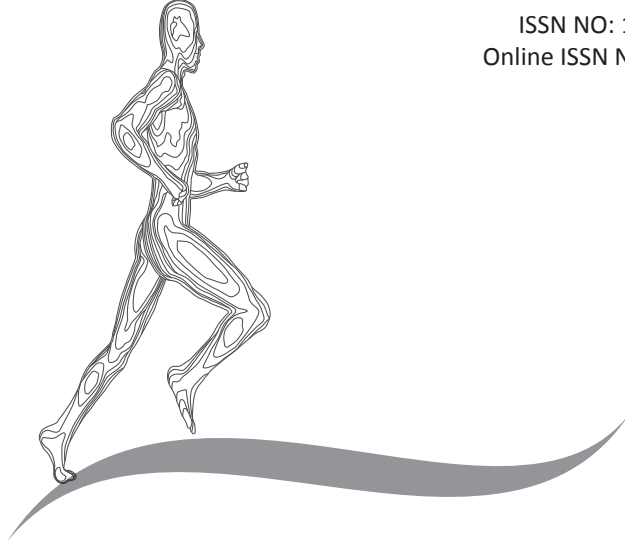


ISSN NO: 1309-5110
Online ISSN NO:1309-8543



Spor ve **Performans** **Araştırmaları Dergisi**

**Journal of Sports and
Performance Researches**

Cilt / Vol : 2 Sayı / No :2

TEMMUZ - JULY / 2011

**ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ
YAŞAR DOĞU BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULU
SAMSUN / 2011**

**ONDOKUZ MAYIS UNIVERSITY
YASAR DOGU SCHOOL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS**

**Spor ve Performans
Araştırmaları Dergisi**



**Journal of Sports and
Performance Researches**

Sahibi / Owner

Dr. Hüseyin AKAN

Ondokuz Mayıs Üniversitesi Rektörü

Genel Yayın Yönetmeni / Editor-in Chief

Dr. Osman İMAMOĞLU

Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Müdürü

Editör / Editor

Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL

Editör Yardımcısı / Associate Editor

Dr. Özgür BOSTANCI

Yayın Kurulu / Editorial Board

Dr. Osman İMAMOĞLU

Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU

Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL

Dr. Mürsel AKDENK

Dr. Erkut TUTKUN

Dr. Mehmet TÜRKMEN

Dr. Menderes KABADAYI

Dr. Özgür BOSTANCI

Dr. Tülin ATAN

Dr. Murat ELİÖZ

Yazışma Adresi / Correspondence Address

Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu

Kurupelit Kampüsü - 55139 - Atakum / SAMSUN

ISSN NO: 1309-5110 / Online ISSN NO:1309-8543

Tel: +90362 312 19 19 - 3879 - 2742- 3622 Fax: +90362 457 69 24

spd@omu.edu.tr

Danışma ve Hakem Kurulu / Scientific Advisory Board

Dr. A. Ahmet DOĞAN	Dr. Mehmet TÜRKMEN
Dr. A. Faik İMAMOĞLU	Dr. Mehmet YORULMAZLAR
Dr. Abdullah CANIKLI	Dr. Menderes KABADAYI
Dr. Ahmet SANIOĞLU	Dr. Metin KAYA
Dr. Ali KIZILET	Dr. Murat ELİÖZ
Dr. Aslan KALKAVAN	Dr. Murat GÖKALP
Dr. Bilal ÇOBAN	Dr. Murat KALDIRIMCI
Dr. Birol ÇOTUK	Dr. Mürsel AKDENK
Dr. Cengiz ARSLAN	Dr. Necati CERRAHOĞLU
Dr. E.Ahmet TERZİOĞLU	Dr. Nurtekin ERKMEN
Dr. Emin KURU	Dr. Osman İMAMOĞLU
Dr. Erdal ZORBA	Dr. Ömer ŞENEL
Dr. Erdoğan TOZOĞLU	Dr. Önder DAĞLIOĞLU
Dr. Erkut TUTKUN	Dr. Özgür BOSTANCI
Dr. Ertan KILICIGİL	Dr. Recep KÜRKCÜ
Dr. Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU	Dr. Reşat KARTAL
Dr. Fatih HAZAR	Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU
Dr. Fehmi TUNCEL	Dr. Semih YILMAZ
Dr. Fikret SOYER	Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU
Dr. Gazanfer DOĞU	Dr. Sinan BOZKURT
Dr. Güner EKENCİ	Dr. Suat KARAKÜÇÜK
Dr. H. Nedim ÇETİN	Dr. Tayfun AMMAN
Dr. Halil TAŞKIN	Dr. Turgut KAPLAN
Dr. Hasan KASAP	Dr. Tülin ATAN
Dr. Hülya AŞÇI	Dr. Vedat ÇINAR
Dr. İbrahim YILDIRAN	Dr. Velittin BALCI
Dr. Kadir GÖKDEMİR	Dr. Veysel KÜÇÜK
Dr. Metin V. SAYIN	Dr. Yalçın KAYA
Dr. M.Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL	Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU
Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL	Dr. Yücel OCAK
Dr. Mehmet GÜNAY	Dr. Zahit SERASLAN
Dr. Mehmet KILIÇ	Dr. Zekai PEHLİVAN

İngilizce Dil Editörü / English language Editor

Aydan ERMIŞ

İstatistik Danışmanlar / Statistic Advisors

Dr. Yüksel BEK

Dr. Soner ÇANKAYA

Sekreteryaya / Secretariat

Hamza KÜÇÜK

Grafik / Graphic

Hamdi TANRIKULU

Baskı / Print

Güven Ofset Matbaacılık

Saitbey Mah. Çukurçeşme Sk. No:12 SAMSUN

Tel: 0362 431 01 71 Fax: 0362 420 00 00

Baskı Tarihi:08.07.2011

İçindekiler / Contents

Gözde KOÇ Merve GÜLTEKİNLER Funda SEFEROĞLU K. Alparslan ERMAN Asuman ŞAHAN Rıza DARENDELİOĞLU	BASKETBOLDA SET OYUN PERFORMANSININ ANTRENMANDAN MÜSABAKAYA TRANSFERİ TRANSFER OF SET PLAY PERFORMANCES FROM TRAINING TO COMPETITION IN BASKETBALL	6 - 11
Ales FILIPCIC Fatih HAZAR	A COMPARISON OF SOME SELECTED MOTOR TESTS AND COMPETITIVE SUCCESSFULNESS IN TENNIS TENİSTE YARIŞMA BAŞARISI VE BAZI SEÇİLMİŞ MOTOR TESTLERİN KARŞILAŞTIRILMASI	12 - 21
Gülsüm BAŞTUĞ Mehibe AKANDERE Hacer YILDIZ	SEDANTER GENÇ BAYANLARDA AEROBİK EGZERSİZİN VÜCUT KOMPOZİSYONU VE KENDİNİ FİZİKSEL TANIMLAMA DEĞERLERİNE ETKİSİ EFFECT OF AEROBIC EXERCISE ON BODY COMPOSITION AND PHYSICAL SELF DESCRIPTION VALUES OF SEDENTARY YOUNG WOMEN	22 - 27
Erman ÖNCÜ Özbay GÜVEN	ANA-BABALARIN ÇOCUKLARININ BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE KATILIMINA YÖNELİK TUTUMLARI ATTITUDES OF PARENTS TOWARDS PARTICIPATION OF THEIR CHILDREN IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES	28 - 37
Serkan HACİCAFEROĞLU Bilal ÇOBAN	GENÇLİK VE SPOR İL MÜDÜRLÜĞÜ PERSONELİNİN ÇALIŞMA ORTAMINDA MARUZ KALDIĞI YILDIRMA DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ THE INVESTIGATION OF DETERRING BEHAVIOURS THE PERSONNEL OF PROVINCIAL DIRECTORATE OF YOUTH AND SPORTS ARE EXPOSED TO IN THEIR WORK ENVIRONMENTABSTRACT	38 - 50
Aycen AYBEK Osman İMAMOĞLU M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL	ÖĞRENCİLERİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİ VE DERS DIŞI ETKİNLİKLERİNE YÖNELİK TUTUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ AN ASSESSMENT OF THE ATTITUDES OF STUDENTS TOWARDS PHYSICAL EDUCATION LESSON AND EXTRACURRICULAR ACTIVITIES	51 - 59



Editörden

BÜYÜK KAYBIMIZ PROF DR. AHMET FAİK İMAMOĞLU'NUN ARDINDAN...

Hayata Trabzon'da gözlerini açan A. Faik İMAMOĞLU yüksek öğrenim kariyerine İstanbul Anadoluhisarı Gençlik ve Spor Akademisi'nde başlamış, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde Yüksek Lisans, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde ise doktora eğitimini tamamlamıştır. Bir süre Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nde uzman olarak çalışan İMAMOĞLU, akademik yaşama 1983 yılında araştırma görevlisi olarak girmiş ve 2000 yılında profesörlük mertebesine ulaşmıştır.

Bir dönem Badminton Federasyonu Başkanlığı ve Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Müdürlüğü görevlerini de yürüten ve bilim dünyasına önemli katkılar yapan değerli bilim insanı ve can dostum A. Faik İMAMOĞLU ne yazık ki çıktığı yaşam yolculuğunu çok erken denilebilecek bir yaşta tamamlayarak Allah'ın rahmetine kavuşmuştur. Kuşkusuz doğumun olduğu yerde ölüm de vardır. Sevilen bir insanı kaybetmekten doğan acı, bazen dayanılmaz bir hal alır ve ölümü kabullenmek bu acıya dayanmak kadar zordur. Fakat sevincin paylaşarak çoğalması gibi acı da paylaşarak azalır.

Akademisyen ve yönetici kimliği içinde gerek "spor teşkilatı" ve gerekse "üniversite" çatısı altında çok önemli işler başarmış ve bilhassa beden eğitimi ve spor eğitimi almış meslek mensuplarının ortak paydada buluşmaları için çok büyük çaba sarf etmiştir. Bu çerçevede beden eğitimi ve spor alanının mutlaka mesleki eğitimden geçmiş insanlara bırakılması gerektiği düşüncesini inatla ve inançla savunmuş ve bu konuda etkili bir kamuoyu da oluşturmuştur.

Onun kişiliğinin bir uzantısı olarak belirginleşen yumuşak ve sakinleştirici tarzı, meselelere bakışındaki "önce insan" yaklaşımı sorunların çözümü kadar insanların bütünleştirilmesi ve uzlaştırılması açısından da çok mühimdir. Bu yönüyle "yöneticilik" gerçekten onunla örtüşen ve ona yakışan bir roldü. Bilgili, aydın, dürüst, çalışkan, özverili ve gerçek bir vatanseverdi.

İMAMOĞLU, kısa yaşamında çok derin izler bırakabilme başarısını göstermiş az sayıdaki özel şahsiyetlerden biridir. Yaşamı boyunca ortaya koyduğu kişilik performansı bu yargıyı desteklemektedir. Umarız dün yetiştirdiğin fidanlar, bugün senin dünyaya pozitif bakan ve spor camiasını kucaklayan düşünce anlayışının taşıyıcısı olarak ülkeye hizmeti kararlı bir biçimde sürdürürler.

Ruhun şad olsun aziz dostum. Türk sporunun başı sağ olsun.

Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL

BASKETBOLDA SET OYUN PERFORMANSININ ANTRENMANDAN MÜSABAKAYA TRANSFERİ

Gözde KOÇ¹ Merve GÜLTEKİNLER¹ Funda SEFEROĞLU²
K. Alparslan ERMAN² Asuman ŞAHAN² Rıza DARENDELİOĞLU²

ÖZET

Bu çalışmanın amacı; basketbolda hücum anında yapılan set performansının, antrenmandan müsabakaya transferinin incelenmesidir. Spor biliminde yakın transfer, spor dalına özgü becerilerin ya da taktik çalışmaların müsabaka gibi yakın gelecekteki gerçek ortama aktarılması olarak ifade edilmektedir. Çalışmaya Türkiye İkinci Ligi'nde oynayan erkek basketbol takım oyuncuları gönüllü olarak katılmıştır. Takımın, antrenman ve müsabaka set uygulamaları videoya kaydedildikten sonra bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Toplam 8 farklı hücum setindeki; (a) set sonu sayı var (SV), (b) set sonu sayı yok (SY), (c) top kaybı (TK) ve (d) savunma faulü (SF) parametreleri set analiz kâğıtlarına kodlandıktan sonra sonuçlar bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Buna göre, SF ($r=-0,19$; $p=0,54$), TK ($r=-0,16$; $p=0,61$), SV ($r=0,45$; $p=0,12$) ve SY ($r=0,40$; $p=0,18$) parametrelerinde, antrenman ve müsabaka arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$). Bunun yanında, rakip takımın lig puan sıralamasındaki yeri (maçın oynandığı hafta) ile ölçülen parametreler arasındaki ilişkiye bakıldığında ise; rakip sıralama ile SF ($r=-0,65$; $p=0,02$) arasında negatif anlamlı ilişki, SV ($r=0,64$; $p=0,02$) ve SY ($r=0,63$; $p=0,02$) arasında pozitif anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Sonuç olarak; rakip takımın o haftaki lig puan sıralamasındaki yeri ile takımın hücum performansı arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Genel olarak antrenmanda yapılan aktif savunma düzeylerinin müsabaka ortamındaki savunma düzeyi ile benzer olmamasından dolayı amaçlanan taktik uygulamaların (setlerin) antrenmandan müsabakaya transfer edilemediği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, spor biliminde yakın transfer, basketbolda set performansları

TRANSFER OF SET PLAY PERFORMANCES FROM TRAINING TO COMPETITION IN BASKETBALL

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the transfer set performance in offense from training to competition. Near transfer in sport science is defined as the transfer of sportive skills or tactical exercises to real situations in the near future such as competitions. Male basketball team players of Turkish Second Basketball League participated in the study voluntarily. After the team's training and competition set practices were videotaped, they were computerized. The parameters of a) point (P) b) no point (NP) c) turnover (T) d) defensive foul (DF) in 8 different offense sets were coded in set analysis papers and then computerized. No statistically significant relationship was found between training and competition in the parameters of defensive foul ($r=0,19$; $p=0,54$), turnover ($r=0,16$; $p=0,61$), point ($r=0,45$; $p=0,12$), no point ($r=0,40$; $p=0,18$) ($p>0,05$). When the relationship between the opponent team's rank in the league (on the week the game took place) and the parameters were considered, there was a negative relationship between the opponent's rank and DF ($r=0,65$; $p=0,02$) and a positive relationship between the opponent's rank and P ($r=0,64$; $p=0,02$) and NP ($r=0,63$; $p=0,02$). As a result, a significant relationship was found between the opponent team's rank and the team's offensive performance.

¹Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya, Türkiye (yazışmadan sorumlu yazar) gozdekok@hotmail.com

²Akdeniz Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antalya, Türkiye

It has been thought that the targeted tactic practices cannot be transferred to competition from training since the active defense levels in training are not similar to defense levels in competitions.

Key Words: Basketball, near transfer in sport science, set performances in basketball

GİRİŞ

Transfer; öğrenilmiş bilgilerin öğrenilmekte olan becerilere aktarımıdır [1]. Bir başka deyişle transfer bir ortam ya da koşuldaki becerinin başka bir koşuldaki konuma aktarılması şeklinde tanımlanır [2]. Antrenmanın temel amacı, müsabakaya hazırlık ve müsabaka performansını arttırmaktır. Bunun yanında, öğrenmenin hızını arttıran en önemli unsurlardan biri transfer etkisidir. Tüm spor dallarında, müsabaka ve antrenman performanslarının birbirine bağlantılı olması gerekir. Çünkü ancak bu şekilde sportif başarıyı arttırmak mümkün olur [1].

Yakın transfer; becerilerin ya da taktik çalışmalarının yakın gelecekte gerçek bir ortama aktarılmasıdır. Bir becerinin öğrenilmesi aşamasında ortam ne kadar gerçek ortam koşullarına yakın olursa o kadar büyük bir transferden bahsedilebilir. Bazı durumlarda hazırlık alıştırmalarının bir başka duruma iyi bir transfer oluşturabilmesi için benzer koşulları taşıyan alıştırmaların yapılması gerekir [2]. Başka bir deyişle antrenman içeriği ve formatının müsabaka ile uyumlu olması gerekir. Antrenman başarıya yönelik müsabaka için bir hazırlıktır ve antrenman performansı geliştirmeye, müsabaka ise sergilemeye yarar [1]. Takım ve oyuncu performansı arasında yakın bir ilişki vardır buna bağlı olarak seçilen oyun taktiği oyuncunun performansının başarılı ve başarısız olmasını etkileyebilir [3].

Basketbolda performans; oyun temposundan, savunmanın kalitesinden ve oyun stilleri gibi özelliklerden etkilenir ve çalıştırıcı bu değişkenlere göre antrenmanı düzenler [4]. Antrenör antrenman planını düzenlerken, sporcunun kendi taktiksel bilgisine dayanarak rakibin ve takım arkadaşlarının taktiksel düşüncelerini kestirebilecek düzeye gelmesine dikkat eder [5]. Bu çalışmanın amacı; Türkiye 2. Liginde oynayan erkek basketbol takımının set performanslarının antrenmandan müsabakaya olan transferini incelemektir.

MATERYAL ve METOT

Denekler

Türkiye 2. Ligi 2010-2011 yılı ilk yarı sezonunda oynayan erkek basketbol takım oyuncuları çalışmanın denek grubunu oluşturmuştur (Tablo 1).

Tablo 1: Deneklerin özellikleri

n=13	$\bar{x} \pm SS$
Yaş(yıl)	24,58±4,73
Boy(m)	1,97±0,08
Ağırlık(kg)	94,08±13,69
Antrenman Yaşı(yıl)	13,83±4,76
Milli Oluş Sayısı	40,08±34,85

Araştırma Dizaynı

Hazırlık dönemi öncesi takım antrenörleri ve oyuncularla bir toplantı yapılmıştır. Toplantı, bazı antrenmanların ve tüm müsabakaların videoya kaydedileceği, takım set performanslarının (bireysel değil) analiz kağıtlarına kodlanacağı ve sonucun her hafta antrenöre bildirileceği ile ilgili açıklamalı bilgiler içeriyordu. Bu toplantıdan sonraki hafta video kaydı ve analiz kağıdına kodlama işleme başlanmıştır. Antrenmanların video kaydı antrenmanın yapıldığı spor salonunda, müsabakaların video kayıtları ise müsabakanın yapıldığı spor salonunda yapılmıştır. Sporcuların kişisel bilgilerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formları hazırlanarak sporcuların bilgileri bu formlara kaydedilmiştir. Haftada yapılan 6 antrenmandan, müsabaka ortamı oluşturularak uygulanan ve hücum seti çalışmalarının yer aldığı 1 antrenman olmak üzere sezon boyunca toplam 13 antrenman ve 13 müsabaka kayıt edilmiştir.

Veri Toplama Yöntemi

Video yoluyla yapılan gözlem protokolleri objektiftir ve bu yöntem ile yapılan analizler her zaman tekrarlanabilir [6]. Bu gerekçeden dolayı takım set performansları önce videoya kaydedildi ve daha sonra iki gözlemci (araştırmacı) tarafından analiz kağıtlarına kodlandı. Analiz kağıdına yapılan kodlama sırasında iki gözlemci arasında çelişkili sonuçlar ortaya çıkmış ise tekrar video kayıtları incelenerek olabildiğince doğru kodlama yapılmaya çalışıldı. Video kaydı için 3.32 megapiksel çekim hassasiyeti bulunan 60x optik zoom kamera özelliğine sahip Panasonic SD60 Full Dijital Video Kamera kullanıldı. Takımın performansı; antrenman ve maçlar, video kamera ile kaydedildikten sonra görüntüler önce kameradan bilgisayara aktarıldı daha sonra bilgisayardaki görüntüler analiz kağıtlarına kodlandı. Analiz kağıtlarına aktarılan veriler değerlendirildi. Elde edilen rakamsal veriler istatistik programına aktarılarak analiz edildi.

Analiz edilen ve değerlendirilen parametreler aşağıda tanımlanmıştır.

- Top Kaybı (TK): Bir hareketin top kaybı olarak değerlendirilebilmesi için bir oyuncunun; hücum faulü, top sürme hatası, adım hatası, hatalı pas, zaman kurallarına uymama ve topu sürerken topu kaybetme hareketlerinden birisini yapması gerekir.

- Savunma Faulü (SF): Bir hareketin faul olarak değerlendirilebilmesi için sporcunun rakiple kural dışı temas veya sportmenlik dışı davranış konusunda kuralları ihlal etmesi gerekir. Bu parametre rakip takımın faul yaptığı durumu ifade etmektedir.

- Set Sonu Sayı Var (SV): Hücum seti sonrasında sayı olması durumudur. Hücum setinin başarılı olduğu anlamına gelir.

- Set Sonu Sayı Yok (SY): Hücum seti sonrasında top potaya atıldığı halde sayı olmaması durumudur. Hücum ribaundu sonrasında yapılan sayılar, sayı yok kapsamında değerlendirilmiştir.

- Rakibin sıralaması: Müsabakanın yapıldığı hafta rakip takımın lig sıralamasında bulunduğu yeri ifade etmektedir.

Her bir sette yapılan performansların ortalamaları hesaplanarak yüzdelik değerler elde edilmiş ve tüm istatistik değerlendirmeler yüzde değerler üzerinden yapılmıştır.

İstatistiksel Analiz

Bu çalışmada istatistiksel sonuçların elde edilmesinde SPSS paket programı kullanıldı. Basketbol takımının antrenmandan müsabakaya transfer ettiği düşünölen parametreler arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacı ile Pearson korelasyon katsayısı hesaplanmıştır. Ayrıca, antrenman ve müsabaka değerleri arasındaki farklar, Eşleştirilmiş (Paired) t-test istatistik yöntemi ile değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2: Antrenman ve müsabaka değerleri arasındaki farklar

Değişkenler	Antrenman $\bar{x} \pm SS$	Müsabaka $\bar{x} \pm SS$	P-değeri
TK (%)	16,97±8,40	15,15±5,62	0,51
SF (%)	5±3,69	15,47±4,86	0,00
SV(%)	39,28±7,79	35,18±9,52	0,23
SY(%)	38,73±8,99	34,18±6,79	0,06

SF yüzdesinde antrenman ve müsabaka değerleri arasında anlamlı fark bulunmuştur($p<0.05$). TK, SV ve SY yüzdesinde antrenman ve müsabaka değerleri arasında istatistiksel olarak önemli fark bulunmamıştır($p>0.05$).

Tablo 3: Antrenman ve Müsabaka Değerleri Arasındaki İlişki

Antrenman ve Müsabaka Değişkenleri	r	P-değeri
Antrenman SF – Müsabaka SF	-0,191	0,535
Antrenman SV – Müsabaka SV	0,454	0,120
Antrenman SY – Müsabaka SY	0,396	0,180
Antrenman TK– Müsabaka TK	-0,155	0,614

Antrenman ve müsabakada gözlenen SF, SV, SY ve TK değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır($p>0.05$).

Tablo 4: Rakip takımın ve ölçülen takımın müsabaka haftasındaki sıralaması ile SF, SV, SY ve TK arasındaki ilişkiler

Müsabaka	r	P-değeri
SF – Rakibin Sıralaması	-0,648	0,017
SF – Takımın Sıralaması	-0,255	0,400
SV – Rakibin Sıralaması	0,643	0,018
SV– Takımın Sıralaması	0,087	0,776
SY – Rakibin Sıralaması	0,626	0,022
SY – Takımın Sıralaması	0,030	0,921
TK – Rakibin Sıralaması	0,072	0,815
TK – Takımın sıralaması	0,380	0,201

Rakip takımın müsabaka haftasındaki sıralaması ile müsabakadaki SF, SV ve SY değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Ölçülen takımın müsabaka haftasındaki sıralaması ile müsabakadaki SF, SV ve SY değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$).

TARTIŞMA

Doğru antrenman metotlarının seçilmesi sportif performansın artırılabilmesi için önemlidir. Takım sporlarındaki taktik çalışmaların sıklık ve yoğunluğunun yeterli ve olabildiğince gerçeğe

uygun olması gerekir. Çoğunlukla basketbolda hücüm birçok taktik bileşenden meydana gelir ve bu taktik oyunların başarısı antrenmanda çalışılan oyunların etkililiğine bağlıdır. Müsabaka sırasında daha fazla uygulanan ve hata yapılan taktik organizasyonların antrenmanda daha fazla çalışılması gerekir [7]. Çalışılan hücüm, savunma ve set oyunları antrenman ve müsabaka arasındaki bağlantıyı oluşturmaktadır. Antrenman sırasında çalışılan taktikler müsabaka sırasında uygulananlar ile benzer olmalıdır. Bu ilişkinin artması etkili ve başarılı müsabaka performans sonuçlarının ortaya çıkmasına neden olur [10].

Yapılan çalışmada, antrenman set performansı ile müsabaka set performansı arasında anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir ($p<0,05$). Bunun yanında rakip takımın sıralaması ile değerlendirilen takımın set performansları arasında ise anlamlı ilişkiler olduğu saptanmıştır. Gordman ve Farrow (2009) basketbol oyuncularının kavrama modelleri üzerine transfer etkisini incelediği araştırmasında, yüksek düzeyde beceri gerektiren performanslarda bu etkinin görülemeyeceğini, bu tip performanslarda transfer etkisinin belirlenebilmesi için daha hassas ölçme araçlarının geliştirilmesi gerektiğini vurgulamışlardır [8]. Roman ve arkadaşlarının (2009) yaptığı araştırmada ise, basketbolda yapılan savunmanın zorluk düzeyinin, taktiksel olarak karar vermede anlamlı derecede önemli olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca Roman'ın çalışmasında, oyun taktiklerinin ve performansının gelişiminde antrenman programı içerisinde yer alan oyun setlerinin ve savunmanın uygun bir şekilde düzenlenmesi gerektiğini aksi takdirde performansta düşüş gözlenebileceğini belirtmişlerdir [9].

Antrenman ve müsabaka performansı üzerinde çevresel faktörlerin etkisinin olduğu bilinmektedir. Özellikle takım sporlarında, sporcuların kendi sahasında ve deplasmanda gösterdikleri performanslar arasındaki önemli farklar olabilir. Yapılan çalışmada antrenman ve müsabaka ortamları arasında fark olması antrenmandan müsabakaya olması beklenen transferi olumsuz yönde etkilemiş olabilir. Işık ve Genç'er'in (2007) basketbolda takım performansını kendi sahası ve deplasman performanslarına göre değerlendirdiği çalışmalarında, takımın kendi sahasında gösterdiği performansın deplasmandakinden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu belirlemişlerdir. Işık bu farkın başka ortama uyum sürecinden kaynaklanmış olabileceğini vurgulamıştır [11].

Sonuç olarak, 2010-2011 yılı sezonu 2. liginde oynayan erkek basketbol takımının antrenman ve müsabakadaki hücüm set performansları karşılaştırıldığında antrenmandan müsabakaya olan transferde anlamlı ilişki olmadığı belirlenmiştir. Yapılan çalışmada, rakibin ligdeki sıralaması yükseldikçe basketbol takımının ölçülen parametrelerdeki performansın azaldığı gözlenmektedir. Bu sonuçların, antrenmandaki aktif savunmanın, hücüm setini zorlayıcılık düzeyinin müsabakadakinden farklı olmasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, tüm takım sporlarında olduğu gibi, bir takımın kendi sahasında gösterdiği performans ile deplasmanda gösterdiği performans arasında fark olduğu bilinmektedir. Bu çalışmada, antrenmanların aynı ortamda, müsabakaların ise farklı ortamlarda yapılması, performans transferinin ortaya çıkmasını engellemiş olabilir.

KAYNAKLAR

1. Muratlı S, Kalyoncu O, Şahin G. Antrenman ve Müsabaka, Ankara, ss, 578-79,629,632-63, 2007.
2. Kasap H. Spor Becerilerinin Öğrenme ve Performansında Transfer Etkisi, Beyaz Yayınları, İstanbul, ss, 10-11,21, 1999.
3. Ziyagil MA, Eliöz M. Basketbol Antrenman Bilgisi Kenar Yönetimi Teknik Taktik, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul, s, 106, 2005.
4. Montgomery PG, Pyne DB, Hopkins WG, Minahan LC. Seasonal progression and variability of repeat effort line drill performance in elite junior basketball players, Journal of Sport Science, 26(5):543-550, 2008.
5. Bompa OT. Antrenman Kuramı ve Yöntemi Sporsal Verimin Anahtarı, Bağırgan Yayınevi, 2. Baskı, Ankara, s, 99, 2001.
6. Sevim Y. Basketbol Teknik Taktik Antrenman, Nobel Yayınevi, 6. Baskı, Ankara, ss, 280-81, 2006.

