
	Motivasyon
	Psiko-fizyolojik yanıt
Sakatlanma ve Ağır Antrenman	Küçük Sakatlanmalar
	Uzun Dönem Sakatlanmaları
	Kişisel Beceriler

Şekil 1. Spor ve egzersizde imgeleme kullanımı.

Fiziksel aktivite ve sporda imgeleme kullanım modelleri, sporculardaki imgelemenin bilişsel, davranışsal ve etkili ifadelerinin yanı sıra imgelemenin beceri öğrenme ve gelişimi üzerindeki etkilerini geliştirmek için de kullanılır.

İmgeleme Çalışmalarında Dikkat Edilmesi Gereken Noktalar: İmgeleme çalışmaları uygulanırken dikkat edilmesi gereken püt noktaların başında, zihinde hayal edilen becerinin hızı ile gerçekte hayal edilen becerinin hızı arasında herhangi bir fark olmamasıdır. Bir başka ifadeyle, sergilenmek istenen becerinin imgesi yapılırken akılda harcanan zaman ve imgenin hızı eşit olmalıdır. Araştırmacılar, İyi bir imgeleme yapmak için dikkate alınması gereken noktaları şu şekilde belirtmektedirler; 1. Bireyin ihtiyaçlarını analiz etmek. 2. İmgelemek istediği hedef davranışları belirlemek. 3. İmgeleme ile ilgili öğretim aşamalarını belirlemek. 4. Her adımda imgeleme hızının belirlenmesi. 5. Sporcuyla uygulama hakkında eğitmek. 6. Kapalı pozitif pekiştirmeyi öğretmek ve geliştirmek: Bir sporcu bir beceriyi başarılı bir şekilde hayal ettiğinde kendini pekiştirmesi. Örneğin, bravo, bak, sen başardın, ben iyi ve yetenekli bir sporcuym, üstesinden geldim, başardım gibi. İmgeleme yapılırken olumsuz pekiştirmelere kesinlikle yer verilmemesi gerektiği, bunun sporcunun özgüvenini azaltacağı belirtilmektedir. 7. Sporcunun sergilediği gerçek performansı değerlendirmek (Bayköse, 2014; Tiryaki, 2000).

Sporda Kullanılan İmgeleme Modelleri: Kişisel özelliklere göre farklı şekillerde imgelemeler yapılabilir. Bu amaçla geliştirilmiş çeşitli modellere rastlanmaktadır. Alan yazınına baktığımızda spor faaliyetlerinde kullanılan beş farklı imgeleme modelinin olduğu görülmektedir. a) Sporda İmgelemenin 4 N'si, b) Pettlep Modeli, c) Sporda İmgeleme Kullanımının Uygulamalı Modeli, d) Sporda İmgeleme Yetenek Modeli, e) Sporda İmgelemenin Üç Düzey Modeli (Weinberger ve Gould, 2015).

İmgeleme ve Spor İlişkisi: Spor, rekabet etme, heyecanlanma, belirli kurallara bağlı olarak yarışı kazanma arzusu nedeniyle gerçekleştirilen fiziksel aktivitelerin yanı sıra insan bedenini ve ruh sağlığını iyileştirme, kişilik oluşumu, bilgi, beceri ve yetenek kazanma, karakter özellikleri geliştirme, fiziksel aktiviteyi artırma, sosyo-kültürel ve ekonomik kalkınmanın sağlanmasıyla çevrede uyum, toplumda barışın sağlanması gibi faydaların bütünü olarak tanımlanabilir. Bu tür birçok özelliğinin varlığı sayesinde spor günümüzde çok kullanışlı, çok farklı amaçlara hizmet eden, çeşitlilik içeren ve çok yönlü evrenselleşmiştir. Bir beceriyi öğrenmek veya gösterilen performansı yükseltmek amacıyla imgeleme kullanılır. Bu nedenle sporcunun öğrenmek istediği branşı veya performansını artırmak istediği için beceriyi akılda doğru bir şekilde canlandırması ve bunu defalarca tekrar yapabilmesi son derece faydalıdır. Hareketi insanın zihninde hem akıcı biçimde hem de doğru olarak ayırıştırmanın, korkmadan canlandırmaları bu durumu uygulamaktan daha kolaydır. Öğrenilecek hareketin hatasız olduğunu akılda düşünmek ve yapmak, uygulamaya geçtiğinde hareketin aşamasını ileriye taşıyacaktır. Ayrıca imgeleme, harekete odaklanmasını sağlayarak sporcunun performans anında konsantrasyonuna da katkıda bulunacaktır. İmgeleme, spor ortamında olan ve aşaması ne olursa olsun bağımsız olarak herkesçe kolaylıkla uygulanabilmektedir. Sporcu tarafından uygulanacağı beceriye yönelik teknik ve taktikler ne kadar karmaşıksa, onun için yapılan imgeleme çalışmaları o kadar önemli hale gelir (Tiryaki, 2000; Karagözoğlu, 2005; Weinberger ve Gould, 2015).

