



Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi

Journal of Sports and Performance Researches

Cilt / Vol: 10 • Sayı / Issue: 2 • Yıl / Year: 2019



DANIŞMA KURULU / Scientific Advisory Board

Dr. A. Ahmet DOĞAN,	Kırıkkale Üniversitesi
Dr. A. Faik İMAMOĞLU,	Gazi Üniversitesi
Dr. Abdullah CENİKLİ,	Gaziosmanpaşa Üniversitesi
Dr. Ahmet SANIOĞLU,	Selçuk Üniversitesi
Dr. Ajlan SAÇ,	Trakya Üniversitesi
Dr. Akan BAYRAKDAR,	Bingöl Üniversitesi
Dr. Ali KIZILET,	Marmara Üniversitesi
Dr. Ali TEKİN,	Bitlis Eren Üniversitesi
Dr. Aliye MENEVŞE,	İstanbul Esenyurt Üniversitesi
Dr. Aslan KALKAVAN,	Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi
Dr. Bade YAMAK,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Bilal ÇOBAN,	Fırat Üniversitesi
Dr. Bilal DEMİRHAN,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Birol ÇOTUK,	Marmara Üniversitesi
Dr. Burçin ÖLÇÜCÜ,	Gaziosmanpaşa Üniversitesi
Dr. Cengiz ARSLAN,	Fırat Üniversitesi
Dr. Deniz Özge Yüceloğlu KESKİN,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. E. Ahmet TERZİOĞLU,	Erzincan Üniversitesi
Dr. Egemen ERMİŞ,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Emin KURU,	Gazi Üniversitesi
Dr. Erkan DEMİRKAN,	Hitit Üniversitesi
Dr. Erman ÖNCÜ,	KTÜ
Dr. Erdal ZORBA,	Gazi Üniversitesi
Dr. Erdoğan TOZOĞLU,	Atatürk Üniversitesi
Dr. Erkut TUTKUN,	Uludağ Üniversitesi
Dr. Erol DOĞAN,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi Ankara
Dr. Ertan KILCIĞIL,	Üniversitesi
Dr. Fatih HAZAR,	Adnan Menderes Üniversitesi
Dr. Fatih KARAHÜSEYİNOĞLU,	Fırat Üniversitesi
Dr. Fatih KILINÇ,	Süleyman Demirel Üniversitesi
Dr. Fehmi TUNCEL,	Ankara Üniversitesi
Dr. Fikret SOYER,	Sakarya Üniversitesi
Dr. Gazanfer DOĞU,	Abant İzzet Baysal Üniversitesi Hitit
Dr. Güner ÇİÇEK,	Üniversitesi
Dr. Güner EKENCİ,	Gazi Üniversitesi
Dr. Halil TAŞKIN,	Selçuk Üniversitesi
Dr. Hülya AŞÇI,	Marmara Üniversitesi
Dr. Hasan KASAP,	Gedik Üniversitesi
Dr. Hürmüz KOÇ,	Çanakkale Onsekiz Mart
Dr. H. Nedim ÇETİN,	Üniversitesi Sakarya Üniversitesi
Dr. İbrahim YILDIRAN,	Gazi Üniversitesi
Dr. İlhan TOKSÖZ,	Trakya Üniversitesi
Dr. İrfan YILDIRIM,	Mersin Üniversitesi
Dr. Kadir GÖKDEMİR,	Gazi Üniversitesi
Dr. Levent BAYRAM,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Mehmet GÜNAY,	Gazi Üniversitesi
Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL,	Mersin Üniversitesi
Dr. Mehmet KILIÇ,	Selçuk Üniversitesi
Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Mehmet TÜRKMEN,	Muş Alparslan Üniversitesi
Dr. Mehmet YORULMAZLAR,	Marmara Üniversitesi
Dr. Mehmet ÇEBİ,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Metin KAYA,	Gazi Üniversitesi
Dr. Menderes KABADAYI,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Metin V. SAYIN,	Celal Bayar Üniversitesi
Dr. Murat ELİÖZ,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi

DANIŞMA KURULU / Scientific Advisory Board

Dr. Murat GÖKALP,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Murat KALDIRIMCI,	Atatürk Üniversitesi
Dr. Musa ÇON,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Mustafa ÖZDAL,	Gaziantep Üniversitesi
Dr. Necati CERRAHOĞLU,	Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi
Dr. Nurtekin ERKMEN,	Selçuk Üniversitesi
Dr. Osman İMAMOĞLU,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Ozan SEVER,	Atatürk Üniversitesi
Dr. Ömer ŞENEL,	Gazi Üniversitesi
Dr. Önder DAĞLIOĞLU,	Gaziantep Üniversitesi
Dr. Özgür BOSTANCI,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Özgür ÖZKAYA,	Ege Üniversitesi
Dr. Özkan IŞIK,	Sakarya Üniversitesi
Dr. Recep CENGİZ,	Bartın Üniversitesi
Dr. Recep KÜRKCÜ,	Amasya Üniversitesi
Dr. Reşat KARTAL,	Adnan Menderes Üniversitesi
Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU,	Fırat Üniversitesi
Dr. Semih YILMAZ,	Marmara Üniversitesi
Dr. Serkan HAZAR,	Niğde Üniversitesi
Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Sinan BOZKURT,	Marmara Üniversitesi
Dr. Soner ÇANKAYA,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Suat KARAKÜÇÜK,	Gazi Üniversitesi
Dr. Süleyman PATLAR,	Selçuk Üniversitesi
Dr. Tamer SÖKMEN,	Gazi Üniversitesi
Dr. Tayfun AMMAN,	Sakarya Üniversitesi
Dr. Tuba KIZILET	Marmara Üniversitesi
Dr. Turgut KAPLAN,	Selçuk Üniversitesi
Dr. Tülin ATAN,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Vedat ÇINAR,	Fırat Üniversitesi
Dr. Vedat ERİM,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Velittin BALCI,	Ankara Üniversitesi
Dr. Veysel KÜÇÜK,	Marmara Üniversitesi
Dr. Yakup Akif AFYON,	Muğla Üniversitesi
Dr. Yalçın KAYA,	Selçuk Üniversitesi
Dr. Yasin KELEŞ,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Yaşar BARUT,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Yavuz Selim AĞAOĞLU,	Gaziosmanpaşa Üniversitesi
Dr. Yener AKSOY,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Yıldırım KAYACAN,	Ondokuz Mayıs Üniversitesi
Dr. Yunus YILDIRIM,	Mersin Üniversitesi
Dr. Yücel OCAK,	Afyon Kocatepe Üniversitesi
Dr. Zahit SERASLAN,	Gelişim Üniversitesi
Dr. Zekai PEHLİVAN,	Mersin Üniversitesi

İngilizce Dil Editörü / English Language Editor

Aydan ERMİŞ

İstatistik Danışmanlar / Statistic Advisors

Dr. Yüksel BEK

Dr. Soner ÇANKAYA

Sekreteryaya / Secretariat

Dr. Hamza KÜÇÜK

Gül ÇAVUŞOĞLU

M. Hakan MAYDA

İÇİNDEKİLER

Hareket ve Antrenman Bilimleri

8-10 YAŞ GRUBU YÜZÜCÜLERİN 25M FARKLI STİL YÜZME PERFORMANSLARININ MOTORİK ÖZELLİKLER İLE İLİŞKİSİ

Benil KISTAK, Çiğdem BULGAN, Bergün MERİÇ BİNGÜL, Mustafa Arslan BAŞAR 94-103

ELİT BİSİKLETÇİ VE TRİATLONCULARDA ANTRENMAN SEZONUNDA FİZİKSEL PERFORMANS PARAMETRELERİYLE AŞIRI YÜKLENMENİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Zekine PÜNDÜK, Seda ÖZTÜRK 104-113

BASKETBOL OYUNCULARININ ALDIKLARI SÜRELER İLE GÖSTERDİKLERİ PERFORMANS İLİŞKİSİ: EUROLEAGUE-EUROBASKET KARŞILAŞTIRMASI

Egemen ERMİŞ, Aydan ERMİŞ, Necati Alp ERİLLİ, Erkan KONCA 114-122

17 VE 19 YAŞ ALTI KADIN MİLLİ BADMİNTON OYUNCULARININ MÜSABAKA SIRASINDA YAPTIKLARI BASİT HATALARIN KARŞILAŞTIRILMASI

Beyhan ÖZGÜR 123-130

ELİT VOLEYBOLCULARDA SERVİS ÇEŞİDİ, POZİSYON VE CİNSİYETİN SERVİS HIZINA ETKİSİ

Özge ÇINAR MEDENİ, Cengiz AKARÇEŞME, Şenay ÇEREZCİ, Nihan ÖZÜNLÜ PEKYAVAŞ, Fatma Filiz ÇOLAKOĞLU, Gül BALTACI 131-139

Psiko Sosyal Alanlar

FİZİKSEL PERFORMANS DÜZEYİ EMPATİ VE SPORTMENLİĞİ ETKİLER Mİ?: ELİT KADIN VOLEYBOLCULAR ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

Yasin ARSLAN, Gülfem SEZEN BALÇIKANLI 140-148

SPOR ETKİNLİKLERİNE YÖNELİM ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Hüseyin ÇEVİK, Kerem Yıldırım ŞİMŞEK, Anıl Onur MERCANOĞLU, Alican BAYRAM 149-163

KADINLARIN REKREASYONEL FAALİYETLERE KATILIMINDA MOTİVASYON VE ENGELLERİ İLE İLGİLİ DURUM TESPİTİ; MANİSA İLİ ÖRNEĞİ

Nimet GÜRSEL, Pınar GÜZEL, Kadir YILDIZ 164-174

GÖRME ENGELLİ FUTBOL VE FUTSALCILARIN MÜSABAKA ÖNCESİ DURUMLUK KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Mehmet YAZIÇI, Recep ÖZ, Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN, Harun BÜYÜKYILDIRIM 175-185

SPOR YAPAN VE YAPMAYAN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL BECERİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: ISPARTA ÖRNEĞİ

Mehmet Emin KOCA, Olcay SALİCİ 186-197

ACI KAYBIMIZ PROF DR. MEHMET YALÇIN TAŞMEKTEPLİGİL'İN ARDINDAN...

Değerli okurlar,

Hayata 1959 yılında Tokat'ın Niksar ilçesinde gözlerini açan Mehmet Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL, yükseköğrenim hayatına İstanbul Anadoluhisarı Gençlik ve Spor Akademisi'nde başladı. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nde Yüksek Lisans, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nde ise doktora eğitimini tamamladı. Bir süre Milli Eğitim Bakanlığı'nda öğretmen olarak görev yaptı. 1984 yılında akademik yaşama okutman olarak başlayan TAŞMEKTEPLİGİL, 2017 yılında profesör oldu. Bir dönem Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor Kulübü Başkanlığı, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği bölüm başkanlığı, dekan yardımcılığı ve Spor ve Performans Araştırmaları Dergisinin kuruculuğunu ve editörlüğünü yaptı. Son olarak da dekanlık görevini yürüten değerli bilim insanı M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL yaşam yolculuğunu 08 Temmuz 2019'da tamamlayarak ebedi istirahatine kavuştu. Amansız hastalıkla mücadelesini son güne kadar iradesi ve inancıyla sürdürdü. Görevlerini hiç aksatmadı, hiçbir zaman hastalığını bahane etmedi, mecalinin yettiği son ana kadar olağan üstü özverisi ve devletine olan sevgisiyle görevlerine devam etti. 28 Haziranda yapılan mezuniyet töreninde çok değer verdiği öğrencilerini ve arkadaşlarını yalnız bırakmadı ve onlarla son kez vedalaştı.

Yayın hayatına hocamızın önderliğinde başladığımız Spor ve Performans Araştırmaları Dergisinde böyle bir yazıyı kaleme alacağımızı hiç düşünmemiştik. Mutlaka doğumun olduğu yerde ölüm de vardır. Fakat 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. Bizler için örnek bir kişilik, baba ve abi olan Yalçın hocamız spor camiasında yetiştirdiği öğrenciler ve akademik çalışmalarıyla önemli katkılar sağladı. Akademisyen ve yönetici kimliği içinde gerek spor teşkilatının yapılandırılması ve geliştirilmesinde gerekse üniversite çatısı altında çok önemli işler başardı. Mesleki hayatında "öğrenci merkezli" yaklaşımıyla, insanları bütünleştirerek ve uzlaştırarak sorunları çözdü. Her zaman devletin çıkarlarını üstün tuttu, adaletten ayrılmadı. Bu yönüyle "yöneticilik" gerçekten onunla bütünleşen ve ona yakışan bir roldü. Bilgili, aydın, dürüst, çalışkan, özverili ve gerçek bir vatanseverdi. TAŞMEKTEPLİGİL yaşamı boyunca dokunduğu hayatlara çok derin izler bırakabilme başarısını gösterdi.

Çok kıymetli hocamızı saygıyla anıyor, bize kattığı değerler için sonsuz minnetlerimizi sunuyoruz. Bugün düşünen, sorgulayan ve muhakeme yapabilen bireyler isek en büyük katkılardan biri de kendisinindir. Senin dünyaya pozitif bakan ve spor camiasını kucaklayan düşünce anlayışının taşıyıcısı olarak ülkeye hizmeti kararlı bir şekilde sürdüreceğiz.

Çok Kıymetli Merhum YALÇIN Hocamıza Allah'tan rahmet, kederli ailesine ve öğrencilerine sabırlar dileriz. Ruhun şad olsun, Türk spor camiasının başı sağolsun.

Bu sayıyı saygıdeğer hocamız Prof. Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL'e ithaf ediyoruz.

Güle güle güzel insan...

Saygılarımızla...

Doç.Dr.Özgür BOSTANCI

Editör



8-10 YAŞ GRUBU YÜZÜCÜLERİN 25M FARKLI STİL YÜZME PERFORMANSLARININ MOTORİK ÖZELLİKLER İLE İLİŞKİSİ

Benil KISTAK¹ Çiğdem BULGAN¹ Bergün MERİÇ BİNGÜL² Mustafa Arslan BAŞAR¹

ÖZET

Bu çalışma, 8-10 yaş grubu yüzücülerin temel motorik özellikleri ile 25m dört farklı stil yüzme (kelebek, sırtüstü, kurbağalama, serbest) dereceleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya, İstanbul Teknik Üniversitesi Spor Kulübü'nden 18 kız (yaş ortalaması 9,00±0,84yıl; boy ortalaması 135,06±7,22cm; ağırlık ortalaması 32,80±7,22kg) ve 18 erkek (yaş ortalaması 9,00±0,84yıl; boy ortalaması 136,06±7,22cm; ağırlık ortalaması 34,91±7,68kg) olmak üzere toplam 36 yüzücü gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmanın birinci günü yüzücülerin flamingo denge, otur-uzan esneklik, 20m sürat koşusu, durarak uzun atlama, sit-up (mekik) testi ve 10x5m mekik koşusu ölçülmüştür. Çalışmanın ikinci gününde yüzücülerin 25m dört farklı stilde yüzme dereceleri kronometre ile kaydedilmiştir. Yüzücülerin test ortalamaları cinsiyete bağlı incelenip motor özellikleriyle yüzme derecelerinin birbirleriyle olan ilişkileri SPSS 20.0 programında Pearson Korelasyonu ile analiz edilmiştir. Sonuç olarak, durarak uzun atlama mesafesi hariç tüm testlerde kız yüzücüler erkek yüzücülere göre daha yüksek sonuçlar elde etmişlerdir. Yüzücülerin durarak uzun atlama ve sit-up (mekik) testlerinin verileriyle 25m kelebek ($r = -.600; -.659$), sırtüstü ($r = -.550; -.654$), kurbağalama ($r = -.608; -.638$) ve serbest ($r = -.561; -.608$) yüzme dereceleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki ($p < 0,05$) tespit edilmiştir. Ayrıca flamingo denge (sağ-sol), 20m sürat ve 10x5m mekik koşusu değerleri ile 25m kelebek ($r = .504; .552; .703; .710$), sırtüstü ($r = .468; .539; .599; .688$), kurbağalama ($r = .384; .429; .685; .777$) ve serbest ($r = .428; .532; .629; .625$) yüzme dereceleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Otur-uzan esneklik testiyle yüzme dereceleri arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır ($p > 0,05$).

Anahtar Kelimeler: Fiziksel Aktivite, Motorik Özellikler, Yüzme, Yüzme Stilleri.

THE RELATIONSHIP BETWEEN 25M DIFFERENT STYLE SWIMMING PERFORMANCES AND MOTOR SKILLS OF 8-10 AGE GROUP

ABSTRACT

The aim of this study was to determine the relationships between basic motor skills and 25m four different styles swimming (butterfly, backstroke, breaststroke, freestyle) of 8-10 age group swimmers. 18 female (mean age: 9.00±0.84yrs; mean height: 135.06±7.22cm; mean weight: 32.80±7.22kg) and 18 male (mean age: 9.00±0.84yrs; mean height: 136.06±7.22cm; mean weight 34.91±7.68kg) swimmers from Istanbul Technical University Sports Club participated in this study voluntarily. On the first day, flamingo balance, sit-reach test, 20m sprint, standing long jump, sit-up test and 10x5m shuttle run of the swimmers were measured. On the second day, swimmers' 25m four different styles swimming times were recorded with stopwatch. The mean test scores of the swimmers were analyzed according to gender and the relationship between motor skills and swimming times were analyzed by Pearson Correlation in SPSS 20.0 program. As a result, female swimmers had higher results than male swimmers in all tests except the long jump distance. There was statistically significant negative correlation between the distance of standing long jump and the data of sit-up test and 25m butterfly ($r = -.600; -.659$); backstroke ($r = -.550; -.654$); breaststroke ($r = -.608; -.638$) and freestyle ($r = -.561; -.608$) swimming times ($p < 0.05$). In addition, statistically significant negative correlation was found between flamingo balance (right-left), 20m sprint and 10x5m shuttle run scores with 25m butterfly ($r = .504; .552; .703; .710$), backstroke ($r = .468; .539; .599; .688$), breaststroke ($r = .384; .429; .685; .777$) and freestyle ($r = .428; .532; .629; .625$) swimming times ($p < 0.05$). No significant relationship was found between sit-reach test and swimming times ($p > 0.05$).

Keywords: Motor Skills, Physical Activity, Swimming, Swimming styles.

¹ Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İstanbul/Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: cigdembulgan@gmail.com

² Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli/Türkiye.

GİRİŞ

Sporda başarıyı getiren en önemli faktörlerden biri o branş için gerekli olan kuvvet, dayanıklılık, sürat gibi temel motorik özelliklerdir [1]. Motor gelişimi; vücut duruşu ve hareketi, baş kontrolü, oturma, emekleme, ayakta durma, yürüme, koşma, yuvarlanma, zıplama, denge gibi fonksiyonları, ince motor becerileri ise el ve ayakların kullanılması ile ilgili tutma, kavrama, yazma, çizme, kesme gibi özellikleri içermektedir [2]. Erken çocukluk döneminde, lokomotor ve nesne kontrol becerileri olarak ele alınan motor beceriler daha sonraki çocukluk döneminde oyun ve spora katkı sağlayacak becerilerdir. Erken yaşlarda kazanılan motorik özellikleri ile çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivitelerin artış düzeyi arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür [3].

Yüzme sporu, gövde ve bacakların koordineli eylemleriyle karakterize edilmiş bir dizi tekrar eden senkronize yapılan bir spor dalıdır [4]. Yüzme branşında temel motorik özelliklerin gelişimi performans açısından önemli rol oynamaktadır [5]. Yüzmede performansı etkileyen temel motorik özellikler sürat, dayanıklılık, denge ve esnekliktir. Bu özelliklerin değerlendirmeleri farklı yaş gruplarındaki yüzücülerde yapılmasına rağmen [6- 10] sonuçların yüzme derecesi ile ilişkisinin incelendiği az sayıda çalışma bulunmaktadır [11-14]. Gökhan ve ark, (2008) yüzmenin esnekliğe etkisinin olmadığını gösterirken; diğer çalışmalar kısa mesafe sürat koşu sürelerinin serbest yüzme dereceleri ile ilişkisinin olduğunu belirtmişlerdir [11,13]. Yapılan çalışmalarda sadece kısa mesafede serbest yüzme stili uygulanmış olup dört stil yüzme derecesini kullanan bir çalışma bulunmamıştır. Bu doğrultuda bu araştırmanın amacı, 8-10 yaş grubu yüzücülerin 25m farklı stil yüzme performanslarının bazı temel motorik özellikler ile ilişkisinin belirlenmesidir.

MATERYAL VE METOT

Çalışmaya İstanbul Teknik Üniversitesi Spor Kulübü'nden 8-10 yaş grubundan 18 kız (yaş ortalaması $9,00 \pm 0,84$ yıl; boy ortalaması $135,06 \pm 7,22$ cm; ağırlık ortalaması $32,80 \pm 7,22$ kg) ve 18 erkek (yaş ortalaması $9,00 \pm 0,84$ yıl; boy ortalaması $136,06 \pm 7,22$ cm; ağırlık ortalaması $34,91 \pm 7,68$ kg) olmak üzere toplam 36 yüzücü gönüllü olarak katılmıştır. Çalışmalar, İstanbul Teknik Üniversitesi Olimpik Kapalı Yüzme Havuzunda gerçekleştirilmiştir. Bu çalışma, Helsinki Deklarasyonunun önerileri ile tutarlı olarak yürütülmüştür ve denek grubu, hareket genişliklerini engelleyecek herhangi bir yaralanma yaşamayan kişilerden seçilmiştir.

Yüzücülerin boy, vücut ağırlığı ve kulaç uzunluğu ölçümü yapılmış ve vücut ağırlıkları hassasiyeti $\pm 0,1$ kg olan Premier marka elektronik banyo baskülü, boy ve kulaç uzunlukları hassasiyeti ± 1 mm olan Gool Tera 3m marka stadiometre ile yapılarak kaydedilmiştir. Buna ek olarak, yüzücülerin flamingo denge, otur-uzan esneklik, 20m sürat koşusu, durarak uzun atlama, sit-up (mekik) testleri yapılmış ve 10x5m mekik koşusu değerlendirilmeye alınmıştır. Testler, yüzücülere iki gün uygulanmıştır ve test gününden önce performans sonuçlarını etkileyecek herhangi bir yorucu antrenman yaptırılmamıştır. Ayrıca, yüzücülerin, testlere girmeden en az iki saat öncesine kadar herhangi bir ana öğün almamalarına dikkat edilmiştir. İlk gün temel motorik özellik testlerinin ölçümü yapılmış, ikinci gün ise yüzücülerin 25m farklı stil yüzme dereceleri alınmıştır. Yüzücülere, testler öncesinde 10dk dinamik kara ısınması yaptırılmış ve testler arasında yeterli dinlenme zamanı verilmiştir. Flamingo denge testinde sporcunun her iki bacağı için 1 dakikada kaç tane hata yaptığı kaydedilirken, otur-uzan ve durarak uzun atlama testleri iki tekrarlı olacak şekilde uygulanmıştır. Sit-up (mekik) testinde, 30sn içinde kaç tekrarda mekik çektiği sayılırken, iki defa uygulanarak yüzücünün en iyi derecesi kaydedilmiştir. İkinci gün, yüzme testine başlamadan önce yüzücüler eğitmenleri eşliğinde 10dk kara ve 10dk yüzme ısınması yapmışlardır. Yüzme stillerinin ölçüm sıralamaları, yarışmalarda uygulanan 'Ferdî Karışık' kategorisindeki sıralamayla aynı olacak şekilde (kelebek, sırtüstü, kurbağalama ve serbest) belirlenmiş ve bu sırayla yüzme süreleri ölçülmüştür. Her sporcu tek başına ve tek kulvarda yüzmüş olup her 25m arasında yüzücülere 10dk dinlenme arası verilmiştir. Bu çalışmada süre ile ilgili olan motorik özellik testleri ve 25m yüzme süreleri Casio marka kronometre ile alınmıştır.

Çalışma sonunda elde edilen veriler, SPSS 20 istatistik programı kullanılarak yapılmış ve yüzücülerin fiziksel parametreleri, bazı temel motorik özellikleri ve yüzme sürelerine ait ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Ayrıca, uygulanan testler sonucunda elde edilen performans süreleri ile temel motorik özelliklerinin birbirleriyle olan ilişkilerinin analizi Pearson Korelasyon testi ile yapılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Yüzücülerin Boy, Ağırlık ve Kulaç Uzunluğu Ortalamaları ve Standart Sapmaları

Cinsiyet	Boy (cm)	Ağırlık (kg)	Kulaç Uzunluğu (cm)
Kız (n=18)	135,06 \pm 7,22	32,80 \pm 7,22	135,14 \pm 8,28
Erkek (n=18)	136,06 \pm 7,22	34,91 \pm 7,68	137,42 \pm 8,11

Kız yüzücülerin sırasıyla boy, ağırlık ve kulaç uzunlukları ortalamaları 135,06±7,22cm; 32,80±7,22kg; 135,14±8,28cm olup erkek sporcuların ise 136,06±7,22cm; 34,91±7,68kg; 137,42±8,11cm ölçülmüştür (Tablo 1).

Tablo 2. Yüzücülerin Cinsiyete Bağlı Motorik Özelliklerinin Ortalamaları ve Standart Sapmaları

	KIZ	ERKEK
Flamingo Denge (Sağ) (hata sayısı)	12,28±4,50	13,89±1,84
Flamingo Denge (Sol) (hata sayısı)	12,72±4,32	13,94±1,89
Otur-Uzan Esneklik (cm)	8,17±6,11	7,11±6,02
Durarak Uzun Atlama (cm)	146,78±22,67	148,00±19,00
20m Sürat Koşusu (sn)	4,50±0,41	4,54±0,44
Sit-up (Mekik) Testi (adet)	20,44±4,77	18,83±3,88
10x5m Mekik Koşusu (sn)	37,12±3,72	38,21±3,47
25m Kelebek (sn)	29,38±6,75	29,24±7,08
25m Sirtüstü (sn)	26,45±3,72	26,58±3,45
25m Kurbağalama (sn)	33,54±9,66	33,65±7,99
25m Serbest (sn)	22,89±4,07	22,39±3,36

Yüzücülerin cinsiyete bağlı motorik özelliklerine bakıldığında kız yüzücülerin flamingo denge sağ hata sayısı 12,28±4,50 flamingo denge sol hata sayısı 12,72±4,32; erkek yüzücülerin bu değerleri sırasıyla 13,89±1,84 ve 13,94±1,89 tespit edilmiştir. Kızların esneklik değeri 8,17±6,11cm iken erkeklerin 7,11±6,02cm; kızların 20m sürat koşusu 4,50±0,41sn iken erkeklerin 4,54±0,44sn olarak ölçülmüştür. Sit-up (mekik) testinde kız yüzücülerin 20,44±4,77 iken erkek yüzücülerin 18,83±3,88; 10x5m mekik testinde kızlar 37,12±3,72sn; erkekler 38,21±3,47sn olarak hesaplanmıştır. Durarak uzun atlama mesafesi, 25m serbest ve kelebek yüzme süresi hariç diğer testlerde kız yüzücüler erkek yüzücülere göre daha iyi sonuçlar elde etmişlerdir (Tablo 2.).

Tablo 3. Yüzücülerin Cinsiyete Bağlı Motorik Özellikleri ile 25m Farklı Stil Yüzme Derecelerinin Korelasyonu

25m Yüzme Stilleri	Kelebek		Sirtüstü		Kurbağalama		Serbest	
	Kız	Erkek	Kız	Erkek	Kız	Erkek	Kız	Erkek
Flamingo Denge (Sağ) (hata sayısı)	,570*	,572*	,500*	,535*	0,389	,478*	0,445	,582*
Flamingo Denge (Sol) (hata sayısı)	,638**	,553*	,581*	,567*	,470*	0,405	,555*	,642**
Otur-Uzan Esneklik (cm)	-,226	-,011	-,367	-,193	-,313	,023	-,103	-,086
Durarak Uzun Atlama (cm)	-,775**	-,410	-,659**	-,415	-,650**	-,549*	-,705**	-,351
20m Sürat Koşusu (sn)	,819**	,602**	,688**	,513*	,680**	,704**	,738**	,529*
Sit-up (mekik) Testi (adet)	-,800**	-,536*	-,718**	-,592**	-,735**	-,520*	-,710**	-,520*
10x5m Mekik Koşusu (sn)	,890**	,549*	,866**	,494*	,870**	,679**	,729**	,537*

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

Flamingo denge (sağ) testi verileri ile 25m kelebek ve 25m sırtüstü yüzme dereceleri arasında hem kızlarda hem erkeklerde pozitif yönde ilişki tespit edilirken 25m kurbağalama ve 25m serbest yüzme dereceleri arasında erkeklerde pozitif yönde ilişki bulunmuştur($p<0,05$). Flamingo denge (sol) testi verileri ile 25m kelebek, 25m sırtüstü ve 25m serbest yüzme dereceleri arasında hem kızlarda hem erkeklerde pozitif yönde ilişki bulunurken($p<0,05$) 25m kurbağalama yüzme dereceleri arasında sadece kızlarda pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir($p<0,05$). Erkek yüzücülerin durarak uzun atlama değerleriyle 25m kurbağalama yüzme dereceleri arasında negatif yönde ilişki tespit edilirken($p<0,05$) kızların durarak uzun atlama değerleriyle 25m dört stil yüzme dereceleri arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur($p<0,05$) (Tablo 3.).

Tablo 4. Tüm Yüzücülerin (Kız-Erkek) Motorik Özellikler ile 25m Farklı Stil Yüzme Derecelerinin Korelasyonu

Testler/25m Farklı Stil	25m Kelebek	25m Sırtüstü	25m Kurbağalama	25m Serbest
Flamingo Denge (Sağ) (hata sayısı)	,504**	,468**	,384*	,428**
Flamingo Denge (Sol) (hata sayısı)	,552**	,539**	,429**	,532**
Otur-Uzan Esneklik (cm)	-,115	-,284	-,161	-,089
Durarak Uzun Atlama (cm)	-,600**	-,550**	-,608**	-,561**
20m Sürat Koşusu (sn)	,703**	,599**	,685**	,629**
Sit-up (mekik) Testi (adet)	-,659**	-,654**	-,638**	-,608**
10x5m Mekik Koşusu (sn)	,710**	,688**	,777**	,625**

* $p<0,05$; ** $p<0,01$

Yüzücülerin durarak uzun atlama ve sit-up (mekik) testlerinin verileriyle 25m kelebek ($r= -,600$; $-,659$), sırtüstü ($r= -,550$; $-,654$), kurbağalama ($r= -,608$; $-,638$) ve serbest ($r= -,561$; $-,608$) yüzme dereceleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki($p<0,05$) tespit edilmiştir. Ayrıca yüzücülerin flamingo denge (sağ-sol), 20m sürat ve 10x5m mekik koşusu değerleri ile 25m kelebek ($r= ,504$; $,552$; $,703$; $,710$), sırtüstü ($r= ,468$; $,539$; $,599$; $,688$), kurbağalama ($r= ,384$; $,429$; $,685$; $,777$) ve serbest ($r= ,428$; $,532$; $,629$; $,625$) yüzme dereceleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir($p<0,05$). Otur-uzan esneklik testiyle yüzme dereceleri arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$) (Tablo 4.).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmada, 8-10 yaş grubu yüzücülerin bazı temel motorik özellikleri incelenmiş olup denge, esneklik, durarak uzun atlama, sit-up (mekik), 20m sürat ve 10x5m mekik koşu süreleri test edilmiştir. Ayrıca dört farklı stilin (kelebek, sırtüstü, kurbağalama ve serbest) 25mdeki yüzme performansları kaydedilmiştir. Yüzmede performans süreleri birçok

faktörden etkilenmekte olup fiziksel uygunluk, antrenman düzeyi, beslenme ve motivasyon gibi durumlardan, iyileştirildiği takdirde olumlu yönde etkilenir. Bununla beraber, yüzücülerin fiziksel uygunluğunu içeren kuvvet, sürat, esneklik, dayanıklılık gibi temel motorik özellikleri de performansın en önemli bileşenlerindedir. Yapılan çalışmalar incelendiğinde, durarak uzun atlama mesafeleri 8-13 yaş grubunda en düşük değer 134,37cm olarak Gerime'nin (2003) yaptığı çalışmada bulunurken [15]; Arslan ve ark, (2007) yaptıkları çalışmada 182,00±0,21cm ile en büyük değeri bulmuşlardır [16]. Diğer çalışmalarda durarak uzun atlama mesafeleri 140cm ile 155cm aralığında değiştiği tespit edilmiştir [7,17-19]. Bu çalışmada durarak uzun atlama mesafesi kız ve erkek yüzücülerde sırasıyla 146,78±22,67cm ve 148,00±19,00cm olarak ölçülmüştür. Durarak uzun atlama mesafelerinin değişkenliği, bu yaş grubu yüzücülerin gelişmekte olduğu bir dönemde olmasından ve bireysel gelişim farklılıklarından etkilenecek birçok durumdan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. 20m sürat koşusu süreleri incelendiğinde, 10 yaş kız ve erkeklerde sırasıyla 4,07±0,25sn ve 4,02±0,20sn [6]; 12 yaş kız ve erkeklerde sırasıyla 4,02±0,50sn ve 3,66±0,50sn [7]; 8-10 yaş grubu için ortalama değer 5,08sn [20]; başka bir çalışmada ise bu ortalama 4,27sn [21] olarak ölçülmüştür. Bu araştırmada 20m sürat koşusu süre ortalaması 4,52±0,42sn ölçülmüştür ve literatüre benzerlik gösterdiği gözlemlenmiştir. Benzer yaş gruplarına uygulanan otur-uzan esneklik test sonuçları, 20,11cm [20]; 11,42cm [22]; 21,3cm [23] ve 17,82±6,44cm [24] olarak bulunmuşken; bu çalışmanın sonucunda yüzücülerde bu değer 7,64±6,00cm olarak hesaplanmış ve daha düşük olduğu tespit edilmiştir. Atasoy'un (2018) yaptığı çalışmasında da yüzücülerde otur-uzan esneklik testi sonucu 9,20±4,68cm olarak bulunmuştur [25]. Araştırma bulgularının düşük olması, sporcuların kara antrenmanlarında yeterince esneklik egzersizlerine yer vermemelerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Sit-up (mekik) testi tekrar sayıları 9-12 yaş grubunda 14 ile 21 adet olarak tespit edilirken [15,17,22,24,26,27] bu çalışmanın sonucunda sit-up (mekik) sayılarının ortalaması 19,64±4,36 olduğu ve literatüre benzerlik gösterdiği gözlemlenmiştir. Bu yaş grubu ile ilgili literatürde değişken farklılığının olması yüzücülerin yaşlarının küçük olmasına bağlı olarak gövdenin kendini kontrol edebilmesi ve gövde kaslarının hala gelişmekte olması sebep olarak gösterilebilir. Bu yaş grubuna genellikle kuvvet antrenmanları yaptırılmamaktadır. 10x5m mekik koşusu sürelerine bakıldığında, 10-12 yaş kız ve erkek öğrencilerinin sırasıyla 24,30±1,91sn ve 22,72±1,52sn ölçülmüştür [17] ve flamingo denge testinde 8-10 yaş grubunda 11,40 ve 11,12 hata sayısı bulunmuştur [25]. Yapılan bu çalışmada motorik özelliklerinden flamingo denge (sağ) ve

flamingo denge (sol) hata sayıları kız yüzücülerde sırasıyla $12,28 \pm 4,50$ ve $12,72 \pm 4,32$; erkek yüzücülerde $13,89 \pm 1,84$ ve $13,94 \pm 1,89$ bulunmuştur.

Aynı zamanda bu çalışmada, kız ve erkek yüzücülerin 25m dört farklı stil yüzme süreleri kaydedilmiştir. 25m serbest yüzme süreleri erkek yüzücülerde 11-13 yaş grubunda $22,10 \pm 2,96$ sn ve $22,35 \pm 2,71$ sn [28]; 10-11 yaş $18,37 \pm 2,49$ sn ve $18,30 \pm 3,20$ sn [29]; 9-12 yaş kız yüzücülerde $20,13 \pm 2,21$ sn ve $20,03 \pm 2,10$ sn [30] olarak ölçülmüşken yapılan bu çalışmada 25m serbest yüzme süreleri kız ve erkek yüzücülerde sırasıyla $22,89 \pm 4,07$ sn ve $22,39 \pm 3,36$ sn ölçülmüştür. Çalışmaya katılan yüzücülerin 25m performanslarının literatüre göre daha düşük olduğu söylenebilir. Bunun nedeni olarak da antrenman eksikliklerinden kaynaklanabileceği söylenebilir. Buna ek olarak, kız ve erkek yüzücülerin yüzme süreleri sırasıyla kelebek stilinde $29,38 \pm 6,75$ sn ve $29,24 \pm 7,08$ sn; sırtüstü stilinde $26,45 \pm 3,72$ sn ve $26,58 \pm 3,45$ sn; kurbağalama stilinde $33,54 \pm 9,66$ sn ve $33,65 \pm 7,99$ sn olarak ölçülmüştür ve literatürde bu yaş grubuna ait 25m dereceleri ile ilgili herhangi bir kaynağa rastlanmamıştır. Yüzücülerin, temel motorik özelliklerinden elde edilen sonuçlarıyla ile yüzme performans süreleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Korelasyon analizi sonucunda birçok motor parametrenin kısa mesafede yüzme performans dereceleriyle ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Tablo 3 ve 4). Durarak uzun atlama ve 20m sürat koşusu gibi testlerden elde edilen süre değerlerinin değişkenliği, aslında sporcuların 25m yüzme performanslarıyla da ilişkili olduğu, özellikle benzer kas gruplarının ve enerji depolarının kullanımı açısından aynı karakteristiği sağladığı yapılan çalışmada belirtilmiştir [31].

Gökhan ve ark, (2011) sekiz haftalık yüzme eğitiminin erkek sporcuların esneklik ve yatay sıçrama değerlerine bir katkısı olmadığını gözlemlemiştir ($p > 0,05$) [12]. Şen ve ark, (2000) 12–14 yaş grubu yüzücüler üzerinde yaptıkları çalışmada, kısa mesafe yüzme dereceleriyle dikey sıçrama ve 20m sürat koşusuyla arasında anlamlı ilişki bulmuştur ($p < 0,05$) [14]. Başka bir çalışmada 12-15 yaş grubu kız ve erkek sporcuların 50m serbest stil yüzme dereceleriyle 30m sürat koşu testi sonuçları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur ($p < 0,05$) [13]. Yapıcı ve ark, (2012) 12-13 yaş grubu erkek yüzücülerde yapmış oldukları çalışmada 10m, 20m, 30m sürat değerleriyle 25m ve 50m serbest stil yüzme dereceleri arasında anlamlı derecede bir ilişki bulmuştur ($p < 0,05$) [11]. Yapılan bu çalışmada ise, temel motorik özelliklerinden durarak uzun atlama ve sit-up (mekik) tekrar sayıları ile 25m kelebek ($r = -0,600$; $-0,659$), sırtüstü ($r = -0,550$; $-0,654$), kurbağalama ($r = -0,608$; $-0,638$) ve serbest ($r = -0,561$; $-0,608$) yüzme dereceleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif yönde ilişki tespit

edilmiştir($p<0,05$). Ayrıca yüzücülerin flamingo denge (sağ-sol), 20m sürat ve 10x5m mekik koşusu değerleri ile 25m kelebek ($r= ,504; ,552; ,703; ,710$), sırtüstü ($r= ,468; ,539; ,599; ,688$), kurbağalama ($r= ,384; 429; ,685; ,777$) ve serbest ($r= ,428; ,532; ,629; ,625$) yüzme dereceleri arasında ise istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir($p<0,05$). Otur-uzan esneklik testiyle yüzme dereceleri arasında anlamlı ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$). Yapılan bu çalışmadaki yüzücülerin temel motorik özellikleri ile 25m yüzme performansları arasındaki ilişki literatürde olduğu gibi bir benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak, 8-10 yaş grubu için temel motorik özelliklerin hala gelişmekte olduğu düşünüldüğünde sporcuların tüm stillerdeki yüzme performansını etkileyeceği görülmektedir. Bu yaşlarda yüzücülerin temel motorik özelliklerinin gelişimi, ilerleyen dönemlerde yüzme performansına olumlu katkılar sağlayacaktır. Temel motorik özellik testlerini kullanarak oluşturulacak norm değerleri ilerleyen dönemlerde spora yönlendirme, başarılı elit sporcuları yetiştirme ve uygun antrenman planlamada önemli rol oynayacaktır.

KAYNAKLAR

- 1- Akçakaya İ. Trakya üniversitesi futbol, atletizm ve basketbol takımlarındaki sporcuların bazı motorik ve antropometrik özelliklerinin karşılaştırılması. Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Edirne, 2009.
- 2- Durualp E, Aral N. Çocukların ince ve kaba motor gelişimlerine oyun etkinliklerinin etkisinin incelenmesi. Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2018, 20 (1): 243-258.
- 3- Draper CE, Achmat M, Forbes J, Lambert EV. Impact of a community-based programme for motor development on gross motor skills and cognitive function in preschool children from disadvantaged settings. Early Child Development and Care, 2012, 182 (1): 137- 152.
- 4- Mooney R, Corley G, Godfrey A, Quinlan LR, ÓLaighin G. Inertial Sensor Technology for Elite Swimming Performance Analysis: A Systematic Review. Sensors, 2016, 16, 18.
- 5- Kılınc H, Günay M, Kaplan Ş, Bayrakdar A. Examination of the effects of swimming exercises and thera-band workouts on dynamic and static balance in children between 7-12 years of age. Journal of Human Sciences, 2018, 15 (3): 1443-1452.
- 6- Kuruoğlu S. Temel hareket eğitiminin 10 yaş lisanslı yüzücüler üzerindeki hazır bulunuşluk etkilerinin incelenmesi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2016.
- 7- Koca B. Cimnastik, yüzme ve atletizm branşlarında yarışmalara katılan 12 yaş çocukların motor özelliklerinin karşılaştırılması. Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2014.
- 8- Atıcı M. Yüzme sporu yapan 18-24 yaş arası kadınlarda core antrenmanın bazı fizyolojik ve motorik parametrelere etkisinin araştırılması. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Muğla, 2013.
- 9- Selçuk H. 11-13 yaş grubu erkek yüzücülerde 12 haftalık terabant antrenmanının bazı motorik özellikler ile yüzme performansına etkileri. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Konya. 2013.