7. Hucinski T, Tymanski R. The structure of technical-tactical actions and the effectiveness of the youth polish national team European basketball vice-champions, *Med sportpress*,12(2):267-71,2006.
8. Gorman AD, Farrow D. Perceptual Training Using Explicit and Implicit Instructional Techniques: Does it Benefit Skilled Performers, *International Journal of Sports Science and Coaching*, 4(2):11-13, 2009.
9. Roman RI, Molinuevo SJ, Quintana MS. the relationship between exercise intensity and performance in drills aimed at improving the proficiency technical and tactical skills of basketball players, *International Journal of Sport Science*, 14(5):1-10,2009.
10. Garganta J. Trends of tactical performance analysis in team sports: bridging the gap between research training and competition, *Centre of Research Education Innovation and Intervention in Sport*, *Rev Port Cien Desp* 9(1):81-89,2009.
11. Işık T, Gençer T. Basketbolda Takım Performansının Teknik Analizi: İç Saha ve Dış Saha Performanslarının Değerlendirilmesi, *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe Journal of Sport Sciences*,18(3):101-108, 2007.

A COMPARISON OF SOME SELECTED MOTOR TESTS AND COMPETITIVE SUCCESSFULNESS IN TENNIS

Ales FILIPCIC¹ Fatih HAZAR²

ABSTRACT

The study examined the relation between selected motor tests and competitive successfulness in tennis for different age categories. The sample of subjects included 615 tennis players of both genders in the age categories of under-14 and under-18 years. Several motor abilities were investigated: the neuromuscular power of the arms, the elastic power of the legs, the dynamic muscular strength endurance of the trunk, acceleration, agility, hand-eye coordination, dynamic balance and running endurance. Competitive successfulness of players of both genders was defined by the position on the national ranking list and represented a criterion variable. The results of regression analysis show in all categories a moderate, statistically significant correlation between the system of prediction variables and the criterion variable. A group of eight motor variables described 34% of the criterion variable variance in the category of 12- to 14-year old girls and 54% in the same age category of boys, whereas for the 15- to 18-year-old players prediction variables described 52% of the criterion variable variance in girls and 34% in boys. The running endurance test in girls and the hand-eye coordination test in boys partially described competitive successfulness in the category of 12- to 14-year-olds. In the category of 15- to 18-year-olds, the criterion variance was partially described by the dynamic muscular strength endurance of the trunk in girls and hand-eye coordination and acceleration in boys. The results of the study underline the importance of several motor abilities for competitive successfulness in particular age categories of young tennis players.

Key words: Young players, motor abilities, competitive successfulness

TENİSTE YARIŞMA BAŞARISI VE BAZI SEÇİLMİŞ MOTOR TESTLERİN KARŞILAŞTIRILMASI

ÖZET

Bu çalışmanın amacı teniste farklı yaş kategorileri için bazı seçilmiş motor testler ile yarışma başarısı arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Çalışmanın örneklemini 14 ve 18 yaş altı her iki cinsiyetten toplam 615 tenis oyuncusu oluşturmaktadır. Çalışmada bazı motor yetenekler araştırılmıştır: kolların nöromusküler gücü, bacakların esnekliği, gövdenin dinamik kas kuvveti dayanıklılığı, hız yeteneği, çeviklik, el-göz koordinasyonu, dinamik denge ve koşu dayanıklılığı. Her iki cinsiyetten oyuncuların yarışma başarısı ulusal başarı sıralamasındaki yeri ile belirlenmiş ve bir kriter değeri ile tanımlanmıştır. Regresyon analizinin sonuçları her kategoride tahmini değerler sistemi ve kriter değer arasında orta düzeyde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki ortaya çıkarmıştır. Sekiz motor test değeri 12-14 yaş arası bayan oyuncuların kriter değer varyansının %34'ünü, aynı yaş grubunda erkek oyuncuların ise %54'ünü tanımlamıştır. 15-18 yaş arası oyuncular için ise, tahmini değerler bayanlarda kriter değer varyansının %52'sini, erkeklerde %34'ünü tanımlamıştır. Bayanlarda koşu dayanıklılık testi ve erkeklerde el-göz koordinasyon testi 12-14 yaş grubunda yarışma başarısını kısmen tanımlamıştır. 15-18 yaş grubunda, kriter varyansı kızlarda gövdenin dinamik kas kuvveti dayanıklılığı ve erkeklerde el-göz koordinasyonu ve hız yeteneği ile kısmen tanımlanmıştır. Çalışmanın sonuçları genç tenis oyuncularının belirli yaş kategorilerinde yarışma başarısında bazı motor yeteneklerin önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Genç oyuncular, motor yetenekler, yarışma başarısı

¹University of Ljubljana, Faculty of Sport, Ljubljana, Slovenia. ales.filipcic@fsp.uni-lj.si

²Adnan Menderes University, School of Physical Education and Sports, Aydın, Türkiye. (Correspond Author) fatihhazar@gmail.com

INTRODUCTION

Tennis is a polistructural complex sport with more than twenty different types of shots set apart by the type of execution, intensity and tactical goal. The shots are interconnected with specific movements that influence the execution of shots to a great extent. Suitably developed motor abilities and acquired specific motor skills or knowledge are the foundation for the optimal execution of tennis shots and movements. Several researchers have examined the significance of motor abilities in describing performance of tennis players. The conclusions of such studies [1,2,3,4,5,6,7] mostly show that out of a group of various motor tests only the ability of acceleration in up to a 20-metre distance run significantly describes competition successfulness in tennis. The neuromuscular power of legs, arms and shoulders are the abilities which influence performance of tennis players in a functional as well as a preventive way from the injuries. This has been confirmed by several studies [1,5,8,9] which showed a significant correlation in positive direction between the neuromuscular power and execution of tennis strokes, jumps and quick first steps after a split step.

Tennis is a quite dynamic game in which agility plays an important role. It combines the ability of acceleration, neuromuscular power of the legs and the quality of movement patterns. Several studies [4,5,8,9] have so far showed that out of a group of various motor tests only agility tests, statistically significantly describe competitive successfulness in tennis play. In a few studies [4,6,7,10,11], running endurance (2400-metre run) and aerobic capacity (VO₂max measured in laboratory conditions) were also significantly related with competitive successfulness. Only one study [12] showed a positive correlation between selected anaerobic variables and performance in tennis.

Psychomotor abilities, such as perception, reaction speed and hand-eye coordination [8,9], as well as upper and lower body flexibility [4,8,9], have also been shown to be related to the criterion variable. In the research of Filipčič and Filipčič [9], performance was found to be related to dynamic balance, as well.

The purpose of this study was to establish the relationships between selected motor variables and competitive successfulness of young tennis players in two age categories (12 to 14 and 15 to 18 years of age) of both genders.

MATERIAL AND METHODS

The study participants consisted of male and female tennis players, tested annually within the framework of the Slovenian Tennis Association national team's programme, at the Faculty of Sport, University of Ljubljana.

The study included totally 615 participants: 214 boys, aged 12 to 14 years (age: 13.3±1.1, height: 161.7±11.3 cm, weight 49.9±11.1 kg); 159 boys aged 15 to 18 years (age: 17.5±2.2, height: 179.7±6.0 cm, weight: 69.74±6.9 kg); 160 girls aged 12 to 14 years (age: 13.0±1.2, height: 161.6±7.7 cm, weight: 49.6±8.2 kg); and 69 girls aged 15 to 18 years (age: 16.9±1.7, height: 168.9±4.3 cm, weight: 60.5±5.0 kg).

In designing the schedule and data collections the respective prescriptions of the Helsinki Declaration [13] for non-invasive studies were followed.

The independent variables were collected from 8 tests of motor abilities (Table 1), selected based on previous research reports [3,4,7,9,11].

Table1. The some selected motor ability tests

CODE	Name of the Variable	Dimensions Assessed
MBP	Medicine Ball Put – 2 kg (cm)	Neuromuscular power of the arms
QJ	Quarter Jump (cm)	Elastic power of the legs
SU60	Sit-ups in 60 s (freq.)	Dynamic muscular strength endurance of the trunk
R20	20-m Run (.01 s).	Acceleration
FAN	Fandrill (.1 s)	Agility
RTBR	Rebounding Tennis Ball with the Racket (freq.)	Hand-eye coordination
TLB	Turns on Low Beam (freq.)	Dynamic balance
R2400	2400-m Run (s)	Running endurance
CS	Criterion Variable	Competitive Successfulness

Competitive successfulness represented the dependent variable, defined by the sum of points at the maximum of six best tournaments in a 12-month period.

SPSS for Windows was used for the statistical analysis of the collected data. Firstly, descriptive statistics were evaluated for all collected data. Secondly, Kolmogorov-Smirnov analysis was carried out showing that all variables were normally distributed. Finally, linear regression analysis was applied for each age category and gender. Findings with a $p < 0.001$ were considered statistically significant.

RESULTS

The results of motor ability test of the tennis players were shown in Tables 2-9. The data are classified according to gender and age group.

12 to 14-year-old girls

The results of the motor ability tests and the regression analysis for 12- to 14-year-old girls were shown in Tables 2 and 3.

Table 2. Results of the motor ability tests for 12 to 14-year-old girls

CODE	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation	K-S Z	P(K-S)
SU60	24	71	48.94	9.04	.88	.42
MBP	350	1190	711.87	161.41	.97	.29
TLB	11	88	29.41	16.96	.73	.58
RTBR	7	81	41.49	11.58	.76	.60
FAN	11.9	20.7	15.71	1.83	.68	.73
QJ	540	925	741.48	73.25	.83	.49
R20	3.27	4.37	3.77	.22	.49	.96
R2400	438	879	676.28	75.98	.63	.81
CS	1	10	4.80	2.31	.83	.28

The group of selected motor tests (Table 3) explained 34% of the variance ($p < .00$) in competitive successfulness of 12 to 14-year-old girls. In this group of subjects, 2400-metre run was the only variable significantly correlated with the criterion variable.

Table 3. Results of regression analysis for motor ability tests predicting competitive successfulness in 12 to 14-year-old girls

CODE	R	R ²	F	Sig. F
	Correl	Beta	T	p(T)
SU60	.23	-.12	-1.10	.27
MBP	.33	.04	.44	.65
TLB	.15	.03	.33	.74
RTBR	.43	.18	1.55	.12
FAN	-.20	-.03	-.25	.79
QJ	.33	.15	1.03	.30
R20	-.35	-.09	-.70	.48
R2400	-.45	-.38	-3.66	.00

12 to 14-year-old boys

The results of the motor ability tests and the regression analysis for 12 to 14-year-old boys were shown in Tables 4 and 5.

Table 4. Results of the motor ability tests for 12 to 14-year-old boys

CODE	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation	K-S Z	P(K-S)
SU60	26	74	53.77	9.09	1.09	.18
MBP	460	1950	834.96	235.49	.15	.48
TLB	8	95	26.86	14.68	.26	.77
RTBR	24	74	46.87	11.34	.74	.64
FAN	10.9	20.4	14.65	1.67	.74	.74
QJ	620	1040	805.30	84.42	.69	.58
R20	3.07	4.46	3.76	.27	.74	.63
R2400	512	868	637.56	61.12	.99	.27
CS	1	9.5	4.17	2.46	.22	.49

The group of selected motor tests (Table 5) explained 54% of the variance ($p < .00$) in competitive successfulness of 12 to 14-year-old boys.

In this group of subjects, the hand-eye coordination test (RTBR) was the only variable significantly correlated with the criterion.

Table 5. Results of regression analysis for motor ability tests predicting competitive successfulness in 12 to 14-year-old-boys

CODE	R	R ²	F	Sig. F
	Correl	Beta	T	p(T)
SU60	.24	.00	.01	.98
MBP	.17	.03	.23	.81
TLB	.14	.07	.45	.65
RTBR	.38	.35	2.40	.01
FAN	-.20	.04	.23	.81
QJ	.20	-.04	-.26	.79
R20	-.24	.05	.28	.77
R2400	-.26	-.19	-1.48	.14

15 to 18-year-old girls

The results of the motor ability tests and the regression analysis for 15 to 18-year-old girls were shown in Tables 6 and 7.

Table 6. Results of the motor ability tests for 15 to 18-year-old girls

CODE	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation	K-S Z	P(K-S)
SU60	34	73	55.40	7.61	.62	.83
MBP	620	1210	891.2	142.33	.79	.56
TLB	12	89	29.52	16.22	.62	.10
RTBR	27	70	51.16	11.02	.85	.46
FAN	12	19	15.17	1.49	.47	.97
QJ	500	940	791.70	86.92	.61	.84
R20	3.27	4.40	3.66	.20	1.00	.26
R2400	416	797	642.03	76.05	.76	.59
CS	2	10	6.01	1.61	.97	.29

The group of selected motor tests (Table 7) explained 53% of the variance (p=.01) in competitive successfulness of 15 to 18-year-old boys.

In this group of subjects, the test of dynamic muscular strength endurance of the trunk (SU60) was the only variable significantly correlated with the criterion.

Table 7. Results of regression analysis for motor ability tests predicting competitive successfulness in 15 to 18-year-old girls

CODE	R	R ²	F	Sig. F
	Correl	Beta	T	p(T)
SU60	.73	.53	3.27	.01
MBP	.34	.49	2.45	.02
TLB	.15	.17	1.08	.28
RTBR	.10	.16	.72	.47
FAN	.22	.28	1.62	.11
QJ	-.24	-.40	-1.75	.09
R20	-.22	-.34	-1.61	.12
R2400	-.22	-.29	-1.59	.12
R2400	-.22	-.30	-1.62	.11

15 to 18-year-old boys

The results of the motor ability tests and the regression analysis for 15 to 18-year-old boys were shown in Tables 8 and 9.

Table 8. Results of the motor ability tests for 15 to 18-year-old boys

CODE	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation	K-S Z	P(K-S)
SU60	29	82	60.78	8.68	1.05	.22
MBP	640	2270	1386.57	294.44	.55	.91
TLB	11	80	32.41	17.07	.54	.65
RTBR	34	97	61.29	10.40	.66	.77
FAN	10.2	17.2	13.17	1.23	.67	.74
QJ	716	1180	975.06	89.31	1.11	.16
R20	2.85	3.84	3.30	.16	.84	.46
R2400	503	709	571.36	48.05	1.06	.21
CS	1	10	5.95	2.37	0.73	.69

The group of selected motor tests (Table 9) explained 34% of the variance ($p=.01$) in competitive successfulness in 15 to 18-year-old boys.

In this group of subjects, the hand-eye coordination test (RTBR) and acceleration test (R20) were the only variables significantly correlated with the criterion.

Table 9. Results of regression analysis for motor ability tests predicting competitive successfulness in 15 to 18-year-old boys

CODE	R	R ²	F	Sig. F
	Correl	Beta	T	p(T)
SU60	.58	.34	2.81	.01
MBP	-.11	-.09	-.70	.48
TLB	-.00	-.19	-1.22	.22
RTBR	-.04	-.20	-1.01	.31
FAN	.39	.34	2.54	.01
QJ	-.06	-.15	-.77	.44
R20	.09	-.11	-.68	.50
R20	-.42	-.43	-2.81	.00
R2400	-.15	-.01	-.09	.92

DISCUSSION

A comparison of the determination coefficient (Table 3) in the group of 12 to 14-year-old girls ($R^2=.34$) reveals a lower value when compared with those in the studies of Unierzyski [5] ($R^2=.65$), řerjak [8] ($R^2=.52$), Filipćić and Filipćić [9] ($R^2=.69$) as well as of Filipćić and Filipćić [7] ($R^2=.41$). Higher explanatory power in other studies presumably resulted from the higher number of variables included in the studies, since only one test for a single motor ability was included this study. In řerjak's [8] study, the author used 13 motor tests. Filipćić and Filipćić [9] used 13 motor tests in their study and in another study they used 9 motor and 2 anthropometric tests [7].

The highest and the only significant correlation to competitive successfulness was established by the variable 2400-metre run (R2400), which measured running endurance. This ability has a considerable and direct significance in younger categories and is mostly expressed in matches of a longer duration and with longer rallies. From the training process' perspective, it means the ability to sustain more extensive exercising, the ability to regenerate faster and the general feeling of well-being [14].

Highly developed running endurance enables female tennis players to maintain a high game tempo throughout the entire match. The intensity of the game at this age is of a considerably lower level; therefore the aerobic processes and the ability are much more decisive. The analysis of young Slovenian female tennis players' matches (aged 14 or under) show that in a single match they cover 945-950 metres by running on average. Matches last 65.4 minutes on average; an active phase lasts 6.2 seconds on average; 56.7% of points play is shorter than 5 seconds; 23.6% of points play is between 5 and 10 seconds; 14.8% of points play is between 10 and 20 seconds and the rest points play lasts longer than 20 seconds [15].

Running endurance also has an important effect on other motor abilities and is related to some psychological traits and abilities (self-confidence, concentration, behaviour control, etc.) which play an important role in tennis game. Achieving or maintaining a good level of basic endurance of an individual player contributes to the improvement of his/her general well-being. Also, a more effective balance of the daily physical and psychological loads is achieved in this way. From a neuromuscular perspective, a particularly high fatigue resistance of specific muscles is essential for a successful tennis performance, especially during prolonged matches. From the psychological standpoint, many coaches will also emphasise the importance of physical stress and willpower [14].

The importance of running endurance is also shown when longer rallies are played, which is more characteristic of women's tennis. O'Donoghue and Liddle [16,17] examined tennis games' time characteristics at two Grand Slam tournaments in 1996 (French Open and Wimbledon). They found out that on both surfaces (clay and grass) the exchanges are played longer in the female players than in the male ones. The analysis of 34 matches showed that on clay surface points play last 6.14 seconds on average in female players and 4.69 in male ones. On grass, the average values are also higher in female players (4.33 vs 2.54 seconds).

Zavrřki found that the results of a running endurance test (2400-metre run) and VO2max significantly explained competitive successfulness among young tennis players [10]. Stare came to the same conclusion stating that the starting speed (5-metre run test) also significantly contributed to competitive successfulness [6]. Filipćić and Filipćić established on a sample of 13-year-old female tennis players that, in addition to running endurance, the tests of elastic power of the legs and dynamic balance also significantly contribute to competitive successfulness [9].

The determination coefficient in the group of 12 to 14-year-old boys (Table 5) in the present research ($R^2=.54$) is similar to the one obtained in the study of Šerjak [8] ($R^2=.52$) and is higher than those in the studies of Filipčič [3] ($R^2=.40$) and Unierzyeski [5] ($R^2=.36$).

The RTBR test (rebounding the tennis ball with a racket within a 60-second period) is a specific hand-eye coordination test and is the only one significantly correlated to the criterion. Precision, perception and evaluation of the ball trajectory are important factors for this test. Undoubtedly this ability is of high importance in tennis game. The level of the hand-eye coordination ability is expressed in the optimal hitting point for each shot in the game. The ball hitting precision influences further the precision of hitting various parts of the court. The sense of good timing also has to be emphasised, as it allows a player to execute a movement or some of its parts in an exact moment. This way, the tennis player can control the direction, speed, spin, height and length of the ball trajectory. In the test used, as well as in tennis game, a time limit is represented by oncoming ball trajectory, to which the player adjusts his/her shot. The impact point is precisely defined. Any deviation from this point usually results in an error or loss of the point [11]. Players with well-developed coordination ability and an ability to execute quickly complex motor tasks with a racket and a ball, are more successful in tennis game.

A moderate, but statistically significant correlation ($R=.50$, sig. $T=.01$) between the test of rebounding the tennis ball with a racket and the criterion variable was also found in the study of Kondrič and Filipčič [18]. It confirms the importance of coordination in young tennis players.

The determination coefficient (Table 7) in the group of 15- to 18-year-old girls ($R^2=.53$) is similar to the one found by Šerjak ($R^2=.52$) [8].

The sit-up test, measuring dynamic muscular strength endurance of the trunk, was the only one significantly correlated to the criterion variable. The well developed trunk muscular groups decisively influence the core and trunk stability. The appropriate upper body stability plays an important role in forehand, backhand, serve and overhead smash shots (i.e. in all the shots where the speed of muscle contractions is important); as the abdominal muscles represent an important part of the kinetic muscle chain involved in the execution of the shots. Appropriately developed abdominal muscles and consequently suitable upper body stability allow control and precision in shot execution, as movements of individual body segments contribute to the final velocity of the racket. Proper abdominal musculature is even more significant for the execution of shots with particularly emphasised rotation of the body and shots played off balance, such as base-line shots, volleys, passes and smashes. Core stability also contributes to a better protection against injuries.

The determination coefficient (Table 9) in the group of 15 to 18-year-old boys ($R^2=.34$) is lower when compared with the studies of Stare [6] (.41) and Šerjak [8] ($R^2=.52$). As previously argued, lower coefficient values can be explained with a smaller number of variables included in our study which has only one test per motor ability.

The 20-metre run test, measuring acceleration, had the highest and significant correlation with the criterion variable. As this particular test starts from the basic player's position and continues with an accelerated movement over a short distance, it simulates the quick movements of a tennis player on the court. Successfulness in tennis depends on the ability to accelerate over short distances, as well as on a high starting velocity, the speed of reaction and the speed of repetitive movements. All those types of velocity occur in a tennis game in the execution of gross movement from a basic position via split step, utilisation of the ground reaction force and a quick execution of a first few steps. Boys of this age play tennis already on a high level; velocity of the ball is high, requiring players to generate high starting velocity and quick continuation of the

movement. Velocity of movement and acceleration enables players to arrive at the ball in time and execute a large number of shots from a balanced position; players can reach and play balls further away. Similarly, Müller [1] and Bunc et al. [2] reported the importance of speed for competitive successfulness in tennis.

Girard and Millet [19] examined the relationship between speed, explosive power, leg stiffness and muscular strength of upper limbs and to what extent these physical qualities were related to tournament play performance in competitive male teenager tennis players (age, 13.6 ± 1.4 years old). Speed ($r = 0.69, 0.63,$ and 0.74 for 5-, 10-, and 20-m sprints, respectively), vertical power abilities ($r = -0.71, -0.80$ and -0.66 for Squat Jump, Counter Movement Jump, and Drop Jump, respectively), and maximal strength in the dominant side ($r = -0.67$ and -0.73 for handgrip and plantar flexor, respectively) were significantly correlated with tennis performance. They proposed that physical attributes have a strong influence on tennis performance in this age group. These findings are consistent with our results.

As in the category of 12 to 14-year-old boys, the hand-eye coordination test significantly contributed to the description of the criterion variable variance in this age group as well. As previously stated, the test requires precision, good perception and evaluation ball trajectory. Again it can be concluded that precise hitting of the ball in all the shots also in this age category influences the competitive successfulness of a player. One of the related reasons is also the large number of shots played in each match. Most of the shots are played under a certain time pressure. A quick and optimal perception of the opponent's decision, as well as evaluation of the ball trajectory, enables precise hitting of the ball (within/close to the sweet spot of the racket).

CONCLUSION

Several conclusions can be drawn from the findings of this study:

Firstly, due to the relation between the predictors and criterion variable it can be concluded that demands in the game of tennis (within the age groups studied) differ with age and gender.

Secondly, the results of each male and female tennis players' age group confirm previous studies. Namely, in 12 to 14-year-old girls, the most important ability is running endurance, as the game is slower and includes longer rallies. In the category of 15 to 18-year-old girls, the most important ability is upper-body dynamic muscular strength endurance, related to the ability to execute faster shots. In the category of 12 to 14-year-old boys, hand-eye coordination is important, as the game in this age category is related to precise execution of shots. In the category of 15 to 18-year-old boys, the frequency and speed of shots are higher which demands higher acceleration and velocity of gross movement over short distances. This allows the players to position themselves properly to the oncoming ball and cover the court more efficiently.

Finally, these findings can be used to adjust specific tennis and fitness training programmes to different age categories. Training programs should reflect these demands placed on tennis players. We presume it may impart a more effective, goal-oriented training process with an individual approach to each tennis player.

Furthermore, the study elaborates only the area of players' psycho-motor abilities. They are important for assessing players' performance and competitive successfulness, but they are not the only ones assessed. So it would be necessary in the following studies to use an even more complex approach and to include also morphological characteristics, tactical and technical competences, a player's cognitive abilities and personality traits.

REFERENCES

1. Müller E. Sportmotorische testverfahren zur talentauswahl im tennis, [Psychomotor tests for selecting those talented for tennis], *Leistungssport*, 19(2):5-9, 1989.
2. Bunc A, Dlouha O, Höhm J, Safarik J. Testova baterie pro hodnoceni urivne telesne pripravenosti mladych tenistu, [A test battery for measuring the level of physical preparedness of young tennis players] *TPV*, 38(4):194-203, 1990.
3. Filipčič A. Zanesljivost in veljavnost izbranih motoričnih testov v tenisu, [Reliability and validity of chosen motor tests in tennis, In Slovene] (Unpublished Master's thesis, University of Ljubljana), Ljubljana, Fakulteta za sport, 1993.
4. Filipčič A. Evalvacija tekmovalne in potencialne uspešnosti mladih teniških igralcev, [Evaluation of competitive and potential performance of young tennis players, In Slovene] (Unpublished Doctoral dissertation, University of Ljubljana), Ljubljana, Fakulteta za sport, 1996.
5. Unierzyski P. Motor abilities and performance level among young tennis players, In W. Osiński & W. Starosta (Eds.), *Proceedings of the 3rd International Conference Sport Kinetics '93, Poznan, 8-11 September, 1993* (p. 309-313), Warsaw: Institute of Sport in Warsaw, 1994.
6. Stare M. Povezanost izbranih antropometričnih in motoričnih spremenljivk s tekmovalno uspešnostjo pri teniških igralcah, starih od 12 do 14 let, [Relations of chosen anthropometrical and motor variables with competitive successfulness of young female tennis players aged from 12 to 14 years, In Slovene] (Unpublished Bachelor's thesis, University of Ljubljana), Ljubljana, Fakulteta za sport, 2002.
7. Filipčič A & Filipčič T. The influence of tennis motor abilities and anthropometric measures on the competition successfulness of 11 and 12 year-old female tennis players, *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis Gymnica*, 35(2):35-41, 2005.
8. Šerjak M. Povezanost izbranih motoričnih sposobnosti in tekmovalne uspešnosti mladih teniških igralcev, [Relations of chosen motor variables with competitive successfulness of young female tennis players, In Slovene] (Unpublished Bachelor's thesis, University of Ljubljana), Ljubljana: Fakulteta za sport, 2000.
9. Filipčič A & Filipčič T. The relationship of tennis-specific motor abilities and the competition efficiency of young female tennis players, *Kinesiology*, 37(2):164-170, 2005.
10. Završki S. Povezanost rezultatov izbranih testov funkcionalnih sposobnosti z uspešnostjo mladih teniških igralcev, [Relations of chosen functional abilities with competitive successfulness of young tennis players, In Slovene] (Unpublished Bachelor's thesis, University of Ljubljana), Ljubljana: Fakulteta za sport, 1997.
11. Filipčič A & Završki S. Relation between two aerobic capacity tests and competitive successfulness of junior tennis players, *Kinesiologia Slovenica*, 8(1):5-9, 2002.
12. Jedlička Ž. Vpliv izbranih motoričnih in anaerobnih testov pri pojasnjevanju tekmovalne uspešnosti v tenisu, [Relations of chosen motor and anaerobic tests with competitive successfulness of tennis players, In Slovene] Unpublished Bachelor's thesis, University of Ljubljana), Ljubljana: Fakulteta za sport, 1998.
13. World Medical Association, *Ethical principles for medical research involving human subjects*, Somerset West, (RSA): WMA General Assembly, 1996.
14. Reid M, Quinn A & Crespo M. *Strength and conditioning for tennis*, London: International Tennis Federation, 2003.
15. Filipčič A, Perš J & Klevišar A. Comparison between young male and female tennis players in terms of distance covered, In *IV Congreso Mundial de Deportes de Raqueta, Colección congresos 2*. Alicante: Alto Rendimiento, p, 87-90, 2006.
16. O'Donoghue PO & Liddle DA. Match analysis of elite tennis strategy for ladies' singles on clay and grass surfaces, In A Lees, I Maynard, M Hughes and T Reilly (Eds.), *Second World Congress of Science and Racket Sports and the Fifth International Table Tennis Federation Sports Science Congress, Lilleshall, Shropshire, 1997*, Science and Racket Sports II London: E & FN Spon, p, 247-253, 1998.
17. O'Donoghue PO & Liddle DA. Notational analysis of time factors of elite men's and ladies' singles tennis on clay and grass surfaces, In A Lees, I Maynard, M Hughes and T Reilly (Ed.) *Zbornik Second World Congress of Science and Racket Sports and the Fifth International Table Tennis Federation Sports Science Congress, Lilleshall, Shropshire, 1997*, Science and Racket Sports II London: E & FN Spon, p, 241-246, 1998.
18. Kondrič M & Filipčič A. *Scientific approach in table tennis and tennis in Slovenia*, Toronto: Sport books publisher, 2009.
19. Girard O, Millet GP. Physical determinants of tennis performance in competitive teenage players, *J Strength Cond Res*. 23(6):1867-72, 2009.

