

SPOR
BİLİMLERİNDE
ULUSLARARASI
AKADEMİK
ÇALIŞMALAR

Haziran 2024

EDİTÖR

DOÇ. DR. MUSTAFA ALTINKÖK

 SERÜVEN
YAYINEVİ

Genel Yayın Yönetmeni / Editor in Chief • C. Cansın Selin Temana

Kapak & İç Tasarım / Cover & Interior Design • Serüven Yayınevi

Birinci Basım / First Edition • © Haziran 2024

ISBN • 978-625-6319-33-2

© copyright

Bu kitabın yayın hakkı Serüven Yayınevi'ne aittir.

Kaynak gösterilmeden alıntı yapılamaz, izin almadan hiçbir yolla çoğaltılamaz.

The right to publish this book belongs to Serüven Publishing. Citation can not be shown without the source, reproduced in any way without permission.

Serüven Yayınevi / Serüven Publishing

Türkiye Adres / Turkey Address: Kızılay Mah. Fevzi Çakmak 1. Sokak

Ümit Apt No: 22/A Çankaya/ANKARA

Telefon / Phone: 05437675765

web: www.serüvenyayınevi.com

e-mail: serüvenyayınevi@gmail.com

Baskı & Cilt / Printing & Volume

Sertifika / Certificate No: 47083

SPOR BİLİMLERİNDE ULUSLARARASI AKADEMİK ÇALIŞMALAR-

Haziran 2024

Editör

DOÇ. DR. MUSTAFA ALTINKÖK

İÇİNDEKİLER

Bölüm 1	
FUTBOLCU VELİLERİNİN SPORA KATILIMLARININ BELİRLENMESİ	
<i>Osman GIDIK, Fatih EVLİ, Meltem EVLİ</i>	1
Bölüm 2	
SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN YÜZME BECERİ ÖZ DEĞERLENDİRME DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ	
<i>Yakup SANÇAR, Arda ÖZTÜRK, Hüsnüye ÇELİK</i>	19
Bölüm 3	
CUMHURİYET DÖNEMİ TÜRK SPOR TEŞKİLATLARI	
<i>Hasibe ERER, Berk Hakan YILMAZ, Sevim Handan YILMAZ</i>	31
Bölüm 4	
SPORDA KARİYER PLANLAMA VE KARİYER YÖNETİMİ	
<i>Özge AYDIN</i>	43
Bölüm 5	
SPOR ORGANİZASYONLARINDA ORTAK DEĞER YARATMA	
<i>Nurettin Göksu ÇİNİ, Ebru GÜZEL KUYUCU</i>	59
Bölüm 6	
MÜCADELE SPORLARINDA MÜSABAKA ANALİZ YÖNTEMLERİ JUDO ÖRNEĞİ	
<i>Şengül DEMİRAL</i>	71
Bölüm 7	
TÜRK SPOR KURUMU DERGİSİ'NDE VİLDAN AŞİR SAVAŞIR'IN ATLETİZM HAKKINDAKİ YAZILARI	
<i>Turan SEZAN</i>	83

Bölüm 8

KADIN SPORCU TRİADI

Esmâ DANA, Nimet HAŞIL KORKMAZ, Selen UĞUR MUTLU97

Bölüm 9

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN TAKIM SPORLARI TARAFTAR
BAĞLILIK DURUMLARININ BELİRLENMESİ

Mervan BAŞARAN, Umut VARLI, Hüsniye ÇELİK 111

Bölüm 10

EBEVEYNLERİN ÇOCUKLARINI YÜZME SPORUNA GÖNDERME
NEDENLERİNİN İNCELENMESİ
(BAYBURT İLİ ÖRNEĞİ)

Osman GIDİK, Meltem EVLİ, Fatih EVLİ 125

Bölüm 11

EGZERSİZİN DİYABET VE METABOLİK SENDROM ÜZERİNE ETKİSİ

Gönül Rezzan TİZAR 141



Bölüm 1

FUTBOLCU VELİLERİNİN SPORA KATILIMLARININ BELİRLENMESİ

Osman GIDİK¹, Fatih EVLİ², Meltem EVLİ³

1 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;

<https://orcid.org/0000-0003-0811-9324>

2 Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 19000. Çorum. Türkiye; <https://orcid.org/0000-0001-8783-6932>

3 Hitit Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, 19000. Çorum. Türkiye;

<https://orcid.org/0000-0001-5023-3951>

Giriş

İngiliz aristokratlara göre spor; insanların boş zamanlarında, bedensel ve zihinsel eğitim yoluyla eğlenmek için yaptıkları etkinliklerdir. Spor kelimesi Latince “disportarc” veya “departac” kelimesinden gelir, aktif olmak, alıp götürmek anlamlarına gelmektedir (Alpman, 1972). 19. yüzyıldan sonra “spor” kelimesi olarak kullanılmaya başlandığı görülmektedir. Spor kelimesi asıl anlamının yanında farklı anlamlarda da kullanıldığı görülmektedir. Spor insanların ruh ve beden sağlığını korumalarını sağlamak için yapıldığı belirlenmiştir (Hünük & Demirhan, 2003). Genellikle bireysel veya grup oyunları şeklinde oynanan spor, belirli kurallara göre gerçekleştirilen tüm vücut hareketleri ile ortaya çıkmaktadır. Sporun amacı; insanların fiziksel, zihinsel yeteneklerini bir bütün olarak dengeli ve sağlıklı şekilde geliştirmek olan rekabetçi faaliyetler olup modern kişiliğin oluşumunda beden ve ruh unsurlarının koordineli bir şekilde eğitilmesidir (Sarıalp, 1990). Bireylerin hayatında önemli bir yere sahip olan spor, kişilerin motivasyon, sağlık ve mutluluklarında aktif rol oynamaktadır. İnsanların fiziksel ve zihinsel gelişimini destekleyen, bireylerin birbirleriyle iletişim içinde olmasını sağlayan en önemli etkenin spor ile olduğu görülmektedir. Spor bilime dayalı temel prensipler ile yapılmalıdır. Bilimsel olarak yapılmayan sporun boş zaman değerlendirmesi olduğu bilinmektedir (DPT, 1972). Spor, rekabetçi hedefi ve açık kuralları olan aktivitelerdir. Temel amacı rekabet ve kazanmak olarak ortaya çıkmaktadır (Arıcı, 1998).

Futbol; on bir oyuncudan oluşan iki takımın ellerini kullanmadan rakip kaleye gol atmaya çalıştığı bir oyun olarak tanımlanırken, tarihinin M. Ö. 3000 yıllarına kadar uzandığı da bilinmektedir. Çinli askerlerin savaflara hazırlanırken oynadığı futbol, zamanla İngiltere'nin kendilerine özgü modern altyapısını kurduğu görülmektedir. Futbol kurallarının temeli 1848 yılında İngiltere'de kurulan Cambridge kanunlarıdır (Tutar, 2018). Günümüzde futbolun; milyarlarca doların yatırım yapıldığı bir sektör ya da pazar haline geldiği görülmektedir. Futbol piyasasını; büyük transfer maliyetleri, futbolcularla yapılan yüklü sözleşme ödemeleri, stadyum gelirleri, futbolcuların ürün tanıtımları için yapmış oldukları sponsorluk ve reklam maliyetleri oluşturmaktadır (Aslan, 2018).

Futbolcular; futbol ekonomisinin en önemli unsurlarıdır. Futbolcu yetiştiren spor okulları ise futbol ekonomisinin en önemli sağlayıcılarıdır. Zaman ve para harcayan hayranlar izleyicilerdir ve büyük gelir kaynağıdır (Güngör, 2014). Futbolcular kulübün en önemli varlıklarından biridir. Bir futbol kulübünün sportif ve finansal açıdan başarılı olabilmesi için oyuncularının piyasa değerlerini en üst düzeye çıkarılmak önemlidir (Esencan, (2023).

İnsanlar sporda bir grup veya takıma katılarak yalnızlığı gideren, heyecan, neşe, mutluluk gibi duyguları hissederek sosyal aktivitelere katılırlar. Bu

dostluk dönemi ilk olarak ailede başlar. Aile, toplumdaki tüm kurumların işlenmesi için en önemli durumdur (Akcan, & Bulgu, 2012).

Zihnin gelişimi büyük ölçüde ailenin etkisiyle şekillenmektedir. Spor seven ebeveynler çocuklarının spor yapmasına izin verecek veya teşvik edeceklerdir (Amman ve ark., 2000). Sporun küçük yaşlardan itibaren aileler tarafından da öğretilmesi ve onların da eğitilmesi gerekmektedir. Örneğin aileler, küçük yaşlardan itibaren çocuklarını spor salonuna götürmelerine ve müsabaka izlemelerine izin vermeli, çocukların spor faaliyetlerine erişimini sağlamalıdır (Nirun, 1990). Aynı zamanda çocuklar aileleriyle birlikte spor yaparken gözlemlenerek destekleniyor, aileleriyle karşılaştıkları zorluklar iletişimlerini artırıyor, aile bağlarının daha da güçlendiriyor (Öztürk, 1998). Yetişkinlerde ortaya çıkan birçok ciddi hastalık tanısının çocukluk çağında konulduğu bilinmektedir (Thompson ve ark., 2005). Günümüzde çocuklar için sporun önemi giderek artmasına rağmen, spor yapan çocukların sayısı çeşitli nedenlerden dolayı düşük görünmektedir (Gökçe ve ark., 2019).

Çalışmanın amacı, ebeveynlerin tüm olumsuz koşullara rağmen çocuklarını futbola teşvik etme, destekleme ihtiyaçlarını ortaya koymak ve belirlemektir. Bu bağlamda, 2010-2016 yılları doğumlu çocuğu olan ebeveynlerin beklenti ve ihtiyaçlarının belirlenmesi, verilecek eğitimin içeriğini de belirleyecektir.

Materyal Yöntem

Araştırmanın Grubu

Bayburt Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünde çocuğunun futbol oynamasını sağlayan ve destekleyen ebeveynlerin motivasyonlarını ortaya çıkarmak, çocuklarını spora yönlendirmedeki beklentilerini belirlemek amacıyla çalışmaya, 31 anne ve 97 baba olmak üzere toplam 128 veli katılım sağlamıştır. Araştırma kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Bu metot; bireylerin araştırmaya gönüllü katılımı olarak tanımlanmaktadır (Coşkun ve ark., 2017).

Veri Toplama Aracı

Sporda Ebeveyn Ölçeği orijinal de Gürbültürk ve Şad (2010a; 2010b), tarafından geliştirilip, spora uyarlanan 8 faktörlü ve 36 puanlık versiyonunun güvenilir ve geçerli bir ölçek olduğu söylenebilir. Gürbültürk ve Şad, (2010a; 2010b), tarafından geliştirilen “Eğitime Katılım Ölçeği” kullanıldı. Ebeveyn Katılımı Ölçeği, ebeveynlerin çocuklarının eğitime katılımlarını ölçmek amacıyla tasarlanmış, 8 alt boyuttan ve 39 maddeden oluşan, 5 seçenekli (her zaman-asla) likert tipi bir ölçektir. Faktör yükleri 0,442 ile 0,807 arasında değişen 39 maddeden meydana gelmektedir (Gürbültürk ve Şad 2010a; 2010b). Karaali ve Aktaş Üstün, (2022), tarafından bu ölçeği spor ortamına göre uyarlamışlardır. Ölçeğin “Antrenörle İletişim” alt boyutundan 8. soru,

“Sosyo-kültürel gelişimini destekleme” alt boyutundan 4. soru ve “Katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi” alt boyutundan 5. soru ölçekten çıkarılarak toplamda 36 soruya indirilmiştir. Bu üç madde dışındaki diğer maddelerin faktör yüklerinin 0,50 ve üzerinde olması geçerliliğin sağlandığı sonucuna varılmıştır. Sporda veli katılımı ölçeği ile ebeveyn yetkinlik ölçeği arasında kurulan anlamlı ilişkilere göre (Demir ve Gündüz, 2014), sporda veli katılımı ölçeğinin ölçüt geçerliliğine sahip olduğu görülmektedir. Bu değerlerin ölçeğin orijinal versiyonundaki değerlere benzer olduğu anlaşılmaktadır (Gürbüz Türk ve Şad, 2010a). Araştırmada “Sporda Veli Katılımı Ölçeği” ile “Ebeveyn Yetkinlik Ölçeği” arasındaki korelasyon katsayıları incelenerek kriter geçerliliği sağlanmıştır (Demir ve Gündüz, 2014). Bu iki ölçek arasındaki anlamlı ilişkilere göre ebeveynin sporda veli katılımı ölçeğinin ölçüt geçerliliğine sahip olduğu söylenebilir. Ölçek 5’li likert olup; (1) hiç katılmıyorum, (2) katılmıyorum, (3) kararsızım, (4) katılıyorum ve (5) tamamen katılıyorum şeklindedir. Analiz sonuçları, alt boyutlar için hesaplanan iç tutarlılık katsayılarının antrenörle ilişki 0,840, çocuğumun antrenman ve ödevlerini destekleme 0,796, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi 0,862, gönüllü aktif katılım 0,904, çocukla iletişim 0,831, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması 0,865, çocuğun kişisel gelişimini destekleme 0,846 ve çocuğun sosyo-kültürel gelişimini destekleme 0,810 arasında değiştiğini göstermektedir (Demir ve Gündüz, 2014).

Verilerin Toplanması

Tüm sorular anket sistemi içerisinde oluşturulmuş ve katılımcılara iletilmiştir. Çalışmaya katılanlara amaç, yöntem ve isimlerinin paylaşılmayacağı sadece araştırma amacıyla kullanılacağı söylendi.

Verilerin Analizi

Velilerden elde edilen veriler SPSS 26.0 analiz programında Cronbach’s Alpha güvenilirlik testi, T-testi ve Anova-Tukey testleri kullanılarak analiz edilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Araştırma ilişkisel tarama yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Karasar, (2007), bu modeli “iki veya daha fazla değişkenin varlığını ve/veya değişim derecesini belirleme amacı” olarak tanımlamaktadır.

BULGULAR

Çalışmada kullanılan sporda veli katılımı ölçeği ve alt boyutlarının Cronbach’s Alpha verileri Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1: Sporda veli katılımı ölçeği ve alt boyutlarının Cronbach's Alpha verileri

Ölçek	Cronbach's Alpha Katsayısı	Soru Sayısı
Sporda Veli Katılımı Ölçeği	0,949	36
Antrenörle İlişki	0,912	7
Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	0,807	5
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	0,699	4
Gönüllü Aktif Katılım	0,801	4
Çocukla İletişim	0,805	5
Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	0,804	4
Çocuğın Kişilik Gelişimini Destekleme	0,744	4
Sosyo-Kültürel Destekleme	0,803	3

Sporda veli katılımı ölçeği ve alt boyutlarının Cronbach's alpha verilerinde, ölçeğin genelini 0,912 ile yüksek güvenilir, antrenörle ilişki 0,912 ile yüksek güvenilir, çocuğumun antrenman ve ödevlerini destekleme 0,807 ile yüksek güvenilir, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi 0,699 ile oldukça güvenilir, gönüllü aktif katılım 0,801 ile yüksek güvenilir, çocukla iletişim 0,805 ile yüksek güvenilir, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması 0,804 ile yüksek güvenilir, çocuğın kişilik gelişimini destekleme 0,744 ile oldukça güvenilir ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutu 0,803 ile yüksek güvenilir düzeylerinde olduğu tespit edilmiştir (Tablo1).

Tablo 2: Velilerin demografik dağılımları

Değişkenler	N	%	
Veli Cinsiyeti	Kadın (Anne)	31	24,2
	Erkek (Baba)	97	75,8
Veli Eğitim Düzeyi	İlkokul ve Ortaokul	28	21,9
	Lise	44	34,4
	Üniversite	41	32,0
	Lisansüstü	15	11,7
Düzenli Olarak Spor Yapma Durumu	Evet	51	39,8
	Hayır	77	60,2
Lisanslı Olarak Spor Yaptınız mı?	Evet	42	32,8
	Hayır	86	67,2
Çocuğunuzun Doğum Yılı	2010 Doğumlu	21	16,4
	2011 Doğumlu	21	16,4
	2012 Doğumlu	14	10,9
	2013 Doğumlu	12	9,4
	2014 Doğumlu	37	28,9
	2015 Doğumlu	16	12,5
	2016 Doğumlu	7	5,5
Okul Hayatındaki Başarısı	Zayıf	2	1,6
	Orta	12	9,4
	İyi	59	46,0
	Çok İyi	55	43,0

Tablo 3: Veli cinsiyetlerinin t-test analizleri

Veli Cinsiyeti																																																																																																			
Ölçek	Değişkenler	n	x	ss	sd	t	p																																																																																												
Sporda Veli Katılımı Ölçeği	Kadın (Anne)	31	3,776	0,550	126,000	-3,548	0,001*																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	4,117	0,436				Antrenörle İlişki	Kadın (Anne)	31	3,580	0,757	126,000	-4,533	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,169	0,583	Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,825	0,686	126,000	-3,340	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,204	0,498	Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Kadın (Anne)	31	3,854	0,660	126,000	-1,337	0,184	Erkek (Baba)	97	4,025	0,606	Gönüllü Aktif Katılım	Kadın (Anne)	31	3,169	0,986	126,000	-1,599	0,112	Erkek (Baba)	97	3,440	0,764	Çocukla İletişim	Kadın (Anne)	31	4,180	0,585	126,000	-2,398	0,018*	Erkek (Baba)	97	4,429	0,472	Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Kadın (Anne)	31	3,959	0,616	126,000	-2,335	0,021*	Erkek (Baba)	97	4,221	0,519	Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,975	0,509	126,000	-3,485	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,332	0,491	Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105
Antrenörle İlişki	Kadın (Anne)	31	3,580	0,757	126,000	-4,533	0,001*																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	4,169	0,583				Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,825	0,686	126,000	-3,340	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,204	0,498	Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Kadın (Anne)	31	3,854	0,660	126,000	-1,337	0,184	Erkek (Baba)	97	4,025	0,606	Gönüllü Aktif Katılım	Kadın (Anne)	31	3,169	0,986	126,000	-1,599	0,112	Erkek (Baba)	97	3,440	0,764	Çocukla İletişim	Kadın (Anne)	31	4,180	0,585	126,000	-2,398	0,018*	Erkek (Baba)	97	4,429	0,472	Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Kadın (Anne)	31	3,959	0,616	126,000	-2,335	0,021*	Erkek (Baba)	97	4,221	0,519	Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,975	0,509	126,000	-3,485	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,332	0,491	Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105	Erkek (Baba)	97	3,927	0,780								
Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,825	0,686	126,000	-3,340	0,001*																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	4,204	0,498				Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Kadın (Anne)	31	3,854	0,660	126,000	-1,337	0,184	Erkek (Baba)	97	4,025	0,606	Gönüllü Aktif Katılım	Kadın (Anne)	31	3,169	0,986	126,000	-1,599	0,112	Erkek (Baba)	97	3,440	0,764	Çocukla İletişim	Kadın (Anne)	31	4,180	0,585	126,000	-2,398	0,018*	Erkek (Baba)	97	4,429	0,472	Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Kadın (Anne)	31	3,959	0,616	126,000	-2,335	0,021*	Erkek (Baba)	97	4,221	0,519	Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,975	0,509	126,000	-3,485	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,332	0,491	Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105	Erkek (Baba)	97	3,927	0,780																				
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Kadın (Anne)	31	3,854	0,660	126,000	-1,337	0,184																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	4,025	0,606				Gönüllü Aktif Katılım	Kadın (Anne)	31	3,169	0,986	126,000	-1,599	0,112	Erkek (Baba)	97	3,440	0,764	Çocukla İletişim	Kadın (Anne)	31	4,180	0,585	126,000	-2,398	0,018*	Erkek (Baba)	97	4,429	0,472	Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Kadın (Anne)	31	3,959	0,616	126,000	-2,335	0,021*	Erkek (Baba)	97	4,221	0,519	Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,975	0,509	126,000	-3,485	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,332	0,491	Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105	Erkek (Baba)	97	3,927	0,780																																
Gönüllü Aktif Katılım	Kadın (Anne)	31	3,169	0,986	126,000	-1,599	0,112																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	3,440	0,764				Çocukla İletişim	Kadın (Anne)	31	4,180	0,585	126,000	-2,398	0,018*	Erkek (Baba)	97	4,429	0,472	Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Kadın (Anne)	31	3,959	0,616	126,000	-2,335	0,021*	Erkek (Baba)	97	4,221	0,519	Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,975	0,509	126,000	-3,485	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,332	0,491	Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105	Erkek (Baba)	97	3,927	0,780																																												
Çocukla İletişim	Kadın (Anne)	31	4,180	0,585	126,000	-2,398	0,018*																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	4,429	0,472				Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Kadın (Anne)	31	3,959	0,616	126,000	-2,335	0,021*	Erkek (Baba)	97	4,221	0,519	Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,975	0,509	126,000	-3,485	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,332	0,491	Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105	Erkek (Baba)	97	3,927	0,780																																																								
Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Kadın (Anne)	31	3,959	0,616	126,000	-2,335	0,021*																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	4,221	0,519				Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,975	0,509	126,000	-3,485	0,001*	Erkek (Baba)	97	4,332	0,491	Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105	Erkek (Baba)	97	3,927	0,780																																																																				
Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,975	0,509	126,000	-3,485	0,001*																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	4,332	0,491				Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105	Erkek (Baba)	97	3,927	0,780																																																																																
Sosyo-Kültürel Destekleme	Kadın (Anne)	31	3,666	0,755	126,000	-1,634	0,105																																																																																												
	Erkek (Baba)	97	3,927	0,780																																																																																															

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Veli cinsiyetlerinin t-test analizlerinde; ölçeğin genelinde, antrenörle ilişki, çocuğumun antrenman ve ödevlerini destekleme, çocukla iletişim, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması ve çocuğun kişilik gelişimini destekleme alt boyutlarında (p<0,05) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi, gönüllü aktif katılım ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutlarında (p<0,05) farklılıkların olmadığı belirlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 4: Velilerin spor yapma durumlarının t-test analizleri

Düzenli Olarak Spor Yapma Durumu																																																															
Ölçek	Değişkenler	n	x	ss	sd	t	p																																																								
Sporda Veli Katılımı Ölçeği	Evet	51	4,236	0,391	126,000	4,042	0,001*																																																								
	Hayır	77	3,900	0,499				Antrenörle İlişki	Evet	51	4,257	0,577	126,000	3,261	0,001*	Hayır	77	3,873	0,696	Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	Evet	51	4,380	0,369	125,087	5,131	0,001*	Hayır	77	3,935	0,611	Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Evet	51	4,205	0,478	126,000	3,415	0,001*	Hayır	77	3,837	0,663	Gönüllü Aktif Katılım	Evet	51	3,436	0,854	126,000	0,680	0,498	Hayır	77	3,334	0,812	Çocukla İletişim	Evet	51	4,521	0,394	126,000	2,829	0,005*
Antrenörle İlişki	Evet	51	4,257	0,577	126,000	3,261	0,001*																																																								
	Hayır	77	3,873	0,696				Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	Evet	51	4,380	0,369	125,087	5,131	0,001*	Hayır	77	3,935	0,611	Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Evet	51	4,205	0,478	126,000	3,415	0,001*	Hayır	77	3,837	0,663	Gönüllü Aktif Katılım	Evet	51	3,436	0,854	126,000	0,680	0,498	Hayır	77	3,334	0,812	Çocukla İletişim	Evet	51	4,521	0,394	126,000	2,829	0,005*	Hayır	77	4,267	0,554								
Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	Evet	51	4,380	0,369	125,087	5,131	0,001*																																																								
	Hayır	77	3,935	0,611				Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Evet	51	4,205	0,478	126,000	3,415	0,001*	Hayır	77	3,837	0,663	Gönüllü Aktif Katılım	Evet	51	3,436	0,854	126,000	0,680	0,498	Hayır	77	3,334	0,812	Çocukla İletişim	Evet	51	4,521	0,394	126,000	2,829	0,005*	Hayır	77	4,267	0,554																				
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Evet	51	4,205	0,478	126,000	3,415	0,001*																																																								
	Hayır	77	3,837	0,663				Gönüllü Aktif Katılım	Evet	51	3,436	0,854	126,000	0,680	0,498	Hayır	77	3,334	0,812	Çocukla İletişim	Evet	51	4,521	0,394	126,000	2,829	0,005*	Hayır	77	4,267	0,554																																
Gönüllü Aktif Katılım	Evet	51	3,436	0,854	126,000	0,680	0,498																																																								
	Hayır	77	3,334	0,812				Çocukla İletişim	Evet	51	4,521	0,394	126,000	2,829	0,005*	Hayır	77	4,267	0,554																																												
Çocukla İletişim	Evet	51	4,521	0,394	126,000	2,829	0,005*																																																								
	Hayır	77	4,267	0,554																																																											

Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Evet	51	4,382	0,495	126,000	3,939	0,001*
	Hayır	77	4,009	0,541			
Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Evet	51	4,446	0,404	124,244	3,963	0,001*
	Hayır	77	4,113	0,543			
Sosyo-Kültürel Destekleme	Evet	51	4,104	0,743	126,000	2,917	0,004*
	Hayır	77	3,705	0,766			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Velilerin spor yapma durumlarının t-test analizlerinde; ölçeğin genelinde, antrenörle ilişki, çocuğunun antrenman ve ödevlerini destekleme, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi, çocukla iletişim, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması, çocuğun kişilik gelişimini destekleme ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutlarında (p<0,05) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, gönüllü aktif katılım alt boyutunda (p<0,05) farklılıkların olmadığı belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 5: Velilerin lisanslı olarak spor yapma durumlarının t-test analizleri

Ölçek	Lisanslı Olarak Spor Yaptınız mı?						
	Değişkenler	n	x	ss	sd	t	p
Sporda Veli Katılımı Ölçeği	Evet	42	4,134	0,332	119,323	1,909	0,059
	Hayır	86	3,985	0,541			
Antrenörle İlişki	Evet	42	4,156	0,564	101,156	1,655	0,101
	Hayır	86	3,963	0,719			
Çocuğunun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	Evet	42	4,300	0,359	122,939	3,179	0,002*
	Hayır	86	4,020	0,630			
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Evet	42	3,970	0,488	126,000	-0,179	0,858
	Hayır	86	3,991	0,680			
Gönüllü Aktif Katılım	Evet	42	3,315	0,798	126,000	-0,567	0,572
	Hayır	86	3,404	0,844			
Çocukla İletişim	Evet	42	4,476	0,350	119,84	1,958	0,053
	Hayır	86	4,316	0,567			
Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Evet	42	4,256	0,407	126,000	1,402	0,163
	Hayır	86	4,110	0,608			
Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Evet	42	4,369	0,387	111,746	2,149	0,034*
	Hayır	86	4,180	0,562			
Sosyo-Kültürel Destekleme	Evet	42	4,071	0,723	126,000	2,126	0,035*
	Hayır	86	3,763	0,790			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Velilerin lisanslı olarak spor yapma durumlarının t-test analizlerinde; çocuğunun antrenman ve ödevlerini destekleme, çocuğun kişilik gelişimini destekleme ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutlarında (p<0,05) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, ölçeğin genelinde, antrenörle ilişki, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi, gönüllü aktif katılım, çocukla iletişim ve öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması alt boyutunda (p<0,05) farklılıkların olmadığı belirlenmiştir (Tablo 5).

Tablo 6: Velilerin eğitim düzeylerinin One Way Anova-Tukey analizleri

Velilerin Eğitim Düzeyi							
Ölçek	Değişkenler	n	x	ss	f	p	Tukey
Sporda Veli Katılımı Ölçeği	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	3,992	0,555	0,948	0,420	-
	Lise ^b	44	3,961	0,535			
	Üniversite ^c	41	4,096	0,386			
	Lisansüstü ^d	15	4,159	0,447			
Antrenörle İlişki	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	3,928	0,829	0,416	0,742	-
	Lise ^b	44	4,006	0,649			
	Üniversite ^c	41	4,073	0,579			
	Lisansüstü ^d	15	4,142	0,722			
Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	4,042	0,680	1,529	0,210	-
	Lise ^b	44	4,004	0,596			
	Üniversite ^c	41	4,219	0,440			
	Lisansüstü ^d	15	4,266	0,553			
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	3,964	0,702	0,295	0,829	-
	Lise ^b	44	3,960	0,637			
	Üniversite ^c	41	4,054	0,498			
	Lisansüstü ^d	15	3,900	0,754			
Gönüllü Aktif Katılım	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	3,258	0,856	0,400	0,753	-
	Lise ^b	44	3,340	0,866			
	Üniversite ^c	41	3,463	0,785			
	Lisansüstü ^d	15	3,450	0,819			
Çocukla İletişim	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	4,457	0,414	2,053	0,110	-
	Lise ^b	44	4,222	0,645			
	Üniversite ^c	41	4,409	0,402			
	Lisansüstü ^d	15	4,520	0,426			
Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	4,232	0,680	1,749	0,161	-
	Lise ^b	44	4,011	0,578			
	Üniversite ^c	41	4,207	0,453			
	Lisansüstü ^d	15	4,316	0,394			
Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	4,169	0,500	1,844	0,143	-
	Lise ^b	44	4,142	0,610			
	Üniversite ^c	41	4,359	0,440			
	Lisansüstü ^d	15	4,383	0,376			
Sosyo-Kültürel Destekleme	İlkokul ve Ortaokul ^a	28	3,738	0,917	1,221	0,305	-
	Lise ^b	44	3,871	0,778			
	Üniversite ^c	41	3,821	0,719			
	Lisansüstü ^d	15	4,200	0,627			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Velilerin eğitim düzeylerinin One Way Anova-Tukey analizlerinde; ölçeğin genelinde ve tüm alt boyutunda (p<0,05) farklılıkların olmadığı belirlenmiştir (Tablo 6).

Tablo 7: Veli çocuklarının doğum yılı değişkeninin One Way Anova-Tukey analizleri

Ölçek	Doğum Yılı						Tukey
	Değişkenler	n	x	ss	f	p	
Sporda Veli Katılımı Ölçeği	2010 Doğumlu ^a	21	3,870	0,456	1,569	0,162	-
	2011 Doğumlu ^b	21	3,977	0,644			
	2012 Doğumlu ^c	14	3,928	0,437			
	2013 Doğumlu ^d	12	3,932	0,274			
	2014 Doğumlu ^e	37	4,126	0,490			
	2015 Doğumlu ^f	16	4,277	0,460			
	2016 Doğumlu ^g	7	4,043	0,216			
Antrenörle İlişki	2010 Doğumlu ^a	21	3,918	0,470	1,686	0,130	-
	2011 Doğumlu ^b	21	4,034	0,878			
	2012 Doğumlu ^c	14	3,612	0,789			
	2013 Doğumlu ^d	12	3,928	0,553			
	2014 Doğumlu ^e	37	4,216	0,657			
	2015 Doğumlu ^f	16	4,178	0,646			
	2016 Doğumlu ^g	7	3,979	0,266			
Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	2010 Doğumlu ^a	21	3,981	0,505	1,184	0,319	-
	2011 Doğumlu ^b	21	4,219	0,734			
	2012 Doğumlu ^c	14	4,128	0,541			
	2013 Doğumlu ^d	12	4,133	0,322			
	2014 Doğumlu ^e	37	4,027	0,632			
	2015 Doğumlu ^f	16	4,387	0,389			
	2016 Doğumlu ^g	7	3,942	0,499			
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	2010 Doğumlu ^a	21	3,904	0,599	1,160	0,332	-
	2011 Doğumlu ^b	21	3,714	0,870			
	2012 Doğumlu ^c	14	4,035	0,553			
	2013 Doğumlu ^d	12	4,000	0,476			
	2014 Doğumlu ^e	37	4,047	0,516			
	2015 Doğumlu ^f	16	4,203	0,702			
	2016 Doğumlu ^g	7	4,071	0,313			
Gönüllü Aktif Katılım	2010 Doğumlu ^a	21	3,202	0,722	2,225	0,045*	a>f
	2011 Doğumlu ^b	21	3,154	1,038			
	2012 Doğumlu ^c	14	3,107	0,988			
	2013 Doğumlu ^d	12	3,333	0,741			
	2014 Doğumlu ^e	37	3,594	0,688			
	2015 Doğumlu ^f	16	3,312	0,819			
	2016 Doğumlu ^g	7	4,142	0,283			
Çocukla İletişim	2010 Doğumlu ^a	21	4,152	0,669	2,229	0,045*	a>f
	2011 Doğumlu ^b	21	4,342	0,632			
	2012 Doğumlu ^c	14	4,328	0,433			
	2013 Doğumlu ^d	12	4,216	0,376			
	2014 Doğumlu ^e	37	4,475	0,372			
	2015 Doğumlu ^f	16	4,662	0,477			
	2016 Doğumlu ^g	7	4,200	0,282			

Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	2010 Doğumlu ^a	21	4,071	0,587			
	2011 Doğumlu ^b	21	4,095	0,619			
	2012 Doğumlu ^c	14	4,285	0,478			
	2013 Doğumlu ^d	12	4,062	0,241	1,877	0,090	-
	2014 Doğumlu ^e	37	4,074	0,555			
	2015 Doğumlu ^f	16	4,546	0,586			
	2016 Doğumlu ^g	7	4,071	0,426			
Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	2010 Doğumlu ^a	21	3,916	0,560			
	2011 Doğumlu ^b	21	4,178	0,542			
	2012 Doğumlu ^c	14	4,178	0,513			
	2013 Doğumlu ^d	12	4,041	0,410	4,281	0,001*	a>e, f
	2014 Doğumlu ^e	37	4,439	0,438			
	2015 Doğumlu ^f	16	4,562	0,433			
	2016 Doğumlu ^g	7	4,178	0,374			
Sosyo-Kültürel Destekleme	2010 Doğumlu ^a	21	3,619	0,783			
	2011 Doğumlu ^b	21	3,857	0,813			
	2012 Doğumlu ^c	14	3,809	0,700			
	2013 Doğumlu ^d	12	3,527	0,626	1,919	0,083	-
	2014 Doğumlu ^e	37	3,964	0,792			
	2015 Doğumlu ^f	16	4,333	0,666			
	2016 Doğumlu ^g	7	3,714	0,911			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Veli çocuklarının doğum yılı değişkeninin One Way Anova-Tukey analizlerinde; gönüllü aktif katılım, çocukla iletişim ve çocuğun kişilik gelişimini destekleme alt boyutlarında (p<0,05) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, ölçeğin genelinde, antrenörle ilişki, çocuğun antrenman ve ödevlerini destekleme, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutunda (p<0,05) farklılıkların olmadığı belirlenmiştir (Tablo 7).

Tablo 8: Veli çocuklarının okul hayatındaki başarısının One Way Anova-Tukey analizleri

Okul Hayatındaki Başarısı							
Ölçek	Değişkenler	n	x	ss	f	p	Tukey
Sporda Veli Katılımı Ölçeği	Zayıf ^a	2	3,902	0,333	4,690	0,004*	c>d
	Orta ^b	12	3,877	0,234			
	İyi ^c	59	3,904	0,489			
	Çok İyi ^d	55	4,212	0,479			
Antrenörle İlişki	Zayıf ^a	2	4,142	0,404	1,818	0,147	-
	Orta ^b	12	3,79	0,410			
	İyi ^c	59	3,929	0,682			
	Çok İyi ^d	55	4,176	0,701			
Çocuğumun Antrenman ve Ödevlerini Destekleme	Zayıf ^a	2	3,800	0,848	2,482	0,064	-
	Orta ^b	12	3,983	0,446			
	İyi ^c	59	4,006	0,583			
	Çok İyi ^d	55	4,265	0,549			
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Zayıf ^a	2	3,750	0,353	2,279	0,083	-
	Orta ^b	12	3,916	0,403			
	İyi ^c	59	3,855	0,619			
	Çok İyi ^d	55	4,145	0,643			
Gönüllü Aktif Katılım	Zayıf ^a	2	3,000	1,414	0,750	0,525	-
	Orta ^b	12	3,645	0,391			
	İyi ^c	59	3,300	0,849			
	Çok İyi ^d	55	3,409	0,859			
Çocukla İletişim	Zayıf ^a	2	4,600	0,282	6,587	0,001*	b>d c>d
	Orta ^b	12	4,166	0,503			
	İyi ^c	59	4,206	0,555			
	Çok İyi ^d	55	4,578	0,380			
Öğrenmeyi Destekleyici Ev Ortamının Yaratılması	Zayıf ^a	2	4,000	0,211	4,424	0,005*	c>d
	Orta ^b	12	3,958	0,424			
	İyi ^c	59	4,021	0,500			
	Çok İyi ^d	55	4,354	0,586			
Çocuğun Kişilik Gelişimini Destekleme	Zayıf ^a	2	3,875	0,176	10,887	0,001*	b>d c>d
	Orta ^b	12	3,895	0,270			
	İyi ^c	59	4,084	0,550			
	Çok İyi ^d	55	4,509	0,396			
Sosyo-Kültürel Destekleme	Zayıf ^a	2	3,666	0,471	5,792	0,001*	b>d c>d
	Orta ^b	12	3,527	0,459			
	İyi ^c	59	3,649	0,720			
	Çok İyi ^d	55	4,175	0,805			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Veli çocuklarının okul hayatındaki başarısının One Way Anova-Tukey analizlerinde; ölçeğin genelinde, çocukla iletişim, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması, çocuğun kişilik gelişimini destekleme ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutlarında (p<0,05) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca,

antrenörle ilişki, çocuğumun antrenman ve ödevlerini destekleme, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi ve gönüllü aktif katılım alt boyutunda ($p<0,05$) farklılıkların olmadığı bulunmuştur (Tablo 8).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sporda veli katılımı ölçeği ve alt boyutlarının Cronbach's alpha verilerinde, ölçeğin genelini 0,912 ile yüksek güvenilir, antrenörle ilişki 0,912 ile yüksek güvenilir, çocuğumun antrenman ve ödevlerini destekleme 0,807 ile yüksek güvenilir, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi 0,699 ile oldukça güvenilir, gönüllü aktif katılım 0,801 ile yüksek güvenilir, çocukla iletişim 0,805 ile yüksek güvenilir, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması 0,804 ile yüksek güvenilir, çocuğun kişilik gelişimini destekleme 0,744 ile oldukça güvenilir ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutu 0,803 ile yüksek güvenilir düzeylerinde olduğu tespit edilmiştir (Tablo1).

Veli cinsiyetlerinin t-test analizlerinde; ölçeğin genelinde, antrenörle ilişki, çocuğumun antrenman ve ödevlerini destekleme, çocukla iletişim, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması ve çocuğun kişilik gelişimini destekleme alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi, gönüllü aktif katılım ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıkların olmadığı bulunmuştur (Tablo 3). Şentürk, & Özmutlu, (2023), cinsiyet değişkeninde farklılıklara rastlamışlardır. Ayyılmaz ve ark., (2023), araştırmalarında velilerin cinsiyet değişkeninde farklılıkların bulunmadığını bildirmişlerdir. Karahasan ve Müftüler, (2023), cinsiyet değişkeninde farklılaşmanın bulunmadığını belirlemişlerdir. Aydemir, & Kul, (2018), kadın ve erkek katılımcıların mesleğe bakışlarında anlamlı farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Çelik, & Gıdık, (2023), cinsiyet değişkeninde farklılıkların olduğunu bildirmişlerdir.

Velilerin spor yapma durumlarının t-test analizlerinde; ölçeğin genelinde, antrenörle ilişki, çocuğumun antrenman ve ödevlerini destekleme, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi, çocukla iletişim, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması, çocuğun kişilik gelişimini destekleme ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, gönüllü aktif katılım alt boyutunda ($p<0,05$) farklılıkların olmadığı bulunmuştur (Tablo 4). Evli ve ark., (2020), spor yapma durumlarında farklılıkların olduğunu bulmuşlardır. Çelik, & Gıdık, (2022), spor yapma değişkeninde farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Kabak, (2019), spor yapma değişkeninde farklılıkların olmadığını belirlemiştir. Durmuş, (2020), sportif etkinliklere katılma durumlarında farklılaşmanın bulunmadığını bildirmiştir. Ayyılmaz ve ark., (2023), çalışmaya katılan velilerin düzenli olarak spor yapma durumlarında farklılıkların olmadığını tespit etmişlerdir. Karahasan ve Müftüler, (2023), düzenli spor yapma değişkeninde anlamlı farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir.

Velilerin lisanslı olarak spor yapma durumlarının t-test analizlerinde; çocuğun antrenman ve ödevlerini destekleme, çocuğun kişilik gelişimini destekleme ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, ölçeğin genelinde, antrenörle ilişki, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi, gönüllü aktif katılım, çocukla iletişim ve öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması alt boyutunda ($p<0,05$) farklılıkların olmadığı bulunmuştur (Tablo 5). Akıncı, & Önder, (2023), velilerin lisanslı olarak spor yapma durumlarında farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Yılmaz ve ark., (2023), spor yapma değişkeninde farklılıkların bulunduğunu bildirmişlerdir.

Velilerin eğitim düzeylerinin One Way Anova-Tukey analizlerinde; ölçeğin genelinde ve tüm alt boyutunda ($p<0,05$) farklılıkların olmadığı bulunmuştur (Tablo 6). Kemeç ve ark., (2018), katılımcıların eğitim düzeyleri arttıkça farkındalığında artabileceğini tespit etmişlerdir. Alp, & Alpdoğan, (2023), eğitim düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlamışlardır. Evli ve ark., (2023), eğitim düzeylerinde farklılıkların bulunduğunu tespit etmişlerdir. Gıdık, & Ekizoğlu, (2023), çalışmalarında anlamlı farklılıkların bulunduğunu bildirmişlerdir. Kul ve ark., (2021), eğitim düzeylerinde farklılıkların bulunmadığını belirlemişlerdir. Ekizoğlu & Oruç, (2022), farklılıkların bulunmadığını bildirmişlerdir.

Veli çocuklarının doğum yılı değişkeninin One Way Anova-Tukey analizlerinde; gönüllü aktif katılım, çocukla iletişim ve çocuğun kişilik gelişimini destekleme alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, ölçeğin genelinde, antrenörle ilişki, çocuğun antrenman ve ödevlerini destekleme, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutunda ($p<0,05$) farklılıkların olmadığı bulunmuştur (Tablo 7). Çelik ve ark., (2023), araştırmalarında yaş değişkeninde farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Gıdık & Şipal, (2023), yaş değişkeninde farklılıkların bulunduğunu tespit etmişlerdir. Karahasan ve Müftüler, (2023), araştırmalarında doğum yılı değişkeninde farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir.

Veli çocuklarının okul hayatındaki başarısının One Way Anova-Tukey analizlerinde; ölçeğin genelinde, çocukla iletişim, öğrenmeyi destekleyici ev ortamının yaratılması, çocuğun kişilik gelişimini destekleme ve sosyo-kültürel destekleme alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıklar belirlenmiştir. Ayrıca, antrenörle ilişki, çocuğun antrenman ve ödevlerini destekleme, katılım konusunda velinin kendini geliştirmesi ve gönüllü aktif katılım alt boyutunda ($p<0,05$) farklılıkların olmadığı bulunmuştur (Tablo 8). Dokuzoğlu, (2018), aile bireylerinin davranışları ile çocuklar için rol model olduğu kabul edilmektedir. Çocuğun fiziksel aktivitesi için ebeveyn desteğinin büyük olduğu, ebeveynlerin üzerine düşen görev ve sorumlulukları yerine getirmesi gerektiğini göstermektedir (Yılmaz, 2016).

Sonuç olarak araştırmaya katılan ebeveynlerin eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılıkların olmadığı ancak ebeveynlerin cinsiyet, düzenli spor yapma, lisanslı olarak spor yapma durumu, çocuğun doğum yılları ve çocukların okul hayatındaki başarısı değişkenlerinde anlamlı farklılıkların ortaya çıktığı tespit edilmiştir.

Araştırmacıların Katkı Oranlarının Beyanı

Araştırmanın yazarları çalışmaya eşit oranda katkı sağladıklarını beyan ederler.

Araştırmacıların çıkar atışmasının Beyanı

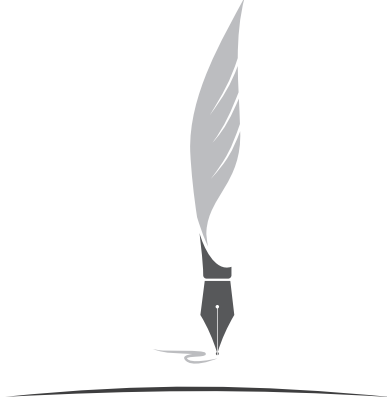
Araştırma yazarları aralarında herhangi bir çıkar problemi olmadığını beyan ederler.

KAYNAKLAR

- Akcan, F., & Bulgu, N. (2012). Spora yönelik sosyalizasyon süreci: Lise öğrencileri üzerine bir uygulama. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 195-206.
- Akıncı, A. Y., & Önder, A. (2023). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi derslerindeki mutluluk düzeyleri ve sportmenlik davranışlarının incelenmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 241-256.
- Alp, A. F., & Alpdoğan, S. S. (2023). Oturarak Voleybol Sporcularının Spora Katılım Motivasyonlarının İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 7(1), 9-16.
- Alpman, C. (1972). Eğitim bütünlüğü içinde beden eğitimi ve çağlar boyunca gelişimi, Ankara.
- Amman, M. T., İkizler, H. C., & Karagözoğlu, C. (2000). Sporda sosyal bilimler. İstanbul: Alfa Yayınevi.
- Arıcı, H. (1998). Okullarda beden eğitimi, Nobel Yayınları: Ankara.
- Aslan, T. (2018), Futbol kulüplerinin finansal performansının oran yöntemiyle analizi: bist'de işlem gören futbol kulüpleri üzerine bir uygulama, *Muhasebe ve Vergi Uygulamaları Dergisi*, 11(3), 349-362.
- Aydemir, U., & Kul, M. (2018). Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının yansıtıcı düşünce eğilimlerinin bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Kesit Akademi*.
- Ayyılmaz, A., Bilgin, U., Okan, İ., & Çolakoğlu, F. F. (2023). Zihinsel engelli öğrenci velilerinin ve öğretmenlerinin sporun etkilerine yönelik farkındalık ve tutum düzeylerinin incelenmesi (Yozgat İl Örneği). *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 195-212.
- Coşkun, R., Altunışık, R., & Yıldırım, E. (2017). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri SPSS uygulamalı, Sakarya Yayıncılık, Güncellenmiş 9. Baskı, Sakarya.
- Çelik, H., & Gıdık, O. (2022). Kriket gençler Türkiye birinciliği şampiyonasına katılan sporcuların, kriket sporunu tercih etme nedenleri. *Spor Bilimlerinde Teori ve Araştırmalar*. Ekim. s. 35-52. Serüven Yayınevi. Ankara.
- Çelik, H., & Gıdık, O. (2023). Türkiye petank şampiyonasına katılan sporcuların bocce sporunu tercih etme nedenleri. Ekim. 56-73. Duvar Yayınevi. İzmir.
- Çelik, H., Gıdık, O., & Çelik, M. (2023). Examination of artificial intelligence anxiety levels of bocce athletes. *Advanced and Contemporary Studies in Sport Sciences*. Aralık. 53-88. ISBN: 978-625-6585-97-3. Duvar Yayınevi. İzmir.
- Demir, S., & Gündüz, B. (2014). Ebeveyn yetkinlik ölçeğinin uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(25), 309-322.
- DPT. (1978). Beş yıllık kalkınma planı gençlik ve spor özel ihtisas komisyonu raporu, DPT. Müsteşarlığı Yayınları, Ankara.