- 10- Yiğit M. düzenli yüzme antrenmanı yapan çocukların antropometrik gelişimlerinin incelenmesi. Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Kayseri, 2011.
- 11- Yapıcı H, Kabakçı AC, Doğan AA, Karaçalı S, Sofuoğlu M. kısa mesafe erkek yüzücülerinin 25 ve 50 metre serbest stil yüzme dereceleri ile 10-20-30 metre sürat koşusu derecelerinin karşılaştırılması. IIB International Refereed Academic Social Sciences Journal, 2012; 3 (1): 135-140.
- 12- Gökhan İ, Kürkçü R, Aysan H A, Yetişkin sedanter genç erkeklerde yüzme eğitiminin vücut kompozisyonu ve motorik özellikler üzerine etkisi. Klinik ve Deneysel Araştırmalar Dergisi, 2011; 2 (1): 69-73.
- 13- Tüzen B, Müniroğlu S, Tanılkan K. Kısa mesafe yüzücülerinin 30 metre sürat koşusu dereceleri ile 50 metre serbest stil yüzme derecelerinin karşılaştırılması. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2005; 3 (3): 97-99.
- 14- Şen P, Tanılkan K, Müniroğlu S. Ankara'daki 12- 14 yaş grubu kız – erkek uzun ve kısa mesafe yüzücülerinin dikey sıçrama derecelerinin incelenmesi. Spor Araştırmaları Dergisi, 2000; 4 (1).
- 15- Gerime G. 9–12 yaşlar arası spor yapan ve yapmayan kız – erkek öğrencilerin fiziksel uygunluklarının eurofit test bataryasıyla ölçülmesi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Muğla, 2003.
- 16- Arslan F, Kaplan T, Sanioğlu A. İlköğretim okullarındaki 8-13 yaş grubu öğrencilerin yetenek ve performans profillerinin tespiti. IV. Uluslararası Akdeniz Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, 2007, 310-315.
- 17- Mazlumoğlu B. 10-12 yaş arası spor yapan ve yapmayan kız ve erkek öğrencilerin fiziksel kondisyonlarının eurofit test bataryasıyla karşılaştırılması. Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Erzurum, 2015.
- 18- Gül GK, Seyrek E, Sugurtin M. 10-12 yaş atletizm spor eğitimi alan ve almayan erkek çocuklar arasındaki bazı antropometrik ve motorik özelliklerin karşılaştırılması. 9.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı, 2006, 181-183.
- 19- Bös K. Motorische leistungsfahigkeit von kindern und jugendlichen schorndorf: verlag karl hoffmann, 2003.
- 20- Erikoğlu G, Özkamçı H, Gholmogani N, Suveren C, Tot T, Şahin N, Selçuk Z, Zorba E, Atalay Güzel N. 7–12 yaş çocuklarda cinsiyet ve yaş gruplarına göre eurofit test bataryası ile performans parametrelerinin değerlendirilmesi. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2009, XIV(4), 49-64.
- 21- Kutlay E, Haslofça E, Haslofça F. Relatif yaşın 8-12 yaş türk erkek çocuklarda antropometrik özellikler ve motor performansla ilişkisi. Spor Hekimliği Dergisi, 2012, 47, 67-78.
- 22- Kılıç C. ilköğretim birinci kademe öğrencilerinin bazı fiziksel uygunluk seviyelerinin karşılaştırılması. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2007.
- 23- Güler D. 8-10 yaş grubu erkek çocuklarda aahperd fiziksel uygunluk test bataryasının sosyo-ekonomik düzey ile ilişkilendirilmesi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara, 2003.
- 24- Erol K. Çocuklarda fiziksel uygunluk düzeyini belirlemede kullanılan eurofit ve fitnessgram test bataryalarının Türk çocuklarında uygulanması. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2011.
- 25- Atasoy H. Yüzme antrenmanlarının 8-10 yaş performans grubu yüzücülerinin serbest stil dereceleri ile bazı antropometrik ve motorik özellikler üzerindeki etkisinin incelenmesi. İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2018.

-
- 26- Koç Y. (2009) İlk ve orta öğretim öğrencilerin fiziksel uygunlukları ile beden eğitimi dersine ilişkin tutumlarının incelenmesi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara, 2009.
- 27- Akın F. (2003) 10-12 yaş grubu öğrencilerde fiziksel uygunluk. Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 2003.
- 28- Selçuk H, Karacan S. 11-13 yaş grubu erkek yüzme sporcularında 12 haftalık terabant antrenmanının yüzme performansına etkileri. Journal of Human Sciences, 2017, 14 (4): 4958-4968.
- 29- Gencer YG, Iğdir, EC, Sahin S, Eris F. Effects of 8 weeks of plyometric exercise on certain physiological parameters and performance of swimmers. Journal of Education and Training Studies, 2018, 6 (7): 49-54.
- 30- Gencer YG. Effects of 8-week core exercises on free style swimming performance of female swimmers aged 9-12. Asian Journal of Education and Training, 2018; 4 (3): 182-185.
- 31- Yüksek S, Hatipoğlu Ö, Ayan V, Ölmez C. 9-12 yaş yüzücülerde 50 metre sürat koşusu ile 25 metre serbest stil yüzme performansları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri, 2017, 9 (2).



Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi/Received : 26.09.2018

Kabul Tarihi/Accepted : 12.07.2019

DOI: 10.17155/omuspd.464119

ELİT BİSİKLETÇİ VE TRIATLONCULARDA ANTRENMAN SEZONUNDA FİZİKSEL PERFORMANS PARAMETRELERİYLE AŞIRI YÜKLENMENİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Zekine PÜNDÜK¹

Seda ÖZTÜRK¹

ÖZET

Bu araştırma, dayanıklılık sporu yapan bisikletçi ve triatletlerde antrenman sezonu süresince yapılan fiziksel performans test parametreleriyle aşırı yüklenme belirtilerini değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya, bisikletçi (n=9) ve triatloncu (n=10) olmak üzere düzenli antrenman yapan toplam 19 sporcu katılmıştır. Sporcular antrenman sezonu içinde 8 haftalık periyodlarla 10 km zamana karşı maksimal bisiklet testi ve kademeli artan maksimal bisiklet testleri yapılarak takip edilmiştir. Veriler bilgisayar ortamında tanımlayıcı istatistikler kullanılarak değerlendirilmiştir. 10 km zamana karşı yapılan bisiklet testi sonucunda, bisikletçilerde maksimal nabız sezon sonu değeri anlamlı olmasa da düşmüş, ancak triatletlerde bu düşüş anlamlı düzeyde olmuştur (p=0,02). Maksimal hız, ortalama hız ve maksimal watt bisikletçilerde sezon sonunda artmıştır (p=,03, p=0,01, p=0,03, sırasıyla). Bu parametreler, triatloncularda anlamlı düzeyde değişmemiştir. Maksimal bisiklet testi değerlendirmesinde maksimal nabız, aerobik güç, göreceli hesaplanan maksimal watt her iki grup sporcu için sezon içinde anlamlı değişiklik göstermemiştir. Göreceli hesaplanan maksimal oksijen tüketimi (VO₂max) triatletlerde anlamlı olmasa da sezon sonu değeri düşmüştür. Sonuç olarak, performans gelişimini 10 km zamana karşı bisiklet testi, kademeli artan maksimal bisiklet testine göre daha iyi gösterdi. Dolayısıyla, 10 km zamana karşı bisiklet testi performans değerlendirmesinde daha faydalı sonuçlar verebilir. Maksimal kalp atım sayısı ve göreceli hesaplanan VO₂max sezon sonu değerleri triatletlerde düşmüştür, bu durum fonksiyonel aşırı yüklenmeye işaret edebilir.

Anahtar Kelimeler: Aşırı yüklenme, Dayanıklılık, Performans testleri.

EVALUATION OF OVERREACHING BY PHYSICAL PERFORMANCE PARAMETERS OF ELITE CYCLIST AND TRIATHLETES IN TRAINING SEASON

ABSTRACT

In this study, we aimed to evaluate overreaching symptoms by physical performance test parameters of cyclist and triathletes in training season. Elite cyclist (n=9) and triathletes (n=10) participated in the study. The physical performance parameters were followed during the training session of the athletes. Athletes performed incremental maximal cycling test and 10 km time trial test every 8 weeks during the training season. The data were evaluated by using descriptive statistics on computer. As a result of the 10 km time trial test, maximal heart rate of the cyclist decreased, although end of the season value was not significant; however it was significantly decreased in the triathletes (p=0.02). Maximal speed, average speed and maximal watt were found to increase in cyclists at the end of the season (p=0.03, p=0.01, p=0.03, respectively). These parameters were not found to change significantly in triathletes. In the incremental maximal cycle test, parameters of the maximal heart rate, aerobic power, and relative maximal watt were not significantly different during the season for both athlete groups. In triathletes, the maximal oxygen uptake (VO₂max) was decreased at the end of the season, although not significantly. In conclusion, this study results indicated that the 10 km time trial performance test results showed better performance improvement than the incremental maximal performance cycling test. Therefore, 10 km time trial test may give more useful results than the incremental maximal performance cycling test. The maximal heart rate and VO₂ max level were found to decrease at the end of the season in triathletes; and this may indicate functional overreaching of the athletes.

Key Words: Endurance, Overreaching, Performance tests.

¹Balıkesir Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Balıkesir/Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: zkn1938@gmail.com

Zekine PÜNDÜK: 0000-0002-3580-942X

Seda ÖZTÜRK: 0000-0001-8647-6218

GİRİŞ

Dayanıklılık sporlarında aşırı yüklenme fonksiyonel aşırı yüklenme (Functional overreaching) ve fonksiyonel olmayan aşırı yüklenme (Nonfunctional overreaching) olmak üzere iki şekilde tanımlanır [1]. Fonksiyonel aşırı yüklenmede artan antrenman yüküne karşın performans geçici olarak geriler ve dinlenme sonrası performans gelişir, bu durum kısa sürelidir, birkaç gün sürebilir, antrenmana pozitif adaptasyon, süper kompenzasyon olarak bilinir. Fonksiyonel olmayan aşırı yüklenme ise aşırı yüklenmeyi takiben tamamen istirahate rağmen performans gerilemeye devam eder ve bununla birlikte psikolojik, nörolojik belirtiler görülür ve bu durum birkaç ay sürebilir. Sürantrenman (Overtraining Syndrome) durumu ise performansın 2 ay sürecinde giderek daha da kötüleşmesi, ciddi fizyolojik, psikolojik, hormonal ve immün sistem belirtilerinin görülmesiyle birlikte diğer stres faktörlerinin de arttığı durum olarak tanımlanır. Bu süreçte sporcu kariyerini sonlandırabilir [1].

Birçok teoriyle ilgili olan aşırı yüklenme sendromunda aminoasitlerin [2], sitokinlerin etkisi [3,4], hipotalamus fonksiyon bozukluğu [5], otonomik dengenin bozulması [6], aşırı yüklenme sendromunun (AYS) patofizyolojisi olarak belirtilmektedir. Antioksidan kapasitenin bozulması ve oksidatif stresin artması ve oluşan yorgunluk sendromu [7] AYS'la [8] ilişkili olduğu belirtilmektedir. Aşırı yüklenme antrenmanı bireysel olarak farklılık göstermektedir. Özellikle, dayanıklılık ve kuvvet antrenmanı yapan ve günlük antrenman saati yüksek olan sporcularda AYS daha sık görülür [9]. Örneğin Avustralya milli yüzme takımının %21'inde [10] 287 İsveç elit sporcuların %37'sinde [11], İngiliz genç sporcularının %29'unda (376 sporcudan) [12] AYS olduğu tespit edilmiştir. Bundan dolayı AYS belirtilerinin erken teşhisi hem sağlık hem de sporcunun başarısı açısından önemlidir. Çalışmalarda elde edilen bulgular ışığında AYS belirtileri; fiziksel performansın göstergesi olarak VO₂max'ın %5 azalması [13,14] maksimal nabzın düşmesi [13], kas glikojen depolarının azalmasına bağlı laktat yanıtının baskılanması [15], laktat yanıtının azalmasına bağlı egzersiz şiddetini subjektif olarak algılama derecesinin artması, serum testosteron [16], kortizol hormon seviyesinin azalması [13], testosteron/kortizol oranının %30 azalması [17], oksidatif stres ve apoptozis markırların artması [18], antioksidan kapasitenin bozulması [19], total lökosit kapasitenin bozulması, natural killer (NK) hücre sayılarında azalma, nötrofil ve lenfosit fonksiyonunda [20] azalma ve tüm bu olumsuzluklar sonucunda genel sağlık durumunun bozulması ve negatif ruh durumu [19] olarak tanımlanmaktadır. Ortalama VO₂max seviyeleri 52 ml/kg/dk olan 30 bisikletçinin

katıldığı bir çalışmada 1300 km'lik bir tırmanma etabında, fiziksel-psikolojik kendini iyi hissetme durumu, antrenman yükü, istirahat nabızı günlük olarak takip edilmiş; ve yaklaşık 3 gün sonra katılımcıların %78'de fonksiyonel aşırı yüklenme belirtileri tespit edilmiştir [21].

Aşırı yüklenme sendromunda bir diğer etki, kan parametreleri üzerinde görülen değişikliklerdir. Tekrarlayan egzersizler kanda lökosit bileşenlerinde birçok değişikliğe neden olur. Lökosit ve alt grupları egzersize akut yanıt olarak artar [22]. Egzersiz sonrası toparlanma sürecinde ise daha çok nötrofil ve lenfosit miktarı artar bu artış egzersiz şiddetine bağlı olarak 6 saat kadar devam edebilir [23]. Ters olarak yoğun ve yüksek şiddetteki bir egzersiz sonrasında takiben lenfosit sayısı hızlı bir şekilde düşmeye başlar egzersiz öncesine göre bu düşüş 30 dk veya daha az sürebilir [22]. Benzer şekilde yorucu bir egzersiz sonrasında (2 saat yüksek yoğunlukta bisiklet çevirme), NK hücreleri istirahat seviyesine göre %40 azalır [24]. Dayanıklılık kaynaklı egzersizlerde nötrofil aktivasyonu egzersizin yoğunluğundan ve süresinden daha büyük miktarda etkilenmektedir. Örneğin, VO₂ max'ın %50-80 şiddetinde yapılan 1 saat bisiklet egzersizinde nötrofil aktivitesinin azaldığı rapor edilmiştir [25]. Egzersiz sonrası toparlanmanın ilk fazında nötrofil bakteriel aktivite 40 dk-1 saat arasında artmaya başlar [23]. Yapılan alışmalar dayanıklılık kaynaklı egzersizler sırasında ve sonrasında immün sistemle ilgili kan hücrelerinde akut olarak değişikliklerin olduğunu göstermektedir. Ancak, Aşırı yüklenme belirtilerini kan parametreleriyle takip etmek her zaman mümkün ve pratik olamayabilir, bundan dolayı planladığımız bu çalışmada dayanıklılık antrenmanı yapan sporcularda antrenman sezonu boyunca sezon öncesi, arası ve sonunda yapılan performans testleri ve parametreleriyle aşırı yüklenme bulgularını pratik bir şekilde belirlemeyi hedefledik.

MATERYAL VE METOT

Çalışma planı ve araştırma grubu

Çalışmaya elit düzeyde yol bisikleti ve triatlon antrenmanı yapan gönüllü kulüp sporcuları katıldı (n=19). Antrenman sezonu süresince doğal ortamlarında antrenman yapan sporculara periyodik olarak, 8 hafta arayla, sezon öncesi, sezon arası ve sezon sonu yapılan performans testleriyle değerlendirildi. Aşırı yüklenme belirtileri performans parametreleriyle takip edildi. Çalışmanın etik onayı Balıkesir Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'nun 15.11.2017 tarihli 2017/110 kararı ile alınmıştır.

Kademeli artan maksimal bisiklet testi

Sporculara 10-15 dk. serbest ısınmayı takiben, antrenman yaptıkları kendi bisiklet ergometrelerinde, başlangıç yükü 100 W olan, her 3 dakikada bir 30 W artan yüke karşı, serbest pedal çevirme hızında tükenene kadar maksimal aerobik güç testi yapıldı (Tacx T-1960 Vortex Trainer, Netherlands). Test sonunda maksimal aerobik gücü (MaxPO) hesaplamak için Maksimal Watt değeri hesaplandı. Test süresince kalp atım sayısı monitorize edilerek (Polar RS800CX, Electro, Kempele, Finland) egzersiz bırakma noktasındaki maksimum kalp atım sayısı ve subjektif olarak egzersiz şiddetini algılama derecesi, Borg Skalası (6-20) kullanılarak kaydedildi. Egzersiz daha fazla devam ettirememeye, pedal çevirme hızının 80-90 RPM'in altına düşmesi, nabzın 220-yaş formülüne göre maksimal seviyeye ulaşması, egzersiz şiddetini maksimum seviyede algılama gibi parametreler dikkate alınarak egzersiz sonlandırıldı.

10 km zamana karşı maksimal bisiklet testi

Sporcular farklı bir günde, dinlenik durumda iken serbest ısınmayı takiben 10 km'yi bisiklet ergometresinde (Tacx T-1960 Vortex Trainer, Netherlands) en kısa sürede, serbest pedal çevirme hızında (RPM) çevirdiler. Test sonrasında güç değerleri Watt (W), pedal devir (RPM) değerleri, kalp atım sayısı, testi tamamlama süresi (dk) ve hız değerleri kaydedildi ve değerlendirildi.

Sporcuların sezon içi uyguladıkları antrenman programı

Çalışmaya katılan sporcuların antrenörlerinin verdiği bilgiye göre, bisikletçilerin sezon başında, genel kondisyon çalışmaları (koşu, merdiven, ağırlık) ve toplam 4000 km yol antrenmanı; sezon ortasında sürat ve dayanıklılık çalışmaları (toplam 7000 km) ve toplam yarış mesafesinin de 1500 km olduğu, sezon sonunda ise 2000 km yol bisiklet antrenmanı yaptıklarını belirtmişlerdir.

Triatletler ise sezon başında yüzme, genel kondisyon antrenmanları (300 km), yol bisiklet antrenmanı (2500 km), koşu, genel dayanıklılık, kuvvet ve teknik (700 km); sezon ortasında yüzme, sürat, kuvvet, dayanıklılık antrenmanı (240 km), bisiklet, sürat, kuvvet, dayanıklılık (400 km), koşu, sürat, kuvvet ve dayanıklılık (600 km) çalışması; sezon sonunda ise 200 km yüzme, 1500 km bisiklet ve 500 km koşu yaptıklarını belirtmişlerdir.

Verilerin Toplanması

Verilerin analizi, SPSS istatistik paket programıyla yapılmıştır (IBM SPSS Statistics for Windows, 22.0, Armonk, NY: IBM Corp). Bağımsız iki grup arasında niceliksel sürekli verileri karşılaştırıp, değer elde etmek için t-testi, ikiden fazla bağımsız grup arasında niceliksel sürekli verileri karşılaştırıp değer elde etmek için de tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. $p \leq 0,05$ düzeyi anlamlı kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların fiziksel özellikleri

Fiziksel Değerler	Bisikletçiler	Triatletler
	(n =9)	(n =10)
Boy (cm)	174,2 (10,9)	175 (6,16)
Yaş (yıl)	21,5 (5,6)	20,4 (4,8)
Vücut ağırlığı (kg)	Sezon Öncesi	70,3 (15,9)
	Sezon Arası	72 (15,4)
	Sezon Sonu	69,8 (11,7)
		59,6 (8,9)
		59,4 (9,3)
		62 (9,09)

ANOVA sonuçlarına göre, Ortalama (SS), $P > 0,05$.

19 sporcu üzerinde yapılan bu çalışmada, araştırmaya katılan elit sporcuların (bisiklet ve triatlon) boy ve vücut ağırlıkları Tablo 1.'de gösterilmiştir. Sporcuların sezon öncesi, sezon arası ve sezon sonrası tekrarlayan testlerde vücut ağırlığında değişimler istatistiksel olarak anlamlı değildir ($p > 0,05$).

Tablo 2. Katılımcıların kademeli artan maksimal bisiklet testi ölçüm değerlerinin antrenman sezonlarına göre değerlendirilmesi

	Bisikletçiler			F, P	Triatloncular			F, P
	SÖ	SA	SS		SÖ	SA	SS	
	(Test -1)	(Test -2)	(Test -3)		(Test -1)	(Test -2)	(Test -3)	
Maksimal nabız (atım/dk)	196,6 (4,5)	192,6 (3,8)	191,1 (4,5)	0,44	192,2 (2,3)	189,5 (2,1)	193,6 (2,1)	0,86
Maksimal aerobik güç (W)	290 (20)	286 (22)	280 (17,3)	0,06	232 (12)	247 (17)	238 (16,2)	0,24
Hesaplanan maksimal watt (W)	302,6 (48)	309,6 (45,3)	301,1 (42,1)	0,05	251 (12,5)	268,8 (16,8)	247,6 (16,4)	0,54
Göreceli VO ₂ max (lt)	3,88 (0,22)	3,96 (0,23)	3,87 (0,19)	0,05	3,30 (1,62)	3,50 (1,64)	3,26 (2,97)	0,54
Egzersiz şiddetini algılama derecesi	18	18,6	18,1	0,13	18,6	17,9	18,3	0,52
				0,87				0,59

ANOVA sonuçlarına göre, Ortalama (SS), $P > 0,05$, SÖ: Sezon Öncesi, SA: Sezon Arası; SS: Sezon Sonu.

Tablo 2 incelendiğinde kademeli artan maksimal bisiklet performans verileri, maksimal nabız, maksimal aerobik güç, göreceli maksimal watt, VO₂max ve egzersiz şiddetini algılama derecelerinin antrenman sezonlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edildi (p>0,05).

Tablo 3. Katılımcıların 10 km zamana karşı bisiklet testi ölçüm değerlerinin antrenman sezonlarına göre değerlendirilmesi

	Bisikletçiler			F, P	Triatloncular			F, P
	SÖ (Test 1)	SA (Test 2)	SS (Test 3)		SÖ (Test 1)	SA (Test 2)	SS (Test 3)	
Maksimal nabız (atım/dk)	196,8 (3,2)	196,4 (4,10)	194 (5,1)	0,13 0,87	198.8* (1.97)	190,8* (2,22)	196 (3,05)	3,11 0,02 Test 1-2
Maksimal hız (km/saat)	68,9* (4,08)	65,4* (4,03)	83,4 (4,6)	* 4,22 0,03 Test 1-3	55.1 (3.2)	59,9 (3,6)	61 (2,9)	0,95 0,40
Ortalama hız (km/saat)	46,5* (3)	49,5* (1,8)	59,1* (2,9)	5,65 0,01 Test 1-3	42.4 (2.4)	45 (3)	46 (1,5)	0,58 0,56
Maksimal Watt (W)	363,1 (28,6)	338,2 (28,3)	465,8 (36,2)	4,48 0,03 Test 1-3	269.8 (21.5)	313,7 (24,6)	314,1 (22,7)	1,26 0,30
Ortalama Watt (W)	216,1 (17,8)	233 (11,5)	274,6 (39)	1,46 0,26	191.5 (13.7)	208,9 (17,6)	212,7 (9,1)	0,60 0,55
Testi tamamlama süresi (dk)	13,4* (1)	12,4 * (0,4)	10,4 * (0,5)	3,87 0,04 Test 1-3	14.9 (0.7)	13,9 (0,9)	13 (0,4)	1,40 0,26

ANOVA sonuçlarına göre, Ortalama (SS), P< 0,05, SÖ: Sezon Öncesi, SA: Sezon Arası; SS: Sezon Sonu.

Tablo 3’de 10 km zamana karşı yapılan bisiklet testi ölçüm sonuçları değerlendirilmiştir. Bisikletçilerde maksimal nabız sezon sonu değeri anlamlı olmasa da düşmüş, ancak sezon sonu değeri triatletlerde anlamlı olarak düşmüştür (p<0,02). Maksimal hız, ortalama hız maksimal watt ve testi tamamlama süresi bisikletçilerde anlamlı düzeyde gelişmiştir (p<0,03, p<0,01, p<0,03, sırasıyla). Bu parametreler triatloncularda anlamlı düzeyde değişmemiştir (p>0,05).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Yapılan bu çalışmada ilginç olarak, antrenman sezonu performans değerlendirmesinde kademeli artan maksimal bisiklet testi verilerinde anlamlı bir değişiklik kaydetmezken, 10 km zamana karşı test verilerinde olumlu gelişmeler olduğunu tespit edildi. Ayrıca rölatif VO₂max değerleri bisikletçilerde olumlu yönde gelişirken, triatletlerde ise sezon sonu değerlerinde anlamlı olmasa da düşüşler olduğu dikkati çekmektedir. Triatletlerde bu düşüş istatistiksel olarak anlamlı olmasa da sezon öncesi değere göre karşılaştırıldığında yaklaşık olarak %13 civarlarındadır. Bu düşüş bir sporcu

için anlamlı bir kayıp olarak değerlendirilebilir. Dayanıklılık sporcularında sezon içi yapılan VO₂max değerlendirmelerinde kaydedilen uzun ve kısa süreli düşüşler aşırı yüklenmenin erken belirtisi olarak düşünülmektedir ve bu anlamda çalışma sonuçlarımız diğer çalışma sonuçlarıyla da desteklenmektedir [26,14]. Bu düşüşler yapılan antrenman şiddeti ve yoğunluğuna bağlı olarak değişebilir. Yapılan bir çalışmada dayanıklılık sporcularında 3 haftalık yoğun antrenman programından sonra VO₂max değerinde %1'lik bir düşüş olduğu saptanmıştır [27]. Benzer şekilde başka bir çalışmada, dayanıklılık sporcusu olan rugby oyuncularında 6 hafta yoğun antrenman programının normal antrenman yapan kontrol grubuna göre VO₂max seviyesinde % 6 oranında düştüğünü tespit etmişlerdir [28]. Bununla birlikte, 3 hafta aşırı yükleme yapılan dayanıklılık sporcularında VO₂ max seviyesinde %3'lük düşüş rapor etmişlerdir [29]. Başka bir çalışmada ise bisikletçilerde iki haftalık normal antrenman sonrası verilen iki haftalık aşırı yükleme antrenmanını takiben VO₂max seviyesinin anlamlı olarak düştüğünü (%5) tespit etmişlerdir [14]. Aşırı yüklenme bulgusu olarak değerlendirilen VO₂max seviyesinin düşmesi dayanıklılık sporcularında takım sporlarına göre daha sık görüldüğü belirtilmektedir [14,30]. Bununla birlikte, yoğun iki hafta yapılan antrenmanın zamana karşı bisiklet performansını düşürdüğünü [14,31], dereceli olarak arttırılan antrenmanın da bazı sporcularda koşu zamanını kısaltsa bile, VO₂max seviyesini etkilemediği veya düşüşe neden olduğu gibi sonuçlar literatürde yer almaktadır [28,32]. Bundan dolayı aerobik fitness seviyesini belirlemede kullanılan VO₂max testi yerine maksimal zamana karşı bisiklet testinin daha iyi olabileceği önerisi yapılmaktadır [28,32].

Yaptığımız bu çalışmada, maksimal bisiklet testine göre 10 km zamana karşı yapılan maksimal pedal çevirme testinde değerlendirilen parametrelerin gelişimi daha anlamlı idi. Konuyla ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde, kademeli artan maksimal bisiklet egzersiz testinde aerobik performans parametreleri olarak, maksimal aerobik güç, aerobik ve anaerobik eşik gibi parametreler değerlendirilse de, spor dalına göre spesifik aerobik dayanıklılık ile ilgili geçerlilik konusunda sıkıntılar olduğu belirtilmektedir [33]. Konuyla ilgili olarak, zamana karşı bisiklet testi ve değerlendirdiği parametreler yol bisikleti yapan sporcular için aerobik dayanıklılık üzerine antrenmanın etkisini ve yarışma performansını görmek açısından daha geçerli ve güvenilir bir test olduğuna işaret edilmektedir [34,35]. Bundan dolayı bisikletçi ve triatletlerde zaman kaybını aza indirmek ve sporcuyu daha fazla test stresine sokmamak için 10 km zamana karşı bisiklet testi uygulayarak performans takibi yapmak daha anlamlı olacaktır.

Ayrıca çalışmada zamana karşı yapılan bisiklet testinde triatletlerde maksimal nabız sezon öncesi ve arası karşılaştırılmasında anlamlı fark gözlemlendi ($p < 0,05$). Yapılan çalışmalar incelendiğinde, bisikletçilerde 6 haftalık aşırı yükleme antrenmanı sonrasında maksimal nabızda %5 düşüş

kaydetmişlerdir [14]. Le Meur ve ark, (2013) aşırı yüklenme belirtisi gösteren triatletlerde normal antrene traitletlere göre maksimal nabzın %8 azaldığını tespit etmişlerdir [27]. Benzer şekilde bir çok araştırmacı da kısa ve uzun süreli aşırı yüklenme sonrasında maksimal veya submaksimal nabızda değişen varyasyonlarda düşüşler rapor etmişlerdir [36,13,37]. Bu düşüşler, fonksiyonel aşırı yüklenmenin belirtileri olarak değerlendirilebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Triatlet ve bisikletçilerde yapılan bu çalışma sonuçlarına göre sezon içi uygulanan antrenmanın performans parametrelerini geliştirmede, buna karşın maksimal nabız ve rölatif VO₂max seviyesinde sezon içi değerlerinde minimum düzeyde düşüşler olduğu tespit edilmiştir. Bu düşüşler performansta fonksiyonel aşırı yüklenme bulgusu olarak değerlendirilebilir. Muhtemelen antrenmanda verilecek yeterli dinlenme aralıklarını takiben performans verileri olumlu düzeyde etkilenecektir. Bisikletçilerde ve triatletlerde antrenmanın performansa etkisini ve aşırı yüklenme bulgularını değerlendirmek için uygulanan performans testlerinden, 10 km zamana karşı bisiklet testi uygulama pratikliği ve antrenman etkisini belirlemek aısından sporcu ve antrenörlere önerilebilir.

TEŞEKKÜR

Çalışmaya katılan sporcularla birlikte bisiklet antrenörü Gürçan ATILMAZ ve triatlon antrenörü Yüksel IŞIK'a katkılarından dolayı teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

1. Meeusen R, Duclos M, Foster C, Fry A, Gleeson M. Prevention, diagnosis, and treatment of the overtraining syndrome: Joint Consensus Statement of the European College of Sport Science and the American College of Sports Medicine. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 2013; 45(1):186-205.
2. Gastmann UA, Lehmann MJ. Overtraining and the BCAA hypothesis. *Medicine Science Sports Exercise*, 1998; 30: 1173-1178.
3. Smith II. Cytokine hypothesis of overtraining: a physiological adaptation to excessive stress? *Medicine Science Sports Exercise*, 2000; 32:317-331.
4. Steinacker JM, Lormes W, Reissnecker S, Liu Y. New aspects of the hormone and cytokine response to training. *European Journal Applied Physiology*, 2004; 9: 382-39.
5. Barron JL, Noakes TD, Levy W, Smith C, Millar RP. Hypothalamic dysfunction in overtrained athletes. *Journal Clinical Endocrinology, Metabolism*, 1985; 60: 803-806.
6. Lehmann M, Foster C, Dickhuth HH, Gastmann U. Autonomic imbalance hypothesis and overtraining syndrome. *Medicine Science Sports Exercise*, 1998;30: 1140-1145.
7. Smirnova IV, Pall ML. Elevated levels of protein carbonyls in sera of chronic fatigue syndrome patients. *Molecular Cellular Biochemistry*, 2003; 248: 93-95.
8. Finaud J, Lac G, Filaire E. Oxidative stress : relationship with exercise and training. *Sports Medicine*, 2006; 36: 327-358.

9. Slivka DR, Hailes WS, Cuddy JS, Ruby BC, (2010). Effects of 21 days of intensified training on markers of overtraining. *Journal Strength Conditioning Research*, 24(10): 2604-12.
10. Hooper, SL, Mackinnon LT, Howard A, Gordon RD, Bachmann AW. Markers for monitoring overtraining and recovery. *Medicine Science Sports Exercise*, 1995; 27: 106-112.
11. Kenttä G, Hassmen P, Raglin JS. Training practices and overtraining syndrome in swedish age-group athletes. *International Journal Sports Medicine*, 2001; 22: 460-465.
12. Matos NF, Winsley RJ, Williams CA. Prevalence of nonfunctional overreaching/overtraining in young English athletes. *Medicine Science Sports Exercise*, 2011; 43: 1287-1294.
13. Hedelin R, Kentta G, Wiklund U, Bjerle P, Henriksson-larsen K. Short-term overtraining: effects on performance, circulatory responses, and heart rate variability. *Medicine Science Sports Exercise*, 2000a; 32: 1480-1484.
14. Halson SL, Bridge MV, Meeusen R, Busschaert B, Gleeson M, Jones DA, Jeukendrup, AE. Time course of performance changes and fatigue markers during intensified training in trained cyclists. *Journal Applied Physiology*, 2002; 93: 947-956.
15. Snyder AC, Kuipers H, Cheng B, Servais R, Fransen E. Overtraining following intensified training with normal muscle glycogen. *Medicine Science Sports Exercise*, 1995; 27: 1063-1070.
16. Moore CA, Fry AC. Nonfunctional overreaching during off-season training for skill position players in collegiate American football. *Journal Strength Conditioning Research*, 2007; 21: 793-800.
17. Adlercreutz H, Härkönen M, Kuoppasalmi K, Naveri H, Huhtaniemi I, Tikkanen H, Remes K, Dessypris A, Karvonen J. Effect of training on plasma anabolic and catabolic steroid hormones and their response during physical exercise. *International Journal Sports Medicine*, 1986; 7(1): 27-28.
18. Fatouros IG, Destouni A, Margonis K, Jamurtas AZ, Vrettou C, Kouretas D, Mastorakos G, Mitrako A, Taxildaris K, Kanavakis E, Papassotiriou I. Cell-free plasma DNA as a novel marker of aseptic inflammation severity related to exercise overtraining. *Clinical Chemistry*, 2006; 52: 1820-1824.
19. Tanskanen M, Atalay M, Uusitalo A. Altered oxidative stress in over trained athletes. *Journal Sports Science*, 2010; 28: 309-317.
20. Mackinnon IT. Chronic exercise training effects on immune function. *Medicine Science Sports Exercise*, 2000; 32: 369-376.
21. Haaf TT, Staveren S.van, Oudenhoven E, Piacentini MF, Meeusen R, Roelands BB, Koenderman I, Daanen HAM, Foster C, Koning JJ. Prediction of Functional Overreaching From Subjective Fatigue and Readiness to Train After Only 3 Days of Cycling. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 2017; 12: 87-94.
22. Walsh NP, Gleeson M, Shephard RJ, Gleeson M, Woods JA, Bishop NC, Fleshner M, Green C, Pedersen BK, Hoffman-Goetz I, Rogers CJ, Northoff H, Abbasi A, Simon P. Position statement. Part one: immune function and exercise. *Exercise Immunology Review*, 2011; 17: 6–63.
23. Peake JM. Exercise-induced alterations in neutrophil degranulation and respiratory burst activity: possible mechanisms of action. *Exercise Immunology Review*, 2002; 8: 49–100.
24. Shek PN, Sabiston BH, Buguet A, Radomski MV. Strenuous exercise and immunological changes: a multiple-time-point analysis of leukocyte subsets, CD4/CD8 ratio, immunoglobulin production and NK cell response. *International Journal Sports Medicine*, 1995; 16: 466-474, 1995.

25. Robson PJ, Blannin AK, Walsh NP, Castell IM, Gleeson M. Effects of exercise intensity, duration and recovery on in vitro neutrophil function in male athletes. *Int J Sports Med*, 1999; 20: 128–135.
26. Hedelin R, Wiklund U, Bjerle P, Henriksson-larsén K. Cardiac autonomic imbalance in an overtrained athlete. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 2000b; 32(9): 1531-1533.
27. Le meur Y, Hausswirth C, Natta F, Couturier A, Bignet F, Vidal PP,(2013). A multidisciplinary approach to overreaching detection in endurance trained athletes. *Journal of Applied Physiology*, 2013. 114(3): 411-420.
28. Coutts AJ, Wallace IK, Slattery KM. Monitoring changes in performance, physiology, biochemistry, and psychology during overreaching and recovery in triathletes. *International Journal of Sports Medicine*, 2007; 28(02): 125-134.
29. Hausswirth C, Louis J, Aubry A, Bonnet G, Duffiel R, Le muer Y. Evidence of disturbed sleep patterns and increased illness in functionally overreached endurance athletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 2014; 46(5):1036-1045.
30. Lehmann M, Baumgartl P, Wiesenack C, Seidel A, Baumann H, Fischer S, Keul J. Training-overtraining: influence of a defined increase in training volume vs training intensity on performance, catecholamines and some metabolic parameters in experienced middle-and long-distance runners. *European Journal of Applied Physiology and Occupational Physiology*, 1992; 64(2): 169-177.
31. Bosquet I, Léger I, Legros P. Blood lactate response to overtraining in male endurance athletes. *European Journal of Applied Physiology*, 2001; 84(1-2):107-114.
32. Jeukendrup AE, Hesselink M, Snyder C, Kuipers H, Keizer HA. Physiological changes in male competitive cyclists after two weeks of intensified training. *International Journal of Sports Medicine*, 1992; 13(07): 534-541.
33. Dantas JL, Pereira G, Nakamura FY. Five-kilometers time trial: preliminary validation of a short test for cycling performance evaluation. *Asian Journal of Sports Medicine*, 2015; 6(3):23802
34. Currell K, Jeukendrup AE. Validity, reliability and sensitivity of measures of sporting performance. *Sports Medicine*, 2008; 38(4): 297–316.
35. Foster C, Green MA, Snyder AC, Thompson NN. Physiological responses during simulated competition. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 1993; 25(7): 877-882.
36. Bosquet I, Merkari S, Arvisais D, Aubert AE. Is heart rate a convenient tool to monitor overreaching? A systematic review of the literature. *British Journal of Sports Medicine*, 2008; 42(9): 709-714.
37. Uusitalo AI, Uusitalo AJ, Rusko HK. Heart rate and blood pressure variability during heavy training and overtraining in the female athlete. *International Journal of Sports Medicine*, 2000; 21(01): 45-53.



THE ASSOCIATION BETWEEN BASKETBALL PLAYERS' TIMES IN THE GAME AND THEIR PERFORMANCE: A COMPARISON OF EUROLEAGUE-EUROBASKET

Egemen ERMIŞ¹  Aydan ERMIŞ²  Necati Alp ERİLLİ³  Erkan KONCA⁴ 

ABSTRACT

In this study, the performances of the European players in the Euroleague teams at the Eurobasket tournament held at the end of the relevant Euroleague season were investigated. The offensive or defensive performances of the players as a result of increases or decreases in their duration time were investigated and interpreted with statistical tests.

While the changes in the players' times were not found to have an influence on the points they scored and the number of assists ($p>0.05$), they were found to have an influence on the number of rebounds they got ($p<0.05$). While statistical difference was found between players in whose rebound averages changes were found ($p<0.05$), no difference was found in other categories ($p>0.05$). The increases in the number of points, rebounds and assists of players whose times increased were found to be statistically significant ($p<0.05$). Similarly, the increases in the average rebounds and assists of players whose times in the game decreased were not found to be statistically significant ($p>0.05$), however, the increases in numerical values were found to be statistically significant ($p<0.05$).

As a result, it was determined that the players who took less time in their club teams did not perform successfully in the National teams, whereas the players who took enough time in the club teams were successful even if they took less time in the National teams. This problem is thought to be overcome by limiting the number of foreign players in the Basketball Super League in order to pave the way for promising players.

Keywords: Basketball, Eurobasket, Euroleague, Performance analysis.

BASKETBOL OYUNCULARININ ALDIKLARI SÜRELER İLE GÖSTERDİKLERİ PERFORMANS İLİŞKİSİ: EUROLEAGUE-EUROBASKET KARŞILAŞTIRMASI

ÖZET

Bu çalışmada, Euroleague takımlarında yer alan Avrupalı oyuncuların, ilgili Euroleague sezonu bitiminde gerçekleştirilen Eurobasket turnuvasındaki performansları araştırılmıştır. Oyuncuların sürelerindeki artış veya azalışlar sonucunda elde edilen hücum veya savunma performansları, istatistiksel testler ile araştırılmış ve yorumlanmıştır.

Oyuncuların sürelerindeki değişikliklerin attıkları sayılar ve asist sayıları üzerinde etkisi olmadığı bulunurken ($p>0,05$), aldıkları rebound sayısı üzerinde etkili olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Rebound ortalamalarında değişiklikler bulunan oyuncular arasında istatistiksel olarak farklılık bulunurken ($p<0,05$), diğer kategorilerde farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Aldıkları süre artan oyuncuların sayı, rebound ve asistlerindeki artışların istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Benzer şekilde, oyundaki süreleri azalan oyuncuların ortalama rebound ve asist sayılarındaki artışların istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($p>0,05$), fakat sayısal değerlerdeki artışların istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). Sonuç olarak kulüp takımlarında az süre alan oyuncuların Milli takımlarda başarılı performans sergileyemedikleri buna karşılık kulüp takımlarında yeterince süre alan oyuncuların Milli takımlarda daha az süre alsalar bile başarılı oldukları belirlenmiştir. Gelecek vaat eden oyuncuların da önünü açmak için Basketbol Süper liginde yabancı oyuncu sayısında kısıtlamaya gidilmesi ile bu sorunun aşılabacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Basketbol, Eurobasket, Euroleague, Performans analizi.

¹ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun, Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: egemen.ermis@omu.edu.tr

² Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun, Türkiye.

³ Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimleri Fakültesi, Sivas/Türkiye.

⁴ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun/Türkiye.

