



**1st INTERNATIONAL CONGRESS ON
SCIENTIFIC RESEARCH
IN SPORTS MANAGEMENT
May 19-21, 2025 MALATYA**



**PROCEEDINGS
BOOK**

EDITOR

Prof. Dr. Mehmet İLKİM

ISBN: 978-625-6997-69-1

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA



PROCEEDINGS BOOK

EDITOR IN CHIEF

Prof. Dr. Mehmet İLKİM

ISBN: 978-625-6997-69-1

by

ACADEMIC SHARING PLATFORM PUBLISHING HOUSE®

All rights of this book Academic Sharing Platform
Publishing House
Authors are responsible both ethically and juridically
APP Publications – 2025©
Issued: 25.06.2025



CONGRESS ID

CONGRESS TITLE

*1st INTERNATIONAL GÜLZÂR-I ÂŞIKÂN
LITERATURE AND ART CONGRESS*

DATE and PLACE

May 19-21, 2025 MALATYA

ORGANIZATION

UBS-Institute of International Scientific Research and Strategy Development Association,
Akademik Paylaşım Platformu Eğitim Ltd.Şti.,Ankara,Türkiye

CONGRESS CHAIRS

Prof. Dr. Mehmet İLKİM

EDITOR IN CHIEF

Prof. Dr. Mehmet İLKİM

CONGRESS ORGANIZERS

Uluslararası Bilimsel Araştırma ve Strateji Geliştirme Derneği
Usbilim Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi

PARTICIPANT COUNTRIES (11):

Türkiye, India, Thailand, Iran, Pakistan, Indonesia, Nigeria, Kenya, Iraq,
Canada, Romania

NUMBER OF PARTICIPANTS (109):

(Türkiye- 67, Other Countries- 42)

NUMBER OF ACCEPTED PAPERS (85):

(Türkiye- 36, Other Countries- 49)

PRESENTATION

Oral presentation

EVALUATION PROCESS

All applications have undergone a double-blind peer review process

ISBN: 978-625-6997-69-1

ORGANIZING COMMITTEE

Prof. Dr. Aysel GÜVEN
Başkent University, Türkiye

Prof. Dr. Ayhan ÇETİN
Trakya University, Türkiye

Prof. Dr. Nurseren TOR
Mersin University, Türkiye

Prof.Dr. Afşin ŞAHİN
Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi,Türkiye

Prof. Dr. Naci ŞAHİN
Bozok Üniversitesi,Türkiye

Prof. Dr. Hamza Yaşar OCAK
Marmara Üniversitesi,Türkiye

Prof. Dr. Hakkı ÇİFTÇİ
Çukurova Üniversitesi,Türkiye

Prof. Dr. Gülzar İBRAHİMOVA
Bakü Avrasya Üniversitesi,Azərbaycan

Assoc. Prof. Fahri ÖZSUNGUR
Mersin Üniversitesi,Türkiye

Assoc. Prof. Ergün KARA
Osmaniye Korkutata Üniversitesi,Türkiye

Assoc. Prof. Fatih ÇEMREK
Eskişehir Osmangazi Üniversitesi,Türkiye

Assist. Prof. Ender ÖZEREN
Dicle University, Türkiye

Assist. Prof. Abdullah Yüksel BARUT
İstanbul Gelişim Üniversitesi,Türkiye

Assist. Prof. Hakkı ÇILGINOĞLU
Kastamonu Üniversitesi,Türkiye

Assist. Prof. Aslı KAYA
İstanbul Gelişim Üniversitesi, Türkiye

Assist. Prof. Ananda MAJUMDAR
North Central Theological Seminary, Minneapolis, USA

Dr. Keshab Chandra MANDAL
Kolkata, India

Dr. Muhammad Zia-ur-Rehman,Universiti Malaya
Malaysia & NDU, Pakistan

SCIENTIFIC BOARD MEMBERS

- Prof. Dr. Almaz Ülvi BİNNATOVA**, Azərbaycan Milli Elmlər Akademiyası, Azərbaycan
- Prof. Dr. Arzu KARACA**, Munzur Üniversitesi, Türkiye
- Prof. Dr. Gülzar İBRAHİMOVA**, Bakü, Azərbaycan
- Prof. Dr. Gülizar Sümer ÇAKIR**, İnönü Üniversitesi, Türkiye
- Prof. Dr. Ainur NOGAYEVA**, L.N.Gumilev Avrasya Milli Üniversitesi (Kazakistan)-Erzincan Binali Üniversitesi (Türkiye)
- Prof. Dr. Selçuk BALI**, Selçuk Üniversitesi, Türkiye
- Prof. Dr. Sinem SOMUNOĞLU İKİNCİ** Bursa Uludağ Üniversitesi, Türkiye
- Prof. Dr. Anderi JEAN**, Gas Petroleum University of Romania
- Prof. Dr. Mahire HÜSEYNOVA** - Azerbaijan State Pedagogy University, Azerbaijan
- Prof. Dr. Basim ALHADİDİ**, Albalqa Applied University, Jordan
- Prof. Dr. Ashraf M. A. AHMAD**, Princess Sumya University for Technology, Amman, Jordan
- Prof. Dr. Raymond KOSALA**, The Loeoph Wibowo Center for Advanced Learning, Jakarta, Indonesia
- Prof. Dr. Yaşar Hamza OCAK**, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Türkiye
- Prof. Dr. Wen-Lin YANG**, Dean, National University of Tainan, Taiwan
- Prof. Dr. Müjdat AVCI**, Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi, Türkiye
- Assoc. Prof. Canan CEYLAN**, İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Türkiye
- Assoc. Prof. Ülhak ÇİMEN** Atatürk Üniversitesi İletişim Fakültesi, Türkiye
- Assoc. Prof. Aytekin ZEYNALOVA**, Bakü Devlet Üniversitesi, Azərbaycan
- Assoc. Prof. Gönül SAMEDOVA** - Azerbaijan State Pedagogy University, Azerbaijan
- Assoc. Prof. Ruslan ABDULLAYEV** - Azerbaijan National Academy of Sciences, Azerbaijan
- Assoc. Prof. Melda Medine SUNAY**, Bursa Teknik Üniversitesi, Türkiye
- Assoc. Prof. Ergün AKTÜRK**, Atatürk Üniversitesi, Türkiye
- Assoc. Prof. Mevlut ALBAYRAK**, Atatürk University, Türkiye
- Assoc. Prof. Nermin DEMİRKOL**, Kocaeli Üniversitesi, Türkiye
- Assoc. Prof. Nuran VARİŞLİ**, Sosyal Güvenlik Kurumu, Türkiye
- Assoc. Prof. Münevver BAYAR**, Sosyal Güvenlik Kurumu, Türkiye
- Assoc. Prof. Fatma KÖPRÜLÜ**, Yakın Doğu Üniversitesi, Kıbrıs
- Assoc. Prof. Melda Medine SUNAY**, Bursa Teknik Üniversitesi, Türkiye
- Assoc. Prof. Mesut BULUT** Atatürk Üniversitesi, Türkiye
- Assoc. Prof. Abdulkadir KIRBAŞ** Atatürk Üniversitesi, Türkiye
- Assist. Prof. Ananda MAJUMDAR**, North Central Theological Seminary, Minneapolis, USA
- Dr. Fuat ÇELİKEL**, Sosyal Güvenlik Kurumu, Türkiye
- Dr. Usman Ghani, PhD** - Institute of Management Sciences Peshawar, Pakistan
- Dr. Katarzyna Czech, PhD** - Warsaw University of Life Sciences, Poland
- Dr. Yuriy Danko, PhD** - Sumy National Agrarian University, Ukraine
- Dr. Olena Melnyk, PhD** - Sumy National Agrarian University, Ukraine
- Dr. Michal Wojtaszek, PhD**- Warsaw University of Life Sciences, Poland
- Dr. Maral Jamalova, PhD** - Szent Istvan University, Hungary
- Dr. Nicholas Imbeah, PhD** - Takoradi Technical University, Ghana
- Dr. Harshavardhan Reddy Kummitha, PhD** - Budapest Business School, Hungary
- Dr. İslam DEVİREN**, Milli Eğitim Bakanlığı, Türkiye
- Dr. MUHAMMAD FAISAL**, Allama Iqbal Open University, Ministry of Human Rights Commission, Pakistan
- Dr. Keshab Chandra MANDAL**, Kolkata, India
- Dr. Chems Eddine BOUKHEDIMI**, University of Tizi Ouzou, Department of commerce. Marketing Management. Algeria
- Dr. Subhashish DEY**, Civil Engineering Department, Gudlavalleru Engineering College, Gudlavalleru, Andhra Pradesh, India

UBSDER

Çankaya - Ankara

06-139-180

Konu: Kongre Düzenleme Kurulu

05.10.2024

Sayı:2024/003

İLGİLİ KURUMA

İçişleri Bakanlığı tarafından tahsis edilen 06-139-180 tescil kodu ile Tüzel kişiliğe sahip olan Uluslararası Bilimsel Araştırma ve Strateji Geliştirme Derneği, 5253 sayılı kanuna uygun olarak “Bilimsel Araştırmalar ve Akademik Çalışmalar” alanında ulusal ve uluslararası düzeyde faaliyetlerini yürütmektedir.

Kurumumuzun Yönetim Kurulu tarafından, 05.10.2024 tarihinde saat 14:00’da “Bilimsel Çalışmalarda Strateji Geliştirme” görüşmeleri ile “Bilimsel Kongreler Düzenlenmesi” gündemleri ile toplanmış ve alınan 9 nolu karara istinaden aşağıda detayları yazılı olan bilimsel etkinliğin düzenlenmesine ve etkinliğe ilişkin akademisyenlerin resmi olarak görevlendirilmesine oy birliği ile karar verilmiştir.

Bilgi ve gereğini arz ederim.

Dr. Nadire KANTARCIOĞLU

UBSDER Başkanı



Etkinlik Adı : 1.ULUSLARARASI SPOR YÖNETİMİ BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR KONGRESİ

Etkinlik Tarihi: 19-21 Mayıs 2025, Malatya , TÜRKİYE

www.ubsder.org

KONGRE BAŞKANI

Prof. Dr. Mehmet İLKİM

İnönü University, Malatya, Türkiye

Düzenleme Kurulu Üyeleri

Prof. Dr. Aysel GÜVEN, Başkent University, Türkiye

Prof. Dr. Ayhan ÇETİN, Trakya University, Türkiye

Prof. Dr. Nurseren TOR, Mersin University, Türkiye

Prof.Dr. Afşin ŞAHİN, Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi,Türkiye

Prof.Dr. Naci ŞAHİN, Bozok Üniversitesi,Türkiye

Prof.Dr. Hamza Yaşar OCAK, Marmara Üniversitesi,Türkiye

Prof.Dr. Hakkı ÇİFTÇİ, Çukurova Üniversitesi,Türkiye

Prof.Dr. Gülzar İBRAHİMOVA, Bakü Avrasya Üniversitesi,Azerbaycan

Assoc. Prof. Dr. Dr. Fahri ÖZSUNGUR, Mersin Üniversitesi,Türkiye

Assoc. Prof. Dr. Ergün KARA, Osmaniye Korkutata Üniversitesi,Türkiye

Assoc. Prof. Dr. Fatih ÇEMREK, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi,Türkiye

Assist. Prof. Dr. Ender ÖZEREN, Dicle University, Türkiye

Assist. Prof. Dr. Abdullah Yüksel BARUT, İstanbul Gelişim Üniversitesi,Türkiye

Assist. Prof. Dr. Hakkı ÇILGINOĞLU, Kastamonu Üniversitesi,Türkiye

Assist. Prof. Dr. Aslı KAYA, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Türkiye

Assist. Prof. Dr. Ananda MAJUMDAR, North Central Theological Seminary, Minneapolis, USA

Dr. Keshab Chandra MANDAL, Kolkata, India

Dr. Muhammad Zia-ur-Rehman,Universiti Malaya, Malaysia & NDU, Pakistan

www.ubsder.org

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA



CONGRESS PROGRAM

PARTICIPANT COUNTRIES (11):

Türkiye, India, Thailand, Iran, Pakistan, Indonesia, Nigeria, Kenya, Iraq, Canada, Romania

ÖNEMLİ, DİKKATLE OKUYUNUZ LÜTFEN / IMPORTANT, PLEASE READ CAREFULLY

Önemli, Dikkatle Okuyunuz Lütfen

- ✓ Kongremizde Yazım Kurallarına uygun gönderilmiş ve bilim kurulundan geçen bildiriler için online (video konferans sistemi üzerinden) sunum imkanı sağlanmıştır.
- ✓ Online sunum yapabilmek için <https://zoom.us/join> sitesi üzerinden giriş yaparak "Meeting ID or Personal Link Name" yerine ID numarasını girerek oturuma katılabilirsiniz.
- ✓ Zoom uygulaması ücretsizdir ve hesap oluşturmaya gerek yoktur.
- ✓ Zoom uygulaması kaydolmadan kullanılabilir.
- ✓ Uygulama tablet, telefon ve PC'lerde çalışıyor.
- ✓ Her oturumdaki sunucular, sunum saatinden 15 dk öncesinde oturuma bağlanmış olmaları gerekmektedir.
- ✓ Tüm kongre katılımcıları canlı bağlanarak tüm oturumları dinleyebilir.
- ✓ Moderatör – oturumdaki sunum ve bilimsel tartışma (soru-cevap) kısmından sorumludur.

Dikkat Edilmesi Gerekenler- TEKNİK BİLGİLER

- ✓ Bilgisayarınızda mikrofon olduğuna ve çalıştığına emin olun.
- ✓ Zoom'da ekran paylaşma özelliğine kullanabilmelisiniz.
- ✓ Kabul edilen bildiri sahiplerinin mail adreslerine Zoom uygulamasında oluşturduğumuz oturuma ait ID numarası gönderilecektir.
- ✓ **Katılım belgeleri kongre sonunda tarafınıza pdf olarak gönderilecektir**
- ✓ Kongre programında yer ve saat değişikliği gibi talepler dikkate alınmayacaktır

IMPORTANT, PLEASE READ CAREFULLY

- ✓ To be able to attend a meeting online, login via <https://zoom.us/join> site, enter ID "Meeting ID or Personal Link Name" and solidify the session.
- ✓ The Zoom application is free and no need to create an account.
- ✓ The Zoom application can be used without registration.
- ✓ The application works on tablets, phones and PCs.
- ✓ The participant must be connected to the session 15 minutes before the presentation time.
- ✓ All congress participants can connect live and listen to all sessions.
- ✓ Moderator is responsible for the presentation and scientific discussion (question-answer) section of the session.

Points to Take into Consideration - TECHNICAL INFORMATION

- ✓ Make sure your computer has a microphone and is working.
- ✓ You should be able to use screen sharing feature in Zoom.
- ✓ **Attendance certificates will be sent to you as pdf at the end of the congress.**
- ✓ Requests such as change of place and time will not be taken into consideration in the congress program.

**Before you login to Zoom please indicate your name_surname and HALL number,
exp. Hall-1, Hakan ÖZTÜRK**



Meeting ID: 460 363 6838

Passcode: 121314

Opening Ceremony

Online

Date: **May 19, 2025**

Time: **16:50**

Meeting Link:

<https://us06web.zoom.us/j/4603636838?pwd=Gx9rIRf5cUTPsZZ4pilDYkYWaaEAc6.1&omn=84245592581>

Meeting ID: 460 363 6838

Password: 121314

Speech:

Prof. Dr. Mehmet İLKİM
İnönü University, Malatya, Türkiye

www.ubsder.org

IMPORTANT, PLEASE READ CAREFULLY

- To be able to make a meeting online, login via <https://zoom.us/join> site, enter ID instead of “Meeting ID or Personal Link Name” and solidify the session.
- The Zoom application is free and no need to create an account.
- The Zoom application can be used without registration.
- The application works on tablets, phones and PCs.
- Speakers must be connected to the session 10 minutes before the presentation time.
- **Online presentations;** Presentation time is 10 minutes. There is 5 minutes of question and answer time.
- All congress participants can connect live and listen to all sessions.
- During the session, your camera should be turned on at least %70 of session period
- Moderator is responsible for the presentation and scientific discussion (question-answer) section of the session.

TECHNICAL INFORMATION

- Make sure your computer has a microphone and is working.
- You should be able to use screen sharing feature in Zoom.
- Attendance certificates will be sent to you as pdf at the end of the congress.
- Moderator is responsible for the presentation and scientific discussion (question-answer) section of the session.

www.ubsder.org

**1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC
RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT**
May 19-21, 2025 MALATYA
ONLINE

19.05.2025

SESSION-1 / HALL-1



MALATYA



17:00-20:00

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Assoc. Prof. Süleyman Sırrı YILMAZ

CHAIR VICE: Asst. Prof. Mustafa HAN

Author(s)	Affiliation	Title
Res. Asst. Utku TUNA & Asst. Prof. Müfide Yoruç ÇOTUK	Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı / Spor Yönetim Bilimleri Doktora Öğrencisi, İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü & Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü	HALKEVLERİ ÜLKÜ DERGİSİ YAZILARI ÜZERİNDEN ERKEN CUMHURİYET DÖNEMİ SPOR POLİTİKALARININ ANALİZİ & ANALYSIS OF EARLY REPUBLICAN PERIOD SPORTS POLICIES THROUGH THE ARTICLES OF HALKEVLERİ ÜLKÜ MAGAZINE
Assoc. Prof. Süleyman Sırrı YILMAZ & Lecturer PhD. Salih KESKİN & Fatih KARATAŞ	Selçuk Üniversitesi, İletişim Fakültesi & Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Radyo, Televizyon ve Sinema Anabilim Dalı	SPORDA İLETİŞİM KAVRAMININ İNCELENMESİ & AN EXAMINATION OF THE CONCEPT OF COMMUNICATION IN SPORTS
Asst. Prof. Mustafa HAN & Senem KAYA	Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi	TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOLUNUN BEDENSEL ENGELLİ BİREYLERİN ÇOK YÖNLÜ GELİŞİMİNE KATKISI & CONTRIBUTION OF WHEELCHAIR BASKETBALL TO THE MULTI- DIRECTIONAL DEVELOPMENT OF PHYSICALLY DISABLED INDIVIDUALS
Gamze OK & Mesut BATIHAN	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü & Girne Amerikan Üniversitesi	BEDEN EĞİTİMİ DERSLERİNİN AMACINA UYGUN İŞLENMESİNDE OKUL YÖNETİCİLERİNİN ROLÜ VE KATKISI & THE ROLE AND CONTRIBUTION OF SCHOOL ADMINISTRATORS IN THE EFFECTIVE IMPLEMENTATION OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES
Gamze OK & Mesut BATIHAN	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü & Girne Amerikan Üniversitesi	OKUL SPOR TESİSLERİNİN ENGELLİ BİREYLERİN ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE KULLANIMINA UYGUNLUĞU AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ & EVALUATION OF THE ACCESSIBILITY AND USABILITY OF SCHOOL SPORTS FACILITIES FOR INDIVIDUALS WITH DISABILITIES
Abuzer KARAKUŞ	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi	ESNEKLİK PARAMETRESİNDE KONDİSYON ÇALIŞMALARI & CONDITIONING TRAINING IN THE FLEXIBILITY PARAMETER

**1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC
RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT**
May 19-21, 2025 MALATYA
ONLINE

19.05.2025

SESSION-1 / HALL-2



MALATYA



17:00-20:00

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Aylin GÖZ İŞTİN
CHAIR VICE: Ömer Faruk GÖKÇE

Author(s)	Affiliation	Title
Aylin GÖZ İŞTİN & Caner AYGÖREN & Oğuzhan ÇOŞKUN & Yalçın AYDIN & Zehra KAYA & Resul ÖZEL & Esra YILMAZ	Batman Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü Karate Antrenörü & Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü & Adana Çukurova Karate Salonu & Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri & Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü & Tokat Gazi Osmanpaşa Üniversitesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü & Batman Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü Voleybol Antrenörü	FRENCH CONTRAST ANTRENMAN SİSTEMİNE YÖNELİK DERLEME & REVIEW ON FRENCH CONTRAST TRAINING SYSTEM
Zehra KAYA & Caner AYGÖREN & Yalçın AYDIN & Ayşegül BEYKUMUL & Nihat ALDI & Mehmet Deniz ŞAHİN	Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü & Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü & Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri & Gazi Üniversitesi & MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu & Malatya Turgut Özal Tıp Merkezi	PATLAYICI GÜÇ ANTRENMANLARINA GÜNCEL BAKIŞ AÇISI & CURRENT PERSPECTIVE ON EXPLOSIVE STRENGTH TRAINING
Aleyna DORUK & Nihat ALDI & Ömer Faruk GÖKÇE & Volkan AKTÜRK & Melih ERBASAN & Alişan AKKAYA & Aslan DEMİR & Resul ÖZEL & Mehmet Durmuş ÖZGÜL	Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği & MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi & Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & Bağımsız Araştırmacı & Çanakkale Geçilmez Spor Kulübü & Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi & Türk Silahlı Kuvvetleri & Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüğü	KUVVET ve KONDİSYON STRATEJİSİNE GÜNCEL BAKIŞ AÇISI & A CURRENT PERSPECTIVE ON FORCE and CONDITION STRATEGY

Ömer Faruk GÖKÇE & Yalçın AYDIN & Ayşegül BEYKUMÜL & Mehmet KAYA & Ümit Erkan TUNÇ	Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri & Gazi Üniversitesi & Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu	TEKVANDO SPORCULARINDA PATLAYICI KUVVETİN YARARLARI: SİSTEMATİK DERLEME & BENEFITS OF EXPLOSIVE FORCE IN TAEKWONDO ATHLETES: A SYSTEMATIC REVIEW
Zehra KAYA & Caner AYGÖREN & Yalçın AYDIN & Ayşegül BEYKUMUL & Nihat ALDI & Mehmet Deniz ŞAHİN	Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü & Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü & Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri & Gazi Üniversitesi & MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu & Malatya Turgut Özal Tıp Merkezi	PATLAYICI GÜÇ ANTRENMANLARINA GÜNCEL BAKIŞ AÇISI & CURRENT PERSPECTIVE ON EXPLOSIVE STRENGTH TRAINING

UBS

www.ubsder.org

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-1 / HALL-3



MALATYA



17:00-20:00

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Mehmet TAŞÇI
CHAIR VICE: Ali DEMİRBAŞ

Author(s)	Affiliation	Title
Ali DEMİRBAŞ	Türkiye Karate Federasyonu Eğitim Kurulu Başkanı	KARATE SPORUNUN SAĞLIK ve PERFORMANS ÜZERİNE ETKİSİ & THE EFFECT OF KARATE ON HEALTH AND PERFORMANCE
Fatma Tuba ŞENER & Mihriban KODAŞ	Battalgazi Beydağı Ortaokulu	SINIF VE OKUL YÖNETİMİNDE ÖĞRETMENİN ROLÜ
Mehmet TAŞÇI & PhD. Gökhan SABANCI	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü & Bağımsız Araştırmacı	EXAMINING SCHOOL ADMINISTRATORS' ATTITUDES TOWARD THE PARTICIPATION OF INCLUSIVE STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES: A QUALITATIVE STUDY
Mehmet TAŞÇI & PhD. Gökhan SABANCI	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü & Bağımsız Araştırmacı	OKULLARDA BEDEN EĞİTİMİ DERSİNİN ÖĞRENCİLERİN SOSYAL GELİŞİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ & THE IMPACT OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES ON STUDENTS' SOCIAL DEVELOPMENT IN SCHOOLS
Ali KAYA & Cemile Nihal YURTSEVEN	Istanbul University-Cerrahpasa, Faculty of Sports Sciences, Department of Sports Management, Istanbul, Turkey	SPOR YÖNETİCİLERİNİN YAŞAM DOYUMLARININ VE HEDEF BAĞLILIKLARININ İNCELENMESİ & EXAMINING LIFE SATISFACTION AND GOAL COMMITMENT OF SPORTS MANAGERS

www.ubsder.org

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-1 / HALL-4



MALATYA



17:00-20:00

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Prof. Dr. Mehmet ILKIM

CHAIR VICE: Mustafa AKSU

Author(s)	Affiliation	Title
Prof. Dr. Mehmet ILKIM & Assoc. Prof. Yusuf ARIKAN	İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü	ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERİN REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILIMI VE BU KATILIMIN SOSYAL BOYUTU ÜZERİNE BİR İNCELEME & AN EXAMINATION OF THE PARTICIPATION OF INDIVIDUALS WITH DISABILITIES IN RECREATIONAL ACTIVITIES AND ITS SOCIAL DIMENSION
Prof. Dr. Mehmet ILKIM & Assoc. Prof. Yusuf ARIKAN	İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü	ENGELLİ BİREYLERİN AİLELERİNİN SPORTİF ETKİNLİKLERE YÖNELİK TUTUM VE GÖRÜŞLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ & “EVALUATION OF ATTITUDES AND OPINIONS OF FAMILIES OF INDIVIDUALS WITH DISABILITIES TOWARD SPORTS ACTIVITIES
Prof. Dr. Mehmet ILKIM & Res. Asst. Fatma ÖZOĞLU	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Battalgazi, Malatya.	ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERDE SPOR YOLUYLA SOSYAL KATILIM VE ETKİLEŞİM & SOCIAL PARTICIPATION AND INTERACTION THROUGH SPORTS IN INDIVIDUALS WITH INTELLECTUAL DISABILITIES
Prof. Dr. Mehmet ILKIM & Res. Asst. Fatma ÖZOĞLU	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Battalgazi, Malatya.	TÜRKİYE’DE DOWN SENDROMLU BİREYLER KONUSUNDA YAPILMIŞ OLAN LİSANSÜSTÜ TEZLERİN İNCELENMESİ & A REVIEW OF POSTGRADUATE THESES ON INDIVIDUALS WITH DOWN SYNDROME IN TURKEY
Birol ŞİMŞEK	Istanbul University-Cerrahpaşa, Graduate Education Institute, Department of Sports Management Sciences	“ENGELLİ, ÖZEL GEREKSİNİMLİ, ÖZÜRLÜ, SAKAT” ANAHTAR KELİME TEZLERİN 1994-2024 YILLARI ARASINDA YÖK VERİTABANINDA BİBLİYOMETRİK ANALİZİ & BIBLIOMETRIC ANALYSIS OF THESES WITH THE KEYWORDS “DISABLED, SPECIAL NEEDS, HANDICAPPED, IMPAIRED” IN THE YÖK DATABASE BETWEEN 1994 AND 2024

**1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC
RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT**
May 19-21, 2025 MALATYA
ONLINE

19.05.2025

SESSION-1 / HALL-5



MALATYA



17:00-20:00

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Prof. Dr. Ahmet UÇAR
CHAIR VICE: Asst. Prof. Nevzat MUTLUTÜRK

Author(s)	Affiliation	Title
Gamze DAĞDEVİREN & Assoc. Prof.. Cumaali YAVUZ	Fırat Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi	GIYİLEBİLİR TEKNOLOJİ DESTEKLİ YAPAY ZEKÂNIN SPOR YAPMA ALİŞKANLIKLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ & THE IMPACT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE SUPPORTED BY WEARABLE TECHNOLOGY ON SPORTING HABITS
Elif DUMAN ARI & Asst. Prof. Nevzat MUTLUTÜRK	Nişantaşı Üniversitesi, Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı, İstanbul. & Nişantaşı Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul.	ÇOCUKLARIN FİZİKSEL GELİŞİMİ İÇİN ATLETİZM BRANŞININ ÖNEMİ & THE IMPORTANCE OF ATHLETICS FOR THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN
Furkan SEÇGİN & Assoc. Prof. Hayati ARSLAN	Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı & Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÇOK YÖNLÜ LİDERLİK YÖNELİMLERİ İLE DOĞAL KARAR VERME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ & EXAMINATION OF UNIVERSITY STUDENTS' MULTIFACETED LEADERSHIP ORIENTATIONS AND NATURAL DECISION-MAKING SKILLS
Prof. Dr. Ahmet UÇAR & Prof. Dr. Uluç ÇAĞATAY	Manisa Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler Bölümü & Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Yenipazar Meslek Yüksekokulu Emlak Yönetimi Programı	BELEDİYELERİN SOSYAL BELEDİYEÇİLİK HİZMETLERİ BAĞLAMINDA SPOR HİZMETLERİ: MANİSA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ ÖRNEĞİ & SPORTS SERVICES OF MUNICIPALITIES IN THE CONTEXT OF SOCIAL MUNICIPAL SERVICES: THE CASE OF MANISA METROPOLITAN MUNICIPALITY
Prof. Dr. Uluç ÇAĞATAY & Prof. Dr. Ahmet UÇAR	Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Yenipazar Meslek Yüksekokulu Emlak Yönetimi Programı & Manisa Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler Bölümü	BELEDİYE MECLİSLERİNDE ALINAN SPOR VE REKREASYON KONULU KARARLARIN İRDELENMESİ: İZMİR BELEDİYELERİ ÖRNEĞİ & ANALYZING THE DECISIONS ON SPORTS AND RECREATION TAKEN BY MUNICIPAL COUNCILS
Prof. Dr. Mustafa KIZILKOCA & İbrahim KARATÜN	Munzur Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı	THE CONCEPT OF RECREATION IS TRANSFORMING WITH THE DEVELOPMENT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-1 / HALL-6



MALATYA



17:00-20:00

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ

CHAIR VICE: Assoc. Prof. Özgür EKEN

Author(s)	Affiliation	Title
Assoc. Prof. Özgür EKEN & Dilara HAMARAT	İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD	KOKULARIN PSİKOLOJİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ & THE EFFECTS OF SCENTS ON PSYCHOLOGY
Dilara HAMARAT & Assoc. Prof. Özgür EKEN & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü	YÜZME SPORUNA YÖNELİK YAPILAN ARAŞTIRMALARDA KULLANILAN ÖLÇEKLERİN İNCELENMESİ & EXAMINATION OF SCALES USED IN RESEARCH ON SWIMMING SPORTS
Yeşim BAŞCI & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ & Assoc. Prof. Nurkan YILMAZ	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi	KADINLAR İÇİN GELİŞTİRİLMİŞ ÖLÇEKLER: SİSTEMATİK BİR DERLEME (2004-2023 YILLARI ARASI)
Mikail KOÇER & Asst. Prof. Serpil AKÇINAR & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi & İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü	TÜRKİYE'DE OYUN İÇERİKLİ ÖLÇEKLER: SİSTEMATİK BİR İNCELEME (2006-2025) & GAMIFIED SCALES IN TURKEY: A SYSTEMATIC REVIEW (2006-2025)
Hasret TAN & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,	BEDEN EĞİTİMİ DERSİ ALANINDA GELİŞTİRİLMİŞ ÖLÇEKLER: SİSTEMATİK BİR DERLEME (2009- 2024 Yılları Arası) & SCALES DEVELOPED IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION COURSE: A SYSTEMATIC REVIEW (Between 2009-2024)
Ash ERDOĞAN & Assoc. Prof. Yahya DOĞAR & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü & İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi	2015-2025 YILLARI ARASINDA FİZİKSEL AKTİVİTE İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALARIN SİSTEMATİK İNCELENMESİ & SYSTEMATIC REVIEW OF STUDIES ON PHYSICAL ACTIVITY BETWEEN 2015-2025
Ceyda GÜLENDAM DOĞAN & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü	TÜRKİYE'DE ENGELLİLER ALANINDA YAPILAN ÖLÇEK ÇALIŞMALARI : SİSTEMATİK BİR DERLEME (2008-2023 YILLARI ARASI)
Assoc. Prof. Ayla KARAKULLUKÇU & Seçil BULUŞ	Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, & İnönü üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,	OTİZMLİ BİREYLERİN REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILIMI VE TOPLUMSAL ALGININ DEĞERLENDİRİLMESİ
Assoc. Prof. Ayla KARAKULLUKÇU & Seçil BULUŞ	Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, & İnönü üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,	OTİZMLİ BİREYLERDE SPOR YOLUYLA SOSYALLEŞME: YÜZME ETKİNLİKLERİNİN ROLÜ

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-2 / HALL-1



MALATYA



17:30-20:30

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Prof. Dr. Ananda Majumdar

CHAIR VICE: Lecturer PhD Irina-Ana DROBOT

Author(s)	Affiliation	Title
Paritar Tsuba	Sport Science Teacher, Faculty of Liberal Arts and Science, Roi Et Rajabhat University, Thailand.	COMPARATIVE STUDY OF STABILITY BALL VS TRADITIONAL WEIGHT TRAINING ON LOWER LIMB STRENGTH IN FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS
Paritar Tsuba	Sport Science Teacher, Faculty of Liberal Arts and Science, Roi Et Rajabhat University, Thailand.	EFFECTS OF UNSTABLE SURFACE RESISTANCE TRAINING ON EXPLOSIVE POWER AND LEG STRENGTH IN FEMALE VOLLEYBALL ATHLETES
Prof. Dr. Ananda Majumdar	University of Alberta	PLAYING FOR GROWTH: THE ROLE OF SPORT AND RECREATION IN CHILD DEVELOPMENT
Lecturer PhD Irina-Ana DROBOT	Technical University of Civil Engineering Bucharest, Romania, Faculty of Engineering in Foreign languages, Department of Foreign Languages and Communication	EXPLORING THE RELATIONSHIP BETWEEN OCCUPATIONAL STRESS, JOB SATISFACTION, AND PROFESSIONAL WELL-BEING AMONG PHYSICAL EDUCATION TEACHERS
K.R. Bharathi	Research Scholar Department of Physical Education Rani Durgavati Vishwavidyalaya Jabalpur, , Madhya Pradesh, India	EVALUATING THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND EMOTIONAL RESILIENCE OF SCHOOL-AGED CHILDREN: A DEVELOPMENTAL PERSPECTIVE
P. S. kumar	B.R.Ambedkar Institute of Technology,Port Blair-744 103 Andaman and Nicobar Islands, India	CROSS-TRAINING AS A TOOL FOR ENHANCING BIO-MOTOR ABILITIES AND CARDIOVASCULAR EFFICIENCY IN HOCKEY PLAYERS

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-2 / HALL-2



MALATYA



17:30-20:30

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Dr. K.R. Baliram

CHAIR VICE: S. Y. Singh

Author(s)	Affiliation	Title
Dr. K.R. Baliram	Independent Researcher, Ahmednagar, India	EMERGING TRENDS AND INNOVATIONS IN SPORTS TECHNOLOGY: A NEW ERA OF ATHLETIC PERFORMANCE
Hoano Moningka	Manado State University (UNIMA), Manado, Indonesia	THE RELATIONSHIP BETWEEN EYE-FOOT COORDINATION, AGILITY, AND SPEED WITH BALL DRIBBLING PERFORMANCE AMONG COACHING EDUCATION STUDENTS AT FIK UNIMA
S. Y. Singh	Physical Education Department, Satya SAI University of technology and Medical Science, Sihore	A STUDY ON THE INFLUENCE OF GENDER ON SPORTS ACHIEVEMENT MOTIVATION AMONG ATHLETES IN BHOJPUR DISTRICT
Dr. P.A. Kumar	Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, posted at NSTC, Malhar Asharam, Indore	A COMPARATIVE ANALYSIS OF PERSONALITY TRAITS AMONG MALE KABADDI PLAYERS AT DIFFERENT COMPETITIVE LEVELS
Dr. P.A. Kumar	Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, posted at NSTC, Malhar Asharam, Indore	ASSESSMENT OF HEALTH-RELATED PHYSICAL FITNESS IN INDIAN HIGHER SECONDARY SCHOOL STUDENTS
Dr. K.R. Sharma & Dr. B. Johan	Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, NSTC, Malhar Asharam, Indore (M.P.)	COMPARISON OF INTELLIGENCE AMONG MALE AND FEMALE SPORTSPERSONS ACROSS DIFFERENT BLOOD GROUPS

www.ubsder.org

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-2 / HALL-3



MALATYA



17:30-20:30

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Navid Shahram

CHAIR VICE: Mahmood Nabil

Author(s)	Affiliation	Title
Mahmood Nabil	Department of sport teams, University of Diyala, IRAQ	THE IMPACT OF ADMINISTRATIVE LEADERSHIP ON SHAPING THE ORGANIZATIONAL CULTURE AMONG FACULTY MEMBERS AT THE COLLEGE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCE, AL-MUSTANSIRIYA UNIVERSITY
Navid Shahram	Department of Physical Education and Sports Sciences, AllamehGhazvini Higher Education Institute, Iran	EFFECTS OF ORAL GLUTAMINE SUPPLEMENTATION ON STRENGTH AND MUSCLE CIRCUMFERENCE OF UPPER ARM AND THIGH IN YOUNG ADULT MALE BOXERS
K.P. Rathee	Research scholar, Department of Exercise Physiology, LNIPE, Gwalior, India	A CORRELATIONAL STUDY ON LEG STRENGTH AND SELECTED COORDINATION ABILITIES AMONG COLLEGE FOOTBALL PLAYERS
Dr. R.K. Sharma	Independent Researcher, India	THE EFFECT OF YOGA ON PHYSICAL FITNESS COMPONENTS AMONG INTER-COLLEGIATE FOOTBALL PLAYERS
Daniel Muindi	Senior Lecturer, Department of Educational Communication and Technology, Kenyatta University, Nairobi Kenya	A CRITICAL REVIEW OF THE KENYAN PHYSICAL EDUCATION CURRICULUM THROUGH DECOLONIZATION PERSPECTIVES
Daniel Muindi	Senior Lecturer, Department of Educational Communication and Technology, Kenyatta University, Nairobi Kenya	TRANSITIONING FROM PHYSICAL EDUCATION TO SPORTS SCIENCE AS A CAREER: EVALUATING OUR PREPAREDNESS

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-2 / HALL-4



MALATYA



17:30-20:30

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: P. Sharma

CHAIR VICE: Dr. P.D. Kumar

Author(s)	Affiliation	Title
T. Purnima & K. Akshada	M.Sc. (Agricultural science), Department of Health and Nutrition, Indira Gandhi National Open University New Delhi, India	ASSESSMENT OF KNOWLEDGE AND HYDRATION AWARENESS AMONG COMPETITIVE SWIMMERS
Dr. P. Singh & Dr. D.H. Kumar	Director of Sports, University of Kota, Kota, Rajasthan, India	YOGIC EXERCISES AS A FITNESS TOOL FOR MODERN LIFESTYLES
P. Sharma	Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. C. V. Raman University, Kota Road Bilaspur (CG)	A STUDY OF THE CORRELATION OF MENTAL IMAGERY AMONG INDIVIDUAL PLAYERS
Dr. R.K. Sharma	Former Chief National Gymnastic Coach, SAI Training Centre Indore (M.P.) established by SAI, Jawaharlal Nehru Stadium, New Delhi	A THEORETICAL REVIEW OF ANXIETY AND ITS IMPACT ON SPORTS PERFORMANCE
Dr. P.D. Kumar	Assistant. Professor, Department of Physical Education R, S, Govt. Degree College, Shivrajpur, Kanpur	PARTICIPATION OF GIRLS IN PHYSICAL ACTIVITIES AND SPORTS
Dr. Shalini Yadav	Sports Officer, Government College, Majholi, Jabalpur	REASONS FOR PARTICIPATION AMONG INDIAN INTER-UNIVERSITY LEVEL BADMINTON PLAYERS

www.ubsder.org

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-2 / HALL-5



MALATYA



17:30-20:30

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Dr. D.P. Shimpi

CHAIR VICE: Ghanshyam D.K

Author(s)	Affiliation	Title
Dr. T. M. Parasur	Assistant Professor, School of Physical Education and Sports Science, Hindustan Institute of Technology and Science, Padur, Chennai, India	ANALYSIS OF SOCIO-ECONOMIC STATUS AND PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE PLAYING ABILITY OF SCHOOL BOYS IN INDIAN SCHOOLS IN OMAN
K.R. Pujar	Strength and Conditioning Specialist, Department: Strength and Conditioning, Sports Science, Bangalore Karnataka, India	IMPLEMENTATION OF SEGMENT-SPECIFIC TRAINING MODULES IN SPORTS SCIENCE TECHNOLOGY USING THE YO-YO TEST AS A BENCHMARK
Rajneesh Pudja	Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. CV Raman University, Kargi Road Kota Bilaspur C.G.	EFFECT OF PHYSICAL AND MOTOR FITNESS COMPONENTS ON THE PLAYING ABILITY OF MALE CRICKET PLAYERS
Dr. D.P. Shimpi	Director of Physical education and Sports, KKHA Arts, SMGL Commerce & SPHJ Science College Chandwad. Dist Nashik (Maharashtra)	BEHAVIORAL CHARACTERISTICS OF INDIAN MALE AND FEMALE KABADDI PLAYERS DURING NATIONAL LEVEL COMPETITIONS
Ghanshyam D.K	Independenet Researcher, India	EFFECT OF SPATIAL AWARENESS AND VISUAL-MOTOR COORDINATION ON SKILL PERFORMANCE OF INTER-COLLEGIATE MALE KABADDI PLAYERS
Ghanshyam D.K	Independenet Researcher, India	A COMPARATIVE STUDY OF PERSONALITY DIFFERENCES BETWEEN MALE AND FEMALE SOFTBALL PLAYERS

www.ubsder.org

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-2 / HALL-6



MALATYA



17:30-20:30

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: W. Aparna

CHAIR VICE: Dr. Mrs. S.T. Pawar

Author(s)	Affiliation	Title
Dr. Gajendra.K	Department of Physical Education, IISER, Tirupati	IMPACT OF AQUA AEROBICS AND YOGIC PRACTICES ON THE PHYSICAL FITNESS, PHYSIOLOGICAL RESPONSES, AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF HOCKEY PLAYERS
Rajneesh Pudja	Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. CV Raman University, Kargi Road Kota Bilaspur C.G.	MAXIMIZING ATHLETIC PERFORMANCE: IMPROVING STRESS TOLERANCE THROUGH THE USE OF THE CONCENTRATION GRID
W. Aparna	Independent Researcher, India	THE PROBABILITY OF ANXIETY AMONG EXTROVERTED INDIVIDUALS
D. K. Padma	Sports Officer, Department of Sports C. M. D. College Bilaspur (CG)	A COMPARISON OF ANTHROPOMETRICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETERS OF MALE AND FEMALE RUNNERS
B. R. Yadav	Research Scholar, Andhra University, India	EFFECTS OF YOGA POSTURES ON PSYCHOLOGICAL FACTORS AND SKILL PERFORMANCE IN UNDERGRADUATE BADMINTON ATHLETES
Dr. Mrs. S.T. Pawar	Assistant Professor, Government Niranjana Kesharwani Arts, Commerce and Science College, Kargi-Road Kota	ANALYSIS OF SELECTED CHEMICAL AND PHYSICAL SOIL PARAMETERS IN THE JAMANIPALI AREA OF CHHATTISGARH
Reza Sadoughi Ghazalian	Department of physical education and sport sciences, science and research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran	EFFECT OF EIGHT WEEKS OF HIGH-INTENSITY FUNCTIONAL TRAINING ON RESPIRATORY PERFORMANCE INDICATORS IN YOUNG FEMALE TAEKWONDO ATHLETES

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-2 / HALL-7



MALATYA



17:30-20:30

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Dr. B.S. Kumar

CHAIR VICE: S.T. Tomar

Author(s)	Affiliation	Title
Dr. B.S. Kumar	Government Physical Education College for Women, Hooghly, West Bengal	THE RELATIONSHIP BETWEEN TECHNO-STRESS AND INTERNET ADDICTION AMONG FEMALE PHYSICAL EDUCATION TRAINEE TEACHERS
Asif Durez & Sudhakar Kumarasamy	Department of Mechanical Engineering, National University of Technology (NUTECH), Islamabad, Pakistan	SACHIN TENDULKAR: THE PEOPLE'S CHAMPION – AN ANALYTICAL STUDY OF HIS LIFE, HUMILITY, PHILANTHROPY, AND LASTING POPULARITY IN INDIA AND WORLDWIDE
Dr. Mrs. S.T. Pawar	Assistant Professor, Government Niranjana Kesharwani Arts, Commerce and Science College, Kargi-Road Kota	A COMPARATIVE STUDY OF TEAM SPIRIT ACROSS DIFFERENT LEVELS AMONG INDIAN MALE VOLLEYBALL PLAYERS
P.D. Malaichamy & K.R. Padma	Professor, SVJCT's BKL Walawalkar college of physiotherapy, Sawarde, Ratnagiri Maharashtra, India	INJURIES AMONG FEMALE FOOTBALL PLAYERS: A CROSS- SECTIONAL SURVEY OF UNDER-17 GIRLS
S.T. Tomar	Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. C.V. Raman University, Kota, Bilaspur (Chhattisgarh)	THEORETICAL PERSPECTIVES ON VARIOUS PSYCHOLOGICAL ATTRIBUTES OF MALE AND FEMALE ATHLETES
Dr. T.K Khumar	Assistant Professor, Department of Physical Education, IISER, Tirupati, India	COMPARATIVE EFFECTS OF AQUA AEROBIC TRAINING AND YOGIC PRACTICES ON PHYSICAL, PHYSIOLOGICAL, AND PSYCHOLOGICAL VARIABLES IN HOCKEY PLAYERS

1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT

May 19-21, 2025 MALATYA

ONLINE

19.05.2025

SESSION-2 / HALL-8



MALATYA



17:30-20:30

Zoom Meeting ID: 460 363 6838

Zoom Passcode: 121314

CHAIR: Dr. B.S. Kumar
CHAIR VICE: Suja. T.

Author(s)	Affiliation	Title
Prakash Souza	Physical Education Director, Sacred Heart College, Madanthyar, Karnataka, India	A TIME SERIES ANALYSIS OF SPORTS PERFORMANCE TRENDS ACROSS DIFFERENT COMPETITION LEVELS IN PROMINENT COLLEGES AFFILIATED WITH MANGALORE UNIVERSITY
Suja. T.	Ph.D. Research Scholar, Centre for Yoga Studies, Dept of Physical Education, Annamalai University.	EFFECTS OF SURYANAMASKAR, YOGA NIDRA, AND PRANAYAMA ON BODY MASS INDEX AND ANXIETY IN CHILDREN WITH ALEXITHYMIA
Dr. A.K. Palanisam	Government Arts and Science College, Vanur, Thiruchitrabalam Kootroad	COMPARATIVE EFFECTS OF PLYOMETRIC AND PLYOMETRIC PLUS WEIGHT TRAINING ON SELECTED SKILL PERFORMANCE PARAMETERS IN KABADDI PLAYERS
Dr. A.K. Palanisam	Government Arts and Science College, Vanur, Thiruchitrabalam Kootroad	A COMPARATIVE ANALYSIS OF LEADERSHIP BEHAVIOR AMONG INDIAN MALE AND FEMALE ATHLETES
Mrs. Sudha Goyal	Assistant Professor, . D. P. Vipra College, of Education, Bilaspur	A COMPARATIVE STUDY OF ADJUSTMENT PATTERNS BETWEEN HEARING AND HEARING-IMPAIRED STUDENTS
T.J. Chauhan	Ph.D Scholar, Dr. C.V. Raman University, Kota Road, Kota Bilaspur (CG)	A QUALITATIVE ANALYSIS OF LIBRARY RESOURCE AVAILABILITY IN SELECTED STATE UNIVERSITIES OF CHHATTISGARH

**1st INTERNATIONAL CONGRESS ON SCIENTIFIC
RESEARCH IN SPORTS MANAGEMENT**
May 19-21, 2025 MALATYA

CONTENT

CONFERENCE ID	I
ORGANIZING COMMITTEE	II
SCIENTIFIC BOARD MEMBERS	III
PROGRAM	V
CONTENT	VI

AUTHOR(S)	AFFILIATION	TITLE	PAGE NUMBER
1) Res. Asst. Utku TUNA & Asst. Prof. Müfide Yoruç ÇOTUK	Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı / Spor Yönetim Bilimleri Doktora Öğrencisi, İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü & Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü	HALKEVLERİ ÜLKÜ DERGİSİ YAZILARI ÜZERİNDEN ERKEN CUMHURİYET DÖNEMİ SPOR POLİTİKALARININ ANALİZİ & ANALYSIS OF EARLY REPUBLICAN PERIOD SPORTS POLICIES THROUGH THE ARTICLES OF HALKEVLERİ ÜLKÜ MAGAZINE	1-2
2) Assoc. Prof. Süleyman Sırrı YILMAZ & Res. Asst. PhD. Salih KESKİN & Fatih KARATAŞ	Selçuk Üniversitesi, İletişim Fakültesi & Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Radyo, Televizyon ve Sinema Anabilim Dalı	SPORDA İLETİŞİM KAVRAMININ İNCELENMESİ & AN EXAMINATION OF THE CONCEPT OF COMMUNICATION IN SPORTS	3-19
3) Asst. Prof. Mustafa HAN & Senem KAYA	Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi	TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOLUNUN BEDENSEL ENGELLİ BİREYLERİN ÇOK YÖNLÜ GELİŞİMİNE KATKISI & CONTRIBUTION OF WHEELCHAIR BASKETBALL TO THE MULTI- DIRECTIONAL DEVELOPMENT OF PHYSICALLY DISABLED INDIVIDUALS	20-21

4)	Gamze OK & Mesut BATIHAN	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü & Girne Amerikan Üniversitesi	BEDEN EĞİTİMİ DERSLERİNİN AMACINA UYGUN İŞLENMESİNDE OKUL YÖNETİCİLERİNİN ROLÜ VE KATKISI & THE ROLE AND CONTRIBUTION OF SCHOOL ADMINISTRATORS IN THE EFFECTIVE IMPLEMENTATION OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES	22-23
5)	Gamze OK & Mesut BATIHAN	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü & Girne Amerikan Üniversitesi	OKUL SPOR TESİSLERİNİN ENGELLİ BİREYLERİN ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE KULLANIMINA UYGUNLUĞU AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ & EVALUATION OF THE ACCESSIBILITY AND USABILITY OF SCHOOL SPORTS FACILITIES FOR INDIVIDUALS WITH DISABILITIES	24
6)	Abuzer KARAKUŞ	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi	DAYANIKLILIK PARAMETRESİNDE KOŞUNUN ÖNEMİ & IMPORTANCE OF RUNNING IN ENDURANCE PARAMETER	25-29
7)	Aylin GÖZ İŞTİN & Caner AYGÖREN & Oğuzhan ÇOŞKUN & Yalçın AYDIN & Zehra KAYA & Resul ÖZEL & Esra YILMAZ	Batman Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü Karate Antrenörü & Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü & Adana Çukurova Karate Salonu & Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri & Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü & Tokat Gazi Osmanpaşa Üniversitesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü & Batman Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü Voleybol Antrenörü	FRENCH CONTRAST ANTRENMAN SİSTEMİNE YÖNELİK DERLEME & REVIEW ON FRENCH CONTRAST TRAINING SYSTEM	30-35

8)	Zehra KAYA & Caner AYGÖREN & Yalçın AYDIN & Ayşegül BEYKUMUL & Nihat ALDI & Mehmet Deniz ŞAHİN	Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü & Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü & Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri & Gazi Üniversitesi & MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu & Malatya Turgut Özal Tıp Merkezi	PATLAYICI GÜÇ ANTRENMANLARINA GÜNCEL BAKIŞ AÇISI & CURRENT PERSPECTIVE ON EXPLOSIVE STRENGTH TRAINING	36-41
9)	Aleyna DORUK & Nihat ALDI & Ömer Faruk GÖKÇE & Volkan AKTÜRK & Melih ERBASAN & Alişan AKKAYA & Aslan DEMİR & Resul ÖZEL & Mehmet Durmuş ÖZGÜL	Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği & MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi & Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & Bağımsız Araştırmacı & Çanakkale Geçilmez Spor Kulübü & Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi & Türk Silahlı Kuvvetleri & Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü Gençlik ve Spor İlçe Müdürlüğü	KUVVET ve KONDİSYON STRATEJİSİNE GÜNCEL BAKIŞ AÇISI & A CURRENT PERSPECTIVE ON FORCE and CONDITION STRATEGY	42-47
10)	Ömer Faruk GÖKÇE & Yalçın AYDIN & Ayşegül BEYKUMUL & Mehmet KAYA & Ümit Erkan TUNÇ	Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri & Gazi Üniversitesi & Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu	TEKVANDO SPORCULARINDA PATLAYICI KUVVETİN YARARLARI: SISTEMATİK DERLEME & BENEFITS OF EXPLOSIVE FORCE IN TAEKWONDO ATHLETES: A SYSTEMATIC REVIEW	48-49

11	Zehra KAYA & Caner AYGÖREN & Yalçın AYDIN & Ayşegül BEYKUMUL & Nihat ALDI & Mehmet Deniz ŞAHİN	Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü & Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü & Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri & Gazi Üniversitesi & MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu & Malatya Turgut Özal Tıp Merkezi	PATLAYICI GÜÇ ANTRENMANLARINA GÜNCEL BAKIŞ AÇISI & CURRENT PERSPECTIVE ON EXPLOSIVE STRENGTH TRAINING	50-55
12	Ali DEMİRBAŞ	Türkiye Karate Federasyonu Eğitim Kurulu Başkanı	KARATE SPORUNUN SAĞLIK ve PERFORMANS ÜZERİNE ETKİSİ & THE EFFECT OF KARATE ON HEALTH AND PERFORMANCE	56-60
13	Fatma Tuba ŞENER & Mihriban KODAŞ	Battalgazi Beydağı Ortaokulu	SINIF VE OKUL YÖNETİMİNDE ÖĞRETMENİN ROLÜ	61-65
14	Mehmet TAŞÇI & PhD. Gökhan SABANCI	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü & Bağımsız Araştırmacı	EXAMINING SCHOOL ADMINISTRATORS' ATTITUDES TOWARD THE PARTICIPATION OF INCLUSIVE STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES: A QUALITATIVE STUDY	66-73
15	Mehmet TAŞÇI & PhD. Gökhan SABANCI	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü & Bağımsız Araştırmacı	OKULLARDA BEDEN EĞİTİMİ DERSİNİN ÖĞRENCİLERİN SOSYAL GELİŞİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ & THE IMPACT OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES ON STUDENTS' SOCIAL DEVELOPMENT IN SCHOOLS	74-85

16	Ali KAYA & Cemile Nihal YURTSEVEN	Istanbul University- Cerrahpasa, Faculty of Sports Sciences, Department of Sports Management, Istanbul, Turkey	SPOR YÖNETİCİLERİNİN YAŞAM DOYUMLARININ VE HEDEF BAĞLILIKLARININ İNCELENMESİ & EXAMINING LIFE SATISFACTION AND GOAL COMMITMENT OF SPORTS MANAGERS	86-96
17	Prof. Dr. Mehmet ILKIM & Assoc. Prof. Yusuf ARIKAN	İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü	ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERİN REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILIMI VE BU KATILIMIN SOSYAL BOYUTU ÜZERİNE BİR İNCELEME & AN EXAMINATION OF THE PARTICIPATION OF INDIVIDUALS WITH DISABILITIES IN RECREATIONAL ACTIVITIES AND ITS SOCIAL DIMENSION	97-100
18	Prof. Dr. Mehmet ILKIM & Assoc. Prof. Yusuf ARIKAN	İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü	ENGELLİ BİREYLERİN AİLELERİNİN SPORİF ETKİNLİKLERE YÖNELİK TUTUM VE GÖRÜŞLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ & “EVALUATION OF ATTITUDES AND OPINIONS OF FAMILIES OF INDIVIDUALS WITH DISABILITIES TOWARD SPORTS ACTIVITIES	101-104
19	Prof. Dr. Mehmet ILKIM & Res. Asst. Fatma ÖZOĞLU	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Battalgazi, Malatya.	ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERDE SPOR YOLUYLA SOSYAL KATILIM VE ETKİLEŞİM & SOCIAL PARTICIPATION AND INTERACTION THROUGH SPORTS IN INDIVIDUALS WITH INTELLECTUAL DISABILITIES	105-114

20	Prof. Dr. Mehmet ILKIM & Res. Asst. Fatma ÖZOĞLU	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bölümü, Battalgazi, Malatya.	TÜRKİYE'DE DOWN SENDROMLU BİREYLER KONUSUNDA YAPILMIŞ OLAN LİSANSÜSTÜ TEZLERİN İNCELENMESİ & A REVIEW OF POSTGRADUATE THESES ON INDIVIDUALS WITH DOWN SYNDROME IN TURKEY	115-128
21	Gamze DAĞDEVİREN & Assoc. Prof.. Cumaali YAVUZ	Fırat Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi	GİYİLEBİLİR TEKNOLOJİ DESTEKLİ YAPAY ZEKÂNIN SPOR YAPMA ALİŞKANLIKLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ & THE IMPACT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE SUPPORTED BY WEARABLE TECHNOLOGY ON SPORTING HABITS	129-137
22	Elif DUMAN ARI & Asst. Prof. Nevzat MUTLUTÜRK	Nişantaşı Üniversitesi, Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı, İstanbul. & Nişantaşı Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul.	ÇOCUKLARIN FİZİKSEL GELİŞİMİ İÇİN ATLETİZM BRANŞININ ÖNEMİ & THE IMPORTANCE OF ATHLETICS FOR THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN	138-145
23	Furkan SEÇGİN & Assoc. Prof. Hayati ARSLAN	Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı & Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÇOK YÖNLÜ LİDERLİK YÖNELİMLERİ İLE DOĞAL KARAR VERME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ & EXAMINATION OF UNIVERSITY STUDENTS' MULTIFACETED LEADERSHIP ORIENTATIONS AND NATURAL DECISION- MAKING SKILLS	146-161

24	Prof. Dr. Ahmet UÇAR & Prof. Dr. Uluç ÇAĞATAY	Manisa Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler Bölümü & Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Yenipazar Meslek Yüksekokulu Emlak Yönetimi Programı	BELEDİYELERİN SOSYAL BELEDİYESİ HİZMETLERİ BAĞLAMINDA SPOR HİZMETLERİ: MANİSA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ ÖRNEĞİ & SPORTS SERVICES OF MUNICIPALITIES IN THE CONTEXT OF SOCIAL MUNICIPAL SERVICES: THE CASE OF MANİSA METROPOLİTAN MUNICIPALITY	162-170
25	Prof. Dr. Uluç ÇAĞATAY & Prof. Dr. Ahmet UÇAR	Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Yenipazar Meslek Yüksekokulu Emlak Yönetimi Programı & Manisa Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Siyaset Bilimi ve Uluslararası İlişkiler Bölümü	BELEDİYE MECLİSLERİNDE ALINAN SPOR VE REKREASYON KONULU KARARLARIN İRDELENMESİ: İZMİR BELEDİYELERİ ÖRNEĞİ & ANALYZING THE DECISIONS ON SPORTS AND RECREATION TAKEN BY MUNICIPAL COUNCILS	171-178
26	Prof. Dr. Mustafa KIZILKOCA & İbrahim KARATÜN	Munzur Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı	YAPAY ZEKANIN GELİŞİMİYLE BAŞKALAŞIM GEÇİREN REKREASYON KAVRAMI & THE CONCEPT OF RECREATION IS TRANSFORMING WITH THE DEVELOPMENT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE	179
27	Assoc. Prof. Özgür EKEN & Dilara HAMARAT	İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD	KOKULARIN PSİKOLOJİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ & THE EFFECTS OF SCENTS ON PSYCHOLOGY	180-183
28	Dilara HAMARAT & Assoc. Prof. Özgür EKEN & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü	YÜZME SPORUNA YÖNELİK YAPILAN ARAŞTIRMALARDA KULLANILAN ÖLÇEKLERİN İNCELENMESİ & EXAMINATION OF SCALES USED IN RESEARCH ON SWIMMING SPORTS	184-195

29	Yeşim BAŞCI & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ & Assoc. Prof. Nurkan YILMAZ	İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi	KADINLAR İÇİN GELİŞTİRİLMİŞ ÖLÇEKLER: SİSTEMATİK BİR DERLEME (2004-2023 YILLARI ARASI)	196-206
30	Mikail KOÇER & Asst. Prof. Serpil AKÇINAR & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi & İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi & İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü	TÜRKİYE'DE OYUN İÇERİKLİ ÖLÇEKLER: SİSTEMATİK BİR İNCELEME (2006-2025) & GAMIFIED SCALES IN TURKEY: A SYSTEMATIC REVIEW (2006-2025)	207-217
31	Hasret TAN & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,	BEDEN EĞİTİMİ DERSİ ALANINDA GELİŞTİRİLMİŞ ÖLÇEKLER: SİSTEMATİK BİR DERLEME (2009- 2024 Yılları Arası) & SCALES DEVELOPED IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION COURSE: A SYSTEMATIC REVIEW (Between 2009-2024)	218-232
32	Aslı ERDOĞAN & Assoc. Prof. Yahya DOĞAR & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü & İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi	2015-2025 YILLARI ARASINDA FİZİKSEL AKTİVİTE İLE İLGİLİ YAPILAN ÇALIŞMALARIN SİSTEMATİK İNCELENMESİ & SYSTEMATIC REVIEW OF STUDIES ON PHYSICAL ACTIVITY BETWEEN 2015-2025	233-244
33	Ceyda GÜLENDAM DOĞAN & Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ	İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü	TÜRKİYE'DE ENGELLİLER ALANINDA YAPILAN ÖLÇEK ÇALIŞMALARI : SİSTEMATİK BİR DERLEME (2008-2023 YILLARI ARASI)	245-258
34	Assoc. Prof. Ayla KARAKULLUKÇU & Seçil BULUŞ	Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, & İnönü üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,	OTİZMLİ BİREYLERİN REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILIMI VE TOPLUMSAL ALGININ DEĞERLENDİRİLMESİ	259-263

35	Assoc. Prof.Ayla KARAKULLUKÇU & Seçil BULUŞ	Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, & İnönü üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,	OTİZMLİ BİREYLERDE SPOR YOLUYLA SOSYALLEŞME: YÜZME ETKİNLİKLERİNİN ROLÜ	264-267
36	Lecturer PhD Irina-Ana DROBOT	Technical University of Civil Engineering Bucharest, Romania, Faculty of Engineering in Foreign languages, Department of Foreign Languages and Communication	EXPLORING THE RELATIONSHIP BETWEEN OCCUPATIONAL STRESS, JOB SATISFACTION, AND PROFESSIONAL WELL- BEING AMONG PHYSICAL EDUCATION TEACHERS	268-273
37	Prof. Dr. Ananda Majumdar	University of Alberta	PLAYING FOR GROWTH: THE ROLE OF SPORT AND RECREATION IN CHILD DEVELOPMENT	274-275
38	Birol ŞİMŞEK	Istanbul University- Cerrahpaşa, Graduate Education Institute, Department of Sports Management Sciences	“ENGELLİ, ÖZEL GEREKSİNİMLİ, ÖZÜRLÜ, SAKAT” ANAHTAR KELİME TEZLERİN 1994-2024 YILLARI ARASINDA YÖK VERİTABANINDA BİBLİYOMETRİK ANALİZİ & BIBLIOMETRIC ANALYSIS OF THESES WITH THE KEYWORDS “DISABLED, SPECIAL NEEDS, HANDICAPPED, IMPAIRED” IN THE YÖK DATABASE BETWEEN 1994 AND 2024	276-288
39	Paritar Tsuba	Sport Science Teacher, Faculty of Liberal Arts and Science, Roi Et Rajabhat University, Thailand.	COMPARATIVE STUDY OF STABILITY BALL VS TRADITIONAL WEIGHT TRAINING ON LOWER LIMB STRENGTH IN FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS	289
40	Paritar Tsuba	Sport Science Teacher, Faculty of Liberal Arts and Science, Roi Et Rajabhat University, Thailand.	EFFECTS OF UNSTABLE SURFACE RESISTANCE TRAINING ON EXPLOSIVE POWER AND LEG STRENGTH IN FEMALE VOLLEYBALL ATHLETES	290

41	K.R. Bharathi	Research Scholar Department of Physical Education Rani Durgavati Vishwavidyalaya Jabalpur, , Madhya Pradesh, India	EVALUATING THE PSYCHOLOGICAL WELL- BEING AND EMOTIONAL RESILIENCE OF SCHOOL- AGED CHILDREN: A DEVELOPMENTAL PERSPECTIVE	291
42	P. S. kumar	B.R.Ambedkar Institute of Technology,Port Blair-744 103 Andaman and Nicobar Islands, India	CROSS-TRAINING AS A TOOL FOR ENHANCING BIO- MOTOR ABILITIES AND CARDIOVASCULAR EFFICIENCY IN HOCKEY PLAYERS	292
43	Dr. K.R. Baliram	Independent Researcher, Ahmednagar, India	EMERGING TRENDS AND INNOVATIONS IN SPORTS TECHNOLOGY: A NEW ERA OF ATHLETIC PERFORMANCE	293
44	Hoano Moningka	Manado State University (UNIMA), Manado, Indonesia	THE RELATIONSHIP BETWEEN EYE-FOOT COORDINATION, AGILITY, AND SPEED WITH BALL DRIBBLING PERFORMANCE AMONG COACHING EDUCATION STUDENTS AT FIK UNIMA	294
45	S. Y. Singh	Physical Education Department, Satya SAI University of technology and Medical Science, Sihore	A STUDY ON THE INFLUENCE OF GENDER ON SPORTS ACHIEVEMENT MOTIVATION AMONG ATHLETES IN BHOJPUR DISTRICT	295
46	Dr. P.A. Kumar	Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, posted at NSTC, Malhar Asharam, Indore	A COMPARATIVE ANALYSIS OF PERSONALITY TRAITS AMONG MALE KABADDI PLAYERS AT DIFFERENT COMPETITIVE LEVELS	296
47	Dr. P.A. Kumar	Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, posted at NSTC, Malhar Asharam, Indore	ASSESSMENT OF HEALTH- RELATED PHYSICAL FITNESS IN INDIAN HIGHER SECONDARY SCHOOL STUDENTS	297
48	Dr. K.R. Sharma & Dr. B. Johan	Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, NSTC, Malhar Asharam, Indore (M.P.)	COMPARISON OF INTELLIGENCE AMONG MALE AND FEMALE SPORTSPERSONS ACROSS DIFFERENT BLOOD GROUPS	298

49	Mahmood Nabil	Department of sport teams, University of Diyala, IRAQ	THE IMPACT OF ADMINISTRATIVE LEADERSHIP ON SHAPING THE ORGANIZATIONAL CULTURE AMONG FACULTY MEMBERS AT THE COLLEGE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCE, AL- MUSTANSIRIYA UNIVERSITY	299
50	Navid Shahram	Department of Physical Education and Sports Sciences, AllamehGhazvini Higher Education Institute, Iran	EFFECTS OF ORAL GLUTAMINE SUPPLEMENTATION ON STRENGTH AND MUSCLE CIRCUMFERENCE OF UPPER ARM AND THIGH IN YOUNG ADULT MALE BOXERS	300
51	K.P. Rathee	Research scholar, Department of Exercise Physiology, LNIPE, Gwalior, India	A CORRELATIONAL STUDY ON LEG STRENGTH AND SELECTED COORDINATION ABILITIES AMONG COLLEGE FOOTBALL PLAYERS	301
52	Dr. R.K. Sharma	Independent Researcher, India	THE EFFECT OF YOGA ON PHYSICAL FITNESS COMPONENTS AMONG INTER-COLLEGIATE FOOTBALL PLAYERS	302
53	Daniel Muindi	Senior Lecturer, Department of Educational Communication and Technology, Kenyatta University, Nairobi Kenya	A CRITICAL REVIEW OF THE KENYAN PHYSICAL EDUCATION CURRICULUM THROUGH DECOLONIZATION PERSPECTIVES	303
54	Daniel Muindi	Senior Lecturer, Department of Educational Communication and Technology, Kenyatta University, Nairobi Kenya	TRANSITIONING FROM PHYSICAL EDUCATION TO SPORTS SCIENCE AS A CAREER: EVALUATING OUR PREPAREDNESS	304
55	T. Purnima & K. Akshada	M.Sc. (Agricultural science), Department of Health and Nutrition, Indira Gandhi National Open University New Delhi, India	ASSESSMENT OF KNOWLEDGE AND HYDRATION AWARENESS AMONG COMPETITIVE SWIMMERS	305

56	Dr. P. Singh & Dr. D.H. Kumar	Director of Sports, University of Kota, Kota, Rajasthan, India	YOGIC EXERCISES AS A FITNESS TOOL FOR MODERN LIFESTYLES	306
57	P. Sharma	Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. C. V. Raman University, Kota Road Bilaspur (CG)	A STUDY OF THE CORRELATION OF MENTAL IMAGERY AMONG INDIVIDUAL PLAYERS	307
58	Dr. R.K. Sharma	Former Chief National Gymnastic Coach, SAI Training Centre Indore (M.P.) established by SAI, Jawaharlal Nehru Stadium, New Delhi	A THEORETICAL REVIEW OF ANXIETY AND ITS IMPACT ON SPORTS PERFORMANCE	308
59	Dr. P.D. Kumar	Assistant. Professor, Department of Physical Education R, S, Govt. Degree College, Shivrajpur, Kanpur	PARTICIPATION OF GIRLS IN PHYSICAL ACTIVITIES AND SPORTS	309
60	Dr. Shalini Yadav	Sports Officer, Government College, Majholi, Jabalpur	REASONS FOR PARTICIPATION AMONG INDIAN INTER-UNIVERSITY LEVEL BADMINTON PLAYERS	310
61	Dr. T. M. Parasur	Assistant Professor, School of Physical Education and Sports Science, Hindustan Institute of Technology and Science, Padur, Chennai, India	ANALYSIS OF SOCIO- ECONOMIC STATUS AND PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE PLAYING ABILITY OF SCHOOL BOYS IN INDIAN SCHOOLS IN OMAN	311
62	K.R. Pujar	Strength and Conditioning Specialist, Department: Strength and Conditioning, Sports Science, Banglore Karnataka, India	IMPLEMENTATION OF SEGMENT-SPECIFIC TRAINING MODULES IN SPORTS SCIENCE TECHNOLOGY USING THE YO-YO TEST AS A BENCHMARK	312
63	Rajneesh Pudja	Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. CV Raman University, Kargi Road Kota Bilaspur C.G.	EFFECT OF PHYSICAL AND MOTOR FITNESS COMPONENTS ON THE PLAYING ABILITY OF MALE CRICKET PLAYERS	313

64	Dr. D.P. Shimpi	Director of Physical education and Sports, KKHA Arts, SMGL Commerce & SPJ Science College Chandwad. Dist Nashik (Maharashtra)	BEHAVIORAL CHARACTERISTICS OF INDIAN MALE AND FEMALE KABADDI PLAYERS DURING NATIONAL LEVEL COMPETITIONS	314
65	Ghanshyam D.K	Independenent Researcher, India	EFFECT OF SPATIAL AWARENESS AND VISUAL-MOTOR COORDINATION ON SKILL PERFORMANCE OF INTER-COLLEGIATE MALE KABADDI PLAYERS	315
66	Ghanshyam D.K	Independenent Researcher, India	A COMPARATIVE STUDY OF PERSONALITY DIFFERENCES BETWEEN MALE AND FEMALE SOFTBALL PLAYERS	316
67	Dr. Gajendra.K	Department of Physical Education, IISER, Tirupati	IMPACT OF AQUA AEROBICS AND YOGIC PRACTICES ON THE PHYSICAL FITNESS, PHYSIOLOGICAL RESPONSES, AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF HOCKEY PLAYERS	317
68	Rajneesh Pudja	Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. CV Raman University, Kargi Road Kota Bilaspur C.G.	MAXIMIZING ATHLETIC PERFORMANCE: IMPROVING STRESS TOLERANCE THROUGH THE USE OF THE CONCENTRATION GRID	318
69	W. Aparna	Independent Researcher, India	THE PROBABILITY OF ANXIETY AMONG EXTROVERTED INDIVIDUALS	319
70	D. K. Padma	Sports Officer, Department of Sports C. M. D. College Bilaspur (CG)	A COMPARISON OF ANTHROPOMETRICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETERS OF MALE AND FEMALE RUNNERS	320
71	B. R. Yadav	Research Scholar, Andhra University, India	EFFECTS OF YOGA POSTURES ON PSYCHOLOGICAL FACTORS AND SKILL PERFORMANCE IN UNDERGRADUATE BADMINTON ATHLETES	321

72	Dr. Mrs. S.T. Pawar	Assistant Professor, Government Niranjan Keshernani Arts, Commerce and Science College, Kargi-Road Kota	ANALYSIS OF SELECTED CHEMICAL AND PHYSICAL SOIL PARAMETERS IN THE JAMANIPALI AREA OF CHHATTISGARH	322
73	Reza Sadoughi Ghazalian	Department of physical education and sport sciences, science and research Branch, Islamic Azad University, Tehran, Iran	EFFECT OF EIGHT WEEKS OF HIGH-INTENSITY FUNCTIONAL TRAINING ON RESPIRATORY PERFORMANCE INDICATORS IN YOUNG FEMALE TAEKWONDO ATHLETES	323
74	Dr. B.S. Kumar	Government Physical Education College for Women, Hooghly, West Bengal	THE RELATIONSHIP BETWEEN TECHNO-STRESS AND INTERNET ADDICTION AMONG FEMALE PHYSICAL EDUCATION TRAINEE TEACHERS	324
75	Asif Durez & Sudhakar Kumarasamy	Department of Mechanical Engineering, National University of Technology (NUTECH), Islamabad, Pakistan	SACHIN TENDULKAR: THE PEOPLE'S CHAMPION – AN ANALYTICAL STUDY OF HIS LIFE, HUMILITY, PHILANTHROPY, AND LASTING POPULARITY IN INDIA AND WORLDWIDE	325
76	Dr. Mrs. S.T. Pawar	Assistant Professor, Government Niranjan Keshernani Arts, Commerce and Science College, Kargi-Road Kota	A COMPARATIVE STUDY OF TEAM SPIRIT ACROSS DIFFERENT LEVELS AMONG INDIAN MALE VOLLEYBALL PLAYERS	326
77	P.D. Malaichamy & K.R. Padma	Professor, SVJCT's BKL Walawalkar college of physiotherapy, Sawarde, Ratnagiri Maharashtra, India	INJURIES AMONG FEMALE FOOTBALL PLAYERS: A CROSS-SECTIONAL SURVEY OF UNDER-17 GIRLS	327
78	S.T. Tomar	Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. C.V. Raman University, Kota, Bilaspur (Chhattisgarh)	THEORETICAL PERSPECTIVES ON VARIOUS PSYCHOLOGICAL ATTRIBUTES OF MALE AND FEMALE ATHLETES	328

79	Dr. T.K Khumar	Assistant Professor, Department of Physical Education, IISER, Tirupati, India	COMPARATIVE EFFECTS OF AQUA AEROBIC TRAINING AND YOGIC PRACTICES ON PHYSICAL, PHYSIOLOGICAL, AND PSYCHOLOGICAL VARIABLES IN HOCKEY PLAYERS	329
80	Prakash Souza	Physical Education Director, Sacred Heart College, Madanthyar, Karnataka,India	A TIME SERIES ANALYSIS OF SPORTS PERFORMANCE TRENDS ACROSS DIFFERENT COMPETITION LEVELS IN PROMINENT COLLEGES AFFILIATED WITH MANGALORE UNIVERSITY	330
81	Suja. T.	Ph.D. Research Scholar, Centre for Yoga Studies, Dept of Physical Education, Annamalai University.	EFFECTS OF SURYANAMASKAR, YOGA NIDRA, AND PRANAYAMA ON BODY MASS INDEX AND ANXIETY IN CHILDREN WITH ALEXITHYMIA	331
82	Dr. A.K. Palanisam	Government Arts and Science College, Vanur, Thiruchitrambalam Kootroad	COMPARATIVE EFFECTS OF PLYOMETRIC AND PLYOMETRIC PLUS WEIGHT TRAINING ON SELECTED SKILL PERFORMANCE PARAMETERS IN KABADDI PLAYERS	332
83	Dr. A.K. Palanisam	Government Arts and Science College, Vanur, Thiruchitrambalam Kootroad	A COMPARATIVE ANALYSIS OF LEADERSHIP BEHAVIOR AMONG INDIAN MALE AND FEMALE ATHLETES	333
84	Mrs. Sudha Goyal	Assistant Professor, . D. P. Vipra College, of Education, Bilaspur	A COMPARATIVE STUDY OF ADJUSTMENT PATTERNS BETWEEN HEARING AND HEARING-IMPAIRED STUDENTS	334
85	T.J. Chauhan	Ph.D Scholar, Dr. C.V. Raman University, Kota Road, Kota Bilaspur (CG)	A QUALITATIVE ANALYSIS OF LIBRARY RESOURCE AVAILABILITY IN SELECTED STATE UNIVERSITIES OF CHHATTISGARH	335

**HALKEVLERİ ÜLKÜ DERGİSİ YAZILARI ÜZERİNDEN ERKEN CUMHURİYET
DÖNEMİ SPOR POLİTİKALARININ ANALİZİ**
ANALYSIS OF EARLY REPUBLICAN PERIOD SPORTS POLICIES THROUGH THE
ARTICLES OF HALKEVLERİ ÜLKÜ MAGAZINE

Res. Asst. Utku Tuna

Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı / Spor Yönetim Bilimleri Doktora Öğrencisi,
İstanbul Gedik Üniversitesi Spor Yöneticiliği Bölümü Araştırma Görevlisi.
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2300-1271>

Asst. Prof. Müfide Yoruç Çotuk

Marmara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0594-3254>

Özet

Erken Cumhuriyet döneminde 1929 yılı küresel ekonomik buhranın etkisiyle devlet yöneticilerinde ortaya çıkan devletçi eğilim, spor politikalarının bu yönde şekillenmesinde etkili olmuştur. Bettelheim'in (1982: 185) ekonomik devletçilik konusunda “*devlet, üretime onu sınırlama ereğiyle müdahalede bulunur*” sözü erken Cumhuriyet dönemi spor politikaları için de geçerlidir. Althusser'in (2008: 33-34) sporu, edebiyat ve güzel sanatlar ile birlikte “*kültürel aygıtlar*” kategorisi altında devletin ideolojik aygıtları içerisine dahil etmesi, devletin insanlara müdahale etmesini sağlayan alanlardan biri olduğunu göstermektedir. Diğer tüm alanlarda ortaya çıkan devletleşme hareketinin bir parçası olarak beden terbiyesi ve sporun yönetimi, 1936'da Türk Spor Kurumu aracılığıyla partiye, 1938'den itibaren ise Beden Terbiyesi Genel Müdürlüğü aracılığıyla doğrudan devlete bağlanmıştır.

Sporu yöneten kurumların devletleşmesi sürecinin ilk 1932 yılında “*yapılan devrimlerin halk arasında yayılması, yaşatılması ve halkın bilincinde yerleştirilmesi*” (Kaplan, 1974) ve “*Atatürk ilke ve inkılaplarını yaymak, benimsetmek, halkı sosyal, kültürel ve ekonomik bakımdan geliştirmek*” (Halkevleri, 1988) amaçları doğrultusunda partiye bağlı bir kurum olarak kurulan Halkevlerinin dokuz çalışma kolundan birisi olan spor şubesinde görmek mümkündür.

Bu çalışmanın amacı, 1932-1951 yılları arasında Türkiye'nin kültürel ve toplumsal tarihinde önemli bir yer tutan Halkevlerinin merkez yayın organı Ülkü Dergisinde yayınlanan “*beden terbiyesi*” ve “*spor*” başlıklı yazıları tarayarak, ulusal spor politikalarının bu dergide yer alış biçimini incelemektir. Bu yazıların tasniflenmesi, spor politikalarına yönelik yazıları ve ifadeleri görmek açısından faydalı olacaktır. Çalışmanın temel kaynağı, Ülkü Dergisinin 1933-1941 yılları arasında yayımlanan ve toplamda 102 sayı olan ilk serisidir. Dergide “*Beden Terbiyesi*” ve “*Spor*” başlıkları altında yayımlanan 45 yazı, doküman analizi ve “*toplanan verileri açıklayabilecek kavramlara ve ilişkilere ulaşmayı*” (Yıldırım ve Şimşek, 2008: 227) amaçlayan içerik analiziyle incelenerek; “*Politika*”, “*Militarizm*” ve “*Sağlık*” işlevleri şeklinde üç ana tema ve bu ana temalara bağlı olarak; “*Tarihsel bağlam*”, “*Yabancı Gençlik Örgütleri*”, “*Faydalı-faydasız sporlar*” şeklinde üç alt tema belirlenmiştir. Erken Cumhuriyet döneminde Ülkü Dergisindeki beden terbiyesi ve spor başlıklı yazılarla dönemin devletçi spor anlayışıyla ortaya çıkan ideolojik ve sportif yönelimleri arasında bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Spor, Politika, Erken Cumhuriyet Dönemi, Halkevleri.

Abstract

The statist tendency that emerged in the Early Republican period with the impact of the global economic depression of 1929 was influential in shaping sports policies. Bettelheim's (1982: 185) statement on economic statism that “*the state intervenes in production with the aim of limiting it*” also applies to the sports policies of the early Republican period. Althusser's (2008: 33-34) inclusion of sports in the ideological apparatus of the state under the category of “cultural apparatuses” along with literature and fine arts shows that it is one of the areas that enable the state to intervene in people. As a part of the nationalization movement that emerged in all other fields, the management of physical education and sports was connected to the party through the Turkish Sports Institution in 1936 and directly to the state through the General Directorate of Physical Education as of 1938.

It is possible to see the process of the nationalization of the institutions governing sports in the sports branch, one of the nine working branches of the People's Houses, which was established in 1932 as a party-affiliated institution in line with the aims of “*spreading the revolutions among the people, keeping them alive and embedding them in the consciousness of the people*” (Kaplan, 1974) and “*spreading and adopting Atatürk's principles and reforms, and developing the people in social, cultural and economic terms*” (Halkevleri, 1988).

The aim of this study is to examine the way national sports policies were presented in this magazine by scanning the articles titled “*physical education*” and “*sports*” published in *Ülkü Magazine*, the central publication organ of the People's Houses, which took an important place in the cultural and social history of Turkey between 1932 and 1951. The classification of these articles will be useful in terms of seeing the articles and expressions regarding sports policies. The main source of the study is the first series of *Ülkü Magazine*, which was published between 1933-1941 and totaled 102 issues. The 45 articles published in the magazine under the titles of “Physical Education” and “Sports” were analyzed through document analysis and content analysis aiming to “reach concepts and relationships that can explain the collected data” (Yıldırım & Şimşek, 2008: 227), and three main themes as “Politics”, “Militarism” and “Health” functions and three sub-themes as “Historical context”, “Foreign Youth Organizations”, “Useful-useless sports” were determined depending on these main themes. It has been determined that there is a relationship between the articles on physical education and sports in *Ülkü Magazine* in the early Republican period and the ideological and sporting orientations that emerged with the statist sports understanding of the period.

Keywords: Sports, Politics, Early Republican Period, People's Houses

References:

- Althusser, L. (2008). *İdeoloji ve Devletin İdeolojik Aygıtları*. İthaki Yayınları, İstanbul.
- Bettelheim, C. (1982). *Nazizm Döneminde Alman Ekonomisi*, çev. Kenan Somer, Savaş Yayınları, Ankara.
- Halkevleri Genel Merkezi. (1988). *Halkevleri Tüzüğü*. Ankara.
- Kaplan, K. (1974). *Halkevlerinin Doğuş Bilinci ve Tarihsel Görevi*. Atatürk ve Halkevleri. Ankara: Atatürk Enstitüsü Yayınları.
- Yıldırım, A. Şimşek, H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara. Seçkin Yayıncılık.

SPORDA İLETİŞİM KAVRAMININ İNCELENMESİ

AN EXAMINATION OF THE CONCEPT OF COMMUNICATION IN SPORTS

Assoc. Prof. Süleyman Sırrı YILMAZ
Selçuk Üniversitesi, İletişim Fakültesi
ORCID NO: 0000-0001-8844-2310

Lecturer PhD. Salih KESKİN
Selçuk Üniversitesi, İletişim Fakültesi
ORCID NO: 0000-0001-6545-7835

Fatih KARATAŞ

Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Radyo, Televizyon ve Sinema Anabilim Dalı
ORCID NO:0009-0001-1018-1234

ÖZET

Bu çalışma, iletişim kavramını bireysel, kurumsal ve toplumsal boyutlarda çok yönlü olarak ele almayı amaçlamaktadır. Araştırma, iletişimin tanımı, işlevleri ve temel kuramsal dayanaklarını ortaya koymakla birlikte, iletişim sürecinin yapı taşlarını ayrıntılı biçimde analiz ederek söz konusu sürecin teorik ve pratik boyutlarını kapsamlı bir biçimde değerlendirmeyi hedeflemektedir. Bu doğrultuda çalışma, mevcut literatürden elde edilen kuramsal bilgiler ışığında yapılandırılmış ve yöntemsel bütünlük gözetilerek hazırlanmıştır. Çalışmanın ilk kısmında, iletişim kavramı farklı kuramcılar tarafından nasıl tanımlandığına yer verilerek tarihsel gelişimiyle birlikte ele alınmaktadır. Bu kapsamda iletişim; bilgi, duygu ve düşüncelerin çeşitli yollarla aktarımı olarak tanımlanmakta, sürecin temel öğeleri olan kaynak, mesaj, kanal, alıcı ve geri bildirim gibi unsurlar detaylandırılmaktadır. Ayrıca iletişimin yalnızca bilgi aktarmakla sınırlı olmayan; anlam kurmak, paylaşmak ve toplumsal etkileşimi şekillendirmek gibi çok yönlü işlevler üstlendiği vurgulanmaktadır.

İletişim türleri başlığı altında sözlü, sözsüz, yazılı, bedensel ve nesnel iletişim biçimleri ayrıntılı biçimde ele alınmaktadır. Sözlü iletişim, bireyler arasında doğrudan etkileşim kurmanın temel yollarından biri olarak değerlendirilirken; sözsüz iletişim jest, mimik, beden dili gibi çeşitli araçlar üzerinden duygu ve düşüncelerin desteklenmesini sağlamaktadır. Yazılı iletişim ise mesajın kalıcılığı ve kurumsal geçerlilik açısından önem arz etmektedir. Ayrıca bireylerin giyim tarzı, aksesuar kullanımı, mekânsal mesafeler gibi nesnel unsurların da iletişim sürecinde önemli roller üstlendiği ifade edilmektedir. Bu bağlamda iletişimin yalnızca kelimelerle değil, çok katmanlı ve sembolik düzeylerde gerçekleştiği gösterilmektedir.

Kurumsal yapılarda iletişimin işlevi ise çalışmanın önemli odak noktalarından biridir. Bilgi akışının sağlanması, karar alma süreçlerinin etkinliği, örgütsel kültürün oluşturulması ve iç-dış paydaşlarla etkili ilişkilerin kurulması açısından iletişim süreçlerinin düzenli ve stratejik biçimde yönetilmesi gerekliliği vurgulanmaktadır. Kurumsal iletişim; örgütlerin kimliğini oluşturması, içyapısını sağlamlaştırması ve dış çevreye yönelik güven inşa etmesi bakımından vazgeçilmez bir unsur olarak ele alınmaktadır. Etkili iletişim uygulamalarının, kurumsal

verimliliği artırdığı; motivasyon, aidiyet ve kurumsal bağlılık gibi psikolojik değişkenler üzerinde de olumlu etki yarattığı ifade edilmektedir.

Çalışmada ayrıca, sporun giderek daha profesyonel ve endüstriyel bir yapıya kavuştuğuna dikkat çekilmekte; bu dönüşümün iletişim yönetimini zorunlu hâle getirdiği belirtilmektedir. Spor artık yalnızca fiziksel bir etkinlik değil, aynı zamanda ekonomik, sosyal ve kültürel değeri olan bir ürün olarak görülmektedir. Bu nedenle spor kulüplerinin ve organizasyonlarının halkla ilişkiler, medya etkileşimi ve marka yönetimi gibi profesyonel iletişim alanlarında da etkinlik göstermeleri beklenmektedir. Kurumsal imajın korunması, hedef kitleyle sürdürülebilir bağ kurulması ve sponsorluk ilişkilerinin yönetilmesi açısından iletişim stratejilerinin önemi vurgulanmaktadır.

Uluslararası spor organizasyonları (örneğin Olimpiyatlar, UEFA Şampiyonlar Ligi gibi), ülkelerin kendilerini tanıtmaya, kültürel diplomasi yürütme ve ekonomik kazanım sağlama bağlamında önemli fırsatlar sunmaktadır. Bu tür organizasyonlarda başarıya ulaşmak, yalnızca sportif performansla değil; aynı zamanda iletişimin her aşamasının (öncesi, süreci ve sonrası) planlı ve profesyonel biçimde yürütülmesiyle mümkün olmaktadır. Bu araştırma iletişim kavramının sporda yalnızca bilgi aktarımı değil; stratejik planlama, kimlik inşası, kurumsal güç ve toplumsal etkileşim bakımından çok katmanlı ve belirleyici bir unsur olduğunu ortaya koymaktadır. İletişimin etkili yönetimi, bireysel başarıyı desteklediği gibi kurumların da uzun vadeli hedeflerine ulaşmasında kritik bir rol oynamaktadır.

Anahtar Kelimeler: İletişim, Spor iletişimi, Stratejik iletişim

ABSTRACT

This study aims to address the concept of communication from a multidimensional perspective, encompassing individual, institutional, and societal dimensions. In addition to defining communication, identifying its functions, and presenting its fundamental theoretical foundations, the research seeks to comprehensively evaluate both the theoretical and practical aspects of the communication process by analyzing its structural components in detail. Accordingly, the study is structured based on theoretical knowledge derived from the existing literature and is prepared with methodological coherence.

In the first part of the study, the concept of communication is examined through the definitions provided by various theorists, along with its historical development. Within this framework, communication is defined as the transmission of information, emotions, and thoughts through various channels, and core components such as the source, message, channel, receiver, and feedback are discussed in depth. Moreover, it is emphasized that communication is not limited to information transmission alone; it also serves multifaceted functions such as constructing meaning, sharing experiences, and shaping social interaction.

Under the heading of communication types, verbal, nonverbal, written, physical, and objective forms of communication are analyzed in detail. Verbal communication is considered one of the primary means of direct interaction between individuals, while nonverbal communication, involving gestures, facial expressions, and body language, reinforces emotional and cognitive messages. Written communication is highlighted for its permanence and institutional significance. Furthermore, objective elements such as clothing style, the use of accessories, and spatial distances are shown to play significant roles in communication. In this context, it is demonstrated that communication occurs not only through words but also on multi-layered and symbolic levels.

The function of communication within institutional structures constitutes a central focus of the study. The necessity of managing communication processes in a consistent and strategic manner is emphasized, especially in terms of ensuring information flow, enhancing the effectiveness of decision-making processes, establishing organizational culture, and building effective relationships with internal and external stakeholders. Institutional communication is addressed as an indispensable element for shaping organizational identity, strengthening internal structures, and fostering trust with the external environment. It is asserted that effective communication practices enhance institutional productivity and have positive impacts on psychological variables such as motivation, a sense of belonging, and organizational commitment.

The study also highlights the increasing professionalization and industrialization of sports, noting that this transformation necessitates the effective management of communication. Today, sports are regarded not merely as physical activities, but as economic, social, and cultural products. As such, sports clubs and organizations are expected to operate effectively in professional communication fields such as public relations, media interaction, and brand management. The importance of communication strategies is emphasized in relation to maintaining corporate image, establishing sustainable connections with target audiences, and managing sponsorship relations.

International sports organizations (e.g., the Olympic Games, UEFA Champions League) offer countries valuable opportunities to promote themselves, conduct cultural diplomacy, and achieve economic gains. Success in such events depends not only on athletic performance but also on the professional and well-planned execution of every stage of communication before, during, and after the events. This research reveals that in the context of sports, communication is not limited to information transfer but functions as a multi-layered and decisive factor in strategic planning, identity formation, institutional power, and social interaction. Effective communication management supports individual success and plays a critical role in enabling institutions to achieve their long-term goals.

Keywords: Communication, Sports Communication, Strategic Communication

GİRİŞ

İletişim, bireylerin sosyal yaşamlarını sürdürebilmek, çevreleriyle etkileşim kurmak ve düşüncelerini ifade edebilmek adına kullandıkları temel bir süreçtir. İnsanlık tarihi boyunca iletişim yalnızca bireyler arasında değil, aynı zamanda toplumsal yapılar, kurumlar ve kültürel sistemler arasında da köprü işlevi görmüş; bilgi aktarımının yanı sıra anlam üretimi, duygu paylaşımı ve sosyal organizasyonların inşasında da belirleyici bir rol üstlenmiştir (Gökçe, 2016). Bu çok boyutlu yapısıyla iletişim, yalnızca bireysel bir beceri değil, aynı zamanda toplumsal yaşamın işleyişinde temel bir unsur olarak değerlendirilmektedir.

İletişim kavramı, farklı kuramcılar tarafından çeşitli şekillerde tanımlanmıştır. Örneğin, Dökmen (2008), iletişimi “bilginin alıcı tarafından anlamlandırılarak aktarılması süreci” olarak tanımlarken, Cüceloğlu (2000) iletişimi bireylerin karşılıklı duygu ve düşünce alışverişinde bulunduğu etkileşimsel bir işlem olarak değerlendirmiştir. Gürel’e (2018) göre ise “iletişim” terimi, “ortaklaşa hareket etme” ve “paylaşımında bulunma” anlamlarını içerir. Bu tanımlar, iletişimin hem içsel (intrapersonal) hem de dışsal (interpersonal, kurumsal) düzeylerde ele alınabileceğini ortaya koymaktadır.

İletişim süreci, temel öğeleri olan kaynak, mesaj, kanal, alıcı ve geri bildirim gibi yapı taşlarından oluşmaktadır (Balçık, 2004). Bu öğeler arasında kurulan etkin ve dengeli bir etkileşim, iletişim sürecinin başarısını belirleyen en temel unsurdur. Shannon ve Weaver (1949) tarafından geliştirilen klasik iletişim modeli, söz konusu sürecin sistematik biçimde anlaşılmasına olanak tanımıştır. Bu modelde mesajın kodlanması, uygun kanal aracılığıyla iletilmesi ve alıcı tarafından çözümlenerek geri bildirim sağlanması, iletişimin döngüsel doğasını vurgular.

İletişim türleri ise sözlü, sözsüz, yazılı, bedensel ve nesnel iletişim gibi farklı biçimlerde sınıflandırılmaktadır (Çağlar & Kılıç, 2014). Her bir tür, bireyin ya da kurumun belirli bir bağlamda iletişim kurma biçimini şekillendirmekte ve iletilmek istenen mesajın etkinliğini artırmaktadır. Özellikle beden dili, jestler ve mimikler gibi sözsüz iletişim unsurlarının, mesajın anlam derinliğini artırmada etkili olduğu vurgulanmaktadır (Sabuncuoğlu & Gümüş, 2012). Aynı şekilde, yazılı iletişim biçimlerinin mesajın kalıcılığı ve resmi geçerliliği açısından kurumsal yapılarda tercih edildiği bilinmektedir (Eskiyörük, 2015).

Kurumlar açısından bakıldığında, iletişim yalnızca bir bilgi aktarım aracı değil, aynı zamanda örgütsel kimliğin oluşumu, karar alma süreçlerinin etkinliği ve kurumsal kültürün inşasında temel bir unsurdur (Van Riel & Fombrun, 2007). Kurumsal iletişim, iç ve dış paydaşlarla sürdürülen ilişkilerin stratejik bir zeminde yönetilmesini gerektirir. Bu doğrultuda, işletmeler ve organizasyonlar iletişim becerilerini yalnızca operasyonel düzeyde değil, aynı zamanda uzun vadeli vizyonlarıyla uyumlu biçimde ele almak durumundadırlar (Serarslan & Kepeoğlu, 2005).

İletişimin bireysel boyutta olduğu kadar toplumsal düzeyde de önemli işlevler üstlenmesi, onu kültürel ve sosyal sistemlerin sürdürülebilirliğinde merkezi bir konuma taşımaktadır. Mutlu'ya (1994) göre, bireyler iletişim aracılığıyla toplumsal yapıya uyum sağlamakta, kültürel normları öğrenmekte ve kimliklerini inşa etmektedir. Bu yönüyle iletişim, yalnızca teknik bir süreç değil; aynı zamanda sosyolojik ve kültürel bir dinamik olarak da değerlendirilmektedir.

Son yıllarda spor, giderek daha profesyonel ve endüstriyel bir yapıya evrilmiş; bu dönüşüm beraberinde iletişimin spor alanındaki işlevini de çeşitlendirmiştir. Spor artık yalnızca fiziksel bir etkinlik olmaktan çıkıp, sosyal, ekonomik ve kültürel bir ürün hâline gelmiştir. Bu nedenle spor kulüpleri, organizasyonlar ve federasyonlar; medya ile ilişkiler, marka yönetimi ve sponsorluk stratejileri gibi iletişim boyutlarında da aktif olarak rol almaktadır (Katırcı & Uztuğ, 2009). Spor iletişimi, yalnızca sporcunun performansını değil, aynı zamanda kurumların kurumsal kimliğini ve kamuoyundaki itibarını da doğrudan etkilemektedir (Altunbaş, 2007).

İletişim Kavramı

Gürel'e (2018) göre, "iletişim" terimi; "ortaklaşa" hareket etme ve "paylaşımda bulunma" anlamlarını içermektedir. Basit bir ifadeyle iletişim, bilginin alıcı tarafından anlamlandırılarak aktarılması süreci olarak tanımlanabilir (Dökmen, 2008). Köknel (1997), iletişimin gerçekleşebilmesi için en az iki kişinin karşılıklı etkileşim kurması gerektiğini ve bu süreçte bilginin paylaşılması ile bu bilginin bireyler üzerinde bir etki yaratmasının önemini vurgulamaktadır. Eyicil ve Can (1999) ise iletişimi, bireylerin çeşitli gruplar oluşturarak, etkileşimler ve paylaşımlar yoluyla ilişkiler kurmalarını sağlayan bir araç olarak değerlendirmiştir.

İletişim kavramı, alan yazında farklı şekillerde tanımlanmıştır. Örneğin, Adair (2013), iletişimi "bireylerin birbirleriyle kurdukları iletişimde ortak sembollerden yararlandıkları bir süreç" olarak ifade ederken; Cüceloğlu (2000), iletişimi "bireylerin duygu ve düşüncelerini karşılıklı olarak aktardıkları bir işlem" şeklinde tanımlamıştır. Ekinci'ye (2006) göre ise iletişim, bireylerin duygu ve düşüncelerini farklı yollarla paylaşmalarını sağlayan bir süreçtir.

Her ne kadar iletişim günlük hayatın vazgeçilmez bir parçası olarak görülse de, bu kavram aynı zamanda insanlar ve diğer canlılar arasındaki etkileşimin temel aracı olarak hayati öneme sahiptir. Bu bağlamda iletişim, bireyler arasında gerçekleşen etkileşimin bir sonucu olarak duygu, düşünce, deneyim ve bilgi birikiminin aktarım süreci olarak tanımlanabilir (Gökçe, 2016).

Günümüzde insanlar iletişim aracılığıyla karşılıklı etkileşim kurmaktadır. Daha geniş bir çerçevede değerlendirildiğinde, iletişim yalnızca bilgi aktarımı değil; aynı zamanda bu süreçte

ortaya çıkan davranışların ve bu davranışların anlamlarının da değerlendirilmesini kapsar (Dökmen, 2008). Bu paylaşım ve etkileşim süreci, bireylerin kendilerini ifade etmeleri, başkalarını anlamaları ve öğrenme süreçlerine dâhil olmaları gibi birçok fayda sağlar. Özellikle kendini ifade edebilme becerisi, bireyin yaşantısını dönüştürerek ona öğrenme ve gelişim fırsatı sunar (Gökçe, 2016).

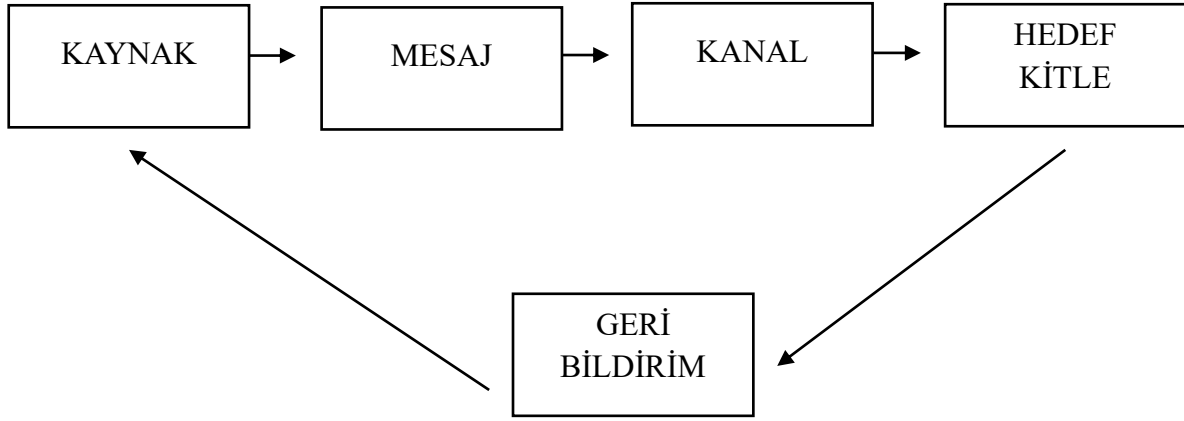
İletişim kavramı, tüm canlıların yaşamın çeşitli alanlarında ilişki kurma, etkileşimde bulunma ve uzlaşma çabalarının bir sonucu olarak ortaya çıkmıştır. Ancak, sağlıklı bir iletişim için karşılıklı etkileşim temel şarttır. Tek yönlü iletişim biçimleri, etkin bir iletişimin tüm bileşenlerini barındırmadığından dolayı yetersiz kalabilir. İletişim; bireyler arasında doğrudan gerçekleşebileceği gibi, grup, kurum ve işletmeler gibi yapılar aracılığıyla da dolaylı olarak yürütülebilir. Bu tür yapılarda iletişim, bireylerin doğrudan ya da dolaylı yollarla etkileşimde bulunduğu, kurumsal veya kurumsal olmayan yöntemlerin kullanıldığı ve farklı yönetim kademelerinden kaynaklanan süreçleri içerebilir (Van Riel & Fombrun, 2007, s. 13).

İletişim, bireyin doğumundan itibaren çevresiyle kurduğu etkileşim sürecinde kendini tanımasına, ifade etmesine ve toplumsal yapının bir parçası hâline gelmesine olanak sağlar (Mutlu, 1994). İnsanlık, iletişim yoluyla başkalarını ve çevresini etkilemek adına belirli kurallar ve değerler geliştirerek toplumsal ve kültürel kurumlar inşa etmiştir. Bu sayede hem kültürel kimlikler korunmuş hem de yeni fikir ve değerlerin yayılması mümkün olmuştur (Mutlu, 1994).

Küçük'e (2003) göre, "iletişim bilginin anlamlandırılması ve iletimi" açısından kurumlar için büyük önem taşımaktadır. Bu bağlamda kurumlar, bireylerin birbirleriyle iletişim kurdukları sosyal ortamlardır. Özellikle işletmeler gibi kurumsal yapılarda etkili iletişim, belirli bir sürecin tanımlanmasına ve bilgi akışının sağlanmasına bağlıdır. Bu noktada David Berlo tarafından geliştirilen iletişim modeli, birçok işletme için örnek teşkil etmektedir (Serarslan & Kepeoğlu, 2005, s. 103).

3.2. İletişim Süreci ve Öğeleri

Bilgi paylaşımı ve iletimi, kaynak ve alıcı arasındaki bilgi alışverişinin sağlanmasıyla tanımlanan bir iletişim süreci olarak ifade edilebilir. İletişim süreci geliştikçe, bu sürece ilişkin model ve boyutlar da çeşitlenmiştir. Bu çeşitlilik, iletişimde yeni yaklaşımların ve yönelimlerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. İletişimin temelini oluşturan ve iletişimi en basit, doğrusal bir süreç olarak ele alan klasik iletişim modeli ise Shannon ve Weaver tarafından geliştirilmiş ve tanımlanmıştır (Weaver, 1949).



Kaynak: Temel iletişim modeli, Weaver, 1949

- ✓ **Kaynak:** İletişim sürecinin başladığı noktadır ve genellikle bir kişi ya da kurum tarafından temsil edilir. Kaynak, iletmek istediği mesajı belirleyerek hedef alıcıya yönelik bilgileri hazırlar (Serarslan & Kepeoğlu, 2005, s. 104).
- ✓ **Şifreleme:** Bu aşamada, kaynak tarafından iletmek istenen bilgiler; çeşitli semboller, işaretler veya kelimeler aracılığıyla kodlanarak anlamlı bir forma dönüştürülür (Argan & Katırcı, 2008, s. 333).
- ✓ **Mesaj:** İletilmek üzere hazırlanan bilgi bütünüdür. Mesaj; yazılı, sözlü ya da görsel içerikler şeklinde farklı biçimlerde oluşturulabilir ve çeşitli sembolleri içerebilir.
- ✓ **Kanal:** Mesajın gönderilmesini sağlayan araç ya da ortamdır. Bu kanal sözlü, yazılı, görsel ya da teknolojik bir iletişim aracı olabilir (Balçık, 2004, s. 180).
- ✓ **Şifreyi Çözme (Dekodlama):** Alıcı tarafından mesajın algılanması ve anlamlandırılması sürecidir. Bu aşamada alıcı, kaynak tarafından şifrelenmiş bilgileri çözerek anlamlı hâle getirmeye çalışır (Balçık, 2004, s. 181).
- ✓ **Alıcı:** Mesajın ulaşmasının hedeflendiği kişidir. Alıcı, mesajı aldıktan sonra içerdiği bilgileri yorumlar ve anlamlandırır (Serarslan & Kepeoğlu, 2005, s. 103).
- ✓ **Geri Bildirim:** Alıcının, aldığı mesajı değerlendirdikten sonra kaynak kişiye ilettiği yanıt ya da tepkidir. Geri bildirim, iletişim sürecinin tamamlayıcı bir aşamasını oluşturur (Serarslan & Kepeoğlu, 2005, s. 104).

3.3. İletişim Çeşitleri

Etkili bir iletişim süreci için uygun iletişim araçlarının seçimi büyük önem taşımaktadır. Kurumlar, iletişim yapısını oluştururken, alıcıya iletilecek bilginin kodlanma sürecinde anlamının bozulmamasına ve bilginin doğru bir şekilde aktarılmasına özen göstermelidir. Bu bağlamda, iletişimin sağlıklı biçimde gerçekleşebilmesi için aktarımda kullanılacak uygun iletişim araçlarının seçimi kritik bir rol oynamaktadır (Akman, 2011, s. 29).

İletişim sürecinde duygu ve düşünceler, hem sözlü hem de sözsüz yollarla ifade edilebilir (Çağlar & Kılıç, 2014, s. 11). Sağlıklı bir iletişim ortamının tesis edilebilmesi için, doğru

iletişim kanallarının kullanılması ve kurum kùltùrù açısından ònem taşıyan unsurların òncelikli olarak ele alınması gerekmektedir (Vural & Cořkun, 2007, s. 68).

3.3.1. Sòzlù İletişim

Herhangi bir konu hakkında bireyleri bilgilendirmek amacıyla kullanılan yòntemlerden biri sòzlù iletişimdir (Akman, 2011, s. 29). Sòzlù iletişim, farklı simgesel anlamlar taşıyan unsurların kullanılmasıyla mesajın hızlı ve etkili bir şekilde alıcıya aktarılmasını sağlar (aęlar & Kılıç, 2014, s. 11).Gùnùmuzde gelişen iletişim teknolojileriyle birlikte sòzlù iletişim farklı biçimlerde karşımıza çıkmaktadır. Konferanslar, sempozyumlar, seminerler, telefon gòrùřmeleri, video konferanslar ve çeşitli toplantılar sòzlù iletişim biçimleri arasında yer almaktadır (Akman, 2011, s. 29). Sòzlù iletişim, mesajların yazılı iletişime kıyasla daha hızlı aktarılmasına olanak tanır. Ayrıca, kurumlar ve bireyler arasındaki ilişkileri gùçlendirerek ortak hareket etme ve yardımlaşma duygularını pekiştirir.

Sòzlù iletişim sùrecinde, mesajların doğru bir şekilde aktarılmasında beden dilinin kullanımı büyük ònem taşır. Beden dili, anlaşılmayan ya da yanlış yorumlanan durumların ortadan kaldırılmasına yardımcı olur (aęlar & Kılıç, 2014, s. 12).Bununla birlikte, sòzlù iletişimin avantajlarının yanı sıra bazı sınırlılıkları da vardır. Òzellikle, iletilmek istenen mesajın aktarım sùrecinde anlamının değişmesi, bilgilerin kayıt altına alınamaması ve dolayısıyla etkinliğinin azalması gibi sorunlar söz konusu olabilir (Vural & Cořkun, 2007, s. 68).

Sòzlù iletişimde ses tonu, beden dili, kelime seçimi ve diğer iletişim unsurlarına dikkat edilmesi, iletişimin amacına ulaşmasında belirleyici rol oynar (Gürüz & Yaylacı'dan aktaran aęlar & Kılıç, 2014, s. 12). Bu bağlamda, iletişimde kullanılan kelimelerin etkisi yaklaşık %10, ses tonunun %30 ve beden dilinin ise %60 oranında etkili olduğu belirtilmektedir (Bahar, 2012, s. 29).

3.3.2. Sòzsüz İletişim

İletişimde düşünceler yalnızca sòzlù yollarla aktarılmaz. Mesajlara anlam yüklenmesinde sözcüklerin yanı sıra sòzsüz iletişim biçimlerinden de sıklıkla yararlanılır. Bu tür iletişim araçları arasında jestler, mimikler, el ve kol hareketlerinin koordinasyonu gibi çeşitli bedensel ifadeler yer alır. Ayrıca, bu tür anlatımların içine sevinç, keder, hüzün gibi duyguların, önemli olayların ya da anıların dâhil edilmesi, iletişimi daha gùçlü ve etkili kılmakta; aynı zamanda alıcının vereceği geri bildirimi de doğrudan etkilemektedir (Eskiyörük, 2015, s. 50).

Gùnùmuzde sòzsüz iletişimde kullanılan bu araçlar; bedensel hareketler, beden dili ya da vùcut dili kavramlarıyla ifade edilmektedir (Güngör, 2011, s. 79). Sòzlù iletişim araçlarının kullanımının yanı sıra, beden diliyle birlikte sergilenen jest ve mimikler, bireylerin tepkileri, el ve baş hareketleri iletişimi gùçlendirmekte ve kimi zaman sòzlù ifadelere kıyasla daha fazla anlam barındırabilmektedir. Bu bağlamda, çevresel faktòrlerin yanı sıra bireylerin giyim tarzı,

dış görünüşleri ve duruş biçimleri gibi tüm unsurların iletişim sürecinde değerlendirilmesi gerekmektedir (Bahar, 2012, s. 73).

Sözlü iletişimde kullanılan sözcükler, kişinin duygularını her zaman tam olarak yansıtamayabilir. Ancak jestler, yüz ifadeleri ve diğer sözsüz iletişim öğeleri, iletilmek istenen mesajın daha etkili biçimde aktarılmasını sağlayarak, duyguların ve düşüncelerin daha anlaşılır bir şekilde ifade edilmesine katkıda bulunur (Tutar & Yılmaz, 2013, s. 91).

3.3.3. Sesli Sözsüz İletişim

Bireylerin duygu ve düşüncelerini yalnızca jest ve mimiklerle değil; kahkaha, ağlama, ıslık gibi çeşitli sesli ifadeler yoluyla da aktarmaları mümkündür (Sabuncuoğlu & Gümüş, 2012, s. 137).

3.3.4. Beden Dili

Her bireyin kendine özgü bir beden dili kullanımı vardır; bu nedenle insanlar, beden dilleri aracılığıyla birbirlerinden kolaylıkla ayırt edilebilirler (Güngör, 2011, s. 79). Günlük yaşamda çevremizdeki insanlarla iletişim kurarken kullandığımız beden dili unsurları, örneğin el sıkışma ya da tokalaşma gibi davranışlar, karşı tarafa olan samimiyet düzeyimizi yansıtır (Bahar, 2012, s. 74). Bununla birlikte, yüz ifadeleri de bireylerin iç dünyaları ve ruh hâlleri hakkında önemli ipuçları sunar (Sabuncuoğlu & Gümüş, 2012, s. 137).

İletişim sürecinde bazı durumlarda bireyler, farkında olmadan yani istemsiz biçimde çeşitli beden dili ifadeleri sergileyebilirler. Bu tür durumlar, bireyin ruh hâline bağlı olarak beden diline farklı şekillerde yansıyabilir. Ayrıca bireyler, karşılarındaki kişiye dokunma yoluyla da iletişim kurabilirler. Ancak dokunsal iletişim biçimleri, kültürden kültüre ve toplumdan topluma farklılık gösterebilir (Sabuncuoğlu & Gümüş, 2012, s. 140).

Kişiler arasındaki fiziksel yakınlık derecesi ve kurulan iletişim biçimi, sosyal çevre ve mekânsal mesafelerden önemli ölçüde etkilenir (Sabuncuoğlu & Gümüş, 2012, s. 142). Bu bağlamda, bireyler arasındaki iletişim aşağıdaki dört mesafe türü kapsamında değerlendirilmektedir:

- ✓ **Özel mesafe:** 0–40 cm arası olup yalnızca çok yakın ilişkilerde tercih edilen mesafedir.
- ✓ **Kişisel mesafe:** 40–120 cm arasında olup arkadaşlar ve yakın tanıdıklarla kurulan iletişimde kullanılır.
- ✓ **Sosyal mesafe:** 120 cm–3,5 metre arasında olup resmi veya sosyal ortamlardaki iletişimde tercih edilir.
- ✓ **Genel mesafe:** 3,5 metreden fazla olan mesafeleri kapsar ve kalabalık gruplara hitap edilen ya da halka açık konuşmalarda kullanılır.

3.3.5. Nesnel İletişim

Kurum içi iletişimde birer iletişim unsuru olarak değerlendirilebilecek birçok parametre bulunmaktadır. Bu parametreler arasında bireylerin giyim tarzı, saat, gözlük, takı ve diğer aksesuarlar yer alır (Sabuncuoğlu & Gümüş, 2012, s. 143). Ayrıca, kıyafetlerin renkleri ile bu renklerin birbiriyle olan uyumu da iletişimi doğrudan etkileyebilen faktörler arasındadır (Tutar & Yılmaz, 2013, s. 96).

3.3.6. Yazılı İletişim

Yazılı iletişim, iletilmek istenen mesajın kalıcılığını sağlamak ve herhangi bir dış müdahaleye maruz kalmadan doğru bir şekilde aktarılmasını temin etmek amacıyla kullanılan bir iletişim türüdür (Akman, 2011, s. 29). Tarihsel süreç içerisinde yazının kullanılmaya başlanmasıyla birlikte yazılı iletişim de yeni bir boyut kazanmış, özellikle anlatılmak istenen içeriklerin alıcıya aktarımını kolaylaştırıcı bir araç hâline gelmiştir (Güngör, 2011, s. 42).

Yukarıda da belirtildiği üzere, yazılı iletişimin yaygın olarak kullanılması; mesajların kayıt altına alınmasına, böylece geçerliliklerinin kabul edilebilir ve denetlenebilir hâle gelmesine imkân tanımaktadır. Yazılı belgelerin delil niteliği taşıması nedeniyle, bu tür belgelerin hukuki geçerliliği bulunmaktadır. Bu doğrultuda, birçok kurum amaçlarını gerçekleştirmek, prosedürlerini tanımlamak ve karar alma süreçlerini belgelemek için yazılı iletişimi tercih etmektedir (Eskiyörük, 2015, s. 53).

Kurumların giderek daha büyük ve karmaşık yapılara dönüşmesiyle birlikte, bilgi akışının etkin biçimde sağlanması bir zorunluluk hâline gelmiştir. Bu bağlamda, yeni bilgilere en hızlı ve en doğru şekilde ulaşabilmek kurumsal verimlilik açısından kritik önem taşımaktadır (Tutar & Yılmaz, 2013, s. 98). Yazılı iletişim, toplumsal hedeflere ulaşmada da etkili bir araç olarak öne çıkmakta; yazının sistematik kullanımı bu süreci desteklemektedir (Güngör, 2011, s. 42).

Yazılı iletişimin sözlü iletişime göre bazı önemli avantajları bulunmaktadır. Bunlar arasında, mesajların daha resmi ve akıcı bir dil kullanılarak oluşturulması, iletim öncesinde gerekli kontrollerin yapılabilmesi, anlatım hatalarının azaltılması ve anlam karmaşasının önüne geçilebilmesi gibi unsurlar yer almaktadır. Tüm bu nedenlerle yazılı belgeler, sözlü iletişime kıyasla daha güvenilir ve geçerli bir iletişim biçimi olarak değerlendirilmektedir (Eskiyörük, 2015, s. 54).

3.4. İletişim Becerileri

3.4.1. İletişim Becerisinin Tanımı

Mesajın anlamlandırılması, iletişim becerilerinin temel bir boyutunu oluşturmaktadır. Etkili iletişim becerileri; duymayı, hissetmeyi ve anlamlandırmayı içeren çok yönlü bir süreci

gerektirir. Özer'e (2002, s. 89) göre iletişim becerisi, bireyin karşısındaki kişinin duygu ve düşüncelerine değer vermesi, mesajını açık ve doğru bir şekilde, herhangi bir örtüye ihtiyaç duymadan iletebilmesi, karşısındaki kişiye üstten bakmadan, olumlu bir yaklaşımla, sözlü ve yazılı iletişim kurabilmesi ve bu iletişimde kendi sınırlarının farkında olarak uygun iletişim kanallarını kullanması anlamına gelir. Ayrıca, bireyin bu becerileri geliştirerek toplum içinde sağlıklı ilişkiler kurması ve sosyal uyumunu artırması da iletişim becerilerinin önemli bir çıktısıdır.