Bu araştırmanın amacı, 2013-2023 yılları arasında sporda imgeleme alanında yapılan akademik çalışmaların derlenmesi ile gelecekte yapılacak olan çalışmalara yardımcı olabilmektir.

METOD

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma sistematik derleme kullanılarak 2013-2023 yılları arasında çalışılan Sporda İmgeleme çalışmalarının sonucunu göstermek amacı ile yapılmıştır. Sistematik derleme, bir araştırma sorusuna yanıt aramak veya problem karşısında çözüm üretmek amacıyla, o alana ait yapılan çalışmaların taranarak araştırma kalitesinin değerlendirilmesi, hangi çalışmanın araştırmada kullanılacağı gibi kriterlerin belirlenmesini ve elde edilen verilerin bir araya getirilerek derlenmesidir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu çalışmanın sınırlılığı, sadece erişime açık olan çalışmaların dahil edilmesidir.

Veri Toplama Araçları

Sporda imgeleme alanında yapılan çalışmalar araştırılırken Google Akademik, Akademia, Dergi park, YÖK tez veri tabanları kullanılmıştır. Tarama yapılırken "İmgeleme", "Spor" ve "Sporda imgeleme" olarak 3 farklı anahtar kelime kullanılarak araştırmanın amacına uygun 20 farklı araştırmaya ulaşılarak derlemeye dahil edilmiştir.

BULGULAR

Araştırmada yer alan verilerin sonucunda elde edilen bulgular aşağıda Tablo 1 ve Tablo 2 şeklinde değerlendirilerek gösterilmiştir.

Tablo 1. İmgeleme üzerine yapılmış olumlu yönde çalışmalara ilişkin bilgiler			
ARAŞTIRMA	AMAÇ	YÖNTEM / METOT	SONUÇ
(Ulucan ve Bölükbaşı, 2020)	Farklı spor branşları ile uğraşan sporcuların imgeleme düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.	Araştırmaya 68 kadın 76 erkek toplam 144 kişi katılmıştır. Yaşları bakımından 18 ve üzeri kişiler katılmıştır. Çalışma için sosyodemografik veri formu ve sporda imgeleme ölçeği kullanılmıştır.	Yapılan çalışmada imgeleme antrenmanlarının performansı etkilediği görülmektedir.
(Şahinler, 2021)	Hem sporcularda hemde antrenörler arasında yaygın olan imgeleme, performansı etkilemektedir. Bu çalışmada, sporcuların imgeleme düzeylerini belirlemek amaçlanmıştır.	Çeşitli Liselerde okuyan, mezun ve en az 2 yıl spor yaşamış 156 kadın 177 erkek toplam 333 kişi oluşturmaktadır. Çalışmada kişisel bilgi formu ve sporda imgeleme envanteri kullanılmıştır.	Araştırmada yaş, cinsiyet, sosyal aktivite, spor yılı, yaptığı spor, milli sporcu incelenmiştir ve bu değişkenlere göre imgeleme düzeyinde farklılıklar bulunmuştur.
(Şentürk ve Özmütlu, 2023)	Okçuluk sporu ile ilgilenen sporcuların sporda imgeleme becerilerinin ve hedef yönelimi arasındaki ilişkinin incelenmesidir.	Federasyona bağlı 135 kadın ve 116 erkek toplam 251 gönüllü sporcudan oluşmaktadır. Veri analizleri için Kruskal Wallis H testi ve Mann Whitney-U testi kullanılmıştır.	Okçuluk sporu ile uğraşan sporcularda imgelemenin hedef yönelimine etkisinin olduğu, sporcuların imgeleme becerisi ile hedef yönelimi arasında pozitif etki olduğu bulunmuştur.
(Yamak, 2019)	Kadın hentbolcularda oynadıkları lig kategorisinde imgeleme düzeylerinin karşılaştırılması.	Çalışmaya 2. ligde 45 sporcu ve süper ligde 38 sporcu olmak üzere toplam 83 kadın hentbolcu katıldı. Veri analizinde imgeleme envanteri kullanılmıştır.	Hentbol sporu ile uğraşan kadınlarda imgelemenin oynadıkları lig seviyesinde pozitif olduğu bulunmuştur.
(Gülşen, 2018)	Yetişkin erkek bireylerin imgeleme çalışması sonrasında davranış değişimlerinin incelenmesi.	Çalışmaya 50 Erkek birey alınmıştır. 25 kontrol grubu 25 deney grubu. Analiz olarak stres aşılama antrenmanı uygulanmıştır.	Deney ve kontrol grubunda yapılan analizlerde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Egzersiz davranış değişimlerinde pozitif ilerleme kaydedilmiştir.