INTRODUCTION

Basketball is one of the most popular and attention receiving sports in the world and this interest increases each day with various organizations. The fact that the Euroleague final four organization in 2018 was shown live in 203 countries can be shown as one of the most important indicators of interest in basketball. This increase in the interest brings along more competition. All teams and players push all the limits to survive in this strong structure and to rise. In both national and international organizations, it can be seen that teams which have basketball culture and tradition are more successful. Basketball can also be defined as a sport in which all players contribute to the success of the team. For this reason, just offense and defense is not enough when the game ends. Within the collective structure of the game, offense and defense performances are assessed as a whole [1].

American National Basketball League (NBA) is the most important organization that has pioneered for this sport to be loved and to spread in the whole world. As of 2018, there are 30 teams in the league and the total value of the teams has been estimated as 49,5 billion \$. This great organization, which was viewed from tribunes by more than 22 million viewers in 2018, can also reach great masses easily in various regions of the world through investments and advertising campaigns. NBA, with successful basketball players not only from the USA but also from all parts of the world, can also be described as by far the greatest sport organization on the basis of clubs. In European basketball, Euroleague, which is the Fédération Internationale de Basketball (FIBA) organization, is the most important tournament on the basis of clubs [2,3].

Although the rules of basketball are fixed in all parts of the world, it is played differently in the two most important club organizations, NBA and Euroleague, and these both have appealing aspects. While NBA basketball is faster and has a higher tempo, the priority in Euroleague is defense. The fact that NBA teams concentrate on three-point offenses recently causes the comments that they are adopting Euroleague style basketball [4]. When the literature is reviewed, there are studies with different views on basketball. Some studies in European basketball have found that performance primarily depends on shots from 2-point field and defensive rebounds [1,5,6]. Assist, which is the most important parameter providing unity, solidarity and cooperation in the offense of a team, becomes more important as the level of league teams compete in increases. Assist is the most basic

element which builds up to a balanced and sound offense [7]. In a study conducted on home advantage in various sport branches, Leonard (1998) found a positive increase especially in offense parameters [8]. However, in games with close competition, fouls and free shots are more important in the result of the game [9,5]. Recently, studies to explore the necessities of sport competitions have become more important in order to find out the most effective behaviors increasing performance [10-12].

The purpose of this study is to research whether there is difference between the performances of players in national teams with Euroleague organization. In our study, performances of players who participated in Euroleague games played in 2012-2013, 2014-15 and 2016-17 seasons and in European Basketball Championships organized in 2013, 2015 and 2017 at the end of these seasons were assessed and compared. 15 different variables were used for 6 different organizations and the players in both tournaments were compared with their times in the games and other statistical variables and the results were interpreted.

METHOD

The data used in the study were obtained from statistical data in official websites of Euroleague and European Basketball Championships internet websites [2]. The data of the study included 15 different variables of 6 different organizations of 2012-2013, 2014-15 and 2016-17 seasons Euroleague and in European Basketball Championships organized in 2013, 2015 and 2017 at the end of these seasons. SPSS.25 program was used in the assessment. Pearson ranks correlation coefficient and paired t-test were used to compare the increase-decrease in players' times in the game and averages of points, rebounds and assists. Statistical differences between increases-decreases in time, points, assist and rebound variables were analyzed with two variable independent t-test.

RESULTS

Statistical comparisons were made in three different periods and they were performed for players who played in both Euroleague and European Basketball Championship (2013 Euroleague and 2013 European Basketball Championship, 2015 Euroleague and 2015 European Basketball Championship and 2017 Euroleague and 2017 European Basketball Championship). First, 2013 European Championship and 2012-13 Euroleague seasons were assessed. 54 players were found to play in both tournaments.

While the national team times of 34 of these players were found to decrease, the times of 20 were found to increase. Correlation values between the changes in players' times and players' point, rebound and assist values and comparison test results are given in Table 1.

Table 1. Comparison of 2013 Euroleague-Eurobasket Players' times

	r	p
Player time – Score	0.580	0.371
Player time – Rebound	0.454	0.011
Player time – Assist	0.398	0.799

When the results in Table.1. are examined, it can be seen that there is a moderate association between the changes in their times and the points they scored and the number of rebounds they got, while there is relatively low association between the number of their assists. While the changes in the players' times were not found to have an influence on the points they scored and the number of assists ($p>0.05$), they were found to have an influence on the number of rebounds they got ($p<0.05$).

Average and statistical comparison values of the increase and decrease in times, points, rebounds and assists of the players who took part in both tournaments are given in Table 2. While statistical difference was found between players in whose rebound averages changes were found ($p<0.05$), no difference was found in other categories ($p>0.05$).

Table 2. Increase-decrease comparison of 2013 Euroleague-Eurobasket players' times

	Number of players	Average	p
Decrease in average of time	34	5.72	0.423
Increase in average of time	20	6.32	
Decrease in average of scores	21	3.08	0.591
Increase in average of scores	23	2.83	
Decrease in average of rebounds	24	1.36	0.038
Increase in average of rebounds	30	1.16	
Decrease in average of assists	15	0.86	0.489
Increase in average of assists	19	0.96	

Of the 20 players whose times in the game increased, 16 (80%) increased average points, 17 (85%) increased average rebounds and 12 (60%) increased average assists. Of the 34 players whose times in the game decreased, 7 (20.5%) increased average points, 13 (38%) increased average rebounds and 7 (20.5%) increased average assists.

The increases in the number of points, rebounds and assists of players whose times increased were found to be statistically significant ($p < 0.05$). Similarly, the increases in the average rebounds and assists of players whose times in the game decreased were not found to be statistically significant ($p > 0.05$), however, the increases in numerical values were found to be statistically significant ($p < 0.05$).

Secondly, 2015 European Championship and 2014-15 Euroleague seasons were assessed. 82 players were found to play in both tournaments. While the national team times of 50 of these players were found to decrease, the times of 32 were found to increase. Correlation values between the changes in players' times and players' point, rebound and assist values and comparison test results are given in Table 3.

Table 3. Comparison of 2015 Euroleague-Eurobasket Players' times

	r	p
Player time – Score	0.516	0.821
Player time – Rebound	0.480	0.278
Player time – Assist	0.381	0.049

When the results in Table.3. are examined, it can be seen that there is a moderate association between the changes in their times and the points they scored and the number of rebounds they got, while there is relatively low association between the number of their assists. It was found that the changes in players' times did not have an influence on the points they scored and the number of rebounds and assists they got ($p < 0.05$).

Average and statistical comparison values of the increase and decrease in times, points, rebounds and assists of the players who took part in both tournaments are given in Table 4. According to these results, no difference was found in all categories ($p > 0.05$).

Table 4. Increase-decrease comparison of 2015 Euroleague-Eurobasket players' times

	Number of players	Average	p
Decrease in average of time	50	7.178	0.733
Increase in average of time	32	7.150	
Decrease in average of scores	49	3.975	0.548
Increase in average of scores	33	3.784	
Decrease in average of rebounds	48	1.362	0.893
Increase in average of rebounds	37	1.437	

	Egemen ERMİŞ	Aydan ERMİŞ	Necati Alp ERİLLİ	Erkan KONCA
Decrease in average of assists		40	1.675	0.818
Increase in average of assists		42	1.000	

Of the 32 players whose times in the game increased, 23 (71.8%) increased average points, 24 (75%) increased average rebounds and 24 (75%) increased average assists. Of the 50 players whose times in the game decreased, 10 (20%) increased average points, 13 (26%) increased average rebounds and 18 (36%) increased average assists.

The increases in the number of points, rebounds and assists of players whose times increased were found to be statistically significant ($p < 0.05$). Similarly, the increases in the average scores and rebounds of players whose times in the game decreased were not found to be statistically significant ($p > 0.05$), however, the increases in assists were found to be statistically significant ($p < 0.05$).

Thirdly, 2017 European Championship and 2016-17 Euroleague seasons were assessed. 58 players were found to play in both tournaments. While the national team times of 21 of these players were found to decrease, the times of 37 were found to increase. Correlation values between the changes in players' times and players' point, rebound and assist values and comparison test results are given in Table 5.

Table 5. Comparison of 2017 Euroleague-Eurobasket Players' times

	r	p
Player time – Score	0.584	0.011
Player time – Rebound	0.519	0.109
Player time – Assist	0.667	0.742

When the results in Table.5. are examined, it can be seen that there is a moderate association between the changes in their times and the points they scored and the number of rebounds they got, while there is relatively high association between the number of their assists. While the changes in the players' times were not found to have an influence the number of assists and the number of rebounds they got ($p > 0.05$), they were found to have an influence on the points they scored ($p < 0.05$).

Average and statistical comparison values of the increase and decrease in times, points, rebounds and assists of the players who took part in both tournaments are given in Table 6. According to these results, no difference was found in all categories ($p > 0.05$)

Table 6. Increase-decrease comparison of 2017 Euroleague-Eurobasket players' times

	Number of players	Average	p
Decrease in average of time	21	4.05	0.768
Increase in average of time	37	7.02	
Decrease in average of scores	20	3.776	0.161
Increase in average of scores	38	3.231	
Decrease in average of rebounds	27	1.344	0.132
Increase in average of rebounds	31	1.054	
Decrease in average of assits	22	0.945	0,753
Increase in average of assits	36	0.980	

Of the 37 players whose times in the game increased, 26 (70.2%) increased average points, 27 (72.9%) increased average rebounds and 32 (86.4%) increased average assists. Of the 21 players whose times in the game decreased, 2 (9.5%) increased average points, 4 (19%) increased average rebounds and 4 (19%) increased average assists.

The increases in the number of points, rebounds and assists of players whose times increased were found to be statistically significant ($p < 0.05$). The increases in the average scores, rebounds and assists of players whose times in the game decreased were not found to be statistically significant ($p > 0.05$).

DISCUSSION AND CONCLUSION

When the results of the present study are considered, it can be seen that the players who were in the game for a sufficient period of time and those who contributed directly to the score also had the average statistics in Eurobasket organizations. It can be seen that the fact that there are a lot of non-continental players recently in Euroleague teams and the high number of foreign players in some leagues cause an increase in the success of some teams [13,14]. Fenerbahçe team, which did not previously play Final-Four in any Euroleague organization, played in the finals in the last 3 seasons and got one championship. While this championship is very valuable for the club, Fenerbahçe is the team in which native players got the least amount of time in the game among the teams that were in the final-four in the last 20 years. The fact that native players in Fenerbahçe and Anadolu Efes, which are the most important 2 teams that constitute the players in Turkish National team, got very little time in games also explains the decrease Turkish national team experienced in Eurobasket organizations recently (Turkish national team ranked 17th, 14th and 14th in the last three

European championships, respectively). The best example for this is the only native player Melih Mahmutoğlu who played in the final game in Fenerbahçe Ülker team, which was the champion of Euroleague 2017, and the time he got in the game was 1:12 minutes. However, the average time the same player got in Eurobasket 2017 was 26 minutes.

In general, as the time the players got in the game increased, there were statistically significant increases in offense. Statistically, a significant association was found between time increase per game and offense characteristics ($p < 0.05$). It can be said that as the times increased, players were found to be influenced positively in terms of offense.

In the present study, as can be seen in Table 4. and Table 5., significant differences were found between the time players got and their contributions to the game. Based on these results, it can be said that the times players got in the game have a direct influence on the score and the result. Within this context, it is thought that giving more time to young players will have a positive influence on their development. However, the fact that target-oriented teams participate in organizations such as Euroleague with great budgets have a negative influence on the performances of players who play in the national team. We can see the positive effects of times given to young players in 2 players from Anadolu Efes team being transferred to NBA in 2016-2017 season and being the players who got the longest time in games they played and making the greatest contribution to the team in the games they played for the national team.

In this study, the relationship between the players playing time in basketball and their development was investigated. In Turkish Basketball Super League, all teams can have 8 foreign players in their 12 player squad. Therefore, many promising young players or National team players do not receive much time in matches. The national team performances of the players who have had less playing time in their teams are not at the desired level. These players should be allowed to take more time in their teams.

According to the results of this study, Turkish Basketball Super League can mitigate this problem with changing number of foreign players in the whole league. The number of foreign players of the teams in the league should be reduced to 5, at least 2 Turkish players must be play at the same time while the match is being played and each team must have 2

or 3 players under the age of 20. This allows young players to take more time in the game.

This is thought to make significant contributions to the development of players.

REFERENCES

1. Karipidis A, Fotinakis P, Taxildaris K, Fatouros J. Factors characterizing a successful performance in basketball. *Journal of Human Movement Studies*, 2001;41(5):385-397.
2. www.euroleague.net, www.eurobasket.com; Access dates:10-25.11.2018
3. National Basketball Association [homepage on the Internet]. Available from: <http://www.nba.com/>, Access dates:10-25.11.2018
4. Utku Özmen M. Marginal contribution of game statistics to probability of winning at different levels of competition in basketball: Evidence from the Euroleague. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 2011;11: 98-107.
5. Sampaio J, Janeira M. Statistical analyses of basketball team performance: Understanding teams' wins and losses according to a different index of ball possessions. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 2003;3(1):40-49.
6. Ribas RL, Navarro R, Tavares F, Gómez MA. Analysis of number of players involved in rebound situations in Euroleague basketball games. *Open Sports Sciences Journal*, 2011;10-13.
7. IŞık T, Gençer RT. Basketbolda takım performansının teknik analizi: iç saha ve dış saha performanslarının değerlendirilmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 2010;18(3);101-108.
8. Leonard WM. *A Sociological Perspective of Sport*. London: Allyn and Bacon, 1998.
9. Kozar B, Vaughn RE, Whitfield KE, Lord RH, Dye B. Importance of free-throws at various stages of basketball games. *Perceptual and Motor Skills*, 1994;78(1), 243-248.
10. Drust B. Performance analysis research: meeting the challenge. *J Sports Sci*. 2010;28(9):921-922.
11. Hughes MD, Bartlett R. The use of performance indicators in performance analysis. *Journal of Sports Sciences*, 2002;20, 739 – 754.
12. Nevill A, Atkinson G, Hughes M. Twenty-five years of sport performance research in the *Journal of Sports Sciences*. *J Sports Sci*. 2008;15;26(4):413-26.
13. Paulauskas R, Masiulis N, Vaquera A, Figueira BE, Sampaio J. Basketball game-related statistics that discriminate between European players competing in the NBA and in the Euroleague. *Journal of Human Kinetics*, February, 2018.
14. Suárez-Cadenas E, Courel-Ibáñez J. Shooting strategies and effectiveness after offensive rebound and its impact on game result in Euroleague basketball teams. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2017;17:3, 217-222.



Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi/Received : 04.09.2018

Kabul Tarihi/Accepted : 12.07.2019

DOI: 10.17155/omuspd.457023

17 VE 19 YAŞ ALTI KADIN MİLLİ BADMİNTON OYUNCULARININ MÜSABAKA SIRASINDA YAPTIKLARI BASİT HATALARIN KARŞILAŞTIRILMASI

Beyhan ÖZGÜR¹

ÖZET

Bu çalışmada 17 ve 19 yaş grubu kadın milli badminton oyuncularının maç ortamında yaptıkları basit hataların karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya, U19 kategorisinden 6 (yaş 17,17±0,40) ve U17 kategorisinden 15 (yaş 15,53±0,51) kadın milli badmintoncu gönüllü olarak katılmıştır. Basit hata analizi için U19 kategorisinde 9 tek kadın maçı ve U17 kategorisinde 20 tek kadın maçı değerlendirilmiştir. Basit hatalar, TH (toplamda yapılan basit hata), KTS (kaybedilen toplam sayı), BKTSY (basit hataların kaybedilen toplam sayıdaki yüzdesi), HÖK (hata ön kort), HOK (hata orta kort), HAK (hata arka kort), HAÖK (hata aut ön kort), HAOK (hata aut orta kort), HAAK (hata aut arka kort), TAH (toplam aut hatası), HFÖK (hata file ön kort), HFOK (hata file orta kort), HFAK (hata file arka kort), TFH (Toplam File Hatası) olarak değerlendirilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 22 paket programına aktarılmış ve tanımlayıcı istatistikleri için minimum, maksimum, ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Kategoriler arası ve kazanan-kazanamayan sporcular arası farkın analizi için *Mann Whitney U* testi kullanılmıştır. Sonuç olarak, U19 kategorisinde kazanan ve kazanamayan sporcuların KTS değerleri arasında anlamlı fark bulunurken ($p<0,05$), U17 kategorisinde kazanan ve kazanamayan sporcuların KTS($p<0,01$), TH, TFH ve HOK değerleri arasında anlamlı fark bulunmuştur ($p<0,05$).

Anahtar Kelimeler: Badminton, basit hata, müsabaka

COMPARISON OF UNFORCED ERRORS DURING COMPETITION OF U17 AND U19 FEMALE NATIONAL BADMINTON PLAYERS'

ABSTRACT

In this study, it was aimed to compare the unforced errors of the U17 and U19 female national badminton players during competition. 6 female badminton players from the U19 category (age 17.17±0.40) and 15 female badminton players from the U17 category (age 15.53±0.51) participated in the study voluntarily. For unforced error analysis, 9 women's single matches in the U19 category and 20 women's single matches in the U17 category were evaluated. Unforced errors were analysed as TE (error in total), TPL (total point lost), ETLPP (unforced error percentage of the total number lost), EFC (error in front court), EMC (error in mid court), EBC (error in back court), AEFC (out error in front court), AEMC (out error in mid court), AEBC (out error in back court), TAE (out error in total), NEFC (net error in front court), NEMC (net error in mid court), NEBC (net error in back court), TNE (net error in total). The obtained data were transferred to the SPSS 22 package program. Mean and standard deviation values for the descriptive statistics were calculated. *Mann Whitney U* test was used to analyse the difference between the categories and the winner and the loser. As a result, there was a significant difference between the TPL ($p<0.01$), TE, TNE and EMC values of the winner and loser athletes in the U17 category ($p<0.05$), while there was a significant difference between the TPL values of the winners and losers in the U19 category ($p<0.05$).

Keywords: Badminton, competition, unforced error.

¹ Mardin Artuklu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Mardin/Türkiye, beyhanozgur@artuklu.edu.tr

GİRİŞ

Badminton, çeşitli beceri düzeylerine sahip tüm yař gruplarında, ortasında file bulunan bir kortta raket ile kaz tüyünden yapılmış topa farklı teknikler ile vuruş yapılarak tüy topun rakip alana dūřürölüp, sayı kazanmak amacıyla oynanan olimpik bir spor dalıdır [1,2]. Müsabakalar, 21 sayılık kazanılmış 2 set üzerinden, tek erkekler, tek bayanlar, çift erkekler, çift bayanlar ve karışık çiftler olmak üzere özelleşmiş 5 farklı kategoride oynanır [3,4]. Badminton, yüksek tempolu, dinamik ve enerjik rallileri ile en hızlı oynanan raket sporu olarak bilinir [5]. Ortalama olarak 8-10 sn' lik yoğun ve şiddetli ralliler esnasında tüy topun hızı 400 km/s' nin üzerine çıkmaktadır [6,7]. Yapılan çalışmalarda, sporcuların maç esnasında toplamda 68-83 ralli gerçekleştirdikleri ve 500-800 arasında vuruş tekniği uyguladıkları bildirilmiştir [8-10]. Bu vuruş teknikleri ön, orta ve arka kort bölgelerinde, yapılan tekniğe bağlı olarak farklı yüksekliklerde uygulanmaktadır [11]. Bu tekniklerden, clear, drop ve smaç arka kort, drive ve savunma orta kort, lob, net drop ve net kill teknikleri ön kort bölgesinde gerçekleştirilir [2,4]. Oyuncuların bu şiddetli tempolarda üst düzey performans sergileyebilmeleri için kusursuz raket becerileri ile birlikte koordinasyon, çeviklik, esneklik, hız, kuvvet, güç, tutarlılık, taktik, mekansal algı, görüş açısı ve psikolojik faktörleri içeren özelliklerin üst seviyede olması gerekmektedir [12].

Badmintonda ralliler, genellikle direk sayılar, zorunlu hatalar ve basit hatalar ile sonuçlanır. Direk sayılar; yapılan vuruşun rakip oyuncu tarafından herhangi bir karşılama veya temas yapılamaması sonucunda kaybedilen sayı, zorunlu hata; rakibi tarafından sıkıştırılan ve zor pozisyonda kalan oyuncunun yaptığı vuruşun file veya aut hatası sonucunda kaybedilen sayı, basit hata; oyuncunun herhangi bir zor pozisyonda olmadığı halde yaptığı vuruşun file veya aut hatası sonucunda kaybedilen sayı olarak tanımlanmaktadır [13,14].

Londra Olimpiyat Oyunlarında yapılan basit hatalar incelendiğinde, ralliler % 40 basit hata, % 31 direk sayılar ve % 29 zorunlu hatalar ile sonuçlanmıştır [14]. Yadav ve Shukla (2011) daha az basit hata yapan sporcuların genellikle maçları galip olarak bitirdiklerini bildirmektedir [15]. Cabello-Manrique ve Gonzalez-Badillo (2003) tarafından yapılan çalışmada daha az basit hata yapan oyuncuların % 73' ünün maçları galibiyetle bitirdiği bildirilmiştir [16]. Abian-Vicen ve ark (2013) 2008 Olimpiyat Oyunlarında kadın sporcuların basit hatalar ile kaybettikleri sayıları % 48,6±9,0 olarak bulmuşlardır [13].

Literatürde, badminton müsabakaları esnasında yapılan basit hatalara yönelik çalışmalar son derece sınırlıdır ve genellikle erkek sporcuları kapsamaktadır [1,3,13-17]. Türk sporculara yönelik çalışmalar incelendiğinde, Hotaman ve ark (2018) tarafından 17 yaş grubu milli badmintoncuların müsabaka sırasında yaptıkları basit hatalar ile fiziksel performansları arasındaki ilişkiyi incelemeye yönelik bir çalışma yapıldığı görülmektedir[18]. Ancak kadın sporcuların müsabaka ortamında yaptıkları basit hatalara yönelik bir çalışma görülmemektedir.

Bu çalışmada, 17 ve 19 yaş grubu kadın milli badmintoncuların maç ortamında yaptıkları basit hataların, kategorilere ve kazanan-kazanamayan oyunculara göre karşılaştırılması amaçlanmıştır.

MATERYAL VE METOT

Araştırma Grubu

Araştırmaya, U19 kategorisinden 6 (yaş17,17±0,40) ve U17 kategorisinden15 (yaş15,53±0,51) kadın milli badmintoncu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma, 13-16 Aralık 2017 tarihlerinde Ankara'da düzenlenen uluslararası gençler badminton turnuvasında (Turkey Junior 2017) gerçekleştirilmiştir.

Basit hata analizi

U17 kategorisinde 20 ve U19 kategorisinde 9 tek kadın maçı değerlendirilmiştir. Basit hata analizi aşağıdaki şekilde yapılmıştır.

- KTS (kaybedilen toplam sayı)
- BKTSY (basit hataların kaybedilen toplam sayıdaki yüzdesi)
- TH (toplamda yapılan basit hata)
- HÖK (hata ön kort)
- HOK (hata orta kort)
- HAK (hata arka kort)
- HAÖK (hata aut ön kort)
- HAOK (hata aut orta kort)
- HAAK (hata aut arka kort)
- TAH (toplam aut hatası)

- HFÖK (hata file ön kort)
- HFOK (hata file orta kort)
- HFAK (hata file arka kort)
- TFH (toplam file hatası)

Müسابaka sırasında araştırma grubunun maçları izlenmiş ve yapılan basit hatalar, yapıldığı bölgeye göre basit hata analiz tablosuna işlenmiştir. Analiz yapan kişi sayısından fazla maç olduğunda maçlar kamera kaydına alınmış ve daha sonra analiz edilmiştir [18].

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler SPSS 22 paket programına aktarılmış ve tanımlayıcı istatistikleri için ortalama ve standart sapma değerleri hesaplanmıştır. Shapiro-Wilk testi kullanılarak verilerin normal dağılıma sahip olmadığı görülmüştür. Bu nedenle, kategoriler, kazanan ve kazanamayan sporcular arası farkın analizi için Mann Whitney U testi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1.Maç genelinde yapılan basit hataların kategorilere göre karşılaştırılması

Parametreler	U19	U17	P
	Maç (n= 9)	Maç (n=20)	
KTS	33,3±8,44	35,7±8,74	,415
BKTSY (%)	47,5±16,0	45,76±17,18	,423
TH	16,4±8,03	16,05±6,18	,850
TAH	10,0±4,35	8,80±5,09	,538
TFH	6,11±5,08	7,25±3,50	,285
HÖK	6,88±5,84	6,80±3,41	,704
HOK	2,77±2,22	3,35±2,90	,756
HAK	6,33±2,73	5,85±3,26	,602
HAÖK	4,33±4,89	4,10±3,17	,739
HAOK	1,67±1,32	1,20±1,76	,191
HAAK	4,11±1,90	3,55±1,57	,456
HFÖK	2,56±2,78	2,70±1,52	,427
HFOK	1,11±1,36	2,15±2,00	,182
HFAK	2,22±2,04	2,30±2,29	,904

p<0,05*

Tablo 1 de görüldüğü gibi, U17 ve U19 kategorileri arasında tüm parametrelerde anlamlı fark görülmemiştir (p>0,05).

Tablo 2.Kazanan ve kazanamayan sporcuların yaptıkları basit hataların karşılaştırılması

Parametreler		U19		U17	
		Maç (n) G=4 / M=5	P	Maç (n) G=9 / M=11	P
KTS	Kazanan	25,7±5,90	,013*	27,8±7,54	,000**
	Kazanamayan	39,4±3,57		42,0±0,30	
BKTSY(%)	Kazanan	46,8±18,6	,806	48,3±23,8	,761
	Kazanamayan	48,1±15,9		43,6±9,75	
TH	Kazanan	12,7±7,63	,174	13,2±7,34	,025*
	Kazanamayan	19,4±7,79		18,3±4,05	
TAH	Kazanan	8,25±3,94	,385	7,78±6,34	,194
	Kazanamayan	11,4±4,56		9,64±3,93	
TFH	Kazanan	3,75±2,50	,323	5,44±2,12	,034*
	Kazanamayan	8,00±6,08		8,73±3,79	
HÖK	Kazanan	4,50±4,43	,266	6,33±4,12	,515
	Kazanamayan	8,80±6,57		7,18±2,85	
HOK	Kazanan	2,25±0,95	900	2,11±2,47	,054*
	Kazanamayan	3,20±2,94		4,36±2,94	
HAK	Kazanan	5,00±2,16	,260	4,77±2,81	,266
	Kazanamayan	7,40±2,88		6,72±3,46	
HAÖK	Kazanan	3,25±3,30	,712	3,78±3,93	,420
	Kazanamayan	5,20±6,14		4,36±2,58	
HAOK	Kazanan	1,50±1,29	,802	0,78±1,64	,176
	Kazanamayan	1,80±1,48		1,55±1,86	
HAAK	Kazanan	3,75±1,70	,537	3,22±1,71	,483
	Kazanamayan	4,40±2,19		3,82±1,47	
HFÖK	Kazanan	1,25±1,25	,315	2,56±1,66	,721
	Kazanamayan	3,60±3,36		2,82±1,47	
HFOK	Kazanan	0,75±0,95	,606	1,33±1,22	,140
	Kazanamayan	1,40±1,67		2,82±2,31	
HFAK	Kazanan	1,25±0,50	,167	1,56±1,42	,278
	Kazanamayan	3,00±2,55		2,91±2,73	

G: Kazanan, M: Kazanamayan, p<0,05*, p<0,01**

Tablo 2 de görüldüğü gibi U19 kategorisinde kazanan ve kazanamayan sporcuların KTS değerleri arasında anlamlı fark bulunurken (p<0,05), U17 kategorisinde kazanan ve kazanamayan sporcuların KTS(p<0,01), TH, TFH ve HOK değerleri arasında anlamlı fark bulunmuştur (p<0,05).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu çalışmada U17 ve U19 milli kadın badminton oyuncularının müsabaka sırasında yaptıkları basit hatalar karşılaştırılmıştır. Literatürde basit hatalar ile ilgili sınırlı olan çalışmalar çoğunlukla maç geneline yönelik yapılmıştır. Çalışmamızda, basit hatalar maç geneline ve oyun alanı bölgelerine göre (ön kort, orta kort, arka kort) aut ve file hatası olarak değerlendirilmiştir.

Çalışma sonuçlarına göre U17 ve U19 yaş gruplarının maç genelinde yaptıkları tüm basit hata değerleri benzer bulunmuştur ($p>0,05$). BKTSY (basit hataların kaybedilen sayıdaki toplam yüzdesi) değerleri incelendiğinde, U17 grubunda % $47,07\pm 16,48$ olarak bulunurken, U19 grubunda % $47,5\pm 16,0$ olarak bulunmuştur. Çalışmamızdaki bu bulgular, 2008 Olimpiyat Oyunlarında kadın sporcuların yaptığı basit hata değerleri ($48,6\pm 9,0$) ile benzer görölmektedir[13]. Olimpiyat oyunlarına katılan sporcuların yaptığı hataların, özellikle olimpik müsabakaların oyuncular üzerinde yarattığı performansla ilgili stres, kaygı ve baskı gibi faktörlerden kaynaklandığı, bu çalışmadaki sporcuların yaptığı hataların ise teknik ve fiziksel performans seviyeleri ile ilgili olduğu düşünölmektedir. Yadav ve Shukla (2011) basit hataların genellikle dikkat, konsantrasyon, teknik veya taktiksel yetersizlikten kaynaklanabileceğini bildirmiştir [15]. Ancak erkek sporcularla karşılaştırıldığında, çalışmamızdaki basit hata değerleri 2008 Pekin (% $41,0\pm 9,46$) ve 2012 Londra (% $42,6\pm 8,89$) oyunlarındaki değerlerden yüksektir [17]. Bu fark, erkek ve kadınların sayı kazanmak için tercih ettikleri son vuruş teknikleri ile ilgili olabilir. Yapılan bir çalışmada rallilerdeki son vuruşların, tek erkeklerde smaç ve drive, tek kadınlarda ise drop tekniği ile gerçekleştiği görölmüştür [13]. Bu veriler, erkeklerin hücum ağırlıklı ve direk sayı kazanmaya, kadınların ise savunma ağırlıklı ve rakiplerine hata yaptırmaya yönelik oynadıklarını göstermektedir. Kadınlar erkekler kadar hızlı, güçlü ve patlayıcı hareketler yapamadıklarından dolayı hücum vuruşlarını daha az tercih etmektedir [18].

Kazanan ve kaybeden oyuncuların basit hataları incelendiğinde, U17 ve U19 grubunda kazanan oyuncuların kazanamayan oyunculara göre KTS (kaybedilen toplam sayı), değerleri anlamlı olarak daha az görölmüştür ($p<0,05$).U17 grubunda kazanan oyuncuların kazanamayan oyunculara göre TH (toplam hata), TFH (toplam file hatası) ve HOK (hata orta kort) değerleri anlamlı olarak daha az bulunmuştur ($p<0,05$). Başka bir çalışmada daha az hata yüzdesi yapan sporcuların galip geldiği bulunmuştur[15, 16]. Tong ve Hong (2000) tarafından yapılan çalışmada kazanan oyuncuların (% $21,20\pm 10,27$) kaybeden oyuculardan (% $25,30\pm 8,23$) daha az basit hata yaptıkları bildirilmiştir [19].

Sonuç olarak, 17 yaş grubunda toplam hata (TH), orta kort bölgesinde (HOK) ve toplamda daha az file hatası (TFH) yapan sporcuların maç kazanabilmeleri için önemli bir avantaj elde ettikleri söylenebilir. 19 yaş grubunda kazanan ve kazanamayan oyuncuların basit hata değerlerinin benzer görölmesi, müsabaka sonucunun direkt sayılar ve zorunlu

hatalar tarafından belirlendiğini göstermektedir. Badminton antrenmanlarında, arka kort ve ön kort iptal edilerek, sadece orta kort bölgesine yönelik ma şeklinde yapılan çalışmalar, basit hataların azaltılmasına katkı sağlayabilir. Gelecek çalışmalarda büyükler kategorisinde basit hataların incelenmesine ilaveten zorunlu hatalar ve direk sayılara yönelik analiz çalışmaları da yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

1. Loi YK, Kassim M. Malaysia's badminton top men's singles player performance analysis. Zulfakar International Journal of Defence Science, Engineering&Technology, 2014;1:33-42.
2. Badminton World Federation. BWF coaches' manual level 1. Kuala Lumpur. Malaysia: Badminton World Federation; 2011.
3. Chen HL, Wu CJ, Chen TC. Physiological and notational comparison of new and old scoring systems of singles matches in men's badminton. Asian Journal of Physical Education & Recreation, 2011; 17(1): 6-17.
4. Cümşütoğlu Memedov R, Kale R.Uan tüttop badminton. İstanbul: BaşakOfset; 1994.
5. Butterworth DA, Turner JD, Johnstone AJ. Coaches' perceptions of the potential use of performance analysis in badminton. International Journal of Performance Analysis in Sport, 2012; 12(2): 452-467. [Doi: 10.1080/24748668.2012.11868610](https://doi.org/10.1080/24748668.2012.11868610).
6. BankoszZ, Nawara H, Ociepa M. Assessment of simple reaction time in badminton players. Trends Sports Sci, 2013; 20: 54-61.
7. Poyraz A, Baş O, Ocak Y, Yıldırım İ, Tortop Y. Avrupa badminton takım Őampiyonasına katılan sporcuların bazı fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin karşılaştırılması. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 2015; 6 (2): 121-133.
8. Chiminazzo JGC, Barreira J, Luz LSM, Saraiva WC, Cayres JT. Technical and timing characteristics of badminton men's single: comparison between groups and play-offs stages in 2016 Rio Olympic Games. International Journal of Performance Analysis in Sport, 2018;18(2):245-254. [Doi: 10.1080/24748668.2018.1463785](https://doi.org/10.1080/24748668.2018.1463785).
9. Cabello D, Padiar P, Lees A, Rivas F. Temporal and physiological characteristics of elite womens and mens singles badminton. International Journal of Applied Sports Sciences, 2004; 16: 1-12.
10. Abdullahi Y, Coetzee B. Notational singles match analysis of male badminton players who participated in the African Badminton Championships. International Journal of Performance Analysis in Sport, 2017; 17 (1-2): 1-16. [Doi:10.1080/24748668.2017.1303955](https://doi.org/10.1080/24748668.2017.1303955).
11. Salman MH, Salman S. Badmintonda oyun kazandıran vuruşların bölgesel dağılımı ve eşitliliğinin cinsiyet faktörü açısından karşılaştırılması, In: Taşkıran Y, Sertbaş K, Atalı L, Demirdizen A, Gönener A, 2. Raket sporları sempozyumu, editörler. Kocaeli: 2005.
12. Gao RY. (2007).A comparison between Talent Identification and Development (TID) for badminton in China and the UK.Master of Philosophy, The University of Stirling, Faculty of Health Sciences and Sport.
13. Abian-Vicen J, Castanedo A, Abian P, Sampedro J. Temporal and notational comparison of badminton matches between men's singles and women's singles. International Journal

-
- of Performance Analysis in Sport, 2013; 13 (2): 310-320.[Doi: 10.1080/24748668.2013.11868650](https://doi.org/10.1080/24748668.2013.11868650).
14. [Laffaye G](#),[Phomsoupha M](#), [Dor F](#).Changes in the game characteristics of a badminton match: a longitudinal study through the Olympic game finals analysis in men’s singles. [J Sports Sci Med](#), 2015;14(3):584–590.
 15. Yadav SK, Shukla YM. Analysis of unforced errors in relation to performance in singles in badminton. *International Journal of Physical Education*, 2011;4(2):117-119.
 16. Cabello Manrique D, Gonzalez Badillo JJ. Analysis of the characteristics of competitive badminton. *British Journal of Sports Medicine*, 2003; 37(1): 62-66.
 17. Abian P, Castanedo A, Feng XQ, Abian-Vicen J. Notational comparison of men’s singles badminton matches between Olympic Games in Beijing and London. *Int J Perform Anal Sport*, 2014; 14 (1): 42-53.[Doi: 10.1080/24748668.2014.11868701](https://doi.org/10.1080/24748668.2014.11868701).
 18. Larsen K. *Badminton Europe coach education level 3*. Denmark: Broendby, 2006.
 19. Tong YM, Hong Y. The playing pattern of the world’s top single badminton players in competition-a notation analysis. *Journal of Human Movement Studies*, 2000; 38: 185-200.



EFFECTS OF SERVE TYPE, POSITION, AND GENDER ON THE SERVE SPEED OF ELITE VOLLEYBALL PLAYERS

Özge ÇINAR MEDENİ¹

Cengiz AKARÇEŞME²

Şenay ÇEREZCİ³

Nihan ÖZÜNLÜ PEKYAVAŞ³

Fatma Filiz ÇOLAKOĞLU²

Gül BALTACI⁴

ABSTRACT

Assessing and monitoring body composition is important for health. It is believed that in the future, wearable devices measuring the body composition, will be more common. The purpose of this study is to compare a wearable bioelectrical impedance measuring device, designed as a band, with a laboratory type of bioelectrical impedance device in order to investigate its reliability and validity. A total of 322 healthy people, 199 men, and 123 women participated in the study. The participants' body compositions were measured with the laboratory type of bioelectrical impedance device and recorded. Following these measurements, participants' body compositions were measured three times with the wearable bioelectrical impedance measuring device and data were recorded. The results of the measurements by both the laboratory type device and the wearable measuring device demonstrated a very high degree of correlations with each other. There were no significant differences between two devices' fat mass measurements in men, in women and in the whole group. When muscle mass data were evaluated, there were no significant differences between two devices' measurements in men and in the whole group, but there was a significant difference in women ($p < 0.001$). When wearable measuring device was compared with laboratory type of bioelectrical impedance device, fat mass measurement results were valid. However, in muscle mass measurements, there was a difference in women. When the wearable bioelectrical impedance measuring device's reliability was evaluated, it was demonstrated that the device yielded valid results. Therefore, it is concluded that the device will be useful for self-monitoring the body composition.

Keywords: Body Composition, ideal body weight, wearable electronic devices

ELİT VOLEYBOLCULARDA SERVİS ÇEŞİDİ, POZİSYON VE CİNSİYETİN SERVİS HIZINA ETKİSİ

ÖZET

Voleybolda sıçrayarak kullanılan servisler en sık kullanılan servislerdir. Servis çeşitleri arasında en hızlısı smaç servistir. Bu çalışmaya 120 kadın ve 134 erkek voleybol oyuncusu dahil edildi. Toplamda kadın oyuncular 2872 servis (smaç servis (SS)=163, sıçrayarak yüzen servis (SY)=2163, durarak servis (DS)=546) kullanırken, erkek oyuncular 3296 servis (smaç servis (SS)=1546, sıçrayarak yüzen servis (SYS)=1745, durarak servis (DS)=5) kullandı. Servis hızları radar tabanca ile ölçüldü. Erkek ve kadın oyuncuların kullandığı servis çeşitlerinin dağılımındaki fark χ^2 testi ile değerlendirildi. Servis hızına cinsiyet, oyuncunun pozisyonu ve servis çeşidinin etkisinin belirlenmesinde varyans analizi kullanıldı. Erkek ve kadın oyuncuların kullandığı servis çeşitleri birbirinden farklıydı ($p < 0,05$). Servis hızı ile cinsiyet, oyuncunun pozisyonu ve servis çeşidinin etkileşimi anlamlıydı [$F(6,6166)=70,622$, $p < 0,0001$]. Cinsiyet, oyuncunun pozisyonu ve servis çeşidinin servis hızı üzerindeki ana etkileri de anlamlı bulundu [sırasıyla, $F(1,6166)=22,848$, $p < 0,0001$; $F(3,6166)=4,369$, $p=0,004$; ve $F(2,6166)=150,916$, $p < 0,0001$]. Erkekler kadınlara göre daha etkili servisleri tercih etmişlerdir ($p < 0,0001$). Erkeklerde SS hızı SY hızından daha yüksek bulunmuştur ($p < 0,0001$). daha önceki çalışmalarda kadınlar tarafından en sık kullanıldığı bulunan DS yerine SY servisi tercih etmişlerdir. Sonuç olarak kadın voleybolu daha güçlü bir oyun stiline dönüşmektedir. Kadın pasör çaprazları SS ve SY servislerinin geliştirilmesi için eğitilmelidir çünkü servis hızları diğer kadın sporculardan genel olarak daha düşüktür.