Acar (2009), bireylerin iyi düzeyde iletişim becerilerine sahip olmaları gerektiğini vurgulamaktadır. Benzer şekilde Özer (1995), iletişim becerilerinin, iletilmek istenen mesajın doğru şekilde anlaşılması açısından kritik bir rol oynadığını belirtmektedir. Bu doğrultuda, bilgi kaynağı konumundaki bireylerin mesajları işlemesi, anlamlandırması ve hedef kitleye etkili biçimde iletmesi gerekmektedir.

İletişim becerileri; karşıdakini dikkatle dinleyerek anlamlandırmak, uygun iletişim kanalını seçmek, verilen mesajın anlaşılır olup olmadığını sınamak, geribildirim almak ve bu doğrultuda iletişim sürecini yönetmek gibi aşamaları içermektedir (Öztürk & T., 2012).

Toplumsal süreçlerde farklı meslek gruplarının bireyleri, genel olarak daha güçlü iletişim becerileri sergilemektedir. Özellikle insan ilişkilerinin yoğun olduğu meslek alanlarında iletişim becerilerinin gelişmiş olması hem bireysel hem de örgütsel başarı açısından büyük önem taşımaktadır. Günümüzde, çeşitli kurum ve spor organizasyonlarında görev yapan öğretmenler, antrenörler ve spor yöneticilerinin etkili iletişim becerilerine sahip olması beklenmektedir (Tepeköylü, 2007).

Elit sporcular açısından bakıldığında, antrenörlerin ve yöneticilerin beklentilerini karşılayabilme, takım içi uyum ve müsabakalardaki performans açısından iletişim becerilerinin kritik bir rol oynadığı görülmektedir (Erickson, 2013). Nitekim, antrenör ile sporcu arasında kurulan güçlü iletişim yalnızca bireysel performansı artırmakla kalmamakta, aynı zamanda takımın genel uyumuna ve performans düzeyine de olumlu katkı sağlamaktadır (Ulukan, 2012).

3.4.2. Sporda İletişim

Spor kavramı, çeşitli kurum ve kuruluşların etkisiyle biçimlenen, sürekli değişen dinamik bir sosyal olgudur. Bu kavram, bölgeden bölgeye, toplumsal yapılara ve coğrafi konumlara bağlı olarak farklı şekillerde algılanmakta ve uygulanmaktadır (Kılıcıgil, 1998). Spor, bu çeşitlilik içinde topluma çok yönlü katkılar sunarken, bireyler üzerinde de etkili olmakta ve aynı zamanda karşılıklı bir etkileşim aracı olarak işlev görmektedir. Her yaştan ve kesimden bireyleri, kurum ve kuruluşları ortak bir amaç doğrultusunda bir araya getirebilecek uygun bir zemin oluşturmaktadır.

Spor hizmetlerinin sunumunda görevli personelin sahip olduğu etkili iletişim becerileri, bu hizmetlerin daha geniş kitlelere ulaşmasını ve benimsenmesini kolaylaştırır (Çimen, 2013). Bu nedenle, spor hizmeti sunan bireylerin hem mesleki hem de teknik bilgi düzeyi bakımından yeterli olmaları ve müşteri beklentilerini karşılayabilecek niteliklere sahip olmaları beklenmektedir (İmamoğlu & Ekenci, 2014). Etkili iletişimde temel unsur, bilginin herkesin anlayabileceği bir biçimde açık ve anlaşılır olarak paylaşılmasıdır. Bu çerçevede, spor işletmelerinde görev yapan antrenörler, sporcular ve diğer paydaşların etkili iletişim kurmaları büyük önem arz etmektedir. Çünkü spor işletmelerinde başarıya ulaşmanın en önemli koşullarından biri, sağlıklı bir iletişim ortamının sağlanmasıdır.

Sporcu ve antrenör arasındaki iletişim, sporcunun fiziksel, antropometrik ve psikolojik gelişimine önemli katkılar sağlar (Jowett & Cockerill, 2002). Etkili bir iletişim ortamı, sporcunun beklentilerini daha iyi anlamasına, kendisini hazırlıklı hissetmesine ve dolayısıyla sportif performansının artmasına yardımcı olur. Bu bağlamda, iletişim becerilerinin sporda başarıyı doğrudan etkileyen bir unsur olduğu söylenebilir. Iso-Ahola'nın (1995) çalışması, antrenör ve sporcu arasındaki sağlıklı iletişimin performans üzerinde olumlu etkiler yarattığını ortaya koymuştur. Iso-Ahola (1995), sportif başarıya ulaşmada iletişim unsurlarının geliştirilmesinin zorunlu olduğunu vurgulamaktadır.

Spor ortamında, antrenör ile sporcu arasında karşılıklı bir bağımlılık ilişkisi gelişebilir. Sporcu, bu iletişim sayesinde antrenörün bilgi birikimi ve mesleki deneyimini kendi yetenekleriyle birleştirerek yüksek performansa ulaşabilir. Bu bağlamda iletişim becerileri, antrenör ve sporcunun birlikte çalışarak başarılı sonuçlar elde etmelerine olanak tanır. Özellikle sporcu motivasyonunun artırılması, performansın sürdürülebilir kılınması ve başarıya ulaşılması açısından antrenör-sporcu iletişiminin koordine edilmesi büyük önem taşımaktadır (Altıntaş ve ark., 2012).

Sporun hemen her alanında, antrenör ve sporcular arasındaki iletişimin önemi sıkça vurgulanmaktadır. Örneğin, Kalinowski (1985), olimpiik sporcuların ebeveyn ve antrenör desteği sayesinde beklenen performans düzeyine ulaşabildiklerini ve bu süreçte etkili iletişimin belirleyici bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Bu bağlamda değerlendirildiğinde, iletişimin sporda hayati bir öneme sahip olduğu açıktır. Bu nedenle, antrenör ve sporcular arasındaki iletişimi geliştirmeye yönelik stratejiler geliştirmek, spor alanında yeni başarıların önünü açabilir.

3.4.3. Sporda İletişimin Boyutları

Spor alanında kurumsal iletişimin en temel işlevlerinden biri, bireysel ve organizasyonel düzeyde hem yakın hem de uzak çevreyle etkili iletişim kurma sürecidir. Bu bağlamda, sporun her alanında iletişim için tasarlanan her süreç, sonraki tüm iletişim faaliyetlerini etkileyebilecek bir başlangıç noktası olarak kabul edilir. Bu nedenle, spor kurumlarının hem

iç hem de dış iletişim ağlarını düzenli ve stratejik bir şekilde yönetmesi gerekmektedir (Katırcı & Uztuğ, 2009, s. 150).

Kurumsal iletişim düzeyi, spor kurumlarının etkili tanıtım yapmalarını sağlar; bu da ilgili hedef kitlelerin ve iletişim çevresinin spor alanına bağlanmasına katkıda bulunur. Sporun iletişim boyutu yalnızca bilgilendirme ya da tanıtım amaçlı değil, aynı zamanda pazarlama süreçlerinde de stratejik bir araç olarak kullanılmaktadır. Spor artık sadece fiziksel etkinliklerle sınırlı olmayan, ekonomik ve kültürel yönleriyle tam anlamıyla bir “ürün” hâline gelmiştir. Bu ürünün pazarlanabilirliği, yalnızca sportif başarılarla değil, etkili iletişim stratejilerinin uygulanmasıyla da doğrudan ilişkilidir.

Bu bağlamda, sporla ilgili herhangi bir alanın tanıtılması söz konusu olduğunda, iletişimin tüm boyutları zamanı, yöntemi ve içeriği ayrı bir kurumsal önem taşımaktadır. Günümüzde spor, kendine özgü bir kullanıcı kitlesine sahiptir ve bu kitleyle doğrudan ve sürekli iletişim kurulması gereklidir (Altunbaş, 2007, s. 96).

Kurumsal iletişimin etkili şekilde yürütülmesi ve bu sürecin dikkatli biçimde yönetilmesi, spor kurumlarının stratejik hedeflerine ulaşmaları açısından büyük önem taşır. Kurumsallığın bir yapı içerisinde yerleşik olarak kabul edilmesi ve buna uygun stratejilerle yürütülmesi, organizasyonlar açısından hem süreklilik hem de prestij sağlar. Bu çerçevede geliştirilen stratejik iletişim uygulamaları, kurumların daha ölçülü, planlı ve hedef odaklı hareket etmelerini mümkün kılmaktadır. Hallahan ve arkadaşları (2007, s. 4), bu bağlamda kurumların çıkarlarını koruyabilmek amacıyla iletişimde yaratıcı ve etkili yöntemler geliştirdiklerini ifade etmektedir.

3.4.4. Spor Organizasyonları İçerisinde İletişim

Spor organizasyonlarında iletişim büyük önem taşımaktadır. Günümüzde pek çok ülke, etkili spor organizasyonları gerçekleştirebilmek amacıyla yüksek bütçeler ayırmakta ve bu alanda önemli adımlar atmaktadır. Bu tür organizasyonlar, ülkelerin kültürel kimliklerini, sportif başarılarını ve yeni spor altyapılarını dünya kamuoyuna tanıtabilmeleri açısından stratejik bir platform işlevi görmektedir. Uluslararası spor organizasyonları, bu yönüyle küresel ölçekte önemli bir rol üstlenmektedir.

Her ne kadar bu tür organizasyonların finansmanı ülkeler açısından ciddi bir yük oluştursa da, ülkelerin zamanla bu alanda daha etkin ve görkemli organizasyonlar düzenlemek adına birbirleriyle rekabet ettikleri gözlemlenmektedir. Spor organizasyonları, ülkelerin tanıtımı, ekonomik kalkınması ve fiziksel altyapı gelişimi açısından itici güç hâline gelmiştir. Artık spor organizasyonlarında sadece sportif başarı değil, aynı zamanda ulusal kimlik, tanınırlık ve ekonomik kazanç gibi kavramlar da ön plana çıkmaktadır. Bu bağlamda, iletişim hem iç hem de dış paydaşlar açısından temel bir unsur olarak sporun izlenebilirliğini artırmakta ve

organizasyonlar arası dengeyi mekân ve zaman bağlamında sürdürülebilir kılmaktadır. Spor organizasyonlarının amacı ve yönetim biçimi zamanla değişim göstermiş; hiyerarşik, otoriter yönetim anlayışının yerini daha sistematik, katılımcı ve akılcı yaklaşımlar almıştır.

Spor kulüpleri açısından değerlendirildiğinde, en etkili yöntemlerden biri şüphesiz iletişimidir (Erkan & Terekli, 2004). Günümüzde spor kulüpleri, profesyonel yönetim anlayışı doğrultusunda iç ve dış paydaşlarla sağlıklı ilişkiler geliştirmek için çağdaş yönetim çerçevelerini benimsemektedir. Bu bağlamda, iletişim; spor kulübünün çevresindeki topluluklarla hedeflenen, planlanan ve amaca uygun bir biçimde sürdürülen tüm iletişim faaliyetlerinin profesyonel bir şekilde yönetilmesini içerir.

Profesyonel iletişim süreci, kulüplerin hem iç işleyişini hem de dış dünyayla kurduğu etkileşimleri organize etmektedir (Katırcı, 2007, s. 23–24). Bu süreçte halkla ilişkiler, spor organizasyonlarının temel hedeflerinden biri hâline gelmiştir. Ancak burada söz konusu olan halkla ilişkiler, geleneksel tanımın ötesine geçerek, daha çok tanıtım, bilinçlendirme ve gelir sağlama hedefleriyle bütünleşmiştir. Özellikle Olimpiyat Oyunları, UEFA Şampiyonlar Ligi ve Avrupa Ligi gibi büyük çaplı uluslararası organizasyonlar, bu bağlamda kritik örnekler arasında yer almaktadır.

Spor sektörü, çok sayıda alt sektörle etkileşim hâlinde olan çok yönlü bir yapıya sahiptir. Bu nedenle, spor sektörü sıklıkla “bacasız sanayi” olarak tanımlanır. Tekstil, sağlık, gıda-içecek, otomotiv, enerji ve akaryakıt gibi birçok sektör spor organizasyonlarıyla doğrudan ilişki kurmakta ve bu durum sektörler arası iş birliğini güçlendirmektedir. Bu nedenle, spor organizasyonlarındaki halkla ilişkiler faaliyetleri yalnızca tanıtım değil; iletişim, finansal yönetim ve tesis planlaması gibi işlevlerle de iç içe geçmiş durumdadır.

Spor kulüpleri, halkla ilişkiler kapsamında etkin bir biçimde kaynak yarattıkları pazarlar aracılığıyla ürün ve hizmet sunma potansiyeline sahiptir. Güven ve dürüstlük kavramları, halkla ilişkilerin temel ilkeleri olarak kabul edildiğinde, spor organizasyonlarının da kamu nezdinde şeffaf ve dostane bir çerçevede gelişmesi gerektiği açıktır. Bu, mücadelenin yalnızca sahada kaldığı, herkesin bir arada olduğu ve spor yatırımlarının karşılık bulduğu bütüncül bir süreçtir.

Spor organizasyonları çerçevesinde iletişim faaliyetlerinin organizasyon öncesi, organizasyon süreci ve organizasyon sonrası olmak üzere üç temel aşamada dikkatli ve planlı biçimde yürütülmesi gerekmektedir. Bu süreçlerin profesyonelce yönetilmesi, organizasyonun başarısını doğrudan etkileyen temel unsurlar arasında yer alır.

Bugün dünya genelinde milyonlarca insan, büyük spor organizasyonlarına yoğun ilgi göstermektedir. Bu organizasyonların dikkatle ve özveriyle takip edilmesi, sporun evrensel birleştirici gücünün bir yansımasıdır. Spor, geniş bir kitleyi bir araya getiren, heyecan ve

merak duygusunu canlı tutan, her yaştan bireyin ilgisini çekebilen nadir alanlardan biridir. Dolayısıyla, dünya genelinde en fazla ses getiren ve ilgiyle izlenen yapılar arasında spor organizasyonları başı çekmektedir. Bu yoğun ilginin temelinde ise doğru iletişim stratejilerinin yer alması, kamuoyuyla güçlü bağların kurulması ve profesyonel halkla ilişkiler yönetimi yatmaktadır.

SONUÇ

Bu çalışma, iletişim kavramının spordaki yansımalarını hem bireysel hem de kurumsal düzeyde çok boyutlu biçimde incelemiştir. Literatüre dayalı olarak elde edilen veriler, iletişimin yalnızca mesajların aktarımıyla sınırlı olmayan, anlam üretimini, duygu paylaşımını ve sosyal ilişkilerin şekillenmesini mümkün kılan temel bir yapı olduğunu açıkça ortaya koymuştur. Özellikle spor gibi fiziksel eylemin ve kolektif heyecanın merkezde olduğu bir alanda iletişim, hem sahada hem de saha dışında belirleyici bir unsurdur.

İletişimin sözlü, sözsüz, yazılı, bedensel ve nesnel boyutları, sporda antrenör-sporcu etkileşiminden medya temsiline, kurumsal kimlikten taraftar ilişkilerine kadar geniş bir etki alanına sahiptir. Sporcu ile antrenör arasındaki sağlıklı iletişim, yalnızca teknik talimatların aktarılmasını sağlamaz; aynı zamanda güven, motivasyon ve performans gibi unsurları da doğrudan etkiler. Beden dili, ses tonu, jest ve mimikler gibi sözsüz iletişim unsurlarının bu süreçteki önemi yadsınamaz niteliktedir.Öte yandan, kurumsal iletişim boyutunda değerlendirildiğinde, spor kulüpleri ve organizasyonlarının halkla ilişkilerden medya etkileşimine, sponsorluk stratejilerinden kriz yönetimine kadar birçok alanda etkili iletişim politikaları geliştirmesi gerektiği anlaşılmaktadır. Bu durum, sporda iletişimin yalnızca bireyler arası bir araç değil; aynı zamanda kurumlar arası rekabetin, marka değerinin ve sürdürülebilir başarının da anahtarı olduğunu göstermektedir.

Uluslararası spor organizasyonları bağlamında da iletişim kritik bir rol üstlenmektedir. Olimpiyatlar veya UEFA Şampiyonlar Ligi gibi küresel etkinliklerde yalnızca sportif başarı değil, bu başarıya eşlik eden tanıtım, medya kullanımı, kamuoyu oluşturma gibi faktörler de ülkelerin imajını ve ekonomik getirilerini doğrudan etkilemektedir. Bu çerçevede iletişim, bir ülkenin kültürel diplomasisinin önemli bir parçası hâline gelmektedir.Çalışmada ayrıca yazılı iletişimin, spor kulüplerinin iç işleyişi, prosedür yönetimi ve resmi belgelerin güvenliği açısından hayati öneme sahip olduğu vurgulanmıştır. Aynı şekilde, nesnel iletişim öğeleri örneğin sporcuların forma tasarımları, mekânsal düzenlemeler, kurumsal logolar kurumların dış dünyadaki algısını şekillendirmekte etkin rol oynamaktadır.Son olarak, spor ortamında iletişim, yalnızca doğru mesajı doğru zamanda vermekten ibaret değildir. Aynı zamanda değer üretmenin, ilişki kurmanın, güven inşa etmenin ve birlikte hareket edebilmenin en güçlü yoludur. İletişim becerileri gelişmiş bireyler ve stratejik iletişim politikaları geliştiren kurumlar, sadece sportif başarıya değil, aynı zamanda sosyal fayda üretmeye de katkı sağlarlar. Bu nedenle, sporda iletişimin çok yönlü doğasını kavrayabilmek ve bu süreci

profesyonelce yönetebilmek, gelecekteki spor kültürünün niteliğini belirleyecek en önemli etmenlerden biri olacaktır.

KAYNAKÇA

- Acar, V. (2009). *Öğretmen adaylarının iletişim becerileri*. Burdur: (Yüksek lisans tezi), Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Adair, J. (2013). *Etkili iletişim*. (Ö. Çolakoğlu, Çev.) İstanbul: Babil Kültür Yayıncılığı.
- Akman, K. (2011). *Genel iletişim* (İkinci b.). İzmir: İlya.
- Altıntaş, A. Ç. (2012). Antrenör-Sporcu İlişkisinin Değerlendirilmesi: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3), 119-128.
- Altunbaş, H. (2007). Sporun pazarlaması ve pazarlama iletişimde spor. *Selçuk İletişim*, 5, 96-97.
- Argan, M. v. (2008). *Spor pazarlaması*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Bahar, E. (2012). *İletişim*. Ankara: Detay.
- Balçık, B. (2004). *İşletme Yönetimi*. Konya: Atlas Kitapevi.
- Cüceloğlu, D. (2000). *İnsan insana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Çağlar, K. v. (2014). *Genel, teknik ve etkili iletişim*. Ankara: Nobel.
- Çimen, Z. (2013). Spor hizmetlerinde toplam kalite standartları. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 13-17.
- Dökmen, Ü. (2008). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Erickson, K. T. (2013). Interpersonal Interactions and Athlete Development in Different Youth Sport Contexts. *A thesis in Queen's University Kingston*, 3(5).
- Erkan, M. v. (2004). *Sporda iletişimin önemi*. 05 14, 2025 tarihinde <http://www.bilalcoban.com/index.php?id=dokuman&islem=oku&yer=2&kat=13&no=45> adresinden alındı
- Eskiyörük, D. (2015). *Örgütsel iletişim*. İstanbul: Cinius Yayınları.
- Eyicil, A. v. (1999). *İnsan ilişkileri*. Ankara: Gün Yayıncılık.
- Gökçe, M. (2016). *Yeni Medya ve İletişim*. 05 14, 2025 tarihinde https://www.academia.edu/35689546/YEN%C4%B0_MEDYA_ve_%C4%B0LET%C4%B0%C5%9E%C4%B0M adresinden alındı
- Güngör, N. (2011). *İletişim kuramlar yaklaşımlar*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Güngör, N. (2011). *İletişim kuramlar yaklaşımlar*. Ankara: Siyasal Kitabevi.
- Hallahan, K. D. (2007). Defining strategic communication. *International Journal Of Strategic Communication*, 1(1), 3-35.
- İmamoğlu, A. F. (2014). *Spor örgütleri için işletme yönetimi*. Ankara: Berikan Yayıncılık.
- Iso-Ahola, S. E. (1995). Intrapersonal and interpersonal factors in athletic performance. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 5(4), 191-199.

- Kalinowski, A. G. (1985). The development of olympic swimmers. B. S. Bloom içinde, *Developing Talent in Young People* (s. 139-192). New York: Balantine Books.
- Katırcı, H. (2007). *Spor kulüplerinde iletişim yönetimi: Türkiye profesyonel futbol liglerinde yer alan spor kulüplerinin iletişim uygulamalarına ilişkin araştırma*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi SBE (Doktora Tezi).
- Katırcı, H. v. (2009). Spor kulüplerinde iletişim yönetimi: Türkiye profesyonel futbol liglerinde yer alan spor kulüplerinin iletişim uygulamalarına ilişkin araştırma. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 9, 149-168.
- Kılıcıgil, E. (1998). *Spor ve sosyal çevre*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Köknel, Ö. (1997). *İnsanı anlamak*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Küçük, O. (2003). *Girişimcilik ve Küçük İşletme Yönetimi*. Ankara: Seçkin Yayınları.
- Mutlu, E. (1994). *İletişim sözlüğü*. Ankara: Ark Yayınevi.
- Özer, A. K. (2002). *İletişimsizlik becerisi*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Özer, K. (1995). *İletişimsizlik becerisi*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Öztürk Tepeköylü, Ö. (2012). *Ders Dışı Etkinlik Olarak Uygulanan Sporla İlgili Oyunların Ortaöğretim Öğrencilerinin İletişim Becerisi Algılarına Etkisi*. Manisa: Celal Bayar Üniversitesi, Doktora Tezi.
- Sabuncuoğlu, Z. v. (2012). *Örgütlerde iletişim*. İstanbul: Kriter.
- Serarslan, M. Z. (2005). *Spor örgütlerinde toplam kalite yönetimi*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Tepeköylü, Ö. (2007). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu (Besyo) öğrencilerinin iletişim becerisi algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Manisa: (Yüksek lisans tezi). Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Tutar, H. v. (2013). *İletişim genel ve örgütsel boyutuyla*. Ankara: Seçkin Yayınevi.
- Van Riel, C. B. (2007). *Essentials of corporate communication: Implementing practices for effective reputation management*. Routledge.
- Vural, Z. B. (2007). *Örgüt kültürü*. Ankara: Nobel.
- Weaver, W. (1949). *Recent contributions to the mathematical theory of communication*. The University of Illinois Press.

**TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOLUNUN BEDENSEL ENGELLİ
BİREYLERİN ÇOK YÖNLÜ GELİŞİMİNE KATKISI**
CONTRIBUTION OF WHEELCHAIR BASKETBALL TO THE MULTI-DIRECTIONAL
DEVELOPMENT OF PHYSICALLY DISABLED INDIVIDUALS

Asst. Prof. Mustafa HAN

Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6731-0746>

Senem KAYA

Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0006-5713-559X>

Özet

Bu çalışma, tekerlekli sandalye basketbolunun (TSB), bedensel engelli bireylerin fiziksel, sosyal ve psikolojik gelişim alanları üzerindeki etkilerini kapsamlı biçimde incelemeyi amaçlamaktadır. TSB'nin bireylerin yaşam kalitesine, günlük yaşama katılım düzeyine ve toplumsal uyumuna ne tür katkılar sunduğunu değerlendirmek temel hedef olarak belirlenmiştir. Araştırma, betimsel tarama modeline dayalı bir literatür incelemesidir. 2000–2025 yılları arasında yayımlanmış 68 ulusal ve uluslararası çalışma taranmış, içerik ve yöntem açısından uygun bulunan 20 çalışma detaylı şekilde analiz edilmiştir. İncelenen çalışmalar, fiziksel, sosyal ve psikolojik gelişim temaları altında tematik olarak sınıflandırılmıştır. ***Bu araştırma doğrudan katılımcı içermediği ve yalnızca ikincil verilere dayandığı için etik kurul onayı gerektirmemektedir.*** Elde edilen bulgular, tekerlekli sandalye basketbolunun bedensel engelli bireylerin çok yönlü gelişimini desteklediğini ortaya koymaktadır. Fiziksel gelişim açısından değerlendirildiğinde, TSB'nin kas dayanıklılığı, motor beceriler, denge ve koordinasyon gibi alanlarda olumlu etkiler sağladığı; bireylerin fiziksel yeterliliklerini artırarak günlük yaşamda daha bağımsız hareket etmelerine yardımcı olduğu belirlenmiştir. Sosyal gelişim bağlamında, takım içinde gerçekleştirilen bu sporun iletişim, iş birliği ve toplumsal etkileşim becerilerini geliştirdiği, sosyal izolasyonu azalttığı gözlemlenmiştir. Psikolojik açıdan bakıldığında ise, TSB'ye düzenli katılımın özgüven ve özsaygıyı artırdığı; depresyon, anksiyete gibi olumsuz duygusal durumların azaltılmasına katkı sağladığı; bunun sonucunda bireylerin hayata daha olumlu bir bakış geliştirdiği tespit edilmiştir. Tekerlekli sandalye basketbolu, bedensel engelli bireylerin yalnızca fiziksel kapasitelerini değil, aynı zamanda sosyal katılımlarını ve psikolojik sağlamlıklarını destekleyen bütüncül bir spor etkinliği olarak değerlendirilmektedir. Bu nedenle erişilebilirliğin artırılması ve katılımı teşvik edici politikaların hayata geçirilmesi, engelli bireylerin toplumsal entegrasyonu açısından büyük önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Tekerlekli sandalye basketbolu, fiziksel gelişim, sosyal gelişim, psikolojik gelişim, bedensel engel.

Abstract

This study aims to comprehensively examine the effects of wheelchair basketball (WB) on the physical, social and psychological development areas of individuals with physical disabilities. The main objective was to evaluate the contributions of WB to the quality of life, participation in daily life and social adaptation of individuals. The research is a literature review based on the descriptive screening model. 68 national and international studies published between 2000 and 2025 were scanned, and 20 studies that were found appropriate in terms of content and method were analyzed in detail. The reviewed studies were thematically classified under the themes of physical, social and psychological development. ***Since this research did not directly***

involve participants and was based only on secondary data, it did not require ethics committee approval. The findings obtained reveal that wheelchair basketball supports the multifaceted development of individuals with physical disabilities. When evaluated in terms of physical development, it was determined that WB provided positive effects in areas such as muscle endurance, motor skills, balance and coordination; and that it helped individuals to move more independently in daily life by increasing their physical competence. In terms of social development, it has been observed that this sport performed within a team improves communication, cooperation and social interaction skills and reduces social isolation. From a psychological perspective, it has been determined that regular participation in TSB increases self-confidence and self-esteem; contributes to the reduction of negative emotional states such as depression and anxiety; and as a result, individuals develop a more positive outlook on life. Wheelchair basketball is considered a holistic sports activity that supports not only the physical capacities of individuals with physical disabilities, but also their social participation and psychological resilience. Therefore, increasing accessibility and implementing policies that encourage participation are of great importance for the social integration of individuals with disabilities.

Keywords: Wheelchair basketball, physical development, social development, psychological development, physical disability.

**BEDEN EĞİTİMİ DERSLERİNİN AMACINA UYGUN İŞLENMESİNDE OKUL
YÖNETİCİLERİNİN ROLÜ VE KATKISI**
THE ROLE AND CONTRIBUTION OF SCHOOL ADMINISTRATORS IN THE
EFFECTIVE IMPLEMENTATION OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES

Gamze OK¹

1, Yüksek Lisans Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Mesut BATIHAN²

2, Girne Amerikan Üniversitesi
ORCID: 0009-0009-7457-553X

Özet

Bu çalışma, Malatya ili Battalgazi ilçesinde yer alan 10 farklı okulda beden eğitimi derslerinin amacına uygun olarak yürütülmesinde okul yöneticilerinin rolünü ve bu sürece olan katkılarını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın temel amacı, okul yöneticilerinin – özellikle okul müdürleri ve müdür yardımcılarının – beden eğitimi derslerinin etkinliği üzerindeki etkisini değerlendirmek ve bu derslerin uygulanmasında yönetim desteğinin önemini ortaya koymaktır.

Çalışma kapsamında okul müdürleri ve müdür yardımcılara, beden eğitimi derslerini ne ölçüde destekledikleri ve bu derslerin okulda sağlıklı bir şekilde yürütülmesine yönelik ne gibi katkılar sundukları sorulmuştur. Aynı zamanda beden eğitimi öğretmenlerinden, okul yönetiminin derslerin planlanması, uygulanması ve sürdürülebilirliği konusundaki tutumlarına ilişkin geri bildirimler alınmıştır. Bu sayede yönetim ile öğretmenler arasındaki etkileşim düzeyi ve iş birliğinin derslerin kalitesi üzerindeki etkisi değerlendirilmiştir.

Elde edilen veriler, beden eğitimi öğretmenlerinden toplanan dönütler doğrultusunda analiz edilmiş ve bu analiz sonucunda, okul yöneticilerinin büyük oranda beden eğitimi derslerinin gerçekleştirilmesine olumlu katkı sağladıkları belirlenmiştir. Özellikle derslerin planlama aşamasından uygulama sürecine kadar olan her aşamada, yöneticilerin sağladığı destek ve iş birliği, derslerin daha verimli geçmesini mümkün kılmıştır.

Araştırma sonucunda, okul yönetimlerinin beden eğitimi derslerinin etkili bir biçimde yürütülmesinde destekleyici bir rol üstlenmelerinin son derece önemli olduğu vurgulanmıştır. Bu durum, beden eğitimi derslerinin sadece fiziksel gelişimi değil; aynı zamanda öğrencilerin sosyal, duygusal ve zihinsel gelişimini de destekleyen önemli bir alan olduğu göz önünde bulundurulduğunda, yönetim desteğinin gerekliliğini bir kez daha ortaya koymaktadır.

Bu çalışma, beden eğitimi derslerinin daha nitelikli bir şekilde yürütülmesini sağlamak amacıyla okul yöneticilerinin tutum ve davranışlarının önemini vurgulamakta; benzer çalışmalar için de örnek teşkil edebilecek nitelikte bulgular sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, okul yöneticileri, ders işleyişi

Abstract

This study aims to examine the role of school administrators and their contributions to the effective implementation of physical education (PE) classes in 10 different schools located in the Battalgazi district of Malatya. The main objective of the research is to evaluate the impact of school administrators—especially school principals and vice-principals—on the effectiveness of PE classes and highlight the importance of management support in the execution of these lessons.

In the study, school principals and vice-principals were asked to what extent they supported PE classes and what contributions they made to ensure that these classes were carried out effectively in the school. Additionally, PE teachers provided feedback on the attitudes of the school administration regarding the planning, implementation, and sustainability of the classes. This allowed an evaluation of the level of interaction and cooperation between the administration and teachers and its effect on the quality of the lessons.

The data obtained were analyzed based on the feedback from PE teachers, and as a result, it was determined that school administrators largely made positive contributions to the implementation of PE classes. Particularly, the support and cooperation provided by administrators at every stage, from the planning phase to the execution process, made it possible for the lessons to be more efficient.

The research findings emphasize the critical role of school administrators in effectively managing PE classes. This is particularly important when considering that PE lessons not only support physical development but also play a significant role in the social, emotional, and mental development of students, underscoring the necessity of administrative support.

This study highlights the importance of school administrators' attitudes and behaviors in ensuring the effective execution of PE classes and presents findings that could serve as a model for similar future studies.

Keywords: Physical Education, School Administrators, Lesson Implementation

**OKUL SPOR TESİSLERİNİN ENGELLİ BİREYLERİN ERİŞİLEBİLİRLİĞİ VE
KULLANIMINA UYGUNLUĞU AÇISINDAN DEĞERLENDİRİLMESİ**
EVALUATION OF THE ACCESSIBILITY AND USABILITY OF SCHOOL SPORTS
FACILITIES FOR INDIVIDUALS WITH DISABILITIES

Gamze OK¹

1,Yüksek Lisans Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Mesut BATIHAN²

2, Girne Amerikan Üniversitesi
ORCID: 0009-0009-7457-553X

Özet

Engelli bireylerin spor etkinliklerine katılımının önündeki en önemli sorun erişilebilirlik sorunudur. Gerek salon dışı erişilebilirlik sorunları gerekse salon içi erişilebilirlik sorunları fiziksel aktivitelere aktif katılımı olumsuz etkilemektedir. Bu çalışma, Malatya ili Battalgazi ilçesinde yer alan 12 ortaokulun spor tesislerinin engelli bireylerin erişilebilirliği ve kullanımına uygunluğunu değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Araştırma kapsamında yapılan gözlem ve değerlendirmelerde, 5 okulda engelli tuvaleti ve asansör bulunmadığı, 6 okulda ise spor salonuna erişimi sağlayan rampaların standartlara uygun olmadığı belirlenmiştir. Okul yöneticilerinin spor tesislerine erişilebilirlik ile ilgili tedbirler aldığı görülse de bunun yetersiz olduğu gözlemlenmiştir. Bulgular, erişilebilirlik konusunda önemli eksiklikler bulunduğunu ve bu eksikliklerin fiziksel aktiviteye katılım hakkını kısıtladığını göstermektedir. Bu bağlamda, okul spor tesislerinin engelli bireyler için erişilebilir hale getirilmesi yönünde yapısal iyileştirmelere ihtiyaç duyulmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Erişilebilirlik, Engelli Birey, Okul Spor Tesisleri

Abstract:

One of the most significant barriers to the participation of individuals with disabilities in sports activities is the issue of accessibility. Both external access issues and internal facility-related barriers negatively impact active involvement in physical activities. This study aims to evaluate the accessibility and usability of sports facilities in 12 middle schools located in the Battalgazi district of Malatya province for individuals with disabilities. Observations and assessments conducted within the scope of the research revealed that five schools lacked accessible restrooms and elevators, while the ramps providing access to the sports halls in six schools did not meet standard specifications. Although school administrators were observed to have taken certain measures regarding accessibility, these efforts were found to be insufficient. The findings indicate significant shortcomings in accessibility, which in turn restrict the right to participate in physical activity. In this context, there is a clear need for structural improvements to ensure that school sports facilities are accessible to individuals with disabilities.

Keywords: Accessibility, Individuals with Disabilities, School Sports Facilities

ESNEKLİK PARAMETRESİNDE KONDİSYON ÇALIŞMALARI CONDITIONING TRAINING IN THE FLEXIBILITY PARAMETER

Abuzer KARAKUŞ
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ

ÖZET

Esneklik parametresinin önemi yıllardır günümüze dek vurgulanmaktadır. Ancak çoğu zaman göz ardı edilen bir parametredir. Fakat detaylı bir literatür incelemesi yapıldığı zaman esneklik faktörünün performans unsurları üzerinde olumlu etkilerinin olduğu söylenebilir. Kuvvet ve güç parametresi üzerine yapılan çalışmalarda esneklik parametresinin büyük önemi olduğu vurgulanmıştır. Ayrıca sağlık açısından esneklik parametresi insan mekanizmasının en önemli unsurlarından bir tanesi olan kas ve iskelet sistemi üzerinde de birçok olumlu etkiye sahiptir. Kas ve hareket eklem açıklığını arttırdığı belirtilen esneklik parametresiyle ilgili Google Scholar veri tabanından toplam yirmi iki bilimsel çalışma belirlendi ve en alakalı sekiz çalışmaya bu bildiride yer verildi. Sonuç olarak antrenman programlarına pozitif katkı sunduğu ve kas iskelet sistemini iyileştirdiği saptandı.

Anahtar Kelimeler: Esneklik Kuvvet, Atletik Performans

ABSTRACT

The importance of the flexibility parameter has been emphasised for years until today. However, it is a parameter that is often ignored. However, when a detailed literature review is made, it can be said that the flexibility factor has positive effects on performance elements. It has been emphasised that flexibility parameter is of great importance in studies on strength and power parameters. In addition, in terms of health, the flexibility parameter has many positive effects on the musculoskeletal system, which is one of the most important elements of the human mechanism. A total of twenty-two scientific studies were identified from the Google Scholar database on the flexibility parameter, which is stated to increase muscle and joint range of motion, and the eight most relevant studies were included in this paper. As a result, it was determined that it contributes positively to training programmes and improves the musculoskeletal system.

Keywords: Flexibility Strength, Athletic Performance

GİRİŞ

Eklemleri tüm hareket aralığı boyunca hareket ettirme yeteneğini yansıtan esneklik, spor, fitness ve klinik ortamlarda önemli bir rol oynar. Daha spesifik olarak, esneklik, atletik performansa katkıda bulunduğu için çeşitli sporların (örneğin, artistik jimnastik, buz pateni, tekvando ve karate) temel fiziksel özelliklerinden birini temsil eder. Sonuç olarak, germe eylemi (yani, kası uzatma veya uzatma fiziksel eylemi - pasif veya aktif olarak) nedeniyle esnekliğin artırılması, bu sportlardaki eğitim müdahalelerinin önemli hedeflerinden birini temsil eder. Ek olarak, önceki çalışmalar, örneğin statik germe yoluyla esnekliğin artırılmasının, yaralanma

sıklığını azaltmaya katkıda bulunabileceğini göstermektedir (Behm ve ark, 2016). Bu bağlamda, esneklik uzun zamandır fiziksel uygunluğun önemli bir bileşeni olarak kabul edilmiştir, özellikle kas gücü, kardiyovasküler dayanıklılık, kas dayanıklılığı ve vücut kompozisyonuna ek olarak sağlık ile ilgili bir uygunluk ölçüsü. Ancak, esnekliğin fiziksel uygunluğun önemli bir bileşeni olarak değerliliği son zamanlarda sorgulanmaktadır. Özellikle, Nuzzo belirttiği bazı argümanlar makul olsa da, ana sonuç uygunsuz görünmektedir. Ek olarak, esneklik üzerindeki kuvvet-germe egzersizlerinin etkisi, bir meta-analiz içeren yakın tarihli bir sistematik incelemenin konusu olmuştur (Afonso ve ark, 2021). Yazarlar, kuvvet antrenmanı ve germenin esneklik üzerinde benzer etkilere sahip olduğu sonucuna vararak, Nuzzo'nun tüm hareket aralığında kuvvet egzersizlerinin esnekliği iyileştirmede yeterli olabileceği iddiasını desteklemektedir. Yazarlar, kuvvet antrenmanı ve germenin esneklik üzerinde benzer etkilere sahip olduğu sonucuna vararak, Nuzzo'nun tüm hareket aralığında kuvvet egzersizlerinin esnekliği iyileştirmede yeterli olabileceği iddiasını desteklemektedir. Ancak aynı yazarlar, dahil edilen çalışmaların tasarım, uygulanan protokoller ve katılan katılımcılar açısından oldukça heterojen olduğunu belirtmektedir. Bu nedenle, elde edilen sonuçlar dikkatle ele alınmalı ve daha fazla araştırma yapılmalıdır. Uyumlu olarak, direnç antrenmanı ve esneme antrenmanının esneklik üzerindeki etkisini karşılaştıran bir meta-analiz içeren yakın tarihli bir sistematik inceleme benzer iyileştirmeler ortaya koymuştur (Alizadeh ve ark, 2023). Sonuç olarak bu bilimsel incelememiz de esneklik parametresinin performans üzerinde ki etkilerini ve genel yararlarını incelemeyi amaçladık.

METOD

Uygunluk Kriterleri

Bu çalışma esneklik üzerine etkileri niteliği taşıyan çalışmaların etkinliğini değerlendiren kantitatif nitelikte randomize kontrollü çalışmalar ile tasarlanmıştır. Yalnızca İngilizce ve Türkçe dilindeki hakemli yayınlar ve kitaplar dikkate alınmıştır. Tez veya kongre özetleri şeklinde yayınlanan çalışmalar dahil edilmemiştir.

Bilgi Veri Tabanları

Bu derleme çalışması yapılırken Google Scholar bilimsel veri tabanı kullanılarak konu ile alakalı yirmi iki kaynak tarandı. Konu ile en alakalı sekiz bilimsel çalışma ise bu bildiride kullanıldı.

BULGULAR

Ancak, germenin faydalı etkilerinin esnekliğin ötesine geçerek kas gücü ve kas kuvveti gibi fiziksel zindeliğin diğer önemli bileşenlerini de kapsadığı görülmektedir. Son zamanlarda, yapılan bir bilimsel araştırma bize gösteriyor ki sağlıklı bireylerde yaşam boyu kas gücü, kas gücü ve esneklik üzerinde egzersizlerinin kronik etkilerini inceleyen bir meta-analizle sistematik bir inceleme yürüttüler. 41 (rastgele) kontrollü denemeden elde edilen ana sonuçlar, uzun vadeli egzersizlerinin kas gücünü ve kas kuvvetini iyileştirme potansiyeline sahip olduğunu, ancak iyileştirme büyüklüğünün önemsizden küçüğe kadar değiştiğini göstermektedir. Esneklik için, kronik esneme egzersizleri orta ila büyük gelişmelere neden olmuştur. Meta-analizle yapılan başka bir yakın tarihli sistematik inceleme, germenin sağlıklı bireylerde kas gücü üzerindeki etkisini incelemiştir (Thomas ve ark, 2023). Esneme egzersizlerinin kas gücü üzerinde küçük bir pozitif etkiye işaret etmektedir ve son sonuçları desteklemektedir. Kas hipertrofisi açısından, literatürde germenin kas hacmine fayda sağlayabileceğine dair göstergeler mevcuttur. Örneğin, Panidi ve arkadaşları. Ergenlik çağındaki kadın voleybol oyuncularında 12 haftalık esneme eğitiminin gastroknemius kesit alanı üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur (Panidi ve ark, 2021). Ayrıca, yakın zamanda yayınlanan bir literatür tanımlayıcı incelemesinde, pasif düşük yoğunluklu germenin kas hipertrofisine ve mimarisine katkıda bulunmadığı sonucuna varmıştır. Bununla birlikte, aynı yazarlar, germe belirli bir çekme gerilimi seviyesiyle gerçekleştirildiğinde, örneğin yüklendiğinde veya güç setleri arasına eklendiğinde, kas hipertrofisini tetikleyebileceğini varsaymaktadır. Aynı bağlamda, baldır kaslarının yüklü setler arası esnemesi' ile birlikte kas kalınlığı ve gücü üzerindeki etkilerini incelemiştir. Ayrıca, plantar fleksörlerin izometrik gücü üzerinde RT ile birlikte setler arası yüklü esnemenin tek başına bir avantajı olduğunu göstermişlerdir (-) Van Every ve ark, 2022).

Kronik esneme egzersizlerinin esnekliği artırdığına dair güçlü kanıtlar vardır. Altı haftalık esneme eğitiminin genç ve sağlıklı katılımcılarda hamstring esnekliği üzerindeki etkisini incelemiştir. Kontrol grubuyla karşılaştırıldığında önemli hamstring esnekliği kazanımları göstermişlerdir. Sağlıklı bireylerde farklı tipteki germe egzersizlerinin ayak bileği dorsifleksiyon esnekliği üzerindeki etkisine dair literatürü meta-analiz etmiş ve esneme ve proprioseptif nöromüsküler kolaylaştırmanın (PNF) esneklik kazanımlarını indüklediğini, ilkinin ikincisine kıyasla daha büyük etkilerinin olduğunu ortaya koymuştur. Dahası, sonuçlar balistik germenin herhangi bir esneklik kazanımına yol açmadığını göstermektedir (Warneke

ve ark, 2023). Kas güçlendirmenin sağlık üzerindeki faydalı etkileri literatürde tutarlıdır. Kas güçlendirme aktiviteleri yetişkinlerde aerobik aktivitelerden bağımsız olarak tüm nedenlere bağlı ölüm ve kardiyovasküler hastalık, kanser ve diyabet gibi önemli bulaşıcı olmayan hastalıkların riskini %10 ila %17 oranında azaltır. Bu nedenle, yaş ve cinsiyetten bağımsız olarak kas gücü ve kuvveti geliştirmek, sağlık ve refahı teşvik etmek için çok önemlidir.

Esneme egzersizlerinin kas gücü ve kuvveti üzerindeki kronik etkileri birkaç orijinal çalışmada ele alınmıştır. Örneğin, yapılan bir çalışmada, 24 yaşındaki fiziksel olarak aktif erkeklerde kronik esneme egzersizlerinden sonra sıçrama yüksekliğinde artış olduğunu ortaya koymuştur ($\Delta\%1,3$, gerilmeyen bir kontrole karşılaştırıldığında $-\%0,3$). Ek olarak, üç hafta boyunca her seansı 20 dakika olan 15 seans SS egzersizleri, sağlıklı aktif genç yetişkinlerde diz fleksörlerinin $60^\circ/\text{s}$ ve $120^\circ/\text{s}$ hızlarında eksantrik tepe torkunda bir artış (sırasıyla $\Delta\%8,5$ ve $\%13,5$) ve $120^\circ/\text{s}$ hızında konsantrik tepe torkunda $\%11,2$ 'lik bir artış göstermiştir. Dahası, sağlıklı genç yetişkinlerde günlük olarak yapılan altı haftalık SS egzersizlerinden sonra plantar fleksörlerin maksimal izometrik kuvvetinin önemli ölçüde iyileştiğini ortaya koymuştur. Yakın zamanda yapılan başka bir çalışma, altı hafta boyunca günlük olarak uygulanan uzun süreli (bir saat) esneklik, esnemiş bacakta önemli kas gücü iyileştirmeleri ($\Delta\%16,8$) sağladığını, ortaya koydu (Warneke ve ark, 2022).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Yaptığımız incelemeler sonucunda esneklik parametresinin sporcuların hem kas iskelet sistemi hem de performans açısından etkili olduğu sonucuna vardık. Buradan yola çıkarak performans sporcularına ve kas iskelet sistemi sağlık sorunları yaşayan bireylere esneme egzersizlerini önerebilir ve ayrıca esneklik egzersizlerine çalışmalarında yer vermelerini önerebiliriz. Ayrıca güç ve kuvvet mekanizmaları üzerinde de olumlu etkileri vardır. Ve kondisyon unsurunu geliştirdiğini söyleyebiliriz.

KAYNAKÇA

- 1-) Behm, D. G., Blazevich, A. J., Kay, A. D., & McHugh, M. (2016). Acute effects of muscle stretching on physical performance, range of motion, and injury incidence in healthy active individuals: a systematic review. *Applied physiology, nutrition, and metabolism*, 41(1), 1-11.
- 2-) Afonso, J., Ramirez-Campillo, R., Moscão, J., Rocha, T., Zacca, R., Martins, A., ... & Clemente, F. M. (2021, April). Strength training versus stretching for improving range of motion: a systematic review and meta-analysis. In *Healthcare* (Vol. 9, No. 4, p. 427). Multidisciplinary Digital Publishing Institute.
- 3-) Alizadeh, S., Daneshjoo, A., Zahiri, A., Anvar, S. H., Goudini, R., Hicks, J. P., ... & Behm, D. G. (2023). Resistance training induces improvements in range of motion: a systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 53(3), 707-722.
- 4-) Thomas, E., Ficarra, S., Nunes, J. P., Paoli, A., Bellafiore, M., Palma, A., & Bianco, A. (2023). Does stretching training influence muscular strength? A systematic review with meta-analysis and meta-regression. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 37(5), 1145-1156.
- 5-) Panidi, I., Bogdanis, G. C., Terzis, G., Donti, A., Konrad, A., Gaspari, V., & Donti, O. (2021). Muscle architectural and functional adaptations following 12-weeks of stretching in adolescent female athletes. *Frontiers in physiology*, 12, 701338.
- 6-) Van Every, D. W., Coleman, M., Rosa, A., Zambrano, H., Plotkin, D., Torres, X., ... & Schoenfeld, B. J. (2022). Loaded inter-set stretch may selectively enhance muscular adaptations of the plantar flexors. *PLoS One*, 17(9), e0273451.
- 7-) Warneke, K., Zech, A., Wagner, C. M., Konrad, A., Nakamura, M., Keiner, M., ... & Behm, D. G. (2023). Sex differences in stretch-induced hypertrophy, maximal strength and flexibility gains. *Frontiers in Physiology*, 13, 1078301.
- 8-) Warneke, K., Brinkmann, A., Hillebrecht, M., & Schiemann, S. (2022). Influence of long-lasting static stretching on maximal strength, muscle thickness and flexibility. *Frontiers in Physiology*, 13, 878955.

FRENCH CONTRAST ANTRENMAN SİSTEMİNE YÖNELİK DERLEME

REVIEW ON FRENCH CONTRAST TRAINING SYSTEM

Aylin GÖZ İŞTİN

Batman Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü Karate Antrenörü
Batman Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü Voleybol Antrenörü

Caner AYGÖREN

Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü

Oğuzhan ÇOŞKUN

Adana Çukurova Karate Salonu

Yalçın AYDIN

Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz Ve Spor Bilimleri

Zehra KAYA

Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Bölümü

Resul ÖZEL

Tokat Gazi Osmanpaşa Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Esra YILMAZ

Batman Gençlik Ve Spor İl Müdürlüğü Voleybol Antrenörü

ÖZET

French contrast antrenmanları son dönemlerde popülerliğini koruyan bir antrenman metotudur. Bu antrenman metotunda pap ve pape sistemler ön plana çıkmaktadır. Ayrıca aktivasyon parametreleri ön plana çıkmaktadır. Ayrıca french contrast antrenmanları ninkuvvet ve kondisyon unsurlarınıda geliştirdiği belirtilmiştir. Yapılan bilimsel araştırmalar french contrast antrenmanı sprint performansını, patlayıcı kuvveti, maksimal kuvveti ve sürat unsurunu geliştirdiği bilinmektedir. Burada yola çıkarak french contrast antrenman metodunun genel olarak faydalarını araştırmayı bu derleme çalışmasında amaçladık. Bunun sonucunda french contrast antrenmanlarının atletik performans unsurları, kuvvet ve kondisyon parametrelerinde, sürat ve patlayıcı kuvvet parametrelerinde olumlu etkileri olduğu sonucuna vardık. Bunun sonucunda patlayıcı ve kuvvet prensibi olan sporlar için bu antrenman sistemi önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: French Contrast, Patlayıcı Kuvvet, PAP aktivasyonu.

SUMMARY

French contrast training is a recently popular training method. In this training method, pap and pape systems come to the forefront. In addition, activation parameters come to the fore. It has also been stated that French contrast training improves strength and conditioning elements. Scientific researches have shown that French contrast training improves sprint performance, explosive strength, maximal strength and speed. Based on this, we aimed to investigate the benefits of French contrast training method in general in this review study. As a result, we concluded that French contrast training has positive effects on athletic performance elements, strength and conditioning parameters, speed and explosive strength parameters. As a result, this training system can be recommended for sports with explosive and strength principle.

Keywords: French Contrast, Explosive Force, PAP activation.

GİRİŞ

Fransız Kontrast Yöntemi, Maksimum İstemli Kasılma (MVC), tetanik kasılma veya bir dizi sinir uyarısı olabilen bir kas kasılmasından sonra kas performansında bir artış olarak tanımlanan Post-aktivasyon potansiyasyonundan (PAP) türetilen uygulanmış bir eğitim biçimidir. Bazı uyaran tipleri kas kasılmalarını, kuvvet geliştirme hızını (RFD) ve patlayıcı hareketleri artırabilir (Xenofondos ve ark, 2010). Fransız Kontrast eğitimi başlangıçta Fransız bir atletizm antrenörü olan Gilles Cometti tarafından geliştirildi, ancak bu yöntemi alıp Fransız atletizm antrenörlerinin kullanımı için tutarlı bir bütün haline getiren Dietz oldu. Karmaşık ve kontrast yöntemlerin bir kombinasyonudur. Fikir, sporcunun fizyolojik tepkilerini tetiklemek ve kuvvet-hız eğrisi boyunca antrenman yapmak için dört egzersiz kullanmaktır. PAP kavramına dayanmaktadır (daha güçlü bir kas kasılmasının, o kasılmadan önce güçlü bir kas kasılması gelirse elde edilebileceğini belirler). Ağır bir bileşik kaldırmadan sonra, bir plyometrik aktivite (karmaşık eğitim) (Joseba ve diğerleri, 2018) gelir. Ardından, %30'luk bir yük ile güçlü bir hareket gerçekleştirilir (ana bileşiğin kontrast eğitimi) ve son olarak, hızlandırılmış veya destekli bir plyometrik aktivite ile sonlanır (Dietz ve ark, 2012). PAP'ın spor performansı için işlevsel önemi hakkında önemli araştırmalar yapılmıştır. Bu ilgi, genellikle kontrast antrenmanı biçiminde uzun vadeli antrenman etkisini artırma potansiyeli etrafında dönmüştür (Hilfiker ve ark, 2007). PAP müdahalesinde kullanılan ön koşullandırma yükü, fiziksel aktivitede kullanılan kasılma aktivitesinin türüne bağlıdır; ancak bunun için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır. Bu çalışmamızda ki amacımız french contrast metodunun kondisyon ve atletik performans üzerine etkilerini araştırmaktır.

METOD

Uygunluk Kriterleri

Bu çalışma French Contrast ve PAPE araştırmaları niteliği taşıyan çalışmaların etkinliğini değerlendiren kantitatif nitelikte randomize kontrollü çalışmalar ile tasarlanmıştır. Yalnızca İngilizce ve Türkçe dilindeki hakemli yayınlar ve kitaplar dikkate alınmıştır. Tez veya kongre özetleri şeklinde yayınlanan çalışmalar dahil edilmemiştir.

Bilgi Veri Tabanları

Bu derleme çalışması yapılırken Google Scholar bilimsel veri tabanı kullanılarak konu ile alakalı 28 adet bilimsel kaynak tarandı. Konu ile en alakalı on üç adet bilimsel çalışma ise bu bildiride kullanıldı.

BULGULAR

Yüksek kas gücü ve kuvveti üretme yeteneği, farklı sporlardaki en önemli faktörlerden biri olarak kabul edilir. Bu nedenle, direnç antrenmanında olduğu gibi harici yüklerin kullanımı, plyometrik antrenmanda olduğu gibi vücut ağırlığı egzersizlerinin kullanımı veya her ikisinin kombinasyonu dahil olmak üzere, bu nitelikleri geliştirmek için farklı sistemleri ve yöntemleri analiz eden çok sayıda çalışma vardır (Grange ve ark, 1993). Patlayıcı bir çabanın gerçekleştirilmesinden sonra, performans yorgunluk etkisi nedeniyle olumsuz yönde veya postaktivasyon potansiyasyonu veya PAP olarak bilinen olumlu yönde etkilenebilir. Bu nedenle, yorgunluk etkileri dağıldığında ancak potansiyasyon etkileri hala kaldığında performans en üst düzeye çıkar, çünkü genel etkiler yorgunluk ve potansiyasyon arasındaki dengeyi oluşturur. PAP'ın arkasındaki mekanizmalar tam olarak bilinmemektedir. Son araştırmalar, bu olguyu esas olarak kasın kendisinde bulunan fizyolojik olaylara, örneğin düzenleyici miyozin hafif zincirinin fosforilasyonuna bağlamıştır; bu da aktin-miyozin etkileşimini sarkoplazmik retikulum tarafından salınan kalsiyuma karşı daha duyarlı hale getirir (Sweeney ve ark, 1993). French contrast ile ilgili bir çalışmada, PAP'ın bir eğitim programına uygulanmasının sıçrama ve sprint performansını iyileştirmek için iyi bir strateji olduğunu göstermiştir (Bevan ve ark, 2010). Ek olarak, PAP karmaşık eğitim olarak bilinen eğitimde giderek daha fazla kullanılmaktadır. Karmaşık eğitimin (biyomekanik olarak benzer bir pliometrik egzersizin izlediği neredeyse maksimum çaba) temel sorunu, yalnızca üst düzey sporcuların bundan fayda

sağlıyor gibi görünmesidir (Tsoukos ve ark, 2016). Bu nedenle, PAP fenomenini en üst düzeye çıkarmak için Fransız Kontrast Yöntemi'ni içeren diğer karmaşık eğitim yöntemleri önerilmiştir. Fransız Kontrast Yöntemi ilk olarak Gilles Cometti tarafından atletizmde tanıtılmıştır dahil olmak üzere yüksek düzeyde kuvvet ve güç üretimi gerektiren birçok başka sporda kullanılmaktadır (Hernández-Preciado ve ark, 2018). Fransız kontrast yöntemi gibi kontrast ve karmaşık antrenman formları, kuvvet ve kondisyon koçları tarafından uygulanan en popüler Değişken Direnç formları arasındadır (Alves ve ark, 2010). Fransız kontrast yönteminin temel unsuru, aktivasyon sonrası potansiyasyon geliştirme (PAPE)'ye dayanmaktadır. PAPE, yüksek performans beklentileri olan bir hareketi yapmadan önce kullanılan bir ön aktivasyon mekanizmasıdır. Örneğin, sprint atma, yön değiştirme veya zıplama gibi bir hareketi yapmadan önce, sporcu nöromüsküler sistemle benzer bir biyomekanik aktivite gerçekleştirerek temel hareketin performansında bir artış elde etmeyi hedefler. Zıplamadan önce çömelme, sprint atmadan önce yarı zıplama veya atış yapmadan önce bir engelin üzerinden atlama gibi zıplamadan önceki ön uyarıcı aktiviteler PAPE'ye dayalı aktivitelerdir (Wilson ve ark, 2013). Araştırmalar, PAPE içeren antrenmanların özellikle güç, hız ve sıçrama gibi yönlerden motor yetenekleri geliştirdiğini belgelemiştir (Bevan ve ark, 2010). Farklı çalışmalar, bir antrenman programında PAPE uygulamasının sıçrama ve sprint performansını iyileştirmek için iyi bir strateji olduğunu göstermiştir (Robbins ve ark, 2005). Bir başka çalışmada ise 8 haftalık french contrast antrenmanın sonucunda kadın üniversites sporcularında Patlayıcı kuvvet değişkenleri (Sargent sıçrama testi, karşı hareket sıçraması ve oturarak tıp topu atma) önemli ölçüde arttı ve üç adım atlamanın kinematik parametreleri iyileşti. Sonuçlar, sekiz haftalık Fransız Kontrast antrenmanın hem patlayıcı kuvveti hem de üç adım atlamanın kinematik parametrelerini iyileştirebileceğini gösterdi (Elbadry ve ark, 2019).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Atletik performans ve kondisyon unsurunu geliştirmek isteyen sporcular için French Contrast antrenman sistemi önerilebilir. Ayrıca sürat parametresi üzerinde de olumlu etkileri bulunmaktadır. Yine patlayıcı kuvvet ve maksimal kuvvet unsurlarını geliştirmek isteyen sporcular için french contrast antrenman sistemi önerilebilir.

KAYNAKÇA

- 1-) Xenofondos, A., Laparidis, K., Kyranoudis, A., Galazoulas, C., Bassa, E., & Kotzamanidis, C. (2010). Post-activation potentiation: Factors affecting it and the effect on performance. *Journal of Physical Education & Sport/Citius Altius Fortius*, 28(3).
- 2-) Dietz C, Peterson B. Triphasic training: A systematic approach to elite speed and explosive strength performance. Bye Dietz Sport Enterprise; 2012.
- 3-) Hilfiker, R., Hübner, K., Lorenz, T., & Marti, B. (2007). Effects of drop jumps added to the warm-up of elite sport athletes with a high capacity for explosive force development. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 21(2), 550-555.
- 4-) Grange, R. W., Vandenboom, R., & Houston, M. E. (1993). Physiological significance of myosin phosphorylation in skeletal muscle. *Canadian Journal of Applied Physiology*, 18(3), 229-242.
- 5-) Sweeney, H. L., Bowman, B. F., & Stull, J. T. (1993). Myosin light chain phosphorylation in vertebrate striated muscle: regulation and function. *American Journal of Physiology-Cell Physiology*, 264(5), C1085-C1095.
- 6-) Bevan, H. R., Cunningham, D. J., Tooley, E. P., Owen, N. J., Cook, C. J., & Kilduff, L. P. (2010). Influence of postactivation potentiation on sprinting performance in professional rugby players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 24(3), 701-705.
- 7-) Tsoukos, A., Bogdanis, G. C., Terzis, G., & Veligekas, P. (2016). Acute improvement of vertical jump performance after isometric squats depends on knee angle and vertical jumping ability. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 30(8), 2250-2257.
- 8-) Hernández-Preciado, J. A., Baz, E., Balsalobre-Fernández, C., Marchante, D., & Santos-Concejero, J. (2018). Potentiation effects of the French contrast method on vertical jumping ability. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 32(7), 1909-1914.
- 9-) Alves, J. M. V. M., Rebelo, A. N., Abrantes, C., & Sampaio, J. (2010). Short-term effects of complex and contrast training in soccer players' vertical jump, sprint, and agility abilities. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 24(4), 936-941.

10-) Wilson, J. M., Duncan, N. M., Marin, P. J., Brown, L. E., Loenneke, J. P., Wilson, S. M., ... & Ugrinowitsch, C. (2013). Meta-analysis of postactivation potentiation and power: effects of conditioning activity, volume, gender, rest periods, and training status. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 27(3), 854-859.

11-) Bevan, H. R., Cunningham, D. J., Tooley, E. P., Owen, N. J., Cook, C. J., & Kilduff, L. P. (2010). Influence of postactivation potentiation on sprinting performance in professional rugby players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 24(3), 701-705.

12-) Robbins, D. W. (2005). Postactivation potentiation and its practical applicability. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 19(2), 453-458.

13-) Elbadry, N., Hamza, A., Pietraszewski, P., Alexe, D. I., & Lupu, G. (2019). Effect of the French contrast method on explosive strength and kinematic parameters of the triple jump among female college athletes. *Journal of Human Kinetics*, 69, 225.

PATLAYICI GÜÇ ANTRENMANLARINA GÜNCEL BAKIŞ AÇISI **CURRENT PERSPECTIVE ON EXPLOSIVE STRENGTH TRAINING**

Zehra KAYA

Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

Caner AYGÖREN

Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü
Orcid: 0000- 00 02-8336-7144

Yalçın AYDIN

Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri

Ayşegül BEYKUMUL

Gazi Üniversitesi

Nihat Aldı

MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu

Mehmet Deniz ŞAHİN

Malatya Turgut Özal Tıp Merkezi

Özet

Patlayıcı kuvvet antrenmanları günümüz sportif faaliyetlerinde ve müsabaka sistemlerinde büyük bir önem arz eder. Birçok sportif branşta hızlı ve aynı zaman da yüksek kuvvet üretme mekanizmasına sahip farklı aksiyonlar yer almaktadır. Bu temel prensip ise patlayıcı güç unsurunun incelenmesini ve temel yapı taşlarının neler olduğunu incelememize olanak sağlar. Ayrıca patlayıcı kuvvet ile ilgili literatür de çok sayıda kaynak vardır fakat birçok kaynak birbiri ile farklılık göstermektedir. Özellikle pliometrik antrenman prensiplerinin ve esneme kısalma döngülerinin patlayıcı kuvvet üzerinde önemli etkilerinin olduğu yapılan birçok bilimsel araştırmada belirtilmiştir. Fakat bu egzersizlerin ve kasılma çeşitlerinin birbiri ile olan ilişkileri detaylı bir şekilde ele alınmamıştır. Ayrıca patlayıcı güç antrenmanlarının sinir sistemi ile ilişkisi ve sinir sisteminin patlayıcı güç unsuruna kattığı pozitif etkiler incelenmemiştir. Bu çalışmamızın sonucunda patlayıcı güç prensibinin sürat, hız, güç ve kuvvet parametreleri ile doğrudan ilişkili olduğunu gördük. Sonuç olarak patlayıcı güç ile birçok atletik performans parametrelerinin etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Patlayıcı Güç, Pliometrik Egzersiz, Atletik Performans

Abstract

Explosive force training is of great importance in today's sporting activities and competition systems. In many sports branches, there are different actions that have a fast and at the same time high force generation mechanism. This basic principle allows us to examine the explosive power element and examine what the basic building blocks are. In addition, there are many sources in the literature on explosive power, but many sources differ from each other. Especially plyometric training principles and stretching shortening cycles have significant effects on explosive power in many scientific studies. However, the relationship between these exercises and contraction types has not been discussed in detail. In addition, the relationship of explosive power training with the nervous system and the positive effects of the nervous system on explosive power have not been examined. As a result of this study, we found that the principle of explosive power is directly related to the parameters of speed, velocity, power and strength.

As a result, it can be said that explosive power and many athletic performance parameters are effective.

Keywords: Explosive Power, Plyometric Exercise, Athletic Performance

Giriş

Patlayıcı tip güç antrenmanı genellikle yetişkinlerde ve genç sporcularda atletik performans için nöromüsküler nitelikleri yani maksimum sprint hızı, kas patlayıcı gücü geliştirmek için kullanılır (Mikkola ve ark, 2007). Bir başka tanıma göre patlayıcı kuvvet, kuvveti veya torku düşük veya dinlenme seviyesinden ve günlük yaşam aktivitelerinin (oturarak ayağa kalkma, hızlı yürüme) performansı için önemli olduğu yaygın olarak kabul edilir. Dahası, patlayıcı kuvvet, tork geliştirme süresinin sınırlı olduğu durumlarda, örneğin düşmelerin önlenmesinde önemli kabul edilir (Pijnappels ve ark, 2008). Mümkün olduğunca patlayıcı bir şekilde gerçekleştirilen kısa, hızlı kasılmalarla yapılan patlayıcı güç eğitimi, patlayıcı güç geliştirmede (yani, hızlı, patlayıcı kuvvet üretimi) en etkiliydi ve yüksek yüklerde sürdürülen kasılmalarla yapılan ancak kuvveti hızla üretmeye vurgu yapılmayan maksimum güç eğitimi, maksimum güç geliştirmede üstün olduğu söylenebilir (Balshaw ve ark, 2016). Güç eğitimi patlayıcı faz nöromüsküler aktivasyonunu arttırdığı söylenebilir (Tillin ve Follnd, 2014). Patlayıcı gücün bilinen belirleyicileri olan bir dizi adaptasyonu kademeli olarak ortaya çıkarır örneğin, artan kas boyutu ve maksimum güç (Erskine ve ark, 2014). Patlayıcı güç geliştirme için optimum plyometrik eğitim tasarımlarının da etkili olduğu söylenebilir (Bartholomew ve ark, 1985). Patlayıcı kuvvetin gelişmesinde alt ekstremitte kasları tarafından kas gücü çıktısı üretme yeteneği önemli rol oynar (McClenton ve ark, 2008). Plyometrik antrenman, kasların ve bağ dokularının elastik potansiyel enerjiyi tam olarak depolayabilmesi ve ardından germe refleksi ilkesini kullanarak anında ve hızlı bir şekilde konsantrik olarak kasılması, depolanan elastik potansiyel enerjiyi serbest bırakması ve güçlü patlayıcı güç üretmesi için kas konsantrik kasılması ve eksantrik kasılmasının karşılıklı koordinasyonunu kullanır (Slimani ve ark, 2016). Patlayıcı güç, spor performansını doğrudan etkileyen anlık kas gücüdür; Patlayıcı kuvvetin kalitesi spor performansının anahtarı olduğu söylenebilir (Ramírez-de la Cruz ve ark, 2022). Ayrıca patlayıcı kuvvet egzersizlerinde önceden uzatma veya tersine çevirme hareketi ve tam bir germe-kısaltma döngüsü içeren hızlı kasılma türlerinin önemli bir faktör olduğu söylenebilir (Wilk ve ark, 1993). Sonuç olarak bu çalışmamız da patlayıcı kuvvet antrenman sistemlerinin temel bileşenlerini araştırmayı amaçladık.

METOD

Uygunluk Kriterleri

Bu çalışma patlayıcı gücün temel prensipleri üzerine etkileri veya patlayıcı güç araştırmaları niteliği taşıyan çalışmaların etkinliğini değerlendiren kantitatif nitelikte randomize kontrollü çalışmalar ile tasarlanmıştır. Yalnızca İngilizce ve Türkçe dilindeki hakemli yayınlar ve kitaplar dikkate alınmıştır. Tez veya kongre özetleri şeklinde yayınlanan çalışmalar dahil edilmemiştir.

Bilgi Veri Tabanları

Bu derleme çalışması yapılırken Google Scholar bilimsel veri tabanı kullanılarak konu ile alakalı 60 bilimsel kaynak tarandı. Konu ile en alakalı yirmi adet bilimsel çalışma ise bu bildiride kullanıldı.

Bulgular

Patlayıcı Gücün Performans Üzerine Etkileri

Bruce-Low, ve Smith (2007) göre hızlı hareketler ROM'un(Hareket Eklem Açıklığı) çoğu boyunca yavaş hareketler kadar kas gerginliği sağlamaz, bu da 'patlayıcı' egzersizlerle yapılanlar gibi daha hızlı tekrarların bir kasın tam ROM'u boyunca optimal güç artışı sağlamayabileceğini düşündürmektedir. Young ve Bilby (1993) yaptıkları araştırma sonucunda Patlayıcı halter squatları izometrik zirve kuvveti, dikey sıçrama, uyluk çevresi ve kas kalınlığını önemli ölçüde artırdığı görülmüştür. Palmieri (1987) Patlayıcı egzersizlerin kas kuvveti, güç veya hipertrofiyi artırdığı görülmektedir. Baechele ve Earle (2008) Çoğu spor yüksek hızda kas kasılmaları içerdiğinden, yüksek hızda yapılan ağırlık antrenmanlarının sporcuları spor performansına yavaş ağırlık antrenmanlarından daha iyi hazırlayacağı iddia edilmiştir. " Cissik (2002) tarafından şu şekilde özetlenmiştir: "Eğer bir egzersiz yavaş hızlarda yapılırsa, yavaş hızlarda daha güçlü oluruz. Ancak, daha yüksek hızlara çok az transfer olur. Egzersizler daha yüksek hızlarda yapılırsa, daha yüksek hızlarda daha güçlü oluruz. Blazeovich ve Jenkins (2002), yüksek hız grubu için %30-50 1RM ve düşük hız grubu için %70-90 1RM kullanarak kalça fleksiyonu ve ekstansiyonu, diz ekstansiyonu ve fleksiyonu ve çömelmede yavaş ve patlayıcı antrenman hızlarını incelemiştir. Bu belirtilen 1RM'ler de patlayıcı antrenman sistemlerine referans olabilir. Antrenman transferi konusunun önemi göz önüne alındığında, Baker ve Nance'in Olimpik kaldırış ve sprint performansı arasındaki ilişkiyi araştırarak çalışması (1999) özellikle ilginçtir. Eğitimli Avustralyalı rugby ligi oyuncularını (n = 20) kullanarak, hang clean

ile sprint performansı arasında sadece zayıf korelasyonlar gözlemlendiler (10m sprint için $r = -0,34$ ve 40m sprint için $r = -0,24$). Bu nedenle, belirleme katsayıları (r^2) .12 ve .06, 10m ve 40m sprintteki varyansın sırasıyla yalnızca %12 ve %6'sının hang clean performansı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, pratik açıdan bu, Olimpik stil kaldırıştan sprint performansına önemli ölçüde aktarım olduğu varsayımının yanlış olduğunu göstermektedir; aslında çok az aktarım vardır. Wilson ve arkadaşları (1993) deneyimli antrenörlerle 10 hafta boyunca haftada iki kez gerçekleştirilen geleneksel direnç antrenmanı (3-6 set 6-10 RM squat), pliometrik antrenman ve patlayıcı antrenmanın (yükli sıçramalı squat) etkilerini karşılaştırmıştır. Geleneksel ve patlayıcı gruplar, 6 saniyelik döngü testinde zirve gücü eşit oranda geliştirmiştir. Tricoli, Lamas, Carnevale ve Ugrinowitsch (2005), patlayıcı kuvvet antrenmanlarının sprint (10m ve 30m), çeviklik, squat jump, karşı hareketle sıçrama ve yarım squat 1RM'yi içeren bir test bataryasındaki değişikliklerle ölçülen performansta artışlar gözlemlenmiştir. Nygaard Falch ve ark (2019) Patlayıcı güç, hız ve çeviklik, performans için temel yönlerdir, çünkü maçlarda ani veya beklenmedik sıçramalar, yön değiştirmeler, hızlanmalar ve yavaşlamalar gibi yüksek hızlı ve kısa süreli hareketler gibi farklı eylemleri gerçekleştirmenin temelini oluştururlar.

Sonuç ve Öneriler

Patlayıcı kuvvet antrenmanları atletik performans ve kondisyon unsurları için çok önemli bir unsurdur. Fakat patlayıcı kuvvet antrenmanları yapılırken özellikle set ve tekrar sayılarına çok dikkat edilmelidir. Ayrıca bir diğer husus ise patlayıcı kuvvet antrenmanları tasarlanırken 1RM yüzdelerine çok dikkat edilmelidir. %30-50 arası yapılan çalışmalar vardır ayrıca %30-60 ve ayrıca %40-70 arası yapılan çalışmalar patlayıcı güç antrenman prensiplerine girer. Yine patlayıcı güç antrenmanlarında pliometrik antrenmanlar çok ve sprint antrenmanları çok önemlidir denilebilir. Ayrıca patlayıcı güç antrenmanlarında esneme ve kısılma döngüsü sistemine gerekli önem verilmelidir. Patlayıcı güç antrenmanlarında ağır yükler yerine orta ve daha az yükler tercih edilmelidir.

KAYNAKÇA

- 1-) Mikkola, J, Rusko, H, Nummela, A, Pollari, T, and Häkkinen, K. Concurrent endurance and explosive type strength training improves neuromuscular and anaerobic characteristics in young distance runners. *Int J Sports Med* 28: 602-611, 2007
- 2-) Pijnappels M, van der Burg PJCE, Reeves ND, van Dieën JH. Identification of elderly fallers by muscle strength measures. *Eur J Appl Physiol*. 2008; **102**(5): 585-592.

- 3-) Balshaw TG, Massey GJ, Maden-Wilkinson TM, Tillin NA, Folland JP. Training specific functional, neural and hypertrophic adaptations to explosive- vs. sustained-contraction strength training. *J Appl Physiol*. 2016; **120**(11): 1364-1373.
- 4-) Tillin NA, Folland JP. Maximal and explosive strength training elicit distinct neuromuscular adaptations, specific to the training stimulus. *Eur J Appl Physiol*. 2014; **114**(2): 365-374.
- 5-) Erskine RM, Fletcher G, Folland JP. The contribution of muscle hypertrophy to strength changes following resistance training. *Eur J Appl Physiol*. 2014; **114**(6): 1239-1249.
- 6-) Bartholomew SA. Plyometrics and Vertical Jump Training. Master's Thesis, University of North Carolina, Chapel Hill, 1985.
- 7-) McClenton LS, Brown LE, Coburn JW, Kersey RD. The effect of short-term vertiMax vs. depth jump training on vertical jump performance. *J Strength Cond Res* 22: 321–325, 2008.
- 8-) Slimani, M., Chamari, K., Miarka, B., Del Vecchio, F. B., & Chéour, F. (2016). Effects of plyometric training on physical fitness in team sport athletes: a systematic review. *Journal of human kinetics*, 53, 231.
- 9-) Ramírez-de la Cruz, M., Bravo-Sánchez, A., Esteban-García, P., Jiménez, F., & Abián-Vicén, J. (2022). Effects of plyometric training on lower body muscle architecture, tendon structure, stiffness and physical performance: a systematic review and meta-analysis. *Sports medicine-open*, 8(1), 40.
- 10-) Wilk, K. E., Voight, M. L., Keirns, M. A., Gambetta, V., Andrews, J. R., & Dillman, C. J. (1993). Stretch-shortening drills for the upper extremities: theory and clinical application. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 17(5), 225-239.
- 11-) Bruce-Low, S., & Smith, D. (2007). EXPLOSIVE EXERCISES IN SPORTS TRAINING: A CRITICAL REVIEW. *Journal of Exercise Physiology Online*, 10(1).
- 12-) Young WB, Bilby GE. The effect of voluntary effort to influence speed of contraction on strength, muscular power and hypertrophy development. *J Strength Conditioning Res* 1993;7:172-178
- 13-) Palmieri GA. Weight training and repetition speed. *J Appl Sports Sci Res* 1987;1:36-38.
- 14-) Baechle, T. R., & Earle, R. W. (Eds.). (2008). *Essentials of strength training and conditioning*. Human kinetics.

- 15-) Cissik JM. Basic principles of strength training and conditioning. NSCA's Performance Training Journal 2002;1(4):7-11.
- 16-) . Blazeovich AJ, Jenkins DG. Effect of the movement speed of resistance training exercises on sprint and strength performance in concurrently training elite junior sprinters. J Sports Sci. 2002;20(12):981-90.
- 17-) Baker D. Nance S. The relationship between running speed and measures of strength and power in professional rugby league players. J Strength Condition Res 1999; 13: 230-235.
- 18-) Wilson, G.J., R.U. Newton, A.J. Murphy, and B.J. Humphries. The optimal training load for the development of dynamic athletic performance. Med Sci Sports Exerc. 25:1279–1286. 1993
- 19-) Tricoli V., Lamas L., Carnevale R., Ugrinowitsch. Short-term effects on lower-body functional power development: weightlifting vs vertical jump training programmes. J Strength Conditioning Res 2005; 19 (2): 433-437.
- 20-) Nygaard Falch, H., Guldteig Rædergård, H., & van den Tillaar, R. (2019). Effect of different physical training forms on change of direction ability: a systematic review and meta-analysis. *Sports medicine-open*, 5, 1-37.

KUVVET ve KONDİSYON STRATEJİSİNE GÜNCEL BAKIŞ AÇISI
A CURRENT PERSPECTIVE ON FORCE and CONDITION STRATEGY

Aleyna DORUK

Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği

Nihat ALDI

MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu
Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi

Ömer Faruk GÖKÇE

Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Volkan AKTÜRK

Bağımsız Araştırmacı

Melih ERBASA

Çanakkale Geçilmez Spor Kulübü

Alişan AKKAYA

Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi

Aslan DEMİR

Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü

Resul ÖZEL

Malatya Yeşilyurt Gençlik ve İlçe Müdürlüğü, Gençlik ve Spor Bakanlığı

Mehmet Durmuş ÖZGÜL

Malatya Yeşilyurt Gençlik ve İlçe Müdürlüğü, Gençlik ve Spor Bakanlığı

Özet

Son yıllarda kuvvet ve kondisyon antrenmanı yöntemleri sportif yarışma platformlarında ön plana çıkmaktadır. Kuvvet antrenmanlarının birçok farklı versiyonu vardır. Fakat hala bu yöntemlerin tam verimlilik faktörü kuvvet-kondisyon platformlarında bir tartışma konusudur. Kuvvet antrenmanları spor branşı ve sportif yarışma sistemlerine göre sınıflandırılabilir. Farklı kuvvet antrenman sistemleri içerisinde spor branşına en uygun olan sistemi ön plana çıkartmak birçok antrenör ve sporcu için büyük bir önem arz eder. Maksimal kuvvet- crossfit- powerlifting- karmaşık kuvvet antrenmanları- kompleks ve kontrast kuvvet antrenmanları- fonksiyonel kuvvet antrenmanları- olimpik kaldırışlar vb. kuvvet antrenmanları metotları kendi içlerinde sınıflandırılmış ve tartışılmıştır. Bizim bu derleme çalışmada ki amacımız ise bu kuvvet antrenman sistemlerinin süregelen gelen alt yapısının hangi aşamalardan meydana geldiğini gözden geçirmektir.

Anahtar Kelimeler: Kuvvet, Kondisyon, Spor

Abstract

In recent years, strength and conditioning training methods have come to the forefront in sporting competition platforms. There are many different versions of strength training. However, the exact efficiency factor of these methods is still a matter of debate in strength and conditioning platforms. Strength training can be categorised according to sport branch and sport competition systems. Among the different strength training systems, it is of great importance for many coaches and athletes to emphasise the system that is most suitable for the sports branch. Maximal strength- crossfit- powerlifting- complex strength training- complex and contrast strength training- functional strength training- Olympic lifts etc. strength training methods have been classified and discussed within themselves. Our aim in this review study is to review the stages of the ongoing infrastructure of these strength training systems.

Keywords: Strength, Conditioning, Sport

Giriş

Belirli temel ilkelere bağlı kalarak egzersiz programlarınızın istenen kazanımları elde etmesini sağlayabilirsiniz. Bu bildiride ele alınacak ilkeler şunlardır: 1. özgüllük; 2. aşırı yük; ve 3. Aşamalı aşırı yüklenme. İlk ilke, istediğiniz türde kazanımlar elde etmeniz için bir antrenman programı tasarlamakla ilgilidir, çünkü hiçbir şey tesadüfen gerçekleşmez. İkinci ilke, bir antrenmandan diğerine istediğiniz kazanımları elde etmeye devam etmenizi sağlamakla ilgilidir. Son ilke ise sakatlanmadan veya tükenmeden ömür boyu antrenman yaparak kazanımlar elde etmeye devam etmenizi sağlar (Cissik, J. M. 2002). Antrenmanın Özgünlüğü İlkesi Özgünlük ilkesi aldatıcı derecede basittir ve kişinin bir kuvvet antrenmanı programından elde ettiği tüm kazanımları yönlendirir. Özgüllük, vücudun nasıl egzersiz yaptığına göre egzersizden kazanç sağladığını belirtir. Bu ilke önemlidir, çünkü doğru bir şekilde uygulanması istenen kazanımlara yol açacak odaklanmış, verimli, etkili bir programa sahip olmasını sağlayacaktır (NSCA-National Strength & Conditioning Association Ed. 2021). Sonuç olarak bu çalışmada güncel kuvvet kondisyon antrenman yöntemlerinin mekanizmalarını gerçekleştirme süreçlerinin alt yapısını ele almayı hedefleyen bir çalışma tasarlamayı amaçladık.

Metod

Uygunluk Kriterleri

Bu çalışma kuvvet kondisyon veya kondisyon araştırmaları niteliği taşıyan çalışmaların etkinliğini değerlendiren kantitatif nitelikte randomize kontrollü çalışmalar ile tasarlanmıştır. Yalnızca İngilizce ve Türkçe dilindeki hakemli yayınlar ve kitaplar dikkate alınmıştır. Tez veya kongre özetleri şeklinde yayınlanan çalışmalar dahil edilmemiştir.

Bilgi Veri Tabanları

Bu derleme çalışması yapılırken Google Scholar bilimsel veri tabanı kullanılarak konu ile alakalı kırk adet bilimsel kaynak tarandı. Konu ile en alakalı on bir adet bilimsel çalışma ise bu bildiride kullanıldı.

Bulgular

Bir kondisyon programı geliştirirken aşağıdakileri göz önünde bulundurmalısınız: Çalıştırılacak hareketler; Çalıştırılacak kaslar ve eklemler; Çalıştırılacak enerji sistem(ler)i; ve Hareket hızı. Güç ve kondisyon programları atletizmde gerçekleştirilen hareketleri geliştirmek için tasarlanabilir. Bu önemlidir çünkü bir sporcunun performansını artırabilir (Baechle ve ark 2008). Bunu hareketi güçlendirerek yapabilir; ayrıca sporcunun hareketi dirençle uygulamasına izin vererek de bunu başarabilir (Brown, L. E. 2007). Ayrıca, bir sporcunun antrenman süresini en üst düzeye çıkarabileceği ve atletik etkinlikte yaralanmaları önlemeye yardımcı olmak için kullanılabileceği için de önemlidir. Bu konuda yardımcı olması için bir dizi soru dikkate alınmalıdır: 1. Faaliyet ayakta mı gerçekleştiriliyor?

2. Aktiviteyi hangi eklemler gerçekleştiriyor?

3. Eklemler birlikte mi yoksa sırayla mı çalışıyor? Sıralı ise, hareket sırası nedir?

4. Her bir eklem tarafından hangi hareketler gerçekleştiriliyor?

Örneğin, basketbol oyuncularını daha iyi bir dikey sıçrayıcı olmak isterler. Dikey sıçrama ayakta yapılır. Her iki ayak aynı hizada ve yaklaşık kalça genişliğinde açıktır. İniş, kalçaların aşağı ve geriye doğru itilmesiyle ve ardından çeyrek çömelleme elde edilene kadar dizlerin bükülmesiyle gerçekleştirilir (Zatsiorsky ve ark 2020). Çömelmenin alt kısmında çok az duraklama olur veya hiç duraklama olmaz. Sporcu daha sonra patlayıcı bir şekilde dizlerini, kalçalarını uzatır ve ayak bileklerini yerden ayrılana kadar plantar fleksiyona getirir. Tanımlanan hareketle benzerlik gösteren bir dizi egzersiz vardır, bunlar arasında back squat, front squat, power clean, power snatch ve jerk sayılabilir. Bacak uzatma ve bacak kıvrma gibi egzersizler diz fleksörlerini ve ekstansörlerini güçlendirebilirken, yere karşı kuvvet uygulamayı içermezler ve sporcu kalçalarını, dizlerini ve ayak bileklerini birlikte kullanmaya hazırlamazlar (Duehring ve ark 2009). Hareketler önemli olsa da, bir kondisyon programında belirli kaslara veya eklemlere hitap etmek isteyebileceğiniz zamanlar vardır. Bu, sakatlıkları önlemek, sakatlıkları rehabilite etmek veya belirli bir görünüm elde etmek için olabilir. Örneğin, bir beyzbol atıcısı rotator

manşet kaslarını çalıştırmak isteyebilir veya bir sprinter hamstring kaslarına hitap etmek isteyebilir. Belirli kasları, örneğin bir vücut geliştiricinin biceps kasları gibi, görünüm için hipertrofik hale getirmek üzere hedeflemek isteyebilirsiniz. Bir kondisyon programı tasarlamak için hareketler önemli olsa da, belirli kaslara veya eklemlere hitap etmek bazen gerekli olabilir. Hareketlere, kaslara veya eklemlere hitap etmek egzersiz seçimine yardımcı olur (Pearson ve ark 2000). İş yükü, dinlenme ve yoğunluk gibi unsurlar, eğitmek istediğiniz enerji sistem(ler)i tarafından yönlendirilir. Enerji sistemi antrenmanı, atletik performansı artırmak için kritik öneme sahiptir. Genellikle performans, enerji depolarınız ve bunları yenileme yeteneğinizle sınırlıdır ve her ikisi de eğitilebilir. Atletik bir etkinlikte kullanılan enerji sistem(ler)ini geliştirmek için kondisyon programları tasarlayabilirsiniz. Bunu yapmak için aşağıdakileri göz önünde bulundurun: Örneğin, basketbol oyuncularını daha iyi bir dikey sıçrayıcı yapmak isterler(Fragala ve ark 2019). Dikey sıçrama ayakta yapılır. Her iki ayak aynı hizada ve yaklaşık kalça genişliğinde açıktır. İniş, kalçaların aşağı ve geriye doğru itilmesiyle ve ardından çeyrek çömelmeye elde edilene kadar dizlerin bükülmesiyle gerçekleştirilir. Çömelmenin alt kısmında çok az duraklama olur veya hiç duraklama olmaz. Sporcu daha sonra dizlerini kalçalarını patlayıcı bir şekilde uzatır ve ayak bileklerini yerden kesilene kadar plantar fleksiyona getirir. Tarif edilen hareketi ile benzerlikler gösteren bir dizi egzersiz vardır, bunlar 1. Etkinlik ne kadar sürüyor? 2. Etkinlik sürekli olarak mı gerçekleştiriliyor? Yoksa sporcu dinleniyor mu? 3. Eğer etkinlik sürekli değilse sporcu dinlenmeden önce ne kadar zamanını hareket ederek geçiriyor? Bir etkinliğin ne kadar sürdüğünü incelemek, hangi enerji sistem(ler)inin performansa katkıda bulunduğunu belirlemenize yardımcı olacaktır (Weldon ve ark 2022). Örneğin, iki dakika boyunca yapılan bir mekik testi, enerji için büyük ölçüde glikolize dayanacak ve performans laktik asit birikimi ile sınırlanacaktır. On saniye süren yüz metrelik bir sprint büyük ölçüde mevcut ATP depolarına dayanacak ve eldeki miktar ile sınırlanacaktır. Ancak etkinliğin uzunluğu aldatıcı olabilir. Örneğin, bir futbol maçı iki saat sürebilir. Sadece sürenin uzunluğuna bakmak, aerobik enerji sisteminin futbolcular için eğitilmesi gerektiğini gösteriyor gibi görünebilir. Bu durumda sporcuların sürekli hareket edip etmedikleri göz önünde bulundurulmalıdır. Futbol söz konusu olduğunda cevap hayırdır, sporcular oyun aralarında dinlenir ve enerji depolarını geri kazanma şansına sahip olurlar. Bu durumda, sporcunun dinlenmek için almadan önce gerçekte ne kadar süre hareket ettiğini düşünmek gerekir (Lloyd ve Oliver, 2013). Ortalama bir oyun sadece beş ya da altı saniye sürebilir, bu da sporun öncelikle kaslardaki ATP seviyelerine bağlı olduğunu gösterir. Enerji sistemi antrenmanı önemli bir husustur çünkü ne kadar ağırlık kullanılacağını, kaç tekrar yapılacağını ve toparlanma süresini belirlemeye yardımcı olur. ATP depolarını artırmakla ilgileniyorsanız, antrenman ağır ağırlık,

düşük tekrarlar ve çok fazla dinlenme içerecektir. Glikolitik antrenman orta düzeyde tekrarlar, orta düzeyde ağırlık ve az dinlenme içerir. Aerobik antrenman ise daha hafif ağırlıklar, çok sayıda tekrar ve hiç dinlenmeme anlamına gelir. Özgüllükle ilgili son bir husus da hareketin hızıyla ilgilidir. Egzersizden elde edilen kazanımlar, egzersizlerin gerçekleştirildiği hızlara özgüdür. Egzersizler yavaş hızlarda yapılırsa, yavaş hızlarda daha güçlü oluruz; ancak daha yüksek hızlara çok az transfer olur. Egzersizler daha yüksek hızlarda yapılırsa, daha yüksek hızlarda daha güçlü oluruz. Bu atletizm için önemlidir çünkü çok az spor dalı yavaş hızlarda yapılır. Yüksek hızlarda yapılan bir spor için kondisyon programı tasarlıyorsanız, sporcuları yüksek hızlarda daha güçlü hale getiren egzersizleri dahil etmeniz gerekecektir. Bunlar arasında Olimpik tarzdaki kaldırışların varyasyonları (clean, snatch ve jerk), pliometrik egzersizler ve sprintler gibi şeyler yer alır. Özgünlük ilkesi önemlidir çünkü hangi kazanımların elde edileceğini belirler. Bir sonraki ilke önemlidir çünkü antrenmanınızdan kazanımlar elde etmeye devam etmenizi sağlar (Gamble, 2015).

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak kuvvet antrenmanlarında olimpik kaldırışların ve farklı hızlarda yapılan egzersizlerin farklı kuvvet prensipleri üzerinde etkili olduğu söylenebilir. Ayrıca kuvvet prensiplerinin başarılı olabilmesi için temel uygulama evrelerine hakim olmak gerekmektedir. Bir diğer etkin faktörün ise dinlenme evreleri olduğu söylenebilir. Ayrıca enerji sistemleri de önemli bir faktör olarak belirtilebilir. Ayrıca bir diğer etkin faktörlerden birinin de kas grupları olduğu varsayılabilir. Ancak bu evrelere temel kazanım ilkeleri ile gelinebileceği de belirtilebilir.

KAYNAKÇA

- 1-) Cissik, J. M. (2002). Basic principles of strength training and conditioning. *NSCA's Performance Training Journal*, 1(4), 7-11.
- 2-) NSCA-National Strength & Conditioning Association (Ed.). (2021). *Essentials of strength training and conditioning*. Human kinetics.
- 3-) Baechle, T. R., & Earle, R. W. (Eds.). (2008). *Essentials of strength training and conditioning*. Human kinetics.
- 4-) Brown, L. E. (2007). *Strength training*. Human Kinetics.

- 5-) Zatsiorsky, V. M., Kraemer, W. J., & Fry, A. C. (2020). *Science and practice of strength training*. Human kinetics.
- 6-) Duehring, M. D., Feldmann, C. R., & Ebben, W. P. (2009). Strength and conditioning practices of United States high school strength and conditioning coaches. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(8), 2188-2203.
- 7-) Pearson, D., Faigenbaum, A., Conley, M., & Kraemer, W. J. (2000). The National Strength and Conditioning Association's basic guidelines for the resistance training of athletes. *Strength & Conditioning Journal*, 22(4), 14.
- 8-) Fragala, M. S., Cadore, E. L., Dorgo, S., Izquierdo, M., Kraemer, W. J., Peterson, M. D., & Ryan, E. D. (2019). Resistance training for older adults: position statement from the national strength and conditioning association. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 33(8).
- 9-) Weldon, A., Duncan, M. J., Turner, A., Lockie, R. G., & Loturco, I. (2022). Practices of strength and conditioning coaches in professional sports: a systematic review. *Biology of Sport*, 39(3), 715-726.
- 10-) Lloyd, R. S., & Oliver, J. (2013). *Strength and conditioning for young athletes*. Abingdon: Taylor & Francis.
- 11-) Gamble, P. (2015). 'Strength and conditioning' theory and practice-a need to know. *New Zealand Journal of Sports Medicine*, 41(1), 24-7.

**TEKVANDO SPORCULARINDA PATLAYICI KUVVETİN YARARLARI:
SİSTEMATİK DERLEME
BENEFITS OF EXPLOSIVE FORCE IN TAEKWONDO ATHLETES: A SYSTEMATIC
REVIEW**

Ömer Faruk GÖKÇE
Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Yalçın AYDIN
Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri

Ayşegül BEYKUMÜL
Gazi Üniversitesi

Mehmet KAYA
Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Ümit Erkan TUNÇ
MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu

Özet

Tekvando, dünya çapında yayılan çarpıcı bir dövüş sporudur. Yoğun yükleri sürdürmeyi ve dövüş sporu müsabakalarının fizyolojik ve fiziksel taleplerine uygun şekilde yanıt vermeyi amaçlayan sporcuların fiziksel zindeliğini optimize etmek için çeşitli eğitim biçimleri araştırılmıştır. Dövüş sporunun doğası ve talepleri nedeniyle, sprint aralıklı antrenman tekrarlı sprint antrenmanı ve yüksek yoğunluklu aralıklı antrenmanı patlayıcı kuvveti arttırdığı için genellikle tekvando antrenörleri tarafından reçete edilmiş ve uygulanmıştır. Son sistematik incelemeler, patlayıcı kuvvetin yetişkin dövüş sporları sporcularının aerobik ve anaerobik güç ve kapasitesini iyileştirmede etkili olduğunu bildirmiştir. Ayrıca patlayıcı kuvvet antrenmanlarının tekvando sporcuları ile yapılan başka bir incelemede, patlayıcı kuvvet protokollerinin ergen sporcularda uygulanabilir olabileceğini ve spora özgü beceri eğitime eklendiğinde aerobik ve anaerobik performansı iyileştirmek için etkili bir strateji olduğu bildirildiğini öne sürmüştür. Literatür araştırması yapıldığı zaman yakın tarihli bir başka çalışmada patlayıcı kuvvet antrenmanlarının ergen sporcularda 20 metre sprint becerisini geliştirdiğini, VO2max parametresini arttırdığını, çeviklik parametresini arttırdığını ayrıca tekvando sporuna özgü teknik kapasiteyi arttırdığı görülmüştür. Sonuç olarak tekvando ve patlayıcı kuvvet arasında ki ilişkiyi görmek için bu sistematik derleme çalışmasının plandık. Konu ile alakalı Google akademik bilimsel veri tabanında 40 makale bulduk ve sadece 10 tane ilgili olan çalışmayı baz aldık. Bunun sonucunda Tekvando sporcularında patlayıcı kuvvetin artmasına bağlı olarak 20 metre sprint becerisini geliştirdiğini, VO2max parametresini arttırdığını, çeviklik parametresini arttırdığını ayrıca tekvando sporuna özgü teknik kapasiteyi arttırdığını gördük.

Anahtar Kelimeler: Tekvando, Patlayıcı Kuvvet, Müsabaka

Abstract

Taekwondo is a striking combat sport that has spread worldwide. Various forms of training have been investigated to optimise the physical fitness of athletes aiming to sustain intense loads and respond appropriately to the physiological and physical demands of combat sport competitions. Due to the nature and demands of combat sport, sprint interval training repetitive sprint training and high-intensity interval training have often been prescribed and implemented by taekwondo coaches as they increase explosive strength. Recent systematic reviews have reported that explosive strength is effective in improving aerobic and anaerobic power and capacity of adult combat sports athletes. Furthermore, another review of explosive strength training with taekwondo athletes suggested that explosive strength protocols may be applicable in adolescent athletes and have been reported to be an effective strategy for improving aerobic and anaerobic performance when added to sport-specific skills training. When the literature was searched, another recent study showed that explosive strength training improved 20-metre sprint skill, increased VO₂max parameter, increased agility parameter and increased technical capacity specific to taekwondo sport in adolescent athletes. As a result, we planned this systematic review study to see the relationship between taekwondo and explosive strength. We found 40 articles on the subject in the Google academic scientific database and only 10 related studies. As a result, we have seen that Taekwondo athletes improve the 20-metre sprint skill, increase the VO₂max parameter, increase the agility parameter, and increase the technical capacity specific to Taekwondo sport due to the increase in explosive strength.

Keywords: Taekwondo, Explosive Strength, Competition

PATLAYICI GÜÇ ANTRENMANLARINA GÜNCEL BAKIŞ AÇISI **CURRENT PERSPECTIVE ON EXPLOSIVE STRENGTH TRAINING**

Zehra KAYA

Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü

Caner AYGÖREN

Munzur Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Lisans Üstü Eğitim Enstitüsü
Orcid: 0000- 00 02-8336-7144

Yalçın AYDIN

Malatya Turgut Özal Üniversitesi Egzersiz ve Spor Bilimleri

Ayşegül BEYKUMUL

Gazi Üniversitesi

Nihat Aldı

MALATYA / PÜTÜRGE - Pötürge İmam Hatip Ortaokulu

Mehmet Deniz ŞAHİN

Malatya Turgut Özal Tıp Merkezi

Özet

Patlayıcı kuvvet antrenmanları günümüz sportif faaliyetlerinde ve müsabaka sistemlerinde büyük bir önem arz eder. Birçok sportif branşta hızlı ve aynı zaman da yüksek kuvvet üretme mekanizmasına sahip farklı aksiyonlar yer almaktadır. Bu temel prensip ise patlayıcı güç unsurunun incelenmesini ve temel yapı taşlarının neler olduğunu incelememize olanak sağlar. Ayrıca patlayıcı kuvvet ile ilgili literatür de çok sayıda kaynak vardır fakat birçok kaynak birbiri ile farklılık göstermektedir. Özellikle pliometrik antrenman prensiplerinin ve esneme kısalma döngülerinin patlayıcı kuvvet üzerinde önemli etkilerinin olduğu yapılan birçok bilimsel araştırmada belirtilmiştir. Fakat bu egzersizlerin ve kasılma çeşitlerinin birbiri ile olan ilişkileri detaylı bir şekilde ele alınmamıştır. Ayrıca patlayıcı güç antrenmanlarının sinir sistemi ile ilişkisi ve sinir sisteminin patlayıcı güç unsuruna kattığı pozitif etkiler incelenmemiştir. Bu çalışmamızın sonucunda patlayıcı güç prensibinin sürat, hız, güç ve kuvvet parametreleri ile doğrudan ilişkili olduğunu gördük. Sonuç olarak patlayıcı güç ile birçok atletik performans parametrelerinin etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Patlayıcı Güç, Pliometrik Egzersiz, Atletik Performans

Abstract

Explosive force training is of great importance in today's sporting activities and competition systems. In many sports branches, there are different actions that have a fast and at the same

time high force generation mechanism. This basic principle allows us to examine the explosive power element and examine what the basic building blocks are. In addition, there are many sources in the literature on explosive power, but many sources differ from each other. Especially plyometric training principles and stretching shortening cycles have significant effects on explosive power in many scientific studies. However, the relationship between these exercises and contraction types has not been discussed in detail. In addition, the relationship of explosive power training with the nervous system and the positive effects of the nervous system on explosive power have not been examined. As a result of this study, we found that the principle of explosive power is directly related to the parameters of speed, velocity, power and strength. As a result, it can be said that explosive power and many athletic performance parameters are effective.

Keywords: Explosive Power, Plyometric Exercise, Athletic Performance

Giriş

Patlayıcı tip güç antrenmanı genellikle yetişkinlerde ve genç sporcularda atletik performans için nöromüsküler nitelikleri yani maksimum sprint hızı, kas patlayıcı gücü geliştirmek için kullanılır (Mikkola ve ark, 2007). Bir başka tanıma göre patlayıcı kuvvet, kuvveti veya torku düşük veya dinlenme seviyesinden ve günlük yaşam aktivitelerinin (oturarak ayağa kalkma, hızlı yürüme) performansı için önemli olduğu yaygın olarak kabul edilir. Dahası, patlayıcı kuvvet, tork geliştirme süresinin sınırlı olduğu durumlarda, örneğin düşmelerin önlenmesinde önemli kabul edilir (Pijnappels ve ark, 2008). Mümkün olduğunca patlayıcı bir şekilde gerçekleştirilen kısa, hızlı kasılmalarla yapılan patlayıcı güç eğitimi, patlayıcı güç geliştirmede (yani, hızlı, patlayıcı kuvvet üretimi) en etkiliydi ve yüksek yüklerde sürdürülen kasılmalarla yapılan ancak kuvveti hızla üretmeye vurgu yapılmayan maksimum güç eğitimi, maksimum güç geliştirmede üstün olduğu söylenebilir (Balshaw ve ark, 2016). Güç eğitimi patlayıcı faz nöromüsküler aktivasyonunu arttırdığı söylenebilir (Tillin ve Folland, 2014). Patlayıcı gücün bilinen belirleyicileri olan bir dizi adaptasyonu kademeli olarak ortaya çıkarır örneğin, artan kas boyutu ve maksimum güç (Erskine ve ark, 2014). Patlayıcı güç geliştirme için optimum plyometrik eğitim tasarımlarının da etkili olduğu söylenebilir (Bartholomew ve ark, 1985). Patlayıcı kuvvetin gelişmesinde alt ekstremité kasları tarafından kas gücü çıktısı üretme yeteneği önemli rol oynar (McClenton ve ark, 2008). Plyometrik antrenman, kasların ve bağ dokularının elastik potansiyel enerjiyi tam olarak depolayabilmesi ve ardından germe refleks ilkesini kullanarak anında ve hızlı bir şekilde konsantrik olarak kasılması, depolanan elastik potansiyel enerjiyi serbest bırakması ve güçlü patlayıcı güç üretmesi için kas konsantrik

kasılması ve eksantrik kasılmasının karşılıklı koordinasyonunu kullanır (Slimani ve ark, 2016). Patlayıcı güç, spor performansını doğrudan etkileyen anlık kas gücüdür; Patlayıcı kuvvetin kalitesi spor performansının anahtarı olduğu söylenebilir (Ramírez-delaCruz ve ark, 2022). Ayrıca patlayıcı kuvvet egzersizlerinde önceden uzatma veya tersine çevirme hareketi ve tam bir germe-kısaltma döngüsü içeren hızlı kasılma türlerinin önemli bir faktör olduğu söylenebilir (Wilk ve ark, 1993). Sonuç olarak bu çalışmamız da patlayıcı kuvvet antrenman sistemlerinin temel bileşenlerini araştırmayı amaçladık.

METOD

Uygunluk Kriterleri

Bu çalışma patlayıcı gücün temel prensipleri üzerine etkileri veya patlayıcı güç araştırmaları niteliği taşıyan çalışmaların etkinliğini değerlendiren kantitatif nitelikte randomize kontrollü çalışmalar ile tasarlanmıştır. Yalnızca İngilizce ve Türkçe dilindeki hakemli yayınlar ve kitaplar dikkate alınmıştır. Tez veya kongre özetleri şeklinde yayınlanan çalışmalar dahil edilmemiştir.

Bilgi Veri Tabanları

Bu derleme çalışması yapılırken Google Scholar bilimsel veri tabanı kullanılarak konu ile alakalı 60 bilimsel kaynak tarandı. Konu ile en alakalı yirmi adet bilimsel çalışma ise bu bildiride kullanıldı.

Bulgular

Patlayıcı Gücün Performans Üzerine Etkileri

Bruce-Low, ve Smith (2007) göre hızlı hareketler ROM'un(Hareket Eklem Açıklığı) çoğu boyunca yavaş hareketler kadar kas gerginliği sağlamaz, bu da 'patlayıcı' egzersizlerle yapılanlar gibi daha hızlı tekrarların bir kasın tam ROM'u boyunca optimal güç artışı sağlamayabileceğini düşündürmektedir. Young ve Bilby (1993) yaptıkları araştırma sonucunda Patlayıcı halter squatları izometrik zirve kuvveti, dikey sıçrama, uyluk çevresi ve kas kalınlığını önemli ölçüde artırdığı görülmüştür. Palmieri (1987) Patlayıcı egzersizlerin kas kuvveti, güç veya hipertrofiyi artırdığı görülmektedir. Baechle ve Earle (2008) Çoğu spor yüksek hızda kas kasılmaları içerdiğinden, yüksek hızda yapılan ağırlık antrenmanlarının sporcuları spor performansına yavaş ağırlık antrenmanlarından daha iyi hazırlayacağı iddia edilmiştir. " Cissik (2002) tarafından şu şekilde özetlenmiştir: "Eğer bir egzersiz yavaş hızlarda yapılırsa, yavaş

hızlarda daha güçlü oluruz. Ancak, daha yüksek hızlara çok az transfer olur. Egzersizler daha yüksek hızlarda yapılırsa, daha yüksek hızlarda daha güçlü oluruz. Blazeovich ve Jenkins (2002), yüksek hız grubu için %30-50 1RM ve düşük hız grubu için %70-90 1RM kullanarak kalça fleksiyonu ve ekstansiyonu, diz ekstansiyonu ve fleksiyonu ve çömelmede yavaş ve patlayıcı antrenman hızlarını incelemiştir. Bu belirtilen 1RM'ler de patlayıcı antrenman sistemlerine referans olabilir. Antrenman transferi konusunun önemi göz önüne alındığında, Baker ve Nance'in Olimpik kaldırış ve sprint performansı arasındaki ilişkiyi araştıran çalışması (1999) özellikle ilginçtir. Eğitimli Avustralyalı rugby ligi oyuncularını (n = 20) kullanarak, hang clean ile sprint performansı arasında sadece zayıf korelasyonlar gözlemlendiler (10m sprint için $r = -0,34$ ve 40m sprint için $r = -0,24$). Bu nedenle, belirleme katsayıları (r^2) .12 ve .06, 10m ve 40m sprintteki varyansın sırasıyla yalnızca %12 ve %6'sının hang clean performansı ile ilişkili olduğunu göstermektedir. Dolayısıyla, pratik açıdan bu, Olimpik stil kaldırıştan sprint performansına önemli ölçüde aktarım olduğu varsayımının yanlış olduğunu göstermektedir; aslında çok az aktarım vardır. Wilson ve arkadaşları (1993) deneyimli antrenörlerle 10 hafta boyunca haftada iki kez gerçekleştirilen geleneksel direnç antrenmanı (3-6 set 6-10 RM squat), pliometrik antrenman ve patlayıcı antrenmanın (yükü sıçramalı squat) etkilerini karşılaştırmıştır. Geleneksel ve patlayıcı gruplar, 6 saniyelik döngü testinde zirve gücü eşit oranda geliştirmiştir. Tricoli, Lamas, Carnevale ve Ugrinowitsch (2005), patlayıcı kuvvet antrenmanlarının sprint (10m ve 30m), çeviklik, squat jump, karşı hareketle sıçrama ve yarım squat 1RM'yi içeren bir test bataryasındaki değişikliklerle ölçülen performansta artışlar gözlemlenmiştir. Nygaard Falch ve ark (2019) Patlayıcı güç, hız ve çeviklik, performans için temel yönlerdir, çünkü maçlarda ani veya beklenmedik sıçramalar, yön değiştirmeler, hızlanmalar ve yavaşlamalar gibi yüksek hızlı ve kısa süreli hareketler gibi farklı eylemleri gerçekleştirmenin temelini oluştururlar.

Sonuç ve Öneriler

Patlayıcı kuvvet antrenmanları atletik performans ve kondisyon unsurları için çok önemli bir unsurdur. Fakat patlayıcı kuvvet antrenmanları yapılırken özellikle set ve tekrar sayılarına çok dikkat edilmelidir. Ayrıca bir diğer husus ise patlayıcı kuvvet antrenmanları tasarlanırken 1RM yüzdelerine çok dikkat edilmelidir. %30-50 arası yapılan çalışmalar vardır ayrıca %30-60 ve ayrıca %40-70 arası yapılan çalışmalar patlayıcı güç antrenman prensiplerine girer. Yine patlayıcı güç antrenmanlarında pliometrik antrenmanlar çok ve sprint antrenmanları çok önemlidir denilebilir. Ayrıca patlayıcı güç antrenmanlarında esneme ve kısılma döngüsü

sistemine gerekli önem verilmelidir. Patlayıcı güç antrenmanlarında ağır yükler yerine orta ve daha az yükler tercih edilmelidir.

KAYNAKÇA

- 1-) Mikkola, J, Rusko, H, Nummela, A, Pollari, T, and Häkkinen, K. Concurrent endurance and explosive type strength training improves neuromuscular and anaerobic characteristics in young distance runners. *Int J Sports Med* 28: 602-611, 2007
- 2-) Pijnappels M, van der Burg PJCE, Reeves ND, van Dieën JH. Identification of elderly fallers by muscle strength measures. *Eur J Appl Physiol*. 2008; **102**(5): 585-592.
- 3-) Balshaw TG, Massey GJ, Maden-Wilkinson TM, Tillin NA, Folland JP. Training specific functional, neural and hypertrophic adaptations to explosive- vs. sustained-contraction strength training. *J Appl Physiol*. 2016; **120**(11): 1364-1373.
- 4-) Tillin NA, Folland JP. Maximal and explosive strength training elicit distinct neuromuscular adaptations, specific to the training stimulus. *Eur J Appl Physiol*. 2014; **114**(2): 365-374.
- 5-) Erskine RM, Fletcher G, Folland JP. The contribution of muscle hypertrophy to strength changes following resistance training. *Eur J Appl Physiol*. 2014; **114**(6): 1239-1249.
- 6-) Bartholomew SA. Plyometrics and Vertical Jump Training. Master's Thesis, University of North Carolina, Chapel Hill, 1985.
- 7-) McClenton LS, Brown LE, Coburn JW, Kersey RD. The effect of short-term vertiMax vs. depth jump training on vertical jump performance. *J Strength Cond Res* 22: 321–325, 2008.
- 8-) Slimani, M., Chamari, K., Miarka, B., Del Vecchio, F. B., & Chéour, F. (2016). Effects of plyometric training on physical fitness in team sport athletes: a systematic review. *Journal of human kinetics*, 53, 231.
- 9-) Ramírez-delaCruz, M., Bravo-Sánchez, A., Esteban-García, P., Jiménez, F., & Abián-Vicén, J. (2022). Effects of plyometric training on lower body muscle architecture, tendon structure, stiffness and physical performance: a systematic review and meta-analysis. *Sports medicine-open*, 8(1), 40.
- 10-) Wilk, K. E., Voight, M. L., Keirns, M. A., Gambetta, V., Andrews, J. R., & Dillman, C. J. (1993). Stretch-shortening drills for the upper extremities: theory and clinical application. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 17(5), 225-239.

- 11-) Bruce-Low, S., & Smith, D. (2007). EXPLOSIVE EXERCISES IN SPORTS TRAINING: A CRITICAL REVIEW. *Journal of Exercise Physiology Online*, 10(1).
- 12-) Young WB, Bilby GE. The effect of voluntary effort to influence speed of contraction on strength, muscular power and hypertrophy development. *J Strength Conditioning Res* 1993;7:172-178
- 13-) Palmieri GA. Weight training and repetition speed. *J Appl Sports Sci Res* 1987;1:36-38.
- 14-) Baechle, T. R., & Earle, R. W. (Eds.). (2008). *Essentials of strength training and conditioning*. Human kinetics.
- 15-) Cissik JM. Basic principles of strength training and conditioning. *NSCA's Performance Training Journal* 2002;1(4):7-11.
- 16-) . Blazeovich AJ, Jenkins DG. Effect of the movement speed of resistance training exercises on sprint and strength performance in concurrently training elite junior sprinters. *J Sports Sci*. 2002;20(12):981-90.
- 17-) Baker D. Nance S. The relationship between running speed and measures of strength and power in professional rugby league players. *J Strength Condition Res* 1999; 13: 230-235.
- 18-) Wilson, G.J., R.U. Newton, A.J. Murphy, and B.J. Humphries. The optimal training load for the development of dynamic athletic performance. *Med Sci Sports Exerc*. 25:1279–1286. 1993
- 19-) Tricoli V., Lamas L., Carnevale R., Ugrinowitsch. Short-term effects on lower-body functional power development: weightlifting vs vertical jump training programmes. *J Strength Conditioning Res* 2005; 19 (2): 433-437.
- 20-) Nygaard Falch, H., Guldteig Rædergård, H., & van den Tillaar, R. (2019). Effect of different physical training forms on change of direction ability: a systematic review and meta-analysis. *Sports medicine-open*, 5, 1-37.

KARATE SPORUNUN SAĞLIK ve PERFORMANS ÜZERİNE ETKİSİ THE EFFECT OF KARATE ON HEALTH AND PERFORMANCE

Ali DEMİRBAŞ

Türkiye Karate Federasyonu Eğitim Kurulu Başkanı

Özet

Karate branşı birçok farklı amaç için çok yönlü icra edilen bir spor branşıdır. Bu yüzden dünya çapında karate sporu ile uğraşan birey sayısı günden güne artmaktadır. Karate sporu bir savunma sporu mekanizmasının yanında ayrıca sağlık parametrelerini iyileştirme ve sportif performansı arttırmaya imkan sağlar. Ayrıca karate sporu birçok farklı fizyolojik sistem üzerinde de pozitif etkilere sahiptir. Karate sporunda birçok yaş gurubu ve kategori vardır. Ve yapılan araştırmalar bize karate sporunun her yaş gurubu ve kategori üzerinde olumlu etkilerinin olduğunu varsaymıştır. Ayrıca karate sporu sadece fiziksel sağlığın yanı sıra ruhsal sağlık üzerin de de iyileştirici ve geliştirici bir etkiye sahiptir. Biz bu çalışmamız da karate sporunun insan performansı ve sağlığı üzerinde ki olumlu ve pozitif yönlü etkilerini ortaya ve ön plana çıkartmayı amaçladık.

Anahtar Kelimeler: Karate, Performans, Sağlık

Abstract

Karate is a versatile sport branch for many different purposes. For this reason, the number of individuals engaged in karate sports worldwide is increasing day by day. In addition to being a defence sport mechanism, karate sport also provides the opportunity to improve health parameters and increase sportive performance. In addition, karate sport has positive effects on many different physiological systems. There are many age groups and categories in karate sport. And research has shown that karate has positive effects on all age groups and categories. In addition, karate sport has a healing and improving effect not only on physical health but also on mental health. In this study, we aimed to reveal and highlight the positive and positive effects of karate sport on human performance and health.

Keywords: Karate, Health, Performance

Giriş

Karate, uzun süredir uygulanan uygulamasının insan performansı üzerindeki etkilerine ancak yakın zamanda bilimsel topluluğun ilgisini çekmiştir(Lygouras ve Tsinakos, 2024). Bu nedenle, örneğin farklı yarışma türlerinin (kata ve kumite) enerji talebi, erkek ve kadın sporcular arasındaki farklılıklar ve özel uygulamaların (kata ve kumite yarışmacıları) etkisi gibi konuları açıklığa kavuşturmak için daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır (Vando ver ark,). Denge, ister statik (yani hareketsiz vücut) ister dinamik (yani hareket halindeyken) olsun, sporcunun temel motor becerilerini optimize etmek ve geliştirmek için son derece önemlidir (Violan vd., 1997). Bu bağlamda, karatenin denge kontrolünü geliştirmek için etkili bir uyarıcı olduğu gösterilmiştir (Filingeri vd., 2012). Karate eğitiminin avantajları çok çeşitlidir. Bunlara uygulayıcıların doğu gevşeme tekniklerini deneyimleme potansiyeli ve aktif dinlenme ve gevşeme fırsatı dahildir. Dahası, bedenin ve zihnin sistematik eğitimi, kendini gerçekleştirme

ve fiziksel ve ruhsal sağlıkta iyileştirmeler için fırsatlar sağlar. Ek olarak, bireysel kısa vadeli hedefler belirlemek mümkündür ve bunların başarılması söz konusu bireye bağlıdır. Ek olarak, dikkati, i huzuru ve duygusal kontrolü sürdürmeyi öğrenmenin önemi vurgulanır (Siek ve ark,1988). Ek olarak, kendini savunma tekniklerinin pratik bilgisi ve kendine ve başkalarına nasıl yardım edileceği de vurgulanır. Dahası, farklı bir kültür ve felsefi gelenekle ilgili bilgi edinmenin önemli bir değeri vardır çünkü farklı bakış açılarına ve bireylere karşı hoşgörü ve saygının gelişimini teşvik eder. Ayrıca, tanımlanmış bir hiyerarşiye sahip bir grupta işlev görmek, kişinin kendi ve başkalarının ilerlemesini izlemek ve kişinin eksikliklerini tanımak da önemlidir. Ek olarak, kişinin yeteneklerini test etme amacıyla adil oyun temelinde spor müsabakalarına katılım fırsatları mevcuttur (Witkowski ve ark, 2017). Bu, ardışık eğitim dereceleri elde etmenin verdiği memnuniyeti ifade eder ve bu da spor kupalarından gelen sevinç anlarını verir. Dahası, hayatın diğer alanlarında başarıya ulaşmak için harekete geçirici bir faktör görevi görür (Fuller, 1988). Sonuç olarak biz bu alışmamızda Karate sporunun isan sağlığı ve sportif performans üzerine olumlu etkilerini araştırmayı amaçladık.

Metod

Uygunluk Kriterleri

Bu alışma Karatenin performans üzerine etkileri veya Karate araştırmaları niteliği taşıyan çalışmaların etkinliğini değerlendiren kantitatif nitelikte randomize kontrollü çalışmalar ile tasarlanmıştır. Yalnızca İngilizce ve Türkçe dilindeki hakemli yayınlar ve kitaplar dikkate alınmıştır. Tez veya kongre zetleri şeklinde yayınlanan çalışmalar dahil edilmemiştir.