SEDANTER GENÇ BAYANLARDA AEROBİK EGZERSİZİN VÜCUT KOMPOZİSYONU VE KENDİNİ FİZİKSEL TANIMLAMA DEĞERLERİNE ETKİSİ

Gülsüm BAŞTUĞ¹ Mehibe AKANDERE¹ Hacer YILDIZ²

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, spor yapmayan bayanlarda 8 haftalık aerobik egzersiz programının kendini fiziksel tanımlama değerlerine etkisini incelemektir. Çalışmaya düzenli olarak egzersiz yapmamış, özel bir diyet programı uygulamayan ve egzersiz yapmasına engel olacak düzeyde sağlık problemi bulunmayan 80 gönüllü bayan katıldı. Genç bayanların yaş ve boy ortalamaları; $30,16 \pm 7,28$ yıl ve $164,21 \pm 0,399$ cm olarak belirlendi. Araştırma grubuna haftada üç gün 45–55 dakika süreli, %50–60 şiddetinde aerobik egzersiz programı uygulandı ve takiben antrenman öncesi ve antrenman sonrası vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi ve kendini fiziksel tanımlama ölçeği alt boyutları olan “görünüm” ve “kendine güven” değerlerinin ölçümleri yapıldı. Bayanların kendini fiziksel olarak tanımlama özelliğini belirlemek için “Marsh Kendini Fiziksel Tanımlama Anketi” (PSDQ)’nin görünüm ve kendine güven alt boyutları kullanıldı. Verilerin istatistiksel analizi paired t-testi ile yapıldı.

Sonuç olarak, 8 hafta süreli aerobik egzersizin sedanter bayanlarda vücut ağırlığı ve vücut kitle indeksi değerlerinde anlamlı bir azalmaya neden olduğu belirlendi ($p < 0,05$) ve sedanter bayanlarda 8 haftalık aerobik egzersiz programının vücut kompozisyonu ve kendini fiziksel tanımlama değerlerini olumlu etkilediği tespit edildi.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, sedanter bayan, görünüm, kendine güven.

EFFECT OF AEROBIC EXERCISE ON BODY COMPOSITION AND PHYSICAL SELF DESCRIPTION VALUES OF SEDENTARY YOUNG WOMEN

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the effect of 8-week aerobic exercise program on physical self description values of women not doing exercise. 80 women not doing exercise regularly, having no special dietary program and having no health problem to prevent the application of exercise participated in the study voluntarily. The average age and height of women (n: 80) participated in the research were determined as 30.16 ± 7.28 years and 164.21 ± 0.399 cm, respectively. An aerobic exercise program was applied to the research group for 45-55 minutes and 3 days a week at 50-60% intensity. The measurements of weight, body mass index, sub-dimensions of physical self-description scale such as appearance and self-confidence values were obtained before and after exercise. In order to determine physical self description values of women participated in the research, Appearance and Self-confidence sub-dimensions of Marsh Physical Self Description Questionnaire (PSDQ) developed by Marsh et al. (1994) were used. The statistical analysis of data was performed with paired t-test.

¹Selçuk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu,, Konya. gbastug@selcuk.edu.tr (yazışmadan sorumlu yazar)

²Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya

Consequently, it was determined that 8-week aerobic exercise program caused a significant decrease in body weight and body mass index values of sedentary women ($p<0.05$). It was also determined that 8-week aerobic exercise positively affected body composition and physical self-description values of sedentary women.

Key Words: Exercise, sedentary women, appearance, self-confidence.

GİRİŞ

Günümüzde her yaşta insanın özellikle de genç neslin önemle üzerinde durduğu konulardan biri fiziksel görünüştür. Fiziksel zayıflığın ya da güzel görünmenin kültürel bir değer olarak yansıtıldığı reklam, magazin ve TV programlarında fiziksel görünüş çoğu zaman bireyin düşünce, davranış ve başarılarının önüne geçebilmektedir. Sosyal olarak kabul edilmiş değerler gözden geçirildiğinde kadınlarda inceliğin erkeklerde ise kaslı vücut yapısının tercih edildiği görülmektedir [1]. Dolayısıyla ideal fizik hem zayıf hem de fiziksel olarak uygun (fit) olmayı, yani vücudun orantılı ve sağlıklı olmasını gerektirmektedir. Tüm bu değerler gerçekçi olmayan fiziksel standartlara ulaşmaları konusunda bireyler üzerinde özellikle de bayanlar üzerinde baskı yaratmaktadır [2].

İdeal fizik yapısına sahip olma isteği bireyde sosyal fiziksel kaygının ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Bayanlar, erkeklere göre sosyal fiziksel kaygıyı daha fazla yaşamakta ve yaşadıkları kaygının kendi davranışlarını etkilediğini belirtmektedirler [3]. Mc Candles toplumsal yaşamın temelinde kişinin beden özellikleri ve bedenine ait tutumların yattığını ifade ederek beden psikolojik önemini vurgulamıştır [4].

Kendine güven, insanın kendisi hakkında olumlu ama gerçekçi tutumda olmasıdır. İnsanlar yaşamlarının bazı alanlarında (akademik çalışma, spor, vb.) kendilerine fazla güvenirken, diğer bazı alanlarda (bedensel görünüm, sosyal ilişkiler, vb.) fazla güven duymayabilirler. Kendine güven kişiye yaşamı denetimimde duygusu verir. Bu duygu yine de insanın her şeyi yapabileceği değil, beklentilerin gerçekçi tutulduğu anlamına gelir. Güvenli insanlar, bazı beklentileri gerçekleştirme bile, kendilerini kabul etmeyi ve olumlu düşünmeyi sürdürürler. Güvensiz kişilerin, kendilerine ilişkin duyguları başkalarına ve onlardan alacakları onaya bağlıdır. Başarılı değil başarısız olmayı bekler ve o korkuyla, risk almaktan kaçınırlar [5].

Sosyal baskıların özellikle de medyanın etkileri kadınların kendilerini şişman (obez) görmesinde etkili olmaktadır [6]. Kendini fiziksel algılama, son yıllarda araştırmacılar tarafından spora katılımı ilişkili araştırılan bir kavramdır. Spor aktivitelerine katılımın beden algısı ve hoşnutluğu artırdığı ve pozitif olarak etkilediği belirtilmektedir [7]. İnsanlar bedenlerini forma sokmak, daha zarif, daha kaslı ya da daha güzel görünebilmek için pek çok yola başvurmaktadır. İnsanların bedenlerini şekle sokmak ve ideal vücut yapısına sahip olmak için kullandıkları yöntemlerden biri de fiziksel aktivite ve egzersizlerdir [8]. Gerçekten düzenli egzersiz programlarının vücut kompozisyonunu pozitif yönde değiştirdiği bilinmektedir [9].

Bu çerçevede çalışma, sedanter genç bayanların 8 hafta süreli aerobik egzersize bağlı vücut kompozisyonu ve kendini fiziksel tanımlama değerlerinin incelenmesi amacını taşımaktadır.

MATERYAL VE METOD

Araştırmanın örneklemini Konya Büyükşehir Belediyesi Kadınlar Lokali'nde egzersiz programına gönüllü olarak katılan ve yaş ortalaması 30,16 ± 7,28 yıl, boy ortalaması 164. 21 ± 0.399 cm olan sedanter genç bayanlar (N=80) oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan bayanların egzersiz yapmalarında

herhangi bir sakınca olmadığı doktor raporu ile saptandı. Bayanlara özel bir diyet programı verilmeyerek, normal diyetlerine devam etmeleri istendi.

Çalışma kapsamında katılımcılara hedef kalp atım sayılarının % 50-60 şiddetinde, sekiz hafta süreli ve haftada 3 gün olmak üzere 45 - 55 dakika arasında step aerobik egzersizi yaptırıldı. Egzersiz öncesi 5-10 dk ısınma, egzersiz sonunda ise 5-10 dk gerdirme uygulandı. Egzersizin şiddeti, Karvonen metodu ile belirlendi [10].

$HR_{max}=220-Yaş$, $HRR=HR_{max}-HR_{rest}$, % 60 $THR=(0.60 \times HRR)+HR_{rest}$.

Örneklemin beden kitle indeksi (BMI); ağırlık / boy² (kg/m²) formülü ile hesaplandı.

Araştırmaya katılan bayanların görünüm ve kendine güven düzeylerini belirlemek için Marsh ve ark. [11] tarafından geliştirilen ve Aşçı [12] tarafından Türkçeye uyarlanan "Marsh Kendini Fiziksel Tanımlama Anketi (PSDQ)"nin görünüm ve kendine güven alt boyutları kullanıldı. Marsh Kendini Fiziksel Tanımlama Anketi (PSDQ) ölçęęi 9 alt boyutunda (kuvvet, vücut yağ , fiziksel aktivite, koordinasyon, esneklik, dayanıklılık, görünüm, sağlık ve spor yeteneği) bireyin kendini tanımlamasını ve değerlendirmesini içeren ve ayrıca bireyin genel fiziksel benlik ve genel benlik kavramını da değerlendiren, toplam 70 maddeden oluşmaktadır. PSDQ'de yer alan bu maddeler "Tamamen Doğru" ile "Tamamen Yanlış" arasında değişen 6'lı ölçek üzerinde değerlendirilmektedir [13].

Deneklere uygulanan tüm ölçümler ve testler antrenman programı başlamadan bir hafta önce (ön test) ve antrenman programı bittikten bir hafta sonra (son test) olmak üzere iki kez yapıldı.

Araştırma verilerinin değerlendirilmesinde, demografik bilgiler frekans, yüzde (%) dağılımı ile hesaplandı. Örneklemin ön ve son test değerlerinin karşılaştırmaları ise Eşleştirilmiş iki grup arasındaki farkların testi (paired samples *t – test*) ile yapıldı. Hata düzeyi 0.05 olarak alındı.

Antrenman Programı

Hafta	1	2	3	4	5	6	7	8
Antrenmanın süresi	45	45	45	45	45	45	45	45
Antrenmanın şiddeti (%)	40	45	45	50	50	55	55	60
Antrenman sıklığı hafta/gün	3	3	3	3	3	3	3	3

BULGULAR

Tablo 1: Araştırmaya katılan kadınların demografik bilgileri

Değişkenler - Çalışma grubu (n:80)	Frekans	%
Medeni durum	Evli olan	55
	Evli olamayan	45
Eğitim durumu	İlköğretim	11,2
	Lise	32,5
	Yüksekokul	8,8
	Fakülte	47,5
Menarj yaşı	11 yaş	28,8
	12 yaş	30,0
	13 yaş	23,8
	14 yaş	17,5

Tablo 2: Araştırmaya katılan bayanların ağırlık, BMI öntest-sontest değerlerinin karşılaştırılması

	N	Ortalama	Std. Sapma	t	p
Ağırlık öntest	80	65,762	10,316	9,836	,000
Ağırlık sontest	80	62,362	9,182		
BMI öntest	80	24,501	3,765	15,387	,000
BMI sontest	80	23,139	3,387		
Görünüm öntest	80	26,987	6,285	-7,858	,000
Görünüm sontest	80	29,712	4,666		
Kendine güven öntest	80	36,550	5,845	-7,973	,000
Kendine güven sontest	80	39,775	4,432		

Tablo 2’de görüldüğü gibi, araştırmaya katılan bayanların vücut ağırlığı ve vücut kitle indeksi (BMI), değerlerinin ön ve son test değerlendirilmelerinde anlamlı bir azalma görülürken ($p<0.05$), görünüm ve kendine güven parametrelerinin ön ve son test değerlerinde egzersize bağlı anlamlı derecede yükselme belirlenmiştir ($p<0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sedanter genç bayanlarda sekiz hafta süreli aerobik egzersiz programının vücut kompozisyonu ve kendini fiziksel tanımlama değerlerine etkisini incelemek amacıyla yapılan çalışmada; araştırmaya katılan bayanların vücut ağırlığı değerlerinde anlamlı bir azalma olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2). Egzersiz yapan bayanların ön test ve son test değerleri incelendiğinde, egzersiz öncesi ağırlık ortalaması $65,76 \pm 10,31$ kg. iken egzersiz sonrası $62,36 \pm 9,18$ kilograma düştüğü görülmektedir. Egzersize bağlı kilo kaybına yönelik pek çok çalışma bulunmaktadır ve bu çalışma bulguları bizim çalışmamızla paralel sonuçlar ortaya koymaktadır. Aslında kadınların her gün en az 30 dakika orta şiddetli fiziksel aktivite yapmaları için teşvik edilmesi gerektiği ifade edilmektedir. Özellikle gün boyunca 10 000 adım atılmasının kadınlar için ulaşılabilir bir hedef olduğu ve ayrıca ağırlık kaybına yardımcı olabileceği belirtilmektedir [14, 15]. Nitekim bir çalışmada genç bayanlara, 12 hafta süreli ve haftada 5 gün maksimal oksijen tüketiminin %40’ı şiddetinde bisiklet ergometresinde uygulanan egzersiz programının vücut kitle indeksi, yağ kitlesi, vücut ağırlığı ve skinfold deri kıvrım kalınlıklarında anlamlı bir azalmaya neden olduğu bildirilmektedir [16.]

Bu çalışma sonucunda bayanların vücut kitle indeksi (BMI) ön test ve son test değerlerinde anlamlı farklılık bulunmuştur (Tablo 2). Bunun gibi, spor yapmayan orta ve genç yaş bayanlara 12 haftalık aerobik antrenman programı (koşu-yürüyüş) uygulamasının vücut kompozisyonu ve kan lipitlerine etkisini belirlemek amacıyla yapılan bir çalışmada, vücut ağırlığı, vücut yağ yüzdesi, vücut yağ ağırlığı, yağsız vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi, total kolesterol ve LDL kolesterol değerlerinde anlamlı bir azalma olduğu ortaya konmuştur [17]. Yine 12 haftalık orta şiddetli aerobik egzersiz yürüyüş programı sonrasında, deneklerin HDL değerlerinde anlamlı gelişmeler olduğu rapor

edilmektedir [18]. Egzersiz ve vücut kompozisyonu ile ilgili yapılan bir başka çalışmada ise, 18 obez deneğe 3 ay süreyle haftada 3 gün 30 dakikalık aerobik egzersiz uygulamışlar, antrenman öncesi ve sonrası vücut ağırlık ortalamalarını $74,1\pm 2,6 - 70,3\pm 2,9$ kg, vücut kitle indeks ortalamalarını $27,3\pm 0,4 - 25,9\pm 0,5$ kg/m², vücut yağ yüzdesi ortalamalarını $29,6\pm 1,3 - 26,6\pm 1,3$, vücut yağ ağırlık ortalamalarını $21,7\pm 0,9 - 18,6\pm 1$, yağsız vücut kitlesi ortalamalarını $52,4\pm 2,5 - 51,7\pm 2,6$ kg olarak bulmuşlar ve değişkenlerin arasındaki farkın anlamlı olduğunu belirtmişlerdir [19]. Bütün bu çalışmalar egzersiz ile vücut kompozisyonu arasında sıkı bir ilişkinin varlığına işaret etmektedir.

Çalışmamızda bayanların görünüm ve kendine güven değerlerinin antrenman öncesi ve antrenman sonrası anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır (Tablo 2). Yani sedanter genç bayanların görünüm ve kendine güven değerlerinin egzersize bağlı olarak anlamlı derecede yükseldiği anlaşılmaktadır. Aynı şekilde sedanter genç bayanların aerobik egzersiz sonunda vücut ağırlığı değerlerinin azalmasına bağlı görünüm ve kendine güven değerleri ile paralel olarak, psikolojik iyilik halinin de arttığı gözlenmiştir. Richman ve Shaffer, spor aktivitelerine katılımın beden algısını ve hoşnutluğu artırdığını ve pozitif olarak etkilediğini bildirmektedir [20]. Netz ve arkadaşlarının çalışmasında da, etkin düzeyde fiziksel aktivite yapan kadınlarda benzer şekilde, psikolojik iyilik halinin arttığı rapor edilmektedir [21].

Günümüz dünyasında, toplum giderek artan biçimde fiziksel çekicilik standartlarını artırmakta, bayanlar zayıflığı, erkekler kaslı vücut yapısını önemsemekte ve kültürler; fiziksel çekicilik, vücut ağırlığı ve vücut şekline yönelik cinsiyete dayalı standartlar getirmektedir [22]. Özellikle bayanlar, erkeklerle karşılaştırıldıklarında, kendi bedenleri hakkında daha eleştirel, vücut ağırlığı ve görünüşleri hakkında daha ilgili ve bedenlerinden daha çok hoşnutsuzdurlar [23]. Oysa kişilerin bedenlerinden duydukları memnuniyet arttıkça dış görünüşlerinden duydukları kaygının azaldığı, beden görünüşlerinden duydukları hoşnutluk azaldıkça da dış görünüşlerinden duydukları kaygının arttığı görülmektedir [24]. Nitekim, spor yapan bireylerin beden imgelerinden spor yapmayanlara göre daha hoşnut oldukları bulunmuştur [25]. Bayan sporcuların beden algıları ve cinsiyet rolleri üzerine yapılan bir çalışmada ise, sporun bireylerde beden algısını artıran bir faktör olduğu, spor yapan bayanların sağlığa, görünüşe, fiziksel yeterliğe önem verdikleri, şpora yönelik kaslı vücutları nedeniyle bedenlerinden hoşnut oldukları belirlenmiştir [26]. Bu araştırma sonuçları, bizim araştırma sonuçlarımızı destekler niteliktedir.

Sonuç olarak, araştırmaya katılan sedanter genç bayanlara uygulanan düzenli aerobik egzersizin vücut kompozisyonu ve kendini fiziksel tanımlama değerleri üzerinde olumlu etkileri olduğu anlaşılmaktadır. Fiziksel aktivite ile bireyler yeni bir fiziki görünüme ulaşma şansı bulurken, bu yeni görünümle birlikte bireylerde kendine güven duygusu gelişmekte ve kendisi hakkında olumlu düşüncelere sahip olabilmektedir.

KAYNAKLAR

1. Cusumano DL, Thompson JK. Body image and body shape ideals in magazines, Exposure, awareness and internalization, *Sex Roles*, 37: 701-721, 1997.
2. Hausenblas HA, Mack DF. Social Physique Anxiety and Eating Disorder Correlates Among Female Athletic And Nonathletic Populations, *Journal of Sport Behavior*, 22(4): 502-513, 1999.
3. Davison TE, McCabe MP. Relationship between men's and women's body image and their psychological, social and sexual functioning, *Sex Roles*, 5: 463-475, 2005.
4. Özerkan KN. Spor Psikolojisine Giriş, Temel Kavramlar, Nobel Yayın Dağıtım, ss 107-108, Ankara, 2004.
5. BÜREM. Boğaziçi Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Araştırma ve Uygulama Merkezi 01. 03. 2009 tarihinde <http://burem.boun.edu.tr/burem/web/kendineguven.asp>. 2009.
6. Tiggemann M. Effect of gender composition of school on body concerns in adolescent women, *International Journal of Eating Disorders*, 29(2): 239-43, 2001.

7. Richman EL. & Shaffer DR. If you let me play sports: How Might Sport Participation Influence the Self-Esteem of Adolescent Females? *Psychology of Women Quarterly*, 24, 2, 189-199, 2000.
8. Altıntaş A, Aşçı FH. Fitness uzmanlarının bedenlerine yönelik algıları, *Sporometre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3): 101-104, 2005.
9. Osei-Tutu KB, Campagna PD. The effects of short- vs. long-bout exercise on mood, VO2max, and percent body fat, *Preventive Medicine*, 40(1): 92-8, 2005.
10. Fox BF. *Beden Eğitimi ve Sporun Fizyolojik Temelleri*, Cerit M (Çeviri), Bağırhan Yayınevi, 241-266, Ankara, 1999.
11. Marsh HW, Richards GE, Johnson S, Roche L. & Tremayne P. Physical self description questionnaire: psychometric properties and a multi trait-multi method analysis of relations to existing instruments, *Journal of Sport and Exercise Psychology* 16, 270-305, 1994.
12. Aşçı, FH. The reliability and validity of PSDQ for Turkish population, *Congress Proceedings of Vith Sport Sciences Congress*, Hacettepe University, Ankara 3-5 November, 122-123, 2000.
13. Aşçı, FH. Fiziksel Benlik Algısının Cinsiyete ve Fiziksel Aktivite Dzeyine göre Karşılaştırılması, *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(1): 39-48, Ankara, 2004.
14. Schneider PL, Basset DR Jr, Thompson DL, Pronk NP, Bielak KM. Effect of a 10000 steps per day goal in over weight adults, *American Journal of Health Promotion*, 21: 85-9, 2006.
15. Burrowes JD. Preventing heart disease in women, *Nutrition Today*, 42(6): 242-247, 2007.
16. Suzuki S, Urata G, Ishida Y, Kanahisa H, Yamamura M. Influences of Low Intensity Exercise on Body Composition, Food Intake and Aerobic Power of Sedentary Young Females, *Appl. Human Sci.*, 17(6), 259-266, 1998.
17. Karacan S, Çolakoğlu F. Sedanter orta yaş bayanlar ile genç bayanlarda aerobik egzersizin vcut kompozisyonu ve kan lipidlerine etkisi, *Sporometre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1 (2) 83-88, 2003.
18. Dallec LC, Allen BA, Bailey A, Hanson BS, Erica C, Borresan BS, Mary E, Erickson BS, Sondra L De Lap. Dose-response relationship between moderate-intensity exercise duration and coronary heart disease risk factors in postmenopausal women, *Journal of Women's Health*, 18(1): 105-113, 2009.
19. Amano M, Kanda T, Maritani T. Exercise Training and Autonomic Nervous System Activity in Obese Individuals, *Medicine Science in Sports Exercise*, 33(8): 1287-1291, 2001.
20. Richman EL, Shaffer DR. If You Let Me Play Sports : How Might Female Sports Participation Influence the Self-Esteem of Adolescent Females, *Psychology of female Quarterly*, 24, 189-199, 2000.
21. Netz Y, Zach S, Taffle JR, Guthrie J, Dennerstein L. Habitual physical activity is a meaningful predictor of well-being in mid-life women, a longitudinal analysis, *Climacteric*, 11(4): 337-344, 2008.
22. Solomon M, Venuti J, Hodges J, Lanuzzelli J, Chambliss C. Educational Responses to Media Challenges to Self Esteem , Body Image Perceptions Among Undergraduate Students, *Eric Documen*, (ED 457444) 2001.
23. Loland NW. Body Image and Physical Activity, A Survey Amon Norwegian Men and female, *International Journal of Sport Psychology*, 29, 339-365, 1998.
24. Krane V, Stiles-Shiple JA, Waldron J, Michalenok J. Relationship among satisfaction, social physical anxiety and eating behaviors in female athletes and exercisers, *Journal of Sport Behavior*, 20, 83-93, 2001.
25. Martin KA, Sinden AR, Fleming JC. Inactivity May Be Hazardous To Your İmage, The Effects of Exercise Participation on Impression Formation, *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 22, 283-291, 2000.
26. Baştuğ G, Kuru E. Bayan sporcuların bedenlerini algılama düzeyleri ve cinsiyet rolleri üzerine bir araştırma, *Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2): 533-555, 2009.

ANA-BABALARIN ÇOCUKLARININ BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE KATILIMINA YÖNELİK TUTUMLARI*

Erman ÖNCÜ¹ Özbay GÜVEN²

ÖZET

Bu araştırmanın amacı; ilköğretim 6, 7 ve 8. sınıflarda öğrenim gören öğrenci ana-babalarının, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarını belirlemek, bu tutumların; ana-babaların kişisel bilgilerinden elde edilen bağımsız değişkenlere göre farklılaşım farklılaşmadığını karşılaştırarak ortaya koymaktır. Ana-babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımıyla ilgili tutumlarının olumlu olması, çocuklara spor yapma alışkanlığının kazandırılması ve spor kültürünün gelecek nesillere aktarımı açısından oldukça önemlidir. Çalışmaya, Mersin İl Millî Eğitim Müdürlüğüne bağlı merkez okullarda öğrenim gören 955 öğrenci velisi gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımıyla ilgili “Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarının; çocukların okudukları sınıf, çocukların beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyeti, okul takımlarında oynama durumları, ana-babanın spor yapma durumu ve sporla ilgili TV programlarını izleme sıklığına göre farklılaştığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi ve spora katılım, aile, tutum

ATTITUDES OF PARENTS TOWARDS PARTICIPATION OF THEIR CHILDREN IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

ABSTRACT

The objective of this study is to determine the expectations and attitudes of parents of students in the 6th, 7th and 8th grades in primary school towards participation of their children in physical education classes and to display, in a comparative way, whether these attitudes vary according to the independent variables obtained through personal information of students and parents. Positive attitudes of parents towards participation of their children in physical education class is of significant importance in providing children with the habit of doing sports and passing on the sports culture to new generations. Parents of 955 students attending to the schools affiliated to the Provincial Directorate of National Education in Mersin Province participated in the study voluntarily. “Attitude Scale”, concerning the attitudes of parents towards participation of their children in physical education classes was used in the study as the data-collection tool. It has been observed in the outcome of the study that attitudes of parents towards participation of their children in physical education classes vary depending on the grade of their children, sex of the teacher of physical education class of their children, children’s state of doing sports/playing in the school teams, parents’ state of doing sports and frequency of watching TV programs concerning sports.

Keywords: Participation in physical education and sports, parents, attitude

*Bu çalışma, Erman Öncü tarafından yapılan “Ana-Babaların Çocuklarının Beden Eğitimi Dersine Katılımına Yönelik Tutumları ve Beklentileri (Kabul Tarihi: 13.06.2007-Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü)” adlı doktora tez çalışmasının bir bölümünden özetlenerek hazırlanmıştır.

¹Karadeniz Teknik Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Trabzon, Türkiye, eoncu@ktu.edu.tr (Yazışmadan sorumlu yazar)

²Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ankara, Türkiye, ozbay@gazi.edu.tr

GİRİŞ

Günümüzde sadece fikir eğitiminden sorumlu bir öğretim ve eğitim sistemi artık geçerli değildir. İnsanın en az zihni kadar eğitime gereksinimi olan bir vücudu ve ruhsal durumu vardır. Bunu sağlayan en etkili yolun beden eğitimi ve spor etkinlikleri olduğu anlaşıldıktan sonradır ki; bütün ileri ve uygar ülkeler bu uğurda hiçbir fedakârlıktan kaçınmamışlar, büyük emekler, paralar harcamışlar ve bu yönde çabalarını arttırmaya devam etmişlerdir [1].

Beden eğitimi genel olarak, 'hareket etmeyi öğrenmek ve hareket yoluyla öğrenmek; fiziksel hareketlerin planlı bir gelişme doğrultusunda yaşantıya dönüştürülmesi' olarak tanımlanabilir [2]. Bir başka tanımda ise beden eğitimi; 'ferdin fiziksel, psiko-motor, zihinsel, duygusal ve toplumsal gelişimine katkı amacına yönelik organize edilmiş bedensel etkinliklerin tümü' şeklinde ifade edilmiştir [3]. Böylesine önemli bir yaşam faktörü, çocuk ve gençlerin sağlıklı bir biçimde büyümeleri ve gelişmeleri için de çok önemlidir. Spor yapmayan, dengesiz beslenen çocuk ve gençlerin sağlıklı bir gelişim süreci geçirmeleri zordur. Çocukluk ve gençlik döneminde spor yapılmamışsa, yetişkin yaşa gelindiğinde sahip olunan psiko-sosyal ve fizyolojik özelliklerin istenilen düzeyde olmayacağı da bir gerçektir. Ayrıca birçok spor dalında şampiyonlukların giderek daha küçük yaşta sporcular tarafından kazanıldığı görülmektedir [4].