Anahtar kelimeler: Atletik performans, erkek, kadın, spor, teknik performans

¹ Çankırı Karatekin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Çankırı, Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar:

ozgecinar@gmail.com

² Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara, Türkiye

³ Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara, Türkiye

⁴ Özel Ankara Güven Hastanesi, Ankara, Türkiye

Özge ÇINAR MEDENİ: 0000-0002-8779-109X

Cengiz AKARÇEŞME: 0000-0001-6231-0950

Şenay ÇEREZCİ: 0000-0003-4060-9366

Nihan ÖZÜNLÜ PEKYAVAŞ: 000-0003-0603-45688

Fatma Filiz ÇOLAKOĞLU: 0000-0002-0635-7583

Gül BALTACI: 0000-0002-6513-2499

INTRODUCTION

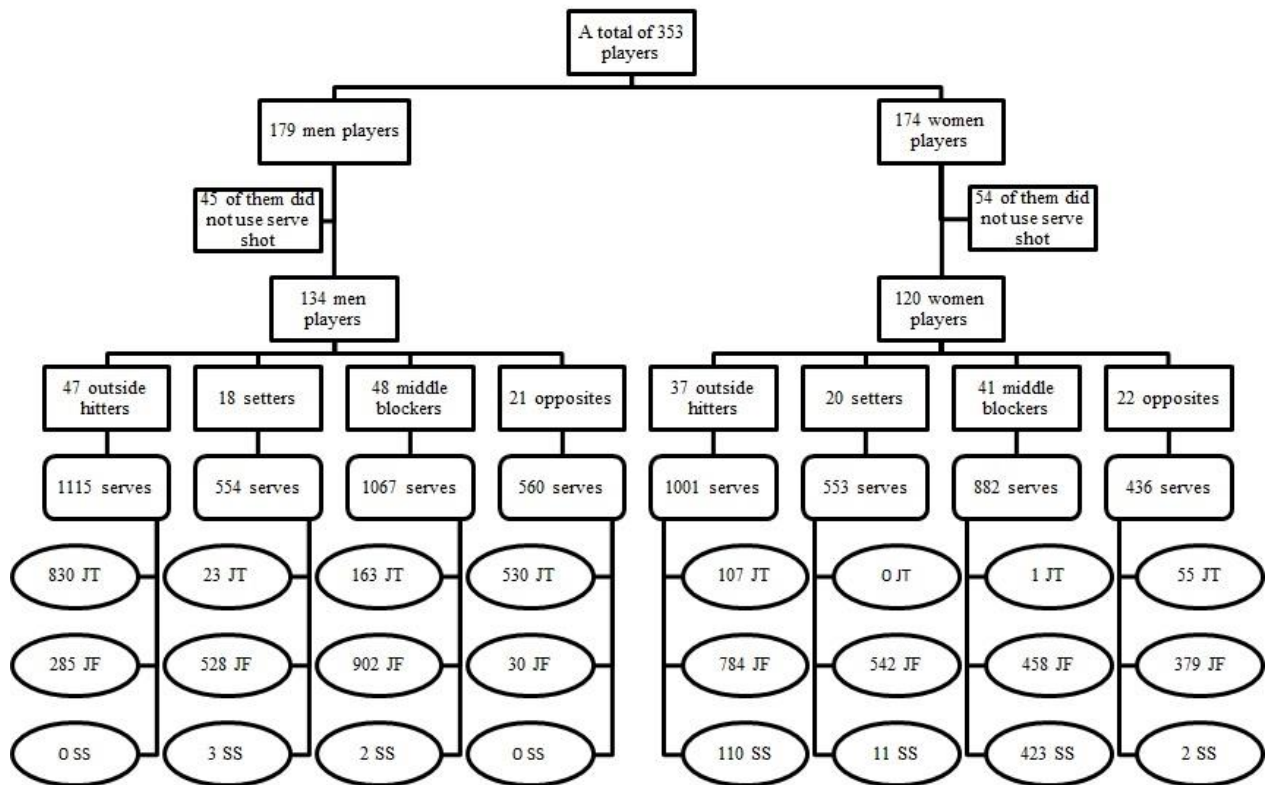
Volleyball exerts complex tactical, technical, and athletic demands [1]. An important attack skill in volleyball is the serve. Three forms of volleyball serves are jump topspin (JT), jump float (JF), and standing (SS) [2,3]. Jump serving is the most commonly used serve type in team volleyball and its use in games has been noted to increase from 20.8% to 99.2% between 1992 and 2002 [1]. Jump serves were reportedly used 75% of the time in the 1992 European Championship [4], 85.3% of the time in the 1994 World Championship [5], and 84.9% of the time in the 2004 Men's Olympic Qualification tournament [3]. Studies related to volleyball have mostly focused on male performance, and comparisons of male versus female players are limited [6-8]. In studies that compare these players, males were found to generally perform jump serves while females mostly performed SS.[6] Serve types between males and females were found to differ during the 2007 World Championships [7]. Costa, Afonso, Brant, Mesquita [7] classified serve types into five categories and found that female players performed ground serves more often than males. In other studies [2,3,9], volleyball serves were generally classified as SS (or float serve), JF, or JT (or jump serve) serves. No study comparing gender differences in serve type according to this classification is available in the literature.

Jump service is a powerful serve type and produces greater power output [2,10]. Among serve types, the speed of JT serves is the fastest [2,9], and serve speeds between ~13.06 and ~28.06 m/s [3] for men and 40–89 km/h [11] for women have been reported. Quiroga, García-Manso, Rodríguez-Ruiz, Sarmiento, De Saa, Moreno [11] found that a player's position effects his or her serve type and serve speed. Given this information, detailed analysis of the effects of gender, position, and serve type on serve speed may be important to establish differences between male and female volleyball. Thus, the aims of this study are (1) to detect differences in the distribution of serve types used during games by national high-level volleyball male and female players and (2) to detect the effects of gender, serve type, and player position on the serve speed of these players.

MATERIALS AND METHODS

An observational study was conducted during the 2016–2017 men's and women's national leagues (Sultanlar League and Efeler League) in Turkey. Twelve women's (174 players) and twelve men's (179 men players) teams played a total of 264 games (females, 132 games;

males, 132 games). Players who did not use serve shots (54 women, 45 men) were excluded from the study. In total, 120 female players (age: 25.67 ± 1.61 years) and 134 male players (age: 28.17 ± 1.47 years) performed 2872 and 3296 serves, respectively, during the games (Figure 1). In each game, serve speeds were measured with a radar gun (Radar Ball Coach Pocket, Santa Rosa, CA, USA) that had been used in previous studies [12,13].



JT: Jump topspin serve JF: Jump float serve SS: Standing serve

Figure 1. Flow chart of serve types used by male and female volleyball players.

Two experts classified the serves used by players into three categories: SS, JF, and tennis serve. In the SS, a player hits the ball without jumping. In the JF serve, a player takes a few steps, jumps, and then hits the ball. In this case, whether the ball spins is not important; the ball is hit with a floating technique. A player jumps and hits the ball with his or her hand, stopping shortly after contact to prevent rotation of the ball. In the JT serve, the player hits the ball after jumping, and his or her arm movement is similar to that when spiking. The ball spins along a parabolic path [2,3].

Statistical analysis was performed using IBM SPSS Statistics for Windows, Version 20.0 software (IBM Corp. Released 2011. Armonk, NY: IBM Corp.). The normality of all data was tested with a one-sample Kolmogorov–Smirnov test. A χ^2 test was performed to analyze differences in the distribution of serve types used by male and female volleyball players. To calculate effect size, Cramer’s V was used. Post-hoc χ^2 analysis was performed with Bonferroni correction (p value was set at 0.008). Comparisons were performed via analysis of variance to detect the effects of gender (male, female), position (outside hitter, setter, and middle blocker), and serve type (JT, JF, tennis) on serve speed. Post-hoc analysis was performed using the *t*-test. A p value of 0.05 was set as the threshold for significance.

RESULTS

Table 1. Serve types used by male and female volleyball players during games

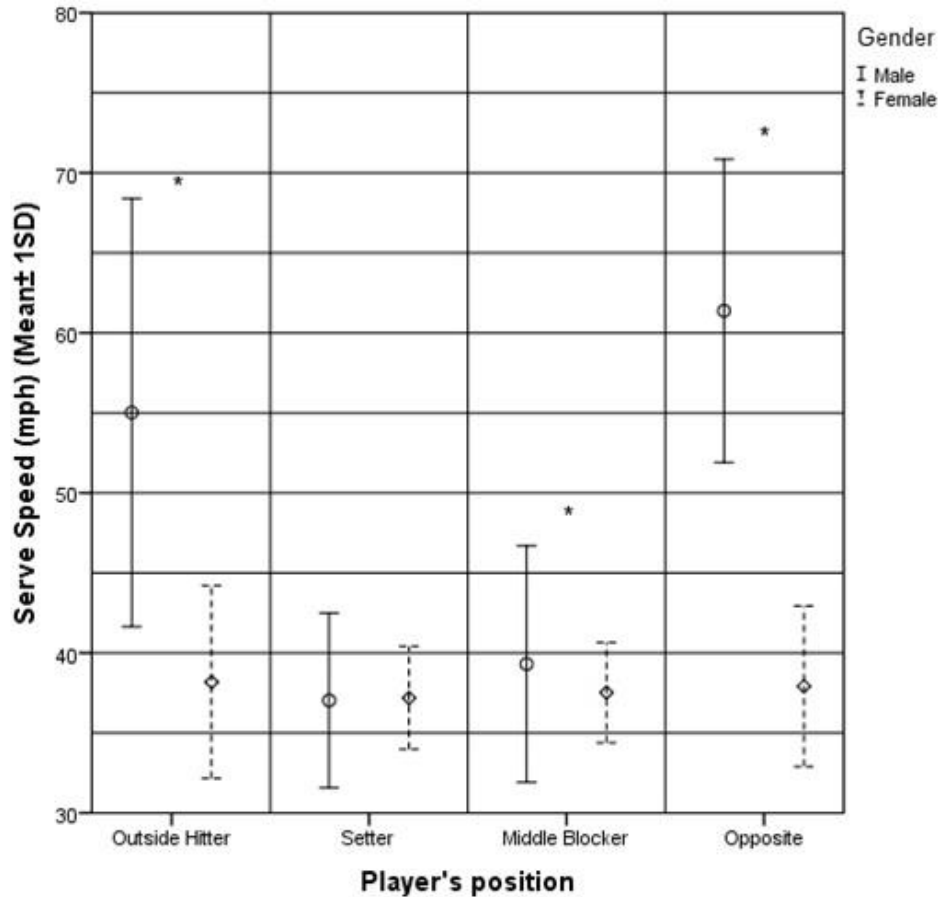
		Jump Topspin Serve	Jump Float Serve	Standing Serve
Males	n (%)	1546 (46.9%)	1745 (52.9%)	5 (0.2)
	z score	36.1	-18.2	-25.9
	p value	<0.0001*	<0.0001*	<0.0001*
Females	N	163 (5.7%)	2163 (75.3%)	546 (19.0%)
	z score	-36.1	18.2	25.9
	p value	<0.0001*	<0.0001*	<0.0001*

*Significant difference was found.

Figure 1 illustrates that female players of all positions mostly preferred the JF serve type. Among males, opposites and outside hitters generally preferred the JT serve type while setters and middle blockers preferred the JF serve type. Serve type was further found to be dependent on gender (Pearson $\chi^2_{(2,6168)} = 1673.84$, $p < 0.001$) with moderate strength (Cramer’s V = 0.52, $p < 0.0001$). Post-hoc χ^2 analysis demonstrated that each cell in the table interpreted difference ($p < 0.008$) (Table 1). Females performed JF and SS the most and JT serves the least ($p < 0.008$) (Table 1). Males performed SS for a small percentage and mostly performed JF and JT serves ($p < 0.008$) (Table 1).

Serve speeds of males were 60.57 ± 9.50 mph for JT, 36.88 ± 3.92 mph for JF, 37.80 ± 3.03 mph for SS and 47.99 ± 13.79 mph for all. Serve speeds of females were 48.57 ± 7.60 mph for JT, 37.08 ± 3.55 mph for JF, 37.18 ± 3.12 mph for SS and 37.75 ± 6.65 mph for all. The interaction of gender, player position, and serve type on serve speed was significant ($F_{(6,6166)} = 70.622$, $p <$

0.0001). The main effects of gender, player position, and serve type were also significant ($F_{(1,6166)} = 22.848$, $p < 0.0001$; $F_{(3,6166)} = 4.369$, $p = 0.004$; and $F_{(2,6166)} = 150.916$, $p < 0.0001$, respectively). Males as outside hitters, middle blockers, and opposites produced more powerful serves than their female counterparts ($p < 0.001$ for all); however, the influence of gender on serve speed could not be observed among setters ($p > 0.05$) (Figure 2).

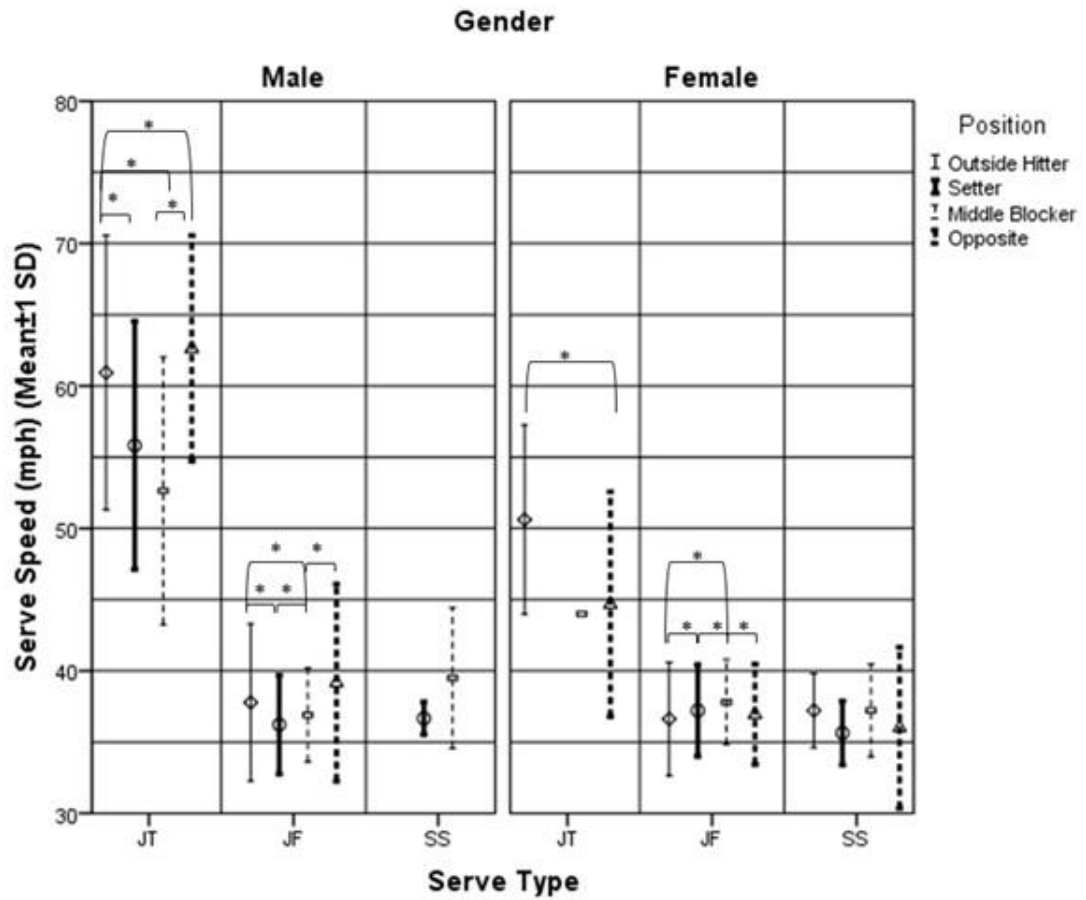


*Significant difference was found ($p < 0.05$).

Figure 2. Comparison of serve speeds according to position between male and female volleyball players.

According to the *t*-test results, the serve speed of male players was generally higher than that of females for JT serves of outside hitters ($p < 0.0001$) and opposites ($p < 0.0001$) and for JF serves of outside hitters ($p < 0.0001$), setters ($p < 0.0001$), middle blockers ($p < 0.0001$), and opposites ($p = 0.003$). The JT serves of males and females as setters and middle blockers and SS serve speeds could not be compared statistically because of the low serve numbers of male players (Figure 1). The effect of player position on serve speed with respect to serve type between males and females is depicted in Figure 3. The speeds of JT serves were

higher than those of JF ($p < 0.0001$) and tennis ($p = 0.04$) serves among females, and the speeds of JT serves were higher than those of JF serves among males ($p < 0.0001$).



JT= Jump topspin serve JF= Jump float serve SS= Standing serve

*Significant difference was found ($p < 0.05$).

Figure 3. Comparison of the serve speeds of volleyball players with respect to their position and serve type.

DISCUSSION

This study confirmed that female volleyball players performed SS more often than male players and used JT serves rarely when compared with males, consistent with findings in previous studies [6,7]. However, Costa et al.'s study [7] revealed that 87.9% of the serves performed by females were of the SS type, a ratio that is much higher than our findings (19%). Other studies reported female SS ratios of 48% [6] and 59.08 % [11], which are also higher than our findings. In this study, the percentage of JF serves used by females increased up to 75.3 being the most used serve type when compared with observations of the 2007 World Championships (38.4%) [7] and the 15th Mediterranean Games of Almeria in 2005 (37%) [6].

This finding indicates that the use of SS by females decreased and that the characteristics of female volleyball continue to evolve.

In previous studies, males performed JT serves the most and SS the least [3,6,7]. In Palao et al.'s study,[6] the percentages of JT, JF, and SS serves were 71%, 25%, and 3%, respectively, and another study [7] found JT, JF, and SS serve ratios of 58.5%, 38.4%, and 4%, respectively. The present study confirmed once more that SS serves are used rarely in men's volleyball. JF serves were performed about 6% more often than JT serves, which may be attributed to the fact that the games observed were performed only in the national league.

The serve speeds of male players in the present work were higher than those reported in Moras et al.'s study [3], which reported speeds of ~51.51 mph for JT, ~25.65 mph for JH, and ~26.95 mph for SS during the 2004 Olympic games. For women we could not find any study reporting serve speeds according to serve types. However, mean value of serve speed including all serve types of this study was higher than a previous study which reported that female players' serve speed was mostly in the range of 50-50 km/h (~31,06-36,06 mph) [11].

While gender differences in muscular strength and muscle fiber characteristics [14,15] are expected to produce male players with more powerful serves than female players, the influence of gender on the serve speeds of players could not be detected among setters. Male outside hitters, middle blockers, and opposites used more powerful serve types than females. However, setters among both male and female players mostly preferred the JF serve, which could explain the absence of a gender difference in this regard.

We could not reach any article about serve speeds of volleyball players according to in-game role. While a previous study [11] investigated the influence of player position on serve speed, it only classified serve speeds by 10 km/h intervals. In addition, while most of the serve speeds recorded in this previous work were in the range of 50–59 km/h, it did not compare mean values. As such, comparing our results with this previous work is unfeasible. The influence of position on serve speed may be related to the serve types performed by the players. Because male outside hitters and opposites preferred the JT serve type, their serve speeds were generally higher than those of other male players. By contrast, because female players preferred the JF serve, very small differences were seen among female in-game roles. While female opposite players performed slower JT and JF serves among other female players, male opposite players performed the fastest JT and JF serves among other male players. This

difference may be attributed to variations in opposite player training programs between males and females. Unfortunately, because the present study is only an observational one, information about each team's training program is not available.

One limitation of this study is that serve efficacy was not investigated. As the speeds of efficient and non-efficient serves may differ, future studies on the speeds of efficient and non-efficient serves according to position, serve type, and gender should be performed.

It was seen that females' serve type preference was JF serve instead of SS. In future studies, the characteristics of female volleyball should be investigated in detail. Comparison of male and female volleyball players revealed differences in serve speeds when players were classified according to in-game role. In terms of position, male opposites and female middle blockers showed the highest serve speeds. Trainers should note that female volleyball players' serve preference has changed to jump float instead of standing serve. Female opposites should be trained for JF and JT serves because of lower serve speeds than those of other female players. It was an expected result that gender has an effect on serve speeds of players according to in-game role, however male setters have similar serve speed when compared with female setters. Male setters should train to increase their serve speed.

REFERENCES

1. Agelonidis Y. The jump serve in volleyball: From oblivion to dominance. *Journal of Human Movement Studies*, 2004;47(3):205-214.
2. García-de-Alcaraz A, Ortega E, Palao JM. Effect of Age Group on Technical–Tactical Performance Profile of the Serve in Men's Volleyball. *Perceptual and Motor Skills*, 2016;123(2):508-525.
3. Moras G, Busca B, Pena J, et al. A comparative study between serve mode and speed and its effectiveness in a high-level volleyball tournament. *Journal of Sports Medicine Physical Fitness*, 2008;48(1):31-36.
4. Katsikadelli A. A comparative study of the attack serve in high-level volleyball tournaments. *Journal of Human Movement Studies*, 1996;30(6):259-268.
5. Katsikadelli A. Reception and the attack serve of the world's leading volleyball teams. *Journal of Human Movement Studies*, 1998;34(5):223-232.
6. Palao JM, Manzanares P, Ortega E. Techniques used and efficacy of volleyball skills in relation to gender. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 2009;9(2):281-293.
7. Costa G, Afonso J, Brant E, Mesquita I. Differences in game between male and female youth volleyball. *Kinesiology*, 2012;44(1):60-66.
8. Palao JM, Santos JA, Ureña A. Effect of team level on skill performance in volleyball. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 2004;4(2):50-60.

9. Charalabos I, Savvas L, Sophia P, Theodoros I. Biomechanical differences between jump topspin serve and jump float serve of elite Greek female volleyball players. *Medicina Sportiva: Journal of Romanian Sports Medicine Society*, 2013;9(2):2083.
10. Reeser JC, Verhagen E, Briner WW, Askeland TI, Bahr R. Strategies for the prevention of volleyball related injuries. *British Journal of Sports Medicine*, 2006;40(7):594-600.
11. Quiroga ME, García-Manso JM, Rodríguez-Ruiz D, Sarmiento S, De Saa Y, Moreno MP. Relation between In-Game Role and Service Characteristics in Elite Women's Volleyball. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 2010;24(9):2316-2321.
12. Gray R, Orn A, Woodman T. Ironic and Reinvestment Effects in Baseball Pitching: How Information About an Opponent Can Influence Performance Under Pressure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2017;39(1):3-12.
13. Tocci NX, Howell DR, Sugimoto D, Dawkins C, Whited A, Bae D. The Effect of Stride Length and Lateral Pelvic Tilt on Elbow Torque in Youth Baseball Pitchers. *Journal of Applied Biomechanics*, 2017;33(5):339-346.
14. Bishop P, Cureton K, Collins M. Sex difference in muscular strength in equally-trained men and women. *Ergonomics*, 1987;30(4):675-687.
15. Miller AE, MacDougall JD, Tarnopolsky MA, Sale DG. Gender differences in strength and muscle fiber characteristics. *European journal of applied physiology and occupational physiology*, 1993;66(3):254-262.



Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi/Received : 26.03.2019

Kabul Tarihi/Accepted : 30.07.2019

DOI: 10.17155/omuspd.544916

FİZİKSEL PERFORMANS DÜZEYİ EMPATİ VE SPORTMENLİĞİ ETKİLER Mİ?: ELİT KADIN VOLEYBOLCULAR ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA*

Yasin ARSLAN¹

Gülfem SEZEN BALÇIKANLI²

ÖZET

Araştırma, elit kadın voleybolcularda fiziksel performansın empati ve sportmenlik ile bir ilişkisinin bulunup bulunmadığını incelemek amacıyla kurgulanmış bir ön araştırmadır. Bu bağlamda, araştırma grubunu Sultanlar liginde yer alan takımlardan kasıtlı örneklem yoluyla seçilen bir takım oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcu sayısı 11'dir. Araştırma grubunun yaş ortalaması 22,63±5,66 yıl, spor yaşı ortalaması 12,36±5,53 yıl ve boy ortalamaları ise 1,81±0,68 cm.'dir. Araştırmada veri toplama aracı olarak fiziksel performansı değerlendirmek için izokinetik dinamometre, empati için kişilerarası tepkisellik indeksi, sportmenlik için ise sporda prososyal ve antisosyal davranış ölçeği kullanılmıştır. Değişkenler arasında ilişki olup olmadığının araştırılması için spearman korelasyon katsayısına bakılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, fiziksel performans ile empatinin alt boyutları olan, fantazi ($r=0,260$, $p=0,700$), perspektif alma ($r=0,046$, $p=0,150$) ve empatik düşünce ($r=0,300$, $p=0,880$) ve sportmenliğin alt boyutlarından takım arkadaşına prososyal davranış ($r=0,370$, $p=0,091$), rakibe prososyal davranış ($r=0,15$, $p=0,65$) arasında doğrusal bir ilişki olmadığı yönündedir. Başka bir ifadeyle, kuvvet parametreleri yüksek olan bir kadın voleybol oyuncusunun empati ve sportmenlik becerileri aynı oranda yükselmemiştir. Sonuç olarak, antrenörlerin fiziksel performansı yüksek olan oyuncularından benzer düzeyde empatik beceri ve sportmenlik yönelimi gösteremeyeceğini bilerek sporcularını bir bütün içinde (fiziksel, psikolojik ve sosyal) eğitmeleri gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Araştırmada elde edilen verilere göre, bir sporcunun fiziksel özelliklerinin yüksek olması aynı şekilde sosyal ve ahlaki özelliklerinin de yüksek olacağı anlamına gelmemektedir. Bundan sonraki araştırmalar için, özellikle yakın temaslı takım sporlarına (futbol, basketbol, hentbol) ve cinsiyete yönelik bir inceleme yapılması ve katılımcı sayısının artırılması öneri olarak sunulabilir.

Anahtar Kelimeler: Empati, Fiziksel performans, Prososyal davranış, Sportmenlik.

DOES PHYSICAL PERFORMANCE LEVEL AFFECT EMPATHY AND SPORTSPERSONSHIP?: A STUDY ON ELITE FEMALE VOLLEYBALL PLAYERS

ABSTRACT

The research is a preliminary study to examine whether physical performance in elite female volleyball players is related with empathy and sportpersonship. In this context, the research group constitutes of a team selected through intentional sampling method from the teams in the Sultanlar league. The number of athletes who participated in the study was 11. The average age of the study group was 22. 63 ± 5. 66 years, the average length of sport career was 12. 36 ± 5. 53 years and average height was 1. 81 ± 0. 68 cm. Isokinetic dynamometer Interpersonal Reactivity Index for Empathy (IRI) and Prosocial and Antisocial Behavior in Sport Scale (PABSS) were used as data collection tools. The Spearman correlation coefficient was examined to investigate whether there was a relationship among the variables. The data indicated that there was not a linear relationship among physical performance and subdimensions of empathy, namely fantasy ($r=0.260$, $p=0.70$), perspective taking ($r=0.046$, $p=0.15$), and subdimensions of sportpersonship, prosocial behavior toward teammates ($r=0.370$, $p=0.34$), prosocial behavior toward opponents ($r=0.150$, $p=0.65$). In other words, empathy and sportpersonship skills of a female volleyball player with high force parameters did not increase at the same level. As a result, it is necessary for coaches to train their athletes (physical, psychological and social), knowing that they cannot demonstrate similar empathic skills and sportpersonship orientation from the players with high physical performance. According to the findings, the high physical qualities of an athlete should not mean that the social and moral qualities of the athlete are also high. Further research may be conducted with more participants, especially by conducting an examination of contact team sports (such as football, basketball, and handball) and sex.

Keywords: Empathy, Physical performance, Prosocial behaviour, Sportpersonship.

* Bu çalışma, 15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresinde poster bildiri olarak sunulmuştur.

¹ Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Tokat/Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: arслан@gazi.edu.tr

² Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara/Türkiye.

GİRİŞ

Literatürde fiziksel performans, yapılması gereken bir atletik görevin yerine getirilmesi sırasında başarı için ortaya konulan çabaların bütünü olarak tanımlanmaktadır. Fiziksel performansı, tüm olumlu etkenlerle birlikte ve tüm olumsuz etkenlere rağmen gerçekteşen, sporcunun atletik iş üretebilme becerisi, üretim kalitesi ve kapasitesinin bileşkesi olarak kabul etmek uygun olacaktır [1]. Araştırmacılar, insan performansını değişik sınıflandırmalarla açıklamaya çalışmışlardır. Sporda başarı yani performans bileşkesi yetenek, zihinsel, psikolojik ve sosyal özelliklerin yanı sıra fiziksel ve fizyolojik uygunluğa bağlıdır [2]. Diğer açıdan fiziksel performans; Aerobik-anaerobik enerji oluşumu, nöromusküler ileti, kas kuvveti ve dayanıklılığı, motivasyon gibi faktörlerin de etkilediği iş üretebilme becerisidir ve kişinin performansı, onun uygulama becerisi ve uygulama motivasyonuna bağlıdır [3].

Empatiyi, bir kişinin kendisini karşısındakinin yerine koyarak olaylara onun bakış açısıyla bakması, o kişinin duygu ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi süreci olarak tanımlayan Rogers [4], böylelikle empatinin çok boyutlu bir yapısı olduğunu da göstermektedir. Sporun ve dolayısıyla rekabetin empatiyi nasıl etkilediği ise spor araştırmalarında merak konusunu oluşurmaktadır. Spor ve empati ilişkisi incelendiğinde öne çıkan durumun rekabetin empati üzerindeki olumsuz etkisi olduğu grlmektedir [5-7]. Bir diğer önemli noktayı ise rakibi düşman olarak görme yaklaşımından hareketle sporcunun yarışma ortamında empatik bir tavır sergilememesi durumu oluşurmaktadır. Bu noktada karşımıza empatinin bir beceri olduğu ve eğitim yoluyla geliştirilebileceği gerçegi çıkmaktadır [8]. EĞer antrenörler sporcularında empatik becerilerin gelişmesini destekleme çabasına girerlerse, bu durum sporcularında perspektif alma, empatik düşünce gibi empatinin hem duyuşsal hem de bilişsel boyutlarını geliştirebilecektir. Perspektif alma karşı tarafın bakış açısını alma becerisini, empatik düşünce ise, diğerlerine ilgi ve duyarlılığı yansıtılmaktadır. Empatik düşünce ve perspektif alma becerisine sahip olan bir sporcu gerek rakibinin gerekse takım arkadaşının bir sonraki hamlesini önceden tahmin edebilecek, kazanma kaybetme durumlarında ölçülü davranabilecek, çevresi ile doğru iletişim kurabilecektir. Ayrıca, özellikle elit sporcuların gençler için birer rol model oldukları dşnldĞnde empatik tavır önemli bir noktaya gelecek ve antrenörlerin empati eğitiminin üzerinde durması gerekliliği ortaya çıkacaktır.

Empati becerisinin geliştirilmesi ile sportmenliğe yönelik davranışların da olumlu yönde etkilendiği bilinmektedir. Örneğin; ahlaki kararlar verilirken sık sık empatik bir tavır alınması [9], kendini diğ erinin yerine koyabilmenin, kişileri bazı ahlaki ilkeleri izlemeye yöneltmesi [10] empati ve ahlak arasındaki ilişkiyi ortaya koyarken; yüce gönüllülük, saygı, kibarlık, cana yakınlık, şefkat, cömertlik, yardımlaş ma gibi kavramlarla ifade edilen sportmenlik de sporcuların empatik becerileri ile yakından ilişkilidir [5-8,11-13]. Araştırma kapsamında sporcuların sportmenlik düzeyleri sporcuların prososyal davranışları doğrultusunda değerlendirilmiştir. Sporda prososyal davranışlar, karşındaki kişinin yararına olan ya da ona yardımcı olmak niyeti ile yapılan [10]; yere düş en rakibe yardımcı olmak, eğer rakip oyuncu sakatlanırsa topu taca atmak, eğer rakip oyuncu malzemelerini unutmuş sa ona kendi malzemelerini ödünç vermek gibi davranışlardan oluşmaktadır. Araştırmalar incelendiğinde, sportmenlik ve empati arasında pozitif bir ilişki olduğu görölmektedir [6,12]. Ayrıca, empati prososyal davranışların sergilenmesinde de hayati bir öneme sahiptir [7,15].

Antrenörlerin sporcular üzerindeki etkileri düşünöldüğünde, bir antrenörün sporcusunu fiziki, sosyal ve ahlaki olacak şekilde tüm boyutlarıyla geliştirmesi gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Öncelikle antrenörlerin bu donanımı sporcularında sağlayacak eğitime ve bilince sahip olması beklenirken diğ er yandan da tüm sporcularında bu bütönsel gelişimi eşit şekilde gerçekleştirilmesi gerekmektedir. Sporcunun fiziksel performansının yüksek olması onu daha empatik ve sportmen yapar mı? Bu soru ışığında araştırma, elit kadın voleybolcularda fiziksel performansın empati ve sportmenlik ile bir ilişkisinin bulunup bulunmadığını incelemek üzerine kurgulanmış bir ön araştırma niteliğindedir.

MATERYAL VE METOT

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu, Sultanlar liginde yer alan ve kasıtlı örneklem yoluyla seçilen bir takım oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcu sayısı 11'dir. Araştırma grubunun yaş ortalaması $22,63 \pm 5,66$ yıl, spor yaşı ortalaması $12,36 \pm 5,53$ yıl ve boy ortalamaları ise $1,81 \pm 0,68$ cm.'dir.

Veri Toplama Araçları

Sportmenlik Yönelimi: *Sporda Prososyal Antisosyal Davranış Ölçeği (PABSS)*

Kavussanu ve Boardley'nin [16] geliştirdiği, Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış Ölçeği 20 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Sezen [17] tarafından yapılmıştır. Ölçeğin alt boyutları; "rakibe antisosyal davranış" (rn: Rakibime kasten faul yaptım), "rakibe prososyal davranış" (rn: Sakatlanan rakibime yardım ettim.), "takım arkadaşına antisosyal davranış" (rn: Takım arkadaşımla tartıştım) ve "takım arkadaşına prososyal davranış" (rn: Takım arkadaşımı cesaretlendirdim) boyutlarından oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçeye çevrilmesi aşamasında çeviri-tekrar çeviri tekniğinden faydalanılmıştır. Çeviri aşamasından sonra elde edilen maddelerin geçerlik ve güvenirlik çalışması Futbol (%53,6), Basketbol (%10,8), Hentbol (%13,1) ve Çim Hokeyi (%22,5) olmak üzere toplam 4 farklı branştan çalışmaya gönüllü olarak katılan ve Ankara'da çeşitli kulüplerde yer alan 222 sporcu üzerinde gerçekleştirilmiştir. Araştırma grubunun 77'sini kadın (%34,7), 145'ini erkek (%65,3) sporcular oluştururken, yaş ortalaması 22,57 (SS=4,31) yıl; yaş ranjları ise 17-37 yıl arasındadır. Ölçeğin yapı güvenilirliğini test etmek için faktörlerin elde edilmesinde en yaygın kullanıma sahip olan Temel Bileşenler Analizi (Principal Component Analysis-PCA) uygulanmıştır. Faktör analizinin ilk aşamasında veri setinin faktör analizi için uygun olup olmadığının belirlenmesinde Barlett testi ve KMO testi kullanılmıştır. Ölçeğin güvenirliği ise Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı (0,79) ile test edilmiştir. Bu araştırmada KMO testi değereri 0,817 (ok iyi), Barlett testi ise anlamlı bulunmuştur. Sporda Prososyal ve Antisosyal Davranış lçeği Türkçe versiyonu da orjinalinde olduğu gibi 4 faktörlü bir yapıya ve 20 maddeye sahiptir [17]. Bu araştırma için ölçeğin sporda prososyal davranış boyutu kullanılmıştır.

Empati: Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI)

Araştırmada veri toplama aracı olarak Davis [18] tarafından geliştirilen Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (Interpersonal Reactivity Index: IRI) kullanılmıştır. IRI alt boyutları göreceli olarak birbirinden bağımsız ve kişilerin niteliklerini belirleyen 4 alt boyuttan ve 28 maddeden oluşmaktadır [18]. Kişilerarası tepkisellik indeksi beşli likert tipi bir ölçektir (0= beni hiç tanımlamıyor, 4= Beni oldukça tanımlıyor). Perspektif Alma alt boyutu, diğerlerinin psikolojik açıdan bakış açısını kişinin kabullenebilme derecesini (rn: Arkadaşlarımdan olayların nasıl gözüktüğünü düşünerek onları daha iyi anlamaya çalışırım), Empatik Düşünce kişinin

diğer kişilere karşı sıcaklık, yakınlık, alaka gibi duyguları ve zor durumda olanlara karşı duyulan ilgiyi belirlemektedir (rn: Benden daha az şanslı insanlara karşın sık sık ilgili ve hassas duygular hissederim). Kişisel sıkıntı alt boyutu gergin ortamlarda, kişisel ilişkilerin olduğu durumlarda kişinin endişe veya rahatsızlık derecesini ölçmektedir (rn: Gergin duyguların olduğu bir ortamda olmak beni korkutur). Fantezi alt boyutu ise, kişilerin kitaplardaki, filmlerdeki ve oyunlardaki hayali karakterlerin yerine kendini koyabilme eğilimini belirlemektedir (rn: İlginç bulduğum bir hikye veya romandaki olaylar eğer benim başıma gelseydi nasıl hissederdim diye düşünürüm) [18]. IRI'nin Türkçe versiyonunun güvenilirliği ve psikometrik nitelikleri Engeler [19] tarafından yapılmıştır. Ölçeğin standart alfa değerleri ve psikometrik nitelikleri hesaplanmıştır. Alt boyutların i tutarlılıkları ,60'ın üzerindedir. Maddeler arası korelasyon ortalaması değerleri Fantezi, Empatik Düşünce ve Perspektif Alma için ,20'nin üzerinde olduğundan alt boyutlar birimsel (niter) yapıdadır. Düzeltilmiş madde-toplam korelasyon ortalaması değerleri ,30'un üzerindedir. Alt boyutların psikometrik nitelikleri çok iyi düzeydedir. Sonuç olarak, IRI alt boyutlarının çok iyi i tutarlılığa, test-tekrar test korelasyonuna ve psikometrik niteliklere sahip olduğu bulunmuştur [19].

Fiziksel Performans

Araştırmada, fiziksel performansı belirlemek için seçilmiş parametre olan izokinetik kuvvet ölçümleri kullanılmıştır. Ölçümler, spor hekimleri tarafından gerçekleştirilmiş ve isomed 2000 izokinetik dinamometre ile değerlendirilmiştir. Kuvvet değerlendirmelerinden önce her katılımcı bireysel olarak mümkün olduğunca standart bir ısınma programına alınmıştır (10-15 dk). Isınma programları içerisinde katılımcılar kol ergometresi ve germe egzersizleri ile çalıştırılmıştır.

Özel ısınma sonrası denekler, ölçüm yapılacak olan isomed cihazına tek tek alınarak bireysel antropometrik özelliklerine göre cihazın ayarlamaları yapılmıştır. Test sırasında vücut ağırlığı değerleri bilgisayara girilerek programın kurulumu gerçekleştirilmiştir. lm yapılan deneğin gövdesi, testi etkileyemeyecek şekilde sabitlendikten sonra bilgisayara kişisel bilgileri girilmiş ve test hazırlıkları tamamlanmıştır. Dinamometre aksı dominant taraf omuz rotasyon aksına göre ayarlanmıştır. Yerçekimi doğrulaması yapılmış, 00 tam abduksiyon olmak üzere 00-1300 eklem hareket açıklığında (EHA) 120 d/s, Nm açısal hızda maksimal izokinetik kuvvetleri kaydedilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Değişkenler arasında ilişki olup olmadığının araştırılması için spearman korelasyon katsayısına bakılmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya konu olan elit kadın voleybol oyuncularına ait demografik bilgiler, izokinetik kuvvet ölçümleri, empati ve prososyal davranış verileri ile, bu değişkenlerin birbirleriyle olan ilişkilerine ait değerler tablolar halinde gösterilmiştir.

Tablo 1. Araştırma grubuna ilişkin bilgiler

Değişkenler	n	\bar{x}	SS
Yaş (yıl)	11	22,63	5,66
Spor Yaşı (yıl)	11	12,36	5,53
Vücut Ağırlığı (kg)	11	71,23	7,24
Boy Uzunluğu (cm)	11	1,81	0,68

Tablo 1 incelendiğinde, voleybol oyuncularının yaş ortalamalarının $22,63 \pm 5,66$ yıl, vücut ağırlıklarının $71,23 \pm 7,24$ kg, boy uzunluklarının ise $181 \pm 0,68$ cm. olduğu grlmektedir.

Tablo 2. Fiziksel performans ve empati değişkenleri arasındaki korelasyon değerleri

Değişkenler	n	r	p
D. IK (60°/sn)-Fantazi	11	0,260	0,700
N.D IK (60°/sn)-Fantazi	11	0,198	0,560
D. IK (60°/sn)-Perspektif Alma	11	0,046	0,150
N.D. IK (60°/sn)-Perspektif Alma	11	0,052	0,289
D. IK (60°/sn)-Empatik Düşünce	11	0,300	0,690
N.D. IK (60°/sn)-Empatik Düşünce	11	0,340	0,368

D. IK: Dominant Internal Kuvvet

N.D. IK: Non-Dominant Internal Kuvvet

Tablo 2’de, fiziksel performans ile empatinin alt boyutları olan, fantazi (dominant internal kuvvet: $r=0,260$, $p=0,700$, non-dominant internal kuvvet: $r=0,198$, $p=0,560$), perspektif alma (dominant internal kuvvet $r=0,046$, $p=0,150$, non-dominant internal kuvvet: $r=0,052$, $p=0,289$) ve empatik düşünce (dominant internal kuvvet $r=0,300$, $p=0,880$, non-

dominant internal kuvvet: $r=0,340$, $p=0,368$) değerleri arasında doğrusal bir ilişki olmadığı görölmektedir.

Tablo 3. Fiziksel performans ve prososyal davranış değişkenleri arasındaki korelasyon değerleri

Değişkenler	n	r	p
D. IK (60°/sn)-T.A P.D	11	0,37	0,091
N.D IK (60°/sn)-T.A P.D	11	-0,019	0,057
D. IK (60°/sn)-R.P.D	11	0,15	0,65
N.D. IK (60°/sn)-R.P.D	11	-0,39	0,23

D. IK: Dominant Internal Kuvvet

N.D. IK: Non-Dominant Internal Kuvvet

T.A.P.D: Takım Arkadaşına Prososyal Davranış

R.P.D: Rakibe Prososyal Davranış

Tablo 3'te, sportmenliğin alt boyutlarından takım arkadaşına prososyal davranış (dominant internal kuvvet: $r=0,37$, $p=0,091$, non-dominant internal kuvvet: $r=0,019$, $p=0,057$), rakibe prososyal davranış (dominant internal kuvvet: $r=0,15$, $p=0,65$, non-dominant internal kuvvet: $r=0,39$, $p=0,23$) değerleri arasında da doğrusal bir ilişki olmadığı görölmektedir.