Bilgi Veri Tabanları

Bu derleme çalışması yapılırken Google Scholar bilimsel veri tabanı kullanılarak konu ile alakalı yirmi sekiz bilimsel kaynak tarandı. Konu ile en alakalı on bir adet bilimsel çalışma ise bu bildiride kullanıldı.

Bulgular

Karatenin sağlık üzerine faydaları

Karate sporu bireyin aerobik ve anaerobik kapasitelerinde olumlu artışlar meydana getiriyor. Ayrıca genel olarak bakıldığı zaman VO₂ max oksijen tüketim kapasitesini arttırıyor. Ayrıca yapılan bilimsel araştırmalar karate sporcunun laktat toleransı üzerine de olumlu etkilerinin

olduğunu vurguluyor. Ayrıca karate sporunun bazı immünolojik parametreler üzerine de olumlu etkilerinin olduğu yapılan çalışmalar sonucundan görülmüştür. Karate sporcuları, artmış monosit oranı ve yükselmiş serum IgG ve IgM konsantrasyonları ile birlikte önemli ölçüde yüksek toplam lökosit, monosit ve lenfosit seviyeleri sergiledi. Bu gözlemlere dayanarak, uzun süreli karate eğitiminin toplam ve spesifik lökosit sayımları ile immünoglobulin konsantrasyonlarını kapsayan immünolojik parametrelerin modülasyonu üzerinde derin bir etki uyguladığı varsayılmıştır (Manzaneque ve ark, 2018). Ayrıca karate sporunun çocuklar üzerinde de pozitif etkileri bulunmaktadır. Karate eğitiminin çocukların fiziksel uygunluğunu önemli ölçüde şekillendirdiğini göstermektedir. Karate sporu alt gövdenin quadriceps ve popliteal tendonunun izometrik gücünü ve kuvvetini, ayrıca karate sporcularının kalça ve diz esnekliğini doğruladı. Bulgular, ileri seviye karate sporcularının kalça fleksiyonunda, kalça ekstansörlerinde ve kalça rotasyonunda belirgin bir gelişme gösterdiğini gösterdi. Buna karşılık, elit karate sporcuları quadriceps ve popliteal tendonlarında en büyük gücü sergilediler ve eğitim almayanlara göre önemli ölçüde daha yüksek quadriceps tepe tork değerleri gösterdiler. Karate eğitiminin, 35 kilolu ve obez ergen ile 35 antrenman yapmayan ergen arasındaki kardiyometabolik parametreler, oksidatif stres ve inflamasyon üzerindeki etkisini araştırdı. Sonuçlar, karate grubunun dinlenme kalp atış hızında, yüksek yoğunluklu lipoprotein kolesterolünde ve trigliseritlerde bir azalma ve düşük yoğunluklu lipoprotein kolesterolünde bir artış gösterdiğini, deneyin başlangıcından önceki temel ölçümlerle karşılaştırıldığında gösterdi (de Souza ve ark, 2021).

Karate'nin Performans Üzerine Etkileri

Günümüzde WKF karate yarışmaları, sporcunun fiziksel ve fizyolojik profili ile spor performansının özelliklerine göre farklılık gösteren kata ve kumite olmak üzere iki disiplinde düzenlenmektedir. Kata sporcuları, kumite sporcularına kıyasla daha fazla anaerobik dayanıklılık ve daha düşük aerobik dayanıklılık katkısı ile karakterize edilir. Dahası, hareket kalıplarının ve tekniklerin özgülünde daha fazla fark bulunabilir. Kata, jüri tarafından kata rutininin sonuna kadar hiçbir kesinti yapılmadan, durumsal koşullar altında aynı şekilde maksimum yoğunlukta gerçekleştirilen önceden belirlenmiş bir karate teknikleri dizisidir. Dahası, tipik bir kata eğitimi, kihon, kihon-kata, kata dizileri ve tam kata performansı olmak üzere dört ana karateye özgü bölümden oluşur. Öte yandan kumite, hakemlerin puanları/cezaları duyurmak için kesintiye uğradığı aralıklı bir aktivitedir ve yumruk ve tekmelerin hem sıklığı hem de seçimi teknik ve taktik becerilere, rakibin baskısına ve/veya zamana ve puana bağlıdır. Ayrıca kumite eğitimi, esas olarak farklı taktik kombinasyonlarda birleştirilmiş savunma ve

saldırı tekniklerine odaklanan farklı karate eğitimi özgülüğünü içerir (Tabben ve ark, 2019). Kata performansının etkinliği ile ilişkili olan kritik unsur , sporcunun statik ve dinamik hareketler sırasında biyomekanik dengeyi korumasını sağlayan vücudun alışılmış pozisyonu olarak tanımlanan vücut duruşudur. Farklı vücut segmentleri ve sistemleri arasında, uygun vücut duruşunun kritik bir göstergesi pelvik eğim ve anteroposterior spinal eğriliklerin şekli, yani kifoz ve lordoz ve sagittal ve frontal düzlemlerde birbirleri arasındaki simetridir. Dahası, hem statik hem de dinamik stabilizasyon yapıları arasındaki etkileşim, hem spinal eğriliklerde hem de omuz ve kalça kuşaklarında biyomekanik hareket aralığını (ROM) etkiler. Bu nedenle, eklemlerin azalmış ROM'u ile birlikte duruş bozuklukları, karateka tarafından gerçekleştirilen hücum ve savunma tekniklerinin ürettiği hız ve güç seviyesini azaltabilir (Lugo ve ark, 2008). Karate simetrik ve karmaşık bir spor olsa da [9], kata performansının özgülüğü asimetrik hareket kalıplarını da içerir. Bu nedenle, elit seviyedeki sporcular, aynı spora özgü hareketlerin (dışsal telafi) [14] birden fazla tekrarı ile indüklenen adaptif ve sonrasında telafi edici değişikliklerin bir sonucu olarak hem kas hem de iskelet sistemlerinde bozukluklar gösterebilirler. Dahası, kas-iskelet sistemi işlevinden sorumlu temel mekanizmalar bozulduğunda, karatekaların biyomekanik yapılarda telafi edici ve sonrasında adaptif değişikliklere yatkın olmaları da muhtemeldir; bu değişikliklere iç telafi denir. Yukarıda belirtilen bozukluklar ayrıca belirli bir yerde bulunan kas-iskelet sistemi ağırlarına da neden olabilir. Karate sporcularının vücut duruşu (omurga) ile ilgili veriler sınırlıdır. Bazıları karate eğitiminin karate uygulayıcılarında anteroposterior omurga eğrilikleri üzerinde yararlı etkisi olduğunu öne sürerken, diğerleri karate eğitiminin omurga üzerinde dezavantajlı etkisine işaret etmektedir (Katarzyna ve ark, 2019).

Sonuç ve Öneriler

Karate sporunun kas kuvveti, fiziksel uygunluk parametreleri, denge, koordinasyon ve genel sağlık parametreleri üzerine pozitif etkilerinin olduğu söylenilebilir. Ayrıca Karate sporunun anaerobik dayanıklılık ve aerobik dayanıklılık parametrelerini de iyileştirdiği vurgulanabilir. Yine karate sporunun VO₂ max kapasitesi üzerinde de olumlu etkilere sahip olduğu yapılan literatür incelemelerinin sonucunda söylenilebilir. Ayrıca fizyolojik ve sağlık parametreleri üzerine de etkileri olduğu ön görülebilir.

KAYNAKÇA

- 1-) Lygouras, D., & Tsinakos, A. (2024). The use of immersive technologies in karate training: A scoping review. *Multimodal Technologies and Interaction*, 8(4), 27.
- 2-) Violan, M. A., Small, E. W., Zetaruk, M. N., & Micheli, L. J. (1997). The effect of karate training on flexibility, muscle strength, and balance in 8-to 13-year-old boys. *Pediatric Exercise Science*, 9(1), 55-64.
- 3-) Filingeri, D., Bianco, A., Zangla, D., Paoli, A., & Palma, A. (2012). Is karate effective in improving postural control?.
- 4-) Siek, S., Trelak, J., & Bielecki, J. (1988). Wpływ ćwiczeń karate na poziom lęku i agresywności. *Wych. Fiz. Sport*, 3, 63-67.
- 5-) Witkowski, K., Piepiora, P. A., Lesnik, M., & Migasiewicz, J. (2017). Social status of karate and personal benefits declared by adults practicing karate. *Archives Of Budo Science Of Martial Arts And Extreme Sports*, 13, 179-184.
- 6-) Fuller, J. R. (1988). Martial arts and psychological health. *British Journal of Medical Psychology*, 61(4), 317-328.
- 7-) Manzanque, J. M., Vera, F. M., Carranque, G. A., Rodríguez-Peña, F. M., Navajas, F., & Blanca, M. J. (2018). Immunological Modulation in Long-Term Karate Practitioners. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2018(1), 1654148.
- 8-) de Souza, F., da Silva, L. A., Ferreira, G. S., de Souza, M. M. M., Bobinski, F., Palandi, J., ... & Trevisol, D. J. (2021). Karate training improves metabolic health in overweight and obese adolescents: A randomized clinical trial. *Pediatric exercise science*, 34(2), 108-118.
- 9-) Tabben, M., Conte, D., Haddad, M., & Chamari, K. (2019). Technical and tactical discriminatory factors between winners and defeated elite karate athletes. *International journal of sports physiology and performance*, 14(5), 563-568.
- 10-) Lugo, R., Kung, P., & Ma, C. B. (2008). Shoulder biomechanics. *European journal of radiology*, 68(1), 16-24.
- 11-) Katarzyna, W. C., Ewa, S., Agnieszka, G., Mirosław, M., Marta, N., Paweł, O., & Iwona, T. B. (2019). Evaluation of Anterior-Posterior Spine Curvatures and Incidence of Sagittal Defects in Children and Adolescents Practicing Traditional Karate. *BioMed Research International*, 2019(1), 9868473.

SINIF VE OKUL YÖNETİMİNDE ÖĞRETMENİN ROLÜ

Fatma Tuba ŞENER

Battalgazi Beydağı Ortaokulu

Mihriban KODAŞ

Battalgazi Beydağı Ortaokulu

Özet

Öğretmen günümüz de sınıfın lideri konumundadır. Ayrıca sınıfın düzenini ve etkili bir eğitim sürecinin sürdürebilmesi için iyi bir yöneticilik özelliğine de sahip olması gerekmektedir. Eğitimdeki ana faktörlerden bir tanesi ise öğretmenin yöneticilik sıfatıdır. Çünkü sınıf içi ve okul içi düzende ne kadar etkin bir rol oynarsa öğrenci öğretmen arasındaki düzen korunmuş olacaktır ve buda motivasyon ile birlikte başarı oranını arttıracaktır. Bu yüzden öğretmen sorumlu olduğu ders esansında düzeni sağlamalıdır ve buda ancak iyi bir yönetsel ve liderlik becerisi ile mümkün olacaktır. Bu konuyu araştırmamız amaçlanırken daha önceden literatür de yapılmış çeşitli yönetsel konuları detaylı bir şekilde inceledik ve bu derleme çalışmasının yapmaya amaçladık. Bu incelememiz sonucunda iyi bir yönetsel anlayış sonucunda okul ve derslerde düzen, huzur, motivasyon ve başarı çitasının artmış olduğunu gördük.

Anahtar Kelimeler: Eğitim, Yönetim, Okul.

Abstract

Teacher is the leader of the classroom today. In addition, in order to maintain the order of the classroom and an effective education process, he/she should have a good management qualification. One of the main factors in education is the teacher's management title. Because the more effective role the teacher plays in the classroom and school order, the order between the student and the teacher will be maintained and this will increase the success rate with motivation. Therefore, the teacher should maintain order during the lesson he/she is responsible for and this will only be possible with good managerial and leadership skills. While aiming to investigate this issue, we have examined in detail various managerial issues that have been done in the literature before and aimed to make this compilation study. As a result of this examination, we have seen that as a result of a good managerial understanding, order, peace, motivation and success bar have increased in schools and lessons.

Keywords: Education, Management, School.

Giriş

İstenmeyen davranışlar okullarda önlenmesi gereken bir konudur. Öğrencilerin hem akademik hem de sosyal bağlamlarda nasıl düzgün davranacaklarını bilmeleri için sınıf kuralları, rutinleri ve prosedürleri oluşturulmalıdır. Geliştirdikleri davranış becerileri okul hayatlarının ötesine geçecek yeteneklerdir. Ergenler yetişkinliğe hazırlanırlar ve eylemlerini, duygularını ve düşüncelerini yöneterek toplumda yaşamaya hazırlanırlar. Bu süreçte öğrenciler esnek dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol uygulayarak kendi kendilerini nasıl düzenleyeceklerini öğrenmelidirler (McClelland ve Cameron, 2011). Bu, çocukların görevlerini yaparken etraflarını saran dikkat dağıtıcı unsurları görmezden gelmeleri, kuralları hatırlamaları ve takip

etmeleri ve dürtüsellikçi kontrol etmeleri gerektiği anlamına gelir. Ortaöğretim boyunca, öğrenciler genellikle sorunludur ve daha iyi bir eğitim için hoş olmayan durumlardan kaçınmak için çözülmesi gereken zorlayıcı tutumlara sahiptir. Bu bağlamda, öğretmenler sadece müfredat dersleri vermekle kalmaz, aynı zamanda sınıflarını davranışsal bir bakış açısıyla kontrol eden yöneticilerdir. Mesleki eğitimlerini ve deneyimlerini kullanan öğretmenler ve sosyal, duygusal ve öğrenme alışkanlıklarını ve becerilerini geliştiren öğrenciler, diğerlerinin yanı sıra katılımı, etkileşimi, saygıyı, işbirliğini, disiplini ve sorumluluğu sağlayan uygun bir ortamdan sorumludur. Öğretmenlerin çatışmalarla ilgili iyi uygulamaları, önleme, müdahale, çözüm, müzakere, arabuluculuk ve yıkıcı durumları olumlu durumlara dönüştürme becerisiyle sonuçlanmalıdır. Öğrenciler genellikle davranışlarının farkındadırlar, ancak bazen değildirler, bu nedenle farkına varmayı öğrenmeleri gerekir. Olumsuz davranışlar, örneğin, ayağa kalkmak, konuşmak veya izinsiz bir şeyler ödünç almak, öğretmene ve sınıf arkadaşlarına saygısızlık etmek, sınıf arkadaşlarına tebeşir veya kağıt topları gibi şeyler fırlatmak, talimatları takip etmemek veya ödevlerini yapmamaktır. İstenmeyen davranışlar sınıf dinamiklerini bozar. Bu koşullar altında, öğretmenin farklı nedenlerden kaynaklanan bu tutumları düzeltmek için kendi öğretim zamanını harcaması gerekir (Ureta ve Soto, 2013). Öğretmenler için de sonuçları vardır. Stresli, ilgisiz ve motivasyonsuz olabilirler, bu da tükenmişliğe yol açabilir. Sınıfın güvenli bir eğitim ortamında öğrenmenin sağlanabilmesi için kurallara ve temellere sahip olması gereken küçük bir topluluk olduğu düşünüldüğünde, oyunlar ve içerikleri sosyalleştirici rolüyle öne çıkan oyunlaştırma uygun bir yöntemdir (Zichermann G, 2011). Eğitimle ilgili olarak, sınıf yönetimi metodoloji olarak kabul edilir Bu yaklaşım, öğretmenlerin öğrencilerin öğrenmelerine katılmaları için kullandıkları teknikleri, yöntemleri ve stratejileri ifade eder; bu, aktiviteleri yapma sürecine odaklanır. Öğrenciler eğitimin başkahramanlarıdır ve işbirliği yapar, yaratır ve katılırlar. Bu yapılandırmacı metodoloji, işbirlikli öğrenmeyi (görevde başarılı olmak için gruplar halinde çalışırken ortaklarıyla etkileşime girmeleri ve fikir alışverişinde bulunmaları gerekir), özerkliği (öğrenmelerinden sorumludurlar) ve öğrenmeyi öğrenmeyle ilgili yeterliliğin geliştirilmesini (bilgiyi keşfetme ve toplama, seçme ve kullanma, eleştirel düşünme ve karar alma) içerir. Bu yetenek, olası sonuçları belirlemek için hedefleri planlamalarını, yönetmelerini ve düzeltmelerini sağlar; böylece öğrenmelerini kendi kendilerine değerlendirebilirler ve sonraki aktiviteler için becerilerini geliştirebilirler. Öğretmenler, kendi taraflarında, öğrenmeyi kolaylaştıran, sınıfı yöneten, materyal sağlayan ve öğrencilere performansları hakkında geri bildirim veren arabulucular haline gelirler (Barahona Mora, 2020).

METOD

Metod

Uygunluk Kriterleri

Bu çalışma sınıf ve eğitim yönetiminde veya eğitim araştırmaları niteliği taşıyan çalışmaların etkinliğini değerlendiren kantitatif nitelikte randomize kontrollü çalışmalar ile tasarlanmıştır. Yalnızca İngilizce ve Türkçe dilindeki hakemli yayınlar ve kitaplar dikkate alınmıştır. Tez veya kongre özetleri şeklinde yayınlanan çalışmalar dahil edilmemiştir.

Bilgi Veri Tabanları

Bu derleme çalışması yapılırken Google Scholar bilimsel veri tabanı kullanılarak konu ile alakalı 62 bilimsel kaynak tarandı. Konu ile en alakalı on bir adet bilimsel çalışma ise bu bildiride kullanıldı.

BULGULAR

Yıllar boyunca, standart eğitimin öğrencilere toplumun sürekli değişimlerine uyum sağlayabilmeleri için gerekli araçları sağlaması yönünde toplumsal bir talep oluşmuştur. Bu talebi karşılamak için temel bir husus, öğrenciler arasında özerkliği ve öz yeterliliği teşvik etmek ve öğrenme atmosferini iyileştirmek, öğretmene bağımlılığı azaltmak ve sınıf arkadaşlarıyla işbirlikçi çalışmayı artırmaktır (Walkey ve ark, 2013). Okula bağlılık ve akademik performans üzerinde en etkili değişkenler arasında, okul performansı ve notlar üzerinde olumlu bir etkisi olan motivasyon ve öğrenme sürecinde ve dolayısıyla akademik notların iyileştirilmesinde anahtar değişkenler olan temel psikolojik ihtiyaçların tatminini bulabiliriz (Ainley ve Ainley 2011). Motivasyonla ilgili iki ana teori vardır. Bir yandan, bireyin davranışlarına ilişkin motivasyonlara ilişkin pozisyonuna dayanan “Başarı hedefi teorisi” ve diğer yandan “Öz-belirleme teorisi”. Bunlar birlikte, farklı kültürlerin çeşitli bağamlarına uygulanabilen insan davranışlarını anlamak amacıyla motivasyon hakkında bir makro teori oluştururlar. Bu teoriyle birlikte Vallerand, hiyerarşik bir motivasyon modeli geliştirdi. Bu model, aralarında belirli sosyal faktörlerin (sorumluluk gibi) üç temel psikolojik ihtiyacın artan tatminine yol açabileceğini gösteren öngörücü bir ilişkinin öne çıktığı birkaç varsayım içerir. Bu, en çok öz-belirleyici motivasyonda bir iyileşmeye yol açacak, sınıf ikliminde bir iyileşme gibi

yeni davranışları tetikleyebilecektir (Vallerand, 1997). Okul yaşamı, çok çeşitli paydaşları içerir: öğrenciler, öğretmenler, yönetim ekipleri, veliler, destek personeli, hizmetler, idare, okullarla ilişkili okul dışı faaliyetlerin yöneticileri ve diğerleri. Araştırmalar, zorbalık vakalarının neden olduğu etki sonucunda son yıllarda akran ilişkilerine odaklanmıştır. Ancak, asimetrik öğrenci-öğretmen ilişkilerine de dikkat etmeye devam etmek gerekir, çünkü bunlar sınıf ortamında ve okulda bir arada yaşama açısından en az onlar kadar önemlidir. Bu ilişkilerle başa çıkmanın bir yolu, öğrenci-öğretmen etkileşimlerini, hem öğrenciler hem de öğretmenler tarafından sergilenebilen, sözde yıkıcı davranış veya kötü davranış yapısı aracılığıyla analiz etmektir (Page, 2016). Kültürlerarası çalışmalar, kötü davranışın çeşitli kültürlerde görülen bir olgu olduğunu ortaya koymuştur. Bu etkileşimlerde öğretmenlere atfedilen lider, rehber veya arabulucu rolü, bu ilişkileri bu çalışmada yaptığımız gibi bir öğretmen perspektifinden daha derinlemesine inceleme ihtiyacını güçlendirir (Ratcliff ve ark, 2010). Bu tür davranışların eğitim sistemi içinde önemli yankıları vardır. Bu tür sorunlara neden olan öğrencilerle başa çıkmak, öğretmenlerin yeterlilik duyguları söz konusu olduğunda öğretmen stresinin arkasındaki en etkili faktörlerden biridir, hatta bazı öğretmenlerin mesleklerini tamamen terk etmelerine yol açabilir. Bu sorunlar aynı şekilde sınıf ortamını ve dolayısıyla öğrenci öğrenimini de etkiler (Hernandez 2004).

Sonuç ve Öneriler

- Okul başarısızlığı, öğrencinin belirli bir okul seviyesinin asgari hedeflerine ulaşmasını engelleyen düşük öğrenme başarısı anlamına gelir. Bu durum can sıkıntısına ve motivasyonsuzluğa yol açabilir.
- Yalan söyleme, hırsızlık, okul devamsızlığı, zorbalık veya vandalizm gibi davranışlarda bulunan uyumsuzluk, cinsiyet, kültür ve köken nedeniyle marjinalleşme, ekonomik durum veya fiziksel ve sözel şiddet nedeniyle aile ortamında yaşanan sorunlar ve sosyal beceri eksikliği gibi toplumsal nedenler.
- Okul faktörleri; sınıf arkadaşlarıyla ilişkiler, öğretmenler ve derslerle ilgili tercihler gibi.
- Düşük özsaygı, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu gibi psikolojik veya öğrenme sorunları ve gençlerin gelişimsel aşaması.

Kaynakça

- 1-) McClelland, M. M., & Cameron, C. E. (2011). Self-regulation and academic achievement in elementary school children. *New directions for child and adolescent development*, 2011(133), 29-44.
- 2-) URETA, C. V. D. M., & SOTO, N. M. (2013). *Intervención educativa y orientadora para la inclusión social de menores en riesgo. Factores escolares y socioculturales*. Editorial UNED.
- 3-) Zichermann, G. (2011). Gamification by design: Implementing game mechanics in web and mobile apps. *Oreill y & Associates Inc*.
- 4-) Barahona Mora, A. M. (2020). El desarrollo de la expresión escrita en inglés a través del entorno virtual de aprendizaje.
- 5-) Walkey, F. H., McClure, J., Meyer, L. H., & Weir, K. F. (2013). Low expectations equal no expectations: Aspirations, motivation, and achievement in secondary school. *Contemporary educational psychology*, 38(4), 306-315.
- 6-) Ainley, M., & Ainley, J. (2011). Student engagement with science in early adolescence: The contribution of enjoyment to students' continuing interest in learning about science. *Contemporary educational psychology*, 36(1), 4-12.
- 7-) Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 29, pp. 271-360). Academic Press.
- 8-) Page, D. (2016). The multiple impacts of teacher misbehaviour. *Journal of Educational Administration*, 54(1), 2-18.
- 9-) Ratcliff, N. J., Jones, C. R., Costner, R. H., Savage-Davis, E., & Hunt, G. H. (2010). The Elephant in the Classroom: The Impact of Misbehavior on Classroom Climate. *Education*, 131(2).
- 10-) Hernandez, T. J., & Seem, S. R. (2004). A safe school climate: A systemic approach and the school counselor. *Professional School Counseling*, 7(4), 256-262.

**OKUL YÖNETİCİLERİNİN KAYNAŞTIRMA ÖĞRENCİLERİNİN BEDEN
EĞİTİMİ DERSİNE KATILIMLARINA YÖNELİK TUTUMLARININ
İNCELENMESİ: NİTEL BİR ARAŞTIRMA**
EXAMINING SCHOOL ADMINISTRATORS' ATTITUDES TOWARD THE
PARTICIPATION OF INCLUSIVE STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES:
A QUALITATIVE STUDY

Mehmet TAŞÇI

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
ORCID 0000-0002-0672-9500

PhD. Gökhan SABANCI

Spor yöneticiliği
ORCID 0000-0003-3213-0718

Özet

Bu araştırmanın amacı, okul yöneticilerinin kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımına yönelik tutumlarını incelemektir. Çalışma, Malatya ili Battalgazi ilçesinde Millî Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı, kaynaştırma öğrencisi bulunan 10 okulda yürütülmüştür. Nitel araştırma desenine uygun olarak tasarlanan çalışmada, veri toplama tekniği olarak yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi kullanılmış; bu kapsamda, araştırmacı tarafından hazırlanan görüşme formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Görüşmeler yoluyla elde edilen bulgular, okul yöneticilerinin beden eğitimi derslerini tüm öğrenciler için hem akademik hem de sosyal gelişim açısından önemli bulduklarını ortaya koymuştur. Bununla birlikte, mevcut spor tesislerinin ve fiziksel altyapının yetersizliğinin, kaynaştırma öğrencilerinin bu derslere eşit koşullarda katılımını zorlaştırdığı ifade edilmiştir. Yöneticiler, kapsayıcı eğitimin önemine vurgu yaparak, bu alanda daha fazla kaynak ayrılması ve farkındalık artırıcı çalışmaların yapılması gerektiğini belirtmişlerdir.

Anahtar kelimeler: Okul yöneticisi, kaynaştırma, beden eğitimi

Abstract

The aim of this study was to examine the attitudes of school administrators toward the participation of inclusive students in physical education classes. The research was conducted in 10 schools located in the Battalgazi district of Malatya, Turkey, all of which are affiliated with the Provincial Directorate of National Education and include students with special educational needs. Designed as a qualitative study, the research employed semi-structured interviews as the

data collection technique, and an interview form developed by the researcher served as the data collection instrument. Findings from the interviews reveal that school administrators consider physical education classes important for all students in terms of both academic and social development. However, they also noted that inadequate sports facilities and limited physical infrastructure pose significant challenges to the equal participation of inclusive students. Administrators emphasized the importance of inclusive education and stressed the need for increased resource allocation and greater efforts in raising awareness in this field.

Keywords: School administrator, inclusion, physical education

Giriş

Kapsayıcı eğitim anlayışı doğrultusunda geliştirilen kaynaştırma uygulamaları, özel gereksinimli bireylerin akranlarıyla birlikte aynı sınıf ortamında eğitim almalarını temel alan bir yaklaşımdır. Bu uygulama yalnızca bireylerin akademik gelişimlerine katkı sağlamayı değil; aynı zamanda sosyal, duygusal ve psikolojik açıdan da çok yönlü gelişimlerini desteklemeyi hedeflemektedir (Milli Eğitim Bakanlığı [MEB], 2020). Kaynaştırma eğitiminin temel amacı, engelli bireylerin topluma uyumunu kolaylaştırmak, ayrımcılığı azaltmak ve eğitimde fırsat eşitliği sunmaktır (Gürgür & Uzuner, 2011). Uluslararası düzeyde yaygın kabul gören bu yaklaşım, Birleşmiş Milletler Engelli Hakları Sözleşmesi gibi önemli belgelerle de güvence altına alınmıştır (United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities [UNCRPD], 2006).

Okullarda uygulanan beden eğitimi dersleri ise bireylerin fiziksel gelişiminin yanında motor becerilerini, sosyal etkileşim becerilerini ve kişisel gelişimlerini destekleyen önemli bir eğitim alanı olarak öne çıkmaktadır. Bu dersler sayesinde öğrenciler; empati, takım çalışması, iş birliği ve iletişim gibi temel yaşam becerileri kazanırken aynı zamanda beden-zihin bütünlüğünün geliştirilmesine de katkı sağlamaktadır (Bailey, 2006). Özellikle özel gereksinimli öğrenciler açısından beden eğitimi dersleri, yalnızca fiziksel uygunluk değil, sosyal uyumun sağlanması açısından da kritik bir öneme sahiptir. Ancak hareket temelli ve uygulamalı yapısı nedeniyle beden eğitimi dersleri, uygun fiziksel ortamların, donanımın ve destek hizmetlerinin varlığını gerekli kılmaktadır. Bu bağlamda, engelli erişimine uygun spor alanlarının eksikliği, yeterli spor ekipmanlarının bulunmaması ve destek personeli yetersizliği

gibi faktörler, kaynaştırma öğrencilerinin bu derslere aktif katılımını kısıtlayan temel engeller arasında yer almaktadır (Block & Obrusnikova, 2007).

Türkiye’de ise kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerinde karşılaştıkları güçlükler çoğunlukla okul yapılarındaki fiziksel eksiklikler ve öğretmen ile yöneticilerin konuya ilişkin bilgi ve farkındalık düzeylerinin yetersizliği ile ilişkilendirilmektedir. Kapalı spor salonlarının yetersizliği, rampalı girişlerin olmaması, özel spor ekipmanları eksiklikleri gibi yapısal sorunlar, özel gereksinimli öğrencilerin derslere aktif biçimde katılımını sınırlandıran önemli faktörlerdir (Özdemir & Batu, 2017). Bununla birlikte okul yöneticilerinin kaynaştırma uygulamalarına yönelik tutumları, bu sürecin başarısında belirleyici bir rol oynamaktadır. Yönetici düzeyinde kapsayıcı eğitime yönelik olumlu tutumların geliştirilmesi, gerekli düzenlemelerin hayata geçirilmesini kolaylaştırmakta ve uygulamaların etkinliğini artırmaktadır (Avramidis & Norwich, 2002).

Bu bağlamda gerçekleştirilen bu çalışma, Malatya ili Battalgazi ilçesinde Millî Eğitim Müdürlüğü’ne bağlı, bünyesinde kaynaştırma öğrencileri bulunan 10 okulda görev yapan yöneticilerin, kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımına ilişkin tutumlarını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın temel amacı; okul yöneticilerinin kaynaştırma sürecindeki farkındalık düzeylerini, karşılaştıkları yapısal sorunları ve bu sürece ilişkin görüş ile önerilerini belirlemek ve elde edilen veriler doğrultusunda kapsayıcı beden eğitimi uygulamalarının geliştirilmesine katkı sağlamaktır.

Yöntem

Araştırma Modeli: Bu araştırma nitel bir çalışma olup durum çalışması deseninde gerçekleştirilmiştir. Durum çalışması, araştırmacının belirli bir zaman dilimi içerisinde sınırlı sayıda durumu çoklu veri toplama yöntemleri aracılığıyla derinlemesine incelediği nitel bir araştırma yöntemidir. Bu yaklaşımda, gözlem, görüşme, görsel-işitsel materyaller, dokümanlar ve raporlar gibi çeşitli kaynaklardan elde edilen veriler doğrultusunda durumlar ve bu durumlara ilişkin temalar ayrıntılı biçimde tanımlanır Creswell (2007). Durum çalışmaları, deneysel araştırmalardan farklı olarak karşılaştırma yapmayı değil, incelenen olguları keşfetmeyi amaçlar. Bu yaklaşımda araştırmacı, hipotezleri test etmek ya da değişkenler arasındaki ilişkileri kanıtlamak yerine, olayların ve davranışların temel kategorilerini tanımlamaya odaklanır (Hancock & Algozzine, 2006).

Çalışma Grubu: Bu araştırmanın çalışma grubunu, Malatya ili Battalgazi ilçesinde bulunan ve farklı sosyoekonomik düzeylerdeki öğrencilere eğitim veren 10 devlet okulunda görev yapan okul yöneticileri oluşturmaktadır. Araştırmaya dâhil edilen okullar, bölgedeki eğitim kurumlarının çeşitliliğini yansıtacak şekilde seçilmiş olup, tamamında kaynaştırma öğrencileri bulunmaktadır. Bu durum, okul yöneticilerinin özel eğitim süreçlerine ilişkin deneyimlerinin incelenmesi açısından önemli bir zemin oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı: Bu çalışmada veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Görüşme formu, iki alan uzmanına ve bir ölçme değerlendirme uzmanına inceletilerek geliştirilmiş ve araştırmanın amacına uygun şekilde hazırlanmıştır. Formda, kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımını etkileyen fiziki koşullar, sistemsel destekler ve okul yöneticilerinin tutumlarına yönelik sorular yer almaktadır.

Araştırmanın temel sorusu, “Kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine sorunsuz katılmaları için tesisleriniz yeterli midir?” şeklinde belirlenmiştir. Ayrıca, okul yöneticilerine şu sorular sorulmuştur: Okulunuzdaki spor tesislerinin yetersizliği, kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımını ne ölçüde olumsuz etkiliyor? Kaynaştırma eğitiminin önemine inanıyor musunuz? Bu süreçte karşılaştığınız en büyük sistemsel engeller nelerdir? Kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımını artırmak için altyapı ve personel eğitimine yönelik hangi iyileştirmelerin yapılması gerektiğini düşünüyorsunuz?

Bu sorular aracılığıyla, yöneticilerin kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımına ilişkin deneyimleri, algıları ve çözüm önerileri detaylı şekilde değerlendirilmiştir.

Veri Analizi: Araştırmada elde edilen nitel verilerin çözümlenmesinde **betimsel analiz** yöntemi tercih edilmiştir. Betimsel analiz yöntemi, araştırmacıların incelemek istedikleri olgu ve olaylara ilişkin temel bilgileri sistematik bir şekilde ortaya koymalarına olanak tanıyan ve bu yönüyle nitel araştırmalarda sıkça başvurulan bir analiz türüdür (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2008). Bu doğrultuda, görüşme kayıtları öncelikle yazılı metne dönüştürülmüş, ardından elde edilen veriler dikkatlice incelenerek anlamlı bütünler hâline getirilmiştir. Veriler, araştırmanın amacı doğrultusunda önceden belirlenen temalar

çerçevesinde organize edilmiştir. Analiz sürecinde katılımcıların ifadeleri doğrudan alıntılarla desteklenmiş; yorumlayıcı açıklamalarla zenginleştirilmiştir.

Elde edilen bulgular **tesis yetersizliği, kapsayıcılık bilinci ve yöneticilerin tutumu** olmak üzere üç temel tema altında toplanmıştır. **Tesis yetersizliği** teması, okul spor alanlarının kaynaştırma öğrencileri açısından yeterlilik durumunu ortaya koyarken; **kapsayıcılık bilinci** teması, yöneticilerin kaynaştırma eğitime ilişkin farkındalık düzeylerine odaklanmıştır. **Yöneticilerin tutumu** teması ise, sürecin iyileştirilmesine yönelik öneri ve beklentileri içermektedir.

Bu kapsamda, elde edilen veriler bütüncül bir yaklaşımla değerlendirilmiş ve araştırmanın problemine yönelik kapsamlı bir çözümleme ortaya konulmuştur.

Bulgular

Araştırma kapsamında elde edilen veriler doğrultusunda, okul yöneticilerinin kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımına ilişkin görüşleri üç ana tema altında toplanmıştır: **tesis yetersizliği, kapsayıcılık bilinci ve yöneticilerin tutumu**.

Tesis Yetersizliği: Görüşmelere katılan tüm okul yöneticileri, beden eğitimi derslerinin yürütüleceği kapalı spor salonu, engelli erişimine uygun spor alanları ve benzeri fiziksel altyapıların yetersiz olduğunu belirtmiştir. Katılımcıların büyük çoğunluğu mevcut fiziki koşulların kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine aktif katılımını ciddi ölçüde sınırladığını ifade etmiştir. Bu durum, kaynaştırma uygulamalarının etkili bir şekilde yürütülmesini zorlaştıran temel sorunlardan biri olarak öne çıkmaktadır.

Kapsayıcılık Bilinci: Araştırmaya katılan yöneticilerin önemli bir kısmı, kaynaştırma eğitiminin gerekliliği konusunda hemfikir olduklarını dile getirmiştir. Ancak katılımcılar, kaynaştırma sürecinde karşılaşılan yapısal ve sistemsel eksikliklerin, bu sürecin sağlıklı bir şekilde yürütülmesini engellediğine vurgu yapmıştır. Özellikle fiziki yetersizliklerin ve uzman desteği eksikliğinin, kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımını olumsuz etkilediği belirtilmiştir.

Yöneticilerin Tutumu: Görüşmelere katılan tüm yöneticiler, kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımını ilke olarak desteklediklerini ifade etmiştir. Ancak katılımcılar, bu sürecin yalnızca bireysel çabalar ve iyi niyetle sürdürülemeyeceğini, kaynaştırma

uygulamalarının etkinliği için altyapı iyileştirmeleri ve öğretmenlere yönelik mesleki gelişim desteklerinin zorunlu olduğunu vurgulamıştır. Yöneticiler, sürecin iyileştirilmesi için hem okul düzeyinde hem de sistemsel düzeyde düzenlemelere ihtiyaç duyulduğunu belirtmiştir.

Bu bulgular, kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımının artırılabilmesi için fiziksel altyapının güçlendirilmesi, yöneticilerin ve öğretmenlerin kapsayıcı eğitim konusunda desteklenmesi ve sistemsel eksikliklerin giderilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Tartışma

Araştırma bulguları, mevcut fiziksel altyapının kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımını desteklemede yetersiz kaldığını açıkça ortaya koymaktadır. Türkiye genelinde birçok okulda, engelli bireylerin eğitim süreçlerine tam ve eşit katılımını sağlayacak fiziksel düzenlemelerin eksikliği dikkat çekmektedir (Özdemir & Batu, 2017). Bu durum, kapsayıcı eğitim politikalarının pratikte yeterince uygulanmadığını ve mevcut yapısal sorunların çözülmesinin önemini vurgulamaktadır.

Bununla birlikte, kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine aktif katılımı sadece fiziksel çevre düzenlemeleri ile sağlanamaz; pedagojik uyarlamaların yapılması da zorunludur. Bu bağlamda, öğretim yöntemlerinin farklı ihtiyaçlara cevap verecek biçimde yeniden yapılandırılması gerekmektedir. Goodwin ve Watkinson (2000) da tüm öğrencilerin beden eğitimi derslerine eşit katılımının, öğretmenlerin kapsayıcı eğitim yaklaşımlarını benimsemesi ve uygulaması ile doğrudan ilişkili olduğunu belirtmektedir.

Çalışmanın yapıldığı Battalgazi ilçesinde okul yöneticilerinin kaynaştırma eğitimine ilişkin olumlu tutumlar sergilediği görülmekle birlikte, bu tutumların somut uygulamalara dönüşebilmesi için sistematik desteklerin ve altyapı iyileştirmelerinin zorunlu olduğu anlaşılmaktadır. Yöneticilerin farkındalığının yüksek olması önemli olmakla birlikte, bu farkındalığın etkin bir eyleme dönüşmesi, kurumsal ve idari mekanizmaların süreçlere entegre edilmesiyle mümkündür (Avramidis & Norwich, 2002).

Sonuç

Bu araştırma, Malatya'nın Battalgazi ilçesindeki okul yöneticilerinin kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine katılımına yönelik olumlu tutumlarını ortaya koyarken, mevcut fiziki altyapı eksikliklerinin bu sürecin etkinliğini olumsuz yönde etkilediğini göstermiştir. Yapısal sorunlar, kaynaştırma uygulamalarının başarısını engellemekte ve öğrencilerin derslere aktif katılımını kısıtlamaktadır. Bu durum, kapsayıcı eğitim politikalarının yerelde uygulanabilirliğinin artırılması için kapsamlı ve çok boyutlu müdahalelere ihtiyaç olduğunu işaret etmektedir.

Öneriler Engelli bireylerin erişimine uygun spor alanlarının sayısının artırılması gerekmektedir. Bu kapsamda, okul bahçeleri, spor salonları ve beden eğitimi derslerinin gerçekleştirildiği diğer fiziksel alanların, engelli öğrencilerin rahatlıkla kullanabileceği şekilde düzenlenmesi önem taşımaktadır. Bu düzenlemeler, rampa, engelli tuvaleti ve uygun zemin kaplamaları gibi temel altyapı iyileştirmelerini içermelidir.

Beden eğitimi öğretmenlerinin kapsayıcı eğitim konusunda bilgi ve becerilerini geliştirmeye yönelik hizmet içi eğitim programları düzenlenmelidir. Bu programlar, farklı engel gruplarına yönelik pedagojik yaklaşımlar, ders planlama teknikleri ve alternatif etkinliklerin geliştirilmesi gibi konuları içermelidir.

Okulların altyapı ihtiyaçlarının karşılanabilmesi amacıyla, yerel yönetimler ve eğitim kurumları arasında iş birliği sağlanarak ortak projeler geliştirilmelidir. Bu projeler, bütçe planlamaları ve kaynak yönetimi açısından koordineli bir yaklaşımı temel almalı; böylece fiziki altyapı eksiklikleri giderilmelidir.

Kapsayıcı eğitim uygulamalarının etkinliğinin artırılması için bu uygulamaların düzenli olarak izlenmesi ve değerlendirilmesi gerekmektedir. Okullarda oluşturulacak denetim ve değerlendirme mekanizmaları, uygulamadaki eksikliklerin belirlenmesine ve gerekli iyileştirmelerin zamanında yapılmasına olanak sağlayacaktır.

Son olarak, kaynaştırma öğrencilerinin beden eğitimi derslerine etkin katılımını desteklemek amacıyla, ailelerin ve toplumun sürece dahil edilmesi ve bilinçlendirilmesi gerekmektedir. Bu doğrultuda, bilgilendirme toplantıları ve farkındalık çalışmalarının düzenlenmesi yararlı olacaktır.

Kaynakça

Avramidis & Norwich, (2002) Teachers' attitudes towards inclusion in mainstream schools.

Bailey, (2006) Physical education and sport in schools: A review of benefits and outcomes.

Block & Obrusnikova, (2007) Inclusion in physical education: A review of literature.

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri (2. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.

Creswell, J. W. (2007). Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches (2. Baskı). USA: SAGE Publications.

Goodwin, D. L., & Watkinson, E. J. (2000). Inclusive physical education from the perspective of students with physical disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 17(2), 144–160.

Gürgür & Uzuner, (2011) Türkiye’de kaynaştırma uygulamalarına ilişkin öğretmen görüşlerini ele alan nitel bir araştırma.

Hancock, R.D. & Algozzine, B. (2006). *Doing case study research*. New York: Teachers College Press.

MEB (2020). Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği. T.C. Milli Eğitim Bakanlığı.

MEB, 2020. Türkiye Cumhuriyeti Milli Eğitim Bakanlığı, Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği.

Özdemir, S., & Batu, S. (2017). Türkiye’de kaynaştırma uygulamaları: Sorunlar ve çözüm önerileri. *Eğitim ve Bilim*, 42(190), 101–118.

UNCRPD, (2006) United Nations Convention on the Rights of Persons with Disabilities.

**OKULLARDA BEDEN EĞİTİMİ DERSİNİN ÖĞRENCİLERİN SOSYAL
GELİŞİMLERİ ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**
**THE IMPACT OF PHYSICAL EDUCATION CLASSES ON STUDENTS' SOCIAL
DEVELOPMENT IN SCHOOLS**

Mehmet TAŞCI

Doktora Öğrencisi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
ORCID 0000-0002-0672-9500

PhD. Gökhan SABANCI

Spor yöneticiliği
ORCID 0000-0003-3213-0718

Özet

Bu araştırmada, beden eğitimi derslerinin ortaöğretim öğrencilerinin sosyal gelişimleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Çalışma, Malatya ili Battalgazi ilçesindeki çeşitli ortaöğretim kurumlarında gerçekleştirilmiştir. Nitel araştırma deseni benimsenen çalışmada, veri toplama tekniği olarak yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi tercih edilmiş; bu doğrultuda araştırmacı tarafından geliştirilen görüşme formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırma kapsamında, 12 farklı okulda görev yapan toplam 16 beden eğitimi öğretmeniyle görüşmeler gerçekleştirilmiş ve ayrıca ilgili okullarda sınıf içi gözlemler yapılmıştır. Elde edilen bulgular, beden eğitimi derslerinin öğrenciler arasındaki sosyal etkileşimi artırdığını, empati, iş birliği ve özgüven gibi sosyal becerilerin gelişimine katkı sağladığını ortaya koymuştur. Sonuç olarak, beden eğitimi derslerinin yalnızca fiziksel gelişime değil, aynı zamanda öğrencilerin sosyal gelişimlerine de önemli ölçüde katkıda bulunduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, sosyal gelişim, öğrenci

Abstract

This study examines the impact of physical education classes on the social development of secondary school students. The research was conducted in several secondary schools located in the Battalgazi district of Malatya, Turkey. Adopting a qualitative research design, the study employed semi-structured interviews as the data collection technique, and an interview form developed by the researcher was used as the data collection instrument. A total of 16 physical education teachers from 12 different schools participated in the interviews, and classroom observations were also conducted. The findings demonstrate that physical education classes enhance students' social interactions and contribute to the development of essential social skills such as empathy, cooperation, and self-confidence. In conclusion, the study indicates that physical education plays a vital role not only in supporting physical development but also in fostering students' social growth.

Keywords: Physical education, social development, student

GİRİŞ

Eğitim, bireyin yalnızca bilişsel ve akademik gelişimini değil, aynı zamanda sosyal, duygusal ve ahlaki gelişimini de hedefleyen bütüncül bir süreçtir. Bu bağlamda okul, bireyin toplumsallaşmasında temel bir kurum olarak işlev görmektedir. Özellikle ortaöğretim çağındaki öğrenciler, ergenlik döneminin sosyal, duygusal ve davranışsal değişimlerini yoğun şekilde yaşamakta; bu süreçte akran ilişkileri, grup dinamikleri ve sosyal beceriler kazanımı önemli bir gelişim alanı oluşturmaktadır (Ergün, 2019). Bu gelişim sürecinde beden eğitimi dersleri, sadece fiziksel beceriler kazandırmakla kalmayıp aynı zamanda sosyal etkileşim, iş birliği, empati ve özgüven gibi sosyal-duygusal becerileri destekleyici rol üstlenmektedir (Büyüközdemir, 2008).

Beden eğitimi, bireylerin bedenlerini tanımalarını, hareket kabiliyetlerini geliştirmelerini ve sağlıklı yaşam alışkanlıkları kazanmalarını sağlayan bir ders olmasının ötesinde, bireyler arası etkileşimi teşvik eden ve sosyal öğrenmeyi destekleyen bir platform sunar (Kılıcıgil, 1998). Grup çalışmaları, takım sporları, eğitsel oyunlar ve rekabet içeren etkinlikler sayesinde öğrenciler, birlikte hareket etmeyi, kurallara uymayı, sorumluluk almayı ve farklı bireylerle sağlıklı iletişim kurmayı öğrenirler (Özdiñ, 2005). Bu öğrenme süreci, öğrencilerin toplumsal yaşam becerilerini yapılandırmalarına ve sosyal kimliklerini geliştirmelerine katkı sağlar (Taşkıran, Selçuk & Doğar, 2014).

Millî Eğitim Bakanlığı (2018) tarafından hazırlanan beden eğitimi dersi öğretim programı incelendiğinde, dersin amaçları arasında sadece fiziksel uygunluk kazanımı değil; aynı zamanda iletişim kurma, empati geliştirme, takım çalışmasına katılma, liderlik yapma ve sosyal sorumluluk alma gibi sosyal beceriler yer almaktadır. Bu durum, beden eğitimi derslerinin sosyal gelişim üzerindeki önemini açıkça ortaya koymaktadır. Ancak bu potansiyelin ne ölçüde gerçekleştiği, uygulamada nasıl bir etki yarattığı ve öğretmenlerin bu süreci nasıl yönettiği, araştırılması gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır.

Literatürde beden eğitimi ve sporun sosyal gelişim üzerindeki etkilerine dair çeşitli araştırmalar mevcuttur. Örneğin, Yıldırım ve Yetim (1996), beden eğitimi derslerinin öğrencilerin liderlik, sorumluluk alma ve grup içi roller üstlenme gibi becerilerini geliştirdiğini belirtmişlerdir. Benzer şekilde Yurt (2019), ortaokul düzeyinde yaptığı çalışmada beden eğitimi derslerinin öğrencilerin sosyalleşmelerine olumlu katkı sağladığını, özellikle empati kurma ve akran ilişkilerini güçlendirme açısından önemli bir araç olduğunu ifade etmiştir. Bununla

birlikte, farklı bölgelerdeki uygulamaların incelenmesi, öğretmen deneyimlerinin sistematik şekilde değerlendirilmesi ve gözlem verileriyle desteklenmesi, beden eğitimi derslerinin sosyal gelişime katkılarını daha derinlemesine anlamak açısından önem taşımaktadır.

Bu bağlamda, bu araştırma Malatya ili Battalgazi ilçesindeki çeşitli ortaöğretim kurumlarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin görüşleri ve sınıf içi gözlemler aracılığıyla beden eğitimi derslerinin öğrencilerin sosyal gelişimine olan etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma, öğretmenlerin deneyimlerinden yola çıkarak beden eğitimi derslerinin sosyal etkileşim, empati, iş birliği ve özgüven gibi temel sosyal becerilerin gelişimine katkılarını ortaya koymayı hedeflemektedir. Bu çalışma, elde edeceği bulgular doğrultusunda beden eğitimi derslerinin planlanması ve uygulanmasına yönelik eğitim politikalarına katkı sunmayı amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Bu araştırma, beden eğitimi derslerinin ortaöğretim öğrencilerinin sosyal gelişimleri üzerindeki etkilerini nitel bir yaklaşımla incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma, olgubilim (fenomenoloji) deseni çerçevesinde yapılandırılmıştır. Olgubilim deseni, belirli bir olgunun bireyler tarafından nasıl algılandığını ve deneyimlendiğini anlamayı hedefler (Yıldırım & Şimşek, 2018). Bu bağlamda, beden eğitimi derslerinin sosyal gelişim üzerindeki etkileri, beden eğitimi öğretmenlerinin deneyimlerinden yola çıkarak derinlemesine analiz edilmiştir.

Araştırma Grubu

Araştırmanın katılımcı grubunu, Malatya ili Battalgazi ilçesinde bulunan 12 farklı ortaöğretim kurumunda görev yapan toplam 16 beden eğitimi öğretmeni oluşturmaktadır. Katılımcılar, maksimum çeşitlilik örnekleme yoluyla belirlenmiştir. Bu örnekleme yöntemi, farklı demografik ve mesleki özelliklere sahip bireylerin seçilerek konuya ilişkin daha geniş ve çeşitli bir bakış açısı elde edilmesini amaçlar (Patton, 2002). Katılımcıların seçiminde okul türü, mesleki kıdem ve cinsiyet gibi faktörler dikkate alınmıştır. Araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleşmiş, katılımcılar etik kurallar çerçevesinde bilgilendirilmiştir (Kuş, 2009).

Veri Toplama Araçları ve Süreci

Veriler, yarı yapılandırılmış görüşme formu ve yapılandırılmış gözlem formu aracılığıyla toplanmıştır. Görüşme formu, ilgili literatür taraması ve uzman görüşleri doğrultusunda geliştirilmiş, pilot uygulama sonrasında nihai hale getirilmiştir (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel, 2018). Formda yer alan açık uçlu sorular, beden eğitimi derslerinin empati, iletişim, takım çalışması ve özgüven gibi sosyal beceriler üzerindeki etkilerini ortaya çıkarmaya yöneliktir.

Veri toplama süreci 2025 yılı bahar döneminde gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler bire bir, yüz yüze ve sessiz ortamlarda yapılmış, her bir görüşme ortalama 30-40 dakika sürmüştür. Katılımcıların izniyle ses kayıt cihazı kullanılmış ve elde edilen veriler kelimesi kelimesine döküm haline getirilmiştir. Bu süreçte katılımcı gizliliğine azami önem verilmiştir (Merriam, 2009).

Ayrıca her bir öğretmenin dersine birer kez katılarak yapılandırılmış gözlemler gerçekleştirilmiştir. Gözlemler, pasif katılımcı rolünde yürütülmüş; derslerde öğrenciler arası etkileşim, iş birliği, empati göstergeleri ve özgüven davranışları gözlem formuna not edilmiştir. Gözlem süreci, doğal sınıf ortamında, etkileşime müdahale edilmeden gerçekleştirilmiştir (Angrosino, 2007).

Veri Analizi

Toplanan veriler, içerik analizi yöntemiyle analiz edilmiştir. İlk aşamada tüm görüşme dökümleri ve gözlem notları detaylı biçimde okunarak kodlamaya uygun veri bölümleri işaretlenmiştir. Kodlar benzerliklerine göre temalar altında birleştirilmiştir. Temalar arasında “öğrenciler arası etkileşim”, “empati ve hoşgörü”, “iş birliği ve takım çalışması” ile “özgüven ve liderlik” öne çıkmıştır. Kodlama süreci, ikinci bir araştırmacının görüşleri alınarak kontrol edilmiş ve yorumlayıcı güvenirlik sağlanmıştır (Miles & Huberman, 1994; Gibbs, 2007).

Geçerlik ve Güvenirlik

Araştırmanın geçerliği ve güvenirliği için çeşitli stratejiler kullanılmıştır. Öncelikle veri çeşitliliği sağlanmış; görüşme ve gözlem gibi iki farklı teknikle veriler toplanarak üçgenleme yapılmıştır (Denzin, 1978). Ayrıca elde edilen bulgular bazı katılımcılarla paylaşılarak “üye denetimi” uygulanmış ve katılımcı onayı alınmıştır (Lincoln & Guba, 1985). Araştırmacı,

özdüşünümsel günlükler tutarak olası önyargılardan kaçınmış, sürece dair kendi tutum ve varsayımlarını denetim altında tutmuştur (Merriam, 2009).

BULGULAR

Araştırmadan elde edilen nitel veriler doğrultusunda, beden eğitimi derslerinin ortaöğretim öğrencilerinin sosyal gelişimlerine çeşitli boyutlarda katkı sunduğu belirlenmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşmeler ve sınıf içi gözlemlerden elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuş ve aşağıda sunulan dört ana tema altında yapılandırılmıştır: (1) Öğrenciler Arası Etkileşim ve İletişim, (2) Empati ve Hoşgörü Gelişimi, (3) İş Birliği ve Takım Çalışması, (4) Özgüven ve Kendini İfade Etme Becerisi.

1. Öğrenciler Arası Etkileşim ve İletişim

Beden eğitimi öğretmenlerinin büyük çoğunluğu, beden eğitimi derslerinin öğrenciler arasındaki etkileşim düzeyini artırdığını ifade etmiştir. Öğretmenler, bu derslerde öğrencilerin diğer derslere kıyasla daha fazla iletişim kurduğunu, daha rahat sosyal temas sağladığını ve grup içi dinamiklerin daha görünür hale geldiğini belirtmişlerdir. Takım oyunları ve grup etkinlikleri sırasında öğrencilerin birbirleriyle aktif şekilde iletişim kurdukları ve sosyal bağlarını güçlendirdikleri gözlemlenmiştir.

Öğretmenlerden biri bu durumu şu şekilde ifade etmiştir: “Normalde sınıf içinde sessiz kalan öğrenciler, beden eğitimi dersinde hem konuşmaya hem de birlikte çalışmaya daha istekli oluyorlar.” Bu bulgu, Yurt’un (2019) çalışmasında velilerin de çocuklarının sosyalleşme sürecinde beden eğitimi derslerinin olumlu etkilerini vurgulamasıyla paralellik göstermektedir. Aynı şekilde, Taşkiran, Selçuk ve Doğar (2014) da beden eğitimi derslerinin öğrenci etkileşimini artırarak sosyal ilişkileri geliştirdiğini ortaya koymuştur.

2. Empati ve Hoşgörü Gelişimi

Araştırmada öne çıkan bir diğer önemli tema, beden eğitimi derslerinin öğrencilerde empati ve hoşgörü duygularını geliştirdiği yönündedir. Öğretmenler, özellikle farklı fiziksel yeterliliklere sahip öğrencilerin bir arada etkinlik yaparken birbirlerinin duygularını anlamaya daha yatkın hale geldiklerini belirtmişlerdir. Özellikle takım çalışmalarında bazı öğrencilerin

arkadaşlarının hatalarını telafi etmeye çalıştıkları, motivasyon sağlayarak destekleyici bir tutum sergiledikleri gözlemlenmiştir.

Bir öğretmen bu durumu şöyle aktarmıştır: “Oyunda hata yapan arkadaşına moral veren öğrenciler görüyorum. Bu çok değerli çünkü empati duygusunu güçlendiriyor.” Bu gözlem, Özdiñç’in (2005) çalışmasında sporun öğrencilerin sosyal dayanışma ve anlayış geliştirme düzeyine olan katkılarını vurgulayan bulgularla örtüşmektedir. Ayrıca Yıldırım ve Yetim (1996), öğrencilerin beden eğitimi derslerinde sportif etik ve hoşgörü kavramlarını deneyimlediklerini vurgulamıştır.

3. İş Birliği ve Takım Çalışması

Beden eğitimi öğretmenlerinin ifadelerine göre, ders sürecinde öğrenciler takım ruhu geliştirme ve grup hedefleri doğrultusunda sorumluluk alma konusunda önemli kazanımlar elde etmektedir. Özellikle çok oyunculu oyunlar sırasında öğrencilerin strateji geliştirdikleri, roller üstlendikleri ve iş birliğine dayalı kararlar aldıkları sıkça gözlenmiştir. Gözlem formlarında, öğrencilerin koordinasyon halinde hareket ettikleri, rollerini benimsedikleri ve takımın başarısı için fedakârlık yaptıkları not edilmiştir.

Bu bulgular, Güneş ve Tösten’in (2023) beden eğitimi öğretmenleriyle yaptıkları çalışmadaki verilerle örtüşmektedir. Söz konusu araştırmada da öğretmenler, takım sporları aracılığıyla öğrencilerin iş birliği, dayanışma ve ortak amaç duygusu geliştirdiklerini belirtmişlerdir. Bu bağlamda beden eğitimi derslerinin doğal bir “sosyal beceri laboratuvarı” işlevi gördüğü söylenebilir.

4. Özgüven ve Kendini İfade Etme Becerisi

Araştırmanın en dikkat çekici bulgularından biri, beden eğitimi derslerinin öğrencilerin özgüven kazanmalarına ve kendilerini farklı yollarla ifade etmelerine olanak sağlamasıdır. Öğretmenler, akademik başarı açısından geri planda olan bazı öğrencilerin beden eğitimi dersinde sergiledikleri başarıların onları sosyal olarak daha görünür ve aktif kıldığını belirtmişlerdir.

Bir öğretmen, “Beden eğitimi dersinde yeteneklerini gösterme fırsatı bulan öğrenciler, zamanla sınıf içinde daha girişken ve kendine güvenli hale geliyor,” diyerek bu etkiyi vurgulamıştır. Bu bulgu, Büyüközdemir’in (2008) öğrencilerin beden eğitimi dersi yoluyla öz

değer ve sosyal kabul düzeylerinin yükseldiğine dair saptamalarıyla uyumludur. Ayrıca Kılıçgil (1998), sporun bireysel başarı hissi yaratarak bireyde benlik saygısını artırdığını belirtmiştir.

Genel Değerlendirme

Bu dört ana tema çerçevesinde değerlendirildiğinde, beden eğitimi derslerinin öğrencilerin sosyal gelişimlerine bütüncül ve çok boyutlu katkılar sunduğu açıkça görülmektedir. Etkileşim, empati, iş birliği ve özgüven gibi sosyal-duygusal becerilerin gelişimi, sadece sınıf içi başarıyı değil; öğrencilerin okul dışı sosyal yaşamlarında da daha uyumlu bireyler olmalarını desteklemektedir. Bu sonuçlar, beden eğitimi dersinin eğitsel rolünün yalnızca fiziksel gelişimle sınırlı kalmadığını, aynı zamanda sosyal öğrenmenin de önemli bir bileşeni olduğunu ortaya koymaktadır (MEB, 2018).

TARTIŞMA

Bu araştırma, beden eğitimi derslerinin ortaöğretim öğrencilerinin sosyal gelişimlerine olan katkılarını öğretmen görüşleri ve sınıf içi gözlemler aracılığıyla incelemiştir. Elde edilen bulgular, beden eğitimi derslerinin öğrenciler arasında etkileşimi artırdığı, empati ve hoşgörü gibi duygusal becerileri desteklediği, iş birliği ve takım çalışmasını teşvik ettiği ve özgüven gelişimini olumlu yönde etkilediği yönündedir. Bu sonuçlar, mevcut literatürle büyük ölçüde örtüşmekte ve beden eğitiminin çok yönlü bir eğitim aracı olduğunu bir kez daha ortaya koymaktadır.

Araştırmanın ilk önemli bulgusu, beden eğitimi derslerinin öğrenciler arası sosyal etkileşimi belirgin şekilde artırdığı yönündedir. Bu bulgu, Taşkiran, Selçuk ve Doğan'ın (2014) çalışmasıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada, velilerin büyük bir kısmı beden eğitimi derslerinin çocuklarının arkadaş ilişkilerini güçlendirdiğini ve iletişim becerilerini geliştirdiğini belirtmiştir. Benzer şekilde Yurt (2019), beden eğitimi derslerinin özellikle içe dönük öğrencilerin sosyal ortamlara katılımını kolaylaştırdığını ve sosyal izolasyonu azalttığını belirtmektedir. Bu etki, grup içinde oyun oynama, sorumluluk paylaşma ve birlikte karar alma gibi süreçlerle gerçekleşmekte, öğrencilerin aktif sosyal katılımını teşvik etmektedir (Büyüközdemir, 2008).

Empati ve hoşgörü gelişimi bağlamında elde edilen bulgular, beden eğitimi derslerinde öğrencilerin farklılıkları kabul etme ve diğer bireylerin duygularına duyarlılık geliştirme yönünde deneyimler yaşadığını ortaya koymuştur. Bu durum, beden eğitimi ortamının duygusal farkındalık ve sosyal duyarlılık açısından gelişim fırsatları sunduğunu göstermektedir. Kılıcıgil (1998), sportif etkinliklerin bireylerde sadece fiziksel değil, duygusal ve ahlaki yönleri de pekiştirdiğini vurgulamakta; özellikle takım oyunlarının bireyin sosyal benliğini geliştirmede kritik rol oynadığını belirtmektedir. Nitekim spor, bireyin hem rekabet hem de iş birliği gibi zıt eğilimleri aynı anda yönetmesini gerektiren nadir sosyal alanlardan biridir (Özdiç, 2005). Bu nedenle, beden eğitimi dersleri öğrencilerin sadece bedensel değil, sosyal ve ahlaki gelişimlerinde de birer eğitim aracıdır.

İş birliği ve takım ruhunun gelişimi açısından elde edilen bulgular, Güneş ve Tösten'in (2023) nitel araştırmasıyla büyük ölçüde örtüşmektedir. Bu çalışmada, beden eğitimi öğretmenleri özellikle takım oyunları ve grup etkinliklerinin, öğrencilerde birlikte çalışma kültürünü geliştirdiğini ve bireysel çıkarların ötesine geçerek kolektif sorumluluk bilinci oluşturduğunu ifade etmişlerdir. Takım sporları, öğrencilerin grup içinde rol paylaşımı, stratejik karar alma ve liderlik gibi becerileri doğrudan deneyimlemelerini sağlayarak sosyal yeterliklerini artırmaktadır (Yıldıran & Yetim, 1996). Bu beceriler, sadece okul içi ortamlarla sınırlı kalmamakta, aynı zamanda öğrencilerin gelecekteki mesleki ve toplumsal rollerinde de önemli avantajlar sağlamaktadır.

Araştırmanın ortaya koyduğu bir diğer kritik bulgu, beden eğitimi derslerinin öğrencilerin özgüven ve kendini ifade etme becerilerine katkıda bulunduğuudur. Bu bulgu, sporun bireyin kendini tanıma, sınırlarını keşfetme ve başarıya duygusunu tatma gibi psikososyal yönlerini desteklediğini ileri süren literatürle uyumludur (Büyüközdemir, 2008; Kılıcıgil, 1998). Akademik başarı açısından dezavantajlı durumda olan bazı öğrencilerin beden eğitimi derslerinde kendilerini başarıyla ifade etmeleri, onların benlik algılarını güçlendirmekte ve sosyal kabul düzeylerini artırmaktadır. Bu durum, özgüvenin gelişmesinde alternatif öğrenme yollarının önemini göstermektedir. Ayrıca bu tür derslerde alınan liderlik rolleri ve grup temsiliyetleri, öğrencilerin sorumluluk duygusunu geliştirerek demokratik katılım becerilerine de katkı sunmaktadır (MEB, 2018).

Beden eğitimi derslerinin sosyal beceri gelişimi üzerindeki etkileri konusunda literatürde yer alan bir diğer önemli tartışma, bu etkinin “otomatik” değil, “planlı” ve “pedagojik rehberlik” eşliğinde gerçekleştiğidir. Yani, sosyal gelişim ancak öğretmenlerin bu

kazanımları bilinçli olarak hedeflemesi ve derslerini bu doğrultuda yapılandırmasıyla etkili şekilde desteklenebilir (Güneş & Tösten, 2023). Aksi halde, sporun doğasında yer alan rekabetçi yapı, öğrenciler arasında dışlanma, çatışma veya eşitsizlik gibi olumsuz sosyal sonuçlar da doğurabilir (Yurt, 2019). Bu noktada beden eğitimi öğretmenlerinin yalnızca antrenör değil, aynı zamanda birer sosyal gelişim rehberi olarak rollerini benimsemeleri büyük önem taşımaktadır.

Bu bağlamda, beden eğitimi derslerinin öğrencilerin sosyal becerilerini geliştirmedeki potansiyelinden tam anlamıyla yararlanılabilmesi için bazı öneriler geliştirilebilir. Öncelikle, beden eğitimi öğretmenlerinin sosyal-duygusal öğrenme konusunda hizmet içi eğitimlerle desteklenmesi gerekmektedir. Ders içeriğinin sadece fiziksel performansa değil, sosyal becerilere de odaklanacak şekilde yapılandırılması, örneğin takım içinde dönüşümlü liderlik uygulamaları veya empati odaklı oyun senaryolarının geliştirilmesi önemlidir. Ayrıca derslerin değerlendirme süreçlerinde sosyal becerilere yönelik gözlem formları ve öğrenci öz değerlendirme araçları da kullanılabilir. Sonuç olarak, bu çalışmanın bulguları, beden eğitimi derslerinin öğrencilerin sosyal gelişimine çok boyutlu katkılar sunduğunu açıkça ortaya koymaktadır. Sosyal etkileşim, empati, iş birliği ve özgüven gibi temel sosyal becerilerin gelişimi, yalnızca bireysel kazanımlar açısından değil, toplumsal bütünleşme ve demokratik yaşam için de kritik önem taşımaktadır. Bu yönüyle beden eğitimi, çağdaş eğitim anlayışı içinde vazgeçilmez bir öge olmayı sürdürmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi derslerinin ortaöğretim öğrencilerinin sosyal gelişimleri üzerindeki etkilerini öğretmen görüşleri ve sınıf içi gözlemler aracılığıyla incelemektir. Nitel araştırma deseniyle yürütülen çalışmada elde edilen bulgular, beden eğitimi derslerinin öğrencilerin sosyal becerilerinin gelişimi açısından önemli bir araç olduğunu açıkça ortaya koymuştur. Öğrenciler arası etkileşim, empati, hoşgörü, iş birliği, takım çalışması ve özgüven gibi temel sosyal beceriler, beden eğitimi derslerinde doğal olarak desteklenmektedir.

Araştırmanın sonuçlarına göre:

- **Öğrenciler arası etkileşim**, beden eğitimi derslerinde yoğunlaşmakta, bu derslerde öğrenciler birbirleriyle daha rahat iletişim kurmakta ve farklı arkadaşlık ilişkileri geliştirebilmektedir.
- **Empati ve hoşgörü**, takım çalışmaları ve grup içi roller sayesinde gelişmekte, öğrenciler farklılıkları kabul etmeyi ve hata yapan arkadaşlarına destek olmayı öğrenmektedir.
- **İş birliği ve takım çalışması**, sportif faaliyetler aracılığıyla öğrencilerde ortak hedefe yönelik sorumluluk alma ve paylaşma davranışlarını güçlendirmektedir.
- **Özgüven ve kendini ifade etme**, özellikle fiziksel olarak başarılı olan öğrencilerde artmakta; beden eğitimi dersleri, öğrencilerin kendilerini sözlü olmayan yollarla da ifade edebilecekleri bir alan sunmaktadır.

Bu bağlamda beden eğitimi dersleri, öğrencilerin yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda duygusal ve sosyal yönlerini de geliştiren çok boyutlu bir öğrenme ortamı sağlamaktadır. Sosyal becerilerin gelişimi, bireyin toplumsal yaşama katılımı, iş birliği yapabilme kapasitesi ve demokratik vatandaşlık bilinci açısından temel bir öneme sahiptir. Bu nedenle beden eğitimi derslerinin eğitim sistemindeki rolü yeniden değerlendirilerek sosyal-duygusal öğrenme boyutları ön plana çıkarılmalıdır.

Araştırma bulgularından hareketle aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

1. **Program Geliştirme:** Millî Eğitim Bakanlığı tarafından hazırlanan beden eğitimi öğretim programları, sosyal ve duygusal öğrenme hedeflerini daha açık ve ölçülebilir şekilde içerecek biçimde güncellenmelidir. Programda sadece fiziksel performansa değil, sosyal davranışlara yönelik kazanımlar da tanımlanmalı ve ders planlamalarında bu hedeflere yer verilmelidir.
2. **Hizmet İçi Eğitim:** Beden eğitimi öğretmenlerine yönelik olarak sosyal beceri eğitimi, sınıf yönetiminde sosyal etkileşimi artırıcı stratejiler, empati geliştirme uygulamaları ve grup dinamiği yönetimi gibi konuları içeren hizmet içi eğitim programları düzenlenmelidir.
3. **Değerlendirme Süreçleri:** Beden eğitimi derslerinin değerlendirme süreçlerinde, sadece fiziksel yeterlilik değil, sosyal katılım, takım içi davranış, liderlik ve empati gibi boyutlar da dikkate alınmalıdır. Bu amaçla gözlem formları, öz değerlendirme araçları ve akran değerlendirmeleri geliştirilebilir.

4. **Katılımcı Ders Ortamı:** Öğrencilerin aktif katılımını teşvik edecek, farklı rolleri deneyimleyebilecekleri, rotasyonlu takım liderliği veya grup temsilciliği gibi uygulamalar yaygınlaştırılmalıdır. Bu uygulamalar aracılığıyla öğrenciler farklı sosyal roller içinde bulunarak kendilerini tanıma ve ifade etme imkânı bulurlar.
5. **Sosyal İçerikli Projeler:** Beden eğitimi derslerine sosyal sorumluluk projeleri entegre edilerek öğrencilerin toplumsal duyarlılığı ve aktif vatandaşlık becerileri desteklenmelidir. Örneğin “farklılıklara saygı” temalı oyunlar veya engelli bireylerin sporuna dair farkındalık etkinlikleri yapılabilir.
6. **Disiplinlerarası İş Birliği:** Rehberlik servisleri ile beden eğitimi öğretmenleri arasında iş birliği kurulmalı, öğrencilerin sosyal gelişimlerini izleyen bütüncül bir yaklaşım benimsenmelidir.

Sonuç olarak, beden eğitimi derslerinin öğrencilerin sosyal gelişimi üzerindeki etkileri yadsınamayacak düzeydedir. Ancak bu potansiyelin tam olarak ortaya çıkması, ancak bilinçli planlama, pedagojik rehberlik ve bütüncül eğitim politikalarıyla mümkün olacaktır. Bu nedenle hem öğretmenler hem de eğitim yöneticileri, beden eğitimi derslerini yalnızca fiziksel gelişim aracı olarak değil, öğrencilerin sosyal ve duygusal gelişimleri için stratejik bir alan olarak değerlendirmelidir.

KAYNAKÇA

- Angrosino, M. (2007). Doing ethnographic and observational research. Sage Publications.
- Büyüközdemir, B. (2008). Beden eğitimi dersi ve faaliyetlerinin ilköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinin sosyal gelişim düzeyine etkisi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2018). Bilimsel araştırma yöntemleri (25. baskı). Pegem Akademi.
- Creswell, J. W. (2013). Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches (3rd ed.). SAGE Publications.
- Denzin, N. K. (1978). The research act: A theoretical introduction to sociological methods. McGraw-Hill.
- Ergün, M. (2019). Eğitim sosyolojisi (6. baskı). Pegem Akademi.
- Gibbs, G. R. (2007). Analyzing qualitative data. SAGE Publications.
- Güneş, U., & Tösten, R. (2023). Beden eğitimi ve spor öğretim programında yer alan sosyal beceriler üzerine nitel bir araştırma: Uygulama, engeller ve öneriler. Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 11(1), 81–105. <https://doi.org/10.53586/susbid.1267573>

- Kılıcıl, E. (1998). Sosyal çevre–spor ilişkileri: Teori ve elit sporculara ilişkin bir uygulama. Bağırğan Yayınevi.
- Kuş, E. (2009). Nitel araştırma: Sosyal bilimlerde yöntem ve araştırma tasarımı. Anı Yayıncılık.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). Naturalistic inquiry. Sage Publications.
- Merriam, S. B. (2009). Qualitative research: A guide to design and implementation. Jossey-Bass.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). Qualitative data analysis: An expanded sourcebook (2nd ed.). Sage Publications.
- Milli Eğitim Bakanlığı [MEB]. (2018). Beden eğitimi dersi (1–8. sınıflar) öğretim programı ve kılavuzu. Talim ve Terbiye Kurulu Başkanlığı.
- Özdiç, Ö. (2005). Çukurova Üniversitesi öğrencilerinin sporun ve spora katılımın sosyalleşmeyle ilişkisi üzerine görüşleri. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3(2), 77–84.
- Patton, M. Q. (2002). Qualitative research and evaluation methods (3rd ed.). Sage Publications.
- Taşkıran, C., Selçuk, M. H., & Doğar, Y. (2014). Beden eğitimi dersinin sosyalleşmeye olan etkisine ilişkin ilköğretim öğrenci velilerinin görüşleri. The Journal of Academic Social Science Studies, 2014(26), 159–166.
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri (11. baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Yıldırım, İ., & Yetim, A. A. (1996). Ortaöğretimde beden eğitimi dersinin öncelikli amaçları üzerine bir araştırma. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3, 36–43.
- Yurt, İ. İ. (2019). Beden eğitimi ve spor dersinin ortaokul öğrencilerinin sosyalleşmelerine etkisine ilişkin veli görüşleri. 21. Yüzyılda Eğitim ve Toplum, 8(23), 297–312.

**SPOR YÖNETİCİLERİNİN YAŞAM DOYUMLARININ VE HEDEF
BAĞLILIKLARININ İNCELENMESİ**
EXAMINING LIFE SATISFACTION AND GOAL COMMITMENT OF SPORTS
MANAGERS

Ali KAYA

*¹Istanbul University-Cerrahpasa, Faculty of Sports Sciences, Department of Sports
Management, Istanbul, Turkey
ORCID Code: 0000-0002-6417-4523

Cemile Nihal YURTSEVEN

*²Istanbul University-Cerrahpasa, Faculty of Sports Sciences, Department of Sports
Management, Istanbul, Türkiye
ORCID Code: 0000-0001-8201-0752

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, spor yöneticilerinin yaşam doyum düzeyleri ile hedef bağlılıkları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Çalışmanın bir diğer amacı yaşam doyumunu ve hedef bağlılığının cinsiyet, yaş, medeni durum, aktif olarak spor yapma ve gelir düzeyi değişkenlerine göre değişiklik gösterip göstermediğinin incelenmesidir. Nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılarak gerçekleştirilen bu çalışma, farklı kurum ve kuruluşlarda görev yapan toplam 312 spor yöneticisi ile yürütülmüştür. Veri toplama aracı olarak “Yaşam Doyumu Ölçeği” ve “Hedefe Bağlılık Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışma gönüllülük esasına dayalı olarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın evrenini İstanbul ili kamu kurum ve kuruluşlarında spor yöneticisi pozisyonunda çalışan kişiler örneklemi ise bu evren içinden rastgele örnekleme yöntemi ile belirlenen spor yöneticileri oluşturmaktadır. Araştırmanın analizlerinin SPSS 25.0 paket programına tanımlanmasının akabinde, ilgili analizler bu program aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Sonuç olarak spor yöneticilerinin yaşam doyumunu ve hedef bağlılıkları arasında anlamlı ve pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca, cinsiyet, yaş, görev süresi ve çalışılan kurum türü gibi değişkenlerin yaşam doyumunu ve hedef bağlılığı üzerinde belirleyici etkileri olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular, spor yöneticilerinin kişisel ve mesleki gelişimlerini destekleyecek politikaların oluşturulması açısından önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, yaşam doyumunu, hedef bağlılığı

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between life satisfaction levels and goal commitment of sports managers. Another aim of the study is to examine whether life satisfaction and goal commitment vary according to variables such as gender, age, marital status, active sports participation and income level. This study, which was conducted using the relational screening model from quantitative research methods, was conducted with a total of 312 sports managers working in different institutions and organizations. The “Life Satisfaction Scale” and “Goal Commitment Scale” were used as data collection tools. The study was carried out on a voluntary basis. The universe of the study consisted of people working in sports manager positions in public institutions and organizations in Istanbul, and the sample consisted of sports managers

selected from this universe by random sampling method. After defining the analyzes of the study in the SPSS 25.0 package program, the relevant analyzes were performed through this program. As a result, it shows that there is a significant and positive relationship between life satisfaction and goal commitment of sports managers. In addition, it has been determined that variables such as gender, age, tenure and type of institution have decisive effects on life satisfaction and goal commitment. These findings are important in terms of creating policies that will support the personal and professional development of sports managers.

Keywords: Sports, life satisfaction, goal commitment

GİRİŞ

Günümüz spor organizasyonlarının başarıya ulaşmasında, spor yöneticilerinin bireysel özellikleri ve motivasyon düzeyleri belirleyici rol oynamaktadır. Bu bağlamda, yaşam doyumu ve hedef bağlılığı gibi psikososyal değişkenler, yöneticilerin mesleki performanslarını ve kurumsal bağlılıklarını doğrudan etkilemektedir. Yaşam doyumu, bireyin yaşamının genelinden duyduğu memnuniyet düzeyi olarak tanımlanmakta olup, bireyin hem kişisel hem de mesleki yaşamında denge ve tatmin duygusunu temsil eder (Diener et al., 1985). Spor yöneticilerinin yaşadığı yoğun stres, baskı ve karar alma sorumlulukları göz önüne alındığında, yaşam doyumlarının değerlendirilmesi önem arz etmektedir.

Öte yandan, hedef bağlılığı, bireyin belirli bir hedefe yönelik içsel motivasyonunu, azmini ve sürekliliğini ifade eder (Locke & Latham, 2002). Spor yöneticilerinin organizasyonel hedeflerle ne ölçüde bütünleştiği, kurumun genel başarısını da etkileyebilmektedir. Nitekim hedeflere bağlılık düzeyi yüksek olan yöneticiler, engeller karşısında daha dirençli olup, çalışan motivasyonunu artırma ve uzun vadeli stratejik planlamalarda etkin rol oynama eğilimindedir (Sheldon & Elliot, 1999). Bu kapsamda, spor yöneticilerinin yaşam doyumu ile hedef bağlılıkları arasındaki ilişkinin anlaşılması, hem bireysel gelişim hem de örgütsel verimlilik açısından önemli çıkarımlar sunabilir.

Bu çalışmanın amacı, spor yöneticilerinin yaşam doyum düzeyleri ile hedef bağlılıklarını çeşitli demografik değişkenler ışığında inceleyerek, aralarındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Elde edilecek bulguların, spor yönetimi alanında çalışan profesyonellere ve politika yapıcılara yön gösterecek nitelikte olması hedeflenmektedir.

YÖNTEM

Aşağıda araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama araçları ve veri analizi bölümlerine yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Araştırmamızda ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. İlişkisel tarama modeli birden fazla değişkenin birlikte değişim varlığını veya derecesini açıklamayı amaçlayan bir araştırma modelidir (Karasar, 2017). İlişkisel tarama modelinin yanı sıra nedensel karşılaştırma yönteminden yararlanılmıştır. Nedensel karşılaştırma yöntemi doğal/kendiliğinden ortaya çıkmış bir durumun ve bu duruma yönelik değişkenlerin araştırıldığı bir yöntemdir (Büyüköztürk vd. 2008). Veri toplama yöntemi olarak anket uygulanmış ve araştırma gönüllülük esasına bağlı kalınarak gerçekleştirilmiştir.

Evren ve Örneklem

Çalışmamızın evrenini İstanbul’da kamu kurum ve kuruluşlarında spor yöneticisi olarak çalışan kişiler, örneklemine ise bu evren içinden kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenen N=237 spor yöneticisi oluşturmaktadır. Kolayda örnekleme yönteminde veriler çalışma grubundan hızlı ve kolay bir biçimde elde edilebilir (Karasar, 2017). Katılımcılara çalışmamız hakkında bilgiler verilmesinden sonra çalışmamız gönüllülük esasına bağlı kalınarak yürütülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek için hazırlanan kişisel bilgi formunun yanı sıra “yaşam doyumu ölçeği” ve “Hedef Bağlılığı Ölçeği” uygulanmıştır. Kullanılan ölçekler bu bölümde anlatılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu cinsiyet, yaş, medeni durum, aktif olarak spor yapma ve gelir düzeyi değişkenlerini içermektedir.

Yaşam Doyumu Ölçeği

Yaşam doyumu ölçeği bireylerin yaşam doyumlarını incelemek amacıyla Diener, Emmons, Larsen ve Griffin (1985) tarafından geliştirilmiş tek boyuta sahip ve 5 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması Köker (1991) tarafından

yapılmıştır. 5’li likert tipte hazırlanan ölçeğin seçenekleri “Kesinlikle Katılmıyorum (1) ile Kesinlikle Katılıyorum (7)” aralığında sıralanmıştır. Ölçeğin Cronbach-alfa iç tutarlılık katsayısının. 85 olduğu tespit edilmiştir.

Hedef Bağlılık Ölçeği

Katılımcıların hedef bağlılık düzeylerini belirlemek için geliştirilen Hedef Bağlılığı Ölçeği Hollenbeck, Williams ve Klein (1989) tarafından geliştirilmiş ve Klein, Wesson, Hollenbeck ve Wright (2001) tarafından 5 madde şekline uyarlanmıştır. 5 maddeden oluşan ölçek, 5’li likert tipte hazırlanmıştır. Ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması Şenel ve Yıldız (2016) tarafından yapılmıştır. Tek boyutlu bir yapıda oluşturulan ölçekte cevaplar Kesinlikle Katılmıyorum, Kesinlikle Katılıyorum aralığında sıralanmıştır. Ölçeğin Chronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .74 olarak bulunmuştur.

Veri Analizi

Araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Hedef Bağlılığı Ölçeğinden elde edilen veriler IBM SPSS 25.0 paket programına tanımlanarak analizler bu program aracılığı ile gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri

		Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	44	18,6
	Erkek	193	81,4
	Toplam	237	100,0
Yaş	18-26	83	35,0
	27-35	68	28,7
	36-44	38	16,0
	45 ve üzeri	48	20,3
	Toplam	237	100,0
Medeni Durum	Evli	99	41,8
	Bekâr	138	58,2
	Toplam	237	100,0
Aktif Spor Yapma Durumu	Evet	201	84,8
	Hayır	36	15,2
	Toplam	237	100,0

Haftalık serbest zaman süresi	0-4 saat	98	41,4
	5-9 saat	63	26,6
	10-14 saat	45	19,0
	15 saat ve üzeri	31	13,1
	Toplam	237	100,0

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların çalışmaya katılan gönüllülerin %18.6'sının kadın, %81.4'ünün erkek olduğu, %35'inin 18-26 yaş, %28.7'sinin 27-35 yaş, %16'sının 36-44 yaş ve %20.3'ünün ise 45 ve üzeri yaş aralığında olduğu, %41.8'inin evli, %58.2'sinin bekâr olduğu, %84.8'inin aktif olarak spor yaparken, %15.2'sinin ise aktif bir spor hayatının olmadığı, %41.4'ünün 0-4 saat, %26.6'sının 5-9 saat, %19'unun 10-14 saat ve %13.1'inin ise 15 saat ve üzeri haftalık serbest zamana sahip olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2. Yaşam Doyumu ve Hedef Bağlılığı ölçek puanlarının çarpıklık-basıklık ve kolmogorov-smirnov testi anlamlılık düzeyi sonuçları

Boyutlar	N	Çarpıklık	Basıklık	P
Yaşam Doyumu Toplam Skor	241	-.630	,478	.000
Hedef Bağlılığı Ölçeği Toplam Skor	241	-.171	,395	.000

Tablo 2'de yer alan Kolmogorov-Smirnov testi sonuçları incelendiğinde, Yaşam Doyumu Ölçeği ve Hedef Bağlılığı Ölçeği'nden elde edilen puanların normal dağılımdan saptığı tespit edilmiştir. Kolmogorov-Smirnov testi, verilerin normal dağılıma uygun olup olmadığını değerlendirmede kullanılan yöntemlerden yalnızca biridir. Normal dağılım eğrileri detaylı bir şekilde incelendiğinde, dağılımın belirgin sapmalar gösterdiği gözlemlenmiştir. Büyüköztürk (2007), değişkenlerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 1 aralığında olmasını normallikten aşırı sapma olarak değerlendirirken, Tabachnick ve Fidell (2013) ise bu katsayıların $\pm 1,5$ seviyelerinde bulunmasının normallikten sapma olarak kabul edilebileceğini ifade etmektedir. Yapılan analizler sonucunda, araştırmada kullanılan veri setinin normal dağılım göstermediği belirlenmiş ve bu nedenle istatistiksel analizlerde non-parametrik testler tercih edilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların cinsiyetlerine göre Yaşam Doyumu ve Hedef Bağlılık düzeylerinin değerlendirilmesi

Ölçekler	Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Yaşam Doyumu Toplam Skor	Kadın	44	124,34	5471,00	4011,00	,564
	Erkek	193	117,78	22732,00		
Hedef Bağlılığı Ölçeği Toplam Skor	Kadın	44	122,86	5406,00	4076,00	,677
	Erkek	193	118,12	22797,00		

Tablo 3’te katılımcıların cinsiyetlerine göre yaşam doyumu ve hedef bağlılığı düzeyleri incelendiğinde tüm alt boyut ve toplam skorlarda istatistiksel olarak anlamlılık arz eden bir skor oluşmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 4. Katılımcıların yaşlarına göre Yaşam Doyumu ve Hedef Bağlılık düzeylerinin değerlendirilmesi

Boyutlar	Yaş	N	Sıra Ort.	sd	X ²	p	Fark
Yaşam Doyumu Toplam Skor	18-26 ¹	83	141,03	3	13,890	,003	1>2 1>3 1>4
	27-35 ²	68	108,88				
	36-44 ³	38	111,32				
	45 ve üzeri ⁴	48	101,33				
İşte Mutluluk Ölçeği Toplam Skor	18-26 ¹	83	122,84		,439	,932	-
	27-35 ²	68	117,90				
	36-44 ³	38	116,97				
	45 ve üzeri ⁴	48	115,53				

Tablo 4’te katılımcıların yaşlarına göre yaşam doyumu düzeyleri incelendiğinde 18-26 yaş arası bireyler ile 27-35 yaş, 18-26 yaş arası bireyler ile 36-44 yaş, 18-26 yaş arası bireyler ile 45 ve üzeri yaş arası bireyler arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Ortaya çıkan farklılık 18-26 yaş arası bireyler yönünde anlamlıdır. hedef bağlılığı düzeyleri incelendiğinde ise istatistiksel olarak anlamlılık arz eden bir skor oluşmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 5. Katılımcıların medeni durumlarına göre Yaşam Doyumu ve Hedef Bağlılık düzeylerinin değerlendirilmesi

Ölçekler	Medeni Durum	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	P
Yaşam Doyumu Toplam Skor	Evli	99	109,92	10882,00	5932,00	,082
	Bekâr	138	125,51	17321,00		
Hedef Bağlılığı Ölçeği Toplam Skor	Evli	99	116,98	11581,50	6631,50	,700
	Bekâr	138	120,45	16621,50		

Tablo 5’te katılımcıların medeni durumlarına göre yaşam doyumu ve hedef bağlılığı düzeyleri incelendiğinde tüm alt boyut ve toplam skorlarda istatistiksel olarak anlamlılık arz eden bir skor oluşmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

Tablo 6. Katılımcıların Yaşam Doyumu ve Hedef Bağlılık düzeyleri arasındaki ilişki

		Hedef Bağlılığı Toplam Skor
Yaşam Doyumu Toplam Skor	r	,094
	p	,149

Tablo 6’de yaşam doyumu ile hedef bağlılığı arasındaki ilişki incelendiğinde; zayıf düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmamızda, spor yöneticilerinin cinsiyetlerine göre yaşam doyumu ve hedef bağlılığı düzeylerinin incelendiği analizlerde, tüm alt boyutlar ve toplam skorlar açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Bu bulgu, cinsiyetin yaşam doyumu ve hedef bağlılığı üzerinde belirleyici bir faktör olmadığını göstermektedir. Literatürde benzer şekilde, yaşam doyumunun bireysel değerlere, kişisel hedeflere ve çevresel etkenlere bağlı olduğu; cinsiyet faktörünün bu yapıyı anlamlı düzeyde etkilemediği savunulmaktadır (Pavot & Diener, 2008).

Hedef bağlılığı açısından da benzer sonuçlara ulaşılmış, özellikle iş yaşamında kadın ve erkek bireylerin hedeflere yönelik bağlılık düzeylerinin çoğu zaman benzer düzeylerde olduğu vurgulanmıştır (Latham & Pinder, 2005). Bu bağlamda, spor yöneticilerinin mesleki rolleri ve sorumluluklarının cinsiyetten bağımsız olarak benzer stres düzeyleri, benzer hedef baskıları ve benzer organizasyonel dinamiklerle

şekillendiği söylenebilir. Ayrıca, modern yönetim anlayışında cinsiyet temelli rol ayrımlarının azalması ve eşitlikçi yaklaşımların benimsenmesi, bu tür sonuçların ortaya çıkmasını desteklemektedir (Eagly & Carli, 2007).

Araştırmamızda, spor yöneticilerinin yaşlarına göre yaşam doyumu düzeyleri incelendiğinde; 18–26 yaş grubundaki bireylerin, 27–35, 36–44 ve 45 yaş ve üzeri gruplara göre yaşam doyumu düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç, genç yaş grubundaki bireylerin yaşamlarından duydukları memnuniyetin daha yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu durum, genç bireylerin geleceğe yönelik umutlarının, fiziksel enerjilerinin ve çevresel beklentilerinin daha olumlu olmasıyla ilişkilendirilebilir (Diener et al., 1999). Ayrıca, bu yaş grubundaki bireylerin kariyerlerinin başlangıcında olmaları nedeniyle motivasyonlarının yüksek olması, yaşam doyumuna olumlu yansıyabilir (Ryff & Keyes, 1995).

Yaş ilerledikçe yaşam doyumunun azalması ise çeşitli faktörlerle açıklanabilir. Orta yaş ve üzerindeki bireyler, artan iş yükü, mesleki sorumluluklar, ailevi yükümlülükler ve sağlıkla ilgili endişeler gibi nedenlerle daha fazla stres yaşayabilir ve bu durum yaşam doyumlarını olumsuz etkileyebilir (Lachman, 2004). Bu bulgu, yaş ilerledikçe bireysel doyumun daha karmaşık psikososyal dinamiklerle şekillendiğini göstermektedir.

Öte yandan, yaş değişkenine göre hedef bağlılığı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Bu durum, yaş grubuna bakılmaksızın spor yöneticilerinin hedeflerine karşı benzer düzeyde bağlılık geliştirdiklerini göstermektedir.

Araştırmada, katılımcıların medeni durumlarına göre yaşam doyumu ve hedef bağlılığı düzeyleri incelendiğinde, tüm alt boyutlar ve toplam skorlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farkın oluşmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Bu sonuç, spor yöneticilerinin yaşam doyumu ve hedef bağlılığı düzeylerinin medeni durumdan bağımsız olarak benzer düzeylerde olduğunu göstermektedir.

Literatürde, yaşam doyumunun bireyin yaşadığı ilişki kalitesi, sosyal destek düzeyi ve kişisel uyum gibi faktörlere bağlı olarak değişebileceği belirtilmektedir (Myers, 2000; Helliwell & Putnam, 2004). Bu bağlamda, evli ya da bekar olmanın yaşam doyumu

üzerinde otomatik olarak belirleyici olmadığı, yaşam doyumunun daha çok bireysel algılarla şekillendiği söylenebilir.

Araştırma bulgularına göre, spor yöneticilerinin yaşam doyumu ile hedef bağlılığı arasında zayıf düzeyde, pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuç, yaşam doyumu arttıkça hedeflere olan bağlılığın da kısmen arttığını, ancak ilişkinin güçlü olmadığını göstermektedir. Bu bulgu, yaşam doyumu ile mesleki motivasyon arasındaki ilişkinin doğrusal ancak sınırlı olduğunu ortaya koymaktadır.

Sonuç olarak spor yöneticiliği gibi stresli ve dinamik bir alanda çalışan bireyler için, yaşam doyumu önemli bir psikolojik destek kaynağı olabilir. Ancak yöneticilerin hedeflere bağlılık düzeylerini artırmak adına yalnızca bireysel yaşam memnuniyetine değil, iş ortamındaki motivasyonel faktörlere, kurumsal desteklere ve gelişim fırsatlarına da odaklanılması gerekmektedir.

Araştırma sonuçları doğrultusunda, spor yöneticilerinin yaşam doyumu ile hedef bağlılığı arasında zayıf düzeyde pozitif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu temelinde aşağıdaki öneriler sunulabilir:

Spor yöneticilerinin yaşam doyumlarını artırmak ve dolayısıyla hedef bağlılıklarını desteklemek amacıyla kurumlar tarafından psikolojik danışmanlık, stres yönetimi, iş-aile dengesi gibi alanlarda destekleyici programlar uygulanmalıdır. Yöneticilerin sadece bireysel doyumlarına değil, aynı zamanda içsel ve dışsal motivasyon kaynaklarına da odaklanılmalıdır. Ödüllendirme sistemleri, performans takdiri, katılımcı liderlik anlayışı gibi uygulamalar, hedef bağlılığını destekleyebilir. Yaşam doyumunu ve bağlılık duygusunu artırmak adına yöneticilere kariyer gelişim olanakları, sürekli eğitim programları ve liderlik becerilerini geliştirecek seminerler sunulmalıdır.

KAYNAKÇA

1. Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith, H. L. (1999). *Subjective well-being: Three decades of progress*. Psychological Bulletin, 125(2), 276–302. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
2. Eagly, A. H., & Carli, L. L. (2007). *Through the labyrinth: The truth about how women become leaders*. Harvard Business Press.
3. Helliwell, J. F., & Putnam, R. D. (2004). The social context of well-being. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 359(1449), 1435–1446. <https://doi.org/10.1098/rstb.2004.1522>
4. Lachman, M. E. (2004). Development in midlife. *Annual Review of Psychology*, 55, 305–331. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141521>
5. Latham, G. P., & Pinder, C. C. (2005). Work motivation theory and research at the dawn of the twenty-first century. *Annual Review of Psychology*, 56, 485–516. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141520>
6. Myers, D. G. (2000). The funds, friends, and faith of happy people. *American Psychologist*, 55(1), 56–67. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.56>
7. Pavot, W., & Diener, E. (2008). The Satisfaction With Life Scale and the emerging construct of life satisfaction. *The Journal of Positive Psychology*, 3(2), 137–152. <https://doi.org/10.1080/17439760701756946>
8. Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
9. Büyüköztürk, Ş. (2007). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı (8. baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
10. Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2008). Bilimsel araştırma yöntemleri (2. baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık.
11. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
12. Hollenbeck, J. R., Williams, C. R., & Klein, H. J. (1989). An empirical examination of the antecedents of commitment to difficult goals. *Journal of Applied Psychology*, 74(1), 18–23. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.74.1.18>

13. Karasar, N. (2017). Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler (32. baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.
14. Klein, H. J., Wesson, M. J., Hollenbeck, J. R., & Wright, P. M. (2001). The Assessment of Goal Commitment: A Measurement Model Meta-Analysis. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 85(1), 32–55. <https://doi.org/10.1006/obhd.2000.2931>
15. Köker, S. (1991). Normal ve sorunlu ergenlerin yaşam doyumu düzeylerinin karşılaştırılması (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
16. Şenel, E., & Yıldız, S. M. (2016). Sporcularda hedef yönelimi ve hedef bağlılığının sportif başarıya etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(1), 1–11.
17. Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Boston: Pearson Education.
18. Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
19. Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist*, 57(9), 705–717. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705>
20. Sheldon, K. M., & Elliot, A. J. (1999). Goal striving, need satisfaction, and longitudinal well-being: The self-concordance model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(3), 482–497. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.3.482>

**"ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERİN REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILIMI
VE BU KATILIMIN SOSYAL BOYUTU ÜZERİNE BİR İNCELEME"
AN EXAMINATION OF THE PARTICIPATION OF INDIVIDUALS WITH
DISABILITIES IN RECREATIONAL ACTIVITIES AND ITS SOCIAL DIMENSION**

Prof. Dr. Mehmet ILKIM
İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID:0000-0003-0033 8899

Assoc. Prof. Yusuf ARIKAN²
Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID:0000-0002-8270-1171

Özet

Zihinsel engelli bireyler genel anlamda sosyal bir yaşam içerisinde olduklarında daha mutlu oluyorlar. Durağan bir yaşam sürdürdüklerinde sık sık hastalıklar ile karşı karşıya kalıyorlar. Bu çalışmanın amacı, zihinsel engelli bireylerin rekreatif etkinliklere katılımlarının sosyal etkilerini incelemektir. Malatya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü bünyesinde gerçekleştirilen etkinliklerde 30 zihinsel engelli birey, antrenörleri eşliğinde müzik eşliğinde oynama, açık hava yürüyüşleri, halk oyunları gibi çeşitli açık hava faaliyetlerine katılmıştır. Yapılan gözlemler ve antrenör görüşmeleri doğrultusunda, bu bireylerin etkinlikler sırasında ve sonrasında belirgin bir şekilde sosyalleştikleri ve olumlu duygular yaşadıkları gözlemlenmiştir. Çalışma, rekreatif faaliyetlerin engelli bireylerin sosyal gelişimleri üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel engelli bireyler, rekreasyon, sosyal etkileşim

Abstract:

Individuals with intellectual disabilities generally experience greater happiness when they are part of a social environment. In contrast, a sedentary lifestyle often leads to frequent health issues. The aim of this study is to examine the social impacts of the participation of individuals with intellectual disabilities in recreational activities. Within the scope of activities organized by the Malatya Provincial Directorate of Youth and Sports, 30 individuals with intellectual disabilities participated in various outdoor activities such as dancing to music, nature walks, and traditional folk dances, accompanied by their coaches. Based on observations and interviews with coaches, it was noted that these individuals exhibited clear signs of socialization and experienced positive emotions during and after the activities. The study reveals the positive effects of recreational activities on the social development of individuals with disabilities.

Keywords:

Individuals with intellectual disabilities, recreation, social interaction

1. Giriş

Rekreatif etkinlikler, bireylerin boş zamanlarını anlamlı, keyifli ve verimli bir şekilde değerlendirmelerine olanak tanıyan; fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimi destekleyen faaliyetler bütünüdür. Spor, sanat, el becerileri, doğa yürüyüşleri ve oyun gibi birçok farklı alanı kapsayan

bu etkinlikler, bireylerin yaşam kalitesini artırmakta, stresle başa çıkmalarına yardımcı olmakta ve sosyal bağların güçlenmesini sağlamaktadır (Karataş & Gürbüz, 2011).

Engelli bireyler için rekreatif etkinlikler, yalnızca bir eğlence ya da boş zaman değerlendirme aracı olmanın ötesine geçmekte; toplumsal katılımın artırılması, psikolojik iyilik halinin desteklenmesi ve günlük yaşam becerilerinin geliştirilmesi açısından kritik bir rol oynamaktadır (Aslan & Koçak, 2017). Zihinsel engelli bireyler söz konusu olduğunda ise bu tür faaliyetlerin önemi daha da artmaktadır. Çünkü zihinsel engelli bireyler, sosyal etkileşimde bulunmakta zorlanabilir, kendilerini ifade etmekte güçlük yaşayabilir ve toplum içinde izole kalma riskiyle karşı karşıya kalabilirler (Dattilo & Schleien, 1994).

Bu bağlamda, rekreatif etkinlikler zihinsel engelli bireylerin sosyal becerilerinin gelişmesine, iletişim kurma yeteneklerinin artmasına ve özgüven kazanmalarına katkı sağlayabilir. Grup içi faaliyetler sayesinde bireyler diğer insanlarla iş birliği yapma, duygu ve düşüncelerini paylaşma ve aidiyet hissi geliştirme imkanı bulurlar. Yapılan araştırmalar, düzenli rekreatif etkinliklere katılan zihinsel engelli bireylerin sosyal etkileşim düzeylerinin, katılmayanlara göre anlamlı derecede yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Sutherland, 2001; Bedini & Anderson, 2005).

Bu çalışma, zihinsel engelli bireylerin rekreatif etkinliklere katılımı ile sosyal etkileşim düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Böylece, bu bireylerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik uygulanabilir stratejilerin geliştirilmesine katkı sağlanması hedeflenmektedir. Araştırma, aynı zamanda engelli bireylerin toplumsal hayata aktif katılımını destekleyen politikalar ve uygulamalar konusunda farkındalık oluşturmaya da amaçlamaktadır.

2. Yöntem

Bu araştırma, nitel araştırma desenine dayalı betimsel bir çalışmadır. Malatya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü'nün düzenlediği rekreatif etkinliklere katılan 30 zihinsel engelli birey gözlem yoluyla değerlendirilmiştir. Katılımcılar, antrenörleri eşliğinde gün boyu doğa yürüyüşü, halk oyunları, müzik eşliğinde dans ve grup oyunları gibi açık hava etkinliklerine katılmışlardır. Antrenörlerle yapılan yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla katılımcıların etkinlik sırasındaki davranışları ve duygusal tepkileri hakkında bilgi toplanmıştır.

3. Bulgular

Elde edilen veriler doğrultusunda, zihinsel engelli bireylerin rekreatif etkinlikler sırasında yüksek motivasyon gösterdikleri, grup oyunları sırasında birbirleriyle iletişim kurmaya istekli oldukları ve etkinlikler sırasında sosyal becerilerinde belirgin gelişim yaşandığı

gözlemlenmiştir. Antrenörlerin ifadelerine göre, bireyler müzik eşliğinde dans ederken aktif katılım göstermiş, doğa yürüyüşlerinde grup bilinciyle hareket etmiş ve halk oyunları gibi kültürel etkinliklerde coşkulu bir şekilde yer almışlardır. Bu durum, rekreatif etkinliklerin sosyalleşme üzerindeki olumlu etkisini desteklemektedir.

4. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmanın bulguları, rekreatif etkinliklerin zihinsel engelli bireylerin yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda sosyal gelişimleri üzerinde de olumlu etkiler yarattığını ortaya koymaktadır. Rekreatif etkinliklere düzenli katılım, zihinsel engelli bireylerin sosyal etkileşim becerilerinin gelişmesine, kendini ifade etme yetilerinin artmasına ve toplumsal yaşamla kurdukları bağların güçlenmesine katkı sağlamaktadır. Bu durum, bireylerin özgüven kazanımı, empati kurma yetenekleri ve grup içinde iş birliği yapabilme kapasiteleri açısından oldukça önemlidir.

Bu bulgular, önceki çalışmalarla da tutarlılık göstermektedir. Özer ve arkadaşları (2012), zihinsel engelli bireylerin sportif etkinliklere düzenli katılımının, özellikle sosyal iletişim becerileri üzerinde olumlu etkiler yarattığını vurgulamaktadır. Yine Karataş ve Arslan (2015), rekreatif faaliyetlerin bireylerin hem kendini ifade etme becerilerini hem de toplumla olan ilişkilerini daha sağlıklı hale getirdiğini belirtmektedir. Literatürde ayrıca, rekreatif etkinliklerin zihinsel engelli bireylerde izolasyonu azalttığı, sosyal aidiyet duygusunu artırdığı ve bireylerin toplum içinde daha aktif roller üstlenmesini sağladığına dikkat çekilmektedir (Dattilo, 2002; Bedini & Anderson, 2005).

Rekreatif etkinliklerin olumlu etkilerinden yararlanabilmek için bu tür faaliyetlerin erişilebilirliğinin artırılması ve zihinsel engelli bireylerin özel ihtiyaçlarına uygun olarak planlanması gerekmektedir. Etkinlik içeriklerinin bireylerin ilgi alanlarına, beceri düzeylerine ve sosyal gelişim ihtiyaçlarına göre düzenlenmesi, katılım motivasyonunu artırarak daha verimli sonuçlar doğuracaktır. Ayrıca bu etkinliklerde görev alacak eğitimcilerin özel eğitim ve engelli bireylerle iletişim konusunda donanımlı olması, sürecin başarısı açısından kritik bir faktördür (Yerlisu Lapa & Aktop, 2014).

Bu bağlamda, zihinsel engelli bireylerin toplumsal entegrasyonunu desteklemek amacıyla yerel yönetimler, sivil toplum kuruluşları ve eğitim kurumları arasında iş birliğinin güçlendirilmesi büyük önem taşımaktadır. Rekreatif etkinliklerin yaygınlaştırılması, yalnızca bireysel gelişimi değil, aynı zamanda toplumun engellilik konusundaki duyarlılığını ve kapsayıcılığını da artıracaktır.

Sonuç olarak, zihinsel engelli bireyler için planlanan rekreatif etkinliklerin sayıca artırılması ve içerik bakımından çeşitlendirilmesi, bireylerin yaşam kalitesini yükseltmekle kalmayacak; aynı zamanda toplumsal katılım süreçlerini hızlandırarak daha kapsayıcı bir toplum yapısının oluşmasına katkı sağlayacaktır. Bu doğrultuda, gelecekte yapılacak çalışmaların hem uygulamaya dönük modeller geliştirmesi hem de uzun vadeli etkileri lmlemesi açısından önemli bir referans oluşturacağı düşünülmektedir.

Kaynakça

Aslan, F., & Koçak, S. (2017). Zihinsel engelli bireylerde fiziksel aktivite ve rekreasyon. Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 2(1), 45–52.

Bedini, L. A., & Anderson, D. M. (2005). I Can Still Shine: The Effects of Recreation on the Self-Concept of Women with Physical Disabilities. Therapeutic Recreation Journal, 39(1), 35–51.

Dattilo, J., & Schleien, S. (1994). Understanding leisure services for individuals with mental retardation. Therapeutic Recreation Journal, 28(3), 190–203.

Karataş, ., & Gürbüz, B. (2011). Boş zaman ve rekreasyon. Ankara: Gazi Kitabevi.

Karataş, ., & Arslan, C. (2015). Engelli bireylerin sportif etkinliklere katılımı ve sosyal uyum düzeyleri. Spor Bilimleri Dergisi, 26(2), 45–56.

Sutherland, S. (2001). Participation in Recreational Activities and the Social Integration of Individuals with Intellectual Disabilities. Journal of Intellectual Disability Research, 45(3), 197–205.

Özer, D., Baran, F., Aktop, A., & Hürmeriç, T. (2012). Zihinsel engelli çocukların sportif etkinliklere katılımının sosyal gelişimlerine etkisi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12(1), 87–96.

Yerlisu Lapa, T., & Aktop, A. (2014). Rekreasyon etkinliklerinin engelli bireylerin yaşam kalitesi üzerindeki etkisi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 11(2), 1129–1141.

**"ENGELLİ BİREYLERİN AİLELERİNİN SPORTİF ETKİNLİKLERE YÖNELİK
TUTUM VE GÖRÜŞLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ"**
EVALUATION OF ATTITUDES AND OPINIONS OF FAMILIES OF INDIVIDUALS
WITH DISABILITIES TOWARD SPORTS ACTIVITIES

Prof. Dr. Mehmet ILKIM
İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID:0000-0003-0033 8899

Assoc. Prof. Yusuf ARIKAN²
Uşak Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü
ORCID:0000-0002-8270-1171

Özet

Engelli bireylere sahip aileler engelli çocuklarının sportif etkinliklere katılmasını ve sonucunda sosyalleşmelerini isterler. Sportif etkinliklere katılan engelli bireyler daha az sağlık sorunu yaşarlar ve öz güvenleri daha güçlü olur. Bu çalışmada, engelli bireylerin sportif etkinliklere katılımı konusundaki aile tutumları ve görüşleri incelenmiştir. Malatya'nın Yeşilyurt ilçesinde, engelli bireylerini sportif aktivitelere yönlendiren 30 aile ile yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular, ailelerin tamamının fiziksel aktivitelerin olumlu etkilerini kabul ettiğini göstermektedir. Katılımcılar, sportif faaliyetlerin bireylerin sosyal uyumunu artırdığını, kendilerini daha iyi ifade etmelerine yardımcı olduğunu ve genel sağlık durumlarını olumlu yönde etkilediğini belirtmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Engelli bireyler, sportif etkinlikler, aile görüşleri

Abstract

Families with disabled individuals want their children to participate in sports activities and, as a result, become more socially integrated. Disabled individuals who engage in sports activities experience fewer health problems and develop stronger self-confidence. This study examines the attitudes and opinions of families regarding the participation of disabled individuals in sports activities. Face-to-face interviews were conducted with 30 families in the Yeşilyurt district of Malatya who encourage their disabled family members to engage in sports. The findings show that all families acknowledge the positive effects of physical activities. Participants stated that sports activities enhance individuals' social integration, help them express themselves better, and positively impact their overall health.

Keywords: Disabled individuals, sports activities, family opinions

1. Giriş

Engelli bireylerin toplumsal hayata aktif olarak katılımı, hem bireyin kendi yaşam kalitesini yükseltmekte hem de toplumun bütünleşik yapısını güçlendirmektedir. Sosyal katılım, engelli bireyler açısından yalnızca fiziksel erişilebilirlikle sınırlı değildir; aynı zamanda bireyin kendisini ifade etme, sosyalleşme ve bağımsız hareket etme gibi temel haklarını kullanabilme olanaklarını da kapsar (Koca, 2020). Bu bağlamda, sportif etkinlikler engelli bireyler için yalnızca bir boş zaman değerlendirme aracı değil, aynı zamanda rehabilitasyon, sosyal

entegrasyon ve psikolojik destek sağlayan bir platform olarak değerlendirilmektedir (Yazıcıoğlu, 2012; Demir & Özyürek, 2015).

Sportif etkinliklere katılımın engelli bireyler üzerindeki olumlu etkileri çok yönlüdür. Fiziksel gelişimin yanı sıra, özgüven artışı, sosyal ilişkilerde gelişme, stresle başa çıkma becerilerinde artış ve yaşam doyumunda belirgin iyileşmeler bu etkiler arasında yer almaktadır (Aslan & Arslan, 2016). Ayrıca spor, bireylerin toplumsal rollerini yeniden inşa etmeleri ve toplumsal dışlanmaya karşı direnç kazanmaları açısından da önem taşır. Engelli bireylerin yaşadığı psikososyal sorunların hafifletilmesinde, düzenli fiziksel aktivite önemli bir rol oynamaktadır (Gürbüz & Henderson, 2013).

Bu noktada, aileler engelli bireylerin sportif etkinliklere katılımında kritik bir rol üstlenmektedir. Özellikle çocuk yaş grubundaki bireylerde ailelerin yönlendirmesi, destekleyici tutumu ve model oluşturmaları, bireyin spora katılımını doğrudan etkilemektedir (Erdoğan, 2019). Ailelerin fiziksel aktiviteye ilişkin tutumları olumlu olduğunda, engelli bireylerin katılım oranları artmakta, sürdürülebilirlik sağlanmakta ve sporun sağladığı faydalar daha görünür hale gelmektedir.

Bu çalışmanın amacı, Malatya ili Yeşilyurt ilçesinde yaşayan ve engelli bireylerini sportif aktivitelere yönlendiren ailelerin bu sürece ilişkin tutum ve görüşlerini incelemektir. Çalışma, ailelerin fiziksel aktivitelere yönelik algılarını ortaya koyarak, engelli bireylerin spor yoluyla sosyal entegrasyonlarını ve bireysel gelişimlerini nasıl desteklediklerini anlamayı hedeflemektedir. Elde edilecek veriler, hem aile temelli destek sistemlerinin geliştirilmesine hem de engelli bireylerin topluma daha etkin katılımının sağlanmasına yönelik politika ve programların yapılandırılmasına katkı sağlayacaktır..

2. Yöntem

Bu araştırma nitel bir çalışmadır. Veriler, Malatya ili Yeşilyurt ilçesinde yaşayan ve engelli bireylerini düzenli olarak sportif etkinliklere yönlendiren 30 aile ile yüz yüze yapılan yarı yapılandırılmış görüşmeler aracılığıyla toplanmıştır. Katılımcıların tamamı, en az altı aydır bireylerini sportif etkinliklere dâhil eden aile bireylerinden oluşmaktadır. Görüşmelerden elde edilen veriler betimsel analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir.

3. Bulgular

Görüşmelere katılan ailelerin tamamı, sportif etkinliklerin bireylerin yaşamına olumlu katkılar sağladığını ifade etmiştir. Ailelerin değerlendirmelerine göre:

Sportif faaliyetler bireylerin sosyalleşmesini kolaylaştırmaktadır.

Bireyler bu etkinlikler sayesinde kendilerini daha iyi ifade edebilmekte ve özgüven kazanmaktadır.

Fiziksel sağlık durumlarında iyileşme gözlemlenmektedir.

Aileler, bireylerinin daha pozitif ve enerjik bir yaşam sürdürdüklerini belirtmişlerdir.

Bazı aileler, sportif faaliyetlerin bireylerde bağımsız yaşam becerilerini artırdığını da vurgulamıştır.

4. Tartışma

Bu bulgular, mevcut literatürle örtüşmektedir. Özellikle engelli bireylerin sportif etkinliklere katılımı, sadece fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal faydalar da sağlamaktadır (Taşmektepligil & Çamlıyer, 2008). Aile desteği, bireylerin bu süreçte devamlılık göstermelerinde temel bir unsurdur. Ayrıca ailelerin olumlu tutumları, bireylerin motivasyonunu artırmakta ve sosyal çevreye entegrasyonlarını kolaylaştırmaktadır.

5. Sonuç

Bu araştırma, engelli bireylerin sportif etkinliklere katılımı sürecinde ailelerin tutum ve görüşlerini anlamaya yönelik olarak gerçekleştirilmiştir. Malatya'nın Yeşilyurt ilçesinde yapılan yüz yüze görüşmeler neticesinde, ailelerin tamamının sportif etkinliklerin engelli bireyler açısından çok boyutlu faydalar sağladığına inandığı belirlenmiştir. Aileler, sportif faaliyetlerin bireylerin sosyal becerilerini artırdığını, kendilerini ifade etme yetilerini geliştirdiğini ve genel yaşam kalitelerinde iyileşme sağladığını ifade etmişlerdir. Bunun yanı sıra, fiziksel sağlığın korunması ve desteklenmesi açısından da sporun önemli bir rol oynadığı vurgulanmıştır.

Çalışmanın sonuçları, literatürde yer alan önceki araştırmalarla örtüşmektedir. Özellikle fiziksel aktivitenin sosyal entegrasyon, öz-yeterlik, psikolojik dayanıklılık ve özgüven gelişimi üzerindeki olumlu etkileri birçok akademik çalışma tarafından da desteklenmektedir (Aslan & Arslan, 2016; Gürbüz & Henderson, 2013). Bu bağlamda, ailelerin bu sürece olan aktif katılımı, bireylerin spora olan ilgisini artırmakta ve katılım sürekliliğini sağlamaktadır. Aile desteği, engelli bireylerin sosyal hayatta daha görünür hale gelmesini sağlayan en önemli faktörlerden biridir.

Araştırmanın bulguları doğrultusunda birtakım öneriler geliştirilmiştir. Öncelikle, sosyal politika yapıcılarının, engelli bireylerin sportif faaliyetlere erişimini kolaylaştıracak düzenlemelere öncelik vermesi büyük önem taşımaktadır. Yerel yönetimlerin, ailelere yönelik bilgilendirici seminerler, danışmanlık hizmetleri ve rehberlik programları sunması, sürecin daha bilinçli ve sürdürülebilir bir şekilde yürütülmesini sağlayacaktır. Eğitim kurumları ve sivil toplum kuruluşları, aileler ve engelli bireyler için ortak spor programları düzenleyerek hem fiziksel aktiviteyi hem de aile-birey etkileşimini teşvik edebilir.

Ayrıca, engelli bireylere yönelik sportif etkinliklerin çeşitlendirilmesi ve bu etkinliklere ulaşımın kolaylaştırılması gerekmektedir. Spor alanlarının fiziksel erişilebilirliğinin artırılması, eğitmenlerin engelli bireylerle çalışma konusunda donanımlı hale getirilmesi ve kamuoyunda farkındalık oluşturacak kampanyaların yapılması, bu sürecin güçlendirilmesine katkı sağlayacaktır.

Sonuç olarak, ailelerin sportif etkinliklere yönelik olumlu tutumları, engelli bireylerin sosyal uyum süreçlerini destekleyen önemli bir yapı taşıdır. Bu nedenle, ailelerin güçlendirilmesi, bilinçlendirilmesi ve desteklenmesi, engelli bireylerin topluma daha aktif, sağlıklı ve üretken bireyler olarak katılmalarını sağlamak açısından kritik bir öneme sahiptir.