- Dokuzoğlu, G. (2018). Ortaokul oğrencilerinin ders dışı sportif etkinliklere katılımlarına y6nelik ebeveyn tutumlarının bazı demografik 6zelliklere g6re incelenmesi. Yayımlanmamış Y6ksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman 6niversitesi, Sosyal Bilimler Enstit6s6, Spor Y6neticiliği Anabilim Dalı, Muğla.
- Durmuş, D. (2020). Ebeveynlerin ders dışı sportif etkinliklere olan bakış aırlarının belirlenmesi. Yayımlanmamış Y6ksek Lisans Tezi, Ankara 6niversitesi Eğitim Bilimleri Enstit6s6, beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Ekizoğlu, 6., & Oruç, G. (2022). Determination of the sports products consumer profiles of the Turkish armed forces personnel. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*; 13(6): 1582–1591.
- Esencan, M. (2023). Futbol teknik direkt6rlerinin performans kriterlerinden birisi: “Futbolcu kapasitelerini en 6st d6zeye çıkarabilme becerisi”. *Yalova 6niversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 1-16.
- Evli, F., Gıdık, O., & Cerit, E. (2020). Anxiety levels of footballers in regional amateur and professional leagues during pandemic process. *Ambient Science*, Vol. 07(Sp1); 81-85.
- Evli, F., Gıdık, O., Evli, M., Gıdık, B., Kul, M. (2023). T6rkiye’deki profesyonel ve amat6r lig futbolcularının organik gıda tercihlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Osmaniye Korkut Ata 6niversitesi Fen Bilimleri Enstit6s6 Dergisi*, 6(3): 2361-2377.
- Gıdık, O., & şıpal, O. (2023). Ragbi sporcularının sporda m6cadele ve endişe durumlarının farklı değişkenler bakımından incelenmesi. *Current Research in Sports/ Sporda G6ncel Araştırmalar*. Mart. 1-19. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Gıdık, O., & Ekizoğlu, 6. (2023). An investigation of bocce athletes’ self-regulation and respect for opposing views in sport. *Advanced and Contemporary Studies in Sport Sciences*. Aralık. s. 35-52. ISBN: 978-625-6585-97-3. Duvar Yayınları. İzmir.
- G6ke, H., Keçeci, K., & Yıldız, A. (2019). Ailelerin çocuklarını spora g6nderme sebeplerinin belirlenmesi: Pilot alışma. *CB6 Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14 (2), 356-366.
- G6ng6r, A. (2014). Futbol end6strisinde sportif başarı ile finansal performans arasındaki ilişkinin analizi ve T6rkiye uygulaması. *Sosyal Bilimler Dergisi*, (1), 16-36.
- G6rb6zt6rk, O., & şad, S. N. (2010a). Turkish parental involvement scale: Validity and reliability studies. *World Conference on Educational Sciences-WCES 2010*, Bahçeşehir University-İstanbul.
- G6rb6zt6rk, O., & şad, S. N. (2010b). Turkish parental involvement scale: Validity and reliability studies. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 487-491.
- H6n6k, D., & Demirhan, G. (2003). İlk6đretim sekizinci sınıf, lise birinci sınıf ve 6niversite oğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 14(4):175-184.

- Kabak, S. (2019). Farklı branşlardaki öğretmenlerinin zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklerine yönelik farkındalık ve tutum düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Karaali, E., & Aktaş Üstün, N. (2022). Eğitimde veli katılımı ölçeğinin spora uyarlanması: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 7(2), 358-368.
- Karahasan, İ., & Müftüler, M. (2023). Rekreatif Egzersizlere Katılan Çocukların Egzersiz Motivasyonu ile Ebeveynlerin Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Sportive, 6(2), 84-100.
- Karasar, N. (2007). Bilimsel araştırma yöntemleri (17. baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kemeç, D. G., Demir, G. T., & Koç, S. (2018). Doktor adaylarının zihinsel yetersizliği olan bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalıkları. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 3(4), 153-168.
- Kul, M., Gıdık, B., Gıdık, O., Şipal, O., & Şipal, Ö. (2021). Organic food nutrition knowledge level of Olympic Boxers in Turkey. Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi; 4(3): 250-260.
- Nirun, N. (1990). Sosyoloji. İstanbul: M. E. Basımevi, s.177.
- Öztürk, F. (1998). Toplumsal Boyutlarıyla Spor. Ankara: Bağırhan Yayınevi, s. 9-63.
- Sarıalp, R. (1990). Büyük düşünür ve spor hekimi İbni Sina'nın doğuya ve batıya etkileri. Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi, 1(1), 14-15.
- Şentürk, E., & Özmutlu, İ. (2023). Okçuluk sporcularının sporda imgeleme becerilerinin hedef yönelimi düzeylerine etkisinin incelenmesi. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 6(1), 73-89.
- Thompson, A. M., Rehman, L. A., & Humbert, M. L. (2005). Factors influencing the physically active leisure of children and youth: A qualitative study. Journal of Leisure Studies, 27(5), 421-438.
- Tutar, S. (2018). Finansal Fair-Play kriterlerine uyum süreci futbol kulüplerinin muhasebe uygulamalarında manipülatif eylemleri tetikler mi?, International Journal Entrepreneurship and Management Inquiries Dergisi, 2(3), 126-138.
- Yılmaz, A. (2016). Lise öğrencilerinin ders dışı sportif etkinliklere katılımına yönelik ebeveyn tutum ve görüşleri. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara.
- Yılmaz, A., Zorlu, Y., & Aslantürk, O. (2023). Beden okuryazarlığı fiziksel aktivite davranışı ve ders dışı sportif etkinlikler arasındaki ilişki. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 28(3), 231-243.



Bölüm 2

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN YÜZME BECERİ ÖZ DEĞERLENDİRME DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Yakup SANÇAR¹, Arda ÖZTÜRK², Hüsniye ÇELİK³

¹ Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0009-0006-3360-2616

² Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0009-0000-8071-8829

³ Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0001-8022-4466

GİRİŞ

Yüzme, su içerisinde batmamak için bacak ve kolların beraber ya da bağımsız bir şekilde kullanılmasıyla su üzerinde yatay hareketin yapılmasıdır. Bu bağlamda yüzme sporunda, suyun nefes alıp vermeyi zorlaştıran baskısı altında kalma, suyun içinde hareket etmeyi zorlaştıran sürtünmeye karşı gelebilme veya ortaya çıkan sürtünmeyi en düşük seviyeye indirmeye çalışma, su içinde enerji harcama gibi birçok özelliği ile öteki spor branşlarından ayrılır (Odabaş,2003). Yüzme, suyun içinde mesafe alabilmek için yapılan bir-biri ile bağlantılı hareketlerin bütünüdür. Yüzme sporunun tanımlanması ise sporcunun su içerisinde belirli bir mesafeyi zamana karşı yüzme tekniklerinden herhangi biri ile kat edebilme yeteneğidir (Hannula, 2001). Yüzme sporu sporcularda, spor branşları içerisinde yer çekimi kuvvetinin etkinliğini en aza indiren ve kasların bir uyum içerisinde çalışmasını sağlayan, vücut direnci üzerinde etkili olan ve sporcu kas gelişimi üzerinde önemli olan branştır (Bozdoğan, 2006). Gönül ve ark. (2016) yüzme sporunun bireyde bedensel, zihinsel, kültürel gelişime destek olduğunu, psikolojik olarak iyi olma, sosyalleşme, sağlıklı bir birey olma, boş zamanı iyi değerlendirme gibi durumların, bireylerde egzersiz yapma alışkanlığını ortaya çıkarttığını belirtmiştir. Yüzme bilgisi bireyin kendi hayatını kurtarması yanı sıra başkalarının da hayatını kurtarabileceği gerçeği yüzme bilmenin önemini arttırmaktadır. Bireylere yüzme eğitimi verilmesi ve suda güvende olmayı öğretmek hayati önem arz etmektedir (Liri & Papec, 2017). Her yüzme eğitimi programı nihayetinde her bir katılımcının veya ebeveyninin, yeteneklerinin ne olduğunu bileceğine dayalı olarak ne öğrenildiğine dair bir değerlendirmeye sahip olmalıdır (Dimitrić ve ark., 2022).

Bandura ve Walters (1977), göre öz değerlendirme teorisini kendini gözlemleme, kendini yargılama ve kendini değerlendirme olarak tanımlar. Yani öz değerlendirme davranışın gözlemlenmesi, değerlendirilmesi ve yorumlanmasıdır. Boud ve Falchikov (1989), göre öğrencilerin çalışmalarında uygulayacakları standartları ve/veya kriterleri belirlemeye çalışmaları ve bu kriter ve standartları ne ölçüde karşılayabildiklerine ilişkin yargılarda bulunmalarıdır. Öğrenciler bazı spor becerilerinde uzmanlaştığında sonraki becerilere geçmek için öz değerlendirme yapar (Sönmez & Mirzeoğlu, 2021). Öğrencilerin kendi öğrenmeleri hakkında, özellikle başarıları ve öğrenmelerinin sonuçları hakkında yargıya varmalarını ifade eder. Öz değerlendirme, bireyin kendisini belli ölçülerde kıyaslayıp kendisiyle ilgili yargıya ulaşması olarak tanımlanabilir (Kösterelioğlu & Çelen, 2016). Öğrencinin bir beceriyi uygularken hem kendi farklılığının artırılması hem de öğretmeni veya antrenörü ile paylaşmasını sağlar. Mistar (2011), göre öz değerlendirme öğrencileri ve sporcuları daha aktif ve beceriye odaklanmış hale getirir. Öz-değerlendirme, öğrencileri yalnızca daha aktif hale getirmekle kalmaz, beceri öğrenme sürecini kolaylaştırır ve ilerlemelerinin farkına varmalarını sağlar (Harris, 1997).

Yüzme öğrenme süreci öncesi kişinin kendisini değerlendirmesi ve yüzme konusun da yeterli olup olmadığını tespit etmesi öğrenme sürecini hızlandıracaktır. Öz değerlendirme durumu bu süreç ile ilgilidir. Mesleki eğitimde bilgi değerlendirilmesinde geleneksel yöntemlerden olan yazılı sınavlar kullanılırken, becerinin değerlendirilmesinde bu durum daha zor olmaktadır. Bu sebeple becerilerin değerlendirilmesi ortaya çıkartılacak beceri ve tutum ile de alakalıdır (Ward & Willis, 2016). Bu zorluk kişinin beceri bakımından daha sınırlı olduğu yerde öz değerlendirme yapmasından kaynaklanmaktadır.

Öğrenmenin önemli boyutlarından biri de öz değerlendirmedir. Bu araştırmadaki öz değerlendirme formu, yüzme becerilerini değerlendirmek amacıyla temel yüzme eğitimi alacaklar içindir. Yüzme eğitimi alacak kişilerin öz değerlendirme durumlarını analiz etmesi durumunda, öz değerlendirme akademik performanslarını değerlendirmek için temel olabilir. Bu sayede antrenör veya öğretmenin, öğrenci için öğretim uygulamalarındaki belirlenmiş yönlerini ya da eksik yönlerini geliştirmesine yardımcı olacaktır. Beceriye ölçmek için kullanılan yöntemler, öğrencilerin ortaya çıkartacakları performansı değerlendirmeye yönelik ölçme araçları olmanın yanında rehber olarak uygulama alanında da beceri geliştirme görevi görmektedir. Böylece hem öğrencinin ya da sporcunun daha objektif değerlendirilmesini sağlayacak hem de sahada yapılması gereken uygulamalar için bir rehber oluşturacaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada; spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin yüzme beceri öz değerlendirme düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın modelini ilişkiisel tarama modeli oluşturmaktadır. Karasar (2007) ilişkiisel tarama modelini şu şekilde açıklamaktadır; “iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modeli” dir.

Araştırma Grubu

Araştırmada yer alan gruba, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 92 kadın ve 123 erkek toplam 215 spor bilimleri öğrencisi katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin yüzme beceri öz değerlendirme durumlarını belirlemek için geçerlik ve güvenilirlik çalışması Arıkan, G. & İnce, U. (2023) tarafından yapılan “Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada kullanılacak kişisel bilgilerin (cinsiyet, yaş, okuduğunuz bölüm, okuduğunuz sınıf, yüzme eğitimi alma durumu, yüzme eğitiminin nereden aldınız?) ve değişkenlerin belirlenmesi amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği

Geçerlik ve güvenilirlik çalışması Arıkan, G. & İnce, U. (2023) tarafından yapılan “Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği” 12 madde ve ters kodlama olmayan ölçek tek faktörden oluşmaktadır. Ölçekte değerlendirme (1) Hiç, (2) Zayıf, (3) Orta, (4) İyi ve (5) Çok İyi şeklindedir.

Verilerin Analizi

Veri analizlere yapılmadan önce, veri analizleri ile ilgili normallik, homojenlik gibi varsayımlara bakılarak istatistiksel bilgiler oluşturulmalıdır. Araştırmacı bu bilgiler doğrultusunda hangi analiz tekniklerini kullanacağını belirlemelidir (Tozoğlu ve Dursun 2020).

Araştırmada, öncelikli olarak ölçek aracılığı ile elde edilen verilerin kayıt edilmesi ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Analizde ilk olarak, öğrencilerin doldurduğu kişisel bilgi formu ve “Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği” detaylı bir şekilde kontrol edilmiştir. Daha sonra araştırmaya uygun olan veriler, elektronik ortama aktarılır ve verilerin analizinde değerlendirilmeye alınmıştır.

Verilerin analiz edilirken SPSS 26,00 paket programından yararlanılmıştır. Verilerin analizinde ilk olarak tanımlayıcı analiz teknikleri kullanılmış ve normal dağılım gösteren veriler için parametrik testlerden, iki farklı bağımsız değişkenler ile Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği arasındaki farklılaşmayı belirlemek için “Bağımsız Örneklemeler için T-testi” ve ikiden fazla farklı değişken ile Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği arasındaki farklılaşmayı belirlemek için “Tek Yönlü Varyans Analizi” uygulanarak analiz sonuçları $p < 0,05$ önem düzeyine göre değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Kişisel Değişkenlerine İlişkin Dağılımı

Değişkenler	N	%	
Yaş	18-22 Yaş	134	62,3
	23-27 Yaş	81	37,7
Cinsiyet	Kadın	92	42,8
	Erkek	123	57,2
Okuduğunuz Bölüm	Antrenörlük	78	36,3
	Yöneticilik	95	44,2
	Rekreasyon	42	19,5

Okuduğunuz Sınıf	1. Sınıf	37	17,2
	2. Sınıf	57	26,5
	3. Sınıf	58	27,0
	4. Sınıf	63	29,3
Daha Önce Yüzme Eğitimi Aldınız mı?	Evet	125	58,1
	Hayır	90	41,9
Yüzme Eğitimi Nereden Aldınız?	Aile	19	8,8
	Okul	83	38,6
	Özel Kurs	30	14,0
	Almadım	83	38,6

Araştırma 92 kadın ve 123 erkek toplam 215 spor bilimleri fakültesi öğrencisi üzerinde yapılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşına bakıldığında; 134'ünün 18-22 yaş ve 81'inin 23-27 yaş grubunda yer alırken öğrencilerin okuduğu bölüm değişkeninde ise 78'inin antrenörlük eğitimi, 95'inin spor yöneticiliği ve 42'sinin rekreasyon bölümünde olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin okudukları sınıf düzeyi değişkenine bakıldığında 37'sinin 1.sınıf, 57'sinin 2.sınıf, 58'inin 3.sınıf ve 63'ünün 4.sınıf olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin daha önce yüzme eğitimi aldınız mı sorusuna verdikleri cevapta ise 125'inin yüzme eğitimi aldığı 90'ının almadığı görülmüştür. Öğrencilerin yüzme eğitimi nereden aldınız sorusuna ise 19'unun aile tarafından aldığı 83'ünün okuldan aldığını 30'unun özel kurstan aldığını ve 83'ünün almadığı tespit edilmiştir.

Tablo 2. *Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği Güvenirlilik Dağılımı Sonuçları*

Cronbach's Alpha Katsayısı	Soru Sayısı
0,973	12

Çalışmamızda kullanılan yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği güvenilirlik dağılımı sonucunda; Cronbach's Alpha katsayı değeri 0,973 bulunmuştur. Bu değer $0.80 < R^2 < 1.00$ değerleri arasında olduğundan yapılan ölçeğin yüksek güvenilirlikte olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. *Tanımlayıcı İstatistik Dağılımı*

Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği	
n	215
Ortalama	3,356
Std. Sapma	1,378
Çarpıklık	-0,419
Çarpıklık Std. Hatası	0,166
Basıklık	-1,140
Basıklık Std Hatası	0,330

Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği ait betimsel verileri değerlendirildiğinde çarpıklık ve basıklığa ait değerlerin +1,5 ve -1,5 arasında olduğu bulunmuştur. (Tabachnik & Fidell, 2013) Bu değerler neticesinde araştırmamızda parametrik testler uygulanmıştır.

Tablo 4. Öğrencilerinin Cinsiyet ile Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği T-Testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	n	x	ss	sd	t	p
Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği	Kadın	92	2,719	1,353	182,176	-6,273	0,000*
	Erkek	123	3,833	1,197			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin cinsiyetleri ile yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda öğrencilerin cinsiyetleri ile yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği arasında anlamlı farklılık olduğu sonucu bulunmuştur.

Tablo 5. Öğrencilerin Yüzme Eğitimi Alma Durumu ile Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği T-Testi Sonuçları

Ölçek	Yüzme Eğitimi Aldınız mı?	n	x	ss	sd	t	p
Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği	Evet	125	3,806	1,143	164,148	5,881	0,000*
	Hayır	90	2,731	1,437			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin yüzme eğitimi alma durumları ile yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda öğrencilerin yüzme eğitimi alma durumu ile yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği sonucunda p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuçta yüzme eğitimi alma durumunun spor bilimleri öğrencilerinin yüzme becerileri üzerinde önemli olduğunu göstermektedir.

Tablo 6. Öğrencilerin Yaş Değişkeni ile Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği T-Testi Sonuçları

Ölçek	Yaş	n	x	ss	sd	t	p
Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği	18-22 Yaş	134	3,076	1,384	182,914	-4,067	0,000*
	23-27 Yaş	81	3,820	1,244			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği ile yaş değişkeni arasındaki farklılaşmayı belirlemek için yapılan t- testi sonucunda p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Spor bilimleri öğrencilerinin yüzme becerileri öz değerlendirmesinde yaş büyüdükçe yüzme becerileri öz değerlendirme düzeyinin arttığı sonucuna varılmıştır.

Tablo 7. Öğrencilerin Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği ile Okudukları Bölüm Değişkenine Göre Karşılaştırılması (One- Way Anova)

Ölçek	Okuduğunuz Bölüm	n	x	ss	f	p	LSD
Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği	Antrenörlük ^a	78	3,582	1,379	2,550	0,080	-
	Yöneticilik ^b	95	3,331	1,323			
	Rekreasyon ^c	42	2,994	1,447			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği ile okudukları bölüm değişkeni için yapılan varyans analizi testi sonucunda p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. Spor bilimleri öğrencilerinin yüzme becerileri öz değerlendirmesinde okudukları bölümün önemli olmadığı görülmektedir.

Tablo 8. Öğrencilerin Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği ile Okuduğunuz Sınıf Değişkenine Göre Karşılaştırılması (One- Way Anova)

Ölçek	Okuduğunuz Sınıf	n	x	ss	f	p	LSD
Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği	1. Sınıf ^a	37	2,815	1,444	6,788	0,000*	a>d b>d c>d
	2. Sınıf ^b	57	3,225	1,504			
	3. Sınıf ^c	58	3,185	1,274			
	4. Sınıf ^d	63	3,951	1,109			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği ile okudukları sınıf değişkeni için yapılan varyans analizi testi sonucunda p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Spor bilimleri öğrencilerinin yüz-

me becerileri öz değerlendirmesinde öğrencilerin okudukları sınıf düzeyinin önemli olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Öğrencilerin Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği ile Yüzme Eğitimi Nereden Aldınız? Değişkeni Karşılaştırılması (One- Way Anova)

Ölçek	Yüzme Eğitimi Nereden Aldınız?	n	x	ss	f	p	LSD
Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği	Aile ^a	19	3,951	0,937	17,280	0,000*	a>d
	Okul ^b	83	3,540	1,239			b>c, d
	Özel Kurs ^c	30	4,377	0,870			c>d
	Almadım ^d	83	2,667	1,408			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği ile yüzme eğitimi nereden aldınız? değişkeni için yapılan varyans analizi testi sonucunda p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Spor bilimleri öğrencilerinin yüzme becerileri öz değerlendirmesinde öğrencilerin yüzme eğitimi aldıkları yerin önemli rol oynadığı görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada; spor bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme durumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma 92 kız ve 123 erkek toplam 215 spor bilimleri fakültesi öğrencisi üzerinde yapılmıştır. Araştırmamıza katılan öğrencilerin cinsiyetleri ile yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda öğrencilerin cinsiyetleri ile yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği arasında anlamlı farklılık olduğu sonucu bulunmuştur. Çalışmamıza paralel olarak Uzun ve Yurdabakan (2011)'in ilköğretim öğrencilerinde öz değerlendirmeye yönelik tutum üzerine yaptıkları çalışmalarında 1500 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Araştırma sonucunda öğrencilerin öz-değerlendirme tutumları ile cinsiyetleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Aybek ve Aslan (2017)'in öğretmen adaylarının öz düzenlemesi üzerine yaptıkları çalışmalarında öğretmen adaylarının cinsiyetleri ile öz değerlendirme alt boyutunda anlamlılık tespit edilmiştir. Çalışmamızdan farklı olarak Batu ve Aydın (2020) elit yüzme sporcuları üzerine yaptıkları çalışmalarına 137 sporcu katılmıştır. Bu araştırmada sporcuların cinsiyetleri ile egzersiz bağlılıkları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Nardemir ve Ataman Yancı (2021) yüzme sporu yapan çocukların imgeleme gücü üzerine yaptıkları çalışmalarında 190 öğrenci çalışmaya katılmıştır. Bu çalışmada, yüzme sporu ile uğraşan çocuklarda hayal etme özelliğinin cinsiyet üzerinde etkili olmadığı tespit

edilmiştir. Şahin (2015) beden eğitimi alanında yüksekokulda öğrenim gören öğrencilerin öz düzenlemeleri üzerine yaptığı çalışmasında öğrencilerin cinsiyetleri ile ölçek alt boyutlarında farklılık bulunmamıştır. Yüksel (2015) hemşirelik alanında eğitim alan öğrencilerin problem çözme süreçlerinde öz değerlendireme üzerinde etkili faktörler üzerine yaptığı çalışmasında öğrencilerin cinsiyetleri ile öz değerlendirmeleri arasında anlamlı farklılık olmadığını ortaya çıkarmıştır.

Araştırmamıza katılan öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği ile yaş değişkeni arasındaki farklılaşmayı belirlemek için yapılan t-testi sonucunda $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Çalışmamızdan farklı olarak Şahin (2015) beden eğitimi alanında yüksekokulda öğrenim gören öğrencilerin öz düzenlemeleri üzerine yaptığı çalışmasında öğrencilerin yaşları ile ölçek alt boyutlarında farklılık bulunmamıştır. Nardemir ve Ataman Yancı (2021) yaptıkları çalışmalarında yüzme sporu ile uğraşan çocuklarda hayal etme özelliği ile yaş arasında etkili olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmamıza katılan öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği ile okudukları bölüm değişkeni için yapılan varyans analizi testi sonucunda $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. Çalışmamıza farklı olarak Aybek ve Aslan (2017) öğretmen adaylarının öz düzenlemesi üzerine yaptıkları çalışmalarında öğretmen adaylarının bölüm değişkenleri ile öz değerlendirme alt boyutunda anlamlılık tespit etmişlerdir.

Araştırmamıza katılan öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği ile okudukları sınıf değişkeni için yapılan varyans analizi testi sonucunda $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Çalışmamıza benzer olarak Uzun ve Yurdabakan (2011)'in yaptıkları çalışmalarında öğrencilerin öz değerlendirme tutumları arasında sınıf seviyesine göre anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür. Aybek ve Aslan (2017)'in öğretmen adayları üzerine yaptıkları çalışmalarında öğretmen adaylarının sınıf değişkenleri ile öz değerlendirme alt boyutunda anlamlılık tespit edilmemiştir. Çalışmamızdan farklı olarak Yüksel (2015)'in hemşirelik öğrencileri üzerine yaptığı çalışmasında öğrencilerin okudukları sınıf düzeyi ile öz değerlendirmelerinde anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür.

Araştırmamıza katılan öğrencilerin yüzme eğitimi alma durumları ile yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda öğrencilerin yüzme eğitimi alma durumu ile yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeği sonucunda $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık olduğu ortaya çıkmıştır. Çalışmamıza benzer olarak Arıkan ve İnce (2023) yüzme becerileri öz değerlendirmesi üzerine yaptıkları çalışmalarına 241 kadın ve 170 erkek toplam 411 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin çoğunluğunun yüzme eğitimi almadıkları görülmektedir. Tellioglu ve Karadenizli (2018)'in

yaptıkları çalışmalarında sportif becerilerinin öğrenim süreciyle etkilendiği sonucuna varılmıştır. Çalışmamızdan farklı olarak Eren Bana (2021) Covid-19 salgını sürecinde öz değerlendirme ve serbest zaman algısı ilişkisi üzerine yaptığı çalışmasında eğitim durumunda anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Kocaman (2019)'ın Yüzme Antrenörleri üzerine yaptığı çalışmasında yüzme branşında lisanslı olma durumları ile problem çözme becerileri arasında da anlamlılık olmadığı tespit edilmiştir.

Sonuç olarak; spor bilimleri öğrencilerinin yüzme becerileri öz değerlendirme durumlarının belirlenmesi adlı çalışmamızda, öğrencilerin yaşları, cinsiyetleri, sınıf düzeyleri, yüzme eğitimi alma durumları ve bu eğitimi nereden aldıkları öğrencilerin yüzme becerileri öz değerlendirme düzeyleri üzerinde etkilidir. Bu noktada, yaş arttıkça yüzme beceri öz değerlendirme düzeyinin arttığı, erkeklerin kadınlara oranla daha yüksek yüzme beceri öz değerlendirmelerinin olduğu, sınıf düzeyi yükseldikçe yüzme beceri öz değerlendirmelerinin yükseldiği, yüzme eğitimi alanların yüzme eğitimi almayanlara oranla yüzme beceri öz değerlendirmelerinin daha fazla olduğu ve yüzme eğitimini okulda ve özel kurstan alanların da yüzme beceri öz düzenlemeleri daha yüksek olduğu çalışmamız sonucunda ortaya çıkmıştır. Çalışmamızın daha sonra yapılacak olan çalışmalarla öğrencilerin ve sporcuların yüzme becerileri öz değerlendirmeleri çalışmalarına ışık tutacağı düşünülmektedir.

TEŞEKKÜR

Çalışmamıza katkı sağlayan spor bilimleri fakültesi öğrenci arkadaşlarımıza teşekkür ederiz.

Araştırmacıların Katkı Oranlarının Beyanı

Araştırmanın yazarları araştırmaya eşit oranda katkı sağlamış olduklarını beyan ederler.

Araştırmacıların Çıkar Çatışmasının Beyanı

Araştırma yazarları aralarında herhangi bir çıkar problemi olmadığını beyan ederler.

KAYNAKÇA

- Arıkan, G., & İnce, U. (2023). Yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeğinin Türk dili ve kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *ROL Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 644–656. <https://doi.org/10.5281/zenodo.8050001>
- Aybek, B., & Aslan, S. (2017). Öğretmen adaylarının öz-düzenleme düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 13(3), 455-470. <https://doi.org/10.17244/eku.331938>
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *Social learning theory*, Englewood cliffs.
- Batu, B., & Aydın, A. D. (2020). Elit yüzme sporcularının egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 399-412. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.805038>
- Boud, D., & Falchikov, N. (1989). Quantitative studies of student self-assessment in higher education: A critical analysis of findings. *Higher Education*, 18(5), 529-549.
- Bozdoğan, A. (2006). *Yüzme*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Dimitrić, G., Jakšić, M., Sadri, F., Sajber, D., Kaurin, T., Zenic, N., ... et al. (2022). How university students assess their water skills. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4.
- Eren Bana, P. (2021). Covid-19 salgını sürecinde öz-değerlendirme ve serbest zaman algısı ilişkisi. *Sağlık ve Sosyal Refah Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 110-118.
- Gonul, T. D., Aynur, Y., Oguz, K. E. ve Ekrem, L. I. (2016). Why does my child swim? Mechanism of parent guidance. *Ovidius University Annals, Series Physical Education and Sport/Science, Movement and Health*, 16(2 SI), 442-449.
- Hannula, D. (2001). *The swim coaching bible*. Human Kinetics. 21-133.
- Harris, M. (1997). Self-assessment of language learning in formal settings. *Teaching Education Journals*, 51(1), 12-20.
- Karasar, N. (2007). *Bilimsel araştırma yöntemi*, 17. Baskı, Nobel Yayınları, Ankara.
- Kocaman, H. (2019). Yüzme Antrenörlerinin Problem Çözme Becerileri ve Karar Verme Stratejilerinin İncelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Ana Bilim Dalı, Ankara.
- Kösterelioğlu, İ., & Çelen, Ü. (2016). Öz değerlendirme yönteminin etkililiğinin değerlendirilmesi. *İlköğretim Online*, 15(2), 671-681.
- Liri, M., & Papec, M. (2017). Relations of self-testimonies about swimming skills with the actual situation in the pool. *Acta Kinesiologica*, 11(1), 104-109.
- Mistar, J. (2011). A study of the validity and reliability of self-assessment. *Teflin Journal*, 22(1), 45-58.
- Nardemir, E., & Ataman Yancı, H. B. (2021). Yüzme Sporunu Yapan Çocukların İmgeleme Gücünün Spor Tatminine Etkisi. *Uluslararası Türk Spor ve Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 1(2), 12-28.

- Odabaş B., (2003). 12 Haftalık Yüzme Temel Eğitim Çalışmalarının 7-12 Yaş Gurubu Kız ve Erkek Yüzücülerin Fiziksel ve Motorsal Özellikleri Üzerine Etkisi, Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli.
- Sönmez, H. O., & Mirzeoğlu, A. D. (2021). Bireyselleştirilmiş öğretim modelinin yüzmede serbest stil ve track çıkış becerilerinin öğrenimine etkisi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 384-400.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistic* (6th ed.), Boston: Allyn and Bacon.
- Telliöglü, H., & Karadenizli, Z. İnci. (2018). Sekiz haftalık kelebek teknik yüzme eğitiminde kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *International Journal Of Social And Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 5(27), 2720-2729. <https://doi.org/10.26450/jshsr.648>
- Tezel Şahin, F. (2015). Beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin öz düzenleme yeterliliklerinin incelenmesi. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(Special Issue 4), 425-438. <https://doi.org/10.14486/IJSCS406>
- Tozoğlu, E., & Dursun, M. (2020). *Spor bilimlerinde bilimsel araştırma süreci*, Editör; Gökmen, Ö. Spor & Bilim, Efe Akademi Yayınevi. İstanbul. S.7-23.
- Uzun, A., & Yurdabakan, İ. (2012). İlköğretim öğrencilerinin öz-değerlendirmeye yönelik tutumlarının incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(22), 51-69.
- Ward, T., & Willis, G. M. (2016). Responsivity dynamic risk factors and offender rehabilitation: A comparison of the good lives model and the risk-need model, Springer, Cham.
- Yüksel A. Hemşirelik öğrencilerinin problem çözme öz değerlendirme sonuçları ve etkileyen faktörler. *Huhermfad*. 2015;2(1):37-49.



Bölüm 3

CUMHURİYET DÖNEMİ TÜRK SPOR TEŞKİLATLARI

Hasibe ERER¹

Berk Hakan YILMAZ²

Sevim Handan YILMAZ³

1 Uzman Hasibe ERER, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Ankara. Orcid: 0000-0002-8024-4392

2 Arş. Gör. Berk Hakan YILMAZ, Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kastamonu. Orcid: 0000-0001-6688-648X

3 Dr. Öğr. Üyesi Sevim Handan YILMAZ, Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Orcid: 0000-0002-1032-5082

GİRİŞ

Toplumdaki bireylerin ortak değeri anlamına gelen kültür, toplumun onu şekillendirmesiyle ortaya çıkan bir olgudur (Demirhan, 2003). Bilgi, sanat, yetenek ve alışkanlıklar gibi kültürel pratiklerden soyutlanamayan spor da tıpkı kültür gibi toplumun özelliklerine göre şekillenmektedir (Bayazit ve Boz, 2017). Spor kavramı; ekonomik katkısı, ülke kalkınması ve sağlıklı nesillerin yetiştirilmesi bakımından ön plana çıkmaktadır. Bu özellikleri sayesinde spor, ülkeler için önem arz eden bir olgudur (Erdoğan, 2021). Birey, toplum ve ülke nezdinde önemli bir yere sahip olan spor faaliyetleri, bu alandaki teşkilatlanmalara bağlı olarak kendini göstermektedir. Toplumda spor faaliyetlerinin yaygınlaşması, ulusal ve uluslararası arenada sportif başarının artması bu alandaki teşkilatlanmalara bağlı olarak kendini göstermektedir. Genç Türkiye ile Osmanlı Devleti'nin son dönemlerine bakıldığında teşkilatlanmaların ne derece önemli olduğu göze çarpmaktadır.

Osmanlı döneminde 1903 ve 1922 yılları arasında kulüplere dayalı federatif spor örgütlenmeleri dikkat çekmektedir. Bunlar; İstanbul Futbol Birliği (1903-1910), İstanbul Futbol Kulüpleri Ligi (1910-1914), Cuma Ligi (1913-1915), Cuma Birliği (1915-1919), Türk İdman Birliği (1919-1923) ve Pazar Liginden (1920-1922) oluşmaktadır. Ancak bu örgütlenmeler sadece futbol branşı ile sınırlı kalmış, toplumun spora ilgisini çekebilme ve teknik kurallarda bilgi sahibi olma gibi konularda ise amatörlükten sıyrılamamıştır. Öyle ki spor faaliyetlerinin amatörlükten sıyrılıp profesyonelliğe geçmesi ve devletin çalışma alanı içerisinde yer alması cumhuriyetin ilanından önce mümkün olmamıştır.

Mustafa Kemal Atatürk, Birinci Heyet-i İlmiye Toplantısı'nda görüşmeler yapmış ve toplantılar neticesinde eğitim alanında beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin yetiştirilmesinin öncelikli olduğu dile getirilmiştir. Bununla birlikte sporun bir merkeze bağlanması ve spor branşlarının federasyonlar bünyesinde toplanması cumhuriyet döneminde gerçekleşmiştir (Usluoğlu, Küçüksubaşı, Beyazıt ve Okumuş, 2021). Cumhuriyet ışığında gelişen ve birçok spor branşına ön ayak olan spor teşkilatları, Türk sporunun gelişmesine ve ilerlemesine zemin oluşturmuştur. Buradan hareketle çalışmada, cumhuriyet dönemi Türk spor teşkilatlarının incelenmesi ve konu özelinde değerlendirmelerin yapılması amaçlanmıştır.

Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı "TİCİ" (1922-1936)

Türkiye'de sporun devlet denetiminde gelişme göstererek örgütlendiği ilk yapı Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı'dır (Tüfek, 2019). İlk adım Yusuf Ziya Öniş, Ali Sami Yen, Burhan Felek ve Nasuhi Esat Baydar tarafından İsviçre Spor Teşkilatı tüzüğü'nün Türkçeye çevrilmesiyle atıldı. Bu isimlerle bir araya gelen Fenerbahçe, Galatasaray, Beşiktaş, ve Beylerbeyi gibi 13 spor kulübünün temsilcileri TİCİ için çalışmalara başladı (Canşen, 2015). Türk

spor örgütlenmesi için ilk toplantı 26 Haziran 1920 tarihinde İstanbul'da gerçekleştirildi. Ancak Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı'nın tüzel kişiliğe kavuşması, 3 Ağustos 1909 tarihli cemiyetler kanunu tescil işlemlerinden sonra 22 Mayıs 1922 tarihinde gerçekleşti (Fişek, 1985). Örgütlenmenin amaçlarını gerçekleştirebilmesi için merkez ve taşra teşkilatları şeklinde yönetimine karar verilmişti. Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı'nın başkanlığına Ali Sami Yen; yardımcılara Burhan Felek, Ali Seyfi Bey; muhasipliğine Nuri Bey ve müfettişliğine Nasuhi Baydar getirildi. Böylece Türkiye'de ilk biçimsel spor yönetimi TİCİ ile uygulamaya geçti. Buradan hareketle Türkiye'de spordan yetkili tek organ olan TİCİ bünyesinde spor faaliyetleri yürütülmeye başlandı (Tüfek, 2019).

Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı, İstanbul'da imparatorluk bünyesinde kurulmuş olsa da aktif olarak faaliyetlerini cumhuriyet döneminde yürütmeye başlamıştır. TİCİ'nin kuruluş amaçları Usluoğlu ve ark. (2021) tarafından aşağıdaki şekilde ifade edilmiştir.

- Türkiye'de beden eğitimi ve sporun gelişmesini sağlamak,
- Türk sporunu yurt içinde ve yurt dışında en iyi şekilde temsil etmek,
- Gençlere spor sahaları temin etmek ve onları kötü alışkanlıklardan korumak,
- Spor müsabakaları düzenleyerek gençlerin başka yerler görmelerini sağlamak,
- Beden eğitimi ve spor faaliyetlerinin sporcular tarafından bir menfaat ve para kazanma vasıtası olarak kullanılmasına karşı mücadele etmek (profesyonelliği önlemek)
- Spor organizasyonları ve mevzuatlarını düzenlemek,
- Müsabaka sonuçlarını tescil etmek,
- Beden terbiyesi ile ilgili bir yüksek spor okulu kurup uzman spor adamı yetiştirmektir.

Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı, kuruluş amaçları doğrultusunda ilk faaliyeti olarak 1924 Paris olimpiyat oyunlarına katılmıştır. Ayrıca kuruluşundan itibaren çeşitli spor federasyonlarının kurulmasına öncülük etmiştir. 1923 yılında kurulan ve 1925'te adı Türkiye Futbol Federasyonu olarak değiştirilen futbol ile birlikte atletizm, güreş, halter, okçuluk, voleybol ve basketbol gibi çeşitli spor branşlarının federasyonları kurulmuştur (Usluoğlu ve ark., 2021). Bununla birlikte TİCİ döneminde okul açma yetkisi yalnızca devletin kontrolüne bırakılmış ve liselerin ders müfredatına jimnastik dersleri eklenmiştir (Tüfek, 2019). Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı döneminde okullarda beden eğitimi ve spor etkinliklerinin çeşitlenmesi ve geliştirilmesine yönelik önem verildiği söylenebilir. Nitekim bu durum Gazi Mustafa Kemal

Atatürk'ün şu sözleriyle desteklenebilir: “Her çeşit spor faaliyetlerini, Türk gençliğinin milli terbiyesini ana unsurlarından saymak lazımdır. Bu işte hükümetin şimdiye kadar olduğundan daha çok ciddi ve dikkatli davranması, Türk gençliğinin spor bakımından da milli heyecan içerisinde itina ile yerleştirilmesi önemli tutulmalıdır.” (akt. Özmeden ve Özmeden, 2010). 1922'den 1936 yılına kadar 14 yıl boyunca Türk sporunun sorumluluğunu ve yönetimini üstlenen Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı, süreç boyunca 8 kongre yapmış ve Türkiye'de spor ile ilgili sorunları çözmek için çabalamıştır (Mutlu, 2001). Ancak Türkiye İdman Cemiyeti İttifakının 1928 olimpiyatlarında da başarısız olması sonucunda 8. Genel Kongresi'nde ismini Türk Spor Kurumu olarak değiştirmiş ve Cumhuriyet Halk Partisine bağlanmıştır (Usluoğlu ve ark., 2021).

Türk Spor Kurumu “TSK” (1936-1938)

Türk Spor Kurumu, kuruluş aşamasında herhangi bir bakanlığa bağlı olmayıp, kendine has seçimlerle belirlenen organları bulunan bir örgütlenmedir. Özerk bir kuruluş olarak Türk Spor Kurumu, hizmet ve idare anlayışları bakımından yerinde yönetim esasında kurulmuştur (Turkay ve Aydın, 2017). Kurulduğu gün hazırlanan yönergeye 40 imzanın atılmasıyla birlikte Cumhuriyet Halk Partisine bağlanmış ve çalışmalarını yarı resmi kuruluş olarak sürdürmüştür. Federatif yönetimden sporda devlet yönetimine geçişin ara rejimi olarak görülen Türk Spor Kurumu'nun başkanlığına Ali Hikmet Ayerdem getirilmiştir (Usluoğlu ve ark., 2021). Ayrıca Türkiye'de spor-siyaset ilişkisi bakımından ilk örnek olarak karşımıza Türk Spor Kurumu çıkmaktadır (Turkay ve Aydın, 2017).

Türk Spor Kurumu, sporun milli ve bilimsel temele göre yükselmesi ve yayılması amacını gütmektedir. TSK, Ulu Önder Mustafa Kemal Atatürk'ün prensipleri ışığında yürümek, kurumdaki bütün üyeleri kardeşlik duygusuyla birbirine bağlamak, her yerde Türk bayrağının ve Türk sporcusunun yüksek şeref taşıdığını göstermek, yalan, kıskançlık ve hilekârlık gibi kötü duyguların karşısında olarak Türk vatandaşlarına spor terbiyesini göstererek örnek olmak gayesinde idi (Mutlu, 2001). Bununla birlikte Türk sporunu bir partiye tek merkezden bağlamak ve partinin potansiyelinden yararlanmak amacını taşıyordu.

Türk Spor Kurumu yapısı itibariyle partililerin şahsi çıkar ve amaçlarından zarar görmüş, aynı şekilde olumsuz durumlar Cumhuriyet Halk Partisine de bulaşmıştı (Usluoğlu, 2021). Türk Spor Kurumu, demokrasi yolunda başarısız bir süreç yaşayarak TİCİ ile aynı kaderi paylaşmıştır (Gül, 2008). Türk Spor Kurumu iki yıllık süreçte Türkiye'de sporun kurumsallaşması ve yaygınlaşması için çalışmalar yapmış ancak siyasi çekişmeler, sportif faaliyetlerde meydana gelen başarısızlıklar ve parti baskısından dolayı başarılı olamamıştır. Bu durumda sporun doğrudan devlet yönetiminde yürütülmesi

fikri benimsenmiş ve 3530 sayılı yasa ile birlikte 29 Haziran 1938'de Türk Spor Kurumu yerini Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü'ne bırakmıştır (Tüfek, 2019)

Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü "BTGM" (1938-1986)

Atatürk döneminde sporun, çağın gereksinimlerine uygun olacak şekilde yeniden düzenlenmesi ve sınırlı merkezîyetçi bir anlayışın yerine tam bir devlet otoritesinin egemen olması amacı ile 29 Haziran 1938 tarihinde Ankara ilinde kabul edilen 3530 sayılı Beden Terbiyesi Kanunu ile Başbakanlığa bağlı Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü kurulmuştur. Halkın fiziki ve moral gücünü ulusal ve yenilikçi prensiplere göre geliştirmeyi sağlamak ile birlikte oyun, jimnastik ve spor faaliyetlerini yönetmeyi amaçlayan ve oluşturulan katma bütçe ile resmi teşekkül haline getirilen Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü aynı zamanda uluslararası spor müsabakalarına resmi başvurularda bulunabilme yetkisine sahip olmuştur (Demir, 2006; Yurtoğlu, 2020). Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı (TİCİ) ve Türkiye Spor Kurumu (TSK) gibi kuruluşların otorite kurma ve disiplini sağlamada başarılı olamadığı düşünüldüğünden Beden Terbiyesi Kanunu ile yeni dönemin başladığı düşünülmektedir (Fırat ve Tanyeri, 2022). Halk tarafından bu kanun spor seferberliği olarak adlandırılmıştır (Tüfek, 2019). Beden Terbiyesi Kanun'a göre Cemiyetler yasasına uygun olarak kurulmuş olan kulüplerin resmi faaliyetlere dahil olabilmeleri için spor teşkilatına tescil işlemlerini yaptırmaya zorunlulukları bulunmaktadır. Ayrıca Kanun'a göre olası bir savaşa hazırlıklı olma ve sağlıklı bir genç nesil yetiştirmek amacı ile 45 yaşına kadar tüm vatandaşlar günün belli saatlerinde beden terbiyesi yapmak ile mükelleflerdi (BTGM, 1938). Bu kanun ile birlikte yurdun dört bir yanından gençlere spor aracılığı ile ulaşılması hedeflenmiştir (Yetim, 1991). 29 Haziran 1938 yılında Beden Terbiyesi Kanunu'nun kabul edilmesi ile birlikte ülkenin dört bir yanında beden terbiyesi seferberliği başlatılmış oldu (Yurtoğlu, 2021). Zorunlu olarak yapılması gerek beden terbiyesi faaliyetleri; jimnastik, atletizm, basketbol, hentbol, voleybol, yüzme, denizcilik, izcilik, dağcılık ve kayak branşlarından oluşurken zorunlu olmayan branşlar ise; futbol, güreş, boks, bisiklet, motosiklet, tenis, eskrim, yelken, kürek ve halter branşlarından oluşmaktadır. Bu faaliyetler kendi içlerinde de kategorize edilerek fiziksel dayanıklılığı artırma, yüzme, tırmanma, koşma gibi beceriler kazandırmak ve bu becerilerin zor koşullar altında hayatı idame ettirebilmek veya başkalarını kurtarabilmek için kazandırılması hedeflenmekteydi (Yarar, 2014).

Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü kurulmasının ardından kanun hükmü ile her şehir bir beden terbiyesi alanı olmuş fakat Kanun'da yer alan esaslara rağmen teşkilatlanma sürecini tam olarak tamamlayamamışlardır (Ekenci, 1990). Beden Terbiyesi Kanunu ile getirilen spor yapma zorunluluğu teşkilatlanmanın istenilen şekilde oluşturulması ile ancak mümkün olabilirdi. Teşkilatlanma temelinde yaşanan bu başarısızlık halihazırda hazır

bulunan teşkilatlardan faydalanma arayışını beraberinde getirdi. Aslında birçok bakanlığı birden ilgilendiren spor hususu, 1938 yılında Başbakanlığa bağlanmış olsa da 1942 yılında hazır teşkilatlardan faydalanmak amacı ile köylere kadar uzanan teşkilat yapısının bulunması sebebi ile Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlanmıştır. Yurdun en ücra köşelerine dahi nüfuz eden Milli Eğitim Bakanlığı yapısı göz önünde bulundurulduğunda sporu geniş kitlelere yayabilmesi bakımından en uygun kurum olduğu düşünülmüştür. 4235 sayılı Kanun çerçevesinde Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü, Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlanmış oldu. Hızla gelişen sporun özellikle o yıllarda Milli Eğitim Bakanlığı'nın denetimini sağlayamayacağı bir kitleselliğe ulaşması sebebi ile Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü 1960 yılında yeniden başbakanlığa bağlanmıştır (Ekenci, 1990; Ekenci ve Serarslan, 1997; Özen, 2022). 1938 yılında merkezi yönetim anlayışını benimseyerek kurulan bu kuruluş işleyişini 1986 yılına kadar sürdürmüştü (Bayansalduz, 2003).

Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü "BTSGM"(1986-1989)

Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü 21.05.1986 tarihinde 3289 sayılı kanun ile Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı bir şekilde faaliyetler göstermeye başlamıştır. 3530 sayılı kanun yerine daha ayrıntılı düzenlemeler yapılarak 3289 sayılı kanun getirilmiştir. Bu kanun ile birlikte kurum Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü adını almıştır. Böylelikle oluşturulan yeni kurum Spordan Sorumlu Devlet Bakanlığı'na bağlanmıştır. 3289 sayılı Kanun ile 3530 sayılı Kanun'un hedeflediği ancak tam anlamıyla gerçekleştiremediği ilçe, bucak, köy başkanlığı organizasyonluğu yerini Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüklerine bırakmıştır. Bu birimlerin faaliyetlerinin başarılı olabilmesi içinse fonksiyonel olmaları gerekmektedir (Coşkuntürk, 1999; Kepezoğlu, 2011). Bu teşkilatları amaçları ise şöyle sıralanmaktadır:

- Beden eğitimi, jimnastik, oyun ve spor gibi faaliyetleri sevk ve idare etmek,
- Milli Eğitim ve Gençlik Spor Bakanlığına ait tüm kurumların yurtiçi ve yurtdışı beden eğitimi ve spor işlerini programlamak, beden eğitimi ve spor faaliyet esaslarını belirlemek, yürütmek ve bu faaliyetlere yönelik materyalleri sağlamak,
- Spor faaliyetlerini programlama, düzenleme, yönetme ve geliştirme işlerini sağlamak ve sporun içinde yer alan; antrenör, hakem, idareci, spor elemanı, vb., gibi bireyleri yetiştirmek, sayılarını artırmak ve eğitim merkezleri oluşturmak,
- Sporcu sağlığına ilişkin önlemler almak, spor sağlık merkezleri kurmak ve sporcuların sigortalarını yaptırmayı sağlamak,
- Genç nüfusun rekreatif faaliyetlerde bulunabilmeleri için kuruluşlar ile işbirliği yapmak,

- Başarılı sporcular için aynı ve nakdi yardım sağlamak (Coşkunürk, 1999).

Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü “GSGM” (1989-2011)

Beden Eğitimi ve İzcilik Müdürlüğü Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu Genel Müdürlüğü ve Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü'nün Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlanmasına dair teklif cumhurbaşkanlığına sunulmuş olup, bu teklif 6 Şubat 1970 tarihi itibarı ile onaylamıştır. Ardından 24.01.1989 tarihli, 356 Kanun Hükmünde Kararname ile Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü, Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'ne dönüştürülmüştür (Turkay ve Aydın, 2017). Gençlik ve spor Genel Müdürlüğüne dönüştürülmüş bu spor teşkilatı 2680 sayılı bu kanunun bakanlar kuruluna vermiş olduğu yetkiye dayanarak Aralık 1983 tarihli gün ve 174 sayılı Bakanlıkların kuruluş ve görevleri hususunda oluşturulan bu Kanun Hükmünde Kararname ile Milli Eğitim ve Gençlik Spor Bakanlığı olarak yeniden kurulmuştur. Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü'nün ismi Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü şeklinde 3289 sayılı kanundaki bazı düzenlemeler aracılığı ile değiştirilmiştir. Bu düzenleme doğrultusunda ise Genel Müdürlükte bulunan merkez birimlerinin arasına Gençlik Hizmetleri Dairesi Başkanlığı eklenerek, Genel Müdürlükte bulunan sürekli kurulları Gençlik ve Spor Şuraları oluşturularak sayısı belirlenmiştir. 3289 ve 3703 sayılı kanunlarda yer almakta olan federasyon başkanlarının seçimi ile belirlenmesi, spor federasyonlarının ise özerk ve demokratikleştirme çalışmaları da 3461 sayılı kanun ile başlamıştır. 1993 senesinde ise spor federasyonları başkanlarının seçim ile göreve başlaması hususunda yönetmelik çıkartılmış ve uygulanmaya konulmuştur (Gül,2008). Bunların sonucunda Gençlik ve Spor Bakanlığının kurulması; 6223 sayılı Kanun gereğince Bakanlar Kurulunca 3/6/2011 tarihinde 638 nolu kanun hükmünde kararname paralelinde kararlaştırılmıştır.

Spor Genel Müdürlüğü “SGM” (2011-2018)

Gençlik ve Spor Bakanlığının kurulması ise; 6223 sayılı Kanun gereğince Bakanlar Kurulu tarafından 03/06/2011 tarihinde 638 nolu kanun hükmünde kararname doğrultusunda kararlaştırılmıştır. Bu Kanun Hükmünde Kararnamenin genel amacı Gençlik ve Spor Bakanlığının, görevlerini ve sorumluluklarını düzenlemektir. Bu kararname ile 3289 sayılı kanunda bulunan “Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü” ibaresi “Spor Genel Müdürlüğü” olarak değiştirilmiştir (SGM,2019). Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğünce yönetilen Türk sporu 14.12.1983 yılında 179 sayılı kanun hükmünde kararname ile Milli Eğitim Gençlik Spor Bakanlığının bünyesine alınmıştır. 1986 yılında ise 3289 sayılı yasa ile Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü olan eski adının Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü olarak değiştirilmesinin ardından 1989 yılında başbakanlık devlet bakanlığına bağlanmış olup bu nedenle Spor Genel Müdürlüğü olmuştur. 3289 ile 3703 sayılı Spor Genel Müdürlüğünün

kuruluş yasasında bulunan federasyon başkanlarının seçim ile göreve gelmesi ve spor federasyonlarının özleştirilerek demokratikleştirilmesi adına yapılan çalışmalar 3461 sayılı Türkiye Futbol Federasyonu'nun kuruluş ve görevlerine dair kanun ile başlamıştır. 1993'te ise federasyon başkanlarının seçim ile iş başına gelmesine dair yönetmelik çıkartılarak uygulamaya konmuş ve ilk seçimler 5230 delegenin katılımı ile 5 Aralık 1993'te yapılmıştır. Gençlik ve Spor Bakanlığının kurulması ise; 06/04/2011 tarihli ve 6223 sayılı Kanunun verdiği yetki ile Bakanlar Kurulu kararı ile 03/06/2011 tarihinde kararlaştırılmıştır. Kanun Hükmünde Kararnameyle teşkilat yapısı değişmiş gidilen Spor Genel Müdürlüğü'nün 3289 sayılı kanundaki "Spor Genel Müdürlüğü" ibaresi son halini almış "Spor Genel Müdürlüğü" olarak değiştirilmiştir (Yılmaz, 2014).

Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü "SHGM" (2018)

Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü eski hali ile "Spor Genel Müdürlüğü" örgütünün temeli 1986' da kabul edilen 3289 sayılı "Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun" 'a dayanır. 2011 yılında yapılan 638 sayılı KHK ile ismi "Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun" olarak son hali düzenlenmiştir. "Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü" de kanun hükmü ile kararname ile "Spor Genel Müdürlüğü" olarak değiştirilmiş ve "Spor Genel Müdürlüğü" de Gençlik ve Spor Bakanlığının merkez teşkilatına bağlı olan kuruluşları arasına alınmıştır. 02/07/2018 tarihinde 703 sayılı "Anayasada Yapılan Değişikliklere Uyum Sağlanması Amacıyla Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılması Hakkında Kanun Hükmünde Kararname" başlığı ile yayımlanan bu kararnamedeki Anayasal değişikliklere uyum sağlayabilmek amacı ile pek çok değişiklik düzenlenmiştir. Bu kararname ile de Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı bir kuruluş olarak hizmet vermekte olan Spor Genel Müdürlüğü ve Yüksek Öğrenim Kredi ve Yurtlar Kurumu Genel Müdürlüğü kapatılarak Gençlik ve Spor Bakanlığı ana hizmet birimi haline getirilmiştir. Yapılan yeni düzenlemelerle Spor Genel Müdürlüğü GSB'na bağlı bir kuruluş olarak ise tüzel kişilik sergiler iken, kapatılmış GSB içerisinde de tüzel bir kişiliğe sahip ana hizmet birimleri içerisinde "Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü" olarak adlandırılmıştır (Solmaz, 2021).

Sonuç

Spor; ekonomik katkısı, ülkelerin kalkınması ve sağlıklı nesillerin yetiştirilmesi noktasında ön plana çıkmaktadır. Bu özellikleri sayesinde spor, ülkeler için önemlidir (Erdoğan, 2021). Hem birey hem de toplum nezdinde önemli bir yere sahip olan spor faaliyetleri, bu alandaki teşkilatlanmalara bağlı olarak kendini göstermektedir. Toplumda spor faaliyetlerinin yaygınlaşması ve sportif başarının artması bu alandaki teşkilatlanmalara bağlı olarak kendini göstermektedir. Bu bağlamda Türkiye'de sporun devlet denetiminde gelişme

göstererek örgütlendiği ilk yapı Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı olarak karşımıza çıkmaktadır. Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı cumhuriyet döneminde aktif bir biçimde faaliyetlerini yürütmüştür. Beden eğitimi ve sporun ülkemizde gelişimini sağlamak ve Türk sporunu yurt içi ve yurt dışında temsil etmek gibi bir misyon üstlenmiştir. Türk Spor Kurumu ise kuruluşunda herhangi bir bakanlığa bağlı olmamakla birlikte kendine has oranları bulunan bir tür örgütlenmedir. Hizmet ve idare anlayışı açısından da yerinde yönetim esası ile kurulmuştur (Turkay ve Aydın, 2017). Amacı ise sporun milli verilere ve bilimsel temele göre yükselmesi ve yayılmasıdır. Atatürk döneminde çağın ihtiyaçlarına uygun olacak bir biçimde yeniden düzenlenmesi ve merkeziyetçi bir anlayış yerine tam bir devlet otoritesinin egemen olabilmesi amacı ile kurulmuştur. Temel amacı halkın fiziksel ve ruhsal gücünün geliştirilmesini sağlamak ve uluslararası sportif müsabakalara resmi başvurular yapabilmektir (Demir, 2006; Yurtoğlu, 2020). Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı bir şekilde faaliyet göstermeye başlamış ardından Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü adını almıştır. 24.01.1989 tarihli, 356 Kanun Hükmünde Kararname ile Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü, Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'ne dönüştürülmüştür (Turkay ve Aydın, 2017).Gençlik ve Spor Bakanlığının kurulması ise; 6223 sayılı Kanun gereğince Bakanlar Kurulu tarafından 03/06/2011 tarihinde 638 nolu kanun hükmünde kararname ile kararlaştırılmıştır. Bu Kanun Hükmünde Kararnamenin ise genel amacı ise Gençlik ve Spor Bakanlığının, görevlerini ve sorumluluklarını düzenlemektir. Bu kararname ile 3289 sayılı kanunda bulunan “Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü” ibaresi “Spor Genel Müdürlüğü” olarak değiştirilmiştir (SGM,2019).

Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğü eski hali ile “Spor Genel Müdürlüğü” örgütünün temeli ise 1986’ da kabul edilen 3289 sayılı “Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun” ’a dayanmaktadır. 2011 yılında yapılan 638 sayılı KHK ile ismi “Spor Genel Müdürlüğünün Teşkilat ve Görevleri Hakkında Kanun” olarak son hali düzenlenmiş, “Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü” de kanun hükmü ile kararname ile “Spor Genel Müdürlüğü” olarak değiştirilerek “Spor Genel Müdürlüğü” de Gençlik ve Spor Bakanlığının merkez teşkilatına bağlı olan kuruluşları arasında yerini almıştır.

KAYNAKLAR

- Akın, Y. (2014), “Gürbüz ve Yavuz Evlatlar” Erken Cumhuriyet’te Beden Terbiyesi ve Spor (İkinci Baskı), İstanbul: İletişim Yayınları.
- Bayansalduz, M. (2003). Türk Spor Yönetiminde Finansal Kaynak Sağlama Çabalarının Değerlendirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, (160), 51-59.
- Bayazit, A. & Boz, E. (2017). Osmanlı Devleti ve Türkiye Cumhuriyeti Dönemi Yenileşme Hareketlerinin Türk Spor Kültürüne Etkileri “Tanzimattan Cumhuriyete Spor”. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(Special Issue 2), 211-228.
- Canşen, E. (2015). Türkiye Cumhuriyetinin Spor Politikaları. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(1), 33-48.
- Demir, H. (2006) *Türk Spor Teşkilatı (Tarihsel Gelişim, Kapsam ve Bir Araştırma)*, Çizgi.
- Demirhan, G. (2003). Kültür, Eğitim, Felsefe ve Spor Eğitimi İlişkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 92-103.
- Ekenci, G. & Serarşlan, M. Z. (1997). Gelişim Aşamaları Bakımından Türk Spor Teşkilatı Ve Değerlendirmesi. *Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 72-81.
- Ekenci, G. (1990). *Türkiye’de Kamu Kuruluşlarının Spor Tesisi Yapımı Açısından Bütünleştirilmesi: İdari Ve İktisadi Yaklaşım-İstanbul İli Uygulaması* (Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)).
- Erdoğan, G. (2021). The Concept of Autonomy in Sports Management in Turkey: Sports Federations. *International Journal of Physical Education Sport and Technologies* 2(1), 39-51.
- Fişek, K. (1985). *Yüz Soruda Türk Spor Tarihi*, Gerçek Yayınevi, 349.
- Gül, Ç. (2008). Türk spor teşkilatının sorunları ve yeniden yapılanması. *Yüksek Lisans Tezi*. Atılım Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Mutlu, T. O. (2001). Türk spor teşkilatının yapısal değişimine yönelik önerilerin değerlendirilmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Muğla Üniversitesi.
- Özmaden, M. & Özmaden, H. (2010), Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı (TİCİ) dönemi milli ruh ve milli temsil, siyasi ve milli propaganda ile ülkeyi tanıtmaya- tanıma çabaları. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*
- Solmaz, S. (2021). Bağımsız Spor Federasyonlarının Örgütsel Kimliklerinin Çoklu Durum Çalışması ile Karşılaştırmalı Analizi. (Yayımlanmış Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara
- Tüfek, S. S. (2019). *Cumhuriyet Döneminde Spor (1923-1938)*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü, Cumhuriyet Tarihi Bilim Dalı, İstanbul.

- Türkay, H. & Aydın, A. D. (2017). Bir inceleme: Tarihsel süreç içerisinde Türk spor örgütlenmesi. *Diyalektolog Ulusal Sosyal Bilimler Dergisi*, 16, 179-189.
- Usluoğlu, M., Küçüksubaşı, H., Beyazıt, E., & Okumuş, M. (2021). *Benim hocam 2021 öabt beden eğitimi ve spor öğretmenliği video ders notları*. Benim Hocam Yayınları, 36-37.
- Yarar, B. (2014). Osmanlı'dan Cumhuriyete Geçiş Süreci ve Erken Cumhuriyet Dönemi Türkiye'sinde Modern Sporun Kuruluşu. *Hacettepe University Journal of Turkish Studies/HÜTAD Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 11(21).
- Yetim, A. (1991). "Atatürk'ün Spor Politikası", *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), s.19
- Yılmaz, M. (2014). Spor Genel Müdürlüğü ve Taşra Teşkilatı Çalışanlarının Yöneticilerine İlişkin Etik Liderlik Davranış Özelliklerinin Örgütsel Bağlılık Düzeyleri Açısından İncelenmesi. (Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Yurtoğlu, N. (2020). II. Dünya Savaşı Döneminde Türk Sporunun Önemli Bir Kuruluşu: Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü (1939-1945). *Tarih Okulu Dergisi*, 13(49), 4245 - 4278. 10.29228/Joh.46407



Bölüm 4

SPORDA KARIYER PLANLAMA VE KARIYER YÖNETİMİ

Özge AYDIN¹

¹ Dr.Özge Aydın, Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1817-3343> denizguzelyurur@hotmail.com

Giriş

Kariyer kavramı, ilk olarak 1970'li yıllarda araştırılmaya ve iş dünyasında bir kavram olarak yer edinmeye başlamıştır. Zamanla iş dünyasındaki değişimler ve gelişimlerle birlikte bireycilik olgusu ortaya çıkmıştır. Bununla birlikte bireyler sürekli yükselme ve bir işe kendini adamaktan ziyade farklı iş fırsatlarını araştırmaya başlamıştır. Zaman içinde yaşanan bu dönüşümle birlikte kariyer kavramı önem kazanmış ve günümüze kadar taşınmıştır (Çelik, 2004). Ayrıca kariyer kavramı, işle ilgili eylemlerini kapsamakla birlikte bu eylemlere yönelik tutum ve davranışlarını da kapsamaktadır. Kişinin kariyerinde hem kendinin hem de örgütlerin etkili olduğu düşünüldüğünde, kariyer seçimi birey tarafından yapılır da örgütler veya dış faktörler de kişilerin kariyer kararlarını etkilemektedir (Bingöl, 2011). Kariyer; kişinin kimlik oluşumuna destek sağladığından, sosyal açıdan bir anlamı olduğundan, parasal güç sağlamada rolü olduğundan, iş tatmini sağladığından ve kişiliğin gelişmesine de katkı sağladığından önem kazanmaktadır. Bir bireyin fizyolojik ve duygusal ihtiyaçları karşılandığında, kendini gerçekleştirmeyle birlikte ve kariyerinde de yükselme arzusu artacaktır. Bu yükselmeye birlikte hem işletmede prestij kazanma isteği hem de daha çok para kazanma hissi oluşacaktır. Özellikle örgütlerin kariyer planlama hedeflerinde, bireylerin kendi kariyerlerindeki verimliliklerini arttırmak ve dolayısıyla da örgütün etkinliğini ve verimliliğini arttırabilmek vardır. Bu yüzden önemli bir kavram olarak karşımıza çıkan kariyerin hakim olduğu bazı alanlar: Basında kariyer, tıpta kariyer, pazarlamada kariyer, hukukta kariyer, eğitimde kariyer, mühendislikte kariyer, akademik kariyer ve tabii ki sporda kariyer olarak sıralanabilir (Bingöl, 2011). Günümüzde spor, bireyin öncelikle beden ve ruh sağlığını iyileştirilmesi, belli kurallar içerisinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma, kazanma ve başarı gücünün arttırılması kişisel açıdan en iyi seviyeye gelme yolunda sarfedilen çabalar olarak tanımlanmaktadır. (Aracı,1999). Son yıllarda spor alanında yaşanan gelişmelerle birlikte spor kariyeri kavramına yönelik hassasiyetler oluşmuştur (Çoruh, 2019). Bununla birlikte, sporun bireylerin gelişiminde, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimlerine katkı sağladığı herkes tarafından bilinmektedir (İmamoğlu, 1992). Bu yüzden spor alanında kariyer planlaması yapılması bireylerin mesleki anlamda sporun içerisinde kalma amaçlarına hizmet edecektir. Sterling (2005) yaptığı çalışmada her mesleğin olduğu gibi sporculuk mesleğinin de bir sona geliş olduğunu, spor kariyerinin sakatlıklara veya farklı nedenlere bağlı olarak son bulabileceğini iddia etmektedir. Buradan yola çıkarak sporcuların kariyer planlama ve yönetimi süreçlerinde nasıl bir yol izlemeleri gerektiği konusuna gerekli bilgi ve donanıma sahip olmaları ve gerekli adımları atabilmeleri son derece büyük öneme sahiptir.

Kariyer Planlamada Temel Kavramlar

Kariyer planlama sürecinde önemli etkiye sahip bazı temel kavramlar bulunmaktadır. Bu kavramlardan ilki olan bilgi kavramı, bireylerin kendi

kariyer alanlarına ilişkin bilgi birikimlerinin yeterli düzeyde olabileceği gibi, kariyer alanlarının dışında da kazandığı bilgi ve birikimler de olabilir. Bu bilgilere ulaşmak ta aktarmak ta bireylerin gelişimi açısından önemlidir. Bilgi hem öğrenilebilen hem de aktarılabilen bir olgudur. İnsanların en önemli özelliklerinden bir tanesi de bilmek, öğrenmek ve bunu aktarabilmektir. Yaşanılan bu çağda, olağanüstü bir bilgi birikiminin olduğu bilinse de kişinin her şeyi bilmesi de mümkün değildir. Bu yüzden asıl önem arz eden şey elde edilen bilgiyle ne yapabileceğimizdir. Elde edilen bilgilerin kariyer planlama yolunda yol gösterici bir rehber olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Bu bilgilerin bireyleri hayallerine kavuşturması, para kazandırmaya başlaması, diğer insanlara fayda sağlamasını ve işinde başarılı olmasını sağlaması gerekir. Bu etkenler sağlandığında elde edilen bilgiler hayatı iyi bir şekilde sürdürebilmek konusunda yardımcı olacaktır (Yerlikaya & Kanişlı, 2021).

Kariyerle ilgili başka bir temel kavram ise beceridir. Beceri; hem zihinsel hem de fiziksel anlamda herhangi bir şeyi doğru yapabilmek anlamında kullanılır (Attewell, 1990). Beceriler de bilgi kavramında olduğu gibi öğrenilebilen, geliştirilebilen ve aktarılabilen bir olgudur. TYÇ' ye (2021) göre beceri; "herhangi bir alanda edinilen mantıksal, sezgisel ve yaratıcı düşünme ile el becerisi, yöntem, materyal, araç ve gereçleri kullanabilmeyi gerekli kılan, bilgiyi kullanma ve problem çözme" olarak tanımlanmıştır. Bir diğer temel kavram ise zekadır. TDK tanımına göre zekâ; "Bireyin düşünebilme, akıl yürütebilme, gerçekleri algılayabilme, hesap sorabilme ve çıkarım yapabilme kabiliyetlerinin tümü olarak belirlenmiştir. Kariyer alanında başarı sağlayabilmek için değer, ilgi, zekâ gibi kişinin bireysel özelliklerini ortaya koyması çok önemlidir. Diğer önemli kavram yetenektir. TDK tanımına göre yetenek; "Bir bireyin bir bilgiyi kavrayabilme ya da bir işi yapabilme kabiliyeti, yetenek" olarak bildirilmiştir. Yetenek diğer kavramlardan farklı olarak, değişmeyen ve sabit olan bireysel bir özellik olarak görülmektedir (Yıldırım, 2008). Son temel kavram ise hedef belirlemedir. Hedef belirleme kişideki başarıma duygusuyla, kendisi için güçlü amaçlar belirlemesiyle ve bireysel çabaları neticesinde amaç ve hedeflerine ulaşmasıyla oluşur (Mavisu, 2010). Bu yüzden hedef belirleyerek bir amaç doğrultusunda ilerlemek son derece önemlidir. Hedefler tek olmak zorunda olmamakla birlikte kariyer hedeflerini birden fazla olacak şekilde belirlemek mümkündür (Chambers, 2005).

Kariyer ve Kariyer Geliştirme

Literatür incelendiğinde kariyer kavramıyla ilgili farklı tanımlamalar bulunmaktadır. Bunlardan birkaçı;

"Kariyer, bir kişinin iş hayatında geçirmiş olduğu süre boyunca iş alanında süreklilik sağlayacak şekilde kademeli olarak ilerleyerek, tecrübe ve beceri kazanması" olarak tanımlanmıştır (Bayraktaroğlu, 2006).

“Kariyer ayrıca, ‘kişinin hayat boyunca edindiği iş ile ilgili tecrübeler’ olarak tanımlanmıştır (Cenzo & Robbins, 1994). Günümüzde kariyer kelimesi, iş hayatında ilerlemek, başarılar kazanmak ve bireyin hayatı boyunca üstlendiği rolleri ile ilgili edindiği deneyimlerin tümü olarak tanımlanabilir (Taşlıyan vd, 2011). Bir başka deyişle bireyin üstlendiği görevler arasında bir uyum oluşturmak için yapılan faaliyetlerin tümüdür (Savickas, 2012). Kariyer geliştirme ise, örgüt ve bireylerin farklı faktörler nedeniyle sürekli değişen istek ve ihtiyaçlarına cevap vermeye çalışan bir yapı olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2008). Kariyer geliştirme süreci hem birey açısından hem de örgüt açısından ele alındığında büyük öneme sahip olduğu görülmektedir. Kariyer geliştirmenin birey açısından önemi incelendiğinde;

-Bireyin amaçlarına ulaşmasında, örgüt tarafından verilecek gerekli eğitimler kişinin psikolojik olarak kendini iyi hissetmesini sağlayacaktır.

- Kariyer geliştirme sürecinde bireylere kendilerini geliştirme fırsatı vermek birey üzerindeki stresin azalmasını sağlayacaktır.

-Çalışanların iş değiştirmelerinin önüne geçilmesi çalışanlar arasında eşitlik sağlayacaktır (Tunç & Uygur, 2001).

Kariyer geliştirmenin örgüt açısından önemine baktığımızda ise;

-Örgüte dair amaçları belirlemede ve bu amaçlara ulaşmadaki en önemli nokta çalışan üzerinde yapılacak geleceğe yönelik planlardır.

-Kariyer geliştirme süreçlerinin belirlenmesiyle doğru kişinin doğru iş pozisyonuna yerleştirilmesi kadro taleplerinin karşılanması konusunda faydalı olacaktır (Aytaç, 1997).



Kariyer geliştirme aşamaları

Kariyer Yönetimi

Kariyer yönetimi, örgütlerin çalışanlarının yetenek ve ilgi alanlarını keşfetmelerine destek olması ve kariyer geliştirme uygulamalarının belli bir plan çerçevesinde olması olarak tanımlanabilir (Şimşek & Çelik, 2004). Kariyer

yönetimini hem bireysel ve hem de örgütsel anlamda ele almak gerekir. Bireysel kariyer yönetimi, “insan hayatının ilerleyen zamanlarında karşısına çıkabilecek farklı kariyer seçeneklerinden birini seçmek için karar verebilmesi” olarak tanımlanır. Örgütsel kariyer yönetimi ise; işe yerleştirme, potansiyel değerlendirme, danışmanlık, eğitim gibi daha çok insan kaynakları faaliyetlerini içerir. Bu faaliyetler, bireyin ilgi ve yeteneklerinin örgütsel fırsatlar ile eşleştirilmesi ve istenilen diğer örgütsel sonuçların alınmasına yönelik olarak yapılır (Erdoğan, 1999). Kariyer yönetimi, kariyer yollarının belirlenmesini, iş deneyimlerinin artırılmasını, çalışanların performanslarının değerlendirilmesini içermektedir. Kariyer yönetiminin hedefinde bireylerin örgüt içerisinde ilgi alanlarına ve yeteneklerine uygun bölümlerde istihdam edilmesine yardımcı olmak vardır. Bu sayede bireysel ihtiyaç ve amaçlarla birlikte örgütsel ihtiyaç ve amaçlar da birbiriyle bütünleşerek çalışanların iş doyumu, örgütün ise etkinliğinin ve verimliliğin artması sağlanır (Erdoğan, 1999).

Kariyer Planlama

Kariyer planlama, kişilerin; yetenek, ilgi ve değerlerini dikkate alarak bunlara uygun hedefler belirlediği ve bu belirlenen hedeflere ulaşmak için planlama yaptıkları süreç olarak görülmektedir. Ayrıca kariyer planlama, bireyin, kendisi, sahip olduğu fırsatlar ve sınırlılıklar, yaptığı seçimler ve bunların sonuçlarının farkında olarak kariyer hedefleri belirlemek ve belli kariyer hedeflerine ulaştıracak iş, eğitim ve ilgili gelişim programlarını planlamaktan oluşan bir süreçtir (Erdoğan, 2003). Kariyer hedeflerinin belirlenmesi sürecinde sporculara rehberlik edilmesi, yetenek ve becerilerine uygun spor dalına yönlendirilmesi de önemli faktörler arasında yer almaktadır (Eratlı Şirin & Aydın, 2020).

Kariyer planlama bireysel ve örgütsel kariyer planlama olarak iki başlıkta incelenebilir. Bireysel kariyer planlama; kendi kendini değerlendirme, fırsatları tanımlama, amaçları belirleme ve plan hazırlama gibi aşamalardan oluşmaktadır. Örgütsel kariyer planlama ise; personelin kariyer amaçlarının örgüt yönetimi tarafından planlanması sürecidir (Tunç & Uygur, 2001). Yıldırım ve ark., (2018) kariyer planlamayı, bireyin sahip olduğu kişiliğini, kabiliyetlerini ve değerlerini temel alarak kişiye uygun kariyer yolunu bulmadaki karar verebilme süreci olarak ifade etmektedir.

Kariyer planlamanın amaçları arasında;

- insan kaynaklarının verimli kullanılmak,
- kişilerin hedeflerini genişletmek,
- bireylerin yeni alanlara yönelmelerini sağlamak ve
- kişisel doyumlarının sağlanması bulunmaktadır (Bingöl, 2011).

Milkovich ve Anderson (1997) kariyer planlamayı, bireyin seçenekleri, fırsatları ve sonuçları fark etmelerini, hedef belirlemelerini, amaçlara varmada zaman ve yön belirlemesini sağlayacak eğitim, iş ve diğer gelişimsel etkinlikleri düzenlemelerini kapsayan bir süreç olarak görmektedir (akt. Anafarta, 2001).

Kariyer Planlarının Hazırlanması ve Uygulanması

Bireyin yaptığı araştırmalar sonucunda hangi kariyerin kendisi için daha uygun olduğu ile ilgili karar vermesi ve devamında bir faaliyet planı geliştirerek harekete geçmesi, bu planı hayata geçirmesidir. Planlar kariyer hedeflerine ulaşmayı sağlayacak her türlü faaliyeti içerecek şekilde hazırlanmalıdır. İş hayatında edinilen tecrübelerle birlikte en uygun kısa vadeli planlarla başlamak doğru olacaktır. Önceki faaliyetlerde başarı sağlanması durumunda daha kapsamlı ve uzun vadeli programları hazırlamak faydalı olacaktır (Gürüz & Yaylacı, 2005). İyi bir kariyer planlama sürecini oluşturmak için, bireyin kriterlerini belirlemesi, bireyin kendini iyi tanıması ve bireyin meslekleri iyi tanıması gerekmektedir (Keser, 2020). Bu gerekliliklerden sonra yapılan tercihler, bireyi doğru işe ve mesleğe yöneltmek yaşamının büyük bölümünü oluşturan yeni bir yöne doğru bir planlamayla harekette bulunmasını sağlayacaktır.

Sporla İnsan Kaynakları ve İstihdam

Spor, bireyin ruh sağlığını iyileştirmesine yardımcı olan, sosyal ortam davranışlarını düzenleyen, zihinsel olarak belirli bir düzeye getiren biyolojik, pedagojik ve sosyal bir kavramdır. Bilindiği gibi spor toplumdaki en yaygın sosyalleşme araçlarından biri olarak insan yaşamında önemli yer tutmaktadır. İnsan kaynakları işlevi, işletmede görev yapan tüm çalışanların etkin ve uyum içerisinde çalışmasını sağlayan, işletmenin hedeflerine ulaşmasında yardımcı olan uğraşların tümü olarak tanımlanır. Bir işletmenin kurulması, büyümesi, tüm sorumluluklarını yerine getirebilmesi ve koyduğu hedeflere ulaşabilmesi işletmenin etkili ve verimli insan gücüne sahip olmasına bağlıdır (Bingöl, 2011). İnsan gücü kaynağının işletme hedeflerine uygun biçimde sağlanması, etkili şekilde kullanılması ve geliştirilmesini içeren tüm yol, yöntem ve teknikler insan kaynakları işlevi olarak tanımlanabilir (Erdem, 2004).

Spor işletmelerinde personel yönetimi faaliyetlerin içinde şimdiki ve gelecekteki faaliyetleri tahmin ederek personel ihtiyacını belirlemek elzemdir. Benzer şekilde spor işletmeleri de en doğru elemanı işletme ihtiyaçlarını göz önünde bulundurmaya zorladıklarıdır. Bir spor merkezine, zayıflamak, sağlıklı ve zinde olmak gibi farklı amaçlarla gelen müşterilerin beklentilerine cevap verebilecek düzeyde elemanların bulunması ve işe alınmasında adayların kişiliği, sporla ilgili geçmişi ve bu alandaki eğitimi ve deneyimlerine göre bir seçimin yapılmasıyla müşteri memnuniyetinin sağlanmasının yanında işletmenin sürekliliği sağlanabilecektir (Ekenci & İmamoğlu, 2002). Bu açıdan

spor işletmelerinde, spor hizmetini veren personellerin hizmet kalitesi hizmet alanları direkt olarak etkilemektedir. Bu anlamda beden eğitimi ve spor alanında tanımlanan mesleklere baktığımızda;

Spor Eğitimi Alanı: Beden eğitimi öğretmeni, akademisyen, spor uzmanı, sportif eğitim uzmanı, spor bilimcisi; *Spor Yönetimi Alanı:* Yönetici, işletme- ci, proje uzmanı, güvenlik görevlisi, organizatör, mimar, mühendis, pazarla- macı, danışman; *Antrenörlük Eğitimi:* Teknik direktör, antrenör, analizatör, kondisyoner, yaşam koçu, beslenme uzmanı, spor hekimi, masör, mentor; *Rekreasyon:* Rekreasyon lideri, animatör, turizm işletmecisi, gençlik lideri olduğu görülmektedir. Sporda istihdam alanları; Hizmet ve üretim, Eğitim, Turizm, Sağlık, Medya, Ulaşım, Gıda, Teknoloji, Eğlence, Reklâm, Finans gibi sektörlerde gerçekleşmektedir (Keser, 2020).

Sporda özellikle futbol piyasası içerisinde ana aktörler olan, teknik direk- törler, futbolcular, yardımcı antrenörler, menajerler ve hakemler için çalıştığı lig veya üstlendiği teknik görev arasındaki örtüşme ya da örtüşmeyen bir du- rum ortaya çıktığında yetersiz istihdam sorununu ortaya çıkması somut bir veri olarak karşımıza çıkmaktadır (Şirin, 2021).

Sporda Kariyer Planlaması ve Önemi

Spor kariyeri, bireyin spora dair beklentilerini ve amaçlarını gerçekleştirebilmesi için eğitilerek kendinde var olan bilgi, beceri ve yetenekleri ile spor alanında ilerleyebilmesi anlamına gelmektedir (Bingöl, 2011). Spor kariyerinde, kişinin amacı ve hedefi doğrultusunda şimdiki ve gelecekte karşılaşabileceği güç durumların üstesinden gelmede başarılı olma düzeyine ilişkin kendini değerlendirmesi olarak tanımlanan yetkinlik beklentisinin önemi büyüktür (Zülkadiroğlu vd., 2007). Ayrıca spor kariyeri, sporcuların ve hatta onların yakınlarının uzun bir süre boyunca farklı düzeylerde (örneğin psikolojik, fiziksel, finansal, sosyal) büyük yatırımlar yapmasını gerektirir (Ercic, 2011).

Spor kariyer planlaması kişinin kariyer yolundaki başarı durumuna göre kendi hayatlarıyla ilgili karar vermesini, kimliğini oluşturmasını sağlar. Dolayısıyla birey kendini daha iyi tanıma fırsatı bulur ve ayrıca motivasyonu artır. Bu durum, davranış bilimlerinde “kendini gerçekleştirme” olarak tanımlanır. Aytaç (2005)’a göre sağlıklı bir sporcu kendi gücünü keşfedip daha fazla gelişmek istedikçe ilerleme ve yükselme ihtiyacı hissedecektir. Sporda kariyer planlaması sporcuların kendi amaç ve hedeflerini görmeleri ve karşılıklarına çıkan fırsatları değerlendirmeleri açısından önemli bir yere sahiptir. Kariyer sürecinde, bireyin eğitim durumu, işle ilgili deneyimi ve mesleğiyle ilgili doğru yerde olması büyük önem taşımaktadır. Bingöl (2011) e göre ‘Sporda kariyer planlaması, sporcunun edindiği beceri, bilgi, yetenek ve güdülerinin geliştirilmesiyle, spor alanındaki ilerleyişinin ve yükselmesinin planlanması’ olarak tanımlanmıştır.

Sporcunun kariyer yolundaki başarı durumuna göre izleyeceği yol hem spor hayatında hem de sporculuk sonrasında, yapmak istedikleri ile ilgili bir plan oluşturmak olmalıdır (Öztürk, 2022). Bingöl ve Gündoğdu (2020) çalışmalarında; kariyer planlaması ve sporda kariyer planlaması kavramlarının birbirleriyle pozitif bir ilişki olduğunu ve sporda kariyer planlamasının önemini vurgulayarak kariyer planlamasının sporcular için bir kazanım olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca Öztürk (2022) e göre, bir sporcunun meslek hayatında başarılı olmasının en önemli anahtarı, öncesinde başarılı ve kendi yetenek ve becerilerine uygun bir kariyer planlaması yapmış olmasıdır.

Spor Yöneticiliği Kariyer Yolları

Spor yöneticiliği bir alan olarak farklı kariyer yollarını kapsamaktadır. Spor yöneticiliği kariyer yolları, spor endüstrisinde kişilere farklı fırsatlar sunmakla birlikte, ilgili alanda beş popüler kariyer yolu göze çarpmaktadır:

Oyuncu temsilcileri, sözleşmeler ve sponsorluk anlaşmaları yapan profilli yüksek profesyonellerdir. *Halkla İlişkiler Müdürü*; özellikle günümüz sosyal medyasında, profesyonel sporların büyük öneme sahip bir yönüdür. Spor halkla ilişkiler uzmanları, özellikle sporcuların, kârlılıklarını ve profillerini önemli derecede artırabilecek olumlu imajlar oluşturabilmelerine ve bu olumlu imajı sürdürmelerine destek olarak pazarlama ve tanıtım alanlarına ilişkin bilgilerinden yararlanır. *Etkinlik Koordinatörü*; Spor etkinliği koordinatörleri, yer ve tesisleri belirleyerek ve bu yerlerin güvenliğini sağlamak, program ve bütçeler hazırlamak için arka planda çalışır. *İstatistikçi*; günümüz bilgisayar çağıyla birlikte, verilerin analizini ve spor istatistiğini kolaylaştırmaktadır ve son olarak *tesis müdürü ise*; tesis yöneticileri profesyonel spor ortamlarında merkezi konumdadır. Maçlara ve etkinliklere ev sahipliği yapacak şekilde hazır durumda bulunmasına ve tüm güvenliğin sağlanmasında etki sahibidir (<https://www.bestcolleges.com/careers/business/sports-management/>).

Sporcularda Kariyer Belirleme Stratejisi

Sporcular için kariyer belirleme stratejisi; sporcunun yaşamının tüm bölümlerini (sadece spor veya iş değil) kapsayan bir yaşam kariyeri planlamayı içermektedir. Bu bağlamda Stambulova (2010) çalışmasında, 5 adımlı kariyer belirleme stratejisini, sporda ve yaşamda geçmişte yaşanan tecrübeleri, mevcut durumu ve geleceğe yönelik hedeflerle ilgili farkındalığın arttırmasına yardımcı olmayı amaçlayan bir çerçeve olarak tanımlamıştır.

Sporcularda 5 adımlı kariyer planlama stratejisi aşağıda verilmiştir.

“*Bir çerçeve oluşturma*”; sporcunun sembolik olarak hayatını geçmiş, şimdiki zaman ve gelecek olarak zihninde canlandırmasını,

“*Geçmişinizi yapılandırın*”; sporcunun hayatındaki en önemli olayları (sporla veya sporcunun hayatıyla ilgili herhangi bir alanla ilgili) not ederek,

“*Şimdiki Zamanınızı Yapılandırın*”; sporcunun mevcut yaşamında en önemli alanlarını tanımlayıp sıralayarak,

“*Geleceğinizi yapılandırın* “; sporcunun gelecekte gerçekleşmesini beklediği olayları (bir, üç, beş ve on yıllık) tahmin ederek

“*Geçmişinizi, bugününü ve geleceğinizi köprüleyin* “ adımıyla da sporcunun bir ‘yolculuğa’ teşvik edilerek farklı perspektiften gözlem yapabilmesine, geleceğe dair doğru hedefler belirlemesine ve daha kesin planlar yapmasına olanak tanır.

Sporcuların Kariyer Gelişimi ve Geçişleri

Sporcuların kariyer gelişimi, atletik kariyerlerinin başlangıcından sona ermesine kadar geçen süreçtir. Bu süreç, birçok aşama ve geçiş içerir. Sporcu kariyer araştırmaları, birbiriyle ilişkili iki alan olan ‘kariyer gelişimi’ ve ‘kariyer geçişi’ nden oluşur. Bu iki alan ve ilgili çerçeveler birbirini tamamlar. Yani ilk alan olan kariyer gelişimi, sporcuların kariyer yollarını tanımlar ve tahmin edilebilir geçişleri (örneğin, ardışık kariyer aşamaları arasındaki geçişler) gösterir. İkinci alan olan kariyer geçişi ise, geçiş süreçlerini ve sonuçlarını kariyer bağlamında açıklayarak kişisel ve çevresel faktörlerden nasıl etkilendiğini gösterir (Stambulova vd. 2021). Kariyer gelişimi çerçeveleri sporculuk kariyerini, aşamalardan ve geçişlerden oluşan ‘küçük bir yaşam süreci’ olarak tanımlamaktadır (Salmela, 1994; Stambulova, 1994; Wylleman vd. 2013; Wylleman ve Lavallee, 2004). Kariyer geçişi çerçeveleri geçiş süreçlerine ve kaynaklar, engeller, başa çıkma stratejileri gibi bazı faktörlerin etkileşimine odaklanarak farklı geçiş yollarını oluşturur (Schlossberg, 1981; Stambulova, 2003; Taylor & Ogilvie, 1994). Kariyer geçişleri, kariyer gelişiminde dönüm noktaları olup, geçiş taleplerinin değerlendirilmesi ve bu taleplerle başa çıkma süreçlerini içerir. Bu süreçler, başarılı veya daha az başarılı sonuçlara ve bireyin kariyer yolunda ilgili değişikliklere yol açar (Alfermann & Stambulova, 2007; Samuel & Tenenbaum, 2011; Schlossberg, 1981).

Spor Antrenörlüğünde Kariyer Farkındalığı, Kariyer Planlama ve Kariyer Geçişleri

Spor antrenörleri için kariyer farkındalığı, mevcut kariyerlerine ek olarak gelecekteki kariyer yollarını da anlamayı içerir. Bu farkındalık, kişisel ve profesyonel gelişim fırsatlarını tanımlamayı kapsar. Kariyer farkındalığı, antrenörlerin kendi kariyerlerini daha iyi yönetmelerine ve kariyer hedeflerine ulaşmak için gerekli adımları atmalarına yardımcı olur. (Lavallee vd, 1998; Aydın & Eratlı Şirin, 2022). Antrenörlükte kariyer planlaması, antrenörlerin uzun vadeli kariyer hedeflerini belirlemeleri ve bu hedeflere ulaşmak için stratejik adımlar atmaları sürecidir. Etkili kariyer planlaması, antrenörlerin hem kişisel hem de profesyonel yaşamlarında başarılı olmalarına yardımcı olacaktır. Emekli sporcular üzerine yapılan çalışmalar, aşırı zaman ve

enerji harcamaları gerektiren elit spor ortamlarının, bireylere kariyerleri boyunca emeklilik öncesi planlama için çok az zaman bıraktığını göstermiştir (Lavalley, 2005; Lavalley vd, 1996; Taylor & Ogilvie 2001). Spor antrenörlüğünde kariyer geçişleri, antrenörlerin kariyerlerinde önemli değişiklikler yaşadıkları dönemlerdir. Spor antrenörleri arasında kariyer geçişlerinin önemi son yıllarda birçok yazar tarafından da vurgulanmıştır (Gordon & Lavalley, 2004; Hawkins & Blann, 1993; Wylleman vd. 1999)

Bireylerin kariyer gelişiminin en önemli yapı taşı olarak tanımlanan kariyer farkındalığı kavramı kariyer seçiminden sonra, kariyer fırsatlarını belirleme, yeteneklerin farkında olma, geliştirme ve doğru yönlendirilip yönetilme olarak tanımlanabilir (Döşyılmaz & Şirin, 2021). Spor antrenörlerinin kariyer farkındalığının ve kariyer planlamalarının başarılı kariyer geçişleri yapmalarına yardımcı olmada etkili olduğu gösterilmiştir (Grove vd, 1997; Lavalley, 2005).

Sporda Çift Kariyer Yetkinlikleri

Sportif kariyer yorucu ve zaman alıcı bir görev olarak görülmesine rağmen, aynı zamanda heyecan verici ve keyifli bir deneyimdir. Sporcuların çoğu spor kariyerlerini bir eğitim veya bir meslekle devam ettirmeye çalışırlar (Karadağ & Aşçı, 2021). Aynı zamanda spor antrenörleri, kendileri için yaşam boyu istihdam yaratmak adına belirli bir spor kurumuna bağımlı olmanın yanı sıra, kariyerlerine farklı girişimcilik fırsatları yaratarak devam etmektedirler (Eratlı Şirin vd. 2021).

Sporda çift kariyer, aynı anda hem spor hem de başka bir alan veya meslek alanında başarılı olmalarını ifade eder. Elit sporcular madalya başarısı elde etmek, spor ve akademik kariyerleri dengelemek ve okulu bırakmayı önlemek için çeşitli çift kariyer yeterliliklerine ve kaynaklarına güvenmektedir (Brown vd, 2015 ; Stambulova vd, 2015). De Knop ve diğerleri, (1999) çift kariyer yollarının doğal olarak zaman almasından dolayı, zaman yönetimi becerileri, sporcuların ikili kariyer yönetimi yeterlilikleri açısından da önemli bir faktör olduğunu bildirmişlerdir. Ayrıca De Brandt ve diğerleri (2018) iki kariyer yolunun birbirini tamamlayabileceği inancını benimsemişlerdir. Buna ilaveten Aquilina (2013), paralel bir akademik kariyerin bir teşvik kaynağı olarak hizmet edebileceğini ve böylece sporcuların spor kariyerleriyle ilişkili bazı zorlukları dengeleyebileceğini bulmuştur.

Bu bulguların aksine literatürde sporda çift kariyerle ilgili Bueno vd. (2022); bazı sporcu öğrencilerin akademik zorluklarla karşılaştıklarını, okula veya üniversiteye uyum sağlamada ve aidiyet duygusu oluşturmada birtakım zorluklar yaşadıklarını bulmuştur. Benzer şekilde De Knop ve ark. (1999), İkili Kariyer peşinde koşan sporcuların her iki sorunla aynı anda karşı karşıya kalma gibi zorlu bir durumla karşılaştıklarını bulmuşlardır.

Sonuç ve Öneriler

Kariyer insan yaşamının önemli dönüm noktalarından biridir. Bu nedenle koyulan hedefler doğrultusunda, kendi potansiyellerine uygun doğru bir kariyer planlaması yapmak iş doyumunu ve genel mutluluk sağlayacaktır. Potansiyeline ve tercihlerine uygun kariyer alanlarını seçen bireylerin genel mutluluk düzeyine ulaştıklarını söylemek mümkündür. İnsan yaşamında, hedefler doğrultusunda ve bu hedefleri gerçekleştirmek üzere yapılan çalışmaların etkililiği doğru bir kariyer planlaması ile doğru orantılıdır. Aynı şekilde bireylerin spor yaşamlarında gerçekleştirmek istedikleri hedeflere ulaşma doğrultusunda yaptıkları çalışmalar ve sportif performanstan üst düzey verim elde edilebilmesi için spor kariyer hedeflerin ortaya konulup bu amaç doğrultusunda doğru ve etkili bir spor kariyer planlaması yapabilmeyenin önemi yadsınamaz bir gerçektir. Kariyer planlaması sporcunun yalnızca aktif spor yaşamında değil spor hayatını bitirdikten sonrası için de gerekli bir durumdur. Benzer şekilde, spor antrenörlüğü alanında da kariyer yapmayı düşünenlerin, kariyer farkındalıklarını ve kariyer geçiş ihtiyaçlarını artırmak için antrenörlük kariyerleri esnasında spor sonrası kariyer planlamasını hazırlamalıdır. Son olarak sporda kariyer farkındalığı, planlaması ve yönetimi alanında yapılacak çalışmaların arttırılmasının alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ek olarak olimpiyatlarda derece yapan sporcuların ve kariyer hedeflerine ulaşmış başarılı milli sporcuların kariyer hayatı gençlere ilham olması açısından Milli Eğitim Bakanlığının ders müfredat programlarına eklenmesi önerilebilir. Ayrıca spor eğitimi veren kurumlara da kariyer ve kariyer planlama konularında sporcu gençlere ilham verecek eğitimler, sempozyumlar yapmaları önerilebilir.

KAYNAKÇA

- Alfermann, D., & Stambulova, N. (2007). Career transitions and career termination. In G. Tenenbaum, & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 712–736). New York: Wiley.
- Anafarta, N. (2001). Orta düzey yöneticilerin kariyer planlamasına bireysel perspektif. *Akdeniz Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1(2)
- Aquilina, D. (2013). A study of the relationship between elite athletes' educational development and sporting performance. *The International Journal of the History of Sport*, 30(4), 374–392. <https://doi.org/10.1080/09523367.2013.765723>
- Aracı, H., *Okullarda Beden Eğitimi*, Ankara, 1999.
- Attewell, P. (1990). What is Skill? Work and Occupations: *An International Sociological Journal*, 17(4), 422-448. doi:10.1177/0730888490017004003
- Aydın, Ö., & Eratlı Şirin, Y., (2022). Career Predictions of Students Faculty of Sports Sciences: Perceived Obstacles, Role Model and Self-Efficiency. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi (Mediterranean Journal of Sport Science)* .
- Aytaç, S. (1997). *Çalışma Yaşamında Kariyer Yönetimi Planlaması, Geliştirilmesi Sorunları*. İstanbul: Epsilon Yayınları
- Bayraktaroğlu, S. (2006). *İnsan Kaynakları Yönetimi*. Sakarya: Gazi Kitabevi.
- Bingöl, H. (2011). Olimpiyatlarda Derece Yapan Türk Sporcularının Kariyer Planlama Profillerinin Belirlenmesi. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi*.
- Bingöl, H. ve Gündoğdu, C. (2020). *Sporda Kariyer Planlamasının Önemi*. Sporda Yeni Akademik Çalışmalar-6, 119
- Brown, D. J., Fletcher, D., Henry, I., Borrie, A., Emmett, J., Buzza, A., & Wombwell, S. (2015). A British university case study of the transitional experiences of student-athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 78–90. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.002>
- Budak, G. (2008). *Yetkinliğe Dayalı İnsan Kaynakları Yönetimi*. İzmir: Barış Yayınları
- Bueno, E. H., Velasquez, S. M., Deil-Armen, R., & Jones, C. (2022). “That was the biggest help”: The importance of familial support for science, technology, engineering, and math community college students. *Frontiers in Education*, 7(768547). <https://doi.org/10.3389/educ.2022.768547>
- Cenzo, D. & Robbins, S. (1996). *Human Resource Management*. Nueva York: John Wiley & Sons
- Chambers, R. (2005). *Career Planning for Everyone in The NHS The Toolkit*. Oxford Seattle: Radcliffe Publishing.
- Çelik, A. ve Soysal, A. (2004). Değişen İş Hayatında Kariyer Platosu: Çalışanlar Açısından Kader Mi, Yoksa Fırsat Mı? *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi*

Sosyal Bilimler Dergisi, 1(1), 42-50.