TARTIşMA VE SONUÇ

Elde edilen bulgular, kuvvet parametreleri yüksek olan bir kadın voleybol oyuncusunun empati ve sportmenlik becerilerinin aynı oranda yükselmediği yönündedir. İlgili çalışmalar incelendiğinde, farklı performans parametreleri ile sportmenlik ilişkisinin incelendiği görölmektedir. Örneğin; Al-Yaaribi, Kavussanu, Ring [20], basketbolcularda performans ve prososyal antisosyal davranış ilişkisini inceledikleri araştırmalarında, performansı başarılı atışlar ve basket üzerinden değerlendirmiş ve sonuç olarak performans üzerinde takım arkadaşlarının desteğinin, cesaretlendirmesinin etkisine ulaşmışlardır. Yine prososyal ve antisosyal davranışlara yönelik bir başka araştırmanın sonucunda, performansın antisosyal ve prososyal davranışlardan etkilendiği görölmüştür [21]. Bu çalışmada ise performans fiziksel performans olarak ele alınmış ve kuvvet parametreleri ile empati ve sportmenlik davranışı ilişkilendirilmeye çalışılmıştır. İlgili literatür incelendiğinde ise böyle bir ilişkilendirilmenin daha önce yapılmadığı görölmektedir.

Bulgular incelendiğinde, sporcuların fiziksel olarak iyi düzeyde olması onların aynı zamanda empatik ya da sportmen olacakları anlamına gelmediği yönündedir. Bu noktada ise

sporcu üzerinde önemli etkisi bulunan antrenörler ve onların sporcularını nasıl yönlendirdiği konusu gündeme gelmektedir. Sporcu eğitiminde antrenörlerin sadece performans gelişimine yönelmesi sporcunun sosyal ve psikolojik gelişimini eksik bırakacaktır. Antrenörlerin, sporcuların davranışları üzerindeki etkileri önemlidir. Empati ve sportmenliğin gelişiminde antrenörler rol model olmak ve davranışlarıyla yol göstermek durumundadır. Bolter ve Weiss [22] yapmış oldukları araştırma sonucunda, antrenörlerin sporcularına verdikleri ödül ve cezaların onların davranışlarında çok etkili olduğunu vurgulamaktadır. Buradan hareketle antrenörlerin sporcularına sportmenlik ve empatiye yönelik davranışlar üzerine açıklayıcı konuşmalar yapması gerekliliği ortaya çıkmaktadır [22].

Skora odaklı bir tutum sergileyerek sadece sporcunun fiziksel performansı ile ilgilenmek bir sporcu için yeterli görülürse sporcu kendinden beklenenin sadece bu olduğu düşüncesiyle sporcu karakterini geliştirme ihtiyacı duymayabilir. Oysaki sporcular toplum için birer rol model konumundadır.

ÖNERİLER

Sporcunun görevi, sporun ruhuna uygun bir şekilde kendisini bütünsel (çok yönlü) olarak geliştirmek olmalıdır. Bu gelişim sürecinde ise antrenör sporcusuna rehberlik etmelidir. Gelecek araştırmalar için, farklı branşların özellikle yakın temaslı takım sporlarının seçilerek araştırılması ve daha geniş araştırma gruplarıyla çalışılması önerilmektedir. Ayrıca, performans ölçümlerinde değişik parametrelerin ele alınması da sonuçlar açısından çeşitlilik yaratacaktır.




KAYNAKLAR

1. Bayraktar B, Kurtoğlu M. Sporda performans ve performans artırma yöntemleri. İstanbul, 2004.
2. Güvel H, Kayatekin M, Acarbay Ş, Özgönül H. Genç erkek sporcularda vücut yağ oranı ile fiziksel iş kapasite arasındaki ilişki, Performans Dergisi, 1996; 2 (3): 118.
3. Reneman MF, Fokkens AS, Dijkstra PU. Testing lifting capacity: Validity of determining effort level by means of observation. Spine, 2005; 30 (2): 40-46.
4. Rogers CR. Empatik olmak değeri anlaşılmamış bir varoluş şeklidir. Çeviri, Akkoyun F. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi 1983; 16 (1): 103-121.
5. Shields DL, Funk CD, Bredemeier BL. Contesting orientations: Measure construction and the prediction of sportpersonship. Psychology of Sport and Exercise, 2015; 2: 1-10.
6. Sezen-Balçikanlı G, Yıldırım İ. Sportpersonship orientation and empathy: A study of professional football players. Journal of Physical Education and Sport (JPES), 2012; 12 (1): 18-24.

7. Sezen-Balçikanlı G, Sezen M. The relationship between empathy and antisocial-prosocial behaviours in youth field hockey players. *International Journal of Learning and Change*, 2019; 11 (1): 57-65.
8. Sezen-Balçikanlı G. Fair play and empathy: A research study with student teachers. *Journal of US-China Public Administration*, 2009; 6(4): 79-84.
9. Goleman D. *Duygusal zekâ neden iq' dan daha önemlidir?* İstanbul, Varlık-Bilim, 1998.
10. Hoffman ML. The contribution of empathy to justice and moral judgment. In: Esinberg N, Strayer J, editors, *Empathy and Its development*. New York: Cambridge University Press; 1990.
11. Stornes T, Ommundsen Y. Achievement Goals, Motivational Climate and Sportpersonship: A Study of Young Handball Players. *Scandinavian Journal of Education*, 2004; 48 (2): 205-221.
12. Sezen-Balçikanlı G, Yıldiran İ. Profesyonel futbolcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2011; 9 (2), 49-56.
13. Sezen-Balçikanlı G, Sezen M. Professional sports and empathy: Relationship between professional futsal players' tendency toward empathy and fouls. *Physical Culture and Sport. Studies and Research*, 2017; 73 (1), 27-35.
14. Stornes T, Bru E. Sportpersonship and perceptions of leadership: An investigation of adolescent handball players' perceptions of sportpersonship and associations with perceived leadership. *European Journal of Sport Science*, 2002; 2 (6): 1-15.
15. Sezen-Balçikanlı G, Yıldiran İ. Elit salon hokeyi oyuncularında empatik beceri ile prososyal davranışlar arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2018; 23 (1): 1-8.
16. Kavussanu M, Boardley ID. The prosocial and antisocial behavior in sport scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2009; 31 (1): 97-117.
17. Sezen-Balçikanlı G. The Turkish adaptation of the prosocial and antisocial behavior in sport scale (PABSS). *Int J Humanit Soc Sci*, 2013; 3(18): 271-6.
18. Davis MH. Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of personality and social psychology*, 1983; 44 (1): 113.
19. Engeler A. *Psikopati ve antisosyal kişilik bozukluğu*, İstanbul Üniversitesi, Yayınlanmamış Doktora Tezi, 2005.
20. Al-Yaaribi A, Kavussanu M, Ring C. The effects of prosocial and antisocial behaviors on emotion, attention, and performance during a competitive basketball task. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2018; 40 (6): 303-311.
21. Al-Yaaribi A, Kavussanu M, Ring C. Consequences of prosocial and antisocial behavior for the recipient. *Psychology of Sport and Exercise*, 2016; 26: 102-112.
22. Bolter ND, Weiss MR. Coaching behaviors and adolescent athletes' sportpersonship outcomes: Further validation of the sportsmanship coaching behaviors scale (SCBS). *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 2013; 2 (1): 32.



SPOR ETKİNLİKLERİNE YÖNELİM ÖLÇEĞİNİN TÜRKÇE GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Hüseyin ÇEVİK¹  Kerem Yıldırım ŞİMŞEK¹  Anıl Onur MERCANOĞLU¹ 
Alican BAYRAM¹ 

ÖZET

Bu araştırmada "Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin" Türk dili ve kültürüne uyarlanması amaçlanmıştır. Ölçme aracı spor ve eğlence endüstrisinde hizmet sunanlara izleyiciye yönelik spor etkinliklerine yönelim konusunda bölümlendirme fırsatı sunmaktadır. Türkçe literatürde spor etkinliklerine yönelimi değerlendirebilecek bir ölçme aracı olmadığı için bu araştırmacının alana katkı sağlayacağı düşünülmüştür. Araştırma evrenini Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi tarafından düzenlenen 12. Uçurtma Şenliğine katılan bireyler oluşturmuştur. Etkinliğe katılanlar arasında kolay örnekleme yöntemi ile seçilen 193 kişi araştırmaya dahil edilmiştir. Ölçeğin yapısını test etmek için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) ve Doğrulayıcı Faktör Analizleri (DFA) kullanılmıştır. Ölçeğin içerik (uzman görüşü), yakınsak (en düşük faktör değeri 0.529, en yüksek faktör yük değeri 0.834), ayırma/dış geçerliliği (bütün faktörlerde pozitif yönde orta düzeyde ilişki) ve yapı geçerliliği test edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alpha (0.878) iç tutarlılık kat sayısı kullanılmıştır. AFA ile ortaya çıkartılan üç boyutlu yapı DFA ile sınanmıştır. Elde edilen bulgulara göre "Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin" geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu tespit edilmiştir. Dolayısıyla Türk dili ve kültürü için gerekli psikometrik özellikleri gösteren ölçme aracının Türkiye'deki etkinlik katılımcılarına yönelik kullanılabilceği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Geçerlik ve güvenilirlik, spor etkinliği, yönelim.

TURKISH VALIDITY AND RELIABILITY STUDY FOR ORIENTATION TOWARD SPORTING EVENTS SCALE

ABSTRACT

In this study, the aim was to adapt "Orientation Toward Sporting Events Scale" to Turkish language and culture. Researchers have stated that those who provide service in sports and entertainment industry can do a segmentation about orientation toward sporting events with this measuring instrument. Due to fact that there is no measuring instrument that can evaluate the orientation toward sporting events in Turkish literature, it was thought that this study would contribute to the field. Universe of the study consisted of individuals who participated in the 12th Kite Festival organized by the Anadolu University Faculty of Sports Science. Among the participants in the event, 193 person selected by convenience sampling method were included in the study. Exploratory (EFA) and Confirmatory Factor Analysis (CFA) were used to test the structure of the scale. The scale was tested for content (expert opinion), convergent (lowest factor value 0.529, highest factor load value 0.834), discriminant/external validity (positively moderate correlation for all factors) and construct validity. Cronbach's Alpha (0.878) internal consistency coefficient was used for the reliability of the scale. The three-dimensional structure revealed by the EFA was tested with the CFA. According to the findings, it has been determined that "Orientation Toward Sporting Events Scale" is a valid and reliable measuring instrument. Therefore, it has been concluded that the measuring instrument which has the psychometric properties required for Turkish language and culture can be used for the participants of events in Turkey.

Keywords: Orientation, sporting event, validity and reliability.

¹ Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eskişehir/Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: cevik.tr@gmail.com

Hüseyin ÇEVİK: 0000-0002-3555-7322
Kerem Yıldırım ŞİMŞEK: 0000-0002-5020-9801
Anıl Onur MERCANOĞLU: 0000-0002-7812-9870
Alican BAYRAM: 0000-0001-6570-6344

GİRİŞ

Tüketici yönelimi, belirli bir tüketim eylemi sırasında tahmin edilebilir davranış özelliği gösteren özel eğilim olarak tanımlanmaktadır. Tüketicinin sahip olduğu özellikler ve çevresel değişkenler bu eğilimi doğrudan, tüketim davranışını ise dolaylı olarak etkilemektedir [1]. Katılımcıları etkinliğe çekebilme yeteneği bir spor organizasyonunun başarısı için hayati öneme sahiptir. Spor etkinliklerine olan katılımın azalması ve bununla birlikte spor ile eğlence sektörü arasındaki artan rekabet, spor yöneticilerinin etkinliklere katılım için bireyleri neyin motive ettiği konusunda daha derin bilgiler edinmesi gerektiğini gündeme getirmiştir [2]. Spor etkinliklerine yönelimin altında yatan boyutları anlamının etkinlik organizatörleri ve yöneticileri için değerli olduğu göz önüne alındığında, bu boyutları ortaya çıkarmanın önemi daha net anlaşılmaktadır [3].

Pons ve ark, (2006) Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğini geliştirerek spor etkinliklerine yönelim ile ilgili boyutları tanımlamıştır. Bu boyutlar spor yöneticileri ve organizatörlere spor etkinliklerine yönelim konusunda katılımcıları bölümlendirme fırsatı sağlamaktadır [3]. Bilindiği gibi pazar bölümlendirme ile mevcut pazardaki kitleyi daha homojen gruplar oluşturacak şekilde alt gruplara ayırıp hizmet sunmak, planlanan hedef kitleye odaklanmayı daha kolay hale getirmektedir [4]. Pazar bölümlendirme, hedef pazarlar için gereken özelliklerin etkinlik organizasyonunu üstelenen şirketin yeterlilikleri ile eşleşebilmesine ve şirketin pazarda savunulabilir bir iş yaratabilmesine olanak tanımaktadır. Bununla birlikte, hizmetin olmadığı ya da yetersiz kaldığı alanların yani pazardaki boşlukların belirlenmesini sağlamaktadır. Böylece hedef pazar için yeni hizmet gelişimi ya da var olanların geliştirilmesi mümkün olabilmektedir. Ayrıca olgunluk ya da düşüş aşamasındaki pazarlarda bile, hala büyümekte olan özel bölümlerin saptanmasına olanak tanıyarak bu bölümlere odaklanma fırsatı sunmaktadır. Tüm bu faydalara ek olarak, pazarlamacının hedef pazarın ihtiyaçları ile hizmeti daha yakından eşleştirebilmesine yardımcı olarak daha güçlü bir rekabet pozisyonu oluşturmaktadır [5]. Tüm bu nedenlerden dolayı spor ve eğlence endüstrisinde hizmet sunanların ya da ilgili yöneticilerin, pazar bölümlendirmenin sunduğu tüm olanakları değerlendirmesi gerekmektedir.

Literatür İncelemesi

Spor etkinliklerine bireysel katılım harcamasını belirlemenin güç olduğunu belirten Humphreys ve Ruseski (2010), ABD’de 2005 yılında spor etkinliklerine katılım sürecindeki

harcamanın 5 ile 16 milyar dolar arası bir rakam olarak tahmin edildiğini belirtmiştir [6]. Büyük bir pazar olması ve büyük kitleleri bir arada toplayan aktiviteler olması nedeni ile spor etkinliklerine yönelim faktörleri sürekli ilgi çekmiştir. Bu nedenlerden dolayı etkinliğe yönelimle ilgili literatürde yapılmış birçok araştırma bulunmaktadır. Bu araştırmalar sponsora karşı tutumun etkinliğe yönelimi [7-10], ve ekip olma durumunun etkinliğe yönelimi şeklinde gruplandırılabilir [11]. Bunların dışında, Pons vd, (2001), spor etkinliklerine yönelimde kültürel etkiler üzerine [12], Funk ve ark, (2012) özyeterlilik kuramını spor etkinliklerine yönelimle ilişkisi üzerinde bazı araştırmalar yürütmüşlerdir [13]. Kısacası yapılan araştırmalarda etkinliğe yönelim, farklı noktalardan incelenmiştir. Bu araştırmada ise spor etkinlik pazarında izleyicilere yönelik bölümlendirme yapabilmek için Türkçe literatürde eksikliği olan ve bu boşluğu dolduracağı düşünülen “Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin” Türkçe’ye uyarlanması amaçlanmıştır. Ölçme aracı sosyalleşme arayışı, duygu arayışı ve bilgi arama olmak üzere üç boyuttan oluşmaktadır.

Sosyalleşme

Sosyalleşme; bireyin büyüdüğü kültüre uygun yetkin bir birey olmak adına sahip olması gereken beceri, davranış kalıpları, değerler ve motivasyonları öğreten süreci ifade etmektedir [14]. Pons vd. (2001), spor yolu ile sosyal etkileşimin arttığını ve spor yolu ile topluluğun sosyal etkileşiminin artacağını, aynı zamanda yeni gelen bir bireyin diğerleri ile kaynaşmasını hızlandıracağını ifade etmiştir [12]. Önemli bir seyahat motivasyonu olan sosyalleşme arayışı [15] tercih edilen spor etkinliklerine yönelik katılımlarda önemli olabilir çünkü toplumsal yaşamın söz konusu olduğu yerlerde, sosyalleşmenin önemli bir role sahip olduğu ifade edilebilir. Etkinlikler ise kitlelerin katılması sebebiyle sosyalleşme arayışını karşılayabilen önemli organizasyonlar olarak değerlendirilebilir. Bu nedenle yönelimi tetikleyen önemli bir olgu olarak görülebilir.

Duygu Arama

Duygu arama boyutu bireyin müdahale edemediği içten gelen arzuları olarak tanımlanabilir. Duygu arama süreci biyolojik olarak ortaya çıkar ve bunu değiştirmek pek mümkün değildir [16]. Zuckerman (1994) duygu arayışını; farklı, yeni, karmaşık, yoğun duygu ve deneyimler yaşamak için fiziksel, sosyal, hukuki ve mali risk alma uğruna etkinliklere katılma olarak tanımlamıştır [17]. Duygu arayışının biyolojik istek boyutunu açıklamaya çalışan Sznitman ve Engel-Yeger (2017), katılımcıların belirli bir ölçüye kadar katıldıkları

faaliyetleri kontrol edebilmelerine karşın, kontrol edemedikleri duygu arayışından kaynaklı kendiliğinden gelişen ve denetlenemeyen faaliyetlerde de bulduklarını belirtmiştir [16]. Bunu heyecan arayışı ve dürtü nedeni gibi nedenlerle olabilecek faaliyetler olarak nitelerken, alkol tüketim eğilimi ve duygu arayışı arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Spor etkinliği katılımcısı maceraperest, adrenalin veya aktivite benzeri birçok beklenti ve arzu ile spor etkinliklerine katılabilmektedir.

Bilgi Arama

Bilgi arayışı, bilgi toplama ve bilgi inşa etme sürecinde en temel aktivitedir [18]. Bilgi arayışı, bireyin neden sonuç ilişkisini ayırt etmeye çalıştığı arayış durumu olarak tanımlanmaktadır [19]. Etkinlik bağlamında bireyin elde ettiği bilgi onun diğer katılımcılarla sosyalleşmesi ve deneyimlerini paylaşmasına imkan sağlamaktadır. Bu da bilgi arayışının izleyicileri etkinliğe yönelten bir boyut olarak tanımlanmasına sebep olmaktadır [3].

METERYAL VE METOT

Araştırma Modeli

Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin Türk dili ve kültürüne uygunluğunun geçerlik ve güvenilirlik analizleri ile test edildiği çalışma süreci, metodolojik araştırmaya göre planlanmıştır. Araştırma süreci ölçek uyarlama aşamaları dikkate alınarak yapılandırılmıştır. Hambleton ve Patsula (1999) ve Seçer (2015)'in önerileri dikkate alınarak aşağıdaki adımlar takip edilmiştir [20, 21]. Bu aşamalar;

- Ölçeğin Türkçe'ye çevrilmesi,
- Çevirisi yapılan maddelerin gözden geçirilmesi ve gerekli düzeltmelerin yapılması,
- Çevrilen maddelerin test edilmesi,
- Ölçeğe ilk şeklinin verilmesi,
- Ölçeğin uygulanması,
- İstatistiki analizlerin yapılması,
- Ölçeğe son şeklinin verilmesi ve
- Ölçüm modelinin uyumunun incelenmesidir.

Araştırmanın Örnekleme

Araştırma örnekleme Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi tarafından 15 Mayıs 2016 tarihinde düzenlenen 12. Uçurtma Şenliği Etkinliğine katılan bireyler arasında kolayda örnekleme yöntemi ile seçilen 193 kişiden oluşmaktadır. Etkinlik kamuya açık düzenlenmekte, çeşitli duyurum araçlarıyla yeri, zaman ve ulaşım şekli ilan edilmekte ve ücretsiz toplu taşıma araçlarıyla ulaşımı desteklenmektedir. Etkinlik süresince birbirinden farklı spor içerikli yarışma ve sahne gösterilerine yer verilmektedir. Yaklaşık 5000 uçurtmanın dağıtıldığı etkinlikte katılımcı sayısının bu miktarı aşmaktadır. Etkinlik içerik, katılımcı sayısı ve demografik çeşitlilik açısından değerlendirildiğinde araştırmanın amacı için uygun görülmüştür.

Veri Toplama Tekniği ve Aracı

Veri toplama aracı olarak iki bölümden oluşan anket formu kullanılmıştır. Anket formunun birinci bölümünde, Pons vd. (2006) tarafından geliştirilen Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğine yer verilmiştir. Ölçek sosyalleşme, duygu arayışı ve bilgi arama olmak üzere 3 boyutlu toplam 15 maddeden oluşmaktadır. Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin boyutları ve her bir boyuta ait madde sayıları tablo 1’de gösterilmektedir. Anketin ikinci bölümünde ise cinsiyet, medeni durum, yaş, eğitim durumu, meslek ve aile gelir durumu ile ilgili verileri toplamak üzere 6 demografik soruya yer verilmiştir. Veriler etkinlik sırasında anketörler aracılığıyla yüz yüze görüşme tekniği kullanılarak toplanmıştır.

Tablo 1. “Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin” boyut, alt boyut ve madde sayıları.

Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeği	Madde Sayısı
Sosyalleşme	5
Duygu Arama	5
Bilgi Arama	5
Toplam	15

Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinde yer alan 15 maddenin derecelendirilmesi beşli Likert formunda; (1) Kesinlikle Katılmıyorum, (2) Katılmıyorum (3) Biraz Katılıyorum (4) Katılıyorum (5) Kesinlikle Katılıyorum biçiminde düzenlenmiştir.

Veri Analizi

Veri analizi aşamasında faktör yapısının ortaya çıkartılmasında Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) kullanılmıştır. Ortaya çıkan yapının doğrulanmasında ise Doğrulayıcı Faktör Analizinden (DFA) yararlanılmıştır. Güvenirlik için ise iç tutarlılık, madde toplam korelasyonu ve test tekrar test analizleri kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırmaya dahil edilen örneklem grubunun demografik özelliklere göre dağılımı incelendiğinde, “cinsiyete” göre en fazla katılım %62,2’lik oranla erkeklerden olmuştur. Katılımcıların büyük bir çoğunluğu %47,7 ile “23 yaş ve altı” grubundandır. Meslek olarak katılımcıların en fazla olduğu grup %56,0 ile “öğrencilerdir.” “Medeni” duruma göre katılımcıların %70,5’i bekarıdır. En fazla katılım %64,3 ile “önlisans/lisans” grubundandır. Gelire göre ise en fazla katılım %22,3 ile “5501 ve üzeri” gruptan gerçekleşmiştir. Tablo 2’de örneklem grubunun demografik özelliklere göre frekans ve yüzdeleri gösterilmektedir.

Tablo 2. Örneklem demografik özelliklere göre frekans ve yüzdeleri

	Frekans	%		Frekans	%
Cinsiyet			Medeni Hal		
Kadın	73	37,8	Evli	57	29,5
Erkek	120	62,2	Bekar	136	70,5
Yaş			Öğrenim Durumu		
23 ve altı	92	47,7	İlk Öğretim	11	5,7
24-31	47	24,4	Lise	24	12,4
32-39	34	17,6	Önlisans/Lisans	124	64,3
40-47	15	7,8	Lisansüstü	34	17,6
48 ve üzeri	5	2,6	Gelir Durumu		
Meslek			1000 ve altı	18	9,3
Çalışmıyor	12	6,2	1001-1750	33	17,1
İşçi	6	3,1	1751-2500	26	13,5
Memur	34	17,6	2501-3250	21	10,9
Emekli	4	2,1	3251-4000	14	7,3
Öğrenci	108	56,0	4001-4750	24	12,4
Serbest Meslek	29	15,0	4751-5500	14	7,3
			5501 ve üzeri	43	22,3

Dil Eşdeğerliği: Türk dili ve kültüründe spor etkinliklerine yönelim ölçeğinin bulunmaması ve kuramsal altyapının örtüşmesi ile ölçeğin uyarlanması uygun görülmüştür. Bu karar doğrultusunda dil eşdeğerliliği için çeviri-geri çeviri yönteminden yararlanılmıştır [22]. Orijinal dilden hedef dile çevirisi birbirinden bağımsız her iki dil ve kültüre hakim 2 dil

uzmanı tarafından yapılmıştır. Çevirisi yapılan hedef dildeki uygun maddeler tekrar orijinal dile çevrilerek karşılaştırılmıştır.

Kapsam Geçerliği: Çevirisi yapılan ölçeğin dil geçerliğinin test edilmesi için spor pazarlaması alanında araştırmaları olan 6 uzmandan görüş alınmıştır. Uzman görüşlerinin değerlendirilmesinde kapsam geçerliği indeksi (KGI) kullanılmıştır. Kapsam geçerliği için hem bir ölçekteki her madde hem de o ölçeğin tamamı için hesaplama yapılmıştır. Ölçekteki maddeler için 3 ya da 4 puanını (ilgili) veren uzmanların sayısı toplam uzman sayısına bölünerek Madde Kapsam Geçerliği İndeksi (MKGI) hesaplanmıştır. Ölçek Kapsam Geçerliği İndeksi (ÖKGI) ise her bir maddenin MKGI puanı toplanıp madde sayısına bölünerek hesaplanmıştır [23]. Hesaplamalar sonucunda ölçeklerdeki her bir maddenin kapsam geçerliği oranının 1,0 ve 0,83 arasında değişiklik gösterdiği [24], ölçek kapsam geçerliği oranının ise her iki ölçekte 0,90 üzerinde olduğu gözlemlenmiştir [25]. Böylece kapsam geçerliği sağlanan ölçeğe ilk şekli verilmiştir.

Yapı Geçerliği: Ölçeklerin yapılarının değerlendirilmesinde AFA ve DFA'dan yararlanılmıştır. AFA'ya başlamadan önce verinin faktör analizi için uygun olup olmadığı test edilmiştir. Bunun için önce Kaiser Meyer Olkin (KMO) testi kullanılmıştır. Analiz sonucunda KMO değerinin 0,876 bulunması verinin açımlayıcı faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir [26]. Sonra korelasyon matrisinin faktör analizine uygunluğuna karar vermek için ise Bartlett Küresellik testinden yararlanılmıştır (1016,654 df: 66, p: 0,00). Bartlett Küresellik testinde p değerinin 0,05'ten küçük olması gerekmektedir [27]. Buna göre korelasyon matrisinin faktör analizine uygun olduğu söylenebilir. KMO bütün soru grubunun faktör analizine uygunluğunu test ederken, her bir sorunun faktör analizine uygunluğunu ölçmek için ise örneklem uygunluk ölçüsü (Measurement of Sampling Adequacy-MSA) değerleri incelenmiştir. Hair vd. (2013) MSA değeri 0,50'den az olan maddenin analizden çıkartılmasını önermektedir [28]. Ölçekteki maddeler arasında en yüksek MSA değerinin 0.918, en düşük değerinin ise 0,815 olduğu tespit edilmiştir.

Spor Etkinlik Kişiliği Ölçeğinin faktör desenini ortaya koymak için temel bileşenler analizinden ve varimax dik döndürme tekniğinden yararlanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda "sosyalleşme" boyutu altında yer alan 5. madde "duygu arama" boyutu altında da faktör yük değeri aldığı için çıkartılmıştır. Sonraki analizde "sosyalleşme" boyutu altında yer alan 3. madde ve "bilgi arama" boyutu altında yer alan 14. maddenin düşük faktör yük değerine

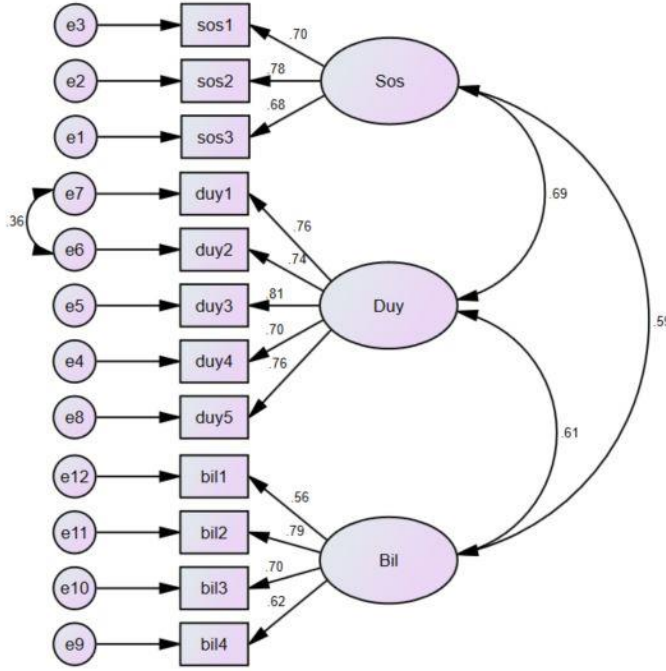
sahip olduğu tespit edilmiştir [28]. Bu maddeler çıkartıldıktan sonra gerçekleştirilen analiz sonucuna göre öz değeri 1'in üzerinde 12 maddenin 3 faktör altında toplandığı toplam varyansın %65,316 olduğu bir yapı elde edilmiştir. Tablo 3'de ölçekteki maddelerin faktör yük değerleri ve ortak varyansları gösterilmektedir.

Tablo 3. AFA sonucu Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin faktör yük değerleri ve ortak varyansları

Faktörler	Faktör Yükü	Ortak. Varyans %
Sosyalleşme		
-Genellikle etkinlikler ile ilgili sohbetlere katılırım.	,709	,698
-Arkadaşlarım ile etkinlikler hakkında konuşmaktan hoşlanırım.	,824	,765
-Etkinlikler ile ilgili duygu ve düşüncelerimi genellikle başkaları ile paylaşıyorum.	,715	,635
Duygu Arama		
-Benim için spor etkinliğine katılmak gerçekten büyük bir zevktir.	,756	,687
-Spor etkinliklerine katılmak beni heyecanlandır.	,743	,676
-Spor etkinliğine katılmayı düşündüğümde heveslenirim.	,797	,729
-Spor etkinliğine katıldığımda kendimi onun bir parçası olarak görürüm.	,709	,582
-Spor etkinliğine katıldığımda mutlu olurum.	,770	,689
Bilgi Arama		
-Spor etkinliğini izlemek yıldız sporcularla yakınlaşma fırsatı sağlar.	,593	,462
-Kendimi spor uzmanı olarak düşünürüm.	,818	,731
-Profesyonel spor yorumcuları kadar spor taktik ve stratejileri ile ilgili konuşabilirim.	,834	,720
-Spor konusunda herhangi bir bilgi (rekor, sonuç, sözleşme vb.) ile ilgilenirim.	,529	,463
Toplam Açıklanan Varyans	%65,316	

Açımlayıcı Faktör Analizi sonucu ortaya çıkan yapının doğruluğunun sınanması amacı ile DFA uygulanmış ve ölçüm modeli test edilmiştir. DFA sonucunda ölçüm modelinin uyum indeksleri analiz programı önerisi dikkate alınarak yapılan düzeltme sonucunda elde edilmiştir. Duygu arama boyutu altında yer alan 1. ve 2. Maddenin ($r=0,36$) hata varyansları arasında dikkate değer bir ilişki gözlemlenmiş ve analiz programının önerisi dikkate alınarak modifikasyon gerçekleştirilmiştir. Düzeltme sonucunda ortaya çıkan uyum indekslerinin kabul edilebilir sınırlarda olduğu gözlemlenmiştir. Sırasıyla uyum indeksleri ve değerleri şu şekildedir; χ^2/df : 2,145 kabul edilebilir uyum [29], RMSEA: 0,077 kabul edilebilir uyum [30], SRMR: 0,620 kabul edilebilir uyum [31], NFI:0,897 kabul edilebilir uyum [32], NNFI: 0,923 kabul edilebilir uyum [33], CFI: 0,941 kabul edilebilir uyum [33], GFI: 0,910 kabul edilebilir

uyum [33], AGFI: 0,870 kabul edilebilir uyum [33]. Şekil 1’de ölçüm modeli, faktör yükleri ve gerçekleştirilen modifikasyon gösterilmektedir.



Şekil 1. Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin Ölçüm Modeli

Yakınsak Gerçeklik: “Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin” ölçüm modelinin yakınsak geçerliği için DFA sonucu elde edilen faktör yük değerleri incelenmiştir. Maddelerin faktör yük değerlerinin 0,50’den büyük olduğu gözlemlenmiştir [28]. Yakınsak geçerlik için ortalama varyans (AVE) ve yapı güvenirliliği (CR) de hesaplanmıştır. Ölçüm modelinde iki faktörün AVE değerlerinin 0,50’den yüksek [28], Bilgi Arama faktörünün 0,500’e çok yakın bir değere sahip olduğu tespit edilmiştir. Hatcher (1994)’a göre yapı güvenirliliği kabul edilebilir düzeyde ise düşük AVE değerleri kabul edilmektedir [34]. Faktörlerin yapı güvenirliliği değerleri incelendiğinde 0,70’den büyük olduğu gözlemlenmiştir [35]. Bu sonuç ölçüm modelinin yakınsak geçerliğe sahip olduğunu göstermektedir. Tablo 4’de ölçüm modelinin yakınsak geçerliği ile ilgili bulgular gösterilmektedir.

Tablo 4. Ölçüm modelinin AVE, yapı güvenirliliği ve boyutlar arası korelasyon değerleri

	Sosyalleşme	Duygu Arama	Bilgi Arama	AVE	Yapı Güvenirliliği
Sosyalleşme	-			,564	,794
Duygu Arama	,692**	-		,571	,869
Bilgi Arama	,590**	,613**	-	,499	,793

**p<,01

Ayrışma/Dış Geçerlik: Ayrışma geçerliği yapıların birbirinden ayrıldığının bir göstergesidir. Ayrışma geçerliğinin sağlanabilmesi için yapılar arasındaki korelasyonların Kline (2011)'a göre 0,85'i aşmaması önerilmektedir [29]. Tablo 4'de gösterildiği gibi yapılar arasındaki korelasyon değerleri ayrışma/dış geçerliğini desteklemektedir.

İç Tutarlılık Güvenirliği: İç tutarlılık kapsamında ölçeğin 3 boyutu ve toplam Cronbach's Alpha değerleri hesaplanmıştır. Nunnally ve Bernstein'a (1994) göre $0,70 \leq \alpha < 0,90$ ise, ölçek yüksek güvenirlilik düzeyine sahiptir [36]. Dolayısıyla Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin yüksek güvenirlilik düzeyine sahip olduğu söylenebilir. Ölçekteki boyutlar ve ölçeğin toplam Cronbach's Alpha katsayısı Tablo ' de gösterilmektedir.

Tablo 5. Ölçekteki faktörlerin ve ölçeğin toplam Cronbach's Alpha katsayısı

Boyutlar	Cronbach's Alpha
Sosyalleşme	,751
Duygu Arama	,871
Bilgi Arama	,754
Toplam	,878

İç tutarlılık kapsamında ayrıca madde analizi işlemleri gerçekleştirilmiştir. Bu kapsamda, ölçekte yer alan maddelerin kişileri ne kadar ayırt ettiği incelenmiştir. Analiz sonucunda ölçekte yer alan maddelerin madde toplam korelasyon değerlerinin 0.30'un üzerinde olduğu tespit edilmiştir [37]. Tablo 6'da madde-toplam korelasyon değerleri gösterilmektedir.

Tablo 6. Madde-toplam korelasyon değeri

MN	r	MN	r
1	,568	7	,589
2	,547	8	,614
3	,535	9	,497
4	,668	10	,574
5	,662	11	,516
6	,671	12	,561

Test-Tekrar Test Güvenirliği: Güvenirlilik kapsamında ölçeğin ölçmedeki kararlılığını göstermek amacıyla test-tekrar test analizi gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe formu Anadolu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü öğrencilerine iki hafta

arayla iki kez uygulanmıştır. İki ölçüm arasındaki Pearson korelasyon katsayısının 0,793 olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen sonuç ölçeğin ölçmedeki kararlılığını desteklemektedir [38].

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada “Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin” Türk dili ve kültürüne uyarlanması amaçlanmıştır. Uyarlama sürecinde önce dilsel eşdeğerlik sağlanmış, kapsam geçerliliği hesaplanmış ve yapı geçerliği analizleri gerçekleştirilmiştir. Geçerlik kapsamında yakınsak ve ayrışma geçerliği analizleri kullanılmış, güvenilirlik için ise iç tutarlılık güvenilirliği ve test-tekrar test güvenilirliğinden faydalanılarak süreç tamamlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda faktör yüklerinin sınırları ve öngörülen uyum indeksleri dikkate alındığında genel hatları ile yapısal örüntünün ve ölçüm modelinin kabul edilebilir düzeyde uyum verdiği, ölçeğin Türkçe ve orijinal faktör yapısının uyduğu görülmektedir. Ölçeğin Cronbach Alpha değeri 0,87 olarak hesaplanmış ve bu değer orijinal versiyondan daha yüksek çıkmıştır. Bu durum iç tutarlılığın yüksek olduğunu göstermektedir. Ölçek maddelerinin birbiri ile tutarlı olması iç tutarlılık anlamındaki güvenilirliği göstermekte ve ölçeğin bu koşulu sağladığı görülmektedir. Kısacası, geçerlilik ve güvenilirlik analizleri neticesinde ortaya çıkan 12 madde ve 3 faktörlü yapı ile “Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin” Türk dili ve kültürü için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Ölçme aracı sosyalleşme, duygu ve bilgi arama boyutları ile etkinlik organizatörleri tarafından etkinlik katılımcılarının yönelimlerinin anlaşılması sürecinde kullanabilecekleri önemli bir araç olarak değerlendirilebilir. Ölçekte yer alan sosyalleşme, duygu arama ve bilgi arama boyutları spor etkinlik tüketicilerinin spor etkinliklerine yönelimde rol oynayan faktörler olarak ifade edilmektedir [3]. Bu boyutlardan sosyalleşme bireyci toplumlardan ziyade kişilerarası etkileşimi yüksek toplumlar için önemli bir arayıştır [39]. Bu nedenle etkinlik katılımcısının diğer katılımcılarla sosyalleşmesinin önemli olduğunun altı çizilebilir. Pons vd. (2006), spor etkinliği öncesinde, esnasında ve sonrasında bireyin sosyalleştiğini ve spor etkinliklerinin buna olanak sağladığını belirtmiştir [3]. Funk ve ark, (2009) ise spor etkinliğinin bireye ailesi, arkadaşları ve diğer izleyiciler ile sosyalleşme fırsatı sağladığını ifade etmektedir [2]. Pits ve Stotlar (2002), sporun ekonomik boyutunun buz dağının görünen kısmı olduğunu asıl etkisinin görünmeyen kısmı olan ve sporun merkezinde yer alan

sosyalleşme arzusu olduğunu belirtmiştir [40]. Dolayısıyla sosyalleşmenin etkinliğe yönelimde rol oynayan önemli bir boyut olduğu söylenebilir.

Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin bir diğer boyutu duygu arama, fizyolojik uyarılmaya, yeni bir deneyime ve böyle bir uyarılmayı elde etmek için sosyal, fiziksel ve finansal riskleri almaya istekli olan ihtiyaç olarak biyolojik temele sahip olduğuna inanılan kişilik özelliğidir [42]. Roberti (2004) de benzer şekilde duygu arayışını, yeni ve karmaşık duymalara ve deneyimlere duyulan ihtiyacı yansıtan biyolojik temelli kişilik özelliği olarak ifade etmiştir [41]. Spor etkinliği özelliği gereği bireyi günlük rutin yaşantının dışına çıkartarak, onu duygusal bir alana çekmektedir. Spor Etkinliği kamuya açık alanlarda yaşanan duyguların meşru kabul edildiği sınırlı ortamlardan olduğu için [43] duygu arama boyutu spor etkinliğine yönelimde etkisi olan bir boyut olarak değerlendirilebilir.

Bireyler spor etkinliğine sosyalleşme ve duygusal ihtiyaçlarını karşılamanın yanında, bilgilenmek ve elde ettiği bilgileri aile üyeleri, arkadaşları ve diğer katılımcılarla paylaşmak amacıyla da yönelebilmektedir [3]. Spor etkinlik tüketicileri aynı zamanda ilgilendikleri spor konusunda uzmanlaşma adına da bilgi arayışı içerisine girmektedir. Sporun teknik yönlerini daha iyi anlamak ve sporun aktörlerini daha iyi tanımak, spor etkinlik tüketicileri için etkinliğe yönelim konusunda motivasyonel bir faktör olarak değerlendirilmektedir [44]. Polat ve Yalçın (2014) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, spor seyirciler için spor branşını her yönüyle anlama, algılama, oyun kuralları hakkında bilgi sahibi olma ve öğrenme maddelerini içeren oyun bilgisi boyutu dışsal motivasyon faktörü olarak değerlendirilmektedir [45].

Sonuç olarak sosyalleşme, duygu ve bilgi arama gibi spor etkinlik tüketicilerinin etkinliğe yöneliminde önemli rolü olan boyutlarından oluşan “Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeği” Türk dili ve kültürü için geçerli ve güvenilir bir ölçme aracıdır. Ölçeğin etkinlik tüketicilerinin davranışlarının anlaşılmasında etkinlik organizatörleri ve araştırmacılar tarafından kullanılması, spor etkinliğine yönelim konusunda uygulama alanına ve ilgili literatüre olumlu katkılar sağlayabilir.

ÖNERİLER

Araştırma sonucunda uygulayıcılar ve araştırmacılara yönelik bazı öneriler geliştirilmiştir. Bu araştırmada Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeğinin Türkçe uyarlaması gerçekleştirilmiştir. Farklı örneklem grupları ile gerçekleştirilecek araştırmalar ölçme aracının

Türkçe geçerliği ve güvenilirliğine önemli katkılar sağlayabilir. Araştırmada olasılıksız örnekleme yöntemlerinden biri olan kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. İleride olasılıklı örnekleme yöntemleri kullanılarak spor etkinliklerine yönelimle ilgili daha genellenebilir sonuçlar elde edilebilir, böylece hem etkinlik organizatörlerine hem akademik çevreye sosyolojik yapıyı ve beklentileri derinden anlama fırsatı sunulabilir. Araştırmacılar, bu ölçeği farklı büyüklük ve temadaki etkinliklerde uygulayarak, yönelim konusunda etkinlik büyüklüğü ve özelliğine göre pazar bölümlendirmede farklılaşma olup olmadığını ortaya koyabilir. Ayrıca, araştırma kapsamında incelenen literatür ve nicel araştırma paradigması temel alınarak gerçekleştirilen araştırma sonucunda ortaya çıkan bulgular sosyalleşme, duygu ve bilgi aramanın spor etkinliğine yönelimde rol oynayan boyutlar olduğunu göstermektedir. İleride nitel araştırma paradigmasından yararlanılarak gerçekleştirilen araştırmalar yönelim konusunun derinlemesine anlaşılmasını sağlayabilir. Son olarak, etkinlik organizatörleri ölçme aracını kullanarak hizmet sundukları grup ile ilgili etkinliğe yönelim konusunda güncel bilgiler elde edebilir.