(Kaya ve Günay, 2020)	Araştırma kapsamında genç milli güreşçilerin ve A milli takım sporcularının imgeleme ile başarı motivasyon durumları arasındaki ilişkinin değişenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır.	Çalışmaya A milli takımından 23 ve Genç milli sporculardan 20 toplam 43 erkek sporcu katılmıştır. İlişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Veri toplamada kişisel bilgi formu, imgeleme envanteri ve başarı motivasyon ölçeği kullanılmıştır.	Çalışma sonucunda milli sporcuların yaş, spor yaşı ve özgeçmişi değişkenlerine göre fark bulunmamış, A milli takımının ise branşa özgü becerilerini daha iyi kullandıkları belirlenmiştir. İmgeleme kullanımı bütün sporcularda genel olarak başarıya ulaşma ve yaklaşma güdüsünde anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.
(Elçi, 2014)	15-18 yaş arasındaki voleybol oynayan sporcularda imgelemenin beceri gelişimine etkisi.	Çalışmaya 16 sporcu kontrol grubu, 17, sporcu imgeleme grubu, 16 sporcu uygulama grubu ve 17 sporcu imgeleme ve uygulama gurubu olarak toplam 66 sporcu katılmıştır. Bu çalışmada ANOVA testi kullanılmıştır.	Sporcuların beceri düzeylerinde imgeleme çalışmasının olumlu olduğu gözlenmiş bunun yanında diğer uygulamalara göre etkili olmadığı sonucuna varılmıştır.
(Aldemir, Biçer, Kızıldağ Kale, 2014)	Çalışmada futbolcularda başarı arttırmada imgeleme çalışmalarının problem çözme üzerine etkisinin incelenmesi.	Çalışmaya 16-20 yaş arası 100 kontrol grubu ve 100 çalışma grubu olmak üzere toplam 200 gönüllü erkek sporcu katılmıştır. Kontrol grubuna çalışma uygulanmamış, çalışma grubuna imgeleme çalışma programı uygulanmıştır. Araştırma sonunda ve başında sporculara Problem çözme envanteri kullanılmıştır.	Araştırma sonucunda Çalışma grubunda imgeleme düzeyinde artış gözlemlenirken, kontrol grubunda bir değişiklik gözlemlenmemiştir. Futbolcularda problem çözme ve imgeleme becerilerinde olumlu etkiler tespit edilmiştir.
(Kumartaşlı, Gülen, Serçe, Madak, Bakır, 2021)	Çeşitli değişkenlere göre farklı spor branşları ile ilgilenen sporcuların imgeleme biçimlerinin incelenmesi.	Çalışmaya 18-29 yaş arasında toplam 259 gönüllü sporcu katılmıştır. Araştırmada sporda imgeleme envanteri kullanılmıştır. Analiz yapılırken Tek yönlü varyans analizi ve T-Testi kullanılmıştır.	Yapılan çalışmada imgeleme antrenmanlarının performans arttırmada etkili olduğu sonucuna varılmıştır.
(Boz, 2019)	Karate branşı ile ilgilenen elit sporcularda imgeleme ve kaygı ilişkisinin incelenmesi	Çalışmaya 61 erkek, 59 kadın toplam 120 gönüllü sporcu katılmıştır. İlişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada ANOVA kullanılmıştır.	Sporcularda imgeleme ve kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiş fakat yarış alanına bağlı olarak kaygı toplam puanlarında ve imgeleme boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir.