- Çoruh, Y. (2019). Stres ve sağlık üzerine boş zamanlarda yapılan sporun etkisi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt:21, Sayı:3.
- De Brandt, K., Wylleman, P., Torregrosa, M., Schipper-Van Veldhoven, N., Minelli, D., Defruyt, S., & de Knop, P. (2018). Exploring the factor structure of the Dual Career Competency Questionnaire for Athletes in European pupil- and student-athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1–18. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1511619>
- De Knop, P., Wylleman, P., Van Hoecke, J., De Martelaer, K., & Bollaert, L. (1999). Sports management - A European approach to the management of the combination of academics and elite-level sport. In S. Bailey (Ed.), *Perspectives – The interdisciplinary series of physical education and sport science*. Vol. 1. School sport and competition (pp. 49–62). Meyer & Meyer Sport.
- Döşyılmaz, E., & Şirin, T. (2021). Examining the professional career values and career awareness of athlete- students the sample of the faculty of sports sciences. *Physical Education of Students*, 0–0.
- Ekenci, G. ve İmamoğlu, A.F. (2002). *Spor İşletmeciliği*, Ankara Nobel Yayın Dağıtım, s:116-118-119-132.
- Eratlı Şirin, Y., Can, B., Şeker, İ., & Şirin, T., (2021). Futbol Antrenörlerinin Girişimcilik Eğilimleri ve Teknolojik Yeteneklerinin İncelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi* , vol.6, no.3, 279-297.
- Eratlı, Şirin Y., Aydın, Ö. (2020). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Kariyer Değerlerinin İncelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3 (2), 317-330. DOI: 10.38021/asbid.833906
- Erdem B. (2004). Otel İşletmelerinde İnsan Kaynakları Planlamasının Yeri ve Önemi, *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Cilt/Volume: 7, Sayı/Number: 11.
- Erdoğan N. (1999). *Kariyerde Yeni Yaklaşımlar ve İstihdama Etkileri*, Mercek Yayınları, s.65-67.
- Erdoğan N. (2003). *Kariyer Geliştirme*, 1. Baskı, Ankara: Nobel Yayını, s. 11
- Ercic, S.C. (2011). Sports Career Termination And Adaptation To Post-Sports Life: A Review Of Developmental-Sport Psychological Perspectives. 6th *International Scientific Conference On Kinesiology: Integrative Power Of Kinesiology* Page 488-493
- Gordon, S., & Lavalley, D. (2004). Career transitions in competitive sport. In T. Morris & J. Summer (Eds.), *Sport psychology: Theory, applications and issues* (2nd ed., pp. 584-610). Brisbane, Australia: Wiley.
- Gordon, S. (1997). Coping with retirement from sport: The influence of athletic identity. *Journal of Applied Sport Psychology*, 9, 191-203
- Hawkins, K., & Blann, F. W. (1993). *Athlete/coach career development and transition*. Canberra: Australian Sports Commission.

<https://www.bestcolleges.com/careers/business/sports-management/>

- İmamoğlu, O. (1992). Spor-Sağlık İlişkisi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 67-70.
- Karadağ, D., Aşçı, F.H. (2021). "Sporcular İçin Çift Kariyer Yetkinliği Ölçeği"nin Türkçe Uyarlaması. *Türkiye Klinikleri J Sports Sci*;13(2):284-91 DOI: 10.5336/sport-sci.2020-79861
- Lavallee, D. (2005). The effect of a life development intervention on sports career transition adjustment. *The Sport Psychologist*, 19, 193-202
- Lavallee, D., Gordon, S., & Grove, J. R. (1996). A profile of career beliefs among retired Australian athletes. *Australian Journal of Career Development*, 5(2), 39-42
- Lavallee, D., Sinclair, D. A., & Wylleman, P. (1998). An annotated bibliography on career transitions in sport: I. Counselling-based references. *Australian Journal of Career Development*, 7(2), 34-42
- Mavisu, H. (2010). Bireysel Kariyer Planlamanın Aşamalarından Biri Olarak Hedef Belirleme ve Kariyer Başarısı İlişkisi. Dokuz Eylül Üniversitesi, *Yüksek Lisans Tezi*.
- Öztürk, O. (2022). Amatör Spor Branşlarına Sahip Milli Sporcularda Kariyer Planlama Süreçlerinin İncelenmesi. *Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*: 2(1): 1-15
- Salmela, J. H. (1994). Phases and transitions across sports career. In D. Hackfort (Ed.), *Psycho-social issues and interventions in elite sport* (pp. 11-28). Frankfurt: Lang.
- Samuel, R. D., & Tenenbaum, G. (2011). The role of change in athletes' careers: A scheme of change for sport psychology practice. *The Sport Psychologist*, 25, 233-252.
- Savickas, M. L. (2012). Life design: A paradigm for career intervention in the 21st century. *Journal of Counseling & Development*, 90(1), 13-19.
- Schlossberg, N. K. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2-18.
- Stambulova, N. (1994). Developmental sports career investigations in Russia: A post-perestroika analysis. *The Sport Psychologist*, 8, 221-237
- Stambulova, N. (2003). Symptoms of a crisis-transition: A grounded theory study. In N. Hassmén (Ed.), *SIPF Yearbook 2003* (pp. 97-109). Örebro: Örebro University Press.
- Stambulova, N. (2010). Counseling Athletes in Career Transitions: The Five-Step Career Planning Strategy. *Journal of Sport Psychology in Action*, 1(2), 95-105. <https://doi.org/10.1080/21520704.2010.528829>
- Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 4-14. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.009>

- Stambulova, N. B., Ryba, T. V., & Henriksen, K. (2021). Career development and transitions of athletes: the International Society of Sport Psychology Position Stand Revisited. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 524–550. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1737836>
- Sterling, K. L. (2005). The influence of a like skills course on athletic identity and career decision self-efficacy of collegiate student athletes (Phd Thesis). University of Kansas.
- Şimşek, M. ve Çelik, A. (2004). *Kariyer Kavramı, Kapsamı ve Temel Boyutları*. Kariyer Yönetimi (s. 1-28). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Şirin, T. (2021). *Futbol, Eğitim ve İstihdam*. Yayın Yeri: Gece Kitaplığı, Editör: Kaldırımçı M., Mızrak O., Basım sayısı:1, Sayfa sayısı:21, ISBN:978-625-7478-40-3, Bölüm Sayfaları:39 -53
- Taşlıyan, M., Arı, N. Ü. ve Duzman, B. (2011). İnsan Kaynakları Yönetiminde Kariyer Planlama ve Kariyer Yönetimi: İİBF Öğrencileri Üzerinde Bir Alan Araştırması. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 231-241.
- Taylor, J., & Ogilvie, B. C. (1994). A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6, 1–20.
- Taylor, J., & Ogilvie, B. C. (2001). Career transitions among athletes: Is there life after sports? In J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (4th ed., pp. 480-496). Mountain View, CA: Mayfield
- Tunç, A. ve Uygur, A. (2001). *Kariyer Yönetimi, Planlaması ve Geliştirme*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- TYÇ. (2021). Mesleki Yeterlik Kurumu. Türk Yeterlikler Çerçevesi: <https://www.myk.gov.tr/index.php/tr/turkiye-yeterlilikler-cercevesi> adresinden alındı
- Wylleman, P., & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. In M. Weiss (Ed.), *Developmental sport and exercise psychology: A lifespan perspective* (pp. 507–527). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Wylleman, P., Lavallee, D., & Alfermann, D. (Eds.) (1999). Career transitions in competitivenessports. Biel, Switzerland: *European Federation of Sport Psychology Monograph Series*
- Wylleman, P., Reints, A., & De Knop, P. (2013). A developmental and holistic perspective on athletic career development. In P. Sotiaradou, & V. De Bosscher (Eds.), *Managing high performance sport* (pp. 159–182). New York, NY: Routledge.
- Yıldırım, E., Coşkun, Z., Halisdemir, N., & Tutaş, S. (2018). Elazığ ilindeki bayan futbolcuların spora başlamada ve kariyer planlamasındaki etkin olan faktörlerin incelenmesi. *Ispes Journal*, (1)1, 37-46



Bölüm 5

SPOR ORGANİZASYONLARINDA ORTAK DEĞER YARATMA

*Nurettin Göksu ÇİNİ¹
Ebru GÜZEL KUYUCU²*

1 Dr. Arş. Gör., Kırıkkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, goksu.cini@gmail.com, ORCID: 0000-0001-8966-9285.

2 Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri Anabilim Dalı, eguzelkuyucu@gmail.com, ORCID: 0000-0002-8792-3072.

1. Giriş

Spor organizasyonları; dünyada ve ülkemizde büyük bir endüstri haline gelirken, bu endüstrinin en önemli paydaşı da spor ürünlerini tüketen insanlardır. Bir spor karşılaşmasını ele aldığımızda; takımlar, oyuncular ve stadyumlar organizasyonu oluşturan temel unsurlar olmasına rağmen, ana aktörler seyircilerdir. Spor yönetimi alanında çalışan akademisyenler, spor organizasyonlarının etkinlik ortamındaki rolünü araştırmışlar ve yüksek hizmet kalitesinin müşterilerin değer algılarını etkileyerek, gelecekte tüketim niyetlerine yol açabileceğini ortaya koymuşlardır (Byon, Zhang ve Baker, 2013; Theodorakis, Koustelios, Robinson ve Barlas, 2009; Yoshida, James ve Cronin, 2013). Bu çalışmalar organizasyonla ilgili faktörlerin seyircilerin algıladığı değerler üzerindeki etkisini incelerken, müşterilerinde (seyirciler) ortak değer yaratmada kilit bir rol oynadığını öne sürmektedir (McDonald ve Karg, 2014; Uhrich, 2016; Woratschek, Horbel ve Popp, 2014). Vargo ve Lusch (2008, 2017), müşterilerin tüketim sürecinde aktif katılımcılar olarak kabul edildiği ve bireylerin her zaman değerlerin ortak yaratıcısı olduğu hizmet baskın mantık (HBM) yaklaşımını ortaya koyarak, geleneksel ürün odaklı yaklaşımın ötesine geçmiştir.

HBM kavramsal olarak gelişmeye devam ederken, temel öncülleri araştırmacılar tarafından çeşitli endüstrileri incelemek için kullanılmıştır (Tsiotsou, 2016; Woratschek, Horbel ve Popp, 2020). HBM teorisinden türeyerek, bireyleri değerlerin ortak sağlayıcısı olarak gören ortak değer yaratma (ODY) kavramı son zamanlarda farklı çalışmalarda kullanılarak literatüre sunulmuştur (Hedlund, 2014; McDonald ve Karg, 2014; Uhrich, 2016). Bununla birlikte, bu çalışmaların gösterdiği temel anlayış, spor ortamlarında müşterilerin hem spor organizasyonu hem de diğer müşterilerle ortak değer yaratabilecekleri ve bu ortak yaratılan değer sonuçlarının, daha fazla yerinde harcama ve olumlu ağızdan ağıza iletişimle sonuçlanacağıdır (Kim, Byon ve Baek, 2020; Uhrich, 2016). Ayrıca, bu çalışmalar, spor etkinliklerinde, her bir paydaşın (organizasyon, müşteri, diğer müşteriler) müşterilerin genel etkinlik deneyimiyle ilişkilendirdiği değeri yaratmada önemli bir rol oynadığı ifade edilmektedir (Uhrich, 2014; Woratschek ve diğerleri, 2014).

Etkinlikler bağlamında değer kavramının oluşumunu anlayabilmemiz için, araştırmacıların spor ortamındaki çeşitli sosyal aktörler (Woratschek ve diğerleri, 2020) arasında ortak değer nasıl yaratıldığını incelemesi çok önemlidir. Gerçekten de ortak değer yaratmanın en temel ilkesi, doğrudan paydaş etkileşimlerinden kaynaklandığıdır (Grönroos ve Voima, 2013). Bu hizmet ve müşteri odaklı değer perspektif, müşterileri hizmet sunumu ve tüketim sürecinde aktif katılımcılar olarak gören hizmet baskın mantığının (Vargo ve Lusch, 2008b) temel önermeleriyle tutarlıdır. Bu önermeler, müşterinin her zaman değerlerin ortak yaratıcısı olarak görüldüğü; pazarlamanın müşteri ile etkileşim süreci olarak ele alındığı ve değer, kullanım değeri ve bağlam

değeri temelinde yararlanıcı (yani müşteri) tarafından belirlendiği durumları ifade etmektedir (Grönroos ve Voima, 2013; Vargo, 2009; Vargo ve Lusch, 2008a).

2. Ortak Değer Yaratma

Ortak değer yaratma (ODY), “*firmaların ve müşterilerin veya müşterilerle diğer sosyal aktörlerin, etkileşim halinde değer yarattığı ortak süreç*” olarak tanımlanabilir (Grönroos ve Voima, 2013). ODY, hizmet alanı içerisinde meydana gelebilecek değer ve değer yaratma süreçlerine ilişkin alternatif bir görüştür. Burada, müşterilerin katkıları, kaynak entegrasyonu ve paydaş etkileşimleri yoluyla ortak değer yarattıkları “*ortak alan*” söz konusudur (Uhrich, 2014; Woratschek ve diğerleri, 2020). ODY perspektifi, günümüz tüketicilerinin aktif, bilgili ve etkileşimsel (Prahalad ve Ramaswamy, 2004) olduğunu, tüketim deneyimlerini geliştirmek için kuruluşlarla ve diğer müşterilerle etkileşim kurduğunu kabul eder (Baron ve Harris, 2008). ODY, müşterilerin hem bireysel hem de grup ihtiyaçlarını karşılamak için hizmet deneyimini ortak inşa ettiği kişiselleştirilmiş deneyimlerin birlikte oluşturulmasıdır (Prahalad ve Ramaswamy, 2004; Uhrich, 2014; Woratschek ve diğerleri, 2014).

Müşteri odaklı ve hizmet merkezli anlayış, “*değerin, çıktıya(ürün/hizmet) gömülü olmaktan ziyade tüketici tarafından tanımlandığını ve tüketiciyle ortak yaratıldığını*” öne sürmektedir (Vargo ve Lusch, 2004). Kuruluşların ve müşterilerin paydaş etkileşimleri yoluyla ODY için kaynakları entegre ettiği fikri, hizmet odaklı mantığın ve spor değeri çerçevesinin en temel ilkesidir (Grönroos, 2007; Vargo ve Lusch, 2017; Woratschek ve diğerleri, 2020). ODY çerçevesinden bakıldığında, ürün/hizmet sağlayıcı ile müşteri arasındaki tüm etkileşim noktaları hem değer yaratma hem de değer çıkarma fırsatlarıdır (Prahalad ve Ramaswamy, 2004; Uhrich, 2014).

ODY farklı hizmet sektörlerinde (Galvagno ve Dalli, 2014) uzun bir süredir incelenirken, sporda ortak değer yaratma yakın zamanda daha fazla çalışılmaya başlanmıştır (Erhardt, Martin-Rios ve Chan, 2019; Horbel, Popp, Woratschek ve Wilson, 2016; Kolyperas, Maglaras ve Sparks, 2019). Yapılan çalışmalar, spor etkinliklerinin, müşterilerin spor organizasyonu ve diğer müşterilerle ODY için etkileşime girdiği platformlar olabileceğini göstermektedir (Uhrich, 2014; Woratschek ve diğerleri, 2014). Örneğin, bireyler favori takımlarının maçları sırasında taraftar ritüellerine katılarak ve tezahürat yaparak; takım bilgilerini paylaşarak ve başarılarını diğer taraftarlarla kutlayarak ortak değer yaratabilir (Hedlund, 2014; McDonald ve Karg, 2014; Tsiotsou, 2016; Uhrich, 2014).

3. Spor Değer Çerçevesi

Geleneksel spor yönetimi ve pazarlama yaklaşımlarının çoğu, spor organizasyonunun hizmet organizasyonu olduğu düşünülmesine rağmen, ekonomik değişimin mal baskın mantığına (MBM) dayanmaktadır (Chelladu-

rai, 2013; Milano ve Chelladurai, 2011). MBM'a göre firmalar, mal ve hizmet üretip satarak değer yaratırken, müşteriler bu mal ve hizmetleri tüketerek kullanırlar (Vargo ve Lusch, 2004). HBM göre ise “mal/ürün” ve “hizmetler” arasında ayırım yapmak önemlidir. Vargo ve Lusch (2004) mal ve ürünlerin hizmetin bir çıktısı olduğunu; hizmetin ise uygulamalı bilgi, beceri ve yetkinlikler (insan kaynakları) olarak tanımlandığını savunmaktadır. Sonuç olarak bu tür kaynaklar, ürün ve hizmetlerde kendini gösterir. Hem ürün/hizmet sağlayıcısı hem de tüketici (müşteri) değer yaratmak için bu kaynakları bütünleştirir (Gerke, Woratschek ve Dickson, 2020). Sonuç olarak değer, firmalar, müşteriler ve diğer aktörler tarafından ortak yaratılır.

Woratschek ve diğerleri (2014) HBM on temel önermesini spor yönetimi bağlamına uyarlayarak spor değer çerçevesini (SDÇ) ortaya koymuşlardır. Spor yönetimi bağlamında, spor organizasyonları ve sporun kendine has özellikleri ayrılmaz bir şekilde bağlantılıdır (Gerke ve diğerleri, 2020). Bunlar arasında sonucun belirsizliği, estetik, fiziksel unsurlar, sportif performans ve aşırı duygular yer almaktadır (Toder Alon, Shuv-Ami ve Bareket-Bojmel, 2022; Wilson, Grieve, Ostrowski, Mienaltowski ve Cyr, 2013; Woratschek ve diğerleri, 2014; Yoshida, Heere ve Gordon, 2015). Örneğin, spor organizasyonlarının temel amacı, etkinliği oluşturmak için farklı sosyal aktörleri (Woratschek ve diğerleri, 2020) birbirine bağlamaktır (sporcular, seyirciler, sponsorlar). Aktörleri birbirine bağlamak ve koordine etmek, bir platform olarak değeri yaratan ana faaliyetlerdir (Gerke ve diğerleri, 2020). Spor organizasyonları açısından ortak değer yaratmayı açıklayan kavramlar ve bunların arasındaki ilişkiler ilerleyen bölümde açıklanmaktadır.

4. Kullanım Değeri

HBM ve SDÇ, değer her zaman etkinlik paydaşları (spor organizasyonu, seyirciler, sponsorlar vb.) tarafından kaynakların birleştirilmesi ve paydaş etkileşimleri yoluyla ortak yaratıldığını ve bu ortak yaratılan değer her zaman faydalanıcı (spor organizasyonları açısından seyirciler) tarafından kullanım değerine dayalı olarak belirlendiğini öne sürmektedir (Grönroos ve Voima, 2013; Horbel ve diğerleri, 2016; Ranjan ve Read, 2016; Vargo ve Lusch, 2017). Bu anlayış değer, tüketim sürecinde yalnızca kullanım yoluyla tarafların birlikte yaratılabileceğini ve kullanıcı tarafından belirlenebileceğini öne sürmektedir. Yani değer deneyimler yoluyla sosyal olarak inşa edildiği ve kullanım sırasında müşterinin algıladığı değeri ifade etmektedir (Grönroos ve Voima, 2013). Değer; içinde bulunulan bağlama göre kullanım sırasında ortak yaratılır çünkü müşteriler bir hizmet sunumunun değerini kendi kullarılarının özgünlüğü temelinde değerlendirir ve belirlerler (Ranjan ve Read, 2016). Örneğin bir futbol müsabakasına giden taraftarın algıladığı değer yüksek olması; stadyumun atmosferi, favori takımının galibiyeti, yemeklerin kalitesi ve satın aldığı koltuğun rahatlığı gibi faktörlerin birey açısından değerlendirilmesine bağlıdır.

Değer kolektif olarak üretilirken, öznel olarak deneyimlenir (Holbrook, 2006; Singh, Rana ve Parayitam, 2022), bağlamsal ve kişiseldir; tutumlardan, duygulardan, memnuniyetten veya davranışsal temelli yargılardan etkilenbilir ve tüketim deneyiminin sonucunda ortaya çıkar (Chiu, Won ve Bae, 2019; Echeverri ve Skålén, 2011). Dolayısıyla değer kavramı, bir ürün ya da hizmetin parasal karşılığında ziyade birey için ne ifade ettiğidir (Echeverri ve Skålén, 2011). Değer, müşteri açısından kullanım değeri olarak algılandığında, odak noktası artık, bir fiyat karşılığında değiş tokuş edilen özelleştirilmiş bir ürün veya hizmet paketi değildir (Grönroos ve Voima, 2013), müşterinin kullanımını sonucunda ortaya çıkan kavramdır. Bir spor etkinliğinin ODY sürecine çok sayıda aktörün dahil olduğu açıktır (Tsiotsou, 2016; Woratschek, Horbel ve Popp, 2014). Örneğin, futbolda bağlama özgü sosyal aktörler arasında takımlar, sponsorlar, tesis sahipleri, yemek şirketleri, polis ve özel güvenlik şirketleri, toplu taşıma ve park yeri sağlayıcıları ve çeşitli izleyici türleri (fanatik taraftarlar, aileler, ara sıra gelen seyirciler) yer alır. Tüm bu aktörlerin katkılarını değerlendirmek çok karmaşık olacağından, ortak değer yaratmaya en çok katkıda bulunan iki faktör altında açıklıyoruz.

5. Hizmet Kalitesi Faktörleri

İlk boyut, tesislerden ve mekândan sorumlu hizmet sağlayıcılarının katkısını temsil eden hizmet kalitesidir. Spor alanında yapılan araştırmalar, organizasyon temelli hizmet kalitesi faktörlerinin müşterilerin değer algılarını artırabileceğini göstermiştir (Biscaia, Yoshida ve Kim, 2023; Byon ve diğerleri, 2013; Yoshida ve diğerleri, 2013). Tüketim davranışı, spor organizasyonları açısından genellikle iki ayrı hizmet kategorisi altında incelenir: temel hizmet kalitesi ve yan hizmet kalitesi (Byon ve diğerleri, 2013). Bu unsurlar organizasyonlar tarafından müşterileri sunulan ürün/hizmetleri ifade etmektedir. Temel hizmet kalitesi, oyun performansı ile ilişkili faktörleri ifade eder (Kim, Ko ve Park, 2013). Örneğin, takımların, oyuncuların (Wills, Tacon ve Addesa, 2022) ve aralarındaki rekabetin kalitesi (Havard, Wann ve Grieve, 2018). Yan hizmet kalitesi, etkinliği oluşturan çevresel unsurlarla ilişkili faktörleri (Horbel ve diğerleri, 2016) ifade eder ve genellikle iki ayrı yapı olarak incelenir: etkileşim kalitesi (insan etkileşimlerine dayalı) ve fiziksel ortam kalitesi (müşterinin fiziksel ortamla etkileşimlerine dayalı) (Brady ve Cronin, 2001). Etkileşim kalitesi, müşterilerin etkinlik personeliyle olan etkileşimlerini ifade eder. Bilet satışında personel tarafından sunulan hizmet, güvenliğin yaklaşımı gibi profesyonel ve samimi insan ilişkilerini açıklar. Fiziksel ortam kalitesi ise, mekân estetiği, ortama erişilebilirlik, rahat oturma düzeni ve olanakların kalitesi gibi fiziksel ortamla ilişkili unsurları açıklar (Brady ve Cronin, 2001; Byon ve diğerleri, 2013; Woratschek ve diğerleri, 2020).

6. Sosyal Faktörler

Spor etkinlikleri çeşitli sosyal aktörler ve paydaşlar (organizasyon ve müşterileri) arasında ODY için bir platform sağlar ve bu bağlamda değer ya-

ratma incelenirken diğer seyircilerin katkısı da göz önünde bulundurulmalıdır (Horbel ve diğerleri, 2016; Uhrich, 2014; Woratschek ve diğerleri, 2014). Seyircilerin spor etkinliklerinde ODY rolü, spor alanındaki genel etkinlik atmosferine katkılarını içerebilir (Uhrich ve Benkenstein, 2012). Spor müsabakalarında seyirciler, hizmet atmosferinin ortak üreticileri olarak; diğer izleyiciler için zevkli bir atmosfer deneyime doğrudan katkıda bulunmaktadır (Horbel ve diğerleri, 2016; Uhrich ve Benkenstein, 2012). Spor ortamında, diğer müşterilerin etkisi öncelikle sosyal niteliktedir ve farklı şekillerde olabilir. Uhrich ve Benkenstein (2012), müşterilerin spor etkinliklerindeki rollerini araştırırken, spor ortamındaki diğer müşterilerin varlığıyla ilgili üç sosyal faktör olan; diğer seyircilerin yoğunluğu, görünümü ve davranışlarını ortaya koymuştur. Horbel ve diğerleri (2016) çalışmalarında sosyal faktörleri seyirci kaynaklı atmosfer boyutuyla incelemiştir. Dolayısıyla, seyirci faktörlerinin spor etkinliği ortamında müşteriler tarafından deneyimlenen sosyal değer ile güçlü bir ilişkiye sahip olacağı sezgisel olarak mantıklıdır. Taraftarlar ve seyirciler, takımlarının tezahüratları söyleyerek, formlarının giyerek ve gruplarına özgü ritüel davranışlar sergileyerek bir spor organizasyonun karakteristik atmosferine önemli ölçüde katkıda bulunurlar (Derbaix ve Decrop, 2011; Gordon, Yoshida, Nakazawa ve Bass, 2021; Horbel ve diğerleri, 2016; Tsiotsou, 2016). Bu tür faaliyetler, kaçınılmaz olarak müşteriyi de içeren ODY kavramını desteklemektedir. Spor organizasyonlarının değer önerisi, müşterilerin etkinlik deneyimi yoluyla birlikte değer yaratabileceği uygun bir bağlam sunmaktır (Tsiotsou, 2016).

7. Sonuç

Spor yönetiminde, değer kavramına yönelik çalışmalar geleneksel olarak MBM perspektifinden değerlendirilmiştir. Bu yaklaşım, değeri müşterinin bakış açısından incelerken, ortak değer yaratmanın çok boyutlu ve etkileşimsel yapısını göz ardı etmektedir. Ayrıca, müşterilerin bir hizmet ortamında sıklıkla deneyimlediği hedonik veya sosyal değer gibi daha soyut kavramlar bu anlayışta dikkate alınmaz. Spor etkinlikleri, müşterilerin hem spor organizasyonu hem de diğer müşterilerle birlikte sosyal deneyimler yaratabileceği platformlar olduğundan, bu durum spor tüketicilerinin davranışlarını değerlendirirken sorun teşkil edebilir. Spor yönetiminde, son zamanlarda yapılan çalışmalar ODY'nın çok boyutluluğunu ortaya koymuş ve araştırmalar spor müsabakalarını izleyenlerin etkinlik deneyimiyle ilişkili farklı unsurlara değer verdiğini göstermiştir (Kunkel, Doyle ve Berlin, 2017; Yoshida ve diğerleri, 2013). Yoshida ve diğerleri (2013) işlevsel hizmet kalitesiyle ilişkili özelliklerin (müşterilerin çalışanlar ve fiziksel ortamla etkileşimleri) faydacı değerle pozitif ilişkili olduğunu, temel ürünle ilgili özelliklerin (rakip özellikleri ve oyuncu performansı) faydacı, hedonik ve sembolik değer bileşenleriyle pozitif ilişkili olduğunu, diğer müşterilerle ilişkili unsurların (etkinlik atmosferi) ise seyircilerin hedonik değer algılarını olumlu yönde etkilediğini bulmuştur. Kunkel ve diğerleri (2017) de bir spor etkinliği ortamında müşterilerin algı-

ladığı değer, organizasyon çalışanları, fiziksel çevre ve temel ürünle ilişkili olduğunu ve seyircilerin spor etkinliklerinin ekonomik, sosyal ve duygusal yönleriyle ilişkilendirdiği değer dahil olmak üzere çoklu boyutlarını tanımlamıştır. Spor alanındaki bulgular ayrıca, organizasyonla ilgili bazı faktörlerin (stadyum/salon düzeni ve erişilebilirlik, oturma konforu, skorboard kalitesi) ve müşteriyle ilgili faktörlerin (seyirci davranışı, görünüm ve yoğunluk gibi sosyal faktörler) müşterilerin spor etkinliği deneyimiyle ilişkilendirdiği değeri olumlu yönde etkileyebileceğini göstermektedir (Uhrich ve Benkenstein, 2012). Bu çalışmalar spor etkinliği ortamındaki ODY olgusuna ilişkin anlayışımızı geliştirmiş ve değer yaratmanın çok boyutlu doğasını doğrulamış olsa da farklı bağlamlarda yapılacak çalışmalar alana katkı sağlaması açısından önemli olacaktır. Değer yapısına ilişkin anlayışımızı geliştirmek için, odak noktamız sporu özelleştirilmiş bir ürün veya hizmet paketi (Grönroos ve Voima, 2013) olarak görmekten çıkarak, sosyal aktörlerin ortak değer önermeleri sunduğu ve değer birden fazla aktör tarafından kaynak entegrasyonu ve paydaş etkileşimleri yoluyla müşterinin kullanım değeri temelinde birlikte yaratılabildiği platformlar olarak görmektir (Horbel ve diğerleri, 2016; Prahalad ve Ramaswamy, 2004; Ranjan ve Read, 2016; Uhrich, 2014; Vargo ve Lusch, 2008b; Woratschek ve diğerleri, 2014).

KAYNAKÇA

- Baron, S. ve Harris, K. (2008). Consumers as resource integrators. *Journal of Marketing Management*, 24(1–2), 113–130. doi:10.1362/026725708X273948
- Biscaia, R., Yoshida, M. ve Kim, Y. (2023). Service quality and its effects on consumer outcomes: a meta-analytic review in spectator sport. *European Sport Management Quarterly*, 23(3), 897–921. doi:10.1080/16184742.2021.1938630
- Brady, M. K. ve Cronin, J. J. (2001). Some New Thoughts on Conceptualizing Perceived Service Quality: A Hierarchical Approach. *Journal of Marketing*, 65(3), 34–49. doi:10.1509/jmkg.65.3.34.18334
- Byon, K. K., Zhang, J. J. ve Baker, T. A. (2013). Impact of core and peripheral service quality on consumption behavior of professional team sport spectators as mediated by perceived value. *European Sport Management Quarterly*, 13(2), 232–263. doi:10.1080/16184742.2013.767278
- Chelladurai, P. (2013). A personal journey in theorizing in sport management. *Sport Management Review*, 16(1), 22–28. doi:10.1016/j.smr.2011.12.003
- Chiu, W., Won, D. ve Bae, J. (2019). Customer value co-creation behaviour in fitness centres: how does it influence customers' value, satisfaction, and repatronage intention? *Managing Sport and Leisure*, 24(1–3), 32–44. doi:10.1080/23750472.2019.1579666
- Derbaix, C. ve Decrop, A. (2011). Colours and scarves: an ethnographic account of football fans and their paraphernalia. *Leisure Studies*, 30(3), 271–291. doi:10.1080/02614367.2010.527356
- Echeverri, P. ve Skålén, P. (2011). Co-creation and co-destruction: A practice-theory based study of interactive value formation. *Marketing Theory*, 11(3), 351–373. doi:10.1177/1470593111408181
- Erhardt, N., Martin-Rios, C. ve Chan, E. (2019). Value co-creation in sport entertainment between internal and external stakeholders. *International Journal of Contemporary Hospitality Management*, 31(11), 4192–4210. doi:10.1108/IJ-CHM-03-2018-0244
- Galvagno, M. ve Dalli, D. (2014). Theory of value co-creation: a systematic literature review. *Managing Service Quality*, 24(6), 643–683. doi:10.1108/MSQ-09-2013-0187
- Gerke, A., Woratschek, H. ve Dickson, G. (2020). The sport cluster concept as middle-range theory for the sport value framework. *Sport Management Review*, 23(2), 200–214. doi:10.1016/j.smr.2018.12.004
- Gordon, B. S., Yoshida, M., Nakazawa, M. ve Bass, J. (2021). The Role of Pride Feelings in the Team and Fan Community Identification Processes: An Empirical Examination in Professional Sport. *Corporate Reputation Review*, 24(2), 76–94. doi:10.1057/s41299-019-00092-y

- Grönroos, C. (2007). *Service Management and Marketing: Customer Management in Service Competition* (3rd bs.). New Jersey: John Wiley and Sons Ltd.
- Grönroos, C. ve Voima, P. (2013). Critical service logic: making sense of value creation and co-creation. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 41(2), 133–150. doi:10.1007/s11747-012-0308-3
- Havard, C., Wann, D. ve Grieve, F. (2018). Rivalry Versus Hate: Measuring the Influence of Promotional Titles and Logos on Fan Rival Perceptions. *Journal of Applied Sport Management*, 10(2), 1–13. doi:10.18666/JASM-2018-V10-12-8535
- Hedlund, D. P. (2014). Creating value through membership and participation in sport fan consumption communities. *European Sport Management Quarterly*, 14(1), 50–71. doi:10.1080/16184742.2013.865775
- Ho Kim, T., Jae Ko, Y. ve Min Park, C. (2013). The influence of event quality on revisit intention. *Managing Service Quality: An International Journal*, 23(3), 205–224. doi:10.1108/09604521311312237
- Holbrook, M. B. (2006). Consumption experience, customer value, and subjective personal introspection: An illustrative photographic essay. *Journal of Business Research*, 59(6), 714–725. doi:10.1016/j.jbusres.2006.01.008
- Horbel, C., Popp, B., Woratschek, H. ve Wilson, B. (2016). How context shapes value co-creation: spectator experience of sport events. *The Service Industries Journal*, 36(11–12), 510–531. doi:10.1080/02642069.2016.1255730
- Kim, K., Byon, K. ve Baek, W. (2020). Customer-to-customer value co-creation and co-destruction in sporting events. *The Service Industries Journal*, 40(9–10), 633–655. doi:10.1080/02642069.2019.1586887
- Kolyperas, D., Maglaras, G. ve Sparks, L. (2019). Sport fans' roles in value co-creation. *European Sport Management Quarterly*, 19(2), 201–220. doi:10.1080/16184742.2018.1505925
- Kunkel, T., Doyle, J. P. ve Berlin, A. (2017). Consumers' Perceived Value of Sport Team Games—A Multidimensional Approach. *Journal of Sport Management*, 31(1), 80–95. doi:10.1123/jsm.2016-0044
- McDonald, H. ve Karg, A. J. (2014). Managing co-creation in professional sports: The antecedents and consequences of ritualized spectator behavior. *Sport Management Review*, 17(3), 292–309. doi:10.1016/j.smr.2013.07.004
- Milano, M. ve Chelladurai, P. (2011). Gross Domestic Sport Product: The Size of the Sport Industry in the United States. *Journal of Sport Management*, 25(1), 24–35. doi:10.1123/jsm.25.1.24
- Prahalad, C. K. ve Ramaswamy, V. (2004). Co-creating unique value with customers. *Strategy & Leadership*, 32(3), 4–9. doi:10.1108/10878570410699249
- Ranjan, K. R. ve Read, S. (2016). Value co-creation: concept and measurement. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 44(3), 290–315. doi:10.1007/s11747-014-0397-2

- Singh, A., Rana, N. P. ve Parayitam, S. (2022). Role of social currency in customer experience and co-creation intention in online travel agencies: Moderation of attitude and subjective norms. *International Journal of Information Management Data Insights*, 2(2), 100114. doi:10.1016/j.jjime.2022.100114
- Theodorakis, N. D., Koustelios, A., Robinson, L. ve Barlas, A. (2009). Moderating role of team identification on the relationship between service quality and repurchase intentions among spectators of professional sports. *Managing Service Quality: An International Journal*, 19(4), 456–473. doi:10.1108/09604520910971557
- Toder Alon, A., Shuv-Ami, A. ve Bareket-Bojmel, L. (2022). The positive and negative impacts of social and personal self-categorizations on sport fans' experience. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 23(3), 572–593. doi:10.1108/IJSMS-07-2021-0139
- Tsiotsou, R. H. (2016). A service ecosystem experience-based framework for sport marketing. *The Service Industries Journal*, 36(11–12), 478–509. doi:10.1080/02642069.2016.1255731
- Uhrich, S. (2014). Exploring customer-to-customer value co-creation platforms and practices in team sports. *European Sport Management Quarterly*, 14(1), 25–49. doi:10.1080/16184742.2013.865248
- Uhrich, S. (2016). Exploring customer-to-customer value co-creation platforms and practices in team sports. *Value co-creation in sport management* içinde (s. 25). Routledge.
- Uhrich, S. ve Benkenstein, M. (2012). Physical and social atmospheric effects in hedonic service consumption: customers' roles at sporting events. *The Service Industries Journal*, 32(11), 1741–1757. doi:10.1080/02642069.2011.556190
- Vargo, S. L. (2009). Toward a transcending conceptualization of relationship: a service-dominant logic perspective. *Journal of Business & Industrial Marketing*, 24(5/6), 373–379. doi:10.1108/08858620910966255
- Vargo, S. L. ve Lusch, R. F. (2004). Evolving to a new dominant logic for marketing. *Journal of Marketing*, 68(1), 1–17.
- Vargo, S. L. ve Lusch, R. F. (2008a). Service-dominant logic: continuing the evolution. *Journal of the Academy of Marketing Science*, 36(1), 1–10. doi:10.1007/s11747-007-0069-6
- Vargo, S. L. ve Lusch, R. F. (2008b). From goods to service(s): Divergences and convergences of logics. *Industrial Marketing Management*, 37(3), 254–259. doi:10.1016/j.indmarman.2007.07.004
- Vargo, S. L. ve Lusch, R. F. (2017). Service-dominant logic 2025. *International Journal of Research in Marketing*, 34(1), 46–67. doi:10.1016/j.ijresmar.2016.11.001
- Wills, G., Tacon, R. ve Addesa, F. (2022). Uncertainty of outcome, team quality or star players? What drives TV audience demand for UEFA Champions League football? *European Sport Management Quarterly*, 22(6), 876–894. doi:10.1080/16184742.2020.1836010

- Wilson, S. M., Grieve, F. G., Ostrowski, S., Mienaltowski, A. ve Cyr, C. (2013). Roles of Team Identification and Game Outcome in Sport Fan Superstitious Behaviors. *Journal of Sport Behavior*, 36(4), 417–429. <http://offcampus.lib.washington.edu/login?url=http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=a9h&AN=91815441&site=ehost-live> adresinden erişildi.
- Woratschek, H., Horbel, C. ve Popp, B. (2014). The sport value framework – a new fundamental logic for analyses in sport management. *European Sport Management Quarterly*, 14(1), 6–24. doi:10.1080/16184742.2013.865776
- Woratschek, H., Horbel, C. ve Popp, B. (2020). Determining customer satisfaction and loyalty from a value co-creation perspective. *The Service Industries Journal*, 40(11–12), 777–799. doi:10.1080/02642069.2019.1606213
- Yoshida, M., Heere, B. ve Gordon, B. (2015). Predicting behavioral loyalty through community: Why other fans are more important than our own intentions, our satisfaction, and the team itself. *Journal of Sport Management*, 29(3), 318–333. doi:10.1123/jsm.2013-0306
- Yoshida, M., James, J. D. ve Cronin, J. J. (2013). Value creation: assessing the relationships between quality, consumption value and behavioural intentions at sporting events. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 14(2), 51–73. doi:10.1108/IJSMS-14-02-2013-B005



Bölüm 6

MÜCADELE SPORLARINDA MÜSABAKA ANALİZ YÖNTEMLERİ JUDO ÖRNEĞİ

Şengül DEMİRAL¹

¹ Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Spor Bilimleri Fakültesi,
senguldemiral@trakya.edu.tr, ORCID ID: 0000-0001-9771-6846

GİRİŞ

Günümüzde dünya genelinde çeşitli fiziksel kültürler spor adı altında yapılmaktadır. Bu sporların neredeyse tamamı Batı'da ortaya çıktı ve dünyanın geri kalanına yayıldı. Ancak judonun tarihi yayılmacı modeli şaşırtmaktadır. On dokuzuncu yüzyılın sonlarına doğru Japon bir eğitimci, farklı dövüş sanatlarını birleştirerek Judo'yu bir spor olarak değil, bir 'yaşam biçimi' olarak kurdu. Bugün dünya çapında Olimpik bir spor olarak uygulanmaktadır (Santo, 2013).

Dünyada en popüler sporlardan biri olan judo bir mücadele sporudur. Sporcular judogi adı verilen kalın ceket ve pantolona benzeyen özel dikim alt giyerek yarışmaktadırlar. Bu özel kıyafetler farklı taktik-taktik yaklaşımlara izin verir (Amtmann ve Cotton, 2005). Bu nedenle müsabaka analizleri judo sporcularının ve antrenörlerinin başarılarında önemli yer almaktadır. Yaklaşık kırk yıllık bir süreci kapsayan judo müsabaka analizleri, antrenörlük uygulamaları ile bilimsel ilkelerin birbiriyle entegrasyonu ile karşımıza çıktığını gözlemekteyiz (Łaksa ve Siewior, 1972).

Uluslararası Judo Federasyonu (IJF) yarışma kurallarına göre judo maçlarında puan almanın ve maçı kazanmanın temel dört faktör vardır. Bu faktörlerin

- Nage-waza fırlatma teknikleri olarak yer alan bacak teknikleri (ashi-waza), kol teknikleri (te-waza), kalça teknikleri (koshi-waza) ve sırt üstüne yatarak yapılan teknikleri (sutemi-waza),
- Rakibi yerde hareketsiz tutan teknikleri (Osae-waza),
- Rakibin boğulma (Shime-waza) ve eklem kilitleme teknikleri (Kansetsu-waza) ile rakibin pes etmesi ve dördüncü; rakibin aldığı cezalar nedeniyle maçı sonlandırılmasıdır (IJF,2012; Miarka ve et al., 2014).

Judo müsabaka analizleri teknik ve taktik davranışları araştırmak ve atletik performansı geliştirmek için kullanılmaktadır. Bu çalışmalar ile bir sporcunun veya takımın tanımlayıcı bir profilini çıkarılmakta, sporcunun ve rakiplerinin eylemleri hakkında geri bildirim verilebilmektedir (Miarka, Hayashida, Julio, Calmet ve Franchini, 2011). Benzer şekilde Judo müsabaka analizleri spor becerilerinin gerçekleştirilme biçimini anlamak ve müsabaka içerisinde avantajı artırmak için temel veri sağlayabilir (Barris ve Button, 2008; Calmet, 2009).

Judo müsabaka analizlerinde, zaman yapısı, uygulanan tekniklerin ve yönlerinin sayısı, kavramanın (Kumi-kata) yönü ve bağlantı noktaları, puan alan atakların kalitesi ve kavrama formlarının gelişimi gibi bağlamsal faktörlerin bilgisi mücadele performansını etkilediği literatürde verilmektedir

(Calmet, Trezel ve Ahmaidi, 2006; Sterkowicz ve Franchini, 2001). Bu nedenle bu veriler judo müsabaka analizinin potansiyel olarak referans noktalarını oluşturmaktadır.

Ayrıca judo müsabaka analizinin de yaş grupları arasındaki zaman-hareket ve teknik-taktik analiz farklılıklarını inceleyen çalışmalarda, zaman-hareket göstergeleri, maç başına ve her mücadele/duraklatma döngüsüne göre toplam mücadele süresi, ayakta mücadele süresi, temassız yer değiştirme, kavrama (Kumi-kata) süresi, toplam teknik süresi, temel mücadele süresi ve duraklama süresinden oluşun referans noktaları kullanılmaktadır. Teknik ve taktiksel değişkenler de ise kullanılan teknikler, sağ-sol yönden ataklar gibi referanslar kullanıldığı görülmektedir (Miarka, 2014).

Spor ve teknolojinin bir araya geldiği tüm gelişmelere paralel olarak geliştirilen bilgisayar programları, büyük veri setlerinin çok hızlı ve daha doğru bir şekilde işlenmesini sağlamaktadır. Bu programlar ile farklı ülkelerdeki judo sporcularının ve takımlarının teknik-taktik davranışları araştırmak için kullanılmıştır (Lee, 2002).

Tüm bu gelişmelere rağmen, kadın ve erkek sporcuların cinsiyet kategorisi olarak incelendiğinde, judo sporunu yaklaşık kırk yıldan beri kadınların yapıyor olmasına rağmen kadın judo maçlarının analizden çalışmaların az oluşu dikkat çekicidir (Calmet, Trezel ve Ahmaidi, 2006; Franchini, Sterkowicz, Meira, Gomes ve Tani, 2008; Gutiérrez-Santiago, Prieto, Camerino ve Anguera, 2011).

Bununla beraber judo sporunun tarihsel ve sosyolojik gelişim süreci içerisinde erkekler ve kadınlar tarafından uygulanan judonun farklılaştığı literatür ile ortaya çıkartılmıştır (Miarka, Hayashida, Julio, Calmet, M., & Franchini, 2011).

Yukarıda verilen bu bilgiler ışığında judo müsabaka analiz performans göstergeleri, değerlendirilmesi ve çıkarımlarını derinlemesine verilecektir.

JUDO MÜSABAKA ANALİZ PERFORMANS GÖSTERGELERİ

1. Zaman-Hareket Performans Göstergeleri Ölçümleri

Judo maç analizinde zaman-hareket ölçümleri, toplam mücadele süresi, ayakta mücadele süresi, temassız yer değiştirme, kavrama (Kumi-kata) süresi, teknik süre, temel mücadele süresi ve duraklama süresinden oluşmaktadır (Miarka, Hayashida, Julio, Calmet ve Franchini, 2011; Miarka vd., 2012). Her mücadele aşaması, mücadeledeki başarıyı etkileyebilecek spesifik teknik-taktik eylemlerden oluşur. Literatürde bunlara performans göstergeleri adı verilmiştir ve bu değişkenler daha önce başka çalışmalar tarafından da tasarlanmıştır (Calmet vd., 2010; Franchini vd., 2008, Miarka vd., 2012).

2. Ceza Performans Göstergeleri Ölçümleri

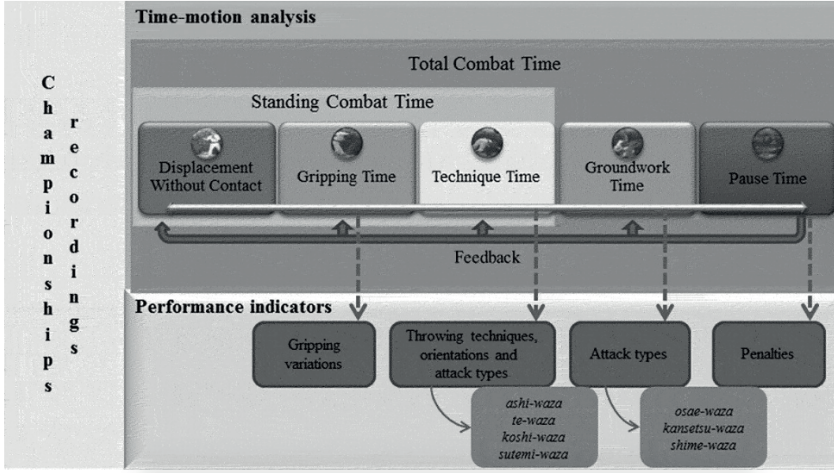
Cezaların sıklığını, uygulanan teknikleri, teknik yönelimleri, tutuş tipini ve bunların çeşitlerini içeren performans göstergeleri önlemleri önceki protokoller aracılığıyla tanımlandı ve analiz edildi. *Miarka, Hayashida ve diğerlerinin protokolü izlenerek*, her dövüşte hakemin sinyalasyonu üzerine ceza (Shido) frekansları not edilerek analiz sonuçları ele alınarak değerlendirilir (Miarka, Hayashida, Julio, Calmet ve Franchini, 2011).