Kaynakça

- Aslan, N., & Arslan, C. (2016). Engelli bireylerde sporun yaşam doyumu üzerindeki etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(1), 65-78.
- Demir, M., & Özyürek, S. (2015). Engellilik olgusu ve sporun rehabilite edici gücü. *Engelliler Araştırma Dergisi*, 2(1), 22-35.
- Erdoğan, T. (2019). Ailelerin çocuklarını sportif etkinliklere yönlendirme sürecinde yaşadıkları deneyimler. *Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 45-61.
- Gürbüz, B., & Henderson, K. (2013). Rekreasyonun engelli bireylerin sosyal entegrasyonu üzerindeki etkisi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 24(1), 49-67.
- Koca, C. (2020). Engellilik ve sosyal dışlanma: Sporda kapsayıcılık üzerine bir değerlendirme. *Spor Bilimleri ve Sağlık Dergisi*, 4(1), 31-40.
- Taşmektepligil, M. Y., & Çamlıyer, H. (2008). Özel eğitime muhtaç çocukların beden eğitimi ve sporu. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Yazıcıoğlu, K. (2012). Engellilerin topluma uyum sürecinde sporun rolü. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3), 45-52.

**ZİHİNSEL ENGELLİ BİREYLERDE SPOR YOLUYLA SOSYAL KATILIM VE
ETKİLEŞİM**
SOCIAL PARTICIPATION AND INTERACTION THROUGH SPORTS IN INDIVIDUALS
WITH INTELLECTUAL DISABILITIES

Prof. Dr. Mehmet İLKİM

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi
Bölümü, Battalgazi, Malatya.
ORCID NO: 0000-0003-0033-8899

Res. Asst. Fatma ÖZOĞLU

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi
Bölümü, Battalgazi, Malatya.
ORCID NO: 0000-0002-7000-8396

ÖZET

Bu araştırmanın amacı zihinsel engelli bireylerde sporun sosyal katılım ve etkileşim konusunda ailelerin görüşlerinin alınarak incelenmesidir. Araştırma grubunu Malatya ilinde bulunan çocuğu zihinsel engelli tanısı almış farklı spor kulüplerine devam eden (8 erkek-10 kız çocuk) toplam 18 anne oluşturmaktadır. Araştırma da nitel araştırma yöntemlerinden durum deseni kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak zihinsel engelli bireylerin anneleri ile ilgili araştırmacılar tarafından geliştirilen “Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu” ve demografik bilgiler formu eş zamanlı not edilerek uygulanmıştır. Araştırma sonucunda elde edilen veriler betimsel ve içerik analiz yöntemi ile kullanılarak analiz edilmiştir. Kodlardan hareketle, öncelikle kategoriler, ardından temalar oluşturularak araştırmanın ana odak noktaları belirlenmiştir. Araştırma bulguları, sporun zihinsel engelli bireylerin sosyal katılım ve etkileşimlerini destekleyen çok yönlü etkiler sunduğunu ortaya koymaktadır. Sosyal etkileşimde artış ve davranışsal becerilerin güçlenmesi, aile ve sosyal yaşamlarını olumlu etkilediğini, sosyal çevrelerini genişlettiğini, sağlıklı bireylerle kaynaşma ortamı bulduklarını ve sosyal kabullerini artırdığını, ayrıca sadece sosyal katılım ve etkileşimlerinde değil aynı zamanda motor becerilerde artış, denge ve koordinasyon gelişimi, bilişsel süreçlerin desteklenmesi ve odaklanmanın sağlanması gibi fiziksel ve zihinsel alanlardaki katkılar da dile getirilmiştir. Sonuç olarak, spor engelli bireylerin sosyal katılım ve etkileşimlerini desteklerken toplumsal uyumu artıran kritik bir role sahip olduğu ifade edilebilir. Zihinsel engelli bireylerin sosyal katılım ve etkileşimde yaşadıkları problemlere, sporun katkıları göz önüne alınarak, ailelere yönelik bilgilendirmeler (seminer, panel vb.) yapılması destekleyecek stratejiler geliştirmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Zihinsel Engelli, Spor, Sosyal Katılım, Etkileşim

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the views of families regarding the social participation and interaction of individuals with intellectual disabilities through sports. The research group consists of 18 mothers (8 boys and 10 girls) whose children have been diagnosed with intellectual disabilities and attend different sports clubs in Malatya. A case study was used as the qualitative research method in this study. The data collection tools used in the study were a ‘Semi-Structured Interview Form’ developed by the researchers regarding the mothers of individuals with intellectual disabilities and a demographic information form, which were administered simultaneously and recorded. The data obtained from the study were analysed using descriptive and content analysis methods. Based on the codes, categories were first

identified, followed by themes, thereby determining the main focus areas of the study. The research findings reveal that sports offer multifaceted effects that support the social participation and interaction of individuals with intellectual disabilities. Increased social interaction and strengthened behavioural skills positively affect their family and social lives, expand their social environment, provide them with opportunities to integrate with healthy individuals, and increase their social acceptance. Additionally, the findings highlight the contributions of sports not only to social participation and interaction but also to physical and mental areas, such as increased motor skills, balance and coordination development, support for cognitive processes, and improved focus. In conclusion, it can be stated that sports play a critical role in increasing social harmony while supporting the social participation and interaction of individuals with disabilities. Considering the contributions of sports to the problems experienced by individuals with intellectual disabilities in social participation and interaction, it is recommended that strategies be developed to support families through information sessions (seminars, panels, etc.).

Keywords: Intellectual Disability, Sports, Social Participation, Interaction

GİRİŞ

Akranlarına göre zihinsel fonksiyonlarında kısıtlılık görülen, özel eğitime ihtiyaç duyan, bazı görevleri yerine getirmekte zorluk çeken, ortalamanın altında puana sahip olan ve tüm bu özellikleri 18 yaştan önce bazı parametre ve testler sonucu ortaya çıkan bireylere zihinsel engelli birey denilmektedir (Aral ve Gürsoy, 2007; Dülger, 2020). Zihinsel yetersizliği olan birey ise sosyal, kavramsal ve pratiklik becerilerinde birtakım eksiklikler veya sınırlılıklar gösteren, bahsedilen bu özellikleri 18 yaş öncesi gelişim evresinde ortaya çıkan ve özel eğitimle destek eğitimi faaliyetlerine ihtiyacı olan kişidir (Yılmaz, Şentürk ve Demir, 2015). Zihinsel engelli bireyler akranlarına göre sosyalleşme konusunda daha zayıf bir yapı göstermektedirler. Spor aracılığı ile sosyalleşme engelli bireylerin toplumdaki diğer bireyler ile iletişimlerini güçlendirmekte, paylaşma ve mutluluk duyguları ise olumlu yönde gelişeceği düşünülmektedir. Spor engelli bireylerin sadece paylaşma ya da mutluluk duygularına değil aynı zamanda onların takıma ait olma, iş birliği içerisinde sorumluluk duygusu kazanmasını sağlama, bireyin topluma entegre edilmesinde ve fiziksel uygunlarının gelişimine destek sağlayarak özgüven duygularının da artmasına vesile olmaktadır (Eroğlu ve Acet, 2017). Ayrıca spor alanlarında fiziksel aktivitenin bireylerin ruh sağlığı üzerinde de olumlu etkileri vardır; stresin azalması, depresyonun hafifletilmesi ve genel bir iyi olma hali gibi faydalar, düzenli spor yapmanın ruhsal sağlık üzerindeki etkilerini desteklemektedir (Richards, 2011). Zihinsel engelli bireylerin sosyal, duygusal, fiziksel, zihinsel ve hareket gelişimi özellikleri ele alındığında eksik kalan ya da aksayan birçok olumsuzluğun giderilmesi bakımından sportif etkinlikler, gruba ve topluma ait olma duygusunu geliştirmek, olumlu benlik kavramını yüceltmek, zihinsel beceriler kazandırmak, fiziksel ve psikolojik sağlığı desteklemek gibi birçok amaca hizmet etmektedir. Engelli birey için bu sosyal rolün evrensel dili spordur. Bir eğitim faaliyeti olan spor, ortak amaçları dile getirebilme gücünü ve takdir edebilme duygusunu ortaya çıkarmaktadır. Spor, rekreasyon ve serbest zaman aktiviteleri toplumsal bütünleşme için önemli bir etkiye sahiptir. Sosyalleşme ve sosyal etkileşim, çeşitli aktivitelere katılım yoluyla desteklenip geliştirilebilir.

Fiziksel aktiviteye katılım bireyin sosyal gelişimini ve sosyal ilişkiler kurabilme yeteneğini olumlu olarak etkiler. Bu bağlamda zihinsel engelli bireye sahip annelerin çocuklarının spor yoluyla sosyal katılım ve etkileşim konusunda görüşleri alınarak incelenmiştir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırma, bir konu hakkında ayrıntılı ve derinlemesine veri toplamak, bireylerin görüş ve algılarını doğrudan deneyimlemek ve eldeki durumu yorumlamak ve anlamak için yürütülen nitel araştırma yaklaşımlarından biri olan durum çalışması desenine dayanmaktadır (Patton, 2014). Durum çalışması, başta değerlendirme süreçleri olmak üzere birçok alanda kullanılan, araştırmacının bir durumu, genellikle bir programı, olayı, eylemi, süreci veya kişi (ler)i derinlemesine analiz ettiği bir araştırma desendir. Durumlar zaman ve eylem açısından sınırlıdır ve araştırmacılar zaman içinde ayrıntılı bilgi toplamak için çeşitli veri toplama yöntemleri kullanırlar (Creswell, 2016).

Araştırma Grubu

Malatya ilinde bulunan çocuğu zihinsel engelli tanısı almış farklı spor kulüplerine devam eden (8 erkek-10 kız çocuk) toplam 18 anne oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından zihinsel engelli bireylerin ebeveynleri için geliştirilen yarı yapılandırılmış görüşme formudur. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinde araştırma soruları önceden hazırlanır ve araştırmacı cevaplara göre sorulara ekleme ya da değişiklik yapabilir (Ekiz, 2009). Görüşme formundaki sorular hazırlanmadan önce ilgili literatür taranmıştır. Son olarak, sonradan formüle edilen soruların içerik geçerliliğini kontrol etmek amacıyla anket, engelli bireyler için beden eğitimi ve spor alanında uzman olan üç akademisyene gönderilerek yorumları alınmıştır. Alanın üç uzmanı tarafından son şekli verilen anketteki sorular, açıklık ve anlaşılabilirliğin yanı sıra araştırma konusuyla ilgisi açısından kontrol edilmiş ve çalışma için uygun olduğu kanıtlanmıştır. Bu nedenle, ankette veri toplama aracı olarak kullanılacak görüşme formundaki soru sayısı iki olarak belirlenmiştir. Görüşme gün ve saatini belirlemek için 18 gönüllü anne ile toplantılar düzenlenmiştir. Görüşme günü ve saati belirlendikten sonra görüşmeler birbiri ardına gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler başlamadan önce araştırmacı her ebeveyne çalışma hakkında detaylı bilgi vermiş ve istedikleri zaman görüşmeyi iptal edebileceklerini ya da sonlandırabileceklerini bildirmiştir. Her bir ebeveynle yapılan görüşmenin ortalama süresi 2 ila 4 dakika arasında olmuştur. Ayrıca, ebeveynler ve çocukları hakkında kişisel bilgi toplamak için araştırmacı tarafından hazırlanan bir 'demografik bilgi formu' kullanılmıştır. Sorular tüm katılımcılara aynı şekilde ve aynı sırada sorulmuştur. Bu yaklaşım, katılımcılardan daha yoğun ve kapsamlı bilgi elde etmek amacıyla seçilmiştir.

Ailelere Yöneltilen Sorular

1. Spor çocuğunuzun sosyal katılım ve etkileşimini nasıl etkiledi?
2. Sporun çocuğunuzun hangi gelişim alanlarında faydası oldu?

Verilerin Analizi

Bu çalışmada toplanan veriler içerik analizi tekniği kullanılarak analiz edilmiştir. İçerik analizinin temel süreci, birbirine benzeyen verileri belirli kavramlar ve temalar çerçevesinde gruplamak ve bunları okuyucunun anlayabileceği bir biçimde düzenleyerek yorumlamaktır. Bu temel amaç çerçevesinde, veriler içerik analizinin dört aşamasında analiz edilir. Bu aşamalar; verilerin kodlanması, temaların belirlenmesi, kodların ve temaların düzenlenmesi ve sonuçların betimlenmesi ve yorumlanmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2006). Toplanan veriler araştırmacı tarafından birkaç kez gözden geçirilmiş, okunmuş ve kodlara dönüştürülmüştür. Verilerin içeriğinin keşfedilmesi ve kodlanması nitel veri analizinin ilk ve en önemli süreci olarak kabul edilmektedir (Punch, 2005). Kodlama sürecinin sonunda sonuçlar temalara göre düzenlenmiştir. Nitel veri analizinde, görüşülen ebeveynlere ilk olarak görüşme sorularına verdikleri yanıtları değerlendirmek için K1, K2 gibi harfler atanmıştır. Analizden elde edilen içgörüler teorik açıklamalara dayandırılmış ve ilgili literatürün gözden geçirilmesiyle desteklenmiştir.

Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması

Nitel araştırma yaklaşımının seçildiği bu çalışmada geçerlilik ve güvenilirlik yerine inandırıcılık, aktarılabilirlik, tutarlılık ve teyit terimlerinin kullanılması daha doğru olur. Geçerlilik ve güvenilirlik terimleri nicel araştırmaya özgü kavramlardır ve nitel araştırmanın temel ilke ve paradigmalarına zıttır (Mills, 2003). Araştırmanın inandırıcılığını sağlamak için, çalışmanın yürütülmesi sırasında tüm görüşmeler ses kayıt cihazı kullanılarak kaydedilmiştir. Aktarılabilirlik açısından, araştırmacıların okuyucuların uygulamaların ve içeriğin benzerliğini değerlendirebilmeleri için yeterli ayrıntı sunmaları gerekmektedir. Bu nedenle, çalışmanın metodolojisi, çalışmanın yeri, süresi ve içeriğine ilişkin bilgilerle birlikte metodoloji bölümünde ayrıntılı olarak açıklanmıştır. Çalışmanın tutarlılığını artırmak amacıyla, çalışmada elde edilen tüm sonuçlar yorumlanmadan ve genelleme yapılmadan doğrudan okuyucuya sunulmuştur. Kodlamaların karşılaştırılması ve doğrulanması Miles ve Huberman (1994) tarafından önerilen 'görüş birliği' ve 'görüş ayrılığı' formülü kullanılarak hesaplanmıştır. Araştırma sürecinde toplanan tüm veriler araştırmacı dışında üç uzman tarafından değerlendirilerek ayrı ayrı kodlanmış ve tüm kodlamalar arasında genel bir görüş birliği sağlanmıştır. Üç araştırmacı tarafından bağımsız olarak kullanılan kodların tutarlılığı, 'görüş birliği' veya 'görüş ayrılığı' şeklinde işaretlenerek belirlenmiştir. Yüzde 70'in üzerindeki güvenilirlik puanları araştırma için güvenilir kabul edilmektedir (Miles ve Huberman, 1994). Bu nedenle, nitel verileri analiz eden üç uzman arasında yüzde 86'lık bir görüş birliğine

varılmıştır ve elde edilen sonuç araştırma için güvenilir kabul edilmektedir. Araştırmanın geçerliliğini sağlamak için katılımcı teyidi kullanılmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 3.1. Katılımcı Profili

Katılımcılar	Görüşme yapılan kişi	Zihinsel engelli bireyin cinsiyeti	Zihinsel engelli bireyin yaşı	Anne eğitim durumu	Kaç yıldır spora devam ediyor?
K1	Anne	Erkek	23	Lise	6
K2	Anne	Kız	21	Okuryazar değil	5
K3	Anne	Erkek	24	İlkokul	8
K4	Anne	Kız	19	İlkokul	9
K5	Anne	Erkek	24	İlkokul	8
K6	Anne	Kız	17	Ortaokul	5
K7	Anne	Erkek	20	Okuryazar değil	7
K8	Anne	Kız	23	Lise	4
K9	Anne	Erkek	12	Ortaokul	3
K10	Anne	Kız	25	Okuryazar değil	6
K11	Anne	Kız	23	Okuryazar değil	8
K12	Anne	Erkek	6	Ortaokul	1
K13	Anne	Kız	14	Lise	4
K14	Anne	Kız	17	Ortaokul	3
K15	Anne	Erkek	8	İlkokul	2
K16	Anne	Kız	19	Okuryazar değil	7
K17	Anne	Erkek	20	Okuryazar değil	3
K18	Anne	Kız	22	Okuryazar değil	5

Tablo 3.1 incelendiğinde; 8 erkek 10 kız zihinsel engelli bireyin ebeveynleri toplam 18 anne ile görüşme yapılmıştır. Zihinsel engelli bireylerin ortalama yaşları 18’dir. Anne eğitim durumunda annelerin 7’si okuryazar değil, 4’ü ilkök, 4’ü ortaokul mezunu, 3’ü ise lise mezunudur. Zihinsel engelli bireylerin spor kulüplerine devam etme sürelerine bakıldığında ortalama 5 yıldır devam ettikleri görülmektedir.

3.2. Sosyal Katılım ve Etkileşim Temasına İlişkin Bulgular

Ana kategori	Alt kategoriler	Görüşme sonucu ortaya çıkan kodlar	Katılımcı
Sosyal Katılım ve Etkileşim	Uyumsal Davranış	Taklit Etme İlmlı, sakin	K7, K10, K11, K17,
	Sosyal Kabul	Gruba Ait Olma Başarı Gösterme Kaynaşma Arkadaşlık kurma Etkileşim	K1, K2, K4, K5, K8, K9, K12, K13, K14, K16, K18
	İletişim	Sohbet Selamlaşma Tanışma	K3, K6, K15,

Tablo 3.2 incelendiğinde; zihinsel engelli bireylerin annelerine Spor çocuğunuzun sosyal katılım ve etkileşimini nasıl etkiledi? sorusu yöneltildiğinde; Anneler sporun çocuklarının sosyal katılımını ve etkileşimlerini destekleyen çok yönlü etkiler sunduğunu dile getirmişlerdir. Bu temaya ilişkin görüşler şu şekildedir:

K1: “Spora düzenli bir şekilde gidiyor. Biz ailesi olarak sporun oğlumda arkadaşlık kurma becerisini artırdığını farkettilik. Spor öncesinde arkadaşı yok diyebilirdim. Ancak şu an arkadaşını özellikle beraber aynı grupta olduğu arkadaşını görünce gülümsüyor, yanına gidiyor”. **K2:** “İnanın toplum içinde başarıları takdir ediliyor. Kendisi de bizde bu anlamda çok mutluyuz”. **K3:** “Spora yeni katılan arkadaşları ile tanışma fırsatını veriyoruz. Çekingen davranış sergiliyor ancak söyleyince elini uzatıyor”. **K4:** “Benim sağlıklı bir çocuğum daha var. Ancak engelli çocuğumun en ufak becerisi bizi daha derinden etkiliyor. Ben hiç çevreyle etkileşim içinde olduğunu görmemiştim”. **K5:** “Takım arkadaşları var, birbirlerinin farkındalar, kendi grubunu biliyor gibi”. **K6:** “Diğer aileler ile tanışıyoruz. Aynı kaderi paylaşıyoruz. Çocuklarımız tanıştıkça bizler de çevre ediniyoruz”. **K7:** “Spor sonrasında eve geldiğinde daha sakin görüyoruz. Siniri, öfkesi geçmiş oluyor”. **K8:** “Aileler çocuklarını spora yönlendirmeli. Spor çocuklarımızın kaynaşmasına fırsat tanıyor”. **K9:** “Çocuğumu ve kendimi değerli görüyorum. Spor saatinde ikimizde eğlenerek hazırlanıyoruz. Başarı göstermesi çok güzel bir duygu”. **K10:** “Bazen sporda öğrendiklerini taklit ediyor. Hatta öğretmeni gibi olmaya çalışıyor”. **K11:** “Davranış yönünden toplumda çok değişti”. **K12:** “Bağımsız bir şekilde il dışı organizasyonlara katıldı”. **K13:** “Spor çantasını kendi hazırlamak istiyor. Her gün spor var zannediyor. Arkadaşlarını soruyor sürekli”. **K14:** “Yeni arkadaşlıklar edildi”. **K15:** “İletişimi, kendini ifade etme becerileri arttı”. **K16:** “İnsan içine girebilmesi, toplumda kabul edilmesi ben bunu sporda gördüm”. **K17:** “Spora yazıldıktan sonra hayatımızda birçok şey değişti. Bunlardan en önemlisi daha uyumluyuz”. **K18:** “Spor yolu ile kaynaşmamız diğer arkadaşlarımız ile daha kolay oldu”.

3.3. Gelişim Alanları Temasına İlişkin Bulgular

Ana kategori	Alt kategoriler	Görüşme sonucu ortaya çıkan kodlar	Katılımcı
Gelişim Alanları	Fiziksel	Motor Beceri Denge-koordinasyon Kilo kontrolü	K6, K9, K12, K16,
	Duygusal	Rahatlık Stres Azaltma Özgüven Motivasyon	K1, K2, K3, K4, K7, K8, K10, K11, K14, K15
	Bilişsel	Odaklanma-Dikkat Kavrama- Anlama Problem Çözme	K5, K13, K17, K18

Tablo 3.3 incelendiğinde; zihinsel engelli bireylerin annelerine Sporun çocuğunuzun hangi gelişim alanlarında faydası oldu? Sorusu yöneltildiğinde; Fiziksel olarak motor gelişimlerinin,

fiziksel uygunluklarını artırdığını, sosyal olarak çevrelerinin genişlediğini kaynaşma ortamı buldukları ve sosyal kabullerini artırdığını, duygusal olarak iyi oluş düzeylerini, motivasyonlarını artırdığını, bilişsel olarak problem çözme becerileri ve hafızalarını artırdığını dile getirmişlerdir. Bu temaya ilişkin görüşler şu şekildedir:

K1: “Spor ile hayata daha bağlandı, o mutlu oldukça yaşama sevincinin arttığını görünce bizler de mutlu oluyoruz. Tarif edemiyorum”. **K2:** “Sportif etkinlikler kurumumuzda yapılacağı zaman ayrı bir motivasyonla okula gidiyor, onun hayali ile”. **K3:** “Ayrı bir özgüveni geliştirdi.” **K4:** “Hayat hikâyeleri hepsinin ki çok farklı ancak hayata gülümsemeleri, yaşama sevinçlerinin arttığını görmek bizleri de onların dünyasının içine almakta”. **K5:** “Olaylar karşısında problemli durumları krize çevirmiyor. Çözüm odaklı”. **K6:** “Kilo kontrolümüzü sağlayabiliyoruz”. Sporlu bırakmayı hiç düşünmüyorum”. **K7:** “Spordan sonra kendisini daha rahat görüyorum. Psikolojik olarak iyi hissediyor. Etrafa gülümsüyor”. **K8:** “Spor etkinlikleri ile beraber içine kapanıklığı geçti”. **K9:** “Çok hareketsizdi. Şimdi daha iyiyiz. Zevk alarak yapıyor rekreatif etkinlikleri”. **K10:** “En can alıcı nokta benim için özgüven duygusunun gelişmiş olması”. **K11:** “Sporda başardıkça kendini yeterli görmeye başladı”. **K12:** “İnce motor becerilerde zayıftı. Sportif etkinlikler ile sanki daha iyi oldu”. **K13:** “Spor bütün gelişim alanları üzerinde etkili oldu diyebilirim özellikle de bilişsel alanda”. **K14:** “Spora yönlendirmemde ki en büyük sebep çocuğumun sağlıklı bir birey olarak hayatını idame ettirmesi ve sosyal anlamda kendisini toplumdan soyutlamaması”. **K15:** “Bir sonraki etkinlik için sabırsızlanmakta, arkadaşlarını özlemekte, gideceğini duyduğu an çok güzel sevinçler yaşamakta bu anlamda kurumumuza bize fırsatlar tanıdığı için teşekkür ederiz”. **K16:** “Spor sayesinde daha dik duruyor, fiziksel anlamda görünüşü biraz daha iyi diyebilirim”. **K17:** “Bizim öğretilmediğimiz birçok şeyi sporda kavradı, anladı diyebilirim”. **K18:** “Daha dikkatli, odak becerisi arttı”.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmanın sonuçları, zihinsel engelli bireylerin spor yoluyla sosyal katılım ve etkileşimlerini artırmak amacıyla sporun faydalarına dair kapsamlı bilgiler sunmakta ve alanda hazırlanacak sportif programlara yardımcı olabilecek bilgiler içermektedir.

Engelli bireyler için spor, insanlar arasındaki iletişimi, sosyalleşmeyi ve daha iyi entegrasyonu teşvik etmek anlamına gelir. Planlı ve düzenli egzersiz, engelli bireylerin yaşam enerjisini artıran, onlara hayatla bağlantı kurmalarını sağlayan ve özgüvenlerini artıran bir faktör olarak kabul edilmektedir (Şirinkan ve ark., 2007). Çevik ve Kabasakal'a göre spor ve spor etkinlikleri engelli bireylerin arkadaşlık ilişkilerini desteklemektedir (Çevik ve Kabasakal, 2013). Mor (2009) çalışmasında, spora katılan engelli bireylerin, uyku sorunlarının kalktığını, ailelerinin yaşantılarında da olumlu bir değişiklikler olduğunu ifade etmiştir. Özellikle sosyal yaşama olumlu katkılarda bulunduğunu dile getirmişlerdir. Ebeveyn görüşleri doğrultusunda çalışmamız literatür bulguları ile paralellik göstermektedir.

Ataman Yancı (2010) da düzenli olarak spor faaliyetlerine katılan zihinsel engelli çocuklarda nevrotik ve davranışsal sorunların azaldığını tespit etmiştir. Savucu ve arkadaşları (2014) tarafından engelli çocuklar için eğitsel oyun ve etkinliklerin rolü üzerine yapılan bir çalışmada, fiziksel aktivite ve spor etkinliklerine katılımın engelli bireylerin fiziksel gelişimi üzerinde olumlu bir etkisi olduğu bulunmuştur. Erciş ve arkadaşları (2014), özel okullarda çalışan yönetici ve öğretmenlerin spor etkinliklerine ilişkin algıları üzerine yaptıkları çalışmada, spor etkinliklerine katılan öğrencilerin özel okula gelmeyi daha çok sevdiklerini, daha aktif olduklarını, davranışlarında daha disiplinli olduklarını, arkadaşlarıyla daha fazla etkileşime girdiklerini ve öğretmenleriyle daha fazla ilgilendiklerini bulmuşlardır. Özkan ve arkadaşları (2017), spor etkinliklerinin özel eğitim spor derslerine katılan çocuklar üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu, çocukların saldırganlık ve öfkeyi daha iyi yönettiklerini, ailelerinden konuyla ilgili olumlu geri bildirimler aldıklarını, spor etkinliklerine katılan öğrencilerin arkadaşlarına karşı tutumlarının olumlu yönde geliştiğini ve derslere katılmaya daha istekli olduklarını tespit etmiştir. Engelli bireyler için spor, topluma entegre olmalarını, uyum sağlamalarını ve bağımsızlık duygusu geliştirmelerini sağlamak amacıyla rehabilitasyon programlarına dahil edilmiştir (Koparan, 2003). Yapılan çalışmalar da engelli bireyler için sporun sosyal, biyolojik ve psikolojik açıdan faydalı olduğunu, bireylerin kendilerini gerçekleştirmelerine katkıda bulunduğunu ve onları motive ettiğini göstermiştir (Karakaş ve ark., 2016). Kişinin kendi yeteneklerinin farkına varması ve bağımsız olmayı öğrenmesi ancak rehabilitasyon ve eğitim yoluyla sağlanabilir. Spor, engelli bireylerin rehabilitasyonunda özgüven, denge, kas kontrolü, esneklik ve koordinasyonu geliştirmek için kullanılabilir. Spor, engelli ve sağlıklı insanların sosyalleşmesinde önemli bir rol oynar, onlara hayatın iyi ve kötü tüm değerlerini birbirleriyle paylaşmayı öğretir, zihinsel yapıyı destekler, disiplin, rekabet ve arkadaşlık duygularını aşar, güçlenme ve benlik oluşumunda önemli bir rol oynar (Ergün ve Baltacı, 2006). Ebeveyn görüşleri doğrultusunda çalışmamız literatür bulguları ile paralellik göstermektedir. Fiziksel aktivitenin hedefleri arasında ince ve kaba motor becerilerin geliştirilmesi, görme ve işitmenin geliştirilmesi, dikkatin geliştirilmesi, koordinasyonun ve hareket hızının iyileştirilmesi, fiziksel dengenin geliştirilmesi ve son olarak bağımsız hareket etme yeteneğinin geliştirilmesi yer alır. Somut deneyimler gerçek eylemlere dayanır ve en iyi aktivite kaynağıdır (Cosma ve ark., 2020).

Sonuç olarak;

Spor, zihinsel engelli çocuklardaki olumsuz özelliklerin üstesinden gelecek dinamikleri kendi içi içinde bulunduran ve bu yönüyle adeta bir rehabilitasyon aracı olarak düşünülebilecek bir mekanizmadır. Sosyal etkileşim olanakları ve aktif bir yaşam biçimi içinde olma yalnızlığın azaltılabilmesi veya ortadan kaldırılabilmesi ve yalnızlık kaygısının azaltılmasına da katkıda bulunabilir.

Zihinsel engelli çocukların sosyal, duygusal, fiziksel, zihinsel ve hareket genel gelişim özellikleri ele alındığında eksik kalan ya da aksayan birçok olumsuzluğun giderilmesi bakımından özenle planlanmış sportif etkinliklerin, bu çocuklar için temelde; gruba ve topluma

ait olma duygusunu geliştirmek, olumlu benlik kavramını yüceltmek, zihinsel beceriler kazandırmak, fiziksel ve psikolojik sağlığı desteklemek gibi birçok amaca hizmet etmektedir.

KAYNAKLAR

1. Aral N, Gürsoy F. Özel eğitim gerektiren çocuklar ve özel eğitime giriş, 1. Baskı. İstanbul, Morpa Kültür Yayınları, 2007:336.
2. Dülger B. Özel Eğitim Uygulama Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Anne Baba ve Yasal Varislerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersinden Beklentilerinin İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Yüksek Lisans tezi, Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi, 2020.
3. Eroğlu SY, Acet M. İşitme engelli öğrencilerin spor yapma değişkenine göre sosyal görünüş kaygısı ile yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri*, 2017, 9(2): 65-70.
4. Yılmaz A., Şentürk U. ve Demir E. (2015). Zihinsel engellilerde fiziksel aktiviteye yönelik uygulamaların içerik analizi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(13), 312-327.
5. Richards J. (2011). Evaluation of the impact of a sport-development intervention on the physical and mental health of young adolescents in Gulu, Uganda, a post conflict setting in a low-income country. Doctoral dissertation. Oxford University, England.
6. Patton, M. Q. (2014). *Nitel araştırma ve değerlendirme yöntemleri* [Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice] (M. Bütün & S. B. Demir, Çev.). Pegem Akademi: Ankara
7. Creswell, J. W. (2016). Araştırma Deseni: Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları. (Çev. S. B. Demir). (2. Basım) Ankara: Eğiten Kitap Yayıncılık. (Eserin orijinali 2014'de yayımlandı).
8. Ekiz, D. (2009). *Bilimsel çalışma yöntemleri* [Scientific study methods]. Ankara: Anı Yayıncılık.
9. Yıldırım, A., Şimşek, H. (2006). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
10. Punch, K. F. (2005). *Introduction to social research: Quantitative and qualitative approaches*. London: Sage.
11. Mills, G.E. (2003), *Action research a guide for the teacher researcher* (2 nd. edition), Pearson Education, Boston.
12. Miles, M.B., ve Huberman, A.M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. Calif. SAGE Publications.
13. Şirinkan A, Şirinkan S, Çalışkan E. Engellilerde beden eğitimi ve spor dersinin öğrenci bakış açısıyla değerlendirilmesi. IX. Uluslararası Akdeniz Spor Bilimleri Kongresi, 9-11 Kasım, Antalya, 2007.
14. Çevik, O., Kabasakal, K. (2013). Spor Etkinliklerinin, Engelli Bireylerin Toplumsal Uyumuna ve Sporla Sosyalleşmelerine Etkisinin İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal ve Ekonomik Bilimler Dergisi* 3, 74–83.
15. Mor, A. (2009). *Engelli Bireylerde Egzersizin Uyku Düzeni ve Aile İçi Sosyal İlişkilere Etkisi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
16. Ataman Yancı, H. B. (2010). *Öğretilebilir Zihinsel Engeli Olan Çocukların Ruhsal ve Sosyal Uyumunda Sportif Rekreasyonun Önemi*. Doktora tezi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

17. Savucu Y. ve diğeri (2014). Engelli Çocuklar İçin Eğitsel Oyunlar ve Aktivitelerin Önemi. I. Uluslararası Spor Bilimleri Turizm ve Rekreasyon Öğrenci Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı, Antalya.
18. Erciş, S., Şirinkan, A., Budak, D. ve Şam, C.T. (2-4 Mayıs 2014). *Özel Eğitim Kurumlarında Görev Yapan İdareci ve Öğretmenlerin Sportif Etkinlikler Hakkındaki Görüşleri*. II. Uluslararası Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi. Batman.
19. Özkan, Z., Kale, R. ve Atlı, S. (2017). *Beden Eğitimi Uygulama Programına Katılan Hafif Derecede Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Öğretmenlerinin Programa İlişkin Görüşleri*. III. Uluslararası Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Kongresi. Konya.
20. Koparan, Ş. (2003). Özel İhtiyaçları Olan Çocuklarda Spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1).
21. Karakaş, G., Yılmaz, A., & Kaya, H. B. (2016). Teachers comments by 5-6 age children with autism spectrum disorders and behavior of the effect of social skills level sports. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(2), 280-294.
22. Ergun, N., ve Baltacı, G. (2006). Spor Yaralanmalarında Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Prensipleri, 2. Basım. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksekokulu Yayınları.
23. Cosma, G., Chiracu, A., Stepan, R., Cosma, A., Nanu, C., Păunescu, C. (2020). Impact of coping strategies on sport performance. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(3), 1380-1385.

**TÜRKİYE’DE DOWN SENDROMLU BİREYLER KONUSUNDA YAPILMIŞ OLAN
LİSANSÜSTÜ TEZLERİN İNCELENMESİ**
A REVIEW OF POSTGRADUATE THESES ON INDIVIDUALS WITH DOWN
SYNDROME IN TURKEY

Prof. Dr. Mehmet İLKİM

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi
Bölümü, Battalgazi, Malatya.
ORCID NO: 0000-0003-0033-8899

Res. Asst. Fatma ÖZOĞLU

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Engellilerde Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi
Bölümü, Battalgazi, Malatya.
ORCID NO: 0000-0002-7000-8396

ÖZET

Bu araştırmada Down Sendromu ile ilgili yapılmış olan lisansüstü tezlerin incelenmesi ve genel durumun tespit edilmesi amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında YÖK Ulusal Tez Merkezi veri tabanında kayıtlı olan Down Sendrom konulu 185 adet lisansüstü tez incelenmiştir. Araştırmada, nitel araştırma veri toplama yöntemlerinden doküman incelemesi tekniği kullanılmıştır. Tezlerin türü, yıllara göre dağılımı, tez yazım dili, enstitü, erişim durumu, araştırma alanları, danışman unvanları ve tez konusu gibi değişkenler açısından incelenmiştir. Verilerin incelenmesinde ve analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Kategorilere ayrılan tezlerden elde edilen veriler Microsoft Excel programı aracılığıyla ayrıştırılmıştır. Çalışmada elde edilen veriler betimsel ve içerik analizi yöntemi ile kategoriksel analize tabi tutulmuştur. Çalışmadan elde edilen sayısal değerlerin daha iyi anlaşılması için tablolar ve şekiller halinde sunulmuştur. Elde edilen veriler doğrultusunda lisansüstü tezler içinde yüksek lisans çalışmaları daha çok yaygın olduğu, yıllık bazda incelendiğinde Down Sendromu ile ilgili en yüksek yayın yılı 20 çalışma ile 2019 yılında görüldüğü, 185 lisansüstü tezin 176’sı Türkçe, 9’u ise İngilizce dilinde yazıldığı, çalışma kapsamında incelenen lisansüstü tezlerin Ulusal tez merkezinde 185’inin erişime açık olduğu, 39’unun ise erişime kapalı olduğu, en fazla çalışma yapılan alanın Tıp Bilimleri olduğu, Çocuk Sağlığı ve Hastalıklar en yaygın konu olduğu, Sağlık Bilimleri Enstitüsü’ne ait tezlerin en yüksek paya sahip olduğu, Profesörler, lisansüstü tez danışmanlığı için en yaygın tercih edilen unvan olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır. Down Sendromunu konu alan doktora çalışmalarının sayısının arttırılması, ulusal lisansüstü tezlerin yanı sıra uluslararası tez ve makalelerin de incelenerek araştırma kapsamının genişletilmesi önerilmiştir.

Anahtar kelimeler: Down Sendrom, Doküman İnceleme, Lisansüstü Tez

ABSTRACT

This study aims to examine postgraduate theses related to Down Syndrome and determine the general situation. Within the scope of the study, 185 postgraduate theses on Down Syndrome registered in the YÖK National Thesis Centre database were examined. In the study, the

document review technique was used as a qualitative research data collection method. The theses were examined in terms of variables such as type, distribution by year, language of writing, institute, access status, research areas, advisor titles, and thesis topics. Content analysis was used in the examination and analysis of the data. The data obtained from the categorised theses were separated using the Microsoft Excel programme. The data obtained in the study were subjected to descriptive and content analysis methods and categorical analysis. The numerical values obtained from the study were presented in tables and figures for better understanding. According to the data obtained, master's theses were more common among postgraduate theses, and when examined on an annual basis, the highest number of publications related to Down Syndrome was observed in 2019 with 20 studies. 176 of the 185 postgraduate theses were written in Turkish, and 9 were written in English, 185 of the postgraduate theses examined in the study were accessible at the National Thesis Centre, and 39 were not accessible, the most studied field was Medical Sciences, and Child Health and Diseases was the most common topic, Theses belonging to the Institute of Health Sciences have the highest share, and Professors are the most commonly preferred title for postgraduate thesis supervision. It is recommended to increase the number of doctoral studies on Down Syndrome and to expand the scope of research by examining international theses and articles in addition to national postgraduate theses.

Keywords: Down Syndrome, Document Review, Postgraduate Thesis

GİRİŞ

Lisansüstü tezler, bilimsel bilginin ilerlemesine katkı sağlayan önemli akademik çalışmalardır. Bu araştırmada Down Sendromu ile ilgili yapılmış olan lisansüstü tezlerin incelenmesi ve genel durumun tespit edilmesi amaçlanmıştır. Bu doğrultuda gerçekleştirilen bilimsel araştırmalardan elde edilen bulgular ve sonuçlar ilk olarak ulusal tez merkezi veya akademik dergiler aracılığıyla paylaşılmaktadır. Bilimsel araştırmalardan biri olan lisansüstü eğitim aracılığıyla elde edilen yüksek lisans ve doktora tez çalışmaları; bilimi üretmek, yaymak, toplumsal sorunlar dikkate alınarak çözüm bulmak için katkıda bulunulması açısından önemli bir yere sahiptir (1). Bu araştırmaların konuları ve sonuçlarına dayalı değerlendirmeler yapılması da bir o kadar önemlidir. Belli bir alanda ne tür çalışmalara yoğunluk verildiği yönünde yapılan analiz sonuçlarının araştırmacılara faydalı olacağı düşünülmektedir. Bu tür analiz çalışmalarının da son yıllarda pek çok araştırmacının ilgisini çektiği görülmektedir (2). Bir alana özgü yapılmış olan lisansüstü tez çalışmalarının incelenmesi, o konunun derinliği ve sınırları ile ilgili bilgi vermenin yanı sıra, incelenen alanın genel görünüşü hakkında izlenim sahibi olunmasını sağlamaktadır (3). Ülkemizde engelliler ile ilgili birçok araştırma olduğu ve bunların içerik analizlerinin yapıldığı görülmektedir. Gerçekleştirilen bu araştırmalarda farklı engel gruplarının ayrı ayrı ele alındığı ve birçok değişken açısından incelendiği görülmektedir. Down sendromu, birçok klinik bulgunun eşlik ettiği genetik bir hastalık olup zihinsel yetersizlik ile

ilişkilendirilen kromozomal anomalileri içerisinde en yaygın görülenidir (4). Down sendromu doğumdan sonra kendini gösteren bir durum olmayıp doğuştan gelen bir durumdur. Down sendromunun insanlığın doğuşundan beri var olduğu düşünülmektedir ve dünyadaki tüm etnik gruplarda, sosyal sınıflarda ve yaş gruplarında mevcuttur (5). Gebeliğin erken evrelerinde teşhis edilebilen DS, doğumdan sonra fizik muayenede de teşhis edilebilir. Kromozom testleri yapılmalıdır. Bu insanların düşük ve şiddetli derecelerde bilişsel işlevlerde bir gecikmeden muzdarip oldukları bilinmektedir. (6). Tüm engelli insanların %5-10'unun DS olduğu tahmin edilmektedir. DS'li çocuklara dışarıdan baktığımızda birbirine çok benzemelerine rağmen, her bir bireyde farklılıklar görüyoruz. (7). Alana özgü ne tür çalışmaların yapıldığının belirlenmesi açısından önemlidir. Down Sendromunun önemli bir yere sahip olması, ne yönde araştırmalara ihtiyaç duyulduğunun tespit edilmesi ve gelecek çalışmalarda daha fazla ihtiyacı karşılaması açısından fayda sağlayacağı düşünülmektedir. Bu amaç doğrultusunda Literatür taramalarında Down Sendrom alanında hazırlanan lisansüstü tez profillerinin genel hatları ile ortaya çıkarılmıştır. Bilimsel araştırmaların; hangi üniversite, enstitü, danışmanlarının ünvanı, vb. kategorilere göre eğilim gösterdiğinin belirlenmesi açısından değer taşımaktadır.

2. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın yöntemi, veri toplama araçları, verilerin çözümlenmesine ilişkin detaylara yer verilmiştir.

2.1. Araştırma Deseni

Bu çalışmada Türkiye’de Down Sendromu ilgili yayımlanmış lisansüstü tezler nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi yöntemi kullanılarak incelenmiştir. “Doküman analizi, araştırma verilerinin birincil kaynağı olarak çeşitli dokümanların toplanması, gözden geçirilmesi, sorgulanması ve analizi olarak tanımlanabilen bilimsel bir araştırma yöntemidir” (8). Doküman analizi süreci, araştırma ile ilgili ulaşılan kayıt ve belgelerin toplayıp belirli bir sisteme göre kodlayarak inceleme işlemine denmektedir. Doküman analizi süreci araştırmacının öncelikle amacına yönelik kaynakları bulduğu ve bu kaynaklardan yola çıkarak bazı değerlendirme işlemlerinin ve belirli sınıflandırmaların yapıldığı bir süreçtir (9).

2.2 Araştırmaya Dâhil Edilen Dokümanlar

Araştırma kapsamında YÖK Ulusal Tez Merkezi detaylı tarama kısmına “Down Sendrom” yazıldıktan sonra aranacak alan tez adı olarak seçilip arama tipine “içinde geçsin” kısmı seçilmiştir. Bu şekilde 224 adet tez olduğu görülmüştür. Sadece izin verilen tezler incelenmeye dahil edildiğinde ise Down Sendrom konulu 185 adet tez olduğu görülmüştür. İzin verilmeyen 39 lisansüstü tez çalışmaya dahil edilmemiştir.

[illegible]

Ana Sayfa	Tarama	Mevzuat	İstatistikler	SSS	Yasal Uyarı	Bize Ulaşın
Tarama sonucunda 185 kayıt bulundu.						
No	Tez No	Yazar	Yıl	Tez Adı (Orijinal/Çeviri)	Tez Türü	Konu
185	284045	EMİNE NİLGÜN BAYSAL	1983	4-6,5 yaş grubundaki down sendromlu çocukların dil gelişimi eğitimlerinde müzik öğelerinin kullanılması	Yüksek Lisans	Ev Ekonomisi = Home Economics ; Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları = Child Health and Diseases
184	8465	SİBEL ÇETİNGÖZ	1990	Down sendromlu çocukların sosyal gelişimi, aile yapısı ve anne-baba tutumu	Yüksek Lisans	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları = Child Health and Diseases
182	713824	NURDAN EROL	1991	Klinik olarak 'down sendromu' düşünülen olgularda ötiroid hasta sendromu Euthyroid Sick Syndrome in Cases with Clinically Considered 'Down Syndrome'	Tıpta Uzmanlık	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları = Child Health and Diseases
183	13474	HALUK BİLGİN	1991	Down sendromunda temporal kemik patolojisi	Tıpta Uzmanlık	Kulak Burun ve Boğaz = Otorhinolaryngology (Ear-Nose-Throat)
181	40835	BEHRAM RASTGO	1994	Down sendromunda hipotiroidi insidansı	Tıpta Uzmanlık	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları = Child Health and Diseases
180	48751	ŞEBNEM GÜMÜŞÇÜ TUŞ	1996	Down sendromlu bebeklerin eğitiminde kullanılan ev programlarının bebeğin gelişimine etkisinin incelenmesi The effect of home-based programs that are used for training infants with Down's syndrome on development of the infant	Doktora	Ev Ekonomisi = Home Economics
179	72488	NURAY RİCHTER KANIK	1998	Erken eğitim down sendromlu bebeği olan annelerin stres ve anne-bebek etkileşim düzeyine etkisi The effect of early intervention on stress level of mothers of young children with down syndrome, and on mother-child interaction	Doktora	Eğitim ve Öğretim = Education and Training

2.2. Veri Toplama Süreci

YÖK Ulusal Tez Merkezi'ne ait resmi internet sitesinden indirilen ilgili lisansüstü tezler PDF formatında, bilgisayar ortamında klasörler haline getirilerek depolanmıştır. Araştırma kapsamına dahil edilen lisansüstü tezlere ait tüm künye ve tanıtım bilgileri (Tezlerin türü, yıllara göre dağılımı, tez yazım dili, enstitü, erişim durumu, araştırma alanları, danışman unvanları ve tez konusu) ayrı bir Excel dosyasına işlenmiş ve analiz edilmiştir. Bu tez çalışması kapsamında verileri kaydetmek için doküman tarama yöntemi kullanılmıştır.

2.3. Verilerin Analizi

Verilerin incelenmesinde ve analizinde içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Kategorilere ayrılan tezlerden elde edilen veriler Microsoft Excel programı aracılığıyla ayrıştırılmıştır. Çalışmada elde edilen veriler betimsel ve içerik analizi yöntemi ile frekans analizi kategoriksel analize tabi tutulmuştur. Çalışmadan elde edilen sayısal değerlerin daha iyi anlaşılması için tablolar ve şekiller halinde sunulmuştur. Ayrıca tezlerinden elde edilen bilgilerin değerlendirilmesi için analiz tekniklerinden betimsel ve içerik analizi kullanılmıştır.

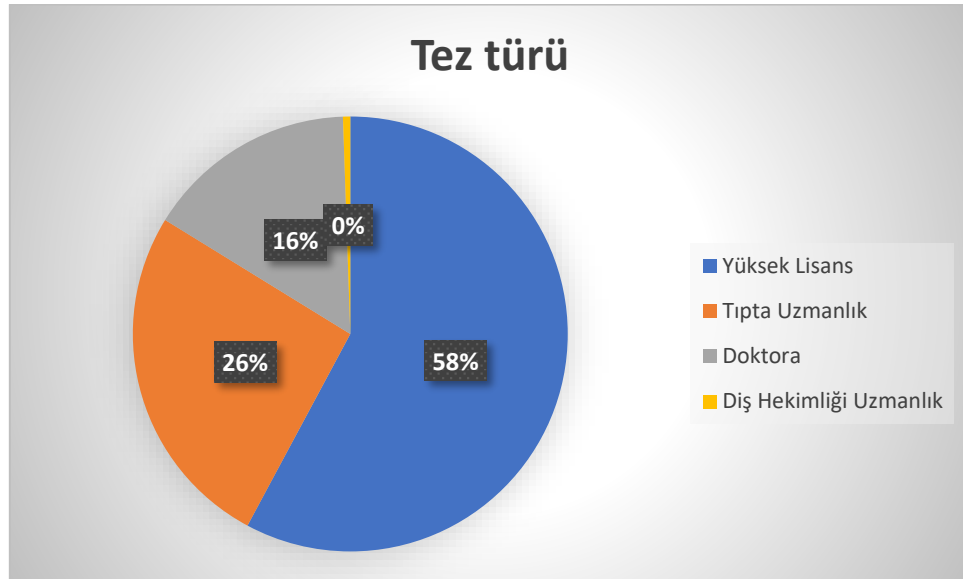
BULGULAR

Down Sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin tür bakımından değerlendirilmesi tablo 3.1'de gösterilmiştir.

Tablo 3.1. Down Sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin tür bakımından değerlendirilmesi

Tez Türü	Sayı
Yüksek Lisans	107
Tıpta Uzmanlık	48
Doktora	29
Diş Hekimliği Uzmanlık	1
Toplam	185

Tablo 3.1 incelendiğinde lisansüstü tezlerin 107'si yüksek lisans, 48'i Tıpta Uzmanlık, 29'u doktora ve 1'i ise diş hekimliğinde uzmanlık düzeyinde yazılmıştır. Verilere göre, yüksek lisans çalışmaları daha çok yaygındır. Bu durum, yüksek lisans programlarının daha geniş bir öğrenci kitlesine hitap etmesinden kaynaklanabilir.



Şekil 3.1. Down Sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin tür bakımından yüzde dağılımı

Şekil 3.1. incelendiğinde Down Sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin %58'ini Yüksek lisans tezleri, %26'sını Tıpta Uzmanlık, %16'sını ise doktora tezleri oluşturmaktadır.

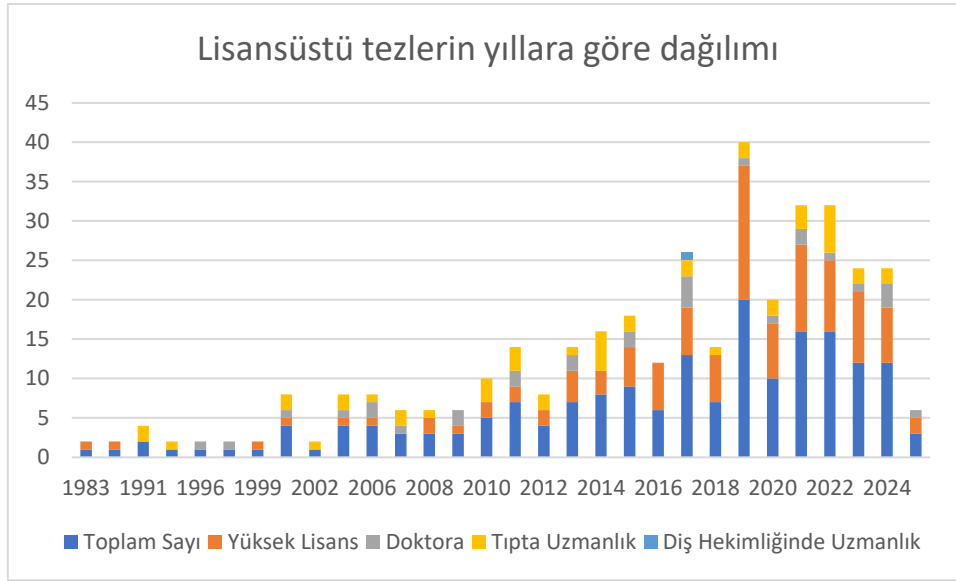
Down sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tez türlerinin yıllara göre dağılımı tablo 3.2'de verilmiştir.

Tablo 3.2. Tez türlerinin yıllara göre dağılımı

Yıl	Toplam Sayı	Yüksek Lisans	Doktora	Tıpta Uzmanlık	Diş Hekimliğinde Uzmanlık
1983	1	1	0	0	0
1990	1	1	0	0	0
1991	2	0	0	2	0

1994	1	0	0	1	0
1996	1	0	1	0	0
1998	1	0	1	0	0
1999	1	1	0	0	0
2001	4	1	1	2	0
2002	1	0	0	1	0
2004	4	1	1	2	0
2006	4	1	2	1	0
2007	3	0	1	2	0
2008	3	2	0	1	0
2009	3	1	2	0	0
2010	5	2	0	3	0
2011	7	2	2	3	0
2012	4	2	0	2	0
2013	7	4	2	1	0
2014	8	3	0	5	0
2015	9	5	2	2	0
2016	6	6	0	0	0
2017	13	6	4	2	1
2018	7	6	0	1	0
2019	20	17	1	2	0
2020	10	7	1	2	0
2021	16	11	2	3	0
2022	16	9	1	6	0
2023	12	9	1	2	0
2024	12	7	3	2	0
2025	3	2	1	0	0

Tablo 3.2’de Lisansüstü tezler yıllık bazda incelendiğinde Down Sendromu ile ilgili en yüksek yayın yılı 20 çalışma ile (17 yüksek lisans, 1 doktora, 2 tıpta uzmanlık) 2019 yılında görülmüştür. Diş hekimliği uzmanlık alanında yazılan lisansüstü tek çalışma ise 2017 yılında görülmüştür. Down Sendromu ile ilgili 2017 yılına kadar belli oranlarda çalışmalar yapılmış ancak 2017 yılından itibaren gözle görülür bir sayı artışı olmuştur. İlgili konuda lisansüstü tez üretiminin 2025 yılında düşüşe geçtiği belirlenmiş ancak 2025 yılının henüz tamamlanmadığı da göz önünde bulundurulmuştur.



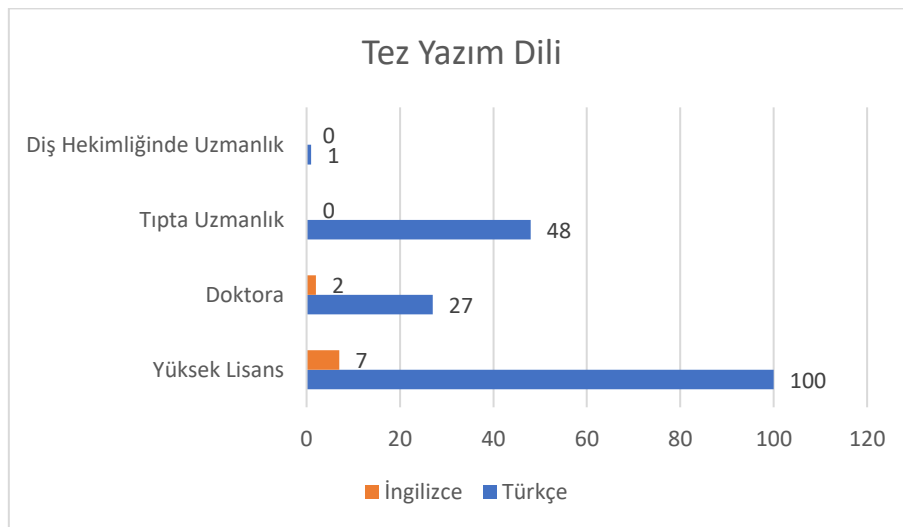
Şekil 3.2. Tez türlerinin yıllara göre dağılım grafiği

Down sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin yazım dillerine göre dağılımı tablo 3.3'te verilmiştir.

Tablo 3.3. Lisansüstü tezlerin yazım dillerine göre dağılımı

Tez Türü	Türkçe	İngilizce
Yüksek Lisans	100	7
Doktora	27	2
Tıpta Uzmanlık	48	-
Diş Hekimliğinde Uzmanlık	1	-

Tablo 3.3 incelendiğinde Down sendromu ile ilgili yapılan toplam 185 lisansüstü tezin 176'sı Türkçe, 9'u ise İngilizce dilinde yazılmıştır.



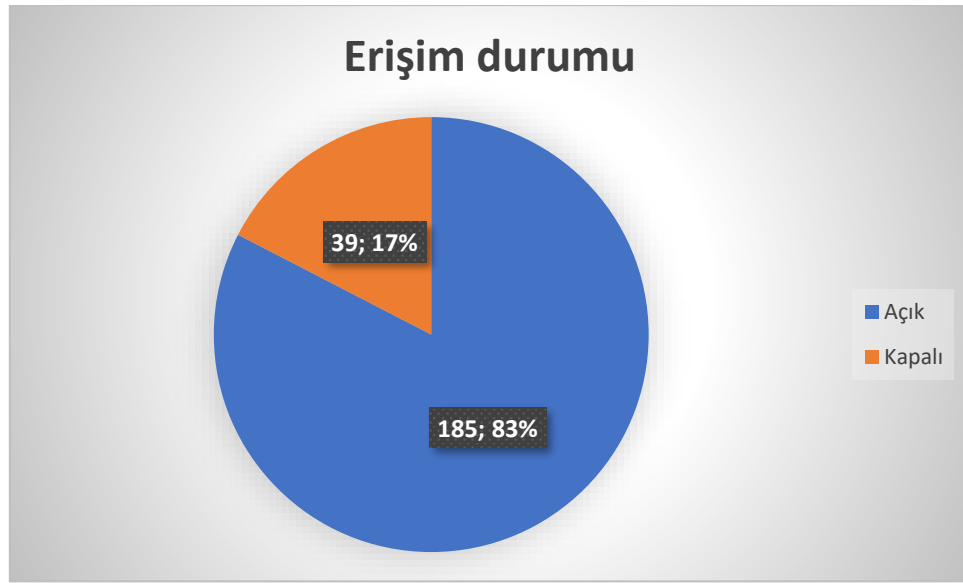
Şekil 3.3. Lisansüstü tezlerin yazım dillerine göre dağılımı

Down sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin erişim durumlarına göre dağılımı tablo 3.4'te verilmiştir.

Tablo 3.4. Lisansüstü tezlerin erişim durumları

Erişim Durumu	Sayı
Açık	185
Kapalı	39

Çalışma kapsamında incelenen lisansüstü tezlerin Ulusal tez merkezinde 185'inin erişime açık olduğu, 39'unun ise erişime kapalı olduğu görülmektedir.



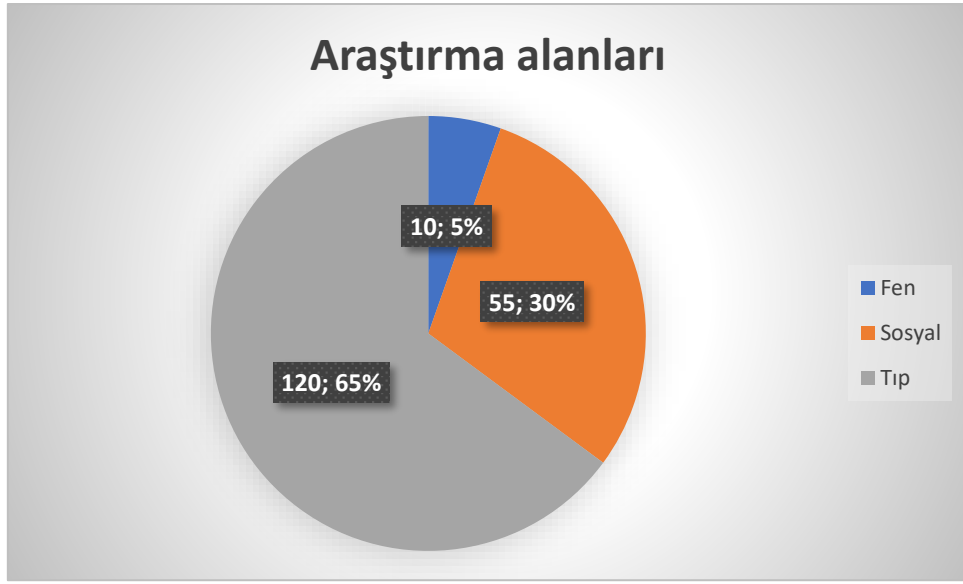
Şekil 3.4. Lisansüstü tezlerin erişim durumları

Çalışma kapsamında incelenen lisansüstü tezlerin %83'ünün Ulusal tez merkezinde erişime açık olduğu, %17'sinin ise erişime kapalı olduğu görülmektedir.

Down sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin araştırma alanlarına göre dağılımı tablo 3.5'te verilmiştir.

Araştırma Alanı	Sayı
Fen	10
Sosyal	55
Tıp	120

Tablo 3.5'e göre çalışma kapsamında incelenen lisansüstü tezlerin 10'u Fen Bilimleri alanında, 55'i Sosyal Bilimler alanında, 120'si ise Tıp Bilimleri alanında yapılmıştır.



Şekil 3.5. Lisansüstü tezlerin araştırma alanlarına göre yüzde dağılım grafiği

Şekil 3.5 incelendiğinde Lisansüstü tezlerin %5'i fen bilimleri alanında, %30'u sosyal bilimler alanında ve %65'i tıp bilimleri alanında yapılmıştır. En fazla çalışma yapılan alan Tıp Bilimleri olmuştur.

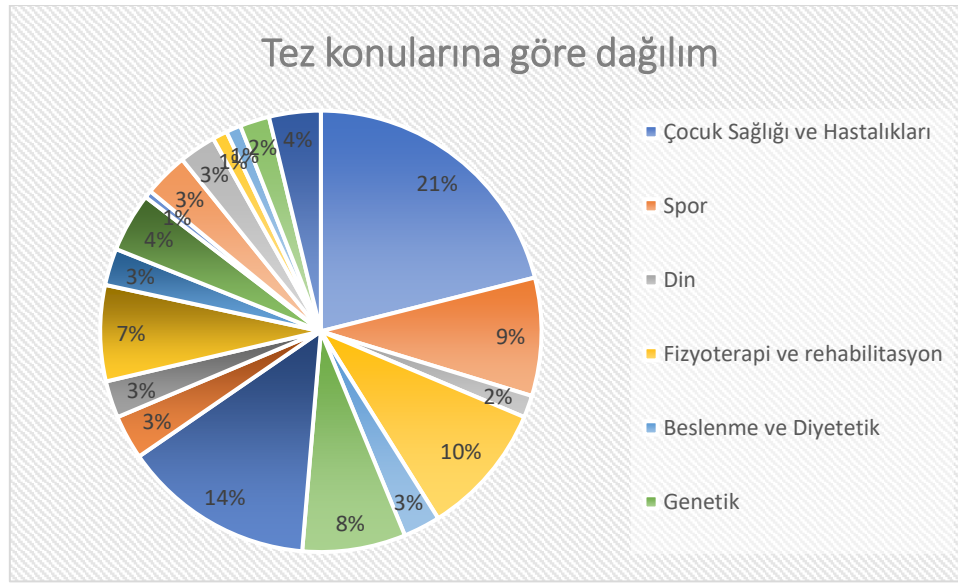
Down sendromu ile ilgili yapılan lisansüstü tezlerin konularına göre dağılımı tablo 3.6'da verilmiştir.

Tablo 3.6. Lisansüstü tezlerin konularına göre dağılımı

KONU	SAYI
Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları	39
Spor	16
Din	3
Fizyoterapi ve rehabilitasyon	18
Beslenme ve Diyetetik	5
Genetik	14
Eğitim ve Öğretim	26
Anatomi	6
Hemşirelik	5
Psikoloji	13
Dil Bilim	5
Tıbbi Biyoloji	8
Ergoterapi	1
Biyokimya	6
Kadın Hastalıkları ve Doğum	5
Göğüs Kalp ve Damar Cerrahisi	2
Göz Hastalıkları	2

Güzel Sanatlar	4
Diş Hekimliği	7

Tablo 3.6'ya göre Down Sendromu ile ilgili yazılan lisansüstü tezlerin 39'unun konusu Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları ile en yaygın konu olarak görülmüştür. 26'sının Eğitim ve Öğretim, 18'inin Fizyoterapi ve rehabilitasyon, 16'sının spor, 14'ünün genetik ve 13'ünün ise psikoloji konusu ile ilgili olduğu görülmüştür. Tabloda görüldüğü üzere birçok farklı konuda çalışmalar yapılmıştır. En az çalışılan konu ise ergoterapi olmuştur.

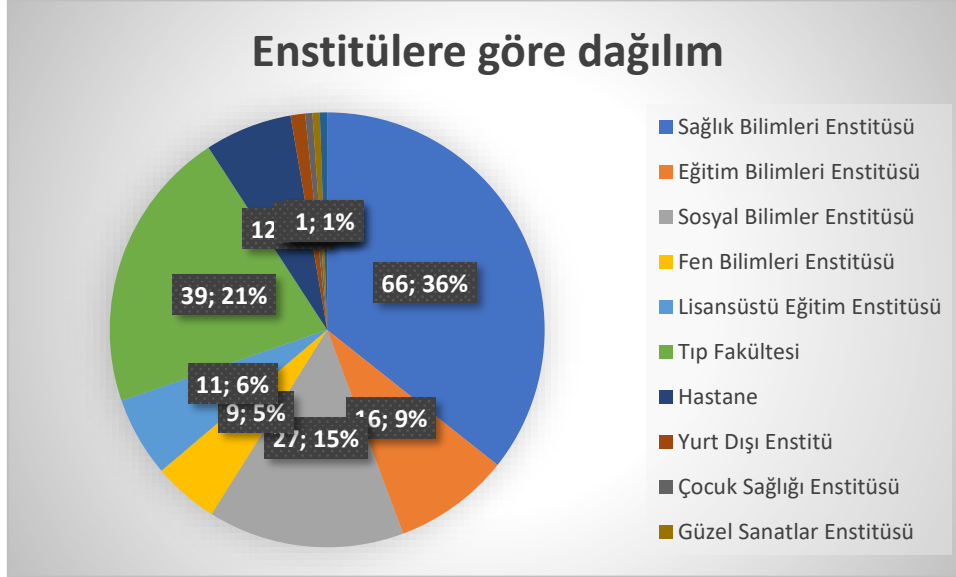


Şekil 3.6. Lisansüstü tezlerin konularına göre dağılım grafiği

Tablo 3.7. Lisansüstü tezlerin enstitülere göre dağılımı

Enstitü	Sayı
Sağlık Bilimleri Enstitüsü	66
Eğitim Bilimleri Enstitüsü	16
Sosyal Bilimler Enstitüsü	27
Fen Bilimleri Enstitüsü	9
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü	11
Tıp Fakültesi	39
Hastane	12
Yurt Dışı Enstitü	2
Çocuk Sağlığı Enstitüsü	1
Güzel Sanatlar Enstitüsü	1
Diş Hekimliği Fakültesi	1

Tablo 3.7 incelendiğinde Down Sendromu ile ilgili yazılan lisansüstü tezlerin 66'sı Sağlık Bilimleri Enstitüsü'ne ait olarak en yüksek paya sahip olmuştur. Sağlık Bilimleri Enstitüsünü sırasıyla 39 tez ile Tıp Fakültesi, 27 tez ile Sosyal Bilimler Enstitüsü, 16 tez ile Eğitim Bilimleri Enstitüsü şeklinde izlemektedir. Tabloda görüldüğü üzere birçok farklı enstitüde çalışmalar yürütüldüğü görülmüştür.

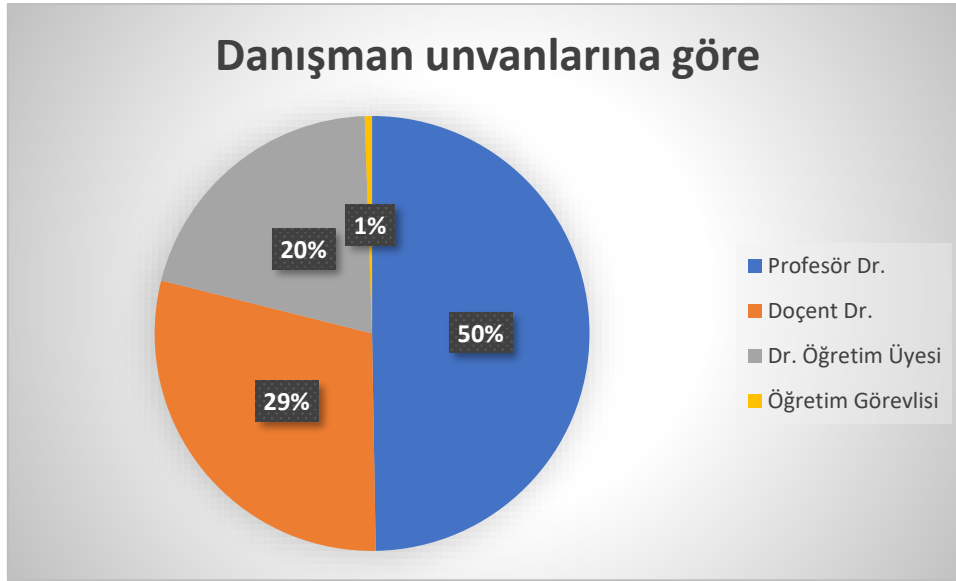


Şekil 3.7. Lisansüstü tezlerin enstitülere göre dağılım grafiği

Tablo 3.8. Lisansüstü tezlerin danışman unvanlarına göre dağılımı

Unvan	Sayı
Profesör Dr.	92
Doçent Dr.	54
Dr. Öğretim Üyesi	38
Öğretim Görevlisi	1

Tablo 3.8 incelendiğinde Profesörler, lisansüstü tez danışmanlığı için 93 tez ile en yaygın tercih edilen unvan olmuştur. Doçent Doktorlar 54 tez ile ikinci en yaygın tercih edilen unvan olmuştur. Doktor Öğretim üyeleri 38 tez ile üçüncü en yaygın tercih edilen unvan olmuştur. Öğretim Görevlileri, 1 tez ile listenin en altında yer almaktadır.



Şekil 3.8. Lisansüstü tezlerin danışman unvanlarına göre dağılım grafiği

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada Down Sendromu ile ilgili yapılmış olan lisansüstü tezlerin incelenmesi ve genel durumun tespit edilmesi amaçlanmıştır. Çalışmamızda Down Sendromlu bireylerle yapılan araştırmaların son derece kısıtlı oranda olduğu görülmüştür. Araştırma kapsamında incelenen tezler doğrultusunda Tablo 3.1 incelendiğinde lisansüstü tezlerin 107'si yüksek lisans, 48'i Tıpta Uzmanlık, 29'u doktora ve 1'i ise diş hekimliğinde uzmanlık düzeyinde yazılmıştır. Verilere göre, yüksek lisans çalışmaları daha çok yaygındır. Bu durum, yüksek lisans programlarının daha geniş bir öğrenci kitlesine hitap etmesinden kaynaklanabilir. Tablo 3.2'de Lisansüstü tezler yıllık bazda incelendiğinde Down Sendromu ile ilgili en yüksek yayın yılı 20 çalışma ile (17 yüksek lisans, 1 doktora, 2 tıpta uzmanlık) 2019 yılında görülmüştür. Diş hekimliği uzmanlık alanında yazılan lisansüstü tek çalışma ise 2017 yılında görülmüştür. Down Sendromu ile ilgili 2017 yılına kadar belli oranlarda çalışmalar yapılmış ancak 2017 yılından itibaren gözle görülür bir sayı artışı olmuştur. Akademik çalışmaların yıllara göre bu dağılımı, araştırma alanındaki değişen ilgi alanlarının izlenmesi açısından önemli bir göstergedir. Tablo 3.3 incelendiğinde Down sendromu ile ilgili yapılan toplam 185 lisansüstü tezin 176'sı Türkçe, 9'u ise İngilizce dilinde yazılmıştır. Tezlerinin dilinin Türkçe olması, tezlerden elde edilen bilgilere eğitimin paydaşları olan öğretmen, veli, sporcu gibi bireylerin ulaşabilmesi için bir avantaj oluşturabilir. Diğer yandan, tezlerin dilinin Türkçe olması aynı zamanda Türkiye bağlamında yapılan lisansüstü çalışmaların uluslararası literatüre kazandırılması ve paylaşım açısından dezavantaj oluşturabilir. Bu nedenle tezlerin sonuna yabancı dilde uzun özet bölümü oluşturulması, tezlerden üretilen akademik çalışmaların uluslararası dergilerde yayınlanması teşvik edilmelidir. Tablo 3.4'e göre çalışma kapsamında incelenen lisansüstü tezlerin %83'ünün

Ulusal tez merkezinde erişime açık olduğu, %17'sinin ise erişime kapalı olduğu görülmektedir. Lisansüstü tezlerde kaynaklara erişim konusunda ve kaynakların verimli kullanılması konusunda faydalı olabilir. Tablo 3.5'e göre çalışma kapsamında incelenen lisansüstü tezlerin 10'u Fen Bilimleri alanında, 55'i Sosyal Bilimler alanında, 120'si ise Tıp Bilimleri alanında yapılmıştır. Bilimsel dayanaklı uygulama arayışı tıp alanında gelişmesinin ardından fen bilimleri ve sosyal bilimlere ilişkin yapılan uygulamalı çalışmalara da yansımıştır. Tablo 3.6'ya göre Down Sendromu ile ilgili yazılan lisansüstü tezlerin 39'unun konusu Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları ile en yaygın konu olarak görülmüştür. 26'sının Eğitim ve Öğretim, 18'inin Fizyoterapi ve rehabilitasyon, 16'sının spor, 14'ünün genetik ve 13'ünün ise psikoloji konusu ile ilgili olduğu görülmüştür. Tabloda görüldüğü üzere birçok farklı konuda çalışmalar yapılmıştır. Türkiye'de Down Sendrom tanısı almış bireylerin anneleri dışında babalarına, kardeşlerine ve bakım veren diğer kişilere yönelik araştırmalar da yapılabilir. Down Sendrom tanısı almış bireylerin aileleri ile ilgili yapılan doktora tez sayısının azlığından dolayı tez çalışmalarının arttırılması için öğrencilere destek sağlanabilir. Ayrıca Down Sendrom tanısı olan bireylerin ailelerine yönelik aile eğitim programlarının sayısının arttırılabilir. Türkiye'de Down Sendrom tanısı almış bireylerin ailelerine yönelik çeşitli değişkenler kapsamında daha çok bilimsel çalışmaya ihtiyaç vardır.

KAYNAKLAR

1. Benligiray S. (2009). Türkiye'de insan kaynakları yönetimi alanında yapılan lisansüstü tezler ve bu tezlerde incelenen temaların analizi: 1983-2008 dönemi. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İİBF Dergisi. 4(1), 167-197.
2. Selçuk Z., Palancı M., Kandemir M., Dünder H. (2014). Eğitim ve bilim dergisinde yayınlanan araştırmaların eğilimleri: İçerik analizi. Eğitim ve Bilim Dergisi. 39(173), 430-453.
3. Karadağ E. (2009). Eğitim bilimleri alanında yapılmış doktora tezlerinin tematik açıdan incelemesi. Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 10(3), 75-87.
4. Bull MJ. Down syndrome. The New England Journal of Medicine. 2020; 382(24):2344- 52.
5. Gerçeksever Hİ. Down Sendromlu çocukların giysilerden kaynaklanan giyinme problemleri ve giysi tercihleri [yüksek lisans tezi]. Konya: Selçuk Üniversitesi; 2011.
6. Sarı, HY. Down Sendromlu çocuğu olan ailelere yönelik bir durum çalışması [yüksek lisans tezi]. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi; 2011.
7. Çandır G. 4-24 yaş arası otizm spektrum bozukluğu ve down sendromu tanısı alan çocukların annelerinde depresyon, anksiyete, stres ve baş etme tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul: Arel Üniversitesi; 2015.
8. Sak, R., Şahin Sak, İ. T., Öneren Şendil, Ç. & Nas, E. (2021). Bir araştırma yöntemi olarak doküman analizi. Kocaeli Üniversitesi Eğitim Dergisi, 4(1), 227-256. DOI: 10.33400/kuje.843306
9. Çepni, S. (2014). Araştırma ve proje çalışmalarına giriş. Seçkin Yayıncılık.

**GIYİLEBİLİR TEKNOLOJİ DESTEKLİ YAPAY ZEKÂNIN SPOR YAPMA
ALİŞKANLIKLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ**
THE IMPACT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE SUPPORTED BY WEARABLE
TECHNOLOGY ON SPORTING HABITS

Gamze DAĞDEVİREN

Fırat Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-6198-4225>

Assoc. Prof. Cumaali YAVUZ

Fırat Üniversitesi, Spor Bilimler Fakültesi
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-5183-2371>

Özet

Günümüzde teknolojik gelişmeler bireylerin yaşam biçimlerini köklü biçimde dönüştürmekte ve spor bu dönüşümün gerçekleştiği en belirgin alanlarından biridir. Özellikle dijitalleşmenin hız kazanması ile birlikte bireylerin fiziksel aktivite alışkanlıklarını gözlemlemek, değerlendirmek ve yönlendirmek amacıyla geliştirilen teknolojik araçlar yaygın biçimde kullanılmaya başlanmış ve giyilebilir teknoloji (wearable technologies) destekli yapay zeka (YZ) ön plana çıkmıştır. Bu bağlamda çalışmada, giyilebilir teknoloji destekli yapay zekâ sistemlerinin bireylerin spor yapma alışkanlıkları üzerindeki etkilerini farklı boyutlarıyla incelemek hedeflenmiştir. Giyilebilir teknoloji destekli yapay zekâ uygulamalarının bireylerin spor yapma alışkanlıkları üzerinde ne gibi etkileri olduğunu tespit etmek, bu etkileri davranışsal, motivasyonel ve performans temelli boyutlarıyla analiz etmek ve bu uygulamaların sınırlılıkları ve geleceğe yönelik potansiyelleri ayrıntılı biçimde ele almak amaçlanmıştır. Çalışma kapsamında, giyilebilir teknolojilerin kişisel sağlık verilerine dayalı olarak nasıl önerilerde bulunduğu, bireylerin egzersiz motivasyonuna nasıl katkı sağladığı ve alışkanlık oluşturma süreçlerinde nasıl rol oynadığı detaylı biçimde ele alınmıştır. Aynı zamanda çalışma sadece bireysel davranış değişimi açısından değil, toplum sağlığının iyileştirilmesi açısından da katkılarının belirlenmesi açısından önem taşımaktadır. Araştırma, literatür taramasını içermekte olup 2020 yılı sonrası ulusal ve uluslararası düzeyde yapılmış olan bilimsel makaleler, tez çalışmaları, resmi raporlar ve güncel teknolojik değerlendirmeler sistematik biçimde temel almaktadır. Özellikle “giyilebilir teknolojiler”, “sporlarda yapay zeka”, “egzersiz uyumu”, “spor teknolojileri” ilişkin yazın taranarak, spor alanındaki kullanımıyla ilgili ulusal ve uluslararası akademik kaynaklar sistematik olarak incelenmiştir. Bu açıdan da çalışma hem literatürdeki boşluklara da dikkat çekmeyi hedeflemekte hem de akademik dünyaya katkı sunmayı amaçlamıştır. Yapay zekâ destekli giyilebilir teknolojilerin spor yapma alışkanlıkları üzerindeki etkilerini değerlendirebilmek için gerçekleştirilen literatür taramasında, ulusal ve uluslararası düzeyde çeşitli araştırmaların bu konuya farklı açılardan yaklaştığı görülmüştür. Çalışmada hem bireysel hem de toplumsal düzeyde anlamlı değişimlerin olduğu incelenen literatür taramasında yapay zekâ destekli giyilebilir teknolojilerin spor yapma alışkanlıklarını pozitif yönde etkilediğini açık biçimde ortaya koymuştur. Literatürdeki bulgular çalışmaların, motivasyon artışı, egzersiz sürekliliği, kişiselleştirilmiş destek, ve sosyal etkileşim gibi dört ana temada yoğunlaştığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Giyilebilir Teknoloji, Yapay Zekâ, Spor Yapma Alışkanlıkları

Abstract

Today, technological developments are radically transforming the lifestyles of individuals and sport is one of the most prominent areas where this transformation is taking place. Especially with the acceleration of digitalization, technological tools developed to observe, evaluate and guide individuals' physical activity habits have started to be widely used, and artificial intelligence (AI) supported by wearable technologies has come to the fore. In this context, this study aims to examine the effects of wearable technology-supported artificial intelligence systems on individuals' sports habits in different dimensions. It is aimed to determine the effects of wearable technology-supported artificial intelligence applications on individuals' sports habits, to analyze these effects with behavioral, motivational and performance-based dimensions, and to address the limitations and future potentials of these applications in detail. Within the scope of the study, how wearable technologies make recommendations based on personal health data, how they contribute to individuals' exercise motivation and how they play a role in habit formation processes are discussed in detail. At the same time, the study is important not only in terms of individual behavior change but also in terms of improving public health. The research includes a literature review and is systematically based on scientific articles, thesis studies, official reports and current technological evaluations made at national and international level after 2020. In particular, the literature on “wearable technologies”, “artificial intelligence in sports”, “exercise adaptation”, “sports technologies” was reviewed, and national and international academic sources related to their use in the field of sports were systematically examined. In this respect, the study aims to draw attention to the gaps in the literature and to contribute to the academic world. In the literature review conducted to evaluate the effects of artificial intelligence-supported wearable technologies on sports habits, it was seen that various national and international studies approached this issue from different perspectives. In the literature review, it was clearly revealed that artificial intelligence-supported wearable technologies positively affect the habits of doing sports in both individual and social levels. The findings in the literature show that the studies concentrate on four main themes such as increased motivation, exercise continuity, personalized support, and social interaction.

Keywords: Wearable Technology, Artificial Intelligence, Sports Habits

GİRİŞ

Modern toplumlarda yaygınlaşan sedanter yaşam tarzı, obezite, diyabet, hipertansiyon gibi kronik hastalıkların artmasına neden olmaktadır. Fiziksel aktivite, bu hastalıkların önlenmesinde ve genel sağlık durumunun iyileştirilmesinde temel bir rol oynamaktadır. Ancak, egzersiz yapma oranları istenilen düzeye ulaşamamaktadır. Bireylerin spor yapmaya yönelik motivasyon eksikliği, zaman yetersizliği, alışkanlık kazanamama ve sürdürülebilirlik sorunları, bu durumun başlıca nedenleri arasında yer almaktadır (Dishman ve ark. 2013).

Bu noktada, bireylerin davranışlarını yönlendiren ve motivasyonlarını artırabilecek dijital çözümlere olan ihtiyaç giderek artmaktadır. Giyilebilir teknoloji destekli yapay zeka, bu ihtiyaçları karşılayabilecek yenilikçi araçlar olarak karşımıza çıkmaktadır (Sullivan & Lachman, 2020). Ancak, bu teknolojilerin bireylerin spor alışkanlıkları üzerindeki etkileri yeterince derinlemesine incelenmemiştir. Dolayısıyla bu çalışmada giyilebilir teknoloji destekli yapay zekâ uygulamalarının bireylerin spor yapma alışkanlıkları üzerindeki etkilerini

incelemek, bu etkileri davranışsal, motivasyonel ve performans temelli boyutlarıyla analiz etmek amaçlanmıştır.

Giyilebilir Teknoloji Nedir?

Giyilebilir teknoloji, son yıllarda hem teknoloji dünyasında hem de sağlık ve spor alanlarında oldukça popüler hale gelen bir kavramdır. Kısaca tanımlamak gerekirse, kullanıcının vücuduna entegre edilebilen, fiziksel verileri toplayabilen ve bu verileri analiz etmek üzere dijital sistemlerle iletişim kurabilen akıllı cihazlar giyilebilir teknoloji kapsamına girer (Çelik & Yücel, 2020). Bu cihazlar çoğunlukla saat, bileklik, gözlük, kıyafet veya ayakkabı gibi nesnelerin içine entegre edilir ve genellikle Bluetooth, Wi-Fi veya mobil uygulamalar yoluyla akıllı telefonlarla bağlantılı şekilde çalışır.

Başlangıçta sadece adım sayma veya kalori takibi gibi basit işlevler sunan bu cihazlar, artık gelişmiş sensör teknolojileri ve yazılımlarla birlikte oldukça kapsamlı hale gelmiştir. Kalp ritmi, kandaki oksijen seviyesi, uyku kalitesi, stres düzeyi, vücut ısısı ve nabız değişkenliği gibi çok daha detaylı biyometrik veriler ölçülebilmekte ve bunlar kullanıcıya grafikler, uyarılar ya da öneriler şeklinde sunulmaktadır (Motti & Caine, 2015). Bu sayede kullanıcı, vücudunun fiziksel tepkilerini daha yakından takip edebilmekte ve günlük yaşamını bu verilere göre şekillendirebilmektedir.

Giyilebilir teknolojilerin kullanım alanları oldukça geniştir. Sporcular antrenman performanslarını izlemek, sağlık çalışanları hastaların anlık durumlarını takip etmek, bireyler ise günlük fiziksel aktivitelerini planlamak için bu teknolojilerden yararlanmaktadır. Özellikle pandemi sonrası dönemde, bireylerin kendi sağlıklarını uzaktan izleyebilme ihtiyacı arttığı için bu teknolojilere olan talep daha da artmıştır (Özkan & Koç, 2021).

Kısacası, giyilebilir teknolojiler artık sadece bir trend değil; bireylerin sağlıklı yaşam davranışlarını destekleyen, onların daha bilinçli ve veriye dayalı kararlar almasını sağlayan güçlü bir araç haline gelmiştir. Ancak bu teknolojilerin etkisinin daha da artırılması, onları yalnızca veri toplayan araçlar olmaktan çıkarıp davranış değişimini destekleyen sistemler haline getirmekle mümkündür. İşte bu noktada, yapay zekânın devreye girdiği bütünlük sistemler dikkat çekmektedir.

Yapay Zekâ ile Giyilebilir Teknolojinin Bütünleşmesi

Yapay zekâ (YZ), insan zekâsına benzer şekilde öğrenebilen, karar verebilen ve önerilerde bulunabilen algoritma sistemlerini tanımlar. Son yıllarda yapay zekâ teknolojisinin giyilebilir cihazlara entegre edilmesiyle birlikte, bu cihazlar sadece veri toplayan pasif araçlar olmaktan çıkıp, kullanıcının davranışlarını yönlendirebilen etkileşimli dijital koçlara dönüşmeye başlamıştır (Kocabey & Erdem, 2022).

Bu entegrasyonun temelinde, sensörler aracılığıyla elde edilen büyük miktarda verinin (büyük veri) makine öğrenmesi algoritmaları ile analiz edilmesi yatmaktadır. Örneğin bir akıllı saatin gün boyunca topladığı kalp ritmi, uyku süresi, aktivite seviyesi ve stres verileri yapay zekâ

tarafından anlamlandırılarak kullanıcıya özel egzersiz önerileri sunulabilir. Ayrıca bu öneriler, kullanıcının önceki tepkilerine göre dinamik olarak güncellenebilir (Chung ve ark., 2019). Böylece sistem, kullanıcıdan öğrenerek zamanla daha isabetli tahminlerde bulunur ve daha etkili öneriler geliştirir.

Spor Yapma Alışkanlıkları

Spor yapma alışkanlığı, bireylerin fiziksel aktiviteyi düzenli ve sürdürülebilir biçimde yaşamlarına entegre etmeleri anlamına gelir. Alışkanlık haline gelmiş bir spor davranışı, genellikle dışsal motivasyonlardan bağımsız olarak, içsel olarak yönlendirilen ve otomatikleşmiş bir davranış kalıbı şeklinde tanımlanabilir (Gardner, 2015). Ancak bu alışkanlığı oluşturmak ve sürdürmek, birçok birey için oldukça zorlu bir süreçtir. Bu zorluklar hem bireysel hem de çevresel faktörlerden kaynaklanabilir.

Bireysel düzeyde, zaman yönetimi, iş hayatının yoğunluğu, düşük motivasyon, öz disiplin eksikliği, fiziksel yetersizlik hissi veya daha önceki olumsuz egzersiz deneyimleri spor alışkanlığı geliştirmeyi zorlaştırabilir (Bauman ve ark., 2012). Aynı zamanda sporun birey için anlamı da oldukça belirleyicidir. Kimi insanlar spor yapmayı sağlıkla ilişkilendirirken, kimileri için sosyal etkileşim ya da stres atma aracı olabilir. Bu algı farklılıkları, bireyin egzersize olan bağlılığını doğrudan etkileyebilir.

Sonuç olarak, spor alışkanlığı; yalnızca fiziksel değil, psikolojik ve sosyal boyutları da içeren karmaşık bir süreçtir. Bu alışkanlığın kazanılması, bireyin çevresiyle ve teknolojik araçlarla kurduğu etkileşimle doğrudan ilişkilidir. Giyilebilir teknoloji ve yapay zekâ bu etkileşimleri kolaylaştıran, kişiyi destekleyen ve süreci daha sürdürülebilir hale getiren önemli araçlar olarak öne çıkmaktadır (Zhang ve ark., 2023).

YÖNTEM

Bu araştırma, nitel bir araştırma tasarımına dayalı olarak literatür taraması yöntemi ile oluşturulmuştur. Araştırma kapsamında, 2020 sonrası hem ulusal hem de uluslararası düzeyde yapılmış olan bilimsel makaleler, tez çalışmaları, resmi raporlar ve güncel teknolojik değerlendirmeler sistematik biçimde incelenmiştir. Özellikle “giyilebilir teknolojiler”, “sporda yapay zeka”, “egzersiz uyumu”, “spor teknolojileri” ilişkin yazın taranarak, spor alanındaki kullanımıyla ilgili ulusal ve uluslararası akademik kaynaklar sistematik olarak incelenmiştir.

BULGULAR VE DEĞERLENDİRME

Yapay zekâ destekli giyilebilir teknolojilerin spor yapma alışkanlıkları üzerindeki etkilerini değerlendirebilmek için gerçekleştirilen literatür taramasında, ulusal ve uluslararası düzeyde çeşitli araştırmaların bu konuya farklı açılardan yaklaştığı görülmüştür. Özellikle son beş yıl içerisinde yapılan çalışmalar, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde anlamlı değişimleri ortaya koymaktadır. Literatürdeki bulgular dört ana temada yoğunlaşmaktadır: motivasyon artışı, egzersiz sürekliliği, kişiselleştirilmiş destek, ve sosyal etkileşim.

Giyilebilir Teknoloji ve Yapay Zekanın Motivasyon Üzerindeki Etkisi

Birçok araştırma, giyilebilir teknolojilerin kullanıcıların egzersize başlama ve devam etme motivasyonlarını artırdığını ortaya koymaktadır. Egzersiz yapma alışkanlığının sürdürülebilmesi, yalnızca fiziksel uygunlukla değil; aynı zamanda güçlü ve istikrarlı bir motivasyonla doğrudan ilişkilidir. Bu bağlamda, yapay zekâ ve giyilebilir teknolojiler motivasyonel bir araç olarak ön plana çıkmaktadır. Bu cihazlar, kullanıcıya gerçek zamanlı geri bildirim sunarak, davranışlarının sonuçlarını anında görebilmesini sağlar. Örneğin; günlük adım hedefini tamamlayan bir kullanıcı, akıllı bilekliğinden gelen “hedefe ulaştınız” bildirimiyle birlikte bir başarı hissi yaşar. Bu tür olumlu geri bildirimler, bireyin içsel motivasyonunu besler ve davranışın tekrarlanma olasılığını artırır (Lyons ve ark., 2014).

Bazı yapay zekâ destekli uygulamalar, kullanıcının ruh halini tahmin ederek ona özel önerilerde de bulunabilmektedir. Örneğin stresli bir gün geçirdiği belirlenen bir kullanıcıya, sistem “bugün yürüyüş yaparak zihnini boşaltmayı dene” şeklinde öneriler sunabilir. Bu tür yönlendirmeler, teknolojinin sadece fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik destek sağlayan bir yaşam asistanına dönüşmesini sağlamaktadır (Chung ve ark., 2019).

Maher ve arkadaşlarının (2017) yaptığı çalışmada, giyilebilir aktivite takip cihazlarının kullanıcıların hareket düzeylerini artırdığı ve katılımcıların cihazların motive edici etkisinden memnun oldukları belirtilmiştir. Katılımcılar, günlük hedef belirleme, ilerleme takibi ve başarı bildirimlerinin özellikle motive edici olduğunu vurgulamışlardır.

Benzer şekilde, Cadmus-Bertram (2017) tarafından yürütülen başka bir çalışmada, akıllı saat kullanan bireylerin egzersiz hedeflerine daha çok bağlı kaldığı ve cihazların sunduğu gerçek zamanlı geri bildirimlerin motivasyonel bir itici güç olduğu gösterilmiştir. Kullanıcılar, cihazları bir “dijital koç” gibi değerlendirmekte ve bu etkileşimi destekleyici bulmaktadır.

Egzersiz Davranışının Sürdürülebilirliği Açısından Ele Alınışı

Düzenli egzersiz yapma alışkanlığı kazanmak kadar, bu alışkanlığı uzun vadede sürdürebilmek de sağlıklı yaşam açısından büyük önem taşır. Ancak pek çok birey, spora büyük bir istekle başlayıp birkaç hafta içinde motivasyonunu yitirerek bırakmaktadır. Bu durumun nedenleri arasında motivasyon düşüklüğü, zaman baskısı, monotonluk, ilerlemenin görünür olmaması ve sosyal destek eksikliği yer almaktadır (Rhodes ve ark., 2009). Yapay zekâ ve giyilebilir teknolojiler ise bu engellerin çoğunu sistematik olarak azaltacak şekilde tasarlanmıştır ve sürdürülebilirliği artırmak adına güçlü çözümler sunar.

Bu cihazlar sayesinde birey, yaptığı egzersizlerin etkilerini sayısal verilerle anında görebilir. Günlük adım sayısı, kalori harcaması, kalp atış ortalaması gibi verilerin düzenli biçimde takip edilmesi, kullanıcıya somut geri bildirim sağlar. Birey, yaptığı fiziksel aktivitenin sonucunu görebildikçe, davranışın anlamlı olduğunu daha çok hisseder ve sürdürme ihtimali artar (Middelweerd ve ark., 2014). Üstelik bu geri bildirimlerin yapay zekâ tarafından analiz edilerek kişiye özel olarak sunulması, bireyin bireysel gelişimini doğrudan hissetmesine yardımcı olur.

Wang ve arkadaşlarının (2020) Çin'de gerçekleştirdiği bir çalışmada, düzenli olarak giyilebilir cihaz kullanan bireylerin haftalık egzersiz sürelerinin anlamlı şekilde arttığı, özellikle 3 ay ve üzeri kullanımda davranışın alışkanlığa dönüştüğü rapor edilmiştir.

Ayrıca, Thompson (2019) yapay zekâ destekli sistemlerin kullanıcıların önceki alışkanlıklarına göre içerik ve öneri sunarak egzersiz sürekliliğini artırdığını belirtmiştir. Sistem, bireyin stresli dönemlerinde daha hafif egzersizler önerebilecek şekilde adapte olduğunda, kullanıcının bırakma olasılığı azalmaktadır. Bu da sürdürülebilirliğin sadece fiziksel değil, psikolojik olarak da desteklenmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Kişiselleştirilmiş Egzersiz Planları Oluşturmadaki Etkisi

Egzersiz, bireyden bireye değişkenlik gösteren bir etkinliktir. Yaş, cinsiyet, fiziksel kapasite, sağlık durumu, yaşam tarzı ve hedefler gibi birçok faktör, kişinin hangi tür egzersize daha uygun olduğunu belirlemede önemlidir. Bu bağlamda, geleneksel egzersiz programları çoğu zaman herkese hitap etmekte yetersiz kalabilmektedir. İşte bu noktada yapay zekâ ve giyilebilir teknolojiler, bireyselleştirilmiş egzersiz planları oluşturma kapasitesiyle devreye girmektedir (Chung ve ark., 2019).

Bu sistemler, kullanıcıların güncel sağlık verilerini analiz ederek kişiye özel antrenman programları oluşturabilir. Örneğin, bir kullanıcının nabız aralıkları, uyku kalitesi, günlük hareket düzeyi ve önceki egzersiz kayıtları analiz edilerek, o günkü kondisyonuna en uygun egzersiz türü ve süresi önerilebilir (Lu ve ark., 2022). Ayrıca bu öneriler, kullanıcının zaman içinde gösterdiği gelişim doğrultusunda dinamik olarak güncellenir. Böylece bireyin fiziksel kapasiteleriyle uyumlu, sürdürülebilir ve sağlıklı bir egzersiz rutini oluşturulmuş olur.

Kişiselleştirilmiş egzersiz programlarının etkinliğine odaklanan çalışmalar, yapay zekâ algoritmalarının egzersiz verimliliğini artırdığını göstermektedir. Zhang, Tan ve Liu (2023) tarafından yapılan bir araştırma, yapay zekâ destekli giyilebilir cihazların kullanıcıya özel antrenman planları oluşturduğunu ve bu planların genel tatmin düzeyini artırdığını ortaya koymuştur. Özellikle kondisyon seviyesi düşük bireylerde, kişiselleştirilmiş önerilerin motivasyonu ve katılımı artırdığı saptanmıştır.

Yerli literatürde de benzer sonuçlar mevcuttur. Özdemir ve Yıldırım (2019), Türkiye’de yapılan çalışmalarda, bireyselleştirilmiş dijital sağlık teknolojilerinin egzersiz alışkanlığı kazandırmada etkili olduğunu; ancak teknolojinin yalnızca veriye dayalı değil, aynı zamanda kullanıcıyı yönlendiren ve destekleyen bir yapıda olması gerektiğini vurgulamışlardır.

Sosyal Etkileşim ve Topluluk Desteği Açısından İnceleme

Egzersiz sadece bireysel bir etkinlik değil, aynı zamanda toplumsal bir deneyimdir. Sosyal etkileşim, spor yapma davranışının sürekliliği ve kalıcılığı açısından oldukça güçlü bir motivasyon kaynağı olabilir. Yapay zekâ ve giyilebilir teknolojiler, bireylerin sosyal ağlarla daha fazla etkileşim içinde olmasını sağlayarak spor alışkanlıklarını kolektif bir yapıya dönüştürmektedir (Maher ve ark., 2017).

Bu teknolojiler, kullanıcıların egzersiz verilerini sosyal medya platformlarında paylaşmasına, arkadaşlarıyla karşılaştırmalar yapmasına ve çeşitli topluluklara katılmasına olanak sağlar. Örneğin, akıllı bileklik uygulamaları üzerinden “10.000 adım” kulüplerine katılan bireyler, yalnızca kendi gelişimlerini değil, başkalarının ilerlemelerini de görerek sosyal motivasyon kazanır. Sosyal karşılaştırma, bireylerin davranışlarını düzenlemesinde güçlü bir araçtır ve bu karşılaştırmaların pozitif rekabete dönüşmesi, egzersize olan bağlılığı artırır (Zhang ve ark., 2023).

Literatürde sosyal boyutun etkisi de sıkça vurgulanmaktadır. Cavallo ve arkadaşlarının (2012) yürüttüğü bir çalışmada, sosyal medya aracılığıyla egzersiz yapan grupların fiziksel aktivite düzeylerinde kayda değer artış görülmüştür. Bu çalışma, dijital toplulukların kullanıcıların motivasyonlarını artırabileceğini ve egzersiz davranışını sosyal destek yoluyla sürdürülebilir hale getirebileceğini ortaya koymuştur.

Bununla birlikte, Naslund ve arkadaşları (2016), dijital platformlarda kullanıcılar arasında oluşan empati, destek ve deneyim paylaşımının özellikle başlangıç seviyesindeki bireylerde güven duygusunu pekiştirdiğini ve egzersiz davranışının içselleştirilmesine katkı sağladığını ifade etmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma, giyilebilir teknoloji destekli yapay zekâ sistemlerinin bireylerin spor yapma alışkanlıkları üzerindeki etkilerini farklı boyutlarıyla incelemiştir. Elde edilen bulgular, bu teknolojilerin yalnızca fiziksel aktiviteyi izleyen pasif araçlar değil; aynı zamanda bireylerin davranışlarını şekillendiren, motive eden ve sürdürülebilir alışkanlıklar geliştirmelerine katkı sunan aktif sistemler olduğunu ortaya koymuştur.

Motivasyon artırımı, kişiselleştirme, sosyal etkileşim, performans takibi, alışkanlık kazandırma ve sürdürülebilirlik gibi kritik davranışsal değişim süreçlerinde bu teknolojilerin etkili olduğu görülmüştür.

Genel olarak değerlendirildiğinde, giyilebilir teknolojiler ve yapay zekânın spor alışkanlıkları üzerindeki etkisi olumludur; ancak bu etkinin toplumsal düzeyde kalıcı bir değişime dönüşebilmesi için çok boyutlu ve planlı stratejilere ihtiyaç vardır.

Gelecek çalışmalar için şu önerilerde bulunulabilir,

Niteliksel ve uzun dönemli araştırmalar artırılmalıdır. Pek çok çalışma kısa süreli kullanıcı deneyimlerine odaklanmaktadır. Oysa alışkanlık oluşturma ve sürdürme süreci zaman isteyen bir yapıya sahiptir. Bu nedenle 6 ay – 1 yıl aralığında yapılan izleme çalışmaları daha güçlü bulgular sağlayacaktır.

Çalışmalarda etik, psikolojik ve kültürel boyutlar daha derinlemesine ele alınmalıdır. Özellikle yapay zekâ sistemlerinin karar verme mekanizmaları, kullanıcı mahremiyeti, duygusal tepkiler

ve kültürel normlarla ilişkisi daha fazla sorgulanmalı ve disiplinler arası çalışmalar teşvik edilmelidir.

Belediyeler ve spor kurumları, vatandaşlara ücretsiz veya düşük maliyetli giyilebilir cihazlar sunabilir. Böylece fiziksel aktivite farkındalığı artırılabilir ve toplum genelinde daha sağlıklı yaşam biçimleri teşvik edilebilir.

Okullarda, üniversitelerde ve işyerlerinde dijital sağlık ve egzersiz alışkanlığı programları hayata geçirilebilir. Giyilebilir teknolojilerin bu alanlara entegre edilmesi, genç yaşta alışkanlık kazanımını desteklerken, çalışan bireylerin fiziksel aktivite düzeylerini de artırabilir.

KAYNAKÇA

Bauman, A. E., Reis, R. S., Sallis, J. F., Wells, J. C., Loos, R. J., & Martin, B. W. (2012). Correlates of physical activity: Why are some people physically active and others not? *The Lancet*, 380(9838), 258–271. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60735-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60735-1)

Cadmus-Bertram, L. A. (2017). Using fitness trackers in clinical research: What nurse practitioners need to know. *The Journal for Nurse Practitioners*, 13(1), 34–40. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2016.08.012>

Cavallo, D. N., Tate, D. F., Ries, A. V., Brown, J. D., Devellis, R. F., & Ammerman, A. S. (2012). A social media-based physical activity intervention: A randomized controlled trial. *American Journal of Preventive Medicine*, 43(5), 527–532. <https://doi.org/10.1016/j.amepre.2012.07.019>

Chung, W., Han, J., & Kim, J. (2019). Personalized activity recommendations based on wearable device data using deep learning. *Sensors*, 19(17), 3705. <https://doi.org/10.3390/s19173705>

Çelik, A., & Yücel, H. (2020). Giyilebilir teknoloji kullanımının spor performansı üzerindeki etkileri. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(90), 426–437. <https://doi.org/10.16992/ASOS.17970>

Dishman, R. K., Heath, G. W., & Lee, I. M. (2013). *Physical activity epidemiology* (2nd ed.). Human Kinetics.

Gardner, B. (2015). A review and analysis of the use of ‘habit’ in understanding, predicting and influencing health-related behaviour. *Health Psychology Review*, 9(3), 277–295. <https://doi.org/10.1080/17437199.2013.876238>

Kocabey, T., & Erdem, E. (2022). Yapay zekâ ile desteklenen giyilebilir teknolojilerin sağlık alanındaki yeri. *Sağlık Bilimleri ve Teknolojileri Dergisi*, 13(1), 23–31.

Lu, Y., Zhao, Y., & Wang, X. (2022). Smart wearable devices in health monitoring and coaching: A systematic review. *Journal of Medical Internet Research*, 24(5), e34467. <https://doi.org/10.2196/34467>

Lyons, E. J., Lewis, Z. H., Mayrsohn, B. G., & Rowland, J. L. (2014). Behavior change techniques implemented in electronic lifestyle activity monitors: A systematic content analysis. *Journal of Medical Internet Research*, 16(8), e192. <https://doi.org/10.2196/jmir.3469>

Maher, C., Ryan, J., Ambrosi, C., & Edney, S. (2017). Users’ experiences of wearable activity trackers: A cross-sectional study. *BMC Public Health*, 17, 880. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4888-1>

Middelweerd, A., Mollee, J. S., van der Wal, C. N., Brug, J., & Te Velde, S. J. (2014). Apps to promote physical activity among adults: A review and content analysis. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11, 97. <https://doi.org/10.1186/s12966-014-0097-9>

Motti, V. G., & Caine, K. (2015). Users' privacy concerns about wearable technology: Impact of form factor, sensors and type of data collected. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society Annual Meeting*, 59(1), 1023–1027. <https://doi.org/10.1177/1541931215591312>

Naslund, J. A., Aschbrenner, K. A., Marsch, L. A., & Bartels, S. J. (2016). The future of mental health care: Peer-to-peer support and social media. *Epidemiology and Psychiatric Sciences*, 25(2), 113–122. <https://doi.org/10.1017/S2045796015001067>

Özdemir, M., & Yıldırım, A. (2019). Egzersiz motivasyonunun teknoloji kullanımıyla desteklenmesi: Bir derleme çalışması. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 145–158. <https://dergipark.org.tr/tr/pub/spadi>

Özkan, M., & Koç, M. (2021). Pandemi sürecinde giyilebilir teknolojilerin kullanımı ve önemi. *Türkiye Sağlık Bilimleri ve Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 15–22.

Rhodes, R. E., Martin, A. D., Taunton, J. E., Rhodes, E. C., Donnelly, M., & Elliot, J. (2009). Factors associated with exercise adherence among older adults. *Sports Medicine*, 29(3), 165–174. <https://doi.org/10.2165/00007256-200929030-00001>

Sullivan, A. N., & Lachman, M. E. (2020). Behavior change with fitness technology in sedentary adults: A review of the evidence for increasing physical activity. *Frontiers in Public Health*, 8, 537337. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.537337>

Thompson, W. R. (2019). Worldwide survey of fitness trends for 2020. *ACSM's Health & Fitness Journal*, 23(6), 10–18. <https://doi.org/10.1249/FIT.0000000000000526>

Wang, Y., Xu, D., Yan, S., & Yang, H. (2020). Long-term adherence to wearable fitness devices in a Chinese adult population: A cohort study. *Digital Health*, 6, 1–10. <https://doi.org/10.1177/2055207620908701>

Zhang, M., Tan, Y., & Liu, W. (2023). AI-powered wearable fitness devices: Real-time feedback, personalization, and long-term user engagement. *IEEE Access*, 11, 12545–12558. <https://doi.org/10.1109/ACCESS.2023.3245667>

ÇOCUKLARIN FİZİKSEL GELİŞİMİ İÇİN ATLETİZM BRANŞININ ÖNEMİ THE IMPORTANCE OF ATHLETICS FOR THE PHYSICAL DEVELOPMENT OF CHILDREN

Elif DUMAN ARI

Nişantaşı Üniversitesi, Hareket ve Antrenman Anabilim Dalı, İstanbul.

ORCID NO:0009-0008-3406-2572

Asst. Prof. Nevzat MUTLUTÜRK

Nişantaşı Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul.

ORCID NO: 0000-0003-1275-1592

ÖZET

Atletizm branşı tarihin en eski spor branşlarından biridir. Taş devrinde insanın ilk hareketleri olan koşma, yürüme, taş atma, mızrak atma, yükseğe sıçrama, uzağa atlama, engel üzerinden geçme gibi becerini insan oğlu spor yarışmaları haline getirerek atletizm branşını oluşturmuşlardır. Atletizmde koşular, antik olimpiyat oyunlarının başlangıcı olan MÖ. 776 yılında yapılan birinci olimpiyat oyunun ilk ve tek yarışmasıdır. Atletizm koşular, atlamalar ve atlamalar gibi çok farklı alt disiplinleri içeren atletizm branşı çocukların zihinsel, sosyal, psikolojik ve fizyolojik gelişimleri açısından çok önemli bir spor branşıdır. Bu çalışmada tarihsel geçmişi güçlü olan atletizm branşının çocukların fiziksel gelişimine etkisi çok boyutlu olarak irdelenmiştir. Bu çalışmada özellikle çocuklar döneminde sağlığın korunması açısından atletizmin rolü, temel motor beceri gelişimde atletizmin rolü, kas ve iskelet gelişimi üzerindeki atletizmin etkileri, kardiyovasküler sağlıkta atletizmin önemi ve çocuklarda obezitenin önlenmesinde atletizm rolü konularında bütün yönlerini araştırıp açıklanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Atletizm, Çocuklar, Fiziksel Gelişim, Spor

ABSTRACT

Athletics is one of the oldest sports in history. In the Stone Age, mankind transformed the first movements of man, such as running, walking, throwing stones, throwing spears, jumping high, jumping far, and passing over obstacles, into sports competitions and created the branch of athletics. Running in athletics is the first and only competition of the first Olympic Games held in 776 BC, which is the beginning of the ancient Olympic Games. Athletics, which includes many different sub-disciplines such as running, throwing and jumping, is a very important sports branch in terms of children's mental, social, psychological and physiological development. In this study, the effect of athletics, which has a strong historical background, on children's physical development is examined in a multidimensional way. In this study, all aspects of the role of athletics in terms of protecting health, the role of athletics in basic motor skill development, the effects of athletics on muscle and skeletal development, the importance of athletics in cardiovascular health and the role of athletics in preventing obesity in children are investigated and explained.

Keywords: Athletics, Children, Physical Development, Sports

GİRİŞ

Atletizm, koşular, atlamalar ve atmalar gibi alt disiplinlere sahip insanın temel hareketlerini temel alan ve performans ölçümüyle geliştirilen evrensel bir spor branşıdır (IAAF, 2020). Atletizm, koşular (sprint, orta mesafe, uzun mesafe, engelli, bayrak), atlamalar (uzun atlama, üç adım, yüksek atlama, sıırıkla atlama) ve atlamalar (gülle, disk, cirit, çekik atma) temel alt disiplinlerden olarak kabul edilir.

Atletizm, insanın doğal hareket formlarını temel alan ve bu yönüyle sporun en temel branşlarından biri olarak kabul edilen çok yönlü bir spor dalıdır. Koşu, atlama ve atma gibi temel motor becerileri kapsayan bu disiplin, hem bireysel performans ölçümüne olanak sağlaması hem de olimpiik sporların temelini oluşturmaları açısından evrensel bir öneme sahiptir (Bompa & Buzzichelli, 2019). Atletizmin tarih boyunca geçirdiğı değışim ve gelişim hem beden eğitimi uygulamaları hem de spora branşı açısından önemli ipuçları sunmaktadır.

Atletizm insanlık tarihinin başlangıcına kadar uzanır. Neolitik öncesi çağda insanların ilk dürtüsel hareketleri yürüme ve koşmadır. Bu dönemde insanlar savunma ve saldırı araçları olarak mızrak atma, taş atma, atlama, sekme davranışlarını zorunlu olarak yapmışlardır. Bu motor beceriler atletizm temelini oluşturmuştur (Güllü, 2023). Avcılık, hayatta kalma ve iletişim için koşma ve zıplama gibi beceriler ilk atletik hareket biçimlerini oluşturmuştur. Eski Yunan uygarlığında atletizm, Olimpiyat Oyunları'nın merkezi unsurlarındandı. M.Ö. 776 yılında gerçekleştirilen ilk Antik Olimpiyat Oyunları'nda sadece 192 metrelik "stadion" koşusu yapılmış, bu etkinlik zamanla çeşitlenmiştir (Young, 2004). Bu anlamıyla ilk antik olimpiyatlar atletizm ile başlamıştır.

Orta Çağ'da atletizm etkinlikleri büyük ölçüde azalmış, ancak Rönesans'la birlikte yeniden gündeme gelmiştir. Modern anlamda ilk atletizm organizasyonları 19. yüzyılda İngiltere'de düzenlenmiş; 1864'te Oxford ve Cambridge Üniversiteleri arasında yapılan yarışmalar bu sürecin miladı olarak kabul edilir (Guttmann, 2002). Uluslararası düzeyde atletizmin örgütlenmesi 1912 yılında İsveç'te kurulan IAAF ile gerçekleşmiştir. 1896'daki ilk modern Olimpiyat Oyunları'ndan bu yana atletizm, oyunların en temel branşı olmuştur (Toohey & Veal, 2007).

Türkiye'de atletizm, modern spor hareketlerinin gelişmeye başladığı Cumhuriyet dönemi ile yaygınlaşmıştır. 1922'de kurulan Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı, atletizmin kurumsallaşmasında önemli rol oynamış, 1924'te Paris Olimpiyatları'na katılım ile uluslararası alanda ilk adım atılmıştır (Tanyeri, 1997). Türkiye Atletizm Federasyonu ise 1922 yılında kurulmuş ve günümüze dek birçok ulusal ve uluslararası organizasyona ev sahipliğı yapmıştır (TAF, 2025).

Türkiye'de Okul sporları yarışmalarında ilkokuldan liseye her eğitim düzeyinde atletizm yarışmaları yapılmaktadır. Liseler düzeyinde her iki yılda bir Dünya okul sporları atletizm dünya şampiyonası yapılmaktadır. (GSB, 2025). Okulda ta beden eğitimi ders içi ve ders dışı etkinliklerinde atletizm önemli bir yer tutmaktadır (MEB, 2018). Dünya Sağlık Örgütü, okulda

haftalık düzenli fiziksel aktivite saatlerinin önemini vurgular (World Health Organization, 2010). Bu açıdan atletizm iyi bir fiziksel aktivite faaliyeti sayılabilir. Atletizmde takım çalışması, öz disiplin, hedef belirleme ve başarıma duygusu gibi kavramlar gelişir. Özellikle ilkokul çağındaki çocuklarda özgüvenin artmasına katkı sağlar (Weiss & Ferrer-Caja, 2002).

Atletizm, çocuklar için temel motor becerilerin geliştirilmesini sağlayan, çok yönlü fiziksel etkinlikler bütünüdür. Erken yaşta kazanılan bu beceriler, çocuğun hem fiziksel hem de psikososyal gelişiminde önemli rol oynar. Spor yoluyla kazanılan fiziksel yeterlilik, yaşam boyu sağlıklı yaşam alışkanlıklarının temelini oluşturur (Malina, Bouchard & Bar-Or, 2004).

Atletizmle uğraşan çocuklarda öz disiplin, özgüven ve sosyal etkileşim becerilerinin geliştiği gözlemlenmektedir (Weiss & Ferrer-Caja, 2002). Grup içinde yer alma, başarı hissi yaşama ve hedef belirleme gibi öğeler çocukların psikolojik dayanıklılıklarını artırmaktadır (Fraser-Thomas, Côté, & Deakin, 2005). Atletizmin bireysel yönü, çocukların kişisel gelişimini, özgüvenlerini ve öz disiplinlerini olumlu etkiler. Grup etkinliklerinde ise sosyal etkileşim, yardımlaşma ve empati gibi sosyal beceriler gelişir (Nalbant, 2020). Atletizm yoluyla kazanılan başarı duygusu, çocuğun sosyal çevresiyle olan etkileşimini ve benlik saygısını artırır (Yavuz & Özyürek, 2018).

Çocuk yaşta erken uzmanlaşma, motivasyon kaybı, tükenmişlik ve aşırı yüklenme gibi riskler barındırabilir. Atletizm branşlarında yaşa uygun, çeşitlendirilmiş bir antrenman yaklaşımı önerilir (Fraser-Thomas, Côté & Deakin, 2005). Çocuklukta kazanılan pozitif spor deneyimleri, bireylerin yetişkinlik döneminde aktif yaşam tarzını sürdürme olasılığını artırır. Atletizm gibi bireysel sporlara erken yaşta başlayan bireylerde bu devamlılık daha yüksektir (Telama et al., 2005).

Sağlık Korunması Açısından Atletizmin Rolü

Çocukluk dönemi, fiziksel, motor, bilişsel ve sosyal gelişimin en yoğun yaşandığı evredir. Bu kritik gelişim sürecinde düzenli fiziksel aktivite, özellikle de çok yönlü hareket desenleri içeren atletizm, çocukların genel gelişimini destekleyen en etkili araçlardan biridir (Malina, Bouchard, & Bar-Or, 2004).

Çocukluk döneminde düzenli fiziksel aktivite, kemik yoğunluğunun artması, kas kuvvetinin gelişmesi ve sağlıklı kilo kontrolü açısından kritiktir. Atletizm, bu gelişimleri destekleyecek çok yönlü hareket modelleri sunar (Strong et al., 2005). Çocukluk dönemi, bireyin fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişiminin temelini atıldığı kritik bir evredir. Bu gelişimin desteklenmesi açısından fiziksel aktivitenin önemi büyüktür. Atletizm gibi çok yönlü ve temel motor becerilere dayanan sporlar, bu dönemde çocuğun gelişim potansiyelini en üst düzeye çıkarmaktadır (Nalbant, 2020).

Fiziksel aktivitenin beyin gelişimini desteklediği, dikkat, bellek ve yürütücü işlevleri artırdığı birçok nörobilimsel çalışmayla gösterilmiştir (Hillman, Erickson, & Kramer, 2008). Atletizm gibi düzenli egzersiz programlarına katılan çocuklar, daha iyi akademik performans ve bilişsel esneklik göstermektedir (Donnelly et al., 2016). Fiziksel aktivite, beyin kan akışını artırarak

bilişsel işlevleri destekler. Atletizmle uğraşan çocuklarda dikkat süresi, akademik başarı ve öğrenme performansı daha yüksek bulunmuştur (Tunceli & Zembat, 2017). Donanımlı fiziksel eğitim ortamları, çocukların hem zihinsel hem de bedensel gelişimlerini bütüncül olarak destekler.

Atletizmde koşular, atmalar ve atlamalar gibi farklı motor becerilerin uygulanmasında da farklı performansla özellikleri gerekmektedir. Bu nedenle bilimsel çalışmalarda atletizm branşını yapan her yaştaki bireyin fiziksel uygunluk parametrelerinin (kuvvet, dayanıklılık, çeviklik, hız, denge) ölçülmesi ve geliştirilmesi açısından da sıklıkla kullanılmaktadır (Zatsiorsky & Kraemer, 2006).