İlköğretim kademesinde öğrenim gören öğrencilerin beden eğitimi ders aktivitelerine katılımı, büyük ölçüde ana-babaların konuya olan bakış açısıyla ilgilidir. Ailelerin bu konudaki yaklaşımı, çocuklarının bu aktivitelere katılıp katılmamaları noktasında neredeyse en belirleyici unsurdur. Fakat ne var ki çoğu aile; çocuklarının bu faaliyetlere katılımına sıcak bakmamaktadır. Türk toplumunda genel bir kanı haline gelen sporun akademik başarıyı olumsuz yönde etkilediği fikri ve sakatlanmalara neden olduğu düşüncesi, ailelerin olumsuz tavır sergilemesinde başlıca etkenler olarak karşımıza çıkmaktadır. Ancak okul-aile ilişkilerinin verimli bir şekilde işlediği ülkelerde, çeşitli çalışmalarla aileler bilinçlendirilerek bu yöndeki problemler büyük ölçüde azaltılmıştır. Aileler tarafından spora pozitif değer biçme, nesiller arasında spora olan ilgiyi artırır. Bu nedenle, ailelerin spora karşı tutumlarının olumlu olması çocuğun spora katılımında, hatta sporun toplumun çoğunluğunca yapılmasında olumlu bir etken olacaktır [5].

Tutum terimi, Latince kökeninde 'harekete hazır' anlamına gelmektedir [6]. Tutum, psikolojik bir sürecin herhangi bir değer yargısıyla damgalanmış bir nesne veya duruma ilişkin olarak bireyin olumlu veya olumsuz duygusal tepki göstereceğini belirleyen oldukça sürekliliği olan bir hazır olma durumudur [7]. Tutumlar ve onların oluşması, değişmesi/değiştirilmesi, ölçülmesi genelde psikolojinin, özelde sosyal psikolojinin önemli konularından birini oluşturmaktadır [8]. Tutum konusuna önem verilmesinin nedeni; bireyin çevresine uyumunu kolaylaştıran bir sistem oluşturmasının yanı sıra, davranışları yönlendirici bir güce sahip olmasından kaynaklanmaktadır. Tutumların davranışların gerisindeki yönlendirici güçler olduğu bilinmektedir. Tutum dinamiğinin incelenmesi ile bir yandan; tutumların işleyiş biçimi belirlenebilecek ve davranışların ön kestirimleri olanağı doğacak, diğer yandan tutum değişimi sürecinin koşulları saptanacak ve insan davranışları, tutumları kontrol edilerek denetim altına alınabilecektir [9].

Türkiye'de sporun gelişerek dünya standartlarını yakalayabilmesi için toplumun büyük bir kesiminin özellikle de ana-babaların desteğine ihtiyaç vardır. Bu nedenle beden eğitimi ve spor alanında çalışan bilim insanlarının ve yöneticilerin öncelikli olarak yapması gereken çalışmaların başında, sporu halkın tutumlarıyla bütünleştirmeye yönelik çalışmalar olmalıdır. Fakat bugüne kadar Türkiye'de, bu amaca yönelik bilimsel çalışmalar hem az sayıda hem de yeterince ilgi görmemiş durumdadır [10].

Kişilerin spor yapmaları ve spora başlamaları üzerinde kuvvetli etki gösteren faktörler; aile, birincil gruplar, referans grupları, meslek, gelir seviyesi, yaş, cinsiyet ve serbest zaman faaliyetlerine imkân verecek ortamın varlığı şeklinde sıralanabilir [11]. Spor yapma ve spora başlama üzerinde ailenin etkisi, en önemli faktör olarak gösterilmesine rağmen Türkiye’de yapılan çalışmalar daha çok meslek, gelir, yaş ve cinsiyet değişkenleri ile spor yapma alışkanlığı arasındaki ilişkiler üzerine yoğunlaşmıştır. Bu açıdan bakıldığında, ana-babaların çocuklarının beden eğitimi ve spor aktivitelerine katılımına yönelik tutumlarının tespit edilmesinin önemi de ortaya çıkmaktadır. Küntay’a göre ailenin sosyalizasyon üzerindeki ilk ve güçlü etkisi, çocuğun spora katılıp katılmayacağını ve katılıyorsa da nasıl spor yapacağını belirlemektedir [12].

Literatür incelendiğinde, ana-babaların çocuklarının beden eğitimi ve spor aktivitelerine katılımına yönelik tutumları, görüşleri, düşünceleri, problemleri, beklentileri ve rolleri konularında Türkiye dışında birçok araştırma [13,14,15,16,17,18,19] yapıldığı görülmüştür. Ancak Türkiye’de, “aile-çocuk-spor” üçgeniyle direk bağlantılı olarak yapılan çalışmalar [20,21,22,23] oldukça sınırlıdır.

Buradan hareketle bu araştırmanın temel amacı; ilköğretim kurumlarında öğrenim gören II. kademe öğrencilerinin ana-babalarının, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarını belirlemek, bu tutumların; öğrenci ve ana-babalarının kişisel bilgilerinden elde edilen bağımsız değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını karşılaştırarak ortaya koymaktır. Böylece; ailenin çocuğu spora yönlendirme konusundaki rolüne ilişkin politika ve planlamalara temel olabilecek veriler ortaya konulabilecek, bu konudaki yeni proje ve hizmetlere yön vermek mümkün olacaktır.

MATERYAL VE METOT

Araştırmada, mevcut durumu ortaya çıkarmayı amaçlayan, betimsel ve taramaya yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Okul tabanlı olarak planlanan bu çalışmada, konuyla ilgili literatür taranarak daha önce yapılmış olan araştırma sonuçları incelenmiş ve elde edilen bilgiler ışığında veri toplama aracı geliştirilerek çalışma grubu üzerinde uygulaması yapılmıştır.

Araştırma Grubu

Çalışmaya, 2006-2007 Eğitim-Öğretim yılında, Mersin İl Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı merkez ilköğretim okullarının 6, 7 ve 8.sınıflarında öğrenim gören 955 (504 kız, 451 erkek) öğrencinin velisi gönüllü olarak katılmıştır. Velilerin, 522’si kadın, 433’ü de erkektir.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak, ana-babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarını belirlemek için araştırmacılar tarafından geliştirilen “Ana-Babalar İçin Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Dört boyutlu ölçek, 5’li Likert (Tamamen Katılıyorum, Katılıyorum, Kararsızım, Katılmıyorum ve Hiç Katılmıyorum) tipinde 13’ü olumlu ve 8’i olumsuz toplam 21 madde içermektedir. Ölçeğin geneli için Cronbach alpha güvenirlik katsayısı 0,90’dır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 105, en düşük puan ise 21’dir [24]. Yapılan geçerlik-güvenirlik analizinde maddelerin 1. faktör yük değerlerinin ve tek başına açıkladığı varyansın yüksek olması ölçeğin genel bir faktöre de sahip olduğunu gösterdiğinden [25] bu çalışmada ölçek, tek faktörlü olarak kullanılmıştır.

İşlem

Araştırmada kullanılan veri toplama araçları, kapalı zarflara konularak öğrencilere dağıtılmış ve

bu yolla ana-babalarına ulaştırılmıştır. Yönergede, araştırmanın amacı ile ilgili gerekli açıklamalar yapılarak veri toplama aracının doldurulması hakkında detaylı bilgilere yer verilmiştir. Uygulamada, geri dönüşümdeki fire, eksik veya yanlış doldurmalar da dikkate alınarak hedeflenen örneklem sayısı üzerinde anket formu dağıtılmıştır. Veri toplama araçları, ana-babalar tarafından gönüllü olarak doldurularak, geri dönüşümü yine öğrenciler yoluyla sağlanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmacı tarafından toplanan anket formları, kontrol edilerek eksik veya yanlış doldurulanlar araştırma dışında tutulmuştur. Daha sonra ana-babalara uygulanan anketlerin geçerli ve kabul edilebilir nitelikte olanları, SPSS paket programında değerlendirilmek üzere kodlanarak bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Verilerinin değerlendirilmesinde istatistiki yöntem olarak; betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t-testi ve bağımsız gruplar için tek yönlü varyans analizi (Anova) yöntemleri kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizinde (Anova), birimler arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla Tukey HSD post-hoc testi yapılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarının ne düzeyde olduğu; bu tutumlar ile çocuklarının cinsiyeti, sınıf düzeyi, beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyeti, okul takımlarında oynama durumu, cinsiyet, eğitim durumu, spor yapma durumu ve sporla ilgili TV programları izleme sıklığı değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığına ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Tutum ölçeği puanlarının dağılımı

	N	\bar{X}	Ss	Minimum	Maksimum
Tutum Ölçeği	955	83,36	11,89	30	105

Yukarıdaki tabloya göre; ölçekten alınan puanların aritmetik ortalaması ($\bar{x}=83,36$) ve standart sapması $Ss=11,89$ 'dur. Aşağıdaki tabloda, araştırmaya katılan ana-babaların Tutum Ölçeğinden aldıkları puanların çocuklarının cinsiyetine göre t-testi sonuçları sunulmuştur.

Tablo 2: Çocukların cinsiyetine göre t-testi sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	t	p
Kız	504	83,50	12,11		
Erkek	451	83,22	11,66	0,367	0,714

Yapılan t-testi analizi sonuçları; ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ile çocuklarının cinsiyeti arasında anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir [$t=0,367$; $p>0,05$].

Tablo 3: Sınıflara göre ANOVA sonuçları

Grup	N	\bar{X}	Ss	F	p	Anlamlı Fark
6.Sınıf	334	85,22	11,35			
7.Sınıf	338	83,21	12,49	8,186	0,000*	6-8
8.Sınıf	283	81,37	11,48			

* $p=0,001$ düzeyinde anlamlı

Ana-babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları, çocuklarının okudukları sınıflara göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F=8,186$; $p<0,001$]. Birimler arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinin sonuçlarına göre, çocuğu 6. sınıfta okuyan ana-babaların tutumlarının ($\bar{x}=85,22$), çocuğu 8. sınıfta okuyan ana-babaların tutumlarından ($\bar{x}=81,37$) daha olumlu olduğu belirlenmiştir.

Tablo 4. Beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyetine göre t-testi sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{x}	Ss	t	p
Kadın	312	85,36	11,60	3,639	0,000*
Erkek	643	82,40	11,92		

* $p=0,001$ düzeyinde anlamlı

Ana-babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları, çocuklarının beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyetine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t=3,639$; $p<0,001$]. Çocuğunun beden eğitimi öğretmeni kadın olan ana-babaların tutumları ($\bar{x}=85,36$), beden eğitimi öğretmeni erkek olan ana-babaların tutumlarına ($\bar{x}=82,40$) göre daha olumludur.

Tablo 5. Okul takımlarında oynama durumuna göre t-testi sonuçları

Okul takımlarında oynama durumuna	N	\bar{x}	Ss	t	p
Oynuyor	179	87,36	10,73	5,047	0,000*
Oynamıyor	776	82,44	11,96		

* $p=0,001$ düzeyinde anlamlı

Ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları, çocuklarının okul takımlarında oynama durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t=5,047$; $p<0,001$].

Çocuğu okul takımlarında oynayan ana-babaların tutumları ($\bar{x}=87,36$), çocuğu okul takımlarında oynamayan ana-babaların tutumlarına ($\bar{x}=82,44$) göre daha olumludur.

Tablo 6: Cinsiyete göre t-testi sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{x}	Ss	t	p
Kadın	522	83,62	11,42	0,736	0,462
Erkek	433	83,05	12,44		

Yapılan t-testi analizi sonuçları; ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık olmadığını göstermektedir [$t=0,736$; $p>0,05$].

Tablo 7: Eğitim durumuna göre ANOVA sonuçları

Grup	N	\bar{x}	Ss	F	p	Anlamlı Fark
İlkokul	381	82,99	11,85	0,522	0,667	
Ortaokul	194	82,95	11,16			
Lise	244	83,91	12,15			
Üniversite	136	84,04	12,60			

Ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ile ailelerin eğitim durumları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan ANOVA analizi sonuçları; gruplar arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir. [$F=0,522$; $p>0,05$].

Tablo 8. Spor yapma durumuna göre t-testi sonuçları

Spor Yapma Durumu	N	\bar{X}	Ss	t	p
Yapıyor	344	85,35	10,94	3,909	0,000*
Yapmıyor	611	82,24	12,27		

* $p=0,001$ düzeyinde anlamlı

Ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları, ana-babaların spor yapma durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$t=3,909$; $p<0,001$]. Spor yapan ana-babaların tutumları ($\bar{x}=85,35$), spor yapmayan ana-babaların tutumlarına ($\bar{x}=82,24$) göre daha olumludur.

Tablo 9: Sporla ilgili TV programlarını izleme sıklığına göre ANOVA sonuçları

Grup	N	\bar{X}	Ss	F	p	Anlamlı Fark
Çoğu Zaman	237	85,67	12,32	16,221	0,000*	Çoğu Zaman-Bazen Bazen-Hiçbir Zaman
Bazen	548	83,70	11,06			
Hiçbir Zaman	170	79,08	12,80			

* $p=0,05$ düzeyinde anlamlı

Ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları, sporla ilgili TV programlarını izleme sıklığına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$F=16,221$; $p<0,001$]. Birimler arası farkların hangi gruplar arasında olduğunu bulmak amacıyla yapılan Tukey HSD çoklu karşılaştırma testinin sonuçlarına göre, 'çoğu zaman' ($\bar{x}=85,67$) ve 'bazen' izlerim diyen ana-babaların tutumlarının ($\bar{x}=83,70$), 'hiçbir zaman' izlemem diyen ana-babaların tutumlarından ($\bar{x}=79,08$) daha olumlu olduğu belirlenmiştir.

TARTIŞMA

Yapılan araştırma sonucunda; ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutum ölçeğinden aldıkları puan ortalamalarının yüksek olduğu dolayısıyla tutumlarının da genelde olumlu olduğu görülmektedir. Konu ile ilgili yapılan bazı çalışmalarda elde edilen bulgular da bu araştırma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir [17,26]. Diğer taraftan araştırma sonuçları, ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ile çocuklarının cinsiyeti, cinsiyet ve eğitim durumu değişkeni arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir. Bir çalışmada çocukların cinsiyetine [17], diğer bir çalışmada da ebeveynin cinsiyetine göre ana-baba algıları arasında önemli bir farklılığın olmadığı tespit edilirken [26]; öğrenciler üzerinde yapılan bazı çalışmalarda [27,28,29] ise cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Sonuçların bu şekilde oluşmasına, başlıca etken olarak geçmiş yıllara kıyasla toplumumuzda spor yapan birey sayısındaki artışının neden olduğu söylenebilir. Özellikle bayanların genelde zayıflamak amaçlı ve sadece yürüyüşten ibaret olsa da bir şekilde vücutlarını hareket ettirmeye başlamaları bu noktada büyük bir önem arz etmektedir. Tutumların olumlu yönde olmasında bir başka etken

olarak da kitle-iletifim araçlarının etkinliği gösterilebilir. Zamanının büyük bir bölümünü televizyon karşısında geçiren bir toplum olduğumuz düşünüldüğünde bu durumun ne kadar önemli olduğu ortaya çıkmaktadır. Sabah programlarında diyetisyenlerin sıklıca zayıflamak ve formda kalmak için spor yapmanın önemine vurgu yapmaları, kanal sayısının artmasıyla birlikte spor içerikli programların sayısındaki ve çeşitliliğindeki artış, reklmlarda spor imgesinin sıklıca kullanılması gibi sebepler bu yönde etkili olan unsurlar olarak düşünülebilir. Tüm bu etkenler spora yönelik olumlu tutumların oluşmasında cinsiyet, eğitim ve gelir seviyesi faktörlerinin de etkinliğini azaltmaktadır. Ayrıca işsizlik oranının çok yüksek olduğu ülkemizde ailelerin spor yoluyla büyük kazançlar elde eden sporculardan etkilenip çocuklarını sporcu olma yolunda teşvik etmeleri de spora, dolayısıyla beden eğitimi dersine karşı tutumları olumlu yönde etkileyebilir. Ayrıca bu konuda bir başka etken olarak aileden veya yakın çevreden birinin sporla ilgileniyor olması da gösterilebilir.

Araştırma sonuçları, ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ile çocuklarının okudukları sınıf değişkeni arasında anlamlı bir farklılığın olduğunu göstermiştir. Buna göre çocukları 6. sınıfta okuyan ana-baba tutumlarının, çocukları 8. sınıfta okuyan ana-babalara göre daha olumlu olduğu tespit edilmiştir. Sınıf seviyesi büyüdükçe tutumların olumsuz a doğru kayma eğiliminde olmasında akademik kaygıların etkili olduğu varsayılabilir. Liselere giriş sınavı nedeniyle önceliklerin değişmesi, çocukların ve ana-babaların aşırı bir şekilde sınavlara odaklanması, dolayısıyla boş zaman kavramının ortadan kalkması ve sporun akademik başarıyı düşüreceği endişesi; sınıf seviyesi büyüdükçe ana-babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarını olumsuz yönde etkiliyor olabilir. Yapılan bir araştırmada, 7 ve 8. sınıf ğrencilerinin fiziksel aktivitelere katılım sıklığı incelenmiş ve sınıflar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Araştırma sonuçlarına göre sınıf seviyesi büyüdükçe fiziksel aktiviteye katılım sıklığı da azalmaktadır [30]. Bir başka araştırmacı ise yaptığı çalışmada, fiziksel aktiviteye yönelik tutumların sınıf seviyesinin yükselmesiyle azalmaya başladığı yönünde bulgular elde etmiştir [31]. Bir başka araştırmacı, yaptığı çalışmada sınıflara göre beden eğitimine yönelik tutumları incelemiş ve benzer şekilde 8. ve 9. sınıflarda olumlu tutumların azalma eğiliminde olduğunu tespit etmiştir [27]. Ancak bazı araştırmacılar da ters yönde bulgulara ulaşmışlardır. Örneğin bir çalışmada ana-babalar, %56,3 oranında ‘ocuğumun ders notları spora katılım süresince daha iyidir’ diye görüş belirtirken %43,7 oranında da tersi yönde görüş belirtmişlerdir [17]. Bir başka çalışmada ise, akademik başarı ile fiziksel aktiviteye katılım yoğunluğu arasında oransal olarak ters yönde doğrusal farklar tespit edilirken istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir [32].

Araştırmada elde edilen bir diğer sonuç; ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarıyla çocuklarının beden eğitimi ğretmenlerinin cinsiyeti arasında anlamlı bir farklılığın olduğudur. ocuklarının beden eğitimi ğretmeni bayan olan ana-babaların puanlarının, çocuklarının beden eğitimi ğretmeni bay olan ana-babaların puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bayanların doğal olarak erkeklere göre daha duygusal olmaları nedeniyle daha şefkatli ve daha güler yüzlü olmaları, otorite ve disiplin açısından çok katı olmamaları, not verme konusunda daha cömert davranmaları ve özellikle kız çocuklarının derslerde kendilerini daha rahat hissetmelerinin bu sonuçların oluşmasında etkili olduğu söylenebilir. Yapılan bir çalışmada, beden eğitimi ğretmeni bayan olan öğrencilerin lehine bazı sonuçlara ulaşılmıştır. ‘ğretmenim beni motive eder’ ifadesine ğretmeni erkek olanlar %49 oranında katıldıklarını belirtirlerken, beden eğitimi ğretmeni bayan olanlar %87,6 oranında katıldıklarını belirtmişlerdir. Benzer şekilde ‘ğretmenim konuları iyi bir şekilde açıklar’ ifadesine %50’ye %94,3 oranında katıldıklarını belirtmişlerdir. ‘ğretmenim beni sinirlendiriyor’ ifadesine ise ğretmeni erkek olanlar %24, ğretmeni bayan olanlar ise %19 oranında katıldıklarını belirtmişlerdir [30].

Ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ile çocuklarının okul takımlarında oynama durumu arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığını test etmek amacıyla yapılan analizler sonucunda, değişkenler arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Çocukları okul takımlarında oynayan ana-babaların tutum puanlarının, çocukları okul takımlarında yer almayan ana-babalardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırma dâhilinde beklenen bir sonuçtur. Sonuçların bu yönde çıkması iki şekilde açıklanabilir: İlki spora karşı olumlu tutum sahibi olan ana-babaların çocuklarını sportif aktivitelere katılıma yönlendirmesi, ikincisi de çocuklarının sporla ilgili olması sebebiyle ana-babaların spora karşı tutumlarının pozitif yönde artmasıdır.

Araştırma sonuçlarına göre; ana-babaların spor yapıyor olmaları, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarını olumlu yönde etkilediği görülmektedir. Spor yaptığını belirten ana-babaların puanları, spor yapmadığını belirten ana-babaların puanlarından daha yüksek bulunmuştur. Tutumların en kuvvetli boyutu davranışsal boyuttur. Buradan hareketle spor yapmayı bir davranış haline dönüştüren ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları da, doğal olarak daha olumlu olacaktır.

Araştırma sonuçları; ana-babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ile sporla ilgili TV programlarını seyretme sıklığı arasında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermektedir. Programları seyretme sıklığını 'Çoğu Zaman' ve 'Bazen' diye belirten ana-babaların tutumları, seyretme sıklığını 'Hiçbir Zaman' diye belirten ana-babaların tutumlarından daha olumludur. Sporla ilgili TV programlarını seyretmek, kişinin spora karşı olumlu yönde bir tutumu olduğunu gösterir. Spor ve beden eğitimi arasındaki yakın benzerlik de düşünüldüğünde bulguların bu yönde çıkmasının doğal bir sonuç olduğu söylenebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonucunda; ana-babaların, çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumlarının genel olarak olumlu olduğu ve bu tutumların da çocukların okudukları sınıf, beden eğitimi öğretmenlerinin cinsiyeti, okul takımlarında oynama durumları, ana-babanın spor yapma durumu ve sporla ilgili TV programlarını izleme sıklığına göre farklılaştığı görülmüştür. Bu araştırmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda aşağıdaki öneriler sunulabilir:

- Ailelerin, çocuklarının beden eğitimi ve spor aktivitelerine katılımına yönelik olumsuz tutumlarını değiştirmek amacıyla, öncelikle ana-babalara beden eğitimi ve sporun önemini kavramaya yönelik bilinçlendirme çalışmaları yapılmalı böylece eğitim ve spor arasında sağlıklı bir ilişki kurulmalıdır [22].

- Çocuk üzerinde belirli bir yaşa kadar annenin etkisinin daha fazla olduğu göz önünde bulundurularak, sporun toplum geneline yayılması ve büyük bir çoğunluk tarafından yapılabile hale gelmesi için özellikle kadının spora ilgisini arttırmak ve aktif olarak sporun içinde yer almasını sağlamak gerekir [5]. Ayrıca bayanların spor müsabakalarını ücretsiz olarak izlemelerine imkân verecek düzenlemeler yapılarak spor ortamı içinde bulunmaları da sağlanmalıdır.

- Ülkemizdeki genel eğitim politikası; çocukların sadece spor alanında değil, tüm alanlarda sosyal faaliyet imkânlarını kısıtladığı için yeniden düzenlenmeli ve bu yöndeki olumsuzluklar azaltılarak genel eğitimi aksatmayacak şekilde öğrencilerin okul içi ve okul dışı spor yapma olanakları genişletilmelidir.

- Aile, okul ve spor kulüpleri arasında koordinasyonu sağlayacak birimler kurularak verimli bir şekilde işletilmelidir. Sportif anlamda başarılı öğrencilerin aileleri de ödüllendirilerek teşvik

edilmelidir.

• Ailelerin de beklentileri dikkate alınarak beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikaları yeniden ele alınıp düzenlenmeli, ayrıca bayan beden eğitimi öğretmeni yetiştirmeye ve istihdam alanlarını genişletmeye yönelik çalışmalar yapılmalıdır.

• İlk eğitim ile birlikte spor sevgisi de çocuğa aile ortamında verilmelidir. Örneğin; ana-babalar okul yaşından önce çocuklarının elinden tutup onları spor salonlarına, yarışmalara, maçlara götürmelidir [33].

• Ana-babalar, çocukların beden eğitimi ve spor aktivitelerine katılımları açısından bir örnek oluşturacak şekilde spor yapmalı veya kendileri de fiziksel olarak etkinlikte bulunmalıdır. Bu bağlamda çocukların spora katılımları desteklenmeli ve ödüllendirilmelidir [34].

• Bundan sonra yapılacak olan çalışmalarda, farklı kademelerde öğrenim gören öğrenci ebeveyn grupları üzerinde de uygulamalar yapılabilir.

KAYNAKLAR

1. Ateş M. Demokrasi ve spor eğitimi, Buca Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, (1): 34, 1992.
2. Tamer K. Beden eğitimi ve oyun öğretimi, Anadolu Üniversitesi Açık Öğretim Fakültesi Yayınları, Ankara, 1987.
3. Gökmen H. Gençlerin gelişmelerinde beden eğitiminin rolü (fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişmede), orta öğretim kurumlarında beden eğitimi ve sorunları, Türk Eğitim Derneği Yayınları Öğretim Dizisi, Ankara, 1988.
4. Sevim Y. Antrenman bilgisi, Tutibay Ltd. şti., Ankara, 1997.
5. Öztürk F. Toplumsal boyutlarıyla spor, Bağırhan Yayınevi, Ankara, 1998.
6. Arkonaç SA. Sosyal psikoloji, 2.Baskı, Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, 2001.
7. Sherif M, Sherif CW. Sosyal psikolojiye giriş II, Çeviren: Atakay M, Yılmaz A, Sosyal Yayınlar, İstanbul, 1996.
8. Erkuş A. Psikometri üzerine yazılar, Türk Psikologlar Derneği Yayınları, Ankara, 2003.
9. İnceoğlu M. Tutum algı iletişimi, V Yayınları, Ankara, 1993.
10. Üzümlü H, Mirzeoğlu N. İnanç ve tutumlarda sporun yeri ve önemi, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, ss: 491-497, 2003.
11. Kut S, Koşar N. Aile ve çevre sorunlarının gencin kişiliğine etkisi, Milli Eğitim Gençlik ve Spor Bakanlığı Gençlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü Yayını, Ankara, 1998.
12. Küntay E. Çocuk ve gençlerde davranış bozukluğunu düzeltici önlem olarak spor, Meva Matbaacılık, İstanbul, s, 198, 1991.
13. Stewart MJ, Gren SR. Parental attitudes toward physical education, Physical Educator, 44(3): 344-348, 1987.
14. Brustad RJ. Parental and psychological influences on children's attraction to physical activity, Pediatric Exercise Science, (5): 210-213, 1993.
15. Hoyle RH, Leff SS. The role of parental involvement in youth sport participation and performance, Adolescence Spring, 1997.
16. Hendley KL. Parental involvement in youth sports, Unpublished Master Thesis, North Carolina State Üniversitesi, 2004.
17. Haris KW. Parental expectations of high school interscholastic athletic activities, Unpublished Doctoral Thesis Virginia, Virginia State University, 1999.
18. Baxter-Jones AD, Maffulli N. Parental influence on sport participation in elite young athletes. Journal of Sports Medicine Physical Fitness, 43(2): 250-255, 2003.
19. Sheehy DA. Parents' perceptions of their child's 5th grade physical education program, Physical Educator, 63(1): 30-37, 2006.
20. Hergüner G. Farklı liselerdeki sporcu öğrencilerin problem ve beklentilerinin belirlenmesi ve karşılaştırılması, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, 2001.
21. Kılıçgil E. Ailelerin çocuklarını yaz futbol okullarına gönderme nedenleri, beklentileri ve sosyo-ekonomik durumları, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi, ss: 214-221, 2003.
22. Güven Ö, Öncü E. Beden eğitimi ve spora katılımı aile faktörü, Aile ve Toplum, 3(10): 81-90, 2006.
23. Özsandıkçı K. Yüzme sporuna katılımı ailenin etkisinin incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon, 2010.
24. Öncü E. Ana-babaların çocuklarının beden eğitimi dersine katılımına yönelik tutumları ve beklentileri, Yayınlanmamış

- Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2007.
25. Büyüköztürk Ş. Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı, Pegem Yayıncılık, Ankara, 2004.
 26. Cohen C. Influence of parental beliefs on attitudes and exercise levels in middle school children [online], [cited 2005 Aug 30], Available from, URL: <http://dscholarship.lib.fsu.edu/undergrad/131> (2005).
 27. Krousas JA. Middle school students' attitudes toward a physical education program, Unpublished Doctoral Thesis, Virginia, Virginia Tech University, 1999.
 28. Hicks MK, Wiggins MS, Crist RW, Moode FM. Sex differences in grade three students' attitudes toward physical activity, *Percept Mot Skills*, 93(1): 97-102, 2001.
 29. Stelzer J. Attitudes toward physical education, A study of high school students from four countries-Austria, Czech Republic, England and USA [online], 2004 [cited 2005 March 12]. Available from: URL: http://www.findarticles.com/p/articles/mi_m0FCR/is_2_38/ai_n6124562 (2004).
 30. Sullivan SC. Perceptions of seventh-and eight-grade girls toward coeducational physical education classes in five middle schools in East Tennessee, Unpublished Doctoral Thesis, East Tennessee, East Tennessee State University, 2003.
 31. Ewy SR. Children's attitudes toward physical activity and self-esteem, Unpublished Master Thesis, Kansas, Fort Hays State University, 1993.
 32. Stathakos J. The relationship between physical activity and academic achievement in senior secondary school students, Unpublished Master Thesis, Toronto, Toronto University, 1997.
 33. Hergüner G. Çocuğun spora yönelmesinde ailenin rolü ve önemi, *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (6), 1991.
 34. GSGM. Spora başlama yaşı [internette], [20 Şubat 2006], elektronik adresi: <http://www.gsgm.gov.tr> (2006).