(Eralp, Çebi, 2023)	İhsan Uzun, Profesyonel ve amatör sporcuların imgeleme düzeylerinin karşılaştırılması.	Çalışmaya 138 profesyonel ve 162 amatör toplam 300 sporcu katılmıştır. Sporda imgeleme envanteri kullanılmıştır. Analiz yapılırken T-Testi kullanılmıştır.	Çalışma sonucunda sporda imgeleme seviyesinin önemi son yıllarda bu alanda yapılan çalışmalarla pozitif anlamda benzerlik gösterdiği görülmüştür.
(Çil, 2021)	Basketbol branşı ile ilgilenen tekerlekli sandalye kullanan sporcuların imgeleme düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmaktadır.	Bu çalışmaya toplam 342 tekerlekli sandalye basketbol sporcusu gönüllü olarak katılmıştır. İstatistik verileri için SPSS 22 programı kullanılmıştır aynı zamanda ANOVA testi uygulanmıştır.	Aktif spor yapma yılının 6 yıldan daha fazla olan sporcuların imgeleme düzeylerinde 6 yıldan az olanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.
(Karabulutlu, 2022)	Voleybol branşı ile ilgilenen sporcularda sporda imgeleme ve zihinsel dayanıklılık becerisi arasında ilişkinin incelenmesi.	Çalışmaya 85 Kadın 105 erkek toplam 190 sporcu katılmıştır. Kişisel bilgi formu ve sporda zihinsel dayanıklılık envanteri ve imgeleme envanteri veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Whitney-U testi, Kurskal Wallis testi ve yüzde frekans tabloları da veri analizinde kullanılmıştır.	İmgelemenin Spor yapma yılı, eğitim, cinsiyet yaşa göre farklılık bulunmadığı fakat antrenman gün ve sayısına göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Sonuç olarak zihinsel dayanıklılık düzeyinin ortanın üzerinde, imgeleme düzeyinin ise hayli yüksel olduğu görülmüştür.
(Güneş Erdoğan, 2019)	Kış sporları ile uğraşan sporcularda sportif güven ve imgeleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi	Çalışmaya 18-30 yaşlar arasında, 131 erkek ve 74 kadın toplamda ise 205 sporcu gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Sporda imgeleme envanteri (SİE) uygulanıp istatistiki veriler IBM SPSS 20.0 programı aracılığıyla değerlendirilmiştir.	Çalışma sonucunda sporda imgeleme ve sportif güven puanlarının: spor tipi, cinsiyet, spor türü, spor yılı, milli sporculuk yılları arasında olumlu yönlü ilişki bulunmuş olup, yaş grupları ve millilik durumlarında negatif ilişki olduğu gözlemlenmiştir.
(Bayköse, 2014)	Sporcularda imgeleme düzeyinin performan ve kendinle konuşma duygu durumları rolünün incelenmesidir.	Çalışmaya 227 erkek, 154 kadın toplam 381 sporcu katılmıştır. Verilerin analizinde ANOVA varyant testi kullanılmıştır.	Çalışma sonucunda spor deneyimi cinsiyet açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır fakat imgeleme düzeylerinin ve kendinle konuşma duygu durumunun cinsiyet değişkeni düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu gözlemlenmiştir. İmgelemenin performansa etkisi olduğu saptanmıştır.
(Yarayan, 2018)	Takım sporu olan Buz hokeyi, Hentbol, futbol, basketbol ve voleybol branşında	Çalışmaya 5 farklı spor branşından 265 kadın, 276 erkek toplam 541 sporcu katılmıştır. Sporda	Çalışma sonucunda spor branşlarında gruplar arası istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olup, yaş

	imgeleme biçimlerinin incelenmesi	imgeleme envanteri (SİE) ölçüm olarak kullanılmıştır. Veri analizinde SPSS 20, T-Testi ve ANOVA kullanılmıştır.	değişkenine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.
(Türkmen, 2020)	Dart sporcularında yaşam doyum düzeyleri, algılanan stres ve imgeleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi	Araştırmaya 51 kadın, 59 erkek toplam 110 gönüllü sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, Yaşam doyum ölçeği, Sporda imgeleme envanteri ve Algılanan stres ölçeği kullanılmıştır. Veri analizinde T-Testi, Pearson Korelasyon Analizi, Spearman Korelasyon Analizi ve Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır.	Sonuç olarak Yaşam doyum, Stres düzeyleri ve İmgeleme düzeyleri, Dart sporcularında müsabakalarda dolaylı şekilde etki etmektedir. Sporda İmgelemenin Pozitif yönde etki ettiği tanısına varılmıştır.

Tablo 2. İmgeleme üzerine yapılmış olumsuz ya da nötr yönde çalışmalara ilişkin bilgiler

ARAŞTIRMA	AMAÇ	YÖNTEM/METOT	SONUÇ
(Nardemir, Ataman Yancı, 2021)	Yüzme branşını aktif olarak yapan sporcularda imgeleme gücünün spor tatminine etkisinin incelenmesi	Çalışmaya 8-12 yaş aralığında 191 gönüllü sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Çocuklar için sporda hayal etme ölçeği, sporcu tatmin anketi kullanılmıştır. Kruskal Wallis testi, Mann-Whitney U Testi, Aritmetik ortalama ve yüzde değerleri veri analizinde kullanılmıştır.	Katılımcılarda tatmin alt boyutları arasında bir farklılık görülmemiştir. Yüzme Sporu yapan çocuklarda imgelemenin cinsiyet, eğitim, yaş, spor yılı ve başarısına göre değişkenlik göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.
(Elçi, Ağbuğa, Işık, Öztop, 2013)	9-13 yaş aralığındaki yüzücülerde imgeleme çalışmasının beceri gelişimine etkisi incelenmiştir.	Çalışmaya 46 sporcu katılmıştır. 11 sporcu imgeleme grubu, 12 sporcu kontrol grubu, 12 sporcu uygulama grubu, 11 sporcu imgeleme ve uygulama olarak gruplandırılmıştır. Veri toplama aracı olarak serbest stil dönüş beceri gözlem tablosu kullanılmıştır. ANOVA testi, tek yönlü varyans analizi, ortalama ve standart sapma analizleri kullanılmıştır.	Yüzücülerin ön test ve son test sonuçlarında farklılık bulunmamıştır. İncelemelerde 12 yaş altı sporcularda imgeleme çalışmasının etkililiğinin sınırlı olduğu kanısına varılmıştır.
(Efe, 2023)	Profesyonel ve amatör futbolcuların imgeleme ve zihinsel dayanıklılık	Araştırmaya 60 profesyonel 60 amatör olmak üzere toplam 120 erkek futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırma kapsamında, sosyo-	Sonuç olarak futbolcuların sporculuk yılı ile imgeleme seviyeleri arasında anlamlı

düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi	demografik değişkenlerle ilgili bilgiler araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ile toplanmıştır. Araştırmada ölçüm aracı olarak "Sporda İmgeleme Envanteri" ile "Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri" kullanılmıştır.	farklılık bulunmuştur. Fakat amatör-profesyonel sporculuk düzeyleri ile imgeleme seviyelerine bakıldığında gruplar arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bununla birlikte imgeleme ve zihinsel dayanıklılık düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde ise, kontrol alt boyutu dışında tüm alt boyutlarda pozitif ve anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir.
--	--	--

Tablo 1’de imgeleme üzerine yapılmış 12 olumlu yönde çalışmaya ilişkin bilgiler bulunmaktadır. Tabloda araştırmamanın yazarı ve yılı, amacı, yöntemi, metodu ve araştırma sonucu belirtilmektedir.

Ulucan ve Bölükbaşı’nın (2020) farklı spor branşları ile uğraşan sporcuların imgeleme düzeylerinin belirlenmesini incelediği çalışmaya, 68 kadın 76 erkek olmak üzere 18 yaş ve üzerinde toplam 144 kişi katılmıştır. Çalışma için sosyodemografik veri formu ve sporda imgeleme ölçeği kullanılmıştır. Yapılan çalışmada imgeleme antrenmanlarının performansı etkilediği Tablo 1’de görülmektedir.

Şahinler’in (2021) hem sporcularda hem de antrenörler arasında yaygın olan imgelemenin, performansı etkilemesi hakkında yaptığı çalışmasına, çeşitli liselerde okuyan veya mezu, en az 2 yıl spor yapmış, 156 kadın ve 177 erkek toplam 333 kişi katılmıştır. Çalışmada kişisel bilgi formu ve sporda imgeleme envanteri kullanılmıştır. Araştırma sonucuna göre yaş, cinsiyet, sosyal aktivite, spor yılı, yaptığı spor, milli sporcu değişkenleri incelenmiş ve bu değişkenlere göre imgeleme düzeyinde farklılıklar bulunmuştur.

Şentürk ve Özmütlu, (2023) okçuluk sporu ile ilgilenen sporcuların, sporda imgeleme becerilerinin, hedef yönelimleri ile aralarındaki ilişkileri incelemiştir. Çalışmaya 135 kadın ve 116 erkek toplam 251 gönüllü sporcu katılmıştır. Araştırma sonucunda okçuluk sporu ile uğraşan sporcularda imgelemenin, hedef yönelimi ile pozitif ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Yamak (2019), kadın hentbolcularda oynadıkları lig kategorisine göre imgeleme düzeylerini karşılaştırmıştır. Çalışmaya, 2.ligde oynayan 45 sporcu ve süper ligde oynayan 38 sporcu olmak üzere toplamda 83 hentbolcu katılmıştır. Çalışma sonucunda, hentbol sporu ile uğraşan kadınlarda imgelemenin, oynadıkları lig seviyesi ile pozitif ilişkili olduğu belirtilmiştir.

Gülşen (2018), yetişkin erkek bireylerde imgeleme çalışması sonrasında davranış değişimlerini incelemiştir. Çalışmaya katılan 50 erkek, 25 kontrol ve 25 deney grubu olarak ikiye ayrılmıştır. Analiz olarak stres aşılama antrenmanı uygulanmıştır. Sonuç olarak deney ve kontrol grubunda yapılan analizlerde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Egzersizler sonrasında davranış değişimlerinde pozitif ilerlemelerin kaydedildiği çalışma sonucunda belirtilmiştir.

Kaya ve Günay (2020), genç ve A milli güreşçilerin imgeleme ile başarı motivasyon durumları arasındaki ilişkileri incelemiştir. Çalışmaya A milli takımdan 23 ve genç milli takımdan 20 toplamda 43 erkek sporcu katılmıştır. Analiz ve değerlendirmeler için ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Veri toplamada, kişisel bilgi formu, imgeleme envanteri ve başarı motivasyon ölçeği kullanılmıştır. Çalışma sonucunda, milli sporcuların yaş, spor yaşı ve özgeçmiş değişkenlerine göre fark bulunmamıştır. Ayrıca A milli takım sporcularının branşa özgü becerilerini daha iyi kullandıkları belirtilmiştir. İmgeleme kullanımı, bütün sporcularda genel olarak başarıya ulaşma ve yaklaşıma güdüsünde anlamlı bir farklılık tespit edildiği de çalışma sonucunda belirtilmiştir.

Elçi (2014), 15-18 yaş aralığındaki voleybolcularda imgelemenin beceri gelişimine etkisini incelemiştir. Çalışmaya katılan 66 sporcu kontrol ve deney grubu olarak ikiye ayrılmıştır. Araştırma sonucunda sporcuların beceri düzeylerinde, imgeleme çalışmasının olumlu olduğu gözlenmiştir.

Aldemir vd., (2014) futbolcularda başarı arttırmada imgeleme çalışmalarının problem çözme üzerine etkisini incelemişlerdir. Çalışmaya 16-20 yaş aralığında 100 kontrol grubu ve 100 çalışma grubu olmak üzere toplam 200 gönüllü erkek sporcu katılmıştır. Kontrol grubuna çalışma uygulanmamış, çalışma grubuna imgeleme çalışma programı uygulanmıştır. Araştırma öncesi ve sonrasında sporculara problem çözme envanteri kullanılmıştır. Yapılan çalışmada imgeleme antrenmanlarının performans arttırmada etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Boz (2019), karate branşı ile ilgilenen elit sporcularda imgeleme ve kaygı ilişkisini incelemiştir. Çalışmaya 61 erkek, 59 kadın toplam 120 gönüllü sporcu katılmış ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmada analiz için ANOVA kullanılmıştır. Sonuç olarak sporcularda imgeleme ve kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiş fakat yarış alanına bağlı olarak kaygı toplam puanlarında ve imgeleme boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir.

Erail vd., (2023) profesyonel ve amatör sporcuların imgeleme düzeylerini karşılaştırmıştır. Çalışmaya 138 profesyonel ve 162 amatör toplam 300 sporcu katılmış ve sporda imgeleme envanteri kullanılmıştır. Analiz yapılırken T-Testi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda sporda imgeleme seviyesinin önemi, son yıllarda bu alanda yapılan çalışmalarla pozitif anlamda benzerlik gösterdiği görülmüştür.

Tekerlekli sandalye basketbolu sporcularında, sporcuların imgeleme düzeylerini belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmaya toplam 342 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Sonuç olarak imgeleme düzeyinin, aktif spor yapma yılı 6 yıldan daha fazla olan sporcularda, 6 yıldan az olanlara göre daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Çil, 2021).

Voleybol branşı ile ilgilenen sporcularda sporda imgeleme ve zihinsel dayanıklılık becerisi arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmaya, 85 kadın 105 erkek toplam 190 sporcu katılmıştır. Kişisel bilgi formu ve sporda zihinsel dayanıklılık envanteri ve imgeleme envanteri veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Whitney-U testi, Kurskal Wallis testi ve yüzde frekans tabloları da veri analizinde kullanılmıştır. Sonuç olarak imgelemenin, spor yapma yılı, eğitim, cinsiyet ve yaşa göre farklı olmadığı fakat antrenman gün ve sayısına göre farklılık gösterdiği tespit edilmiş ve zihinsel dayanıklılık düzeyinin ortanın üzerinde, imgeleme düzeyinin ise hayli yüksek olduğu görülmüştür (Karabulutlu, 2022).

Kış sporları ile uğraşan sporcularda sportif güven ve imgeleme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaya, 18-30 yaşları arasında 131 erkek ve 74 kadın toplamda 205 sporcu gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Sporda imgeleme envanteri (SİE) uygulanmıştır. Çalışma sonucunda, sporda imgeleme ve sportif güven puanlarının, spor tipi, cinsiyet, spor türü, spor yılı, milli sporculuk yılları arasında olumlu yönlü ilişkisi

bulunmuş olup, yaş grupları ve millilik durumlarında negatif ilişki olduğu gözlemlenmiştir (Güneş Erdoğan, 2019).

Sporcularda imgeleme düzeyinin performans ve kendinle konuşma duygu durumları rolünün incelenmesi amacıyla yapılan çalışmaya, 227 erkek, 154 kadın toplam 381 sporcu katılmıştır. Verilerin analizinde ANOVA varyant testi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda spor deneyimi ve cinsiyet açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır fakat imgeleme düzeyleri ve kendinle konuşma duygu durumu ile cinsiyet değişkeni düzeyleri arasında anlamlı fark olduğu gözlemlenmiştir. İmgelemenin performansa etkisi olduğu saptanmıştır (Bayköse, 2014).

Takım sporu olan buz hokeyi, hentbol, futbol, basketbol ve voleybol branşlarında imgeleme biçimlerinin incelendiği çalışmaya 5 farklı spor branşından 265 kadın, 276 erkek toplam 541 sporcu katılmıştır. Sporda imgeleme envanteri (SİE) ölçüm olarak kullanılmıştır. Veri analizinde SPSS 20, T-Testi ve ANOVA kullanılmıştır. Çalışma sonucunda, spor branşlarında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farkların olduğu diğer yandan yaş değişkenine göre anlamlı bir farkın olmadığı belirtilmiştir (Yarayan ve Ayan, 2018).