Temel Motor Beceri Gelişimde Atletizmin Rolü

Atletizm; koşma, atlama, fırlatma gibi temel hareketleri kapsayarak çocukların kaba motor becerilerini geliştirmede etkili bir rol oynar (Gallahue & Donnelly, 2007). Bu temel beceriler, çocukların diğer sporlara geçiş yapabilmeleri için gerekli olan hareket yetkinliğini sağlar. Bu bağlamda temel motor becerilerin erken yaşta kazanılması, spor motivasyonu ve aktif yaşam tarzı açısından kritik öneme sahiptir (Logan et al., 2012). Atletizm, koşma, atlama, fırlatma gibi doğal hareketlerden oluşur. Bu hareketler çocuklarda motor gelişimi doğrudan etkiler. Bu becerilerin erken yaşta kazanılması, çocuğun fiziksel etkinliklerde başarılı olmasını kolaylaştırır ve aktif yaşam alışkanlıklarının temelini oluşturur (Gümüşdağ, 2015). Yazıcıoğlu (2012)'na göre, atletizm temelli etkinlikler çocukların öz-yeterlik algısını da artırmaktadır.

Koşu, atlama ve fırlatma gibi atletizm becerileri, çocuklarda temel motor becerilerin gelişmesini sağlar. Bu yönüyle motor becerilerin gelişimini doğrudan destekleyen bir yapıdadır (Yıldıran, 2005). Bu beceriler daha sonra futbol, basketbol gibi diğer spor branşlarına geçişte temel oluşturur (Gallahue & Donnelly, 2007).

Kas ve İskelet Gelişimi Üzerindeki Atletizmin Etkileri

Çocuklukta yapılan düzenli atletizm egzersizleri, kemik mineral yoğunluğunun artmasına ve kas dokusunun gelişmesine katkıda bulunur (Beunen, 1989). Özellikle ağırlık taşımaya dayalı hareketler, kemik gelişimi için mekanik uyarı sağlar. Yapılan boylamsal çalışmalar, erken yaşta fiziksel olarak aktif çocukların iskelet sistemlerinin daha sağlıklı olduğunu göstermektedir (Malina et al., 2004).

Atletizm egzersizleri, kas kuvvetinin artmasını ve kemik mineral yoğunluğunun gelişmesini sağlar. Özellikle büyüme çağındaki çocuklarda bu tür aktiviteler iskelet sisteminin sağlıklı biçimlenmesine yardımcı olur (Bayraktar, 2008). Yapılan çalışmalarda, düzenli atletizm yapan çocuklarda iskelet gelişiminin daha sağlıklı olduğu gösterilmiştir (Pekel et al., 2007).

Kardiyovasküler Sağlık ve Atletizm

Atletizm, çocukların kalp-damar sistemlerini güçlendiren aerobik bir etkinliktir. Güçlü kardiyovasküler sistem, sadece fiziksel dayanıklılığı artırmakla kalmaz; aynı zamanda ilerleyen yaşlarda hipertansiyon ve kalp hastalıkları riskini de düşürür (Strong et al., 2005).

Atletizm, aerobik kapasitenin gelişimini destekleyerek çocukların kalp-damar sağlıklarını olumlu etkiler. Karakaya ve Gözlü (2019), IAAF Çocuk Atletizm Programı'nın uygulandığı ortaokul öğrencilerinde kalp-solunum dayanıklılığı, çeviklik ve sürat gibi parametrelerde anlamlı gelişmeler olduğunu belirtmişlerdir.

Çocuklarda Obezitenin Önlenmesinde Atletizm Rolü

Düzenli atletizm aktiviteleri, çocukların enerji harcamasını artırarak vücut kitle indeksinin dengede kalmasına yardımcı olur. Bu durum, çocukluk çağı obezitesine karşı koruyucu bir faktördür (Telama et al., 2005). Ayrıca fiziksel aktivite ile kazanılan sağlıklı beslenme alışkanlıkları, yaşam boyu sürecek sağlık davranışlarının temelini oluşturur (WHO, 2010). Çocukluk çağına hareketsizlik obeziteye zemin hazırlar. Atletizm gibi yüksek enerji harcaması sağlayan etkinlikler, vücut kitle indeksini düzenleyici etki gösterir. Sağlık Bakanlığı (2018), çocukların günde en az 60 dakika orta-şiddette fiziksel aktivite yapmalarını önererek bu yaş grubunda fiziksel aktivitenin obeziteyle mücadeledeki rolünü vurgulamaktadır.

SONUÇ

İnsanlık tarihi kadar eski bir spor dalı olan atletizm; koşular, atmalar ve atlamalar gibi farklı motor becerilerin uygulandığı çok çeşitli alt disiplinleri vardır. Atletizm diğer branşlara nazaran çok fazla kategoride ve disiplinde yarışmaları olan bir branştır. Yarışmaları çoklu spor organizasyonları şeklinde gerçekleşmektedir.

Atletizm yer alan farklı etkinlik, yarışma ve beceriler çocukların rahatlıkla yapabileceği ve seveceği faaliyetlerdir. Çünkü günümüzde teknolojinin gelişmesiyle artan yaşam konforu, hareket bariyerlerin artması sonucu hareket kısıtlılıkları, salgın hastalıklar sonucu sosyal kısıtlamalar, doğal afetler gibi stres ve kaygı bozuklukları gibi nedenlerden dolayı çocuklarda hareket etmektedir. Bunun sonucunda ekran bağımlılıkları, obezite, gelişmemiş temel motor beceriler, bağışıklığın düşmesi gibi sağlık sorunları artmaktadır. Erken yaşlarda başlayan hareket eğitimi, fiziksel okur-yazarlık, spor yarışmalarına katılım ile bu sorunlar rahatlıkla çözülebilir. Bu nedenle erken yaşlarda spor alışkanlıkları kazanmak önemlidir.

Telama ve arkadaşlarının (2005) yürüttüğü 21 yıllık izlem çalışması, çocuklukta aktif bireylerin yetişkinlikte de fiziksel olarak aktif kalabildiklerini göstermiştir. Çocuklukta edinilen spor alışkanlıkları, bireyin yetişkinlikte fiziksel olarak aktif kalma olasılığını artırır. Hareketsiz çocukların, ilerleyen yıllarda da benzer yaşam tarzını sürdürmeleri daha olasıdır (Sağlık Bakanlığı, 2018). Atletizmin temel motor beceriler kazandıran yapısı, yaşam boyu spor kültürünün gelişmesine katkı sağlayan bir spor branşıdır.

Sonuç olarak atletizm çocukların sağlık gelişimleri, fiziksel gelişimleri, temel motor becerilerin gelişimleri için çok önemli bir spor branşıdır.

KAYNAKÇA

- Bayraktar, L. (2008). 11-12 yaş grubu yüzme, cimnastik ve atletizm sporları yapan bayan sporcuların fiziksel ve motorsal gelişim özelliklerinin karşılaştırılması (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Beunen, G. (1989). Physical Growth and Development in Young Athletes: Factors of Influence and Consequence. ResearchGate.
- Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. A. (2019). Periodization: Theory and methodology of training. Human Kinetics.
- Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., ... & Szabo-Reed, A. N. (2016). Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: A systematic review. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 48(6), 1197–1222.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19–40.
- Fraser-Thomas, J., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19-40. <https://doi.org/10.1080/1740898042000334890>
- Gallahue, D. L., & Donnelly, F. C. (2007). Developmental physical education for all children (4th ed.). Human Kinetics.
- Gallahue, D. L., & Donnelly, F. C. (2007). Developmental physical education for all children (4th ed.). Human Kinetics.
- Guttmann, A. (2002). The Olympics: A history of the modern games. University of Illinois Press.
- Güllü, M. (2023). Geçmişten Geleceğe Hareket Kültürü. Ankara: Gece Kitaplığı.
- Gümüşdağ, H. (2015). Spor Bilimlerinde Çocuklarda Motor Gelişim. Nobel Yayıncılık.
- Hillman, C. H., Erickson, K. I., & Kramer, A. F. (2008). Be smart, exercise your heart: Exercise effects on brain and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*, 9(1), 58–65.
- IAAF (2020). World Athletics Competition Rules. World Athletics. <https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/book-of-rules>
- Karakaya, Y., & Gözlü, S. (2019). IAAF çocuk atletizm programının ortaokul öğrencilerinin bazı fiziksel uygunluk testlerine etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 24(1), 51–61.
- Logan, S. W., Robinson, L. E., Wilson, A. E., & Lucas, W. A. (2012). Getting the fundamentals of movement: A meta-analysis of the effectiveness of motor skill interventions in children. *Child: Care, Health and Development*, 38(3), 305–315.

- Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). Growth, maturation, and physical activity (2nd ed.). Human Kinetics.
- Malina, R. M., Bouchard, C., & Bar-Or, O. (2004). Growth, maturation, and physical activity (2nd ed.). Human Kinetics.
- Nalbant, S. (2020). Çocukta hareket gelişimi ve eğitimi: Spor ve hareket eğitimi. In S. Nalbant (Ed.), Çocukta Hareket Gelişimi ve Eğitimi (ss. 174–217). Pegem Akademi.
- Pekel, H. A., Balcı, Ş. S., Arslan, Ö., Bağcı, E., Aydos, L., Tamer, K., Pepe, H., & Kalemoglu, Y. (2007). Atletizm yapan çocukların performansla ilgili fiziksel uygunluk test sonuçlarının ve bazı antropometrik özelliklerinin değerlendirilmesi. Kastamonu Eğitim Dergisi, 15(1), 427–438.
- Sağlık Bakanlığı. (2018). Çocuk ve ergenlerde fiziksel aktivite. <https://hsgm.saglik.gov.tr/>
- Strong, W. B., Malina, R. M., Blimkie, C. J., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., ... & Trudeau, F. (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. The Journal of Pediatrics, 146(6), 732-737.
- Strong, W. B., Malina, R. M., Blimkie, C. J., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., ... & Trudeau, F. (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. The Journal of Pediatrics, 146(6), 732-737.
- T.C. Millî Eğitim Bakanlığı (MEB). (2018). Beden eğitimi dersi öğretim programı (ilkokul ve ortaokul 1-8. sınıflar). Ankara: MEB Yayınları.
- TAF, (2025). Türkiye Atletizm Federasyonu, Tarihçe. Erişim: 01.05.2025. <https://www.taf.org.tr/>
- Tanyeri, A. (1997). Türk spor tarihi. Ankara: Bağırhan Yayinevi.
- Telama, R., Yang, X., Viikari, J., Välimäki, I., Wanne, O., & Raitakari, O. (2005). Physical activity from childhood to adulthood: A 21-year tracking study. American Journal of Preventive Medicine, 28(3), 267–273.
- Telama, R., Yang, X., Viikari, J., Välimäki, I., Wanne, O., & Raitakari, O. (2005). Physical activity from childhood to adulthood: A 21-year tracking study. American Journal of Preventive Medicine, 28(3), 267–273.
- Toohy, K., & Veal, A. J. (2007). The Olympic Games: A social science perspective. CABI Publishing.
- Tunceli, H. İ., & Zembat, R. (2017). Erken çocukluk döneminde gelişimin değerlendirilmesi ve önemi. Eğitim Kuram ve Uygulama Araştırmaları Dergisi, 3(3), 1–12.
- Weiss, M. R., & Ferrer-Caja, E. (2002). Motivational orientations in sport. In T. Horn (Ed.), Advances in sport psychology (2nd ed., pp. 115–155). Human Kinetics.

- Weiss, M. R., & Ferrer-Caja, E. (2002). Motivational orientations in sport. In T. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (2nd ed., pp. 115–155). Human Kinetics.
- World Health Organization. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. WHO Press.
- World Health Organization. (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. WHO Press.
- Yavuz, N. F., & Özyürek, A. (2018). Beden eğitimi ve spor etkinliklerinin okul öncesi dönem çocuklarının hareket becerileri üzerine etkisi. *Karaelmas Journal of Educational Sciences*, 6, 40–50.
- Yazıcıoğlu, H. (2012). Temel atletizm çalışmalarının 12-14 yaş ilköğretim öğrencilerinin fiziksel benlik algılarına etkisi (Yüksek lisans tezi). Bartın Üniversitesi.
- Yıldırım, İ. (2005). *Beden eğitimi ve sporda öğretim yöntemleri*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Young, D. C. (2004). *A brief history of the Olympic Games*. Blackwell Publishing.
- Zatsiorsky, V. M., & Kraemer, W. J. (2006). *Science and practice of strength training*. Human Kinetics.

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ÇOK YÖNLÜ LİDERLİK BECERİLERİ İLE
DOĞAL KARAR VERME BECERİLERİNİN İNCELENMESİ**
EXAMINATION OF UNIVERSITY STUDENTS' MULTIFACETED LEADERSHIP
ORIENTATIONS AND NATURAL DECISION-MAKING SKILLS

Furkan SEÇGİN

Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı
Kayseri

ORCID NO: 0009-0005-1560-5349

Assoc. Prof. Hayati ARSLAN

Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü
Kayseri

ORCID NO: 0000-0002-5448-2653

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, Erciyes Üniversitesi öğrencilerinin çok yönlü liderlik yönelimleri ile doğal karar verme becerileri arasındaki ilişkileri ve bu özelliklerin demografik değişkenler (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, not ortalaması, öğrenim gördükleri fakülte, boş zaman değerlendirme biçimi) açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir. Araştırma evrenini, tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilen 460 (291 kadın, 169 erkek) lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak; demografik bilgi formu ile Dursun, Günay ve Yenel (2019) tarafından geliştirilen Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği (ÇYLYÖ) ve Sundu ve Yaşar (2020) tarafından geliştirilen Doğal Karar Verme Ölçeği (DKVÖ) kullanılmıştır. Spor Bilimleri, Mühendislik ve Eğitim fakültelerinden öğrencilere uygulanan anketlerden elde edilen veriler SPSS 25 programıyla analiz edilmiş; anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre cinsiyet değişkenine göre insan kaynaklı liderlik boyutunda kadın öğrenciler lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Öğrenim görülen fakültelere göre öğrencilerin liderlik durumlarında politik liderlik boyutunda spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin daha yüksek puan aldığı tespit edilmiştir. “Boş zamanlarınızı nasıl değerlendirirsiniz?” sorusuna “kitap okuma ve ders çalışma” yanıtını veren öğrenciler, ÇYLYÖ genel puanı ile yapısal, karizmatik ve politik liderlik boyutlarında diğer gruplardan anlamlı biçimde yüksek skorlar elde etmiştir. Yaş değişkenine göre çok yönlü liderlik ölçeği genel ve yapısal liderlik puanlarında büyük yaş grupları lehine sonuçlara ulaşılmıştır. Öğrencilerin Sınıf düzeyleri ve not ortalamaları değişkenlerinde hiçbir boyutta istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmamıştır. Ayrıca, doğal karar verme ölçeği genel puanı ile değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Sonuç olarak, Erciyes Üniversitesi öğrencilerinin çok yönlü liderlik yönelimleri bakımından demografik değişkenlerin belirgin etkileri olduğu; cinsiyete, fakülteye, yaşa ve boş zaman değerlendirme tutumuna göre farklı liderlik profilleri sergilendiği; buna karşın doğal karar verme becerilerinin tüm gruplar arasında tutarlı ve homojen kaldığı ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Liderlik, karar verme, üniversite öğrencileri

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationships between multifaceted leadership orientations and natural decision-making skills among Erciyes University students, and to determine whether these characteristics vary according to demographic factors (gender, age, class level, grade point average, faculty of study, and leisure-time activities). The study population comprised 460 undergraduate students (291 female, 169 male) selected by simple random sampling. Data were collected via a demographic information form, the Multifaceted Leadership Orientations Scale (Dursun, Günay & Yenel, 2019), and the Natural Decision-Making Scale (Sundu & Yaşar, 2020). Surveys were administered to students in the Faculties of Sport Sciences, Engineering, and Education. Analyses were conducted in SPSS 25, with significance set at $p < 0.05$. Female students scored significantly higher than male students on the human-resource leadership dimension. Students in the Faculty of Sport Sciences achieved significantly higher scores on the political-leadership dimension. Participants who reported spending their leisure time reading and studying attained higher overall leadership-orientation scores, as well as higher structural, charismatic, and political leadership scores, compared to other groups. Older age groups scored higher on both the overall leadership-orientation scale and the structural-leadership subscale. No significant differences were observed in any leadership or decision-making measures with respect to class level or grade point average. Furthermore, natural decision-making scores did not differ significantly across any of the demographic variables. Demographic factors such as gender, faculty, age, and leisure-time activities exert a significant influence on multifaceted leadership orientations among Erciyes University students, whereas natural decision-making skills remain consistent and homogeneous across all groups. These findings suggest the value of tailoring leadership development programs to students' demographic profiles while reinforcing decision-making competencies.

Keywords: Leadership, decision making, university students

GİRİŞ

Günümüz üniversite öğrencileri; akademik, sosyal ve kişisel yaşamlarında çok sayıda karar alma süreciyle karşı karşıya kalmaktadırlar. Bu süreçlerde etkili kararlar alabilmek ve liderlik özellikleri sergileyebilmek, bireylerin hem kendi gelişimleri hem de çevreleri üzerindeki etkileri açısından önem taşımaktadır. Bu bağlamda; öğrencilerin sahip olduğu liderlik yönelimleri ve karar verme eğilimlerinin, demografik özelliklere göre nasıl farklılaştığını anlamak; eğitim ortamlarının bireysel gelişimi desteklemesi açısından kritik bir gereklilik haline gelmiştir.

Liderlik, örgütün başarıya ulaşması için çalışanları motive etmek ve iyi bir yönetim sergilemek; yönetimdeki dürüstlük, güven açıklık ve çalışanlara saygıyı temin ve tesis etmek olarak açıklamaktadır (Kıngır ve Şahin, 2005, s.409). Liderlerin sergilediği davranışlar üzerine “her zaman ve her yerde geçerli tek ve iyi bir liderlik tarzının olmadığı” ifade edilmiştir (Yenel, 2018:299). Liderlik yönelimi, bireyin liderlik sürecinde benimsediği

davranışsal eğilimleri ifade eder. Bireyin karar alma tarzı, insan ilişkilerine yaklaşımı, vizyon oluşturma ve organizasyon becerisi gibi unsurları içerir.

Çok yönlü liderlik, bireylerin liderlik davranışlarını sergilerken eğilim gösterdiği çeşitli stilleri kapsar. Dursun ve arkadaşları, tarafından geliştirilen Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği, bu eğilimleri dört boyutta ele almaktadır: Politik Liderlik: Bolman ve Deal'a (1991) göre politik liderler; gerçekliğe ve pragmatizme değer veren, çevresindeki insanlarla iletişim kurarak arabuluculuk yapan kişilerdir. İnsan Kaynaklı Liderlik: İnsan kaynakları liderleri ilişkilere ve duygulara değer verir. Bu ilişkileri güçlendirmek ve kolaylaştırma yoluyla liderlik etmeye çalışırlar. Kişiler arasındaki ya da bireylerdeki problemleri tanımlamak niyetindedirler. Kişiye uygun örgüt, örgüte uygun kişi ayarlamasının yoluna bakarlar (Bolman ve Deal, 1991:512). Karizmatik Liderlik: Astlardan beklenen performansı artıracak şekilde onları motive etme yeteneğine sahip olan kişidir (Daft, 1995:122). Yapısal Liderlik: Yapısal bakış açısına sahip liderler açık talimatlar verir, yeni politika ve kurallar veya yeni yapılanma boyunca örgüt problemlerini çözmeyi amaçlar. Sonuçlar için kişileri sorumlu tutar (Bolman ve Deal, 1991:512).

Karar verme becerileri zayıf olan bireylerde; özgüven eksikliği, çekingenlik, dış etkilere açık olma gibi özellikler görülebilir. Bu nedenle, karar verme becerilerinin bireylere bir yaşam becerisi olarak kazandırılması, eğitim sürecinde önemle ele alınmalıdır.

Doğal Karar Verme Ölçeği. Bireyin özellikle zaman baskısı ve dinamik çevresel koşullarda tecrübesini kullanarak nasıl karar verdiğini ölçen bir çalışmadır (Sundu ve Yaşar, 2020, s. 111).

Liderlik ve karar verme becerileri, bireylerin yaşamlarının pek çok alanında üzerinde durulan ve farklı çalışmalarda ele alınan önemli kavramlar arasında yer almaktadır. Bu çalışmada da Araştırmanın Amacı: Erciyes Üniversitesi'nde öğrenim gören üniversite öğrencilerinin çok yönlü liderlik yönelimleri ile doğal karar verme becerilerinin; cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, akademik başarı (GANO), fakülte ve boş zaman değerlendirme biçimleri gibi demografik değişkenlere göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterip göstermediği de analiz edilmiştir. Bu doğrultuda çalışma, üniversite öğrencilerinin liderlik ve doğal karar verme özelliklerinin geliştirebilir yönlerine dair yeni bakış açıları sunmayı amaçlanmaktadır.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Bu araştırma nicel yaklaşımla yürütülen, kesitsel bir tarama modeline dayanan bir çalışmadır. Araştırmada, çok yönlü liderlik yönelimleri ile doğal karar verme becerileri bazı demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediği analiz edilmiştir. Dolayısıyla çalışma, betimsel karşılaştırma tasarımını kullanmıştır

Araştırmanın örneklemini, Erciyes Üniversitesi'nde çeşitli fakültelerde öğrenim gören lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen toplam 460 öğrenci (291 kadın, 169 erkek) çalışmaya katılmıştır. Katılımcılar Spor Bilimleri, Mühendislik ve

Eğitim fakültelerinden olup, farklı sınıf düzeyleri ve bölümleri temsil etmektedir. Tüm katılımcılar araştırmaya gönüllü olarak dâhil edilmiş ve veriler 2024-2025 akademik yılının güz döneminde toplanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırma kapsamında Araştırmada veri toplamak amacıyla üç araç kullanılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla hazırlanan formda; cinsiyet (erkek, kadın), yaş, öğrenim görülen fakülte (Spor Bilimleri Fakültesi, Eğitim Fakültesi, Mühendislik Fakültesi), sınıf düzeyi, genel not ortalaması ve boş zaman değerlendirme biçimleri (kitap okuma/ders çalışma, spor yapma, sosyal medyada vakit geçirme, arkadaşlarla vakit geçirme) hakkında sorular yer almıştır.

Liderlik yönelimlerini belirlemek amacıyla (Dursun ve arkadaşları 2019) tarafından geliştirilen Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği kullanılmıştır. Ölçekte; politik liderlik, insan kaynaklı liderlik, karizmatik liderlik ve yapısal liderlik olmak üzere dört boyut ve toplam 19 madde bulunmaktadır. Katılımcılar, ifadeleri 5’li Likert tipi (1 = Tamamen Katılmıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum) derecelendirme ile yanıtlamıştır. Bu araştırmada ölçeğin bütünü için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı .90’dır.

Karar verme becerilerini ölçmek amacıyla Sundu ve Yaşar (2020) tarafından geliştirilen Doğal Karar Verme Ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçek toplam 6 maddeden oluşmakta ve 5’li Likert tipi (1 = Tamamen Katılmıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum) derecelendirme ile uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçlarının Uygulanması

Araştırmanın örneklemini, Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri, Eğitim ve Mühendislik Fakültelerinde öğrenim gören farklı sınıf düzeylerindeki lisans öğrencileri arasından basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle belirlenen ve araştırmaya katılmayı gönüllü olarak kabul eden toplam 460 öğrenci (291 kadın, 169 erkek) oluşturmaktadır. Veri toplama sürecinde katılımcılar bilgilendirilmiş; ölçme araçları hem Google Formlar üzerinden çevrimiçi, hem de fiziksel anket formları aracılığıyla 2024-2025 akademik yılının güz döneminde uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde tanımlayıcı istatistikler kapsamında frekans, yüzde, aritmetik ortalama ve standart sapma hesaplanmıştır. Ölçeklerden elde edilen puanların dağılımının normal olup olmadığını belirlemek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir. Normal dağılım gösteren verilere bağlı olarak, demografik değişkenlere (cinsiyet, yaş, sınıf düzeyi, not ortalaması, fakülte ve boş zaman değerlendirme biçimi) göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ve Doğal Karar Verme puanları arasındaki farklılıkların belirlenmesinde bağımsız örneklem t-testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Anlamlı farklılık tespit edilen durumlarda farklılığın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek amacıyla post-hoc

analizlere başvurulmuştur. Analizler SPSS 25 paket programı ile gerçekleştirilmiş ve anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir.

İstatistiksel Analiz

Tablo 1. Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Tablosu

Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeğine İlişkin İfadeler	Mean	S.s	Skewness	Kurtosis
Mantıklı düşünürüm.	4,09	,899	-1,143	1,621
Başkalarının sorunlarına karşı duyarlıyım.	4,16	,796	-1,147	2,155
İnsanları harekete geçirme yeteneğine sahibim.	3,95	,916	-1,016	1,237
Dikkatli plan yaparım.	3,85	,978	-,813	,360
Planlanan işlerin zamanında bitirilmesine önem veririm.	4,05	,965	-1,224	1,510
İnsanları ikna etmede başarılıyım.	3,94	,896	-1,013	1,399
Problemleri mantıklı düşünerek çözerim.	4,06	,890	-1,206	1,882
Başkasının fikirlerini önemserim.	3,96	,872	-,972	1,374
Güç sahibi insanların desteğini almada başarılıyım.	3,84	,971	-,816	,578
İnsanları etkileme yeteneğine sahibim .	3,95	,871	-,866	1,069
İnsanlar için ilham kaynağıyım.	3,58	1,014	-,485	-,071
İnsanlar arasındaki sorunları çözme konusunda gayretliyim.	4,05	,720	-,596	,744
Yaratıcı bir insanımdır.	3,90	,953	-,957	,863
İnsanlara yardım etmeyi severim.	4,32	,712	-,812	,310
Kendimi karizmatik bulurum.	3,83	1,086	-,764	-,105
Heyecan verici yeni fikirler yaratırım	3,90	,897	-,741	,532
İyi bir dinleyiciyim.	4,31	,836	-1,383	2,180
Zorluklara rağmen başarıya ulaşıyorum.	4,04	,866	-1,010	1,435
Doğru kararlar vermede başarılıyım.	3,86	,932	-,798	,661

Tablo 2. Doğal Karar Verme Ölçeğine İlişkin Çarpıklık ve Basıklık Tablosu

Doğal Karar Verme Ölçeğine İlişkin İfadeler	Mean	S.s	Skewness	Kurtosis
İlk seçenek üzerine yoğunlaşıyorum.	3,45	1,012	-,370	-,415
Doğru olduğuna inandığım seçenekten sonraki seçenekleri değerlendirmem.	3,30	1,198	-,175	-1,076
İlk tatmin edici seçeneği uygulamaya geçerim.	3,57	1,046	-,535	-,430
Kararımı verirken sayısal yöntemler yerine zihinsel değerlendirme yaparım.	3,82	,902	-,755	,561
Durumu anlamak seçenek üretmekten daha önemlidir.	4,00	,856	-1,019	1,359
Olayların yönetilmesi karar analizinden daha önceliklidir.	3,88	,865	-,805	,783

İstatistiksel analizler Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ve Doğal Karar verme ölçekleri aracılığıyla toplanan veriler istatistiksel paket programı SPSS.25 programı aracılığıyla analiz

edilmiştir. Demografik bilgiler ve diğer grup sorulara ait fikir edinilmesini sağlamak amacıyla aritmetik ortalama, standart sapma, frekans ve yüzde dağılımları içeren tanımlayıcı istatistikler sunulmuştur. Doğal Karar verme ve Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri boyutlarının bazı demografik değişkenlerle ilişkisini tespit etmek amacıyla ilk etapta çarpıklık ve basıklık (Skewness and Kurtosis) testlerine bakılmış olup test sonucuna göre normal dağılım gösteren verilerde Bağımsız Örneklem T (Independent Sample T) ve Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way Anova) testleri uygulanmıştır. Değişkenler arasında farklılık bulunması durumunda ise bu farklılığın hangi grup veya gruplardan kaynaklandığını belirleyebilmek üzere Post-Hoc testlerinden homojenlik sonucuna göre Tukey HSD testi kullanılmıştır. Sonuçlar %95 güven aralığında, anlamlılık $p < 0.05$ düzeyinde değerlendirilmiştir

BULGULAR

Bu bölüm çalışmanın istatistiksel sonuçlarının açıklanacağı bölümdür. ilk olarak katılımcıların ölçeklerden aldıkları puan ortalamaları ve demografik özelliklerine ilişkin istatistiksel işlemlere yer verilmiş olup daha sonra araştırma kapsamında yapılmış olan diğer istatistiksel işlemler açıklanmaya çalışılmıştır

Tablo 3.Katılımcılara ait demografik değişkenler

	Değişkenler	N	%
Cinsiyet	Kadın	291	63,3
	Erkek	169	36,7
Öğrenim gördüğünüz fakülte	Spor Bilimleri	206	44,8
	Eğitim Fakültesi	205	44,6
	Mühendislik Fakültesi	49	10,7
	18-19 yaş	94	20,4
	20-21 yaş	170	37,0
	22-23 yaş	164	35,7
Sınıf	1.Sınıf	108	23,5
	2.Sınıf	90	19,6
	3.Sınıf	86	18,7
	4.Sınıf	176	38,3
Yaş Not ortalaması	0.00-1.50	62	13,5
	1.51-2.00	10	2,2
	2.01-2.50	57	12,4
	2.51-3.00	155	33,7
	3.01-3.50	176	38,3
Boş zamanlarınızı nasıl değerlendirirsiniz	Kitap okurum-ders çalışırım	75	16,3
	spor yaparım	107	23,3
	sosyal medyada vakit geçiririm	107	23,3
	arkadaşlarımla vakit geçiririm	152	33
	Diğer	19	4,1
	24-25 yaş	32	7,0

Tablo 3 İncelencisinde çalışmaya katılan kişilerin 291(%63,3)'inin kadınlardan, 169(%36,7)'unun ise erkeklerden oluştuğu görülmüştür. Öğrenim gördüğü fakülteye göre 206(%44,8) Spor bilimleri fakültesinde 205(%44,6) Eğitim fakültesinde 49(%10,7) , Yaş değişkenine göre 18-19 yaş 94(%20,4), 20-21 yaş 170(%37,0), 22-23 yaş 164(%35,7), 24-25 yaş 32(%7,0)' sini oluşturur. Sınıf değişkenine göre 108(%23,5) 1. sınıf öğrencisi, 90(%19,6) 2. Sınıf öğrencisi, 86(%18,7) 3. Sınıf öğrencisi, 176(%38,3) 4. Sınıf öğrencisi , Not ortalamasına göre 62(%13,5) 0.00-1.50 not ortalaması, 10(%2,2) 1.51-2.00 not ortalaması, 57(%12,4) 2.01-2.50 not ortalaması, 155(%33,7) 2.51-3.00 not ortalaması, 176(%38,3) 3.01-3.50 not ortalaması, Boş zamanınızı nasıl değerlendirirsiniz 75(%16,3) kitap okurum ders çalışırım, 107(%23,3) spor yaparım, 107(%23,3), Sosyal medyada vakit geçiririm 107(%23,3) arkadaşlarımla vakit geçiririm, 152 (%33,0) değerleri olduğu görülmüştür

Tablo 4. Katılımcıların çok yönlü liderlik yönelimi ölçeği puanlarını cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması:

Ölçek	Cinsiyet	N	Ortalama	Ss	T	P
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği	Kadın	291	3,99	,502	,481	,631
	Erkek	169	3,96	,681		
Doğal Karar Verme Ölçeği	Kadın	291	3,71	,632	1,910	,057
	Erkek	169	3,59	,721		
Yapısal Liderlik	Kadın	291	4,00	,674	-,559	,576
	Erkek	169	4,03	,799		
İnsan Kaynaklı Liderlik	Kadın	291	4,16	,584	3,753	,000*
	Erkek	169	3,90	,844		
Politik Liderlik	Kadın	291	3,84	,662	-,327	,744
	Erkek	169	3,86	,759		
Karizmatik Liderlik	Kadın	291	3,90	,662	-,875	,382
	Erkek	169	3,93	,785		

Tablo 4 incelendiğinde katılımcıların cinsiyet değişkenine göre çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği doğal karar verme ölçeği toplamında yapısal liderlikte, politik liderlikte ve karizmatik liderlik puanlarında istatistik olarak anlamlı farklılık bulunmamışken ($p > 0.05$).insan kaynaklı liderliğin alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Tablo 5. Katılımcıların çok yönlü liderlik yönelimi ölçeği puanlarını Öğrenim görülen fakülte değişkenine göre karşılaştırılması

Ölçek	Öğrenim Gördüğünüz Fakülte	N	Ortalama	Ss	F	P
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği	Spor Bilimleri Fakültesi	206	4,04	,569	2,238	,108
	Eğitim Fakültesi	205	3,93	,466		
	Mühendislik Fakültesi	49	3,91	,701		
Doğal Karar Verme Ölçeği	Spor Bilimleri Fakültesi	206	3,71	,714	1,427	,241

	Eğitim Fakültesi	205	3,65	,591		
	Mühendislik Fakültesi	49	3,54	,756		
Yapısal Liderlik	Spor Bilimleri Fakültesi	206	4,04	,718	,535	,586
	Eğitim Fakültesi	205	3,99	,690		
	Mühendislik Fakültesi	49	3,94	,861		
İnsan Kaynaklı Liderlik	Spor Bilimleri Fakültesi	206	4,08	,738	,873	,419
	Eğitim Fakültesi	205	4,07	,638		
	Mühendislik Fakültesi	49	3,94	,808		
Politik Liderlik	Spor Bilimleri Fakültesi	206	3,96	,667	5,353	,005*
	Eğitim Fakültesi	205	3,75	,650		
	Mühendislik Fakültesi	49	3,77	,927		
Karizmatik Liderlik	Spor Bilimleri Fakültesi	206	3,98	,700	2,387	,093
	Eğitim Fakültesi	205	3,83	,645		
	Mühendislik Fakültesi	49	3,86	,820		

Tablo 5 sonuçlarına göre katılımcıların öğrenim gördükleri fakülte değişkenine göre çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği ve doğal karar verme ölçeği toplamında sadece politik liderlik puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptanmıştır ($p<0,05$). Yapısal, insan kaynaklı ve karizmatik liderlik puanlarında ise anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 6. Katılımcıların çok yönlü liderlik yönelimi ölçeği puanlarını sınıf değişkenine göre karşılaştırılması.

Ölçek	Sınıf	N	Ortalama	Ss	F	P
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği	1. Sınıf	108	4,00	,553	1,693	,168
	2. Sınıf	90	3,88	,458		
	3. Sınıf	86	3,95	,569		
	4. Sınıf	176	4,03	,562		

Doğal Karar Verme Ölçeği	1. Sınıf	108	3,58	,758	,910	,436
	2. Sınıf	90	3,69	,592		
	3. Sınıf	86	3,64	,720		
	4. Sınıf	176	3,71	,617		
Yapısal Liderlik	1. Sınıf	108	4,00	,715	1,991	,114
	2. Sınıf	90	3,87	,686		
	3. Sınıf	86	3,99	,769		
	4. Sınıf	176	4,10	,714		
İnsan Kaynaklı Liderlik	1. Sınıf	108	4,06	,729	2,223	,085
	2. Sınıf	90	3,96	,636		
	3. Sınıf	86	3,98	,752		
	4. Sınıf	176	4,16	,681		

Politik Liderlik	1. Sınıf	108	3,93	,690	1,674	,172
	2. Sınıf	90	3,74	,661		
	3. Sınıf	86	3,77	,737		
	4. Sınıf	176	3,89	,699		
Karizmatik Liderlik	1. Sınıf	108	3,95	,695	,539	,656
	2. Sınıf	90	3,83	,600		
	3. Sınıf	86	3,94	,761		
	4. Sınıf	176	3,89	,702		

Tablo 6 incelendiğinde, katılımcıların Sınıf Değişkenine göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği ve Doğal Karar Verme Ölçeği toplam puanları doğrultusunda; Yapısal Liderlik, Politik Liderlik, insan kaynaklı liderlik, karizmatik Liderlik boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$)

Tablo 7. Katılımcıların çok yönlü liderlik yönelimi ölçeği puanlarını not ortalama değişkenine göre karşılaştırılması

İçerik	Not Ortalaması	N	Ortalama	Ss	F	P
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği	0.00-1.50	62	4,08	,416	1,282	,276
	1.51-2.00	10	3,85	,761		
	2.01-2.50	57	3,87	,458		
	2.51-3.00	155	3,99	,569		
	3.01-3.50	176	3,97	,569		
Doğal Karar Verme Ölçeği	0.00-1.50	62	3,66	,660	,418	,796
	1.51-2.00	10	3,90	,694		
	2.01-2.50	57	3,67	,538		
	2.51-3.00	155	3,68	,679		
	3.01-3.50	176	3,63	,699		
Yapısal Liderlik	0.00-1.50	62	4,12	,586	2,406	,049
	1.51-2.00	10	3,62	,937		
	2.01-2.50	57	3,81	,656		
	2.51-3.00	155	4,02	,749		
	3.01-3.50	176	4,06	,736		

İnsan Kaynaklı Liderlik	0.00-1.50	62	4,07	,594	1,462	,213
	1.51-2.00	10	3,95	1,059		
	2.01-2.50	57	3,91	,609		
	2.51-3.00	155	4,15	,689		
	3.01-3.50	176	4,04	,744		
Politik Liderlik	0.00-1.50	62	4,02	,550	1,174	,321
	1.51-2.00	10	3,82	,745		
	2.01-2.50	57	3,82	,646		
	2.51-3.00	155	3,83	,730		
	3.01-3.50	176	3,81	,728		
Karizmatik Liderlik	0.00-1.50	62	4,06	,578	1,035	,389
	1.51-2.00	10	3,80	,899		

	2.01-2.50	57	3,84	,571		
	2.51-3.00	155	3,90	,733		
	3.01-3.50	176	3,87	,714		

Tablo 7 incelendiğinde, katılımcıların not ortalamasına göre çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği ve doğal karar verme ölçeği puanlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Ancak, yapısal liderlik boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Tablo 8. Katılımcıların çok yönlü liderlik yönelimi ölçeği puanlarını boş zamanınızı nasıl değerlendirirsiniz değişkenine göre karşılaştırılması

Ölçek	Boş Zamanınızı Nasıl Değerlendirirsiniz	N	Ortalama	Ss	F	P	LSD
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği	Kitap Okurum-Ders Çalışırım ^a	75	4,09	,446	6,623	,000*	a>c,e b>c,e d>c,e
	Spor Yaparım ^b	107	4,07	,642			
	Sosyal Medyada Vakit Geçiririm ^c	107	3,81	,462			
	Arkadaşlarımla Vakit Geçiririm ^d	152	4,02	,501			
	Diğer ^e	19	3,63	,718			
Doğal Karar Verme Ölçeği	Kitap Okurum-Ders Çalışırım ^a	75	3,82	,654	2,212	0,67	-
	Spor Yaparım ^b	107	3,69	,720			
	Sosyal Medyada Vakit Geçiririm ^c	107	3,66	,572			
	Arkadaşlarımla Vakit Geçiririm ^d	152	3,61	,694			
	Diğer ^e	19	3,37	,603			
Yapısal Liderlik	Kitap Okurum-Ders Çalışırım ^a	75	4,23	,619	5,546	,000*	a>b,c,d,e
	Spor Yaparım ^b	107	4,10	,812			
	Sosyal Medyada Vakit Geçiririm ^c	107	3,84	,701			
	Arkadaşlarımla Vakit Geçiririm ^d	152	4,01	,652			
	Diğer ^e	19	3,57	,862			

İnsan Kaynaklı Liderlik	Kitap Okurum-Ders Çalışırım ^a	75	4,15	,638	1,605	,172	
	Spor Yaparım ^b	107	3,99	,819			
	Sosyal Medyada Vakit Geçiririm ^c	107	4,03	,583			
	Arkadaşlarımla Vakit Geçiririm ^d	152	4,13	,642			
	Diğer ^e	19	3,80	1,119			
Politik Liderlik	Kitap Okurum-Ders Çalışırım ^a	75	3,89	,574	9,697	,000*	a>b,c,d,e
	Spor Yaparım ^b	107	4,06	,745			

	Sosyal Medyada Vakit Geçiririm ^c	107	3,58	,658			
	Arkadaşlarımla Vakit Geçiririm ^d	152	3,93	,620			
	Diğer ^e	19	3,37	1,030			
Karizmatik Liderlik	Kitap Okurum-Ders Çalışırım ^a	75	4,08	,608	6,914	,000*	a>b,c,d,e
	Spor Yaparım ^b	107	4,02	,769			
	Sosyal Medyada Vakit Geçiririm ^c	107	3,70	,626			
	Arkadaşlarımla Vakit Geçiririm ^d	152	3,93	,642			
	Diğer ^e	19	3,45	,866			

Tablo 8 incelendiğinde katılımcıların boş zaman değerlendirme biçimlerine göre doğal karar verme ölçeği insan kaynaklı liderlik puanlarında istatistik olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$). Çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği ve alt boyutu olan yapısal liderlikte, karizmatik liderlik, politik liderlik boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$)

Tablo 9. Katılımcıların çok yönlü liderlik yönelimi ölçeği puanlarını yaş değişkenine göre karşılaştırılması:

Ölçek	Yaş	N	Ortalama	SS	F	P
Doğal Karar Verme Ölçeği	18-19 Yaş	94	3,64	,722	,892	,445
	20-21 Yaş	170	3,63	,636		
	22-23 Yaş	164	3,67	,657		
	24-25 Yaş	32	3,84	,723		
Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği	18-19 Yaş	94	4,02	,525	2,638	,049
	20-21 Yaş	170	3,89	,510		
	22-23 Yaş	164	4,01	,581		
	24-25 Yaş	32	4,14	,525		
Yapısal Liderlik	18-19 Yaş	94	4,02	,650	2,644	,049
	20-21 Yaş	170	3,91	,722		
	22-23 Yaş	164	4,06	,759		
	24-25 Yaş	32	4,26	,668		

İnsan Kaynaklı Liderlik	18-19 Yaş	94	4,08	,702	2,185	,089
	20-21 Yaş	170	3,96	,661		
	22-23 Yaş	164	4,12	,744		
	24-25 Yaş	32	4,23	,628		
Politik Liderlik	18-19 Yaş	94	3,95	,657	2,464	,062
	20-21 Yaş	169	3,75	,730		
	22-23 Yaş	164	3,85	,688		
	24-25 Yaş	32	4,04	,650		
Karizmatik Liderlik	18-19 Yaş	94	3,95	,660	,579	,629
	20-21 Yaş	170	3,85	,670		

	22-23 Yaş	164	3,91	,735		
	24-25 Yaş	32	3,98	,688		

Tablo 9 incelendiğinde, katılımcıların yaş değişkenine göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği toplam puanında ve Yapısal Liderlik boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Doğal Karar Verme, Politik Liderlik, İnsan Kaynaklı Liderlik ve Karizmatik Liderlik puanlarında ise anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada Üniversitesi öğrencilerinin çok yönlü liderlik yönelimleri (yapısal liderlik, insan kaynaklı liderlik, politik liderlik ve karizmatik liderlik) ve doğal karar verme becerileri; cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, fakülte, sınıf düzeyi, not ortalaması ve boş zaman değerlendirme biçimi değişkenleri açısından incelenmiştir

Üniversitesi öğrencilerinin yaş gruplarına göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimi toplam puanı ile Yapısal Liderlik boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Buna karşılık, Doğal Karar Verme becerisi ile İnsan Kaynaklı, Politik ve Karizmatik Liderlik boyutlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$).

Çalışmamızda cinsiyet değişkenine göre çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği doğal karar verme ölçeği toplamında yapısal liderlikte, politik liderlikte ve karizmatik liderlik puanlarında istatistik olarak anlamlı farklılık bulunmamışken ($p > 0.05$). Literatürde yapılan çalışmalarda genellikle cinsiyet değişkenine anlamlı bir fark bulunmadığı görülmektedir. Nitekim, Cengiz ve Güllü (2018)'nin çalışmasında Cinsiyet Değişkenine Göre Liderlik Yönelimi Alt Boyutlarında cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan t-testi sonucunda grup ortalamaları arasındaki fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır ($p > 0.05$). Sarıkol ve Hoşver (2023) araştırması incelendiğinde araştırma grubunun cinsiyet değişkeni ile çok yönlü liderlik yönelimleri ölçeği toplam puan ve ölçek alt boyutları puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p > 0.05$). Bu durum, cinsiyetin liderlik davranışları üzerinde sınırlı bir etkisi olduğunu göstermektedir.

Çetintaş (2020) tarafından yapılan ve karate antrenörleri üzerinde yürütülen çalışmada, liderlik yönelimlerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği ve bu farklılığın erkek antrenörler lehine olduğu saptanmıştır. Buna karşın, çalışmamızda yalnızca insan kaynaklı liderlik boyutunda anlamlı fark bulunmuş; diğer boyutlarda anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Bu farklılığın, örneklem grubunun (aktif antrenörler ve öğrenciler) özelliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir

Ünlü ve Hasırcı (2023) tarafından kick boks sporcuları üzerinde gerçekleştirilen liderlik yönelimi çalışmasında, cinsiyet değişkenine göre liderlik alt boyutlarının tamamında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0.05$). Buna karşın, çalışmamızda

yalnızca insan kaynaklı liderlik boyutunda cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark tespit edilmiş; diğer boyutlarda anlamlı farklılık saptanmamıştır. Bu durum, her iki çalışmada kullanılan liderlik ölçeği benzer olsa da örneklem gruplarındaki farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir. Kick boks gibi mücadele temelli spor dallarında aktif olarak yer alan sporcuların, rekabet ortamında liderlik tutumlarını daha sık ve belirgin biçimde sergilemeleri; üniversite öğrencilerine göre liderlik vasıflarını daha fazla geliştirmelerine neden olmuş olabilir.

Araştırmada doğal karar verme becerileri üniversite öğrencileri üzerinde cinsiyet değişkenine göre incelenmiş ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$). Kadın öğrencilerin doğal karar verme puan ortalaması 3,92 iken erkek öğrencilerde bu değer 3,87 olarak belirlenmiştir. Elde edilen bu küçük fark istatistiksel olarak anlamlı olmasa da, kadın öğrencilerin ortalama puanının biraz daha yüksek olduğu görülmektedir.

Araştırma sonucunda, öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte değişkenine göre çok yönlü liderlik yönelimi ölçeği toplam puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak alt boyutlardan biri olan politik liderlik puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin politik liderlik puan ortalamalarının, Eğitim ve Mühendislik Fakülteleri öğrencilerine göre daha yüksek olması; spor yapan bireylerin takım yönetimi, rekabet ortamı ve aktif rol alma gibi özellikleri nedeniyle liderliğe daha yatkın olmalarıyla açıklanabilir. Yapısal, insan kaynaklı ve karizmatik liderlik puanlarında ise anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Araştırma sonucunda öğrencilerin fakülte değişkenine göre doğal karar verme ölçeği puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Ancak ortalamalara bakıldığında, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin doğal karar verme puanlarının Eğitim ve Mühendislik Fakültesi öğrencilerine göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum, spor yapan bireylerin kriz anlarında daha hızlı ve etkili karar alma becerileri geliştirmesiyle ve sporun sosyal yönü kuvvetlendirici etkisiyle ve sporla ilgilenen bireylerin karar verme sürecine daha sık dahil olmalarından ilişkilendirilebilir.

Araştırma sonucunda, katılımcıların sınıf değişkenine göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri ve Doğal Karar Verme Ölçeği puanlarında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p > 0.05$).

Araştırmamızda sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Bu durum, öğrencilerin üniversite süresince benzer ders içerikleri ve eğitim uygulamalarıyla karşılaşmalarıyla açıklanabilir.

Sınıf değişkenine göre çok yönlü liderlik yönelimleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Bununla birlikte, 4. sınıf öğrencilerinin ortalama puanlarının diğer sınıf düzeylerine göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum, sınıf düzeyi ilerledikçe öğrencilerin deneyim ve tecrübe kazanması, iş yaşamına yaklaşımları ve sorumluluk bilincinin artması gibi faktörlerle açıklanabilir. Ayrıca, üst sınıf öğrencilerinin akademik ve sosyal yönden daha fazla etkileşimde bulunmaları da çok yönlü liderlik yönelimlerini olumlu yönde etkileyebilecek unsurlar arasında değerlendirilebilir.

Araştırma sonucunda doğal karar verme becerisi açısından sınıf düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0.05$). Ancak 4. sınıf öğrencilerinin ortalama puanlarının diğer sınıflara göre daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum, 4. sınıf öğrencilerinin edindikleri bilgi, beceri ve deneyimleri karar verme sürecinde daha etkili şekilde kullanmalarına bağlı olabilir.

Araştırma sonucunda yaş değişkenine göre çok yönlü liderlik yönelimleri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık saptanmıştır ($p = 0.049$). Yaş gruplarına göre ortalamalara bakıldığında, 24–25 yaş grubunun 4,14 puan ile en yüksek ortalamaya sahip olduğu, bunu sırasıyla 18–19 yaş (4.02), 22–23 yaş (4.01) ve 20–21 yaş (3.89) gruplarının takip ettiği gözlemlenmiştir. Bu durum, yaş grupları arasındaki bireysel ve çevresel farklılıkların liderlik algısı üzerinde etkili olabileceğini düşündürmektedir. Farklı yaş gruplarına mensup bireyler, farklı sosyal çevrelerde gelişmekte ve bu da liderliğe yaklaşımlarını çeşitlendirebilmektedir. Ayrıca, yaş ilerledikçe bireylerin deneyim, öz güven ve sosyal etkileşim düzeyleri artmakta; bu da liderlik davranışlarını şekillendirebilmektedir. Liderlik, farklı yaşlardan bireylerin farklı koşullarda gösterdikleri becerileri bir araya getirme süreci olduğundan, yaş değişkeni liderlik çeşitliliği açısından önemli bir faktör olarak değerlendirilebilir.

Katılımcıların not ortalaması değişkenine göre Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği ve Doğal Karar Verme Ölçeği puanlarında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Ancak Yapısal Liderlik boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p = 0.049$). Yapısal Liderlik boyutunda bu farklılığın özellikle yüksek not ortalamasına sahip öğrenciler lehine olduğu gözlemlenmiştir. Bu durum, akademik başarı düzeyi yüksek olan öğrencilerin planlama, organizasyon ve yapılandırma gibi yapısal liderlik becerilerini daha güçlü sergileyebildikleri, akademik disiplinlerinin liderlik davranışlarına yansıdığı şeklinde açıklanabilir.

Araştırmada, yaş değişkenine göre öğrencilerin doğal karar verme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Bu durum, araştırma grubundaki yaş aralıklarının birbirine oldukça yakın olması nedeniyle katılımcıların benzer gelişimsel özellikler taşımasına bağlı olabilir. Gelişimsel açıdan benzer yaş grubunda yer alan bireylerin karar verme süreçlerinde gösterdikleri davranışların da benzerlik göstermesi beklenebilir.

Öğrencilerin boş zaman değerlendirme biçimlerine göre çok yönlü liderlik yönelimleri genel puanı ile yapısal liderlik, politik liderlik ve karizmatik liderlik boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p < 0.05$). Buna karşılık, doğal karar verme ve insan kaynaklı liderlik boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Elde edilen bulgular, öğrencilerin boş zaman aktivitelerinin bazı liderlik boyutları üzerinde farklı etkiler gösterebileceğini ortaya koymaktadır.

Nitelikli bir toplumun inşasında bireylerin karar verme, liderlik ve problem çözme gibi üst düzey bilişsel ve sosyal becerilere sahip olmaları büyük önem taşımaktadır. Araştırmalar,

sporun bireylere bu tür becerileri kazandırmada etkili bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Bu nedenle, eğitim–öğretim süreçlerinde sportif etkinliklere daha fazla yer verilmesi, bireylerin çok yönlü gelişimi açısından desteklenmesi gereken bir uygulama olarak değerlendirilebilir Bu sonuçlar ışığında;

Liderlik becerilerini geliştirmek için üniversitelerde seçmeli dersler, seminerler ve kulüp faaliyetleri artırılmalıdır.

Karar verme becerilerini geliştirmek amacıyla uygulamalı etkinliklere ve grup temelli çalışmalara daha fazla yer verilmelidir.

Üniversite öğrencilerinin dışında kalan diğer kademeler (ilkokul öğrencileri, ortaokul öğrencileri, yetişkin bireyler) üzerinde de benzer çalışmalar yapılabilir.

Üniversitelerde öğrencilerin liderlik yönelimlerini desteklemek amacıyla disiplinler arası liderlik seminerleri düzenlenebilir.

Boş zaman değerlendirme alışkanlıkları dikkate alınarak öğrencilerin aktif ve üretken faaliyetlere yönlendirilmesi sağlanmalıdır. (Spor, kitap okuma, arkadaşlarla sosyal etkileşim gibi faaliyetlerin liderlik puanlarını yükselttiği görüldü. Özellikle sosyal medya bağımlılığı olan gruplar için bilinçlendirme çalışmaları yapılabilir.)

Sonuç olarak, bu araştırmada üniversite öğrencilerinin çok yönlü liderlik yönelimleri ile doğal karar verme becerilerinin çeşitli demografik değişkenler bağlamında nasıl farklılaştığı ortaya konulmuştur. Elde edilen bulgular, özellikle yapısal liderlik boyutunda akademik başarı düzeyinin etkisini, insan kaynaklı liderlik boyutunda cinsiyette anlamlı fark olduğu ve yaş değişkeninin liderlik gelişiminde önemli bir faktör olabileceğini göstermiştir. Bunun yanı sıra, öğrencilerin boş zaman değerlendirme biçimlerinin de liderlik yönelimleri üzerinde anlamlı farklılıklar yarattığı saptanmıştır. Doğal karar verme becerilerinde ise demografik değişkenler arasında farklılıklar gözlenmemiş, bu durum karar verme süreçlerinin daha bireysel özelliklere ve gelişimsel faktörlere bağlı olabileceğine işaret etmiştir. Çalışmanın genel bulguları, üniversite eğitiminde liderlik ve karar verme becerilerinin erken dönemde geliştirilmesinin, bireysel gereksinimlere yönelik destekleyici programların oluşturulmasının ve öğrencilerin aktif, üretken boş zaman faaliyetlerine yönlendirilmesinin önemli katkılar sağlayabileceğini ortaya koymaktadır. Bu doğrultuda, elde edilen verilerin gerek eğitim politikaları, gerekse uygulamalı liderlik eğitim programlarının yapılandırılması açısından yol gösterici olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

Bolman.L.G. ve Deal.T. (1991). “Liderlik ve Yönetim Etkinliği: Çok Çerçevesel, Çok Sektörlü Bir Analiz”, İnsan Kaynakları Yönetimi Dergisi, S.30(4), ss.509-534.

Cengiz.R. ve Güllü.S. (2018). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Liderlik Yönelimleri ile Fiziksel Saygı,GaziAntep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi,c.3,s.4.

Çetintaş.Y. ve Türkmen.M. (2020). Karate Antrenörlerinin Liderlik Yönelimlerinin İncelenmesi,Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi1(2),10,25.

Daft. R.L. (1995). Understanding Management. New York: The Dryden Press.

Dursun.M. ve Günay.M. ve Yenel.F.İ. (2019). , M., Günay, M. ve Yenel, F.İ. (2019). Çok Yönlü Liderlik Yönelimleri Ölçeği (ÇYLYÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Uluslararası Yönetim Akademisi Dergisi, c,2.s,2. ss.333-347.

Kıngır.S.ve Şahin.M (2005). Örgütsel Davranış Boyutlarından Seçmeler. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.

Sarıkol.E. ve Hoşver.U.P. (2023). Spor Bilimleri Fakültesinde Öğrenim Gören Antrenörlük Bölümü Öğrencilerinin Liderlik Tarzı Algılarının İncelenmesi,Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi,c,8.s,1.

Sundu.M ve Yaşar.O (2020). Doğal Karar Verme Ölçeği (DKVÖ): Kavramsal Tanım ve Ölçek Geliştirme Çalışması, Doğu Üniversitesi Dergisi, 21(1), 101–115.

Ünlü.O.İ. ve Hasırcı.S. (2023). Kick Boks Sporcularının Liderlik Yönelimi,Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi,cilt,2.sayı1.

Yenel , İbrahim Fatih (2018), "Liderlik", Yönetim ve Spor (Ed. Ahmet Azmi Yetim), Gazi Kitabevi. Yayınları, Ankara, ss.293-312.

**BELEDİYELERİN SOSYAL BELEDİYECİLİK HİZMETLERİ BAĞLAMINDA SPOR
HİZMETLERİ: MANİSA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİ ÖRNEĞİ**
SPORTS SERVICES OF MUNICIPALITIES IN THE CONTEXT OF SOCIAL
MUNICIPAL SERVICES: THE CASE OF MANISA METROPOLITAN
MUNICIPALITY

Prof. Dr. Ahmet UÇAR

Manisa Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Siyaset Bilimi ve
Uluslararası İlişkiler Bölümü,
ORCID: 0000-0002-2533-7887

Prof. Dr. Uluç ÇAĞATAY

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Yenipazar Meslek Yüksekokulu Emlak Yönetimi
Programı,
ORCID: 0000-0003-1194-3293

ÖZET

Yerel yönetimlerin en yaygın ve en çok halka hizmet götüren bir türü belediyelerdir. Belediyeler halkın yaşadığı kentin yönetiminden sorumlu olduğu için halkın en temel ihtiyaçlarını karşılayan kurumlardır. Nitekim gerek yerel yönetimleri ilgilendiren anayasa maddelerinde gerek yerel yönetim kanunlarında yerel yönetimlerin ve belediyelerin asli görevlerinin kent sakinlerinin ortak yerel nitelikli ihtiyaçlarını karşılamak olduğu belirtilmektedir. Bu kapsamda belediyeler kentte alt yapı, su, kanalisasyon, temizlik ve çöplerin toplanması gibi temel alt yapı hizmetlerinin yanında sosyal belediyecilik anlamında da sağlık, kültür, eğitim, sosyal faaliyet ve meslek geliştirme gibi hizmetleri sunmakta olup bu hizmetlere son yıllarda bilhassa önem verilmektedir. İşte spor hizmetleri de bu hizmetlerden birisidir ve belediyeler son yıllarda spor hizmetlerini yaygınlaştırmakta ve çeşitlendirmektedir. Bilhassa sağlıklı bir toplumun oluşturulmasında önemli fonksiyonu olan sporun geliştirilmesi ve yaygınlaştırılması belediyelerin görevleri arasında olan ve önemsenen bir sosyal belediye hizmeti olduğu söylenebilir. Bu anlamda bu çalışmanın temel konusunu belediyelerin sunduğu spor hizmetleri oluşturmaktadır. Dolayısıyla çalışma kapsamında örnek alan çalışması olarak seçilen Manisa Büyükşehir Belediyesinin oluşturduğu spor politikalarının neler olduğu stratejik planlar ve faaliyet raporları incelenerek ve doküman analiz yapılarak ortaya konulmaya çalışılacaktır. Özellikle son hazırlanan faaliyet raporları incelenerek spor hizmetlerinde planlanan faaliyetlerin gerçekleşme oranları belirlenmeye çalışılacaktır. Yapılan analiz sonuçlarından elde edilen bilgiler doğrultusunda çalışmanın sonuç bölümü oluşturulacak ve bu bölümde konuyla ilgili birtakım çıkarımlar yapılacaktır.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Belediyecilik, Spor Hizmetleri, Manisa Büyükşehir Belediyesi

ABSTRACT

Municipalities are the most widespread type of local governments that provide services to the most people. Since municipalities are responsible for the management of the city where the people live, they are the institutions that meet the most basic needs of the people. Indeed, both the constitutional articles concerning local governments and local government laws state that the primary duty of local governments and municipalities is to meet the common local needs of urban residents. In this context, municipalities provide basic infrastructure services such as infrastructure, water, sewerage, cleaning and garbage collection in the city, as well as services such as health, culture, education, social activities and vocational development in the sense of social municipalism, and these services have been given particular importance in recent years. Sports services are one of these services and municipalities have been expanding and diversifying their sports services in recent years. In particular, it can be said that the development and popularization of sports, which has an important function in the creation of a healthy society, is a social municipal service that is among the duties of municipalities and is an important social municipal service. In this sense, the main subject of this study is the sports services provided by municipalities. Therefore, the study will try to reveal the sports policies of Manisa Metropolitan Municipality, which is selected as a case study within the scope of the study, by examining the strategic plans and activity reports and analyzing the documents. In particular, the realization rates of the planned activities in sports services will be tried to be determined by examining the latest activity reports. In line with the information obtained from the results of the analysis, the conclusion section of the study will be formed and some conclusions will be made in this section.

Keywords: Social Municipalism, Sports Services, Manisa Metropolitan Municipality

GİRİŞ

Son zamanlarda belediyelerin sunduğu hizmetler nitelik ve nicelik bakımından artmış ve önem kazanmıştır. Özellikle kentsel nüfus kırdan kente göçün artmasına bağlı olarak artmış ve belediyelerin hizmet öncelikleri ve çeşitleri değişmiştir. Zira önceleri sadece klasik kent hizmeti olan alt yapı, yol, kaldırım, su, çöp ve temizlik hizmetleri sunan belediyelerde, daha sonraları bilhassa 1970-80’li yıllardan sonra daha farklı hizmetlerin üretilmesi ve sunulmasına yönelik başlamıştır. Bu kapsamda belediyeler o zamana kadar sunmadığı hizmetler olan sosyal belediye hizmetlerini sunmaya başlayarak sağlık, kültür, eğitim, spor ve rekreasyon gibi yeni hizmetlerin sunulmasını gerçekleştirmektedir. Söz konusu hizmetler sosyal belediyeçilik uygulamalarının gittikçe önem kazanması ile birlikte günümüzde daha da çoğalmış ve çeşitlenmiş olduğu söylenebilir. Bu anlamda 1982 Anayasamızın 58. ve 59. Maddeleri doğrudan sağlıklı toplum oluşturmak ve gençlerin kötü alışkanlıklardan korunması konusunda devletin tedbir almasına yönelik oluşturulmuştur. Anayasanın ilgili maddelerinin içeriği şöyledir: Madde 58 e göre, “Devlet, gençleri alkol düşkünlüğünden, uyuşturucu maddelerden, suçluluk, kumar ve benzeri kötü alışkanlıklardan ve cehaletten korumak için gerekli tedbirleri alır.” Madde 59’a göre ise, “Devlet, her yaştaki Türk vatandaşlarının beden ve ruh sağlığını geliştirecek tedbirleri alır; sporun kitlelere yayılmasını teşvik eder.” Buradan anlaşılabileceği üzere sağlıklı toplumun oluşturulması devletin bizzat kendi görevi olarak görülmüş ve bu görevin gerek merkezi yönetim gerekse yerel yönetimler tarafından çeşitli faaliyetlerle yapılması ve gerçekleştirilmesi önem arz etmektedir.

Öte yandan günümüzde belediyeler birçok sosyal belediye uygulamalarını hayata geçirerek halkın ihtiyaç duyduğu bir dizi yeni hizmet sunumları yapmaktadır. Bunlar arasında gerek gençler için gerekse toplumun diğer kesimlerine hitap eden spor ve rekreasyon hizmetleri de

belediyeler tarafından yerine getirilmektedir. Özellikle 2004 ve 2005 sonrası çıkarılarak uygulamaya girmiş olan yerel yönetim kanunlarında spor hizmetlerine ve başarılı sporculara destek olunmasına yer verilmiştir. Bu kapsamda bu çalışmada öncelikle sosyal belediyeçiliğin ne olduğu, belediye kanunlarında sosyal belediye ve spora yer verilmesi anlatılacak, daha sonra ise Manisa Büyükşehir Belediyesinin Stratejik planında ve faaliyet raporlarında yer alan spor ve rekreasyon çalışmaları irdelenecektir. Sonuç bölümü ile çalışma tamamlanacaktır.

1.YÖNETİMDE YENİ GELİŞMELER PARALELİNDE SOSYAL DEVLET VE SOSYAL BELEDİYE

Devlet'in fonksiyonlarının zamanla arttığı bilinen bir gerçektir. Dolayısıyla devlet ilk kurulduğu yıllarla bugün geldiğimiz noktada çok farklı fonksiyonlar yürütmektedir. Başka bir deyişle, günümüzde devlet, sadece vergi toplayan, adaleti ve güvenliği sağlayan devlet değil, aynı zamanda birtakım modern ve sosyal ödevleri olan devlet konumuna girmiştir. Bu anlamda devlet, sorumluluğunu taşıdığı vatandaşlarına adalet ve güvenliğin dışında birçok modern hizmetler de sunması gerekmektedir. Çünkü sosyal devlet ya da refah devleti anlayışı bunu gerektirmektedir. Bu kapsamda sosyal devletin tanımı şöyle yapılabilir. Buna göre sosyal devlet, yurttaşlarının sosyal durumlarıyla, refahlarıyla ilgilenen, onlara asgari bir yaşam düzeyi sağlamayı ödev bilen devlettir.

Sosyal devlet, maddi ve manevi anlamda ihmal edilmiş kişilerin, devlete karşı sosyal destek talebinde bulunma hakkına yani sübjektif bir kamu hakkına sahip olmaları demektir. Çoğulcu demokratik toplum yapısında insanların devletten beklentileri artmıştır. İnsanlar artık sadece yol, su, kanal istemiyor. Bunların yanı sıra sosyal, kültürel, sportif hizmetler istemektedir. Hatta sosyal ve psikolojik danışma hizmetleri bile istenir hale gelmiştir. Ancak yönetim anlayışında ortaya çıkan yeni gelişmeler ve anlayışlar doğrultusunda bu tür faaliyet ve hizmetlerin yürütülmesi, daha çok yerel yönetim kuruluşlarına bırakılmaktadır. Zira hem AB ülkelerinde hem de genel olarak dünyanın diğer gelişmiş ülkelerinde yönetimde yeni anlayış olan yerindenlik (subsidiarite) ilkesi ve yönetim uygulamaları benimsenmiş ve uygulanmaktadır. Bu bakımdan günümüzde merkezi yönetimler bu tür hizmetlerin yürütülmesinde aktif rol almak yerine, daha çok halka en yakın yönetim birimleri olan yerel yönetimlere bırakmaları gerekmektedir. Merkezi yönetime düşen görev ise, hizmetleri düzenlenmesi ve koordine edilmesini sağlayarak yerel yönetimlere yardımcı olmaktır. Avrupa Yerel Yönetimler Özerklik Şartı'nın 4/3 maddesinde yer alan "yerindenlik" ilkesi de hizmetlerin sunumunun böyle olacağını belirtmektedir. Buna göre, "Kamu yönetimi sorumlulukları, tercihen vatandaşa en yakın otorite tarafından yerine getirilecektir; ancak, görevin kapsam ve niteliğinin bunu zorunlu kılması ve yerel yönetimlerin bu görevi yerine getirecek yetenek ve ekonomik güce sahip olmamaları halinde bundan vazgeçilebilir." Bu bağlamda yerel yönetimler ve her kademede diğer devlet birimlerinin, bütün vatandaşların sağlık, huzur, güven, eğitim ve yaşam kalitelerinin geliştirilmesinde önemli görev ve sorumlulukları olduğu söylenebilir. Çağdaş bir toplumda hem devleti yönetenlerin hem de tüm bireylerin kendisinin yaşam kalitelerini geliştirmek için gayret içinde olması gerekmektedir. Bu anlamda rekreasyon, parklar ve serbest zaman hizmetlerinin insanların sağlıklı hayat sürdürmelerinde öneminin büyük olduğu söylenebilir (Mobley, 2006: 4).

2.SOSYAL BELEDİYE UYGULAMALARININ ORTAYA ÇIKIŞI VE GELİŞİMİ

Türkiye'de sosyal belediye uygulamaların ortaya çıkması ve başlaması 1970'li yıllara dayanmaktadır. Belediyelerle ilgili 1950'den sonra ortaya çıkan gelişmeler bakıldığında 1970'li yıllarda toplumcu belediye kavramı altında dönemin bazı belediyeleri girişimcilik uygulamalarını başlatarak belediyeler halkın yararına birtakım üretim faaliyetleri yapmaya başlamışlardır. Bu kapsamda o yıllarda belediyeler kurdukları birlikler, kooperatifler, şirketler

ile katılımı arttırarak ve sivil toplum kuruluşları ile sendika ve meslek örgütlerini de yönetime katarak yeni belediyecilik uygulamalarına geçişi başlatmışlardır (Pektaş, 2010: 12).

Toplumcu belediyeciliğin bir prensibi olarak belediyeler kendi aralarında yardımlaşma ve birlikte hareket etmeyi benimsemişlerdir. Bu kapsamda herhangi bir siyasi ayrım yapmadan mali gücü yetersiz olan ve hizmet sunmada zorlanan belediyeleri korumak ve belediyeler arasındaki iş birliği ve dayanışmayı geliştirmek için 1970’li yıllarda çok sayıda belediye birlikleri kurulmuştur (Öztürk ve Gül, 2012: 210 akt. Uçar, 2021: 47). Bu şekilde hareket ederek üretici belediye anlayışı içinde toplumcu belediyeciliği savunan belediyeler merkezi hükümetin desteği olmadan alternatif hizmet üretme ve sunma yollarını geliştirip uygulamaya sokmaya çalışmışlardır. Bu kapsamda asfalt üretimi, halk ekmek fabrikaları ve düğün salonu işletimi gibi faaliyetler başlatılarak belediyelerin ek gelirleri olmuştur. O dönemde belediyelerin başlattığı bu uygulamalarla belediyeler klasik hizmet sunmanın dışına çıkarak bazı yeni sosyal hizmet sunumlarını başlattıkları söylenebilir.

Sosyal belediyeciliğin çeşitli yazarlar tarafından yapılmış detaylı ve geniş tanımı mevcuttur. Bu yazarların tanımına göre sosyal belediyecilik; *mahalli idareye sosyal alanlarda planlama ve düzenleme işlevi yükleyen; bu çerçevede kamu harcamalarını konut, sağlık, eğitim ve çevrenin korunması alanlarını kapsayacak şekilde sosyal amaca kanalize eden; işsiz ve kimsesizlere yardım yapılması, sosyal dayanışma ve entegrasyonun tesis edilmesi ile sosyo-kültürel faaliyet ve çalışmaların gerçekleştirilebilmesi için gerekli olan alt yapı ve yatırımların yapılması için bilinçli politikalar üretmesini öngören; bireyler ve toplumsal kesimler arasında zayıflayan sosyal güvenlik ve adalet mefhumunu güçlendirmeye yönelik olarak mahalli idarelere sosyalleştirme ve sosyal kontrol işlevini yükleyen bir model olarak tanımlanmaktadır* (Kaya ve Şentürk, 2007: 37-38; Biray, 2011’den akt. Öztürk ve Gül, 2012: 213).

Aslında sosyal belediyecilik kavramını, bilhassa 1980-90’lı yıllardan sonra kentlerde yoksulluğun artmasına bağlı bir şekilde devletin bu yoksul grupların gereksinim duyduğu yaşam şartlarını karşılamada eşit ve yeterli politikalar üretememesi sonucunda belediyelerin toplumdaki ihtiyaç sahibi yoksul kimselere yönelik kısa veya uzun süreli politikalar yaparak hizmet üretmesi olarak ifade etmek mümkündür. Bu anlamda Kesgin’in de belirttiği gibi, sosyal belediyecilik uygulamalarıyla belediyeler, dezavantajlı grupların ihtiyaçlarına göre kurumsal yapılarını oluşturarak, hizmetlerini daha çok bu ihtiyaçlar bağlamında oluşturmaya başlamışlardır. Doğal olarak belediyelerin gerçekleştirdiği sosyal hizmet ve yardım faaliyetleri temel sosyal belediyeciliğin içeriğini belirler. Böylece belediyeler, yoksullar için aşevi uygulamaları, evde bakım hizmeti, sağlık hizmetleri, ucuz ekmek (halk ekmek), ayni-nakdi yardımlar, yaşlılara ve özürlülere dönük hizmetler, meslek ve eğitim kursları, spor faaliyetleri ve sosyal konutlar vb. çok sayıda değişik hizmeti sunmaktadır. Belediyeler, sosyal belediyecilikle bir yandan küreselleşmenin yol açtığı yıkımları iyileştirmeye çalışırken, diğer taraftan da yapısal ve kurumsal sorunların üstesinden gelmeye çalışmaktadır (Kesgin, 2012: 176-177).

Öztürk ve Gül’e (2012:213) göre, sosyal belediyecilik, geleneksel belediyecilik anlayışından tamamen farklı olan hizmetlerin sunulduğu bir anlayıştır. Bu anlayış, belediyeleri sadece bir alt yapı hizmetlerini sunan kurumlar olarak değil de insanların sosyal ve kültürel hayatına yönelik hizmetleri sunan ve insanlara bu alanlarda destek sağlayan, bu konuda görev ve sorumlulukları yüklenen bir hizmet kurumu olarak görür.

Şataf’ın (2017: 11-12) çalışmasında belirttiğine göre, Türkiye’de sosyal belediyecilik uygulamaları, özellikle 1990’lardan sonra artmaya başladığı görülmektedir. Belediyeler en

başta sosyal ve kültürel konulara yönelik sosyal politikalar üreterek bunların uygulamalarına başlamışlardır. Sonrasında ise engelliler ve daha başka dezavantajlı gruplar için sosyal hizmet ve sosyal yardım çalışmalarına geçmişlerdir.

Bu tespitlerden de anlaşılacağı üzere sosyal belediyeçilik anlayışının benimsenerek uygulanmaya başlanması ile belediyelerin sundukları hizmetlerde artış ve çeşitlilik olmuştur. 1580 sayılı eski Belediye Kanun'un yetersizlikleri ile yapılamayan bu artan görevler 2005 yılında bu kanunun kaldırılıp yerine 5393 sayılı Belediye Kanun'un geçmesiyle bu görevler daha çok önemsenmiş ve kanunda belediyelere verilen görev ve mali imkanlarla sosyal belediyeçiliğe daha çok önem verildiği söylenebilir. (Uçar, 2021: 49)

3.YEREL YÖNETİM YASALARINDA SPOR VE REKREASYON FAALİYETLERİNİN DÜZENLENMESİ

Türkiye'de yerel yönetimler kamu yönetiminin diğer bir kolu olarak kamu hizmeti sunmakla görevli olan anayasal kurumlardır. Dolayısıyla 1982 Anayasası'nın 123. maddesine göre, "İdarenin kuruluş ve görevleri, merkezden yönetim ve yerinden yönetim esaslarına dayanmaktadır." Yine 1982 Anayasası'nın 127. maddesine göre, "Mahalli idareler; il, belediye veya köy halkının mahalli müşterek ihtiyaçlarını karşılamak üzere kuruluş esasları kanunla belirtilen ve karar organları, gene kanunda gösterilen, seçmenler tarafından seçilerek oluşturulan kamu tüzel kişileridir." Görüldüğü gibi anayasa yerel yönetimleri bir şehir, belde veya en küçük yerleşim birimi olan köy halkının ortak yerel nitelikli ihtiyaçlarını karşılamak üzere kurulmalarını ve yönetiminin başına da kendilerinin seçtikleri yani seçimle demokratik bir şekilde oluşturdukları yöneticiler tarafından sağlanmasını ön görüyor. İşte burada anayasa maddesinde genel olarak söz edilen her türlü ortak yerel ihtiyaçların arasında spor ve rekreasyon hizmetleri de yer almaktadır. Nitekim son çıkarılan yerel yönetim yasaları incelendiğinde, yani gerek 5302 sayılı İl Özel İdare Kanunu, gerek 5393 sayılı Belediye kanunu ve gerekse 5216 sayılı Büyükşehir Kanununda görev ve sorumlulukları anlatan maddelere baktığımızda, her birinde gençlik ve spor, parklar ve yeşil alanların oluşturulması ile ilgili görevlerinin olduğu görülmektedir. 5302 sayılı Kanunun 6. maddesi özel idarenin görevlerini anlatırken "Gençlik ve spor , sağlık...diye başlayıp, ilk ve orta öğretim kurumlarının arsa temini, binalarının yapım, bakım ve onarım ile diğer ihtiyaçlarının karşılanmasına ilişkin hizmetleri il sınırları içinde, ve ağaçlandırma, park ve bahçe tesisine ilişkin hizmetleri belediye sınırları dışında yapmakla görevli ve yetkilidir" ifadelerine yer verilmektedir. 5393 sayılı Belediye Kanunu'nun 14.maddesinde belediyenin görev ve sorumlulukları anlatılırken: "Belediye, mahalli müşterek nitelikte olmak şartıyla;

İmar, su ve kanalizasyon, ulaşım gibi kentsel alt yapı; ağaçlandırma, park ve yeşil alanlar; konut; kültür ve sanat, turizm ve tanıtım, gençlik ve spor; hizmetlerini yapar veya yaptırır. Devlete ait her derecedeki okul binalarının inşaatı ile bakım ve onarımını yapabilir veya yaptırabilir, her türlü araç, gereç ve malzeme ihtiyaçlarını karşılayabilir; Gerektiğinde, öğrencilere, amatör spor kulüplerine malzeme verir ve gerekli desteği sağlar, her türlü amatör spor karşılaşmaları düzenler, yurt içi ve yurt dışı müsabakalarda üstün başarı gösteren ve derece alan sporculara belediye meclisi kararıyla ödül verebilir." ifadeleri kullanılarak spor ve rekreasyon faaliyetleri konusuna yer verilmiştir.

Öte yandan 5216 sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanunu'nun 7. maddesinde ise spor ve rekreasyon hizmetlerine şöyle yer verilmiştir: "Büyükşehir'in bütünlüğüne hizmet eden sosyal donatılar, bölge parkları, hayvanat bahçeleri, hayvan barınakları, kütüphane, müze, spor, dinlenme, eğlence ve benzeri yerleri yapmak, yaptırmak, işletmek veya işlettmek; gerektiğinde amatör spor kulüplerine malzeme vermek ve gerekli desteği sağlamak, amatör takımlar arasında spor müsabakaları düzenlemek, yurt içi ve yurt dışı müsabakalarda üstün başarı gösteren veya

derece alan sporculara belediye meclis kararıyla ödöl vermek.” Yine sosyal ve kültürel hizmet olarak diğler fıkralarda da (n-v) şunlardan bahsedilmektedir: “Gerektiğinde mabetler ile sağık, eğitim ve kültür hizmetleri için bina ve tesisler yapmak, kamu kurum ve kuruluşlarına ait bu hizmetlerle ilgili bina ve tesislerin her türlü bakımını, onarımını yapmak ve gerekli malzeme desteğini sağılamak.” “Sağık merkezleri, hastaneler, gezici sağık üniteleri ile yetişkinler, yaşlılar, engelliler, kadınlar, gençler ve çocuklara yönelik her türlü sosyal ve kültürel hizmetleri yürütmek, geliştirmek ve bu amaçla sosyal tesisler kurmak, meslek ve beceri kazandırma kursları açmak, işletmek veya işlettirmek, bu hizmetleri yürütürken üniversiteler, yüksekokullar, meslek liseleri, kamu kuruluşları ve sivil toplum örgütleri ile iş birliğı yapmak.” (5216 sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanunu, 2004).

Belediyeler; spor, sağık, eğitim, çevre, sosyal hizmet ve yardım, kütüphane, park, trafik ve kültür hizmetleriyle yaşlılara, kadın ve çocuklara, özörlölere, yoksul ve düşkönlere yönelik hizmetlerin yapılmasında beldede dayanışma ve katılımı sağılamaktadır. Ayrıca hizmetlerde etkinlik, tasarruf ve verimliliğı artırmak amacıyla gönöüllü kişilerin katılımına yönelik programlar uygulamaktadır (mevzuat.basbakanlik.gov.tr, 2015).

4. MANISA BÜYÜKŞEHİR BELEDİYESİNİN ÜST POLİTİKA BELGELERİNDE SPOR POLİTİKALARI VE HİZMETLERİ

4.1. Manisa Büyükşehir Belediyesinin Stratejik Planlarında Spor Politikaları

Manisa Büyükşehir Belediyesi 2012 yılında çıkarılan 6360 sayılı Kanunla kurulan 13 büyükşehir belediyesinden birisidir. 2012 yılında çıkarılan bu kanunla kurulan büyükşehir belediyeleri faaliyetlerine 2014 yılında yapılan yerel yönetim seçimlerinden sonra başlamışlardır. İşte Manisa Büyükşehir Belediyesi de 6360 sayılı Kanunun 2014 yılında yürürlüğe girmesinden sonra faaliyetlerine başlamıştır. Bu kapsamda Manisa Büyükşehir Belediyesi şu ana kadar üç adet stratejik plan hazırlamıştır. Bunlar 2015-2019, 2020-2024 ve 2025-2029 dönemleri kapsayan stratejik planlardır. Dolayısıyla bu çalışmada son iki stratejik planda yer verilen spor politikaların neler olduğı incelenecektir.

Öncelikle her iki planın misyon ve vizyonuna baktığımızda 2020-2024 Stratejik Planın misyonu “Çağdaş, katılımcı, şeffaf ve etkin bir yönetim anlayışıyla hemşerilerin yaşam kalitesini artırmaya yönelik adil, hızlı ve kaliteli hizmet sunmak” şeklinde oluşturulurken, vizyon ise, “Manisa’nın tarih, kültürel ve doğa mirasını koruyarak, sosyal yaşamı güçlü, insanları mutlu, Ege’nin cazibe merkezi olan çağdaş ve öncü bir belediye olmak.” Şeklinde belirlenmiştir (Manisa Büyükşehir Belediyesi 2020-2024 Stratejik Planı, s. 10). Misyon ve vizyondan anlaşıldığına göre her ikisinde de vatandaşların yaşam kalitesini artırmaya ve sağılığını korumaya yönelik ifadelere yer verildiğı görölmektedir. Zira spor faaliyetlerini düzenlemek ve halkın spor yapmasını sağılayacak alanlarını yapmak ve spor için hazırlamak sağılıklı toplumların oluşturulması için oldukça önemli olduğı söylenebilir. Öte yandan Manisa Büyükşehir Belediyesinin 2025-2029 Stratejik Planına baktığımızda ise, misyon “Halkın yaşam kalitesinin arttığı bir kent, vatandaşın mutluluğı, huzuru ve refahı için çalışan bir belediye, ayırım yapmaksızın her yurttaş hak ettiğı hizmet sunan bir belediyeçilik anlayışı” olarak belirlenirken, vizyon ise, “ Gücünü halktan alan, teknolojiyi yakından takip eden, bilime ve bilgiye değeri veren, üniversite dostu, sürdürülebilirliğe her konuda öncelik vererek sanayiye geliştiren, çevreyi, tarih ve doğayı koruyarak cazip turizm merkezi haline gelen, erişilebilir ve halkın yönetime ve denetime katıldığı, ortak akılla yönetilen bir şehir Manisa.” Şeklinde oluşturulmuştur (Manisa Büyükşehir Belediyesi 2025-2029 Stratejik Planı, s. 106). Bu planda da önceki planda olduğı gibi halkın yaşam kalitesinin artırılması ve sağılıklı olmasına öncelik verildiğı söylenebilir.

Her iki plan stratejik amaç ve hedefler bakımından incelendiğinde Manisa Büyükşehir Belediyesinin 2020-2024 Stratejik Planında 7 adet stratejik amaç belirlenmiş olup bunlardan sadece amaç 5’de doğrudan spor konusuna yer verildiği görülmektedir. Amaç 5’in içeriği şöyledir: “Kentın turizm, sosyal, kültürel, eğitim, gençlik ve spor alanlarındaki hizmetleri güçlendirerek, küçükten büyüğe tüm halkın refah ve yaşam kalitesini yükseltmek.” Bu amacın gerçekleşmesi için 5 adet hedef belirlenmiş olup, bunlarda hedef 4 tamamen spor faaliyetlerine yönelik şu içerik ile oluşturulmuştur: “sporun gelişimi için altyapıyı güçlendirerek spor bilincini ve alışkanlığını kazandırmak.” Diğer taraftan yine hedef 1’in içeriğinde ise, “Eğitim, sosyal ve kültürel faaliyetlerin düzenlendiği sosyo kültürel alanları artırmak.” Şeklinde oluşturulmuştur (Manisa Büyükşehir Belediyesi 2020-2024 Stratejik Planı, s. 12). Öte yandan 2025-2029 Stratejik Planı incelendiğinde ise 9 adet stratejik amaç belirlendiği görülmektedir. Belirlenen bu amaçlardan amaç 6 sosyal adalet ve yaşam kalitesi konusuna yöneliktir ve içeriği şöyledir: “Yoksulluk ve Yoksunluğu Meşrulaştırmadan, İnsanlık Onuruna Yakışır, Ayrımcılıktan Uzak Uygulamalarla Sosyal Adaleti Sağlamak.” Bu amacın gerçekleşmesi için belirlenen 3 hedeften 3.sü spor politika ve faaliyetlerini içermektedir. Zira hedef 3 şöyle oluşturulmuştur: “Manisa’da sağlıklı yaşam ve spor kültürünü geliştirecek, herkesin kolay erişebildiği, yerel amatör spor kulüpleriyle ortak hazırlanan faaliyetler yaygınlaştırılacaktır,” Görüldüğü üzere Manisa Büyükşehir Belediyesinin her iki stratejik planında bir stratejik amaç içinde yani 2020-24 planında amaç 5, 2025-2029 planında amaç 6 da daha genel ifadelerle spora yerildiği, yine bu amaçların hedeflerinde de sadece birer hedefte spor politikalarına yer verildiğini söyleyebiliriz.

4.2. Manisa Büyükşehir Belediyesinin 2024-2025 Yılı Performans Programlarında Spor Faaliyetleri

Manisa Büyükşehir Belediyesi 2020-2024 Stratejik Planında amaç 5 ve bu amaç için oluşturulan gerçekleştirme hedeflerinin performans göstergelerini Manisa Büyükşehir Belediyesinin 2024 Performans Programının PERFORMANS HEDEFİ TABLOLARI kısmında her amaç ve hedefler için oluşturulan tablolarda görmek mümkündür. Dolayısıyla “Kentimizin Turizm, Sosyal, Kültürel, Eğitim, Gençlik ve Spor Alanlarındaki Hizmetlerini Güçlendirerek Küçükten Büyüğe Tüm Halkın Refah ve Yaşam Kalitesini Arttırmak” içeriğiyle oluşturulan amaç 5’in 4.hedefi “Sporun Gelişimi İçin Altyapının Güçlendirilmesi ve Çeşitli Aktiviteler Düzenlemek” şeklinde belirlenmiş olup, bu kapsamda Sporun gelişimi için alt yapıları güçlendirme, çeşitli aktiviteleri düzenleme ve organize etme gibi faaliyetlerin yapılması planlanmıştır. Bunların gerçekleşme durumu tablo 1’de görülmektedir.

Performans Göstergeleri		2022	2023	2024
P.G.5.4.1	Tamamlanacak ve Yapılması Planlanan Spor Tesisleri Sayısı	0	3	3
P.G.5.4.2	Aynı ve Nakdi Yardım Yapılacak Amatör Spor Kulübü Sayısı	129	70	72
P.G.5.4.3	Yaz ve Kış Spor Okullarından Faydalanan Yıllık Öğrenci Sayısı	1.801	2.078	2.080
Faaliyetler		Kaynak İhtiyacı (2024) (TL)		
		Bütçe	Bütçe Dışı	Toplam
F.5.4.1.1	Amatör Spor Kulüplerine Aynı ve Nakdi Yardımların Yapılması	21.491.750,00		21.491.750,00
F.5.4.1.2	Yaz ve Kış Spor Okullarındaki Faaliyetlerin Sürdürülmesi	16.491.750,00		16.491.750,00
Genel Toplam		37.983.500,00		37.983.500,00

Yukarıda tablo 1 de görüldüğü üzere Manisa’da yapılması planlanan spor tesisi yapımı hem 2023 hem de 2024 de 3 olarak belirlenmiştir. Aynı ve Nakdi Yardım Yapılacak Amatör Spor

Kulübü Sayısı yıllara göre şöyle belirlenmiştir: 2022 de 129, 2023 de 70 ve 2024 de ise 72 dir. Yaz ve Kış spor okullarına katılan öğrenci sayıları 2022 de 1801, 2023 de 2078 ve 2024 de ise 2080 olarak gerçekleşmiştir. Planlanan bu faaliyetler için 2024 yılı itibarı ile ayrılan bütçe amatör spor kulüplerine yapılan yardım 21.491.750.00 tl ve Yaz ve Kış spor okullarında devam eden faaliyetler için 16.491.750.00 tl olmak üzere toplamda 37.483.500.00 tl miktarında gerçekleşmiştir. Diğer taraftan Manisa Büyükşehir Belediyesinin 2025 Performans Programına baktığımızda 2025-29 Stratejik Planın amaç 6 ve hedef 3'te planlanan spor faaliyetlerinin gerçekleşme oranlarını görülmektedir. Belediyenin yeni hazırladığı bu stratejik planda yer alan amaç 6 genel olarak sosyal belediyecilik uygulamalarını kapsayan faaliyetlerle ilgili olup, bunun için belirlenen hedeflerden birisi hedef 3 spor faaliyetlerini içermektedir: “Manisa’da sağlıklı yaşam ve spor kültürünü geliştirecek, herkesin kolay erişebildiği, yerel amatör spor kulüpleriyle ortak hazırlanan faaliyetler yaygınlaştırılacaktır.” Bu anlamda 2025 yılı performans programında bu hedefin göstergeleri şöyle gerçekleşmesi planlanmıştır.

Performans Göstergeleri		2023	2024	2025
P.G.6.3.1	Spor okullarından faydalanan sporcu sayısı	Yıla ilişkin gösterge bilgisi bulunmamaktadır.	3.750	6.200
P.G.6.3.2	Amatör spor kulüplerine yapılan nakdi yardım tutar oranı (5393 sayılı Kanun sınırı)	Yıla ilişkin gösterge bilgisi bulunmamaktadır.	Gelir* 0,007	Gelir* 0,007
P.G.6.3.3	Spor malzemesi desteği verilen okul sayısı	Yıla ilişkin gösterge bilgisi bulunmamaktadır.	65	85
Faaliyetler		Bütçe	Bütçe Dışı	Toplam
F.6.3.1	Amatör spor kulüpleri ile ortak yürütülen çalışmalar	53.500.000	0	53.500.000
F.6.3.7	Okullara spor malzemesi desteği	1.200.000	0	1.200.000
Genel Toplam		54.700.000	0	54.700.000

Yerel amatör spor kulüpleri ve sporcu destekleri arttırılacaktır. Bunun için yapılacak faaliyetlerden biri olan spor okullarından faydalanan sporcu sayısı 2024 de 3750 ve 2025 de 6200 olmuştur.

Amatör spor kulüplerine yapılan nakdi yardım tutar oranı (5393 sayılı Kanun sınırı) 2024-25 için 0.007. Spor malzemesi desteği verilen okul sayısı 2024 de 65, 2025 de 85 olarak gerçekleşmiştir.

Amatör spor kulüpleriyle ortak yürütülen çalışmalar için 53.500.000 tl ve Okullara spor malzemesi desteği için ise 1.200.000 tl olmak üzere 2025 yılı için toplam 54.700.000 tl bütçe ayrılmış olduğu 2025 performans programında görülmektedir (Manisa Büyükşehir Belediyesi 2025 yılı Performans Programı, s.67).

SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Belediyeler halka en yakın yönetim birimleri olarak halkın ihtiyaçlarını en iyi tespit eden, en hızlı ve etkin hizmet sunan kurumlardır. Bu anlamda önceleri sadece alt yapı, yol ve

kanalizasyon gibi hizmetleri sundukları halde 1990 sonraları daha çok halkın sosyal hayatına yönelik sağlık, eğitim, kültür ve spor gibi hizmetleri de sunmaya başlamışlardır ve böylece sosyal belediyeçilik son zamanlarda gelişmiştir. Sosyal belediyeçilik uygulamalarının başlaması Türkiye’de 1970’lerde toplumcu belediye tartışmaları ile başlayarak, o dönemde belediyelerin kurdukları birtakım kooperatif, fabrika ve fırınlarla halka daha farklı hizmetler sunmayı gerçekleştirmişlerdir. Bu ilk uygulamalarla başlayan sosyal hizmetler daha sonraki yıllarda bilhassa 1990’lı yıllardan sonra daha da çeşitlenmiş, sunulan sosyal hizmetler arasında eğitim, kültür, sağlık, spor ve rekreasyon gibi halkın sosyal hayatını ilgilendiren birçok hizmetin yer aldığı söylenebilir. Zira bu hizmetler o beldeye yaşayan halkın ihtiyaçlarına göre belirlenip belediyeler tarafından en etkin ve verimli bir şekilde sunulmaya başlanmıştır.

Çalışmanın araştırma alanını Manisa Büyükşehir Belediyesinin üst politika belgelerini oluşturan stratejik planı ve performans programlarında spor politika ve faaliyetlerine ne kadar yer verildiğinin incelenmesi oluşturmaktadır. Bu kapsamda Manisa Büyükşehir Belediyesi 5 yıl için hazırladığı son 2 stratejik planı incelenmiş olup bu iki planda da belirlediği amaçların sadece bir tanesinde spor politikalarına yer verilmiştir. Her bir amacın gerçekleşmesi için belirlenen hedefler de vardır. Bu hedeflere de baktığımızda hedefler arasında da sadece birer hedefte spor politika ve faaliyetler yer almıştır. İçerik analizi yöntemiyle incelenen bu üst politika belgelerinden elde edilen ve yukarıda tablolarda da sunulan bilgiler ışığında şu sonuca varmak mümkündür. Buna göre, gerek stratejik planlarda gerek performans programlarında yer alan spor politikaları ve faaliyetlerinin çok yeterli olduğu söylenemez. Bu bakımdan belediyelerin gelecek her 5 yıl için hazırladıkları ve gelecekte yapacakları faaliyetleri kapsayan stratejik planlarında spor bilincinin oluşturulması ve sağlıklı toplum yapısına kavuşmak için daha fazla kararlar alınması ve faaliyetler düzenlemesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Keskin, B. (2012), “Kentsel Yoksulluğa Yönelik Yerinden ve Yerel Müdahale: Sosyal Belediyeçilik”, SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, Sayı:26, ss.169-180.
- Pektaş, E. K. (2010), “Türkiye’de Sosyal Belediyeçilik Uygulamaları ve Temel Sorunlar”, Akademik İncelemeler Dergisi Cilt:5 Sayı:1, ss. 4-22.
- Şataf, Ceyda (2017), “Türkiye’de Sosyal Belediyeçilik Anlayışına Yönelik Genel Bir Değerlendirme”, içinde (Editörler) Furkan BEŞEL/ Fatih YARDIMCIOĞLU, YEREL YÖNETİMLER ÜZERİNE SEÇME YAZILAR, Beşköprü Yayınları/SAKARYA-TÜRKİYE.
- Uçar, A. (2021). *Yerel Yönetimlerde Sosyal Belediyeçilik ile Rekreasyon ve Spor Hizmetleri: İyi Uygulama Örnekleri*, Astana Yayınları, Ankara.
- Öztürk, Hasret ve Gül, Hüseyin, (2012), “Sosyal Belediyeçilik Sosyal Devlete ve Sosyal Haklara Bir Alternatif mi?”, IV. Sosyal Haklar Ulusal Sempozyumu Bildiriler Kitabı, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, 15-19 Ekim 2012.
- mevzuat.basbakanlik.gov.tr, 2015,
- 5216 sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanunu, 2004,
- 5302 sayılı İl Özel İdare Kanunu, 2005,
- 5393 sayılı Belediye Kanunu, 2005,
- Manisa Büyükşehir Belediyesi 2020-2024 Stratejik Planı,
- Manisa Büyükşehir Belediyesi 2025-2029 Stratejik Planı,
- Manisa Büyükşehir Belediyesinin 2024 Yılı Performans Programı,
- Manisa Büyükşehir Belediyesi 2025 yılı Performans Programı,

**BELEDİYE MECLİSLERİNDE ALINAN SPOR VE REKREASYON KONULU
KARARLARIN İRDELENMESİ**
ANALYZING THE DECISIONS ON SPORTS AND RECREATION TAKEN BY
MUNICIPAL COUNCILS

Prof. Dr. Uluç ÇAĞATAY

Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Yenipazar Meslek Yüksekokulu, Emlak Yönetimi
Programı, Yenipazar, Aydın.
ORCID NO: 0000-0003-1194-3293

Prof. Dr. Ahmet UÇAR

Manisa Celal Bayar Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Siyaset Bilimi ve
Uluslararası İlişkiler Bölümü, Muradiye, Manisa.
ORCID NO: 0000-0002-2533-7887

ÖZET

Son yıllarda yerel yönetimler üzerine yapılan düzenlemelerle birlikte belediyelerin ağırlığı artmış ve Türkiye genelinde yerel düzeyde en fazla öne çıkan yerel yönetim türü olarak varlığını hissettirmeye başlamıştır. Bu sebepten dolayı belediyeler yerel düzeyde imar konularından sağlığa, sosyal belediyecilikten çevresel konulara kadar çok sayıda konuda sorumluluk almaya başlamışlardır. Günümüzde mevcut yasal düzenlemeler kapsamında belediyelerde üç tane temel organ görev yapmaktadır. Bunlardan ilki belediye meclisi, ikincisi belediye encümeni ve üçüncüsü belediye başkanıdır. Belediye meclisleri karar organları olarak görev yapmakta ve belediye yönetimlerinin bütçe, imar ve borçlanma gibi temel konularında belirleyici konumda bulunmaktadır. Belediye meclislerinin karar aldığı konulardan bir tanesi de spor ve rekreasyon hizmetlerini düzenleyen hususları kapsamaktadır. Bu çalışmada Türkiye'nin İzmir ilinde bulunan belediyelerin meclis kararları incelenerek bunların spor ve rekreasyon başlığında hangi konulara eğildiği ve hangi önceliklere yer verdiği gibi hususlar üzerinde durulacaktır.

Anahtar Kelimeler: Belediyeler, Spor ve Rekreasyon, Belediye Meclis Kararları, İzmir

ABSTRACT

In recent years, the importance of municipalities has increased with the regulations on local governments and they have started to make their presence felt as the most prominent type of local government in Turkey. For this reason, municipalities have started to take responsibility for many issues at the local level, from zoning to health, from social municipalism to environmental issues. Today, there are three main organs in municipalities within the scope of current legal regulations. The first is the municipal council, the second is the municipal board and the third is the mayor. Municipal councils serve as decision-making bodies and have a decisive position in the basic issues of municipal governments such as budget, zoning and borrowing. One of the issues on which the municipal councils have taken decisions also covers the issues regulating sports and recreation services. In this study, the council decisions of the municipalities in İzmir province of Turkey will be examined and the issues such as which issues they focus on under the title of sports and recreation and which priorities they include will be emphasized.

Keywords: Municipalities, Sports and Recreation, Municipal Assembly Decisions, İzmir

BELEDİYELER VE BELEDİYE MECLİSLERİ

Yerel yönetimler, Anayasa'nın 127'nci maddesinde değinilen tanımıyla; il, belediye veya köy halkının mahalli müşterek ihtiyaçlarını karşılamak üzere kuruluş esasları kanunla belirtilen ve karar organları yine kanunda gösterilen seçmenler tarafından seçilerek oluşturulan kamu tüzel kişileridirler. Bu tanımdan yola çıkıldığında Türkiye'de temelde üç adet yerel yönetim türü olduğu sonucuna ulaşılır. Bunlardan ilki il, diğeri belediye ve üçüncüsü ise köy yönetimleridir. Yine aynı maddede yer alan büyük yerleşim merkezleri için özel yönetim biçimleri getirilebilir hükmüne göre büyükşehir belediyelerinin kurulabilmesinin önü açılmıştır.

Belediyelerin kuruluş esasları, görevleri, yetkileri ve sorumlulukları gibi konular 5393 sayılı Belediye Kanunu ile düzenlenmiştir. Kanunun 14'üncü maddesi gereğince belediyeler, mahalli ve müşterek nitelikte olması koşuluyla; imar, su ve kanalizasyon, ulaşım, coğrafi bilgi sistemleri, çevre ve çevre sağlığı, temizlik ve katı atık, zabıta, itfaiye, acil yardım, şehir içi trafik, defin ve mezarlıklar, ağaçlandırma, park ve yeşil alanlar, konut, kültür ve sanat, kurtarma ve ambulans, turizm ve tanıtım, gençlik ve spor, sosyal hizmet ve yardım, nikah, meslek ve beceri kazandırma gibi hizmetleri yerine getirebilmeleri konularında yetkilendirilmişlerdir.

Öte yandan belediyeler doğrudan görev alanlarına girmemekle birlikte gerektiği durumlarda bazı kamusal hizmetleri de görebilmektedir. Buna göre belediyeler okul binalarının yapımı ve bakımı ile ihtiyaçlarının giderilmesi, sağlık tesisleri açmak ve işletmek, mabedlerin yapımı, bakımı ve onarımı, kültür ve tabiat varlıklarına yönelik bazı hizmetleri yerine getirebilir ve gıda bankacılığı yapabilirler.

Ayrıca belediyeler; gerektiğinde sporu teşvik etmek amacıyla gençlere spor malzemesi verebilir, amatör futbol kulüplerine ayni ve nakdi yardım yapabilir ve gerekli desteği sağlayarak her türlü amatör spor karşılaşması düzenleyebilirler. Belediyeler bunlara ek olarak yurtiçi ve yurtdışı müsabakalarda üstün başarı gösteren veya derece alan öğrencilere, sporculara, teknik yöneticilere ve antrenörlere belediye meclisi kararıyla ödül verebilirler.

Gerek 5393 sayılı Kanuna gerekse 5216 sayılı Kanuna göre belediyelerin ve büyükşehir belediyelerinin karar organları üç tane olup meclis, encümen ve başkandan oluşmaktadır. Her iki tür belediyenin karar organı belediye meclisleridir. Daha açık bir ifadeyle belediyelerde alınması gereken temel kararlar bu organlar tarafından alınmaktadır. Belediye meclisleri yerel seçimler sonucu belirlenen meclis üyelerinden oluşmaktadır. İlçe belediyelerindeki meclis üyesi sayısı oranın nüfusu ile bağlantılı olarak tespit edilmektedir. 2972 sayılı Mahalli İdareler ile Mahalle Muhtarlıkları ve İhtiyar Heyetleri Seçimi Hakkında Kanuna göre bu sayılar 9 ile 55 arasında olabilmektedir. Büyükşehir belediyelerinin meclis üyeleri doğrudan seçilemektedir. Bunun yerine ilçe belediyelerine seçilen meclis üyelerinin belirli kısmından oluşturulması öngörülmüştür. Belediye meclislerinin görevleri için şu şekilde düzenlemeler yapılmıştır:

- Stratejik plân ile yatırım ve çalışma programlarını, belediye faaliyetlerinin ve personelinin performans ölçütlerini görüşmek ve kabul etmek.

- Bütçe ve kesin hesabı kabul etmek, bütçede kurumsal kodlama yapılan birimler ile fonksiyonel sınıflandırmanın birinci düzeyleri arasında aktarma yapmak.
- Belediyenin imar plânlarını görüşmek ve onaylamak, büyükşehir ve il belediyelerinde il çevre düzeni plânını kabul etmek. (Belediye sınırları il sınırı olan Büyükşehir Belediyelerinde il çevre düzeni planı ilgili Büyükşehir Belediyeleri tarafından yapılır veya yaptırılır ve doğrudan Belediye Meclisi tarafından onaylanır).
- Borçlanmaya karar vermek.
- Taşınmaz mal alımına, satımına, takasına, tahsisine, tahsis şeklinin değiştirilmesine veya tahsisli bir taşınmazın kamu hizmetinde ihtiyaç duyulmaması hâlinde tahsisin kaldırılmasına; üç yıldan fazla kiralanmasına ve süresi otuz yılı geçmemek kaydıyla bunlar üzerinde sınırlı aynî hak tesisine karar vermek.
- Kanunlarda vergi, resim, harç ve katılma payı konusu yapılmayan ve ilgililerin isteğine bağlı hizmetler için uygulanacak ücret tarifesini belirlemek.
- Şartlı bağışları kabul etmek.
- Vergi, resim ve harçlar dışında kalan ve miktarı beşbin YTL'den fazla dava konusu olan belediye uyuşmazlıklarını sulh ile tasfiyeye, kabul ve feragate karar vermek.
- Bütçe içi işletme ile 6762 sayılı Türk Ticaret Kanunu'na tâbi ortaklıklar kurulmasına veya bu ortaklıklardan ayrılmaya, sermaye artışına ve gayrimenkul yatırım ortaklığı kurulmasına karar vermek.
- Belediye adına imtiyaz verilmesine ve belediye yatırımlarının yap-işlet veya yap-işlet-devret modeli ile yapılmasına; belediyeye ait şirket, işletme ve iştiraklerin özelleştirilmesine karar vermek.
- Meclis başkanlık divanını ve encümen üyeleri ile ihtisas komisyonları üyelerini seçmek.
- Norm kadro çerçevesinde belediyenin ve bağlı kuruluşlarının kadrolarının ihdas, iptal ve değiştirilmesine karar vermek.
- Belediye tarafından çıkarılacak yönetmelikleri kabul etmek.
- Meydan, cadde, sokak, park, tesis ve benzerlerine ad vermek; mahalle kurulması, kaldırılması, birleştirilmesi, adlarıyla sınırlarının tespiti ve değiştirilmesine karar vermek; beldeyi tanıtıcı amblem, flama ve benzerlerini kabul etmek.
- Diğer mahallî idarelerle birlik kurulmasına, kurulmuş birliklere katılmaya veya ayrılmaya karar vermek.
- Yurt içindeki ve Çevre ve Şehircilik Bakanlığının izniyle yurt dışındaki belediyeler ve mahallî idare birlikleriyle karşılıklı iş birliği yapılmasına; kardeş kent ilişkileri

kurulmasına, ekonomik ve sosyal ilişkileri geliştirmek amacıyla kültür, sanat ve spor gibi alanlarda faaliyet ve projeler gerçekleştirilmesine; bu çerçevede arsa, bina ve benzeri tesisleri yapma, yaptırma, kiralama veya tahsis etmeye karar vermek.

- Fahrî hemşehrilik payesi ve beratı vermek.
- Belediye başkanıyla encümen arasındaki anlaşmazlıkları karara bağlamak.
- Mücavir alanlara belediye hizmetlerinin götürülmesine karar vermek.
- İmar plânlarına uygun şekilde hazırlanmış belediye imar programlarını görüşerek kabul etmek.

MECLİS KARARLARI KAPSAMINDA SPOR VE REKREASYON

İzmir Büyükşehir Belediye Meclisinin 10.02.2025 tarihli 143 sayılı kararı ile, Fransa'nın Evian-Les-Bains kentinde düzenlenen EURO 2024 Ampute Futbol Şampiyonasında Avrupa Şampiyonu olan İzmir Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübü Ampute Futbol takımında kaleci olarak görev yapan ve Milli Takım kadrosunda yer alan lisanslı sporcu Erdi ARSLAN'a; Ayrıca 20-23 Kasım 2024 tarihleri arasında Ümitler Avrupa Taekwondo Şampiyonasında Avrupa 3'üncüsü olan İzmir Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübü sporcusu Eren ÖZDEMİR'e 1'er adet olmak üzere toplamda 2 adet Ata Altın karşılığı olan Türk Lirası'nın ödül olarak verilmesi kararlaştırılmıştır. (İzmir Büyükşehir Belediyesi, 2025a)

İzmir Büyükşehir Belediye Meclisinin 15.01.2025 tarihli 50 sayılı kararı ile, 5216 Sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanununun 7/m maddesi, 5393 sayılı Belediye Kanununun 14/b maddesinde belirtilen ve İdarenin görev alanına giren konularda; gençlik ve spor hizmetlerini yürütmek, halkı spor yapmaya teşvik etmek, spor aktivitelerinin geliştirip yaygınlaşmasını sağlamak, çocuk ve gençleri spor yapmaya özendirmek, spora küçük yaşlarda başlanmasını sağlamak, çeşitli branşlarda spor okulları açmak, lisanslı sporcular ve milli sporcular yetiştirmek, gençleri kötü alışkanlıklardan uzak tutmak amacıyla İzmir Büyükşehir Belediyesi Gençlik ve Spor Hizmetleri Dairesi Başkanlığı kullanımında olan spor tesisleri ve spor alanlarındaki spor kursları, kullanımları ve ayrıca saha kiralama 2025 Bütçe Yılı fiyat tarifesini kabul edilmiştir. (İzmir Büyükşehir Belediyesi, 2025b)

İzmir Büyükşehir Belediye Meclisinin 14.04.2025 tarihli ve 369 sayılı kararı ile ileri yaştaki vatandaşlarımızın sağlıklı ve aktif bir yaşam sürmelerine katkı sağlamak amacıyla, İzmir Büyükşehir Belediyesinin ilgili birimleri ve ileri yaş odaklı sivil toplum kuruluşlarıyla iş birliği içinde, İZDENİZ vapur seferlerinde haftada bir gün belirlenen saatlerde egzersiz etkinlikleri düzenlenmesi önerisi Meclis tarafından kabul edilmiştir. Bu uygulama sayesinde; (İzmir Büyükşehir Belediyesi, 2025c)

- İleri yaştaki vatandaşlarımızın fiziksel aktivitelerini artırarak sağlıklarını korumalarına,
- Sosyal hayata daha fazla katılmalarına,
- Deniz ulaşımını daha keyifli hale getirerek toplu taşımayı teşvik etmeye,
- Sağlıklı yaş alma bilincinin yaygınlaştırılmasına katkı sağlanacaktır.

İzmir Büyükşehir Belediye Meclisinin 14.04.2025 tarihli ve 369 sayılı kararı ile, Çeşme ilçesi, Alaçatı Mahallesinde kamuya terkli alanın Rekreasyon Alanı olarak belirlenmesine ilişkin hazırlanan, 1/5000 ölçekli Nazım İmar Planı Değişikliği ve Çeşme Belediye Meclisinin 05/09/2024 tarihli ve 11-134 sayılı Kararı ile uygun bulunan 1/1000 ölçekli Uygulama İmar Planı Değişikliği önerileri kabul edilmiştir. (İzmir Büyükşehir Belediyesi, 2025d)

İzmir Büyükşehir Belediye Meclisinin 14.03.2025 tarihli ve 282 sayılı kararı ile, İzmir ili, Konak ilçesi, Güney Mahallesi, 2601 ada, 143 parselde ‘Kemer Tam Olimpik Yüzme Havuzu’ binasının enerji ihtiyacını karşılamak için projenin yer aldığı parselde DTM tesis edilmesi işinin Dağıtım Şirketinin 01/06/2022 tarihli ve 01-0542777-02-02 sayılı bağlantı görüşü yazısına göre Başkanlığımız tarafından yapılmasına ilişkin Dağıtım Sistemi Bağlantı Anlaşması Eki Tesis Sözleşmesi imzalanması için Büyükşehir Belediye Başkanı Dr. Cemil TUGAY’a yetki verilmesi kabul edilmiştir. (İzmir Büyükşehir Belediyesi, 2025e)

İzmir Büyükşehir Belediye Meclisinin 10.03.2025 tarihli ve 229 sayılı kararı ile, Gençlik ve Spor Hizmetleri Dairesi Başkanlığı Spor Çalışmaları Şube Müdürlüğü tarafından yönetilen Sportif Yetenek Ölçümü ve Spora Yönlendirme Programı Kapsamında İzmir Ticaret Odası iş birliğinde 8-10 yaş arasındaki tüm çocuklara Sportif Yetenek Ölçümü yapılması ve 10-18 yaş arasındaki branşlaşmış sporculara Sportif Performans ölçümüne ilişkin testler ile eğitim ve yönlendirmeler yapılması amacıyla İzmir Ticaret Odası ile ortak İş Birliği Protokol’ü hazırlanmıştır. Bu kapsamda önerge ekinde sunulan İzmir Büyükşehir Belediyesi ile İzmir Ticaret Odası arasında iş birliği kurulması kararlaştırılmıştır. (İzmir Büyükşehir Belediyesi, 2025f)

Karaburun Belediye Meclisinin 07.02.2025 tarihli ve 105.04 sayılı kararı ile İzmir Büyükşehir Belediyesi'nin 09.01.2025 tarih 23890084 sayılı yazısı ile; Kösedere Mahallesi 174 ada 87 parselde halı saha ve spor tesisi yapılmasına ilişkin talebinin kabulü ve konu ile ilgili protokol yapma konusunda Karaburun Belediye Başkanına yetki verilmesi kararlaştırılmıştır. (Karaburun Belediyesi, 2025)

Selçuk Belediye Meclisinin 08.04.2025 tarihli ve 77 sayılı kararı ile Selçuk Belediyesi ile bir Satranç, Gençlik ve Spor Derneği arasında “Satranç Hayatın Kendisidir” adlı ortak hizmet projesinin uygulanması ve konu ile ilgili protokol yapma konusunda Selçuk Belediye Başkanına yetki verilmesi kararlaştırılmıştır. (Selçuk Belediyesi, 2025)

Çiğli Belediye Meclisinin 06.01.2025 tarihli ve 07 sayılı kararında 7405 sayılı Spor Kulüpleri ve Spor Federsasyonları Kanunun 58’inci maddesi doğrultusunda Çiğli Belediyespor Kulübü Derneğinin dernek statüsünün sona erdiği vurgulanarak kulübün adının Çiğli Belediyespor Spor Kulübü olarak tescil ettirilmesi ve belediye logosunun kullanımına izin verilmesine yönelik karar alınmıştır. (Çiğli Belediyesi, 2025)

Çiğli Belediye Meclisinin 05.01.2024 tarihli ve 09 sayılı kararında Belediye Meclisinin daha önceki bir kararı ile güncellenen Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürlüğü’nün Görev Yetki ve Sorumlulukları ile Çalışma Usul ve Esaslarına Dair Yönetmelik taslağının Sayıştayın

görüşlerine uygun olarak güncellenerek yeniden kabul edilmesine yönelik düzenlemeler bulunmaktadır. (Çiğli Belediyesi, 2024)

Bornova Belediye Meclisinin 03.03.2025 tarihli ve 72 sayılı kararında Belediye ile bir dama derneği işbirliğinde gerçekleştirilmesi düşünülen 4'üncü Uluslararası Bornova Belediyesi Dama Turnuvası'nda görev alacak hakemlere ve kazanan yarışmacılara belirli meblağların ödenmesine yönelik düzenlemeler kabul edilmiştir. (Bornova Belediyesi, 2025)

Urla Belediye Meclisinin 03.02.2025 tarihli ve 85 sayılı kararında İlçede bulunan dezavantajlı durumdaki çocuklar ve gençlere; eğitim, spor gibi sosyal ve kültürel alanlarda faaliyet düzenlemek ve istihdamın geliştirilmesi için, bir eğitim vakfı ile işbirliği protokolü imzalanması amacıyla, 5393 sayılı Belediye Kanunu'nun 38'inci maddesinin (g) bendi ile 75'inci maddesi gereğince Belediye Başkanına yetki verilmesine karar verilmiştir. (Urla Belediyesi, 2025)

Torbalı Belediye Meclisinin 03.01.2025 tarihli ve 1/5 sayılı kararında İlçede yaşayan vatandaşların faydalanabilmesi için spor, kültür, sanat, müzik, hobi ve el sanatları kursları, sınavlara hazırlık kursları, akademik kurslar, meslek edinme kursları ve rehabilitasyon kurslarının açılması ve başta usta öğreticilerin maaşları olmak üzere kurslarla ilgili giderlerin Belediye bütçesinden karşılanması kararlaştırılmıştır. (Torbalı Belediyesi, 2025)

SONUÇ

Başka ülkelerde de görüldüğü gibi Türkiye'de kamu hizmetleri merkezden yönetim ve yerinden yönetim ayrımına göre verilmektedir. Öte yandan, dünya üzerinde artan yerelleşme eğilimlerine paralel olarak yerel yönetimlerin önemi artmış ve mahalli müşterek nitelikli çok sayıda kamusal hizmet artık yerel yönetim mantığı ile sunulmaya başlanmıştır. Türkiye'de yerel yönetimlerin neler olduğu konusuna Anayasa ve diğer kanuni düzenlemelerle değinilmiş ve bunların il özel idareleri, belediyeler ve köyler olduğunun altı çizilmiştir.

Günümüzde Türkiye'de nüfusun büyük bir bölümünün kentlerde yaşaması sonucunda belediye örgütleri diğer yerel yönetim türlerinden daha kapsamlı bir hale dönüşmüştür. Belediyeler içerisinde yer alan belediye meclisleri ise ilgili kanunlarda belediyelerin karar organları olarak ele alınmıştır. Bu açıdan bakıldığında bu organların belediyeler için son derece önemli olduğu ve belediye yönetimleri açısından kritik bir pozisyona sahip olduğu belirtilebilir.

Belediyelerin ve belediye meclislerinin görevleri yine Belediye Kanun'unda sıralanmıştır. Çok sayıda yetki ile donatılan bu organizasyonların görevleri arasında park ve yeşil alanlarla ilgili konuların yanı sıra spor ile ilgili faaliyetler de bulunmaktadır. Çalışma kapsamında incelenen meclis kararlarına bakıldığında bunların genel anlamda başarılı sporcuların ödüllendirilmesi, sportif turnuvaların düzenlenmesi, spora yönelik işbirliği protokollerinin yapılması, spor kulüpleri ile ilgili bazı düzenlemelerin yapılması, imar planlarında spor tesislerine yönelik kullanımların belirlenmesi, spor okullarının ve spor tesislerinin açılması ve bunların kullanım ücretlerinin belirlenmesi, sporculara yönelik yetenek testlerinin yapılması ve belirli yaş

gruplarına yönelik spor etkinliklerinin düzenlenmesi gibi konulara odaklanıldığı gözlemlenmiştir.