3. Teknik yönelimlere göre Performans Göstergeleri Ölçümleri

Maç içerisinde atak & defans olarak farklı mücadele türleri (Franchini, Sterkowicz, Meira, Gomes ve Tani, 2008) ve yönelimleri (Calmet ve Ahmaidi, 2004; Calmet, M., Trezel, N ve Ahmaidi, 2006) kullanıldığı görülmektedir. Bu yönelimler sporcuların maç içerisindeki taktiksel ve stratejikselsel hücum sistemlerinin temel yönlerini göstermektedir (Calmet ve Ahmaidi, 2004; Calmet, Trezel ve Ahmaidi, 2006; Franchini, Sterkowicz, Meira, Gomes ve Tani, 2008). Bu faktörler sporcunun maç analizinin yapılmasında referans noktalar olarak kullanılmaktadır. Elde edilen analiz sonuçları, sporcunun performansını geliştirme sürecinde geri bildirim için çok önemlidir (Gutiérrez-Santiago, Prieto, Ayán ve Cancela, 2013). Ayrıca bu elde edilen analiz sonuçları, maçın içerisindeki mücadele sırasında meydana gelebilecek spor incinmelerin önlenmesi içinde önemlidir (Koshida, Deguchi, Miyashita, Iwai ve Urabe, 2010).

4. Kavrama (Kumi-kata) Yönelimlerine göre Performans Göstergeleri Ölçümleri

Literatürde tanımlandığı gibi kavrama yönelimi (kumi-kata), bir kavrama tipinin (Kumi-kata) başarılması ile rakip judogi üzerinde temasın olmaması arasındaki süre ile tanımlanmıştır (Calmet, Miarka ve Franchini, 2010). Kavrama yani Kumi-kata varyasyonlarının sıklığı, judogi 'nin yaka, kol, sırt, bel gibi segmentlerindeki kavrama çeşitleri ve kol ve kol, yaka ve yaka, yaka ve kol, sırt ve kol gibi kombinasyonlarının modifikasyonu yoluyla tespit edildi ve gözlemlendi. Sunulan tüm değişkenler önceki tavsiyelere uygun olarak her maçta veri toplama anahtar olarak kullanılmaktadır (Calmet, Miarka ve Franchini, 2010; Franchini, Sterkowicz, Meira, Gomes ve Tani, 2008; Miarka vd., 2012). Şekil 1 ' de tüm bunların bir araya getirilen bir çalışma tasarımı örneği verilmiştir.



Şekil 1.: Judo maçlarında ölçülen zaman-hareket ve performans göstergelerine ilişkin çalışma tasarım örneği (Miarka, 2014)

5. Zaman hareket analizi ve fizyoloji

Bir judo müsabakası içerisindeki zaman-hareket ve fizyolojik tepkilerin incelenmesi ve takibi antrenmanın planlanması için önemli verilerdir. Yapılan literatür çalışmaları bir judo maçı içerisindeki mücadele içinde efor-duraklatma oranı, 20sn'li ve 30'snlu efor periyotları ve 10sn'lu duraklamalarla birlikte 2:1 ile 3:1 arasında olduğunu olmasından dolayı judo mücadelesi anaerobik alaktik, anaerobik laktik ve aerobik sistem olmak üzere her üç metabolizmaya da dayandığı görülmektedir (Miarka vd., 2012; Franchini, Artioli ve Brito, 2013).

Anaerobik alaktik sistem; teknik uygulamalar sırasındaki kısa süreli güçlü eylemlerden kullanılır. Anaerobik laktik sistem ise daha uzun süreler boyunca yüksek yoğunluklu eylemlerin sürdürülmesinde (Kumikata-mücadelesi) kullanılır. **Aerobik sistem;** yüksek yoğunluklu eylemler ve maçlar arasındaki toparlanma süreçlerinden kullanılır. Yukarıda belirtilen veriler doğrultusunda sporcuların performans gelişimleri için dikkate alınmalıdır. Ayrıca sporcuların mevcut durumları kasa-özgü bir analizi performansı artırmak için doğru yaklaşımı yönlendirmeye katkı sağlayabilir (Blais, Trilles ve Lacouture, 2007; Marcon, Franchini, Jardim ve Neto, 2010; Franchini, Artioli ve Brito, 2013)

Yapılan çalışmalar, bir judo mücadelesinde alt vücut kısa süreli yüksek yoğunluklu hareketlerde görev alırken, üst vücut kas grupları hem kuvvet-dayanıklılık hem de güç eylemlerinde görev aldığı ve bu nedenle maç sırasında birçok kas grubu farklı hareketler yapmasından dolayı judoda da yüksek bir kardiyovasküler beceriye talep olduğu belirtilmektedir (Marcon, Franchini, Jardim ve Neto, 2010; Franchini, Artioli ve Brito, 2013)

Judo müsabakalarında algılanan fizyolojik yanıtları veri olarak toplamanın zorluğu nedeniyle aşağıdaki geliştirilen stratejilere göre çalışmalar yapıldığı görülmektedir (Artioli et al., 2012; Calmet, 2007).

- Elit judo sporcularının fiziksel uygunluk profillerini ile özellikle daha az başarılı olanlarla karşılaştırılması (Borkowski, Faff ve Starc-zewska-Czapowska, 2001; Franchini, Nunes, Moraes ve Del Vecchio, 2007; Spieser, Clijsen, Rucker, Cabri ve Clarys, 2012, Zaggelidis, Lazaridis, Malkogiorgos ve Mavrovouniotis, 2012)
- Judo maçlarının metabolik profillerini çıkarmak için zaman-hareket analizinin yapılması (Gutiérrez-Santiago, Prieto, Camerino ve An-guera, 2011; Marcon, Franchini, Jardim ve Neto, 2010; Miarka vd., 2012)
- Judo antrenmanı içerisinde fizyolojik ölçümler yapmak (Baudry ve Roux, 2009; Franchini, Artioli ve Brito, 2013)
- Gerçek yada simüle edilmiş judo maçları sırasında fizyolojik ve performans ölçümlerinin yapılması (Bonitch-Domínguez, Domínguez, Bonitch-Góngora, Padial ve Feriche, 2010; Bonitch-Góngora, Bonitch-Domínguez, Padial ve Feriche, 2012).

Değerlendirme Yöntemi

Miarka, Hayashida ve diğerlerinin protokolü izlenerek, her mücadele hakemin sinalizasyonu üzerine ceza (Shido) frekansları not edilerek analiz sonuçları ele alınarak değerlendirilir (Miarka, Hayashida, Julio, Calmet ve Franchini, 2011). Performans göstergeleri protokoller aracılığıyla tanımlanır ve analiz edilir. Tanımlanan protokol; daha sonra veriler gözlemci içi ve gözlemciler arası test prosedürleri aracılığıyla değerlendirilir. Gözlemciler arası karşılaştırmada, ilk uzman için rastgele biçimde 10 maç seçilir ve 20 sporcunun performansını analiz eder. ikinci uzman aynı şekilde 20 sporcuyu analiz eder ve üçüncü uzman aynı şekilde 20 sporcuyu analiz eder. Bu işlemden sonra son uzman aynı numuneyi gözlemci içi test için iki kez daha analiz edilir. Uyumluluğu doğrulamak için ortalamalar karşılaştırılır ve güven aralığının dörtte birlik kriteri oluşturulur. Burada uyum güçlü, orta veya zayıf olarak tanımlanır (Calmet & Ahmaidi, Alıntı2004).

SONUÇ - ÖNERİ

Gelecekte judo kurallarındaki değişikliklerin müsabaka analizine etkisinin coğrafi yayılımına göre yapılması, çalışması gereken konular olarak ele alına bilinir. Judo 'nun coğrafi yayılmasının stillerde nasıl değişikliklere yol açtığını, bunun sonucunda kuralları nasıl etkilediğini ve bu değişikliklerin teknik ve taktik, zaman-hareket müsabaka analizlerine etkisinin incelenmesi önerilebilir.

Sporcuların müsabakalar arasında zaman-hareket ve teknik-taktik özellikler üzerindeki koordinasyon dinamiklerini anlamak için spor bilimciler, antrenörler ve eğitimciler bu tür bilgileri kullanabilirler (Miarka, Vecchio, Camey ve Amtmann, 2016; Amtmann ve Spath, 2008; Anymann, 2010).

Judo sporunda elit ve yüksek performans sporcularının, judo müsabaka analizleri karşılaştırılması ile müsabaka içerisinde çok fazla fırlatma tekniğinin ve çok fazla hücum yönünün kullanılmasının, judo maçlarında ön görülemezliği artırdığı için (Franchini, Sterkowicz, Meira, Gomes ve Tani, 2008), judo maçlarında atakların yönünün teknik varyasyonların sayısının üst düzey sporcularda çocuklardan daha fazla olduğunu gözlemlemiş olması (Calmet ve Ahmaidi, 2004) gibi veriler, antrenör ve sporcuların bir judo maçı içerisindeki mücadele stratejilerini geliştirmeleri için kullanabilecekleri bir referans olarak görülebilir. Bu veriler judo antrenörlerinin mesleki yeterliliklerini geliştirmeleri için önemli bir referans olarak görülebilir.

Ayrıca judo antrenörlerinin mesleki yeterlilikleri, farklı ilgi ve ihtiyaçları teknik-taktik çalışmalarını etkilemektedir. Bu nedenle uzmanlar bunları göz önünde bulundurarak onlar tarafından belirlenen teknik-taktik analizleri için “performans göstergeleri” olarak adlandırılan kritik verileri tanımlamayı amaçlayan birçok çalışma yaptıkları görülmektedir (Nevill, Atkinson ve Hughes, 2008). Yine bu veriler judo antrenörlerinin mesleki yeterliliklerini geliştirmeleri için önemli bir referans olarak görülebilir.

Yapılan çalışmalarda kadın judo sporcularının müsabaka sırasında kullandıkları atak sayısı ile özgüven arasında bir ilişki olduğu ancak kadın judo sporcularında zaman-hareket analizine ilişkin bilgiler eksik olduğu gözlemlenmiştir (Matsumoto, Takeuchi, Nakajima ve Iida, 2000). Bu yaklaşıma göre antrenörler antrenman ve mücadele stratejileri geliştirmekte kullanabilirler. Bununla beraber teknik yönelimlerle ilgili olarak, teknik yönelimlerin ana ve sıralı yönler aracılığıyla gözlemlenme gerekliliğini belirtmiş oldukları da görülmektedir (Calmet ve Ahmaidi, 2004).

Yapılan çalışmalarda yer çalışmalarının (Ne-waza) daha çok sayıda teknik-taktik çalışmalarının bir judo maçı mücadelesinde rakibi kontrol altına becerisiyle ilişkili olduğu belirtilmektedir (Miarka vd., 2012). Simüle edilmiş judo maçları üzerinde yapılan analizler (Kirk, Hurst ve Atkins, 2015) ile gerçek turnuvalar sırasında bağlamsal eylemler hakkındaki bilginin önemini ortaya koyması açısından antrenman seansına özgüllük katmak için kullanılabilir (Del Vecchio ve Franchini, 2013). Bu bilgiler doğrultusunda antrenör ve sporcu yeni stratejiler geliştirerek rakibe karşı üstünlük sağlayıcı çalışmalar yaparak, strateji geliştirebilirler.

Diğer açıdan maç analizleri, mücadele hakkındaki bilgiler antrenman seansı sırasında sakatlanmaları önlemek için kullanılabilmesi için veri oluşturmaktadır (Salci, 2015; Hutchison, 2014; Bledsoe, 2006; Jensen, 2013). Han-

gi durum, pozisyon ve tekniklerin yapılmasında oluşabilen spor incinmeleri hakkında bilgi vermektedir. Sporcuların bireysel farklılık ve antrenman ve spor incinmeleri geçmişlerine göre antrenmanı yapılandırma fırsatı sunmaktadır.

Sonuç olarak; elde edilen analiz sonuçları, sporcunun performansını geliştirme sürecinde geri bildirimler, antrenman ve maçın içerisindeki mücadele sırasında meydana gelebilecek spor incinmelerin önlenmesi için önemlidir.

KAYNAKLAR

- Amtmann, J. (2010). Training volume and methods of athletes competing at a mixed martial arts event. *Intermountain Journal of Sciences*, 16(1-3 October), 51-54.
- Amtmann, J. A., Amtmann, K. A., & Spath, W. K. (2008). Lactate and rate of perceived exertion responses of athletes training for and competing in a mixed martial arts event. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 22(2), 645-647.
- Amtmann, J., & Cotton, A. (2005). Strength and conditioning for judo. *Strength & Conditioning Journal*, 27(2), 26-31.
- Barris, S. & Button, C. (2008). A review of vision-based motion analysis in sport. *Sports Medicine*, 38 (12):1025-1043.
- Baudry, S. & Roux, P. (2009). Specific circuit training in young judokas: Effects of rest duration. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 80, 146-152.
- Blais, L., Trilles, F. & Lacouture, P. (2007). Validation of a specific machine to the strength training of judokas. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 21, 409-412.
- Bledsoe, G. H., Hsu, E. B., Grabowski, J. G., Brill, J. D., & Li, G. (2006). Incidence of injury in professional mixed martial arts competitions. *Journal of sports science & medicine*, 5(CSSI), 136.
- Bonitch-Domínguez, J., Bonitch-Góngora, J., Padial, P., & Feriche, B. (2010). Changes in peak leg power induced by successive judo bouts and their relationship to lactate production. *Journal of Sports Sciences*, 28, 1527-1534.
- Bonitch-Góngora, J.G., Bonitch-Domínguez, J.G., Padial, P., & Feriche, B. (2012). The effect of lactate concentration on the handgrip strength during judo bouts. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 26, 1863-1871.
- Borkowski, L., Faff, J., & Starczewska-Czapowska, J. (2001). Evaluation of the aerobic and anaerobic fitness in judoists from the Polish national team. *Biology of Sport*, 18, 107-111.
- Calmet, M., & Ahmaidi, S. (2002). Technological tools usable for the observation of the high level Sport in the structures of training. *Expertise in Elite Sport*. Paris:INSEP, 12-15.
- Calmet, M., & Ahmaidi, S. (2004). Survey of advantages obtained by judoka in competition by level of practice. *Perceptual and Motor Skills*, 99, 284-290.
- Calmet, M., Miarka, B., & Franchini, E. (2010). Modeling of grasps in judo contests. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 10, 229-240.
- Calmet, M., Trezel, N., & Ahmaidi, S. (2006). Survey of system of attacks by judoka in regional and interregional matches. *Perceptual and Motor Skills*, 103, 835-840.
- Calmet, M. (2009). Analyse de séquences vidéos -Systèmes d'aides multimédias interactifs. Available: <<http://www.atlas.univmontp1.fr/main/document/document.php?cidReq=CALMET08277114722>> [Accessed in mar.11, 2009].

- Del Vecchio, F. B., & Franchini, E. (2013). Specificity Of High-Intensity Intermittent Action Remains Important To Mma Athletes'physical Conditioning: Response To Paillard (2011). *Perceptual & Motor Skills*, 116(1).
- Franchini, E., Sterkowicz, S., Meira, J.R.C.M., Gomes, F.R.F., & Tani, G. (2008). Technical variation in a sample of high level judo players. *Perceptual and Motor Skills*, 106:859-869.
- Franchini, E., Artioli, G. G., & Brito, C. J. (2013). Judo combat: time-motion analysis and physiology. *International journal of Performance Analysis in sport*, 13(3), 624-641.
- Franchini, E., Nunes, A.V., Moraes, J.M., & Del Vecchio, F.B. (2007), Physical fitness and anthropometrical profile of the Brazilian male judo team. *Journal of Physiological Anthropology*, 26, 59-67.
- Gutiérrez-Santiago, A., Prieto, I., Ayán, C., & Cancela, J. M. (2013). T-Pattern detection in judo combat: An approach to training male judokas with visual impairments according to their weight category. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8, 385-394.
- Gutiérrez-Santiago, A., Prieto, I., Camerino, O., & Anguera, T. (2011), The temporal structure of judo bouts in visually impaired men and women. *Journal of Sports Sciences*, 29, 1443-1451.
- Hutchison, M. G., Lawrence, D. W., Cusimano, M. D., & Schweizer, T. A. (2014). Head trauma in mixed martial arts. *The American journal of sports medicine*, 42(6), 1352-1358.
- International Judo Federation. (2012). Sports and organization rules of the International Judo Federation. Retrieved from <http://www.ijf.org>
- Jensen, P., Roman, J., Shaft, B., & Wrisberg, C. (2013). In the cage: MMA fighters' experience of competition. *The Sport Psychologist*, 27(1), 1-12.
- Kirk, C., Hurst, H. T., & Atkins, S. (2015). Measuring the workload of mixed martial arts using accelerometry, time motion analysis and lactate. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 15(1), 359-370.
- Koshida, S., Deguchi, T., Miyashita, K., Iwai, K., & Urabe, Y. (2010). The common mechanisms of anterior cruciate ligament injuries in judo: A retrospective analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 44, 856-861.
- Łaksa, C., & Siewior, S. (1972). Współczynniki skuteczności, aktywności i sposób ich wykorzystania przy obserwacji walk judo. *Biblioteka Trenera*, 4:13-20.
- Lee, A. (2002). Technique analysis in sports: a critical review. *Journal of Sports Sciences*, 20 (10):813-828.
- Marcon, G., Franchini, E., Jardim, J.R., & Neto, T.L.B. (2010), Structural analysis of action and time in sports: judo. *Journal of Quantitative Analysis in Sports*, 6, 1-15.
- Marcon, G., Franchini, E., Jardim, J.R., & Neto, T.L.B. (2010), Structural analysis of action and time in sports: judo. *Journal of Quantitative Analysis in Sports*, 6, 1-15.

- Matsumoto, D., Takeuchi, M., Nakajima, T., & Iida, E. (2000). Competition anxiety, self-confidence, personality and competition performance of American elite and non-elite judo athletes. *Research Journal of Budo*, 32, 12–21
- Miarka, B., Cury, R., Julianetti, R., Battazza, R., Julio, U. F., Calmet, M., & Franchini, E. (2014). A comparison of time-motion and technical–tactical variables between age groups of female judo matches. *Journal of sports sciences*, 32(16), 1529–1538.
- Miarka, B., Hayashida, C. R., Julio, U. F., Calmet, M., & Franchini, E. (2011). Objectivity of FRAMI-software for judo match analysis. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 11(2), 254–266.
- Miarka, B., Panissa, V., Julio, U. F., Vecchio, F. B. D., Calmet, M., & Franchini, E. (2012). A comparison of time-motion performance between age groups in judo matches. *Journal of Sports Sciences*, 30, 899–905.
- Miarka, B., Vecchio, F. B., Camey, S., & Amtmann, J. A. (2016). Comparisons: Technical-tactical and time-motion analysis of mixed martial arts by outcomes. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 30(7), 1975–1984.
- Nevill, A., Atkinson, G. & Hughes, M. (2008). Twenty-five years of sport performance research in the *Journal of Sports Sciences*. *Journal of Sports Science*, 26(4):413–426.
- Salci, Y. (2015). The metabolic demands and ability to sustain work outputs during kickboxing competitions. *International journal of performance analysis in sport*, 15(1), 39–52.
- Sato, S. (2013). The sportification of judo: global convergence and evolution. *Journal of global history*, 8(2), 299–317.
- Spieser, L., Clijisen, R., Rucker, A. M. L., Cabri, J., & Clarys, P. (2012), Anthropometrie der schweizerischen Junioren- und Elite-Judonationalmannschaft - eine deskriptive studie. *Sportverletz Sportschaden*, 26, 199–203.
- Zaggelidis, G., Lazaridis, S., Malkogiorgos, A., & Mavrovouniotis, F. (2012), Differences in vertical jumping performance between untrained males and advanced Greek judokas. *Archives of Budo*, 8, 87–90–90.



Bölüm 7

TÜRK SPOR KURUMU DERGİSİ'NDE VİLDAN AŞİR SAVAŞIR'IN ATLETİZM HAKKINDAKİ YAZILARI

Turan Sezan^{1}*

¹ Arş. Gör. Dr. Turan SEZAN, Mardin Artuklu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu/
Antrenörlük Eğitimi Bölümü, e-posta: turansezan@artuklu.edu.tr, ORCID: 0000-0003-4322-1703.

Giriş

Türkiye'nin ilk Beden Eğitimi öğretmenlerinden Vildan Aşır Savaşır, 1903 yılında İstanbul'da doğmuştur. Ailesi hakkında detaylı bir bilgi bulunmamakla birlikte babasının Hafız Aşır Efendi olduğu bilinmektedir. Galatasaray Lisesi'nde lise eğitimini bitirdikten sonra hukuk eğitimi almak için Fransa'ya gitse de beden eğitimine olan ilgisi sebebiyle hukuktan vazgeçmiş ve İsveç'e beden eğitimi öğrenimini almaya gitmiştir (Arun, 1998).

Vücut yapısı ve yetenekleriyle spora yatkın olan Savaşır, 2 arkadaşı ile birlikte 1925 yılında Millî Eğitim Bakanlığı tarafından İsveç Stokholm'daki Kraliyet Yüksek Beden Eğitimi Enstitüsü'ne gönderilmiştir. Burada Avrupalıların beden eğitimi konusunda uyguladıkları metotları öğrenerek ülkeye döndüklerinde bu metotlarla birlikte öğretmen yetiştirmek amacı ile gönderilmişlerdir. Diğer arkadaşları ise Nizamettin Kırşan ile Suat Hayri Ürgüplü'dür (Güven, 1996).

Ülkeye döndükten sonra Selim Sırrı Tarcan'ın açtığı jimnastik salonunda Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme Kursu'nda öğretmen olarak çalışmaya başlamış ve bizzat Cumhurbaşkanı Gazi Mustafa Kemal tarafından atanmıştır (Sarıyar, 2023). Kurslar 1930 yılında kapanana kadar çalışmaya devam etmiş ve Ankara Gazi İlk Öğretmen Okulu'na Beden Eğitimi Öğretmeni olarak atanmıştır. Okulun kapanmasıyla birlikte Galatasaray Lisesi'ne nakledilmiş ve 1934 ve 1935 öğretim yılında Ankara Gazi Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliğine atanmıştır. Sporun yayılması için çeşitli faaliyetlerde bulunmuş dergi çıkarıp, radyo yayınları yapmıştır. 1938 yılında kurulan Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü'nde müdür yardımcılığı görevlerinde bulunmuş ve 1945-1950 yıllarında Genel Müdürlüğü'nü yaparken eş zamanlı olarak da 1943-1950 yıllarında Türkiye Millî Olimpiyat Komitesi Başkanlığı yapmıştır. 1949 yılında Spor Toto fikrinin ortaya çıkmasını sağlayan Savaşır, 1950 seçimlerinde Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü görevinden alınarak Hasanoğlan Köy Enstitüsü Beden Eğitimi Öğretmenliğine atanmıştır. Bu durumu sindirememiş ve görevinden ayrılmıştır. UNESCO Türkiye Millî Komitesi Genel Sekreterliği'ni yürütmüştür (Arun, 1998). Görevi bittikten sonra da emekli olmuş 12 Aralık 1986 tarihinde İstanbul'da hayata gözlerini kapatmıştır.

Bu çalışmanın amacı Türkiye'de sporun gelişmesine ve yayılmasına katkı sunan ilk beden eğitimi öğretmenlerinden olan Vildan Aşır Savaşır'ın Türk Spor Kurumu Dergisi'nde yer alan yazılarından atletizm ile ilgili görüşlerini ortaya koymaktır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi tekniği kullanılmıştır. Vildan Aşır Savaşır'ın Türk Spor kurumu Dergisi'nde 40 civarı yazısı olduğu tespit edilmiştir. Atletizm konusu haricinde sporun çeşitli branşları ile ilgili yazılar da kaleme almıştır.

1. Türk Spor Kurumu Dergisi

Türkiye’de sporun örgütlü bir şekilde sevk ve idaresini sağlayan Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı (TİCİ) son 13 Nisan 1936 yılında toplanan VIII. Kongresi’nde ismini “Türk Spor Kurumu”, olarak değiştirmiştir. Amacı Türkiye’de sporun milli ve fenni esaslara göre yayılmasına hizmet etmek, ayrıca temiz ahlaklı, sağlam bünyeli, vatanını ve Cumhuriyeti koruyan gençler yetiştirmek olan Türk Spor Kurumu (TSK) Cumhuriyet Halk Partisi’ne bağlanmıştır (Ekinci ve Serarslan, 1977).

TSK’nın faaliyetlerini duyurmak için önemli bir rol oynayan Türk Spor Kurumu Dergisi, TSK’nın yayın organı olarak 1936 ve 1938 yılları arasında 122 sayı yayımlanmıştır. Dergi her hafta pazartesi günleri çıkarken sayfa sayısı 16 ile 22 sayfa arasında değişiklik göstermiştir (Sarıyar, 2024). İlk sayıda maksadımız başlığı altında ilkelerini belirterek derginin, TSK’nın fikirlerini yaymak amacı güttüğüne değinilmiştir. Dergi bütün spor kulüplerine, ajanslara, bölgelere, halkevlerine ve mekteplere gönderilmiştir (Gökbulut, 2023).

Derginin müdürü Nasuhi Baydar ve Yazı İşleri Müdürü ise Nizamettin Kırşandır. Ulus Basımevinde basılan dergi, 5 kuruş olarak satışı sunulmuş ayrıca abone olanlara seneliği 250 kuruş ile 6 aylığı 130 kuruş olarak belirlenmiştir. Derginin adresi Türk Spor Kurumu Genel Merkezi’nin açık adresi olarak gösterilmiştir. Derginin baskısı siyah-beyaz renk olarak tasarlanmış fotoğraflara sıklıkla yer verilerek görsellik ön planda tutulmuştur. Derginin yazar kadrosu spor camiasından da bilinen önemli isimlerden oluşmuş ve misafir yazarlar da yer almıştır. Yabancı yazarların çevirilerine yer verilmekle birlikte yazı kadrosunda yer alan bazı önemli isimler şu şekildedir: Behçet Kemal Çağlar, Falih Rıfkı Atay, Fuat Pura, Galip Ata, Hüseyin Namık Orkun, Nasuhi Baydar, Dr. Niyazi Erzin, Nizamettin Kırşan, Selim Sırrı Tarcan, Server Ziya Gürevin ve Vildan Aşir Savaşır.

Derginin içeriğinde haberler başta olmak üzere makale, biyografi, araştırma, faaliyet, konferanslar, radyo yayınları, köşe yazıları, resmi duyuru, tebrik, tebliğ, kutlama, anma, tefrika, alıntı, hikâye, tanıtım, çeviri ve gezi formatında birçok metin yayımlanmıştır (Gökbulut, 2023). TSK’nın yayın organı olması hasebiyle ve göstermiş olduğu hedefe ulaşabilmek adına spor politikalarını yazılarına yansıtması ve sporla ilgili hemen her konuya ışık tutmuştur (Eken 2020).

1936 ile 1938 yılları arasında 122 sayı olarak çıkan dergi 1938 yılının Kasım ayındaki son sayısı ile yayın hayatına veda etmiştir. Eş zamanlı olarak da TSK, yerini 3530 Sayılı Kanun’la tam bir devlet otoritesi olan Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü’ne bırakmıştır (Ekinci&Serarslan, 1997).

2. Türk Spor Kurumu Dergisi'nde Vildan Aşır Savaşır'ın Atletizm Hakkındaki Yazıları

Vildan Aşır Savaşır, TSK Dergisi'nde spor ile alakalı 40'ın üzerinde yazı kaleme almıştır. Savaşır, dergide yazılar yayınlarken aynı zamanda atletizm federasyonu başkanlığını da yürütmüştür. Bu sebeple atletizm, onun hayatında önemli bir yer tutmaktadır. Dergideki ilk yazısı derginin 29.06.1936 tarihli 1. sayısı ile başlamıştır. Savaşır'ın üzerinde en çok durduğu konu mekteplerde beden terbiyesi ile atletizm olmuştur.

29.06.1936 tarihli sayısında iki farklı başlık altında ele aldığı çalışmalarını öncelikle "Mektep ve Spor" ile "Futbol" konusu olmuştur. Savaşır, "Mektep ve Spor" makalesinde okulların çocukların gelişmesine olan katkısından bahsederken okullardaki beden terbiyesi derslerinin önemine vurgu yapmıştır. Türkiye'de mekteplerde verilen beden terbiyesi derslerinin yeni yetişen neslin ihtiyaçlarını karşılamayacağı görüşünü şu sözlerle savunmuştur:

"Danimarka mekteplerinde jimnastiğin diğer derslerin arasına resmen 1804'te, yani bundan 132 yıl evvel girmiş ve 1814 tarihini taşıyan tedrisatkanunu ile katiyet kesp etmiş olmasına İsveç'te jimnastik ve spor muallimi yetiştirmek için çalışan yüksek mektebin 1813 de açılmış "bulunmasına karşı dünyanın birçok yerlerinde de bu hayati ihtiyaç ancak zamane temposuna uymak kaygısı ile yeni yeni düşünülmeğe başlanmıştır. Bizim mekteplerimizde bugün beden terbiyesi için ayrılan zaman şöyle taksim edilmiştir: İlk mekteplerde 1- 2 ve 3'üncü sınıflarda hafta da 2 saat. İlk mekteplerde 4 ve 5 inci sınıflarda haftada 1 saat. Orta mekteplerde bütün sınıflarda haftada 1 saat. Liselerde bütün sınıflarda haftada 1 saat. Yüksek mekteplerde (Tarım Enstitüsü hariç) hiç yok. Demek çocuğun disiplinli bedeni faaliyete, bilen adamın gözü önünde tabi olacağı zamanın bütün tahsil boyunca vasatı değeri haftada bir saati geçemiyor. Ne kadar lehte düşünmek istersek isteyelim bu müddeti 17 milyon Türk'ün okuma çağında olan çocuklarının sağlık durumları üzerinde müessir olabilecek bir kıymet diye kabul etmemize imkân yoktur. Buna salon, saha ve vesait ilâve edecek olursak bu günkü vaziyet için daha belîğ bir ölçü elde etmiş oluruz. Kâğıt üzerinde bile büyük bir varlık olamayan bu imkânın yeni yetişen neslin bedeni kabiliyetlerini inkişaf ettirecek bir kudret olabileceğine inanmak bir az güç olur."

Savaşır'a göre ilk okullarda verilen beden terbiyesi dersi ne yazık ki sadece düdüğün çalması ile başlayan, çocukları sıraya dizip birkaç hareket yaptırmaktan öteye gitmeyen bir müfredata sahiptir. Orta okul ve liselerde ise senenin müsait mevsimlerinde talebe birçok yerlerde gündelik kılığı ile mektebin bahçesinde toplanır, kumanda ve sayı ile bazı tahlili ve gene tahlilden toplanarak yapılmış terkibi hareketler yapar, vazifeten oynar ve sene sonunda da jimnastik şenliklerine hazırlanır. Bu faaliyetin maksada ve gayeye uygun olup olmadığı tartışmalıdır. Ona göre yetişen yeni neslin, milli bünye ve ce-

miyetin yeni isteklerine göre maddi ve manevi bütün kuvvetlerle bezenmiş olarak yetiştirmek için yapılacak daha önemli işler vardır. Diğer yazılarında bunlardan bahsedeceğini dile getirmiştir (Savaşır, 29.06.1936).

Savaşır'a göre mektepte yapılan sporlar, öğrencilerin disiplin ve terbiyesi açısından son derece önemlidir. Burada yapılan sporları kazanç elde edilen sporlardan tamamen ayrı tutmuştur. Mektepte yapılan sporların belirli bir amacı ve pedagojisi vardır diyerek sözlerini şu sözlerle tamamlamıştır: “Mektep sporu bugün birçok mekteplerimizde olduğu gibi tembellek ve karışıklık unsuru değil mektebin terbiye ve tedrisi faaliyeti için değerli bir yardımcıdır. Disiplini, topluluk terbiyesini, temizliği, muntazam yaşama itiyatlarını Türk yiğitlerinin temiz ahlaklarını Türk çocukları mektep sporundan öğreneceklerdir.” (Savaşır, 11.01.1937).

Savaşır, derginin 30. Sayısından başlamak üzere art arda 31,32 ve 33. Sayılarında yazı dizisi şeklinde “Mektepte Kır Koşuları” başlığı altında yazı dizisi yayınlamıştır. Savaşır'a göre kış ayları mektep sporları için en uygun zamanlardır. Çünkü atlet kışın kuvvetlenir, çeviklik idmanlarını kışın yapar, hususî bir yetişmeyi isteyen adale değerlerini kışın yükseltir, bir kelime ile, kendisini pist idmanlarına kışın hazırlar. Büyük takım oyun ve sporları, karlı bölgelerde kayak ve kızak sporları tenevvün değerini iyice ölçen bir öğretmen için tükenmez bir kaynaktır. Fakat bunları yaparken öğrencileri bıktırmamak lazımdır. Özellikle dilimize “kır koşusu „ adı ile geçen “Cross „ lar mektepler için maddi ve manevi hiçbir yükü istemeyen bir çalışma yoludur. Her türlü yapmacıktan uzakta ve tabiatın kucağında yapılan bu koşuların mektep gençliği için sayısız faydaları vardır. Çocuğun kuvvetlenmesini, cesaretinin artmasını, tabiatı ve tabiatın karşısında kendi kuvvetlerini tanımalarını öğretmen bu koşuların mektebe uydurulması pek kolaydır. Çocuklar da hiçbir suniliğin damgası taşımayan bu sporu kolayca benimserler ve severler (Savaşır, 25.01.1937, s. 6-7).

Okullarda verilen spor eğitiminin üzerinde fazlasıyla duran Savaşır, yukarıda da bahsedildiği gibi Mektepte Kır Koşuları (Savaşır, 01.02.1937, 08.02.1937, 15.02.1937), Mektepte Spor Oyunları (Savaşır, 22.02.1937, 01.03.1937, 15.03.1937, 22.03.1937), diye art arda yazı dizileri yayınlamış, mektepte çocuklara öğretilen oyunlar hakkında bilgiler vermiştir. Bu yazılarında en çok atletizm üzerinde durmuştur. Bunların yanı sıra futbol, voleybol, basketbol gibi bilindik spor oyunlarından ziyade o dönem ülkede daha az bilinen beyzbol, uzuntop gibi oyunların taktik ve kurallarını anlatarak, okullarda oynanması için tavsiyelerde bulunmuştur. Bunları yaparken ise oyunların çocukların seviyesine göre indirilerek oynanmasını desteklemiştir.

Savaşır, daha önceden de zikredildiği gibi dergiye yazılar yazarken aynı zamanda atletizm federasyonu başkanlığını da yürütmüştür. Atletizmi dışardan bakan herkesin mucizeymiş gibi yani yapılması çok zor gördüğünü,

alışmadan bundan zevk alınmayacağını düşünmenin ne kadar yanlış olduğunu anlatmıştır. Ayrıca atletizmi lüks sporu olarak değil bir ihtiyacın karşılığı diye ele alıp onu en küçük kasabaya, köye kadar sokmanın yollarını bulmak gerektiğini, gençliğin olduğu kadar yaşlıların da alâkasını bu mevzu üzerinde toplamaya gayret etmek gerektiğini vurgulamıştır. Savaşır'a göre atletizmin temel spor olarak kökleşebilmesi için ise bu branşa belediyeler, mektepler ve devlet otoriteleri alâka göstermelidir (Savaşır, 26.10.1936).

Savaşır, her sporun bir mevsiminin olduğu kanaatindedir. Çünkü ona göre “mevsim telakkisi basit bir anane hissinden doğma bir şey değildir. Tecrübe sporları mevsimlere göre uzviyetin ihtiyaçlarına adali cehdin tahammülünün derecelerine değişik hava şartlarının bu adali ve fizyolojik cehdin nasıl tesir ettiğine göre taksim etmiştir.” derken yaz girerken “mektepe için en güzel ve en az tesisat isteyen basit atletizm çalışmalarına başlamak için en mükemmel mevsimdir.” sözleriyle atletizmin bu mevsimde daha güzel yapılacağını anlatmıştır (Savaşır, 05.04.1937). Ardından bundan sonraki yazılarını atletizmle ilgili yazı dizisi şeklinde yayınlacağını duyurmuştur. Savaşır, bu yazılarında şu soruların cevaplarını vermeyi amaçlamıştır: Sürat koşulları nasıl koşulardır? Uzviyet üzerinde tesirleri nedir? Çocuklara yarar mı? Bunun istilni çocuklara öğretmekte ne fayda vardır? Çocuklar hangi mesafeler üzerinde sürat koşarlar? Bu mesafeler yaşlara göre nasıl ayrılır... Kız çocuklar için düşünülecek neler vardır? (Savaşır, 05.04.1937, s. 6).

Savaşır, yukarıdaki soruların cevabını her hafta cevaplamaya çalışmış ve atletizm hakkında yazı dizisi oluşturmuştur. Bu bağlamda ilk yazısı “Mektepte Atletizme Başlarken” konulu yazısıdır. Ona göre her sporun kendine göre birtakım tabirleri vardır. Sporun konuşulduğu yerde akla gelen 3 şey ise Kondisyon (Condition), Form (Forme), Stil (Style)'dir. Kondisyon kelimesinin lügat manası şarttır. Bu şart sporcunun iyi derece alabilmesi için içinde bulunmaya mecbur olduğu sıhhat şartıdır. Sporcu kendi sporunu muvaffakiyetle yapabilmesi için bir takım unsuri kabiliyetlere muhtaçtır. Güreşçinin tam ağırlığında kuvvetli, sıhhatli çevik ve becerikli olması onun tam kondisyonunda yani fizyolojik vazifelerin görülecek işi başarabilmek için tam ve ahenkli bir muvazene halinde olması demektir. O halde kondisyonda olmak için sporcunun tamamı ile “entraînö,, antrene, idmanlı olması lazımdır. Bu da sporcunun lisanında muayyen bir hareketin yapılmasında yüksek bir enerji kuvvet, isabet ve dayanıklılık temin eden hazırlık demektir. Fakat fizyoloji nazarında bunun daha geniş bir manası vardır. Entraînement, antrenman tam olan sporcu;

a. Adali yorgunlukların unsurunun biriktirdiği vücut zehirlerini daha kolaylıkla defeder.

b. Besleme fili daha muvazenedir. Dada muntazam ve daha canlı olan devran enerji değiştirme rolü oynayan uzviyeti daha iyi besler.

c. Adale sistemi daha kudretlidir, adale kümesi daha büyüktür.

d. Uzvi vazifelerde tam bir ve muvazeneli ahenk vardır. Bunun neticesi olarak sporcu sıhhatini, ağırlığını ve kuvvetini muhafaza eder. O halde mektep çocuğu yeni heves ettiği atletizmde muvaffak olmak için kondisyon aramayacak, günün birinde tam kondisyoncu olmak için spor yapacaktır. Spor onun seviyesine erecek ve onun sıhhat, kuvvet ve dayanıklılık derecesi ile birlikte yükselecektir” (Savaşır, 12.04.1937).

Yazı dizisinin devamında ise yine aynı başlığı verdiği “Atletizme Başlarken Sürat Koşuları” isimli yazısında (Savaşır, 19.04.1937), özellikle çocukların sürat koşularında uzun mesafelerde koşmasını uygun görmemiştir. Hatta bunu Fransız ilim adamı M. Boigey’in görüşü ile desteklemiştir: “Boigey çocukların koşularından bahsederken şöyle diyor: 800 ve 500 metre üzerinde koşan 14 ve 15 yaşında çocuklar gördüm. Muvasalat hattında idim. Heyhat! Ekserisinin kanı kaçmış, renkleri solmuştu. Tıkanacak halde idiler: İçlerinden birinin kalbi 200 bir diğerinin daha fazla vuruyordu. Çocukların kalplerinin her işe kolayca intibak eden fevkalâde bir elastikiyeti olduğunu bilirim. Fakat diğer taraftan kalbin kendi yapısını bozarak tegaddî fiilini, teşviş etmek ve büyümeyi durdurmak için de bu nevi dereceleri “performances, sık sık tekrar etmeğe ihtiyaç olmadığını da bilirim.” Diyerek çocukların uzvuna uyacak sürat mesafeleri yaşlarına göre şu şekilde olması gerektiğini vurgulamıştır (Savaşır, 19.04.1937):

20----40metre

30----50metre

50----70metre

60----100metre

Savaşır, atletizm ile ilgili önemli bilgiler vermeye diğer yazı dizilerinde de devam etmiştir. İlk yazısının ardından diğer yazıları sırasıyla şu şekildedir: “Atletizme Başlarken Sürat Koşuları II” (Savaşır, 26.04.2024), “Atletizme Başlarken Sürat Koşuları III” (03.05.1937, s.3), “Mektep Atletizmi Sürat Koşularında Çıkış IV”, (Savaşır, 10.05.1937, s.), “Atletizm Haberleri: Atletin Dinlenme ve Kış Çalışmaları”, (Savaşır, 18.10.1937, s. 5), “Atletizm Bahisleri: Atletik Dinlenmesi ve Kış Çalışmaları”, (Savaşır, 25.10.1937, s. 4), “Atletizm: Atletin Dinlenmesi ve Kış İdmanları III”, (Savaşır, 08.11.1937, s. 10-11), “Atletin Kış İdmanları V”, 22.11.1937, s. 10-15).

Savaşır, bu yazılarında sürat koşularının nasıl yapılması gerektiği hakkında teknik ve taktik içeren bilgiler vermiştir. Örneğin sürat koşularına çıkarken dikkat edilmesi gereken hususları tek tek sıralamıştır. Buna göre; “her insan koşar ve koşuya başlamadan evvel kendisine şöyle bir çeki düzen verir ondan sonra da birden koşmağa başlar. Ne kadar cehdederse etsin. Ne

kadar acele ederse etsin göze çarpacak en bariz nokta koşunun bu iş başlayıp sonra gittikçe hızlandığıdır. Surat koşularında bu gittikçe hızlanmayı bekleyecek zaman yoktur. Mesafe kısadır. Zaman dardır. Bu mesafeyi bu zamana sığdırmak lâzımdır. Onun için dört ayak vaziyetinde (yatık çıkış) kullanılır. Bu çıkış rast gele yapılamaz. Bunun için uzun idman ve hazırlık lâzımdır. Çıkışta vücudu kuvvetle ileri atabilmek için yapılan şiddetli ve seri hareketin bu harekette dayandığı ve başladığı nokta olan ayaklara sağlam birer istinat sathı temin etmek lâzımdır. Bunun için içerisine birer ayağın çıkabileceği iki çukur kazılır ve çıkış bu çukurların içerisinden yapılır.” Diyerek koşularda nasıl çıkış yapılması gerektiğini anlatmıştır (Savaşır, 03.05.1937).

Savaşır, Türkiye’de atletizmin yayılması için önemli çalışmalar yapmıştır. Fakat buna rağmen atletizm konusunda gelinen yerden çok da memnun değildir. Bu konuya eleştirel bir bakış ile şu sözleri sarfetmiştir: “Biz yıllarca atletik sporları bizden başka kimsenin bilmediği bilemediği ve bilemeyeceği muazzam teknik bilginin titizliği altında sıkıca örtüp bastırdıktan sonra bunun etrafında bizden başka kimsenin anlayamayacağı kuş dili gibi garip teknik dili konuştuk. İnsanın kötürüm olmamak şartı ile en tabii hareketleri olan koşuyu atmayı ve atlamayı kendi isteğimizle ilmi simya hibi içerisine girilmesi güç bir dava haline getirdik. Bu teknik titizlik bizi işe başlamak için ya yerimizi ya yerimizi dar etti. At bulduk, meydan yoktu; meydanı bulunca da atın hevesi çoktan tükenmişti. Bugün şöyle bir kalkınmayı kendisine vazife edinen TSK karşısında o da yalnız İstanbul’da tek başına idman etmiş, kendi kendilerine heves ederek teşviksiz müsabakasız kendi öz emekleri ve kabiliyetleri ile yetmiş beş on atletten başka varlık göremedi. Bugünün şartları altında kulüplerimizden atletimizi yeniden yaratacak kadar kuvvetli bir hamle beklemek uzak bir ihtimal gibi görünüyor. Buna pek hevesli olduklarını gösteren işaretler de maatteessüf pek bol değil. O halde ne yapmalı, onların insafa gelmesini mi beklemeli! Spor rekabetini doğuracak kulüp dedikodusundan daha başka bir şey tasavvur edilemez mi? diyerek kulüplerin atletizm konusuyla çok ilgilenmediğini ve bu işi gençlerin kendi çabalarıyla ortaya koyduğunu ifade etmiştir (Savaşır, 24.05.1937).

Atletizm yazı dizilerini de bitirdikten sonra spor tarihine katkı sağlamak amacıyla Eski Yunanlarda spor, disk ve cirit atma, olimpiyatlar ve izcilik tarihi ile ilgili yazılar kaleme almış ve bu alanlar hakkında detaylı bilgiler vererek, sporun toplumun her kesimine yayılması adına çaba göstermiştir.

Sonuç

Vildan Aşır Savaşır, Türkiye’de beden eğitiminin gelişmesinde ve yayılmasında önemli rol oynamış beden eğitimi öğretmenlerinden biridir. Sporun devlet otoritesi ile teşkilatlanmasında etkili olmuştur. Çeşitli gazete ve dergilerde spor ile alakalı yazılar yazmıştır. Türk Spor Kurumu Dergisi’nde yazılarını yazarken aynı zamanda da Atletizm Federasyonu başkanlığını yürütmüştür.

Türk Spor Kurumu Dergisi'nde beden terbiyesine yönelik politikaları yazılarına taşıyan Savaşır en çok atletizm konusu üzerinde durmuştur. Kendisinin federasyon başkanlığını yürütmesi yazılarının atletizmi merkez almasında etkili olmuştur.

Savaşır'ın, dergideki yazılarında atletizmle ilgili bütün teknik ve taktik bilgileri bulmak mümkündür. Ayrıca okullarda çocuklara atletizm derisi verilmesi gerektiğinin üzerinde ısrarla durmuştur. Çünkü özellikle güçlü ve sağlık nesillerin yetişebilmesi için beden hareketlerinin önemli olduğuna inanmıştır. Aynı zamanda sağlıklı bir yaşam için koşmanın yararına değinmiştir. Fakat bunları yaparken de herkesin yaş grubuna göre uygun mesafe ve hızda koşması gerektiğinin altını çizmiştir.

Savaşır, atletizmin ülkede yayılması konusunda çabalar yürütürken kulüplerin bu konu hakkında çok ilgisiz olduğunu eleştirmiştir. Atletlerin bir kulübe üye olmaktan ziyade kendi çabaları ile müsabakalara katıldığını ve kendi imkanları dahilinde antrenman yaptıklarını dile getirmiş ve bu atletlere spor kulüplerinin sahip çıkması gerektiğini ifade etmiştir.

Atletizmin yanı sıra farklı branşlar hakkında yazılar da kaleme almıştır. Okullarda oynanan oyunlardan, Eski Yunan spor tarihine, olimpiyatlara ve birçok spor dalları hakkında okuyuculara teknik bilgiler sunmuştur. Aynı zamanda gençleri de spora özendirerek yurt içinde ve yurt dışındaki müsabakalarda başarı kazanılmasında etkili olmuştur.

KAYNAKÇA

- Arun, A. C. (1998). "Cumhuriyet Döneminde Türkiye'de Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirmede Öncü S. S. Tarcan'dan Sonra Kuşaktan Vildan Aşır Savaşır", Spor ve Bilim, 8(20), 9-12.
- Eken, F. (2020). "İlk Resmi Spor Dergisi: Türk Spor Kurumu Dergisi'ne Bir Bakış (1936-1938)", Belgi Dergisi, C.2, S.20, Pamukkale Üniversitesi Atatürk İlkeleri ve İnkılâp Tarihi Araştırma ve Uygulama Merkezi Yayını, Yaz 2020/II, ss. 2537-2552.
- Ekinci, G. & Seraslan, M. (1997). Gelişim Aşamaları Bakımından Türk Spor Teşkilatı ve Değerlendirmesi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2 (3), ss.72-81.
- Gökbulut, G. (2023). Cumhuriyet'in Resmî İdeolojisinin İnşasında Türk Spor Kurumu Dergisi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacı Bayram Veli Üniversitesi.
- Güven, Ö. (1996). "Türkiye'de Cumhuriyet Döneminde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni Yetiştiren Okulların Eğitimini Hazırlayıcı Çalışmalar". Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(2), ss. 70-82.
- Sarıyar, S. C. (2023). "Spor Tarihine Bir Katkı: Akis Dergisinde Vildan Aşır Savaşır ve Spor Hakkındaki Tenkitleri", Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Dergisi, C.2, S.3, ss. 231-244.
- Sarıyar, S.C. (2024). "Behçet Kemal Çağlar'ın Türk Spor Kurumu Dergisi'nde Yer Alan Spora İlişkin Görüşleri", Korkut Ata Türkiyat Araştırmaları Dergisi, S.14, ss. 314-327.
- Savaşır, V. A. (01.02.1937). Mektepte Kır Koşuları. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 3.
- Savaşır, V. A. (01.03.1937). Mektepte Spor Oyunları. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 4.
- Savaşır, V. A. (03.05.1937). Mektep ve Spor: Atletizme Başlarken Sürat Koşuları III. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 3.
- Savaşır, V. A. (05.04.1937). Mektep ve Spor: Atletizm, Mektebin Sporudur. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 6.
- Savaşır, V. A. (08.02.1937). Mektepte Kır Koşuları III. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 4-5.
- Savaşır, V. A. (10.05.1937). Mektep ve Spor: Mektep Atletizmi Sürat Koşularında Çıkış IV. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 3-7.
- Savaşır, V. A. (11.01.1937). Spor Mektebin Yardımcısıdır. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 4.
- Savaşır, V. A. (12.04.1937). Mektep ve Spor: Mektepte Atletizme Başlarken. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 12-13.
- Savaşır, V. A. (15.02.1937). Mektepte Kır Koşuları III. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 4.
- Savaşır, V. A. (15.03.1937). Mektepte Spor Oyunları. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 3.
- Savaşır, V. A. (18.10.1937). "Atletizm Haberleri: Atletin Dinlenme ve Kış Çalışmaları".

Türk Spor Kurumu Dergisi, 5.

Savaşır, V. A. (19.04.1937). Mektep ve Spor: Atletizme Başlarken Sürat Koşuları. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 3.

Savaşır, V. A. (22.02.1937). Mektep Spor: Mektep Oyunları. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 7.

Savaşır, V. A. (22.03.1937). Mektep ve Spor: Mektepte Spor Oyunları II Uzun Top. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 3-10.

Savaşır, V. A. (22.11.1937). "Atletizm: Atletin Dinlenmesi ve Kış İdmanları III". *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 10-15.

Savaşır, V. A. (24.05.1937). Atletik sporlara Başlarken. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 9.

Savaşır, V. A. (25.01.1937). Mektepte Kır Koşuları. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 6-7.

Savaşır, V. A. (25.10.1937). "Atletizm Bahisleri: Atletik Dinlenmesi ve Kış Çalışmaları". *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 4.

Savaşır, V. A. (26.04.1937). Mektep ve Spor: Atletizme Başlarken Sürat Koşuları II. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 3.

Savaşır, V. A. (26.10.1936). Sporu Beslemek Lazımdır. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 6.

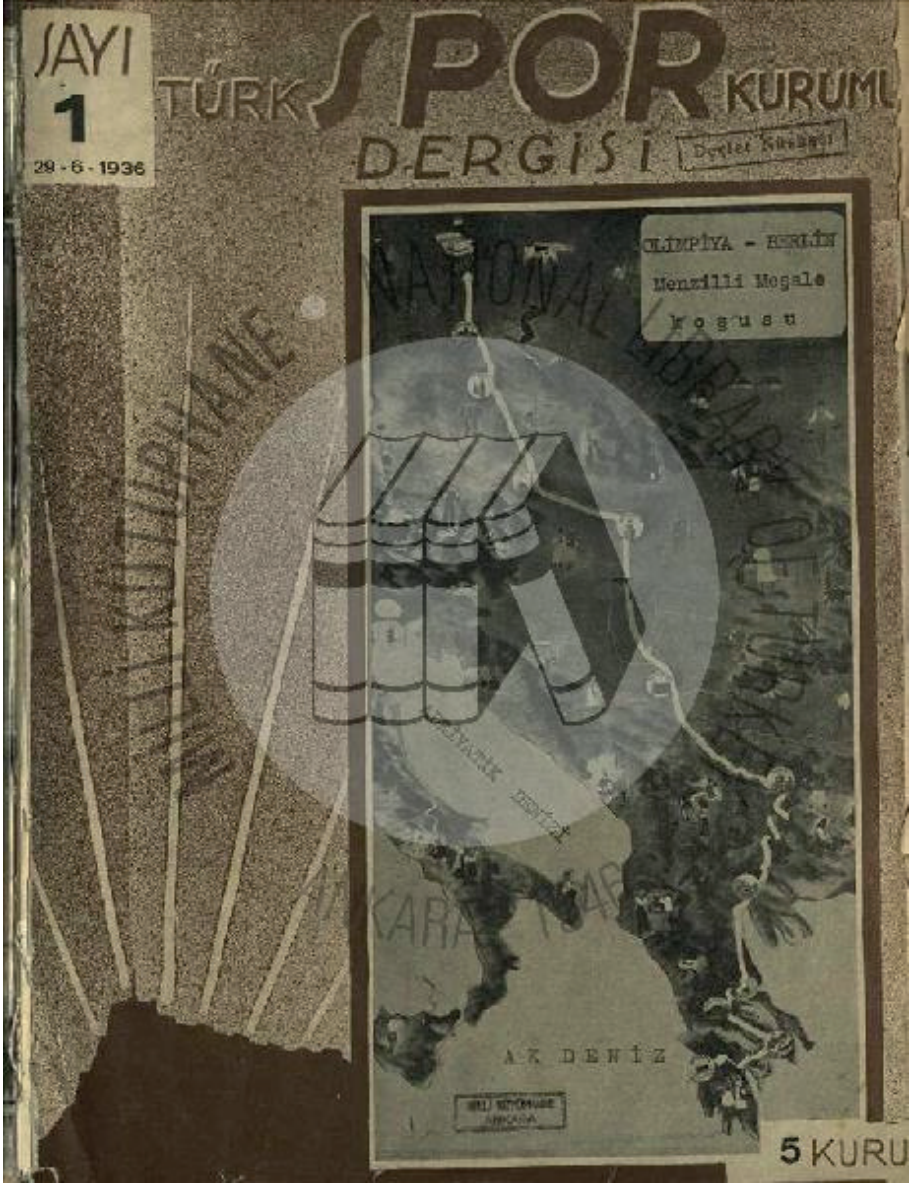
Savaşır, V. A. (29.06.1936). Mektep ve Spor. *Türk Spor Kurumu Dergisi*, 12.

EKLER

Ek. 1. Vildan Aşir Savaşır, (<https://shgm.gsb.gov.tr/Sayfalar/219/110/vildan-asir-savasir.aspx>), Erişim Tarihi 03.02.2024.



Ek.2. Türk Spor Kurumu Dergisi Kapak Sayfası





Bölüm 8

KADIN SPORCU TRIADI

Esmâ DANA¹

Nimet HAŞIL KORKMAZ²

Selen UĞUR MUTLU³

1 Doktora Öğrencisi, Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, bilgin003.eb@gmail.com ORCID: 0000-0003-1688-1589

2 Prof. Dr. , Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, nhasil@uludag.edu.tr ORCID: 0000-0001-7648-3289

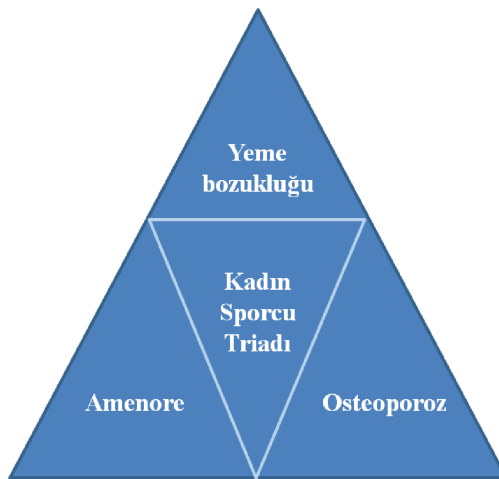
3 Arş. Gör. , Uludağ Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor, selenugur@uludag.edu.tr ORCID: 0000-0002-3052-9066

1. GİRİŞ

Türkiye’de 07.03.2024 tarihi itibarıyla 15 milyon 325 bin 8 lisanslı sporcu bulunmaktadır. Bunlardan 6 milyon 389 bin 265’ini kadınlar oluşturmaktadır ve son 10 yıl içinde lisanslı kadın sporcu sayısının 5 milyondan fazla arttığı belirtilmektedir (gsb.gov.tr). Ülkemizde olduğu gibi dünya genelinde de kadın sporcu sayısı artmış, 2021 Tokyo Olimpiyatları’nda çeşitli spor dallarında yarışan kadın sporcular tüm sporcular arasında %48,8 gibi rekor bir orana ulaşmıştır. (Uchizawa ve ark., 2022). Kadınların spora katılımının, eğitim düzeyine olumlu katkısı, özgüvenin artması ve sporcu olmayanlara kıyasla daha olumlu bir vücut imajı dahil olmak üzere çok sayıda faydası gözlemlenmiştir (Associations, 2010). Genel olarak, egzersizin faydaları hem kas-iskelet sağlığı hem genel sağlık açısından risklerinden çok daha ağır basmaktadır (Nattiv ve ark., 2007). Bununla birlikte, kadın sporcular için sürekli yapılan spor aktiviteleri sağlıklarına zarar verebilir ve uzun vadeli olumsuz etkilere neden olabilir (Matsumoto ve ark., 2023).

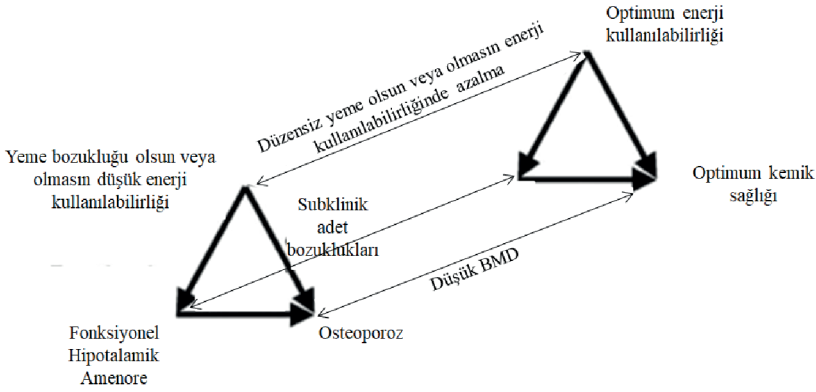
2. KADIN SPORCU TRIADI

1992 yılında, Amerikan Spor Hekimliği Koleji (ACSM), zayıf bir fiziksel yapıyı vurgulayan spor dallarında yer alan sporcularda yeme bozuklukları, amenore (adet düzensizliği) ve osteoporozun birbiriyle ilişkili olduğunu belirlemiştir (Thein-Nissenbaum ve ark., 2011). Bu durum “kadın sporcu triadı” olarak tanınmış ve ACSM, bu durumla ilgili ilk resmi tanımını 1997 yılında yayımlamıştır (Otis, Drinkwater, Johnson, Loucks, & Wilmore, 1997). Bu yayından günümüze, ilgili araştırmaların çoğu triad bileşenleri arasındaki ilişkileri incelemeye odaklanmıştır. Tanım, daha sonra yapılan çalışmalarla elde edilen güncel bilimsel kanıtlar ve keşifler temelinde 2007 yılında revize edilmiştir (Nattiv ve ark., 2007).



Şekil 1. Kadın sporcu triadının ilk tanımının şematik gösterimi

2007’de, yeme bozukluğu olsun ya da olmasın enerji yetersizliğinin, Triad’ın bir bileşeni olarak adet düzensizliği ve kemik mineral yoğunluğunun kaybını tetiklediği belirlenmiştir. 2014 yılında, Uluslararası Olimpiyat Komitesi tarafından toplanan bir uzman paneli, Triad’ın genişletilmiş bir kavramsallaştırmasını, sporda göreceli enerji yetersizliği (RED-S) terimi altında önermiştir. Bu kavramsallaştırma, relatif enerji yetersizliğinin sağlıkla ilgili sonuçlarının bulunduğu 10 alanı (adet fonksiyonu, kemik sağlığı, endokrin, metabolik, hematolojik, büyüme ve gelişme, psikolojik, kardiyovasküler, gastrointestinal ve immünolojik fonksiyon) ve relatif enerji yetersizliğinin performansla ilgili 10 sonucunu (azalmış dayanıklılık, artmış sakatlanma riski, azalmış antrenman yanıtı, bozulmuş yargı, azalmış koordinasyon, azalmış konsantrasyon, sinirlilik, depresyon, azalmış glikojen depoları ve azalmış kas gücü) tanımlamıştır(Kroshus ve ark., 2018).



Şekil 2. 2007 yönergelerine göre güncellenmiş olan kadın sporcu triadının bileşenlerinin şematik gösterimi. Kadın sporcuların enerji erişilebilirliği, adet fonksiyonu ve kemik mineral yoğunluğu spektrumları boyunca dağıldığı (dar oklar). Bir sporcunun durumu, diyet ve egzersiz alışkanlıklarına göre her bir spektrum boyunca farklı bir hızda, bir yönde veya diğer yönde hareket eder. Enerji erişilebilirliği, diyetle alınan enerji eksi egzersiz enerji harcaması olarak tanımlanır, kemik mineral yoğunluğunu hem metabolik hormonlar aracılığıyla doğrudan hem de adet fonksiyonu ve dolayısıyla östrojen üzerindeki etkiler aracılığıyla dolaylı olarak etkiler (kalın oklar).

Erkek sporcuların da benzer bir rahatsızlıktan muzdarip olduğuna dair yeni araştırmalar ortaya çıkmakta ve tıp camiası bu konuda yeni adımlar atmaktadır. Yeni tanımda kadın sporcu triadı'nın tüm cinsiyetlerdeki sporcularda ortaya çıkabileceğini vurgulanmıştır. Yeni tanımda sadece kadınlara odaklanmamış, araştırmacıların erkeklerin de yetersiz enerji alımı nedeniyle fizyolojik bozulmalar yaşayabileceğini belirttiği gibi, erkekleri de kapsayacak şekilde genişletilmiştir. Bu güncellenmiş kavramsallaştırmanın nispeten yeni olması nedeniyle yapılan çalışmalara dahil edilmemiş olabilmektedir(Kroshus ve ark., 2018).

2.1.Epidemiyoloji ve Risk Faktörleri

Kadın sporcu triadının tipik olarak dayanıklılık sporcularını etkilediğine inanılsa da, rekreasyonel seviyeden elit seviyeye kadar tüm deneyim seviyelerindeki sporcular üzerinde etkisi olabilir. Üçlü bir hastalık yelpazesi olduğundan kesin yaygınlığın belirlenmesini zorlaştırmaktadır(Goolsby, M.A.,& Boniquit, N. ,2017). Triadın herhangi bir bileşenin görülme oranı %16-54 arasında değişirken, bileşenlerin tümünün görüldüğü oran %0-16 arasında değişmektedir(Gibbs, J.C., Williams, N.I., & De Souza, M.J., 2013).

Düzenli olsun ya da olmasın egzersiz yapan her kadın, yüksek risk altındadır. Zayıflığı, estetiği veya dayanıklılığı vurgulayan spor ve aktiviteler, kadınları yüksek risk altına sokmaktadır (Daily, J. P., & Stumbo, J. R., 2018). En çok risk görülen spor dalları arasında yüzme, dalma, koşma, dans, jimnastik, amigoluk, kürek çekme ve güreş yer almaktadır. Düşük enerji kullanımı için risk faktörleri arasında diyetle enerji alımının kısıtlanması, uzun süreli egzersiz, vejetaryenler ve tükettikleri yiyecek türlerini sınırlayanlar yer alırken, stres kırıkları için risk faktörleri arasında düşük kemik mineral yoğunluğu, menstrüasyon bozukluğu, beslenme yetersizlikleri, antrenman hataları, biyomekanik anormallikler ve genetik yatkınlık yer almaktadır(Gabel, K.A., 2006).

2.2. Kadın Sporcu Triadı Bileşenleri

Kadın sporcu triadının enerji kullanılabilirliği, menstrüasyon bozuklukları ve kemik sağlığı bozuklukları olmak üzere 3 bileşeni bulunmaktadır.

2.2.1. Enerji kullanılabilirliği

Triadın ilk bileşeni olan düşük enerji kullanılabilirliği, vücuda verilen enerji (yani beslenme) ile vücudun harcadığı enerji (fiziksel aktivite ve doğal metabolik süreçler) arasındaki dengedir(Thein-Nissenbaum ve ark., 2011). Düşük enerji kullanılabilirliği, enerji alımı ve enerji çıkışı arasındaki negatif dengeyi ifade eder ve düzensiz yeme davranışları nedeniyle ortaya çıkabilir. Bu davranışlar, oruç tutmak veya öğün atlamak, diyet hapları, müşil kullanımı veya aşırı yemek yeme ve ardından arınma gibi anormal yeme davranışları olarak ortaya çıkabilir(Rumball, J. S., & Lebrun, C. M., 2004).

Bazı sporcular enerji alımını kısıtlarken bazıları daha fazla enerji harcar. Bu dengesizlik her zaman kasıtlı değildir. Daha yüksek bir talep seviyesine ilerleyen sporcular, ek alım ihtiyacının farkına varmadan artan enerji harcaması nedeniyle istemeden negatif bir enerji dengesine girebilirler(Joy ve ark., 2014). Ergenlerde vücut kitle indeksi (BMI) 17,5 kg/m²'den veya beklenen vücut ağırlığının %85'inden az olduğunda düşük enerji kullanılabilirliği açıkça görülür. Belirtiler olmadan tanı koyulması karmaşıktır ancak "enerji alımı (kcal)-egzersiz enerji harcaması (kcal)/yağsız kütle(kg)" olarak hesaplanabilir. Egzersiz enerji harcamasına ilişkin tahminler, büyük oranda kişinin kendi bildirdiği bir ölçüm olduğundan subjektiftir.

***** Üçlemeyi başlatan faktör *****

$$\text{Elde edilen enerji} = \frac{\text{Alınan enerji (kcal)} - \text{Tüketilen enerji (kcal)}}{\text{Yağsız vücut kütlesi (kg)}}$$

Optimal değer → 45 kcal/kg/gün

EEEEA → ≤ 30 kcal/kg/gün

Adölesanlarda:

Vücut ağırlığı < Beklenen değerin* %85'i

* İlgili yaşın 50 persantil değeri

Şekil 3. Düşük enerji kullanılabilirliğinin hesaplanması(Adölesanlarda kadın sporcu üçlemesi, Özlem Karasimav, 2019).

Bu değerlendirmelerin hesaplanmasında deneyimli bir diyetisyenden yardım alınması yararlı olabilir. Düşük enerji kullanılabilirliği, günde 30 kcal/kg'dan az yağsız kütle olarak tanımlanır ve bu değer altında adet bozuklukları ve kemik sağlığı sorunları gibi olumsuz etkilerin ortaya çıkmaya başladığı görülmektedir. İdeal enerji kullanılabilirliği, günde 45 kcal/kg yağsız kütle üzerinde (Ducher ve ark., 2011).

2.2.2. Menstrüasyon Bozuklukları

Menstrual fonksiyon, eumenore'den amenore'ye kadar bir spektrumda gerçekleşir (Nattiv ve ark., 2007). Sekonder amenorenin prevalansının elit uzun mesafe koşucularında %65 kadar yüksek olduğu, genel popülasyonda ise %2-5 olduğu bildirilmiştir (Dusek, 2001; Singh, 1981). Genel popülasyonda primer amenore prevalansı %1'den az olmasına rağmen, kolej düzeyinde amigö kız, dalış ve jimnastik sporcularında bu prevalansın %22'ye kadar çıktığı bildirilmiştir (Beals & Manore, 2002; Chumlea ve ark., 2003). Kadın sporcularda amenorenin kesin nedeni bilinmemektedir. Bu bozukluğun nedeni aşırı kilo kaybı, vücut kompozisyonundaki değişiklikler, yetersiz beslenme, psikolojik stres ve yoğun antrenman olabilir (Fox ve ark. 1988; Kimberly ve ark. 1998). Vücut negatif enerji dengesinde olduğunda, enerjiyi korumak için üreme fizyolojisini baskılamaktadır (De Souza ve ark., 2014). Adet düzensizlikleri çoğu zaman bir kadın sporcunun enerji krizi içinde olduğunun ilk ipuçlarından biri olabilir (Ducher ve ark., 2011). Sporcular, sporcu olmayanlara göre menarşa daha geç ulaşmaktadır. Menarşa daha geç ulaşma ile spor başarısının ilişkisi fizyolojik ve sosyolojik açıdan olmak üzere iki ana anlamda önerilmiştir (Fox ve ark., 1988). Ergenlik yıllarında yoğun antrenman, menstrüel bozukluklara neden olabilir. Spor yaşının uzunluğu kıaldıkça menarş

yaşı yüksek olabilir ve menstrüel bozukluklar artabilir (Uysal, 1996). Bazı çalışmalarda Teakwondo sporcuları ile judocuların menarş yaşları anlamlı olarak farklı bulunmuştur. En geç adet gören grubun teakwondo sporcularının; en erken adet gören judo sporcularının olduğunu belirtmişlerdir. Aynı çalışmada, sporcuların normal süre içinde %14,5'inde menstrual bozukluklar görülmesine rağmen yoğun egzersiz sırasında bu oranın %20,7'ye çıktığı, sporcuların müsabaka sırasında %11.6'sının ilaç kullandığı, %36.9'unun ağırlı adet gördüğü, %17.4'ünün ağırlı adet görmediği ve %45.6'sının bazen ağırlı adet gördüğü belirlendiği ve sporcuların %63.1'i müsabaka sırasında ağırlarının azaldığı saptanmıştır((Kışalı ve ark., 2006).



Şekil 4. Egzersiz ve menstrüasyona dair öneriler.

2.2.3. Kemik Sağlığı Bozuklukları

Uluslararası Klinik Densitometri Derneği (ISCD), premenopozal kadınlar ve çocuklarda kemik mineral yoğunluğunu (BMD) değerlendirmek için yönergeler yayınlamıştır (Shuhart ve ark., 2019). Bu popülasyonlarda, ISCD, BMD'nin yaş ve cinsiyet uyumlu kontrollerle karşılaştıran Z-skorları olarak ifade edilmesini önermektedir. Premenopozal kadınlarda, -2.0 veya daha düşük bir Z-skoru, "yaşa göre beklenen aralığın altında" olarak tanımlanır(Weiss Kelly, A. K. & Hecht, S., 2016). Kemik mineral yoğunluğu (BMD) spektrumu osteoporozu içerir, ancak aynı zamanda kadın sporcu triadı bulunan kadın sporcularda yaralanma riskinin artmasına bağlı olarak azalmış BMD'yi de kapsar. ACSM, BMD Z-skorları -2.0 veya daha düşük ve beslenme yetersizlikleri, hipoöstrojenizm veya stres kırığı öyküsü olan sporcuları

“osteoporoz” olarak tanımlar(Nattiv ve ark., 2007). Kadın sporcularda düşük BMD için risk faktörleri arasında menarş yaşının büyük olması, oligomenore veya amenore, artan diyet kısıtlaması, dayanıklılık sporlarında daha uzun süre ve daha düşük BMI bulunur(Weiss Kelly, A. K. & Hecht, S., 2016). Ayrıca hem düşük enerji alımı hem de düşük östrojen seviyeleri kadın sporcularda bağımsız olarak düşük BMD’ye katkıda bulunur(Loucks ve ark., 1998). Sporcular arasında düşük BMD’nin genel yaygınlığı bilinmemektedir(Thein-Nissenbaum ve ark., 2011).

BMD’nin değerlendirilmesinde tercih edilen tanı yöntemi DEXA’dır. Premenopozal kadın sporcuların 20 yaş ve üzerindeki BMD’si DEXA taramasından yorumlanırken, kalça ve PA omurga radyografik görünümünün Z-skoru kullanılmalıdır. Ergenler ve çocuklarda, omurganın PA radyografik görünümü ve baş hariç total vücut BMD’yi değerlendirmek için tercih edilen yöntemlerdir(ISCN, 2013). Z-skoru, konuyu aynı yaş ve cinsiyetteki bir kontrol ile karşılaştırmak için kullanılır((Weiss Kelly, A. K. & Hecht, S., 2016).



Şekil 5. Kemik mineral yoğunluğu ölçüm skorları.

Genç kadın sporcular, çoğu kadın için en yüksek BMD’nin %90’ının 18 yaşına kadar ulaşıldığını ve en yüksek birikimin 11-14 yaşları arasında olduğunu bilmelidir(Matkovic ve ark., 1994). Optimal kemik mineral yoğunluğu elde etmek için yeterli beslenme (yani, protein, kalsiyum ve D vitamini tüketimi; ağırlık taşıyan egzersizle birlikte orta düzeyde fiziksel aktivite) gereklidir. En yüksek BMD’ye ulaşıldıktan sonra, sadece kaybedilebilir veya korunabilir. Sporcuların bu bilgiye sahip olması, BMD’nin yapılması ve korunması açısından oldukça önemlidir(Anderson ve ark., 1993).

Kemik mineral yoğunluğu testi için çift enerjili X-ışını absorpsiyometrisi (DXA) taramaları kimler için yapılmalıdır?

Yüksek riskli sporcular, aşağıdaki risk faktörlerinden birine veya daha fazlasına sahip olanlardır:

- DSM-5'e göre yeme bozukluğu (ED) teşhisi öyküsü
- BMI ≤ 17.5 kg/m², tahmini kilonun %85'inden az veya 1 ay içinde %10'dan fazla kilo kaybı
- İlk adet yaşı ≥ 16
- Son 12 ayda 6'dan az adet d ngülsü  ykülsü veya ş  anki durumu
- İki  nceki stres kırığı, bir yüksek riskli stres kırığı veya düşük enerjili travmatik olmayan kırık
- Z skoru ≤ -2.0 (başlangıç DXA'sından en az 1 yıl sonra)

Orta riskli sporcular, aşağıdaki risk faktörlerinden ikisine veya daha fazlasına sahip olanlardır:

- Ş  anda veya 6 aydan uzun süredir yeme bozukluğu  yküls 
- BMI 17.5-18.5 arası, tahmini kilonun %90'ından az veya 1 ay içinde %5-10 kilo kaybı
- İlk adet yaşı 15-16 arası
- Son 12 ayda 6-8 adet d ng ls   yk ls  veya ş  anki durumu
- Bir  nceki stres reaksiyonu/kırığı
- Z skoru -1.0 ile -2.0 arası (başlangıç DXA'sından en az 1 yıl sonra)

Aşağıdaki durumlara sahip sporcular:

- Bir veya daha fazla merkezi olmayan ya da iki veya daha fazla merkezi uzun kemik travmatik kırığı (stres olmayan), ve bunlarla ilişkili bir veya daha fazla orta risk veya yüksek risk faktörü:
- Kırığın meydana geldiği yaş ve kırığa neden olan travmanın büyüklüğüne ( rneğin, düşük darbe vs. yüksek darbe) bağlı olarak.
- 6 aydan uzun süredir kemik sağlığını etkileyebilecek ilaçlar kullanan sporcular, oral kontraseptifler, intramüsküler kontraseptifler ve oral prednizon dahil, DXA testi için değerlendirilmelidir.

Şekil 6. Kimler için DXA yapılmalıdır? (De Souza ve ark., 2014).

2.3. Teşhis ve Tedavi

Tüm kadın sporcuların, rutin geçmişine ek olarak, sporcunun beslenme, kas-iskelet sistemi, menstrual, endokrin/metabolik, psikososyal, performans ve ilaç geçmişi bileşenlerine odaklanan kapsamlı bir öyküye ihtiya ı vardır. Fizik muayenede metabolik ve hormonal anormalliklere neden olabilecek patolojiler taranmalıdır. Bir antrenör veya takım doktoru temel idrar asetoasetat ölümünü yapmalıdır. Normalde adet gören sporcular, antrenmanın arttığı zamanlarda kendi kendine ölüm yapabilir veya bir antren rden aylık idrar asetoasetat ölümleri yapmasını isteyebilir. Amaç, idrar ketonlarını yemekten önce ve sonra, ayrıca antrenman öncesi ve sonrasında tamamen ortadan kaldırmaktır. Pelvik Ultrason, primer amenorenin etiyolojisinin ( rneğin yumurtalıkların, uterusun varlığı) belirlenmesinde faydalı olabilir. Anormal bir hipofiz fonksiyonundan şüpheleniliyorsa, sella turcica yoluyla başın ince kesitli manyetik rezonans görüntülemesi (MRI) yapılmalıdır. Elektrokardiyografi, atletlerde sık görülen bradikardiyi gösterebilir ve dinlenme kalp hızının dakikada 50 atımdan az olması, başlangıç EKG'si ile araştırılmalıdır (Raj, M. A., Creech, J. A., & Rogol, A. D., 2023).

Hastanın öyküsünden veya fizik muayenesinden elde edilen kanıtlar stres kırığına varlığını gösteriyorsa, ilk tercih edilen test düz radyografi olmalıdır. Radyografiler negatife 3 fazlı kemik taraması yapılmalıdır. Çoklu stres kırığı olan sporcularda ikili radyografi absorpsiyometrisi kullanılabilir. Osteopeni veya osteoporozu değerlendirmek için çift enerjili bir x-ışını absorpsiyometri taraması da kullanılabilir. İlk tedavi altta yatan nedenin düzeltilmesini içerir. Çoğu zaman bu, artan kalori alımından, azalan fiziksel aktiviteden veya her

ikisinden kaynaklanan düşük enerjili bir durumdur. Bir beslenme uzmanına veya spor diyetisyenine ve bir fizyoterapistle danışmak gerekmektedir(Ackerman ve ark., 2019). Adet bozukluğu için kadın sporcu, hastayı değerlendirip tedavi edebilecek bir kadın doğum uzmanına yönlendirilmelidir. Kadın sporcularda menstrüel disfonksiyona yönelik tedaviler başlangıçta östrojen ve progesteron ile hormon replasman tedavisi ile sınırlıdır. Osteopeni veya osteoporozu olan kadın sporcular, kemik mineral yoğunluğu kaybının ciddiyetine ve kırık risk faktörlerine bağlı olarak oral D vitamini ve kalsiyum veya bifosfonatlarla tedavi edilebilir. Depresyon, anksiyete veya yeme bozukluğu gibi ruh sağlığı bozukluğu tanısı alan kadınların, değerlendirme ve tedavi için bir psikiyatriste ve/veya psikoloğa yönlendirilmesi gerekmektedir((Raj ve ark., 2023).

2.4. Farkındalık ve Önlem

Triadın farkındalığı 1997'deki ilk pozisyon bildirisinden bu yana artmış olsa da, standartlaştırılmış bir onay veya spora dönüş yönergesi bulunmamaktadır. 2014'te yayınlanan bildiriye göre sporcunun sağlığını optimize ederken yaralanma ve hastalık riskini en aza indiren bir risk sınıflandırma yaklaşımı yapmak gerekmektedir. Bildiri ayrıca, triad sporcusunun bakımı için risk sınıflandırma protokolü geliştirmişlerdir. Bu protokol, risk değerlendirmesinde doktorlara ve bakım ekibinin tamamına yardımcı olacak bir çalışma sayfası içermektedir((De Souza ve ark., 2014). Risk skoru hesaplandıktan sonra, tam onaydan tüm aktivitelerden kısıtlamaya kadar değişen onay önerileri belirlenebilir. Bu risk sınıflandırmasının spora dönüş üzerindeki etkisini ve sporcunun kemik sağlığını değerlendirmek için gelecekte araştırmalara ihtiyaç vardır(Daily, J. P., & Stumbo, J. R., 2018).

Triadın önlenmesi anahtardır ve bu, artan farkındalıkla başlar. Tüm sağlık ekibi, atletik yöneticiler, antrenörler, ebeveynler ve sporcular, triadın risk faktörlerinin tanımlanması ve triadın 3 bileşeni konusunda eğitim almalıdır. Triadın bileşenlerini bilmek ve anlamak, erken tanı koyabilmek ve meydana gelmesini önlemek için önlemler almak açısından kritik öneme sahiptir. Bir risk faktörü veya triad bileşeni tanımlandığında, ilerlemeyi ve gelecekteki metabolik hasarı sınırlamak için daha fazla değerlendirme yapılmalıdır. Sporcular yeterli ve dengeli beslenme, düzenli fiziksel aktivite, stres yönetimi, düzenli ve kaliteli uyku gibi çeşitli sağlıklı yaşam davranışlarında bulunarak riskleri en aza indirmelidir. Düzenli yapılan kontroller ise erken tanı ile olası olumsuz klinik durumlarını en aza indirmektedir.

3. SONUÇ

Kadın sporcular birçok faktörden dolayı triad bileşenlerine karşı hassastır. Zayıflığın ve kilonun öneminin vurgulandığı sporlarda yüksek yoğunluklu antrenman yapan kadın sporcuların risk altında olma olasılığı daha yüksektir. Ne yazık ki çoğu sporcu, kadın sporcu triadının uzun vadeli

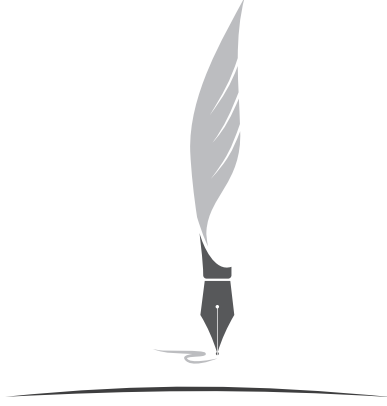
komplikasyonları konusunda eğitilmiş değildir. Yaptıkları spor için ideal vücut imajına uyma baskısı ve stresi, sporcuları patolojik yeme davranışlarına katılmaya teşvik etmektedir. Doğru beslenme danışmanlığının ve enerji alımının eksikliği, menstrüel disfonksiyon, osteoporoz ve düşük enerji alımı ile sonuçlanan fizyolojik bozukluklara yol açabilir. Sporcuların bu konularda eğitimi oldukça önem arz etmektedir. Sporcular optimum enerji kullanılabilirliğinin önemini ve bunun kemik ve üreme sağlığını nasıl doğrudan etkilediğini anlayabilirlerse, üçlünün bileşenleriyle ilişkili patolojilerden kaçınılabılır. Triadın gerçek yaygınlığını belirlemek ve hangi kadınların risk altında olduğunu belirlemek için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Erken tanı ve tedavi ve komplikasyonların önlenmesi açısından sporcular, antrenörler ve sağlık profesyonelleri multidisipliner ekip olarak birlikte hareket etmelidir. Sporcular kendi sağlığı üzerinde baş rolü üstlenmeli ve çeşitli sağlıklı yaşam davranışlarında bulunarak, bileşenler hakkında bilgi edinerek gerekli önemleri almalıdır. Antrenörler, sağlık profesyonelleriyle iletişimde olarak sporcuların klinik durumlarına göre kişisel antrenman programı uygulamalı, bileşenlere ait herhangi bir risk faktörü gözlemediğinde uzman bir hekime danışmalıdır. Sağlık profesyonellerinin rolü ise erken tanı, tedavi ve önlem için büyük önem arz etmektedir. Sporcuları doğru beslenme, fiziksel aktivite gibi sağlıklı yaşam davranışları konusunda bilgilendirmeli, sporculara gerekli testleri uygulamalı, triadın varlığı durumunda ise sporcuya en uygun tedavi programını çizmelidir.

KAYNAKÇA

- <https://gsb.gov.tr/haberdetay.html/1373#:~:text=T%C3%BCrkiye'de%20bug%C3%B-Cn%2015%20milyon,kada r%20bir%C3%A7ok%20bran%C5%9Fta%20faaliyet%20g%C3%B6steriyor.> (Erişim tarihi: 04.06.2024)
- Associations, N. F. o. S. H. S. (2010). Interactive participation survey results. from.<http://www.nfhs.org/content.aspx?id¼3282&linkidentifier¼id&itemid¼3282> Retrieved August 13, 2010
- Uchizawa A, Kondo E, Lakicevic N and Sagayama H (2022) Differential Risks of the Duration and Degree of Weight Control on Bone Health and Menstruation in Female Athletes. *Front. Nutr.* 9:875802. doi: 10.3389/fnut.2022.875802
- Matsumoto, C., Ishizaka, M., Kubo, A. ve Itokazu, M. (2023). Futbolcuların rekabet düzeyine göre kadın sporcu üçlüsü kesitsel çalışması. *Fizik tedavi bilimi dergisi* , 35 (3), 170–174. <https://doi.org/10.1589/jpts.35.170>
- Nattiv, A., Loucks, A. B., Manore, M. M., Sanborn, C. F., Sundgot-Borgen, J., & Warren, M. P. (2007). American college of sports medicine position stand. The female athlete triad. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 39(10), 1867e1882.
- Thein-Nissenbaum, J. M., & Carr, K. E. (2011). Female athlete triad syndrome in the high school athlete. *Physical therapy in sport : official journal of the Association of Chartered Physiotherapists in Sports Medicine*, 12(3), 108–116. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2011.04.002>
- Otis, C. L., Drinkwater, B., Johnson, M., Loucks, A., & Wilmore, J. (1997). American college of sports medicine position stand. The female athlete triad. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 29(5), ieix
- Kroshus, E., DeFreese, J. D., & Kerr, Z. Y. (2018). Collegiate Athletic Trainers' Knowledge of the Female Athlete Triad and Relative Energy Deficiency in Sport. *Journal of athletic training*, 53(1), 51–59. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-52.11.29>
- Goolsby, M. A., & Boniquit, N. (2017). Bone Health in Athletes. *Sports health*, 9(2), 108–117. <https://doi.org/10.1177/1941738116677732>
- Gibbs, J. C., Williams, N. I., & De Souza, M. J. (2013). Prevalence of individual and combined components of the female athlete triad. *Medicine and science in sports and exercise*, 45(5), 985–996. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e31827e1bdc>
- Daily, J. P., & Stumbo, J. R. (2018). Female Athlete Triad. *Primary care*, 45(4), 615–624. <https://doi.org/10.1016/j.pop.2018.07.004>
- Gabel KA. Special nutritional concerns for the female athlete. *Curr Sports Med Rep* 2006;5:187–91.
- Joy E, De Souza MJ, Nattiv A, et al. 2014 Female athlete triad coalition consensus statement on treatment and return to play of the female athlete triad. *Curr Sports Med Rep* 2014;13(4):219–32.

- Ducher G, Turner AI, Kukuljan S, et al. Obstacles in the optimization of bone health outcomes in the female athlete triad. *Sports Med* 2011;41:587–607.
- Rumball, J. S., & Lebrun, C. M. (2004). Preparticipation physical examination: selected issues for the female athlete. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 14(3), 153e160
- Adölesanlarda kadın sporcu üçlemesi, Özlem Karasimav, 2019,
<https://prezi.com/p/sv8ig8s93za9/adolesanlarda-kadin-sporcu-uclemesi/>
- Dusek, T. (2001). Influence of high intensity training on menstrual cycle disorders in athletes. *Croatian Medical Journal*, 42(1), 79e82.
- Singh, K. B. (1981). Menstrual disorders in college students. *American Journal of Obstetrics and Gynecology*, 140(3), 299e302.
- Beals, K. A., & Manore, M. M. (2002). Disorders of the female athlete triad among collegiate athletes. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 12(3), 281e293.
- Chumlea, W. C., Schubert, C. M., Roche, A. F., Kulin, H. E., Lee, P. A., Himes, J. H., et al. (2003). Age at menarche and racial comparisons in US girls. *Pediatrics*, 111(1), 110e113.
- Fox, L. E., Bowers, R. W., & Foss, M. L. (1988). The physiological basis of physical education and athletics, U.S.A. 379–386, 553–569.
- Kimberly, M., & Fagon, M. D. (1998). Pharmacologic management of athletic amenorrhea. *Clinics in Sports Medicine*, 17(2), 327–338.
- De Souza MJ, Nattiv A, Joy E, et al. 2014 Female athlete triad coalition consensus statement on treatment and return to play of the female athlete triad: 1st international conference held in San Francisco, California, May 2012 and 2nd International Conference held in Indianapolis, Indiana, May 2013. *Br J Sports Med* 2014;48:289–309.
- Ducher G, Turner AI, Kukuljan S, et al. Obstacles in the optimization of bone health outcomes in the female athlete triad. *Sports Med* 2011;41:587–607.
- Uysal, G. F. (1996). Bayan Sporcular ve Sorunları. SESAM Akademik Faaliyetler, 1995–1996.,
- KISHALI, NECIP FAZIL; İMAMOĞLU, OSMAN; KATKAT, DURSUN; ATAN, TULIN; AKYOL, PELIN (2006). EFFECTS OF MENSTRUAL CYCLE ON SPORTS PERFORMANCE. *International Journal of Neuroscience*, 116(12), 1549–1563. doi:10.1080/00207450600675217 <https://quadroathletics.com/kadin-sporcularda-menstrual-dongunun-spor-tif-performansa-etkisi/> (şekil 4)
- Shuhart CR, Yeap SS, Anderson PA, et al. Executive Summary of the 2019 ISCD Position Development Conference on Monitoring Treatment, DXA Crosscalibration and Least Significant Change, Spinal Cord Injury, Peri-prosthetic and Orthopedic Bone Health, Transgender Medicine, and Pediatrics. *J Clin Densitom* 2019;22:453-71.

- Weiss Kelly, A. K., Hecht, S., & COUNCIL ON SPORTS MEDICINE AND FITNESS (2016). The Female Athlete Triad. *Pediatrics*, 138(2), e20160922. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-0922>
- Matkovic V, Jelic T, Wardlaw GM, et al: Timing of peak bone mass in Caucasian females and its implication for the prevention of osteoporosis: Inference from a cross-sectional model. *J Clin Invest* 1994; 93(2):799-808.
- Anderson JJ, Tylavsky FA, Halioua L, Metz JA: Determinants of peak bone mass in young adult women: A review. *Osteoporos Int*. 1993;(3 suppl):132-136.
- The International Society for Clinical Densitometry: 2013 ISCD Official Positions: Pediatric. *Skeletal Health Assessment in Children from Infancy to Adolescence*. <http://www.iscd.org/official-positions/2013-iscd-officialpositions-pediatric>. Accessed April 15, 2015.
- Loucks AB, Verdun M, Heath EM. Low energy availability, not stress of exercise, alters LH pulsatility in exercising women. *J Appl Physiol* 1998;84:37-46.
- Raj, M. A., Creech, J. A., & Rogol, A. D. (2023). *Female Athlete Triad*. In *StatPearls*. StatPearls Publishing.
- Ackerman KE, Singhal V, Baskaran C, Slattery M, Campoverde
- Reyes KJ, Toth A, Eddy KT, Bouxsein ML, Lee H, Klibanski A, Misra M. Oestrogen replacement improves bone mineral density in oligo-amenorrhoeic athletes: a randomised clinical trial. *Br J Sports Med*. 2019 Feb;53(4):229-236. - PMC - PubMed



Bölüm 9

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN TAKIM SPORLARI TARAFTAR BAĞLILIK DURUMLARININ BELİRLENMESİ

Mervan BAŞARAN¹, Umut VARLI², Hüsnüye ÇELİK³

¹ Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bayburt, Türkiye, ORCID: 0009-0008-3751-874X

² Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bayburt, Türkiye, ORCID: 0009-0007-0826-7358

³ Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bayburt, Türkiye, ORCID: 0000-0001-8022-4466

GİRİŞ

Zaman içerisinde birçok farklılaşma gösteren spor, 1950'li yılından bu yana bütün dünyada takım sporları alanında bireyleri etkisi altına almış ve ilgi alanını genişletmiştir. 1980 sonrasında takım sporlarına olan ilgi giderek artmıştır ve özellikle spor branşları içerisinde futbola olan ilgi diğer spor branşlarından çok daha fazla olmuştur. Geçmişte ve günümüzde dünya üzerindeki en büyük spor organizasyonlarının olimpiyatlar ve dünya futbol şampiyonası olduğu görülmektedir. Takım sporlarından olan futbol, voleybol, basketbol, hentbol, hokey gibi branşlar çok fazla önemli bir yer tutmaktadır (Şahan, 2007). Takım sporları, en az iki ve daha fazla sporcudan oluşan ve sporcular arasında gerçekleştirilen spor etkinliklerine denilmektedir. Takım sporlarında, her bir oyuncu için oluşturulmuş bir taktik planlanmalı ve etkin bir şekilde hazırlık aşaması ve takımda yer alan her bir oyuncu için mental ve bedensel dayanıklılığa ihtiyaç vardır. Ayrıca bu sporculara bedensel özellikler, teknik, taktik, zihinsel özellikler ve tecrübe gibi özelliklerde takım sporlarında başarının elde edilmesinde önemli noktalar (Gökdemir ve ark, 2009). Takım sporlarında başarının elde edilmesi için takımda yer alan sporcuların her birinin takımdaki görevlerini başarılı olarak yerine getirmesi gerekmektedir. Takım sporlarında başarının elde edilmesi için ayrıca her sporcunun hırslı, sabırlı ve başarıya inatçı olması gerekir, çünkü hedefe ulaşmak zaman alabilir (Kabamba & Bailey, 2011). Takım sporlarında öz güvenin kontrol edilmemesi, saldırganlığa neden olacak düzeyde sınırlı olan sporcular da bu özelliklerin ortaya çıkması gibi durumlarla karşılaştıklarında ilk olarak yer aldıkları takımı, takımdaki sporcuların arkadaşlarını da temsil ettiklerini ve takımla iş birliği içerisinde hareket etmeyi ve iletişim gerektiren durumlarda yardımcı olmaktadır (Kabamba & Bailey, 2011).

Spor branşlarında taraftar, belli bir spor branşına karşı bağlılık duygusu olan, destekçisi olduğu takım sporunun sunduğu hizmetleri belli bir ücret karşılığında satın alan bireylerdir (Kazançoğlu & Baybars, 2016). Bu bireylerin takımlarına olan bağlılığı çok fazladır ki, yaşamlarının merkezi noktasına dahi bir spor kulübünü getirmiş kişilerin olduğu da görülmektedir. Kişilerin takımlarına olan bağlılık seviyeleri destekledikleri takım ve sporcularına kendini adanma düzeylerine göre izleyicilik bölümünden fanatik olma ve holiganlık bölümünde kadar ilerleyebilir (Trail & James, 2001). Takıma olan fanatiklik düzeyine bağlı olan kişiler takımların spor müsabakaları sırasında başarıyı elde etmesi için bütün yolları kabul eden, spor ve sporcunun her hangi bir grupta yer almayan yalnızca takımlarının başarısını önde tutan bireyler şeklinde isimlendirilir (Arıkan, 2000). Wann'a (1997) göre destekçisi oldukları takıma karşı bağlılığı fazla olan taraftarlar kendilerini takımın bir parçası olarak hissederler. Bu bağlamda önemli bir sektör durumuna gelen futbolda en etkili faktörün de temel olarak taraftar-

lık davranışı olduğu görülmektedir (Wiid & Cant, 2015). Ülkemizde yerel kulüplere bakıldığında birçok şehirleri temsil ettikleri görülmektedir. Bu yerel kulüpler, şehirde yaşayan insanların bazıları tarafından desteklenirken, diğerleri ise Türkiye’de popülaritesi genel olarak yüksek olan ulusal takımları destekledikleri söylenebilir (Sönmez, 2011). Taraftarı olduğu takıma karşı futbolla ilgili isteklerinde gönülden bağlı, devamlı olarak sporcuları ve takımı takip eden, takımını destekleyen bireyler taraftar olarak açıklanmaktadır (Arslanoğlu, 2005). Bu sebeple konumuz özelinde spor takımları taraftarlığı, bağlı olunan takımlara maddi ve manevi destek olmanın yanında taraftarların takım kulüpleri için birçok organizasyon planında gönüllü görev almalarını da sağlamaktadır. Özellikle dünya üzerinde büyük başarılar imza atan ülkelerin spor alanında uluslararası organizasyonlarda sportif başarıyı kazanmak ve ülkelerini üst sıralarda temsil etmek için güçlerini arttırıcı bütün parametrelerden yararlanmaktadırlar (Altun & Koçak, 2015). Bu parametrelerin en başında milyonlarca sayısı ve büyük kitlelere sahip olan taraftar olgusu gelmektedir. Bu bağlamda çalışmamızın amacı, üniversite öğrencilerinin takım sporları taraftar bağlılık durumlarının incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada; üniversite öğrencilerinin takım sporları taraftar bağlılık durumlarının incelenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmanın modelini ilişkisel tarama modeli oluşturmaktadır. Karasar (2007) ilişkisel tarama modelini şu şekilde açıklamaktadır; “iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modeli” dir.

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu üniversite öğrencisi olan 123 kız ve 177 erkek toplam 300 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ve üniversite öğrencilerinin takım sporları taraftar bağlılık durumlarını belirlemek için geçerlik ve güvenilirlik çalışması Yetim, Aydoğan & Özdemir (2023) tarafından yapılan “Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği (TSTBÖ)” kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Çalışmada kullanılacak demografik bilgilerin (cinsiyet, yaş, ilgilendiğiniz takım sporu, taraftar olarak üye olunan takım, aktif spor yapma durumu, ilgilenilen takımın aktif olarak takip edilmesi) ve değişkenlerin belirlenmesi amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur.

Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği (TSTBÖ)

Geliştirme çalışması Yetim, Aydoğan & Özdemir (2023) tarafından yapılan “Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği (TSTBÖ)” 12 madde ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçekte alt boyutlar şu şekildedir; duygusallık alt boyutu 1-9 arası sorular, sürdürülebilirlik alt boyutu 14-17 arası sorular ve normatif alt boyutu 10-13 arası sorulardan oluşmaktadır. Ölçekte değerlendirme “Kesinlikle Katılmıyorum, Katılmıyorum, Kararsızım, Katılıyorum ve Kesinlikle Katılıyorum” şeklindedir.

Verilerin Analizi

Veri analizlere yapılmadan önce, veri analizleri ile ilgili normallik, homojenlik gibi varsayımlara bakılarak istatistiksel bilgiler oluşturulmalıdır. Araştırmacı bu bilgiler doğrultusunda hangi analiz tekniklerini kullanacağını belirlemelidir (Tozoğlu ve Dursun 2020).

Araştırmada, öncelikli olarak ölçek aracılığı ile elde edilen verilerin kayıt edilmesi ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Analizde ilk olarak, öğrencilerin doldurduğu kişisel bilgi formu ve “Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği (TSTBÖ)” detaylı bir şekilde kontrol edilmiştir. Daha sonra araştırmaya uygun olan veriler, elektronik ortama aktarılıp ve verilerin analizinde değerlendirilmeye alınmıştır.

Verilerin analiz edilirken SPSS 26,00 paket programından yararlanılmıştır. Verilerin analizinde ilk olarak tanımlayıcı analiz teknikleri kullanılmış ve normal dağılım gösteren veriler için parametrik testlerden, iki farklı bağımsız değişkenler ile Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği arasındaki farklılaşmayı belirlemek için “Bağımsız Örneklem için T-testi” ve ikiden fazla farklı değişken ile Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği arasındaki farklılaşmayı belirlemek için “Tek Yönlü Varyans Analizi” uygulanarak analiz sonuçları $p < 0,05$ önem düzeyine göre değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Kişisel Değişkenlerine İlişkin Dağılımı

Değişkenler		n	%
Yaş	18-22 Yaş	180	60,0
	23-27 Yaş	120	40,0
Cinsiyet	Kadın	123	41,0
	Erkek	177	59,0
Hangi takım sporu ile ilgileniyorsunuz?	Futbol	117	39,0
	Basketbol	70	23,3
	Voleybol	113	37,7
Taraftar Üyeliğiniz Var mı?	Evet	179	59,7
	Hayır	121	40,3
Aktif Olarak Spor Yapıyor musunuz?	Evet	183	61,0
	Hayır	117	39,0
Aktif Olarak Takımları Takip Ediyor musunuz?	Evet	184	61,3
	Hayır	116	38,7

Araştırma 123 kız ve 177 erkek toplam 300 üniversite öğrencisi üzerinde yapılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşlarına baktığımızda 180 öğrencinin 18-22 yaş aralığında olduğu ve 120 öğrencinin 23-27 yaş aralığında olduğu görülürken aktif spor yapıyor musunuz? sorusuna ise 183 öğrencinin evet 117 öğrencisinin hayır dediği görülmüştür. Öğrencilerin hangi takım sporu ile ilgileniyorsunuz? sorusuna verdikleri cevaplar ise 117'sinin Futbol, 113'ünün Voleybol ve 70'inin Basketbol cevabını verdiği tespit edilmiştir. Öğrencilerin taraftar üyeliğiniz var mı? sorusuna 179'unun evet ve 121'inin hayır cevabını verdiği görülürken öğrencilerin aktif olarak takımları takip ediyor musunuz? sorusuna ise 184'ünün evet ve 116'sının hayır cevabını verdiği tespit edilmiştir.

Tablo 2. Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği (TSTBÖ) Güvenirlilik Dağılımı Sonuçları

Ölçek	Cronbach's Alpha Katsayısı	Soru Sayısı
Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği	0,774	17
Duygusalılık	0,702	9
Sürdürebilirlik	0,688	4
Normatif	0,679	4

Çalışmamızda kullanılan takım sporları taraftar bağlılık ölçeği güvenilirlik dağılımı sonuçlarına göre; Cronbach's Alpha katsayı değeri 0,774 bulunmuştur. Bu değer $0.60 < R2 < 0.80$ değerleri arasında olduğundan yapılan ölçeğin yüksek güvenilirlikte olduğu tespit edilmiştir (Özdamar, 2002; George & Mallery, 2010).

Tablo 3. Tanımlayıcı İstatistik Dağılımı

	Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği (Genel)	Duygusalılık	Sürdürebilirlik	Normatif
n	300	300	300	300
Mean	3,293	3,464	3,355	2,847
Median	3,294	3,555	3,500	2,750
Std. Deviation	0,273	0,359	0,448	0,538
Skewness	-0,152	-0,595	-0,512	0,207
Std. Error of Skewness	0,141	0,141	0,141	0,141
Kurtosis	0,240	-0,254	-0,157	-0,875
Std. Error of Kurtosis	0,281	0,281	0,281	0,281

Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeğine ait betimsel veriler değerlendirildiğinde çarpıklık ve basıklığa ait değerlerin +1.5 ve -1,5 arasında olduğu bulunmuştur. (Tabachnik & Fidell, 2013) Bu değerler neticesinde araştırmamızda parametrik testler uygulanmıştır.

Tablo 4. Öğrencilerinin Cinsiyet ile Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği (TSTBÖ) T-Testi Sonuçları

Ölçek	Cinsiyet	n	x	ss	sd	t	p
Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği	Kadın	123	3,284	0,255	298,000	-0,499	0,618
	Erkek	177	3,300	0,285			
Duygusalılık	Kadın	123	3,453	0,323	286,991	-0,438	0,662
	Erkek	177	3,471	0,383			
Sürdürebilirlik	Kadın	123	3,335	0,455	298,000	-0,659	0,511
	Erkek	177	3,370	0,443			
Normatif	Kadın	123	2,851	0,476	289,546	0,114	0,909
	Erkek	177	2,844	0,579			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin cinsiyetleri ile takım sporları taraftar bağlılık ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda öğrencilerin cinsiyetleri ile takım sporları taraftar bağlılık ölçeği arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucu bulunmuştur.

Tablo 5. Öğrencilerinin Yaşları ile Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği (TSTBÖ) T-Testi Sonuçları

Ölçek	Yaş	n	x	ss	sd	t	p
Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği	18-22 Yaş	180	3,293	0,276	298,000	-0,030	0,976
	23-27 Yaş	120	3,294	0,270			
Duygusalılık	18-22 Yaş	180	3,437	0,376	298,000	-1,598	0,111
	23-27 Yaş	120	3,504	0,346			
Sürdürebilirlik	18-22 Yaş	180	3,338	0,458	298,000	-0,801	0,424
	23-27 Yaş	120	3,381	0,433			
Normatif	18-22 Yaş	180	2,923	0,523	298,000	3,037	0,003*
	23-27 Yaş	120	2,733	0,543			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin takım sporları taraftar bağlılık ölçeği ile yaş değişkeni için yapılan t testi analizi testi sonucuna göre $p < 0,05$ düzeyinde Normatif alt boyutunda farklılık olduğu görülürken Duygusalılık ve Sürdürebilirlik alt boyutlarında anlamlı farklılık görülmemiştir.

Tablo 6. Öğrencilerin Aktif Olarak Spor Yapma Durumları ile Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği T-Testi Sonuçları

Ölçek	Spor Yapma	n	x	ss	sd	t	p																																
Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği	Evet	183	3,299	0,265	298,000	0,504	0,614																																
	Hayır	117	3,283	0,286				Duygusalılık	Evet	183	3,467	0,355	298,000	0,207	0,836	Hayır	117	3,458	0,367	Sürdürebilirlik	Evet	183	3,362	0,446	298,000	0,299	0,765	Hayır	117	3,346	0,453	Normatif	Evet	183	2,860	0,548	298,000	0,528	0,598
Duygusalılık	Evet	183	3,467	0,355	298,000	0,207	0,836																																
	Hayır	117	3,458	0,367				Sürdürebilirlik	Evet	183	3,362	0,446	298,000	0,299	0,765	Hayır	117	3,346	0,453	Normatif	Evet	183	2,860	0,548	298,000	0,528	0,598	Hayır	117	2,826	0,525								
Sürdürebilirlik	Evet	183	3,362	0,446	298,000	0,299	0,765																																
	Hayır	117	3,346	0,453				Normatif	Evet	183	2,860	0,548	298,000	0,528	0,598	Hayır	117	2,826	0,525																				
Normatif	Evet	183	2,860	0,548	298,000	0,528	0,598																																
	Hayır	117	2,826	0,525																																			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin aktif olarak spor yapma durumları ile takım sporları taraftar bağlılık ölçeği t testi sonuçlarını değerlendirdiğimizde $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 7. Öğrencilerin Taraftar Olarak Üye Olduğunuz Takım Var Mı? Değişkeni ile Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği T-Testi Sonuçları

Ölçek	Üye		n	x	ss	sd	t	p																															
	Olunan	Takım																																					
Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği	Evet	179	3,284	0,273	298,000	-0,688	0,492																																
	Hayır	121	3,306	0,274				Duygusalılık	Evet	179	3,453	0,364	298,000	-0,603	0,547	Hayır	121	3,479	0,354	Sürdürebilirlik	Evet	179	3,335	0,459	298,000	-0,970	0,333	Hayır	121	3,386	0,430	Normatif	Evet	179	2,853	0,535	298,000	0,228	0,819
Duygusalılık	Evet	179	3,453	0,364	298,000	-0,603	0,547																																
	Hayır	121	3,479	0,354				Sürdürebilirlik	Evet	179	3,335	0,459	298,000	-0,970	0,333	Hayır	121	3,386	0,430	Normatif	Evet	179	2,853	0,535	298,000	0,228	0,819	Hayır	121	2,838	0,546								
Sürdürebilirlik	Evet	179	3,335	0,459	298,000	-0,970	0,333																																
	Hayır	121	3,386	0,430				Normatif	Evet	179	2,853	0,535	298,000	0,228	0,819	Hayır	121	2,838	0,546																				
Normatif	Evet	179	2,853	0,535	298,000	0,228	0,819																																
	Hayır	121	2,838	0,546																																			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin taraftar olarak üye olduğunuz takım var mı? değişkeni ile takım sporları taraftar bağlılık ölçeği t testi sonuçlarını değerlendirdiğimizde $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür.

Tablo 8. Öğrencilerin İlgilendiğiniz Takımları Aktif Olarak Takip Ediyor Musunuz? Değişkeni ile Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği T-Testi Sonuçları

Ölçek	Takımları Takip Etme	n	x	ss	sd	t	p
Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği	Evet	184	3,318	0,258	298,000	1,969	0,048*
	Hayır	116	3,254	0,293			
Duygusalılık	Evet	184	3,493	0,332	213,217	1,712	0,076
	Hayır	116	3,417	0,396			
Sürdürülebilirlik	Evet	184	3,366	0,418	298,000	0,535	0,593
	Hayır	116	3,338	0,492			
Normatif	Evet	184	2,875	0,561	264,808	1,143	0,254
	Hayır	116	2,803	0,500			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin ilgilendikleri takımı aktif olarak takip etme durumları ile takım sporları taraftar bağlılık ölçeği t testi sonuçlarını değerlendirdiğimizde $p < 0,05$ düzeyinde genel ölçek değerlendirmesinde anlamlı bir farklılık olduğu bulunurken ölçek alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tablo 9. Öğrencilerin Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği ile İlgilendiğiniz Takım Sportu Değişkenine Göre Karşılaştırılması (One- Way Anova)

Ölçek	Takım Sportu	n	x	ss	f	p	LSD
Takım Sporları Taraftar Bağlılık Ölçeği	Futbol ^a	117	3,312	0,293	0,910	0,404	-
	Basketbol ^b	70	3,256	0,235			
	Voleybol ^c	113	3,298	0,273			
Duygusalılık	Futbol ^a	117	3,433	0,373	1,343	0,263	-
	Basketbol ^b	70	3,446	0,369			
	Voleybol ^c	113	3,507	0,338			
Sürdürülebilirlik	Futbol ^a	117	3,339	0,497	0,166	0,847	-
	Basketbol ^b	70	3,378	0,387			
	Voleybol ^c	113	3,358	0,432			
Normatif	Futbol ^a	117	3,008	0,505	9,330	0,000*	a>b, c
	Basketbol ^b	70	2,707	0,496			
	Voleybol ^c	113	2,767	0,559			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Öğrencilerin takım sporları taraftar bağlılık ölçeği ile ilgilendiğiniz takım sportu değişkeni için yapılan varyans analizi testi sonucuna göre Normatif alt boyutunda $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunurken diğer alt boyutlarda anlamlı farklılık bulunmamıştır.

ve Başaran (2022)'nin futbol taraftarları üzerine yaptıkları çalışmalarında takımının taraftar grubuna üye olanların olmayanlardan, takımına psikolojik olarak bağlılığın, fanatiklik seviyesinin ve mutluluk seviyelerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Öğrencilerin ilgilendikleri takımı aktif olarak takip etme durumları ile takım sporları taraftar bağlılık ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda öğrencilerin ilgilendikleri takımı aktif olarak takip etme durumları ile takım sporları taraftar bağlılık ölçeği sonuçlarına göre $p < 0,05$ düzeyinde genel ölçek değerlendirmesinde anlamlı bir farklılık olduğu bulunurken ölçek alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Çalışmamıza paralel olarak Akkoç ve Üzüm (2022)'ün kadın taraftarlar üzerine yaptıkları çalışmalarında, kadınların taraftarlık seviyeleri ve ilgilendikleri sporu seyretme güdülerine bakılmıştır. Çalışma sonucunda ilgilendikleri sportif faaliyetleri takip eden kadınların taraftarlık seviyelerinin fazla olduğu, ilgilenilen spora olan tutkularının arttığı, oyun bilgilerinin geliştiği, içsel ve dışsal güdülerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. İslam (2022)'in Üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmasında öğrencilerin sporla ilgili yapılan güncel sporu takip etme değişkeni ile taraftarı oldukları takımlara yönelik psikolojik bağlılıklarında anlamlı bir farklılık tespit etmişlerdir. Çakmak ve Başaran (2022) futbol taraftarları üzerine yaptıkları çalışmalarında takımının tüm maçlarını izleyenlerin izlemeyenlerden takımlarına olan psikolojik bağlılıkları, fanatiklik seviyeleri ve mutluluk seviyelerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Araştırmamıza katılan öğrencilerin takım sporları taraftar bağlılık ölçeği ile ilgilendiğiniz takım sporu değişkeni için yapılan varyans analizi testi sonucuna göre Normatif alt boyutunda $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılık olduğu görülürken diğer alt boyutlarda anlamlı farklılık bulunmamıştır. Turan ark. (2018)'nin öğrenci topluluklarının futboldaki fanatiklik seviyelerinin belirlenmesi için yaptıkları çalışmalarında elde edilen veri sonuçlarına göre öğrenci topluluklarının fanatiklik, ilgilendikleri takım taraftarlığı ve futbolseverlikleri arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. Ölçek sonuçlarına göre öğrenci topluluklarının verdiği cevaplara bakıldığında Bursa Spor ve Adana Demir Spor taraftarlarında fanatiklik gözlenmezken en fazla fanatiklik Karşıyaka Spor taraftarlarında gözlenmiştir. Büyük takımlarda taraftarlık oranı en yüksek olan Fenerbahçe iken en düşük olan Galatasaray olduğu bulunmuştur.

Sonuç olarak; üniversite öğrencilerinin takım sporları taraftar bağlılık durumlarının belirlenmesi adlı çalışmamızda, öğrencilerin yaşları, ilgilendikleri takımları aktif olarak takip etmeleri ve hangi takım sporu ile ilgilendikleri değişkenlerinin takım sporları taraftar bağlılık durumlarında önemli rol oynadığı ortaya çıkartılmıştır. Öğrencilerin yaş düzeylerine göre normatiflik değerlerinin değiştiği ve ilgilenilen takımların aktif olarak takip edenlerin taraftar bağlılık durumlarının daha yüksek olduğu ve futbol branşı

ile ilgilenenlerin normatiflik düzeylerinin daha yüksek olduğu çalışmamız sonucunda tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin takım sporları taraftar bağlılık durumlarının birçok değişken üzerinde etkili olduğu görülmüştür. Çalışmamızın daha sonra bu alanda yapılması düşünülen çalışmalara ışık tutaacağı düşünülmektedir.

TEŞEKKÜR

Çalışmamıza katkı sağlayan üniversite öğrencisi arkadaşlarımıza teşekkür ederiz.

Araştırmacıların Katkı Oranlarının Beyanı

Araştırmanın yazarları araştırmaya eşit oranda katkı sağlamış olduklarını beyan ederler.

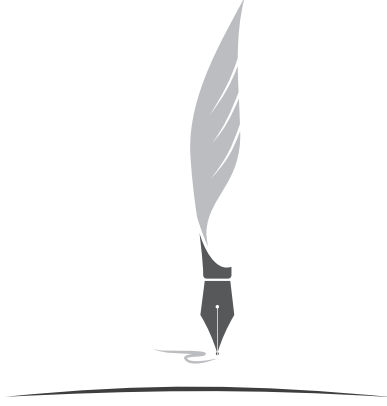
Araştırmacıların Çıkar Çatışmasının Beyanı

Araştırma yazarları aralarında herhangi bir çıkar problemi olmadığını beyan ederler.

KAYNAKÇA

- Akkoç, M., ve Üzüm, H. (2022). Kadınların taraftarlık düzeyi ve sporu seyretme güdüleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 267-280.
- Arıkan, A. N. (2000). Farklı branşlardaki spor seyircilerinin sosyo-kültürel profili ve izleyicilik durumları üzerine bir araştırma. Yayımlanmamış doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara, Türkiye.
- Arslanoğlu, K. (2005). Futbolun psikiyatrisi. 1. Baskı, İstanbul: İthaki Yayınları.
- Altun, M., & Koçak, S. (2015). Türkiye'nin sportif başarı açısından değerlendirilmesi: Bakü Avrupa Oyunları örneği. *Spor Bilimleri Dergisi*, 26(3), 114-128.
- Bal Turan, E., Uğurlu, A., Şakar, M., Sarıkaya, E. (2018). Öğrenci taraftar topluluklarının futbol fanatizm düzeylerinin belirlenmesi: Akdeniz Üniversitesi Örneği. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 74-80.
- Çakmak, G., & Başaran, Z. (2022). Futbol taraftarlarının takıma psikolojik bağlılık, fanatizm ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Sportif Bakış- Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*. <https://doi.org/10.33468/SBSEBD.274>
- George, D., and Mallery, P. (2010). SPSS For Windows Step By Step: A Simple Guide And Reference 17.0 Update (10th Edition). Pearson, Boston.
- Gökdemir, K., Koç, H., Pular, A., Özcan, O., ve Özcan, K. (2009). Bayan hentbolcularda vücut kompozisyonu ile anaerobik güç arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 11(1): 9-13.
- Göksel, A. G., Zorba, E., Yıldız, M., Caz, Ç. (2020). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin taraftarı oldukları futbol takımına karşı psikolojik bağlılıklarının incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(25), 3800-3818. <https://doi.org/10.26466/opus.623549>
- İslam, Ö. G. D. A. (2022). Üniversite öğrencilerinin taraftarı oldukları takımlara yönelik psikolojik bağlılıkları (Ordu Üniversitesi Örneği). Sporda Güncel Araştırmalar.
- Kabamba, C., Bailey, J. (2011). Personality differences among team and individual sport athletes. *Randolph College Sport Preferences*. 1, 2-17.
- Karasar, N. (2007). Bilimsel araştırma yöntemi, 17. Baskı, Nobel Yayınları, Ankara.
- Kazançoğlu, İ. ve Baybars, M. (2016). Lisanslı spor ürünlerinin algılanan değer bileşenlerinin satın alma niyeti ile ilişkisi: Türkiye'nin en büyük üç futbol kulübünün incelenmesi. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 17(1), 51-66.
- Öner, H., & Cerrahoğlu, N. (2023). Sosyal medyanın futbol taraftarları üzerindeki şiddet ve fanatizme etkisi. *Lâpseki Meslek Yüksekokulu Uygulamalı Araştırmalar Dergisi*, 4(8), 16-27.
- Özdamar K. (2002). Paket programları ile istatistiksel veri analizi- 2 (Çok Değişkenli Analizler). Kaan Kitapevi.

- Özsoy, A., & Karlı, Ü. (2023). Sosyal ağ sitelerinde sergilenen taraftar bağlılığı ölçeğinin geçerlik güvenirlik çalışması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(2), 32-47. <https://doi.org/10.33689/sportmetre.1196042>
- Sönmez, Ç. (2011). Yazılı basında üç büyükler ve Anadolu kulüpleri ayrımı. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Gazetecilik Ana Bilim Dalı, İstanbul.
- Şahan, H. (2007). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). Using multivariate statistic (6th ed.), Boston: Allyn and Bacon.
- Trail, G. T. ve James, J. D., (2001). The motivation scale for sport consumption: Assessment of the scales psychometric properties. *Journal of Sport Behavior*, 24(2), 108-128.
- Tozoğlu, E., & Dursun, M. (2020). Spor bilimlerinde bilimsel araştırma süreci, Editör; Gökmen, Ö. Spor & Bilim, Efe Akademi Yayınevi. İstanbul. S.7-23.
- Wann, D. L. (1997). *Sports psychology*. New Jersey-Hall, 325-67.
- Wiid, J.A. & Cant, M.C. (2015). *Sport fan motivation: Are You Going To The Game?* *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 5(1), 383-398.
- Yetim, A.A., Aydoğan, H. ve Özdemir, E. (2023). Takım sporları taraftar bağlılık ölçeği geliştirme çalışması [The Development of The Team Sports Fan Commitment Scale], *Spor Eğitim Dergisi*, 7 (1), 26-39.



Bölüm 10

EBEVEYNLERİN ÇOCUKLARINI YÜZME SPORUNA GÖNDERME NEDENLERİNİN İNCELENMESİ (BAYBURT İLİ ÖRNEĞİ)

Osman GIDIK¹, Meltem EVLİ², Fatih EVLİ³

1 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;

<https://orcid.org/0000-0003-0811-9324>

2 Hitit Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, 19000. Çorum. Türkiye;

<https://orcid.org/0000-0001-5023-3951>

3 Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 19000. Çorum. Türkiye; <https://orcid.org/0000-0001-8783-6932>

GİRİŞ

Aile toplumdaki en küçük sosyal birimdir. Aile bireyselliği sağlar, toplumsal değerleri yüceltir ve psikolojik mutluluk kaynağı olmaktadır. Çocuğun aile dışındaki dünyaya uyum sağlamasına yardımcı olan faktörlerin en önemlisi aile desteğidir. Çoğu çocuk, doğduğu andan itibaren okula gidene kadar aileleriyle yakın bir ilişki içinde olmaktadır. Her şeyi taklit ederek öğrenirler. Tüm ihtiyaç ve arzularımız, konuşmalarımız, beslenme alışkanlıklarımız, okuma sevgimiz, müzik, sinema ve spor sevgimiz tanıdık kalıplarla şekilleniyor. Bu nedenle ebeveynlerini kitap okurken gören çocukların okuma olasılıkları daha yüksek, onları egzersiz yaparken gören çocukların ise spor yapma olasılıkları daha ileri seviyelerde olduğu görülmektedir (Öztürk, 1998).

Aile, çocuğu toplum ve spor dünyası ile tanıştıran ilk birimdir. Erken sosyalleşme ve aile etkisi, bir çocuğun spor yapıp yapmayacağını, eğer yapmıyorsa nasıl spor yapacağını belirlemektedir (Küntay, 1991). Ailenin sosyalleşme üzerindeki etkisi çocukların fiziksel aktivitelere ve spora nasıl katıldıklarını belirler. Ailenin bu konuya yaklaşımı çocuğun bu etkinliklere katılıp katılmayacağını belirlenmesinde önemli bir faktördür (Erdemli, 1991). Çocukların spor ve aktivitelere pek çok faktör katkıda bulunmaktadır. Çocuğun oyun oynama isteğini belirleyen faktörler aile, çevre gibi dış faktörlerdir. Bu faktörler arasında ebeveynlerin eğitim düzeyi, gelir düzeyi, spor faaliyetleri, oyun alanları, beslenme alışkanlıkları ve medya faaliyetleri yer almaktadır. Aileler, çocuklarının başarılı olabilmesi, aileye iyi örnek olabilmesi, spora ilgi duymaları için çok fazla zaman ve para harcamaktadırlar (Coakley, 2006; Hellstedt, 1995). Aileler, çocuklarının zihinsel ve fiziksel gelişimlerine, gelecekte hayatlarının iyileşmesine ve ulaşılabilir olmalarına yardımcı olacağına inanarak çocuklarını en sevdikleri spor branşına götürmektedir (Hutchinson ve ark., 2003).

Spor, insanların eğlence, sağlık ve dinlenme amacıyla yaptığı faaliyetleri ifade etmektedir. Spor kelimesi Latince “disportere” veya “deportere” kelimelerinden türetilen bu kavram aynı zamanda yaşam tarzı olarak nitelendirilebilir. Bu kelimeler zamanla değişime uğrayarak 17. yüzyıldan itibaren Türkçe’ye “spor” olarak geldiği görülmektedir (Kurtipek ve Sönmezoğlu, 2018). Türk Dil Kurumu sözlüklerine göre spor kelimesi Fransa’dan gelmekte ve “sporand” olarak çevrildiği bilinmektedir. Spor kelime anlamı olarak, bedeni ve zihni geliştirmek amacıyla bireysel veya toplu olarak yapılan hareketler olarak bilinmektedir. Egzersiz boş zamanlarda bedeni ve zihni güçlendiren aktivitelerdir. Rekabet açısından spor, kazanma ve yenme mücadelesi olarak kabul edilmektedir (Malina ve ark., 2019). Spor, günlük hayatta sürekli duyulan bir kelime olup hayatın her anında karşılaşılan bir kavram olarak görülmektedir. Spor kavramının tarihi çok eskilere dayanmaktadır. İlk insanlar sporu avlanma ve avlanma mevsiminin tehlikelerinden korunmak için yaptığı birçok harekete dayanmaktadır (Bittencourt ve ark., 2016). Dünya geliştikçe insanların boş zaman değerlendirme fikirleri de gelişiyor ve sporun önemi artıyor. İnsanların

boş zamanlarını spor yaparak geçirmeye başlaması sporu sosyal bir olgu haline getirmiştir (Mustafaoğlu, 2018). Spor, insanların hayatında fiziksel ve zihinsel birçok değişikliğe neden olan aktivitelerdir (Yavaş, 2005).

Yüzme sporları; su üzerinde yapılabilen ender sporlardan biri olup, fitness için harika bir fırsat sunmaktadır. Yüzücünün tüm kas gruplarının aynı anda ve etkili bir şekilde çalıştığı da görülmektedir. Yüzme sporcu yapan bireyin vücut direnci artarak suyun olumsuz etkilerine maruz kalmamasını sağlamaktadır. Yüzme, hız, dayanıklılık, esneklik, kuvvet, ritim, anaerobik ve aerobik gibi sportif etkileri içeren, teknik ve taktik becerileri dikkate alan en popüler sporlardan biri olarak bilinmektedir (Tüzen ve ark., 2005). Yüzme, insanların çocukluktan itibaren yaptığı sporlardan biri olup, birçok toplumda önemli bir yere sahiptir ve sağlıklı bir yaşam tarzı için önemli olduğu bilinmektedir. Bunun nedeni yüzmenin diğer sporlara göre üst düzey bir beceriye sahip olmamasıdır (Çelebi, 2008). Çocukların yüzmeye katılımı vücut kaslarının dengeli gelişimine katkıda bulunur. Suda yatay pozisyonda yapıldığından iskelet kasları üzerindeki stresi azalttığı ve kemik hastalıklarını önlemeye yardımcı olduğu bulunmuştur (Selçuk, 2013). Yüzme sporu çocukların temel motor becerilerinin gelişimine katkı sağladığı gibi koordinasyon ve teknik becerilerinin gelişimini de desteklemektedir (Işıldak, 2013). Çocuklarda yüzmenin, atletik performans da dahil olmak üzere fiziksel ve motor gelişime faydalı olduğu bilinmektedir.

Bu çalışmanın amacı; Bayburt ilinde Gençlik ve Spor il Müdürlüğüne bağlı yüzme havuzunda, çocuklarını yüzme sporuna gönderen ebeveynlerin ekonomik ve demografik faktörleri dikkate alınarak, çocuklarını yüzme sporuna gönderme nedenleri, memnuniyetleri ve bunun çocuklar üzerindeki etkisini belirlemektir. Bu çalışmanın sonuçları, ailelerin çocuklarına spor yapmasının önemini göstermek, yüzme sporunun çocuklar üzerindeki etkisini belirlemek, yüzme sporuna katılım memnuniyetlerini belirlemek, yüzme sporun da bugüne ve geleceğe yönelik stratejik planlamalar yapmak için önemli bir bilgi olarak kullanılacaktır.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı; Bayburt ilinde Gençlik ve Spor il Müdürlüğüne bağlı yüzme havuzunda, çocuklarını yüzme sporuna gönderen ebeveynlerin ekonomik ve demografik faktörleri dikkate alınarak, çocuklarını yüzme sporuna gönderme nedenleri, memnuniyetleri ve bunun çocuklar üzerindeki etkisini belirlemektir. Bu çalışmanın sonuçları, ailelerin çocuklarına spor yapmasının önemini göstermek, yüzme sporunun çocuklar üzerindeki etkisini belirlemek, yüzme sporuna katılım memnuniyetlerini belirlemek, yüzme sporun da bugüne ve geleceğe yönelik stratejik planlamalar yapmak için önemli bir bilgi olarak kullanılacaktır.

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada mevcut durumu ortaya koymak amacıyla bir tarama modeli kullanılmıştır. Karasar'a (2014), tarama modelini; "geçmişteki veya mevcut durumları betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yöntemi" olarak tanımlamıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada, çocuklarını yüzme sporuna gönderen ebeveynlerin ekonomik ve demografik faktörleri dikkate alınarak, çocuklarını yüzme sporuna gönderme nedenleri, memnuniyetleri ve bunun çocuklar üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla araştırmacılar tarafından oluşturulan 7 soruluk demografik bilgi formu ve Orhanlı, (2017), tarafından geliştirilen "Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği" kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu

Ebeveynlere, veli cinsiyeti, veli yaşı, veli eğitim düzeyi, ailenizin aylık geliri, düzenli olarak spor yapma durumu, çocuğun cinsiyeti ve çocuğun doğum yılı olmak üzere toplamda 7 soruluk demografik bilgi formu uygulanmıştır.

Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği

Orhanlı, (2017), tarafından geliştirilen "Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği" kullanılmıştır. Yüzmeye katılım, memnuniyet ve çocuklar üzerindeki etki ile ilgili faktörler incelenmiştir. Ölçek, 5'li Likert tipinde olup, 3 alt boyuttan ve toplamda 21 sorudan oluşmaktadır. (1: kesinlikle katılmıyorum, 2: katılmıyorum, 3: kararsızım, 4: katılıyorum, 5: kesinlikle katılıyorum). Ölçek, "Katılımcıların çocuklarını yüzmeyi sporuna gönderme nedenleri" (10 soru), "Yüzmenin çocuklar üzerindeki etkisi" (5 soru) ve "Yüzme sporundaki memnuniyet düzeyi" (6 soru) alt boyutlarından oluşmaktadır. Cronbach Alpha güvenilirlik katsayıları, yüzme sporuna gönderme nedenleri 0,891, yüzme sporunun etkisi 0,665 ve yüzme sporundaki memnuniyet düzeyi 0,810 düzeylerinde olduğu görülmüştür.

Verilerin Analizi

Verileri analiz etmeden önce, verilerin istatistiksel bilgi üretebilmesi için homojenlik ve normallik gibi varsayımların kontrol edilmesi, bu yönetime göre hangi analiz yönteminin kullanılacağına karar verilmesi gerekmektedir (Tozoğlu ve Dursun, 2020).

Ebeveynlere iletilen kişisel bilgi formu ve yüzme sporuna gönderme ölçeğinden elde edilen uygun veriler elektronik ortama aktarılarak veri analizleri kullanılarak değerlendirilmektedir. Verilerin analizinde, SPSS 27 analiz programı kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren verilerde, iki bağımsız değişken ile yüzme sporuna gönderme ölçeği arasındaki farkları göstermek için "Bağımsız örneklem için T testi", iki veya daha fazla değişken ile yüzme sporuna gönderme ölçeği arasındaki farklılıkları belirlemek için "tek yönlü varyans analizi Anova",

farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için ise Tukey testleri kullanılarak elde edilen veriler $p < 0,05$ önem düzeyine göre değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1: *Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği ve Alt Boyutlarının Cronbach Alpha Değerleri*

Ölçek	Cronbach's Alpha Katsayısı	Soru Sayısı
Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği	0,976	21
Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	0,972	10
Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	0,797	5
Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	0,961	6

Tablo 1. incelendiğinde; Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı değerlerinin, yüzme sporuna gönderme ölçeği 0,976, yüzme sporuna gönderme nedeni 0,972, yüzme sporundaki memnuniyet düzeyi 0,961 ile yüksek güvenilirlik düzeylerinde olduğu belirlenirken, yüzme sporunun çocuğun üzerindeki etkisi 0,797 ile oldukça güvenilir düzeylerde olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu değerler; $0,60 < R^2 < 1,00$ arasında olduğundan araştırmada kullanılan ölçeğin oldukça ve yüksek güvenilir düzeylerde olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Tablo 2: *Ebeveynlerin Kişisel Değişkenlerine İlişkin Dağılımları*

Değişkenler	N	%	
Veli Cinsiyeti	Anne	41	56,9
	Baba	31	43,1
Veli Yaşı	25 Yaş ve Altı	11	15,3
	26-35 Yaş	12	16,7
	36-45 Yaş	36	50,0
	46 Yaş ve Üstü	13	18,0
Veli Eğitim Düzeyi	Lise	24	33,3
	Üniversite	29	40,3
	Lisansüstü	19	26,4
Çocuğun Cinsiyeti	Kız	21	29,2
	Erkek	51	70,8
Çocuğun Doğum Yılı	2010 Doğumlu	10	13,9
	2011 Doğumlu	12	16,7
	2012 Doğumlu	9	12,5
	2013 Doğumlu	13	18,1
	2014 Doğumlu	9	12,5
	2015 Doğumlu	12	16,7
	2016 Doğumlu	7	9,7
Aylık Gelir Düzeyi	0-5000 (YTL)	4	5,6
	5001-10000 (YTL)	8	11,1
	10001-15000 (YTL)	20	27,8
	15001 ve Üstü (YTL)	40	55,5
Düzenli Olarak Spor Yapma Durumu	Evet	29	40,3
	Hayır	43	59,7

Tablo 3: Velilerin yaşlarına göre yapılan Anova-Tukey analiz sonuçları

Ölçek	Veli Yaşı						Tukey
	Değişkenler	n	x	ss	f	p	
Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği	25 Yaş ve Altı ^a	11	2,757	1,071	11,560	0,001*	a>c, d b>c
	26-35 Yaş ^b	12	3,281	1,153			
	36-45 Yaş ^c	36	4,158	0,368			
	46 Yaş ve Üstü ^d	13	3,780	0,779			
Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	25 Yaş ve Altı ^a	11	2,763	1,164	12,478	0,001*	a>c, d b>c
	26-35 Yaş ^b	12	3,283	1,198			
	36-45 Yaş ^c	36	4,366	0,444			
	46 Yaş ve Üstü ^d	13	4,069	1,029			
Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	25 Yaş ve Altı ^a	11	2,545	0,951	7,323	0,001*	a>c
	26-35 Yaş ^b	12	3,016	0,920			
	36-45 Yaş ^c	36	3,594	0,464			
	46 Yaş ve Üstü ^d	13	3,276	0,709			
Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	25 Yaş ve Altı ^a	11	2,924	1,143	8,563	0,001*	a>c b>c
	26-35 Yaş ^b	12	3,500	1,325			
	36-45 Yaş ^c	36	4,282	0,500			
	46 Yaş ve Üstü ^d	13	3,717	0,711			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Ebeveynlerin yaş değişkeninin Anova-Tukey sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında (p<0,05) düzeyinde farklılıklar belirlenmiştir (Tablo 3).

Tablo 4: Veli eğitim düzeylerine göre yapılan Anova-Tukey analiz sonuçları

Ölçek	Veli Eğitim Düzeyi						Tukey
	Değişkenler	n	x	ss	f	p	
Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği	Lise ^a	24	3,591	1,042	1,136	0,327	-
	Üniversite ^b	29	3,924	0,767			
	Lisansüstü ^c	19	3,609	0,890			
Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	Lise ^a	24	3,712	1,187	0,591	0,557	-
	Üniversite ^b	29	4,024	0,876			
	Lisansüstü ^c	19	3,900	1,073			
Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Lise ^a	24	3,275	0,915	0,938	0,396	-
	Üniversite ^b	29	3,406	0,699			
	Lisansüstü ^c	19	3,094	0,674			
Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	Lise ^a	24	3,275	0,915	3,474	0,037*	a>b b>c
	Üniversite ^b	29	3,406	0,699			
	Lisansüstü ^c	19	3,094	0,674			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Veli eğitim düzeyi değişkeninin Anova-Tukey sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genelinde, yüzme sporuna gönderme nedeni ve yüzme sporunun çocuğun üzerindeki etkisi alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenirken, yüzme sporundaki memnuniyet düzeyi alt boyutunda ($p<0,05$) farklılıkların olduğu belirlenmiştir (Tablo 4).

Tablo 5: Velilerin aylık gelir düzeylerine göre yapılan Anova-Tukey analiz sonuçları

Aylık Gelir Düzeyi							
Ölçek	Değişkenler	n	x	ss	f	p	Tukey
Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği	0-5000 (YTL) ^a	4	2,559	1,214	3,666	0,016*	a>d
	5001-10000 (YTL) ^b	8	3,506	0,949			
	10001-15000 (YTL) ^c	20	3,619	0,856			
	15001 ve Üstü (YTL) ^d	40	3,947	0,799			
Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	0-5000 (YTL) ^a	4	2,500	1,319	4,049	0,010*	a>d
	5001-10000 (YTL) ^b	8	3,687	1,082			
	10001-15000 (YTL) ^c	20	3,710	0,988			
	15001 ve Üstü (YTL) ^d	40	4,155	0,912			
Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	0-5000 (YTL) ^a	4	2,400	0,783	2,885	0,042*	a>d
	5001-10000 (YTL) ^b	8	3,050	0,674			
	10001-15000 (YTL) ^c	20	3,210	0,809			
	15001 ve Üstü (YTL) ^d	40	3,450	0,717			
Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	0-5000 (YTL) ^a	4	2,791	1,583	2,382	0,077	-
	5001-10000 (YTL) ^b	8	3,583	1,000			
	10001-15000 (YTL) ^c	20	3,808	0,860			
	15001 ve Üstü (YTL) ^d	40	4,016	0,881			

* $p<0,05$ düzeyinde anlamlı

Velilerin aylık gelir düzeyleri değişkeninin Anova-Tukey sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genelinde, yüzme sporuna gönderme nedeni ve yüzme sporunun çocuğun üzerindeki etkisi alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıkların olduğu belirlenirken, yüzme sporundaki memnuniyet düzeyi alt boyutunda ($p<0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 5).

Tablo 6: Çocukların doğum yıllarına göre yapılan Anova-Tukey analiz sonuçları

Ölçek	Çocuğun Doğum Yılı					f	p	Tukey
	Değişkenler	n	x	ss				
Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği	2010 Doğumlu ^a	10	3,371	1,235				
	2011 Doğumlu ^b	12	3,515	1,150				
	2012 Doğumlu ^c	9	4,031	0,804				
	2013 Doğumlu ^d	13	3,952	0,632	0,868	0,523	-	
	2014 Doğumlu ^e	9	3,804	0,750				
	2015 Doğumlu ^f	12	3,555	0,961				
	2016 Doğumlu ^g	7	4,013	0,258				
Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	2010 Doğumlu ^a	10	3,48	1,380				
	2011 Doğumlu ^b	12	3,70	1,284				
	2012 Doğumlu ^c	9	4,17	0,909				
	2013 Doğumlu ^d	13	4,100	0,698	0,920	0,486	-	
	2014 Doğumlu ^e	9	3,911	0,950				
	2015 Doğumlu ^f	12	3,650	1,122				
	2016 Doğumlu ^g	7	4,400	0,435				
Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	2010 Doğumlu ^a	10	3,000	0,993				
	2011 Doğumlu ^b	12	3,216	0,974				
	2012 Doğumlu ^c	9	3,555	0,661				
	2013 Doğumlu ^d	13	3,553	0,572	0,776	0,592	-	
	2014 Doğumlu ^e	9	3,244	0,792				
	2015 Doğumlu ^f	12	3,116	0,779				
	2016 Doğumlu ^g	7	3,257	0,411				
Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	2010 Doğumlu ^a	10	3,500	1,369				
	2011 Doğumlu ^b	12	3,458	1,165				
	2012 Doğumlu ^c	9	4,185	0,879				
	2013 Doğumlu ^d	13	4,038	0,667	0,962	0,458	-	
	2014 Doğumlu ^e	9	4,092	0,514				
	2015 Doğumlu ^f	12	3,763	1,050				
	2016 Doğumlu ^g	7	4,000	0,600				

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Çocukların doğum yılları değişkeninin Anova-Tukey sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında (p<0,05) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 6).

Tablo 7: Veli cinsiyetlerine göre yapılan T-testi analiz sonuçları

Veli Cinsiyeti																																							
Ölçek	Değişkenler	n	x	ss	sd	t	p																																
Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği	Anne	41	3,868	0,824	70,000	1,515	0,134																																
	Baba	31	3,546	0,975				Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	Anne	41	4,068	0,928	57,189	1,682	0,098	Baba	31	3,648	1,131	Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Anne	41	3,380	0,726	70,000	1,269	0,209	Baba	31	3,148	0,821	Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Anne	41	3,943	0,908	70,000	1,024	0,309
Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	Anne	41	4,068	0,928	57,189	1,682	0,098																																
	Baba	31	3,648	1,131				Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Anne	41	3,380	0,726	70,000	1,269	0,209	Baba	31	3,148	0,821	Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Anne	41	3,943	0,908	70,000	1,024	0,309	Baba	31	3,709	1,018								
Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Anne	41	3,380	0,726	70,000	1,269	0,209																																
	Baba	31	3,148	0,821				Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Anne	41	3,943	0,908	70,000	1,024	0,309	Baba	31	3,709	1,018																				
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Anne	41	3,943	0,908	70,000	1,024	0,309																																
	Baba	31	3,709	1,018																																			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Veli cinsiyeti değişkeninin T-test sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında ($p < 0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 7).

Tablo 8: Çocuğun cinsiyetine göre yapılan T-testi analiz sonuçları

Çocuğun Cinsiyeti																																							
Ölçek	Değişkenler	n	x	ss	sd	t	p																																
Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği	Kız	21	3,528	1,122	28,526	-1,060	0,298																																
	Erkek	51	3,813	0,790				Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	Kız	21	3,600	1,201	30,694	-1,382	0,177	Erkek	51	4,005	0,944	Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Kız	21	3,295	0,943	29,475	0,091	0,928	Erkek	51	3,274	0,699	Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Kız	21	3,603	1,187	28,591	1,188	0,245
Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	Kız	21	3,600	1,201	30,694	-1,382	0,177																																
	Erkek	51	4,005	0,944				Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Kız	21	3,295	0,943	29,475	0,091	0,928	Erkek	51	3,274	0,699	Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Kız	21	3,603	1,187	28,591	1,188	0,245	Erkek	51	3,941	0,839								
Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Kız	21	3,295	0,943	29,475	0,091	0,928																																
	Erkek	51	3,274	0,699				Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Kız	21	3,603	1,187	28,591	1,188	0,245	Erkek	51	3,941	0,839																				
Katılım Konusunda Velinin Kendini Geliştirmesi	Kız	21	3,603	1,187	28,591	1,188	0,245																																
	Erkek	51	3,941	0,839																																			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Çocuğun cinsiyet değişkeninin T-test sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında ($p < 0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 8).

Tablo 9: Velilerin düzenli olarak spor yapma durumlarına göre yapılan T-testi analiz sonuçları

		Düzenli Olarak Spor Yapma Durumu																																					
Ölçek	Değişkenler	n	x	ss	sd	t	p																																
Yüzme Sporuna Gönderme Ölçeği	Evet	29	3,747	0,963	70,000	0,130	0,897																																
	Hayır	43	3,718	0,867				Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	Evet	29	3,851	1,053	70,000	-0,239	0,811	Hayır	43	3,911	1,032	Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Evet	29	3,420	0,849	70,000	1,271	0,208	Hayır	43	3,186	0,709	Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	Evet	29	3,844	1,038	70,000	0,016	0,987
Yüzme Sporuna Gönderme Nedeni	Evet	29	3,851	1,053	70,000	-0,239	0,811																																
	Hayır	43	3,911	1,032				Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Evet	29	3,420	0,849	70,000	1,271	0,208	Hayır	43	3,186	0,709	Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	Evet	29	3,844	1,038	70,000	0,016	0,987	Hayır	43	3,841	0,911								
Yüzme Sporunun Çocuğun Üzerindeki Etkisi	Evet	29	3,420	0,849	70,000	1,271	0,208																																
	Hayır	43	3,186	0,709				Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	Evet	29	3,844	1,038	70,000	0,016	0,987	Hayır	43	3,841	0,911																				
Yüzme Sporundaki Memnuniyet Düzeyi	Evet	29	3,844	1,038	70,000	0,016	0,987																																
	Hayır	43	3,841	0,911																																			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Velilerin düzenli olarak spor yapma değişkeninin T-test sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında ($p < 0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 9).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Tablo 1.'de Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı değerlerinin, yüzme sporuna gönderme ölçeği 0,976, yüzme sporuna gönderme nedeni 0,972, yüzme sporundaki memnuniyet düzeyi 0,961 ile yüksek güvenilirlik düzeylerinde olduğu belirlenirken, yüzme sporunun çocuğun üzerindeki etkisi 0,797 ile oldukça güvenilir düzeylerde olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu değerler; $0,60 < R^2 < 1,00$ arasında olduğundan araştırmada kullanılan ölçeğin oldukça ve yüksek güvenilir düzeylerde olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Ebeveynlerin yaş değişkeninin Anova-Tukey sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında ($p < 0,05$) farklılıklar belirlenmiştir (Tablo 3). Gıdık, & Şipal, (2023), yaş değişkeninde farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Evli ve ark., (2023), yaş değişkeninde anlamlı farklılıkların bulunduğunu bildirmişlerdir. Kul ve ark., (2021), yaş değişkeninin de anlamlı farklılıkların oluşmadığını belirlemişlerdir. Doğan, & Özkardeş, (2024), ebeveynlerin yaş değişkeninin de farklılıkların olmadığını bildirmişlerdir. Yaş seviyelerinin sahip olduğu kaynaklar ve araçlar daima ailelerin ekonomik fırsatları ile ilgilidir. Yaşa göre ailelerin eğitim harcama ortalamaları karşılaştırıldığında, eğitim düzeyi ve yaş arttıkça harcamaların da arttığı görülmektedir (Akın, 2023).

Veli eğitim düzeyi değişkeninin Anova-Tukey sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genelinde, yüzme sporuna gönderme nedeni ve yüzme sporunun çocuğun üzerindeki etkisi alt boyutlarında ($p < 0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenirken, yüzme sporundaki memnuniyet düzeyi alt

boyutunda $p < 0,05$ düzeyinde farklılıkların olduğu belirlenmiştir (Tablo 4). Kotan, (2007), tarafından yapılan çalışmada aile eğitiminin yüksek olması ve ailede sporcu bulunmasının çocukların spor tutumlarını olumlu yönde etkilediği gösterilmiştir. Esen, (2010), yaptığı araştırmada baba eğitim düzeyi ne kadar yüksekse oğlunun spora yönelik tutumunun da o kadar iyi olduğunu tespit etmiştir. Gracia, (2014), İspanyol ebeveynler arasında yapılan araştırmasında ebeveynlerin eğitim düzeyleri yükseldikçe çocuklarına daha fazla fiziksel bakım sağladıklarını bulmuştur. Öztürk ve ark., (2016), veli eğitim düzeylerinde anlamlı farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Gıdık, & Ekizoğlu, (2023), yaş değişkeninde farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Gül, (2019), eğitim düzeylerinde farklılıkların oluştuğunu bildirmiştir. Şimşek, & Kartal, (2023), eğitim düzeylerinde farklılıkların bulunduğunu bildirmiştir.

Velilerin aylık gelir düzeyleri değişkeninin Anova-Tukey sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genelinde, yüzme sporuna gönderme nedeni ve yüzme sporunun çocuğun üzerindeki etkisi alt boyutlarında ($p < 0,05$) farklılıklar belirlenirken, yüzme sporundaki memnuniyet düzeyi alt boyutunda ($p < 0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 5). Kayıkçı, (2006), çalışmasında ailenin gelir seviyesi ile ebeveynlerin eğitim düzeyinin çocuğun spor faaliyetlerini etkilediği sonucuna varmıştır. Ata, (2023), aile gelir düzeylerinde farklılıkları tespit etmiştir. Çelik ve ark., (2023), katılımcıların aylık gelir değişkeninde farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Köroğlu ve ark., (2023), gelir değişkeninde farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir. Ekizoğlu, & Oruç, (2022), aylık gelir değişkeninde farklılaşmanın olmadığını bildirmişlerdir. Doğan, & Özkardeş, (2024), ebeveynlerin aylık gelir düzeylerinde farklılıkların bulunmadığını belirlemişlerdir.

Çocukların doğum yılları değişkeninin Anova-Tukey sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında ($p < 0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 6). Ağgöl, & Yılmaz, (2024), çocuk yaşlarında anlamlı farklılaşmanın olduğunu belirlemişlerdir. Cimili, (2017), çocukların yaş durumlarında farklılıkların oluşmadığını belirlemiştir. Soy, (2019), 8-10 yaş grubundaki öğrenciler ile yaptığı çalışmasında yaş değişkeninde farklılıkların olmadığını bildirmiştir. Çalı, & Yıldız, (2024), çocuk yaşlarında farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir.

Veli cinsiyeti değişkeninin T-test sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında ($p < 0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 7). Sanchez-Miguel ve ark., (2017), cinsiyet değişkeninde farklılıkların bulunduğunu bildirmişlerdir. Çelik, & Gıdık, (2023), cinsiyet değişkeninde farklılıkları belirlemişlerdir. Öztürk ve ark., (2016), veli cinsiyet değişkeninde anlamlı farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir. Başkonuş, & Öztürk, (2023), çalışmalarında anlamlı farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir.

Çocuğun cinsiyet değişkeninin T-test sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 8). Temiz ve ark., (2020), çalışmalarında çocuk cinsiyetlerinde anlamlı farklılaşmanın olduğunu bildirmişlerdir. Duran, & Erkek, (2018), araştırmalarında çocuk cinsiyetlerinde farklılaşmanın olmadığını belirlemişlerdir. Ferik, (2022), çocukların cinsiyet değişkeninde farklılıkların olmadığını tespit etmiştir. Ağgöl, & Yılmaz, (2024), araştırmalarında çocukların cinsiyetlerinde farklılaşmanın olmadığını tespit etmişlerdir. Çalı, & Yıldız, (2024), çocuk cinsiyeti değişkeninde farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir. Doğan, & Özkardeş, (2024), çocukların cinsiyet faktörlerinde farklılıkların bulunmadığını bildirmişlerdir.

Velilerin düzenli olarak spor yapma değişkeninin T-test sonuçlarında, yüzme sporuna gönderme ölçeğinin genel ve tüm alt boyutlarında ($p<0,05$) farklılıkların oluşmadığı belirlenmiştir (Tablo 9). Öztürk ve ark., (2016), düzenli olarak spor yapma değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Evli ve ark., (2020), düzenli olarak spor yapma değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğunu bildirmişlerdir. Öztürk, (2023), araştırmalarında düzenli olarak spor yapma değişkeninde anlamlı farklılıkların bulunduğunu belirlemiştir. Çelik, & Gıdık, (2022), spor yapma değişkeninde farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Metan, & Küçük, (2017), spor yapma durumunda anlamlı bir farklılıkların olmadığını tespit etmişlerdir. Çalı, & Yıldız, (2024), düzenli olarak spor yapma durumlarında farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir.

Sonuç olarak araştırmaya katılan ebeveynlerin cinsiyeti, çocuğun cinsiyeti, çocuğun doğum yılı ve düzenli egzersiz yapma gibi demografik değişkenlerinde anlamlı farklılıkların olmadığı, ebeveynlerin yaş, eğitim ve aylık gelir düzeylerinde önemli farklılıkların olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlar, çocuklarını yüzme gönderen ebeveynlerin yaşı, eğitimi ve aylık geliri artıktıkça spora olan ilgilerinin de artabileceğini göstermektedir.

Araştırmacıların Katkı Oranlarının Beyanı

Araştırmanın yazarları çalışmaya eşit oranda katkı sağladıklarını beyan ederler.

Araştırmacıların Çıkar Çatışmasının Beyanı

Araştırma yazarları aralarında herhangi bir çıkar problemi olmadığını beyan ederler.

KAYNAKLAR

- Ağgöl, C., & Yılmaz, F. (2024). İlkokul öğrencilerinin kalıp yargı ve ön yargılarının yaş ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 59(59), 91-112.
- Akın, M. H. (2023). Türkiye’de çocuk sosyalleşmesinin bazı görünümüleri. *Journal of Actual Sociology (JAS) Güncel Sosyoloji*. (Aralık) Cilt: 1. Sayı: 1. Sayfa: 4-24.
- Ata, E. (2023). Üniversite öğrencilerinin yaratıcılık öz yeterlik algılarının bazı değişkenler açısından değerlendirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(2), 477-493.
- Başkonuş, T., & Öztürk, D. (2023). Öğretmen adaylarının kaynaştırma/bütünleştirme eğitimine ilişkin duygu, tutum ve kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(1), 170- 184.
- Bittencourt, N. F., Meeuwisse, W. H., Mendonça, L. D., Nettel-Aguirre, A., Ocarino, J. M., & Fonseca, S. T. (2016). Complex Systems Approach For Sports Injuries: Moving From Risk Factor Identification to Injury Pattern Recognition-Narrative Review and New Concept. *British Journal of Sports Medicine*, 50(21), 1309-1314.
- Cimilli, V. (2017). Spor lisesi öğrencilerinde bedensel/kinestetik zekâ ile beden eğitimi dersine yönelik tutum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Erzurum. Türkiye.
- Coakley, J. (2006). “The Good Father: Parental Expectations And Youth Sports”, *Journal Of Leisure Studies*, 25(2): 155-163.
- Çalı, O., & Yıldız, R. (2024). Geleneksel çocuk oyunlarının bedensel zekâya etkisi. *Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 94-101.
- Çelebi, Ş. (2008). Yüzme antrenmanı yaptırılan 9-13 yaş gurubu ilköğretim öğrencilerinde vücut yapısal ve fonksiyonel özelliklerinin incelenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Çelik, H., & Gıdık, O. (2022). Kriket gençler Türkiye birinciliği şampiyonasına katılan sporcuların, kriket sporunu tercih etme nedenleri. *Spor Bilimlerinde Teori ve Araştırmalar*. Ekim. s. 35-52. Serüven Yayınevi. Ankara.
- Çelik, H., & Gıdık, O. (2023). Türkiye petank şampiyonasına katılan sporcuların bocce sporunu tercih etme nedenleri. *Ekim*. 56-73. Duvar Yayınevi. İzmir.
- Çelik, H., Gıdık, O., & Çelik, M. (2023). Examination of artificial intelligence anxiety levels of Bocce athletes. *Advanced And Contemporary Studies in Sport Sciences*. Aralık. 53-88. ISBN: 978-625-6585-97-3. Duvar Yayınevi. İzmir.
- Doğan, E., & Özkardeş, O. (2024). 3-6 yaşında çocuğu olan babaların babalık rolü algısı ile baba katılım düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Avrasya Sosyal Ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 11(1), 29-49.

- Duran, E., & Erkek, G. (2018). Ortaokul 8. sınıf öğrencilerinin okuma ön yargularının belirlenmesi, *Ahi Evran Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 1-17, doi: 10.31592/aeusbed.368064.
- Ekizoğlu, Ö., & Oruç, G. (2022). Determination of the sports products consumer profiles of the Turkish armed forces personnel. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, 1582-1591.
- Erdemli, A. (1991). Türk-Alman Kültür Diyalogunda Spor Ahlaki ve Spor Felsefesine Yeni Yaklaşımlar. *Meya Matbaacılık ve Yayıncılık*. İstanbul. S.50.
- Esen, S.A. (2010). İlköğretim okullarında okuyan ve voleybol sporcusu olmayı seçen öğrencilerin bu seçimlerindeki nedenler ve okul, aile, toplum faktörlerinin etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi, İstanbul.
- Evli, F., Gıdık, O., & Cerit, E. (2020). Anxiety levels of footballers in regional amateur and professional leagues during pandemic process. *Ambient Science*, 7(1): 81-85.
- Evli, F., Gıdık, O., Evli, M., Gıdık, B., & Kul, M. (2023). Türkiye'deki profesyonel ve amatör lig futbolcularının organik gıda tercihlerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 6(3): 2361-2377.
- Ferik, A, O. (2021). Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin akademik başarıları ile çoklu zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Balıkesir. Türkiye.
- Gıdık, O., & Şipal, O. (2023). Ragbi sporcularının sporda mücadele ve endişe durumlarının farklı değişkenler bakımından incelenmesi. *Current Research in Sports/ Sporda Güncel Araştırmalar*. Mart. 1-19. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Gıdık, O., & Ekizoğlu Ö. (2023). An investigation of bocce athletes' self-regulation and respect for opposing views in sport. *Advanced and Contemporary Studies in Sport Sciences*. Aralık. s. 35-52. ISBN: 978-625-6585-97-3. Duvar Yayınları. İzmir.
- Gracia, P. (2014). Fathers' child care involvement and children's age in Spain: A time use study on differences by education and mothers' employment. *European Sociological Review*, 30, 137-150.
- Gül, Ş. (2019). 3-6 yaş arası çocuğu olan ebeveynlerin babalık rolüne ilişkin algılarının ve babalık rolünün yeterliliğine dair görüşlerinin incelenmesi. *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Programı Yüksek Lisans Tezi*. Ankara.
- Hellstedt, J. C. (1995). Invisible Players: A Family Systems Model. In S. Murphy (Ed.), *Sport Psychology Interventions* (Pp. 117-146). Champaign, Il: Human Kinetics.
- Hutchinson, S. L., Baldwin, C. K., & Caldwell, L. L. (2003). Differentiating Parent Practices Related To Adolescent Behavior In The Free Time Context. *Journal Of Leisure Research*, 35(4), 396-422.
- Işıldak, K. (2013). 12-15 yaş arasındaki elit yüzücülerde dönemlik antrenmanların

bazı antropometrik, fizyolojik ve biyomotorik özelliklerin gelişimine etkisi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta.

- Karasar, N. (2014), Bilimsel araştırma yöntemi, Nobel Yayınları, Ankara.
- Kayıkçı, N. (2006). 7-12 yaş grubu çocukların okul dışı sportif etkinliklerinde ailelerin destek ve baskıları ile bunun çocuk üzerindeki etkileri (Ankara ili Örneği). Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Kotan, Ç. (2007). İlköğretim okullarında okuyan sporcu öğrencilerin spor yapmalarında okul ve aile faktörünün etkisi (Sakarya il Örneği), Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Köroğlu, M., Yentürk, B., & Abanoz, H. (2023). Boş zaman faaliyeti olarak yüzme sporu yapan bireylerin özgüven düzeylerinin incelenmesi. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 6(3), 224-240.
- Kul, M., Gıdık, B., Gıdık, O., Şipal, O., & Şipal, Ö. (2021). Organic food nutrition knowledge level of Olympic Boxers in Turkey. Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi; 4(3), 250-260.
- Kurtipek, S., & Sönmezoğlu, U. (2018). Determination of the perceptions of sports managers about sport concept: a metaphor analysis study. International Journal of Higher Education, 7(4), 17-25.
- Küntay, E. (1991). Çocuk ve gençlerde davranış bozukluğunu düzeltici önlem olarak spor. Meva Matbaacılık, İstanbul.
- Malina, R. M., Cumming, S. P., Rogol, A. D., Coelho-e-Silva, M. J., Figueiredo, A. J., Konarski, J. M., & Koziel, S. M. (2019). Bio-banding in youth sports: Background, Concept, and Application. Sports Medicine, 49(11), 1671-1685.
- Metan, H., & Küçük, V. (2017). 12-14 yaş grubu düzenli spor yapan ve yapmayan bireylerin çoklu zekâ yönüyle karşılaştırılması. Journal Of International Social Research, 10(49) 327-333.
- Mustafaoğlu, R. (2018). E-Spor, spor ve fiziksel aktivite. Ulusal Spor Bilimleri Dergisi, 2(2), 84-96.
- Orhanlı, C. (2017). Ailelerin çocuklarını yüzme sporuna gönderme nedenlerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Öztürk, F. (1998). Toplumsal boyutlarıyla spor. Bağrgan Yayınmevi.
- Öztürk, H., Akın, A., & Damar, D. (2016). Velilerin çocuklarını basketbol okullarına gönderme sebeplerinde etkili olan nedenlerin tespiti. CBÜ Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 11(1), 1-12.
- Öztürk, E. (2023). Savunma sporu ile uğraşan sporcularının müsabaka öncesi stres düzeylerinin incelenmesi. Spor Eğitim Dergisi, 7(1), 40-44. DOI: 10.55238/serder.1224656.
- Sanchez-Miguel, P. A., Francisco, M. L., Amado, D., Pulido, J. J., & Oliva, S. D. (2017).

Relationships between physical activity levels, self-identity, body dissatisfaction and motivation among spanish high school students. *Journal of Human Kinetics*: (59), 29-38.

- Selçuk, H. (2013). 11-13 yaş grubu erkek yüzücülerde 12 haftalık terabant antrenmanının bazı motorik özellikler ile yüzme performansına etkileri (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Soy, E. (2019). 8-10 yaş grubu çocuklarda sporda yetenek seçimi ile kinestetik zekâ ve fiziksel öz saygınlık arasındaki ilişki. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Ankara. Türkiye.
- Şimşek, B., & Kartal, A. (2023). Takım ve bireysel sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 28-40.
- Temiz, Z., Ünlü Çetin, Ş., & Yılmaz, S. (2020). Okul öncesi eğitim alan beş yaş çocuklarının meslek seçimleri ve cinsiyetlerine ilişkin düşüncelerinin incelenmesi. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(1), 318-350, doi: 10.33711/yyuefd.691593.
- Tozoğlu, E., & Dursun, M. (2020). Spor bilimlerinde bilimsel araştırma süreci, Editör; Gökmen, Ö. Spor & Bilim, Efe Akademi Yayınevi. İstanbul. S.7-23.
- Tüzen, B., Müniroğlu, S., & Tanılkan, K. (2005). Kısa mesafe yüzücülerinin 30 metre sürat koşusu dereceleri ile 50 metre serbest stil yüzme derecelerinin karşılaştırılması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3:97-99.
- Yavaş, Ö. (2005). Sporun ekonomi içindeki yeri ve spor pazarlama: Üç büyük spor kulübünde uygulamalı bir araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.



Bölüm 11

EGZERSİZİN DİYABET VE METABOLİK SENDROM ÜZERİNE ETKİSİ

*Gönül Rezzan TİZAR*¹

¹ Gönül Rezzan TİZAR, (Bilim Doktoru), ORCID: 0000-0001-8330-1703

GİRİŞ

Diyabet ve metabolik sendrom, günümüzde artan bir sağlık sorunu olarak öne çıkmakta ve küresel ölçekte ciddi bir halk sağlığı endişesi yaratmaktadır. Tip 2 diyabet ve metabolik sendrom, obezite, insülin direnci, yüksek tansiyon ve dislipidemi gibi risk faktörlerinin birleşimiyle oluşan karmaşık metabolik bozukluklardır. Bu durumlar, kalp-damar hastalıkları, böbrek hastalıkları ve diğer metabolik komplikasyonlar gibi ciddi sağlık sorunlarına ve potansiyel olarak ölümcül sonuçlara yol açabilir (1,2).

Egzersiz, diyabet ve metabolik sendromun yönetimi ve önlenmesinde etkili bir yöntem olarak kabul edilmektedir. Düzenli fiziksel aktivite, kan şekeri düzeylerinin kontrol edilmesine, kilo kaybının teşvik edilmesine, insülin duyarlılığının artırılmasına ve kardiyovasküler sağlığın iyileştirilmesine katkı sağlar. Ancak, egzersizin bu sağlık durumları üzerindeki tam mekanizmaları ve etkileri halen tam olarak anlaşılmamıştır (3).

Egzersiz diyabet ve metabolik sendrom üzerindeki etkilerini daha ayrıntılı olarak incelemek, bu karmaşık sağlık sorunlarına daha etkili müdahaleler geliştirmek için gereklidir. Bu bağlamda, egzersizin metabolik sağlık üzerindeki etkilerini anlamak için biyolojik, fizyolojik ve moleküler düzeydeki mekanizmaları araştırmak önemlidir (4).

Biyolojik düzeyde, egzersizin kan şekeri düzenlenmesi üzerindeki etkileri kas hücrelerinde glukoz alımının artması ve insülin duyarlılığının artması gibi mekanizmaları kapsar. Ayrıca, egzersizin yağ metabolizmasını nasıl etkilediği ve yağ dokusundaki depolama ve parçalanma süreçlerini nasıl düzenlediği de araştırılmalıdır (5).

Fizyolojik düzeyde, egzersizin kardiyovasküler sistem üzerindeki etkileri kalp hızı, kan basıncı ve kan dolaşımı gibi faktörleri içerir. Düzenli egzersiz, kalbin daha etkin çalışmasını sağlayarak kardiyovasküler hastalık riskini azaltabilir. Bunun yanında, egzersizin solunum fonksiyonları üzerindeki etkileri de incelenmelidir (6).

Moleküler düzeyde ise, egzersizin hücrel sinyal yolları üzerindeki etkileri gen ifadesi, protein aktivitesi ve metabolik reaksiyonları içerir. Örneğin, egzersizin hücrel enerji üretimi üzerindeki etkileri mitokondriyal fonksiyonlar ve oksidatif stresi düzenleyen mekanizmaları kapsar. Ayrıca, egzersizin inflamasyon ve antioksidan savunma sistemleri üzerindeki etkileri de araştırılmalıdır (7).

Mevcut araştırmaları gözden geçirmek, egzersizin diyabet ve metabolik sendrom üzerindeki etkilerini daha iyi anlamamıza ve daha etkili müdahaleler geliştirmemize yardımcı olabilir. Gelecekteki araştırmaların, egzersizin dozu, yoğunluğu, süresi ve türü gibi faktörlerin etkilerini daha iyi anlamaya odaklanması gerekmektedir. Ayrıca, egzersizin diyabet ve metabolik sendromun

altta yatan mekanizmalarını daha derinlemesine incelemek için moleküler düzeyde daha fazla çalışma yapılmalıdır (8).

Bu çalışma, egzersizin metabolik sağlık üzerindeki biyolojik, fizyolojik ve moleküler etkilerini ele alacak, mevcut araştırmaların bulgularını özetleyecek ve gelecekteki araştırmalar için bir çerçeve sunacaktır. Egzersizin diyabet ve metabolik sendrom üzerindeki etkilerini daha iyi anlamak, bu hastalıkların önlenmesi ve yönetilmesinde daha etkili stratejiler geliştirmek için büyük önem taşımaktadır (9).

EGZERSİZ VE İNSÜLİN DİRENCİ

Fiziksel hareketsizlik ile insülin direnci arasındaki bağlantı ilk olarak 1945 yılında önerilmiştir. O tarihten bu yana yapılan gözlemsel ve müdahale çalışmaları, fiziksel aktivite ile insülin duyarlılığı arasında doğrudan bir ilişki olduğunu göstermiştir. Gözlemsel çalışmalar, atletlerde, aktif olmayan akranlarına kıyasla daha düşük insülin seviyeleri ve daha yüksek insülin duyarlılığı olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, usta sporcuların yaşlanmaya bağlı glikoz toleransı bozukluklarına karşı korunduğu saptanmıştır. Ancak, kısa süreli fiziksel aktivite düşük insülin duyarlılığıyla ilişkilendirilebilirken, birkaç günlük hareketsizlik insülin direncinin artmasına neden olmaktadır (10).

Tek bir fiziksel egzersiz seansının, normal bireylerde, tip 2 diyabetli bireylerin kan akrabası olan insülin direnci bulunan kişilerde, insülin direnci olan obez bireylerde ve bu bireylerde insülin aracılığıyla glukoz dağılımını artırdığı gösterilmiştir. Tip 2 diyabetli kişilerde düzenli fiziksel egzersiz, sağlıklı, obez olmayan ve diyabetik olmayan bireyler ile tip 1 ve 2 diyabetli bireylerde insülin duyarlılığını iyileştirmektedir (11).

Fiziksel aktivitenin insülin duyarlılığı üzerindeki belirgin faydalarına rağmen, bazı durumlarda akut egzersiz insülin duyarlılığını artırmaz, hatta kötüleştirebilir. Örneğin, maraton koşusu veya dik bir yokuşta koşmak gibi yorucu ve eksantrik egzersizler sonrası insülin duyarlılığı azalabilir; bu durumun muhtemel nedeni kas yakıtı olarak yağ asitlerinin artan ve sürekli kullanımınıdır. Ancak, bu durumlar egzersiz yoğunluğunun metabolik sendromlu bireylerin çoğunun dayanabileceğinden daha yüksek olduğu aşırı durumlardır (12).

Fiziksel egzersizin insülin duyarlılığı üzerindeki etkisi, egzersiz seansından 12 ila 48 saat sonra görülür, ancak son fiziksel egzersiz seansından 3 ila 5 gün sonra aktivite öncesi seviyelere döner, bu da insülin duyarlılığını korumak için egzersizlerin sık ve düzenli olarak yapılmasının önemini vurgular (13). Sadece bir egzersiz seansının insülin duyarlılığını artırması ve antrenmanın etkisinin birkaç günlük hareketsizlikle kaybolması, fiziksel egzersizin insülin duyarlılığı üzerindeki etkisinin yalnızca akut olduğu hipotezine yol açar. Ancak, insülin direnci olan bireylerin ilk egzersiz seansından sonra %22, 6 haftalık antrenmandan sonra ise %42 oranında insülin duyarlılığını iyileştirdiği bir

çalışmada gösterilmiştir; bu da fiziksel egzersizin insülin duyarlılığı üzerinde hem akut hem de kronik etkileri olduğunu ortaya koymaktadır (14).

Fiziksel egzersizin insülin duyarlılığı üzerindeki faydaları hem aerobik egzersiz hem de ağırlık direnci egzersizinde görülmüştür. Bu egzersiz türlerinin insülin duyarlılığını iyileştirme mekanizmaları farklı görünmektedir; bu da her iki egzersiz türünün kombinasyonunun faydalı olabileceğini düşündürmektedir (15).

Egzersizin Tip 2 Diyabet Üzerindeki Etkisi

Egzersizin tip 2 diyabet üzerindeki etkileri, çeşitli klinik çalışmalar ve epidemiyolojik araştırmalarla incelenmiştir. Bu araştırmaların çoğu, düzenli egzersizin tip 2 diyabet riskini azalttığını ve mevcut diyabetin yönetiminde önemli bir rol oynadığını göstermektedir (16).

Pek çok klinik çalışma, özellikle düzenli bir program halinde yapılan aerobik egzersizin kan glukoz seviyelerini düşürdüğünü ve insülin duyarlılığını artırdığını ortaya koymuştur. Aerobik egzersizin yanı sıra, kuvvet antrenmanları olarak bilinen direnç egzersizlerinin de tip 2 diyabet üzerinde olumlu etkileri olduğu bulunmuştur. Direnç egzersizleri, kas kütlelerini artırarak glukoz metabolizmasını iyileştirir ve insülin duyarlılığını artırır (17).

Epidemiyolojik ve müdahale çalışmaları, düzenli fiziksel aktivitenin tip 2 diyabetin önlenmesi ve kontrolünde etkili olduğunu açıkça göstermektedir. Düzenli egzersizin, aile öyküsü, kilo, sigara kullanımı ve hipertansiyon gibi diğer kardiyovasküler risk faktörlerinden bağımsız olarak hem erkeklerde hem de kadınlarda tip 2 diyabet gelişme riskini azalttığı belirlenmiştir. Müdahale çalışmaları, yeni beslenme alışkanlıklarının benimsenmesi ve düzenli egzersiz ile yaşam tarzı değişikliklerinin, glukoz intoleransı olan bireylerde tip 2 diyabet görülme sıklığını azalttığını göstermektedir. Haftada en az dört saatlik orta ila yüksek yoğunlukta fiziksel aktivitenin, dört yıllık takip süresince hareketsiz yaşam tarzına kıyasla tip 2 diyabet riskini ortalama %70 oranında azalttığı bulunmuştur (18).

Fiziksel aktivite, tip 2 diyabetli bireylerin tedavisinde de önemli bir araç olarak görülmektedir. Egzersiz programlarının diyabetli bireylerin glisemik kontrolünü iyileştirdiği, insülin duyarlılığını ve glukoz toleransını artırdığı, böylece kan glukoz seviyelerini düşürdüğü gösterilmiştir (19).

Genellikle aerobik egzersizler, tip 2 diyabetli bireylere tavsiye edilmektedir. Ancak, son araştırmalar direnç egzersizlerinin de tip 2 diyabetli bireylerde glisemik kontrol üzerinde faydalı olduğunu ortaya koymuştur (20).

Direnç Egzersizlerinin Rolü

Direnç egzersizleri, tip 2 diyabet yönetiminde giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Bu tür egzersizler kas kütlelerini artırarak vücut kompozisyonu-

nu iyileştirir. Birçok araştırma, direnç egzersizlerinin insülin duyarlılığını artırdığını ve glukoz metabolizmasını olumlu yönde etkilediğini göstermektedir. Özellikle, vücut ağırlığı ile yapılan direnç egzersizlerinin diyabetli bireylerde glukoz kontrolünü iyileştirme potansiyeli vardır. Bu durum, kas hücrelerinde glukoz alımını artırarak kan glukoz seviyelerini düşürmeye yardımcı olmalarından kaynaklanır (21). Ayrıca, direnç egzersizleri egzersiz sonrası metabolizmayı hızlandırarak uzun vadeli glukoz kontrolüne katkıda bulunabilir. Ağırılık direnç egzersizleri, özellikle yaşlı diyabetik bireyler için faydalıdır; yaşlanma sürecinde kas kuvveti ve kütlesi azalır ve bu da enerji metabolizmasını olumsuz etkileyebilir (22). Ağırılık direnç egzersizleri sayesinde kas kütlesi ve gücündeki artış, bu olumsuz durumu tersine çevirebilir ve glisemik kontrolü iyileştirebilir. Bu egzersizler, her iki cinsiyetten yaşlı diyabetik bireylerde 16 hafta sonra kan şekeri düzeylerinde azalma, kas glikojen depolarında artış, sistolik basınçta ve vücut yağında azalma, ayrıca kas kütlesi ve günlük fiziksel aktivite düzeylerinde artış sağlayabilir (23). Ağırılık direnç egzersizlerinde katılım oranı %72'ye kadar düşerken, kontrol grubundaki bireylerde kan glukoz düzeyleri, sistolik basınç, vücut yağı ve günlük fiziksel aktivite düzeylerinde bir değişiklik görülmemiş ve kas glikojen depolarında azalma gözlemlenmiştir; bu grubun %42'sinde ise artış gözlemlenmiştir (24).

Egzersizin Dozajı ve Sıklığı

Egzersizin tip 2 diyabet üzerindeki etkileri, egzersiz türü, süresi, yoğunluğu ve sıklığı gibi çeşitli faktörlere bağlıdır. Genellikle, en etkili sonuçlar düzenli ve nitelikli bir egzersiz programı ile elde edilir. Amerikan Diyabet Derneği, haftada en az 150 dakika orta yoğunlukta aerobik egzersiz veya 75 dakika yüksek yoğunlukta aerobik egzersiz yapılmasını önermektedir. Ayrıca, haftada en az iki kez direnç egzersizleri yapılması da tavsiye edilmektedir. Ancak, kişisel ihtiyaçlar ve fiziksel durumlar dikkate alınarak, egzersiz programlarının bireyselleştirilmesi gerekmektedir (25).

FİZİKSEL EGZERSİZ REÇETESİ

Fiziksel kondisyonun iyileştirilmesi veya hastalıkların önlenmesi ve tedavisi gibi antrenmanın fizyolojik etkilerini elde etmek amacıyla beden eğitiminin uygulanmasında veya reçetelenmesinde dört temel ilke dikkate alınmalıdır. Bunlardan ilki, beden eğitimi ile fizyolojik tepkinin alınabilmesi için, fiziksel egzersizin yoğunluk, süre ve egzersiz sıklığı ile kontrol edilebilecek, alışılmışın üzerinde bir aşırı yük ile yapılması gerektiğini öven aşırı yük ilkesidir. İkinci prensip, spesifik egzersiz yöntemlerinin, spesifik fizyolojik tepkileri ileten spesifik adaptasyonların zincirini çözmesi gerçeğiyle karakterize edilen spesifiklik ilkesidir (26). Üçüncü prensip bireysellik ilkesidir; burada aynı aşırı yük ve egzersiz yöntemi farklı bireylerde farklı büyüklükte tepkilere neden olduğundan, bazı egzersiz programlarının reçetelenmesinde her grubun biyolojik bireyselliğine saygı gösterilmesi gerekir. Dördüncü ve son prensip ise, bireyin

hareketsiz yaşam tarzına dönmesiyle birlikte, fiziksel egzersiz performansı ile desteklenen fizyolojik adaptasyonların, antrenman öncesi orijinal durumuna dönmesi ile karakterize edilen geri dönüşlülük prensibidir (27).

En az 30 dakikalık (resmi olarak veya boş zamanlarda gerçekleştirilen, en az 10 dakikalık seanslar halinde sürekli ve yoğunlaştırılmış) en az orta şiddette haftada toplam 700 ila 1000 kcal (kilokalori) harcamanın elde edildiği, haftanın çoğu gününde (tercihen tümü) gerçekleştirilen bu egzersiz, sağlığın sürdürülmesi ve çok çeşitli kronik hastalıkların önlenmesi için önerilmiştir (28).

Ancak düzenli fiziksel aktivite uygulamasının yararları ve sağlık güvenliğinin en üst düzeye çıkarılabilmesi için gereklilikleri, amaçları, başlangıç kapasitelerini ve aile geçmişi dikkate alan bir egzersiz reçetesi gereklidir. Ayrıca obezite gibi bazı hastalıkların tedavisinde bu kadar egzersizin yeterli olmadığı ortaya konmuştur. Bu faktörler, metabolik sendromlu bireyin, kalp-damar hastalıkları açısından risk faktörü oluşturması nedeniyle, bireysel olarak planlanması, sağlık durumunun iyileştirilmesi ve sağlık durumunun iyileştirilmesi amacıyla düzenli fiziksel egzersiz yapılmasıyla daha fazla fayda elde edeceği düşünülmektedir. Ayrıca bireylerin sağlık durumunu, risk faktörlerini ve fiziksel kapasitesini, geçmişini ve amaçlarını gözden geçirilmesi gerektiği de söylenmektedir (29).

Ağırlık direnç antrenmanlarının metabolizma üzerindeki etkilerine ilişkin araştırmaların sayısı, aerobik egzersizleri içeren araştırmalarla karşılaştırıldığında azdır. Bununla birlikte incelenen mevcut çalışmalara dayanarak, metabolik sendromun önlenmesini ve tedavisini amaçlayan bir fiziksel aktivite programının, kardiyorespiratuvar kondisyonu, kuvveti ve kas direncini geliştiren bileşenleri içermesi gerektiğini önerilmektedir (30).

KAYNAKLAR

1. Blair SN, Kampert JB, Kohl III HW, Barlow CE, Macera CA, Paffenbarger RS, et al. Influences of cardiorespiratory fitness and other precursors on cardiovascular disease and all-cause mortality in men and women. *JAMA* 1996;276:205-10.
2. Rennie KL, McCarthy N, Yazdgerdi S, Marmot M, Brunner E. Association of metabolic syndrome with both vigorous and moderate physical activity. *Int J Epidemiol* 2003;32:600-6.
3. Gustat J, Srinivasan SR, Elkasabany A, Berenson GS. Relation of self-rated measures of physical activity to multiple risk factors of insulin resistance syndrome in young adults: the Bogalusa Heart study. *J Clin Epidemiol* 2002;55:997-1006.
4. Wareham NJ, Hennings SJ, Byrne CD. A quantitative analysis of the relationship between habitual energy expenditure, fitness and the metabolic cardiovascular syndrome. *Br J Nutr* 1998;80:235-41.
5. Lakka TA, Laaksonem DE, Laaka HM, Männikö N, Niskanen LK, Raumramaa R, et al. Sedentary life style, poor cardiorespiratory fitness, and the metabolic syndrome. *Med Sci Sports Exerc* 2003;35:1279-86.
6. Pate RR, Pratt M, Blair SN, Haskell WL, Macera CA, Bouchard C, et al. Physical activity and public health: a recommendation from the Centers for Disease Control and Prevention and the American College of Sports Medicine. *JAMA* 1995; 273:402-7.
7. Fletcher GF, Balady GJ, Amsterdam EA, Chaitman B, Eckel R, Fleg G, et al. Exercise standards for testing and training: a statement for healthcare professionals from the American Heart Association. *Circulation* 2001;104:1694-1740.
8. NIH Consensus Development Panel on Physical Activity and Cardiovascular Health. Physical activity and cardiovascular health (NIH consensus conference). *JAMA* 1996;276:241-6.
9. Department of Health and Human Services. Physical activity and health: a report of Surgeon General. Atlanta: U.S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention, National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion, 1996.
10. Sociedade Brasileira de Cardiologia. III Diretrizes brasileiras sobre dislipidemias e diretriz sobre prevenção da aterosclerose do Departamento de Aterosclerose da Sociedade Brasileira de Cardiologia. *Arq Bras Cardiol* 2001;77-98.
11. Paffenbarger RS, Jung DL, Leung RW, Hude RT. Physical activity and hypertension: an epidemiological view. *Ann Med* 1991;23:319-27.
12. Whelton SP, Chin A, Xin X, He J. Effect of aerobic exercise on blood pressure: a meta-analysis of randomized, controlled trials. *Ann Intern Med* 2002;136:493-503.
13. Eriksson J, Taimela S, Koivisto VA. Exercise and the metabolic syndrome. *Diabe-*

tologia 1997;40:125-35.

14. Castaneda C, Layne LE, Orians LM, Gordon PL, Walsmith J, Foldvari M, et al. A randomized controlled trial of resistance exercise training to improve glycemic control in older adults with type 2 diabetes. *Diabetes Care* 2002;25:2335-41.
15. Durstine JL, Haskell WL. The influence of exercise on plasma lipids and lipoproteins. *Exerc Sport Sci Rev* 1994;22:477-521.
16. American College of Sports Medicine. ACSM stand position on the appropriate intervention strategies for weight loss and prevention of weight regain for adults. *Med Sci Sports Exerc* 2001;33:2145-56.
17. Bielinski R, Schutz Y, Jéquier E. Energy metabolism during the post-exercise recovery period in man. *Am J Clin Nutr* 1985;42:69-82.
18. Horton ES. Metabolic aspects of exercise and weight reduction. *Med Sci Sports Exerc* 1985;18:10-8.
19. Tremblay A, Nadeau A, Fournier G, Bouchard C. Effect of a three-day interruption of exercise training on resting metabolic rate and glucose-induced thermogenesis in trained individuals. *Int J Obes* 1988;12:163-8.
20. McArdle WD, Katch FI, Katch VL. *Fisiologia do exercício: energia, nutrição e desempenho humano*. 4ª ed. Rio de Janeiro: Ed. Guanabara Koogan, 1998.
21. Baalor DL, Katch VL, Becque MD, Marks CR. Resistance weight training during caloric restriction enhances lean body weight maintenance. *Am J Clin Nutr* 1988; 47:19-25.
22. Geliebter A, Maher MM, Gerace L, Gutin B, Heymsfield SB, Hashim SA. Effects of strength or aerobic training on body composition, resting metabolic rate, and peak oxygen consumption in obese dieting subjects. *Am J Clin Nutr* 1997;66: 557-63.
23. Kraemer WJ, Volek JS, Clark KL, Puhl SM, Koziris LP, McBride JM, et al. Influence of exercise training on physiological and performance changes with weight loss in men. *Med Sci Sports Exerc* 1999;31:1320-9.
24. Barlow CE, Kohl III HW, Gibbons LW, Blair SN. Physical activity, mortality, and obesity. *Int J Obes* 1995;19:S41-S44.
25. Lee CD, Jackson AS, Blair SN. US weight guidelines: is also important to consider cardiorespiratory fitness? *In J Obes* 1998;22(Suppl 2):S2-S7.
26. Wei M, Kampert JB, Barlow CE, Nichaman MZ, Gibbons LW, Paffenbarger RS Jr, et al. Relationship between low cardiorespiratory fitness and mortality in normal weight, overweight, and obese men. *JAMA* 1999;282:1547-53.
27. Blotner H. Effects of prolonged physical inactivity on tolerance sugar. *Arch Intern Med* 1945;75:39-44.
28. Holloszy JO, Schultz J, Kusnierkiewicz J, Hagberg JM, Rhsani AA. Effects of exercise on glucose tolerance and insulin resistance. *Acta Med Scand* 1986; 711(Suppl):55-65.

29. Schneider SH, Morgado A. Effects of fitness and physical training on carbohydrate metabolism and associated cardiovascular risk factors in patients with diabetes. *Diabetes Reviews* 1995;3:378-407.
30. Richter EA, Turcotte L, Hespel P, Kiens B. Metabolic responses to exercise. Effects of endurance training and implications for diabetes. *Diabetes Care* 1992; 15:1767-76.
31. Ebeling P, Bourey R, Koranyi L, Tuominen JA, Groop LC, Henriksson J, et al. Mechanisms of enhanced insulin sensitivity in athletes: increased blood flow, muscle glucose transport protein (GLUT-4) concentration and glycogen synthase activity. *J Clin Invest* 1993;92:1623-31.
32. Nuutila P, Knuuti MJ, Heinonem OJ, Ruotsalainen U, Teras M, Bergman J, et al. Different alterations in the insulin-stimulated glucose uptake in the athlete's heart and skeletal muscle. *J Clin Invest* 1994;93:2267-74.
33. Seals DR, Hagberg JM, Allen WK, Hurley BF, Dalsky GP, Ehsani AA, et al. Glucose tolerance in young and older athletes and sedentary men. *J Appl Physiol* 1984;56:1521-25.
34. Rogers MA, King DS, Hagber JM, Ehdani AA, Holloszy JO. Effect of 10 days of physical inactivity on glucose tolerance in master athletes. *J Appl Physiol* 1990; 68:1833-7.
35. Lipman RL, Schnure JJ, Bradley EM, Lecqoc FR. Impairment of peripheral glucose utilization in normal subjects by prolonged bed rest. *J Lab Clin Med* 1970; 76:221-30.
36. Kahn SE, Larson VG, Beard JC, Cain KC, Fellingham GW, Schwartz RS, et al. Effects of exercise on insulin action, glucose tolerance, and insulin secretion in aging. *Am J Physiol* 1990;258:E937-43.
37. Kirwan JP, Kohrt WM, Wojta DM, Bourey RE, Holloszy JO. Endurance exercise training reduces glucose-stimulated insulin levels in 60- to 70-year-old men and women. *J Gerontol* 1993;48:M84-90.
38. Miller JP, Pratley RE, Goldberg AP, Gordon P, Rubin M, Treuth MS, et al. Strength training increases insulin action in healthy 50- to 65-yr-old men. *J Appl Physiol* 1994;77:1122-7.
39. Tuominen JA, Ebeling P, Bourey R, Koranyi L, Lamminen A, Rapola J, et al. Post-marathon paradox: insulin resistance in face of glycogen depletion. *Am J Physiol* 1996;270:E336-43.
40. Kirwan JP, Hickner RC, Yarashesk KE, Kohrt WM, Wiethop BV, Holloszy JO. Eccentric exercise induces transient insulin resistance in healthy individuals. *J Appl Physiol* 1992;72:2197-202.
41. Persghin G, Price TB, Petersen KF, Roden M, Cline GW, Gerow K, et al. Increased glucose transport-phosphorylation and muscle glycogen synthesis after exercise training in insulin-resistant subjects. *N Engl J Med* 1996;335:1357-62.
42. Pollock ML, Franklin BA, Balady GJ, Chaitman BL, Fleg JL, Fletcher B, et al. Resis-

- tance exercise in individuals with and without cardiovascular disease: benefits, rationale, safety, and prescription: an advisory from the committee on exercise, rehabilitation, and prevention, council on clinical cardiology, American Heart Association. *Circulation* 2000;101:828-33.
43. Ivy JL. Role of exercise training in the prevention and treatment of insulin resistance and non-insulin-dependent diabetes mellitus. *Sport Med* 1997;24:321-36.
 44. Hurley BF, Hagberg JM. Optimizing health in older persons: aerobic or strength training? *Exerc Sport Sci Rev* 1998;26:61-89.
 45. Ciolac EG, Guimarães GV. Importância do exercício resistido para o idoso. *Rev Soc Cardiol Est São Paulo* 2002;12:S15-26.
 46. Manson JE, Nathan DM, Krolewski AS, Stampfer MJ, Willett WC, Hennekens A. A prospective study of exercise and incidence of diabetes among US male physicians. *JAMA* 1992;268:63-7.
 47. Manson JE, Stampfer MJ, Colditz GA, Willet WC, Rosner B, Hennekens CH, et al. Physical activity and incidence of non-insulin-dependent diabetes mellitus in women. *Lancet* 1991;338:774-8.
 48. Castaneda C. Type 2 diabetes mellitus and exercise. *Rev Nutr Clin Care* 2001;3:349-58.
 49. Tuomilehto J, Lindstrom J, Eriksson JG, Valle T, Hamalainen H, Ilanne-Parikka P, et al. Prevention of type 2 diabetes mellitus by changes in life-style among subjects with impaired glucose tolerance. *N Engl J Med* 2001;344:1343-50.
 50. Eriksson KF, Lindgärde F. Prevention of type 2 (non-insulin-dependent) diabetes mellitus by diet and physical exercise: the 6- year Malmo feasibility study. *Diabetologia* 1991;34:891-8.
 51. American Diabetes Association. ADA stand position: physical activity/exercise and diabetes mellitus. *Diabetes Care* 2003;26:573-7.
 52. Schneider SH, Ruderman NB. Exercise and NIDDM (technical review). *Diabetes Care* 1990;13:785-9.
 53. Ishii T, Yamakita T, Sato T, Tanaka S, Fujii S. Resistance training improves insulin in NIDDM subjects without altering maximal oxygen uptake. *Diabetes Care* 1998; 21:1353-5.
 54. Honkola A, Forsén T, Eriksson J. Resistance training improves the metabolic profile in individuals with type 2 diabetes. *Acta Diabetol* 1997;34:245-8.
 55. Dunstan DW, Puddey IB, Beilin LJ, Burke V, Morton AR, Stanton KG. Effects of a short-term circuit weight training program on glycaemic control in NIDDM. *Diabetes Res Clin Pract* 1998;40:53-61.
 56. Wareman NJ, Wong MY, Hennins S, Mitchell J, Rennie K, Cruickshank K, et al. Quantifying the association between habitual energy expenditure and blood pressure. *Int J Epidemiol* 2000;29:655-60.
 57. Gordon NF, Scott CB, Wilkinson WJ, Duncan JJ, Blair SN. Exercise and mild hy-

- pertension. Recommendations for adults. *Sports Med* 1990;10:390-404.
58. Kasch FW, Boyer JL, Van Camp SP, Verity LS, Wallace JP. The effects of physical activity and inactivity on aerobic power in older men (a longitudinal study). *Physician and Sportsmedicine* 1990;18:73-83.
 59. Paffenbarger RS, Jung DL, Leung RW, Hude RT. Physical activity and hypertension: an epidemiological view. *Ann Med* 1991;23:319-27.
 60. Guimarães GV, Bortolotto LA, Doria E, Ciolac EG, Morgado CO, Bernik M, et al. Interval exercise decrease 24h blood pressure more than continuous exercise in hypertension patients. In: Final program and abstract book. XVth Scientific Meeting of the Inter-American Society of Hypertension, 2003;63.
 61. Ciolac EG, Morgado CO, Bortolotto LA, Doria E, Bernik M, Lotufo PA, et al. Exercício intervalado é melhor que exercício contínuo para diminuir pressão arterial 24 horas pós-exercício em hipertensos. *Rev Soc Cardiol Est São Paulo* 2003;13(2 Supl):48.
 62. Cook NR, Cohen J, Hebert PR, Taylor JO, Hennekens CH. Implications of small reductions in diastolic blood pressure for primary prevention. *Arch Intern Med* 1995;155:701-9.
 63. Ciolac EG, d'Ávila VM, Morgado C, Dória E, Berlink M, Lotufo P, et al. Efeito do treinamento físico intervalado e contínuo na pressão arterial 24h, complacência arterial e qualidade de vida em pacientes com hipertensão arterial: resultados preliminares. *Rev Soc Cardiol Est São Paulo* 2004. 14 (2 Supl Especial):143.
 64. Durstine JL, Haskell WL. Effects of exercise on plasma lipids and lipoproteins. *Exerc Sport Sci Rev* 1994;22:477-521.
 65. Lampman RM, Schteingart DE. Effects of exercise training on glucose control, lipid metabolism, and insulin sensitivity in hypertriglyceridemia and non-insulin dependent diabetes mellitus. *Med Sci Sports Exerc* 1991;23:703-12.
 66. Blomhoff JP. Lipoproteins, lipases, and the metabolic cardiovascular syndrome. *Cardiovasc Pharmacol* 1992;20 (Suppl 8):S22-S25.
 67. Pollock ML, Wilmore JH. Exercícios na saúde e na doença. Avaliação e prescrição para prevenção e reabilitação. 2ª ed. Rio de Janeiro: Editora MEDSI, 1993.
 68. American College of Sports Medicine. ACSM position stand on the recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults. *Med Sci Sports Exerc* 1998;30:975-91.
 69. Mazzeo RS, Cavanagh P, Evans WJ, Fiatarone MA, Hagberg J, McAuley E, et al. Exercício e atividade física para pessoas idosas: posicionamento oficial do American College of Sports Medicine. *Rev Bras Ativ Física e Saúde* 1998;3:48-78.
 70. Fletcher GF, Balady G, Froelicher, Hartley LH, Haskell WL, Pollock ML. Exercise standards: a statement for healthcare professionals from the American Heart Association. *Circulation* 1995;91:580-615.

- 71 American Association of Cardiovascular and Pulmonary Rehabilitation. Guidelines for cardiac rehabilitation and secondary prevention programs. 3rd ed. Champaign, IL: Human Kinetics, 1999.
72. Feigenbaum MS, Pollock ML. Strength training: rationale for current guidelines for adult fitness programs. *Physician Sportsmed* 1997;25:44-64.
73. Guimarães GV, Freitas HFG, Silva PR, Teixeira LR. Pés: devemos avaliá-los ao praticar atividade físico-esportiva? *Rev Bras Med Esporte* 2000;6:57-9.