Dart sporcularında yaşam doyum düzeyleri, algılanan stres ve imgeleme düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelendiği çalışmaya 51 kadın, 59 erkek toplam 110 gönüllü sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, yaşam doyum ölçeği, sporda imgeleme envanteri ve algılanan stres ölçeği kullanılmıştır. Sonuç olarak yaşam doyum, stres düzeyleri ve imgeleme düzeylerinin, dart sporcularında müsabakalarda dolaylı şekilde etkili olduğu çalışma sonucunda belirtilmiştir. İmgelemenin pozitif yönde etki ettiği tanısına varılmıştır (Türkmen, 2020).

Tablo 2’de imgeleme üzerine yapılmış 2 olumsuz ya da nötr yönde çalışmaya ilişkin bilgiler bulunmaktadır. Nardemir ve Ataman, (2021) yüzme branşını aktif olarak yapan sporcularda, imgeleme gücünün spor tatminine etkisini incelemiştir. Çalışmaya 8-12 yaş aralığında 191 gönüllü sporcu katılmıştır. Veri toplama aracı olarak çocuklar için sporda hayal etme ölçeği, sporcu tatmin anketi uygulanmış olup Kruskal Wallis testi, Mann-Whitney U Testi, aritmetik ortalama ve yüzde değerleri veri analizinde kullanılmıştır. Çalışma sonucunda, katılımcılarda tatmin alt boyutları arasında bir farklılık görülmemiştir. Yüzme sporu yapan çocuklarda imgelemenin cinsiyet, eğitim, yaş, spor yılı ve başarısına göre değişkenlik göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Yüzücüler ile ilgili başka bir çalışmada, 9-13 yaş aralığındaki sporcularda imgeleme çalışmasının beceri gelişimine etkisi incelenmiştir. Çalışmaya 46 sporcu katılmıştır. 11 sporcu imgeleme grubu, 12 sporcu kontrol grubu, 12 sporcu uygulama grubu, 11 sporcu imgeleme ve uygulama olarak gruplandırılmıştır. Veri toplama aracı olarak serbest stil dönüş beceri gözlem tablosu kullanılmıştır. Çalışma sonucunda, yüzücülerin ön test ve son test sonuçlarında farklılık bulunmadığı belirtilmiştir. Ayrıca, 12 yaş altı sporcularda imgeleme çalışmasının etkililiğinin sınırlı olduğu kanısına varılmıştır (Elçi vd., 2013).

Efe (2023) yaptığı çalışmada, profesyonel ve amatör futbolcuların imgeleme ve zihinsel dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Ayrıca, futbolcuların, sporculuk düzeyi (amatör, profesyonel) ve sporculuk yılları değişkenlerine göre imgeleme ve zihinsel dayanıklılık düzeyleri çalışmada incelenmiştir. Araştırmaya 60 profesyonel, 60 amatör toplamda 120 erkek futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada ölçüm aracı olarak “Sporda İmgeleme Envanteri” ile “Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri” kullanılmıştır. Betimsel istatistiklerden yararlanılmıştır. İkili grup karşılaştırılmasında T-testi, değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek için de pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, sporculuk düzeyi ve sporculuk yılları ile zihinsel dayanıklılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık olmadığı bulgulanmıştır. Futbolcuların sporculuk yılı ile imgeleme seviyeleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Fakat amatör- profesyonel sporculuk düzeyleri ile imgeleme seviyelerine bakıldığında

gruplar arasında anlamlı farklılık bulgulanmamıştır. Ayrıca, imgeleme ve zihinsel dayanıklılık düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde, kontrol alt boyutu dışında tüm alt boyutlarda pozitif ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre çalışma sonucunda, imgeleme ve zihinsel dayanıklılık çalışmalarının birbirini pozitif yönde desteklediği belirtilmiştir.

SONUÇ, TARTIŞMA

Bu çalışma sistematik derleme metodu kullanılarak 2013-2023 yılları arasında imgeleme kullanımı alanına yönelik yapılan çalışmaların sonuçlarını belirlemek amacı ile hazırlanmıştır. Bu çalışma için Google Akademik, Akademia, Dergi Park, YÖK tez veri tabanları kullanılmıştır. Derlemede, sporda imgelemenin performansa olumlu veya olumsuz ya da nötr yönde etki eden çalışmalar incelenmiştir. Literatür taraması sonucunda imgelemenin, sporda pozitif etkili olduğu 17 çalışma ve 3 adet olumsuz ya da nötr etki eden toplam 20 çalışma incelenmiştir. Bu derlemeye sadece erişime açık olan çalışmalar dahil edilmiştir. Yapılan çalışmalara göre sporda imgelemenin oldukça önemli olduğu ve performansa etki ettiği gözlemlenmektedir.