KAYNAKLAR

Bornova Belediyesi (2025). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://bornova.bel.tr/meclis-gundem-ve-kararlari>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

Çiğli Belediyesi (2025). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.cigli.bel.tr/karar/2025-Yili-Meclis-Kararlari.html>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

Çiğli Belediyesi (2024). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.cigli.bel.tr/karar/2024-Yili-Meclis-Kararlari.html>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

İzmir Büyükşehir Belediyesi (2025a). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.izmir.bel.tr/tr/KararDetayi/34924>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

İzmir Büyükşehir Belediyesi (2025b). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.izmir.bel.tr/tr/KararDetayi/34861>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

İzmir Büyükşehir Belediyesi (2025c). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.izmir.bel.tr/tr/KararDetayi/35108>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

İzmir Büyükşehir Belediyesi (2025d). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.izmir.bel.tr/tr/KararDetayi/35076>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

İzmir Büyükşehir Belediyesi (2025e). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.izmir.bel.tr/tr/KararDetayi/35066>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

İzmir Büyükşehir Belediyesi (2025f). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.izmir.bel.tr/tr/KararDetayi/34973>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

Karaburun Belediyesi (2025). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: https://www.karaburun.bel.tr/files/07022025-meclis-kararlari-ozetipdf_17-02-2025_11-00-42.pdf], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

Selçuk Belediyesi (2025). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.selcuk.bel.tr/files/server/uploads/vkt7xs.pdf>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

T.C. Cumhurbaşkanlığı Mevzuat Bilgi Sistemi (1984). 2972 sayılı Mahalli İdareler ile Mahalle Muhtarlıkları ve İhtiyar Heyetleri Seçimi Hakkında Kanun. [Çevrim-içi: <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuatmetin/1.5.2972.pdf/>], Erişim Tarihi: 11 Haziran 2025

T.C. Cumhurbaşkanlığı Mevzuat Bilgi Sistemi (2005). 5393 sayılı Belediye Kanunu. [Çevrim-içi: <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=5393&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5/>], Erişim Tarihi: 11 Haziran 2025

T.C. Cumhurbaşkanlığı Mevzuat Bilgi Sistemi (1984). 5216 sayılı Büyükşehir Belediyesi Kanunu. [Çevrim-içi: <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=5216&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5/>], Erişim Tarihi: 11 Haziran 2025

Torbalı Belediyesi (2025). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: https://www.torbalı.bel.tr/assets/upload/meclis-kararlari-3-ocak-2025_4938-2751.pdf], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

Urla Belediyesi (2025). Meclis Kararı. [Çevrim-içi: <https://www.urla.bel.tr/Upload/meclis/files/3%20Şubat%202025%20MECLİS%20KARARLARI.pdf>], Erişim Tarihi: 02 Haziran 2025

YAPAY ZEKANIN GELİŞİMİYLE BAŞKALAŞIM GEÇİREN REKREASYON KAVRAMI

THE CONCEPT OF RECREATION IS TRANSFORMING WITH THE DEVELOPMENT OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE

Prof. Dr. Mustafa KIZILKOCA¹

¹Munzur Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3636-6971>

İbrahim KARATÜN²

¹Munzur Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-6053-1451>

Özet

Günümüzde teknolojik ilerlemeler, spor, rekreasyon gibi birçok alanda köklü değişimlere yol açmaktadır. Son yıllarda gerçekleştirilen başarılı projeler ve elde edilen gelişmeler, bu alanlara olan ilgiyi her geçen gün artırmaktadır. Özellikle Yapay Zekâ (YZ) teknolojileri, spor, rekreasyon ve eğitim alanlarını geleneksel yöntemleri önemli ölçüde dönüştürmekte ve yeni bir paradigma oluşturmaktadır (Çakır vd., 2023). Bu çalışma için bilimsel veri tabanlarında (Google Scholar, Ulusal Tez Merkezi) 1990-2024 yılları arasında yayınlanmış makaleler taranmıştır. “Dijital Rekreasyon, Sanal Rekreasyon, Yapay Zeka, Rekreasyon”, anahtar kelimesi kullanılarak arama yapılmıştır. G. Akademik üzerinden ulaşılan 19 makale, Ulusal Tez Merkezi üzerinden ulaşılan 1 Yüksek Lisans Tezi ele alınmış, bu çalışmalar randomize kontrollü denemeler ve derlemeler dahil olmak üzere çeşitli araştırma türlerinden seçilmiş ve sentezlenmiştir. Yapay zeka, rekreasyon alanında bireylerin boş zaman deneyimlerini dönüştüren güçlü bir araçtır. Kişiselleştirilmiş öneri sistemleri, bireylerin ihtiyaçlarına özel çözümler sunarken; sanal gerçeklik ve artırılmış gerçeklik teknolojileri, fiziksel sınırlamaları aşarak yeni deneyimler sağlamaktadır. Oyunlaştırma ise, rekreasyonel etkinlikleri daha eğlenceli ve motive edici hale getirmektedir. Ancak, bu teknolojinin getirdiği veri gizliliği, sosyal izolasyon ve erişim eşitsizliği gibi zorluklar, YZ’nin etik ve kapsayıcı bir şekilde kullanılmasını gerektirmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital Rekreasyon, Sanal Rekreasyon, Yapay Zeka, Rekreasyon

Abstract

Today, technological advances lead to radical changes in many fields such as sports and recreation. Successful projects and developments in recent years have increased the interest in these fields day by day. Especially Artificial Intelligence (AI) technologies significantly transform traditional methods in the fields of sports, recreation and education and create a new paradigm (Çakır et al., 2023). For this study, articles published between 1990-2024 were scanned in scientific databases (Google Scholar, National Thesis Center). The search was made using the keyword “Digital Recreation, Virtual Recreation, Artificial Intelligence, Recreation”. 19 articles accessed via G. Academic and 1 Master's Thesis accessed via the National Thesis Center were discussed, and these studies were selected and synthesized from various types of research, including randomized controlled trials and reviews. Artificial intelligence is a powerful tool that transforms individuals' leisure time experiences in the field of recreation. While personalized recommendation systems offer solutions specific to the needs of individuals; virtual reality and augmented reality technologies provide new experiences by overcoming physical limitations. Gamification makes recreational activities more fun and motivating. However, the challenges brought by this technology, such as data privacy, social isolation and inequality of access, require AI to be used ethically and inclusively.

Keywords: Digital Recreation, Virtual Recreation, Artificial Intelligence, Recreation

KOKULARIN PSİKOLOJİ ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ THE EFFECTS OF SCENTS ON PSYCHOLOGY

Assoc. Prof. Özgür EKEN
İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: 0000-0002-5488-3158

Dilara HAMARAT
İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD.
0009-0005-3826-3265

Özet

Koku duyusu, bireylerin psikolojik durumları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir ve bu çalışma, koku algısının psikolojik etkilerini kapsamlı bir şekilde incelemektedir. Literatür taraması yöntemiyle yapılan araştırmada, koku duyusunun ruh sağlığı üzerindeki etkilerine yönelik mevcut çalışmalar sistematik olarak değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, hoş kokuların stres düzeylerini azalttığı, ruh hâlini iyileştirdiği ve bireylerin duygusal tepkilerini olumlu yönde etkilediği yönündedir. Ayrıca, aromaterapi uygulamalarının psikolojik iyileşme sürecinde önemli bir rol oynadığı ve belirli uçucu yağların kaygı seviyelerini düşürmede etkili olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, koku duyusu, psikolojik sağlık üzerinde belirleyici bir etkiye sahiptir ve bireyler tarafından ruhsal iyilik hâlini desteklemek amacıyla kullanılmalıdır. Gelecek araştırmalarda koku terapisi ve aromaterapi alanında daha fazla çalışma yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Koku, Psikoloji

Abstract

The sense of smell significantly impacts individuals' psychological states, and this study aims to comprehensively examine the psychological effects of olfactory perception. Through a literature review methodology, current studies regarding the effects of olfaction on mental health have been systematically evaluated. The findings indicate that pleasant odors reduce stress levels, improve mood, and positively affect individuals' emotional responses. Additionally, the role of aromatherapy applications in the psychological healing process has been highlighted, with specific essential oils found effective in reducing anxiety levels. Consequently, the sense of smell plays a crucial role in psychological well-being and should be utilized by individuals to support their mental health. Future research is recommended to conduct further studies in the fields of olfactory therapy and aromatherapy.

Keywords: Smell, Psychology.

1. Giriş

Koku, bireylerin psikolojik sağlığı ve genel yaşam kalitesi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğu bilinen bir gerçektir. Günümüzde modern yaşam tarzı, koku duyusunun önemine dair farkındalığı azaltırken, psikolojik rahatsızlıklarla başa çıkma yolları konusunda yenilikçi ve alternatif yöntemler arayışı da artmaktadır. Koku duyusu, eski zamanlardan beri insanlar için güçlü bir duygusal bağ oluşturmuş, anılar ile olan ilişkisi sayesinde bireylerin ruh hali üzerinde derin izler bırakmıştır. Birçok araştırma, belirli kokuların stres seviyelerini düşürdüğünü,

kaygıyı azalttığını ve genel psikolojik iyilik hallerini iyileştirdiğini göstermektedir (Lis-Balchin, 1997; Lehrner, 2005).

Bu bağlamda, koku duyusunun psikolojik sağlık üzerindeki rolünün aydınlatılması, bireylerin ruh hallerini iyileştirmek ve zihinsel sağlık sorunlarına çözüm bulmak adına oldukça önemlidir. Özellikle aromaterapi gibi alternatif yaklaşım ve tedavi yöntemleri, bireylerin stres yönetiminde etkili olabilir. Ancak, bu yöntemlerin etkinliği konusunda bilimsel kanıtların yetersiz olduğu görülmektedir. Dolayısıyla, koku terapisinin ve uçucu yağların psikolojik etkilerini değerlendirmek amacıyla daha fazla çalışmaların yapılması gerekmektedir.

Çalışmamızın hipotezi, belirli kokulara maruz kalmanın bireylerin duygusal tepkilerini ve hafızalarını olumlu yönde etkileyebileceği yönündedir. Literatürde yer alan araştırmalar doğrultusunda, koku duyusu ile ilişkili duygusal tepkilerin ve bilişsel işlevlerin etkileşimini ortaya koymak için sistematik bir inceleme yapılması hedeflenmektedir. Bu çalışma, koku duyusunun psikolojik sağlık üzerindeki etkilerini inceleyerek, psikoloji alanında yeni tedavi yaklaşımlarına kapı aralamayı amaçlamaktadır.

1.1.Kokunun Psikoaktif Etkileri

Koku duyusunun, insanların psikolojik durumu üzerinde önemli psikoaktif etkileri bulunmaktadır. Yapılan araştırmalar, belirli kokuların bireylerin ruh hâlini, davranışlarını ve genel psikolojik sağlıklarını etkileyebildiğini göstermektedir. Stres yaratan kokular, psikolojik tepkilerin anlaşılması için sıklıkla kullanılan uyaranlardır ve bu kokuların etkileri, sinir sistemindeki değişikliklerle ilişkilidir (Demaël ve ark., 1984).

Belirli kokuların insanlar üzerinde güçlü duygusal yanıtlar yarattığı ve geçmiş anıları canlandırmada etkili olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, koku uyarıcılarının dikkat ve konsantrasyonu artırabileceğini ve bireylerin genel psikolojik durumlarına olumlu katkıda bulunabileceğini ortaya koymaktadır (Salihoğlu, 2014; Rahayel, 2012; Akpınar, 2005; Wolfe, 2001).

Özellikle aromaterapi ve benzeri koku terapisi yöntemleri, bireylerin stres düzeylerini azaltarak ruh hâlini iyileştirme potansiyeline sahiptir. Çeşitli araştırmalar, hoş kokuların anksiyete ve stres düzeylerinin azaltılmasında etkili olduğunu göstermektedir (Lehrner, 2005).

Bulgular ve Tartışma

Yapılan araştırmalar, koku duyusunun bireylerin psikolojik durumları üzerinde anlamlı değişiklikler yarattığını göstermektedir. Özellikle hoş kokuların, ruh hâlini iyileştirici etkileri olduğu ve bireylerin genel refahını artırdığı ifade edilmektedir. Örneğin, alternatif tedavi yöntemleriyle ilişkili olarak aromaterapinin, anksiyete ve stres düzeylerini düşüren olumlu sonuçlar elde ettiği bulunmuştur (Brauchli, 1995; Haze, 2002). Bu bulgular, koku terapisi uygulamalarının gerek psikolojik gerekse fizyolojik sağlık açısından değerini vurgulamaktadır.

Ancak, literatürdeki bulguların tutarsızlığına dikkat çekilmiştir. Kokuların etkileri üzerinde çeşitli faktörlerin rol oynadığı, bu durumun da bireyler arasındaki farklılıklarla ilişkili olduğu belirtilmektedir. Koku kombinasyonları ve kişisel tercihler, bireylerin kokuya karşı

verdikleri tepkileri etkileyen önemli bileşenlerdir. Bu nedenle, koku deneyimlerinin bireyler üzerindeki etkilerini değerlendiren çalışmaların daha sistematik bir yaklaşımla yürütülmesi önerilmektedir. Ayrıca, kokunun hafıza ve öğrenme üzerindeki olumlu etkileri, psikoterapi yöntemlerinin geliştirilmesinde potansiyel sunmaktadır (Akpınar, 2005).

Sonuç

Bu çalışmada, koku duyusunun bireylerin psikolojik durumu üzerindeki etkileri kapsamlı bir şekilde incelenmiştir. Elde edilen bulgular, koku algısının duygusal durumlar, bellek ve bilişsel işlevlerle olan ilişkisini gözler önüne sermektedir. Koku, bireylerin psikolojik sağlıkları üzerinde belirleyici bir rol oynamakta; hoş kokuların, duygusal tepkileri olumlu yönde etkileyerek ruh hâlini iyileştirici etkiler taşıdığı saptanmıştır. Yapılan araştırmalar, belirli kokulara maruz kalmanın, stres seviyelerini düşürdüğünü ve bireylerin genel iyilik halleri üzerinde kalıcı etkiler yarattığını göstermektedir (Lehrner, 2005; Brauchli, 1995; Haze, 2002).

Koku duyusunun psikolojik işlevleri ile ilişkili olarak, özellikle aromaterapi gibi alternatif tedavi yöntemlerinin potansiyeli dikkate alınmalıdır. Bağlantılı literatürde bazı uçucu yağların (örneğin lavanta ve portakal) anksiyete ve stres düzeylerini azalttığına dair bulgular bulunmaktadır. Bu durum, koku terapisinin ruhsal iyilik hâlini geliştirmek için etkili bir araç olabileceğini önermektedir. Koku terapisi, psikolojik tedavi süreçlerinde yenilikçi yaklaşımlar sunmakta ve bireylerin duygusal sağlıklarının desteklenmesine katkı sağlamaktadır.

Sonuç olarak, koku duyusunun psikolojik sağlık üzerindeki rolü, derinlemesine araştırmalarla daha da aydınlatılmalıdır. Bu araştırmaların, koku ile ilişkili duygusal tepkilerin anlaşılmasına, etkili tedavi yöntemlerinin geliştirilmesine ve psikoloji alanında yeni anlayışların ortaya çıkmasına olanak tanıdığı vurgulanmaktadır. Sonuç olarak, koku duyusunun bireylerin psikolojik durumlarına olan etkisinin daha fazla keşfedilmesi, bu alandaki bilimsel literatüre önemli katkılar sağlayacaktır.

Kaynakça

- Akpınar, B. (2005). Aromanın öğrenme sürecindeki rol ve etkileri: Kokusal öğrenme. *Eurasian Journal of Educational Research*, 20, 25-35.
- Brauchli, P., Ruegg, P. B., Etzweiler, F., & Zeier, H. (1995). Electrocortical and autonomic alteration by administration of a pleasant and unpleasant odor. *Chemical Senses*, 20(5), 505–515. <https://doi.org/10.1093/chemse/20.5.505>
- Haze, S., Sakai, K., & Gozu, Y. (2002). Effects of fragrance inhalation on sympathetic activity in normal adults. *Japanese Journal of Pharmacology*, 90(3), 247–253. <https://doi.org/10.1254/jjp.90.247>
- Lehrner, J., Marwinski, G., Lehr, S., Jöhren, P., & Deecke, L. (2005). Ambient odors of orange and lavender reduce anxiety and improve mood in a dental office. *Physiology & Behavior*, 86(1-2), 92–95. <https://doi.org/10.1016/j.physbeh.2005.01.004>
- Lis-Balchin, M. (1997). Essential oils and 'aromatherapy': Their modern role in healing. *Journal of the Royal Society of Health*, 117(5), 324–329. <https://doi.org/10.1177/146642409711700511>

- Salihoğlu, M., Kendirli, M. T., Altundağ, A., et al. (2014). The effect of obstructive sleep apnea on olfactory functions. *Laryngoscope*, 124(10), 2190–2194. <https://doi.org/10.1002/lary.24435>
- Varnet-Maury, E., Polak, E. H., & Demael, A. (1984). Structure–activity relationship of stress-inducing odorants in the rat. *Journal of Chemical Ecology*, 10(4), 1007–1018. <https://doi.org/10.1007/BF00985115>
- Wolfe, P. (2001). *Brain matters: Translation research into classroom practice*. Alexandria, VA: USA.

**YÜZME SPORUNA YÖNELİK YAPILAN
ARAŞTIRMALARDA KULLANILAN ÖLÇEKLERİN
İNCELENMESİ
EXAMINATION OF SCALES USED IN RESEARCH ON
SWIMMING SPORTS**

Dilara HAMARAT

İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve
Spor ABD

ORCID ID: 0009-0005-3826-3265-05013357530

Assoc. Prof. Özgür EKEN

İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: 0000-0002-5488-3158-05532132795

Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ

İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri,
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü
ORCID ID: 0000-0002-0930-7178-05444625577

Özet

Yüzme, su içinde hareket ederek gerçekleştirilen bir spor dalıdır ve fiziksel kondisyon, dayanıklılık ile teknik yetenekleri bir araya getirir. Bu çalışmanın amacı, 2010-2024 yılları arasında yüzme sporuyla ilgili yapılan araştırmalarda kullanılan ölçekleri literatür taraması yöntemiyle incelemektir. Yüzme alanında çeşitli psikolojik, fiziksel ve performans ölçümlerine yönelik geliştirilmiş ölçeklerin belirlenmesi hedeflenmektedir. Çalışma, nitel ve nicel veri kaynaklarından yararlanarak, mevcut literatürdeki ölçeklerin özelliklerini ve yapılarını analiz edecek; yazarlar, soru sayısı, alt boyutlar ve ölçekleme türleri gibi değişkenleri inceleyecektir. Bulgu kısmında, yüzme sporuna dair kullanılan ölçeklerin detaylı analiz tablosu sunulacaktır. Sonuç olarak, yüzme alanında yapılan araştırmaların kalitesini artırmak ve daha sistematik bir yaklaşım geliştirmek amacıyla, güncel ve kapsamlı bir literatür derlemesi yapılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yüzme, Ölçek, Yüzme Ölçeği

Abstract

Swimming is a sport that involves movement in water, integrating physical fitness, endurance, and technical skills. The aim of this study is to examine the scales used in research related to swimming conducted between 2010 and 2024 through a literature review. This study seeks to identify various scales developed for psychological, physical, and performance measurements in the field of swimming. By utilizing both qualitative and quantitative data sources, the study will analyze the characteristics and structures of scales in the existing literature, examining variables such as authors, number of questions, sub-dimensions, and scaling types. The findings section will present a detailed analysis table of the scales used in swimming. Ultimately, it is recommended to conduct a current and comprehensive literature review to enhance the quality of research in the field of swimming and develop a more systematic approach.

Keywords: Swimming, Scale, Swimming Scale

Giriş

Yüzme, suyun yüzeyinde kol ve bacakların koordineli veya bağımsız kullanımıyla kaldırma kuvvetini korumak için yatay düzlemde hareketin gerçekleştirilmesidir. Bu bağlamda yüzme, nefes almayı zorlaştıran su basıncına maruz kalma, hareketi kısıtlayan sürtünmeyi dengeleme veya en aza indirme zorunluluğu ve su ortamındayken enerji harcaması gibi çeşitli faktörler nedeniyle diğer spor dallarından ayrılır (Batu & Aydın, 2020).

Gönül ve ark., (2016), Yüzmenin fiziksel, ruhsal ve kültürel gelişimi desteklemesinin yanı sıra psikolojik iyilik hali, sosyalleşme, sağlıklı yaşam biçimi ve boş zamanların etkin değerlendirilmesi gibi olumlu etkileriyle bireylerde egzersiz katılım alışkanlığının oluşmasına katkı sağladığını belirtti.

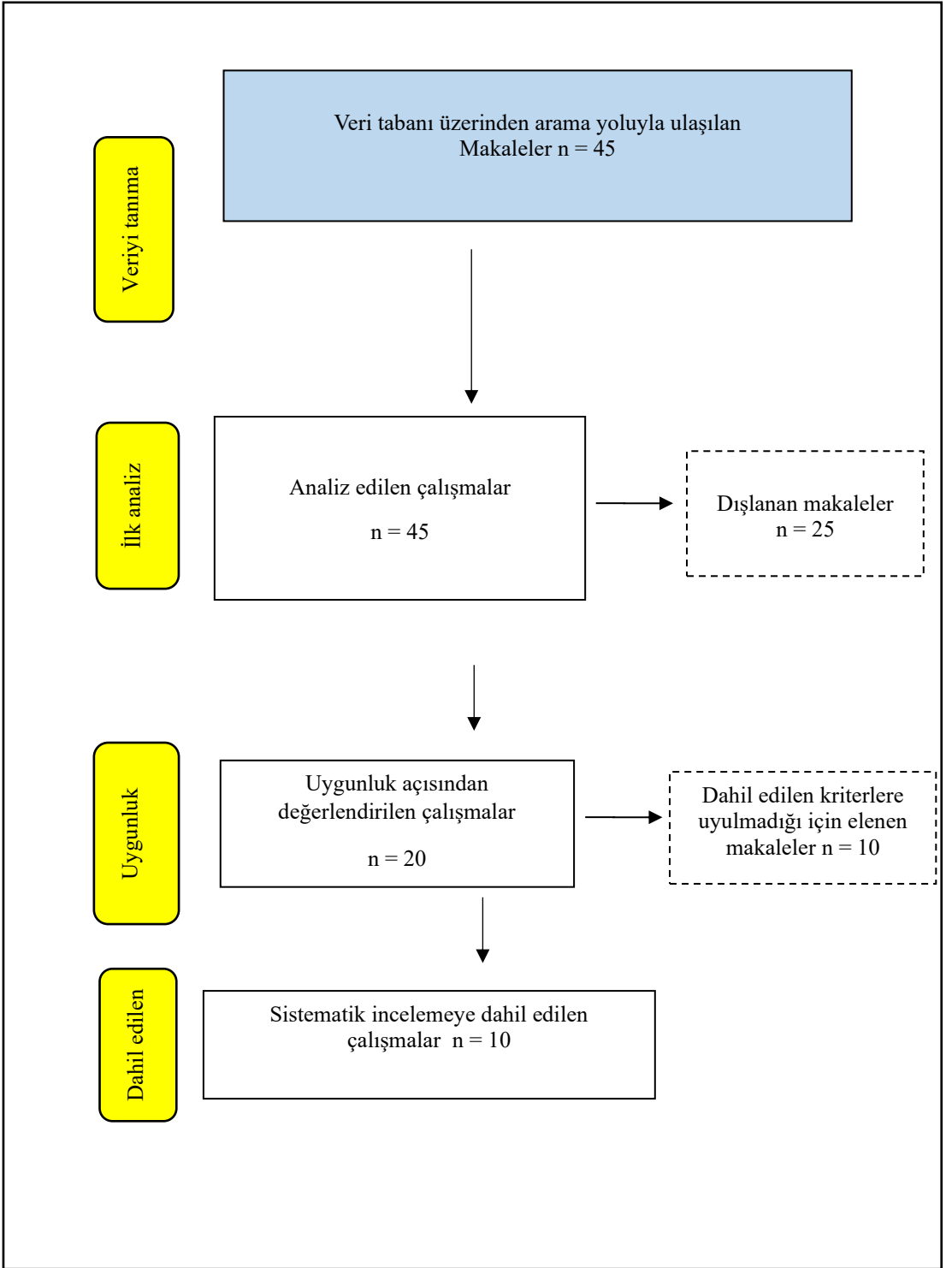
Yüzme sporu, bireylerin fiziksel kondisyon, dayanıklılık ve teknik becerilerini geliştirmelerine olanak tanıyan kapsamlı bir spor dalıdır. Bu çalışma, (2010-2024) yılları arasında yüzme alanında gerçekleştirilen araştırmalarda kullanılan ölçekleri incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın hipotezi, yüzme ile ilgili ölçümlerin psikolojik, fiziksel ve performans boyutlarını kapsayan çeşitli ölçeklerin mevcut literatürde yer aldığı ve bu ölçeklerin araştırma kalitesini artırmada önemli bir rol oynadığı yönündedir.

Bu doğrultuda, çalışma sistematik bir literatür taraması yöntemiyle gerçekleştirilmiştir. Bulgular, yüzme araştırmalarında kullanılan çeşitli ölçeklerin özelliklerini belirlemekte ve bu ölçeklerin yapısının detaylarıyla ortaya konmasını sağlamaktadır. Elde edilen sonuçlar, yüzme sporuna dair araştırmaların kalitesinin artırılması ve daha sistematik bir yaklaşım geliştirilmesi yönünde öneriler sunmaktadır. Sonuç olarak, bu çalışma, yüzme alanında yapılan araştırmaların metodolojik temelini güçlendirerek, alana katkı sağlamayı hedeflemektedir.

Yöntem

Bu çalışma, sistematik derleme yöntemi kullanılarak gerçekleştirilmiş olup, (2010-2024) yılları arasında yayımlanmış yüksek lisans tezleri, doktora tezleri ve makaleleri kapsamaktadır. Belirlenen anahtar kelimeler doğrultusunda Google Akademik, Ulusal Tez Merkezi, TOAD ve DergiPark veri tabanlarında kapsamlı bir literatür taraması yapılmıştır. Elde edilen çalışmalar, yazar ve yıl bilgisi, araştırmanın amacı, örneklem grubu, veri toplama araçları ve sonuç bölümlerinden oluşan alt boyutları dikkate

alınarak sistematik bir tablo içerisinde detaylı analiz edilmiştir. Bu süreç, PRISMA akış şeması doğrultusunda yapılandırılmıştır(şekil 1).



Şekil 1. Makale seçim sürecinin PRISMA akış şeması

Bulgular

Tablo 1: Yıllara göre yayın sayısı

Yayın yılı	Yayın sayısı
2010-2014	2
2015-2019	2
2020-2024	5

Tablo 2: Dahil edilen çalışmaların yayın türü

Yayın türü	Yayın sayısı
Yüksek Lisans tezi	2
Makale	8

Tablo 2’de yüzme alanında yapılan araştırmaların yayın türü en fazla sırasıyla Makale (n=8), Yüksek Lisans tezi (n=2) olduğu görülmektedir.

Tablo 3: Örneklem veya araştırma grubuna dahil edilen katılımcı sayısı

Katılımcılar	Katılımcı sayısı
50-100 katılımcı	2
101-150 katılımcı	5
151-200 katılımcı	1
201-250 katılımcı	1
251 ve üstü katılımcı	1

Tablo 3’te yüzme ile ilgili yapılan araştırmalarda örneklem sayıları görülmektedir. Bu bağlamda araştırmalarda en fazla tercih edilen örneklem sayısının n=150 olduğu görülmektedir.

Tablo 4: Veri toplama aracı

Veri toplama aracı	Yayınlarda Uygulanma sayısı
Spora Bağlılık Ölçeği (Caz ve ark., 2020)	35
Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği (Demir ve ark., 2018)	40
Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği (Arıkan ve İnce, 2023)	1
Yüzme Korkusuna Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması (Bolat ve Atasoy, 2024)	1
Sürekli Umut Ölçeği (Özbakır ve Ekşi, 2024)	52
Yüzme Branşına Yönelme Nedenleri ve Beklentileri Ölçeği (Sunay ve Saracaloğlu, 2003)	3
Antrenör İletişim Beceri Ölçeği (Yılmaz, 2008)	4

Sürekli Kaygı Ölçeği (Varol, 2014)	6
Çocuklar İçin Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (Gökdemir ve Ekşi, 2023)	1

Tablo 4’ da veri toplama araç sayıları verilmiştir. Araştırmalarda en çok kullanılan veri toplama aracının başında araştırmacılar tarafından ilgili çalışmaya özgü hazırlanmış “Sürekli Umut Ölçeği” (n=52) gelmektedir.

Tablo 5: Yüzme Sporü ile İlgili Yapılmış Çalışmaların Analizi

Yazar/yıl	Araştırmanın amacı	Örneklem/katılımcı grubu	Veri toplama aracı	Sonuç
Özlem EKİZOĞLU (2023)	Açık su yüzme sporcularının spor bağımlılıklarının ve yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre farklılaşma durumunu ortaya koyarak spor bağımlılığının yaşam doyumuna etkisini incelemek	Alanya ilinde gerçekleşen “Oceanman” ve Muğla ilinde gerçekleşen “Datça Masters” açık su yüzme yarışında, yarışmacı olan 86 erkek ve 56 kadın olmak üzere toplam 142 kişi	Spora Bağımlılık Envanteri	Spor yapma sıklığı arttıkça spor bağımlılığının ve yaşam doyumunun azaldığı ancak yarışmalara katıldıkça spora bağımlılığın arttığı sonucuna ulaşılmıştır.
Batuhan BATU Ali Dursun AYDIN (2020)	Yüzme sporcularının egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi	Türkiye Yüzme Federasyonu’nda aktif durumda olan 82 kadın, 55 erkek, toplamda 137 elit sporcu	Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği	Araştırmada elit yüzme sporcularının egzersiz bağımlılığı düzeylerinin bağımlı grupta yer aldığı sonucuna varılmıştır.
Gökhan ARIKAN , Uğur İNCE(2023)	Yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılarak Türk dili ve kültürüne uyarlanması	Harran Üniversitesinde ön lisans ve lisans düzeyinde öğrenim gören 411 üniversite öğrencisi	Yüzme Becerileri Öz Değerlendirme Ölçeği	Bu durumda güvenilirliğin yüksek olduğunu söylemek mümkündür. Son olarak da doğrulayıcı faktör analizi yapılmıştır. Faktör analizinde ölçek tek boyut ve 12 maddeden oluşan yapısını korumuştur. Ölkekten alınan yüksek puanlar bireyin yüzme becerilerinin gelişmiş olduğunu, düşük puanlar ise yüzme becerilerinin zayıf olduğu anlamına gelmektedir.
Kamil BOLAT Murat ATASOY (2024)	Bireylerin yüzme korkusunu tespit etmeye yönelik ölçek geliştirme	Kırşehir Yüzme Havuzunda eğitim gören yüzme korkusuna sahip 225 kişi	Yüzme Korkusuna Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması	Yüzme korkusunun belirlenmesine yönelik alanyazına katkı sağlayacak geçerli ve güvenilir bir ölçek elde edilmiştir.

Adıgüzel GÜLLÜKOPAR (2024)	Yüzme yapan bireylerin yüzme sporunu tercih etme nedenleri, ileriye dönük beklentileri ve umutlarının incelenmesi	Malatya ilinden 10-13 yaş arasında 200 kadın ve erkek yüzme sporcusu	Sürekli Umut Ölçeği	Yaptığımız bu çalışma sonucunda kardeş sayısı olmayan bireylerin kardeşleri olanlara göre yüzme sporuna başlama nedenleri arasında olumlu ilişki olduğu bulunmuştur. Yüzücülerin umutları cinsiyet, maddi gelir düzeyi ve kardeş sayısına göre değişkenlerle incelenmiş olumlu ya da olumsuz herhangi bir sonuç bulunmamıştır.
Murat KAYA(2014)	Performans sporu yapan yüzme sporcularının yüzmeye başlama nedenleri ve beklentilerinin cinsiyet ve eğitim değişkenleri arasında farklılıkların olup olmadığını araştırmak	2013 yılında Ankara'da ulusal yarışlara katılan 14-16 yaş kategorisinde sporcusu olan 4 kulüpten kadın ve erkek olarak rastgele seçilen 97 yüzme sporcusu oluşturmaktadır.	Yüzme Sporcularının Yüzmeye Başlama Nedenleri Ve Beklentilerini Ölçme Ölçeği	Cinsiyetlere göre yüzme sporuna başlama nedenleri, yüzme sporu ile profesyonel olarak uğraşma sorularına verilen bazı cevaplar arasında anlamlı fark bulunmuştur.
Hayati ARSLAN Serhat ERAİL (2023)	Yüzücülerin yüzmeye başlama nedenleri ve bu spordan beklentilerini incelemek	Kayseri'de bulunan 3 spor kulübünden 12-16 yaş kategorisinde yarışan rastgele örnekleme yöntemiyle seçilmiş 105 lisanslı yüzücü	Yüzme Branşına Yönelme Nedenleri ve Beklentileri	Profesyonel düzeyde yüzme branşı ile uğraşma nedeni olarak yüzme branşını sevmek, sağlık ve başarılı olma gibi sebepler tespit edilmiştir. Katılımcıların yüzme branşından beklentileri ise millî takım sporcusu olma, fiziksel görünüm, popülerite ve kariyer odaklı, genel olarak kişisel memnuniyet ve başarıya odaklı olduğu saptanmıştır. Yüzme branşı ile uğraşan çocukların yaş ve cinsiyetten bağımsız olarak yüzmeye başlamada anne baba ve kardeşlerinden önemli ölçüde etkilendikleri sonucuna ulaşılmıştır.
DUYGU KARADAĞ (2013)	Yüzme antrenörlerinin liderlik özelliği olan iletişim becerilerinin yüzücülerin motivasyonları üzerindeki etkisinin incelenmesi	Galatasaray, Fenerbahçe ve Enka spor kulüplerinde aktif olarak yüzen 97 sporcu gönüllü olarak katılmıştır.	Antrenör İletişim Beceri Ölçeği	Antrenörlerin iletişim becerilerinin antrenörlük sürecinde yer alan bütün faktörleri etkilediği saptanmıştır. Antrenörlerin iletişim becerilerinin sporcu algıları çerçevesinde motivasyonları üzerindeki etkisinin önemli olduğu görülmüştür.

Hatice KAPLAN Aydm ŞENTÜRK (2019)	Yüzme Türkiye Şampiyonasına katılan bedensel engelli sporcuların kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından araştırılması	Aksaray'da düzenlenmiş olan Bedensel Engelliler Yüzme Türkiye Şampiyonası'na katılan sporcular arasında uygun örnekleme yöntemi ile belirlenmiş 127 bedensel engelli sporcu	Sürekli Kaygı Ölçeği	Katılımcıların cinsiyetleri, yaşları, gelir durumları, spor yaşları ve eğitim durumları açısından durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde herhangi istatistikî bir fark elde edilememiştir.
Ecin ERSÖZ Aydm İLHAN (2019)	Yüzme sporcularının benlik saygısı puanlarının karşılaştırılması	Pamukkale Üniversitesi Yüzme Kulübündeki yüzme ve tenis sporu yapan 12-16 yaş arasındaki 120 sporcu	Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği	Pamukkale üniversitesi yüzme kulübündeki tenis ile yüzme kadın sporcularının benlik saygısı puanları bakımından anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Pamukkale üniversitesi yüzme kulübündeki tenis ile yüzme erkek sporcularının benlik saygısı puanları bakımından anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir. Buna göre erkek tenis sporcularının benlik saygıları, erkek yüzme sporcularının benlik saygılarına göre daha yüksektir.

Tablo 5’te yer alan veriler doğrultusunda yüzme sporuna dair yapılan çalışmalarda çeşitli ölçeklerin kullanımına ilişkin detaylar sunulmuştur. Örneklem gruplarının incelenmesi neticesinde, yüzme ile ilgili çalışmaların katılımcı gruplarının büyük bir kısmının 101-150 katılımcıdan oluştuğu ortaya çıkmıştır (n=5), ardından 50-100 katılımcı (n=2), 201-250 katılımcı (n=1) ve 251 ve üstü katılımcı (n=1) ile devam etmektedir.

Başka bir önemli bulgu, veri toplama araçlarının çeşitliliğidir. Yüzme alanında en çok kullanılan veri toplama aracı, “Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği” (Demir ve ark., 2018) olup, bu ölçek araştırmalarda toplamda 4 kez uygulanmıştır. Ayrıca, “Sürekli Kaygı Ölçeği” (Varol, 2014) ve “Spora Bağlılık Ölçeği” (Caz ve ark., 2020) gibi diğer ölçeklerin de sırasıyla 3’er kez kullanıldığı görülmektedir.

Araştırmaların genel olarak 2010-2024 yılları arasında yayımlanan yüksek lisans tezleri, doktora tezleri ve makalelere dayandığı dikkate alındığında, yüzme sporuna ilişkin ölçeklerin gelişim sürecine dair önemli veriler elde edilmiştir. Literatür taraması sonucunda, yüzme üzerine toplamda 10 çalışma sistematik incelemeye dahil edilmiştir, bu da alanın kapsamını ve derinliğini artıran bir faktör olarak değerlendirilmektedir.

Katılımcı gruplarının demografik özelliklerine dair bulgulara gelindiğinde, öğretmenlerin davranış biçimlerinin cinsiyet (Korkankorkmaz, 2006; Güven, 2004), yaş ve eğitim durumları gibi faktörlerden etkilenmediği araştırmalarla ortaya konulmuştur. Ancak, bazı çalışmalarda öğretmen davranış biçimlerinin cinsiyet faktöründen etkilendiği de tespit edilmiştir (Korkankorkmaz, 2006; Güven, 2004).

Sonuç ve Öneriler

Bu çalışma, yüzme sporuna yönelik yapılan araştırmalarda kullanılan ölçeklerin incelenmesini hedeflemiş ve mevcut literatürdeki ölçeklerin özelliklerini, yapılarını ve uygulamalarını sistematik bir biçimde analiz etmiştir. Elde edilen bulgular, yüzme sporunun psikolojik, fiziksel ve performans bileşenlerini ölçen farklı ölçeklerin varlığını ortaya koymuş, literatürdeki bu çeşitliliğin, sporcuların ve araştırmacıların ihtiyaçlarına yanıt verecek şekilde geliştirildiğini göstermiştir.

Analiz sonucunda, yüzme alanındaki araştırmalarda en çok kullanılan veri toplama araçlarının “Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği”, “Sürekli Kaygı Ölçeği” ve “Spora Bağlılık Ölçeği” olduğu belirlenmiştir. Bu durum, yüzme sporunun psikolojik etkileri üzerine yapılan araştırmalara olan ilginin artığını ve bu alanda ölçme araçlarının standardizasyonunu gözetmenin önemini vurgulamaktadır. Ayrıca, (2010-2024) yılları arasındaki süreçte yayımlanan çalışmalar arasında belirgin bir artış gözlemlenmesi, yüz yüze yapılan incelemelerin bu alanda derinleştiğini göstermektedir.

Çalışmanın öneriler kısmında, aşağıdaki hususların dikkate alınması gerektiği vurgulanmaktadır:

1. **Standartlaşma:** Yüzme alanında kullanılan ölçeklerin standartlaşma ve güvenilirliğinin artırılması amacıyla daha fazla çapraz kültürel araştırma yapılması gerekmektedir. Bu, ölçeklerin daha geniş bir demografik gruba uyarlanabilirliğini sağlayacaktır.
2. **Uzman Görüşlerine Başvurma:** Ölçeklerin geliştirilmesinde ve uygulama süreçlerinde yüzme alanında uzmanlaşmış eğitmenler, psikologlar ve spor bilimcilerinin görüşlerine başvurulması, ölçeklerin geçerliliğini artıracaktır.
3. **Eğitim Programlarının Geliştirilmesi:** Yüzme eğitimi veren kurumlarda kullanılabilecek spesifik eğitim programlarının geliştirilmesi, sporcuların psikolojik ve fiziksel durumlarının iyileştirilmesine yardımcı olacaktır. Ayrıca su korkusuna yönelik çalışmanın da yapılması gerektiğini düşünüyorum.
4. **Gelecekteki Araştırmalar:** İlgi alanlarının genişletilmesi hedeflenerek, yüzme sporunun yanı sıra diğer su sporlarına yönelik ölçeklerin de incelenmesiyle, bu alandaki bilgi birikiminin artırılması önem arz etmektedir.

Sonuç olarak, bu çalışmanın bulguları, yüzme sporuna dair yapılan araştırmaların kalitesini ve sistematikliğini arttırmak için önemli bir temel oluşturmaktadır. Literatürdeki ölçeklerin detaylı analizi, spor camiası için bilgi sağlarken, gelecekteki araştırmalara da ışık tutacaktır.

KAYNAKÇA

- Arikan, G., & Ince, U. (2023). Yüzme becerileri öz değerlendirme ölçeğinin Türk dili ve kültürüne uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of ROL Sport Sciences*, 4(2), 644-656.
- Arslan, H., & Erail, S. (2023). Yüzücülerin yüzme sporuna başlama nedenleri ve bu spordan beklentilerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi Spor Sağlık ve Efor Dergisi (BESSED)*, 2(3), 218-226.
- Batu, B., & Aydın, A. D. (2020). Elit yüzme sporcularının egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(4), 399-412.
- Bolat, K., & Atasoy, M. (2024). Yüzme korkusuna yönelik ölçek geliştirme çalışması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1), 91-105.
- Demir, G. T., Hazar, Z., & Cicioğlu, H. İ. (2018). Egzersiz bağımlılığı ölçeği (EBÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kastamonu Eğitim Journal*, 26(3), 865-874.
- Derman Özbakır, N., & Ekşi, H. (2024). Sürekli umut duygusu ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarının yapılması. In A. Uslu (Ed.), 2. Bilsel Uluslararası Aspendos Bilimsel Araştırmalar Kongresi Kongre Kitabı (pp. 601-613). Astana Yayınevi.
- Ekizoğlu, Ö. (2023). Açık su yüzme sporcularının spora bağlılıklarının yaşam doyumuna etkisi. *Spor Eğitim Dergisi*, 7(1), 68-76.
- Ersöz, E., & İlhan, A. (2019). Tenis ve yüzme sporcularının benlik saygılarının karşılaştırılması. *Onur Kurulu*, 1002.
- Gonul, T. D., Aynur, Y., Oguz, K. E., & 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.
- Gökdemir, M. E., & Ekşi, H. (2023). Çocuklar için Rosenberg benlik saygısı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. In T. Erdoğan & Ş. Karabatak (Eds.), 11. Türkiye Lisansüstü Çalışmalar Kongresi Bildiriler Kitabı – I (pp. 267-280). İlem.
- Hür, G. (2021). PRISMA kontrol listesi 2020 güncellemesi. *Online Turkish Journal of Health Sciences*, 6(4), 603-605.

- Karadağ, D. (2013). Yüzme antrenörlerinin bir liderlik özelliği olan iletişim becerilerinin yüzücülerin motivasyonları üzerindeki etkisi (Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Türkiye).
- Kaya, M., & Kaya, O. (2023). Performans sporu yapan yüzme sporcularının yüzmeye başlama nedenleri ve beklentilerinin belirlenmesi. *Social Sciences Studies Journal (SSSJJournal)*, 9(111), 6812-6816.
- Kayhan, R. F., Bardakçı, S., & Caz, Ç. (2020). Spora bağlılık ölçeğini Türkçe'ye uyarlama çalışması. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(3), 2905-2922.
- Sunay, H., & Saracaloğlu, A. (2003). Türk sporcusunun spordan beklentileri ile spora yönelten unsurlar. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 43-48.
https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000011
- Varol, Y. K. (2014). Beden eğitimi sürekli kaygı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *International Journal of Human Sciences*, 11(1), 221-235.
- Yılmaz, İ. (2008). Sporcu algıları çerçevesinde farklı spor branşlarındaki antrenörlerin liderlik davranış analizleri ve iletişim beceri düzeyleri (Doktora tezi, Gazi Üniversitesi, Türkiye).

KADINLAR İÇİN GELİŞTİRİLMİŞ ÖLÇEKLER: SİSTEMATİK BİR DERLEME (2004-2023 YILLARI ARASI)

Yeşim BAŞCI

İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ABD
ORCID ID: 0009-0004-0717-5070

Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: 0000-0002-0930-7178

Assoc. Prof. Nurkan YILMAZ

İnönü Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: 0000-0002-8845-7093

ÖZET

Bu çalışma, 2004–2023 yılları arasında Türkiye’de kadınlara yönelik geliştirilen ve çeşitli sosyo-psikolojik temaları ele alan ölçme araçlarını sistematik bir biçimde incelemeyi amaçlamaktadır. Toplumsal cinsiyet rolleri, fiziksel aktiviteye katılım, kariyer engelleri, yaşlanma anksiyetesi ve psikolojik güç gibi başlıklarda geliştirilen toplam 15 ölçek, Google Akademik ve TOAD veri tabanları kullanılarak belirlenen “Kadın”, “Bariyer” ve “Ölçek” anahtar kelimeleri ile yapılan tarama sonucunda elde edilmiştir. Araştırma kapsamına alınan çalışmaların seçiminde PRISMA akış şeması doğrultusunda içerik uygunluğu gözetilmiştir. Çalışma bulguları, kadınların yaşamsal deneyimlerini ve karşılaştıkları engelleri ölçmeyi amaçlayan bu ölçeklerin, bilimsel geçerlik ve güvenilirlik açısından önemli birer araç olduğunu ortaya koymaktadır. Ölçeklerin çoğunluğu 5’li Likert tipi ölçekleme sistemine sahip olup, farklı yaş gruplarından ve sosyo-demografik profillerden kadınları hedeflemektedir. Bu bağlamda geliştirilen ölçme araçları, kadınların fiziksel, duygusal ve toplumsal yaşantılarına dair nitelikli veriler sunmakta ve hem bireysel hem de kamusal düzeyde çözüm önerileri geliştirilmesine katkı sağlamaktadır. Sonuç olarak, kadınlara özgü geliştirilen bu ölçme araçları, toplumsal cinsiyet temelli eşitsizliklerin görünür kılınmasına ve müdahale stratejilerinin bilimsel temellere dayandırılmasına imkân sunmaktadır. Çalışma, gelecekte bu alanda yapılacak araştırmalar için kuramsal ve uygulamalı bir zemin oluşturmayı hedeflemektedir.

Anahtar Kelimeler: Kadın, Ölçek , Toplumsal Cinsiyet, Fiziksel Aktivite, Kariyer Bariyerleri, Sistemantik Derleme

ABSTRACT

This study aims to systematically examine measurement tools developed for women in Turkey between 2004 and 2023 and addressing various socio-psychological themes. A total of 15 scales developed under the titles of gender roles, participation in physical activity, career barriers, aging anxiety and psychological strength were obtained as a result of the search conducted with the keywords “Woman”, “Barrier” and “Scale” determined using Google

Scholar and TOAD databases. Content suitability was taken into consideration in the selection of studies included in the research in line with the PRISMA flow chart. The study findings reveal that these scales, which aim to measure women's life experiences and the barriers they face, are important tools in terms of scientific validity and reliability. The majority of the scales have a 5-point Likert-type scaling system and target women from different age groups and socio-demographic profiles. In this context, the measurement tools developed provide qualified data on women's physical, emotional and social lives and contribute to the development of solution proposals at both individual and public levels. As a result, these measurement tools developed specifically for women provide the opportunity to make gender-based inequalities visible and to base intervention strategies on scientific foundations. The study aims to create a theoretical and practical basis for future research in this field.

Keywords: Women, Scale, Gender, Physical Activity, Career Barriers, Systematic Review

GİRİŞ

Kadınların toplumsal yaşamda ve profesyonel hayatta üstlendikleri roller, zamanla değişen ve evrilen sosyal, kültürel ve ekonomik faktörlerle şekillenmiştir. Toplumlar, kadına atfedilen roller aracılığıyla, kadınları belirli kalıplara yerleştirerek onların toplumsal alandaki yerini biçimlendirmiştir. Bu roller, genellikle kadınların aile içindeki sorumlulukları ile ilişkili olmakla birlikte, kadının toplumsal kimliğini de önemli ölçüde etkilemiştir. Özellikle kadınların çalışma yaşamındaki yerini belirleyen faktörler arasında, toplumsal cinsiyet algıları, kültürel normlar ve bireysel tercihler gibi çok sayıda değişken bulunmaktadır (Gallos, 1989; Fidan & Saç, 2005). Ancak, kadınların yaşamını şekillendiren bu dinamikler yalnızca kişisel düzeyde kalmayıp, aynı zamanda kadınların toplumsal yapılarla kurduğu ilişkilerde de belirgin izler bırakmaktadır.

Kadınların kariyerleri, erkeklerin kariyerlerinden belirgin farklılıklar göstermektedir. Kadınlar, genellikle yaşamlarının belli dönemlerinde evlilik, annelik gibi sorumluluklar nedeniyle kariyerlerine ara vermek zorunda kalmaktadır. Bu "bölünmüş" kariyer yapısı, kadınların profesyonel gelişimlerinde engeller oluşturmakta, toplumsal algıların etkisiyle onların iş gücündeki temsili sınırlı kalmaktadır (Buzzanell et al., 2005). Ayrıca, kadınların sıklıkla ev içi bakım sorumluluklarını üstlenmeleri, yaşlı aile bireylerinin bakımını gerçekleştirmeleri gibi toplumsal beklentiler de kadınların kariyer yolculuklarını engellemektedir (Gross, 2005). Tüm bu faktörler, kadınların toplumsal yaşamda geçirdikleri dönüşümün ve karşılaştıkları zorlukların önemli göstergeleridir.

Kadınların toplumsal rollerinin ve yaşam deneyimlerinin daha iyi anlaşılabilmesi için bu alanlarda geliştirilmiş ölçüm araçlarının incelenmesi gerekmektedir. Kadınlara yönelik geliştirilmiş ölçekler, onların toplumsal cinsiyetle ilgili algılarını, duygusal deneyimlerini, iş gücündeki temsillerini ve aile içindeki rollerini detaylı bir şekilde ortaya koymaktadır. Bu ölçekler, kadınların yaşam kaliteleri, iş yaşamındaki karşılaştıkları engeller ve toplumsal cinsiyetle ilgili diğer dinamiklerin ölçülmesine olanak tanımaktadır (Pringle & Mallon, 2003). Toplumsal cinsiyet algıları, kadınların sadece bireysel yaşamları üzerinde değil, aynı zamanda

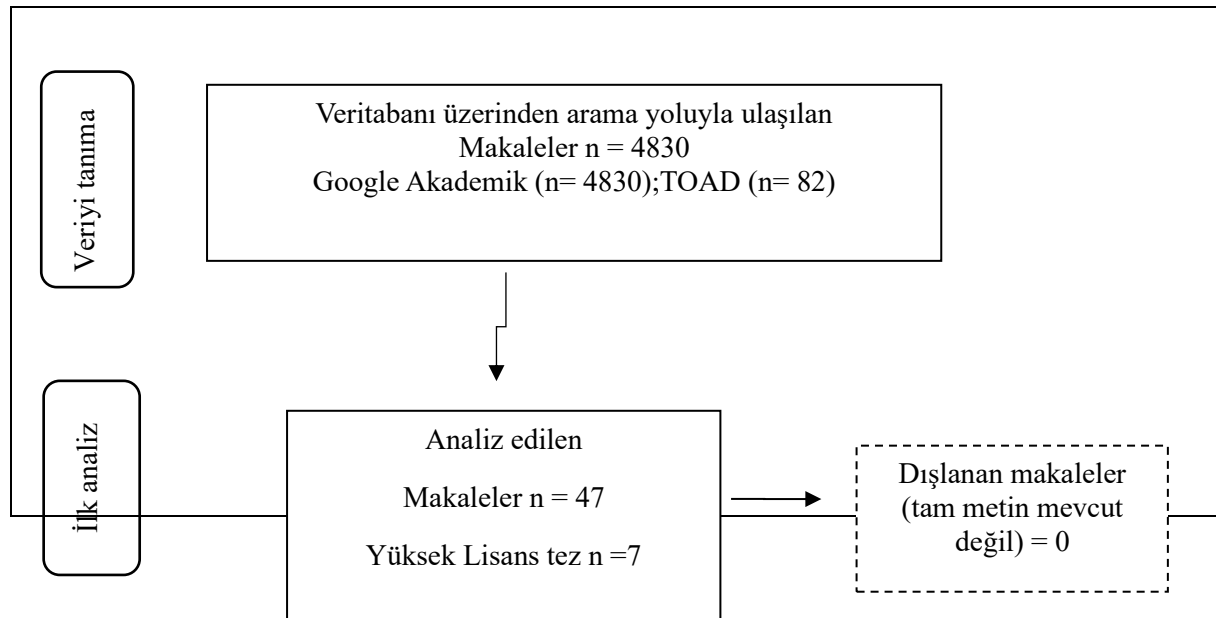
toplumun genel yapısında da derin etkiler yaratmaktadır. Dolayısıyla, bu alanda yapılan ölçekli çalışmalar, kadınların sosyal yapı içindeki yerine dair önemli bilgiler sunmaktadır.

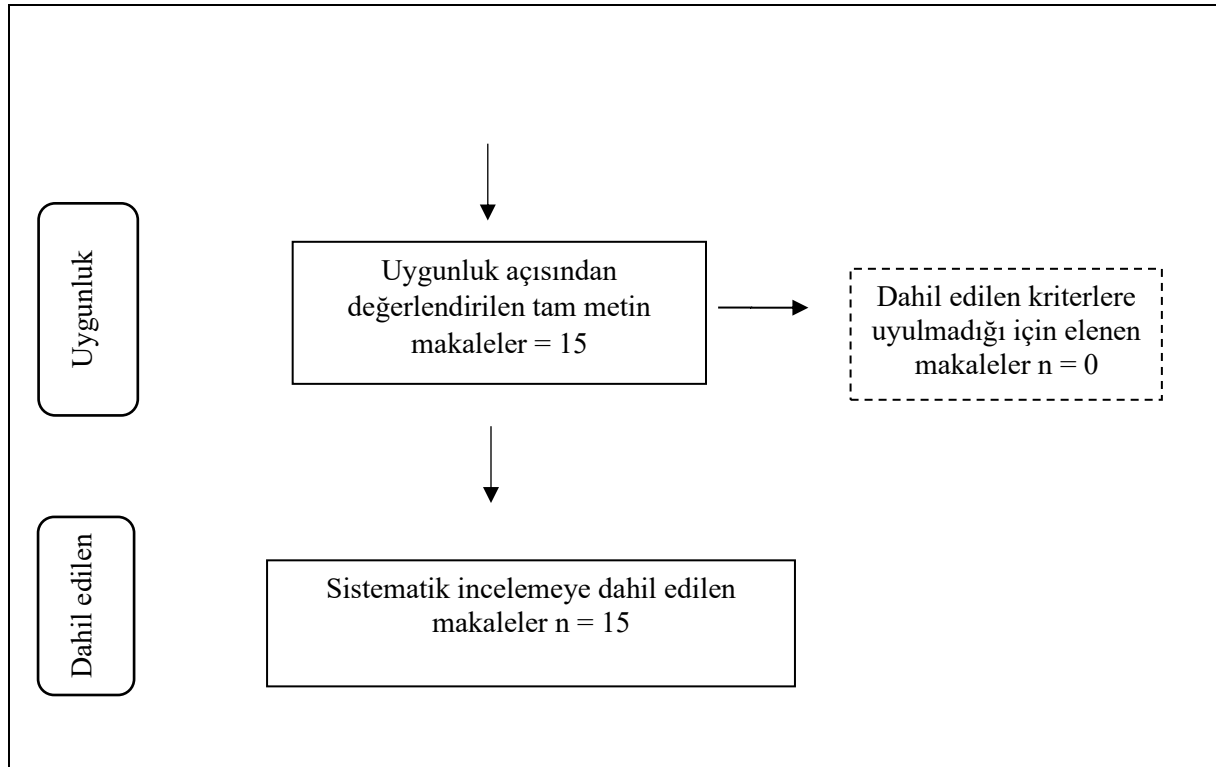
Birçok toplumda, kadınların rolü genellikle ev içindeki sorumluluklarla sınırlı tutulmuş, kamusal alanda yer almaları genellikle engellenmiştir. Ancak son yıllarda toplumsal cinsiyet eşitliği konusunda yaşanan değişim, kadınların iş gücüne katılım oranlarının artmasına ve profesyonel alanda daha görünür olmalarına olanak sağlamıştır. Ancak, bu değişim, toplumsal cinsiyetle ilgili eski kalıpların ve stereotiplerin tamamen yok olmasına yol açmamıştır. Kadınlar, hala birçok toplumda geleneksel olarak belirlenen rol ve sorumluluklarla karşı karşıya kalmaktadır (Doğdu, 2005). Özellikle kadınsı özellikler olarak tanımlanan sevecenlik, duygusallık, bağımlılık gibi nitelikler, toplumlar tarafından kadınların kişisel ve profesyonel yaşamlarında beklenen normlar olarak şekillendirilmektedir (Esen et al., 2017). Bu durum, kadınların bireysel tercihlerinin ve potansiyellerinin önünde engeller oluşturarak, toplumsal hayattaki eşitsizliğin sürmesine neden olmaktadır.

Bu çalışmada, 2004–2023 yılları arasında Türkiye’de geliştirilmiş, kadınlarla ilgili çeşitli temalara odaklanan 15 ölçeğin sistematik bir şekilde incelenmesi amaçlanmaktadır. Ölçeklerin yapısal özellikleri, ölçtükleri değişkenler, hedef kitleleri ve kullanım alanları açısından bir sınıflandırma yapılacaktır. Bu analiz, hem akademik literatüre katkı sağlayacak hem de kadınlarla ilgili yapılacak gelecekteki araştırmalara bilimsel bir temel sunacaktır. Ayrıca, bu tür ölçeklerin karşılaştırmalı bir incelemesi, uygulayıcılar için de kadınların yaşadığı farklı sosyo-psikolojik zorluklarla ilgili daha etkili müdahaleler geliştirilmesine katkı sağlayacaktır.

YÖNTEM

Sistematik derleme tekniğiyle hazırlanan bu çalışma, "Kadın", "Bariyer" ve "Ölçek" anahtar kelimeleri kullanılarak, 2004 ile 2023 yılları arasında Türkçe kaynaklardan elde edilen makaleleri değerlendirmektedir. Bu verilere erişim için Google Akademik ve TOAD veri tabanları kullanılarak kapsamlı bir araştırma yapılmıştır. Başlık ve özet incelemelerinden sonra uygunluk açısından araştırmaya 15 makale dahil edilerek analiz aşamasında geçilmiştir (şekil 1)





Şekil 1. Makale seçim sürecinin PRISMA akış şeması

BULGULAR

Tablo 1:Yıllara göre yayın sayısı

Yayın yılı	Yayın sayısı
2000-2005	1
2006-2010	2
2011-2015	3
2016-2019	4
2020-2023	4

Tablo 1’de Kadınlar ve hareket etme bariyerleri alanında yapılan araştırmaların en fazla sırasıyla 2020-2023 (n=4), 2016-2019 (n=4), 2011-2015 (n=3), 2006-2010 (n=2) ve 2000-2005 (n=1) olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Yayın türü

Yayın türü	Yayın sayısı
Makale	15

Tablo 2’de Kadınlar ve hareket etme bariyerleri alanında yapılan araştırmalarda 15 adet makale incelendiği gösterilmektedir.

Tablo 3: Yazar sayısı

Yazar sayısı	Yazar sayısı
En az 1 yazarlı	3
En az 2 yazarlı	8
En az 3 yazarlı	2
En az 4 yazarlı	0
En az 5 yazarlı	1
En az 6 yazarlı	1

Tablo 3’ de Kadınlar ve hareket etme bariyerleri alanında yapılan araştırmaların yazar sayısı en fazla sırasıyla en az 2 yazarlı (n=8), en az 1 yazarlı (n=3), en az 3 yazarlı (n=2), en az 5 yazarlı (n=1), en az 6 yazarlı (n=1), olduğu görülmekte, en az 4 yazarlı çalışmanın olmadığı görülmektedir.

Tablo 4:Örnekleme veya araştırma grubuna dahil edilen katılımcı sayısı

Katılımcılar	Katılımcı sayısı
1-50 katılımcı	1
51-100 katılımcı	2
101-150 katılımcı	3
151-200 katılımcı	1
201-250 katılımcı	0
251-300 katılımcı	3
301 katılımcı ve üzeri	5

Tablo 4’te Kadınlar ve hareket etme bariyerleri ile ilgili yapılan araştırmalarda örneklem sayıları görülmektedir. Bu bağlamda araştırmalarda (n=5) en fazla tercih edilen örneklem sayısının n=300 olduğu görülmektedir.

Tablo 5: Veri toplama aracı

Veri toplama aracı	Yayınlarda Uygulanma sayısı
Fazla Kilolu Kadınların Yaşam Kalitesi Ölçeği (Kitiş ve ark., 2019)	1
Kadınlar İçin Fiziksel Öz Savunma Ölçeği (Uyar 2022)	1
Kadınlara Yönelik Tutum Ölçeği (Ertuğrul ve duyan, 2019)	1
Orta Yaş Kadınlar İçin Yaşlanma Anksiyetesi Ölçeği (Daşıkın ve ark., 2022)	1
Engelli Kadın Tutum Ölçeği (Yılmaz ve Oren, 2021)	1
Fiziksel Aktiviteye Dâhil Olan Meme Kanseri Kadınlar Bakım Verenlerin Hastalarında Gözlediği Değişim Ölçeği (Ardahan ve Uludağ, 2015)	1
Fiziksel Aktiviteye Dâhil Olan Meme Kanseri Kadınlar Bakım Verenlerin Kendilerinde Gözlediği Değişim Ölçeği (Ardahan ve Uludağ, 2015)	1
Kadın Akademisyenlerin Kariyer Engelleri Ölçeği (Alaçam ve Altuntaş, 2015)	1
Kadın Toplumsal Cinsiyet Ölçeği (Koç ve ark., 2016)	1
Kadının Çalışmasına Karşı Tutum Ölçeği (Kuzgun ve Sevim, 2004)	1
Kadınlarda olası Kariyer Sonlandırma Nedenleri Ölçeği (Totan ve Doğan, 2010)	1
Kronik Uykusuzluğu Olan Distimik Kadınların Epworth Uykululuk Ölçeği (Bican ve ark., 2010)	1
Şiddet Mağduru kadınların Değişim Aşamaları Ölçeği (Yıldırım ve Uysal Toraman,2023)	1
Erkek Üniversite Öğrencilerinin Kadınların Çalışmasına Yönelik Tutum Ölçeği (Köseoğlu 2017)	1
Kadın Psikolojik Güç Ölçeği (Bozkur 2020)	1

Tablo 5’ de veri toplama araç sayıları verilmiştir.

Tablo 6: Kadınlar ve Hareket Etme Bariyerleri ile İlgili Yapılmış Çalışmaların Analizi

sıra	Yazar adları,yılı	Ölçeğin adı	Kime yönelik	Kaç soru	Alt boyutları	Ölçekleme türü
1	Yeter Kitiş, Filiz Hisar, Kemal Macit Hisar(2019)	Fazla Kilolu Kadınların Yaşam Kalitesi Ölçeği	Sağlıklı kadınlar	40 madde	Tek boyutlu	5'li likert
2	Musa Uyar(2022)	Kadınlar için fiziksel öz savunma ölçeği	Türkiye'nin farklı illerinde bulunan 18 yaşüzeri kadınlar	12 madde	1-Basit fiziksel saldırılara öz savunma (6 madde) 2- Tehlikeli fiziksel saldırılara öz savunma(6 madde)	5'Lilikert
3	Fatmagül Ertuğrul, Veli Duyan(2019)	Kadınlara yönelik tutum ölçeği	18 ile 53 yaş aralığında sağlık personeli	25 madde	Tek boyutlu	4'lü likert
4	Zeynep Daşikan, Ruken Yağız Altıntaş,Sümeyye Bakır,Selin Parker,Figen Kazankaya (2022)	Orta Yaş Kadınlar İçin Yaşlanma Anksiyetesi Ölçeği	Orta yaşlı kadınlar (40- 59 yaş arası)	19 madde	1-Fiziksel zayıflık(4 madde) 2- Görünümdeki değişikliklerle ilgili endişe(4 madde) 3- sosyal değersiz(8 madde) 4- Yaşlılığın olumsuz beklentileri(3 madde)	5'li likert
5	Melike punduk yılmaz, Besey Oren (2021)	Engelli kadın tutum ölçeği	Hemşirelik ve Ebelik Üniversitesi Öğrencileri	17 Madde	4 boyutlu	5'li likert
6	Faik ARDAHAN, A. Hande ULUDAĞ 2015	Fiziksel Aktiviteye Dâhil Olan Meme Kanserli Kadınlara Bakım Verenlerin Hastalarında Gözlediği Değişim Ölçeği (MKHDÖ)	20 meme kanserli kadın	22 madde	1-Şikayet ve Yorgunluklarda Azalma 2-Liderlik Becerisi/Başarma 3-Hayata Olumlu Yaklaşım 4-Güçlü Olma 5-Kendine Güven	5'li likert
7	Faik ARDAHAN, A. Hande ULUDAĞ 2015	Fiziksel Aktiviteye Dâhil Olan Meme Kanserli Kadınlara Bakım Verenlerin Kendilerinde Gözlediği Değişim Ölçeği (BHVDÖ)	20 meme kanserli kadına refakat eden hasta yakınları	8 madde	1-Etkin Zaman Yönetimi 2-Hastamla İlgili Kaygı	5'li likert
8	Burcu Alaçam, Serap Altuntaş (2015)	Kadın Akademisyenlerin Kariyer Engelleri Ölçeği	Üniversitede görev yapan tüm kadın akademisyenler	40 madde	1-Örgüt Kültürü ve Politikaları Alt Boyutu 2- Çoklu Rol Üstlenme Alt Boyutu 3- Örgütsel Koşullar Alt Boyutu 4- Kalıplaşmış Önyargılar Alt Boyut	5'li likert
9	Muharrem KOÇ Özlem HASKAN AVCI Öznur BAYAR (2016)	Kadın Toplumsal Cinsiyet Rolü Stresi Ölçeği	Üniversitede öğrenim gören 18-60 yaş arası kadınlar	20 madde	1-Kadın cinsiyet rolü 2-Eşitlikçi cinsiyet rolü 3-Geleneksel cinsiyet rolü'	5li likert

10	Yıldız KUZGUN Seher A.SEVİM(2004)	Kadının Çalışmasına Karşı Tutum Ölçeği	67'si kadın, 37'si erkek olmak üzere yetişkin 104 kişi	27 maddde	Tek boyut	
11	Tarık TOTAN Tayfun DOĞAN (2010)	Kadınlarda Olası Kariyer Sonlandırma Nedenleri Ölçeği	Farklı fakültelerde çalışan kadınlar	14 madde	1-Çocuk sorumluluğu 2-Eşin önceliği 3-İş yaşam sorunları	5'li likert
12	Aylin Bican , Ozan Vahap Kotan , İbrahim Bora , Cengiz Akkaya , Ender Çarkungöz , Selçuk Kırılı(2010)	Kronik uykusuzluğu olan distimik kadınların Epworth uykululuk ölçeği	Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Kliniğinde en az iki yıldır distimi tanısıyla takip edilen ve kronik uykusuzluğu olan 20 kadın hasta ve kontrol grubu olarak 18-65 yaşları arasında 20 kadın			
13	Nilüfer YILDIRIM ¹ , Aynur UYSAL TORAMAN (2023)	Şiddet Mağduru Kadının Değişim Aşamaları Ölçeği	55 şiddet mağduru kadın ile yürütülmüştür.	46	İlişkide Sorunlar Ölçeği İlişkide Artı ve Eksiler Ölçeği İlişkide Çekici Gelen Durumlar Ölçeği İlişkide Kendine Güven Ölçeği	5'li likert
14	Saadet Köseoğlu 2017	Erkek Üniversite Öğrencilerinin Kadınların Çalışmasına Yönelik Tutum Ölçeği	50 farklı üniversitede öğrenim gören 251 erkek öğrenci	21	Tek boyut	5'li likert
15	Binaz Bozkur(2020)	Kadın Psikolojik Güç Ölçeği	8-53 arasında değişen 1010 kadın	31	Güçlülük/Savunuculuk, Benlik Saygısı, Eğitime Yaklaşım, Kısıtlayıcılık	5'li likert

Tablo 6'da Kadınlar ve Hareket Etme Bariyerleri ile ilgili yapılan çalışmalarda Fazla Kilolu Kadınların Yaşam Kalitesi Ölçeği (Kitiş ve ark., 2019), Kadınlar için fiziksel öz savunma ölçeği (Uyar, 2022), Kadınlara yönelik tutum ölçeği (Ertuğrul ve Duyan, 2019), Orta Yaş Kadınlar İçin Yaşlanma Anksiyetesi Ölçeği (Daşikan ve ark., 2022), Engelli kadın tutum ölçeği (Punduk Yılmaz ve Oren, 2021), Fiziksel Aktiviteye Dâhil Olan Meme Kanseri Kadınların Hastalarında Gözlediği Değişim Ölçeği (Ardahan ve Uludağ, 2015), Kadın Akademisyenlerin Kariyer Engelleri Ölçeği (Alaçam ve Altuntaş, 2015), Fiziksel Aktiviteye Dâhil Olan Meme Kanseri Kadınların Kendilerinde Gözlediği Değişim Ölçeği (Ardahan ve Uludağ, 2015), Kadın Toplumsal Cinsiyet Rolü Stresi Ölçeği (Koç ve ark., 2016), Kadının Çalışmasına Karşı Tutum Ölçeği (Kuzgun ve Sevim, 2004), Kadının Çalışmasına Karşı Tutum Ölçeği (Totan ve Doğan, 2010), Kronik uykusuzluğu olan distimik kadınların Epworth uyku bozukluğu ölçeği (Bican ve ark., 2010), Şiddet Mağduru Kadının Değişim Aşamaları Ölçeği (Yıldırım ve Uysal Toraman, 2023), Erkek Üniversite Öğrencilerinin Kadınların Çalışmasına Yönelik Tutum Ölçeği (Köseoğlu, 2017), Kadın Psikolojik Güç Ölçeği (Bozkur, 2020) gibi konular üzerine odaklandıkları görülmektedir.

SONUÇ

Kadınlara yönelik geliştirilen ölçme araçları, toplumsal cinsiyet eşitliği mücadelesinde bilimsel temelli ilerlemenin önemli bir parçasıdır. Bu ölçekler, kadınların beden algısı, psikolojik dayanıklılığı, toplumsal roller ve şiddet gibi çok boyutlu deneyimlerini ölçülebilir hâle getirerek, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde yaşanan sorunların daha somut biçimde anlaşılmasını sağlamaktadır.

Elde edilen veriler, kadınların karşılaştığı engellerin daha görünür olmasına yardımcı olurken, bu alanda geliştirilecek politika ve müdahale stratejilerine de bilimsel bir zemin sunmaktadır. Ölçeklerin artışı, sadece akademik ilginin değil, aynı zamanda toplumsal farkındalığın da güçlendiğini göstermektedir. Bu bağlamda, söz konusu araçlar hem değerlendirme hem de kadınların güçlendirilmesi sürecinde birer dönüşüm aracı olarak değerlendirilebilir.

ÖNERİLER

1. Kadınlara yönelik ölçme araçlarının geliştirilmesi sürecinde kültürel farklılıklar göz önünde bulundurulmalı ve toplumun dinamiklerine uygun ölçekler oluşturulmalıdır.
2. Akademik çalışmalarda kadınlara özgü ölçeklerin daha sık kullanılması teşvik edilmeli ve bu sayede cinsiyet temelli analizlerin yaygınlaştırılması sağlanmalıdır.
3. Politika yapıcılar ve uygulayıcılar, kadınların ihtiyaçlarına dair veriye dayalı kararlar alabilmek için bu tür ölçme araçlarından elde edilen sonuçları dikkate almalıdır.
4. Kadınlara yönelik geliştirilen mevcut ölçekler periyodik olarak güncellenmeli, toplumsal değişim ve gelişmelere uyum sağlamaları için yeniden yapılandırılmalıdır.
5. Farklı yaş, meslek ve sosyo-ekonomik gruplardan kadınları kapsayan yeni ölçekler geliştirilerek kadınların çeşitliliği daha kapsayıcı bir şekilde ele alınmalıdır.

KAYNAKÇA

Alaçam, B. ve Altuntaş, S. (2015). Kadın Akademisyenlerin Kariyer Engelleri Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Sağlık ve Hemşerilik Yönetimi Dergisi*, 2(1), 1-11.

Ardahan, F. ve Uludağ, H. (2015). Meme kanserli kadınlara bakım hizmeti veren hasta yakınlarının hastalarında ve kendilerinde gözledikleri değişimi belirlemek amacıyla geliştirilen ölçeklerinin güvenirlik geçerlilik çalışması. *Akdeniz İnsani Bilimler Dergisi*, (5)1, 89-100.

Bican Demir, A., Kotan, O., Bora, İ., Akkaya, C., Çarkungöz, E., Kırılı, S. (2010). Kronik uykusuzluğu olan distimik kadınların Epworth uykululuk ölçeği ve polisomnografik değerlendirmesi. *Türk Nöroloji Dergisi*, 16(2), 86 – 94.

Bozkur, B. (2020). Kadın Psikolojik Güç Ölçeği: Ölçek geliştirme çalışması. *Fe Dergi*, 12(2), 15-31.

Buzzanell, P. M., Meisenbach, R., Remke, R., Liu, M., Bowers, V., & Conn, C. (2005). The good working mother: Managerial women's sensemaking and feelings about work-family issues. *Communication studies*, 56(3), 261-285.

Daşikan, Z., Parker, S., Altıntaş, R. Y., Kazankaya, F., & Bakır, S. (2022). Validity and reliability study of the Turkish version of the Aging Anxiety Scale for Middle-Aged Women. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(4), 2918-2926.

Doğdu, S. (2005). S. Doğdu içinde, Kadının Serüveni-Kadın Ve Yaratılışı (s. 54-60). Ankara: Demet Kitap.

Ertuğrul, F. G. & Duyan, V. (2019). KADINLARA YÖNELİK TUTUM ÖLÇEĞİ – KISA SÜRÜMÜNÜN TÜRKÇE'YE UYARLAMA ÇALIŞMASI . *Ankara Sağlık Bilimleri Dergisi* , 8 (1) , 18-28 .

Esen, E., Siyez, M., Soylu, Y., & Demirgürz, G. (2017). Üniversite Öğrencilerinde Toplumsal Cinsiyet Algısının Toplumsal Cinsiyet Rolü ve Cinsiyet Değişkenlerine Göre İncelenmesi. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 47.

Fidan, F., & Saç, S. (2005). Evde ve evlilikte engelli kadın olmak. Engelli Kadınların Sorunları ve Çözümleri Sempozyum Kitabı. Kocaeli: Grafik Matbaacılık.

Gallos, J. V. (1989). Exploring women's development: Implications for career theory, practice, and research. *Handbook of career theory*, 110, 132.

Gross, J. (2005). Forget the career. My parents need me at home. *The New York Times*, 1-2.

Kitiş, Y., Hisar, F., & Hisar, K. M. (2019). Development of a scale to measure quality of life of overweight women. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 1-7.

Koç, M., Avcı-Haskan, Ö. ve Bayar, Ö. (2017). Kadın Toplumsal Cinsiyet Rolü Stresi Ölçeği'nin (KTCRSÖ) Geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41, 284-297.

Köseoğlu, S. Erkek Üniversite Öğrencilerinin Kadınların Çalışmasına Yönelik Tutum Ölçeği. *Kadın Ve Hukuk*, 303.

Kuzgun, Y. ve Sevim S. A. (2004). Kadınların çalışmasına karşı tutum ve dini yönelim arasındaki ilişki. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37(1), 14-27.

Pringle, J., & Mallon, M. (2003). Challenges for the boundaryless career odyssey. *International Journal of Human Resource Management*, 14(5), 839-853.

Punduk Yilmaz, M., & Oren, B. (2021). Disabled woman attitude scale: Reliability and validity study. *North Clin Istanbul*, 8(5), 454–463. *Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(2), 746-756

Totan, T., &Doğan, T. (2010). Kadınlarda olası kariyer sonlandırma nedenlerini belirlemeye yönelik bir ölçek geliştirme çalışması. *İşGüç Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi*, 12(4), 35-50.

Uyar, M. (2022). Kadınlar İçin Fiziksel Öz Savunma Ölçeği' nin geliştirilmesi. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 29-45

Yıldırım, N., & Uysal Toraman, A. (2023). Şiddet Mağduru Kadının Değişim Aşamaları Ölçeği Türkçe Formunun Geçerlik ve Güvenirliğinin Değerlendirilmesi. *Gümüşhane*

TÜRKİYE’DE OYUN İÇERİKLİ ÖLÇEKLER: SİSTEMATİK BİR İNCELEME (2006-2025)

GAMIFIED SCALES IN TURKEY: A SYSTEMATIC REVIEW (2006-2025)

Mikail KOÇER

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0008-4419-7155>

Asst. Prof. Serpil AKÇINAR

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-9454-0582>

Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-0930-7178>

ÖZET

Bu çalışma, Türkiye’de farklı alanlarda kullanılan oyun içerikli ölçekleri sistematik bir bakış açısıyla analiz etmeyi amaçlamaktadır. Oyunlaştırma ve oyun tabanlı öğrenme gibi kavramların eğitim, sağlık, psikoloji ve diğer disiplinlerde artan önemi göz önüne alındığında, bu tür ölçeklerin kapsamlı bir şekilde değerlendirilmesi gerekmektedir. Çalışma kapsamında, oyun içerikli ölçeklerin geliştirilme süreçleri, psikometrik özellikleri ve kullanım alanları incelenmiştir. Sistematik analiz yöntemiyle yürütülen bu araştırmada, belirlenen ölçütlere uygun akademik çalışmalar taranmış ve elde edilen bulgular doğrultusunda oyun içerikli ölçeklerin mevcut durumu ortaya konmuştur. Sonuçlar, oyunlaştırılmış ölçeklerin ölçme ve değerlendirme süreçlerinde sağladığı avantajları vurgulamakla birlikte, geliştirilme süreçlerindeki sınırlılıklara da dikkat çekmektedir. Elde edilen bulgular, ilerleyen araştırmalar için öneriler sunmakta ve oyun tabanlı ölçme araçlarının etkin kullanımına yönelik rehberlik sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Oyun içerikli ölçekler, oyunlaştırma, sistematik analiz, ölçme ve değerlendirme, oyun tabanlı öğrenme.

ABSTRACT

This study aims to systematically analyze gamified scales used in various fields in Turkey. Considering the increasing importance of concepts such as gamification and game-based learning in education, healthcare, psychology, and other disciplines, a comprehensive evaluation of these scales is essential. This study examines the development processes, psychometric properties, and application areas of gamified scales. Conducted using a systematic analysis method, the research involved a literature review of academic studies that met predetermined criteria, revealing the current status of gamified scales. The findings highlight the advantages of gamified scales in measurement and evaluation processes while also addressing limitations in their development. The results provide recommendations for future research and offer guidance for the effective use of game-based measurement tools.

Keywords: Gamified scales, gamification, systematic review, measurement and evaluation, game-based learning.

1.GİRİŞ

Oyun, belirli bir amaca yönelik olabileceği gibi, herhangi bir amacı olmadan da gerçekleştirilebilen; kurallı veya kuralsız olarak oynanabilen bir etkinliktir. Her durumda, çocuğun isteyerek ve keyif alarak dahil olduğu bu süreç, fiziksel, bilişsel, dil, duygusal ve sosyal gelişimin temelini oluşturur. Aynı zamanda, oyun, çocuğun gerçek hayatın bir parçası olarak deneyim kazandığı ve en etkili öğrenme sürecini yaşadığı bir araçtır (Kılıçoğlu, 2006).

Başka bir tanıma göre oyun, bireylerin rahatlamasına, fazla enerjilerini atmasına, belirli becerileri uygulamasına, isteklerini gerçekleştirmesine ve keyif almasına olanak tanıyan bir etkinlik olmanın yanı sıra önemli bir öğrenme biçimi olarak da değerlendirilmektedir. İnsan davranışları bütüncül bir perspektifle ele alındığında, çocukların oynadıkları oyunların büyük ölçüde yaşam deneyimlerinden beslendiği görülmektedir. Bu bağlamda oyun, yalnızca eğlence aracı olmanın ötesinde, bireyin bilişsel, duygusal ve fiziksel gelişimine katkı sağlayan çok yönlü bir süreçtir. Dolayısıyla oyun, insanın tüm işlevlerinin bir denge ve bileşimi olarak da tanımlanabilir (Cook, 2005).

Oyun, geçmişten günümüze farklı disiplinlerin çalışma alanına dahil olmuş, kapsamlı ve çok boyutlu bir kavramdır. Bu durumun başlıca nedenlerinden biri, oyunun kültürel olarak aktarılan dinamik bir yapıya sahip olmasıdır. Ayrıca, çocuklara özgürce hareket etme imkânı tanınması ve onların en doğal haklarından biri olarak saygı duyulması gereken bir süreç olması, oyunun disiplinler arası önemini artıran unsurlar arasında yer almaktadır. Bununla birlikte, oyun; çocukların sorumluluk alma, demokratik değerleri benimseme, etik ilkeleri kavrama, insanlık onuru ve birlikte yaşama kurallarını öğrenme gibi temel beceriler geliştirmesine katkı sağlamaktadır (Hännikainen, 2013).

Oyunun çocuğun gelişimine katkıları, serbest ve programlı oyunların öğrenme üzerindeki etkileri ile modern yaşam tarzının oyun süreçlerine olan yansımaları, kuramsal ve deneysel araştırmalarda sıkça ele alınan konular arasındadır (Kurt, 2015).

Günümüz insanını her yaşta etkileyen bilgisayar sektörü, özellikle çocukların yaşamına önemli yenilikler getirmiştir. Bu yeniliklerden biri de dijital oyun kavramıdır (Erboy, 2010). Dijital oyunlar, 1980’li yılların ortalarından itibaren bilgisayar oyunları, video oyunları ve elektronik oyunlar gibi farklı şekillerde tanımlanmıştır. Türkiye’de ise yaygın olarak bilgisayar oyunları terimi kullanılmaktadır (Binark, 2008).

Dijital oyunlar, çeşitli teknolojiler kullanılarak programlanan ve oyunculara görsel bir ortam sunarak etkileşimli bir deneyim sağlayan oyunlardır (Çetin, 2013). Bu oyunlar, kullanılan yazılım ve teknolojilere bağlı olarak dijital konsol oyunları, bilgisayar oyunları ve çevrimiçi (online) oyunlar şeklinde sınıflandırılmaktadır (Gökçearslan, 2014).

Ölçekler ise, ölçülmek istenen özelliklerin sınıflandırılması, sıralanması, miktarlarının ve derecelerinin belirlenmesi için uyulması gereken kural ve kısıtlamaları içeren ölçme araçlarıdır (Deniz, 2007). Ölçekler, yalnızca ölçme sürecini kolaylaştırmakla kalmayıp, aynı zamanda elde edilen verilerin niteliğinin belirlenmesine de katkı sağlamaktadır. Bilimsel gelişim, ölçme süreçlerine dayanmakta olup, duyarlı ölçüm araçları ile gerçekleştirilen ölçümler bu gelişimi desteklemektedir (Tavşancıl, 2002).

Bir ölçeğin geçerli ve güvenilir olabilmesi için, geliştirilme ve uygulanma aşamalarında belirli kriter ve standartlara uygun şekilde çalışılması gerekmektedir. Aksi takdirde, ölçeğin geçerliliği ve güvenilirliği azalacak, ulusal ve uluslararası düzeyde gerçekleştirilen çalışmalarda ölçüm hataları ve önyargılı yorumlara zemin hazırlanabilecektir (Karakoç, 2014).

Türkiye’de oyun ölçeklerinin gelişimi, dijital oyun sektörünün evrimiyle doğrudan ilişkilidir. 1990’lı yıllarda ithal edilen oyunların yaygınlaşmasıyla başlayan süreç, 2000’li yıllarda internet ve mobil teknolojilerin gelişimiyle ivme kazanmıştır. İlk yerli oyunlar, SiliconWorx ve Cartoon Animation Studios gibi öncü firmalar tarafından geliştirilmiştir. 2000’lerde Mevlüt Dinç öncülüğünde Sobee’nin kurulması, sektörde profesyonelleşmeyi artırmıştır (Budak, 2022).

Bu çalışmanın amacı kapsamında, literatürdeki ‘Oyun’ kavramı üzerine yapılmış ölçekleri makale, yüksek lisans ve doktora tezlerini sistematik bir şekilde inceleyerek konuyla ilgili kapsamlı bir değerlendirme gerçekleştirmeyi hedeflenmiştir. Çalışma kapsamında Ölçek türü, madde sayısı, kime yönelik olduğu ve alt boyutları incelenerek aralarında farklar ve benzerlikleri değerlendirilmeye çalışılmıştır. Bu değerlendirme ve literatür taraması sonucu bazı sonuç ve öneriler sunulmuştur.

2.YÖNTEM

Bu çalışma, sistematik derleme yöntemiyle hazırlanmış olup, “Oyun” ve “Ölçek” anahtar kelimeleri kullanılarak 2006-2025 yılları arasında yayımlanmış Türkçe akademik kaynaklar incelenmiştir. Çalışma kapsamında, Google Akademik, Ulusal Tez Merkezi, Ölçek Rehberi ve Türkiye Ölçme Araçları Dizini veri tabanları taranarak makaleler, yüksek lisans ve doktora tezleri olmak üzere toplamda 20 çalışma değerlendirilmiştir.

Analiz edilen ölçekler, türü, madde sayısı, hedef kitlesi ve alt boyutları açısından sınıflandırılmıştır. Elde edilen veriler, sistematik bir çerçevede yorumlanarak ilgili literatüre katkı sağlamak amacıyla sunulmuştur.

3.BULGULAR

Çizelge 1. Yapılan Çalışmaların Yıllarına Göre Dağılımı

Yayın yılı	Yayın sayısı
2006-2010	1
2011-2015	6
2016-2020	9
2021-2025	4

Çizelge 1’de oyuna dair yapılmış ölçek araştırmaların en fazla sırayla 2016-2020 (n=9), 2011-2015 (n=6), 2021-2025 (n=4) ve 2006-2010 (n=1) olduğu görülmektedir.

Çizelge 2. Yapılan Çalışmaların Yayın Türlerine Göre Dağılımı

Yayın türü	Yayın Sayısı
Makale	4
Yüksek Lisans	10
Doktora Tezi	6

Çizelge 2’de oyuna dair yapılmış ölçek araştırmaların yayın türü sırasıyla Yüksek lisans (n=10), Doktora (n=6), Makale (n=4), olduğu görülmektedir.

Çizelge 3. Yapılan Çalışmaların Yazar Sayısına Göre Dağılımı

Yazar Sayısı	Yazar Sayısı
En az 1 yazarlı	3
En az 2 yazarlı	12
En az 3 yazarlı	4
En az 4 yazarlı	1

Çizelge 3'te oyuna dair yapılmış ölçeklerin yazar sayısı en fazla sırayla, en az sırayla en az 2 yazarlı (n=12), en az 3 yazarlı (n=4), 1 yazarlı (n=3), en az 4 yazarlı (n=1), olduğu görülmekle beraber en az 6 yazarlı çalışmanın olmadığı görülmektedir.

Çizelge 4. Yapılan Çalışmaların Likert Tipine Göre Dağılımı

Likert Tipleri	Yayın Sayısı
3'lü Likert Sayısı	1
4'lü Likert Sayısı	1
5'lü Likert Sayısı	17
7'lü Likert Sayısı	1

Çizelge 4'te oyuna dair yapılmış ölçeklerin likert tiplerine göre en fazla olan 5'li Likert (n=17) olarak görülmektedir.

Çizelge 5. Yapılan Çalışmaların Madde (Soru) Sayısına Göre Dağılımı

Madde (Soru) Sayısı	Yayın Sayısı
5-10 Madde Sayılı	1
11-15 Madde Sayılı	2
16-20 Madde Sayılı	7
21-25 Madde Sayılı	7
25 ve Fazlası Madde Sayılı	3

Çalışma 5'te oyuna dair yapılmış ölçeklerin madde sayısına göre en fazladan en aza sırayla 16-20 madde sayılı (n=7), 21-25 madde sayılı (n=7), 25 ve fazla madde sayılı (n=3), 11-15 madde sayılı (n=2), 5-10 madde sayılı (n=1) şeklinde olduğu görülmektedir.

Çizelge 6. Yapılan Çalışmaların Alt Boyut Sayılarına Göre Dağılımı

Alt Boyut Sayıları	Yayın Sayısı
2 Alt Boyutlu	3
3 Alt Boyutlu	7
4 Alt Boyutlu	6
5 Alt Boyutlu	4

Çalışma 6'da oyuna dair yapılmış ölçeklerin alt boyut sayılarına göre en fazladan aza sırayla 3 alt boyutlu (n=7), 4 alt boyutlu (n=6), 5 alt boyutlu (n=4) ve 2 alt boyutlu (n=3) olduğu görülmektedir.

Çizelge 7. Yapılan Çalışmaların Uygulandığı Gruba Göre Dağılımı

Grup İsimleri	Yayın Sayısı
Anaokulu Öğrencilerine	4
Ortaöğretim Öğrencilerine	4
Üniversite Öğrencilerine	6

Sınıf Öğretmenlerine	2
Beden Eğitimi Öğretmenlerine	2
Ebeveynlere	3
Raundum Kişilere	2

Çizelge 7’de oyuna dar yapılan ölçeklerin uygulandığı gruba göre en fazla en aza sırayla; Üniversite öğrencilerine (n=6), Anaokulu öğrencilerine (n=4), Ortaöğretim öğrencilerine (n=4), Ebeveynlere (n=3), Sınıf öğretmenlerine (n=2), Beden eğitimi öğretmenlerine (n=2), ve Raundum kişilere (n=2) şeklinde olduğu görülmektedir.

Çizelge 8. Yapılan Çalışmaların Analiz Tablosu

Sıra	Yazar adları, yılı	Ölçeğin adı	Kime yönelik	Kaç soru	Alt boyutları	Ölçekleme türü
1	Serpil Akçınar, Mehmet Güllü (2018)	Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Eğitsel Oyun Oynatma Beceri Gözlem Ölçeği	Beden Eğitimi Öğretmenleri	30 Madde	1-Hazırlık Evresi 2-Oyun Evresi a-) Oyuna Giriş b-) Oyun Oynatma 3- Değerlendirme	4’lü Likert
2	Muhsin Hazar (2013)	18-22 Yaş Yetişkinlerin Fiziksel Aktivite İçeren Oyunları Oynamaya Yönelik Tutum Ölçeği	Eğitim Fakültesi Öğrencileri	25 Madde	1-Oyun tutkusu 2-Risk alma 3-Sosyal uyum 4-Oyun isteği 5-Keyif alma	5’li Likert
3	Özge Metin Aslan (2015)	36-71 Aylık Çocuklar İçin Oyun Davranış Ölçeği	Anaokulu Öğrencileri	29 Madde	1-Suskun davranış 2-Tek başına oyun 3-Paralel oyun 4-Sosyal oyun 5-İtiş kakışlı oyun	5’li Likert
4	Mehmet Çalışkan, Ayfer Şahin (2022)	Akıl ve Zekâ Oyunlarına Yönelik Tutum Ölçeği	Ortaöğretim Öğrenci Velileri	18 Madde	1- Zekâ Oyunlarına Yönelik Velilerin Tutumları 2-Zekâ Oyunları Dersine Yönelik Velilerin Tutumları 3-Zekâ Oyunları Dersinin Çocukların Gelişimine Etkisi 4-Zekâ Oyunları Dersinin Çocukların İletişim Becerisine Etkisi	5’li Likert
5	Alparslan Ünsal, İlkey Ulutaş (2019)	Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği Okul Öncesi Dönemi Çocuklarına Uyarlanması	Anaokulu Öğrencilerine, (Artı olarak Ailelere Kişisel Bilgi Formu)	21 Madde	1-Bilgisayarda oyun oynamaktan vazgeçememe ve engellendiğinde rahatsız olma 2-Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme 3-Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevlerini aksatma 4-Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme	3’lü Likert
6	Abdullah Bedir Kaya, Gülşah Başol (2013)	Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı Ölçeği	Ortaöğretim Öğrencileri	21 Madde	1-Oyun oynama alışkanlıklarından dolayı yaşadıkları aksaklıklar 2-Oyun oynarken yaşadıkları başarı hissini 3-Oyun oynama davranışlarında ekonomik kaygıların varlığı	5’li Likert

7	Mehmet Ulaş, Sinan Ayan (2016)	Çocuk Oyun Alanları Değerlendirme Ölçeği	Oyun Alanlarında Oyun Oynayan Raundum Çocuklar	21 Madde	1-Hijyen ve Aydınlatma Yeterliliği 2-Genel Yeterlilik 3-Donanım Yeterliliği 4-Güvenlik ve İşlevsel Yeterliliği	5'li Likert
8	Mert Ayrancı , M. Kemal Aydın (2022)	Çocuklar için Oyun ve Duygu Ölçeği	Çocuklara	9 Madde	1-Pozitif Duygular 2- Negatif Duygular	5'li Likert
9	Sadiye Keleş, Özlem Yurt (2016)	Çocuklar İçin Oyun Oynama Eğilimi Ölçeği	Anaokulu Çocuklarına	23 Madde	1-Fiziksel Spontanlık 2-Sosyal Spontanlık 3-Bilişsel Spontanlık 4-Belirgin Neşe 5-Mizah Anlayışı	5'li Likert
10	Gül Şebnem Altuner Çoban,Emine Bozkurt, Adnan Kan (2019)	Temel Eğitim Öğretmenlerinin Eğitsel Oyunlara Yönelik Tutum Ölçeği	Okul Öncesi ve Sınıf Öğretmeni	20 Madde	1-Olumlu Tutum 2-Olumsuz Tutum	5'li Likert
11	Okan Sarıgöz, Yavuz Bolat, Selçuk Alkan (2008)	Dijital Eğitsel Oyunları Kullanma Ölçeği	Dijital Oyun Oynayan Üniversite Öğrencilerine	21 Madde	1-Duygusal Bileşen 2-Algılanan Yararlılık 3-Algılanan Kontrol 4-Davranışsal Bileşenler	5'li Likert
12	Zeynep Cömert, Yavuz Samur (2023)	Eğitsel Oyunlarda Akış Deneyimi Ölçeği	5. sınıfta öğrenim gören 358 öğrenci	16 Madde	1- Eğlence 2-Hedef 3-Mücadele	5'li Likert
13	Ahmet Akın, Çınar Kaya, İbrahim Demirci (2015)	Oyun Motivasyonu Ölçeği	Oyun Oynayan Üniversite Öğrencilerine	18 Madde	1-İçsel Motivasyon 2- Bütünleşme 3-Kimliğe katma 4-İçe yansıtma 5-Dışsal düzenleme 6-Motivasyonsuzluk	7'li Likert
14	Gönül Tekkurşun Demir, Tuğba Mutlu Bozkurt (2019)	Dijital Oyun Oynama Tutum Ölçeği	Üniversite Öğrencilerine	18 Madde	1-Bilişsel 2-Duyuşsal 3- Davranışsal	5'li Likert
15	Tuncay Ayas, Özlem Çakır, Mehmet Barış Horzum (2011)	Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği	Ortaöğretim Öğrencileri	54 Madde	1- İnternet Bağımlılığı 2- Oyun Bağımlılığı	5'li Likert
16	Zeynel Turan (2020)	Beden Eğitimi Öğretmen Adayları İçin Halk Oyunları Dersi Tutum Ölçeği	Beden Eğitimi Öğretmenliği Üniversite Öğrencilerine	13 Madde	1-Duyuşsal 2-Bilişsel 3-Davranışsal	5'li Likert
17	M. Emin Kafkas, Hulisi Binbaşıoğlu (2014)	Olimpiyat Oyunları Etki Ölçeği	18-60 Yaş Arası Gönüllü Katılımcılar	20 Madde	1- Şehrin Altyapısı ve Sosyalleşmesi Üzerine Etkiler 2-Şehrin Sosyal ve Doğal Çevresine Olumsuz Etkiler 3-Şehrin Ekonomisi Üzerine Etkiler	5'li Likert
18	Perihan Ünüvar, Elif Süreyya Kanyılmaz (2017)	4-6 Yaş Çocukları İçin Riskli Oyuna İzin Verme Ölçeği	Ebeveynlere	21 Madde	1-Çok Riskli Yüksekliklerde Oyun 2-Tehlikeli Aletlerle Oyun 3-Az Riskli Yüksekliklerde Oyun 4-Tehlikeli Doğal Unsurlara Yakın Oyun	5'li Likert

19	Zekihan Hazar, Gönül Tekkurşun Demir (2018)	Sınıf öğretmeni adaylarının Oyun ve Fiziksel Etkinlikler dersine yönelik tutum ölçeği	Sınıf Öğretmenliği Üniversite Öğrencilerine	19 Madde	1- Dersin yararlarına ilişkin bilişsel tutum 2-Derse yönelik davranışsal tutum 3-Derse yönelik duygusal tutum	5'li Likert
20	Alper Kaşkaya, İhsan Ünlü, Muhammed Said Akar, Meryem Özturan Sağır (2017)	Çocukların Oyunlarına Yönelik Algı Ölçeği	Ortaokul Öğrencilerine	11 Madde	1-Meşgul Olmak 2-Aktif Olmak 3-Sosyallik 4-Okul Dışa Zaman Etkinlikleri	5'li Likert

4.SONUÇ

Bu çalışmada, Türkiye'deki oyun içerikli ölçeklerin kapsamlı bir analizi gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular, oyunun yalnızca çocuk gelişimi açısından değil, aynı zamanda eğitim, psikoloji, sosyoloji ve dijital teknoloji gibi farklı disiplinler için önemli bir çalışma alanı olduğunu göstermiştir. Literatür taraması sonucunda, oyun ölçeklerinin büyük çoğunluğunun beşli Likert tipi ölçekler üzerine kurulu olduğu belirlenmiş, bunun standardizasyon açısından yaygın bir tercih olduğu görülmüştür. Ayrıca, ölçeklerin hedef kitlesinin daha çok üniversite öğrencileri ve okul öncesi çocuklarla sınırlı olduğu tespit edilmiştir. Bu durum, farklı yaş gruplarının oyun davranışlarına yönelik araştırmalarda yeterince ele alınmadığını işaret etmektedir.

Sonuçlar, oyun içerikli ölçeklerin geliştirilme süreçlerinin Türkiye'deki dijital oyun sektörünün gelişimiyle eş zamanlı ilerlediğini ortaya koymuştur. Çalışmalar genellikle bilişsel, duyuşsal ve davranışsal boyutları kapsayan çok yönlü analizlere odaklanmıştır. Bu bağlamda, oyun ölçeklerinin bireylerin çeşitli yönlerden gelişimini değerlendirmek için etkili araçlar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bununla birlikte, uzun vadeli etkileri inceleyen boylamsal çalışmaların eksikliği dikkat çekmiştir. Ayrıca, oyun ölçeklerinin çoğunun belirli gruplara yönelik olması, elde edilen sonuçların genellenebilirliğini sınırlandırmaktadır.

4.1. Öneriler

Oyun içerikli ölçeklerin geliştirilmesi ve uygulanması konularında daha geniş bir perspektif benimsenmesi gerekmektedir. Öncelikle, disiplinler arası iş birliği yapılarak oyun ölçeklerinin yalnızca bir alanın değil, birden fazla disiplinin ihtiyaçlarına hitap etmesi sağlanmalıdır. Bu tür bir yaklaşım, eğitim teknolojilerinden psikolojiye, sosyolojiden sağlık bilimine kadar farklı alanlardaki araştırmaları zenginleştirebilir.

Hedef kitlenin çeşitlendirilmesi bir diğer önemli husustur. Mevcut çalışmaların çoğunlukla üniversite öğrencileri ve okul öncesi çocuklar üzerinde yoğunlaşmış olması, diğer yaş gruplarının ve farklı demografik özelliklere sahip bireylerin oyun davranışlarının göz ardı edilmesine yol açmaktadır. Ebeveynler, öğretmenler ve çalışan bireyler gibi gruplara yönelik daha fazla araştırma yapılması, oyun ölçeklerinin genel geçerliliğini artıracaktır.

Ayrıca, boylamsal araştırmalara odaklanılarak, oyun ölçeklerinin uzun vadeli etkileri daha derinlemesine incelenmelidir. Bu tür çalışmalar, oyunların bireylerin sosyal, bilişsel ve duygusal gelişiminde nasıl bir rol oynadığını anlamamızı kolaylaştıracaktır. Teknolojik gelişmelerin oyun ölçeklerine entegrasyonu da teşvik edilmelidir. Özellikle dijital oyunlara yönelik ölçeklerin, günümüz dijital dünyasında artan önemini yansıtır şekilde yeniden tasarlanması gereklidir.

Son olarak, uluslararası karşılaştırmalı araştırmalar yapılarak Türkiye’de geliştirilen oyun ölçeklerinin farklı kültürel bağlamlarda nasıl işlev gördüğü incelenmelidir. Bu, hem yerel ölçeklerin küresel boyutta geliştirilmesine katkı sağlayacak hem de oyunun kültürel dinamiklerini anlamamıza yardımcı olacaktır.

KAYNAKÇA

- Akçınar, S. (2018). Beden eğitimi öğretmenlerinin eğitsel oyun oynatma becerilerinin incelenmesi.
- Akın, A., Kaya, Ç., & Demirci, İ. (2015). Oyun Motivasyonu Ölçeği’nin geçerliği ve güvenilirliği. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(1). <https://doi.org/10.17860/efd.71814>
- Aktaş, İ., & Kan, A. (2018). Uluslararası spor organizasyonlarına yönelik tutum ölçeği geliştirme çalışması. Journal of Human Sciences, 15(4), 1817-1827.
- Aslan, Ö. M. (2017). 36-71 aylık çocuklar için oyun davranış ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Kastamonu Eğitim Dergisi, 25(3), 897-910.
- Ayrancı, M., & Aydın, M. K. (2022). Çocuklar için oyun ve duygu ölçeği (ODÖ-Ç): Türkçeye uyarlama, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Mediterranean Educational Research Journal/Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi, 16(42).
- Ayas, T., Çakır, Ö., & Horzum, M. B. (2011). Ergenler için bilgisayar bağımlılığı ölçeği. Kastamonu Eğitim Dergisi, 19(2), 439-448.
- Binark, M., & Bayraktutan-Sütçü, G. (2008). Kültür endüstrisi ürünü olarak dijital oyun. İstanbul: Kalkedon.
- Budak, K. S., & Işıkoğlu, N. (2022). Dijital oyun bağımlılık eğilimi ve ebeveyn rehberlik stratejileri ölçeklerinin geliştirilmesi. Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES), 55(3), 693-740.

- Çalışkan, M., & Şahin, A. (2022). Akıl ve zekâ oyunlarına yönelik veli tutum ölçeği. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(2), 1-13.
- Çetin, E. (2013). Tanımlar ve temel kavramlar, eğitsel dijital oyunlar. Ocak, M. A. (Ed.), Ankara: Pegem Akademi.
- Cömert, Z., & Samur, Y. (2023). Eğitsel oyunlarda akış deneyimi ölçeği geliştirme çalışması. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 21(3), 1933-1951.
- Çoban, G. Ş. A., Bozkurt, E., & Kan, A. (2019). The development of an attitude scale for educational games: The study of validity and reliability. *Turkish Studies-Educational Sciences*, 14(3), 287-302.
- Cook, J., & Sawyer, S. (2005). Benzerlik ve beslenme: Yabancılarla karşı empatinin iki olası kaynağı. *Temel ve Uygulamalı Sosyal Psikoloji*, 27(1), 15-25.
- Deniz, Z. (2007). Psikometrik ölçüm aracı uyarlama. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 40(1), 1-16.
- Erboy, E. (2010). İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Gökçearslan, Ş., & Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(14), 419-435.
- Hännikainen, M., Singer, E., & van Oers, B. (2013). Promoting play for a better future. *European Early Childhood Education Research Journal*, 21(2), 165-171.
- Hazar, M. (2015). A study of developing an attitudes scale of 18-22 age adults for playing games that contain physical activity improving the 18-22 age playing games scale 1. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 149-162.
- Hazar, Z., & Demir, G. T. (2018). Sınıf öğretmeni adaylarının oyun ve fiziksel etkinlikler dersine yönelik tutum ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 15(2), 1206-1215.
- Kafkas, M. E., & Binbaşıoğlu, H. (2015). Olimpiyat oyunları etki ölçeği'nin (OOEÖ-uzun versiyon) geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 26(2), 279-289.
- Karakoç, A. G. D. F. Y., & Dönmez, L. (2014). Ölçek geliştirme çalışmalarında temel ilkeler. *Tıp Eğitimi Dünyası*, 13(40), 39-49.
- Kaya, A. B. (2013). Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Keleş, S., & Yurt, Ö. (2017). An investigation of playfulness of pre-school children in Turkey. *Early Child Development and Care*, 187(8), 1372-1387.
- Kılıçoğlu, M. (2006). Anasınıfı, hazırlık ve ilköğretim birinci sınıflarda okuyan görme engelli öğrencilerin oyunlarının değerlendirilmesi: Karşılaştırmalı bir araştırma.
- Kurt, Ş. H. (2015). Farklı kültürlerde ebeveyn ve çocukların oyun algısına yönelik bir araştırma. (Yüksek Lisans), Çukurova Üniversitesi, Adana.

- İhsan, Ü. N. L. Ü., Meryem, A. K. M. S. A., & Sağırılı, Ö. (2019). Çocukların oyunlarına yönelik algıları ölçeği (ÇOYA) Türk kültürü uyarlama çalışması. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 4(57), 107-125.
- Sarıgöz, O., Bolat, Y., & Alkan, S. (2018). Digital educational game usage scale: Adapting to Turkish, validity and reliability study. *World Journal of Education*, 8(5), 130-139.
- Tavşancıl, E. (2002). Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi. 1. baskı. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Turan, Z. (2015). Beden eğitimi öğretmen adayları için halk oyunları dersi tutum ölçeğinin geliştirilmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 202-222.
- Ünsal, A., & Ulutaş, İ. (2019). Bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinin okul öncesi dönem çocuklarına uyarlanması.
- Ünüvar, P., & Kanyılmaz, E. S. (2017). 5-6 yaş çocukları için riskli oyuna izin verme ölçeğinin geliştirilmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(22), 510-523.
- Ulaş, M., & Ayan, S. (2016). Çocuk oyun alanları değerlendirme ölçeği: Geçerlik-güvenirlik çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 10-24.

**BEDEN EĞİTİMİ DERSİ ALANINDA GELİŞTİRİLMİŞ ÖLÇEKLER:
SİSTEMATİK BİR DERLEME (2009- 2024 Yılları Arası)**
SCALES DEVELOPED IN THE FIELD OF PHYSICAL EDUCATION COURSE: A
SYSTEMATIC REVIEW (Between 2009–2024)

Hasret TAN¹, Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ²

¹İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Orcid: 0009-0003-3864-3087

²İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Orcid: 0000-0002-0930-7178

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, 2009-2024 yılları arasındaki beden eğitimi ve spor dersi alanında geliştirilmiş ölçeklerin incelenmesidir. Bir sistematik derleme olan bu çalışmada ‘Google Akademik’ ve ‘Toad’ veri tabanları kullanılarak 175 makale elde edilip değerlendirilmeye uygun 20 makale ele alınmıştır. Elde edilen bulgular doğrultusunda beden eğitimi ve spor dersi alanında geliştirilen ölçekler lise ve ortaokul öğrencilerine uygun olup öğrencilerin daha çok duyuşsal alanlarına yönelik olduğu kanısına varılmıştır. Araştırma, beden eğitimi dersi ve yapısı gereği öğrencilere yönelik sadece duyuşsal alanda değil öğrencilerin gelişimlerini etkileyecek bilişsel, psikomotor gibi bir çok alanda da ölçek geliştirilip uygulanmasını vurgulamaktadır. Son olarak gelecekte yapılacak çalışmalara öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Ölçek, Beden Eğitimi, Beden Eğitimi ve Spor Dersi

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the scales developed in the field of physical education and sports lessons between the years 2009-2024. In this systematic review study, 175 articles were obtained using the ‘Google Scholar’ and ‘Toad’ databases and 20 articles suitable for evaluation were considered. In line with the findings obtained, it was concluded that the scales developed in the field of physical education and sports lessons were suitable for high school and middle school students and were more aimed at the affective areas of the students. The study emphasizes that scales should be developed and implemented not only in the affective area for physical education lessons and students due to their structure, but also in many areas such as cognitive and psychomotor that will affect the development of the students. Finally, suggestions for future studies were presented.

Keywords: Scale, Physical Education, Physical Education and Sports Lesson

GİRİŞ

Eğitim, ‘çocukların ve gençlerin toplum yaşayışında yerlerini almaları için gerekli bilgi, beceri ve anlayışları elde etmelerine, kişiliklerini geliştirmelerine okul içinde veya dışında, doğrudan veya dolaylı yardım etme ve terbiye’ olarak tanımlanmıştır (TDK, 2020).

Beden eğitimi, eğitimin vazgeçilmez, önemli bir unsuru olarak ifade edilmektedir. Bireyin oyun oynama hakkı, genel bedensel hareketleri serbest biçimde okul yaşantısı içinde yapabilmesinin güvence altına alınmasını sağlaması yanında öğrencinin faaliyetlerden zevk almasını da sağlar (Kaya, 2022).

Beden eğitimi fiziksel uygunluk, sağlık ve korunma alışkanlıklarının gelişimini sağlar. Beceri gelişimi ve zihinsel gelişim için olanaklar sağlar, demokratik süreçlere katkıda bulunur. Oyun eğitsel potansiyele sahip içgüdüsel bir dürtüdür ve beden eğitiminde uygulanan oyunların dinamik niteliği bireylerin daha uygun davranış biçimleri elde etmelerinde kullanılabilir (Bucher, 1979). Beden eğitimi amaçlarını gerçekleştirirken araç olarak insan doğasında var olan hareketleri kullandığı bilinmektedir (Balcıoğlu, Özbek, Sungur, Sivrikaya, Tekin, 2005).

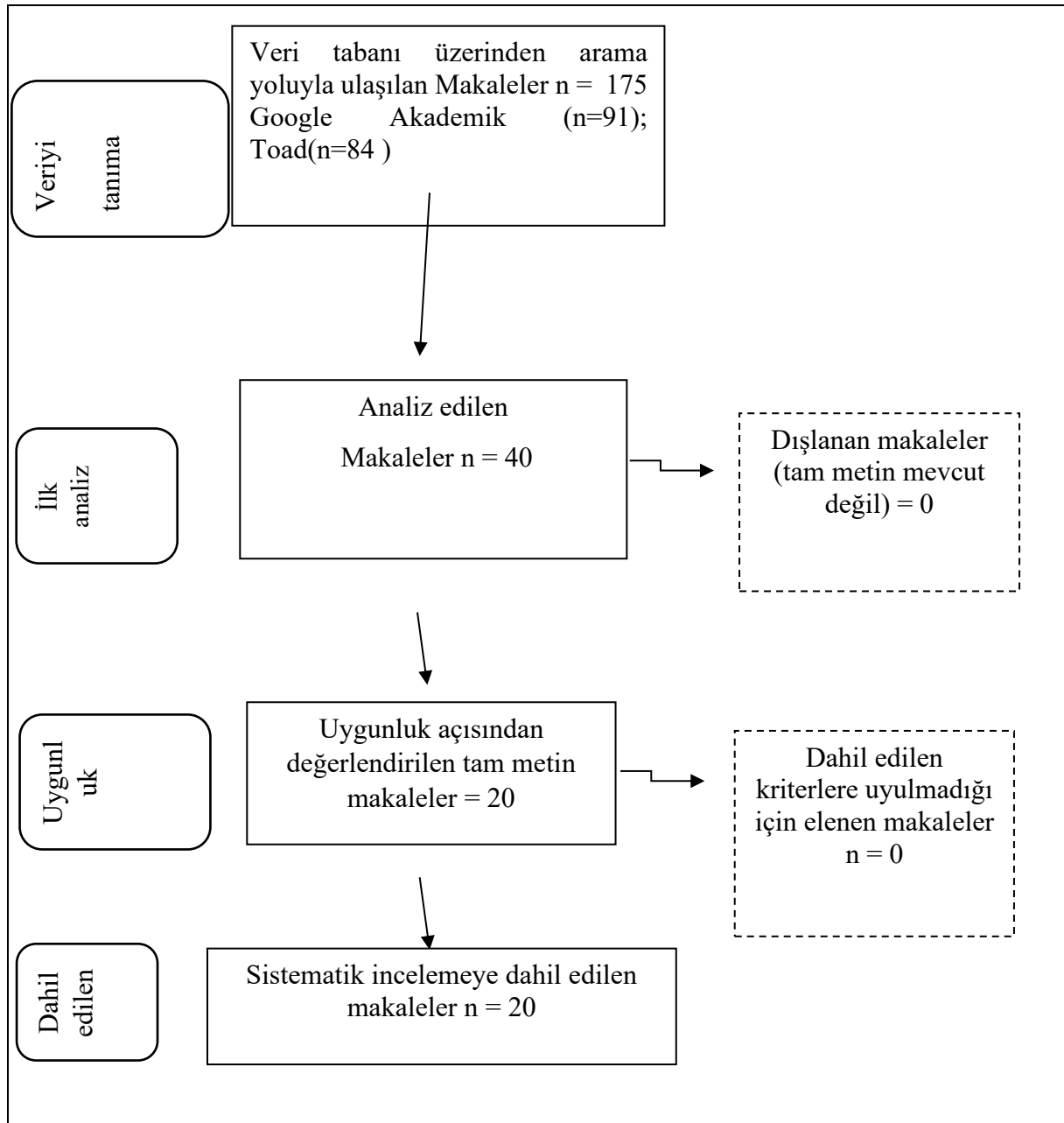
Yaşadığımız ortamda beden eğitimi ve spor, bireyin fiziksel, bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimini amaçlayan bilinçli ve planlı faaliyetler olarak görülmektedir, aynı zamanda yetişmekte olan nesillerin temel kaynağıdır ve genel eğitimin tamamlayıcısıdır. Çocukların kapsamlı bir şekilde gelişebilmeleri için, beden eğitiminin verimli bir biçimde uygulanması önemlidir. Beden eğitimi, yalnız bedensel değil, bunun yanında sosyal, bilişsel ve ruhsal gelişime de katkı sağlayarak genel ve nitelikli bir eğitimin ayrılmaz bir parçasıdır (Canakay, 2006; Baylan ve ark., 2012; Yıldırım ve Yetim, 1996). Kişilik ve karakter gelişimine önemli katkılarda bulunur. Güçlü bağlar kurabilme, takım ruhu, grup etkileşimi gibi özellikler, oyun ve spor alanlarında gözlemlenen niteliklerdir. Bu özellikler, kişilik gelişimine olumlu etkiler sağlar. Ekip arkadaşlarına ve rakibe uyum, toplumsal uyumun etkili bir şekilde sağlanmasına katkıda bulunur (İnal, 2003).

Yürütülen çalışma, Beden Eğitimi ve Spor Dersi alanında geliştirilen ölçekler konusunda makaleleri inceleyerek konuyla ilgili bir değerlendirme amaçlamaktadır. Bu çalışma akademik alandaki mevcut literatür boşlukları ve güçlü noktaları belirlemeyi amaçlamaktadır. Araştırma beden eğitimi dersi alanındaki yapılmış ölçekleri literatürü tarayarak ileri düzey akademik çalışmalara yönlendirilebilecek öneriler sunmayı hedeflemiştir.

YÖNTEM

Bu çalışma, ‘Beden Eğitimi’ ve ‘Beden Eğitimi ve Spor Dersi’ anahtar kelimeleri kullanılarak, türkçe kaynaklardan elde edilen makaleleri değerlendirmektedir. Bu verilere ulaşmak için Google Akademik ve Toad veri tabanları kullanılarak bir araştırma yapılmıştır. Araştırma sonucunda toplam 175 makale elde edilmiştir. Araştırmaların başlık ve özet incelemelerinden sonra uygunluk açısından 20 makale değerlendirilmeye alınmıştır.

Şekil 1. Makale seçim sürecinin PRİSMA akış şeması



BULGULAR

Tablo 1: Yıllara göre yayın sayısı

Yayın yılı	Yayın sayısı
2009-2013	6
2014-2018	3
2019-2024	11

Tablo 1’de beden eğitimi ve spor dersi alanında yapılan araştırmaların en fazla sırasıyla 2019-2024 (n=11), 2009-2013 (n=6), 2014-2018 (n=3), olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Yayın türü

Yayın türü	Yayın sayısı
Makale	20

Tablo 2’de beden eğitimi ve spor dersi alanında yapılan araştırmaların da 20 adet makale incelendiğini göstermektedir.

Tablo 3: Yazar sayısı

Yazar sayısı	Yazar sayısı
En az 1 yazarlı	6
En az 2 yazarlı	10
En az 3 yazarlı	2
En az 4 yazarlı	1
En az 5 yazarlı	1
En az 6 yazarlı	0

Tablo 3’ de beden eğitimi ve spor dersi alanında yapılan araştırmaların yazar sayısı en az sırasıyla sırasıyla 2 yazarlı (n=10), en az 1 yazarlı (n=6), en az 3 yazarlı (n=2), en az 4 yazarlı (n=1), en az 5 yazarlı (n=1), olduğu görülmekte, en az 6 yazarlı çalışmanın olmadığı görülmektedir.

Tablo 4: Örnekleme veya araştırma grubuna dahil edilen katılımcı sayısı

Katılımcılar	Katılımcı sayısı
1-50 katılımcı	0
51-100 katılımcı	1
101-150 katılımcı	0
151-200 katılımcı	3
201-250 katılımcı	2
251-300 katılımcı	3
301 katılımcı ve üzeri	11

Tablo 4’te beden eğitimi ve spor dersi ile ilgili yapılan araştırmalarda örneklem sayıları görülmektedir. Bu bağlamda araştırmalarda (n= 11) en fazla tercih edilen örneklem sayısının n=301 ve üzeri olduğu görülmektedir.

Tablo 5: Beden Eğitimi ve Spor Dersi Alanında Yapılmış Çalışmaların Analizi

Sıra	Yazar adları, yılı	Ölçeğin adı	Kime yönelik	Kaç soru	Alt boyutları	Ölçekleme türü	Diğer ölçeklerle ilişkisi
1	Yakup KOÇ (2013)	Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranış Ölçeği	Ortaokul Öğrencileri	22 Madde	1-Olumlu 2-Olumsuz	5’li Likert	1-Beden Eğitimi ve Spor Tutum Ölçeği 2-Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği 3-Spora Katılım Güdüsü Ölçeği
2	Sinan UĞRAŞ, Varol TUTAL (2021)	Beden Eğitimi ve Spor Dersi Memnuniyet Ölçeği	Ortaokul Öğrencileri	22 Madde	1- Öğretmen Memnuniyeti (8 Madde) 2- Tesis ve spor malzemesi memnuniyeti(7 Madde) 3- Ders Memnuniyeti(7 Madde)	5’li Likert	
3	Mehmet CEYLAN, Ünal KARLI (2024)	Beden Eğitimi İçin Başarı Duyguları Ölçeği	Ortaokul Öğrencileri	24 Madde	1- Gurur(4 Madde) 2- Eğlence/ Zevk(4 Madde) 3- Öfke(4 Madde)	5’li Likert	

					4- Kaygı(4 Madde) 5- Umutsuzluk(4 Madde) 6- Sıkınlık(4 Madde)		
4	Mehmet Akif YÜCEKAYA, Ahmet Enes SAĞIN, Mehmet GÜLLÜ (2022)	Beden Eğitimi ve Spor Dersi Lise Değer Ölçeği	Lise Öğrencileri	28 Madde	1- Başarı(7Madde) 2- Saygı(5 Madde) 3- Milli Kültür ve Beraberlik(4 Madde) 4- Sportmenlik (5 Madde) 5-Spor Kültürü(7 Madde)	5’li Likert	
5	Hande Büşra EREN, Yağmur GÜLER , Damla GÜLER , Ömay ÇOKLUK BÖKEOĞLU , Semiyha TUNCEL (2022)	Çevrim İçi Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Öğrenci Memnuniyet Ölçeği	Çevrim içi Beden Eğitimi ve Spor dersi alan 953 öğrenci	25 Madde	1- Öğrenci-İçerik Etkileşimi (10 Madde) 2- Öğrenci-Öğrenci Etkileşim(7 Madde) 3- Öğrenci-Öğretmen Etkileşim (4 Madde) 4- Öğrenci-Arayüz Etkileşim (4 Madde)	5’li Likert	

6	Erman ÖNCÜ, Özbay GÜVEN (2011)	Beden Eğitimi Dersine Yönelik Ana- Baba Tutum Ölçeğinin Geliştirilmesi	Anne- Babalara	21 Madde	4 Faktörlü	5'li likert	1-Ders Dışı Sportif Etkinliklere Yönelik Ebeveyn Tutum Ölçeği
7	Mehmet GÜLLÜ, Mehmet GÜÇLÜ (2009)	Ortaöğretim Öğrencileri İçin Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği	Lise öğrencileri	35 Madde	Tek boyutlu	5'Li likert	1-Akademik başarı motivasyonları ölçeği 2-Oxford mutluluk ölçeği 3-Okula bağlanma ölçeği 4-Öğrenmeye İlişkin Motivasyonel Stratejiler Ölçeği, 5-Beden Eğitiminde Durumsal Güdülenme Ölçeği 6-Fiziksel Aktiviteye katılım ölçeği
8	Nazmi BAYKÖSE (2015)	Kendinle Konuşma Ölçeğinin Beden Eğitimi Dersi için Geçerlilik ve Güvenirliliği	14-19 Yaşlarındaki Öğrenciler	11 Madde	1-Motivasyonel İşlev Alt Boyutu 2-Bilişsel İşlev Alt Boyutu	5'li Likert	1-Algılanan Stres Düzeyi Ölçeği

9	Özer YILDIZ, Özbay GÜVEN (2013)	Beden Eğitimi Dersi Öğrenci Değer Yönelimi Ölçme Aracının Geliştirilmesi	Ortaokul ve Lise Öğrencileri	28 Madde	1-Sportif Erdem (7Madde) 2-Dayanışma(3Madde) 3-Özgüven(4Madde) 4-Duyarlı Olma(4 madde) 5-Sorumluluk (5Madde) 6-Milli Kültür(5 Madde)	5'li Likert	1-Sporcu Değer Yönelimi Ölçeği
10	Yaprak Kalemoglu VAROL (2014)	Beden Eğitimi Sürekli Kaygı Ölçeği	Lise Öğrencileri	18 Madde	1-Somatik Endişe(6 Madde) 2-Bilişsel Süreçler (6 Madde) 3-Endişe (6 Madde)	4'lü Likert	
11	Gökhan DELİCİOĞLU (2017)	Orta Öğretim 1. Sınıf Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği	Orta Öğretim 1. Sınıf Öğrencileri	34 Madde	1-Duyuşsal (17 Madde) 2-Davranışsal Boyut (17 Madde)	5'li Likert	1-Spora Yönelik Tutum Ölçeği 2-Ortaöğretim Öğrencileri için Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği
12	Hüseyin Fatih KÜÇÜKBİŞİ, Yasin ALTIN, Burhan ÖZTÜRK (2023)	Beden Eğitiminde Kişilerarası Davranışlar Ölçeği	Ortaokul ve Lise Öğrencileri	12 Madde	3 Destekleyici Boyut 3 Engelleyici Boyut	7'li Likert	

13	Hüseyin ÜNLÜ (2015)	Beden Eğitimi Dersi Yatkınlık Ölçeği		11 Madde	1-Beden Eğitimi dersine verilen değer(6 Madde) 2-Beden Eğitimi dersine yönelik algılanan yetenek(5 madde)	5'li Likert	
14	Derya SAKALLI, Fatma İlker KERKEZ (2021)	Beden Eğitiminde İhtiyaç Destekleyici Öğretim Stili Ölçeği	Ortaokul Öğrencileri	15 Madde	1-Özerklik 2-Yeterlik 3-İlişkili Olma	7'li Likert	1-Beden Eğitimi Dersi Yatkınlık Ölçeği
15	Mehmet YANIK, Hatice ÇAMLIER (2013)	Ortaöğretimde Beden Eğitimi Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği	11. Sınıf Öğrencileri	18 Madde	1-İlgi 2-Beklenti 3-Güven	5'li Likert	
16	E.Nilay DAŞDAN ADA, F.Zişan KAZAK ÇETİNKALP, F . Hülya AŞÇI, M. Ersin ALTIPARMAK (2012)	Durumsal Güdülenme Ölçeği	12-15 Yaşlarındaki Öğrenciler	16 Madde	1-İçsel güdülenme (4 Madde) 2-Özdeşimle düzenleme (4 Madde) 3-Dışsal düzenleme (4 Madde) 4-Güdülenmeme(4 Madde)	7'li Likert	1-Kendinle Konuşma Ölçeği 2-Beden Eğitimi Motivasyon Ölçeği

17	Sinan UĞRAŞ, Şakir SERBES (2019)	Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Ölçeği	Ortaokul Öğrencileri	9 Madde	Tek Boyutlu	5'li Likert	1- Beden Eğitimi ve Spor Dersi Memnuniyet Ölçeği
18	Gönül TEKKURŞUN DEMİR , Halil İbrahim CİCİOĞLU (2022)	Beden Eğitimi Dersine Katılım Motivasyonu Ölçeği	12-18 Yaşlarındaki Öğrenciler	13 Madde	1-İçsel motivasyon (4 Madde, 2-Dışsal motivasyon (5 Madde) 3-Motivasyonsuzluk (4 madde)	5'li Likert	
19	Sinan UĞRAŞ, Cenk TEMEL (2020)	Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlgili Ölçeği	Ortaokul Öğrencileri	10 Madde	Tek Boyutlu	5'li Likert	
20	Elif Nilay ADA (2021)	Uzaktan Eğitime Özgü Beden Eğitimi Dersi Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği	Ortaokul Öğrencileri	9 Madde	1-Özerklik 2-Yeterlik 3-İlişkili Olma	5'Li Likert	

Tablo 5’de beden eğitimi ve spor dersi ile ilgili yapılan çalışmalarda Tutum Ölçeği (Güllü ve Güçlü, 2009) , Ana- Baba Tutum Ölçeğinin Geliştirilmesi (Öncü ve Güven, 2011), Durumsal güdülenme ölçeği (Çetinkalp ve ark. 2012), Beden Eğitimi Öğretmenlik mesleğine yönelik tutum ölçeği (Yanık ve Çamlıyer, 2013), Beden eğitimi dersi öğrenci değer yönelimi ölçeği aracının geliştirilmesi (Yıldız ve Güven, 2013), Sportmenlik Davranış Ölçeği (Koç, 2013), Beden Eğitimi sürekli kaygı ölçeği (Varol, 2014), Beden eğitimi dersi yatkınlık ölçeği (Ünlü ve ark. 2015), Kendinle konuşma ölçeği (Bayköse, 2015), Beden eğitimi dersi mutluluk ölçeği(Uğraş ve Serbes, 2019), Beden eğitimi ve spor dersine ilgi ölçeği(Uğraş ve Temel, 2020), Beden eğitimi ve spor dersi memnuniyet ölçeği (Uğraş ve Tural, 2021), Beden eğitiminde ihtiyaç destekleyici öğretim stili ölçeği (Sakallı ve Kerkez, 2021), Uzaktan Eğitime Özgü Beden Eğitimi Dersi Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği (Ada, 2021), Motivasyon Ölçeği(Demir ve Cicioğlu, 2022), Çevrimiçi beden eğitimi ve spor dersine yönelik öğrenci memnuniyet ölçeği (Eren ve ark. 2022), Beden eğitimi ve spor dersi lise değer ölçeği (Yücekaya ve ark. 2022), Kişilerarası davranışlar ölçeği (Küçükbişi ve ark. 2023), Beden eğitimi için başarı duyguları ölçeği (Ceylan ve Karlı, 2024) gibi ölçekler üzerine odaklanıldığı görülmektedir.

Tablo 7’de örneklem ve katılımcı grupları incelendiğinde 19 çalışmanın katılımcı grubunun öğrencilerden, 1 çalışmanın ise anne-babalardan oluştuğu görülmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Beden eğitimi ve spor dersi öğrencilerin bir çok gelişim alanını etkiler bunlar psikomotor alan, duyuşsal alan ve bilişsel alan olarak söylenebilir. Öğrencileri değerlendirirken de bu alanların hepsine bakılmalıdır sadece psikomotor alanından gidilmemelidir.

Beden eğitimi ve spor dersi alanında birçok ölçek geliştirilmiştir fakat bu ölçeklerin çoğu duyuşsal, psikolojik alanla ilgilidir. Bu ölçeklerin tutum, motivasyon, memnuniyet ve kaygı gibi konulara odaklanıldığı görülmektedir. Ölçeklerin sadece bu alanlara değil de daha farklı alanlarda da geliştirilmesi beklenebilir. 2009-2024 yılları arasında yapılan ve seçilmiş ölçekler arasında en fazla çalışmanın 2019-2024 arasında yapıldığı ve en çok 5’li likert tipi ölçeklerin kullanıldığı, araştırmalarının çoğunun makale türünde olduğu ve örneklem gruplarının çoğunlukla ortaokul ve lise öğrencileri olduğu görülmüştür.

Öneri olarak; Nicel araştırmaların çoğunlukta olduğu ve bunlara ek olarak paydaşların, velilerin ve öğrencilerin görüşleri de dinlenebilir. Bu ölçeklerin öğrencilere yönelik olmasının yanı sıra beden eğitimi öğretmenlerine ve antrenörlere uygulanabilir hale getirilmesi ve ölçeklerin belirli bir zaman sonra geçerlilik ve güvenirliklerini koruyup korumadıklarına bakılması söylenebilir.

Öğrencilerin psikomotor, bilişsel ve duyuşsal alanlarını ölçmek için uzun vadeli ölçekler geliştirilebilir. Ülkemizde yaşanan bir çok felaketten dolayı o zamanlarda öğrencilerin birçoğu uzaktan eğitim ile eğitimlerine devam etti bu ve bunun gibi sebeplerden dolayı eğitim açısından ülkemizde teknoloji kullanımı arttı bunun için bu dönemlerde göz önünde bulundurularak ölçeklerin çevrim içi eğitim hayatında da uygulanabilir hale getirilmesi ve çevrim içi eğitim içinde beden eğitimi dersi ve bir çok derste yeni ölçekler geliştirilmesi söylenebilir.

Son olarak beden eğitimi derslerinde öğretmenlerin ders planlamalarında, uygulama yaptırımlarında ve öğrencilere bunları nasıl daha iyi aktarıp öğretebileceklerine yönelik daha kapsamlı ölçekler geliştirilebilir.

KAYNAKLAR

- Koç, Y. (2013). Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ): Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi Cilt:15 Sayı:1.
- Uğraş, S. ve Tural, V. (2021). Beden Eğitimi ve Spor Dersi Memnuniyet ölçeği geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 12(2),
- Karlı, Ü. ve Ceylan, M. (2024). Beden Eğitimi için Başarı Duyguları Ölçeği'nin (BE-BDÖ) Türkçeye Uyarlanması. Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi Cilt:9, Sayı: 2.
- Güllü, M., Sağın,E.A., Yücekaya, A. M. (2022). Beden Eğitimi ve Spor Dersi Lise Değer Ölçeği: Geçerlik ve Güvenilirlik Çalışması. Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi Cilt:7 Sayı: 2.
- Eren, B.K., Güler, Y. , Güler, D. , Bökeoğlu, Ö. ve Tuncel, S. (2022). Çevrimiçi Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Öğrenci Memnuniyet Ölçeğinin Geliştirilmesi. Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi Cilt: 4, Sayı: 2.
- Öncü, E. ve Güven, M. (2011). BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK ANA-BABA TUTUM ÖLÇEĞİNİN GELİŞTİRİLMESİ. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi Cilt 5, Sayı 3,
- Güllü, M. ve Güçlü, M. (2009). Ortaöğretim öğrencileri için beden eğitimi dersi tutum ölçeği geliştirilmesi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 3(2), 138-152.
- Bayköse, N. (2015). Kendinle Konuşma Ölçeği'nin (KKÖ) Beden Eğitimi Dersi İçin Geçerlilik ve Güvenilirliği. Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Cilt: 2 Sayı: 1

Yıldız, Ö. ve Güven, Ö. (2013). Beden Eğitimi Dersi Öğrenci Değer Yönelimi Ölçme Aracının Geliştirilmesi, Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi, Cilt:4, Sayı:11,

Varol, Y. K. (2014). Beden Eğitimi Sürekli Kaygı Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması:Geçerlik ve güvenirlik çalışması. International Journal of Human Sciences, Cilt:11 Sayı:2

Deliceoğlu,G. (2018). Orta öğretim birinci sınıf öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 12(1)

Küçükbiş, H. F., Altın, Y., & Özkurt, B. (2024). Beden Eğitiminde Kişilerarası Davranışlar Ölçeği: Türkçe'ye uyarlama geçerlilik ve güvenirlik çalışması. Cumhuriyet Uluslararası Eğitim Dergisi, 13(1)

Erbaş, M. K., Ünlü, H. ve Kalemoglu-Varol, Y. (2015). Turkish Conformation of the Physical Education Predisposition Scale: A validity and reliability study. Journal of Educational Sciences Research, 5(1)

Sakallı, D. & Kerkez, F. İ. (2021). Beden eğitiminde ihtiyaç destekleyici öğretim stili ölçeğinin Türkçeye uyarlanması. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(2)

Eren, B.K., Güler, Y. , Güler, D. , Bökeoğlu, Ö. ve Tuncel, S. (2022). Çevrim İçi Beden Eğitimi ve Spor Dersine Yönelik Öğrenci Memnuniyet Ölçeğinin Geliştirilmesi. Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi Cilt: 4, Sayı: 2.

Yanık, M. ve Çamlıyer, H. (2013). Ortaöğretimde Beden Eğitimi Öğretmenlik Mesleğine Yönelik Tutum Ölçeği geliştirilmesi. International Journal of Human Sciences, 10(2)

Daşdan-Ada, E. N., Aşçı, F. H., Kazak-Çetinkalp, F. Z. ve Altıparmak, M. E. (2012) Durumsal Güdülenme Ölçeği'nin (DGÖ) beden eğitimi ders ortamı için geçerlik ve güvenirliği. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 10(1),

Uğraş, S. ve Serbes, Ş. (2019). Beden Eğitimi Dersi Mutluluk Düzeyi Ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması. Journal of Global Sport and Education Research, 2(2),

Tekkurşun Demir, G. & Cicioğlu, H. İ. (2023). Beden Eğitimi Dersine Katılım Motivasyonu Ölçeği'nin (BEDKMÖ) geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenirlik çalışması . Balıkesir Sağlık Bilimleri Dergisi , 12 (1)

Uğraş, S. ve Temel, C. (2020). Beden Eğitimi ve Spor Dersine İlgi Ölçeği (BEDİÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 5(4),

Ada, E. N. (2021). Uzaktan Eğitime Özgü Beden Eğitimi Dersi Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeği geliştirme çalışması. Türkiye Spor Bilimleri Dergisi, 5(1)

Solakumur, A. (2017). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin yansıtıcı düşünme eğilimleri ile yansıtma yetenekleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Bartın Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Kuter, F. ve Kuter, M. (2012). Beden Eğitimi ve Spor Yoluyla Değerler Eğitimi. Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi Cilt: 3 Sayı : 6 75-94

Kaş, B., & Köktürk, Ş. (2021). Akademik Çeviri Programları Kapsamında Eğitim, Öğretim, Eğitim Programı ve Öğretim Programı Kavramlarının Değerlendirilmesi. Toplum Ve Kültür Araştırmaları Dergisi(8).

Baylan, G., Gürkan, H., & Güllü, M. (2012). Beden eğitimi öğretmenlerinin değerler eğitimi sürecindeki rolüne ilişkin öğrenci görüşleri. Spor Bilimleri Dergisi, 23(2), 58–70.

Canakay, S. (2006). Beden eğitimi ve sporda eğitimin önemi. Ankara: Gazi Kitabevi.

İnal, A. (2003). Beden eğitimi derslerinin ilköğretim öğrencilerinin sosyal gelişimine etkisi. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

**2015-2025 YILLARI ARASINDA FİZİKSEL AKTİVİTE İLE İLGİLİ
YAPILAN ÇALIŞMALARIN SİSTEMATİK İNCELENMESİ**
SYSTEMATIC REVIEW OF STUDIES ON PHYSICAL ACTIVITY BETWEEN
2015-2025

Aslı ERDOĞAN

İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
ORCID ID: 0009 0004-9434-3342

Assoc. Prof. Yahya DOĞAR

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID:0000-0002-1068-2266

Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID ID: 0000-0002-0930-7178

ÖZET

Bu sistematik derleme çalışması, 2015-2025 yılları arasında Türkiye'de fiziksel aktivite konulu yapılmış yüksek lisans tezleri, doktora tezleri ve makaleleri incelemektedir. Google Akademik ve Ulusal Tez Merkezi veritabanları kullanılarak gerçekleştirilen tarama sonucunda 13 yüksek lisans tezi, 3 doktora tezi ve 6 makale olmak üzere toplam 22 çalışma analiz edilmiştir. Çalışmaların çoğunun 2020-2024 yılları arasında yayınlandığı görülmektedir. Analiz edilen yayınlarda, fiziksel aktivitenin farklı yaş grupları, cinsiyetler ve sosyoekonomik durumlar üzerindeki etkileri araştırılmış; fiziksel aktivite ile zihinsel dayanıklılık, madde bağımlılığı, akademik öz yeterlilik, uyku kalitesi, beslenme tutumu, stres, kaygı, depresyon gibi psikolojik ve davranışsal değişkenler arasındaki ilişkiler detaylı olarak ele alınmıştır. Araştırmalarda kullanılan veri toplama araçları oldukça çeşitlidir. Sıklıkla kullanılanlar arasında "Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (IPAQ)", "Fiziksel Aktivite Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ)", "Zihinsel Dayanıklılık Envanteri", "Yeme Tutumu Testi", "Depresyon-Anksiyete-Stres Ölçeği" ve "Yaşam Kalitesi Ölçekleri" yer almaktadır. Çalışmalarda yer alan örneklem büyüklükleri çoğunlukla 300 ve üzeri katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Yazar unvanlarına bakıldığında tez danışmanlarının büyük çoğunluğunun Doçent ve Profesör unvanına sahip olduğu tespit edilmiştir. Bulgular, fiziksel aktivitenin birçok değişkenle pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca kadınların fiziksel aktiviteye katılımının öznel iyi oluşlarını artırdığı ve öğretmenlerde fiziksel aktivite ile iş performansı arasında olumlu bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, fiziksel aktivitenin hem bireysel sağlık hem de toplumsal refah açısından önemi bu derlemede net biçimde ortaya konulmuştur. Gelecek çalışmalarda ekonomik durum, obezite, hareketsizlik, akademik kaygı gibi güncel problemlerle fiziksel aktivite arasındaki ilişkilerin daha kapsamlı şekilde incelenmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Fiziksel aktivite, dayanıklılık, yeterlilik, hareket

ABSTRACT

This systematic review study examines master's theses, doctoral dissertations and articles on physical activity conducted in Türkiye between 2015-2025. As a result of the search conducted using Google Scholar and National Thesis Center databases, a total of 22 studies were analyzed, including 13 master's theses, 3 doctoral dissertations and 6 articles. It is seen that most of the studies were published between 2020-2024. In the analyzed publications, the effects of physical

activity on different age groups, genders and socioeconomic status were investigated; the relationships between physical activity and psychological and behavioral variables such as mental toughness, substance abuse, academic self-efficacy, sleep quality, nutritional attitudes, stress, anxiety and depression were discussed in detail. The data collection tools used in the studies are quite diverse. Frequently used ones include "International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)", "Physical Activity Participation Motivation Scale (PAQM)", "Mental Endurance Inventory", "Eating Attitudes Test", "Depression-Anxiety-Stress Scale" and "Quality of Life Scales". The sample sizes in the studies were mostly carried out with 300 or more participants. When the author titles were examined, it was determined that the majority of thesis advisors had the title of Associate Professor and Professor. The findings show that physical activity is positively related to many variables. In addition, it was determined that women's participation in physical activity increases their subjective well-being and that there is a positive relationship between physical activity and job performance in teachers. As a result, the importance of physical activity in terms of both individual health and social welfare has been clearly demonstrated in this review. It is recommended that the relationships between current problems such as economic status, obesity, inactivity, academic anxiety and physical activity be examined more comprehensively in future studies.

Keywords: Physical activity, endurance, competence, movement

GİRİŞ

Fiziksel aktivite, insan vücudunda iskelet kaslarının kasılması ile meydana gelen, enerji harcanmasını gerektiren her türlü hareketi ifade eder. Bu hareketlerin sonucunda kalp atım hızında artış, solunumda hızlanma ve vücutta yorgunluk gibi fizyolojik değişiklikler gözlemlenir (Baltacı ve ark., 2008). Bu kapsamda egzersiz, oyun ve gün içinde yapılan çeşitli aktiviteler fiziksel aktivite olarak kabul edilmektedir. Bireylerin gün içerisinde fiziksel olarak aktif olabilecekleri temel alanlar vardır. Bunlar; İşyeri, ulaşım (yürüme, bisiklet kullanma, vb.),ev içi işler, boş zaman aktiviteleridir (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2014).

Günümüz modern yaşamı, teknolojik gelişmelerin etkisiyle fiziksel aktivite gereksinimini azaltmakta, bu da sedanter yaşam biçiminin yaygınlaşmasına neden olmaktadır (Kaymaz ve İrez, 2016).

Fiziksel aktivite yetersizliği, kronik arter hastalığı ve düşük sosyoekonomik düzeyden etkilenen diğer hastalıkların sıklığını artırmaktadır (Savcı ve ark, 2006). Bu nedenle, kronik hastalıklardan korunmak için gerekli olan fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi amacıyla çok sayıda fiziksel aktivite değerlendirme yöntemi geliştirilmiştir.

Fiziksel aktivitenin yararları dikkate alındığında, daha sağlıklı bireyler ve daha sağlıklı toplumlar için, bireylerin en uygun düzeyde fiziksel aktiviteye teşvik edilmeleri gerekmekte olup yaşam süresinin uzatılması, kaliteli yaşam için bunun gerekliliğini ortaya koymaktadır (Yüksel, 2001).

Günümüzde yaşam kalitesini arttırarak yaşamak, uzun yaşamak kadar önemli bir konu haline gelmiştir. Sağlıklı yaşlanmak ve yaşa bağlı oluşabilecek sağlık risklerini çeşitli yöntemlerle en aza indirebilmek için temel etkenler beslenme ve fiziksel aktivitelerdir (Vural ve ark, 2010).

Bu çalışmanın amacı Türkiye’de yapılan fiziksel aktivite ile ilgili tez, makale vb. araştırmalardaki erkek, kadın, yaş, öğrenim durumları, iş durumları, spor yapma durumları, fiziksel aktivite ile farklı alanlarda geliştirilen ölçeklerle arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Sistemantik derleme tekniğiyle hazırlanan bu çalışma, "FİZİKSEL AKTİVİTE" anahtar kelimesi kullanılarak, 2015 ile 2025 yılları arasında Türkçe kaynaklardan elde edilen yüksek lisans tezleri, doktora tezleri ve makaleleri değerlendirmektedir. Bu verilere erişim için Google Akademik ve Ulusal Tez Merkezi veri tabanları kullanılarak kapsamlı bir araştırma yapılmıştır. Başlık ve özet incelemelerinden sonra, vurgu yapılacak ana temasının fiziksel aktivite olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya 13 yüksek lisans tezi, 3 doktora tezi ve 6 makale dahil edilerek analiz aşamasında geçilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1: Yıllara göre yayın sayısı

Yayın yılı	Yayın sayısı
2015-2019	6
2020-2024	12
2025	4

Tablo 1’de fiziksel aktivite alanında yapılan araştırmaların sırasıyla 2015-2019 (n=6), 2020-2024 (n=12), 2025 (n=4) olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Yayın türü

Yayın türü	Yayın sayısı
Yüksek Lisans tezi	13
Doktora tezi	3
Makale	6

Tablo 2’de fiziksel aktivite alanında yapılan araştırmaların yayın türü Makale (n=6), Yüksek Lisans tezi (n=13), Doktora Tezi (n=3), olduğu görülmektedir.

Tablo 3: Yazar unvan türü

Tez Danışman unvan türü	Tez Danışman unvan sayısı
Profesör Doktor	5
Doçent Doktor	9
Doktor Öğretim Üyesi	2

Tablo 3'te Fiziksel aktivite alanında yapılan tez araştırmalarında danışman unvan sayıları görülmektedir. Tez danışman ünvan sayıları sırasıyla Profesör Doktor (n=5), Doçent Doktor (n=9) ve Doktor Öğretim Üyesi (n=2) olduğu görülmektedir.

Tablo 4: Yazar sayısı

Yazar sayısı	Yazar sayısı
1 yazarlı	16
2 yazarlı	1
3 yazarlı	4
4 yazarlı	0
5 yazarlı	0
6 yazarlı	1

Tablo 4' de fiziksel aktivite alanında yapılan araştırmaların yazar sayısı en fazla 1 yazarlı (n=16), en az 4 ve 5 yazarlı (n=0) olduğu görülmektedir.

Tablo 5: Örneklem veya araştırma grubuna dahil edilen katılımcı sayısı

Katılımcılar	Katılımcı sayısı
1-50 katılımcı	0
51-100 katılımcı	1
101-150 katılımcı	1
151-200 katılımcı	1
201-250 katılımcı	1
251-300 katılımcı	3
301 katılımcı ve üzeri	15

Tablo 5'te fiziksel aktivite ile ilgili yapılan araştırmalarda örneklem sayıları görülmektedir. Bu bağlamda araştırmalarda en fazla tercih edilen örneklem sayısının 301 katılımcı ve üzeri (n=15) olduğu, tercih edilmeyen örneklem sayısının 1-50 katılımcı (n=0) olduğu görülmektedir.

Tablo 6: Fiziksel aktivite ile İlgili Yapılmış Çalışmaların Analizi

Yazar-Yıl	Araştırmanın amacı	Örneklem- Katılımcı grubu	Veri toplama aracı	Sonuç
ZEYNEP TAŞCI-2025	Spor bilimleri fakültesi	Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri	"Sporda Zihinsel Dayanıklılık	Hem erkek hem de kadın öğrencilerde fiziksel aktivite düzeyi

	öğrencilerinin zihinsel dayanıklılık ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi	Fakültesinin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği, Antrenörlük Eğitimi ve Rekreasyon bölümlerinin 1, 2, 3 ve 4'üncü sınıflarından 179 kadın ve 182 erkek olmak üzere toplam 361 öğrenciden toplanmıştır.	Envanteri (SZDE)" ile "Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA).	arttıkça sporda zihinsel dayanıklılığın da arttığı söylenebilir.
ENGİN EYLÜL-2025	Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun oynama motivasyonları ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının incelenmesi	Ankara'nın merkez ilçelerinde öğrenim gören 1034 ortaokul öğrencisi	"Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (DOOMÖ)" ve "Fiziksel Aktivite Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ)"	Oyunlaştırılmış fiziksel aktivitelerin öğrencilerde hem dijital oyun motivasyonları hem de fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları açısından dengeli bir yaşam tarzı geliştirilmesinde etkili bir araç olabileceğini göstermektedir.
YUSUF CEYLAN-2025	Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılım düzeylerinin madde bağımlılığından korunma öz yeterliklerine etkisi	Mardin Artuklu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda 2023-2024 eğitim öğretim döneminde 248 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir	Madde Bağımlılığından Korunma Öz-Yeterlik Ölçeği Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi Kısa Formu	Öğrencilerin fiziksel aktivite düzeyi ile madde bağımlılığından korunma öz yeterliği arasında düşük düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Öğrencilerin spora kanalize olmaları, sporla uzun süreli ilgilenmeleri madde bağımlılığından korunma öz yeterliklerini artırdığı düşünülmektedir.
DENİZ YEŞİLCAN-2025	Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sağlıklı beslenme tutumu ve fiziksel aktivite alışkanlıklarının iş performansına etkisi	Bingöl İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı merkez ve ilçelerdeki okullarda görev yapan BEÖ oluşturmaktadır. Çalışmaya 29 kadın 111 erkek olmak üzere toplam 140 öğretmen gönüllü olarak katılmıştır.	"Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği" "Fiziksel Aktivite Alışkanlığı Anketi" İş Performansı Ölçeği	Araştırma sonucunda, sağlık beslenme tutumlarının ve fiziksel aktivite alışkanlığı olan BES öğretmenlerinin iş performanslarını olumlu yönde etkileyebileceği sonucuna ulaşılmıştır.
MAHMUT BOZYİL-2024	Lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının bilişsel davranışçı fiziksel aktivite düzeylerine etkisinin incelenmesi	2023-2024 eğitim öğretim yılında Tokat Merkez ve Tokat Artova İlçesinde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı devlet okulunda öğrenim görmekte olan 600 lise öğrencilerinden oluşmaktadır.	"Fiziksel Aktiviteye Katılım Motivasyonu Ölçeği" (FAKMÖ) "Bilişsel Davranışçı ve Fiziksel Aktivite Ölçeği" (BDAFÖ)	Araştırma sonuçlarına göre, FAKMÖ'nün bireysel nedenler ve çevresel nedenler alt boyutlarının bilişsel,davranışçı.fiziksel aktivite ölçeğinin sonuç beklentisi alt boyutunun üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu; nedensizlik alt boyutunun sonuç beklentisi alt boyutunun üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı, FAKMÖ'nin bireysel..nedenler ve çevresel nedenler alt boyutlarının BDAFÖ'nin öz düzenleme alt boyutu üzerinde anlamlı bir

				etkisinin olduğu; nedensizlik alt boyutunun öz düzenleme alt boyutu üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı, FAKMÖ'nin çevresel nedenler ile nedensizlik alt boyutlarının BDAFÖ'nin kişisel engeller alt boyutu üzerinde anlamlı bir etkisinin olduğu; bireysel nedenler alt boyutunun kişisel engeller alt boyutu üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür.
RAHİME SAPAK-2024	Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin vücut kitle indeksi fiziksel aktivite düzeyleri ve yeme tutumları arasındaki ilişki	296 üniversite öğrencisi 133 kız, 156 erkek katılımcı katılmıştır.	Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi Kısa Formu (IPAQ), Yeme Tutumu Testi (YTT)	Gençlerin yanlış beslenme tutumlarından kaynaklanan yeme bozukluklarının önüne geçebilmesi için doğru beslenme bilgisine sahip olmaları gerekmektedir. Bilinçli doğru bir beslenme bilgisine ve yeme tutumuna sahip olma gerekliliği çeşitli yollarla anlatılmalıdır.
UĞUR DARBAŞ-2024	Lise öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik öz yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi	2022-2023 eğitim öğretim döneminde Elazığ Karakoçan Anadolu Lisesinde öğrenim gören 556 öğrenci 208 kadın 135 ise erkek öğrenci	Adölesanlar İçin Fiziksel Aktivite Ölçeği ve Akademik Öz Yeterlilik Ölçeği	Sonuç olarak bulgulardan elde edilen sonuçlar incelendiğinde; lise öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri ile akademik öz yeterlilikleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.
MUHAMMED SABRİ SANCAR-2024	Fiziksel aktivite düzeyi ile depresyon, stres ve kaygı ilişkisinin incelenmesi	80'i erkek 130'u kadın toplam 210 amatör sporcu katılım sağlamıştır.	"Depresyon Anksiyete Stres Ölçeği" ve "Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi"	Sonuç olarak, fiziksel aktivitenin depresyon, kaygı ve stres üzerinde olumlu etkisinin olduğu tespit edilmiştir.
NESLİHAN ONUR-2024	Spor bilimleri öğrencilerinin beslenme değişim ve fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılmasıdır.	2022-2023 eğitim öğretim yılında Selçuk üniversitesi Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 153 erkek, 190 kadın olmak üzere toplam 343 öğrenci dâhil edilmiştir.	'Beslenme Değişim Süreçleri Ölçeği (BDSÖ)', 'Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği (Kısa Formu)'	Sonuç olarak cinsiyet değişkeninin şiddetli FA alt boyutunda erkeklerde daha ön plana çıkarken, BDSÖ alt boyutlarında kadınlarını daha bilinçli olduğu söylenebilir.
KÜBRA ATAOL-2024	Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi ile fiziksel aktivite tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.	Devlet ortaokulunda öğrenim gören 302'si kız ve 287'si erkek toplam 589 ortaokul öğrencisi oluşturmaktadır.	Çocuk ve gençlerde fiziksel aktivite tutum ölçeği. (2001)beden eğitimi ve spora ilişkin tutum ölçeği	Bulgulara göre ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi dersi ve fiziksel aktiviteye yönelik tutumları yüksektir. Öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumlarını cinsiyet ve sınıf değişkenleri etkilemektedir. Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarını

				cinsiyet, sınıf ve aktif spor yapma değişkenleri etkilemektedir.
HATİCE ADIBELLİ-2023	Fiziksel aktivite amaçlı oryantiring etkinliklerine katılan bireylerin spora yönelik tutumlarının incelenmesi	2022-2023 yıllarında Batman, Ankara ve Manisa illerinde düzenlenen oryantiring etkinliklerine fiziksel aktivite amaçlı katılan 12-18 yaş arasında	Spora Yönelik Tutum Ölçeği"	Sonuç olarak, fiziksel aktivite amaçlı oryantiring yapan bireylerin spora yönelik tutum alt boyutları birden fazla branşla ilgilenen bireylere göre, aktif spor yapma ve spora ilgi duyma alt boyutlarında gelire göre ve aktif spor yapma alt boyutunda yaşanılan şehire göre anlamlı farklılaşma olduğu tespit edilmiştir
GÜLSEREN YÜREKLİ-2022	Araştırmada akademisyenlerin fiziksel aktivite düzeyi ve fiziksel aktivite engelleri arasındaki ilişkinin yaş, cinsiyet, BKİ (beden kütle indeksi), medeni durum, sigara içme durumu ve kronik hastalığa sahip olma durumuna göre incelenmesi	İzmir'deki üniversitelerde görev yapan 1050 akademisyen, örneklemini ise evrenden araştırmaya katılmayı kabul eden gönüllü 476 (327 kadın, 149 erkek)	IPAQ (Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi) kısa formu, Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği kullanılmıştır.	Kadınların erkeklere göre, obezlerin pre-obez ve normallere göre, kronik hastalığa sahip olanların olmayanlara göre fiziksel aktivite düzeyi düşük, fiziksel aktivite engelleri yüksektir. Sonuç olarak fiziksel aktivite düzeyi düşük olan akademisyenlerin fiziksel aktivite engelleri yüksektir.
SİNEM PARLAKYILDIZ-2022	Serbest zamanda fiziksel aktiviteye katılımın kadınların öznel iyi oluşu üzerine etkisi	2021-2022 eğitim öğretim yılında üniversite öğrenimine devam eden 15 deney grubu, 15 kontrol grubu olmak üzere toplam 30 kadın üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirilmiştir.	Yetim (1991) Yaşam Doyumu Ölçeği Gençöz (2000) Pozitif Negatif Duygu Ölçeği	Sonuç olarak kadın üniversite öğrencilerine uygulanan 12 haftalık pilates programının Öznel İyi Oluş'u geliştirmede etkili olduğu söylenebilir. Çalışma sonuçlarının kadınların güçlendirilmesi için fiziksel aktivite katılımlarının artırılmasına yönelik politikaların oluşturulmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.
Aslı Göker Emre Yanıkerem Özge Topsakal-2021	Gebe kadınların fiziksel aktivite düzeyleri ve yaşam kalitelerinin incelenmesi amaçlanmıştır	Manisa Celal Bayar Üniversitesi Hafsa Sultan Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Kliniği Gebe Polikliniği'ne başvuran 190 gebe	“Gebelik Fiziksel Aktivite Anketi (GFAA)” ve “SF-36 Yaşam Kalitesi Ölçeği (SF-36)”	Fiziksel aktivitenin yaşam kalitesini olumlu etkilediği bulunmuş olup sağlıklı kadınların gebelikleri sırasında fiziksel olarak aktif olmalarına yardımcı olacak girişimlerin planlanmasına gereksinim olduğu belirlenmiştir.
Alper KAYA Hasan Suat AKSU Fatma ARSLAN-2021	Fiziksel Aktivitelere Düzenli ve Düzensiz Olarak Katılım Sağlayan Kadınların Fiziksel Aktivite Özdeğer Algılarının İncelenmesi	2020-Ocak 2021 aylarında KOMEK ve ASEM merkezlerini tercih eden 263 kadın	“Kadın Fiziksel Aktivite Öz-Değer Ölçeği”	Yapılan analizler sonucunda kadınların fiziksel aktivite öz-değerlerinin yaş ve gelir durumu değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık arz etmediği, medeni durum, eğitim durumu, meslek durumu ve düzenli fiziksel aktivitelere katılım değişkenleri

				açısından anlamlı bir şekilde farklılık arz ettiği belirlenmiştir.
Özge ÇELİKER TOSUN Recep Emre OKYAY-2018	Sağlıklı gebelerde fiziksel aktivite seviyesinin ve tipinin hamilelik haftalarındaki değişimini inceleyip, trimester arasında fark olup olmadığını saptayabilmektedir.	18- 40 yaş arasındaki sağlıklı gebe kadınlar	Hamilelik Fiziksel Aktivite Anketi (Pregnancy Physical Activity Questionnaire (PPAQ)) ve Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketleri	Gebelik haftası ilerledikçe gebelerin sedanter aktivite seviyesini ve iş- meslek aktivitelerini azalttıkları, gebelik boyunca hafif ve orta şiddette aktiviteyi daha fazla yaptıkları tespit edilmiştir.
Öztürk AĞIRBAŞ Yakup KOÇ Eser AĞGÖN Adem GÜN Bülent TATLISU Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN- 2019	Lise öğrencilerinin egzersiz bağımlılık durumlarına göre fiziksel aktivite düzeylerinin incelenmesi (erzincan örneği)	Araştırmaya 360 erkek ve 120 kadın olmak üzere toplam 480 lise öğrencisi gönüllü olarak katıldı	Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21 Fiziksel Aktivite Anketi	Lise öğrencilerin az bir kısmının egzersiz bağımlısı olduğu, bağımlılık düzeyi yüksek olan öğrenciler ile birisi tarafından spor yapmaya teşvik edilen öğrencilerin FAD değerlerinin yüksek olduğu sonuçlarına ulaşıldı.
Danyal CANPOLAT-2018	Cinsiyetin, mesleki branşın, öğretim kademesinin, öğretmenlerin fiziksel aktivite düzeyi üzerindeki etkisini ve öğretmenlerin fiziksel aktivite düzeyi ve benlik saygısının incelenmesidir.	Araştırmaya 167 kadın, 197 erkek, toplamda 364 öğretmen gönüllü olarak katıldı.	Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA)'nın kısa formu ve Rosenberg Benlik Saygısı anketi	erkek öğretmenlerde fiziksel aktivite düzeyinin daha yüksek olduğu görüldü. Fiziksel aktivite düzeyinde öğretim kademesi yükseldikçe artış, benlik saygısında ise öğretim kademesi düştükçe artış görülmüştür. Beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeyinin diğer branş öğretmenlerinden daha yüksek olmasına karşın, benlik saygısının branşlarda birbirine benzer olduğu bulundu.
Özkan IŞIK Ayşe ÖZARSLAN Funda BEKLER- 2015	Üniversite öğrencilerinde fiziksel aktivite uyku kalitesi ve depresyon ilişkisi1	Afyon Kocatepe Üniversitesinde öğrenim gören 300 (176 kadın, 124 erkek) öğrenci	Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi [(FADA); kısa formu], Beck Depresyon Envanteri (BDE) ile birlikte Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi (PUKİ)	Üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeylerinin orta düzey aktif olduğu, uyku kalitesi ortalamalarının kötü olduğu ancak buna rağmen depresyon durumlarının olmadığı tespit edilmiştir.
Emre MAKAR- 2016	Spor eğitimi gören öğrencilerin sosyal beceri, fiziksel benlik algısı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.	toplam 453 (167 kadın, 286 erkek) Bartın Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencisi	Sosyal beceri skalası kullanılırken, fiziksel benlik algısı skalası da fiziksel benlik algısının fiziksel aktivite değerlendirme anketi	Çalışmadaki bulgular sosyal beceri ile fiziksel benlik algısı ve fiziksel aktivite düzeylerinin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda eğitim gören erkek ve kadın öğrenciler için önemli olduğunu ortaya koymaktadır.
Abdullah ÇEKER, Resul ÇEKİN, Mehmet Akif ZİYAGİL-2015	Farklı Yaş Gruplarındaki Kadın ve Erkeklerin Düzenli Fiziksel	1033 kadın, 1196 erkek	Egzersize Yönelik Davranış Değiştirme Aşaması	Fiziksel aktiviteye katılım her iki cinsten artan yaş ile azalmakta ve erkek ile kadın arasında farklılaşmaktadır.

	Aktiviteye Katılım Davranışı Değişim Basamakları		Anketi'nin (EYDDAA)	
Saime GÜNEŞ-2022	10 - 14 yaş arası ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite, beslenme ve vücut kitle indeksleri arasındaki ilişkisinin incelenmesidir.	İstanbul ilinde beş okul ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya toplam 513 ortaokul öğrencisi (304 kadın – 209 erkek)	Fiziksel aktivite anketi Beslenme Davranış Ölçeği	Kadınlar da fiziksel aktivite ve beslenme arasında bir ilişki bulunmamıştır ve beslenme ve VKI arasında da bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$). Erkeklerde ise, fiziksel aktivite, beslenme alışkanlığı ve VKI arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Tablo 6’de fiziksel aktivite ile ilgili yapılan çalışmalarda araştırmacıların Saime GÜNEŞ-2022 Fiziksel aktivite anketi Beslenme Davranış Ölçeği, Abdullah ÇEKER, Resul ÇEKİN, Mehmet Akif ZİYAGİL-2015 Egzersize Yönelik Davranış Değiştirme Aşamalı Anketi (EYDDAA), Emre MAKAR-2016 fiziksel benlik algısı skalası, fiziksel benlik algısının fiziksel aktivite değerlendirme anketi, Danyal CANPOLAT-2018 Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi (UFAA)’nin kısa formu ve Rosenberg Benlik Saygısı anketi. Alper KAYA Hasan Suat AKSU, Fatma ARSLAN-2021“Kadın Fiziksel Aktivite Öz-Değer Ölçeği”. GÜLSEREN YÜREKLİ-2022 IPAQ (Uluslararası Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi) kısa formu, Fiziksel Aktivite Engelleri Ölçeği. Aslı Göker Emre Yanıkerem Özge Topsakal-2021 “Gebelik Fiziksel Aktivite Anketi (GFAA)” ve “SF-36 Yaşam Kalitesi Ölçeği (SF-36)”. DENİZ YEŞİLCAN-2025" Fiziksel Aktivite Alışkanlığı Anketi" ENGİN EYLÜL-2025 "Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği (DOOMÖ)" ve "Fiziksel Aktivite Katılım Motivasyonu Ölçeği (FAKMÖ)" kullanılmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma, alan yazında gerçekleştirilen tarama sonucunda Fiziksel aktivite ile ilgili yapılan çalışmalarda birçok araştırmacı sadece fiziksel aktivite ile ilgili çalışmalar yapmayıp birden fazla araştırma konusunu fiziksel aktivite ile ilişkilendirip karşılaştırmış olumlu olumsuz sonuçları paylaşmıştır.

Fiziksel aktivite ve hamilelik ile ilgili yapılan çalışmalarda sağlıklı gebelerde fiziksel aktivite seviyesinin ve tipinin hamilelik haftalarındaki değişimini inceleyip, trimester arasında fark olup olmadığına bakmaktır (Ö.Çeliker, 2018). Bir diğer araştırma gebe kadınların fiziksel aktivite düzeyleri ve yaşam kalitelerinin incelenmesi üzerine bir çalışma yapmıştır ve fiziksel aktivitenin yaşam kalitesini olumlu etkilediği bulunmuştur (A.Göker, 2021).

Fiziksel aktivite ile ilgili araştırmaların bazıları spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilere uygulanmış ve öğrencilerde fiziksel aktivite, uyku kalitesi ve depresyon ilişkisi (Ö. Işık), beslenme ve fiziksel aktivite düzeyleri ve yeme tutumları arasındaki ilişkiyi (N. Onur, 2024), zihinsel dayanıklılık, fiziksel aktivitelere katılım düzeylerinin madde bağımlılığından korunma öz yeterlik algılarını nasıl etkilediğini (Y.Ceylan 2025), sosyal beceri, fiziksel benlik algısı ile fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir (E. Bakar, 2016, Z. Taşçı, 2025)

Fiziksel aktivite ile kadınlar arasında yapılan araştırmalarda kadınların fiziksel aktivite öz-değerlerinin yaş ve gelir durumu değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık arz etmediği, medeni durum, eğitim durumu, meslek durumu ve düzenli fiziksel aktivitelere katılım değişkenleri açısından anlamlı bir şekilde farklılık arz ettiği belirlenmiştir (A.Kaya, 2021). Diğer çalışmada ise serbest zamanda fiziksel aktiviteye katılımın kadınların öznel iyi oluşu üzerine etkisi incelenmiş ve anlamlı sonuç bulunmuştur (S.Parlakyıldız, 2022).

Öğretmenler ve fiziksel aktivite ile ilgili yapılan çalışmalarda sağlıklı beslenme ve fiziksel aktivite alışkanlıklarına yönelik tutumlarının iş performanslarına etkisinin incelenmesi amacıyla sağlıklı beslenme tutumlarının ve fiziksel aktivite alışkanlığı olan öğretmenlerinin iş performanslarını olumlu yönde etkileyebileceği sonucuna ulaşılmıştır. Bu da dolaylı yollarla öğretmenlerin iş performanslarının yanında, iş verimliliği, motivasyonu vb. değişkenleri de arttırabileceği kanısına varılmıştır (D.Yeşilcan, 2025).

Fiziksel aktivite ile ilgili yapılan diğer çalışmalarda ise ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite durumları, beden eğitimi ve spor dersine karşı tutum ve davranışları (E.Atakol, 2024) incelenmiştir. Beslenme ve vücut kitle indeksleri, egzersiz bağımlılık durumları, incelenmiştir. Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarını cinsiyet, sınıf ve aktif spor yapma değişkenleri etkilemektedir (S. Güneş, 2022).

Fiziksel aktivite ile ilgili bundan sonra yapılacak çalışmalarda ekonomik durum, akademik stres, obezite ve dijital bağımlılık gibi çağdaş problemlerle ilişkisi araştırılmalıdır.

Farklı yaş gruplarında (çocuk, ergen, yetişkin, yaşlı) boylamsal çalışmalar yapılarak fiziksel aktivite alışkanlıklarının gelişimi izlenmelidir.

Eğitim kurumlarında fiziksel aktiviteye yönelik farkındalık programları düzenlenmeli, öğrencilerde davranış değişikliği yaratacak müdahalelere yer verilmelidir.

Çalışma yaşamında fiziksel aktiviteyi teşvik edici uygulamalar (örneğin egzersiz araları, kurumsal spor etkinlikleri) yaygınlaştırılmalıdır.

Fiziksel aktivite alışkanlıklarının cinsiyet, sosyoekonomik düzey, coğrafi bölge gibi değişkenlere göre farklılaşmaları dikkate alınarak yerel düzeyde politika geliştirilmelidir.

KAYNAKÇA

- Aslan, T. V., & Gündoğdu, C. (2023). Ortaokul Öğrencilerinin Obezite Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 7(3), 210-222. <https://doi.org/10.55238/seder.1354707>
- Lök, N., & Bademli, K. (2017). YETİŞKİN BİREYLERDE FİZİKSEL AKTİVİTE ve DEPRESYON ARASINDAKİ İLİŞKİSİNİN BELİRLENMESİ. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 14(40), 101-110.
- Kargün, M., Togo, O. T., Biner, M., Pala, A. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi. *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 61-72. <https://doi.org/10.22396/sbd.2016.6>
- Vural, Ö., Eler, S., & Güzel, N. A. (2010). MASA BAŞI ÇALIŞANLARDA FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ VE YAŞAM KALİTESİ İLİŞKİSİ. *SPORMETRE Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 69-75. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000178
- Şanlı, E., & Atalay Güzel, N. (2017). PHYSICAL ACTIVITY LEVELS OF THE TEACHERS AND RELATION BETWEEN AGE, GENDER AND BODY MASS INDEX. *Gazi Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 14(3), 23-32.
- Akdur, H. (2013). Ev Kadınlarının ve Çalışan Kadınların Fiziksel Aktive Düzeylerinin Araştırılması. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3.
- Işık, Ö., Özarslan, A., & Bekler, F. (2015). ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE UYKU KALİTESİ VE DEPRESYON İLİŞKİSİ. *Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(9), 65-73.
- Topsaç, M., & Bişgin, H. (2015). ÜNİVERSİTEDE OKUYAN ENGELLİ ÖĞRENCİLERİN FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*(40).
- Göker, A., Yanikkerem, E., & Topsakal, Ö. (2021). Gebelerin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Yaşam Kalitelerinin İncelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 8(2), 315-322. <https://doi.org/10.34087/cbusbed.827769>
- Türkeri, C., Öztürk, B., & Büyüktaş, B. (2019). Çukurova Üniversitesinde Okuyan Kadın ve Erkek Öğrencilerin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 79-88. <https://doi.org/10.30769/usbd.642774>
- Özkatar Kaya, E., Sarıtaş, N., Yıldız, K., Kaya, M. (2018). Sedanter Olan Ve Olmayan Bireylerin Fiziksel Aktivite Ve Yaşam Tatmin Düzeyleri Üzerine Araştırma. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(3), 89-94.
- Kaya, A., Aksu, H. S., & Arslan, F. (2021). Fiziksel Aktivitelere Düzenli ve Düzensiz Olarak Katılım Sağlayan Kadınların Fiziksel Aktivite Özdeğer Algılarının İncelenmesi. *Sportive*, 4(2), 57-76. <https://doi.org/10.53025/sportive.952316>
- Güneş, S. C. (2022). Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktivite, beslenme ve vücut kitle indeksleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Order No. 29442696). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2724234653). Retrieved from

<https://www.proquest.com/dissertations-theses/ortaokul-ogrencilerinin-fiziksel-aktivite/docview/2724234653/se-2>

Makar, E. (2016). Spor eğitimi gören öğrencilerin, sosyal beceri, fiziksel benlik algısı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Order No. 31498461). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (3079655667). Retrieved from <https://www.proquest.com/dissertations-theses/spor-egitimi-goren-ogrencilerin-sosyal-beceri/docview/3079655667/se-2>

Çeker, A. (2019). Obezitenin sebeplerinin bilinmesi ve egzersize yönelik davranış değiştirme aşamaları arasındaki ilişki (Order No. 31504409). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (3080112170). Retrieved from <https://www.proquest.com/dissertations-theses/obezitenin-sebeplerinin-bilinmesi-ve-egzersize/docview/3080112170/se-2>

Özkan IŞIK, Ayşe ÖZARSLAN, Funda BEKLER. (2015). ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE FİZİKSEL AKTİVİTE UYKU KALİTESİ VE DEPRESYON İLİŞKİSİ (Vol. 9). Vol. 9. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi.

Ağırbaş, Ö., Koç, Y., Ağgön, E., Gün, A., Tatlısu, B., & Yıldızhan, Y. Ç. (2019). LİSE ÖĞRENCİLERİNİN EGZERSİZ BAĞIMLILIK DURUMLARINA GÖRE FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (ERZİNCAN ÖRNEĞİ). Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 21(2), 81-88.

Çeliker Tosun, Ö., & Okay, R. E. (2018). Gebelik Sürecinde Fiziksel Aktivite Değişimlerinin İncelenmesi. Sağlık Bilimleri Ve Meslekleri Dergisi, 5(3), 333-341. <https://doi.org/10.17681/hsp.396305>

Parlakıyıldız, S., & Koçak, F. (2024). Serbest Zamanda Fiziksel Aktivite Olarak Pilatese Katılımın Kadınların Öznel İyi Oluş Düzeyine Etkisi. Spor Bilimleri Dergisi, 35(2), 60-71.

Türkiye Klinikleri J Nutr Diet-Special Topics. 2015;1(1):78-84

T.C. Sağlık Bakanlığı. (2014). *Türkiye Fiziksel Aktivite Rehberi*. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları.

Baltacı, G., ve ark. (2008). Fiziksel Aktivite ve Sağlık. Ankara: Spor Bilimleri Yayınları.

Kaymaz, Ö., & İrez, S. (2016). Modern yaşamda fiziksel aktivite. Spor Bilimleri Dergisi, 4(2), 123-134.

Savcı, S., ve ark. (2006). Fiziksel inaktivitenin sağlık üzerine etkileri. Türk Fizyoterapi Dergisi, 17(1), 10-16.

Yüksel, H. (2001). Sağlıklı yaşam için fiziksel aktivite. Yaşam Kalitesi Dergisi, 2(1), 45-52.

Vural, M., ve ark. (2010). Yaşlılıkta sağlıklı yaşam için fiziksel aktivite. Geriatri Dergisi, 13(3), 155-160.

TÜRKİYE’DE ENGELLİLER ALANINDA YAPILAN ÖLÇEK ÇALIŞMALARI : SİSTEMATİK BİR DERLEME (2008-2023 YILLARI ARASI)

Ceyda Gülendaml DOĞAN¹

İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
ORCID: 0009-0008-9382-8750

Prof. Dr. Mehmet GÜLLÜ²

İnönü Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi
ORCID: 0000-0002-0930-7178

ÖZET

Bu çalışmanın amacı 2008-2023 yılları arasında literatürde engelliler ile ilgili geliştirilen ölçekleri sistematik şekilde analiz etmektir. Bu çalışma nitel bir derleme olup; Google Akademik, Ulusal Tez Merkezi ve Toad veri tabanları kullanılarak veriler elde edilmiştir. Araştırmada 105 çalışma incelenip konuya uygun 15 çalışma dahil edilmiştir. Ölçekler, yayın türü, yayın yılı, örneklem özellikleri, ölçme aracı türü açısından incelenmiştir. Bu çalışma, literatürdeki temel bulguları derleyerek, engelli bireylerin eğitime ve spora katılımını değerlendirmede kullanılan ölçekleri analiz ederek, alandaki araştırmalara yol gösterici bilgiler sunmakta ve uygulayıcılar için daha etkili değerlendirme süreçlerine katkı sağlamayı vurgulamaktadır. Araştırma, engelli bireyler konusunda literatürdeki temel bulguları ele alarak, ileri düzeyde akademik çalışmalara yönlendirilebilecek öneriler sunmayı hedeflemiştir.

Anahtar Kelimeler: Engelli Bireyler, Ölçek, Katılım

ABSTRACT

The aim of this study is to systematically analyze the scales developed in the literature regarding the disabled between 2008-2023. This study is a qualitative review; data were obtained using Google Scholar, National Thesis Center and Toad databases. 105 studies were examined in the study and 15 studies suitable for the subject were included. The scales were examined in terms of publication type, publication year, sample characteristics and measurement tool type. This study compiles the basic findings in the literature, analyzes the scales used in evaluating the participation of disabled individuals in education and sports, provides guiding information for research in the field and emphasizes contributing to more effective evaluation processes for practitioners. The study aims to present suggestions that can be directed to advanced academic studies by addressing the basic findings in the literature regarding disabled individuals.

Keywords: Disabled Individuals, Scale, Participation

GİRİŞ

Engelli bireylerin eğitimi, sadece onların bireysel gelişimlerini sağlamakla kalmaz, aynı zamanda toplumsal dahil etmeyi de destekler. Türkiye’de engelli bireylerin eğitimi ve toplumsal hayata katılımı son yıllarda önemli bir ilerleme kat etmiştir. Ancak bu aşamalar, hala birçok güçlük ve fırsat eşitsizliği ile karşı karşıyadır.

Arı (2022), engellilerin eğitimine dair Türkiye'deki durumu değerlendirerek, "Kaynaştırma ve bütünleştirme eğitimi, engelli bireylerin toplumda daha aktif rol almaları için önemli fırsatlar sunmaktadır. Ancak, bu uygulamaların etkinliği, okul ortamlarının engellilere uygunluğu ve öğretmenlerin bu konuda yeterli eğitime sahip olup olmamalarıyla doğrudan ilişkilidir" şeklinde bir tespitte bulunmuştur.

Engelli bireylerin eğitimi, toplumsal eşitliği sağlamak ve onların potansiyellerini gerçekleştirmelerine yardımcı olmak için kritik bir rol oynamaktadır. Bu süreç, sadece akademik becerilerle sınırlı kalmamalı; aynı zamanda duygusal ve sosyal gelişimlerini de destekleyecek şekilde tasarlanmalıdır. Engelli öğrenciler için eğitim ortamları, onların bireysel ihtiyaçlarına uygun şekilde düzenlenmeli ve öğretmenler, her öğrencinin farklı hızda ve tarzda öğrenebileceğini göz önünde bulundurarak esnek öğretim yöntemleri kullanmalıdır (Kavaklı, 2017).

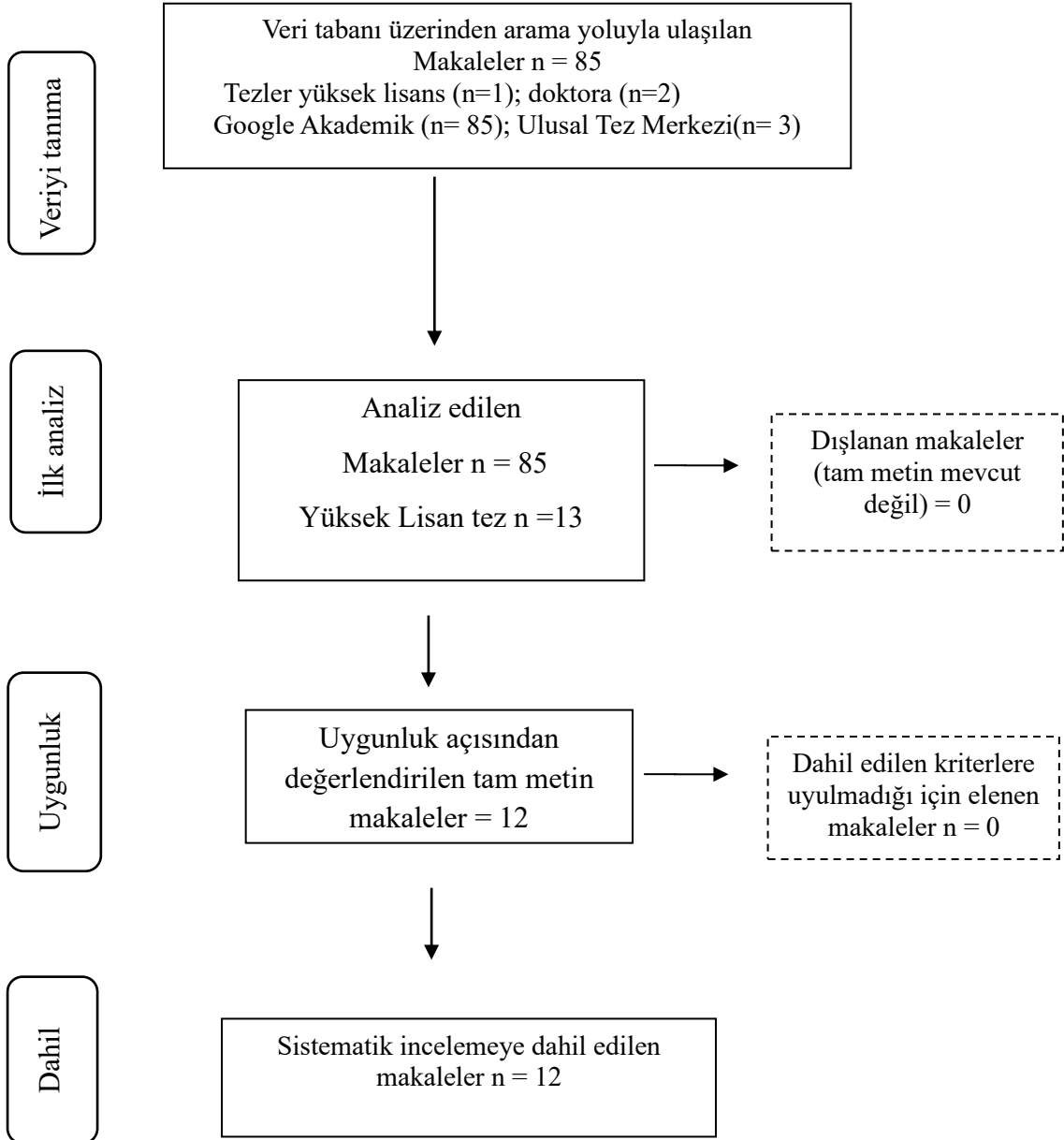
Bu çerçevede, engelli bireylerin sınıf ortamlarında başarılı bir şekilde dahil olabilmesi için öğretmenlerin özel eğitim konusunda eğitim alması ve sınıf yönetiminde engellilere yönelik ayrıcalıklı stratejiler geliştirmesi büyük önem taşır.

Engelli bireylerin eğitimiyle ilgili bir diğer erişilmesi gereken husus ise fiziksel çevre faktörleridir. Özener (1998), "Fiziksel çevre, sınıfın eğitim etkinliklerine etkisini doğrudan etkileyen bir unsurdur. Özellikle engelli öğrencilerin eğitim gördüğü okullarda, erişilebilirlik ve uygun donanım sağlanması, eğitim sürecinin verimliliğini artırmaktadır" şeklinde bir görüş ileri sürmüştür. Bu durum, sadece sınıf içindeki fiziksel yapılandırmalar değil, aynı zamanda okulun dış ortamındaki engelli bireylerin erişim imkanını da kapsamaktadır.

Bununla birlikte, engelli bireylerin toplumsal hayata entegrasyonu, yalnızca eğitimle sınırlı bırakılmamalıdır. Üngör (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, "Engelli bireylerin iş gücü piyasasına katılımları, eğitimle paralel bir süreçtir. Ancak, engellilere yönelik toplumsal tutumlar ve iş yerlerinde karşılaşılan engeller, bu sürecin önündeki en büyük engellerden biridir" denilmektedir. Yani toplumun engellilere yönelik algısı, onların mevcut potansiyellerine olan inancı ve destekleyici bir çalışma ortamının olmaması, engellilerin iş gücü piyasasına dahil etmesini zorlaştıran önemli faktörlerdendir. Bu engellerin aşılması, toplumsal farkındalığın artırılması ve iş yerlerinde daha fazla erişim imkanının sağlanması ile mümkün olabilir.

YÖNTEM

Bu çalışma, engelli bireylerin spora katılımı, yaşam kalitesi, sosyal dışlanma, aile yükü gibi konularda çeşitli ölçeklerin kullanımını incelemek amacıyla yapılmıştır. Sistematik derleme tekniği ile yapılan bu araştırma 2008 ile 2023 yılları arasında Türkçe kaynaklardan elde edilen yüksek lisans tezleri, doktora tezleri ve makaleleri incelemektedir. Bu kapsamlı araştırma için Google Akademik, Ulusal Tez Merkezi ve Türkiye Ölçme Araçları Dizini veri tabanları kullanılmıştır. İncelemeye 1 yüksek lisans tezi, 2 doktora tezi ve 12 makale dahil edilerek analiz aşamasına geçilmiştir (şekil 1).



Şekil 1. Makale seçim sürecinin PRISMA akış şeması

BULGULAR

Tablo 1: Yıllara göre yayın sayısı

Yayın Yılı	Yayın Sayısı
2008-2012	4
2013-2017	4
2018-2022	6
2022-2023	1

Tablo 1’de Engelliler alanında yapılan araştırmaların en fazla sırasıyla 2018-2022 (n=6), 2008-2012 (n=4) 2012 (-2017 (n=4), 2022-2023 (n=1) olduğu görülmektedir.

Tablo 2: Yayın Türü

Yayın Türü	Yayın Sayısı
Yüksek Lisan Tezi	1
Doktora Tezi	2
Makale	12

Tablo 2’de Engelliler alanında yapılan araştırmaların yayın türü en fazla sırasıyla Makale (n=12), Doktora tezi (n=2), Yüksek Lisans Tezi (n=1), olduğu görülmektedir.

Tablo 3: Yazar unvan türü

Tez Danışman unvan türü	Tez Danışman unvan sayısı
Profesör Doktor	4
Doçent Doktor	5
Doktor Öğretim Üyesi	4

Tablo 3’te Engelliler alanında yapılan tez araştırmalarında danışman unvan sayıları görülmektedir. Tez danışman ünvan sayıları en fazla sırasıyla Profesör Doktor (n=), Doçent Doktor (n=) ve Doktor Öğretim Üyesi (n=) olduğu görülmektedir.

Tablo 4: Yazar sayısı

Yazar sayısı	Yazar sayısı
En az 1 yazarlı	1
En az 2 yazarlı	6
En az 3 yazarlı	2
En az 4 yazarlı	1
En az 5 yazarlı	0
En az 6 yazarlı	0

Tablo 4’ de Engelliler alanında yapılan araştırmaların yazar sayısı en az sırasıyla 2 yazarlı (n=), en az 3 yazarlı (n=), en az 4 yazarlı (n=), en az 5 yazarlı (n=), en az 1 yazarlı (n=), olduğu görülmekte, en az 6 yazarlı çalışmanın olmadığı görülmektedir.

Tablo 5: Örnekleme veya araştırma grubuna dahil edilen katılımcı sayısı

Katılımcılar	Katılımcı sayısı
1-50 katılımcı	0
51-100 katılımcı	1
101-150 katılımcı	1
151-200 katılımcı	2
201-250 katılımcı	2
251-300 katılımcı	2
301 katılımcı ve üzeri	5

Tablo 5’te Engelliler ile ilgili yapılan araştırmalarda örneklem sayıları görölmektedir. Bu bağlamda araştırmalarda (n=) en fazla tercih edilen örneklem sayısının n=olduğu görölmektedir.

Tablo 6: Veri toplama aracı

Veri Toplama Aracı
Engelli Bireylere Yönelik Algı Ölçeği
Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Yaşam Kalitesi Ölçeği
Zihinsel Yetersiz Çocuğu Olan Aileler İçin Aile Yüğü Değerlendirme Ölçeği
Engellilerde Sosyal Dışlanma Ölçeği
Engelli Bireylerde Spora Katılımın Önündeki Zorlanmalar Ölçeği
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutum Ölçeği
Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği (ESKMÖ)
Engelliler Beden Eğitimi ve Spor Dersi Sorunlar Ölçeği
Engelliler Beden Eğitimi ve Spor Dersi Tutum Ölçeği
Ortopedik, Görme ve İşitme Engelli Öğrenciler için Beden Eğitimi ve Spor Dersi Tutum Ölçeği
Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları Ölçeği-Engelli Bireyler Formu (SZFAK-EBF)
Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği
Engelli Bireylerin Eğitilmesine Yönelik Tutum Ölçeği
Beden Eğitimi Öğretmenleri İçin Engelli Çocuklara Yönelik Öz Yeterlilik Ölçeği
Beden Eğitimi ve Spor Programlarında Okuyan Engelli Öğrencilerin Bölümlerine Uyumlarını Tespit Ölçeği

Tablo 6’ da veri toplama araçları verilmiştir.

ENGELLİLER ALANINDA GELİŞTİRİLMİŞ ÖLÇEKLER

sıra	Yazar adları, yılı	Ölçeğin adı	Kime yönelik	Kaç soru	Alt boyutları	Ölçekleme türü
1	Hülya Diğer, Abdunnur Yıldız (2021)	Engelli Bireylere Yönelik Algı Ölçeği	Üniversite Öğrencileri	20 madde	1- benimsemek (7 madde) 2- farkındalık (6 madde) 3 - Bireysel Destek (4 madde) 4- Toplumsal Çevre (3 madde)	5’li likert
2	Hakan Sarıçam, Fadime İşcen Karasu Emine Seçil Karamuklu (2023)	Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Yaşam Kalitesi Ölçeği	Zihinsel Engelli Bireyler	32 madde	1 - Fiziksel Sağlık 2- Pozitif Duygular 3- Negatif Duygular 4-Sosyal Etkileşim 5 -Aktiviteler ve açık hava etkinlikleri 6-bağımsızlık	5’Li likert
3	Hatice Yıldırım Sarı, Zümrüt Başbakal (2008)	Zihinsel Yetersiz Çocuğu Olan Aileler İçin Aile Yüğü Değerlendirme Ölçeği	zihinsel yetersiz çocuğu olan anneler	43 madde	1- ekonomik yük (6 madde) 2- yetersizlik algısı (8 madde) 3-sosyal yük (6 madde) 4-fiziksel yük (5 madde) 5- duygusal yük (11 madde) 6- zaman gereksinimi (7 madde)	5’li likert

4	Yunus Bucuka (2020)	Engellilerde Sosyal Dışlanma Ölçeği	Engelli Bireyler	25 madde	1- Sosyal hayata katılımından dışlanma (11 madde) 2- temel hizmetlere erişimden dışlanma (7 madde) 3- gelir yoksunluğu ekonomik alandan dışlanma (7 madde))	5’li likert
5	Sevim Handan Yılmaz, Ekrem Levent İlhan, Yunus Emre Yarayan (2021)	Engelli Bireylerde Spora Katılımın Önündeki Zorlanmalar Ölçeği	Engelli bireyler	14 madde	1- çevresel zorlanma 2-farkındalık 3-duyuşsal kaçınma	5’li likert
6	Büşra Süngü (2012)	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutum Ölçeği	Öğrenciler	27 madde	-tek boyutlu	5’li likert
7	Adnan Kan,Ekrem Levent İlhan,Gönül	Engelli Bireylerde Spora Katılım	Spor yapan engelli bireyler	22 madde	1-içsel motivasyon 2- dışsal motivasyon 3-motivasyonsuzluk	5’li likert

	Tekkurşun Demir,Oğuz Kaan Esentürk (2018)	Motivasyonu Ölçeği (ESKMÖ)				
8	Bengü Güven Karahan (2011)	Engelliler Beden Eğitimi ve Spor Dersi Sorunlar Ölçeği	Engelli öğrenciler	31 madde	1-Sosyal Çevre 2-Ders İşlenişi 3- Fiziki Çevre	5’li likert
9	Bengü Güven Karahan (2011)	Engelliler Beden Eğitimi ve Spor Dersi Tutum Ölçeği	Engelli Öğrenciler	31 madde	1-İlgi ve Yarar 2-Yetersizlik 3-Yapısal Gerekliklik	5’li likert
10	Bengü G. Karahan, Emin Kuru (2015)	Ortopedik, Görme ve İşitme Engelli Öğrenciler için Beden Eğitimi ve Spor Dersi Tutum Ölçeği	Engelli öğrenciler	27 madde	1- İlgi ve Yarar 2-Yetersizlik 3- Yapısal Gerekliklik	5’li likert
11	Dilara Ebru Uçar, Günay Yıldız,	Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları	Engelli bireyler	38 madde	1-fiziksel Algı	5’li likert

	İlker Yılmaz (2020)	Ölçeği-Engelli Bireyler Formu (SZFAK-EBF)			2-Tesis 3-Gelir 4-Aile 5-Yetenek Algısı 6-Zaman 7-İrade 8-Sosyal Çevre	
12	Ekrem L. İlhan, Oğuz Kaan Esentürk (2015)	Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği	Üniversite öğrencileri	32 madde	-tek boyutlu	5’li likert
13	İlker köstereliğolu (2013)	Engelli Bireylerin Eğitilmesine Yönelik Tutum Ölçeği	Üniversite öğrencileri	20 madde	1-Eğitim Hakkı 2- Eğitimin Yaygınlaştırılması 3-Eğitim Sonuçlarına İlişkin İnanç 4- Özel Eğitim Alanına Yatırım 5- Gönüllü Katılım	5’li likert
14	Gamze Beyazoğlu, ilker Günel (2022)	Beden Eğitimi Öğretmenleri İçin Engelli Çocuklara	Beden eğitimi öğretmenleri	32 madde	1-zihinsel engelli 2-fiziksel engelli 3-görme engelli	5’li likert

		Yönelik Öz Yeterlilik Ölçeği				
15	Sevinç Namlı, Sibel Suveren (2017)	Beden Eğitimi ve Spor Programlarında Okuyan Engelli Öğrencilerin Bölümlerine Uyumlarını Tespit Ölçeği	beden eğitimi ve spor programlarında okuyan engelli öğrenciler	37 madde	-tek boyutlu	5’li likert

Tablo 7 incelendiğinde engelli bireyler ve özel gereksinimli gruplarla ilgili yapılan çalışmalarda. Araştırmalarda en sık kullanılan veri toplama araçları arasında “Engelli Bireylere Yönelik Algı Ölçeği” (Hülya Diğer, Abdunnur Yıldız, 2021), “Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Yaşam Kalitesi Ölçeği” (Hakan Sarıçam, Fadime İşcen Karasu, Emine Seçil Karamuklu, 2023) ve “Zihinsel Yetersiz Çocuğu Olan Aileler İçin Aile Yüğü Değerlendirme Ölçeği” (Hatice Yıldırım Sarı, Zümrüt Başbakkal, 2008) yer almaktadır. Bu çalışmalarda aynı zamanda “Engellilerde Sosyal Dışlanma Ölçeği” (Yunus Bucuka, 2020), “Engelli Bireylerde Spora Katılımın Önündeki Zorlanmalar Ölçeği” (Sevim Handan Yılmaz, Ekrem Levent İlhan, Yunus Emre Yarayan, 2021) ve “Beden Eğitimi ve Spor Öğretmen Adaylarının Zihinsel Engelli Çocuklara Yönelik Tutum Ölçeği” (Büşra Söngü, 2012) gibi ölçeklerin kullanıldığı görölmektedir. Spora katılım bağlamında ise “Engelli Bireylerde Spora Katılım Motivasyonu Ölçeği” (Adnan Kan ve ark., 2018), “Engelliler Beden Eğitimi ve Spor Dersi Sorunlar Ölçeği” (Bengü Güven Karahan, 2011), “Engelliler Beden Eğitimi ve Spor Dersi Tutum Ölçeği” (Bengü Güven Karahan, 2011) ve “Ortopedik, Görme ve İşitme Engelli Öğrenciler için Beden Eğitimi ve Spor Dersi Tutum Ölçeği” (Karahan, Kuru, 2015) ön plana çıkmaktadır. Ayrıca, “Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları Ölçeği-Engelli Bireyler Formu” (Uçar, Yıldız, Yılmaz, 2020), “Zihinsel Engelli Bireylerde Sporun Etkilerine Yönelik Farkındalık Ölçeği” (İlhan, Esentürk, 2015), “Engelli Bireylerin Eğitilmesine Yönelik Tutum Ölçeği” (Kösterelioğlu, 2013), “Beden Eğitimi Öğretmenleri İçin Engelli Çocuklara Yönelik Öz Yeterlilik Ölçeği” (Beyazoğlu, Günel, 2022) ve “Beden Eğitimi ve Spor Programlarında Okuyan Engelli Öğrencilerin Bölümlerine Uyumlarını Tespit Ölçeği” (Namlı, Suveren, 2017) gibi ölçekler üzerine çalışıldığı görölmektedir.

TARTIŞMA

Bu çalışmada, 2008-2023 yılları arasında Türkiye’de engelli bireyler üzerine geliştirilen ölçekler sistematik biçimde incelenmiştir. Elde edilen bulgular, engelli bireylerin eğitime, spora ve toplumsal yaşama katılımlarını değerlendirmeye yönelik ölçme araçlarının sayıca sınırlı ve belirli temalarda yoğunlaştığını ortaya koymaktadır. Çalışmaların çoğunluğunun yüksek lisans ve doktora tezlerinden oluştuğu gözlemlenmiştir. Bu durum, konuya akademik ilginin olduğunu ancak çalışmaların büyük ölçüde kuramsal düzeyde kaldığını göstermektedir.

Ayrıca, yayınların yıllara göre dağılımında 2018-2022 döneminde belirgin bir artış olduğu tespit edilmiştir. Bu artış, engellilik alanında farkındalığın arttığını ve ölçme araçları geliştirme çabalarının hız kazandığını göstermektedir. Bununla birlikte, özellikle son yıllarda yapılan yayın sayısındaki düşüş dikkat çekicidir. Bu durum, araştırmacıların yeni ölçek geliştirme yerine mevcut ölçekleri kullanma eğiliminde olduğunu düşündürmektedir.

Ölçeklerin büyük bir bölümünün zihinsel, görme ve işitme engellilere yönelik hazırlandığı; bedensel engelli bireylere yönelik ölçek sayısının görece daha az olduğu görölmüştür. Bu dengesizlik, belirli engel türlerine odaklanıldığını ve diğer grupların yeterince temsil

edilmediğini göstermektedir. Ayrıca, ölçeklerin çoğunlukla eğitim ortamlarına yönelik olduğu, spora katılım, sosyal uyum ve yaşam kalitesi gibi daha bütüncül temaların görece az çalışıldığı da dikkat çekmektedir.

Danışman unvanlarının çoğunlukla doçent ve profesör düzeyinde olması, bu alandaki ölçek geliştirme çalışmalarının akademik danışmanlık eşliğinde yürütüldüğünü ve bilimsel ölçütlere uygun olarak geliştirildiğini düşündürmektedir. Ancak bazı çalışmalarda örneklem sayılarının sınırlı olması ve kapsamın dar tutulması, ölçeklerin genellenebilirliğini kısıtlayabilir.

Sonuç olarak, Türkiye’de engelliler alanında ölçme aracı geliştirme çalışmaları son yıllarda artış göstermiş olsa da, alan hâlâ gelişime açıktır. Gelecekte farklı engel gruplarına yönelik, spor, sanat ve toplumsal katılım gibi farklı temalarda ölçeklerin geliştirilmesi; ayrıca bu ölçeklerin geçerlik ve güvenirlik çalışmalarının farklı örneklemelerde tekrar edilmesi önem arz etmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu sistematik derleme çalışması, engelli bireylerin eğitimi ve spora katılım gidişatına ilişkin kullanılan ölçme araçlarını inceleyerek, bu alanda gerçekleştirilen araştırmaların genel yatkinliklerini ortaya koymuştur. İncelenen çalışmalar, engelli bireylerin eğitime ve spora katılımlarını incelemeye kullanılan ölçeklerin büyük ölçüde psikometrik açıdan geçerli ve güvenilir olduğunu ortaya koysa da, uygulama süreçlerinde çeşitli sınırlılıkların ve eksikliklerin bulunduğu da gözlemlenmiştir.

Sonuçlar, engelli bireylerin eğitim ve spor ortamlarında karşı karşıya geldikleri engellerin yalnızca fiziksel değil, eş zamanlı olarak tutumsal, sosyal ve yapısal olduğunu göstermektedir. Bu durum, engelli bireylerin hayat kalitelerini doğrudan etkileyen çok boyutlu bir yapının varlığını ifade etmektedir. Ölçekler genellikle bireylerin öznel deneyimlerini ve çevresel faktörlerin etkisini ölçmeye odaklansa da, uygulamalarda bu verilerin strateji ve uygulamaya yansıtılması sınırlı kalmaktadır.

ÖNERİLER

1. Ölçeklerin Güncellenmesi ve Yerelleştirilmesi

Engelli bireylerin eğitime ve spora katılımını ölçmeye yönelik kullanılan ölçeklerin daha güncel toplumsal eksikliklere ve kültürel bağlama uyarlanması gerekmektedir. Türkiye bağlamında geliştirilecek veya uyarlanacak ölçeklerin hem dilsel hem de kültürel açıdan geçerlik çalışmalarına önem verilmelidir.

2. Uygulayıcı Eğitimlerinin Artırılması

Ölçeklerin etkili kullanımı için öğretmenler, antrenörler ve yürütücülerin bu araçlar hakkında bilgilendirilmesi, veri toplama ve yorumlama süreçlerinde donanımlı hale getirilmesi önemlidir.

3. Kapsayıcı Eğitim ve Spor Politikalarının Geliştirilmesi

Ölçme sonuçlarının yalnızca akademik değerlendirme amacıyla değil, aynı zamanda kapsayıcı politika geliştirme süreçlerine uyumlanması, engelli bireylerin sosyal yaşama tam katılımını sağlayacak önemli bir başlangıçtır.

4. Toplumsal Farkındalık Çalışmalarıyla Desteklenmesi

Engelli bireylerin eğitime ve spora katılımındaki engellerin önemli bir kısmı tutumsal

etkenlerden kaynaklanmaktadır. Bu nedenle farkındalık çalışmaları, sadece birey seviyesinde değil, toplumsal seviyede de yürütülmelidir.

5. İzleme ve Değerlendirme Süreçlerinin Güçlendirilmesi

Uygulanan politikaların ve projelerin etkisinin izlenmesi, var olan ölçeklerle aralıklı değerlendirme yapılarak sağlanmalı; böylece gelişime açık alanlar saptanmalıdır.

KAYNAKÇA

Diğer, H. Ve Yıldız, A. (2021). Engelli Bireylere Yönelik Algı Ölçeği: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 31, 2 (807-822)

Sarıçam, H. Karasu, F. Ve Karamuklu, E. (2023) Zihinsel Yetersizliği Olan Çocukların Yaşam Kalitesi Ölçeği -ebeveyn formunun Türkçe 'ye Uyarlanması: Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 32, 32 (805-822)

Yıldırım-Sarı, H. Ve Başbakkal, Z. (2008) Zihinsel Yetersiz Çocuğu Olan Aileler için Aile Yükü Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi. Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, 11,3 (86-95)

Bucuka, Y. (2020) Engellilerde Sosyal Dışlanma Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması. Turkish Studies - Social ,15,5 (2427-2443)

Yılmaz, HS., İlhan, LE., Yarayan,EY (2021). Engelli bireylerde Spora Katılımın Önündeki Zorlanmalar Ölçeği Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması . Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 26,3 (315-332)

Süngü, B. (2012). *Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının zihinsel engelli çocuklara yönelik tutumlarıyla ilgili bir ölçek geliştirme çalışması* (Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale On sekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.

Güven Karahan, B. (2011). *Engelli öğrencilerin beden eğitimi dersine yönelik tutumları ve karşılaştıkları sorunlar*. (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Karahan, B. G., & Kuru, E. (2015). Ortopedik, görme ve işitme engelli öğrenciler için beden eğitimi ve spor dersi tutum ölçeği geliştirme çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1), 36-46.

Uçar, D. E., Yıldız, G., & Yılmaz, İ. (2020). Serbest Zaman Fiziksel Aktivite Kısıtlayıcıları Ölçeği-Engelli Bireyler Formu (SZFAK-EBF)'nın Geçerlilik ve Güvenirliliği. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 12(3), 358-368. DOI:

İlhan, E. L., & Esentürk, O. K. (2015). Zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık ölçeği (zebseyfö) geliştirme çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 19-36.

Kösterelioğlu, İ. (2013). Engelli Bireylerin Eğitilmesine Yönelik Tutum Ölçeğinin geliştirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 14(3), 211-226.

Beyazoğlu, G., & Günel, I. (2021). Self-efficacy Scale children with Disabilities for Physical Education Teachers: Turkish validity and reliability study. *IJETSAR (International Journal of Education Technology and Scientific Researches)*, 17(7), 347-377.

Namlı, S., & Suveren, S. (2017). Beden eğitimi ve spor programlarında okuyan engelli öğrencilerin bölümlerine uyumlarını tespit etmek amacıyla ölçek geliştirme çalışması., 11(3), 340-353.

OTİZMLİ BİREYLERİN REKREATİF ETKİNLİKLERE KATILIMI VE TOPLUMSAL ALGININ DEĞERLENDİRİLMESİ

Assoc. Prof. Ayla KARAKULLUKÇU

Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID:0000-0002-2462-514X,

Seçil BULUŞ

Yüksek Lisans Öğrencisi, İnönü üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,

Özet

Bu çalışma, otizmlili bireylerin rekreatif faaliyetlere katılım düzeylerini ve toplumun bu bireylerin bu tür faaliyetlere katılımına yönelik algılarını değerlendirmeyi amaçlamaktadır. Araştırma, Malatya Büyükşehir Belediyesi bünyesinde yürütölen haftalık rekreatif etkinliklere katılan otizmlili bireyleri ve bu bireylerle etkileşim hâlinde bulunan toplum kesimlerini kapsamaktadır. Rekreatif faaliyetler arasında spor aktiviteleri, yaratıcı sanat çalışmaları ve doğa yürüyüşleri gibi çeşitli sosyal etkileşimi teşvik eden etkinlikler yer almıştır. Bu faaliyetlere düzenli olarak katılan otizmlili bireylerin, hem fiziksel hem de duygusal yönden olumlu gelişim gösterdikleri gözlemlenmiştir. Katılımcı bireylerin etkinlik süresince yüksek düzeyde motivasyon sergiledikleri, sosyal iletişim becerilerinde ilerleme kaydettikleri ve grup içi etkileşimlerde daha aktif oldukları belirlenmiştir.

Ayrıca araştırma kapsamında toplumun otizmlili bireylere yönelik algısı da değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular, toplumun genel anlamda bu bireylere karşı pozitif bir tutum içinde olduğunu göstermiştir. Ankete katılan bireylerin büyük çoğunluğu, otizmlili bireylerle aynı sosyal ortamlarda bulunmaktan memnuniyet duyduklarını ve bu bireylerin toplumla kaynaşmasının önemini vurgulamışlardır. Araştırma, nitel (gözlem ve görüşme) ve nicel (anket) veri toplama yöntemlerinin bir arada kullanıldığı karma bir araştırma deseniyle gerçekleştirilmiştir.

Elde edilen veriler, otizmlili bireylerin sosyal hayata daha aktif bir şekilde katılmalarında rekreatif faaliyetlerin önemli bir araç olduğunu ortaya koymuştur. Bu bağlamda, toplum destekli ve kapsayıcı etkinliklerin artırılması gerektiği, sosyal entegrasyonun yalnızca bireysel değil, aynı zamanda toplumsal bilinç ve destekle mümkün olabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Otizm, rekreatif faaliyetler, toplumsal algı

Abstract

This study aims to evaluate the participation levels of individuals with autism in recreational activities and the public perception of their involvement in such activities. The research focuses on individuals with autism who participated in weekly recreational events organized by the Malatya Metropolitan Municipality and the community members who interacted with them. The recreational activities included sports, creative arts, and nature walks—each designed to promote social interaction. It was observed that individuals with autism who regularly participated in these events showed positive developments both physically and emotionally. During the activities, the participants demonstrated high levels of motivation, improvement in social communication skills, and increased engagement in group interactions.

Additionally, the study assessed the community's perception of individuals with autism and found that the general attitude toward these individuals was positive. A large majority of survey respondents expressed satisfaction in sharing social environments with individuals with autism and emphasized the importance of their integration into society. The study was conducted using a mixed-methods research design, combining qualitative (observation and interviews) and quantitative (surveys) data collection techniques.

The findings highlight that recreational activities serve as a significant tool for enabling individuals with autism to participate more actively in social life. In this context, it is concluded that the expansion of inclusive and community-supported programs is necessary, and that social integration requires not only individual effort but also public awareness and support.

Keywords: Autism, recreational activities, public perception, social integration

Giriş

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), sosyal etkileşim, iletişim ve davranışsal alanlarda belirgin sınırlılıklarla karakterize edilen, nörogelişimsel bir bozukluktur. Bu bozukluk, bireylerin çevreleriyle olan ilişkilerini, kendilerini ifade etme biçimlerini ve sosyal çevrelerinde uyum sağlamalarını doğrudan etkileyebilir (American Psychiatric Association, 2013). Otizmlili bireyler, farklı derecelerde bu engellerle karşılaştıkları için, toplum içinde kendi kimliklerini bulmada, diğer insanlarla etkileşimde bulunmada ve toplumsal normlara uyum sağlama konusunda zorluklar yaşayabilirler. Bu durum, otizmlili bireylerin sosyal yaşama entegrasyonunu hem bireysel hem de toplumsal açıdan önemli bir mesele hâline getirmektedir.

Rekreatif faaliyetler, bireylerin sosyal, fiziksel ve zihinsel gelişimlerini destekleyen etkinlikler olarak tanımlanabilir. Bu tür faaliyetler, yalnızca eğlence amacı taşımanın ötesinde, bireylerin becerilerini geliştirmelerine, kendilerini ifade etmelerine ve toplumsal ilişkiler kurmalarına olanak tanır. Otizmlili bireyler için rekreatif etkinlikler, sosyal becerilerin gelişimi açısından büyük önem taşır. Sosyal etkileşim becerilerinin güçlendirilmesi, duygusal düzenleme ve kendine güven gibi temel yeteneklerin geliştirilmesi, otizmlili bireylerin bu tür etkinlikler aracılığıyla daha iyi desteklendiği alanlardandır. Healy ve arkadaşlarının (2013) çalışmalarına göre, otizmlili çocukların düzenli olarak katıldıkları fiziksel aktiviteler, sosyal becerilerde belirgin iyileşmelere yol açmaktadır. Ayrıca, bu etkinlikler otizmlili bireylerin, sosyal etkileşimde bulunma ve toplumsal normlara uyum sağlama noktasındaki engellerini aşmalarına yardımcı olabilir.

Toplumun otizmlili bireylere yönelik algısı, onların toplumsal yaşama katılımında çok önemli bir rol oynamaktadır. Toplumun tutumu, otizmlili bireylerin sosyal yaşama entegrasyonunu kolaylaştırabileceği gibi, dışlayıcı ve olumsuz tutumlar bireylerin toplumsal hayattan daha fazla izole olmalarına yol açabilir. Pozitif bir toplum algısı, otizmlili bireylerin kabul edilmesini teşvik ederken, bu bireylerin özsaygılarının ve sosyal becerilerinin gelişmesine katkı sağlar (Campbell, 2007). Toplumun, otizmlili bireylerle ilgili farkındalığının artırılması, sosyal kabulün sağlanması, bu bireylerin yaşadıkları zorlukları aşmalarına yardımcı olmak için kritik bir

adımıdır. Bu bağlamda, rekreatif faaliyetler, toplumsal algıların iyileştirilmesinde ve sosyal uyumun artırılmasında önemli bir araç olarak öne çıkmaktadır.

Bu çalışma, Malatya Büyükşehir Belediyesi tarafından düzenlenen haftalık rekreatif etkinliklere katılan otizmli bireylerin bu etkinliklere katılım düzeylerini ve toplumun bu bireylere yönelik algısını incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma, otizmli bireylerin rekreatif faaliyetlere katılmalarının, onların sosyal ve duygusal gelişimlerine nasıl katkı sağladığını gözler önüne sererken, aynı zamanda toplumun bu bireylere karşı olan tutumlarını da değerlendirmeyi hedeflemektedir. Bu doğrultuda, araştırmanın sonuçları, otizmli bireylerin sosyal entegrasyonlarını destekleyici ortamların oluşturulmasının önemini vurgulamayı amaçlamaktadır.

Yöntem

Bu araştırma, nitel ve nicel yöntemlerin bir arada kullanıldığı karma yöntem araştırmasıdır. Araştırmaya, Malatya Büyükşehir Belediyesi tarafından organize edilen ve haftada bir kez düzenli olarak gerçekleştirilen rekreatif etkinliklere katılan 15 otizmli birey ve aileleri katılmıştır. Ayrıca, toplumun genel algısını değerlendirmek amacıyla 50 bireyden oluşan bir kontrol grubu ile yapılandırılmış anket uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları:

Gözlem formları: Otizmli bireylerin etkinlik sırasındaki davranışları, etkileşim düzeyleri ve katılım durumları gözlemlenmiştir.

Yarı yapılandırılmış görüşmeler: Aile bireyleri ile yapılan görüşmeler, bireylerin katılım sonrası duygusal durumlarını ve sosyal etkileşimlerini ortaya koymuştur.

Anket formu: Toplumun otizmli bireylerin rekreatif faaliyetlere katılımına yönelik algılarını ölçmek amacıyla geliştirilmiş 5’li Likert tipi anket uygulanmıştır.

Veri Analizi: Gözlem ve görüşme verileri içerik analizi ile değerlendirilirken, anket verileri SPSS 25 programında frekans, yüzde ve ortalama değerleri ile analiz edilmiştir.

Bulgular

Araştırma sonuçlarına göre otizmli bireylerin rekreatif etkinliklere düzenli katılım sağladıkları ve bu etkinliklerden büyük keyif aldıkları belirlenmiştir. Ailelerin ifadelerine göre bireylerin sosyal iletişim becerilerinde etkinlikler sonrası gözle görülür bir artış yaşanmıştır. Etkinlikler süresince bireylerin duygusal açıdan daha rahat, mutlu ve motive oldukları gözlemlenmiştir.

Toplumsal otizmli bireylerin katılımına yönelik algısına ilişkin veriler ise oldukça olumludur. Katılımcıların %84'ü otizmli bireylerin toplumsal etkinliklere katılmasının toplumsal farkındalığı artırdığını belirtmiştir. %76'sı ise bu bireylerle aynı ortamda etkinlik yapmaktan memnun olduklarını ifade etmiştir.

Sonuç

Bu araştırmanın bulguları, otizmli bireylerin toplumsal yaşama daha aktif bir şekilde katılmalarında rekreatif faaliyetlerin önemli bir araç olduğunu ortaya koymuştur. Malatya Büyükşehir Belediyesi tarafından düzenlenen haftalık etkinlikler, otizmli bireylerin sosyal etkileşim becerilerini geliştirmelerine katkı sağlamış, bu bireylerin duygusal olarak daha rahat ve motivasyonlu bir hale gelmelerine yardımcı olmuştur. Etkinliklerin düzenli olarak yapılması, otizmli bireylerin katılım düzeylerini artırmış ve uzun vadede daha kalıcı sosyal beceri gelişimlerine olanak tanımıştır.

Katılımcı bireylerin etkinliklerde sergiledikleri davranışlar, onların grup içi etkileşimlerde daha aktif hâle geldiklerini, toplulukla daha güçlü bağlar kurduklarını ve toplumsal normlara daha kolay uyum sağladıklarını göstermektedir. Bu, otizmli bireylerin yalnızca sosyal becerilerini geliştirmekle kalmayıp, aynı zamanda toplumsal hayata daha fazla dahil olduklarını da göstermektedir. Sosyal etkileşimdeki bu artış, otizmli bireylerin özsaygılarını güçlendirmiş ve toplumsal kabul düzeylerini artırmıştır.

Toplumsal otizmli bireylere yönelik algısı da bu çalışmada önemli bir bulgu olarak karşımıza çıkmıştır. Katılımcıların büyük bir kısmı, otizmli bireylerin toplumsal faaliyetlere katılımını desteklediklerini ve onlarla aynı sosyal ortamda bulunmaktan memnuniyet duyduklarını belirtmişlerdir. Bu durum, toplumda otizmli bireylerin daha fazla kabul gördüğünü ve bu bireylerin toplumsal yaşamda daha fazla yer edinmelerine yönelik tutumların olumlu olduğunu göstermektedir. Toplumsal otizmli bireylere karşı pozitif bir tutum sergilemesi, onların sosyal entegrasyonunun önünü açmakta ve toplumsal farkındalık yaratma çabalarının ne kadar önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bağlamda, otizmli bireylerin toplumla kaynaşmalarını destekleyecek sosyal ortamların daha fazla oluşturulması gerektiği açıktır.

Sonuç olarak, bu çalışma, otizmli bireylerin toplumsal yaşama entegrasyonunu artırmak için rekreatif faaliyetlerin etkin bir araç olduğunu göstermektedir. Bu tür etkinlikler, otizmli bireylerin sosyal becerilerini geliştirmenin yanı sıra, toplumsal algıyı da pozitif yönde etkilemektedir. Araştırmanın bulguları, otizmli bireylerin sosyal yaşama katılımını destekleyecek benzer uygulamaların ülke genelinde yaygınlaştırılmasının önemini

vurgulamaktadır. Ayrıca, toplumun otizme yönelik farkındalığının artırılması gerektiği ve otizmlili bireylerin daha fazla desteklendiği bir sosyal ortam yaratılması gerektiği sonucuna ulaşılmaktadır.

Gelecekteki çalışmalar, bu tür etkinliklerin uzun vadeli etkilerini inceleyebilir ve farklı toplumsal kesimlerin otizmlili bireyler hakkındaki algısını daha derinlemesine ele alabilir. Bunun yanı sıra, otizmlili bireylerin toplumda daha fazla yer edinmeleri için devletin ve yerel yönetimlerin bu tür programları desteklemeleri ve daha geniş çaplı uygulamalar yapmaları gerektiği bir gereklilik olarak ortaya çıkmaktadır.

KAYNAKÇA

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Campbell, J. M. (2007). Middle school students' responses to the self-introduction of a student with autism: Effects of perceived similarity, prior awareness, and educational message. *Remedial and Special Education*, 28(3), 163–173. <https://doi.org/10.1177/07419325070280030401>

Healy, S., Msetfi, R., & Gallagher, S. (2013). “Happy and a bit nervous”: The experiences of children with autism in physical education. *British Journal of Learning Disabilities*, 41(3), 222–228. <https://doi.org/10.1111/bld.12053>

**OTİZMLİ BİREYLERDE SPOR YOLUYLA SOSYALLEŞME: YÜZME
ETKİNLİKLERİNİN ROLÜ**
SOCIALIZATION THROUGH SPORTS IN INDIVIDUALS WITH AUTISM: THE ROLE
OF SWIMMING ACTIVITIES

Assoc. Prof. Ayla KARAKULLUKÇU
Kırıkkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID:0000-0002-2462-514X,

Seçil BULUŞ
Yüksek Lisans Öğrencisi, İnönü üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,

Özet

Bu çalışma, otizmlı bireylerin sosyal gelişimlerine katkı sağlayan spor etkinliklerinden biri olan yüzme faaliyetlerinin sosyalleşme üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Malatya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü tesislerinde yürütülen yüzme faaliyetlerine, 7-16 yaş aralığında 16 otizmlı birey düzenli olarak katılım sağlamıştır. Araştırmada, katılımcıların bireysel gözlemleri ile birlikte ailelerinden alınan nitel geri bildirimler analiz edilmiştir. Aileler, çocuklarının yüzme etkinliklerine devam ettikçe sosyal becerilerinde gelişmeler gözlemlediklerini, aynı zamanda uzman antrenörlerin gözetiminde bu etkinliklere devam etmelerinin önemli olduğunu belirtmişlerdir. Aile dönütlerine göre çocuklar, yüzme sporu aracılığıyla hem yaşlılarıyla hem de öğretmenleriyle daha fazla sosyal etkileşime girmekte, bu durum ise onların sosyal iletişim becerilerini olumlu yönde etkilemektedir. Sonuçlar, düzenli ve profesyonel bir ortamda yürütülen yüzme faaliyetlerinin, otizmlı bireylerin sosyalleşmesine katkı sağladığını göstermektedir. Bu bulgular, özel gereksinimli bireylerin sosyalleşmesini desteklemek amacıyla sporun yapılandırılmış bir araç olarak kullanılabileceğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Otizm, yüzme, sosyalleşme

Abstract

This study aims to examine the effects of swimming activities—one of the sports events that contribute to the social development of individuals with autism—on socialization. Sixteen individuals with autism, aged between 7 and 16, participated regularly in swimming activities carried out at the facilities of the Malatya Provincial Directorate of Youth and Sports. The study analyzed both individual observations of the participants and qualitative feedback received from their families. Families reported that as their children continued to participate in swimming activities, they observed improvements in their social skills. They also emphasized the importance of continuing these activities under the supervision of expert coaches. According to the family feedback, through swimming, children engaged in more social interactions both with their peers and with instructors, which positively affected their social communication skills. The results show that swimming activities conducted in a regular and professional environment contribute to the socialization of individuals with autism. These findings suggest that sports can be used as a structured tool to support the socialization of individuals with special needs.

Keywords: Autism, swimming, socialization

Giriş

Otizm Spektrum Bozukluğu (OSB), bireylerin sosyal iletişim ve etkileşim alanlarında sınırlılıklar yaşadığı, aynı zamanda sınırlı ve tekrarlayıcı davranış örüntüleri ile kendini gösteren nörogelişimsel bir bozukluktur (American Psychiatric Association, 2013). OSB, bireyin yaşamının erken dönemlerinde belirtilerini göstermeye başlamakta ve yaşam boyu devam edebilmektedir. Otizmlı bireyler, özellikle sosyal ortamlarda akranlarıyla sağlıklı ilişkiler kurmakta, sözel ve sözel olmayan iletişim yollarını etkin biçimde kullanmakta zorlanmakta ve grup içinde iş birliği gerektiren durumlara uyum sağlamakta güçlük çekebilmektedirler. Bu durum, onların hem eğitim hayatlarında hem de günlük yaşam becerilerinde çeşitli sınırlılıklara neden olmaktadır.

Sosyalleşme, bireyin toplumla bütünleşmesini sağlayan ve sosyal becerilerini geliştirmesine yardımcı olan önemli bir süreçtir. Otizmlı bireyler için bu süreç, genellikle destekleyici ve yapılandırılmış yaklaşımlar gerektirir. Son yıllarda yapılan araştırmalar, fiziksel aktivite temelli müdahalelerin otizmlı bireylerin sosyal becerilerini geliştirmede etkili olabileceğini göstermektedir. Özellikle yapılandırılmış grup sporlarının, bireylerin etkileşim becerilerini artırdığı, özgüven gelişimini desteklediği ve sosyal kuralları öğrenmeleri açısından fırsatlar sunduğu belirtilmektedir (Pan, 2010; Oriel et al., 2011).

Bu bağlamda yüzme sporu, hem bireysel hem de grup bazlı yürütülebilmesi sayesinde otizmlı bireyler için çok yönlü faydalar sağlayan bir etkinlik olarak öne çıkmaktadır. Yüzme, koordinasyon, denge ve motor beceriler gibi fiziksel gelişimi desteklemesinin yanı sıra; eğitmenle bire bir iletişim, grup içinde ortak kurallara uyum, sıra bekleme, talimat alma ve göz teması kurma gibi sosyal davranışların gelişmesini de destekleyebilmektedir. Ayrıca suyun sakinleştirici ve duyuşal açıdan düzenleyici etkisi sayesinde birçok otizmlı birey için yüzme, rahatlatıcı ve motive edici bir aktivite niteliği taşımaktadır.

Bu çalışmada, Malatya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü bünyesinde yürütülen yüzme etkinliklerinin otizm spektrum bozukluğu tanısı almış bireylerin sosyalleşme düzeyleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Çalışmaya düzenli olarak katılım sağlayan 7–16 yaş aralığındaki otizmlı çocukların sosyal becerilerinde yaşanan değişimler hem bireysel gözlemler hem de ailelerinden alınan nitel geri bildirimler yoluyla analiz edilmiştir. Bu doğrultuda, yüzme sporunun otizmlı bireylerin sosyal gelişimlerini nasıl etkilediği, sosyal etkileşimlerinin artıp artmadığı ve bu sürecin aileler tarafından nasıl gözlemlendiği ortaya konulmaya çalışılmıştır.

Bu araştırma, özel gereksinimli bireylerin topluma entegrasyon süreçlerinde sporun özellikle de yüzme etkinliklerinin nasıl yapılandırılması gerektiğine dair önemli veriler sunmayı amaçlamaktadır.

Yöntem

Bu araştırma nitel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Malatya Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü tesislerinde düzenli olarak yüzme sporuna katılan 16 otizmlili birey çalışmaya dâhil edilmiştir. Katılımcıların yaş aralığı 7-16'dır. Veri toplama sürecinde bireylerin aileleriyle yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Elde edilen veriler betimsel analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir. Ayrıca yüzme etkinliklerini yöneten eğitmenlerin OSB konusunda eğitilmiş ve deneyimli olmaları gözetilmiştir.

Bulgular

Ailelerden elde edilen geri bildirimler, yüzme etkinliklerinin çocukların sosyal etkileşimlerini artırdığını göstermektedir. Ailelerin büyük çoğunluğu, çocuklarının diğer çocuklarla iletişim kurma, yönergelere uyma ve grup içinde yer alma konularında gelişme gösterdiğini belirtmiştir. Özellikle çocukların eğitmenlerle ve akranlarıyla göz teması kurma, selamlaşma, sıra bekleme gibi temel sosyal davranışlarında ilerleme kaydedilmiştir. Aileler, eğitmenlerin alanında uzman olması durumunda yüzme etkinliğine katılımı sürdüreceklərini ifade etmişlerdir.

Sonuç

Bu araştırmanın sonuçları, yüzme sporunun otizm spektrum bozukluğu (OSB) olan bireylerin sosyal gelişimlerini desteklemede önemli ve etkili bir araç olduğunu ortaya koymaktadır. Elde edilen bulgular, düzenli olarak gerçekleştirilen yüzme etkinliklerinin yalnızca fiziksel gelişime değil, aynı zamanda sosyal iletişim, etkileşim ve grup içi davranışlara yönelik olumlu katkılar sağladığını göstermiştir. Özellikle bireylerin yaşlıları ve eğitmenleriyle kurduğu etkileşimler, sosyal becerilerinin gelişiminde belirleyici rol oynamaktadır.

Yüzme gibi yapılandırılmış, düzenli ve eğlenceli fiziksel aktiviteler, otizmlili bireylerin günlük yaşamlarında karşılaştıkları sosyal zorlukların azaltılmasına yardımcı olabilir. Bu tür etkinlikler, bireyin çevresiyle daha fazla etkileşime girmesini sağlamakta, duygusal ifadelerini daha iyi kontrol etmesine katkıda bulunmakta ve kendine güvenini artırmaktadır. Aynı zamanda

fiziksel aktivite yoluyla enerji düzenlemesi, dikkat süresi ve davranış kontrolü gibi alanlarda da gelişim gözlemlenebilmektedir. Özellikle suyun duyuşal olarak yatıştırıcı etkisi, otizmli bireylerin bu etkinliğe daha istekli katılım göstermesine zemin hazırlamaktadır.

Bu doğrultuda, otizmli bireylerin sosyal uyum süreçlerinde spor temelli müdahale programlarının daha yaygın hale getirilmesi gerektiği ortaya çıkmaktadır. Bu programların yalnızca bireyin katılımına değil, aynı zamanda ailelerin sürece aktif şekilde dahil edilmesine de önem verilmelidir. Aileler, çocuklarının gelişim süreçlerini yakından gözlemleyerek hem motivasyonlarını artırabilir hem de sosyal kazanımları ev ortamına taşıyabilirler.

Ancak bu tür etkinliklerin etkili ve sürdürülebilir olabilmesi için profesyonel bir yapı çerçevesinde uygulanmaları büyük önem taşımaktadır. Alanında uzman, özel gereksinimli bireylerle çalışmaya yetkin eğitmenlerin görev alması, etkinliklerin bireyin özelliklerine uygun şekilde planlanmasını ve yürütülmesini sağlayacaktır. Aynı zamanda katılımcı sayısının sınırlı tutulması, bireysel ihtiyaçlara göre esneklik sağlanması ve etkinliklerin düzenli olarak yapılması da başarıyı artıran etkenlerdendir.

Sonuç olarak bu çalışma, sporun –özellikle yüzmenin– otizmli bireylerin sosyalleşmesini destekleyen yapılandırılmış bir araç olarak etkili bir biçimde kullanılabileceğini göstermektedir. Bu bulgu, hem eğitimciler hem aileler hem de politika yapıcılar için önemli bir referans niteliği taşımakta, özel gereksinimli bireylerin sosyal hayata aktif katılımını teşvik edecek uygulamalara yön verilmesine katkı sunmaktadır.

Kaynakça

American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th ed.). Washington, DC: Author.

Oriel, K. N., George, C. L., Peckus, R., & Semon, A. (2011). The effects of aerobic exercise on academic engagement in young children with autism spectrum disorder. *Pediatric Physical Therapy*, 23(2), 187–193. <https://doi.org/10.1097/PEP.0b013e318218f149>

Pan, C. Y. (2010). Effects of water exercise swimming program on aquatic skills and social behaviors in children with autism spectrum disorders. *Autism*, 14(1), 9–28. <https://doi.org/10.1177/1362361309339496>

SPORTS PERSONALITIES AS SYMBOLS OF PATRIOTISM AND NATIONALISM

Lecturer, Ph D Irina-Ana DROBOT

Technical University of Civil Engineering Bucharest, Faculty of Engineering in Foreign Languages, Department of Foreign Languages and Communication
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2556-6233>

Abstract

The purpose of this paper is to look at the way in which sports personalities become more than just personalities in their domain of activity, sports in general, or a certain sport in particular. Winners in sport competitions become symbols of nationalism and patriotism. During competitions, they represent their entire country. We can notice this phenomenon related to those supporting sports and who are also proud of their country and nation. Members of various countries support the representatives of their country. Sports becomes, therefore, much more than a matter of skill and execution, as well as performance related to the respective rules of the game. Sports become much more than a matter of show and of watching someone do something remarkable. As we notice, the competitions are at international level, between sports personalities from various countries. The sports personalities become symbols of a certain nation and culture. We are proud of them and they serve to create a favourable image for our country and for our nation. Symbolically, the language use for winning over other athletes refers to defeating the country they represent. Athletes are presented based on an image of sacrifice and duty, becoming in this respect similar to national, historical heroes who fight during wars. The idea of conflict and competition is present in the field of sports as well. Political science and political psychology will provide the methodological framework.

Keywords: ideology, culture, political studies, political psychology.

INTRODUCTION

We may start wondering if there is in fact any aspect of our everyday and cultural lives that is free from the influence of ideology. For this matter, we may consider features of a culture, together with its mindset, values, principles, which can overlap with or be pushed forward by ideology. We know that art, in all its forms, can be promoted based on ideological interests. The same can be claimed about holidays or various traditions that we can find in any culture. Baciú (2012) devised a grid called culture identity manifestations, which includes features of any culture, among which values, symbols, traditions, rituals, practices, and personalities. All of these elements belonging to this grids can be subject to ideological manipulation and interests. Some of these can be promoted at the expense of others.

Sports are no exception to ideological influence and ideologically-prompted promotion.

MATERIALS AND METHODS

How could we define ideology?

One definition could be the following one: "An organization of opinions, attitudes, and values - a way of thinking about man and society. We may speak of an individual's total ideology or of his ideology with respect to different areas of social life; politics, economics, religion, minority groups, and so forth" (Adorno et al., 1950).

Based on this definition, we understand that ideology reflects a certain perspective we have on life. This perspective can, in turn, be moulded based through various means, e.g. through the books we read or through the films we see, and even through the educational system. We are being served certain cultural products which contribute to our own education, as they shape our system of values, beliefs, and as they influence our behaviour and view on society. Our understanding of how we should live and behave can also be moulded by a certain ideology which is around us at a certain time.

In addition, we can also define ideology as follows: "A consistent integrated pattern of thoughts and beliefs explaining man's attitude towards life and his existence in society, and advocating a conduct and action pattern responsive to and commensurate with such thoughts and beliefs" (Loewenstein, 1953). This definition sounds as a variation on the same theme, which has been expressed in the first mentioned definition in this section.

What both definitions have in common is the idea of certain guidelines, which include values and beliefs, as well as principles, or, briefly, patterns, according to which we can start building our lives, which are elements common with what we can call a culture. This is because ideology and culture intersect, interacts and even overlap when it comes to our ways of thinking and behaving, such as values, beliefs, and principles, according to which we can guide our lives.

Only two definitions of ideology can show us how much it has in common with culture, which Baciú (2012) defines as patterns of thinking and doing.

When we speak about culture and ideology, we can speak not only of the culture identity manifestations categories devised by Baciú (2012). We can also speak about what these larger categories can include. Next to holidays such as Christmas and Easter, which are general holidays present across a wide array of cultures belonging to Christianity, we can also speak about local holidays, rituals, traditions, as well as practices, such as Midsummer Night, Halloween, or various national days, the latter of which take into account the historical particularities of each and every country, while they are subsumed to the general values of patriotism. There are, however, specific historical events and personalities that are part of each individual culture and nation.

Where can we include sports in culture and ideology? We can immediately think of the category of personalities, as some sports personalities can be considered on a par with heroes for various countries. They are personalities which become symbolic of a certain country and

nation. Each and every country can consider having certain symbols which are recognizable at an international level, starting from architectural monuments, historical episodes, various personalities in various domains, such as writers, painters, architects, political personalities, and, why not, sports personalities. Some countries can be proud of inventing a certain sport, while still others can be famous for excelling at a certain sport. A certain sport or a certain sports personality can become symbolic of the values held by a certain nation. Usually, and generally, however, practising and excelling at a certain sport can be a sign of resilience and ambition, as well as of hard work. As we all know, plenty of hours of hard training can be found behind each and every sports performance in national and, especially, international, contests in the sports world.

We can mention the way in which Romania is associated with high performance in artistic gymnastics. Here we can mention the high impact of Nadia Comaneci on Romanian culture and on the way Romania is seen at international level, not just when it comes to sports and, especially, to artistic gymnastics. Certain sports personalities go beyond their fields of activity as symbols, and are perceived as heroes of the respective country and nation. They become representative figures, which are known at the level of an international community interested in the respective country and nation. Nadia Comaneci can be seen as a symbol of Romanian artistic gymnastics and its historical achievement, since she was the first athlete to receive a perfect 10 at the Montreal Olympics in 1976. Such an achievement has made Romania, her country, a popular one, and a highly valued one on the international scene, which was a phenomenon not restricted to the domain of gymnastics only. With her as a symbol, Romania has achieved years afterwards of high popularity on the international scene. She may or may not be associated with the Communist regime, yet she remains associated with her country of origin. We can mention her skills or her values, such as discipline, artistry, together with technical mastery, which were, in turn, admired by and passed on to other generations of Romanian gymnasts, such as Lavinia Miloșovici and Simona Amânar. What is more, the legacy of Nadia Comaneci is passed on to generations of today activating in the field of artistic gymnastics. Comaneci was a symbol of a rigorous program of propaganda which was supported by the state, as well as by gymnastics, and whose result was national prestige. We can also mention the international recognition of Nadia Comaneci and of her gymnastics performances. As a result, she could be considered an iconic personality for this sports at an international level, extending well beyond Romania, while also symbolising and representing it on the international stage and increasing its reputation.

During the Communist regime, especially, in Romania, sports were part of those values and domains of activity which were highly politicized. The success of Nadia Comaneci could be understood as a tool for ideological purposes, as well for propaganda purposes. Thus, the success of this gymnast can be considered to have aligned with the values of a certain society at a certain time from an ideological perspective.

Nadia Comaneci could be considered as a symbol or embodiment of values belonging to the communist regime, such as discipline, and physical excellence, which also overlap with those from the specific domain of sports. Next to these values, we can also consider collectivism, which is included in fitting in a model advertised by society, and modesty, as she may not have considered herself such a great star – her attitude could be considered exemplary for these two values. She could be seen as making all the efforts in order to promote the image of her country and not of herself as an individual. Communist times were other times. However, even today, when the time of individualist societies is highly under display, the audiences of sports events can still make associations between a certain sports personality and a certain country, thus prompting the respective country to have a positive image on the international scene. Eventually, sports events become part of the culture and image of a certain country, an image which is recognized at international level. Sports becomes a symbol of worldwide recognition for any country, placing it on a central stage position, during any time in history.

Such personalities as Nadia Comaneci are not only simple public personalities. At the time when she achieved her highest performances, she could be considered the product of a certain system which wanted to and which claimed to be able to mold certain superior citizens based on a state control and sacrifice as a main value. The value of sacrifice is also encountered with respect to national war heroes and their actions. Therefore, we can see such a value extended to the idea of effort which is carried out when it comes to achievements in any domain of activity and in any area of life.