KAYNAKLAR

1. Pons F, Laroche M., Nyeck, S., Perreault, S. Role of sporting events as ethnoculture's emblems: impact of acculturation and ethnic identity on consumers' orientation toward sporting events, *Sport Marketing Quarterly*, 2001; 10 (4): 231-240.
2. Funk DC, Filo K, Beaton AA, Pritchard M. Measuring the motives of sport event attendance: Bridging the academic-practitioner divide to understanding behavior. *Sport Marketing Quarterly*, 2009; 18 (3): 126-138.
3. Pons F, Mourali M, Nyeck S. Consumer orientation toward sporting events: Scale development and validation. *Journal of Service Research*, 2006; 8(3): 276-287.
4. Ferrell, OC, Hartline MD. Marketing strategy. 5th ed. *South-Western; Cengage Learning*; 2011.
5. Hooley GJ, Greenley GE, Cadogan JW, Fahy J. The performance impact of marketing resources, *Journal of Business Research*, 2005; 58(1): 18-27.
6. Humphreys BR, Ruseski JE. Problems with data on the sport industry, *Journal of Sports Economics*, 2010; 11(1): 60-76.
7. Terry DJ, Hogg MA. Group norms and the attitude-behavior relationship: A role for group identification. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1996; 22: 776-793.
8. Lee M, Sandler D, Shani D. Attitudinal constructs towards sponsorship: Scale development using three global sporting events. *International Marketing Review*, 1997; 14(3): 159-69.
9. Faircloth JB, Capella LM, Alford BL. The effect of attitude toward the sponsor and brand image on brand equity. *Journal of Marketing Theory and Practice* 2001; 9: 61-75.
10. Koo G, Quarterman J, Flynn L. Effect of perceived sport event and sponsor image fit on consumers' cognition, affect, and behavioral intentions. *Sport Marketing Quarterly*, 2006; 15: 80-90.

11. Madrigal R. Social identity effects in a belief–attitude–intentions hierarchy: Implications for corporate sponsorship. *Psychology & Marketing*, 2001; 18(2): 145-165.
12. Pons F, Laroche M, Nyeck S, Perreault S. Role of Sporting Events as Ethnoculture's Emblems: Impact of Acculturation and Ethnic Identity on Consumers' Orientation Toward Sporting Events. *Sport Marketing Quarterly*, 2001; 10(4): 231-240.
13. Fun, DC, Beaton A, Alexandris K. Sport consumer motivation: Autonomy and control orientations that regulate fan behaviours. *Sport management review*, 2012; 15(3): 355-367.
14. Grusec JE, Hastings PD. *Handbook of socialization: Theory and research*. New York: Guilford Publications; 2014.
15. Harman S, Çakıcı AC, Atalay A. İstanbul'a Gelen Sırt çantalı turistlerin seyahat motivasyonları üzerine bir araştırma. *Sosyal Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 2013; 25: 267-300.
16. Sznitman S, Engel-Yeger B. Sensation seeking and adolescent alcohol use: Exploring the mediating role of unstructured socializing with peers. *Alcohol and Alcoholism*, 2017; 52(3): 396-401.
17. Zuckerman, M. *Behavioral expressions and biosocial bases of sensation seeking*, New York: Cambridge University Press, 1994.
18. Matusiak KK. Information seeking behavior in digital image collections: A cognitive approach. *The Journal of Academic Librarianship*, 2006; 32(5): 479-488.
19. Hirschman EC. Experience seeking: A subjectivist perspective of consumption. *Journal of Business Research*, 1984; 12: 115-136.
20. Hambleton RK, Patsula L. Increasing the validity of adapted tests: Myths to be avoided and guidelines for improving test adaptation practices. *Journal of Applied Testing Technology*, 1999; 1(1): 1-30.
21. Seçer İ. *Psikolojik test geliştirme ve uyarlama süreci SPSS ve Lisrel uygulamaları*, Ankara: Anı Yayıncılık, 2015.
22. Aksayan S, Gözüm S. Kültürlerarası ölçek uyarlaması için rehber I: Ölçek uyarlama aşamaları ve dil uyarlaması. *Hemşirelik Araştırma Dergisi*, 2002; 4(1): 9-14.
23. Polit DF, Beck CT. The content validity index: are you sure you know what's being reported? Critique and recommendations. *Research in Nursing & Health*, 2006; 29(5): 489-497.
24. Lynn MR. Determination and quantification of content validity. *Nursing Research*, 1986; 35: 382-385.
25. Waltz CF, Strickland OL, Lenz, ER. *Measurement innursing and health research*, 3rd. ed, New York: Springer Publishing Co., 2005.
26. Tabachnick BG, Fidell LS. *Using multivariate statistics*, 6th. ed, Boston: Pearson, 2013.
27. Alpar R. *Spor, sağlık ve eğitim bilimlerinden örneklerle uygulamalı istatistik ve geçerlik-güvenirlik*, Ankara: Detay Yayıncılık, 2014.
28. Hair JF, Black WC, Babin BJ, Anderson RE. *Multivariate data analysis: A global perspective*, 7th ed, Upper Saddle River NJ: Pearson, 2013.
29. Kline RB. *Principles and practice of structural equation modeling*, New York: The Guilford Press, 2011.
30. Browne MW, Cudeck R. Alternative ways of assessing model fit, In: Bollen KA, Long JS, editors, *Testing structural equation models*. Beverly Hills CA: Sage; 1993.
31. Hu L, Bentler PM. Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling*, 1999; 6(1): 1-55.

32. Forza C, Filippini R. TQM impact on quality conformance and customer satisfaction: a causal model. *International journal of production economics*, 1998; 55(1): 1-20.
33. Baumgartner H, Homburg C. Applications of structural equation modeling in marketing and consumer research: A review. *International Journal of Research in Marketing*, 1996; 13(2): 139-161.
34. Hatcher L. *A Step-by-step approach to using the sas system for factor analysis and structural equation modeling*, Cary, NC: SAS Institute Inc, 1994.
35. Fornell C, Larcker DF. Structural equation models with unobservable variables and measurement error: Algebra and statistics. *Journal of Marketing Research*, 1981; 382-388.
36. Nunnally J, Bernstein I. *Psychometric theory*, New York: McGraw-Hill, 1994.
37. Büyüköztürk Ş. *Sosyal bilimlerde veri analizi el kitabı*, 19. Baskı, Ankara: Pegem Akademi, 2014.
38. Robinson JP, Shaver PR, Wrightman LS. *Criteria for scale selection and evaluation in measure of personality and psychological attitudes*, San Diego: California Academic Press, 1991.
39. Yousaf A, Bashir M, Amin I. Youth motivations to watch sports in Indian context: exploring cross-nationality and cross-gender differences. *Management & Marketing*, 2015; 10(4): 330-340.
40. Pitts BG, Stotlar DK. *Fundamentals of sport marketing*, 2nd ed, Morgantown, WV: Fitness Information Technology, 2002.
41. Roberti JW. A review of behavioral and biological correlates of sensation seeking. *Journal of Research in Personality*, 2004; 38(3): 256-279.
42. Bardo MT, Donohew RL, Harrington NG. Psychobiology of novelty seeking and drug seeking behavior. *Behav. Brain Res.*, 1996; 77:23-43.
43. Mutz M, Wahnschaffe K. The television viewer's quest for excitement—does the course of a soccer game affect TV ratings? *European Journal for Sport and Society*, 2016; 13(4): 325-341.
44. Pons F, Giroux M, Murali M. Consumer behavior and motivation: Why are sport event consumers so special? In: Stinsö JL, editor, *Leveraging brands in sport business*. New York: Routledge, 2013.
45. Polat E, Yalçın HB. Spor seyircileri için dışsal güdü ölçeği (SSİDGÖ) ve spor seyircileri için içsel güdü ölçeği (SSİİGÖ) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*, 2014; 11(1): 105-127.



Araştırma Makalesi

Geliş Tarihi/Received : 17.10.2018

Kabul Tarihi/Accepted : 30.07.2019

DOI: 10.17155/omuspd.471821

KADINLARIN REKREASYONEL FAALİYETLERE KATILIMINDA MOTİVASYON VE ENGELLERİ İLE İLGİLİ DURUM TESPİTİ; MANİSA İLİ ÖRNEĞİ

Nimet GÜRSEL¹

Pınar GÜZEL¹

Kadir YILDIZ¹

ÖZET

Bireyler, kendi kendini gerçekleştirme, kişisel ilişkileri, sosyal bütünleşmeyi ve yaşam kalitesini artırma gibi serbest zaman fırsatlarını kullanabilirler. Kadınların meslek durumu, kadınların aylık gelir seviyeleri, ailenin spora katılımı, spor tesislerinin durumu, yaşanan sosyal çevrenin uygun olması, yakın çevrenin ve arkadaş gruplarının etkisi, televizyon etkisi, zaman olgusu ve bu konudaki ilgi ve istekleri fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen nedenlerden en önemlileri arasındadır. Kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımında motivasyon ve engelleri belirlemeyi amaçlanmaktadır. Bu çalışmada, olgu ve olayları nesnelleştirerek gözlemlenebilir, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edilebilir bir şekilde ortaya koyan bir araştırma türü olan Nicel Araştırma Yöntemlerinden, Genel Tarama Modeli kullanılmıştır. Çalışma grubu Manisa Merkez ilçesinde yaşayan 20-55 yaş ortalaması 36,26 olan 350 kadından oluşmaktadır. Veri toplama aracı olarak Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği (SZMÖ) ve Serbest Zaman Engelleri Ölçeği (SZEÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde Yüzde, Frekans, ANOVA, Tukey Testi ve Korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; kadınların meslek gruplarına bakıldığında 178 (%50,8)'sinin çalışan, 142 (%40,6)'sinin ev hanımı ve 30 (%8,6)'sinin emekli olduğu tespit edilmiştir. Birey psikolojisi ve motivasyonsuzluk alt boyutu arasında orta düzeyde ve pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir ($r=,402$; $p<,01$). Katılımcıların dışsal düzenleyen alt boyutunda spor yapmak ve sinema-tiyatroya gitmek alt boyutu arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir, $F(4, 345)=9,67$ SZEÖ Tesis alt boyutunda istatistiksel yönden anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bağlamda kadınların ilgi ve bilgilerinin artırılması yönünde çalışmalar yapılarak rekreasyonel faaliyetlerin yaygınlaştırılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Engeller, Kadın, Motivasyon, Rekreasyon, Serbest Zaman.

ASSESSMENT RELATED TO MOTIVATION AND CONSTRAINTS OF WOMEN IN PARTICIPATING IN RECREATIONAL ACTIVITIES; SAMPLE OF MANİSA

ABSTRACT

Individuals can use free time opportunities such as self-realization, personal relationships, social integration and quality of life. Women's occupational status, women's monthly income levels, family participation in sports, the availability of sports facilities, the appropriate social environment, the influence of close environment and groups of friends, the effect of television, the phenomenon of time and interest in this issue are among the most important reasons affecting their participation in physical activity. It is aimed to determine the motivations and constraints of the women in participating in the recreational activities. In this study, one of the Quantitative Research Methods, General Scanning Model which reveals phenomena and events by making them observable, measurable and numerically predictable was used. The sample was formed by 350 women whose average age is 36,26 ranging between 20-55, living in the centre of Manisa. For data collection, Leisure Motivation Scale and Leisure Constraints Scale were used. In the analysis of the data, Percentage, Frequency, ANOVA, TUKEY Test and Correlation analyses were used. According to the obtained results; it is determined that 178 (%50,8) of the women are employed, 142 (%40,6) of them are housewives and 30 (%8,6) of them are retired, when their occupational groups are considered. A medium-level and positive relationship between the psychology of the individual and amotivation sub-dimensions was found ($r=,402$; $p<,01$). In the extrinsic regulating sub-dimension of participants, it was found that there is a significant difference between the sub-dimensions of doing sports and going to the cinema/theatre $F(4, 345)=9,67$. In the facility sub-dimension of Leisure Constraints Scale, there isn't any statistically significant difference. In this scope, it can be recommended that activities that will increase the interest and knowledge of the women could be done in order to spread the recreational activities.

Keywords: Constraints, Leisure, Motivation, Recreation, Women.

¹ Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa/Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: pnrnguzel@yahoo.com

Nimet GÜRSEL: 0000-0001-9766-1662

Pınar GÜZEL: 0000-0001-5982-2816

Kadir YILDIZ: 0000-0003-3347-0319

GİRİŞ

Zaman, bir insanın sahip olduğu en değerli olgulardan biridir. Zamanın farkında olmak zamanın iyi kullanılması gerekliliğini ortaya koyar [1]. Günümüzde insanların sıkça yaşadığı sorunlardan birisi de zaman problemidir. Zamanı iyi kullanabilmek, insanın kendisine, çalışma hayatına, sosyal hayatına, dinlenme ve eğlenmesine, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçların karşılanmasına ayırdığı zaman birimlerinin arasındaki dengesini iyi kurmasıyla mümkün olmaktadır. İnsanların gelişiminde ve hangi alanda olursa olsun başarısında zaman anlayışının payı oldukça büyüktür [2].

Modern dünyada teknolojik gelişmelerle birlikte daha fazla serbest zamana sahip olan bireylerde gelişen yaşam kalitesi bilinci, isteyerek ve kendi seçimiyle aktiviteye katılım hissi toplumlarda serbest zaman faaliyetlerinin hızla yayılmasına katılımına teşvik etmektedir. İlk zamanlarda hedefi olmayan bireyin kendisi için gerçekleştirdiği faaliyetler düşünce olarak büyüyen rekreasyon, kişinin serbest zamanında zevk almak ya da bazı fiziki, toplumsal ve duygusal davranışlar için yaptığı etkinlikler ya da deneyimlerdir. Bu nedenle rekreasyon, bireyde doyuma ve iyi olmaya doğru gelişen ve değişen bir duygudur [3]. Genel olarak rekreasyon kişilerin serbest zamanlarında tatmin edici dürtüleri ile istekli şekilde faaliyetlere katılımı olarak tanımlanabilir [4].

Yapılan tanımların çoğunda rekreasyonun serbest zamanları değerlendirme etkinlikleri olduğuna vurgu yapılmaktadır [5,6]. Söz konusu unsurlar içerisinde cinsiyet faktörü serbest zaman ve spor etkinliklerine yönelmede önemli bir belirleyicidir. Batı kültürlerinde serbest zaman kavramı çoğu kez kadınların dışarıda tutulduğu, “ücretli iş ve eğlence” çerçevesinde incelenmiştir. Kısaca, geleneksel serbest zaman çalışmalarının odağını maskülen bir olgu oluştururken, üçüncü boyut olan toplumsal cinsiyet düşünülmemiştir [7-9]. Yüzyıllar boyunca yaşamı ev, ev işi ve çocuk bakımı ile sınırlandırılan ve ücretsiz işçi konumunda çalışan kadın, sanayinin gelişmesi ile birlikte 19. yüzyıldan itibaren eğitim alma ve ev dışında ücret karşılığı çalışma imkanı bulmuştur [10]. Kadınların iş gücüne katılımlarının ve istihdamlarının artırılması, bireysel ve toplumsal açıdan sürdürülebilir kalkınmanın gerçekleştirilmesinde önemli bir unsurdur [11]. Diğer yandan, erkeklerin kadınlara göre daha çok rekreasyonel faaliyet içinde buldukları; geleneksel ev-içi roller, çocuk bakımı, sosyal, ekonomik ve politik gibi nedenler sebebiyle dahil olamadıkları belirlenmiştir [12]. Kadının serbest zaman etkinliklerine katılımı, özgürlük ve kendini dışa vurma biçimi ve kadının

sınırlayıcı toplumsal cinsiyet rollerinden bağımsızlaşmasının ve özgürleşmesinin bir aracı olarak görmektedir [13].

Toplum tarafından kadınlara biçilen cinsiyet rollerinin çağın gerektirdiği gelişmeler, küreselleşme, kentleşme, devletlerin uyguladığı politikalar kadınların eğitim düzeylerinin yükselmesi, çalışma hayatına daha çok katılmaları, ailedeki bir takım fonksiyonların toplumsal kurumlara aktarılması [14] gibi gelişmelerden dolayı olumlu yönde değişmiştir. Bu olumlu değişim kadınların günlük hayatlarında fiziksel aktiviteye katılımına da olumlu yönde yansımıştır. Kadınların bir işte çalışıp çalışmama durumu, eğitim seviyeleri ve meslekleri, kadınların anne-baba ve eşlerinin eğitim seviyeleri, kadınların aylık gelir seviyeleri, aile yapısı, aile sorumlulukları, ailenin spora katılımı, spor tesislerinin durumu, yaşanan sosyal çevrenin uygun olması, yakın çevrenin ve arkadaş gruplarının etkisi, kadınların kilo durumları, televizyon etkisi, zaman olgusu ve bu konudaki ilgi ve istekleri fiziksel aktiviteye katılımlarını etkileyen nedenlerdir [15-17].

Korucu (2013) yaptığı çalışmada spor yapan kadınların tümü ev işlerini yaparken hiç yorgunluk hissetmemektedir ancak spor yapmayanların ev işlerinde daha fazla yoruldukları anlaşılmıştır. Toplumsal yaşamda sporun, kadınlar üzerinde sosyalleştirici, toplumsal birliği sağlayıcı, sağlık kazandırıcı etkisinin olduğu saptanmıştır [15].

Boş zaman davranışları, fonksiyonel açıdan iki motivasyonel unsurun gücünün aynı anda etkisi altında kalmaktadır [18]. Bu motivasyonel unsurlardan birisi, günlük hayatın monotonluğundan, sıradanlığından ve her gün ki çevreden uzaklaşmak, kişisel ve diğer kişilerle olan ilişkiler yörüngesinden kaçmaktır. Diğeri ise, boş zaman etkinliklerine katılarak kendini belirleme, hâkimiyet, üstünlük, mücadele, öğrenme, keşif, rahatlama gibi kişisel, sosyal iletişim gibi, psikolojik ödül beklentisidir. Bireylerin rekreatif faaliyetlerini dürtüler belirler [19]. İnsanların seçtikleri faaliyetler motivasyonlarına ve motivasyon düzeylerine bağlıdır. Bireyler kişisel doyuma ulaşmak için içsel motivasyon tarafından teşvik edilir. Bireylerin rekreatif etkinliklere katılmalarında dışsal faktörlerden daha çok içsel faktörler ön plana çıkmaktadır ve içsel motivasyon düzeyi ise; boş zamanı algılama, boş zaman aktivitelerine yönelik bireyin geliştirdiği tutum ve boş zaman aktivitelerine katılımın önündeki engellerin algılanması gibi faktörlerden etkilenmektedir [20].

Bireylerin, serbest zaman faaliyetlerine katılımlarını etkileyen birçok faktör bulunmaktadır. Bu faktörlerin serbest zaman tercihleri üzerine etki dereceleri de bireyden

bireye farklılık göstermektedir. Serbest zaman engelleri bireyin serbest zaman faaliyetine katılmasını önleyen, ya da katılımı ilgili olarak yaşanan olumlu duyguları azaltan faktörlerin topluluğu olarak tanımlanmaktadır [21]. Farklı serbest zaman aktiviteleri konusunda yeterli farkındalık düzeyine erişmeme, başka bir ifade ile düşük uyarılmışlık düzeyine sahip olmanın, bireylerin serbest zaman engellerini algılamalarına neden olduğu düşünölmektedir [22].

Çalışma ve çalışma dışı zaman ilişkisi tüm toplumları yakından ilgilendirmiştir. Her ne kadar boş zaman etkinlikleri yasalarla da düzenlenmeye çalışılsa da evrensel bir boş zaman değerlendirme anlayışının oluşması çok zordur. Çünkü toplumların ödüllendirilmesi olarak algılanan serbest zaman kavramının gelişmesinde insanların yaşadıkları çevrenin ve doğanın yani kültürün etkisi büyüktür. Rekreasyon, yaşam içerisinde karşılaşılan birçok zorluktan uzaklaştıran, kişisel gelişimi etkileyici özelliğiyle, bireylerin kendi iç dünyalarını, sosyokültürel uyum sürecini ve de çevresel ilişkilerini pozitif yönde etkilemektedir. Bireylerin yaşamdan aldığı doyum hissi içeren duygusal bir durum olduğunu ve üstünlük, başarı, mutluluk, neşe, sorumluluk, kişisel değer gibi duygularla bütünleşmektedir. Cinsiyetin rekreasyonel faaliyetlere katılım kararlarını vermelerine etki eden faktörler farklılık göstermektedir. Bu çalışmada, kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımında motivasyon ve kısıtlayıcıları belirlemeyi amaçlamaktadır. Ayrıca cinsiyetin bireylerin rekreatif faaliyetlerine katılmalarını etkilediğini destekleyen birçok bilimsel çalışmanın yanı sıra bu çalışmanın alan yazına katkı sağlaması beklenmektedir.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Modeli: Bu çalışmada, olgu ve olayları nesnelleştirerek gözlemlenebilir, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edilebilir bir şekilde ortaya koyan bir araştırma türü olan nicel araştırma yöntemlerinden, genel tarama modeli kullanılmıştır.

Araştırma Grubu: Çalışma grubunu Manisa'da yaşayan çalışan ve çalışmayan 20-55 yaş arası 350 kadın katılımcı oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları: Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği ve Boş Zaman Engelleri Ölçeği kullanılmıştır.

Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği: Pelletier ve arkadaşları (1989) tarafından geliştirilen, [23] tarafından geçerlik güvenirlik çalışması yapılarak Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği" (Leisure Motivation Scale, LMS) kullanılmıştır. Ölçek 7

alt boyut(Dışsal düzenleme, başarmak, bilmek, uyarılmak, motivasyonsuzluk, özdeşim, ie atım) 28 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin güvenirlik katsayıları tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1. Serbest zaman motivasyon ölçeği güvenirlik analiz sonuçları

Faktör	Madde Numaraları	Cronbach Alpha	
Dışsal Düzenleme	1-8-15-22	0,83	0,75
Başarmak	6-13-20-27	0,74	0,74
Bilmek	2-9-16-23	0,76	0,80
Uyarılmak	4-11-18-25	0,72	0,72
Motivasyonsuzluk	5-12-19-26	0,70	0,81
Özdeşim	3-10-17-24	0,73	0,78
İe Atım	7-14-21-28	0,71	0,66
Toplam Alpha Değeri		0,80	0,92

Boş Zaman Engelleri Ölçeği: Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması [1] tarafından yapılan ve daha sonra [24] tarafından revize edilen “Boş Zaman Engelleri Ölçeği” 6 alt boyutta (birey psikolojisi, bilgi eksikliği, tesis, arkadaş eksikliği, zaman, ilgi eksikliği) toplanan 18 maddeli yapıya sahiptir. Ölçeğe verilen cevaplar 4’ lü dereceleme ölçeği üzerinden değerlendirilmektedir. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin güvenirlik katsayıları tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2. Serbest zaman engelleri ölçeği güvenirlik analiz sonuçları

Faktör	Madde Numaraları	Cronbach Alpha	
Birey Psikolojisi	1-2-3	0,77	0,81
Bilgi Eksikliği	4-5-6	0,86	0,87
Tesis	7-8-9	0,80	0,82
Arkadaş Eksikliği	10-11-12	0,81	0,83
Zaman	13-14-15	0,65	0,68
İlgi Eksikliği	16-17-18	0,76	0,79
Toplam Alpha Değeri		0,85	0,91

Verilerin Analizi: Elde edilen verilerin istatistiksel gösterimlerinde yüzde ve frekans değerleri kullanılmıştır. Verilerin normallik sınavında basıklık ve arpıklık değerleri dikkate alınmıştır. Verilerin istatistiksel testleri ANOVA ve Korelasyon analizi ile gerçekleştirilmiştir.

BULGULAR**Tablo 3.** Katılımcıların kişisel bilgileri

Değişkenler	Kategori	N	%
Medeni Durum	Evli	281	80,3
	Bekar	69	19,7
	Ortaöğretim	50	14,3
Eğitim Durumu	Lise	176	50,3
	Lisans	115	32,9
	Lisansüstü	9	2,6
Meslek	Çalışan	178	50,8
	Ev Hanımı	142	40,6
	Emekli	30	8,6
Aylık Gelir	1.000TL ve 1.500TL	97	27,8
	1.501TL ve Üstü	253	72,3
	Spor yapmak	81	23,1
Serbest Zaman	Tv izlemek	138	39,4
	Kitap okumak	53	15,1
	Sinemaya-tiyatroya gitmek	19	5,4
	Müzik dinlemek	59	16,9

Tablo 3 incelendiğinde; katılımcıların medeni durumu incelendiğinde 281 (%80,3) kişinin evli 69 (%19,7) kişinin bekar olduğu saptanmıştır. Meslek değişkenine bakıldığında en yüksek katılımın 178 (%50,8)'si çalışan olduğu görülmektedir. Katılımcıların serbest zamanlarında katıldıkları rekreasyonel faaliyetlere katılımına bakıldığında büyük çoğunluğun 138 (%39,4)'nin televizyon izlediği görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların SZMÖ ve SZEÖ arasındaki korelasyon sonuçları

Değişkenler	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1- Dışsal Düzenleme	r 1												
2-Başarmak	r ,377**	1											
3-Bilmek	r ,271**	,734**	1										
4-Uyarılmak	r ,323**	,721**	,772**	1									
5-Motivasyonsuzluk	r ,765**	,261**	,037	,158**	1								
6-Özdeşim	r ,287**	,734**	,854**	,806**	,075	1							
7-İçe Atım	r ,430**	,737**	,688**	,735**	,242**	,707**	1						
8-Birey Psikolojisi	r ,353**	,022	-,013	,103	,402**	-,005	,075	1					
9-Bilgi Eksikliği	r ,382**	,146**	,085	,155**	,385**	,146**	,195**	,528**	1				
10-Tesis	r ,289**	,181**	,119*	,176**	,275**	,172**	,209**	,402**	,569**	1			
11-Arkadaş Eksikliği	r ,480**	,135*	,052	,121*	,508**	,082	,184**	,373**	,435**	,343**	1		
12-Zaman	r ,327**	,183**	,128*	,189**	,357**	,142**	,182**	,342**	,413**	,345**	,454**	1	
13-İlgi Eksikliği	r ,478**	,126*	,058	,121*	,533**	,064	,209**	,477**	,468**	,388**	,545**	,429**	1

SZMÖ ile SZEÖ alt boyutları arasındaki ilişkiye bakıldığında; Birey psikoloji ve dışsal düzenleyen alt boyutu arasında orta düzeyde ve pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir ($r=,353$; $p<,01$). Birey psikolojisi ve motivasyonsuzluk alt boyutu arasında orta düzeyde ve pozitif

yönde ilişki tespit edilmiştir($r=,402$; $p<,01$). Arkadaş eksikliği ve motivasyonsuzluk alt boyutu arasında orta düzeyde pozitif yönde ilişki tespit edilmiştir($r=,508$; $p<,01$). İlgili eksikliği ve dışsal düzenleyen alt boyutları arasında istatistiksel yönden orta düzeyde anlamlı ve pozitif bir ilişki bulunmuştur($r=,478$; $p<,01$).

Tablo 5. Katılımcıların SZMÖ Ölçeği'nin Serbest Zaman Katılım Aktivitesine Göre ANOVA Sonuçları

	Gruplar	N	X	S	Varyansın Kay.	KT	Sd	KO	F	p	Fark Grup
Dışsal Düzenleme	1.Spor yapmak	81	3,05	1,10							
	2.Tv izlemek	138	2,75	,98	Gruplararası	36,056	4				
	3.Sinema tiyatro	53	2,20	,91	Grupiçi	321,395	345	9,014	9,676	,000	1-3, 1-4, 1-5
	4.Kitap okumak	19	2,34	,80	Toplam	357,451	349	,932			2-3,2-5,4-2
	5.Müzik dinlemek	59	2,25	,78							
Başarmak	1.Spor yapmak	81	3,70	,93							
	2.Tv izlemek	138	3,51	,82	Gruplararası	15,020	4				
	3.Sinema tiyatro	53	3,68	,78	Grupiçi	258,646	345	3,755	5,009	,001	1-4, 1-5, 3-4
	4.Kitap okumak	19	2,97	,93	Toplam	273,666	349	,750			3-5, 3-1
	5.Müzik dinlemek	59	3,22	,91							
Bilmek	1.Spor yapmak	81	3,71	1,00							
	2.Tv izlemek	138	3,67	,83	Gruplararası	18,381	4				
	3.Sinema tiyatro	53	4,04	,76	Grupiçi	294,133	345	4,595	5,390	,000	1-4,2-4,3-4
	4.Kitap okumak	19	3,02	1,08	Toplam	312,514	349	,853			3-5, 3-1
	5.Müzik dinlemek	59	3,44	1,06							
Uyarılmak	1.Spor yapmak	81	3,78	,96							
	2.Tv izlemek	138	3,58	,79	Gruplararası	11,144	4				
	3.Sinema tiyatro	53	3,72	,70	Grupiçi	264,164	345	2,786	3,638	,006	1-4, 1-5, 3-1
	4.Kitap okumak	19	3,13	,98	Toplam	275,307	349	,766			
	5.Müzik dinlemek	59	3,36	1,01							
Motivasyonsuzluk	1.Spor yapmak	81	3,01	1,27							
	2.Tv izlemek	138	2,69	1,09	Gruplararası	55,050	4				
	3.Sinema tiyatro	53	1,93	,83	Grupiçi	370,116	345	13,762	12,829	,000	1-3, 1-5, 2-3,
	4.Kitap okumak	19	2,35	,76	Toplam	425,166	349	1,073			2-5, 4-1
	5.Müzik dinlemek	59	2,05	,69							
Özdeşim	1.Spor yapmak	81	3,78	,98							
	2.Tv izlemek	138	3,69	,81	Gruplararası	13,265	4				
	3.Sinema tiyatro	53	3,93	,80	Grupiçi	283,051	345	3,316	4,042	,003	3-5
	4.Kitap okumak	19	3,27	1,02	Toplam	296,316	349	,820			
	5.Müzik dinlemek	59	3,36	1,03							
İçeride Atılmak	1.Spor yapmak	81	3,66	,87							
	2.Tv izlemek	138	3,42	,84	Gruplararası	13,362	4				
	3.Sinema tiyatro	53	3,48	,76	Grupiçi	245,829	345	3,341	4,688	,001	1-4, 1-5
	4.Kitap okumak	19	2,90	,84	Toplam	259,191	349	,713			
	5.Müzik dinlemek	59	3,18	,88							

Tablo 5 incelendiğinde SZMÖ ölçeğinin serbest zaman katılım aktivitesine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda tüm alt boyutlar arasındaki fark istatistiksel yönden anlamlı bulunmuştur. Bu işlemin ardından ANOVA sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi serbest zaman katılım aktivitesinden kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz tekniklerine geçilmiştir. ANOVA sonrası post-hocTukey testi tercih edilmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların SZEÖ Ölçeği'nin Serbest Zaman Katılım Aktivitesine Göre ANOVA Sonuçları

	Gruplar	N	X	S	Varyansın Kay.	KT	Sd	KO	F	p	Fark Grup
Birey Psikolojisi	1.Spor yapmak	81	2,8354	,76399	Gruplararası Grupiçi Toplam	6,179 177,067 183,246	4 345 349	1,545 ,513	3,010	,018	1-3
	2.Tv izlemek	138	2,6111	,73117							
	3.Sinema tiyatro	53	2,4403	,66594							
	4.Kitap okumak	19	2,6667	,56656							
	5.Müzik dinlemek	59	2,5141	,69844							
Bilgi Eksikliği	1.Spor yapmak	81	3,0617	,73807	Gruplararası Grupiçi Toplam	7,335 200,962 208,297	4 345 349	1,834 ,582	3,148	,015	1-5
	2.Tv izlemek	138	2,8671	,76473							
	3.Sinema tiyatro	53	2,7484	,75364							
	4.Kitap okumak	19	2,8070	,64133							
	5.Müzik dinlemek	59	2,6215	,83381							
Tesis	1.Spor yapmak	81	3,0988	,64860	Gruplararası Grupiçi Toplam	2,385 156,390 158,775	4 345 349	,596 ,453	1,315	,264	
	2.Tv izlemek	138	3,0217	,70245							
	3.Sinema tiyatro	53	3,0000	,72795							
	4.Kitap okumak	19	2,7719	,45883							
	5.Müzik dinlemek	59	2,9040	,64043							
Arkadaş Eksikliği	1.Spor yapmak	81	2,7160	,85653	Gruplararası Grupiçi Toplam	13,590 196,018 209,608	4 345 349	3,397 ,568	5,980	,000	1-3 2-3
	2.Tv izlemek	138	2,7826	,75739							
	3.Sinema tiyatro	53	2,2201	,66968							
	4.Kitap okumak	19	2,5614	,72053							
	5.Müzik dinlemek	59	2,5141	,67045							
Zaman	1.Spor yapmak	81	3,1481	,61689	Gruplararası Grupiçi Toplam	4,362 118,979 123,341	4 345 349	1,090 ,345	3,162	,014	1-4
	2.Tv izlemek	138	3,0411	,56736							
	3.Sinema tiyatro	53	2,9371	,58125							
	4.Kitap okumak	19	2,6491	,64285							
	5.Müzik dinlemek	59	3,0169	,57875							
İlgi Eksikliği	1.Spor yapmak	81	3,0123	,78430	Gruplararası Grupiçi Toplam	8,361 175,665 184,027	4 345 349	2,090 ,509	4,105	,003	1-3, 1-5
	2.Tv izlemek	138	2,8575	,71808							
	3.Sinema tiyatro	53	2,5786	,75433							
	4.Kitap okumak	19	2,8596	,64133							
	5.Müzik dinlemek	59	2,6328	,56965							

Tablo 6 incelendiğinde SZEÖ ölçeğinin serbest zaman katılım aktivitesine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonucunda tüm alt boyutlar arasındaki fark istatistiksel yönden anlamlı bulunmuştur. Bu işlemin ardından ANOVA sonrası belirlenen anlamlı farklılığın hangi serbest zaman katılım aktivitesinden kaynaklandığını belirlemek üzere tamamlayıcı post-hoc analiz tekniklerine geçilmiştir. ANOVA sonrası post-hoc Tukey testi tercih edilmiştir. Bu sonuçlara göre; SZEÖ Tesis alt boyutunda istatistiksel yönden anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bunun yanı sıra kadınların birey psikolojisi alt boyutunda spor yapmak ve sinema- tiyatroya gitme düzeylerinin anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmüştür.

TARTIşMA VE SONUÇ

Araştırmada yer alan kadınların serbest zaman katılım aktivitesine göre SZMÖ “Dışsal Düzenleme” ve “Özdeşim” alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmektedir. Buna benzer olarak fiziksel aktivite ve egzersiz motivasyonu ile ilgili yaptıkları araştırmada, fiziksel

aktivitenin dışsal motivasyon faktörlerinden etkilendiğini saptamışlardır [25]. Spor yapan kadınların kitap okuyan ve müzik dinleyen kadınlara göre dışsal motivasyon ortalamalarının daha yüksek olduğu söylenebilir. Başka bir çalışmada öğrencilerin en fazla tercih ettikleri faaliyetler sırasıyla müzik dinlemek, internette zaman geçirmek ve spor yapmak olup en az kitap okumak sinema ve tiyatroya gitmek olarak belirlenmiştir [26].

Balcı (2003) yapmış olduğu araştırmada, gelişmiş ölkelerde serbest zamanların değerlendirilmesinde çeşitli kültürel ve mesleki faaliyetlerin ön planda olduğu, az gelişmiş ve gelişmekte olan ölkelerde ise serbest zaman değerlendirilmesinde spor etkinliklerinin ilk sırada yer aldığını belirtmiştir [27]. SZMÖ “Uyarılmak” ve “Başarmak” alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görölmektedir. Serbest zamanlarında spor yapan kadınların sinemaya-tiyatroya giden, kitap okuyan ve müzik dinleyen kadınlara göre içsel motivasyon ortalamalarının daha yüksek olduğu görölmektedir.

Kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımını engelleyen 5 boyutta(birey psikolojisi, bilgi eksikliği, arkadaş eksikliği, zaman, ilgi eksikliği) serbest zaman katılım aktivitesine göre anlamlı farkın olduğu ortaya çıkmıştır. Buna benzer olarak yaptıkları çalışmada kadın katılımcıların serbest zaman etkinlikleri ve sağladığı faydalardan yeterince bilgi sahibi olmadıkları, arkadaş ve zaman eksikliği çektikleri sonuçlarına ulaşılmıştır [28]. Sosyal yapı, sosyal biliş ve fiziksel aktivite arasındaki durumu araştırmışlardır. alışmalarına katılan bireylerden elde ettikleri sonuçları göre, bireylerin %41’si yüksek düzeyde egzersiz katılımcısı olduğunu belirlemiş ve fiziksel aktivite davranışını en çok sosyal yapının etkilediğini tespit etmişlerdir [29].

Tesis alt boyutunun kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımı üzerinde anlamlı bir fark bulunamamıştır. Spor tesislerinin durumunun kadınların spor yapmalarında önemli bir etken olduğunu ifade etmişlerdir [29]. Kadınlar için daha sağlıklı ve her zaman halkın kolaylıkla ulaşabileceği tesislerin olması gerektiğini belirtmişlerdir.

Bu sonucun araştırmamızın sonuçlarıyla farklılık gösterdiği görölmektedir. Çalışma sonucunda kadınların rekreasyonel faaliyetlere katılımındaki motivasyon ve engeller değerlendirildiğinde, günümüzde bireylerin düzenli olarak sportif etkinliklere daha fazla katılmasını teşvik edilmesinin önemi ortaya çıkmıştır. Kadınların sportif rekreasyon aktivitelerine katılımı artırmak adına belediyeler, yerel yönetimler, projelerin etkin bir şekilde yürütölmesi gerektiği düşünölmektedir.

Kadınları spora teşvik edilerek, rekreasyon alanlarının herkesin kolayca ulaşabileceği ölçüde yaygınlaştırılmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca sportif rekreasyonun, insan sağlığına yararları ve yaşam kalitesine etkileri konularında kamuoyunu bilgilendirici seminer ve benzeri organizasyonlar düzenlenerek sportif rekreasyon ve sağlıklı yaşam konusunda daha bilinçli ve dinamik bireylerin olmasını sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Karaküçük S, Gürbüz B. Boş Zaman Engelleri Ölçeği–28:Ölçek Geliştirme, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2007; 12(1): 3–10.
2. Karaküçük S. Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme. 6. Baskı, Ankara, Gazi Kitabevi, 2008.
3. Gültekin E. Serbest Zaman Etkinlikleri İçinde Müzikli Etkinliklerin Yeri. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya, 2008; 19.
4. Tunçel EF. Ortaöğretim Kurumlarında Görev Yapan Öğretmenlerin Boş Zamanlarını Değerlendirme Alışkanlıklarında Sporun Yeri. Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir; 1999.
5. Güngörmüş AH. Özel Sağlık-Spor Merkezlerinden Hizmet Alan Bireyleri Rekreasyonel Egzersize Güdüleyen Faktörler. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Ankara, 2007; 98-105.
6. Hazar A. Rekreasyon ve Animasyon. Detay Yayıncılık, Ankara; 2003
7. Chick G. Culture is a Variable in The Study Of Leisure. Leisure Sciences; 2009.
8. Tsai CL. A Reflection on Cultural Conflicts in Women's Leisure. Leisure Sciences, An Interdisciplinary Journal, 2010; 32(4): 386-390.
9. Iwasaki Y, Nishino S, Onda T, Bowling C. Leisure Research in a Global World: Time to Reserve The Western Domination in Leisure Research, Leisure Sciences, 2007; 29: 113-117.
10. Kuzgun Y, Sevim SA. Kadınların Çalışmasına Karşı Tutum ve Dini Yönelim Arasındaki İlişki. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 2004; 37(1): 14-27.
11. Karabıyık İ. Türkiye'de Çalışma Hayatında Kadın İstihdamı. Marmara Üniversitesi. İktisadi İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 2012; 32(1): 231-260.
12. Pohl SL, Borne WT, Patterson ME. Women, Wilderness and Every Day Life: A Documentation of The Connection Between Wilderness Recreation and Women's Everyday Lives. Journal of Leisure Research, 2000; 32(4): 415-434.
13. Wearing B. Leisure and Feminist Theory. London; 1998.
14. Günay G, Özgün B. Kadınların Toplumsal Cinsiyet Rollerini Çerçevesinde Aile İçi Yaşamı Algılama Biçimleri, 2011; 15: 3.
15. Aytan KG. Kadınların spora olan ilgilerinin İncelenmesi. Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi, 2013; 21(2): 777.
16. Koca C, Hendersen KA, Aşçı FH, Bulgu N. Kadınların Rekreatif Alanlarda Fiziksel Aktivite Yapma Amaçları ve Karşılaştıkları Sorunlar. Journal of Leisure Research, 2009; 41(2): 225-251.
17. Tatar G, Tozoğlu E, Pehlivan Z. 20 -40 Yaş Arası Çalışan ve Çalışmayan Kadınların Spor Yapmalarını Etkileyen Bazı Faktörlerin İncelenmesi (Sivas il merkezi örneği). Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2009; 11(3): 28-41.