ÖNERİLER

Derleme metodu, sistematik derleme olan bu çalışmada, sporda imgelemenin olumlu yönde etkileri olduğu, performansı olumlu yönde etkileyen çalışmaların olumsuz yada nötr olanlardan daha fazla olmasının, gelecekte yapılacak çalışmalara öncülük edeceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Aldemir, Y. G., Biçer, T., & Kale, E. K. (2014). Futbolcularda İmgeleme Çalışmalarının Problem Çözme Üzerine Etkisi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 5(2), 37-45.
2. Bayköse, N. (2014). Sporcularda kendinle konuşma ve imgeleme düzeyinin optimal performans duygu durumunu belirlemedeki rolü. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
3. Boz, E. (2019). Elit karate sporcularında imgeleme ve kaygı ilişkisinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
4. Çil, H. (2021). Tekerlekli Sandalye Basketbol Branşı Oyuncularının Sporda İmgeleme Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Karabük Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Karabük.
5. Efe, M. (2023). Profesyonel Ve Amatör Futbolcuların Zihinsel Dayanıklılık Ve İmgeleme Durumlarının Sporculuk Düzeyi Ve Sporculuk Yılı Değişkenleri Açısından İncelenmesi. Spor, Sağlık ve Eğitim Araştırmaları Dergisi, 2(1), 68-79.
6. Elçi, G. (2014). İmgeleme Çalışmasının Voleybol Branşındaki Performans Sporcularında Beceri Gelişimine Etkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.
7. Elçi, G., Ağbuğa, B., Işık, U. ve Öztop, E. (2013). İmgeleme Çalışmasının 9-13 Yaş Yüzme Sporcularında Beceri Gelişimine Etkisinin İncelenmesi. Pamukkale Journal of Sport Sciences, 4(3).
8. Erail, S., İhsan Çebi, A. ve Uzun, R.N. (2023). Amatör Ve Profesyonel Sporcuların İmgeleme Seviyelerinin Karşılaştırılması. Beden Eğitimi Spor Sağlık ve Efor Dergisi, 3(2), 329-339.
9. Gülşen, O. (2018). İmgeleme Çalışması Uygulanan Bireylerin Egzersiz Davranış Değişimlerinin İncelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 16(3), 48-60.
10. Güneş Erdoğan, N. (2019). Kış sporları ile ilgilenen sporcuların sporda imgeleme ile sportif güven arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları Ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
11. Karabulutlu, N. (2022). Voleybol Sporcularında Zihinsel Dayanıklılık ve Sporda İmgeleme Beceri Arasındaki İlişkisi. Yüksek Lisans Tezi, Giresun Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Giresun.
12. Karagözoğlu, C. (2005). Sporda Psikolojik Destek, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.
13. Kaya, D.G., ve Günay, M. (2020). Güreş grekoromen milli sporcularının imgeleme ve başarı motivasyon düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 18(3), 62-72. <https://doi.org/10.33689/spormetre.631503>
14. Kumartaşı, M., Gülen, Ö., Serçe, B., Madak, E. & Bakır, Ş. (2021). Farklı Branşlardaki Sporcuların Çeşitli Değişkenlere Göre İmgeleme Biçimlerinin İncelenmesi. International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES), 7(1), 2458-9373
15. Nardemir, E. ve Ataman Yancı, H.B. (2021). Yüzme Sporu Yapan Çocukların İmgeleme Gücünün Spor Tatminine Etkisi. Uluslararası Türk Spor ve Egzersiz Psikolojisi Dergisi, 1 (2021) 12-28.
16. Şahinler, Y. (2021). Sporcuların İmgeleme Düzeylerinin İncelenmesi. Bilge Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 5/1, 45-51
17. Şentürk, E. ve Özmutlu, İ. (2023). Okçuluk Sporcularının Sporda İmgeleme Becerilerinin Hedef Yönelimi Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi, Çomü Spor Bilimleri Dergisi, 14, 6-1

18. Taylor, J., & Wilson, G. (2005). *Applying Sport Psychology, Four perspectives*. Human Kinetics: Champaign IL
19. Tiryaki, Ş. (2000). *Spor Psikolojisi: Kavramlar, Kuramlar ve Uygulama*. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.
20. Türkmen, M.U. (2020). *Dart Sporcularında Sporda İmgeleme, Algılanan Stres Ve Yaşam Doyum Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın.
21. Ulucan, H., ve Bölükbaşı, T. (2020). *Üniversite Düzeyinde Farklı Branşlarla Uğraşan Sporcularda İmgeleme Biçimlerinin İncelenmesi*. Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi, 1(1), 1-10. S. 6-7.
22. Weinberger, R.S., & Gould, D. (2015). *Spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri*. Human Kinetics, Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık, 6. Baskı, s. 77, 280, 296, 298, 302.
23. Yamak, B. (2019). *Kadın Hentbolcularda İmgeleme Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Spor Eğitim Dergisi, 3/3, 55-62.
24. Yarayan, Y.E. ve Ayan, S. (2018). *Farklı Takım Sporlarında Olan Sporcuların İmgeleme Biçimlerinin İncelenmesi*. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 9, 11-60