GENÇLİK VE SPOR İL MÜDÜRLÜĞÜ PERSONELİNİN ÇALIŞMA ORTAMINDA MARUZ KALDIĞI YILDIRMA DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ*

Serkan HACICAFEROĞLU¹ Bilal ÇOBAN²

ÖZET

Bu araştırmada, Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerinde (GSİM) görev yapan personelin, maruz kaldığı yıldırma davranışlarının neler olduğu, bu tür eylemlerin nelerden kaynaklandığı ve hangi kademedeki personel tarafından kimlere uygulandığı, bazı demografik değişkenler de göz önünde bulundurularak belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırmada, betimsel tarama yöntemlerinden birisi olan “genel tarama modeli” kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini; Türk Spor Teşkilatında görev yapan tüm personel, örneklemini ise; 81 ildeki toplam 325 Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü çalışanı oluşturmaktadır. Çalışanların maruz kaldığı yıldırma eylemleri ile ilgili veriler, “Olumsuz Davranışlar Anketi” (NAQ) kullanılarak toplanmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre; ankete katılan personelden % 44’ünün yıldırma davranışlarına maruz kaldığı, bu durumun aritmetik ortalamasının ise, ($\bar{x}=1,82$) “orta düzeyin altında” olduğu görülmüştür. Yine araştırmada; kadınların erkeklere, bekarların evlilere, memurların da yöneticilere göre daha fazla yıldırma davranışlarına maruz kaldıkları belirlenmiştir. Araştırmada, yıldırma davranışlarını uygulayanların genellikle yönetici statüsündeki kişiler olduğu sonucuna varılmış ve bu kişilerin statülerinden önemli ölçüde güç alarak bu davranışları sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Yıldırma, mobbing, psikolojik şiddet, Türk Spor Teşkilatı, Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü.

THE INVESTIGATION OF DETERRING BEHAVIOURS THE PERSONNEL OF PROVINCIAL DIRECTORATE OF YOUTH AND SPORTS ARE EXPOSED TO IN THEIR WORK ENVIRONMENTABSTRACT

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the deterring behaviors that the personnel working in the Provincial Directorate of Youth and Sports were exposed to, the causes of such behaviors, and who were exposed to such behaviors by whom, considering some demographic variables. The study used “general screening model” which is one of the descriptive screening methods. The study population consisted of all the personnel working in Turkish Sports Organizations; the sample group consisted of 325 Provincial Directorate of Youth and Sports personnel working in 81 cities. The data relating to the deterring behaviors that the personnel were exposed to were collected through “Negative Attitude Questionnaire” (NAQ). The results of the study showed that 44% of the personnel who completed the questionnaire were exposed to deterring behaviors and the arithmetic mean of this situation was “below the medium-level”. The study also showed that women when compared with men, the single when compared with the married, and civil servants when compared with administrators were exposed to such behaviors more.

*Bu çalışmadaki veriler Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü personelinin çalışma ortamlarında maruz kaldıkları Yıldırma (Mobbing) davranışları isimli Yüksek Lisans tezinden alınmıştır.

¹İnönü Üniversitesi, BESYO, Malatya, (Yazışmadan sorumlu yazar) serkanhc@hotmail.com

²Firat Üniversitesi, BESYO, Elazığ, bcoban@firat.edu.tr

The study concluded that the people who exercised deterring behaviors were generally administrators and they did so by getting strength from their status.

Key words: Deterring, mobbing, psychological violence, the Turkish Sport Organizations, Provincial Directorate of Youth and Sports.

GİRİŞ

Her türlü çalışma ortamlarında görülebilen yıldırma (mobbing) duygusu, Türkiye'deki tüm özel ve kamuya ait kurum ve kuruluşlarda da yaşanabilmektedir. Yıldırma davranışlarıyla ilgili, yıldırma sürecinin ne zaman ve nasıl başladığı ve bu süreçte nelerin yaşandığı tam olarak bilinmemektedir. Çalışanlar tarafından yaşananların bir "işyeri geleneği" olarak düşünülmesi bu kavram hakkındaki bilgi eksikliğimizi daha da ön plana çıkartmaktadır. Bulut'a göre işyerindeki performansın azalması gibi ciddi kayıplara neden olan yıldırmanın, çalışma ortamları için olağan bir durum olmadığına bilinmesi, özellikle yeni işe başlayan ve bu kavramla yeni tanışmakta olan bireyler açısından oldukça önemlidir [1].

Literatürde yıldırma kavramının, ilk defa küçük hayvanlardan oluşan grupların daha büyük bir hayvanın veya gruplarının tehdidini bertaraf etmek için gösterdiği davranışları tanımlamak için kullanıldığını görülmektedir [2,3]. İlerleyen zamanlarda ise yıldırma kavramı iş hayatı içerisinde kullanılmaya başlanmış ve çalışanlara üstleri veya aynı statüde olan bireyler tarafından sistematik biçimde uygulanan her türlü kötü muamele, tehdit, şiddet, aşağılama gibi olumsuz davranışlar olarak tanımlanmıştır [4]. Yıldırım, "yıldırma"; bireyi iş yaşamından dışlamak amacıyla rahatsız etme, taciz ve kötü davranış yoluyla, kasıtlı olarak yapılan ve bazı durumlarda tedavisi mümkün olmayan rahatsızlıklara yol açan, zamanla bireye daha fazla acı veren rahatsız edici tutum ve davranışlar süreci olarak tanımlanmaktadır [5].

Son yıllarda yönetim ve çalışma psikolojisi alanında araştırma yapan bilim insanları, işyerleriyle ilgili olarak psikolojik bir sorundan kaynaklanan yeni bir "işyerinden uzaklaşma olgusu" belirlemişlerdir. Bu konuyla alakalı olarak Davenport, Schwartz ve Eliot, yaptıkları çalışmada yıldırma davranışlarının ortaya çıkışının birçok nedeni olduğunu ileri sürmüşler ve yıldırma uygulayanların ve yıldırma maruz kalanların kişiliği ve psikolojisi, örgüt koşulları, çevresel etkenler ve birbiriyle etkileşim gibi bazı unsurların yıldırma duygusunu tetiklediği sonucuna ulaşmışlardır [2].

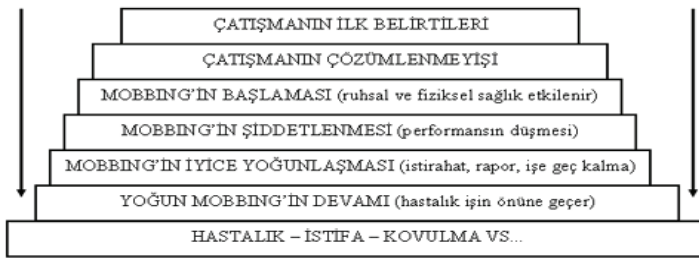
Yıldırma ayrıca sosyal veya durumsal faktörlerden de kaynaklanabilmektedir. Sosyal faktörler; örgüt içindeki adaletsiz uygulamalar, bireyleri hayal kırıklığına uğratan olaylar, işgücü çeşitliliğinin artması, normlara dayalı davranışlar, kurallara sıkı sıkıya bağlılık ve örgüt içi güç mücadeleleri vb. olarak ifade edilirken, durumsal faktörler, modern çalışma koşulları veya çevresel faktörlerin yer aldığı çeşitli davranışlar biçiminde sıralanabilir [6].

Yapılan bazı araştırmaların sonuçlarına göre; yıldırma uğrayan mağdurların zamanla bazı olumsuz benlik imajlarına büründükleri, bazı sosyal ortamlarda kaygılı oldukları, çevresindekiler ve dünya hakkında olumsuz düşünceler besledikleri görülmüştür. Ayrıca her şeyi körü körüne yerine getiren, kuşkucu, katı, zorlayıcı, saf ve açık sözlü olarak tanımlanan bu kişilerin, kendi yeteneklerini, kaynakları ve belirli durumlarla ilgili gereklilikleri gerçekçi bir biçimde değerlendirmeksizin başarılı olmaya çabalayan kimseler olduğu belirlenmiştir [7].

Yıldırma, bireyin saygısız veya zararlı bir davranışın hedefi olmasıyla başlayan bir süreçtir. Örgütsel psikolojik şiddet ise, kişi ya da kişilerin bir veya birkaç kişiye düşmanlığı biçiminde algılanan bir şiddet türü olarak tanımlanmaktadır [4]. Psikolojik şiddet ile yıldırma uygulayan kişilerin sık sık başvurduğu yöntemlerden birisi de mağduru devamlı karalamaktır. Mağdurun performansı, yeteneği ve becerisi

yüksek olmasına rağmen, yıldırma uygulayan tarafından mağdur verimsizmiş gibi gösterilerek, daha önce şikayet konusu olmayan hatalar bu süreçte mağdura bir sorun olarak vurgulanır. Bu süreçte, mağdurdaki giderek artan sıkıntılar, hastalıklar ve sosyal sorunlar oluşur ve mağdurun iş yerindeki çalışma performansı ve verimi giderek azalır. Bu olumsuz süreçten kurtulmak isteyen bireyler, üzerlerindeki baskı ve eziyeti azaltabilmek için ya devamlı hastalık raporu kullanırlar veya çalıştıkları işyerlerinden istifa ederler. Yıldırma yapan kişi ya da kişiler ise, mağduru iş ortamından uzaklaştırabilmek için mağduru; işine son verme, erken emeklilik ya da anlaşmalı veya anlaşmasız işten çıkarma yollarını izlerler. Mağdur için yıldırmanın son evresi ise bazen hastalık, intihar veya ölümle sonuçlanabilmektedir [2].

Çobanoğlu'na göre, tablo 1.1 de yıldırma sürecinin aşamaları belirtilmiştir [8].



Tablo 1.1. Yıldırmanın Sürecinin Aşamaları

Yıldırım'a göre örgütlerde çok sık görülen fakat ortaya çıkarılmayan ya da çıkarılmak istenmeyen yıldırma olgusu günümüzün başlıca problemleri arasındadır [5]. Yapılan araştırmalarda, işyerlerinde yıldırmanın sürekli arttığı, yetenezsiz yöneticilerin, başarılı yöneticileri sürekli şirket yönetiminin dışına çıkarmaya çalıştıkları belirlenmiştir [9]. Oluşan bu olumsuz durumlardan örgütlerin olumsuz yönde etkilenmemesi imkansız gibi görünmektedir.

Yıldırmanın kurumlara vermiş olduğu zararlara bakıldığında şunlar söylenebilir [9];

- Çalışanların şikayetleri artar.
- Moral bozukluğu yüzünden çalışanların motivasyonu kalmaz, gayretleri azalır.
- Çalışanların iş tatmini kalmaz. İnsiyatif kullanmaları sekteye uğrar.
- Çalışanların işle ilgili tüm istekleri kaybolur.
- Çalışanlar yıldırma maruz kalmamak için dikkatlerini şirketin hedeflerinden ve kendi görevlerinden çekip ayakta kalma taktiklerine ve manevralarına verdikleri için iş verimi düşer.
 - İş arkadaşları arasında güven ve saygı azalır. Çalışanların arasındaki ilişkiler gevşer, takım çalışması bozulur, biz-siz anlayışı yaygınlaşır.
 - Huzursuzluk ve çatışmadan kaçınmak, daha iyi çalışma atmosferi sunan şirketlere geçmek için arayışlar başlar.
 - İyi elemanlar yoğun bir şekilde işten ayrılırlar, beyin göçü başlar, iş gücü devri çok yükselir.
 - Yetmişmiş elemanların ayrılmaları ile şirketteki bilgi ve tecrübe birikimi erir.
 - Yıldırma nedeniyle oluşan karmaşa ve huzursuzluklar şirketin imajına yansır ve zarar verir.
 - Zedelenen imaj nedeniyle yetenekli kişilerin şirkete kazandırılılabilmeleri zorlaşır ve pahalılaşır.
 - Birçok yeni elemanın işe alınması ve eğitilmesi gerekir. Bütün bunlar zaman ve para kaybına neden olur.

Bütün bu zararların bedelini tespit etmek çok güçtür. Bu anlamda her şirketteki yıldırmanın

ölçüsü birbirinden farklıdır ve buna bağlı olarak yıldırımdan etkilenme oranları da değişiktir. Yıldırma davranışlarının yaşandığı işyerlerinde, saygıya ve güvene dayalı yöneticilik çoğunlukla sona erer, zamanla korkuya dayalı yöneticilik şirkete hakim olmaya başlar [10].

Yıldırma engellemeninde, kişisel çabaların etkili bir yöntem olduğu, grup çabaları bu sürece eklenince zamanla yıldırmanın etkisinin azaldığı hatta yıldırma duygusunun ortadan yok bile olacağı yapılan araştırmalarda belirtilmiştir [2]. Ayrıca yıldırma duygusuyla başa çıkabilmek için öncelikle streste başa çıkma yolları bilinmeli ve özellikle gurur yapmadan yıldırma yok edebilmek için her yol denenmeye çalışılmalıdır. Bu yollardan bazıları meditasyon, yoga egzersizleri, nefes alma teknikleri, öfkeyi kontrol etme vb. gibi davranışlar olabilir [2,11].

Yıldırmanın birey ve örgüt üzerinde oluşan olumsuz etkileri ve büyüklüğü hukuksal anlamda değerlendirildiğinde, dünyanın birçok ülkesinde yıldırmanın suç sayıldığı görülür. Türkiye’de ise ilk defa Türk Borçlar Kanununun 416. maddesinde hazırlanan değişiklikle “Yıldırma” kavramının mevzuata girmiş olduğu görülmektedir [12]. Yasaya göre işveren artık cinsel tacizle birlikte psikolojik yıldırma davranışlarını önlemekle de yükümlü olacaktır [14]. Dolayısıyla artık bireyin görev yaptığı her kurum ve kuruluşta söz konusu eylemin varlığı araştırılmalı ve onların sağlıklı bir sosyal iklimde çalışması için gereken tedbirler hayata aktarılmalıdır.

Bu bağlamda araştırmada; Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerinde (GSİM) görev yapan personelin yıldırma davranışlarına ne derece maruz kaldığı, bunların ne tür sebeplerden kaynaklandığı ve bu davranışların hangi kademedeki personel tarafından kimlere uygulandığı türünden sorulara, bazı özelliklerle ilgili değişkenler de göz önünde bulundurularak cevap bulunmaya çalışılacaktır.

MATERYAL VE METOD

Araştırmanın evrenini, Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü merkez ve taşra teşkilatında görev yapan bütün çalışanlar, örneklemini ise; 81 il Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerinde; İl Müdürlüğü, Şube Müdürlüğü, İlçe Müdürlüğü, Gençlik Merkezi Müdürlüğü, Spor Eğitim Uzmanlığı, Sözleşmeli Spor Uzmanlığı, Antrenör/Sözleşmeli Antrenör ve Memur kadrolarında çalışan toplam 325 personel oluşturmaktadır.

Araştırmada betimsel tarama yöntemlerinden birisi olan “genel tarama modeli” kullanılmıştır. Veriler üç bölüm olarak hazırlanan bir anket yoluyla toplanmıştır. Anketin birinci bölümünde demografik bilgiler, ikinci bölümünde personelin yıldırma davranışlarına maruz kalma durumunu belirlemek amacıyla, “olumsuz davranışlar anketi”, üçüncü bölümünde ise olumsuz davranışların genellikle kimler tarafından yapıldığını tespiti yönelik çeşitli sorular yer almıştır. Bu çalışmada kullanılan “Olumsuz Davranışlar Anketi” (NAQ), Einarsen ve Raknes, (1997) tarafından geliştirilmiş [15], Cemaloğlu, (2007) tarafından Türkçe’ye uyarlanarak faktör analizi yapılmıştır [16]. Anket çeşitli olumsuz davranışlara maruz kalma düzeyini ve yıldırma davranışının sıklık düzeyini beşli likert ölçeği ile belirlemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca ankete katılanların, son altı ay içinde psikolojik yıldırma davranışlarına ne sıklıkta maruz kaldıkları da belirlenmeye çalışılmıştır. Cemaloğlu tarafından kullanılan ölçeğin 21 maddesi bir faktör altında toplanmış, toplam varyansın 0,71 olduğu, maddelerin Cronbach’s Alpha katsayısının 0,94 olduğu, faktör yüklerinin ise 0,59 ile 0,87 arasında olduğu tespit edilmiştir. Yapılan bu çalışmada ise, söz konusu ölçeğin Cronbach’s Alpha katsayısı tekrar hesaplanarak 0,89 olarak belirlenmiştir.

Geçerli ve kabul edilebilir nitelikte olan anket soruları, SPSS 15,0 paket programı yardımıyla çözümlenip, değerlendirilmek üzere kodlanarak bilgisayar ortamına aktarılmıştır. İstatistikî yöntem olarak; t-testi ve F - testi kullanılmıştır. Ayrıca ankete cevap veren kişilerin dağılımlarını bulmak

için frekans (f) ve yüzde (%) dağılımları ile aritmetik ortalamalardan (\bar{x}) yararlanılmıştır. Uygulanan ankette değişkenler arasında anlamlı bir fark olup olmadığını belirlemek için anlamlılık düzeyi $P < 0,05$ alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde araştırmada elde edilen verilere ve bu verilere ilişkin istatistiksel bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya katılan GSİM personeline ait bazı değişkenler

Değişkenler		n	f	%
Cinsiyet	Erkek	325	223	68,6
	Kadın		102	31,4
Yaş	21-30 yaş	325	139	42,8
	31-40 yaş		87	26,8
	41-50 yaş		75	23,1
	51 ve üstü yaş		24	7,4
Medeni Durum	Evli	325	227	69,8
	Bekar		91	28
	Boşanmış		7	2,2
Kurumdaki Görevi	İl Müdürü	325	21	6,5
	Şube Müdürü		35	10,8
	İlçe Müdürü		7	2,2
	Sportif Eğitim Uzmanı		23	7,1
	Gençlik Merkezi Müdürü		12	3,7
	Sözleşmeli Spor Uzmanı		55	16,9
	Antrenör/Sözleşmeli Antrenör		56	17,2
	Memur		116	35,7
Kurumdaki Çalışma Yılı	1-10 yıl	325	217	66,8
	11-20 yıl		48	14,8
	21-30 yıl		55	16,9
	31 ve üstü yıl		5	1,5
Eğitim Düzeyi	Orta Öğretim	325	46	14,2
	Ön Lisans		49	15,1
	Lisans		213	65,5
	Yüksek Lisans ve Doktora		17	5,2

Tablo 2. Araştırmaya katılan GSİM personelinin psikolojik yıldırmaya uğrama düzeyleri

M	DAVRANIŞLAR	n	\bar{X}	SS
4	Göreviniz için önemli olan sorumluluklarınızın elinizden alınması, bunların yerine önemsiz görevlerin verilmesi,	325	2,32	1,07
3	Yeterlilik düzeyinizin altında görevleri yapmaya zorlanmanız,	325	2,28	1,14
5	Hakkınızda dedikodu ve söylentilerin çıkartılması,	325	2,23	1,09
14	Görüş/fikir ve önerilerinizin dikkate alınmaması,	325	2,20	1,07
1	Bazı kişilerin başarınızı etkileyecek bilgileri sizden saklaması,	325	2,19	0,93
11	Yanlışlarınızın ya da hatalarınızın sürekli hatırlatılması,	325	2,11	0,91
13	Çalışmanızın ve çabalarınızın sürekli olarak eleştirilmesi,	325	2,06	1,02
6	Göz ardı edilmeniz, dışlanmanız veya “olayların dışında bırakılmanız”,	325	2,02	1,05
18	İşinizin abartılı bir biçimde kontrol edilmesi,	325	1,97	1,05
16	Sizden, mantıklı olmayan ya da gerçekleştirmenizin imkansız olduğu işleri/görevleri yapmanızın istenmesi,	325	1,94	0,99
21	Üstesinden gelinemeyecek ölçüde aşırı iş yüküyle karşı karşıya kalmanız,	325	1,91	1,01
10	Birilerinin, işten ayrılmanız gerektiğini ima etmesi ya da söylemesi,	325	1,80	1,12
2	Çalışmalarınızla bağlantılı olarak aşağılanmanız ya da sizinle dalga geçilmesi,	325	1,70	0,94
8	Bağırılmak ya da anlık öfkenin hedefi olmak,	325	1,58	0,68
20	Sürekli sataşılması ve alaya maruz kalmanız,	325	1,56	0,91
12	Birilerine yaklaştığınızda, görmezlikten gelinmeniz, hiçe sayılmanız ya da düşmanca karşılanmanız,	325	1,49	0,79
17	Size karşı ithamlarda bulunulması,	325	1,44	0,70
19	Yasal haklarınızı talepte bulunmamanız konusunda baskı yapılması,	325	1,38	0,75
7	Kişiliğiniz, tutumlarınız ya da özel yaşamınızla ilgili hakaret ya da aşağılanma içeren yorumlarda bulunulması,	325	1,33	0,57
9	Parmakla tehdit edilme, kişisel alanınıza müdahale edilmesi, itilip kakılmanız ve yolunuzun kesilmesi gibi tehdit içeren davranışlara maruz kalmanız,	325	1,24	0,62

* Tablo 2’de Genel Aritmetik Ortalama büyükten küçüğe doğru sıralanarak yazılmıştır

* Genel Aritmetik Ortalama ($\bar{x}=1,82$) olarak bulunmuştur

Araştırmaya katılan GSİM personelinin psikolojik yıldırmaya maruz kalma düzeylerinin anket verilerine göre genel ortalaması $\bar{x}=1,82$ puan ile “orta altı düzeyde” olduğu görülmüştür. Ancak anket maddeleri tek tek incelendiğinde, maddelerden elde edilen ortalama puanların ($\bar{x}=1,24$) “düşük düzey” ile ($\bar{x}=2,32$) “orta altı düzeyi” arasında değiştiği anlaşılmaktadır.

Tablo 2 incelendiğinde, GSİM personelinin “Göreviniz için önemli olan sorumluluklarınızın elinizden alınması, bunların yerine önemsiz görevlerin verilmesi”, “Yeterlilik düzeyinizin altında görevleri yapmaya zorlanmanız”, “Hakkınızda dedikodu ve söylentilerin çıkartılması”, “Görüş / fikir ve önerilerinizin dikkate alınmaması”, “Bazı kişilerin başarınızı etkileyecek bilgileri sizden saklaması”, “Yanlışlarınızın ya da hatalarınızın sürekli hatırlatılması”, “Çalışmanızın ve çabalarınızın sürekli olarak eleştirilmesi”, “Göz ardı edilmeniz, dışlanmanız veya “olayların dışında bırakılmanız”, “İşinizin abartılı bir biçimde kontrol edilmesi”, “Sizden, mantıklı olmayan ya da gerçekleştirmenizin

imkansız olduğu işleri/görevleri yapmanızın istenmesi”, “Üstesinden gelinemeyecek ölçüde aşırı iş yüküyle karşı karşıya kalmanız”, şeklinde tanımlanan psikolojik yıldırma hareketlerine maruz kalma davranışlarının, anket puanlamasına göre ($\bar{x}=1,91$ ve $\bar{x}=2,32$ arasında değişen puanlar ile) “orta altı düzeyde” kaldığı görülmüştür.

Tablo 3. Araştırmaya katılan GSİM personelinin son altı ay içerisinde psikolojik yıldırma maruz kalma durumları

CEVAPLAR	f	%	\bar{X}
Hayır	182	56	1,45
Evet, ancak çok nadiren	60	18,5	2,29
Evet, ara sıra	69	21,2	
Evet, hemen hemen her gün	10	3,1	
Evet, haftada birçok kez	4	1,2	
Toplam	325	100	

Örnekleme yer alan GSİM çalışanlarına işyerindeki yıldırma eylemi tanımlanmış ve bu tanım doğrultusunda yıldırma uğrayıp uğramadıklarını değerlendirmeleri istenmiştir. Buna göre GSİM personelinin ankete vermiş olduğu cevapların % 56’sı $\bar{x}=1,45$ ortalamayla, “düşük düzeydeki” hayır seçeneği biçiminde ortaya çıkarken, % 44’ü $\bar{x}=2,29$ ortalama ile “orta altı düzeyde” yıldırma uğradıkları şeklinde gerçekleşmiştir.

Tablo 4. Araştırmaya katılan GSİM personelinin demografik değişkenlere göre psikolojik yıldırma maruz kalma düzeyleri

Değişkenler		n	f	%	\bar{X}	F	P-değeri
Yaş	21-30 yaş	325	139	42,8	2,06	27,259	0,001
	31-40 yaş		87	26,8	1,75		
	41-50 yaş		75	23,1	1,55		
	51 ve üstü yaş		24	7,4	1,46		
Medeni Durum	Evli	325	227	69,8	1,80	1,828	0,162
	Bekar		91	28	1,88		
	Boşanmış		7	2,2	1,54		
Kurumdaki Görevi	İl Müdürü	325	21	6,5	1,42	5,307	0,001
	Şube Müdürü		35	10,8	1,59		
	ilçe Müdürü		7	2,2	1,48		
	Sportif Eğitim Uzmanı		23	7,1	2,06		
	Gençlik Merkezi Müdürü		12	3,7	1,84		
	Sözleşmeli Spor Uzmanı		55	16,9	1,78		
	Antrenör/Sözleşmeli Antrenör		56	17,2	1,84		
	Memur		116	35,7	1,93		

Kurudaki Çalışma Yılı	1-10 yıl	325	217	66,8	1,92	10,434	0,001
	11-20 yıl		48	14,8	1,70		
	21-30 yıl		55	16,9	1,52		
	31 ve üstü yıl		5	1,5	1,73		
Eğitim Düzeyi	Orta Öğretim	325	46	14,2	1,49	14,374	0,001
	Ön Lisans		49	15,1	1,89		
	Lisans		213	65,5	1,90		
	Yüksek Lisans ve Doktora		17	5,2	1,37		

* Genel aritmetik ortalama ($\bar{x}=1,82$) olarak bulunmuştur

Personelin psikolojik yıldırma maruz kalma düzeylerine ilişkin genel ortalama puanı $\bar{x}=1,82$ seviyesinde çıkmış bu da yıldırma maruz kalma eyleminin “orta altı seviyede” olduğunu göstermektedir. Tablo 4 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre kadınların ($\bar{x}=2,00$), yaş değişkenine göre 21-30 yaş arasında olanların ($\bar{x}=2,06$), medeni durum değişkenine göre bekarların ($\bar{x}=1,88$), kurumdaki görev değişkenine göre; sportif eğitim uzmanlarının ($\bar{x}=2,06$), gençlik merkezi müdürlerinin ($\bar{x}=1,84$), antrenör/sözleşmeli antrenörlerin ($\bar{x}=1,84$), ve memurların ($\bar{x}=1,93$), kurumdaki çalışma yılı değişkenine göre 1-10 yıl arası çalışanların ($\bar{x}=1,92$), eğitim düzeyi değişkenine göre ön lisans ($\bar{x}=1,89$) ile lisans mezunlarının ($\bar{x}=1,90$), psikolojik yıldırma düzeyi “orta altı seviyesinde” bulunmuştur.

Bulguların istatistik olarak anlamlı olup olmadığı yapılan t-testleri ve tek yönlü varyans analizleri ile test edilmiştir. GSİM personelinin yıldırma maruz kalma düzeyleri; yaş, kadro, çalışma yılı ve eğitim düzeyi değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gösterirken medeni duruma göre herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır (Tablo 4). Ayrıca, erkek personelin yıldırma maruz kalma durumlarının düşük düzeyde olduğu, kadınların ise “orta altı düzeyde” olduğu görülmüştür. Psikolojik yıldırma uğrama düzeyinde cinsiyete göre anlamlı bir farklılığın ortaya çıktığı söylenebilir (Tablo 5).

Tablo 5. Cinsiyet değişkenine göre psikolojik yıldırma maruz kalma puanlarına ilişkin t-testi sonuçları

Cinsiyet	n	f	%	\bar{X}	SS	t	P-değeri
Erkek	325	223	68,6	1,73	0,47	4,386	,001
Kadın		102	31,4	2	0,54		

* ($p<0,05$)

Tablo 6. Araştırmaya katılan GSİM personeline psikolojik yıldırma uygulayan çalışanlara ait bazı değişkenler

Değişkenler		n	f	%
Cinsiyet	Erkek	143	131	40,3
	Kadın		12	3,7
Yaş	21-30 yaş	143	14	4,3
	31-40 yaş		36	11,1
	41-50 yaş		83	25,5
	51 ve üstü yaş		10	3,1
Medeni Durum	Evli	143	129	39,7
	Bekar		10	3,1
	Boşanmış		4	1,2
Kurumdaki Görevi	İl Müdürü	143	37	11,4
	şube Müdürü		46	14,2
	ile Müdürü		9	2,8
	Sportif Eğitim Uzmanı		2	0,6
	Gençlik Merkezi Müdürü		12	3,7
	Sözleşmeli Spor Uzmanı		1	0,3
	Antrenör/Sözleşmeli Antrenör		4	1,2
	Memur		24	7,4
	Üst- Genel Müdür		8	2,5
Kurumdaki alışma Yılı	1-10 yıl	143	29	8,9
	11-20 yıl		36	11,1
	21-30 yıl		69	21,2
	31 ve üstü yıl		9	2,8
Eğitim Düzeyi	Orta Öğretim	143	27	8,3
	Ön Lisans		30	9,2
	Lisans		73	22,5

GSİM personeline, psikolojik yıldırma uygulayan diğer çalışanların % 40,3'ü erkektir ve bunların % 25,5'i, 41-50 yaş aralığında bulunmaktadır. Ayrıca yıldırma eylemini gerçekleştiren personelin % 39,7'sinin evli olduğu ve bunların % 14,2'sinin yöneticilik konumundaki şube müdürlerinden oluştuğu görülmektedir. Bu personelin çalışma yıllarının dağılımlarına bakıldığında en yüksek oranı 21-30 yıl arası çalışmış olanlar oluşturmaktadır. Ayrıca bu personelin sadece % 22,5'inin lisans düzeyinde eğitim aldıkları belirlenmiştir (Tablo 6).

TARTIŞMA

Araştırmaya katılan GSİM personelinin çalıştıkları ortamlarda psikolojik yıldırımaya uğrama düzeyleri, ortalama olarak “orta altı düzeyde” olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Tüzel (2009)’in araştırma görevlileri üzerine yapmış olduğu araştırmada ise, psikolojik yıldırımaya maruz kalma durumunu “düşük düzeyde” bulduğu görülmüştür [17].

Ankete katılan GSİM personelinin % 56’sı psikolojik yıldırımaya maruz kalma durumunu düşük düzeyde, % 44’ü ise, “orta altı düzeyde” ifade etmişlerdir. Yapılan araştırmalara bakıldığında bu oranlara yakın veya üzerinde çıkan sonuçlar görülmektedir [1,18,19,20,21,22,23]. Bu yüzden söz konusu durumun pek çok kurum ve çalışan açısından büyük ölçüde bir gerçeklik olduğu söylenebilir.

GSİM personelinin cinsiyet değişkenine bakıldığında kadınların yıldırımaya maruz kalma düzeylerinin “orta altı seviyesinde” olduğu anlaşılmaktadır (Tablo 4). Bu sonuç, kadın çalışanların erkek çalışanlara göre daha fazla yıldırma davranışlarına maruz kaldıkları biçiminde ifade edilebilir. Esasen kurumlarda kadın çalışanların nispeten az olması, erkek çalışanlarının egemen olduğu iş ortamlarında kadınların zayıflığına karşı daha saldırgan bir tutum izlendiğinin bir göstergesi sayılabilir. Bu bulguyu destekler nitelikteki bir çalışma da Leyman (1993) tarafından yapılmış ve erkeklerin baskın olduğu mesleklerde kadınların, kadınların baskın olduğu mesleklerde ise erkeklerin, yıldırma davranışlarına uğradıkları sonucuna ulaşılmıştır [24].

Yaş değişkenine göre; yıldırma eylemine 21 ile 30 yaş arasında olanlar “orta altı seviyede” maruz kalmaktadırlar. Bu yaş grubundaki bireylerin, işe yeni girmeleri ve tecrübesiz olmaları bu tür davranışlara maruz kalmalarında etkili olabilir. Bunun yanında, bahsedilen yaş grubundaki çalışanların güncel konuları takipteki becerileri, idealistlikleri ve yeni teknolojiye uyumları, kurumda kendilerini yenilemeyen ileri yaş yönetici grubunda bulunan personelin tepkisini çekebilir. Nitekim bu bulgu, Kök (2006), Bahçe (2007) ve Dilman’ın (2007) çeşitli meslek grupları üzerinde yaptıkları çalışmalarda yaş değişkenlerine göre yıldırmanın bu yaş kesitinde (21 ile 30) daha fazla olduğu sonucu ile paralellik göstermektedir [19,21,25].

Medeni durum değişkenine bakıldığında; bekarların yıldırımaya maruz kalma düzeylerinin “orta altı seviyesinde” olduğu görülmektedir. Bekarların yıldırma davranışlarına uğramalarının nedenleri arasında, evli çalışanların iş yerindeki sorumlulukları ve yaşadıkları sıkıntıları önemsememeleri, evdeki sorumluluklarının ve yaşadıkları sıkıntıların hayatlarında daha önemli bir yer tuttuğu biçiminde yorumlanabilir. Hatta evli olan ve yıldırma uygulayan kişilerin, güncel hayatta yaşadıkları sıkıntı ve problemleri çalışma ortamlarındaki bekarlara yansıtarak uyguladıkları düşünülebilir. Bekarların yaş aralığı da göz önüne alınırsa genç ve idealist olan bekar çalışanların iş yerlerinde yaşadıkları sıkıntıları daha ciddiye aldıkları söylenebilir. Aslında yıldırma davranışına bekarlar kadar evli bireyler de maruz kalmaktadır. Ancak evli bireylerin bu konuyu probleme dönüştürmelerinin daha uzun süreçte gerçekleştiği belirtilebilir. Gerçekten, Tüzel (2009) ve Kök (2006)’ün yapmış oldukları benzer araştırmalarda; evli çalışanların bekar çalışanlara göre daha yüksek oranda yıldırma davranışlarına maruz kaldığı sonucu ortaya konmuştur [17,25].

Personelin görev değişkenlerine bakıldığında; sportif eğitim uzmanının memurların gençlik merkezi müdürünün ve antrenör/sözleşmeli antrenörün yıldırımaya maruz kalma düzeylerinin “orta altı seviyesinde” olduğu görülmektedir. Kısaca yıldırma eylemi çalışılan görevin türüne göre bir değişim göstermemektedir. Dolayısıyla kurumlarda hemen her kademe bu tür olumsuzluğun yaşandığı söylenebilir.

Ancak bu arada belirtmek gerekir ki, yöneticilik pozisyonunda bulunmayan çok sayıda personel,

işten çıkarılma veya farklı göreve gönderilme gibi bir takım çekinceler sebebiyle duygusal yönden hassas bir hale gelerek üst seviyedeki personelin doğal sayılabilecek pek çok davranışını yıldıрма eylemine maruz kalma olarak değerlendirebilir. Bunun yanı sıra sadece üst yöneticiler tarafından değil, kendi statüsünde olan çalışanlar tarafından da kıskançlık, çekememezlik v.b gibi duygular sebebiyle birbirlerine yıldıрма davranışı gerçekleştirilebilir.

Çalışma yılı değişkenine göre; 1 ile 10 yıl arasında çalışanların yıldırmaya maruz kalma düzeylerinin "orta altı seviyesinde" olduğu görülmektedir. Tüzel (2009)'in yaptığı benzer bir araştırmada ise, 7-10 yıl arasında çalışan araştırma görevlilerinin psikolojik yıldırmaya maruz kalma düzeylerinin "orta altı seviyede" olduğunu belirtmiştir [17]. işe yeni başlayan, deneyimsiz ama geleceğe dair umut vaat eden çalışanların meslek hayatlarının ilk yıllarında, kurumda çalışma yılı daha fazla olan kişiiler tarafından yıldıрма eylemine maruz bırakıldıkları söylenebilir. Bu durum, yıldıрма eylemini yaptığı kabul edilen deneyimli yönetici personelin gelecekte umut vaat eden söz konusu bu çalışanların hızlı bir şekilde yükselerek amir, müdür veya yönetici olabilecekleri ve kendi mevkilerini tehdit edebileceği var sayımına ya da algısına dayandırılabilir.

Kurumdaki eğitim düzeyi değişkenine bakıldığında; ön lisans ve lisans mezunlarının psikolojik yıldırmaya maruz kalma düzeylerinin "orta altı seviyesinde" olduğu görülmektedir.

Eğitimli olmak, kalifiyeli olarak bir adım nde olmak anlamına da gelmektedir. Bu özelliklerinden dolayı kişi, kurum içerisinde hızlı bir şekilde yükselme olanağı bulacaktır. Böyle bir çalışanın varlığı diğer çalışanları rahatsız edebilir ve bu durum yıldıрма sürecini başlatabilir. Nitekim Davenport ve ark. (2003), Demirçivi (2008) ve Bulut'un (2007) yaptıkları araştırmalar yıldıрма davranışlarına uğrayan çalışanların daha çok Yüksekokul veya Lisans mezunu oldukları sonucunu ortaya koymaktadır [1,2,26].

GSİM personelinden alınan bulguların anlamlılık düzeylerine bakıldığında; cinsiyet, yaş, kurumdaki görev, kurumdaki çalışma yılı ve eğitim düzeyi değişkeninin anlamlı bir farklılık gösterdiği buna karşın medeni durum değişkeninin anlamlı bir farklılık göstermediği anlaşılmaktadır. Dilman yapmış olduğu bir araştırmada (2007) eğitim durumu, çalışma yılı ve kurumdaki görevleri açısından duygusal tacize maruz kalma oranlarında anlamlı bir farklılık bulmuştur [21]. Buna karşın birçok araştırmacının çalışmalarında demografik değişkenler bakımından yapılan analizlerde anlamlı bir farklılığa rastlanamamıştır [27,28,29,30].

Bu araştırmada çalışanlara yıldıрма eylemini uygulayanların genellikle yöneticiler ve mesai arkadaşları olduğu ve bunların daha çok orta yaş grubunda bulunduğu görülmektedir. Ayrıca bu bireylerin eğitim seviyelerinin de lisans veya ön lisans düzeyinde olduğu anlaşılmaktadır. Bu durum yıldırmacıların psikolojik şiddet davranışlarını yaparken statülerinden ve eğitimlerinden önemli derecede g aldıkları şeklinde yorumlanabilir. Yapılan bazı araştırma sonuçlarının bu bulguyu destekler nitelikte olduğu görülmüştür. Cengiz'in (2008) futbolcular üzerinde yapmış olduğu araştırmada yıldıрма davranışlarını yapan kişiilerin genellikle antrenör ile yöneticilerden oluştuğu sonucuna ulaşılmıştır [20]. Turan'ın (2006) araştırmasında da çalışanların genellikle yöneticiler tarafından psikolojik yıldırmaya maruz bırakıldıkları görülmektedir. Bunu sırasıyla iş arkadaşları ve nadiren aşlar izlemektedir. Ancak alışanlara psikolojik yıldıрма uygulayanların göreceli olarak genellikle kadınlar olduğu görülmüştür [31].

ÖNERİLER

Bir işyerinde yıldırmının olması için, yönetimin buna izin vermesi ya da göz yumması gerekir. Bundan dolayı yönetimde görev alacak kişiiler dikkatle seçilmelidir. Yöneticiliğe getirilecek olan

insanların kendilerini yetiştirmiş, adaletli, farklılıklara hoşgörüle bakabilen, iletişime açık kişilerden seçilmesine dikkat edilmelidir.

Yıldırma davranışlarını önlemek için alınacak olunan önlemler zamanında alınabilmeli, çalışanlar bu konuda bilinçlendirilmeli ayrıca kurum çalışanlarına uzman kişiler tarafından bu konu hakkında hizmet içi eğitimler verilmelidir. Bu sayede yıldırma davranışlarının kuruma ve çalışanlarına zarar vermesi engellenebilir.

Yıldırma hakkında yapılan araştırmalar sayıca artırılmalı, çıkan sonuçlar özellikle kitle iletişim araçlarından ve teknolojik imkanlardan yararlanılarak paylaşılmalıdır.

Türkiye’de yıldırma ile ilgili yapılan yıldırma (mobbing) kanunlarının içeriğinin herkesçe bilinebilmesi için açık olması ve hangi davranışların yıldırma olduğu net bir şekilde belirlenerek yıldırmanın engellenmesi yoluna gidilmelidir. Ayrıca yıldırma uğrayan mağdurların mağduriyetleri hızlı bir şekilde giderilmelidir.

KAYNAKLAR

1. Bulut UH. Ortaöğretim öğretmenlerinde psikolojik şiddet düzeyi (Mobbing), (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde, 2007.
2. Davenport N, Schwartz RD, Eliot GP. Mobbing, İş yerinde duygusal incinme, (Çev: Osman Cem Ömertoy), Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2003.
3. Schuster B. Rejection, exclusion, and harassment at work and in Schools, An intergration of results from research on Mobbing, Bullying and peer rejection, *European Psychologist*, 1(4): 293-317, 1996.
4. Einarsen S, Hoel H, Zapf D, Cooper CL. Bullying and emotional abuse in the workplace, international oerspectives in resarch and practice, Taylor and Francis Books Ltd. London, 2003.
5. Yıldırım T. İlköğretim Okullarında Öğretmen – Yönetici ilişkilerinde yıldırma ve etkileri, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2008.
6. Özdevecioğlu M. Organizasyonlarda saldırgan davranışlar ve bireyler üzerindeki etkilerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma, *Uludağ Üniversitesi, İİBF Dergisi*, 12(1): 161-173, 2003.
7. Coyne L, Seigne E, Randall P. Predicting workplace victim status from personality, *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 9(3): 335-349, 2000.
8. Çobanoğlu Ş. Mobbing işyerinde duygusal saldırı ve mücadele yöntemleri, Timaş Yayınları, İstanbul, 2005.
9. Baykal NA. Yutucu rekabet, Kanuni devrindeki Mobbing’den günümüze, (1.Baskı), Sistem Yayıncılık. İstanbul, 2005.
10. Kaymaz DG. İşyerinde Yıldırma (Mobbing) eğilimleri, Bir örnek olay, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, 2007.
11. Dökmen Ü. Küçük şeyler, Sistem Yayıncılık, (5. Basım), İstanbul, 2005.
12. <http://www.mobbingdestek.com/sikisorulansorular.htm> E: 14.04.2009.
13. Akyiğit E. İş Hukuku, (4. Basım), Seçkin Yayıncılık, Ankara, 2005.
14. <http://www.yatirimlar.com/content/view/57777/19/> E: 01.03.2011.
15. Einarsen S, Raknes BL. Harrasment in the Workplace and the Victimization of Men, *Violence and Victims*, 12: 247-263, 1997.
16. Cemaloğlu N. Okul yöneticilerinin liderlik stilleri ile Yıldırma arasındaki ilişki, *Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 33: 77-87, 2007.
17. Tüzel E. Araştırma görevlilerinin maruz kaldıkları Yıldırma (Mobbing) davranışlarının araştırma görevlilerinin sahip oldukları çeşitli değişkenlere göre incelenmesi (Gazi Eğitim Fakültesi Örneği), 1. Uluslar arası Türkiye Eğitim Araştırmaları Kongresi, Çanakkale, 2009.
18. Asunakutlu T, Safran B. Örgütlerdeki Yıldırma uygulamaları ve çatışma arasındaki ilişki, *Selçuk Üniversitesi İİBF Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 6 (11): 111-129, 2005.
19. Bahçe Ç. Mobbing oluşumunda örgüt kültürünün rolü, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2007.
20. Cengiz R. Profesyonel futbol kulübü yöneticilerinin dönüşümsel liderlik stilleri ile kulüplerinin örgüt sağlığı ve futbolcuların Yıldırma (Mobbing) yaşamaları arasındaki ilişki, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara, 2008.
21. Dilman T. Özel hastanelerde çalışan hemşirelerin duygusal tacize maruz kalma durumlarının belirlenmesi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2007.

22. Leymann H. The Content and Development of Bullying at Work, Retrieved on 20 August 2009. <http://www.healthyworkplacebill.org/pdf/Leymann96.pdf> 1996.
23. <http://www.memurlar.net/haber/127715/> E: 07.12.2009.
24. Leymann H. Atiologie und haufigkeit von Mobbing am arbeitsplatz-eine ubersicht uber die bisherige forschung, Zeitschrift fur Personalforschung, 7(2): 271-283, 1993.
25. Kök S. İş yaşamında Psiko-şiddet sarmalı olarak Yıldırma, 14. Yönetim Organizasyon Kongresi Bildiriler Kitabı, Atatürk Üniversitesi, Erzurum, ss 161-170, 2006.
26. Demircivi BM. Otel işletmelerinde Yıldırma eylemlerinin iş gören verimliliğine etkisi ve insan kaynakları yönetimi açısından değerlendirilmesi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2008.
27. Tınaz P. İş yerinde Psikolojik taciz (Mobbing), (1. Baskı), Beta Yayınları, İstanbul, 2006.
28. Işık E. İşletmelerde Mobbing uygulamaları ile iş stresi ilişkisine yönelik bir araştırma, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2007.
29. Baypınar B. İş yerinde cinsel taciz, Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi, 5 (2): 137-144, 2003.
30. Gökçe TA. İş yerinde Yıldırma, zel ve ilköğretim Okulu oğretmen ve yöneticileri üzerinde yapılan bir araştırma, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2006.
31. Turan F. İşyerlerinde Psikolojik Yıldırma olgusu ve konuya ilişkin bir araştırma, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2006.
32. Işık E. İşletmelerde Mobbing uygulamaları ile iş stresi ilişkisine yönelik bir araştırma, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Yıldız Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2007.
33. Baypınar B. İş yerinde cinsel taciz, Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi, 5 (2): 137-144, 2003.
34. Gökçe TA. İş yerinde Yıldırma, zel ve ilköğretim Okulu oğretmen ve yöneticileri üzerinde yapılan bir araştırma, (Yayımlanmamış Doktora Tezi), Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2006.
35. Turan F. İşyerlerinde Psikolojik Yıldırma olgusu ve konuya ilişkin bir araştırma, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2006.

ÖĞRENCİLERİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİ VE DERS DIŞI ETKİNLİKLERİNE YÖNELİK TUTUMLARININ DEĞERLENDİRİLMESİ*

Aycen AYBEK¹ Osman İMAMOĞLU² M. Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL²

ÖZET

Bu çalışmanın amacı Türk ortaöğretim okullarında öğrenim gören öğrencilerin, beden eğitimi ders içi ve ders dışı etkinliklerine karşı tutumlarını incelemek ve bu süreçte beden eğitimi öğretmenlerinin rolünü belirlemektir. Araştırmaya üç ildeki ortaöğretim okullarında öğrenim gören toplam 990 öğrenci (512 erkek, 478 kız) katılmıştır. Çalışmada istatistiksel işlem olarak, frekans ve yüzde hesaplanmasıyla ki-kare analizi uygulanmıştır. Araştırma sonucuna göre öğrencilerin beden eğitimi dersini her yıl almak isteme oranları oldukça yüksektir (%80,2). Beden eğitimi dersine yönelik motivasyonu erkeklerde (%80,9) kızlara göre (%65,1) daha yüksek orandadır. Fakat öğrencilerin ders dışı etkinliklere katılımları istenilen seviyede değildir ve etkinlikler öğrenci beklentilerini tam olarak karşılayamamaktadır. Öğrencilerin ders dışı aktivitelere en çok yönlendiren etkenler sıralamasında önceliği “sosyal çevre” (%42,4) almakta, bunu “aile” (%21,7), “okul” (%13,7) ve “beden eğitimi öğretmeni” (%12,6) takip etmektedir. Bu çerçevede öğrencinin beden eğitimi dersi ve ders dışı etkinliklerine yönelik tutumunu pozitif biçimde değiştirmek için yeni yaklaşımlar esasında beden eğitimi öğretmenlerinin hizmet içi eğitimi yanında, öğrencilerin ders dışı etkinliklerine katılım oranlarının istenilen seviyeye çıkarılması ve ders içi ve dışı etkinliklerin öğrencilerin beklentilerini tam olarak karşılayabilecek tarzda düzenlenmesi sağlanmalıdır.

Anahtar kelimeler: Beden eğitimi dersi, öğrenci tutumu, beden eğitimi öğretmeni

AN ASSESSMENT OF THE ATTITUDES OF STUDENTS TOWARDS PHYSICAL EDUCATION LESSON AND EXTRACURRICULAR ACTIVITIES

ABSTRACT

The purpose of this study is to analyze the attitudes of the students towards physical education lesson and extracurricular activities of physical education lesson in elementary schools at Turkish national education system and to determine the role of physical education teachers during this process. The study was conducted with a total of 990 students (512 boys, 478 girls) in three cities of Turkey. The statistical processes used were frequency, percentage and Chi-square. The results of the study showed that the percentage of the students who want to study physical education each year is quite high (80,2%). Motivation for the lesson was higher in boys (80,9%) than in girls (65,1%). However, the participation of the students to extracurricular activities is not as expected and these activities cannot fully meet the expectations of the students. In the list of the factors that direct the students to extracurricular activities, “social environment” (42,4%) rank as the first, followed by “family” (21,7%), “school” (13,7%) and “physical education teacher” (12,6%). In this context, physical education teachers should get in-service training to change the attitudes of the students for physical education lesson and extracurricular activities. Moreover, the participation of the students to extracurricular activities should be taken to expected levels and the lessons and extracurricular activities should be organized in order to meet the students’ expectations.

Keywords: Physical education lesson, student attitudes, physical education teacher

*Bu Çalışma Aycen AYBEK tarafından Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsüne sunulan Yüksek Lisans tezinden derlenmiştir.

¹Gazi Osman Paşa Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu/TOKAT

²Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (yazışmadan sorumlu yazar) osmani@omu.edu.tr

GİRİŞ

Toplum açısından vazgeçilmez bir gereksinim olan eğitimin genel amacı, yetişmekte olan çocukların ve gençlerin topluma sağlıklı ve verimli bir şekilde uyum sağlamalarına yardımcı olmaktır [1]. Genel eğitimin ayrılmaz bir parçası olan beden eğitimi derslerinin de bireyin beklentileri doğrultusunda gerçekleştirilmesi oldukça önem taşımaktadır [2]. Bu çerçevede, beden eğitimi dersleri bireyin sadece okul içi fiziksel aktivitelere katılımını teminle sınırlı değil aynı zamanda toplumsal yaşamı öğretmeyi, fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal gelişmeye katkıda bulunmayı da sağlamaktadır.

Genel uygulama esasları içerisinde beden eğitimi ve spor öğretmenine sosyal açıdan çok iş düşmektedir. Zira ders içi hareket eğitimi; insan davranışının zihinsel, sosyal ve duygusal değişiklikleriyle ilgilenirken kas hareketlerini temel alır [3]. Bununla beraber okullardaki ders dışı uygulamalar, sınıf içi öğretimini tamamlayan en kuvvetli etmenlerdir. Kısaca öğretmenler tarafından okullarda beden eğitimi ve spor faaliyetleri ders içi ve ders dışı zamanlarda genel eğitimin tamamlayıcısı olarak verilmekte ve bu faaliyetler içerisinde birey, bir bütün olarak ele alınmaktadır [4]. Burada özellikle öğrencilerin ders dışı etkinliklere yönlendirilmesi son derece önemlidir. Öyle ki bazen beden eğitimi derslerinde öğrencilere istenilen davranışların kazandırılması mümkün olmadıgından, eğitim programlarının, ders dışındaki etkinlikleri de kapsayacak biçimde düzenlenmesi gerekir [5].

Öğrenci tutumları öğretmenler ve program için önemli bir boyuttur. Diğer alanlarda olduğu gibi okul ortamında da öğrenciler beden eğitimi ve spor dersine ilişkin tutumlar oluştururlar. Beden eğitimi dersine öğrencilerin olumlu tutum geliştirmelerinde ders öğretmenin mutlak rolü vardır. Aslında öğretmenin öğrenciyi derse karşı ilgili hale getirmesi, dersin verimli işlenmesini sağlayarak öğretmeni de güdüleyebilir [6]. Böylece dersin özel ve genel amaçlarına ulaşmak daha da kolaylaşabilir. Ayrıca bu durum öğrencilerin gelecekte çeşitli fiziksel aktivitelere gönüllü katılımlarını da sağlayabilir [7].

Bu öneme binaen elde edilen araştırmada; Türk Milli Eğitimi ortaöğretim okullarında öğrenim gören öğrencilerin, beden eğitimi dersi ile ders dışı etkinliklerine karşı tutumları incelenmiş ve bu süreçte beden eğitimi öğretmenlerinin rolü belirlenmeye çalışılmıştır.

MATERYAL VE METOT

Araştırmaya Samsun, Sivas ve Tokat illeri lise 1., 2. ve 3. sınıflarında öğrenim gören ve tesadüfi örneklem yoluyla seçilen toplam 990 (512 erkek, 478 kız) öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak anket kullanılmıştır. Anket geliştirilirken ilgili literatür incelenmiş, güvenilirliği sağlanmış ve belirlenen eksiklikler giderilmiştir. Böylece uzmanlarca yeniden gözden geçirilen anket uygulamaya hazır hale getirilmiştir. Anket; öğrenci kişisel bilgileri (8 soru), öğrencilerin beden eğitimi dersi hakkındaki düşünceleri (15 soru) ve öğrencilerin ders dışı etkinlik ve beden eğitimi öğretmenleri hakkındaki düşünceleri (12 soru) olmak üzere üç bölümden oluşturulmuştur. Anket yolu ile elde edilen verilere SPSS paket programı uygulanarak istatistiksel işlem yapılmıştır. İstatistiksel analiz için, frekans ve yüzde hesaplamaları yapılmış ve ki-kare testi uygulanmıştır.

BULGULAR

Öğrenci anketlerinden toplanan bilgiler bu çalışmanın bulgularını oluşturmuştur. Bunlar istatistiksel analizle beraber toplam 11 tablo olarak aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1: Beden eğitimi öğretmenlerinin öğrencilere yönelik davranışları

Cinsiyet	İlgili ve arkadaşça davranıyor		Kısmen davranıyor		İlgili ve arkadaşça davranmıyor		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	N	%
Bay	373	72,9	95	18,6	44	8,6	512 (%51,7)	100
Bayan	290	60,7	101	21,1	87	18,2	478 (%48,3)	100
Toplam	663	67,0	196	19,8	131	13,2	990(%100)	100

($\chi^2 = 23.549, p \leq 0.05$)

Tablo 2: Beden eğitimi dersi, bireyin aktiviteye katılma isteği ve sosyal gelişimine katkısı

Seçenekler	Parametreler	f	%
Beden eğitimi dersini her yıl almak isteme durumu	Her yıl almak isteyen	794	80,2
	Kısmen almak isteyen	76	7,7
	Almak istemeyen	120	12,1
	Toplam	990	100,0
Beden eğitimi dersi yerine başka bir aktiviteye katılmak isteme durumu	Katılmak isteyen	291	29,4
	Kısmen katılmak isteyen	189	19,1
	Katılmak istemeyen	508	51,3
	Cevapsız	2	0,5
	Toplam	990	100,0
Beden eğitimi dersinin sosyal gelişime katkısı olduğunu düşünme durumu	Sosyal gelişime katkısı var	640	64,6
	Kısmen var	232	23,4
	Sosyal gelişime katkısı yok	113	11,4
	Cevapsız	5	0,5
	Toplam	990	100,0

Tablo 3: Cinsiyete göre beden eğitimi dersine motive olabilme durumu

Cinsiyet	Motive olan		Kısmen motive olan		Motive olamayan		Toplam	
	N	%	n	%	n	%	N	%
Bay	414	80,9	74	14,5	24	4,7	512	100
Bayan	309	65,1	112	23,6	54	11,4	475	100
Toplam	723	73,3	186	18,8	78	7,9	987	100

($\chi^2 = 33.211, p \leq 0.05$)

Tablo 4: Cinsiyete göre beden eğitimi dersinden sonra kendini rahatlamış hissetme durumu

Cinsiyet	Rahatlamış hissedenler		Kısmen		Rahatlamış hissetmeyenler		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	N	%
Bay	318	62,1	130	25,4	64	12,5	12	100
Bayan	218	45,9	131	27,6	126	26,5	475	100
Toplam	536	54,3	261	26,4	190	19,3	987	100

($\chi^2 = 37.558, p \leq 0.05$)

Tablo 5: Beden eğitimi dersinin düzgün duruş alışkanlığı kazandırmasıyla ilgili görüşlerin dağılımı

Cinsiyet	Düzgün bir duruş alışkanlığı kazandırır		Kısmen		Düzgün bir duruş alışkanlığı kazandırmaz		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Bay	357	69,9	112	21,9	42	8,2	511	100
Bayan	255	53,5	112	23,5	110	23,1	477	100
Toplam	612	61,9	224	22,7	152	15,4	988	100

 $(\chi^2 = 47.306, p \leq 0.05)$ **Tablo 6:** Beden eğitimi dersi sırasında kendini iyi hissetme durumu

Cinsiyet	Kendimi iyi hissediyorum		Kısmen		Kendimi iyi hissetmiyorum		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	N	%
Bay	409	79,9	84	16,4	19	3,7	512	100
Bayan	311	65,3	106	22,3	59	12,4	476	100
Toplam	720	72,9	190	19,2	78	7,9	988	100

 $(\chi^2 = 35.134, p \leq 0.05)$ **Tablo 7:** Öğrencileri ders dışı aktivitelere yönlendiren etkenlerin dağılımı

Parametreler	f	%
Okul	136	13,7
Aile	215	21,7
Beden Eğitimi Öğretmeni	125	12,6
Diğer Öğretmenler	86	8,7
Çevre	420	42,4
Cevapsız	8	0,8
Toplam	990	100,0

Tablo 8: Öğrencilerin beden eğitimi öğretmenini tanımlamalarıyla ilgili dağılım

Sorgulanan özellik	Değerlendirme kriterleri	F	%
Öğrencilere göre Beden Eğitimi Öğretmeni Özellikleri	Kuralcı, taviz vermeyen, dersi kendi hazırlayıp kendi sunan	120	12,1
	Derste öğrenci katılımına önem veren, objektif ve tarafsız davranan	501	50,6
	Derste öğrencileri kendi haline bırakıp sorumluluk alıp vermekten kaçınan	89	9,0
	Grup çalışmasına önem veren, organizasyonlar yapan, öğrencilerin düşüncesine de önem veren	276	27,9
	Cevapsız	4	4
	Toplam	990	100,0
Beden eğitimi öğretmenin öğrencilerin ders dışı etkinliklerinde izleme durumları	Her zaman izler	225	22,7
	Zaman zaman izler	122	12,3
	Hiçbir zaman izlemez	642	64,9
	Cevapsız	1	0,1
	Toplam	990	100,0

Tablo 9: Beden eğitimi öğretmeninin öğrencileri bir spor branşına yönlendirme durumu

Cinsiyet	Yönlendiriyor		Kısmen yönlendiriyor		Yönlendirmiyor		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	N	%
Bay	258	50,4	103	20,1	151	29,5	512	100
Bayan	151	31,9	107	22,6	216	45,6	474	100
Toplam	409	41,5	210	21,3	367	37,2	986	100

($\chi^2= 38.173, p \leq 0.05$)

Tablo10: Beden eğitimi dersinde öğrenilen bilgilerin günlük yaşantıda etkisi

Cinsiyet	Yardımcı oluyor		Kısmen		Yardımcı olmuyor		Toplam	
	n	%	n	%	N	%	N	%
Bay	293	57,2	162	31,6	57	11,1	512	100
Bayan	215	45,1	145	30,4	117	24,5	477	100
Toplam	508	51,4	307	31,0	174	17,6	989	100

($\chi^2= 32.409, p \leq 0.05$)

Tablo 11: Beden eğitimi öğretmenin okul dışı faaliyetler hakkında öğrencileri bilgilendirme durumu

Cinsiyet	Bilgilendiriyor		Kısmen		Bilgilendirmiyor		Toplam	
	n	%	n	%	n	%	N	%
Bay	242	47,3	149	29,1	121	23,6	512	100
Bayan	160	33,5	106	22,2	211	44,2	477	100
Toplam	402	40,6	255	25,8	332	33,6	989	100

($\chi^2= 47.195, p \leq 0.05$)

TARTIŞMA

Bu çalışmaya katılan öğrencilerin %51,7'si erkek, %48,3'ü bayandır. Erkek öğrencilerin %72,9'u, kız öğrencilerin ise %60,7'si beden eğitimi öğretmeninin kendilerine ilgili ve arkadaşça davrandıklarını belirtmişlerdir. Bu düşünceye öğrencilerin çok az kısmı (%8,6 erkek, %18,2 bayan) katılmamaktadır (Tablo1). Burada öğretmenin ilgili ve arkadaşça davranmadığını bildiren bayanların (%18,2) bu düşünceleri muhtemelen beden eğitimi öğretmenlerinin erkek olması sebebiyle, onların ilgi ve ihtiyaçlarını anlamadaki güçlükten kaynaklanmış olabilir. Dolayısıyla öğretmenlerin farklı cinsiyetteki öğrencilere yaklaşımları onların beklentilerini karşılayacak biçimde olmalıdır. Bu konuda öğretmenler gereken özeni gösterilmelidir. Nitekim Pehlivan ve Öksüzöğlü'nün (2006); araştırması, öğrenci beklentilerin ilk sırasında, beden eğitimi öğretmeninin, öğrenciyle daha fazla ilgilenmesi ve arkadaşça davranması yönünde olduğunu ifade etmektedir [8].

Çalışmamızda beden eğitimi dersini her yıl almak isteyen öğrencilerin oranı hayli yüksek (%80,2'si, % 7,7'si kısmen) bulunmuştur (Tablo 2). Fakat bir çalışmada beden eğitimi dersini seçmeyen kız öğrencilerin %95,2'si diğer derslerin kariyerleri için daha önemli olduğunu, %57,3'ünün programlarına uymadığını, %39,8'i okul dışında yaptıkları egzersizleri yeterli bulduklarını belirtmişlerdir [6]. Bu tür öğrenci tercihlerinde okul tesis imkanları ile organizasyon yeterlilik durumlarının etkili olacağı göz ardı edilmemelidir. Bu çalışma bulgularına göre beden eğitimi dersi yerine başka bir aktiviteye katılmak isteyen öğrenciler % 29,4 iken %51,3'ü başka

bir aktiviteye katılmak istememektedir (Tablo 2). Gökmen ve Schnitger yaptıkları bir çalışmada, öğrencilerin spor araç-gereçlerinden faydalanamama oranını %73,8 gibi olumsuz bir tablo olarak tespit etmişlerdir [2]. Öğrencilerin başka aktiviteye katılma isteklerinde pek çok sebeple birlikte az da olsa sınıf mevcutlarının kalabalık olması ile ders araç-gereçlerinin yetersizliği etkili olabilir. Ancak genel olarak; öğrencilerin beden eğitimi dersini sevdiği söylenebilir.

Öğrencilere göre, beden eğitimi dersinin sosyal gelişime katkısı %64,6 oranında olumlu %11,4'lük bir oranla da olumsuzdur (Tablo 2). Öğretmen ve öğrenciler arasında yaşanan pozitif ve negatif ilişkiler öğrencilerin akademik olduğu kadar sosyal, duyuşsal ve davranışsal yönden de gelişmelerini olumlu ya da olumsuz etkileyebilir [9]. Bir çalışmada, sportif etkinliklere katılan öğrencilerin %33'ünde güçlü bir kişilik gelişimi sağlandığı, %15'inde insanlarla tanışma ve çevreye uyumun gerçekleştiği, %13'ünde ise iyi iletişim kurma, sıkıntı ve stres atma bakımından etkili olduğu sonucuna varılmıştır [10]. Pek çok çalışmada fiziksel aktivitelerin bireyin fiziksel gelişimi kadar sosyal yönden gelişimine önemli etkiler yaptığı bildirilmektedir. Mesela, 13–14 yaş okul çağı grubundaki çocukların, sportif etkinlik öncesi sosyal olarak kabul edilebilir davranışlar bakımından istediklerine ulaşma seviyeleri ile (%65) sportif etkinlik sonrası arasında belirgin (%71) farklılık vardır [11]. Aynı şekilde Taşmektepligil ve arkadaşları (2006) beden eğitimi dersinin sosyal ilişkilere etkisini %82 (%57,7 evet, %24,3) nispetinde pozitif bulmuşlardır [4]. Anlaşılacağı gibi yapılan çalışmalar arasında paralellik gözlenmektedir. Öğrencilerin olumlu tutum içerisinde olmalarını önemli bir sonuç olarak algılamak gerekmektedir.

Çalışmada öğrencilerin % 73,3'ü beden eğitimi dersine motive olabildiğini belirtmişlerdir. Cinsiyete göre verilen cevaplar arasında anlamlı farklılık vardır ($p<.05$). Erkek öğrencilerde derse motive olanlar %80,9, bayanlarda ise %65,1 oranındadır (Tablo 3). Luke ve Cope (1994) okul ortamı ve etkili programlar, öğretmenin öğretmedeki etkinliği, öğrencileri anlama düzeyi ve beden eğitiminin gerekliliğine inanma gibi unsurların, öğrencilerin derse karşı olumlu tutum kazanmalarını etkileyen sebepler olduğunu söylemektedir [12]. Kız öğrencilerin derse karşı, erkek öğrencilerden daha düşük seviyedeki tutumlarının, kız öğrencilerin ergenlikteki fiziksel değişikliklerden duydukları rahatsızlıkla beraber diğer sosyal çevre faktörlerinden kaynaklandığı düşünülebilir. Ayrıca konuyla ilgili yapılan bir çalışmada beden eğitimi derslerinin yer aldığı öğrenme ortamlarında, kız öğrencilerin bedenlerinin geleneksel olarak ihmal edildiği de belirtilmektedir [13]. Kız öğrencilerin okul içinde öğretmenlerinden ve arkadaşlarından aldıkları olumsuz mesajlar, onların beden eğitimi dersine katılıp katılmama durumlarını ve dersteki motivasyonlarını etkilemektedir. Butcher ve Hall (1983), beden eğitimi dersine katılan adölesan kızlarla yaptıkları 5 yıllık uzun bir çalışmada, kızların yaşları arttıkça fiziksel olarak derse daha az katıldıkları yönünde bulguları ortaya koymuştur [14]. Kız öğrencilerin derse karşı motivasyonlarının zayıf olmasının gerekçesi ise beden eğitimi dersine karşı tutumlarının nispeten negatif olmasına bağlanabilir.

Beden eğitimi dersinden sonra öğrencilerin % 54,3'ü kendini rahat hissederken % 19,3'ü rahat hissetmemektedir (Tablo 4). Cinsiyete göre verilen cevaplar arasında anlamlı farklılık vardır ($p<.05$). Yapılan bir çalışmada öğrencilerin, genel eğitim dersleriyle oluşan zihinsel yorgunluğun, beden eğitimi dersiyse giderilme beklentisinde olduğu belirtilmektedir [2]. Araştırmamızda beden eğitimi dersinden sonra rahatlama hissetme oranları, erkek öğrencilerde %62,1 iken kız öğrencilerde %45,9 bulunmuştur (Tablo 4). Kız ve erkek öğrenci grubu arasındaki farkın, beden eğitimi derslerinin erkek egemen toplumda kız öğrenci gruplarının ihtiyaçlarını yeterince karşılamadığından kaynaklandığı düşünülebilir.

Beden eğitimi dersinin düzgün bir duruş alışkanlığı kazandırdığını düşünen öğrenciler; erkeklerde %69,9, kızlarda %53,5 oranındadır (Tablo 5). Cinsiyete göre verilen cevaplar arasında anlamlı

farklılık vardır ($p<.05$). Kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla düşük yüzde değerlerine sahip olmaları, kız öğrencilerin fiziksel değişim beklentilerinin yüksek olmasına bağlanabilir. Beden eğitimi dersinde yapılan etkinliklerle vücudun düzgün duruş alışkanlığı kazanması konulu bir çalışma bulgularına göre, öğrenci beklentileri % 89,1 oranında gerçekleşmiştir. Ancak ne var ki aynı çalışmada öğrencilerin % 45,1'lik bölümü beklentilerinin hiç gerçekleşmediğini bildirmişlerdir [2]. İki çalışmanın bulguları birbirine yakındır. Öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun beklentilerinin ve düşüncelerinin olumlu yönde olması, beden eğitimi dersine ve sportif etkinliklere karşı olumlu tutum geliştirdikleri şeklinde ifade edilebilir.

Bizim çalışmamıza göre beden eğitimi dersi sırasında öğrenciler büyük ölçüde (%72,9) kendilerini iyi hissetmektedirler. Cinsiyete göre verilen cevaplar arasında anlamlı farklılık vardır ($p<.05$). Erkek öğrencilerin ders ortamında kendilerini daha iyi hissetme oranları (%79,9) bayanlara göre (%65,3) daha yüksektir (Tablo 6). Koca [15], ilköğretim 8. sınıf kız ve erkek öğrencilerinin beden eğitimi ders ortamındaki beden yaşantıları konulu çalışmasında, kız-erkek gruplarının beden eğitimi dersinde ayrı olmasından yana tavır almıştır. Bunun gerekçelerini de, erkek öğrencilerin kız öğrencileri özellikle jimnastik hareketleri yaparken sözel veya fiziksel olarak rahatsız etmesi ve ders etkinlik programlarının daha çok erkeklere yönelik olması biçiminde belirtmiştir. Buna karşın bazı araştırmacılar, kız-erkek gruplarının beraber ders ortamında olmalarının, onların kişilik gelişiminde son derece önemli olduğunu söylemektedir. Yapılan çalışmanın bulgularına göre düşük seviyedeki kız öğrenci grubunun ders ortamından yeterince hoşnut olmayışları, erkek grubuyla yaşadıkları çatışmaya bağlanabilir.

Öğrencilerin ders dışı aktivitelere en çok yönlendiren etken %42,4 ile çevre, %21,7 ile aile ve %12,6 ile de beden eğitimi öğretmenidir (Tablo 7). Köse (2003) öğrencilerin ders dışı aktivitelere katılımlarının nasıl gerçekleştirdiği konulu araştırmasında, ders dışı aktivitelere kendi isteğiyle katılan öğrencilerin %51, ailelerin yönlendirmesiyle katılanların %26,1 ve beden eğitimi öğretmeni ya da diğerk öğretmenlerin yönlendirmesiyle katılanların oranının %22,7 olduğunu belirtmiştir [10]. Buradan okul beden eğitimi öğretmenleri ve diğerk öğretmenlerin, ders dışı etkinliklere gereken önemi vermedikleri sonucu çıkarılabilir.

Bu çalışmadaki bir başka sonuca göre öğrencilerin, beden eğitimi öğretmenini değerlendirme kriterleri arasında yer alan "derste öğrenci katılımına önem verir, objektif ve tarafsız davranır" özelliğini ilk sırada (%50,6) göstermeleri dikkat çekicidir ve öğretmen güvenilirliğinin kısmen yüksek olduğunu göstermektedir. Bu sıralamayı %27,9 ile "grup çalışmasına önem veren, organizasyonlar yapan, öğrencilerin düşüncesine de önem veren" özellik izlemiştir (Tablo 8). Frigley (1985) öğrencilerin beden eğitimine ilgisini uyandıran ve uyandırmayan yönlerini saptamak amacıyla yaptığı araştırmada, olumlu ve olumsuz tutumlarla ilgili en çok sözü edilen konuların öğretmen ve programlar olduğunu belirtmiştir [16]. Derste öğrenciyi kendi haline bırakıp sorumluluk almaktan kaçan öğretmen modeli son sırada yer almaktadır. Bu tutumda öğretmen modelinin az olması sevindiricidir. Çünkü öğrencinin derste kendiyile beraber olan ve kendini anlayan, ayrıca sorumluluk alan ve sorumluluk veren, demokratik bir öğretmen modelini benimsediği söylenebilir.

Beden eğitimi öğretmenlerinin, öğrencilerin ders dışında yapmış olduğu bir etkinliği izleme durumlarına bakıldığında bunun oldukça düşük oranda olduğu görülmektedir (%22,7). Yani öğrencilerin %64,9 gibi büyük bir kısmı bu tür etkinliklerde öğretmenleri tarafından izlenmediklerini bildirmektedir (Tablo 8). Oysa öğrenci, öğretmenine kendini sürekli olarak beğendirme çabası içerisinde. Model olarak aldıkları ve etkilendikleri insanlar olan öğretmenler tarafından öğrencilerin izlenmesi, öğrencinin beden eğitimi ders ve ders dışı etkinliklerine yönelimlerinde olumlu bir motivasyon yaratabilir. Bu yüzden öğretmenlerin, öğrencileri ders dışı etkinliklerde

izlemesi ve bir şekilde bu faaliyetlerin sonuçlarını denetlemesi gerekir. Çünkü ders dışı etkinlikleri, normal eğitim-öğretim etkinliklerinden ayırmak mümkün değildir. Kaldı ki okulun, formal öğretim süreci içinde belirlediği amaçların tümüne aynı zamanda ders dışı etkinlikler de hizmet etmektedir [10]. Burada ders dışı etkinliklerin önemi vurgulanırken, okulda yapılan eğitim-öğretim etkinliklerinde olduğu gibi, ders dışı etkinliklerin organizasyonunda da sadece okulu ve öğretmenleri sorumlu tutmak, çağımızdaki eğitim anlayışıyla bağdaşmamaktadır. Gerçekten günümüzde öğrencilerin zengin ders dışı etkinlik seçeneğine sahip olması onların fiziksel aktiviteye yönelimlerini olumsuz etkileyebilir. Özellikle bu konuda her gün daha büyük gelişme kaydeden bilgisayar teknoloji ve programları dikkat çekicidir.

Çalışmamızda öğrencilerin %41,5'inin öğretmenleri tarafından bir spor dalına yönlendirildiği görülmektedir. Bu yönlendirilme erkek öğrencilerde %50,4 iken kız öğrencilerde %31,9 nispetindedir (Tablo 9). Taşmektepligil ve arkadaşları çalışmasında (2006); spora yönelimde beden eğitimi dersinin etkisini oransal olarak %51,3, sportif yeteneğin ortaya çıkma durumunu ise %65 olarak bulmuştur [4]. Yapılan bir başka çalışmada, öğrencilerin beden eğitimi dersleriyle bir spor branşına yönlendirilme beklentisi %86,7 oranındadır. Ancak, öğrencilerin %46,4'ü bu beklentilerinin hiç gerçekleşmediğini belirtmişlerdir [2]. Sunay ve Sunay'ın çalışmasında yönelmenin % 40,3 olduğu ve bizim çalışmamızda da benzer bir sonuç çıktığı görülmektedir. Yani beden eğitimi öğretmenleri tarafından yetenekli öğrencileri bir spor branşına yönlendirme oranı yaklaşık %50 civarındadır. Bu çerçevede yapılan çalışmalar incelendiğinde beden eğitimi öğretmenlerinin öğrencileri spor branşlarına yönlendirmede etkin oldukları söylenebilir. Ancak yine de bu oran artırılmalıdır.

Öğrencilerden %51,4'lük bir kesim beden eğitimi dersinde öğrendikleri bilgileri günlük hayatta kullandıklarını ileri sürmektedir. Bu sonuçta cinsiyete göre erkek öğrenciler (%57,2) kızlardan (%45,1) daha yüksek bir dağılım göstermişlerdir (Tablo 10). Buradan hareketle beden eğitimi dersi sırasında kazanılan birçok özelliğin (fiziksel, zihinsel ve davranışsal), öğrenciler tarafından günlük hayatta kullanıldığı sonucuna varılabilir. Erkek öğrencilerin olumsuz yanıtlarının kız öğrencilere oranla düşük seyretmesi, erkeklerin beden eğitimi dersinde öğrendikleri becerileri, okul dışında uygulayabilme imkanlarının daha fazla olmasıyla açıklanabilir.

Beden eğitimi öğretmenin okul dışı faaliyetler hakkında öğrencileri bilgilendirmesine %40,6 oranında evet denirken % 33,6 oranında hayır cevabı verilmiştir (Tablo 11). Cinsiyete göre verilen cevaplar arasında anlamlı farklılık vardır ($p < .05$). Gerçekte öğretmenler destekçi bir öğrenme ortamı oluşturarak, öğrencilere değer vererek ve onları güdüleyerek her öğrenciye yaklaşmalıdır. Bunu sağlamanın yolu, öğrencileri bir birey olarak kabul edip, gerektiğinde onlara kılavuzluk etmektir [9]. Yapılan bir çalışmada öğrencilerin %22,7'si öğretmeni önderliğinde veya öğretmenin önerisiyle ders dışı etkinliklere katıldıklarını bildirmektedir [10]. Bizim çalışmamızda bayan öğrencilerin önemli kısmı (%44,2) beden eğitimi öğretmenlerinin kendilerini ders dışı faaliyetler hakkında bilgilendirmedeğini düşünmektedir (Tablo 11). Bu anlamda öğretmenin, spora eğilimi olmayan bayan öğrencilere yeteri kadar yardım etmediği düşünülebilir. Ya da beden eğitimi öğretmenlerinin ders dışı etkinliğe olumsuz yaklaşımları sebebiyle sözü edilen öğrencilerle yeterli iletişim kuramadıkları öne sürülebilir. Anlaşılan o ki okullardaki etkinlikler daha çok erkek öğrencilere yöneliktir ve beden eğitimi öğretmenleri, kız öğrencilerin ders dışı etkinlik beklentilerini gerçekleştirilememektedir. Bunun yanı sıra erkek egemen bir toplumda öğretmenlerin genelde erkek oluşu ve etkinliklerinde genellikle erkeklere yönelik olması, kız öğrencilerin durumu farklı algılamalarına sebep olabilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Genel olarak öğrenciler beden eğitimi dersini sevmektedirler. Ancak bayan öğrencilerin derse ve ders dışı etkinliklere katılımında erkek öğrencilere oranla daha düşük bir yüzdeye sahip oldukları görülmektedir. Buna gerekçe olarak cinsiyet farklılıklarından oluşan, toplumsal yargıların egemen olduğu bir anlayışa sahip ortamlarda bayan öğrencilerin beden eğitimi dersine ve ders dışı fiziksel aktivitelere katılım oranları düşük olmaktadır. Yine bayan öğrencilerin beden eğitimi öğretmenleriyle yaşadıkları iletişim eksikliği de bu oranları etkilemektedir. Bayan öğrenciler ne derse, ne de öğretmene erkek öğrenciler kadar olumlu yaklaşmamaktadır. Bu açıdan erkeklerin derslere ve ders dışı etkinliklere yönelik tutumları bayan öğrencilere göre önemli derecede pozitifdir.

Beden Eğitimi öğretmenlerinin hizmet içi eğitimi yanında, öğrencilerin ders dışı etkinliklerine katılım oranlarının istenilen seviyeye çıkarılması ve ders dışı etkinliklerin öğrencilerin beklentilerini tam olarak karşılayabilmesi sağlanmalıdır. Bu konuda cinsiyet farklılığı üzerinde biraz daha ağırlıklı durulabilir.

KAYNAKLAR

1. Varış F. Eğitim Bilimine Giriş, Atlas Kitapevi, Konya, 1994.
2. Sunay Y, Sunay H. Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersinden Beklentileri ve Beklentilerin Gerçekleşme Düzeyi, Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1(4): 36, 38, 39, 48, 1996.
3. Dayer PW, Pangraz RP. Dynamic Physical Education for Elementary School Children, 4 th Edition, Washington, Arizona, USA, s2, 1975.
4. Taşmektepligil Y, Yılmaz Ç, İmamoğlu O, Kılıçgil E. İlköğretim Okullarında Beden Eğitimi Ders Hedeflerinin Gerçekleşme Düzeyi spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4 (4): 139-147, 2006.
5. Pehlivan Z. Fair-Play kavramının geliştirilmesinde Okul Sporunun Yeri, Spormetre, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Ankara Üniversitesi Basevi, Ankara, s 52,2004.
6. Demirhan G, Altay F. Lise Birinci Sınıf Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spora İlişkin Tutum Ölçeği 2, Spor Bilimleri Dergisi, 12(2): Ankara, s 12, 2001.
7. Kaya O, Murathan T, Murathan F. İlköğretim Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersine İlişkin Tutumları, 9. Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu (20-22 Mayıs 2010), Elazığ, ss, 428-430, 2010.
8. Pehlivan Z, Öksüzoğlu P. İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersinden beklentileri, 9. Uluslar arası spor bilimleri kongresi , Bildiri kitabı, s 639, Nobel Yayın ve Dağıtım , Muğla,2006.
9. Çinkır Ş. Okulda etkili öğretmen-öğrenci ilişkisinin yönetimi, Milli Eğitim Dergisi, sayı,161, s 154,2004.
10. Köse E. İlköğretim düzeyinde ders dışı etkiliklerin akademik başarıya ve okul kültürünü algılamaya etkisi, Doktora tezi, s25, 2003.
11. Gözaydın G, 13-14 Yaş okul çağı ergenlik döneminde uygulanan dans yüzme ve tenis etkinliklerinin çocuğun sosyal gelişimine etkisi, 9.Uluslararası spor bilimler kongresi Muğla- Nobel yayın dağıtım, s, 55, 2006.
12. Luke MD, Cope DL. Student attitudes toward teacher behavior and program content in school physical education. Teh Physical Educator, ss, 51, 57, 66, 1994.
13. Satina B, Hullgren F. The Absent bodyof girls made visible. Embodiment as teh focus in edocation. Studies in philosohy and Education, 521, 2001.
14. Hünük D, Demirhan G. İlköğretim sekizinci sınıf, lise birinci sınıf ve üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması, Spor bilimleri Dergisi, Hacettepe Üniversitesi Ankara, 14(4):178,182, 2003.
15. Koca C, Güven B. İlköğretim 8. sınıf Kız ve Erkek öğrencilerin beden eğitimi ders ortamındaki beden yaşantıları, spor bilimleri dergisi, Hacettepe Ankara, 14(4): 171,2004.
16. Figley GE. Determinants of attitudes toward physical education, Journal of Teaching Physical Education 4, s, 229, 1985.

ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ SPOR ve PERFORMANS ARAŞTIRMALARI DERGİSİ YAYIN ve YAZIM KURALLARI KURALLARI

Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi'ne (SPD) gönderilecek çalışmalar aşağıdaki yayın kurallarını dikkate almalıdır:

- 1.Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi'nin yayın dili Türkçe ve İngilizcedir.
- 2.Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi'nde beden eğitimi ve spor bilimleri alanında yapılmış ve daha önce hiçbir yayın organında yayınlanmamış özgün yazılar yayınlanır.
- 3.Tüm yazarlar dergiye yayımlanmak üzere gönderdikleri yazılarının okunup onaylandığını ve başka bir yerde yayımlanmamış ya da yayımlanmak üzere gönderilmemiş olduğunu belirten bir formu imzalayıp dergi editörlüğüne yazı ekinde bir dosya ile göndermelidirler (Ek 1: Başka yerde yayınlanmadığına dair beyan mektubu)
- 4.Dergiye yollanacak yazılar için Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi (SPD) "ulusal makale gönderim, takip ve değerlendirme sistemi" kullanılmaktadır. Yazarların bir kereye mahsus olmak üzere kayıt olup kullanıcı adı ve şifre almaları gerekmektedir.
- 5.Biçimsel kontrolü geçen her yazı, bilimsel içeriğine göre uygun hakemlere gönderilerek değerlendirmeye alınır.
- 6.Dergiye gönderilen tüm yazılar editör ve konuyla ilgili en az iki hakemin onayından geçerek ve gerekli görüldüğü takdirde istenen değişiklikler yazar/yazarlarca yapıldıktan sonra yayınlanır. Yazı hakkında önerilen değişiklikler yazarı tarafından kabul görmezse başka bir hakeme başvurmak veya yazıyı yazarına geri vermek konusunda derginin yayın kurulu yetkilidir.
- 7.Basımına karar verilen yazılarda yayın öncesi küçük yazım hataları dışında ekleme ya da çıkarma yapılamaz.
- 8.Çeşitli nedenlerden dolayı yazısının yayınlanmasından vazgeçen yazar başvurusundan itibaren iki (2) ay içerisinde yazısını geri çekebilir.
- 9.Makale yayınlanmak üzere dergiye gönderildikten sonra, tüm yazarların yazılı izni olmadan yazar isimleri silinemez, yeni isim eklenemez ve yazar sıralaması değiştirilemez.
- 10.Yayın süreci tamamlanan yazılar geliş tarihi esas alınarak yayınlanır. Ancak güncelliğini kaybetmemesi açısından bu sıra bazı öncelikli çalışmalar için uygulanmayabilir. Buna karar verme yetkisi editöre aittir.
- 11.Yazılar, Microsoft Word Windows programında, Calibri yazı karakterinde, sayfanın her tarafından 2,5 cm boşluk bırakılarak, 12 punto ve 1,5 aralık yazılarak gönderilmelidir. Tüm sayfalar başlık sayfasından başlayarak numaralandırılmalıdır.
- 12.Yazının başlığı ile Özet/Abstract başlıkları tümüyle büyük, bold ve 14 punto yazılmalıdır. Özet/Abstract metni satırbaşı yapılmadan blok halinde 9 punto, 1 aralık olarak yazılmalı ve 250 kelimeyi geçmemelidir.

Dergiye gönderilen yazılar şu sırayı izlemelidir:

- a) İlk sayfa (Yazarların Künyesi ve Makalenin Türkçe İngilizce başlığı); Yazının Türkçe ve ing başlığı sayfa ortalanacak şekilde alt alta büyük harfle 14 punto olarak yazılır ve hemen onun altında yazıdaki katkı sıralarına göre yazar/yazarların ad ve soyadları, adresleri telefon numaraları ve E-mail adresleri sola yaslanarak alt alta sıralanır. Yazarların içerisinde yazışmalardan sorumlu olacak yazarın (correspond author) yanına trnak içinde "Yazışmadan sorumlu yazar" ifadesi yazılır.
 - b) İkinci sayfadan itibaren (Makale metni Başlıktan itibaren bir bütün halinde verilir); Türkçe Başlık (sayfa ortalanarak 14 punto, kısaltma kullanılmamalıdır), Yazar(lar) adı-soyadı başlığın altına sayfa ortalanarak yazılmalı, Yazarların soyadlarının sağ üstüne konulacak rakamlar ile ilk sayfanın altına kurum adları ve adresleri (E-mail adresleri) dip not olarak eklenmelidir.
 - c) Daha sonra yazarların altına sol başa yaslanmış, 14 punto ile koyu yazılmış "Özet" (Türkçe özet metni 9 punto ve 1 satır aralığı yazılır), "İngilizce başlık" (ortalansız ve 14 punto ile koyu yazılır) ve "Abstract" (sol başa yaslanmış, 14 punto ile koyu yazılır. İngilizce özet metni 9 punto ve 1 satır aralığı yazılır)
 - d) İngilizce Abstract metnini "Giriş", "Materyal ve Metod", "Bulgular", "Tartışma". Eğer istenirse "Sonuç ve Öneriler" kısmı da ilave edilebilir-Bu bölüm başlıkları; sola yaslanmış, büyük harf, 12 punto ve koyu yazılacaktır)
 - e) Yukarıdaki bölümleri "Kaynaklar" takip eder ve gerekliyse Kaynaklar'dan önce "Teşekkür" (acknowledgements), bölümü yazılır.
- 1.Sözlü görüşmeler ve yayınlanmamış eserlere ait bildirimler (Yüksek Lisans ve Doktora Tezleri hariç) kaynak olarak kullanılmamalıdır.
 - 2.Kaynakların doğruluğundan yazar/yazarlar sorumludur.
 - 3.Gönderilen çalışmalar yayınlanmasın veya yayınlanmasın yazarlarına iade edilmez. Yayınlanmadığı durumda yazar/yazarlar bu konuyla ilgili olarak bilgilendirilirler.
 - 4.Çalışmalar yayımlanmak üzere kabul edildiği takdirde, "Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi" (SPD) çalışmanın bütün yayın haklarına sahip olur.
 - 5.Yazıları yayımlanan yazarlara telif ücreti ödenmez.
 - 6.Yayımlanmış yazının tamamının tekrar yayım hakkı derginin iznine bağlıdır.
 - 7.Yayımlanan çalışmaların bilimsel etik ve hukuki sorumluluğu yazarına/yazarlarına aittir. İnsan ve hayvan denekler için etik kurul raporu alınmalıdır. Editör gerekli gördüğünde, etik kurul onayı isteyebilir.
 - 8.Çalışması yayınlanan yazara/yazarlara derginin 1 nüshası ücretsiz olarak gönderilir.

Yazı Düzeni:

- 1)Başlık ve Yazar İsmi: Araştırmanın başlığı 13 kelimeyi geçmeyecek şekilde 14 punto olarak yazılmalıdır. Yazar/yazarların ad ve soyadları sayfa ortalanarak unvan belirtilmeden verilirken, kurum adresleri ve elektronik posta adresleri sayfa altında dipnot olarak yazılmalıdır.
- 2)Özet/Abstract: Türkçe özet (250 kelime) "Özet" başlığı altında, İngilizce özet ise, "Abstract" başlığı altında yazılmalıdır. Abstract başlığının üzerinde yazının İngilizce başlığı yer almalıdır (14 punto olarak). Özet/Abstract metinleri 250 kelimeyi geçmeyecek şekilde sol başa yaslı ve "tek satır aralığı olarak 9 punto blok halinde yazılmalıdır. Türkçe özetin hemen altında ayrı satır olarak, sol başa yaslı "Anahtar Kelimeler" (koyu), İngilizce özetin hemen altında ise "Key Words" (koyu) başlığı yer almalıdır. Anahtar kelimeler 5'i geçmemeli ve seçiminde başlıkta olmayan kelimeler tercih edilmelidir.
- 3)Ana Metin: Yeni bir sayfa olarak hazırlanmalıdır. Dergiye gönderilecek makalelerde "Calibri" yazım düzeni geçerlidir. Ana metnin 10 sayfayı geçmemesine özen gösterilmelidir. Bu sayfa kısıtlaması yayın kurulu tarafından gerektiğinde artırılabilir. Ana metin "1,5 satır aralığı" olarak yazılmalıdır. Bir araştırma makalesinde, sırası ile Giriş, Materyal ve Metod, Bulgular ve Tartışma bölümleri yer almalıdır. Gözden geçirme makalelerinde bu içeriğe dikkat edilmeyebilir.

Ana metinde yer alacak şekiller, grafikler, fotoğraflar ve çizelgeler makalenin içinde, bahsedildiği yerde verilmeli ve numaralandırılmalıdır. Şekil, grafik ve fotoğraflar JPG, TIFF formatında sunulacaktır. Tabloların üstüne tablo numarası ve başlığı yazılmalıdır. Tablolar sayfa düzenine göre ya 8 ya da 9 punto olarak yazılabilir.

4)Teşekkür (acknowledgements),: Zorunlu değildir. Ancak yazar/yazarlar, araştırmaya katkısı yararlık düzeyinde olmayan kişilere birkaç cümlelik teşekkür yazılabilir. Yazılması halinde Ana metnin sonunda ve Kaynaklar kısmından önce verilmelidir.

5)Kaynaklar: Çalışmada; mümkün olduğunca yeni ve çalışmayı doğrudan ilgilendiren kaynaklara yer verilmelidir. Kaynak sayısının 40 adeti aşmaması tavsiye edilmektedir.

6)Ana Metinde Kaynak Belirtilmesi

a)Kaynaklar belirtildikleri ilk yerden başlayarak ardışık bir şekilde numaralandırılmalıdır. Ana metin, tablolar ve başlıklar dahil her kaynak köşeli parantez [] içine alınmalıdır. Aynı kaynak başka yerde kullanıldığında ilk verilen numara ile belirtilmelidir.

b)Doğrudan alıntılar 3 satırı geçmeyecek şekilde ve tırnak içinde kullanılmalıdır. Eğer bu limiti aşarsa metin içinde 10 punto, bold karakterde ve blok halinde içerden başlayarak yazılmalıdır. Bu tür alıntılar kaynak olarak yukarıda belirtildiği gibi numaralandırılmalıdır.

c)Tablolar ardışık olarak numaralandırılmalıdır. Her bir tablo için açıklayıcı ve kısa bir başlık olmalıdır. Başlıkların sadece ilk kelimesinin baş harfi büyük, diğer tüm kelimeler ise küçük olarak 10 punto ve koyu(bold) şekilde yazılmalıdır. Her tablo sütununda da kısa bir başlık olmalıdır. Açıklayıcı bilgiler, tablo başlığında değil, tablo altında yer alacak olan not bölümünde verilmelidir. Not bölümünde sırasıyla *, **, vb. simgeleri kullanılmalıdır.

d)İnternet kaynakları zamanla silinebilir, değiştirilebilir ya da başka bir yere taşınabilir. Bu nedenle kayıtlar için bir kopyası mutlaka saklanmalıdır.

e) Ulaşılabilecek kaynaklardan elde edilemeyecek gerekli bilgiler hariç, kişisel iletişimlerin kaynak olarak kullanılmasından sakınılmalıdır. Bu tür kaynaklar numaralandırılmamalıdır. Kişisel iletişim yapılan kişinin adı ve günü belirtecek şekilde ana metinde parantez içinde belirtiniz. Bu yöntem, konuşma ya da tutulan notlar için de kullanılabilir.

7) Kaynaklar Bölümünde Kaynakların Belirtilmesi: Yazının son sayfası "Kaynaklar" başlığından oluşmalıdır.

a)Numaralandırma: Bütün kaynaklar alfabetik değil, metinde kullanılan numaralarına göre sıralandırılmalıdır.

b)Yazarlar: Her bir yazarın soyadı ve adının ilk harfi yazılmalıdır. Kaynaklarda bütün yazarlar sıralanmalıdır, fakat çalışmada 6'dan fazla yazar var ise ilk 6 yazar sıralanmalı daha sonra gelen yazarlar için Türkçe "ve ark.", İng."et al." eklenmelidir (örn. 1). Her bölümü farklı yazarın yazdığı kitaplar için şu sıra takip edilmelidir: bölüm yazarı, bölüm başlığı, editör/editörler ve kitap başlığı. (ör. 6).

c)Kitap başlıkları, bölüm başlıkları: Başlıktaki ilk harf büyük harf olarak yazılmalıdır. Geriye kalan tüm başlık özel isimler hariç küçük harflerden oluşmalıdır (örn. 3). Başlığın altı çizilmemeli ve yana eğik (italik) harf kullanmamalıdır.

d)Dergi yayınlanan yazı gösteriminde: Dergi başlığının kısaltması (veya tam ismi olabilir), nokta, yıl, noktalı virgül, cilt, parantez içinde sayı, iki nokta üst üste, sayfa aralığı ve nokta olarak sıralanmalıdır. Örneğin, Brain Res. 2002;935(1-2):40-6.

e)Sayfalar: Dergiler için sadece bilginin bulunduğu sayfa değil makalenin ya da bölümün tam sayfa aralığı verilmelidir. Ancak kitaplar için sayfa sayısı verilmemelidir; sözlükten alıntılarda ise sayfa numarası belirtilebilir (örn. 7) ve ayrıca kitaptaki bir bölüm yazarı ve sayfa aralığı belirttikere kaynak olarak gösterilir (Örn. 5).

Kaynak Yazımı İçin Örnekler

1)Yazarlı Dergi Makaleleri

Rose ME, Huerbin MB, Melick J, Marion DW, Palmer AM, Schiding JK, et al. Regulation of interstitial excitatory amino acid concentrations cortical contusion injury. Brain Res. 2002;935 (1-2):40-6.

2)Yazarı Kurum Olan Dergi Makaleleri

Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. Hypertension. 2002;40(5):679-86.

3)Yazarlı Kitaplar:

Murray PR, Rosenthal KS, Kobayashi GS, Pfaller MA. Medical microbiology. 4th ed. St. Louis: Mosby; 2002.

4)Yazarı ve Yayımcısı Kurum Olan Kitaplar

Royal Adelaide Hospital; University of Adelaide, Department of Clinical Nursing. Compendium of nursing research and practice development, 1999-2000. Adelaide (Australia): Adelaide University; 2001.

5)Editörlü Kitap

Berkow R, Fletcher AJ, editors. The Merck manual of diagnosis and therapy. 16th ed. Rahway (NJ): Merck Research Laboratories; 1992.

6)Kitap Bölümü

Meltzer PS, Kallioniemi A, Trent JM. Chromosome alterations in human solid tumors. In: Vogelstein B, Kinzler KW, editors. The genetic basis of human cancer. New York: McGraw-Hill; 2002. p. 93-113.

7)Sözlükten Alıntı

Dorland's illustrated medical dictionary. 29th ed. Philadelphia: W.B. Saunders; 2000. Filamin; p. 675.

8)Gazete makalesi

Tynan T. Medical improvements lower homicide rate: study sees drop in assault rate. The Washington Post. 2002 Aug 12;Sect. A:2 (col. 4).

9)Cd-rom

Anderson SC, Poulsen KB. Anderson's electronic atlas of hematology [CD-ROM]. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2002.

10)İnternette Dergi Makalesi

Abood S. Quality improvement initiative in nursing homes: the ANA acts in an advisory role. Am J Nurs [serial on the Internet]. 2002 Jun [cited 2002 Aug 12];102(6):[about 3 p.]. Available from: <http://www.nursingworld.org/AJN/2002/june/Wawatch.htm>

11)İnternette Kitap

Foley KM, Gelband H, editors. Improving palliative care for cancer [monograph on the Internet]. Washington: National Academy Press;2001[cited 2002 Jul 9]. Available from: <http://www.nap.edu/books/0309074029/html/>.

12)İnternette Sayfa/Web Sitesi

Canadian Cancer Society [homepage on the Internet]. Toronto: The Society; 2006 [updated 2006 May 12; cited 2006 Oct 17]. Available from: <http://www.cancer.ca/>.

Ek 1: Başka yerde yayınlanmadığına dair beyan mektup formatı

Sayın Editör,

" " başlıklı yazının derginizde yayınlanmak üzere gönderilmesi bilginiz dâhilindedir. Gönderilen bu yazının ilmi içeriğine ve sorumluluğuna katılıyoruz. Bu yazı daha önceden herhangi bir yerde yayınlanmamıştır ve yayın hakları halen başka bir kuruluşun tasarrufunda değildir. Yazının gözden geçirilmesi ve gerekli düzeltmeler için izin veriyoruz. Yazar olarak, yazı yayınlandığı takdirde, her türlü yayın haklarını size devretmiş olduğumuzu kabul ediyoruz. Saygılarımızla.

Ad ve Soyad:

Yazışmadan Sorumlu Yazar (Corresponding author):

Ad ve Soyad

Adres....

Fax:

E-mail:

Ek 2. SPOR VE PERFORMANS ARAşTIRMALARI DERGISİ (SPD) YAYIN HAKLARI DEVİR FORMU

.....
.....başlıklı makalenin yazar(lar)ı olarak,

yayınlanması dileğiyle makalemizi gönderiyor ve aşağıdaki şartları kabul ediyoruz.

-Makalenin her türlü yayın hakkı, Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi'ne (SPD) aittir.

-Tüm yazarlar, makalede belirtilen sıraya göre formu imzalamalıdır.

-Makale; değerlendirilmek üzere dergiye gönderildikten sonra, hiçbir aşamada, yayın hakları devir formunda belirtilen yazar isimleri ve sıralaması dışında, makaleye yazar ismi eklenemez, silinemez ve sıralamada değişiklik yapılamaz.

-Makale; derginin belirttiği yazım ve yayın kurallarına uygun olarak hazırlanmıştır.

-Makale orijinaldir. Daha önce yurtiçinde/yurtdışında, Türkçe/yabancı dilde yayınlanmamıştır veya yayınlanmak üzere değerlendirme aşamasında değildir.

-Yayın editörü, makalenin bilimsel değerlendirme sürecinin herhangi bir aşamasında, gerek gördüğü takdirde, yayınlanması istenilen dergi ve yayın kategorisini değiştirmeyi yazarlardan talep edebilir.

-Makalenin; bilimsel, etik ve hukuki sorumluluğu yazarlara aittir.

-Diğer yazarlara ulaşılamaması halinde; yazarların çalışmanın tüm aşamalarından haberdar olduklarını ve diğer yazarların sorumluluklarını, makalenin yazışma yazarı kabul eder.

Yazar/Yazarlar

İmza

1)

.....

2).....

.....

3)

.....

4)

.....

5)

.....

6)

.....

Tarih:

**ONDOKUZ MAYIS UNIVERSITY
SCHOOL of PHYSICAL EDUCATION and SPORTS,
"JOURNAL of SPORTS and PERFORMANCE RESEARCHES" SUBMISSION GUIDELINES**

The manuscripts sent to the Journal of Sports and Performance Researches should take the following publication rules into consideration:

1. The language of publication for the Journal of Sports and Performance Researches is Turkish and English.
2. In the Journal of Sports and Performance Researches, original manuscripts in the field of Physical Education and Sports which have not been published by any other journal before are published.
3. All the authors should sign a form which specifies that the manuscript sent to be published is read and approved, is not published before or sent to be published in any other journal and should send this form to the editor with a file attached to the manuscript (Attachment 1: Letter of Statement specifying that the manuscript is not published before)
4. For the manuscripts sent to the Journal of Sports and Performance Researches "national manuscript sending, tracking and evaluation system" is used. The authors should be registered and get a user name and a password.
5. Every manuscript approved for style is sent to related reviewers according to their scientific content.
6. All the manuscripts sent to the journal are published after they are approved by editor and at least two reviewers and after changes-if necessary- are made by author/authors. If the changes suggested for the manuscript are not accepted by the author, the editorial board is authorized to consult another reviewer or to send the manuscript back to the author.
7. In the manuscript approved for publication, no adding or deleting is permitted before publication except for small spelling mistakes.
8. The author who wants to cancel publication can withdraw the manuscript in two (2) months following the date of application.
9. After the manuscript is sent to the journal, author names cannot be deleted, new names cannot be added and the order of the author names cannot be changed without the written permission of all the authors.
10. Manuscripts are published according to their submission date. However, there may be some exceptions for some manuscripts in terms of timeliness. These decisions are made by editors.
11. Manuscripts should be written in Calibri, Microsoft Word Windows Programme, in 12 fonts and 1,5 spacing. There should be 2,5 cm space on each side of the page. All the pages should be numbered starting from the title page.
12. The title and Abstract titles should be written in capitals, in bold and 14 fonts. Abstract should not be indented and written in a block in 9 fonts and 1 spacing and should not exceed 250 words.

The manuscript should have the following order:

- a) The first page (authors' names and Turkish English title of the manuscript); Turkish and English title of the manuscript should be written in the middle of the page in 14 fonts with capital letters and under the title, the names and surnames, addresses, telephone numbers, and e-mail addresses of author/authors are written aligned to the left in the order of their level of contribution. The author responsible for the correspondence should be stated as "corresponding author" in quotation marks.
 - b) Following the second page (the manuscript is written starting with the title); Turkish title (in the middle of the page, 14 fonts, no abbreviations), author(s) name and surname under the title in the middle, a number should be given above the last letter of each surname and the institution name and addresses of authors (e-mail addresses) should be stated as a footnote on the first page.
 - c) Under the names of the authors, aligned to the left, "Abstract" in 14 fonts and bold (Turkish abstract should be in 9 fonts and with 1 spacing), "English Title" (in the middle, in 14 fonts and bold) and "Abstract" (aligned to the left, in 14 fonts and bold. Abstract in English is written in 9 fonts and with 1 spacing)
 - d) Abstract in English is followed by "Introduction", "Materials and Methods", "Results", "Discussion". "Results and Suggestions" can also be added. The titles of this should be aligned to the left, in capital letters, 12 fonts and bold.
 - e) Next follows the "References" and if necessary "Acknowledgements" is written before the "References".
1. Oral interviews or any documents not published (except master and doctorate theses) shouldn't be used as references.
 2. The author/authors are responsible for the accurateness of the references.
 3. The manuscripts submitted are not sent back to the authors whether they are published or not. When they are not published, the author/authors are informed.
 4. If the manuscripts are accepted to be published, the Journal of Sports and Performance Researches owns all the publication copyrights of the manuscript.
 5. No royalty is paid to the authors.
 6. The copyright for the manuscript to be published again depends on the permission of the journal.
 7. The scientific ethics and legal responsibility of the manuscript belong to the author/authors. Ethics board report should be taken for human or animal subjects. The editor can ask for the approval of the ethics board.
 8. 1 sample of the journal is sent to the author/authors free of charge.

Order of writing:

1. Title and Author Name: Title should be written in 14 fonts and should not exceed 13 words. Names and surnames of the author/authors should be written in the middle, without academic degrees and electronic mail addresses should be written under the page as footnote.
2. Abstract: Turkish abstract (250 words) should be written under the title "Özet" and English abstract should be written under the title "Abstract". The English title should be above the Abstract title (in 14 fonts). Abstract texts should not exceed 250 words, should be aligned to the left and should be written in 9 fonts with 1 spacing and in a block. Under the Turkish abstract, in a different line, aligned to the left, there should be "Key Words" (bold), and under the English abstract, in a different line, aligned to the left, there should be "Key Words" (bold). Key words should not exceed 5 and the words should not be chosen from the title.
3. Text-Only: It should be prepared as a new page. In the manuscripts to be submitted, "Calibri" should be used. Text only should not exceed 10 pages. This limitation can be extended by the Board when necessary. Text only should be written with 1,5 spacing. In a research there should be Introduction, Material and Method, Results and Discussion parts. In a review, this content may be disregarded. The figures, graphics, photographs and tables in the text should be stated at the mentioned place and should be numbered. Figures, graphics and photographs should be submitted in JPG, TIFF. Tables should have numbers and titles. The tables can be written in 8 or 9 fonts depending on the page layout.
4. Acknowledgements: This part is not compulsory. However the author/authors can write a few sentences for those who contributed to the research. The contributions of the people should be clearly stated here. If written, this part should be at the end of the text only and

before References.

5. References: References should be as new as possible and directly related to the research. It is recommended that the number of the references should not exceed 40.

6. Making references in the text

a) The references should be numbered consecutively starting from the first place they are stated. Every reference including the text only, tables and titles should be given in brackets []. If the same reference is used in another place, it should be stated with the same number given first.

b) Direct references should not exceed three lines and should be used in quotation marks. If this limit is exceeded, it should be written in 10 fonts, bold and in a block. Such references should be numbered as stated above.

c) The tables should be numbered consecutively. There should be a clear and short title for each table. Only the first letter of the title should be in capitals, all the other letters should be small and in 10 fonts and bold. There should be a short title in every table column. The table should be mentioned in the text. If the data are taken from a previously compiled data set, this should be stated in the References. Explanations should be given not in the title, but in the note part under the table. In the note part, symbols such as *, **, should be used consecutively.

d) References from the internet can be deleted, changed or moved in time. For this reason, a copy should be kept for the record.

e) Except for the necessary information that cannot be taken from accessible resources, personal contacts should not be used as references. Such references should be numbered. The person contacted should be stated in the text in parentheses with the name and address. This method can be used for interviews or notes taken.

7. References: The last page of the text should be "References".

a) Numbering: All the references should be numbered not alphabetically but in the order of the numbers used in the text and should be in 8 fonts.

b) Authors: Every author's surname and the first letter of the name should be written. All the authors should be written in the references; however, if there are more than 6 authors, the first 6 authors should be written, for the other authors "ve ark" should be added for Turkish and "et al." for the English. (example 1). For the books that have different authors for each chapters, the order should be as follows: author of the chapter, title of the chapter, editor/editors and the title of the book. (example 6).

c) Book titles, chapter titles: The first letter of the title should be in capitals. The rest of the title should be in small letters except for the proper names (example 3). The title should not be underlined and it should not be written in italics.

d) Journal: The abbreviation of the journals title (or it can be the full name), should be as period, year, semicolon, volume, number in parentheses, colon, page range and period. For example: Brain Res. 2002;935(1-2):40-6.

e) Pages: For journals, not only the page number of the information it is taken from, but also the numbers of the pages of the whole article or chapter should be written. However, page number should not be given for books; in references from dictionaries page number can be stated (example 7) and also a chapter from a book can be shown as a reference by stating the author and the page range (example 5).

Examples for writing references

1)Journal articles with authors

Rose ME, Huerbin MB, Melick J, Marion DW, Palmer AM, Schiding JK, et al. Regulation of interstitial excitatory amino acid concentrations after cortical contusion injury. Brain Res. 2002;935 (1-2):40-6.

2)Institutional Journal articles

Diabetes Prevention Program Research Group. Hypertension, insulin, and proinsulin in participants with impaired glucose tolerance. Hypertension. 2002;40(5):679-86.

3)Books with authors

Murray PR, Rosenthal KS, Kobayashi GS, Pfaller MA. Medical microbiology. 4th ed. St. Louis: Mosby; 2002.

4)Books with institutional authors and publishers

Royal Adelaide Hospital; University of Adelaide, Department of Clinical Nursing. Compendium of nursing research and practice development, 1999-2000. Adelaide (Australia): Adelaide University; 2001.

5)Books with editors

Berkow R, Fletcher AJ, editors. The Merck manual of diagnosis and therapy. 16th ed. Rahway (NJ): Merck Research Laboratories; 1992.

6)Book chapter

Meltzer PS, Kallioniemi A, Trent JM. Chromosome alterations in human solid tumors. In: Vogelstein B, Kinzler KW, editors. The genetic basis of human cancer. New York: McGraw-Hill; 2002. p. 93-113.

7)Dictionary reference

Dorland's illustrated medical dictionary. 29th ed. Philadelphia: W.B. Saunders; 2000. Filamin; p. 675.

8)Newspaper article

Tynan T. Medical improvements lower homicide rate: study sees drop in assault rate. The Washington Post. 2002 Aug 12;Sect. A:2 (col. 4).

9)Cd-rom

Anderson SC, Poulsen KB. Anderson's electronic atlas of hematology [CD-ROM]. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2002.

10)Journal article from the internet

Abood S. Quality improvement initiative in nursing homes: the ANA acts in an advisory role. Am J Nurs [serial on the Internet]. 2002 Jun [cited 2002 Aug 12];102(6):[about 3 p.]. Available from: <http://www.nursingworld.org/AJN/2002/june/Wawatch.htm>.

11)Book from the internet

Foley KM, Gelband H, editors. Improving palliative care for cancer [monograph on the Internet]. Washington: National Academy Press; 2001 [cited 2002 Jul 9]. Available from: <http://www.nap.edu/books/0309074029/html/>.

12)Page/Website from the internet

Canadian Cancer Society [homepage on the Internet]. Toronto: The Society; 2006 [updated 2006 May 12; cited 2006 Oct 17]. Available from: <http://www.cancer.ca/>.