18. Müştigil S. Dinlenme ve Turizm İlişkisi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayını; 1993.
19. Yağmur R. Afyon Kocatepe Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencileri ile Farklı Bölümlerdeki Öğrencilerin Serbest Zaman Aktivitelerinin Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, Afyon; 2006.
20. Mutlu İ. Egzersiz Yapan Kişilerin Boş Zamanlarına Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma (Kayseri ili örneği). Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Niğde; 2008.
21. Tercan KE. Üniversite Öğrencilerinde Serbest Zaman Engelleriyle Baş Etme Yaşam Tatmini ve Vücut Algısının İncelenmesi. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 2016; 5(2): 10-19.
22. Kara FM, Özdedeoğlu B. Serbest Zamanda Sıkılma Algısı ve Boş Zaman Engelleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. 3. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi, Eskişehir, 2015; 528-535.
23. Güngörmüş, HA. The Study of Validity and Reliability of Turkish Version of Leisure Motivation Scale. Social and Educational Studies, 2012; 4(3): 1209-1216.
24. Gürbüz B, Öncü E, Emir E. Leisure Constraints Questionnaire: Testing the Construct Validity. 12th International Sports Sciences Congress, Denizli, Turkey, 2012; 339-343.
25. Hashim HA, Golok F, Ali R. Profiles of exercise motivation, physical activity, exercise habit, and academic performance in Malaysian adolescents: A cluster analysis. International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health, 2011; 3(6): 416-428.
26. Kaya AM. Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas, 2011; 73.
27. Balcı V. Ankara'daki Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Araştırılması. Milli Eğitim, Kültür ve Sanat Dergisi, 2003; 158: 161-173.
28. Ekinci NE, Kalkavan A, Üstün ÜD, Gündüz B. Üniversite Öğrencilerinin Sportif ve Sportif Olmayan Rekreatif Etkinliklere Katılmalarına Engel Olabilecek Unsurların İncelenmesi. Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 2014; 1(1): 1-13.
29. Godin G, Sheeran P, Conner M, Belanger-Gravel A, Gallani MCBJ, Nolin B. Social structure, social cognition, and physical activity: A test of four models. British Journal of Health Psychology, 2010; 15: 79-95.



GÖRME ENGELLİ FUTBOL VE FUTSALCILARIN MÜSABAKA ÖNCESİ DURUMLUK KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Mehmet YAZICI¹

Recep ÖZ²

Yasemin ÇAKMAK YILDIZHAN¹

Harun BÜYÜKYILDIRIM³

ÖZET

Bu çalışmada, Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu tarafından düzenlenen B1 futbol sporcuları ile B2-B3 futsal sporcularının müsabaka öncesi durumluk kaygı durumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın evreni, 2. lig 1. devre Kayseri'de yapılan B1 Futbol müsabakasına katılan 8 takımdan 52 engelli sporcu ile Kırıkkale'de yapılan B2-B3 Futsal müsabakasına katılan 8 takımdan 44 engelli sporculardan oluşmaktadır. Araştırmada müsabakalara katılan engelli sporcuların müsabaka öncesi durumluk kaygı durumlarını belirlemek için Beck Anksiyete Ölçeği kullanılmıştır. Anket araştırmasından elde edilen veriler SPSS istatistik programında analiz edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği için yapılan Cronbach's Alpha güvenirlik analizi sonucu .825 olarak bulunmuştur. Araştırma sorularını cevaplamak için alt grup ölçüm sayılarının bazı gruplarda az olması sebebi ile Non-parametrik testlerden Kruskal Wallis-H ve Mann Whitney-U testleri kullanılmıştır. Engel durumuna göre B2-B3 futsal oyuncularını ile B1 futbol oyuncularının kaygı puanları ayrı ayrı analiz edilmiştir. Her iki gruptaki futbol oyuncularının yaş gruplarına göre müsabaka öncesi kaygı düzeyi sıra ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. B1 futbol oyuncularının aktif spor yapma süresine göre müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Test sonuçları anlamlı farkın bir yıldan az süre ile spor yapanlarla altı yıl veya daha fazla süre ile spor yapanlar arasında olduğunu göstermektedir. B2-B3 futsal oyuncularının ise aktif spor yapma sürelerine göre müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. B1 futbol oyuncularını ile B2-B3 Futsal oyuncularının engel sebeplerine göre müsabaka öncesi durumluk kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Anahtar Kelimeler: B1 Futbol, B2-B3 Futsal, Görme Engelliler, Kaygı, Müsabaka.

INVESTIGATING THE PRE-COMPETITION STATE ANXIETY LEVELS OF VISUALLY IMPAIRED FOOTBALL AND FUTSAL PLAYERS

ABSTRACT

In this study, it was aimed to investigate pre-competition state anxiety levels of the B1 football players and B2-B3 futsal players in terms of various variables in competitions organized by Turkey Blind Sport Federation. The population of the research included 52 disabled players from 8 teams who participated in 2nd league 1st half B1 football match organized in Kayseri, and 44 disabled players from 8 teams who participated in B2-B3 futsal match organized in Kırıkkale. In the research, Beck Anxiety Scale was used to determine the anxiety levels of the disabled players who participated in the competitions. The data obtained from the questionnaire were analyzed in SPSS statistical software. The result of the Cronbach Alpha reliability analysis performed for the reliability of the scale was found to be .825. Kruskal Wallis H-test and Mann Whitney U-test were used as non-parametric tests because sub-group measurement values were low in some groups in order to answer the research questions. Anxiety scores of the B2-B3 futsal players and B1 football players were analyzed separately according to their handicap. It was determined that there was no significant difference between the pre-competition state anxiety level rank averages in both groups of football players according to the age groups. It was also found that the difference between pre-competition anxiety levels of the B1 football players according to the duration of active sporting was significant. The test results indicated that the significant difference was between the players who did sports for less than a year and the ones who did sports for six years and more. Depending upon this result, it was possible to mention that the period for active sporting decreased the pre-competition state anxiety level in B1 football players. No significant difference was determined between pre-competition anxiety levels of B2-B3 futsal players according to the duration of active sporting. No significant difference was found between pre-competition state anxiety levels of B1 football players and B2-B3 Futsal players in terms of the reasons for their handicap.

Keywords: Anxiety, B1 Football, B2-B3 Futsal, Competition, Visually impaired.

¹ Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Erzincan/Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: myazici@erzincan.edu.tr

² Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Erzincan/Türkiye.

³ İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya/Türkiye.

GİRİŞ

Kaygı (Anksiyete); otonom sinir sisteminin hiperaktivitesine bağlı; somatik belirtilere eşlik eden, korku hissi içeren patolojik bir durumdur. Belli bir nedene yanıt olarak ortaya çıkan korkudan farklıdır. Semptomatolojisi fiziksel ve psikolojik olmak üzere iki başlık altındadır. Fiziksel belirtiler arasında titreme, ürperme, sırt ve baş ağrısı, kas gerginliği, hiperventilasyon, yorgunluk, irkilme tepkisi, flushing, taşikardi, çarpıntı, terleme, ellerde soğuma, diyare (ishal), ağız kuruluğu, sık idrara çıkma, parestezi (karıncalanma, uyuşma, iğnelenme, yanma) ve yutkunma güçlüğü yer alır. Psikolojik belirtiler arasında korku hissi, yoğunlaşma güçlüğü, uykusuzluk, libido azalması, boğazda düğümlenme hissi ve midede kasılma hissi vardır [1].

Kaygı, gelecekle ilgili insanı üzen ve sıkı beklemeye hali, güvensizlik duygusu ile karışık bir heyecan durumu [2,3] olarak tanımlandığı gibi, dış dünyadan kaynaklanan bir tehlike ihtimali yada kişi tarafından tehlikeli olarak algılanıp yorumlanan her hangi bir durum karşısında yaşanan bir duygu olarak da tanımlanabilir [4].

Kaygı, kavramı Spielberger ve arkadaşları tarafından durumluk kaygı (State Anxiety) ve sürekli kaygı (Trait Anxiety) olmak üzere iki şekilde ele alınmıştır[5]. Durumluluk kaygı, çevre şartlarını bağlı bir stres den dolayı ortaya çıkan, çoğunlukla mantıki sebeplere bağlı, başkalarının da nedeni anlaşılabilen ve genellikle her bireyin yaşadığı geçici duruma bağlı bir kaygı biçimi olarak tanımlanır [6-8]. Durumluluk kaygı sporcuyla anlamaya çalışmada önemli bir kriterdir. Devam eden yarışmalar da, yarışmalar sonrasında da ve öncesinde sporcu açısından önemli bir kaygı türüdür [9]. Sürekli kaygı ise, stres yaratan durumun tehlikeli yada tehdit edici olarak algılanması ve bu tehditlere karşı durumluk duygusal reaksiyonların frekansının ve yoğunluğunun artması ve süreklilik kazanması olarak tanımlanabilir [10].

Sporcunun istenen ya da beklenen performansı sağlamasında kaygı düzeyinin önemi büyüktür. Kaygı düzeyi müsabaka sonucunu ve performansı olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Her yarışma sporcu için sosyal ve ekonomik açıdan büyük önem taşımaktadır. Böyle bir ortamda sporcunun fiziksel özellikleri ne kadar mükemmel ve geçirdiğı antrenman süreci ne kadar kusursuz olursa olsun başarıya ulaşmada kaygıyla başa çıkabilme yeteneğı son derece önemli bir kriterdir. Birçok üst düzeydeki sporcu becerilerini sadece fiziksel ve fizyolojik kapasitelerine değil, psikolojik özelliklerine de borçludur. Bu

sporunun kendini karşılaşmaya, psikolojik olarak hazırlamada, motive olmada, kaygılarını yönetmede, konsantre olmada, amaçlar belirlemede mükemmel yeteneklere sahiptirler [11].

Sporcuların psikolojik durumları ve sergileyecekleri performansı, kaygı düzeyleri ile de yakından ilişkilidir [12]. Psikolojik hazırlık, yapılan spor dallarının doğasına uygun olarak farklı olmalıdır. Takım sporları bireysel sporlardan farklı bir doğaya sahiptir. Bireysel spor yapanlarda, takım sporları yapanlara oranla kaygı yoğunluğunun fazla olduğu düşünülmektedir [13]. Sporcuların psikolojik hazırlıkları, sporda başarı için önemli bir faktördür. Kaygı ile ilgili çalışmalar spor psikolojisi içinde incelenmektedir. Bu alandaki çalışmalar ülkemizde yeni işlerlik kazanmaktadır. Son zamanlarda yapılan araştırmalar, sportif başarının sadece biyomekanik faktörlere bağlı olmadığını, aynı zamanda kaygı, stres, motivasyon gibi psikolojik faktörlerinde başarıyı etkilediğini göstermektedir. Müsabaka öncesi sporcular kaygı, korku ve heyecan içinde olurlar ve bunu fizyolojik, zihinsel, duygusal ve sosyal tepkilerinde yansıtırlar. Birçok sporcu müsabaka öncesi mide ağrısı hissedebilir, negatif düşüncelere sahip olabilir ve sinirli davranışlar sergileyebilir. Önemli müsabakalarda stres ve kaygı hem sporcular hem de engelli sporcular da kolayca gözlemlenebilir [14].

Spor engellilerin fiziksel, ruhsal ve sosyal açıdan gelişmelerini sağlayarak sosyal bütünleşmelerine katkıda bulunmaktadır [15]. Engelli bireylerin ruhsal durumlarının desteklenmesinde spor bir araç olarak kullanılmalıdır. Spor yapmak engelli bireylerin birçok ruhsal bozukluğuna iyi gelecektir [16].

Engellilerin, engel durumu ve derecesine göre değişik branşlarda spor yapma olanakları bulunmaktadır. Görme engelliler arasında en yaygın spor dalları; goalball, torball, bowling, futbol, satranç ve atletizm olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu spor branşları görme engellilerin; güven, denge, kas kontrolü, hareketlerde özgürlük, koordinasyon kazanmalarına ve boş zaman geçirmelerine yardımcı olmaktadır. Spor, görme kaybı nedeni ile kaçınılmaz olan çevreden zarar görme korkusunun giderilmesine ve kişilerin daha bağımsız bir yaşam sürmelerine de katkılar sağlamaktadır.

Futbol oyunu tüm toplumumuz için olduğu gibi, görme engelli bireyler için de bir tutku durumundadır. Görme engelli bireyleri görme keskinliği derecelerine göre sınıflandıran tanı uyarınca, hiç ışık algısı olmayan veya çok az düzeyde olan bireyler B-1 sınıfına girmektedir. B-1 sınıfına giren görme engelliler de bu zevkli oyunu, medya araçlarından takip etmekle yetinmeyip, özgürce oynayabilme imkânına sahip bulunmaktadır. İçerisine zil monte

edilmiş olup, hareket ettiği sürece ses çıkartan toplarla, halı sahalarda, görmeyen bireylerin bu söz konusu oyunu doyasıya oynayabilmeleri sağlanabilmektedir.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, görme engelli futbol-futsal oyuncularının müsabaka kaygı durumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada tarama modeli kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni Kayseri ilinde yapılan B1 futbol 2. lig 1. devre müsabakasına katılan 8 takımdan 52 engelli sporcu ve Kırıkkale ilinde yapılan B2-B3 Futsal 2.lig 1.devre müsabakasına katılan 8 takımdan 44 engelli sporculardan oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada sporcuların kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla Beck Anksiyete Ölçeği (BAÖ) kullanılmıştır. BAÖ, Beck ve arkadaşları (1988) tarafından geliştirilen bireylerin yaşadığı anksiyete belirtilerinin sıklığının belirlenmesi amacıyla kullanılan kendini değerlendirme ölçeğidir. 21 maddeden oluşan, 0-3 arası puanlanan likert tipi bir ölçektir. Türkiye’de geçerlik ve güvenilirliği Ulusoy ve arkadaşları (1998) tarafından yapılmıştır [17].

BAÖ, Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu tarafından düzenlenen B1 Futbol ve B2-B3 Futsal 2.lig 1. devre müsabakalarına katılan, toplam 16 takımın oyuncularından çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden sporculara uygulanmıştır. Veri toplama araçları, sporculara müsabaka öncesi uygulanmıştır. Uygulama, araştırmacı tarafından ve gören kalecilerden de yardım alınarak, görme engelli futsal oyuncularına ölçeğin okunması ve işaretlenmesiyle yapılmıştır.

Mevcut uygulamada ölçeğin Cronbach’s Alpha iç tutarlılık katsayıları B1 futbol oyuncularında ,82, B2-B3 futsal oyuncularında ise ,81’bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Araştırma sorularını cevaplamak için alt grup ölçüm sayılarının bazı gruplarda az olması sebebi ile non parametrik testlerden Kruskal Wallis H ve Mann Whitney U testleri

kullanılmıştır. Engel durumuna göre az gören futsal oyuncularını ile görmeyen futbol oyuncularının kaygı puanları ayrı ayrı analiz edilmiştir.

Tablo 1. Görmeyen Futbol Oyuncularının Yaş Gruplarına Göre Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı Düzeylerine İlişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Yaşlar	N	Sıra			p
		Ortalaması	Sd	KWH	
20 ve altı	15	25,60	3	1,445	,695
21-25 yaş	5	34,20			
26-30 yaş	12	26,04			
31 ve üstü	20	25,53			

* p < ,05

Görmeyen futbol oyuncularının yaş gruplarına göre müsabaka öncesi kaygı düzeylerine ilişkin Kruskal Wallis H testi sonuçları Tablo 1’de verilmiştir. Analiz sonuçları katılımcıların müsabaka öncesi kaygı düzeyi sıra ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir ($KWH_{(3)}=1,445$; $p>,05$).

Tablo 2. Az Gören Futsal Oyuncularının Yaş Gruplarına Göre Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı Düzeylerine İlişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçları

Yaşlar	N	Sıra			p
		Ortalaması	Sd	KWH	
20 ve altı	8	26,50	3	3,409	,333
21-25 yaş	12	21,67			
26-30 yaş	8	27,38			
31 ve üstü	16	18,69			

p > ,05

Az gören futsal oyuncularının yaş gruplarına göre müsabaka öncesi kaygı düzeylerine ilişkin Kruskal Wallis H testi sonuçları Tablo 2’de gösterilmiştir. Futsal oyuncularının müsabaka öncesi kaygı düzeyi sıra ortalamalarının 20 ve altındaki yaş grubu ile 26-30 yaş gruplarında diğer gruplara göre biraz daha yüksek olduğu, ancak bu farkın anlamlı fark oluşturacak düzeyde olmadığı tespit edilmiştir. Az gören futsal oyuncularının yaş gruplarına göre müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($KWH_{(3)}= 3,409$; $p>,05$).

Tablo 3. Görmeyen Futbol Oyuncularının Aktif Spor Yapma Sürelerine Göre Müsabaka Öncesi Kaygı Düzeylerine İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Aktif Spor Süresi	N	Sıra		KWH	p	Mann
		Ortalaması	Sd			Whitney-U
Bir yıldan az	10	36,55	2			1 yıldan az-6 yıl
1-5 yıl	16	27,63		6,874	,032*	ve daha fazla
Altı yıl ve daha fazla	26	21,94				

*p < ,05

Görmeyen futbol oyuncularının aktif spor yapma süresine göre müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmiştir (KWH₍₃₎=6,874; p<,05). Mann Whitney-U testi sonuçları anlamlı farkın bir yıldan az süre ile spor yapanlarla (36,55) altı yıl veya daha fazla süre ile spor yapanlar (21,94) arasında olduğunu göstermektedir.

Tablo 4. Az Gören Futsal Oyuncularının Aktif Spor Yapma Sürelerine Göre Müsabaka Öncesi Kaygı Düzeylerine İlişkin Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Aktif Spor Süresi	N	Sıra		KWH	p
		Ortalaması	Sd		
Bir yıldan az	3	18,00	2		
1-5 yıl	15	22,90		,398	,819
Altı yıl ve daha fazla	26	22,79			

p > ,05

Az gören futsal oyuncularının aktif spor yapma sürelerine göre müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (KWH₍₃₎= ,398; p>,05).

Tablo 5. Görmeyen Futbol Oyuncularının Engel Nedenine göre Müsabaka Öncesi Kaygı Düzeylerine İlişkin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Engel Nedeni	N	Sıra		Z	p
		Ortalaması	Toplamı		
Doğum öncesi	34	25,76	876,00	,482	,630
Doğum sonrası	18	27,89	502,00		

p > ,05

Görmeyen futbol oyuncularının engel sebeplerine göre müsabaka öncesi kaygı düzeylerine ilişkin Mann Whitney-U testi sonuçları Tablo 5'te gösterilmiştir. Doğum öncesi ve doğum sonrasında engelli olan oyuncuların müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir (Z=,482; p<,05).

Tablo 6. Az Gören Futsal Oyuncularının Engel Nedenine göre Müsabaka Öncesi Kaygı Düzeylerine İlişkin Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Engel Nedeni	N	Sıra	Sıra	Z	p
		Ortalaması	Toplamı		
Doğum öncesi	32	22,42	717,50	,066	,947
Doğum sonrası	12	22,71	272,50		

p > ,05

Az gören futsal oyuncularının engel nedenine göre müsabaka öncesi kaygı düzey sıra ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir ($Z=,066$; $p>,05$). Her iki grupta da müsabaka öncesi kaygı düzey sıra ortalamalarının birbirine oldukça yakın olduğu, engel nedeninin bu grupta da kaygı düzeyi için önemli bir değişken olmadığı söylenebilir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada, Türkiye Görme Engelliler Spor Federasyonu tarafından düzenlenen Kayseri ilinde yapılan B1 futbol 2.lig 1.devre müsabakasına katılan 8 takımdan 52 engelli ve 14 kaleci (engelli olmayan) sporcu ve Kırıkkale ilinde yapılan B2-B3 Futsal 2.lig 1.devre müsabakasına katılan 8 takımdan 44 engelli ve 12 kaleci (engelli olmayan) sporculardan müsabaka kaygı durumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla 16 takımdan 96 görme engelli sporculara Beck Anksiyete Ölçeği uygulanmıştır. Görmeyen futbol oyuncularının yaş gruplarına göre müsabaka öncesi kaygı düzeylerine ilişkin analiz sonuçları katılımcıların müsabaka öncesi kaygı düzey sıra ortalamaları arasında anlamlı bir farklılığın olmadığını göstermektedir. Yaş durumunun görmeyen futbol oyuncularının müsabaka öncesi kaygı düzeylerini etkilemediği anlaşılmaktadır.

Görmeyen Futbol Oyuncularının Aktif Spor Yapma Sürelerine Göre Müsabaka Öncesi Kaygı Düzeylerine İlişkin Kruskal Wallis-H Testi Sonuçlarına göre spor yapma yılı ile müsabaka öncesi durumluk kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilememiştir (Tablo 1; $p>,05$). Bu sonuç spor yılı değişkeninin görmeyen futbol oyuncularının müsabaka öncesi durumluk kaygı düzeylerini anlamlı bir şekilde etkilemediğini göstermektedir. Karabulut ve arkadaşları yaptıkları çalışmada sporcuların spor yılı değişkenine göre sürekli ve durumluk kaygı puanlarında anlamlı farklılık tespit edilememiştir[18]. Farklı gruplarla yapılan çalışmalarda ise sporcuların spor yapma yılının

sürekli ve durumluk kaygı düzeylerini etkilemediklerini tespit etmişlerdir [19,14,20-22]. Elde edilen bulgular araştırmamızda tespit ettiğimiz bulgularını destekler niteliktedir.

Futsal oyuncularının müsabaka öncesi kaygı düzeyi sıra ortalamalarının 20 ve altındaki yaş grubu ile 26-30 yaş gruplarında diğer gruplara göre biraz daha yüksek olduğu, ancak bu farkın anlamlı fark oluşturacak düzeyde olmadığı tespit edilmiştir. Az gören futsal oyuncularının yaş gruplarına göre müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Dalbudak ve ark, 2016 yılında görme engelli ve engelli olmayan erkek profesyonel futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi ile ilgili yaptığı çalışmada görme engeli olan profesyonel futbolcuların yaş grubuna bağlı olarak durumluk kaygı düzeyinin değişmediği belirlenmiştir ($p>,05$)[23]. Aynı şekilde Civan ve ark, (2010) yılında bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması ile ilgili yaptığı çalışmada, sporcuların sürekli ve durumluk kaygı puanları bakımından yaş gruplarına ait ortalamalar karşılaştırılmış ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($P>,05$) [24]. Kardaş'ın da (2018) yılında 13-16 yaş arası altyapı futbolcularının müsabaka dönemindeki durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi ile ilgili yaptığı araştırmada yaş değişkeni ile durumluk kaygı düzeyi arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir ($p=,389$) [25].

Görmeyen futbol oyuncularının aktif spor yapma süresine göre müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasındaki farkın anlamlı olduğu tespit edilmişti. Mann Whitney-U testi sonuçları anlamlı farkın bir yıldan az süre ile spor yapanlarla altı yıl veya daha fazla süre ile spor yapanlar arasında olduğunu göstermektedir. Bu sonuca dayalı olarak görmeyen futbol oyuncularında aktif spor yapma süresinin müsabaka öncesi kaygı düzeyini azalttığı söylenebilir. Başaran ve ark, (2009) sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi ile ilgili yaptığı çalışmada, durumluk kaygı puanı bakımından spor yaşları incelendiğinde, yapılan çoklu karşılaştırmada spor yaşı küçük olanların durumluk kaygı puanları spor yaşı büyük olanların durumluk kaygı puanlarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur [26].

Az gören futsal oyuncularının aktif spor yapma sürelerine göre müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Futsal oyuncularının müsabaka öncesi kaygı düzeylerinin aktif spor süresine göre değişmediği, farklı süre ile spor yapanların kaygı düzeylerinin benzerlik gösterdiği söylenebilir. Dalbudak ve ark, görme

engelli ve engelli olmayan erkek profesyonel futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi ile ilgili yaptığı çalışmada spor yılı ile durumluluk kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır [23].

Alanyazın incelendiğinde yapmış olduğumuz incelemeyi destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Kleinschmidt ve ark, ise yapılan çalışmalardan farklı olarak 40 az gören ve 40 görme engeli olan yaşlı bireylerle yaptıkları çalışmada görme engeli bulunan bireylerin diğerlerine göre kıyaslandığında kaygı düzeyleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır [27]. Bulunan sonuçlar, Karlson'un görme düzeyinin kaygıyla bağlantılı olduğu sonucuyla paralellik göstermektedir [28].

Görmeyen futbol oyuncularının engel sebeplerine göre müsabaka öncesi kaygı düzeylerine ilişkin Mann Whitney-U testi sonuçlarına bakıldığında ise doğum öncesi ve doğum sonrasında engelli olan oyuncuların müsabaka öncesi kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Doğum öncesi veya doğum sonrasında engelli olan sporcuların kaygı puan sıra ortalamalarının benzerlik gösterdiği söylenebilir.

Az gören futsal oyuncularının engel nedenine göre müsabaka öncesi kaygı düzeyi sıra ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Her iki grupta da müsabaka öncesi kaygı düzeyi sıra ortalamalarının birbirine oldukça yakın olduğu, engel nedeninin bu grupta da kaygı düzeyi için önemli bir değişken olmadığı söylenebilir.

Özkan ise yapmış olduğu çalışmada; az gören ve hiç göremeyen bireylerin sosyal kaygı düzeyleri, gören yaşlılarıyla karşılaştırıldığında en yüksek sosyal kaygı ve kaçınma düzeyine hiç göremeyen erişkin bireylerin sahip olduğunu saptanmıştır. Az görenlerin ise gören bireylere çok yakın sosyal kaygı ve kaçınma reaksiyonları gösterdiğini gözlemiştir [29].

Sonuç olarak görme engelli futbol ve futsalcıların müsabaka öncesi durumluk kaygı düzeylerini aktif spor yapma yılı, yaş grupları ve engelli olma sebebinin anlamlı olarak etkilemediği söylenebilir. Ancak Göremeyen futbolcuların aktif spor yapma yıllarının artması ile müsabaka öncesi durumluk kaygılarının azaldığını söylemek mümkündür. Görmeyen futbol oyuncularının spor yapma yıllarının artması ile kaygı düzeylerinin azaldığı görüldüğünden, kaygı düzeyinin düşürülmesi amacıyla görmeyen futbol sporcularının uzun yıllar spor yapmalarına imkân sağlayacak olanakların sunulması faydalı olacaktır. Çalışmanın örneklem grubu daha da genişletilerek, ülke içindeki tüm görme engelli futbol-futsal

takımlarındaki sporcular ile yapılması durumunda çok daha güvenilir ve anlamlı sonuçlar elde edilebileceği düşünölmektedir.

Farklı engel gruplarının da dâhil edileceği bir çalışma ile müsabaka öncesi kaygı düzeylerinin karşılaştırılması engel durumu bakımından alan yazına önemli bir katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

1. Savrun A. Acil asistanlarının nöbet öncesi ve nöbet sonrası anksiyete düzeyinin Beck anksiyete skoru ile saptanması, Kahramanmarař Sütçü İmam Üniversitesi, Tıp Fakóltesi, Uzmanlık Tezi, Kahramanmarař, 2013.
2. Öncöl R. Eğitim ve eğitim bilimleri sözlüğü, M.E.B. Yayınları: Ankara, 2000.
3. Coşkun Y, Akkař G. Engelli çocuğu olan annelerin sürekli kaygı düzeyleri ile sosyal destek algıları arasındaki ilişki. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakóltesi Dergisi, 2009; 10 (1): 213- 227.
4. Alisinanoğlu F, Ulutaş İ. Çocukların kaygı düzeyleri ile annelerinin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Eğitim ve Bilim, 2003; 28(128): 65-71.
5. Spielberger CD, Vagg PR, Barker LR, Donham GW, Westberry LG. The factor structure of the state- trait anxiety inventory. In I.G. Sarason & C.D. Spielberger (Eds.), Stress and Anxiety. New York: Hemisphere/ Wiley, 1980; (7).
6. Öner N, Le Comte A. Süreksiz durumluk/ sürekli kaygı envanteri el kitabı, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, İstanbul, 1983; 1-3
7. Selya H. Stres without distress. (ed Barbora Woods) applyine psycpology to sport Hodder- Stoughton, 1998; 98-109
8. Kuru E. Sporda psikoloji. Gazi Üniversitesi İletişim Fakóltesi Basımevi: Ankara, 2000.
9. İvizler C. Sporda başarıyı etkileyen psikolojik faktörler ve psikolojik antrenman. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü: İstanbul, 1993.
10. Özgüven İE. Psikolojik testler , Pdrem Yayınları: Ankara, 2000.
11. Bedir R. Taekwondo milli takım sporcularının durumluk kaygı düzeylerinin başarıya etkisi. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Konya, 2008.
12. Gülşen D. Farklı lig düzeyinde oynayan futbolcuların oynadıkları mevkilere, öğrenim durumu ve spor yaşlarına göre problem çözme becerilerinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi: Adana, 2008.
13. Erdoğan PD. Bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan sporcuların hayal etme ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya, 2009.
14. Yücel EO. Taekwondocularının durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ve müsabakalardaki başarılarına etkisi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2003.
15. Eichsteadt CB. Lavay BW. Physical activity for individuals with mental retardation campaign, illinois, 1995; 47.

16. Chiang T. Effects of a therapeutic recreation intervention within a technology-based physical activity context on the social interaction of male youth with autism spectrum disorders, Indiana University, 2003.
17. Ulusoy M, Şahin N, Erkman H. Turkish version of the beck anxiety inventory: Psychometric Properties. *J Cognitive Psychotherapy: Int Quaterly*, 1998; 12: 28-35.
18. Karabulut EO, Atasoy M, Kaya K, Karabulut A. 13-15 Yaş arası erkek futbolcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin farklı değişkenler bakımından incelenmesi, *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2013; 14(1): 243-253.
19. Arseven A, Güven Ö. Sporcuların müsabaka ortamındaki anksiyete düzeyleri, *Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi: Ankara*, 1992.
20. Erbaş K. Üst düzey basketbolcularda durumluk kaygı düzeyleri ve performans ilişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya, 2005.
21. Adalı F. 14-18 Yaş kız ve erkek basketbolcuların atılganlık ile sürekli kaygı düzeylerinin sosyodemografik yapılarına göre karşılaştırılması. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2006.
22. Bingöl H, Çoban B, Bingöl Ş, Gündoğdu C. Üniversitelerde öğrenim gören taekwondo milli takım sporcularının maç öncesi kaygı düzeylerinin belirlenmesi, *Selçuk Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2012, 14 (1): 121-125.
23. Dalbudak İ, Bayrak M, Alkaya ÖZ, Musa M, Dalkılıç M. Görme engelli ve engelli olmayan erkek profesyonel futbolcularının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 2016; 4(29): 314-321.
24. Civan A, Arı R, Görücü A, Özdemir M. Bireysel ve Takım Sporcularının Müsabaka Öncesi ve Sonrası Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*: 2010;7(1): 193-206.
25. Tezcan Kardaş N. 13-16 Yaş arası altyapı futbolcularının müsabaka dönemindeki durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi, *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2018; 5 (2): 109-117.
26. Başaran MH, Taşğın Ö, Sanioğlu A, Taşkın AK. Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi, *Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 2009; 21.
27. Kleinschmidt JJ, White GL, Richardson GE, Edwards ME. The role of control in depression, anxiety, and life satisfaction among visually impaired older adults, *Journal of Health Education*, 1995; 26(1): 26-36.
28. Karlsson JS. Self- reports of psychological distress in connection with various degrees of visual impairment, *Journal of Visual Impairment & Blindness*, 1998; 92(7): 483-490.
29. Özkan E. Kör ve az gören erişkin bireylerde öz yeterlilik, sosyal kaygı, baş etme becerileri ve çevrenin toplumsal katılıma etkisinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*, Ankara, 2013.



SPOR YAPAN VE YAPMAYAN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL BECERİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ: ISPARTA ÖRNEĞİ

Mehmet Emin KOCA¹

Olçay SALİCİ¹

ÖZET

Bu çalışmanın amacı; spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin çeşitli etkenler açısından incelenmesidir. Araştırmaya yaş ortalaması 16,84 ($Ss\pm 0,98$) olan 60 kadın, 120 erkek olmak üzere toplamda 180 lise öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak, Riggio (1986) tarafından geliştirilmiş olan ve Yüksel (1998) tarafından dil geçerliliği ve güvenilirliği yapılmış olan Sosyal Beceri Envanteri kullanılmıştır. 90 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşan ölçekte, alt boyutları oluşturan sorular belirlenirken Yüksel (2004) tarafından yapılan faktör analizi sonuçları dikkate alınmıştır. Ölçeğin Cronbach's Alpha test istatistiği, 0,93 olarak hesaplanmıştır. Yapılan ikili karşılaştırmalarda SPSS programı T-testi ve gurup sayısının ikiden fazla olduğu karşılaştırmalarda ise tek yönlü varyans analizi One-way Anova testi kullanılmıştır. Grup ortalamalarının arasındaki farkı belirlemek için ise Tukey testinden faydalanılmıştır. Toplam sosyal beceri puan ortalamaları ile alt boyutlara ait puan ortalamaları bakımından yapılan T-testi sonucunda Duyuşsal Duyarlılık boyutunda cinsiyetler arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin kardeş sayılarına bağlı olarak sosyal beceri düzeylerinde anlamlı fark tespit edilememiştir. Sosyal duyarlılık hariç diğer tüm boyutlar bakımından annenin eğitim durumu seviye ortalamaları arasındaki farklar istatistik olarak önemlidir. Toplanan veriler analiz edildiğinde, Isparta ilinde öğrenim gören lise düzeyindeki erkek öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin daha yüksek olduğu, annenin eğitim durumunun yüksek olmasının ise öğrencilerin sosyal becerilerini olumlu etkilediği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Lise öğrencileri, Sosyal Beceri, Sosyalleşme, Spor.

INVESTIGATION OF THE SOCIAL SKILL LEVELS OF THE HIGH SCHOOL STUDENTS WHO DO AND DO NOT EXERCISE: THE CASE OF ISPARTA

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate -under various factors- the social skill levels of the high school students who do and do not sport. A total of 180 high school students-60 female and 120 male- whose average age is 16.84 \pm 0.98 participated in this research. For data collection, Social Skills Inventory developed by Riggio (1985) used. Language validity and reliability of this scale was done by Yüksel (1998). While evaluating the questions of the sub-dimensions of the scale which consists of 90 items and 6 sub-dimensions, the results of factor analysis by Yüksel (2004) were taken into consideration. The Cronbach's Alpha Test Statistics were calculated as 0.93. In the pair wise comparison T-test was used, for multiple comparisons one-way variance analysis was used. For differences of averages of groups Tukey test was used. The total social skill score averages and the mean score of the sub-dimension T-test showed significant difference in terms of Emotional Sensitivity between genders. According to the number of siblings, there was no significant difference in social skill levels. The differences between mother's education level averages are statistically significant in all dimensions except social sensitivity. When the collected data were analyzed, it was determined that the social skill levels of the high school students in Isparta province were higher and the high level of education of the mother had a positive effect on the social skills of the students.

Keywords: High School Students, Social Skill, Socializing, Sports.

¹ Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Isparta/Türkiye, Yazışmadan sorumlu yazar: olcaysalici@sdu.edu.tr

Mehmet Emin KOCA: <https://orcid.org/0000-0001-6875-6515>

Olçay SALİCİ: <https://orcid.org/0000-0002-0333-1222>

GİRİŞ

Sosyal beceriler, İngilizce “Social Skills” kavramının karşılığıdır ve aslı çoğuldur. Burada sosyal beceriler olarak kullanılmasının nedeni ise, konuyla ilgilenenlerden bazılarının sosyal beceri ile sosyal beceriler ayrımı yapmalarıdır [1]. Sosyal becerilerle ilgili birçok araştırmacı deęiŐik tanımlarda bulunmuŐlardır. Bu tanımların çoğunun anlamları birbirine yakın olmasına rağmen, hemen hemen hepsi birbirinden farklıdır. Genel anlamıyla sosyal beceri bireyler arası olumlu ve etkili ilişkiler kurabilmek için gerekli olan beceriler bütünü olarak tanımlanır [2]. Başkalarının olumlu tepkiler vermesine yol açaabilecek ve olumsuz tepkileri önleyebilecek becerilere sahip olmak birey için oldukça önemlidir. İnsan, baŐkalarıyla etkileşimi mümkün kılacak sosyal açaıdan kabul edilebilir olan davranıŐlara sahip olmak ister. Bu davranışlar genel olarak sosyal beceri olarak adlandırılmaktadır. Sosyal beceriler bireyin yaŐamında önemli bir role sahiptir, çünkü diğer insanlarla iletiŐimde bulunmayı kolaylaŐtırıcı önemli bir özelliktir [3]. Sosyal beceri eksikliği, çocuklarda uyum sorunu, Őiddet eğilimi, güvensizlik, kaygı gibi birtakım olumsuz duygu ve düşüncelele neden olmasının yanında aynı zamanda çocukların akademik baŐarılarını da olumsuz yönde etkilemektedir [4]. Sosyal becerilerden yoksun olan çocuklar karşılaştıkları problemleri çözmede sosyal becerilere sahip çocuklardan daha az seeneğe sahiptirler ve bu nedenle de çoğunlukla uygun olmayan davranış biçimlerini kullanılır. Sosyal beceri düzeyi yüksek çocuklar ise, günlük kiŐiler arası problemleri çözmede daha fazla tekniğe sahip olduklarından sosyal iliŐkilerinde daha baŐarılıdırlar [5].

Sporun tanımını birçok araştırmacı ve bilim adamı çeşitli Őekillerde yapmıŐtır. Kimine göre spor; insanın oyun dürtüsünden kaynaklanan kuralları belirlenmiş, ölçülebilir, değerlendirilebilir, performansa dönük yarışma biçiminde yapılan, amacı serbest motorsal etkinlikler olarak tanımlanırken, kimine göre de; insanın genel bedensel becerileri yoluyla bir rakiple karŐılıklı etkileŐim içinde bulunularak yapılan yarıŐmaya dönük oyun biçimlerinin her türlüŐüdür olarak tanımlanmaktadır [6]. Sporcu birey sosyal hayattan haberdar olduğu oranda bazı sosyal faaliyetlere katılacaktır. Bireyler toplumda sosyalleŐtikleri kadar, mevcut faaliyetlere katılma eğilimleri artmaktadır. Böylelikle spor sosyalleŐen ve sosyalleşme eğilimi artan bireylerin uğraŐacakları bir konu haline gelmektedir [7]. Spor bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımını sağlayan bir sosyal etkinlik olması özelliğinden dolayı kişinin sosyalleŐmesinde önemli bir etkidir. ÇaędaŐ toplumlarda sporun çoğunlukla sosyal bir etkinlik olduğu göz önünde bulundurulduğunda, sportif faaliyetler aracılığı ile, spor ile

ilgilenen bireyler değişik insan grupları ile sosyal ilişkiye girmektedir. Spor, bireyin kendi bireysel dünyasından kurtularak farklı ortamlarda, farklı profildeki insanlar ile iletişim içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönü ile sporun, yeni dostluklar kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir. Spor sadece spor yapanlar için değil izleyici kitleler arasında da önemli bir sosyalleşme fırsatı yaratmaktadır [8].

Başlangıçta ferdi bir olgu olarak başlayan sportif faaliyetler, sonradan küresel, sosyal ve toplumsal bir nitelik kazanmasıyla daha geniş kitlelere ulaşmayı başarmıştır [9]. Spor günlük hayatın neredeyse tüm yönlerini etkileyen çok önemli bir olgudur. Büyük önem verilen birçok sosyal değerin oluşmasına sürekli hale gelmesine yardımcı olur. Bu değerler çok çalışmayı, fedakârlığı, hakkaniyeti, sadakati, sorumluluğu, güvenilirliği hoşgörüyü ve kendine disiplin altına almayı kapsamaktadır. Spor, bireylerin ve toplumun istikrarına gerekli değer kurum ve davranışların oluşumuna katkı sağlar. Sosyalleşme sürecinin önemli bir sonucu rol öğrenmektir. İnsanlar onlara uygun olan sosyal rolleri öğrenirler, hemen tüm insanlar çocukken oyun, spor ve diğer aktiviteler ile sosyalleşirler. Bu faaliyetler iyi yurttaş, iyi arkadaş, sorumluluk sahibi komşu, iyi öğrenci, birlikte çalışma, liderlik vb. rolleri öğrenmede önemli hazırlayıcılık görevi yaparlar. Spor bu işlevi birçok yol ile başarabilir.

Bu çalışmanın amacı, Isparta'da spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin yaş, cinsiyet gibi temel faktörler dışında ailenin birliktelik durumu, ebeveynlerin eğitim düzeyi ve ebeveynlerin spor yapıp yapmadıkları gibi diğer faktörler çerçevesinde incelemektir.

METERYAL VE METOT

Araştırma tarama modelinde betimsel bir çalışmadır. Çalışmaya katılan toplam 180 öğrenciden 120 erkek, 60 kadının yaş ortalamaları 16,84 ($Ss\pm 0,98$) olarak hesaplanmıştır. Katılan öğrenciler Isparta şehir merkezindeki lise düzeyi okullarda eğitim görmektedirler. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanmış olan demografik bilgi toplayıcı sorular ile beraber Riggio (1986) tarafından geliştirilmiş olan ve Yüksel (2004) tarafından dil geçerliliği ve güvenilirliği yapılmış 90 maddeden ve 6 alt boyuttan oluşan Sosyal Beceri Envanteri kullanılmıştır. Ölçekten alınan puanlar soru sayısına bölünerek ortalamaları alınmış ve bunun üzerine analiz edilmiştir [10,11].

Genelde ve alt boyutlara ait sorulara verilen puanların ortalamaları arasındaki farklılıkların iki grup olduğunda (cinsiyet, ebeveynlerinin spor yapıp-yapmaması gibi) irdelenmesinde Student-T testi kullanılmıştır. Grup sayısı ikiden fazla olduğu durumlarda (baba ve annenin eğitim durumları, kardeş sayısı) tek yönlü varyans analizi tekniği (One-way Anova) kullanılmıştır. Grup ortalamaları arasındaki farklılığın belirlenmesinde Tukey Testi kullanılmış ve ortalama değerlerinin yanında harflendirme yöntemi ile farkın kaynağı belirtilmiştir. Anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

Alt boyutları oluşturan sorular değerlendirilirken Yüksel (2004)'in yaptığı faktör analizi sonuçları dikkate alınmıştır.