While Nadia Comaneci and her achievements in the field of sports and, especially, artistic gymnastics, can be considered a symbol of the superiority of Romania and its socialist model based on media coverage, as well as international diplomacy. She becomes a symbol of national pride for Romania. What is remarkable is that she is still this symbol today, and at international level she is still strongly associated with Romania.

Nadia Comaneci is just an example of how a sports artist can be used as an ideological tool for the promotion of the image of a country during a certain historical time. We can further extend this practice not only to other athletes and to other countries which they can represent, but also to other domains, including the scientific research ones.

We can see the phenomenon of national pride which is taken in the achievements of persons and personalities in various domains, and in various cultures and societies during various times. After all, we have famous writers which we consider to be the representatives of our nation, as well as famous painters, famous engineers, and so on, next to athletes excelling in a certain sports domain at a certain time.

However, time seems to be a relative dimension when it comes to our taking our national pride in the achievements of one athlete or another. Sports becomes similar to any other domain of activity in which an individual can excel. Since he or she is the member of a certain nation, he or she becomes a national symbol and also a symbol which can help the respective country or nation stand out on the international scene. Any domain of professional

activity, in fact, can become an extended symbol, from individual to nation, and can help the respective nation achieve international fame.

It is all mainly about the pride a nation takes in the achievements of individuals and how it manages to promote them on the international scene. Each and every individual and their achievements can become an extension of a certain country and nation.

Sports can be considered a special case, since in this professional domain we can notice that competition is valued, just as much as individual resilience and personal effort. Personal values and convictions align with the national goals of having highly performative individuals, who do not let go of their goals.

Since times have changed and since wars and rebellions are no longer so frequent, sports seem to have taken over this role. Sports can also mould heroes, just as much as a country and nation can mould war heroes. Sports can be associated with fighting in a figurative sense, and sports personalities can replace war heroes.

We can see that the language of sports competitions can recall the language of a battle based on national interests between two countries. A sports competition can very well echo a military, armed conflict. Indeed, a sports competition is about a metaphorical, figurative battle or fight. Such a battle or fight can shape an individual, just as much as it can shape the feelings of being worthy of an entire society or nation.

Below are some examples using such type of language, extracted from various papers available online:

(1) "Team USA overpower China in final to win fourth-straight gold medal" (Kidane, 2022). Here we see that it is not the individual and not the team that are the focus of the victory, but the countries they come from and represent. This headline from the paper called *The Sporting News* refers to the US basketball team of women that defeated China with a score 83-61 during the 2022 FIBA Women's Basketball World Cup.

(2) "Canada sent into salvage mode after stunning upset" (Davidi, 2018). This article from *Sportnet* refers to Canada's 4–3 loss to Germany during the 2018 Winter Olympics men's ice hockey semifinal. The loss was unexpected, and the entire nation was in shock.

(3) "Jamaica's Roje Stona upsets Alekna to win discus gold" (Reid, 2024). This title referred to the athlete from Jamaica who had a victory over Mykolas Alekna from Lithuania during the 2024 Paris Olympics. Just as in the previous examples, the victory was considered a national achievement.

In sports competitions, we frequently notice based on the language used how sports personalities are associated with a certain country and its glory. Therefore, we do not deal with symbols and personalities of a certain nation and culture only. The level of symbolism is so deep that it has been included in everyday language, which has turned it into an aspect of reality.

RESULTS

Sports personalities have the role to promote their country, as well as to encourage citizens to believe in the value of the image of their country. In addition, they become comparable to actual heroes. Heroes can be considered, based on Baciu (2012), different from personalities, since heroes are universal, standing for qualities which make them so, such as courage, while personalities are restricted to one single domain of activity, such as science, art and, in our case, sports. Athletes seem to belong to a combination of the categories of heroes and personalities, as they extend well beyond their domain of activity, and become symbols of national pride and recognition.

DISCUSSION AND CONCLUSIONS

In the field of sports, we notice that there are sports personalities, recognizable as individuals, and teams or other athletes that overlap with their country and its achievements, We can therefore consider these two types.

The connection between ideology and sports comes based on the level of political studies, as well as cultural studies. We hold certain beliefs function of the society and times we live in, together with certain values and principles. Some sports personalities become symbols of the value of a certain country and its outstanding achievements as a culture and contribution to the world heritage. Sports becomes an international tradition and practice, a domain of shared interest. Athletes become symbols of hard work and skill, as well as power and achievements. Some athletes become everlasting symbols of a country's distinction throughout time. Political psychology can also account for the strong resonance between athletes, sports and the power of a certain nation. Patriotism becomes embodied by admiration for a nation's athletes.

REFERENCES

- Adorno, T., Frenkel-Brunswik, E. Levinson, Nevitt, D. J., Sanford, R. (1950). *The Authoritarian Personality*. New York: Harper.
- Baciu, S. (2012). *Culture: An Awareness-Raising Approach*. Cavallioti Publishing House, Bucharest, Romania.
- Davidi, S. (2018). Canada sent into salvage mode after stunning upset. Sportsnet.
- Kidane, B. (2022). FIBA Women's Basketball World Cup 2022: Team USA overpower China in final to win fourth-straight gold medal. The Sporting News.
- Lowenstein, K. (1953). "The Role of Ideologies in Political Change." *International Social Science Bulletin* 5 (1): 51-74.
- Reid, H. (2024). Athletics-Jamaica's Stona upsets Alekna to win discus gold. Reuters.

"PLAYING FOR GROWTH: THE ROLE OF SPORT AND RECREATION IN CHILD DEVELOPMENT"

Ananda Majumdar

(0000-0003-3045-0056) – ORCID | Linking Researchers and Their Work

Ananda Majumdar | University of Alberta – Academia.edu

<https://www.researchgate.net/profile/Ananda-Majumdar>

*Harvard Graduate School of Education (Professional Education as a Child Development Educator, Certificate in Early Education Leadership (CEEL-Series 1,2,3), online) 2017-present

*NorQuest College, Alberta Routes Program -present

My academic journey, which includes an Honorary Doctor of Philosophy in Generic Education from Abide University and Institute and a Doctor of Divinity from North Central Theological Seminary, has been deeply influenced by the Arthurian legend. This collection of tales about King Arthur, his knights, and their quests holds significant cultural and historical importance. It has been a central theme in my exploration of cross-cultural communication, offering a unique perspective to understand the relationship between myth, culture, and science.

This perspective and my academic background equip me to provide insights into the study of women's empowerment in India, particularly regarding the cultural and societal elements affecting gender equality. It also serves as a compelling avenue to investigate how sound influences the artistic and architectural features of the medieval era, symbolizing the shaping of societal norms and values.

*Doctor of Divinity, North Central Theological Seminary, Minneapolis, United States, 2023 - present
The University of Alberta (Bachelor of Education after Degree in Elementary, Faculty of Education, Community Service-Learning Certificate and Certificate in International Learning (CIL) – 2012-2022

My international experiences have significantly broadened my academic perspective, particularly in understanding how the Arthurian legend resonates across cultures with its universal themes of heroism and noble ideals. This exposure has also deepened my understanding of global issues, including gender inequality, and connected me with a broader educational network. It has prompted me to examine our shared cultural heritage through the lens of the Arthurian legend. This cultural phenomenon transcends national borders, and our collective inquiry can lead to a deeper understanding of shared human experiences, including the diverse interpretations and applications of the Arthurian legend regarding gender and empowerment issues in India.

Public Affairs, August 1-15, 2022, Online

Intern at the Digital Museum and Diaspora, Migration, GRFDT, New Delhi, India (April 2021- March 2022, Online)

During my time as a Book Pecker Fellow at Peace X, India, I was honoured to be named the top fellow in the social science department. In this capacity, I researched the cultural significance of the Arthurian legend, which motivated me to continue my academic endeavours. Additionally, I earned a computer literacy certificate in Migration Studies from GRFDT, New Delhi, India.

Science department and computer literacy certificate in Migration Studies, GRFDT, New Delhi, India (September 2020- March 2021, Online)

Grant MacEwan University (Diploma in HR Management), 2008-2012

Jadavpur University (Master of Arts in International Relations)

Sikkim Manipal University (Master of Business Administration in HR and Marketing Management)

MBB College, Tripura University (Bachelor of Arts in Political Science)

Antarctic Institute of Canada (Researcher and Writer), Servicing Community Internship Program (Scip) funded by the Government of Alberta, Member of Student Panel, Cambridge University Press,

Academic Member of the Association of Political Theory (ATP), University of Massachusetts

Student Member of ESA (European Studies Association), Columbia University, US.

Academic Member of the Memory Studies Association, School of Memory Studies, Indian Institute of Technology (IIT) Madras, Tamil Nādu, India

*Early Childhood Educator, Brander Garden After School Parents Association – present

Researcher, Project-based Articles, Antarctic Institute of Canada under Riipen

*Professor of Practice in Social Science, QAHE & Kennedy University of Saint Lucia -present

Abstract

This document explains how the United Nations Children's Fund (UNICEF) uses sport, recreation, and play to help children develop. Kids learn social skills, manage emotions, improve physical abilities, and discover more about themselves through these activities. Play is essential for lifelong learning. The document highlights programs worldwide where UNICEF includes sport, recreation, and play in their efforts. It discusses partnerships with governments, the sports community, and civil society to encourage girls and boys to engage in sports and play. It also emphasizes educating children and families about the benefits of physical activity. While winning is enjoyable, youth sports offer much more. They provide opportunities for friendly competition, teamwork, and physical activity. Kids learn new skills, build self-confidence, and develop character. The primary goal is to support overall child development through sports, which is more important than winning. Physical health often comes to mind when thinking about sports and child development. However, in recent years, many children spend more time indoors playing video games than outside. A British study found that kids now spend twice as much time indoors. The CDC reported a childhood obesity rate of 19.7% in the United States. Encouraging physical activity among children and teens is crucial. This article also provides an overview of how sports can benefit child development, including positive effects on physical health, mental and emotional well-being, academic success, and social skills.

Keywords: Sport, Recreation, Child Development, UNICEF, Social Skill, Emotional Management, Physical Abilities, Lifelong Learning, Global Programs, Gender Equality, Play, Community Engagement, Youth Sport, Teamwork, Friendly Competition, Physical Activity, Cultural Significance.

[The Benefits of Youth Sports in Child Development](#)

[Sport, Recreation and Play | sportanddev](#)

**“ENGELLİ, ÖZEL GEREKSİNİMLİ, ÖZÜRLÜ, SAKAT” ANAHTAR KELİMELİ
TEZLERİN 2004-2024 YILLARI ARASINDA YÖK VERİTABANINDA
BİBLİYOMETRİK ANALİZİ**

BIBLIOMETRIC ANALYSIS OF THESES WITH THE KEYWORDS "DISABLED,
SPECIAL NEEDS, HANDICAPPED, IMPAIRED" IN THE YÖK DATABASE BETWEEN
2004 AND 2024

Birol ŞİMŞEK

İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri
Anabilim Dalı Doktora Öğrencisi (Tez Aşamasında)
ORCID ID: 0000-0003-1729-2065

ÖZET

Dünya genelinde 1,3 milyar engelli bireyin bulunduğu, bu sayının dünya nüfusunun yaklaşık %16'sını ifade ettiği belirtilmiştir (WHO, 2024). Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi'ne göre Türkiye nüfusu 31 Aralık 2022 tarihi itibarıyla 85 milyon 279 bin 553'dür. Nüfus ve Konut Araştırması sonuçlarına göre, en az bir engeli olan (3 ve daha yukarı yaş) nüfusun oranı %6,9 (4.876.000 kişi)'dur (ASHM, 2023). Hiç de gözardı edilemeyecek bir sayıda olan engelli bireylerin akademik çerçevede yapılan araştırmalarda ele alınma sıklığı ve tarifi için kullanılan ifadeler önemlidir. Bu kapsamda YÖK TEZMER'den 2004-2024 yılları arasında anahtar kelimesi “Sakat, Engelli, Özür, Özel Gereksinimli” olarak yazıldıktan sonra çıkan tezlerin bibliyometrik analizi yapılmış ve 1.648 tez'e rastlanmıştır (YÖK TEZMER, 2025). “Sakat” anahtar kelimeli 82 (8 doktora, 74 yüksek lisans), “Engelli” anahtar kelimeli 95 (68 yüksek lisans, 26 doktora, 1 tıpta uzmanlık), “Özür” anahtar kelimeli 120 tez (11 doktora, 39 tıpta uzmanlık, 70 yüksek lisans), “Özel Gereksinimli” anahtar kelimeli 1.351 (1.127 yüksek lisans, 195 doktora, 26 tıpta uzmanlık, 2 dış hekimliği uzmanlık ve 1 sanatta yeterlilik) tez yazılmıştır. En az; 2011 yılında olmak üzere 6 tez (3 yüksek lisans, 1 doktora, 2 tıpta uzmanlık), en çok; 2019 yılında olmak üzere 229 tez (208'i yüksek lisans, 17'si doktora, 4'ü tıpta uzmanlık) yazıldığı görülmüştür. “Engelli” anahtar kelimesi; en fazla 2023 yılında (65 tane), en az 2024 yılında (30 tane) kullanılmıştır. 2004-2022 yılları arasında yani toplamda 19 yıl “Engelli” anahtar kelimeli tez'e rastlanmamıştır. “Özel Gereksinimli” anahtar kelimesi; en fazla 2021 yılında (198 tane), en az 2007, 2008, 2009, 2011 yıllarında (1'er tane) yazılmış, 2012 yılında “Özel Gereksinimli” anahtar kelimeli tez'e rastlanmamıştır. “Özür” anahtar kelimesi; en fazla 2005 yılında (11 tane), en az 2014 yılında kullanılmıştır (1 tane). “Sakat” anahtar kelimesi; en fazla 2022 ve 2023 yıllarında (32'şer tane), en az 2006, 2007, 2012, 2013, 2016, 2017, 2021 ve 2024 yıllarında kullanılmıştır (1'er tane). 2008, 2010, 2011, 2014, 2015 yıllarında “Sakat” anahtar kelimeli tez'e rastlanmamıştır. Engelliler üzerine en fazla çalışma alanlarının Eğitim ve Öğretim konusunda olduğu (617 tane) görülmüştür. Onun peşinden Psikoloji (177 tane) ve Spor (127 tane) konulu tez yazılmış olduğu görülmüştür. Sonuç olarak 2004-2024 yılları arasında en fazla “Özel Gereksinimli” anahtar kelimeli yüksek lisans tezinin yazıldığı, en az “Sakat” anahtar kelimesi tercih edilmiş olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Engelli, Özel Gereksinimli, Özür, Sakat, Bibliyometrik Analiz.

ABSTRACT

It has been stated that there are 1.3 billion people with disabilities worldwide, accounting for approximately 16% of the global population (WHO, 2024). According to the Address-Based Population Registration System, the population of Türkiye as of December 31, 2022, was 85,279,553. Based on the results of the Population and Housing Census, the proportion of the population aged 3 and above with at least one disability is 6.9% (approximately 4,876,000 individuals) (ASHM, 2023). The frequency with which individuals with disabilities—who represent a significant portion of the population—are addressed in academic research, as well as the terminology used to describe them, is of particular importance. Within this context, a bibliometric analysis was conducted on theses listed in the YÖK National Thesis Center (TEZMER) between 2004 and 2024 using the keywords “Sakat (Impaired)”, “Engelli (Disabled)”, “Özürlü (Handicapped)”, and “Özel Gereksinimli (Special Needs)”. The analysis identified a total of 1,648 theses (YÖK TEZMER, 2025). Among these, 82 theses (8 doctoral, 74 master's) used the keyword “Sakat (Impaired)”, 95 theses (68 master's, 26 doctoral, 1 medical specialty) used “Engelli (Disabled)”, 120 theses (11 doctoral, 39 medical specialty, 70 master's) used “Özürlü (Handicapped)” and 1,351 theses (1,127 master's, 195 doctoral, 26 medical specialty, 2 dental specialty, and 1 proficiency in arts) used “Özel Gereksinimli (Special Needs)”. The lowest number of theses was written in 2011 (6 theses: 3 master's, 1 doctoral, 2 medical specialty), while the highest was in 2019 (229 theses: 208 master's, 17 doctoral, 4 medical specialty). The keyword “Engelli (Disabled)” was used most frequently in 2023 (65 theses) and least in 2024 (30 theses). No theses with the keyword “Engelli (Disabled)” were found between 2004 and 2022, i.e., for 19 consecutive years. The keyword “Özel Gereksinimli (Special Needs)” appeared most often in 2021 (198 theses), while only one thesis was found in each of the years 2007, 2008, 2009, and 2011; no such theses were identified in 2012. The keyword “Özürlü (Handicapped)” was used most in 2005 (11 theses) and least in 2014 (1 thesis). The keyword “Sakat (Impaired)” was most commonly used in 2022 and 2023 (32 theses each) and least in 2006, 2007, 2012, 2013, 2016, 2017, 2021, and 2024 (1 thesis each). No theses with the keyword “Sakat (Impaired)” were found in 2008, 2010, 2011, 2014, or 2015. It was observed that the majority of the research on disability focused on the field of Education and Training (617 theses), followed by Psychology (177 theses) and Sports (127 theses). In conclusion, between 2004 and 2024, the keyword most frequently used in master's theses was “Özel Gereksinimli (Special Needs)” while “Sakat (Impaired)” was the least preferred keyword.

Keywords: Bibliometric Analysis. Disabled, Handicapped, Impaired, Special Needs.

GİRİŞ

Aslına bakılacak olursa, toplumsal yaşama katılımın önündeki engelleri kaldırmak ve engelli insanların sahip olduğu büyük potansiyeli ortaya çıkarmak için yeterli kaynak ve uzmanlığı bu konuya vakf etmek ahlaki sorumluluğumuzdur. Sağlık, rehabilitasyon, destek, eğitim ve istihdama erişimleri reddedilen ve başarılı olmaları için hiçbir zaman şans tanınmayan milyonlarca engelli insanı dünya genelindeki hükümetler artık görmezden gelemezler (Stephen W. Hawking, Dünya Engellilik Raporu, Yönetici Özeti).

Dünyanın önde gelen fizikçilerinden biri olarak kabul eliden Stephen Hawking aslında durumu oldukça basitçe özetlemiştir. Dünyada engelli olmayanlar kadar engelli olanların da eğitim alma, çalışma hayatın katılma gibi hayati öneme sahip hakları vardır ve bu hakkı sağlamak kamu otoritesinin görevidir.

Avrupa Birliği'nin Gençlerle İnsan Hakları Eğitim Kılavuzunda engellilik; “bir aktiviteyi insan için normal kabul edilen biçimde veya sınırlar içinde yerine getirme yeteneğinin herhangi bir şekilde kısıtlanması veya eksikliği” olarak tanımlanmıştır (Gençlerle İnsan Hakları Eğitimi, 2025).

07.07.2005 Resmî Gazete’de 25868 sayı ile yayınlanan “Engelliler Hakkında Kanun” engelliliği; Fiziksel, zihinsel, ruhsal ve duyuşal yetilerinde çeşitli düzeyde kayıplarından dolayı topluma diğer bireyler ile birlikte eşit koşullarda tam ve etkin katılımını kısıtlayan tutum ve çevre koşullarından etkilenen birey olarak tanımlamıştır (Engelliler Hakkında Kanun, 2005).

Dünya genelinde 1,3 milyar engelli bireyin bulunduğu, bu sayının dünya nüfusunun yaklaşık %16’sını ifade ettiği belirtilmiştir (WHO, 2024).

Ülkemizde Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi’ne göre Türkiye nüfusu 31 Aralık 2022 tarihi itibarıyla 85 milyon 279 bin 553’dür. Nüfus ve Konut Araştırması sonuçlarına göre, en az bir engeli olan (3 ve daha yukarı yaş) nüfusun oranı %6,9 (4.876.000 kişi)’dur (ASHM, 2023).

Görüldüğü gibi ülkemizde ve dünyada engelli bireylerin sayısı göz ardı edilemeyecek kadar çoktur. Toplumda birlikte yaşamak zorunda olan engelli bireyler ile engelli olmayan bireylerin ortak yaşam alanlarını kolaylıkla paylaşabilmeleri hem insani hem de anayasal bir zorunluluktur. Her ülkenin bir engelli politikası vardır. Ülkemizin engellilik politikasının temel hedefi engelli bireylerin insan haklarını ve temel özgürlüklerini tam ve diğer bireylerle eşit şekilde kullanmasını veya bunlardan yararlanmasını sağlamaktır (Engelliler İçin Bilgilendirme Rehberi, 2016).

Engellileri tarif etmek için kullanılan terimler zaman içinde değişiklik göstermiştir; sakat, özür, engelli, özel gereksinimli vb. gibi. Ülkemizde de 25/4/2013 tarihli ve 6462 sayılı Kanunun 1 inci maddesiyle; Engelliler Hakkındaki Kanunun ilk yayınlandığı haliyle başlığında yer alan “Özürlüler ve Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılması” ibaresi “Engelliler”, 2 nci maddesinde yer alan “özürlüleri” ve “özürlülere”

ibareleri sırasıyla “engellileri” ve “engellilere” şeklinde değiştirilmiştir (Engeliler Hakkında Kanun, 2005).

Engelli bireylerin akademik çalışmalarda ele alınması, onların toplumdaki farkındalıklarını artırmak için bir yol olarak görülebilir. Onların günlük hayatta yaşadıkları veya yaşayabilecekleri sorunları kaleme alan çalışmaların sayıca artırılması, onlar hakkında toplumun bilinç düzeyinde artış meydana getirebilir.

Araştırma akademik alanda engellilere yönelik olarak yapılan çalışmaların sıklığını ve dağılımını belirlemeye yönelik olarak yapılmıştır.

YÖNTEM

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni olarak YÖK (Yükseköğretim Kurulu) TEZMER (Tez Merkezi)’nde bulunan yüksek lisans, doktora, tıpta uzmanlık, diş hekimliği uzmanlık ve sanatta yeterlilik tezleri seçilmiştir.

Araştırmada uygun örnekleme (convenient sampling) yöntemi seçilmiştir. Uygun örnekleme yöntemi, örneklemin rahat ulaşılabilir ve uygulama yapılabilir birimlerden seçilmesidir (Nakip, 2003). Araştırma kapsamında YÖK TEZMER arama kısmına “Engelli”, “Özürlü”, “Sakat”, “Özel Gereksinimli” ifadeleri yazılmış, çıkan sonuçlardan doğrudan engellilere yönelik olanlar araştırma örneklem grubuna dahil edilmiştir. Sınırlılık olarak 2004-2024 yılları arasında yapılan tezler ele alınmıştır.

İçerik yazımında; Engelliler Hakkındaki Kanun’da yapılan değişikliği dayanılarak kavram birliği sağlamak adına “engelli” ifadesi çoğunlukla kullanılmıştır (Engeliler Hakkında Kanun, 2005).

Veri Toplama Araçları

Bu araştırma kapsamında YÖK TEZMER’de yayınlı yüksek lisans, doktora, tıpta uzmanlık, diş hekimliği uzmanlık ve sanatta yeterlilik testlerinden yararlanılmıştır. Araştırmada bibliyometrit analiz yöntemi kullanılmıştır. Bibliyometri: belirli bir alanda belirli bir dönemde ve belirli bir bölgede kişiler ya da kurumlar tarafından üretilmiş yayınların ve bu yayınlar arasındaki ilişkilerin sayısal olarak analizidir (Bibliyometri, 2025).

Araştırma kapsamında 2004-2024 yılları arasında yayınlanmış tezler kullanılmış, öncesi ve sonrasındaki tezler analize dahil edilmemiştir.

Analize tabi tutulan veriler 10.04.2025 ile 20.04.2025 tarihleri arasında alınmıştır. Veriler YÖK TEZMER’in <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/giris.jsp> adresinde yer alan ve kamuya açık erişimli siteden elde edilmiştir.

Veri Toplama Araçlarının Uygulanması

Araştırma verileri YÖK TEZMER’de yayınlanan tezlerden elde edilmiştir. YÖK TEZMER ana sayfasında bulunan arama kısmına “Engelli, Özürlü, Özel Gereksinimli, Sakat” anahtar

kelimeleri ayrı ayrı yazılarak çıkan sonuçlar kopyalanarak her biri ayrı sayfada olacak şekilde excel'e aktarılmıştır.

Excel'e ayrı sayfalara aktarılan veriler daha sonra tek bir sayfada birleştirilerek, SÜZ programı yardımıyla veriler yorumlanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi excel programı yardımıyla yapılmıştır. Excel sayfasına yapıştırılan verilerin sayısal olarak dağılım SÜZ programı yardımıyla yapılmıştır. SÜZ programı yardımıyla excel'e yapıştırılan verilerden; tezin yayınlandığı yıl, türü, alanı başlıkları analize tabi tutulmuştur.

BULGULAR

“Engelli, Özel Gereksinimli, Özürlü, Sakat” Anahtar Kelimeli Tezlerin 2004-2024 Yılları Arasında YÖK Veritabanında Bibliyometrik Analizi başlıklı çalışmada elde edilen veriler aşağıdaki kısımda yer almaktadır.

YÖK TEZMER'de 2004-2024 yılları arasını kapsayacak şekilde “Engelli, Özel Gereksinimli, Özürlü, Sakat” anahtar kelimeleri kullanılarak yapılan aramada çıkan tezlerin türlerine göre dağılımları Tablo 1’de yer almaktadır.

Tablo 1. 2004-2024 Yılları Arasında “Sakat, Engelli, Özürlü, Özel Gereksinimli” Anahtar Kelimelerinin Tez Türüne Göre Kullanım Sıklığı

Anahtar Kelime	Toplam Tez Sayısı	Yüksek Lisans	Doktora	Tıpta Uzmanlık	Diş Hekimliği Uzmanlık	Sanatta Yeterlilik
Sakat	82 (En Az)	74	8			
Engelli	95	68	26	1		
Özürlü	120	70	11	39		
Özel Gereksinimli	1.351 (En Çok)	1.127	195	26	2	1
Toplam	1.648	1.339	240	66	2	1

YÖK TEZMER'de 2004-2024 yılları arasını kapsayacak şekilde “Engelli, Özel Gereksinimli, Özürlü, Sakat” anahtar kelimeleri kullanılarak yapılan aramada çıkan tezlerin, yayın yıllarına göre dağılımları aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 2. 2004-2024 Yılları Arasında “Sakat, Engelli, Özürlü, Özel Gereksinimli” Anahtar Kelimelerinin Tezlerin Yayın Yıllarına Göre Dağılımı

Yıl	Toplam Tez Sayısı	Yüksek Lisans	Doktora	Tıpta Uzmanlık	Diş Hekimliği Uzmanlık	Sanatta Yeterlilik
2004	10	7	2	1		
2005	11	9		2		
2006	12	11	1			
2007	9	7	1	1		
2008	11	4	3	4		
2009	10	9	1			
2010	12	9	1	2		

2011	6	3	1	2		
2012	7	3	2	2		
2013	12	8	1	3		
2014	77	65	9	3		
2015	104	86	13	5		
2016	123	101	18	4		
2017	144	118	20	5	1	
2018	147	119	17	9	1	1
2019	229	208	17	4		
2020	124	91	29	4		
2021	207	159	39	9		
2022	152	134	15	3		
2023	135	101	32	2		
2024	106	87	18	1		
Toplam	1.648	1.339	240	66	2	1

YÖK TEZMER’de 2004-2024 yılları arasını kapsayacak şekilde “Engelli, Özel Gereksinimli, Özürlü, Sakat” anahtar kelimelerinin yıllara göre kullanım sıklığı aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 3. 2004-2024 Yılları Arasında “Sakat, Engelli, Özürlü, Özel Gereksinimli” Anahtar Kelimelerinin Yıllara Göre Kullanım Sıklığı

Yıl	Toplam Tez Sayısı	Engelli	Özel Gereksinimli	Özürlü	Sakat
2004	10			10	
2005	11			11	
2006	12		2	9	1
2007	9		1	7	1
2008	11		1	10	
2009	10		1	7	2
2010	12		3	9	
2011	6		1	5	
2012	7			6	1
2013	12		3	8	1
2014	77		76	1	
2015	104		102	2	
2016	123		119	3	1
2017	144		140	3	1
2018	147		141	4	2
2019	229		218	7	4
2020	124		117	5	2
2021	207		198	8	1
2022	152		117	3	32
2023	135	65	36	2	32
2024	106	30	75		1
Toplam	1.648	95	1.351	120	82

YÖK TEZMER’de 2004-2024 yılları arasını kapsayacak şekilde “Engelli, Özel Gereksinimli, Özürlü, Sakat” anahtar kelimelerinin yıllara göre kullanım sıklığı aşağıdaki tabloda yer almaktadır.

Tablo 4. 2004-2024 Yılları Arasında “Sakat, Engelli, Özürlü, Özel Gereksinimli” Anahtar Kelimeli Tezlerin Konularına Göre Dağılımı

Sıra	Konu	Tez Sayısı
1	Aktüerya Bilimleri	1
2	Batı Dilleri ve Edebiyatı	1
3	Bilgi ve Belge Yönetimi	1
4	Coğrafya	1
5	Denizcilik	1
6	Eczacılık ve Farmakoloji	1
7	El Sanatları	1
8	Elektronik ve Elektrik Mühendisliği	1
9	Endüstri Ürünleri Tasarımı	1
10	Geriatric	1
11	Güzel Sanatlar	1
12	İngiliz Dili ve Edebiyatı	1
13	Kazalar	1
14	Maliye	1
15	Sağlık Yönetimi	1
16	Türk Dili ve Edebiyatı	1
17	Anatomi	2
18	Ebelik	2
19	Felsefe	2
20	Gastronomi ve Mutfak Sanatları	2
21	Hastaneler	2
22	Makine Mühendisliği	2
23	Mütercim-Tercümanlık	2
24	Radyoloji ve Nükleer Tıp	2
25	Sivil Havacılık	2
26	Şehircilik ve Bölge Planlama	2
27	Tarih	2
28	Antropoloji	3
29	Biyoistatistik	3
30	Dilbilim	3
31	Ergoterapi	3
32	Ev Ekonomisi	3
33	Giyim Endüstrisi	3
34	Halkla İlişkiler	3
35	İletişim Bilimleri	3
36	Müzecilik	3
37	Diş Hekimliği	4
38	Gazetecilik	4
39	Peyzaj Mimarlığı	4
40	Ulaşım	4
41	Beslenme ve Diyetetik	5
42	Bilim ve Teknoloji	5
43	Fizyoloji	5
44	İç Mimarî ve Dekorasyon	5
45	Mühendislik Bilimleri	5

46	Müzik	5
47	Psikiyatri	5
48	Sağlık Kurumları Yönetimi	5
49	Siyasal Bilimler	5
50	Bilgisayar Mühendisliği Bilimleri-Bilgisayar ve Kontrol	7
51	Ekonomi	7
52	Sağlık Bilimleri	7
53	Mimarlık	8
54	Adli Tıp	9
55	Aile Hekimliği	9
56	Sahne ve Görüntü Sanatları	10
57	Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları	15
58	İşletme	15
59	Kulak Burun ve Boğaz	15
60	Hukuk	17
61	Nöroloji	17
62	Turizm	20
63	Din	26
64	Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon	28
65	Halk Sağlığı	30
66	Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri	31
67	Sosyal Hizmet	40
68	Kamu Yönetimi	43
69	Hemşirelik	51
70	Sosyal Hizmetler	62
71	Fizyoterapi ve Rehabitasyon	70
72	Sosyoloji	72
73	Spor	127
74	Psikoloji	177
75	Eğitim ve Öğretim	609
Toplam		1.648

TARTIŞMA VE SONUÇ

Engelli bireyleri tarif etmek için kullanılan ifadeler önemlidir. Bu ifadeler zaman içinde değişiklik göstermiş ve bu değişim akademik alandaki çalışmalarda da kendini göstermiştir. Araştırma kapsamında YÖK TEZMER’de 2004-2024 yılları arasında yazılan tezlerde “Engelli, Sakat, Özel Gereksinimli, Özürlü” ifadeli tezlerin kullanım sıklığının belirlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada Bibliyometrik analiz yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntem sayesinde yıllar içerisindeki değişim belirlenmeye çalışılmıştır. YÖK TEZMER ana sayfasında yukarıda belirtilen anahtar kelimeler yazılmış, her ana başlık altında çıkan tezler analize tabi tutulmuştur. Anahtar kelimeler kullanılarak yapılan aramada toplamda 1.648 tez analize tabi tutulmuştur.

Analize dahil edilen tezlerden elde edilen verilere göre; “Sakat” anahtar kelimeli 82 tezin 8’i doktora, 74’ü yüksek lisans tezidir. “Engelli” anahtar kelimeli 95 tezin; 68’i yüksek lisans, 26’si doktora, 1’i tıpta uzmanlık tezidir. “Özürlü” anahtar kelimeli 120 tezin 11’i doktora, 39’u tıpta uzmanlık, 70’i yüksek lisans tezidir. “Özel Gereksinimli” anahtar kelimeli 1351 tezin; 1127’si yüksek lisans, 195’i doktora, 26’sı tıpta uzmanlık, 2’si diş hekimliği uzmanlık ve 1’i sanatta

yeterlilik tezidir. Elde edilen sonuçlara göre en çok “Özel Gereksinimli (1.351 tane),” anahtar kelimeli tezlerin yazıldığı en az “Sakat (82 tane)” anahtar kelimeli tezlerin yazıldığı söylenebilir (Tablo 1).

Yıllar itibariyle tez türüne göre “Engelli, Özürlü, Özel Gereksinimli, Sakat” anahtar kelimeli tezler en az 2011 yılında (6 tez: 3 yüksek lisans, 1 doktora, 2 tıpta uzmanlık tezi); en çok; 2019 yılında (229 tez: 208 yüksek lisans, 17 doktora, 4 tıpta uzmanlık tezi) yazıldığı görülmüştür. Bilhassa 2013 yılına kadar onlu rakamlarla giden toplam tez sayıları 2014 yılında 77’ye, 2015 yılında 104 çıkarak artış eğilimine girmiştir. Ancak bundan sonraki yıllarda hiçbir zaman 100’ün altına düşmeyen bir seyir izlemiştir. Özellikle 2014 yılında büyümeye başlayan seyrin dalgalı şekilde artma-azalma eğilimi gösterdiği ancak kullanılmaya devam ettiği söylenebilir (Tablo 2).

“Engelli” anahtar kelimesi; en fazla 2023 yılında (65 tane), en az 2024 yılında (30 tane) kullanılmıştır. 2004-2022 yılları arasında yani toplamda 19 yıl “Engelli” anahtar kelimeli tez’e rastlanmamıştır. “Özel Gereksinimli” anahtar kelimesi; en fazla 2021 yılında (198 tane), en az 2007, 2008, 2009, 2011 yıllarında (1’er tane) yazılmış, 2012 yılında “Özel Gereksinimli” anahtar kelimeli tez’e rastlanmamıştır. “Özürlü” anahtar kelimesi; en fazla 2005 yılında (11 tane), en az 2014 yılında kullanılmıştır (1 tane). “Sakat” anahtar kelimesi; en fazla 2022 ve 2023 yıllarında (32’şer tane), en az 2006, 2007, 2012, 2013, 2016, 2017, 2021 ve 2024 yıllarında kullanılmıştır (1’er tane). 2008, 2010, 2011, 2014, 2015 yıllarında “Sakat” anahtar kelimeli tez’e rastlanmamıştır (Tablo 3).

Görüldüğü gibi engellileri tarif etmek için kullanılan terimler zaman içinde değişiklik göstermiştir; sakat, özürlü, engelli, özel gereksinimli vb. gibi. Ülkemizde de 25/4/2013 tarihli ve 6462 sayılı Kanunun 1 inci maddesiyle; Engelliler Hakkındaki Kanunun ilk yayınlandığı haliyle başlığında yer alan “Özürlüler ve Bazı Kanun ve Kanun Hükmünde Kararnamelerde Değişiklik Yapılması” ibaresi “Engelliler”, 2 nci maddesinde yer alan “özürlüleri” ve “özürlülere” ibareleri sırasıyla “engellileri” ve “engellilere” şeklinde değiştirilmiştir (Engelliler Hakkında Kanun, 2005). Analiz sonuçlarında da görüldüğü gibi 2023-2024 yıllarından önce “Engelli” anahtar kelimeli çalışmalara rastlanmamışken, 2023 yılında 65, 2024 yılında 30 olmak üzere toplamda 95 tez yazıldığı görülmüştür. Buradan hareketle “engelli” anahtar kelimeli tezlerin sonraki yıllarda kullanılmaya devam edeceği söylenebilir. Yine aynı tabloya bakılarak “özürlü” anahtar kelimesinin kullanım sıklığının giderek azaldığını söylemek mümkün olabilir. “Sakat” anahtar kelimeli tezlerin 2021 yılına kadar bir elin parmakları kadar olmayan sayısı 2022 yılında 32, 2023 yılında 32 olarak birden artış göstermiş, ancak 2024 yılında sadece 1 tane olarak çok sert bir düşüş göstermiştir. Tabloya göre; “Özel Gereksinimli”, “Engelli” ve “Sakat” anahtar kelimeli tezlerin yazılmaya devam edeceği ifade edilebilir (Tablo 3).

Engelliler üzerine en az çalışılan alanların; Aktüerya Bilimleri, Batı Dilleri ve Edebiyatı, Bilgi ve Belge Yönetimi, Coğrafya, Denizcilik, Eczacılık ve Farmakoloji, El Sanatları, Elektronik ve Elektrik Mühendisliği, Endüstri Ürünleri Tasarımı, Geriatri, Güzel Sanatlar, İngiliz Dili ve

Edebiyatı, Kazalar, Maliye, Sağlık Yönetimi, Türk Dili ve Edebiyatı (1'er tez); Anatomi, Ebelik, Felsefe, Gastronomi ve Mutfak Sanatları, Hastaneler, Makine Mühendisliği, Mütercim-Tercümanlık, Radyoloji ve Nükleer Tıp, Sivil Havacılık, Şehircilik ve Bölge Planlama, Tarih (2'şer tez); Biyoistatistik, Dilbilim, Ergoterapi, Ev Ekonomisi, Giyim Endüstrisi, Halkla İlişkiler, İletişim Bilimleri, Müzecilik (4'er tez); Beslenme ve Diyetetik, Bilim ve Teknoloji, Fizyoloji, İç Mimari ve Dekorasyon, Mühendislik Bilimleri, Müzik, Psikiyatri, Sağlık Kurumları Yönetimi, Siyasal Bilimler (5'er tez); Bilgisayar Mühendisliği Bilimleri-Bilgisayar ve Kontrol, Ekonomi, Sağlık Bilimleri (7'şer tez); Mimarlık (1 tez); Adli Tıp, Aile Hekimliği (9'ar tez), Sahne ve Görüntü Sanatları (10 tez); Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları, İşletme, Kulak Burun ve Boğaz (15'er tez); Hukuk, Nöroloji (17'şer tez); Turizm (20 tez); Din (26 tez); Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon (28 tez), Halk Sağlığı (30 tez); Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri (31 tez); Sosyal Hizmet (40 tez); Kamu Yönetimi (43 tez); Hemşirelik (51 tez); Sosyal Hizmetler (62 tez); Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (70 tez); Sosyoloji (72 tez); Spor (127 tez); Psikoloji (177 tez), Eğitim ve Öğretim (609 tez) olmak üzere toplamda 75 başlık altında toplanmıştır (Tablo 4).

Tablo 4'e göre Eğitim ve Öğretim konusunda olduğu (617 tane) görülmüştür. Onun peşinden Psikoloji (177 tane) ve Spor (127 tane) konulu tez yazılmış olduğu görülmüştür (Tablo 4).

Engelli bireylerin önündeki en büyük engel eğitimidir. Engelli bireyler Ülkemizde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı resmi eğitim kurumlarında/okullarında veya özel eğitim kurumlarında/okullarında eğitim-öğretimden yararlanmaktadır. Buna göre özel eğitime ihtiyacı olan bireylere verilen özel eğitim hizmetleri; • Engel türlerine yönelik olarak açılan ayrı özel eğitim okullarında, (görme, işitme, zihin engellilere, otizmli bireyler ve süregen hastalığı olanlar için hastane ilköğretim okulları), • Genel eğitim içerisindeki okulların özel eğitim sınıflarında, • Okul öncesi, ilköğretim, orta öğretim ve yaygın eğitim kurumlarında kaynaştırma eğitimi (Özel eğitim ihtiyacı olan bireylerin her tür ve kademede diğer bireylerle karşılıklı etkileşim içinde bulunmalarını ve eğitim amaçlarını en üst düzeyde gerçekleştirmelerini sağlamak amacıyla bu bireylere destek eğitim hizmetleri sunularak akranları ile birlikte tam zamanlı ya da özel eğitim sınıflarında yarı zamanlı olarak verilen eğitim) uygulanan sınıflarda, • Gerçek veya tüzel kişilerce açılmış olan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde verilmektedir (Engelliler İçin Bilgilendirme Rehberi, 2016). Engelli bireyler üzerin yapılan tezlerin en fazla eğitim-öğretim alanında olduğunu görmek, akademik çevrenin yaptığı bilimsel çalışmalarda engelli bireylerin eğitim-öğretim hayatına eğilmeye ağırlık verdiği ve bunun da sevindirici bir sonuç olduğu söylenebilir.

4857 sayılı İş Kanunu kapsamındaki işyerlerinin engelli çalıştırma zorunluluğu ne kadardır? İşverenler, elli veya daha fazla işçi çalıştırdıkları özel sektör işyerlerinde toplam işçi sayılarının %3'ü oranında, kamu işyerlerinde ise %4'ü oranında engelli ve %2'si oranında eski hükümlü işçiyi meslek, beden ve ruhsal durumlarına uygun işlerde çalıştırmakla yükümlüdürler. Aynı il sınırları içinde birden fazla işyeri bulunan işverenin bu kapsamda çalıştırmakla yükümlü olduğu işçi sayısı, toplam işçi sayısına göre hesaplanır (Engelliler İçin Bilgilendirme Rehberi, 2016).

Kamu ve özel sektör işverenlerinden engelli işçi çalıştırma sorumluluğunu yerine getirmeyenlere, her ay çalıştırmadığı her engelli için belli bir miktar para cezası (2019 yılı için 3.250 TL) kesilmektedir. Memur çalıştırmamanın herhangi bir müeyyidesi bulunmamaktadır (Engelliler İçin Bilgilendirme Rehberi, 2016). Görüldüğü gibi kamu otoritesi özel sektörü engelli çalıştırma konusunda zorlarken kendisini bu yükümlülükten ayrı tutmuştur. YÖK TEZMER’de “istihdam” konu başlığına rastlanılmamıştır. Bu nedenle engelli bireylerin çalışma yaşamına yönelik yazılan tezlerin ayrımına bakılamamıştır. Ancak “hukuk” konulu tezlerin başlıklarında baktığımızda; “(1) Uluslararası insan hakları sözleşmeleri ışığında engellilere yönelik ayrımcılık yasağı; (2) Çalışan engellilerin korunması; İnsan kaynakları yönetimi açısından sakat ve eski hükümlü çalıştırma yükümlülüğü; (3) Karşılaştırmalı Hukuk ışığında Sosyal Güvenlik Hukukunda özürölüler ve yeni yaklaşımlar: Türkiye açısından uygulanabilirliği; (4) Türk İş Hukukunda özürölü çalıştırma yükümlülüğü; (5) İşveren özürölü, eski hükümlü ve terör mağduru çalıştırma zorunluluğu” başlıklarında yazılmış sadece 5 tez’e rastlanılmıştır. Çalışma Ekonomisi ve Endüstri İlişkileri (31 tez) de bu alana dahil edilebilir. Engellilerin sosyal hayattaki rollerini yerine getirebilmeleri için çalışma hayatında daha çok yer almaları gerekmektedir. Onların yasalar önünde iş ve çalışma hayatındaki haklarına yönelik çalışmaların artması, bu konuda hem engellilerin hem de işverenlerin farkındalık düzeylerinde artış sağlayabilir ve istihdam konusunda onları daha da cesaretlendirebilir. Aslında engelli istihdamı konusunda cesaretlendirilmesi gereken kurumun Devlet olduğunu söylemek yanlış olmayacaktır. Çünkü kamu otoritesi özel sektörü işçi sayısına göre engelli çalıştırmaya zorunlu tutarken ve bu zorunluluğu yerine getirmese para ile cezalandırırken kendisini bu yükümlülükten ve zorunluluktan soyutlamaktadır. Bu haliyle özel sektör de devletin çalıştırmaktan imtina ettiği engelli çalıştırmaya da gönüllü yaklaşmayabilir. Akademik çevrenin de bu konu üzerine yeterince eğildiğini söylemek mümkün gözükmemektedir. Konu sadece hukuki olarak yazılan 38 tane tezle sınırlandırılmamalı, engelli bireylerin çalışma yaşamına nasıl katılacakları, niye katılmadıkları veya katılamadıkları hakkında yapılan çalışmalara ağırlık verilmelidir.

Kamu kurum ve kuruluşları çalışma yerlerini ve eklentilerini, engellilerin erişebilirliğine uygun duruma getirmek, engellilerin çalışmalarını kolaylaştıracak gerekli tedbirleri almak ve engellilerin görev yaptıkları kadronun gereği olan işleri yapabilmeleri için engel durumlarına göre gerek duyulan yardımcı ve destekleyici araç ve gereçleri temin etmek zorundadır. Yurtiçinde İşe Yerleştirme Hizmetleri Hakkında Yönetmelik hükümlerine göre; işverenler, işyerlerini engellilerin çalışmalarını kolaylaştıracak ve işin engelli çalışana uygunluğunu sağlayacak şekilde hazırlamak, sağlıkları için gerekli tedbirleri almak, mesleklerinde veya mesleklerine yakın işlerde çalıştırmak, işleriyle ilgili bilgi ve yeteneklerini geliştirmek, çalışmaları için gerekli araç ve gereçleri sağlamak zorundadırlar. Engellilerin çalıştırılmayacakları işler başlıklı 19’uncu maddede ise engellilerin sağlık kurulu raporunda çalıştırılmayacakları belirtilen işlerde çalıştırılmayacakları düzenlenmiştir (Engelliler İçin Bilgilendirme Rehberi, 2016). Araştırmaya dahil edilen tezlerde “Ergoterapi (1 tez)”, “Endüstri Ürünleri Tasarımı (1 tez)”, “Şehircilik ve Bölge Planlama (2 tez)”, “Peyzaj Mimarlığı (4 tez)”,

“İç Mimarlık ve Dekorasyon (5 tez)”, “Mimarlık (8 tez)” vardır. Engelliler iş hayatında ve normal yaşantısını devam ettirdikleri alanlarda “erişilebilirlik” sorunu yaşamamalıdır. Mimari artık bu konuya daha çok dikkat etmektedir ve buna paralel olarak da akademik çevrenin de bu konudaki yazılarının da yeterli olmasa da yazıldığını söylemek mümkündür.

Baktığımızda engelli bireylere ulaşmanın kolay olduğu alanlarda yapılan çalışmaların sayıca fazla olduğu görülmüştür. Örneğin turizm (tatile giden engelliler), din (ibadethanelere giden engelliler), fiziksel tıp ve rehabilitasyon (fizyoterapiye giden engelliler), halk sağlığı (aile hekimliğine giden engelliler), çalışma ekonomisi ve endüstri ilişkileri (çalışma yaşamındaki engelliler), sosyal hizmet (evde bakım hizmeti alan engelliler), kamu yönetimi (kamuda çalışan engelliler), hemşirelik (hastanede tedavi gören engelliler), sosyal hizmetler (sosyal yardım alan engelliler), fizyoterapi ve rehabilitasyon (fizyoterapi alan engelliler), sosyoloji (sosyo-demografik bakımdan ulaşılabilen engelliler), spor (spor yapan engelliler), psikoloji (psikolojik olarak değerlendirilen engelliler), eğitim ve öğretim (eğitim-öğretim alan engelliler) alanlarında oldukça fazla sayıda tezin yazıldığını görmekteyiz. Bu alanlar engellilere ulaşmanın kolay olduğu alanlardır. Ancak beslenme, iletişim, halkla ilişkiler, giyim, hastane, ebellek vb. gibi alanlarda yapılan tezlerin sayılarının çok az olduğu dikkat çekicidir. Nihayetinde engelliler beslenir, iletişim kurabilir, giyinir, hastane hizmetlerinden yararlanır ve gebe kabilir, baba olabilirler. Bu alanlarda da bilimsel çalışmaların yapılması gerektiği söylenebilir.

Öneriler

- Engelli tanımına göre (bir aktiviteyi insan için normal kabul edilen biçimde veya sınırlar içinde yerine getirme yeteneğinin herhangi bir şekilde kısıtlanması veya eksikliği) çalışmaların daha çok bu -kısıtlamalar- üzerine yoğunlaşması gerektiği, ancak engelli bireyler üzerine yapılan çalışmaların çoğunlukla eğitim öğretim, psikoloji ve spor alanına yönelik olduğu görülmüştür. Oysa fiziki kısıtlamalar da üzerinde çalışılması gereken bir konudur. Bu konuda yapılan araştırmaların sayıca artması gerektiği söylenebilir.
- Alanla ilgili çalışmak isteyenler bu çalışmadan elde edilen bulgulara bakarak hangi alanlarda çalışma yapması gerektiği yönünde fikir sahibi olabilir.
- Engelli bireyler üzerine araştırma yapmak isteyen kamu otoritesi de hangi alanlara ağırlık verildiği ve verilmediği konusunda bilgi sahibi olarak araştırma yapacağı alanlara öncelik verebilir.
- Engelli bireylerin hem sosyal hem de fiziki çevreye uyumları üzerine araştırmaların yapılma sıklığının artırılması gerektiği söylenebilir.

KAYNAKLAR

Gençlerle İnsan Hakları Eğitimi (2025). Disability and Disablism. (2025). <https://www.coe.int/en/web/compass/disability-and-disablism>

T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. (2023, Nisan). Engelli ve yaşlı istatistik bülteni. https://aile.gov.tr/media/135432/eyhgm_istatistik_bulteni_nisan_23.pdf

World Health Organization (WHO). (2024). Disability. https://www.who.int/health-topics/disability#tab=tab_1

Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı (YÖK) Tez Merkezi. (2025). Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/giris.jsp>

T.C. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı. (2016). Engelliler için bilgilendirme rehberi. <https://www.aile.gov.tr/media/35694/engelli-bilgilendirme.pdf>

Türkiye Cumhuriyeti. (2005). Engelliler hakkında kanun (Kanun No: 5378). <https://www.mevzuat.gov.tr/mevzuat?MevzuatNo=5378&MevzuatTur=1&MevzuatTertip=5>

TÜBİTAK Ulakbim Cahit Arf Bilgi Merkezi. (2025). Bibliyometrik analiz: Sıkça sorulan sorular. <https://cabim.ulakbim.gov.tr/bibliyometrik-analiz/bibliyometrik-analiz-sikca-sorulan-sorular>

COMPARATIVE STUDY OF STABILITY BALL VS TRADITIONAL WEIGHT TRAINING ON LOWER LIMB STRENGTH IN FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS

Paritar Tsuba

Sport Science Teacher, Faculty of Liberal Arts and Science, Roi Et Rajabhat University,
Thailand.

Abstract:

Purpose: to study and compare the effects of the on-exercising-ball weight training on female volleyball players' leg muscle strength physical fitness between the pre-training, the eighth week and the twelfth week **Methods:** 64 populations were female volleyball players. After using G*Power, the sample size included only forty eight. The 48 samples with low-medium leg dynamic strength were selected from the populations by using the leg dynamic strength test. Using match pair to divide the samples into groups. Twenty four in the experimental group participated the on-exercising-ball weight training. Another twenty four in the control group attended the on-flat-floor weight training. The training programs lasted twelve weeks, three days a week. Data was collected from the leg dynamic strength test, the vertical jump, and the standing board jump. Using One-way repeated measure. Using one-way analysis of variance and post-hoc multiple comparisons with Bonferroni's correction. Comparing the differences of each group's means of leg muscle strength physical fitness after the 12 week training with the t-test. The statistical significance was predetermined at the .05 level **Results:** the experimental group's leg dynamic strength, vertical jump, and standing board jump increased more highly after the eighth week at the .05 level of statistical significance ($p=.001$, $p=.001$, $p=.001$, respectively). The control group's vertical jump, and standing board jump increased more highly after the eighth week, only the control group's leg dynamic strength increased more highly after the twelve week at the .05 level of statistical significance. Both groups' leg muscle strength physical fitness increased after 12 weeks, however, the experimental group's leg muscle strength physical fitness increased more highly.

Keywords: leg muscle strength, weight training, exercising balls, volleyball.

EFFECTS OF UNSTABLE SURFACE RESISTANCE TRAINING ON EXPLOSIVE POWER AND LEG STRENGTH IN FEMALE VOLLEYBALL ATHLETES

Paritar Tsuba

Sport Science Teacher, Faculty of Liberal Arts and Science, Roi Et Rajabhat University, Thailand.

Abstract:

Objective:

This study investigates the impact of balance-oriented resistance training on jump performance and lower limb strength among female volleyball players. As explosive leg power and postural stability are critical for performance in volleyball, integrating balance components into traditional strength training may provide enhanced athletic benefits.

Methods:

A total of 24 female volleyball players (ages 18–24) were randomly divided into two groups: a control group undergoing standard resistance training and an experimental group performing balance-based resistance exercises (e.g., squats on BOSU balls, lunges on unstable surfaces). The training program lasted for 8 weeks, with sessions held 3 times per week. Vertical jump height, single-leg hop distance, and isokinetic quadriceps/hamstring strength were measured pre- and post-intervention.

Results:

The experimental group showed statistically significant improvements in vertical jump height ($p < 0.01$) and hamstring strength ($p < 0.05$) compared to the control group. Moreover, balance-related tasks demonstrated enhanced neuromuscular coordination, suggesting a synergistic effect between stability and strength development.

Conclusion:

Balance-oriented resistance training is effective in improving jump performance, leg muscle strength, and neuromuscular control in female volleyball players. These findings support the inclusion of balance elements in strength training programs for improved athletic performance and injury prevention.

Keywords: Balance training, Resistance training, Jump performance

EVALUATING THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND EMOTIONAL RESILIENCE OF SCHOOL-AGED CHILDREN: A DEVELOPMENTAL PERSPECTIVE

K.R. Bharathi

Research Scholar Department of Physical Education Rani Durgavati Vishwavidyalaya
Jabalpur, , Madhya Pradesh, India

Abstract:

Six Hundred Twenty Seven school children (298 boys and 329 girls) ranging 13 to 18 years of age were assessed for Psychological Well-being. Using Psychological Well-being scale by Singh and Choudhary, (2012). This scale consists of five dimensions viz. satisfaction, efficiency, sociability, mental health and interpersonal relations. Data collected were subjected to descriptive statistics (mean and standard deviation), MANOVA followed by ANOVA, followed by Least Significance Difference test of Post-Hoc analysis. Descriptive Analysis of data revealed that Psychological Well-being of boys and girls of age 13 to 18 years was at moderate level. Psychological Well-being of girls of age 17 years, (Efficiency) and boys of age 15 years, 17 years and 18 years have higher Interpersonal Relations. A multivariate analysis of variance to determine the effect of age and gender on psychological well-being and its sub factors. The indicated significant main effects of age and gender as Wilks' Lambda = .817, $F(25, 2271) = 5.074$; .953, $F(5, 611) = 5.24$, for age and gender respectively were significant at .05 level. Analysis of variance with respect to gender revealed that boys and girls of 13 to 18 years of age differ significantly on efficiency, sociability and mental health. The differences on satisfaction and interpersonal relation were statistically insignificant. Further, one way Analysis of variance according to age revealed that there was significant difference on efficiency, sociability and mental health and interpersonal relations. Whereas the mean differences on satisfaction among these age groups was statistically insignificant at 0.05 level.

Key Words: Psychological Well-being and school children.

CROSS-TRAINING AS A TOOL FOR ENHANCING BIO-MOTOR ABILITIES AND CARDIOVASCULAR EFFICIENCY IN HOCKEY PLAYERS

P. S. kumar

B.R.Ambedkar Institute of Technology, Port Blair-744 103 Andaman and Nicobar Islands, India

Abstract:

The purpose of the study was to find out the Influence of cross training on selected bio-motor abilities and physiological variables among hockey players. To achieve the purpose of the present study, thirty hockey players those who are studying in intercollegiate hockey players, India were selected as subjects at random and their ages ranged from 18 to 25 years. The subjects were divided into two equal groups of fifteen subjects each. Group I acted as Experimental Group I (cross training), and Group II acted as Control Group. The duration of experimental period was 6 weeks. Analysis of Covariance (ANCOVA) and scheffe's post hoc test was used. Consisting of Jumping jacks, high knees, lunges, butt kicks, burpees, plank, skaters, legs down, skiers and the control group was not provided with any investigational treatment. Initial scores on selected bio-motor, physiological variables, abdominal strength endurance, resting hart rate of the subjects were collected using standard tests. The results proved those six weeks cross training significantly improved bio-motor, physiological variables. It was concluded that cross training can be imparted to intercollegiate level hockey players.

Key words: Training, Jumping, High knees, Lunges, Butt kicks, Burpees, Plank, Skaters.

EMERGING TRENDS AND INNOVATIONS IN SPORTS TECHNOLOGY: A NEW ERA OF ATHLETIC PERFORMANCE

Dr. K.R. Baliram

Independent Researcher, Ahmednagar, India

Abstract:

Today in the age of technology and technology being used in various fields and human beings have no choice but to do sport and exercise science like have been affected greatly by technological advancements it is difficult to imagine modern sports and various sub disciplines of exercise science technology. The area of technology in sports is growing rapidly and it is an example of the technology being used in sports today.

Keywords: Sports, Technology, Games, Advanced, Performance, Football, Athletes, Impact.

THE RELATIONSHIP BETWEEN EYE-FOOT COORDINATION, AGILITY, AND SPEED WITH BALL DRIBBLING PERFORMANCE AMONG COACHING EDUCATION STUDENTS AT FIK UNIMA

Hoano Moningka

Manado State University (UNIMA), Manado, Indonesia

Abstract:

In this study, what is meant by population is all male students of the Department of Coaching Education, FIK UNIMA, semester IV (4 classes), totaling 103 students. The research sample is a portion of the population taken as a representative source of all population data. In determining the research sample, researchers used a selective sampling approach, by students who can play football. To make it easier, the researchers limited the sample size to 30 students (soccer players). In this study the data collection using the measurement method, namely: To measure ankle coordination using a soccer wall volley. The reliability value is 0.61 and the validity is assumed with face validity, To measure agility with the "zigzag running test" reliability level of 0.93 and validity of 0.. To measure speed with the "30 meter running speed test". To measure dribbling skills with the "Dribbling test" with a reliability of 0.99 and a validity of 0.92. Research conclusions Based on data analysis and discussion, it can be concluded that there is a significant relationship between eye-foot coordination, agility and speed on the ability to dribble in the fourth semester students of the FIK UNIMA Coaching Education Department.

Keywords: Eye-foot coordination, Agility and Speed, Dribbling kills.

A STUDY ON THE INFLUENCE OF GENDER ON SPORTS ACHIEVEMENT MOTIVATION AMONG ATHLETES IN BHOJPUR DISTRICT

S. Y. Singh

Physical Education Department, Satya SAI University of technology and Medical Science,
Sihore

Abstract

The aim of the present study was to compare level of sports achievement motivation among Men and female athletes belonging to different games from Bhojpur District. 40 male athletes and 40 female athletes who participated in district level tournament were identified and selected as subjects with an age ranging from 18-25 years. To determine the level of Sports Achievement Motivation of subjects, a questionnaire for Motivation prepared by M. L. Kamlesh was used. To find out the difference in sports achievement motivation between male and female athletes, the t test was applied at 0.05 level of significance. The result showed significant difference in the level of sports achievement motivation between male and female athletes. It was concluded that the male athletes were higher than female athletes in their sports achievement motivation.

Keywords: Male, Female, Athletes, sports, achievement motivation.

A COMPARATIVE ANALYSIS OF PERSONALITY TRAITS AMONG MALE KABADDI PLAYERS AT DIFFERENT COMPETITIVE LEVELS

Dr. P.A. Kumar

Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, posted at NSTC, Malhar Asharam, Indore

Abstract:

The purpose of the study was to assess and investigate the personality characteristics of male Male Kabaddi Players at different levels of their participation. The sample consisted of one hundred and fifty (Intercollegiate level=50, State level=50, Inter-university level=50) male Kabaddi players from universities and colleges running in Chhattisgarh state, who have taken part in intercollegiate, state and inter-university level Kabaddi tournament. Propulsive research design was used for the purpose of study. Eysenck's Personality Questionnaire-R (E.P.Q.-R) prepared by Eysenck and. Eysenck [16] was selected to measure the four dimensions of personality of national level Gymnasts of India. The Eysenck's Personality Questionnaire- R (E. P. Q.-R) is a valid and reliable instrument. In order to find out the significant difference among male Kabaddi Players of different levels, , mean, SD and F-ratio were computed, level of significant was set at .05 level. The results of analysis indicated that the Neuroticism, psychoticism and social desirability temperaments were found high in state level kabaddi players than their counter parts. where as , Extroversion temperament was high in Intercollegiate level kabaddi players than their counter parts. F-ratio resulted significant difference among male kabaddi players of three different levels of participation in their neuroticism temperament. But they did not differ significantly in their rest of the temperament of personality.

Keywords: Male, Kabaddi, Personality Factors, State, Intercollegiate and Inter-university levels.

ASSESSMENT OF HEALTH-RELATED PHYSICAL FITNESS IN INDIAN HIGHER SECONDARY SCHOOL STUDENTS

Dr. P.A. Kumar

Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, posted at NSTC, Malhar Asharam, Indore

Abstract:

The main aim of the study was to assess the health-related physical fitness in Indian school children. For this purpose, a cross sectional purposive sample of 437 male children into seven age groups i. e. 12 (N=63), 13(N=59),, 14(N=63),. 15(N=63),, 16(N=63),, 17(N=63) and 18(N=63) years belong to middle (N=215) and higher secondary (N=222) schools. The random sampling method was employed for the purpose of data collection from various schools running in the tribal region of Sarguja division in the state of Chhattisgarh. For estimated body fat percentage of an individual, two skin-fold sites i.e. triceps and sub-scapular were measured by standard Skin-fold Caliper of all the male subjects in millimeters. The measurements were made while the children were wearing light clothes and no shoes. Health-related physical fitness was assessed through the sit-and-reach test for flexibility, modified sit-ups test in one-minute for strength/muscular endurance and nine-minute running/walking test for cardio-respiratory endurance. The subjects were tested within one month of their birthdays. All the subjects were tested in AAHPER health related fitness test items i.e. 1.5 mile run, modified bent knee sit-ups for one minute, sit and reach test and triceps and sub scapular skin folds to collect the data on cardiovascular endurance, strength and endurance of abdominal muscles, flexibility of back and hamstring muscles and amount of fat. From this study, it was concluded that the health related fitness of boys of twelve to eighteen years of age of Sarguja division declined in all age groups on flexibility with advancement of age except fifteen years of age and inclined in all age groups on abdominal strength/muscular endurance and body composition with advancement of age. Which, possibly, may be attributed to the lack of physical activity after the age of fifteen years. They unproved in cardio-respiratory function at twelve to fourteen years of age and later on, they improved significantly up to the age of eighteen years with some fluctuations in time.

Keywords: Health related physical fitness, tribal, school children, Body Mass Index.

COMPARISON OF INTELLIGENCE AMONG MALE AND FEMALE SPORTSPERSONS ACROSS DIFFERENT BLOOD GROUPS

Dr. K.R. Sharma

Chief Gymnastic Coach, Sports Authority of India, NSTC, Malhar Asharam, Indore (M.P.)

Dr. B. Johan

Assistant Professor, Physical Education, Dr. C. V. Raman University, Kota Road , Bilaspur
(Chhattisgarh)

Abstract

The purpose of the study was to compare and investigate the intelligence of male and female sportspersons of A, B, AB and O blood groups. Two hundred and eighty six sportspersons were selected from Eleventh grade students of English Medium Schools recognized by C.B.S.E., New Delhi situated in Bilaspur (Chhattisgarh) ranging between 16 to 18 years of age. In the present study, Group Test of General Mental ability (Rev.) by Dr. S. Jalota (1972) was used to measure the intelligence of the subjects. This test was selected for use because of its reported characteristic, popularity and suitability. To investigate the intelligence of male and female sportsperson of different blood groups, means, standard deviations and t-ratio were computed. The results of the study revealed that Female sportspersons of A+ blood group were found to have greater amount of intelligence than their counter parts Male sportspersons of B+, AB+ and O+ blood group were found to have greater amount of intelligence than females. Male and female sportspersons of A+, B+ and AB+ blood groups did not differ significantly in their intelligence. Male and female sportspersons of O+ blood group had significant difference in their intelligence.

Keywords: Male, Female, Sportspersons, Blood groups, Intelligence, C.B.S.E School.

**THE IMPACT OF ADMINISTRATIVE LEADERSHIP ON SHAPING THE
ORGANIZATIONAL CULTURE AMONG FACULTY MEMBERS AT THE
COLLEGE OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS SCIENCE, AL-
MUSTANSIRIYA UNIVERSITY**

Mahmood Nabil

Department of sport teams, University of Diyala, IRAQ,

Abstract

The present study aimed to identify the role of administrative leadership in developing the organizational culture of the faculty members of the College of Physical Education and Sports Sciences of Al-Mustansiriya University. The researcher used the descriptive approach with the survey and correlative method as it is the appropriate approach to the nature of the research. The research sample includes (77) which are all the teaching staff of the College of Physical Education and Sports Science/Al-Mustansiriya University. After data collection, it was treated using the statistical program SPSS as it is as suitable for the type of data. The results show that successful leadership when makes the teaching staff a coherent, balanced, sequential, and continuous circle. Besides, the leadership's confidence in teachers will make them feel that they are part of the institution, and this leads to their compliance with orders without opposition. The researcher recommended the need to develop the organizational culture of the faculty by holding courses by specialists and academics in the administration.

Keywords: Administrative hierarchy, Leadership, Organizational culture, Sport faculty, Spirit of cooperation.

EFFECTS OF ORAL GLUTAMINE SUPPLEMENTATION ON STRENGTH AND MUSCLE CIRCUMFERENCE OF UPPER ARM AND THIGH IN YOUNG ADULT MALE BOXERS

Navid Shahram

Department of Physical Education and Sports Sciences, AllamehGhazvini Higher Education Institute, Iran

Abstract

Background and objective: The aim of this study was to investigate the effect of glutamine consumption on muscle strength and circumference of upper-arm and thigh muscles in young adult male boxers. It has been hypothesized that glutamine is utilized for muscle growth and protection against muscle breakdown and muscle tissue loss, and can thus improve muscle growth and performance of athletes. **Method:** This study was a double-blind, placebo-controlled randomized trial in which 30 physically active non-smoker male boxers were recruited and randomly assigned to two groups of 15 participants; control and glutamine groups. The participants underwent boxing workout protocol 3 times a week for a period of 8 weeks, and pretest and posttest forearm and thigh muscle strength and circumference were recorded. Participants in the glutamine group received glutamine supplement at 0.15 g / kg body mass plus 0.15 g of maltodextrin/kg of body mass and participants in the control group received 0.30 g maltodextrin/ kg body mass 30 minutes before each training session. Posttest measurements were compared between glutamine and control groups. **Results:** There were significant differences in the average forearm and thigh muscle strengths between the glutamine group and control group after 8 weeks of training ($P < 0.005$), but no significant differences were observed when forearm and thigh circumferences were compared between the two groups ($p > 0.005$). **Conclusion:** Our results show that taking glutamine supplements for boxing training can increase thigh and upper-arm muscle strength. Also, glutamine supplements alone may not be sufficient for increasing upper-arm and thigh circumference in male boxers in a short period of time.

Keywords: Boxing, Glutamine, Lower extremity, Upper extremity, muscles, strength, circumference.

A CORRELATIONAL STUDY ON LEG STRENGTH AND SELECTED COORDINATION ABILITIES AMONG COLLEGE FOOTBALL PLAYERS

K.P. Rathee

Research scholar, Department of Exercise Physiology, LNIPE, Gwalior, India

Abstract

The purpose of the study is to find out the relationship between leg strength and selected coordinative abilities among college level football players. On the basis of literature reviews, it was hypothesized that there will be a significant relationship between leg strength and selected coordinative abilities of football players. 30 male football players of age 18 to 25 years were selected as subjects from the football match-practice group of Lakshmibai National Institute of Physical Education, Gwalior. Data was collected for leg strength by using humac 2009 software for dynamometer. Reaction ability data was collected from the Sensamove's Baseline Measurement Software (BMS). Rhythm ability and orientation ability test was conducted in the field and data was collected by the researcher himself by using a stopwatch, pen and paper. To find out the relationship between leg strength and selected coordinative abilities of football players. The statistics used were descriptive and Neymann Pearson Correlation. Findings of the study revealed that there was a significant Correlation between leg strength and selected coordinative abilities among football players.

Keywords: Coordinative Abilities, Leg Strength, Male, Football players.

THE EFFECT OF YOGA ON PHYSICAL FITNESS COMPONENTS AMONG INTER-COLLEGIATE FOOTBALL PLAYERS

Dr. R.K. Sharma

Independent Researcher, India

Abstract

The integration of traditional wellness practices such as yoga into athletic training regimens has gained significant attention in recent years. This study investigates the impact of a structured yoga program on selected physical fitness components among inter-collegiate football players. A sample of 60 male players aged 18–22 was divided into experimental and control groups. The experimental group underwent an 8-week yoga training program, including asanas, pranayama, and relaxation techniques, while the control group followed conventional training protocols.

Pre- and post-test data were collected on flexibility, muscular strength, balance, agility, and cardiorespiratory endurance. The results revealed statistically significant improvements in all five components among the experimental group compared to the control group, with the most pronounced effect observed in flexibility and balance. The findings suggest that yoga not only complements traditional physical training but also enhances mind-body coordination, leading to better overall athletic performance.

The study advocates for the inclusion of yoga in sports curricula and conditioning programs for athletes, particularly in high-demand sports such as football, where physical and mental balance are crucial for success.

Keywords: yoga, physical fitness, football players, flexibility, balance, athletic performance, training intervention

A CRITICAL REVIEW OF THE KENYAN PHYSICAL EDUCATION CURRICULUM THROUGH DECOLONIZATION PERSPECTIVES

Daniel Muindi

Senior Lecturer, Department of Educational Communication and Technology, Kenyatta University, Nairobi Kenya

Abstract

Physical education is an educational process that uses physical activity as a means to help individuals acquire skills, fitness, knowledge, and attitudes that contribute to their optimal development and well-being. The history of PE in Africa dates back to pre-colonial times. In the pre-colonial period, the traditional African physical activities and recreation were characterized by being local and community based. The recreational and physical activities reflected the lifestyle of the said community paying attention to the specific needs of that particular community. People engaged in traditional games and sports activities such as wrestling, racing exercises, stick fights, hunting with use of spears and arrows, board games, bull fights, dances, rustling among others. These activities were mainly driven by the need for survival and prestige. At the advent of colonization the Europeans introduced western and European education systems in Africa and most of their colonies. Western oriented physical education was also introduced and this opened the door to European games and competitive and team sports. This was propagated at the expense of local and traditional African physical activities which were perceived as barbaric. Consequently, physical education as a subject attracted a cold reception right from the onset. However, even though viewed negatively, the same aspects physical education aspects introduced by the colonialists have persisted in post-colonial Africa. Very little has changed in terms of the content as well as the approach to teaching. This has seen the subject relegated to the periphery in favour of what are considered academic subjects. In addition to its being viewed as being too much western oriented, physical education has also been criticized of having been introduced to achieve other non-educational objectives such as military training, training of lower-rank civil servants, transmission of middle-class values of conformity and also for deferred gratification and social control. Consequently, to date despite numerous studies linking physical education participation and cognitive development, it has been difficult to show that link in Africa. The emphasis on competitive team sports that were introduced by the colonialists has also seen the subject being viewed as of no value beyond the school especially for those with no interest in sports. This paper argues that for physical education to play its rightful role within the education sector, there is need to decolonize the teaching of the same. Teachers need to contextualize the games and sports so as to make them more relevant to the participants. They also need to emphasize on the how the skills learnt and knowledge gained can be useful beyond school life and this will make the subject more meaningful for the participants.

Keywords: Physical Education, Curriculum, Colonization , African, Activities.

TRANSITIONING FROM PHYSICAL EDUCATION TO SPORTS SCIENCE AS A CAREER: EVALUATING OUR PREPAREDNESS

Daniel Muindi

Senior Lecturer, Department of Educational Communication and Technology, Kenyatta
University, Nairobi Kenya

Abstract

Since education is a vehicle for economic and social change, it is imperative that a country's education curriculum is constantly reviewed to keep it abreast with the globalization of labour market and demand for acquisition of the twenty first century skills. Many countries globally, have shifted from content based curricula to competency based teaching learning approaches. The implementation of competency based teaching-learning approaches can be traced to teacher education in the United States of America in the 1970s. Since then, competency based learning approaches have been developed and implemented in a range of professional areas and learning institutions in various countries. UNESCO (2015) views Competence Based Curriculum (CBC) as a vehicle through which a country can empower its citizens with skills, knowledge and values that will help them fit in the global village which is characterized by advancing technology. Further, IBE-UNESCO (2017) highlighted that CBC enables learners to perform practically and measurably, using the skills acquired through learner centered pedagogy. Curriculum is the means through which a nation endows its people with essential skills, knowledge, values and attitudes that enable them to be fortified for individual and national progression. Curriculum, thus, must fulfill the desires of the intended citizens and the country as envisaged. The Kenya Institute of Curriculum Development (KICD) embraced a Competency Based Curriculum (CBC) in the quest for reforms informed by the findings of needs assessment report sanctioned in the year 2016. The three decades' implementation of the 8-4-4 education structure has faced many challenges leading to failure to realize its noble philosophy of "education for self-reliance". As the third major reform in Kenya's education, the implementation of the CBC in Kenya, is an effort to adopt an international fit reform and is a viable decision to ensure its citizens' move to the attainment of global competence. Unlike the 8-4-4 system that was touted as theoretical and exam oriented, the CBC is concerned more with competencies and learners skills. In fact it identifies and sets out Arts and Sports Science as one of the three career pathways at the Senior Secondary School level. The school is positioned to identify and nurture talents as the first academy of the stars, since it can discover the talents of the athletes at an early age. Through the healthy and sound school atmosphere, every young person can practice his/her physical hobbies. Therefore, The sports activities at school can then become a fundamental component in the formation of an integrated personality of the individual. In addition, they can modify the faulty behaviors of the students to reach the highest levels, as it is the basic structure for the sports movement. However, judging from how Physical Education has been taught and implemented under the 8-4-4 curriculum where it is compulsory albeit non-examinable, critics are skeptical about the success of the Sports Science as a career pathway at Senior Secondary School Level. As a complex system of education, the CBC has flourished in the vocational and training levels as opposed to basic education. However, it is believed that it can also flourish and the basic education level and serve the needs of the learners as well as the needs of the country to become a middle level economy by 2030.

Keyword: Physical Education, Curriculum, Colonization , African, Activities

ASSESSMENT OF KNOWLEDGE AND HYDRATION AWARENESS AMONG COMPETITIVE SWIMMERS

T. Purnima

M.Sc. (Agricultural science), Department of Health and Nutrition, Indira Gandhi National Open University New Delhi, India

K. Akshada

M.Sc. (Dietetics and Food Service management), Department of Health and Nutrition, Indira Gandhi National Open University New Delhi, India,

Abstract

Hydration plays an important role in performance of the swimmers. Swimmers are in water hence many times they don't realize the need of water but they have massive energy expenditure and need proper intake of water and nutritional fluid to remain hydrated (Raphl Teller, 2011). The study was conducted to check the knowledge of hydration among the swimmers. Responses were collected from the swimmers of various age group who are the professional swimmers and participate in the State, National and International swimming competitions regularly. A self-administered questionnaire was shared among the swimmers to collect the responses. Based on those responses the awareness of water consumption and nutritional fluid was analysed. It was observed that the swimmers lack the knowledge of hydration they rely on coaches, media, internet to get hydration knowledge which is not sufficient. The amount of water consumption during a day was studied in which it was found that only 10% swimmers in the age group of 19 years and above consume the right amount of water (3-4 litre) as recommended by Institute of Medicine (Joe Buchanan, 2017). It was also observed that few swimmers consume excess water in a day (>5 litre) due to which the sodium present in the blood may get diluted. It was also observed that 50% swimmer of various age group never consumed nutritional fluid during the training and many swimmers face the dehydration symptoms like tiredness, fatigue, muscle pain and cramps.

Keywords: Hydration, Swimmers, Water, Nutritional Fluid.

YOGIC EXERCISES AS A FITNESS TOOL FOR MODERN LIFESTYLES

Dr. P. Singh

Director of Sports, University of Kota, Kota, Rajasthan, India

Dr. D.H. Kumar

University of Kota, Kota, Rajasthan, India

Abstract

Yoga is a science of healthy living and for everyone yoga is a fashion for keeping himself healthy and fit. While for some others it's a boon for developing their concentration, memory and creativity. Yogic exercise helps to improve muscle strength, muscular flexibility, stamina, immune system, perceptual sharpness, intelligence, memory, emotional stability and overall maintain a positive physical and mental health. Most of the common health and social problems cannot be solved through germ theories, antibiotics, vaccines or surgeries. The fascinating diagnostic tool has started pointing to the role of mind on matter. Biochemical, psychological, neuro-physiological and immunological researchers are recognizing the role of lifestyle, stress, suppressed emotions and so on as the cause of many of the challenges faced today. Hence health professionals are forced to accept the paradigm shift in the approach of understanding human health problems. The frustrated patients are now moving towards alternative non-scientific therapies for a better living. Yoga with its multifold advantages, is gaining popularity in all parts of the world. For a common man yoga is a fashion for keeping himself healthy and fit. While for some others it's a boon for developing their concentration, memory and creativity. Yoga is the best way to get relieved from mental stress and tensions practice of yoga makes a human being free from all mental tensions. Yoga is an easy way of keeping up health and mental peace.

Keywords: Yoga, Fitness, modern lifestyle, Physical Fitness.

A STUDY OF THE CORRELATION OF MENTAL IMAGERY AMONG INDIVIDUAL PLAYERS

P. Sharma

Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. C. V. Raman University, Kota Road
Bilaspur (CG)

Abstract

The Objective of study was to investigate the correlation between mental imagery aspects of swimmers and runners. A total of 50 players (runners =25, swimmers=25) selected randomly through sampling method. The players who had participated in inter collegiate competition (W. B.), were selected as the subjects for this study. The data was collected by through test items for mental imagery components for runners and swimmers. The questionnaire was prepared by Dr. M. Raja mamik chand. To find out the correlation between the variables, product moment co-relation coefficient method was computed at 0.05 level of confidence. The significant relationship was found between visual- auditory followed by touch variables between swimmers. The significant relationship was not found between auditory - touch among swimmers. between auditory – touch; visual- touch; auditory - visual among runners. Runner and swimmers did not differ significantly in their mental imagery items.

Keywords: Runner, Swimmer, Imagery, Auditory, Touch, Visual

A THEORETICAL REVIEW OF ANXIETY AND ITS IMPACT ON SPORTS PERFORMANCE

Dr. R.K. Sharma

Former Chief National Gymnastic Coach, SAI Training Centre Indore (M.P.) established by SAI, Jawaharlal Nehru Stadium, New Delhi

Abstract

The purpose of this study was to investigate the correlation between performance and anxiety in sports. This study also includes a discussion of the theoretical concept of anxiety and way of relationship with sports performance. This concept of research conducted on the correlation between performance and anxiety in sports is discussed. The anxiety has an effect on performance of athletes during a competition. A review of related literature of cognitive-behavioral treatments, is used for reduction of anxiety and increase the sports performance in sports. The are achieved by An individual in sports can achieve the top performance through psychological states i.e. depression, anger, fatigue, confusion high levels of vigor and low level of tension. It is therefore necessary to consider all aspects of psychological functioning of an athlete if sport psychologies are to have a maximum impact.

During the symptoms like short of breath, sweating, shaking or high heart beat rate, an athlete can lose his concentration in his task in competition. Athlete can lose his confidence. He did not able to complete his task or for the success. During this moment, he will have to understand that how anxiety is affecting his performance and what is relationship between them. Anxiety can effect his performance in many ways i.e. physiological, cognitive and behavioural ways. When the body of an athlete is in tension and under high blood pressure, then he can not coordinate with his action of skill. In this situation movements may be jerky which will effect the performance in negative way.

Keywords: Anxiety, stress, tension, sport performance, psychological factors.

PARTICIPATION OF GIRLS IN PHYSICAL ACTIVITIES AND SPORTS

Dr. P.D. Kumar

Assistant. Professor, Department of Physical Education R, S, Govt. Degree College,
Shivrajpur, Kanpur

Abstract

The gender discrimination is also evident in play activities for boys and girls. Girls playing outside the courtyard of the family house are not socially accepted practice where as traditionally boys have been playing outdoor games. Even among the hobbies pursued by boys and girls there is gender discrimination .Till recently very few girls participated in sports events, but now awareness has brought about change in gender differences in sports and play. There are many factors which may effect on girls participation in games and sports .1).There is a lack of orientation of the people living in Indian society taking part in games and sports for girls has not became a common phenomenon.2).Whatever little facilities for games and sports are available to girls, they are confined to urban areas. The rural girls are deprived of taking benefit of such facility.3).The habit of participation in games and sports is not inculcated systematically in rural areas.4).There is a general superstition among the people that girls' participation in games and sports causes loss of femininity. The participating girls might look 'Tom Boys'.5). The girls in our society of rural areas have to look after the family/household jobs to be good house wives.6). The male dominating society assumes that the personality of women should be submissive, introvert, delicate, sensitive, tolerant, shy, weak and sincere.

Evidence suggests that from an early age, differences in gender-based attitudes towards and opportunities for sports and physical activities can have a significant influence on girls's participation. This may, in turn, affect later involvement in physically active lifestyles, and the social and health benefits that may result for them. Factors influencing girls' participation.

Keywords: Participation, Girls, Physical activity, psychological factors.

REASONS FOR PARTICIPATION AMONG INDIAN INTER-UNIVERSITY LEVEL BADMINTON PLAYERS

Dr. Shalini Yadav

Sports Officer, Government College, Majholi, Jabalpur

Abstract

In fact determining the reasons that motivate children to participate in sport has been organized as one of the most critical areas of youth sport, Reasons pertaining to improving skills, fitness, learning new skills, challenge and fun were rated as the most important motives for participating in sports. Participation motivation in badminton was examined with male (n=325) and female (n=198) age 12 to 42 years during respective championships. The questionnaire used in this investigation was prepared by Gill, Gross and Huddleston (1983) to assess motives of children involved in sports. To determine difference in reasons expressed for participation in badminton between male and female players, among the players of different levels of participation and from different regions, MANOVA was carried out using mean scores of factors as dependent variables. Univariate tests used to determine which factors contributed to overall participation level different Post-hoc analysis using Scheffes test was used to find out the significance of difference between ordered paired means. The results from the Questionnaire responses indicated that the most important reasons for participating were to improve skills fitness challenges and learn new skills. Factor analysis suggested popularity fitness/friendship, excitement energy release, skill, miscellaneous activity orientation, team affiliation fitness/avoid boredom female placed more importance on popularity and skill than male aid, but the male and female players of different regions of county do not differ in these reasons for participation in badminton.

Keywords: Motivation, Badminton, sex, Senior, Junior, Inter-university, Schools, players.

ANALYSIS OF SOCIO-ECONOMIC STATUS AND PSYCHOLOGICAL FACTORS INFLUENCING THE PLAYING ABILITY OF SCHOOL BOYS IN INDIAN SCHOOLS IN OMAN

Dr. T. M. Parasur

Assistant Professor, School of Physical Education and Sports Science, Hindustan Institute of Technology and Science, Padur, Chennai, India

Abstract

Students' playing skill is significantly impacted by their socioeconomic status. Someone's or a group's socioeconomic standing is determined by factors such as his or her level of education, job, and parental income. A person's socioeconomic status (SES) and way of life are both connected with their level of health. This research analyzed how socioeconomic status (SES) affected the respondents' overall health. We also investigated if and how one's way of life can moderate the connection among socioeconomic status and health. There were substantial beneficial benefits on both physiological and mental health from the way of life. Further, the connection between socioeconomic status and health was mediated by one's way of life. This study investigates the association between the socio-economic position and psychological factors and their potential impact on the playing ability of school boys from Indian schools in Oman. The aim of the research is to identify the socio-economic factors and psychological characteristics that may influence the performance and abilities of these students in sports activities. The questionnaires assess variables such as family income, parental education level, access to resources, self-esteem, motivation, and self-efficacy. These factors are hypothesized to have an influence on the playing ability of the participants. The qualitative phase involves conducting in-depth interviews with a subset of the participants to gain deeper insights into their experiences, perceptions, and attitudes towards sports and the impact of socio-economic and psychological factors on their abilities. The interviews provide a more nuanced understanding of the underlying factors that contribute to or hinder their playing ability. The findings of this study are expected to contribute to the existing literature on the relationship between socio-economic status, psychological factors, and sports performance among school boys. Additionally, the results may inform educational institutions, policymakers, and sports organizations in developing strategies and interventions to enhance the playing ability and overall well-being of students from Indian schools in Oman.

Keywords: socioeconomic status, Sports activity, Indian schools, psychological factors, playing ability.

IMPLEMENTATION OF SEGMENT-SPECIFIC TRAINING MODULES IN SPORTS SCIENCE TECHNOLOGY USING THE YO-YO TEST AS A BENCHMARK

K.R. Pujar

Strength and Conditioning Specialist, Department: Strength and Conditioning, Sports Science,
Bangalore Karnataka, India

Abstract:

The purpose of the study was to assess the progress and performance of Fitness during the national camp for cricketers under nineteen years of age. For this purpose, the strength specific training modules with Yo Yo test were implemented as a benchmark for cricketers belong to National cricket academy, Bangalore. NCA camp was conducted for 3 weeks at the National Cricket Academy in the month of April-May 2019, During this camp 25 athletes underwent YoYo Test at the beginning of the camp and during the end of the camp. Segment Specific Training was implemented and the results were recorded to assess the progress and performance of Fitness during the camp. The results of the study indicated the good improvement among cricketers in Yo Yo test and overall strength levels .

Keywords: Strength, Conditioning, Training, Sport, Rhythm, Lifting, LTP and MTP.

EFFECT OF PHYSICAL AND MOTOR FITNESS COMPONENTS ON THE PLAYING ABILITY OF MALE CRICKET PLAYERS

Rajneesh Pudja

Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. CV Raman University, Kargi Road
Kota Bilaspur C.G.

Abstract

Traditionally fitness is not considered an essential element in cricket because it is believed that the game of cricket is 90% mental and 10% physical with tactical and technical skills being more important than physical prowess. In the last 20 years, things have changed and physical fitness is considered an integral part of cricket. Hence the present study was planned to assess the association between selected physical and motor fitness components on the playing ability of male cricket players. To conduct the study 150 male cricket players from Himachal Pradesh were selected. The sample includes Ranji trophy probable, interuniversity and intercollegiate level male cricket players and the age range of the sample was 19 to 32 years. The power Test (Vertical Jump) was conducted with the help of a wall-mounted board. Speed testing was done with the help of a 20-meter and 40-meter speed trial. Run a three was used to assess the agility of the subject while repeated sprint ability was used to assess the anaerobic capacity of the subjects. Push-ups and chin up were measured with the standard procedure while Yo-Yo intermittent recovery test was used to assess the aerobic capacity of the selected subjects. The playing ability of cricket players was evaluated by three judges panel on a scale ranging from 0 to 10. The judges gave ratings to the performance of each player in an actual match-like situation. A significant correlation was observed between the playing ability of male cricket players with their performance on vertical jump, 20m run, 40m run, run a three, repeat sprint, push up and Yo-Yo test whereas the association of chin up was not observed on playing ability of male cricket players. It was concluded that selected physical and motor fitness variables are essential aspects of the playing ability of male cricket players and thereby a scientific fitness training plan is necessary for male cricket players for the betterment of their playing ability.

Keywords: Cricket, physical and motor fitness, playing ability.

BEHAVIORAL CHARACTERISTICS OF INDIAN MALE AND FEMALE KABADDI PLAYERS DURING NATIONAL LEVEL COMPETITIONS

Dr. D.P. Shimpi

Director of Physical education and Sports, KKHA Arts, SMGL Commerce & SPHJ Science
College Chandwad. Dist Nashik (Maharashtra)

Abstract:

The goal of the current study was to compare and examine the personality traits of male and female national level Kabaddi players. The sample included 100 National Level Kabaddi players (60 Males and 40 Females) from various Indian States who competed in National Level Competitions in the 2020–2021 academic year. Male and female national level Kabaddi players' mean ages and standard deviations were 20.13 2.57 and 19.86 1.69, respectively. Eysenck and created the Eysenck's Personality Questionnaire-R (E.P.Q.-R). To assess the four personality traits of national-level Kabaddi players, Eysenck was chosen. Means and standard deviations, t-ratios, and analysis of variance (ANOVA) on the dependent variable for all the participants considered together and individually for both the gender were computed to analyse the four personality traits of male and female Kabaddi players. The study's findings showed that, overall, participants at the national level of Kabaddi shared similarities in psychoticism, neuroticism, and social desirability personality traits but differences in extraversion. Male Kabaddi players had higher levels of extraversion, social desirability, and psychoticism than their female counterparts. Kabaddi trainers are advised to adjust their training regimen in accordance with the players' personalities.

Keywords: National, Senior, Kabaddi, personality, Male, Female.

EFFECT OF SPATIAL AWARENESS AND VISUAL-MOTOR COORDINATION ON SKILL PERFORMANCE OF INTER-COLLEGIATE MALE KABADDI PLAYERS

Ghanshyam D.K

Independenet Researcher, India

Abstract

The objective of the present study is to assess the effect of spatial awareness and visual motor coordination on the skill ability of intercollegiate male kabaddi players. To conduct the study 100 intercollegiate male kabaddi players were selected. The average age of these subjects was 21.91 years and they represented their respective colleges in intercollegiate kabaddi tournaments organized in Chhattisgarh state. Purposive sampling was used for the selection of subjects. To assess spatial awareness in male intercollegiate kabaddi players of Chhattisgarh, a test standardized by Cesaroni (2007) was used. Reaction time in selected intercollegiate male kabaddi players was recorded with the help of Nelson's simple reaction time test. A mirror drawing test was used to assess the hand-eye coordination of male intercollegiate kabaddi players. The apparatus designed by Johnson and Nelson (1974) was used for the assessment of depth perception. The skill ability of the selected intercollegiate male kabaddi players was judged through the subjective ratings of three judges. Results reveal a significant impact of spatial awareness, reaction time, hand-eye coordination, and depth perception on the skill ability of male intercollegiate kabaddi players with all these variables accounting for 33.4% variance. Based on the results, it may be concluded that spatial awareness and visual motor coordination namely reaction time, hand-eye coordination, and depth perception plays a significant role in determining the skill ability of male kabaddi players. It may also be concluded that spatial awareness and visual motor coordination need special attention while preparing a training plan to enhance the skill ability of the male kabaddi players.

Keywords: Spatial awareness, visual and motor coordination, skill, kabaddi.

A COMPARATIVE STUDY OF PERSONALITY DIFFERENCES BETWEEN MALE AND FEMALE SOFTBALL PLAYERS

Ghanshyam D.K

Independenent Researcher, India

Abstract

The purpose of the study was to study and investigate the personality differences of rural and urban Softball players of Chhattisgarh. For this purpose, two hundred (one hundred males and one hundred females) softball players of state and national level belonging to rural area of Jajgir district and urban area of Bilaspur district were randomly selected to serve as the subjects for this study. The Introversion-Extroversion Inventory prepared by P. F. Aziz was used to measure the personality pattern of male and female softball players of rural and urban area. To assess the types of personality characteristics of male and female softball players, means and standard deviations and Analysis of variance (ANOVA) were computed. The results of the study revealed that male and female softball players of urban area as well as rural area exhibited similarity in their personality pattern. It was also concluded that female softball players residing in urban and rural area were have better personality than their male counter parts.

Keywords: Introvert, Extrovert, Ambivert, Personality pattern, softball players.

IMPACT OF AQUA AEROBICS AND YOGIC PRACTICES ON THE PHYSICAL FITNESS, PHYSIOLOGICAL RESPONSES, AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF HOCKEY PLAYERS

Dr. Gajendra.K

Department of Physical Education, IISER, Tirupati

Abstract:

To achieve the purpose of the study, the investigator randomly selected 90 women hockey players from different colleges in Tirupati Chittoor District. The age of subjects for the study was between 17 to 21 years. The selected subjects were divided into three groups, experimental group I, experimental group II and control group consisting of 30 Hockey players in each group. Experimental group I was assigned as Aqua Aerobics exercises group, Experimental group II was assigned as Yogic Intervention group and control group was not given any special treatment and were under strict supervision of the investigator. Prior to experimental treatment, all the subjects were measured of their Physical Physiological and Psychological components such as Speed, RHR and Sports Achievement Motivation. This formed pre-test scores. After 8 weeks experiments to the experimental groups on respective training, all the three groups were tested on criterion variables selected, which formed post test scores. The difference between pre and post test scores was considered as the effect of varied respective experimental treatments. Analysis of Covariance (ANCOVA) was used to find out the significant differences if any, among the groups for each variable separately. It was concluded that eight weeks of Aqua Aerobic exercises and Yogic Practices were significantly improved the Physical Physiological and Psychological variables of women hockey Players compared to control group.

Keywords: Aqua Aerobics, Yogic practices, Speed.

MAXIMIZING ATHLETIC PERFORMANCE: IMPROVING STRESS TOLERANCE THROUGH THE USE OF THE CONCENTRATION GRID

Rajneesh Pudja

Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. CV Raman University, Kargi Road
Kota Bilaspur C.G.

ABSTRACT

The influence of stress on athletic performance is well-acknowledged in sports psychology (Jones et al., 2020). Stress is a critical determinant of athletic performance, and it varies in interpretation and management among athletes, especially in individual sports (Hill et al., 2020). This study aimed to investigate the potential of a mobile-based application intervention, specifically the Autumn Arcade (2022) concentration grid-based mobile application, in enhancing the reactive stress tolerance (RST) of table tennis players. 8 national-level table tennis players (4 males and 4 females) aged 18-20 years were selected using a convenience sampling method. Participants were divided into experimental and control groups. The experimental group engaged with the mobile application for 25 days, while the control group continued their regular training. RST was measured using the Vienna Test System's determination test (S1). Post-intervention, the experimental group demonstrated significant improvements in RST. In contrast, the control group showed no significant changes. Effect sizes for the experimental group were substantial, indicating the practical relevance of the intervention. The study underscores the potential of technology in enhancing athletes' stress tolerance, especially in individual sports. While promising, the findings should be interpreted with caution due to the limited sample size and convenience sampling method. The integration of technology in sports training, as evidenced by the positive impact of the Autumn Arcade (2022) mobile application, suggests that mobile-based application interventions could be pivotal in achieving athletic excellence.

Keywords: Application, Concentration, Grid, Intervention, Psychology, Sport, Stress, Testing, Vienna.

THE PROBABILITY OF ANXIETY AMONG EXTROVERTED INDIVIDUALS

W. Aparna

Independent Researcher, India

ABSTRACT

The current study aims to correlate the subscales of neuroticism with extraversion and understand the thought processes of extroverts, along with the occurrence of anxiety while participating in social engagements, if any. To assess the following, data on 43 adolescents was collected and recorded with the assistance of Eyesenk Personality Profiler version 6 (EPP6) on the Vienna Test System (VTS), which has 200 items and 3 dimensions (extroversion, neuroticism, and psychoticism). We filtered the subscale and focused our results and further discussion on extraversion and anxiety (subscale of neuroticism). The study followed a Purposive sampling technique, followed by a sample size of 43 individuals (13 females and 30 males) between the ages of 13-19 years, from Delhi Sports University. The data was assessed using the statistical method of the correlation test in the SPSS tool. The results of the data suggested that there was a significant difference between people who experienced extraversion and their lack of familiarity with anxiety. In conclusion, our findings support a negative correlation between extraversion and anxiety among adolescents; that is, extroverted individuals experience and display minimal symptoms of anxiety or neuroticism.

Keywords: Neuroticism, Extraversion, Eyesenk Personality Profiler version 6, Anxiety, Correlation.

A COMPARISON OF ANTHROPOMETRICAL AND PHYSIOLOGICAL PARAMETERS OF MALE AND FEMALE RUNNERS

D. K. Padma

Sports Officer, Department of Sports C. M. D. College Bilaspur (CG)

Abstract

The purpose of the study was to compare and investigate the anthropometric and physiological parameters of male and female runners in the state of Chhattisgarh. Eighty adult male (N=44) and female (N=36) runners from different districts of Chhattisgarh were selected for the purpose of study. All the male and female runners of 200m, 400m, 800m and 10,000m were the members of respective district teams participating in open state athletic competitions (M/F). To compare the male and female runner on physical and physiological parameters: means, standard deviations and t-ratios were computed. The results of study revealed that the female runners were found taller, heavier and more fatty in comparison of male counter parts. Similarity was observed between male and female runners in their body mass index (BMI). Male runners were found to have greater in amount in all physiological parameters except peak flow expiratory rate (PFIR) than their counter parts. where as female runners were found to have greater degree of peak flow expiratory rate than did male runners. Male and female runners did not differ significantly in systolic blood pressure, pulse pressure and pulse rate parameters of physiology. Where as male and female runners had variation in diastolic blood pressure, mean arterial pressure (MRP) and peak flow expiratory rate (PFIR) parameters of physiology.

Keywords: Anthropometry, physiology, sexes, Runners, Parameters.

EFFECTS OF YOGA POSTURES ON PSYCHOLOGICAL FACTORS AND SKILL PERFORMANCE IN UNDERGRADUATE BADMINTON ATHLETES

B. R. Yadav

Research Scholar, Andhra University, India

Abstract

The study aims to elucidate the influence and impact of yogic practices on specific psychomotor skills in Ball Badminton players. Yoga is characterized as a set of ancient Indian practices encompassing physical, mental, and spiritual dimensions, involving alterations in mental outlook, dietary habits, and the adoption of specific techniques like yoga asana (postures). Asana refer to bodily positions that promote steadiness and comfort, fostering both physical and mental well-being without exertion over a specified duration. The study focuses on yogic practices and evaluates their effects within the realm of Psychological Variables. Specifically, the research delves into the role of yoga asana in shaping selected Psychological Variables among Ball Badminton players, aiming to articulate the impacts of these practices on the psychological aspects of the players. The significance of investigating the role of Yogic practices in enhancing psychomotor skills among Ball Badminton players is evident, prompting the researcher to embark on this exploration.

Keywords: - Yoga Asana; Physical; Mental; Ball Badminton; Psychological Variables.

ANALYSIS OF SELECTED CHEMICAL AND PHYSICAL SOIL PARAMETERS IN THE JAMANIPALI AREA OF CHHATTISGARH

Dr. Mrs. S.T. Pawar

Assistant Professor, Government Niranjana Kesharwani Arts, Commerce and Science College, Kargi-Road Kota

Abstract

For the purpose of investigation of selected soil parameters i.e. moisture, pH, electrical conductivity, total dissolved solid, organic carbon contents, nitrogen contents, total sulphur, the experimental method was used to detect them in each collected sample. The four sampling points were detected with 100 meter distance of every selected sample spot i.e. Jamni Pali area of Korba city. Soil samples were collected from Jamani Pali for two continuous sessions 2009. The researcher collected the soil sample from the area of Jamnipali. Taking a core or slice of the plow layer at intervals of 15-20 steps and composting them together in a bag. The site selected for sample collection should be cleared of weed growth and a 'V' shaped cut, which is plough layer deep was made. The inferential statistics was employed for the collected data. The results of study revealed the small difference in the values of selected parameters of soil I Jamnipali. It was also observed that in O.C. of soil small difference were observed with no clear seasonal variations. Nearly all the samples showed values below the essential limit as stipulated by standard agencies. Mining activities bring about serious heavy metal pollution.

Keywords: Soil, Parameters, Physical, Chemical, polluted contents.

EFFECT OF EIGHT WEEKS OF HIGH-INTENSITY FUNCTIONAL TRAINING ON RESPIRATORY PERFORMANCE INDICATORS IN YOUNG FEMALE TAEKWONDO ATHLETES

Reza Sadoughi Ghazalian

Department of physical education and sport sciences, science and research Branch,
Islamic Azad University, Tehran, Iran

Abstract:

Background and purpose:

Cardiopulmonary function indicates the ability to transfer oxygen to active muscles for taekwondo athletes who perform high-intensity movements in a short period of time and is an important factor that directly affects sports performance. The aim of the present study was to investigate the effect of eight weeks of high-intensity functional training on the respiratory performance indicators of young female taekwondo fighters.

Methodology:

In this semi-experimental study, 16 female Taekwondo fighters between the ages of 17 and 27 were randomly selected and randomly assigned to two groups of high-intensity functional training (HIFT) and control. The HIFT training group participated in the training program for eight weeks and four sessions per week. Before and after the eight-week training period, anthropometric measurement, body composition and breath gas test (gas analyzer) of young female taekwondo fighters were performed. The data were analyzed by analysis of covariance test at a significance level of $P < 0.05$.

Findings:

The results showed that time and the interaction of time and group had a significant effect on VO_{2max} values in young female taekwondo fighters ($P = 0.001$). Time had no significant effect on FVC and VE/VCO_2 values (0.05). $P >$, but the interaction of time and group on FVC values in taekwondo girls. The young fighter had a significant effect ($P = 0.001$) and the interaction of time and group had no significant effect on the values of FEV1, PEF, FEF25-75 and VE/VO_2 in Taekwondo girls of the young fighter ($P > 0.05$). Time had a significant effect on FEV1/FVC ratio ($P = 0.001$), but the interaction of time and group did not have a significant effect on FEV1/FVC ratio in young female taekwondo fighters ($P > 0.05$).

Conclusion:

According to the results of the research, probably HIFT exercises can be effective in improving the performance indicators of the respiratory system of young female taekwondo fighters. Therefore, performing HIFT exercises can be recommended as a safe and useful method to improve the lung function of women taekwondo athletes.

Keywords: High-intensity functional exercises, Respiratory system, Maximal oxygen consumption, Taekwondo.

THE RELATIONSHIP BETWEEN TECHNO-STRESS AND INTERNET ADDICTION AMONG FEMALE PHYSICAL EDUCATION TRAINEE TEACHERS

Dr. B.S. Kumar

Government Physical Education College for Women, Hooghly, West Bengal

Abstract

Finding out the connection between technological stress and internet addiction among female physical education trainee teachers is the aim of this abstract. 33 female trainee instructors for physical education, ranging in age from 21 to 25, were studied, and they were all from West Bengal's Hooghly district. They were chosen using a purposeful group design. The T evaluated techno-stress. Internet addiction was assessed using the Young's Internet Addiction Scale and the Westermann Scale. It was determined that, at 0.05 levels, there was a substantial and positive correlation between the domains of Internet Addiction and the domains of Techno-stress. The conclusion drawn from the results is that young female teachers who experience high levels of technological stress may also experience high levels of internet addiction.

Keywords: Trainee Teachers, ICT, Stress, Internet, Addiction.

SACHIN TENDULKAR: THE PEOPLE'S CHAMPION – AN ANALYTICAL STUDY OF HIS LIFE, HUMILITY, PHILANTHROPY, AND LASTING POPULARITY IN INDIA AND WORLDWIDE

Asif Durez

Department of Mechanical Engineering, National University of Technology (NUTECH),
Islamabad, Pakistan

Sudhakar Kumarasamy

2 Department of Automotive and Mechanical Engineering, University Malaysia Pahang,
Pahang, Malaysia

Abstract

Sporting celebrities have become an integral part of popular culture in recent years, with their influence extending far beyond the realm of sports. These individuals have achieved a level of fame and recognition that transcends their athletic abilities, becoming cultural icons and role models for people all around the world. This abstract provides an overview of the concept of sporting celebrities and their impact on society. Sporting celebrities are individuals who have achieved fame and recognition through their achievements in sports. They are known for their exceptional talent, hard work, and dedication to their craft. Sporting celebrities are not only admired for their athletic abilities but also for their personalities, values, and personal struggles. They have become symbols of inspiration and hope for many, inspiring people to pursue their dreams and overcome challenges. In this article, we take one sporting celebrity, Indian cricketer Sachin Tendulkar, and assess his image in popularity across the globe and his impact on the social culture of the region. The study also reveals that his humble personality and philanthropic work have contributed to his popularity among fans.

Keywords: cricket; sports icon; philanthropy; achievements; fame; humility; community outreach.

A COMPARATIVE STUDY OF TEAM SPIRIT ACROSS DIFFERENT LEVELS AMONG INDIAN MALE VOLLEYBALL PLAYERS

Dr. Mrs. S.T. Pawar

Assistant Professor, Government Niranjana Kesharwani Arts, Commerce and Science
College, Kargi-Road Kota

Abstract

Background : A team as a work group or unit with a common purpose through which members develop mutual relationships for the achievement of goals/tasks. It requires the sharing of talent and leadership, the playing of multiple roles. **Aim :** The purpose of the study was to explore the team spirit of Indian male volleyball players. **Sample:** A sample consisted of two hundred and thirty four Indian volleyball players to serve as subjects for this study. The subjects were in age group of 19 to 21 years. The subjects were selected from amongst the National Volleyball Competitions who had already represented their respective state team in senior national level volleyball competitions held at different corners of India) during the session 2017-2019. **Data Collection:** To collect the reliable data from the sample, the Team spirit Questionnaire developed by Matt M. Starcevich (1999) was employed on Indian Volleyball players to explore the sports team spirit. **Statistical Technique:** To assess the sports team spirit of Indian male volleyball players, mean, standard deviation, and t-ratio were computed. **Results:** High level team spirit was shown to be more prevalent among Indian male volleyball players, followed by medium and low levels. There was a notable difference among Indian male volleyball players between high level team spirit, medium level team spirit, and low level team spirit; and between medium level team spirit and low level team spirit. **Conclusion:** The highest level of teamwork was displayed by the male volleyball players from India, which contributed to their exceptional achievement.

Keywords: Sports, Team Spirit, Indian Male, Volleyball Player, Competition.

INJURIES AMONG FEMALE FOOTBALL PLAYERS: A CROSS-SECTIONAL SURVEY OF UNDER-17 GIRLS

P.D. Malaichamy

Professor, SVJCT's BKL Walawalkar college of physiotherapy, Sawarde, Ratnagiri
Maharashtra, India

K.R. Padma

Assistant Professor, SVJCTs BKL Walawalkar college of physiotherapy, Sawarde, Ratnagiri
Maharashtra, India

Abstract

The purpose of this cross-sectional survey is to analysis the physiotherapy treatment, injury prevention program, football training, awareness, types, incidence, mechanism and recurrence of injury among female players in Dervan "Energia" football competition (under-17 girls), 2023. Around 34 girls were taken part at SVJCT's Sports academy, Dervan, Maharashtra. The questionnaire was framed in Google form that related with football related injuries and its prevention program through physiotherapy and rehabilitation. The questions were in English and that were translated through the coaches into their local language in case any misunderstanding. Girls responded their questions before their games. Answers were framed in spread sheet and converted into word format. Results were analysed and suggestions were given to female football players based on their responses.

Keywords: Female football players, Injury awareness, Injury prevention program, Physiotherapy treatment.

THEORETICAL PERSPECTIVES ON VARIOUS PSYCHOLOGICAL ATTRIBUTES OF MALE AND FEMALE ATHLETES

S.T. Tomar

Research Scholar, Department of Physical Education, Dr. C.V. Raman University,
Kota, Bilaspur (Chhattisgarh)

Abstract

This research paper aims to provide a comprehensive theoretical concept of comparative analysis of the psychological attributes exhibited by male and female players in team sports. The study explores the potential differences and similarities in these aspects based on gender and their implications for team dynamics and performance. The research involved a mixed-methods approach, combining quantitative surveys and qualitative interviews to gather data from diverse sports teams. The findings suggest that while there are some gender-related patterns, individual variations are substantial. Understanding these nuances can contribute to better team management and performance enhancement strategies.

Keywords: Leader, behaviour, psychological Skills, cohesiveness, gender.

COMPARATIVE EFFECTS OF AQUA AEROBIC TRAINING AND YOGIC PRACTICES ON PHYSICAL, PHYSIOLOGICAL, AND PSYCHOLOGICAL VARIABLES IN HOCKEY PLAYERS

Dr. T.K Khumar

Assistant Professor, Department of Physical Education, IISER, Tirupati, India

Abstract

To achieve the purpose of the study, the investigator randomly selected 90 women hockey players from different colleges in Tirupati Chittoor District. The age of subjects for the study was between 17 to 21 years. The selected subjects were divided into three groups, experimental group I, experimental group II and control group consisting of 30 Hockey players in each group. Experimental group I was assigned as Aqua Aerobics exercises group, Experimental group II was assigned as Yogic Intervention group and control group was not given any special treatment and were under strict supervision of the investigator. Prior to experimental treatment, all the subjects were measured of their Physical Physiological and Psychological components such as Speed, RHR and Sports Achievement Motivation. This formed pre-test scores. After 8 weeks experiments to the experimental groups on respective training, all the three groups were tested on criterion variables selected, which formed post test scores. The difference between pre and post test scores was considered as the effect of varied respective experimental treatments. Analysis of Covariance (ANCOVA) was used to find out the significant differences if any, among the groups for each variable separately. It was concluded that eight weeks of Aqua Aerobic exercises and Yogic Practices were significantly improved the Physical Physiological and Psychological variables of women hockey Players compared to control group.

Keywords: Aqua Aerobics, Yogic practices, Speed

**A TIME SERIES ANALYSIS OF SPORTS PERFORMANCE TRENDS
ACROSS DIFFERENT COMPETITION LEVELS IN PROMINENT COLLEGES
AFFILIATED WITH MANGALORE UNIVERSITY**

Prakash Souza

Physical Education Director, Sacred Heart College, Madanthyar, Karnataka, India

Abstract

Physical Education and Sports have played a major role in shaping the personality of a child. In colleges, sports play an important role in the physical and mental development of students. Intercollegiate competitions form the major sports programs which can be participated in by a majority of the students and this leads them to being selected for inter university competitions. Like in many other universities, in Mangalore University also there is the fight for sports supremacy by many of the colleges. This study has selected a few of the icon colleges of Mangalore University and has studied the trend in their performances over the years. The investigator has observed that some of the colleges have left their years of sports excellence behind them while some are struggling in the face of other emerging colleges. Since these colleges have existed for more than 50 years, there was a need to document the trend in their sports performances. The data has been gathered over 20 years and is presented in the form of trend line charts to give a clear picture to the readers.

Keywords : Sports, Colleges, Interuniversity, State, National, Sports, Performance.

EFFECTS OF SURYANAMASKAR, YOGA NIDRA, AND PRANAYAMA ON BODY MASS INDEX AND ANXIETY IN CHILDREN WITH ALEXITHYMIA

Suja. T.

Ph.D. Research Scholar, Centre for Yoga Studies, Dept of Physical Education,
Annamalai University.

Abstract

Pranayama on body mass index and anxiety of children with Alexithymia. Materials and Methods: 42 girl children with alexithymia disorder, aged from 8 to 12 were selected as subjects from the girls' hostel at Krishna district during the year 2021. The subjects were divided into experimental group and control group, consisting twenty one subjects in each group, namely experimental group and control group. The experimental group underwent Suryanamaskar, Yoga Nidra, and Pranayama practices for 5 days per week for 9 weeks. The control group was not given any training during the study. The selected subjects with alexithymia were analyzed using Children Alexithymia Measuring Scale (CAMS). Before and after the training period, the subjects were tested on body mass index (BMI) and anxiety. BMI was measured by using Karadascan Body Composition Monitor and anxiety was measured by using GAD7 measuring scale. Statistical analysis: Independent sample t-test and Analysis of Covariance (ANCOVA) was used as a statistical tool to examine any improvement after the training period for the experimental group and also to find out any difference between the experimental and control groups. Results: The result of the study shows that there is a decrease found in BMI and anxiety variables of children with alexithymia by practicing Suryanamaskar, Yoga Nidra, and pranayama. Conclusion: The experimental group practice of Suryanamaskar, Yoga Nidra, and pranayama has changed the BMI and anxiety positively after comparing with the control group and the results also indicated that there was a significant difference identified between the experimental group and control group on BMI and anxiety.

Keywords: Suryanamaskar, Yoga, Pranayama, BMI, Anxiety and Alexithymia.

COMPARATIVE EFFECTS OF PLYOMETRIC AND PLYOMETRIC PLUS WEIGHT TRAINING ON SELECTED SKILL PERFORMANCE PARAMETERS IN KABADDI PLAYERS

Dr. A.K. Palanisam

Government Arts and Science College, Vanur, Thiruchitrambalam Kootroad

Abstract:

To achieve the purpose of the study, forty-five men native Kabaddi players were selected as subjects. The age, height, and weight of the subjects ranged from 16 to 18 years, 1.63 to 1.76 meters and 50 to 65 kilograms respectively. The subjects selected were randomly assigned into three equal groups of Fifteen subjects each. Group I (P.T) underwent plyometric training, group II (CPW) underwent plyometric training combined with weight training and group III (CG) acted as a control. The independent variable in the present study was Plyometric training (PT), Plyometric training Combined with Weight Training (CPW). The dependent variable in the present study was Moving Toe touch performance. Based on the pilot study the training schedule for plyometric training and combined plyometric training with weight training with 1rm respectively. The experimental groups underwent their respective training program 3 days for a week for twelve weeks in addition to their regular lifestyle activities. Group–II involved on plyometric training (P.T), Intensity starting from low to high at 60-foot contact to at 110-foot contact with 10 to 14 repetitions and 2 to 3 sets followed from the first week to twelve weeks. the data collected from the three groups prior to and post experimentation on selected dependent variables were statistically analyzed to find out the significant difference if any, by applying analysis of covariance (ANCOVA). Since three groups were involved, whenever the obtained 'F' ratio for adjusted post-test means was found to be significant, the Scheffe's test was applied as a post hoc test to determine the paired mean differences. In all the cases level of confidence was fixed at 0.05 for significance. The plyometric training combined with weight training was good enough to develop the Moving Toe touch skill performance.

Keywords: Plyometric training, weight training, Kabaddi Players, Toe touch performance.

A COMPARATIVE ANALYSIS OF LEADERSHIP BEHAVIOR AMONG INDIAN MALE AND FEMALE ATHLETES

Dr. A.K. Palanisam

Government Arts and Science College, Vanur, Thiruchitrambalam Kootroad

Abstract:

The aim of the present investigation was to compare the leadership behavior as preferred by Indian male and female athletes. Two hundred Male (N=100) and Female (N=100) Indian athletes who volunteered to participate in this study, were selected to serve as subjects for this study. Leadership Scale for Sports developed by P. Chelladurai was selected to measure the leadership behavior of Indian athletes. The descriptive statistics, ANOVA, and student t-test were employed on five leadership behavior dimensions for Indian male and female athletes. The results of the study revealed that inter-university level male and female track and field athletes exhibited different preferences on five dimensions of leader behavior. Male and female track and field athletes of the Inter-university level preferred more training and instruction followed by positive feedback, social support, democratic behavior, and autocratic behavior. A significant difference was not found between Male and female track and field athletes on the set of five dimensions of preferred leadership behavior.

Keywords: Preference, Male, Female, Indian, Athletes, Leader behavior, Leadership

A COMPARATIVE STUDY OF ADJUSTMENT PATTERNS BETWEEN HEARING AND HEARING-IMPAIRED STUDENTS

Mrs. Sudha Goyal

Assistant Professor, . D. P. Vipra College, of Education, Bilaspur

Abstract:

The problems of adjustment have become therefore very important in our complicated and civilized society that psychologists have turned their deep interest in understanding the concepts in the real sense. The present analysis was to compare the adjustment between male and female students belonging to higher secondary schools of Bilaspur district. A sample of Fifty (Males=25, Females= 25)) students' happiness to degree faculty of education of Bilaspur district and who volunteered to participate during this study, were designated to function subjects for this study. AICS by Sinha & Singh in Hindi was implemented to all the respondents. Questionnaire consisted of 102 questions to live 5 dimensions of adjustment viz., Home (16), Health (15), Social (19), Emotional(31), and educational (21) and total adjustment. To find the difference between male and female students, mean, SD, and t-ratio were computed. The SPSS 16.0 computer program was used to investigate the collected data. The results of the study revealed that the significance difference was found between deaf boys and girls in four dimensions of adjustment i.e. Home, Health, Social, and emotional adjustment, Significance difference was not found between deaf boys and girls in four dimensions of adjustment i.e. Home, Health, Social, and emotional adjustment, The normal boys and Deaf boys; Normal girls and Deaf girls; Deaf boys and Normal girls; Normal boys

A QUALITATIVE ANALYSIS OF LIBRARY RESOURCE AVAILABILITY IN SELECTED STATE UNIVERSITIES OF CHHATTISGARH

T.J. Chauhan

Ph.D Scholar, Dr. C.V. Raman University, Kota Road, Kota Bilaspur (CG)

ABSTRACT

Libraries will play a vital role in providing an honest education and data of top quality. people around the world, despite however poor they'll be, will access no matter data and data they have by visiting libraries via the web, like the library of congress. The purpose of the present study was to find out the quality of the available various types of library resources in selected state universities of Chhattisgarh. Three hundred and sixty P. G. level male (N=180) and female (N=180) students of selected six of university library belong to different zones of India were selected for the purpose of Study. To assess the responses obtained through a self-constructed questionnaire survey from male and female students were carefully and systematically compiled. The Frequency and percentage of the responses were calculated. The results of the study revealed that almost all male and female students visit the university library to prepare for college assignments. Almost all male and female student indicated that the available primary and secondary resources was found of good quality in the university library. The male and female students also indicated that the available tertiary resources were found of average quality in the university library.

Keywords: Quality, Library, Resources, University, Quantitative study.