Çalışmada tüm Likert tipteki sorulara ilişkin ve alt boyutları oluşturan sorulara ilişkin Crombach's Alpha test istatistiği hesaplamaları ölçeğin geçerlilik-güvenilirliği irdelenmiştir. Ölçeğin güvenilirliğinin belirlenmesinde tüm sorulara verilen puanlar dikkate alınarak hesaplanan Crombach's Alpha test istatistiği 0,93 olarak bulunmuş olup, uygulanan ölçeğin yüksek güvenilirliğe sahip olduğu görülmüştür. "Duyuşsal Anlatımcılık" alt boyutunda Crombach's Alpha test istatistiği 0,71, "Duyuşsal Duyarlılık" boyutunda 0,70, "Duyuşsal Kontrol" boyutunda 0,69, "Sosyal Anlatımcılık" boyutunda 0,71, "Sosyal Duyarlılık" boyutunda 0,70, "Sosyal Kontrol" boyutunda ise 0,69 olarak hesaplanmış ve ölçeği oluşturan bu boyutların oldukça yüksek güvenilirlikte olduğu görülmüştür.

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde araştırmadan elde edilen veriler ikili ve çoklu karşılaştırmalar yapılarak tablolar halinde sunulmuştur.

Tablo 1'de araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, anne ve babanın spor yapıp yapmadığı, anne ve babanın birlikte olup olmadığı, okul ya da kulüp takımında olup olmadıkları gibi çeşitli değişkenler bağlamında sosyal beceri toplam puan ortalamalarının ikili karşılaştırmaları sunulmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin toplam puanlara göre sosyal beceri düzeylerinde cinsiyet, anne ve babanın spor yapıp yapmadığı, anne ve babanın birlikte olup olmadığı, okul ya da kulüp takımında olup olmadıkları gibi değişkenlere göre yapılan ikili karşılaştırmalarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 1. Öğrencilerin Toplam Puanlara Göre Sosyal Beceri Düzeyleri İkili Karşılaştırmaları

Değişken	N	Toplam Puanlar		
		X±Ss	T	P
Kadın	60	2,86±0,40		
Erkek	120	2,90±0,51	-0,512	0,61
Annem Spor Yapıyor	36	2,86±0,47		
Annem Spor Yapmıyor	144	2,90±0,48	-0,398	0,69
Babam Spor Yapıyor	52	2,90±0,53		
Babam Spor Yapmıyor	128	2,88±0,45	0,194	0,85
Anne ve Babam Birlikte	162	2,88±0,47		
Anne ve Babam Boşandı	18	2,93±0,55	-0,365	0,72
Spor Yapıyorum	134	2,89±0,47		
Spor Yapmıyorum	46	2,88±0,49	0,093	0,93
Okul Takımındayım	87	2,93±0,54		
Okul Takımında Değilim	93	2,85±0,40	1,003	0,32
Kulüp Sporcusuyum	73	2,94±0,45		
Kulüp Sporcusu Değilim	107	2,85±0,49	1,201	0,23

Tablo 2’de araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, anne ve babanın spor yapıp yapmadığı, anne ve babanın birlikte olup olmadığı, okul ya da kulüp takımında olup olmadıkları gibi çeşitli değişkenler bağlamında sosyal beceri puan ortalamalarının Duyuşsal Anlatımcılık, Duyuşsal Duyarlılık ve Duyuşsal Motor alt boyutlarına dair ikili karşılaştırmaları sunulmuştur.

Tablo 2. Öğrencilerin Duyuşsal Anlatımcılık, Duyuşsal Duyarlılık ve Duyuşsal Motor Boyutları Puan Ortalamalarına Göre Sosyal Beceri Düzeyleri İkili Karşılaştırmaları

Değişken	N	Duyuşsal Anlatımcılık Puanı			Duyuşsal Duyarlılık Puanı			Duyuşsal Kontrol Puanı		
		X±Ss	T	P	X±Ss	T	P	X±Ss	T	P
Kadın	60	2,97±0,49			2,70±0,51			2,80±0,50		
Erkek	120	2,98±0,61	0,133	0,89	2,90±0,57	2,208	0,03*	2,87±0,58	0,785	0,43
Annem Spor Yapıyor	36	2,87±0,62			2,81±0,53			2,77±0,54		
Annem Spor Yapmıyor	144	3,01±0,56	1,293	0,20	2,84±0,56	0,261	0,79	2,87±0,56	0,942	0,35
Babam Spor Yapıyor	52	2,97±0,62			2,86±0,61			2,87±0,62		
Babam Spor Yapmıyor	128	2,98±0,56	0,109	0,91	2,82±0,53	0,374	0,71	2,84±0,53	0,360	0,72
Anne ve Babam Birlikte	162	2,98±0,57			2,83±0,55			2,84±0,53		
Anne ve Babam Boşandı	18	2,94±0,57	0,280	0,78	2,84±0,63	0,079	0,94	2,98±0,75	0,773	0,45
Spor Yapıyorum	134	3,02±0,56			2,83±0,56			2,84±0,57		
Spor Yapmıyorum	46	2,87±0,60	1,509	0,13	2,86±0,56	0,384	0,70	2,88±0,55	0,467	0,64
Okul Takımındayım	87	3,04±0,61			2,85±0,61			2,87±0,65		
Okul Takımında Değilim	93	2,92±0,53	1,441	0,15	2,82±0,50	0,284	0,78	2,84±0,46	0,382	0,70
Kulüp Sporcusuyum	73	3,02±0,55			2,93±0,47			2,87±0,54		
Kulüp Sporcusu Değilim	107	2,96±0,59	0,716	0,48	2,77±0,60	2,066	0,04*	2,84±0,57	0,441	0,66

Tablo 3’te araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet, anne ve babanın spor yapıp yapmadığı, anne ve babanın birlikte olup olmadığı, okul ya da kulüp takımında olup

olmadıkları gibi çeşitli değişkenler bağlamında sosyal beceri puan ortalamalarının Sosyal Anlatımcılık, Sosyal Duyarlılık ve Sosyal Kontrol alt boyutlarına dair ikili karşılaştırmaları sunulmuştur.

Tablo 3. Öğrencilerin Sosyal Anlatımcılık, Sosyal Duyarlılık ve Sosyal Kontrol Boyutları Puan Ortalamalarına Göre Sosyal Beceri Düzeyleri İkili Karşılaştırmaları

Değişken	N	Sosyal Anlatımcılık Puanı			Sosyal Duyarlılık Puanı			Sosyal Kontrol Puanı		
		X±Ss	T	P	X±Ss	T	P	X±Ss	T	P
Kadın	60	2,79±0,53	0,615	0,54	2,87±0,62	0,500	0,62	2,98±0,52	0,706	0,48
Erkek	120	2,85±0,59			2,92±0,60			2,92±0,56		
Annem Spor Yapıyor	36	2,81±0,56	0,201	0,84	2,91±0,54	0,109	0,91	2,98±0,53	0,464	0,64
Annem Spor Yapmıyor	144	2,83±0,57			2,90±0,62			2,93±0,55		
Babam Spor Yapıyor	52	2,84±0,59	0,109	0,91	2,86±0,62	0,554	0,58	2,99±0,58	0,710	0,48
Babam Spor Yapmıyor	128	2,83±0,56			2,92±0,60			2,92±0,53		
Anne ve Babam Birlikte	162	2,83±0,55	0,259	0,80	2,90±0,61	0,443	0,66	2,94±0,54	0,233	0,82
Anne ve Babam Boşandı	18	2,86±0,69			2,96±0,59			2,97±0,60		
Spor Yapıyorum	134	2,84±0,57	0,575	0,57	2,88±0,58	0,867	0,39	2,97±0,54	1,003	0,32
Spor Yapmıyorum	46	2,79±0,56			2,97±0,67			2,87±0,56		
Okul Takımındayım	87	2,90±0,63	1,562	0,12	2,94±0,66	0,820	0,41	3,01±0,59	1,598	0,11
Okul Takımında Değilim	93	2,77±0,50			2,87±0,55			2,88±0,50		
Kulüp Sporcusuyum	73	2,96±0,55	2,466	0,01*	2,94±0,58	0,701	0,48	2,99±0,53	0,890	0,37
Kulüp Sporcu Değilim	107	2,74±0,56			2,88±0,62			2,91±0,56		

*p<0,05

Tablo 3'te araştırmaya katılan öğrencilerin Sosyal Anlatımcılık, Sosyal Duyarlılık ve Sosyal Kontrol alt boyutları puan ortalamalarına göre sosyal beceri düzeylerinde Kulüp takımında oynayıp oynamadıklarına dair ikili karşılaştırmalarda önemli fark tespit edilmiştir ($p>0,05$). Buna karşın cinsiyet, anne ve babanın spor yapıp yapmadığı, anne ve babanın birlikte olup olmadığı, okul takımda olup olmadıkları gibi değişkenlere göre yapılan ikili karşılaştırmalarda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Aşağıdaki tablo 4'te araştırmaya katılan öğrencilerin sosyal beceri puan ortalamaları hem toplam puanlar hem de boyutların puanları çerçevesinde yaş ve yapılan spor branşlarının türüne göre varyans analizi yapılarak çoklu karşılaştırılmıştır. Öğrencilerden toplanan veriler doğrultusunda bazı öğrencilerin ferdi ya da takım branşı yaptıkları tespit edilmişken bazılarının ise hem ferdi hem takım branşını yaptıkları, bazılarının ise hiç spor yapmadıkları tespit edilmiş ve spor yapma durumları bu durumlar halinde gruplandırılarak analiz edilmiştir.

Tablo 4. Öğrencilerin Sosyal Beceri Puan Ortalamalarının Yaş ve Yapılan Spor Türüne Bağlı Olarak Çoklu Karşılaştırmaları

Puan Türü	Yaş Göre Değerlendirme					Yapılan Spor Türüne Göre Değerlendirme				
	Yaş	N	X±Ss	F	P	Spor Türü	N	X±Ss	F	P
Duyuşsal Anlatımcılık Puanı	15 yaş	18	44,39±11,42			Takım Branş	62	45,65±7,56		
	16 yaş	41	44,02±7,76	0,59	0,62	Ferdi Branş	21	43,52±8,54	0,79	0,50
	17 yaş	78	44,31±8,59			Sedanter	50	43,48±9,54		
	18 yaş ve üstü	43	46,21±8,07			Çoklu Branş	47	45,30±8,83		
Duyuşsal Duyarlılık Puanı	15 yaş	18	42,56±10,49			Takım Branş	62	43,20±7,75		
	16 yaş	41	41,46±7,32	0,31	0,82	Ferdi Branş	21	43,25±8,72	0,39	0,76
	17 yaş	78	42,73±7,56			Sedanter	50	42,27±8,52		
	18 yaş ve üstü	43	43,18±9,83			Çoklu Branş	47	41,60±8,89		
Duyuşsal Kontrol Puanı	15 yaş	18	42,39±8,56			Takım Branş	62	43,89±7,73		
	16 yaş	41	41,83±7,97	0,26	0,86	Ferdi Branş	21	42,48±10,19	0,77	0,51
	17 yaş	78	43,13±7,88			Sedanter	50	42,74±8,81		
	18 yaş ve üstü	43	43,14±9,73			Çoklu Branş	47	41,43±7,95		
Sosyal Anlatımcılık Puanı	15 yaş	18	41,72±8,35			Takım Branş	62	44,18±7,84		
	16 yaş	41	41,60±8,06	0,36	0,78	Ferdi Branş	21	42,19±9,60	1,31	0,27
	17 yaş	78	42,52±8,11			Sedanter	50	41,34±8,48		
	18 yaş ve üstü	43	43,42±9,83			Çoklu Branş	47	41,53±8,81		
Sosyal Duyarlılık Puanı	15 yaş	18	42,22±9,28			Takım Branş	62	44,56±8,42		
	16 yaş	41	43,00±8,19	0,26	0,86	Ferdi Branş	21	40,81±9,51	0,90	0,44
	17 yaş	78	43,84±9,57			Sedanter	50	43,48±8,04		
	18 yaş ve üstü	43	44,09±8,93			Çoklu Branş	47	43,53±10,50		
Sosyal Kontrol Puanı	15 yaş	18	43,44±9,44			Takım Branş	62	44,75±7,38		
	16 yaş	41	44,73±7,93	0,14	0,94	Ferdi Branş	21	45,05±9,26	0,51	0,68
	17 yaş	78	43,90±7,96			Sedanter	50	43,02±8,38		
	18 yaş ve üstü	43	44,26±8,47			Çoklu Branş	47	44,09±8,55		
Toplam Puanlar	15 yaş	18	256,72±51,29			Takım Branş	62	265,03±39,77		
	16 yaş	41	256,93±36,36	0,20	0,90	Ferdi Branş	21	258,40±48,87	0,41	0,75
	17 yaş	78	260,36±42,29			Sedanter	50	256,96±45,08		
	18 yaş ve üstü	43	263,68±46,78			Çoklu Branş	47	257,47±42,09		

Tablo 4'te görüldüğü üzere öğrencilerin sosyal beceri puan ortalamalarında ne toplamda ne de boyutlara bağlı olarak yaş ve yapılan spor barışının türüne ya da spor yapılmamasına bağlı olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 5'ten araştırmaya katılan öğrencilerin anne ve babalarının eğitim seviyelerine göre sosyal beceri puanlarını gerek toplam puan ortalamaları gerekse boyutlar çerçevesinde puanlarını sunmaktadır. Öğrencilerin anne ve babaları 5 farklı sınıfta eğitim düzeylerine göre ayrılmış ve bu karşılaştırma için varyans analizi kullanılmıştır.

Tablo 5. Öğrencilerin Sosyal Beceri Puan Ortalamalarının Anne ve Babalarının Eğitim Düzeyine Bağlı Olarak Çoklu Karşılaştırmaları

Puan Türü	Eğitim Seviyeleri	Annenin Eğitim Seviyesine Göre Değerlendirme				Babanın Eğitim Seviyesine Göre Değerlendirme			
		N	X±Ss	F	P	N	X±Ss	F	P
Duyuşsal Anlatımcılık Puanı	Okur-yazar Değil	8	40,63±12,30ab			5	39,20±4,21		
	İlkokul Mezunu	85	45,39±8,05ab			54	45,56±7,08		
	Ortaokul Mezunu	30	40,70±9,13a	3,34	0,01*	41	44,20±9,47	0,77	0,54
	Lise Mezunu	48	47,00±8,14b			58	44,38±10,05		
	Yükseköğrenim Mezunu	9	43,00±4,97ab			22	45,68±6,42		
Duyuşsal Duyarlılık Puanı	Okur-yazar Değil	8	39,38±11,27ab			5	38,20±7,85		
	İlkokul Mezunu	85	42,58±7,78ab			54	42,00±7,48		
	Ortaokul Mezunu	30	39,38±8,85a	2,65	0,03*	41	42,32±10,09	0,55	0,70
	Lise Mezunu	48	45,13±7,76b			58	43,16±8,47		
	Yükseköğrenim Mezunu	9	41,00±9,08ab			22	43,50±6,65		
Duyuşsal Kontrol Puanı	Okur-yazar Değil	8	37,00±10,03a			5	38,20±8,64		
	İlkokul Mezunu	85	43,25±7,65ab			54	43,19±7,77		
	Ortaokul Mezunu	30	39,37±8,07ab	3,56	0,01*	41	42,46±9,50	0,42	0,79
	Lise Mezunu	48	45,25±8,77b			58	42,95±8,69		
	Yükseköğrenim Mezunu	9	41,33±8,14ab			22	42,82±7,11		
Sosyal Anlatımcılık Puanı	Okur-yazar Değil	8	36,63±9,65			5	37,40±8,99		
	İlkokul Mezunu	85	43,13±8,01			54	43,39±7,90		
	Ortaokul Mezunu	30	40,14±8,81	2,93	0,02*	41	41,90±9,25	0,66	0,62
	Lise Mezunu	48	44,45±7,78			58	42,23±8,78		
	Yükseköğrenim Mezunu	9	38,22±11,36			22	42,86±8,09		
Sosyal Duyarlılık Puanı	Okur-yazar Değil	8	38,25±10,36a			5	38,40±8,02		
	İlkokul Mezunu	85	44,02±9,07ab			54	43,39±7,72		
	Ortaokul Mezunu	30	39,63±9,13ab	3,22	0,01*	41	43,85±11,60	0,61	0,66
	Lise Mezunu	48	46,04±8,02b			58	43,30±8,76		
	Yükseköğrenim Mezunu	9	43,56±7,91ab			22	45,18±7,65		
Sosyal Kontrol Puanı	Okur-yazar Değil	8	40,00±11,80			5	38,40±8,38		
	İlkokul Mezunu	85	44,11±7,62			54	44,17±7,78		
	Ortaokul Mezunu	30	41,40±9,54	2,35	0,06	41	42,51±8,80	1,47	0,21
	Lise Mezunu	48	46,38±7,31			58	45,09±8,40		
	Yükseköğrenim Mezunu	9	45,11±6,51			22	45,86±6,79		
Toplam Puanlar	Okur-yazar Değil	8	231,88±62,01a			5	229,80±41,88		
	İlkokul Mezunu	85	261,65±38,57ab			54	262,38±36,20		
	Ortaokul Mezunu	30	240,82±46,54ab	4,01	0,00*	41	257,53±52,15	0,80	0,53
	Lise Mezunu	48	274,66±39,60b			58	259,74±45,22		
	Yükseköğrenim Mezunu	9	252,22±37,60ab			22	265,91±31,90		

*p<0,05

Tablo 5'ten elde edilen sonuçlara göre annenin eğitim seviyesine bağli olarak Sosyal Kontrol Boyutu puan ortalaması hariç diğer tüm boyutlar ve toplam puan ortalamalarında anlamlı fark tespit edilmiştir (p<0,05). Bu farkların sebebi sorgulandığında Duyuşsal Anlatımcılık boyutu ve Duyuşsal Duyarlılık boyutlarında ortaokul mezunu annelerin

çocuklarının sahip olduğu en düşük puan ortalaması ile lise mezunu annelerin çocuklarının sahip olduğu en yüksek puan ortalamaları arasındaki fark tespit edilmiştir. Ayrıca bu farka katkıda bulunan diğer sebep ise Duyuşsal Kontrol, Sosyal Duyarlılık ve Toplam puanlardaki okuryazar olmayan annelerin çocuklarının düşük sosyal beceri puan ortalamaları ile lise mezunu annelerin çocuklarının yüksek puan ortalamaları arasındaki fark olarak hesaplanmıştır. Buna karşın babanın eğitim seviyesine bağlı olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Tablo 6. Öğrencilerin Sosyal Beceri Puan Ortalamalarının Kardeş Sayısına ve Haftadaki Antrenman Saatlerine Bağlı Olarak Çoklu Karşılaştırmaları

Puan Türü	Sahip Olunan Kardeş Sayısına Göre Değerlendirme					Haftada Yapılan Antrenman Saatine Göre Değerlendirme				
	Kardeş Sayısı	N	X±Ss	F	P	Antrenman Saati	N	X±Ss	F	P
Duyuşsal Anlatımcılık Puanı	1 Kardeş	38	43,26±9,10			1 Saat	18	44,39±7,36		
	2 Kardeş	71	45,59±8,50			2 Saat	29	44,34±10,09		
	3 Kardeş	48	45,06±7,86	0,64	0,63	3 Saat	16	48,25±6,96	0,71	0,59
	4 Kardeş	15	44,33±11,15			4 Saat	14	44,14±8,61		
	5 ve Üzeri	8	42,25±5,50			5 Saat ve üzeri	66	45,29±8,00		
Duyuşsal Duyarlılık Puanı	1 Kardeş	38	41,47±9,28			1 Saat	38	42,50±6,71		
	2 Kardeş	71	43,08±8,44			2 Saat	71	40,97±10,27		
	3 Kardeş	48	43,00±7,17	0,51	0,73	3 Saat	48	42,19±8,49	0,64	0,64
	4 Kardeş	15	42,50±10,27			4 Saat	15	45,07±5,41		
	5 ve Üzeri	8	39,63±7,19			5 Saat ve üzeri	8	43,05±8,28		
Duyuşsal Kontrol Puanı	1 Kardeş	38	41,95±9,59			1 Saat	38	43,06±8,12		
	2 Kardeş	71	43,37±8,13			2 Saat	71	41,69±9,68		
	3 Kardeş	48	43,33±7,09	0,48	0,75	3 Saat	48	44,00±7,15	0,23	0,92
	4 Kardeş	15	40,87±10,82			4 Saat	15	42,50±5,84		
	5 ve Üzeri	8	41,38±7,74			5 Saat ve üzeri	8	43,08±8,56		
Sosyal Anlatımcılık Puanı	1 Kardeş	38	41,16±9,89			1 Saat	38	43,28±8,27		
	2 Kardeş	71	42,33±8,19			2 Saat	71	39,34±9,54		
	3 Kardeş	48	43,60±6,92	0,60	0,67	3 Saat	48	43,31±8,16	1,75	0,14
	4 Kardeş	15	43,67±11,01			4 Saat	15	45,36±6,93		
	5 ve Üzeri	8	40,63±8,68			5 Saat ve üzeri	8	43,70±8,30		
Sosyal Duyarlılık Puanı	1 Kardeş	38	43,08±9,41			1 Saat	38	41,61±9,07		
	2 Kardeş	71	43,46±8,28	0,68	0,61	2 Saat	71	41,66±10,18	1,02	0,40
	3 Kardeş	48	44,58±9,74			3 Saat	48	46,38±13,99		
	4 Kardeş	15	44,20±10,52			4 Saat	15	43,85±6,85		

				Mehmet Emin KOCA		OlcaY SALİCİ	
	5 ve Üzeri	8	39,13±6,33	5 Saat ve üzeri	8	44,55±8,15	
Sosyal Kontrol Puanı	1 Kardeş	38	43,32±8,62	1 Saat	38	44,39±9,15	
	2 Kardeş	71	44,70±7,90	2 Saat	71	43,52±10,23	
	3 Kardeş	48	44,29±7,59	0,55 0,70 3 Saat	48	47,00±7,75	0,52 0,72
	4 Kardeş	15	44,80±10,57	4 Saat	15	45,00±6,54	
	5 ve Üzeri	8	40,75±7,80	5 Saat ve üzeri	8	44,30±6,95	
Toplam Puanlar	1 Kardeş	38	254,24±48,86	1 Saat	38	259,22±40,48	
	2 Kardeş	71	262,51±40,70	2 Saat	71	251,52±53,17	
	3 Kardeş	48	264,21±37,61	0,64 0,64 3 Saat	48	271,13±40,17	0,67 0,61
	4 Kardeş	15	257,50±57,37	4 Saat	15	265,23±31,01	
	5 ve Üzeri	8	243,75±37,59	5 Saat ve üzeri	8	263,37±39,98	

Tablo 6'da sahip olunan kardeş sayısı ve haftada yapılan antrenman sayısının sosyal beceri puanlarına etki edip etmediği varyans analizi yapılarak tespit edilmeye çalışılmıştır. Buradan elde edilen sonuçlara göre ne sahip olunan kardeş sayısının ne de haftada yapılan antrenman sayısının öğrencilerin sosyal becerileri üzerine anlamlı bir fark yaratmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$).

TARTIşMA VE SONUÇ

Araştırmaya katılan öğrencilerin toplam puanlara göre sosyal beceri düzeylerinde cinsiyet, anne ve babanın spor yapıp yapmadığı, anne ve babanın birlikte olup olmadığı, okul ya da kulüp takımında olup olmadıkları gibi değişkenlere bağlı yapılan ikili karşılaştırmalarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Ancak çalışmamıza katılan erkek öğrencilerin “Duyuşsal Duyarlılık” boyutunda daha yüksek sosyal beceri düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Avşar ve Öztürk Kuter (2007), aynı ölçeği kullanarak yapmış oldukları sosyal beceri düzeyini belirleyici çalışmalarında erkek öğrencilerin daha yüksek sosyal beceriye sahip olduklarını tespit etmişlerdir [12]. Özdiñç (2005), yapmış olduğu çalışmada ise spor vesilesiyle, Türk erkeğinin sosyalleşme sürecinin bayanlara göre daha fazla olduğu görülmektedir [13].

Spor yapan öğrenciler ele alındığında bu öğrencilerin okul takımında olmalarına bağlı olarak sosyal becerilerinde ve alt boyutlara dair puan ortalamalarında anlamlı bir fark yoktur. Ancak herhangi bir kulüp sporcusu olan öğrencilerin Duyuşsal Duyarlılık ve Sosyal Anlatımcılık boyutlarında anlamlı düzeyde yüksek sosyal beceri düzeyine sahip oldukları

gözlemlenmiştir. Buna karşın kulüp sporcusu öğrencilerin yaptıkları antrenman saatine ve yaptıkları spor branşının türüne dair sosyal becerilerinde ise anlamlı bir fark bulunamamıştır. Dolayısıyla herhangi bir kulüpte sporcu olmanın sosyal beceriyi artırdığı söylenebilirken yapılan spor branşının türünün ve yapılan antrenman saatinin önemli olmadığı da söylenebilir. Çakmakçı (2001), ergenlik döneminin özellikle psiko-sosyal etkileşimlerin en yoğun olduğu dönemlerden biri olduğunu söylemektedir [14]. Çocukların ve gençlerin gelişim çağında, aerobik antrenman temeli üzerinden spor yapmaları onların, güçlü, dengeli, becerikli, sportmence yarışan, kolayca sosyal ilişkiler kurabilen ve güleç yüzlü insanlar olma şansını arttırır [15].

Anne ve babanın spor yapıyor ya da yapmıyor olmasının öğrencilerin sosyal becerileri üzerine herhangi bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir ancak ebeveynlerine bağlı olarak sosyal becerilerini etkileyen tek faktörün annenin eğitim durumu olduğu bulunmuştur. Kaya ve Tuna (2010), popüler kültürün aile içi ilişkiler üzerine yapmış olduğu araştırmalarında çocukların anneleriyle olan ilişkilerinin babalarıyla olan ilişkilere göre daha iyi olduğu söylemektedirler. Bunun çocuğun sosyalleşme sürecinde annenin toplumsal cinsiyet rolüyle ilişkili olduğuna bağlamaktadırlar [16].

Sonuç olarak öğrencilerin spor yapıp yapmamalarının sosyal beceri düzeyini etkilemediği ancak spor yapanların içerisinde kulüp sporcusu olanların daha yüksek sosyal beceri düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Bunun yanı sıra yine spor yapanlar içerisinde yapılan branşın türüne bağlı olarak sosyal beceri düzeyinin değişmediği gözlemlenmiştir.

KAYNAKLAR

1. Yıldırım İ, Yetim A. Ortaöğretimde Beden Eğitimi Dersleri Öncelikli Amaçları Üzerine Bir Araştırma, GÜ Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 2011; (1) 3: 36-43
2. Özçep C. İlköğretimde Görev Yapan Beden Eğitimi ve Sınıf Öğretmenlerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Karşılaştırılması, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi. 2007.
3. Yüksel G. Öğretmenlerin Sahip Olmaları Gereken Davranış Olarak Sosyal Beceri, Milli Eğitim Dergisi, 2001 Apr [cited 2017 Jun], 150 :[about 3p]
Available from: https://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/150/yuksel.htm
4. Coşkun N, Samancı O. İlköğretim 4. Ve 5. Sınıflarda sosyal beceri düzeyi ile sosyal bilgiler dersine yönelik tutumların çeşitli değişkenler açısından incelenmesi, Journal of Educational and Instructional Studies In The World, 2012; (2):32-41.
5. Yiğit R, Yılmaz H. İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyleri ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi, 2011; (31):335-347.

6. Kumartaşlı M, Atabaş EG. Spor Merkezi Fitness Salonunu Kullanan Bireylerin Beklentilerinin Değerlendirilmesi, International Journal of Science Culture and Sport, 2014; (1):898-904.
7. Erkal M, Güven . Ayan D. Sosyolojik Açıdan Spor. Der Yayınları. İstanbul. 1998.
8. aha . Aşkın Devletten Sivil Topluma, Gendaş Kültür Kitapları. İstanbul. 2000.
9. Küçük V, Acet M. Bir Kişilik zelliği Olarak Suçluluk ve Sporla İlişkisi, DP Sosyal Bilimler Dergisi, 2002; (7):369-375.
10. Riggio RE. Assessment Of Basic Social Skills, Journal Of Personality And Social Psychology, 1986;(51):649-660.
11. Yüksel G. Sosyal Beceri Envanteri El Kitabı. Asil Yayın Dağıtım. Ankara. 2004.
12. Avsar Z, Kuter F. 2007 Eğitimde Kuram ve Uygulama, Journal Of Theory And Practice In Education, 2007; (3):197-206.
13. zdiņ . ukurova niversitesi ğrencilerinin Sporu ve Spora Katılımın Sosyalleşmeyle İlişkisi zerine Görüşleri, Spometre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2005; (2):77-84.
14. akmakı S. Okullardaki Beden Eğitimi Dersinin ve Faaliyetlerinin ğrencilerin Sosyalleşmesine Etkileri, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, 2001.
15. Aracı H. Okullarda Beden Eğitimi. Nobel Yayın Dağıtım. Ankara. 2004.
16. Kaya K, Tuna M. Popüler Kültürün İlköğretim ağındaki ocukların Aile İçi İlişkileri zerindeki Etkisi, SDÜ Fen Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi, 2010; (21):237-256.

ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ

SPOR ve PERFORMANS ARAŞTIRMALARI DERGİSİ YAYIN ve YAZIM KURALLARI

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

1. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi-SPD (Journal of Sports and Performance Researches-JSPR)'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 çalışmalar yayınlanır.
3. Tüm yazarlar dergiye yayınlanmak üzere gönderdikleri çalışmalarının okunup onaylandığını, başka bir yerde yayınlanmamış ya da yayınlanmak üzere gönderilmemiş olduğunu ve tüm yayın haklarını SPD'ye devrettiğini belirten bir formu imzalayıp dergi editörlüğüne çalışma ekinde bir dosya ile göndermelidirler (Ek 1: Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi (SPD) Beyan Mektubu ve Yayın Hakları Devir Formu)
4. Dergiye gönderilecek çalışmalar için Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi (SPD) "TÜBİTAK ULAKBİM DERGİPARK ulusal makale gönderim, takip ve değerlendirme sistemi" kullanılmaktadır. Bu nedenle yazarların bir kereye mahsus olmak üzere ilgili sisteme kayıt olup kullanıcı adı ve şifre almaları gerekmektedir.
5. Biçimsel kontrolü geçen her çalışma, bilimsel içeriğine göre uygun hakemlere gönderilerek değerlendirmeye alınır.
6. Dergiye gönderilen tüm çalışmalar editör ve konuyla ilgili en az iki hakemin onayından geçerek ve gerekli görüldüğü takdirde istenen değişiklikler yazar/yazarlarca yapıldıktan sonra yayınlanır. Çalışma hakkında önerilen değişiklikler yazarı tarafından kabul görmezse başka bir hakeme başvurmak veya çalışmayı yazarına geri vermek konusunda derginin yayın kurulu yetkilidir.
7. Basımına karar verilen çalışmalarda yayın öncesi küçük yazım hataları dışında ekleme ya da çıkarma yapılamaz.
8. Çeşitli nedenlerden dolayı çalışmasının yayınlanmasından vazgeçen yazar başvurusundan itibaren iki (2) ay içerisinde yazısını geri çekebilir.
9. Çalışmalar yayınlanmak üzere dergiye gönderildikten sonra, tüm yazarların yazılı izni olmadan yazar isimleri silinemez, yeni isim eklenemez ve yazar sıralaması değiştirilemez.
10. Çalışmaları yayımlanan yazarlara telif ücreti ödenmez.
11. Yayımlanmış yazının tamamının tekrar yayım hakkı derginin iznine bağlıdır.
12. Yayın süreci tamamlanan çalışmalar dergiye geliş tarihi esas alınarak yayınlanır. Ancak güncelliğini kaybetmemesi açısından bu sıra bazı öncelikli çalışmalar için uygulanmayabilir. Buna karar verme yetkisi editöre aittir.
13. Sözlü görüşmeler ve yayınlanmamış eserlere ait bildirimler (Yüksek Lisans ve Doktora Tezleri hariç) kaynak olarak kullanılmamalıdır.
14. Kaynakların doğruluğundan yazar/yazarlar sorumludur.
15. Gönderilen çalışmalar yayınlansın veya yayınlanmasın yazarlarına iade edilmez. Yayınlanmadığı durumda yazar/yazarlar bu konuyla ilgili olarak bilgilendirilirler.
16. Çalışmalar yayınlanmak üzere kabul edildiği takdirde, "Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi" (SPD) çalışmanın bütün yayın haklarına sahip olur.
17. Yayımlanan çalışmaların bilimsel etik ve hukuki sorumluluğu yazarına/yazarlarına aittir. İnsan ve hayvan denekler için etik kurul raporu alınmalıdır.
18. Çalışması yayımlanan yazara/yazarlara derginin 1 nüshası ücretsiz olarak gönderilir.

DERGİYE GÖNDERİLEN ÇALIŞMALAR ŞU SIRAYI İZLEMELİDİR:

1. İlk sayfa (Yazarların Künyesi ve çalışmanın Türkçe İngilizce başlığı); çalışmanın Türkçe ve İngilizce başlığı sayfa ortalanacak şekilde alt alta büyük harfle tek satır aralıklı, 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 tırnak içinde "Yazışmadan sorumlu yazar" ifadesi eklenir.
2. İkinci sayfadan itibaren (Çalışma metni başlıktan itibaren bir bütün halinde verilir); Buna göre; TÜRKÇE BAŞLIK; sayfa ortalanarak büyük harf 14 punto, koyu yazılmalı ve kısaltma kullanılmamalıdır, Yazar/yazarların adı-soyadı başlığın altına sayfa ortalanarak 12 punto ve koyu olarak yazılmalı, yazarların soyadlarının sağ üstüne konulacak rakamlar ile ilk sayfanın altına kurum adları ve adresleri (E-mail adresleri) dip not olarak (8 punto) eklenmelidir.
3. "ÖZET" başlığı yazarların altına sol başa yaslanmış, koyu, büyük harf 14 punto ile yazılır (Türkçe ÖZET metni 9 punto ve tek satır aralığı yazılır),

Bunu "İNGİLİZCE BAŞLIK" (ortalanmış şekilde büyük harf ve 14 punto ile koyu yazılır) ve "ABSTRACT" (sol başa yaslanmış, 14 punto ile koyu yazılır) kısmı takip eder (İngilizce özet metni 9 punto ve tek satır aralığı yazılır).

4. ABSTRACT kısmını "GİRİŞ", "MATERYAL VE METOT", "BULGULAR", "TARTIŞMA". Eğer istenirse "SONUÇ VE ÖNERİLER" kısmı da ilave edilebilir. Bu başlıklar; sola yaslanmış, büyük harf, 12 punto ve koyu yazılacaktır)

5. Yukarıdaki sıra düzenini "KAYNAKLAR" bölümü takip eder ve gerekliyse KAYNAKLAR'dan önce "TEŞEKKÜR" (acknowledgements) bölümü yazılır.

YAZI DÜZENİ:

1) BAŞLIK VE YAZAR İSMİ:

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:

Çalışmanın başlığı ile ÖZET/ABSTRACT başlıkları tümü ile büyük, bold ve 14 punto yazılmalıdır. Türkçe özet "ÖZET" başlığı altında, İngilizce özet ise, "ABSTRACT" başlığı altında yazılmalıdır. ABSTRACT başlığının üzerinde yazının İngilizce başlığı yer almalıdır. ÖZET/ABSTRACT metinleri satır başı yapılmadan, blok halinde yazılmalıdır. ÖZET /ABSTRACT metinleri 250 kelimeyi geçmeyecek şekilde ve tek satır aralığı yapılarak 9 punto blok halinde yazılmalıdır. Türkçe özeti hemen altında ayrı satır olarak, sol başa yaslı Anahtar Kelimeler (Bold), İngilizce özeti hemen altında ise Keywords (Bold ve bitişik) başlığı yer almalıdır. Anahtar kelimeler 5'i geçmeyecek şekilde alfabetik olarak yazılmalıdır. Anahtar kelimeler virgül ile ayrılmalı ve kelime seçiminde başlıkta yer almayan kelimeler tercih edilmelidir.

3) ANA METİN:

Dergiye gönderilecek çalışmalar Microsoft Word Windows programında, "Calibri" yazım düzeninde, sayfanın her tarafından 2,5 cm boşluk bırakılarak, 12 punto ve 1,5 aralık yazılarak gönderilmelidir. Tüm sayfalar başlık sayfasından başlayarak numaralandırılmalıdır. Ana metnin 10 sayfayı geçmemesine özen gösterilmelidir. Sayfa kısıtlaması gerektiğinde Yayın Kurulu tarafından arttırılabilir. Ana metin "1,5 satır aralığı" olarak yazılmalıdır. Bir araştırma makalesinde, genellikle sırasıyla; GİRİŞ, MATERYAL VE METOT, BULGULAR, TARTIŞMA ve KAYNAKLAR bölümü yer almalıdır. Gözden geçirme (Review) makalelerinde bu içeriğe dikkat edilmeyebilir.

Ana metinde yer alacak şekiller, grafikler, fotoğraflar ve çizelgeler çalışmanın 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, 9 ya da 10 punto olarak yazılabilir.

4) TEŞEKKÜR (ACKNOWLEDGEMENTS):

Teşekkür zorunlu değildir. Ancak yazar/yazarlar, araştırmaya katkısı yazarlık düzeyinde olmayan kişilere birkaç cümlelik teşekkür yazabilirler.

Yazılması halinde Ana metnin sonunda ve Kaynaklar kısmından önce yer verilmelidir.

5) KAYNAKLAR:

Çalışmada; mümkün olduğunca yeni ve çalışmayı doğrudan ilgilendiren kaynaklara yer verilmelidir. Kaynak sayısının 40'ı aşmaması tavsiye edilir.

6) ANA METİNDE KAYNAK BELİRTİLMESİ:

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

7) KAYNAKLAR BÖLÜMÜNDE KAYNAKLARIN BELİRTİLMESİ:

Çalışmanın son bölümü "KAYNAKLAR" başlığından oluşmalıdır.

Numaralandırma: Bütün kaynaklar bu bölümde alfabetik değil, metinde kullanılan numaralarına göre sıralanmalıdır.

Kaynak Künyesinin Yazımı:

a) Yazar/Yazarların Gösterimi:

- Çalışmada yer alan her bir yazarın soyadı ve adının ilk harfi yazılmalıdır (iki ön adı kullanan yazarlar ön adlarının ilk harflerini boşluk bırakmadan büyük harf ile yazmalıdır. Örn: Rose ME, Yılmaz MB).
- Kaynaklarda bütün yazarlar sıralanmalıdır, fakat çalışmada 6'dan fazla yazar var ise ilk 6 yazar sıralanmalı daha sonra gelen yazarlar için Türkçe olarak "ve ark", İngilizce olarak ise "et al." Eklenmelidir.

ÖRN:

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 Research, 2002; 935 (1-2): 40-6.

- Her bölümü farklı yazarın yazdığı kitaplar için şu sıra takip edilmelidir: bölüm yazarı, bölüm başlığı, editör/editörler, kitap başlığı, baskı sayısı, yayın yeri, matbaa adı ve yayın yılı.

ÖRN:

Meltzer PS, Kallioniemi A, Trent JM. Chromosome alterations in human solid tumors, In: Vogelstein B, Kinzler KW, editors, The genetic basis of human cancer, 3rd ed. New York: McGraw-Hill; 2002.

b) Kitap başlıkları, bölüm başlıkları ve dergilerdeki makale başlıklarının gösterimi:

- İlgili çalışmaların başlıklarındaki ilk harf büyük olarak yazılmalı, geriye kalan tüm kelimeler küçük harflerden oluşmalıdır (özel isimler hariç). Ayrıca başlığın altı çizilmemeli ve başlıkta yana eğik (italik) harf kullanılmamalıdır.

ÖRN 1:

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

ÖRN 2:

Taşmektepligil MY, Çankaya S. Tunç T. Futbol taraftarı fanatizm ölçüğü, Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 2015; 6 (1): 41-49. doi: 10.17155/omuspd.73408.

c) Dergi isminin gösterimi:

- Derginin tam ismi, yıl, cilt, sayı, sayfa aralığı olarak sıralanmalıdır.

ÖRN :

Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 2015; 6 (1): 41-49.

d) Kaynaklar bölümünde yer alan eserlerde sayfaların gösterimi:

- Dergiler için sadece bilginin bulunduğu sayfa değil çalışmanın ya da bölümün tam sayfa aralığı verilmelidir.
- Kitaplar için sayfa sayısı verilmemelidir; sözlükten alıntılarda ise sayfa numarası belirtilebilir (Örn. 1) ve ayrıca kitaptaki bir bölüm yazarı ve sayfa aralığı belirtilerek kaynak olarak gösterilir (Örn. 2).

ÖRN 1:

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

ÖRN 2:

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

e) DOI numarasının gösterimi:

Çalışmada yer alan kaynakların doi numaraları varsa sayfa numaralarından sonra yazılmalıdır.

ÖRN 1:

Taşmektepligil MY, Çankaya S. Tunç T. Futbol taraftarı fanatizm ölçüğü, Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 2015; 6 (1): 41-49. doi: 10.17155/omuspd.73408.

Kaynak Yazımı İçin Diğer Örnekler

1) 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.

2) 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.

3)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).

4)Cd-rom

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

5)İnternette Dergi Makalesi

Aboud 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>

6)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/>.

7)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. SPOR VE PERFORMANS ARAŞTIRMALARI DERGİSİ (SPD) BEYAN MEKTUBU VE YAYIN HAKLARI DEVİR FORMU

Sayın Editör,

.....
.....
.....

başlıklı çalışmanın yazar(lar)ı olarak, 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. Çalışmanın gözden geçirilmesi ve gerekli düzeltmeler için izin veriyor ve aşağıdaki şartları kabul ediyoruz.

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

* Tüm yazarlar, çalışmada belirtilen sıraya göre formu imzalamalıdır.

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

* Çalışma; derginin belirttiği yazım ve yayın kurallarına uygun olarak hazırlanmıştır.

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

* Çalışmanın; bilimsel, etik ve hukuki sorumluluğu yazarlara aittir.

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

Yazar / Yazarlar İmza

- 1).....
- 2).....
- 3).....
- 4).....
- 5).....
- 6).....

Tarih: