



ULUSLARARASI
BİLİM KÜLTÜR VE
SPOR DERNEĞİ

INTERNATIONAL
SCIENCE CULTURE AND
SPORT ASSOCIATION



.. Full Text & Abstract Özet ve Tam Metin Kitabı

17-20 MAYIS 2022

17-20 MAY 2022

8

ULUSLARARASI
BİLİM KÜLTÜR ve
SPOR KONGRESİ

INTERNATIONAL
CONFERENCE ON
SCIENCE CULTURE
AND SPORT

8th

ISBN: 978-605-73210-0-8

Önemli Tarihler

Özet Gönderimi başlangıcı : 15 Şubat 2022
Erken Kayıt son tarihi : 15 Nisan 2022
Bildiri Kabulü son tarihi : 10 Mayıs 2022
Kongre Programının açıklanması : 12 Mayıs 2022

Start of abstract submission : 15 February, 2022
End of abstract submission : 15 April, 2022
Final date for conference registration : 10 May, 2022
Declaration of conference programme : 12 May, 2022

Important Dates

Katılımcıların talep etmesi durumunda kongrede sunulan bildirilerin tam metinleri International Journal of Sport Culture and Science (Int.JSCS), Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları (IUGEAD) Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, TR Dizin, SPORT Discuss with Full Text, JSSR dergilerinin yazım kurallarına uygun ve hakem onayından geçmesi halinde yayınlanacaktır.

Upon the request of the participants, the full texts of the papers presented at the congress will be published in the International Journal of Sport Culture and Science (Int.JSCS), International Journal of Current Educational Research (IUGEAD) Sports Sciences Researches, TR Index, SPORT Discuss with Full Text and JSSR if they comply with the spelling rules and are approved by the referees.





ISBN: 978-605-73210-0-8

8th International Conference on Science Culture and Sport, 17-20 May 2022, KKTC



8.ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR KONGRESİ

KONGRE BİLDİRİ ÖZET VE TAM METİN KİTABI

Proceedings Book 17-20 May 2022

ISBN: 978-605-73210-0-8

Basım Tarihi / Published on

02/08/2022, Ankara

www.iecses.org www.iscs-conference.org www.iscs-a.org



***INTERNATIONAL CONFERENCE ON SCIENCE CULTURE
AND SPORT***

***FULL TEXT
&
ABSTRACT***

Proceedings Book 17-20 MAY 2022

ISBN: 978-605-73210-0-8

Basım Tarihi / Published on

02/08/2022, Ankara

www.iecses.org www.iscs-conference.org www.iscs-a.org



ISBN: 978-605-73210-0-8

8th International Conference on Science Culture and Sport, 17-20 May 2022, KKTC

8. ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR KONGRESİ

TAM METİN- ÖZET KİTABI

**8TH INTERNATIONAL CONFERENCE ON SCIENCE
CULTURE AND SPORT**

FULL TEXT & ABSTRACT

All the accepted abstracts listed in this book.

Bu kitapta kongrede sunulmuş/sergilenmiş tüm bildiri ve eserlere yer verilmiştir.

Editor / Editör:

Dr. Mine TURGUT

Dr. Taner BOZKUŞ

Assistant Editor / Yayına Hazırlık:

Dr. Zekai ÇAKIR, Sezai ÇAKIR,

Engin Sarıkaya, Betül AYHAN

Halidun YAYLA

Design / Afiş Tasarım:

Güngör DOĞANAY

ISBN: 978-605-73210-0-8

Basım Tarihi / Published on

02/08/2022, Ankara

www.iecses.org www.iscs-conference.org www.iscs-a.org



➔ 17-20 MAYIS 2022

8 ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR ve SPOR KONGRESİ

"Yeni normlar: Değişim ve uygulanabilir stratejiler"

Önemli Tarihler

Özet Gönderimi başlangıcı	: 15 Şubat 2022
Erken Kayıt son tarihi	: 15 Nisan 2022
Bildiriyi Kabulü son tarih	: 10 Mayıs 2022
Kongre Programının açıklanması	: 12 Mayıs 2022

➔ Katılımcıların talep etmesi durumunda kongrede sunulan bildirilerin tam metinleri International Journal of Sport Culture and Science (Int.JSCS), Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları (UGEAD) Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, TR Dizin, SPORT Discus with Full Text, JSSR dergilerinin yazım kurallarına uygun ve hakem onayından geçmesi halinde yayınlanacaktır.

17-20 MAY 2022 ←

INTERNATIONAL CONFERENCE ON SCIENCE CULTURE AND SPORT **8**th

"With the new norm: Change and applicable strategies"

Important Dates

Start of abstract submission	: 15 February, 2022
End of abstract submission	: 15 April, 2022
Final date for conference registration	: 10 May, 2022
Declaration of conference programme	: 12 May, 2022

← Upon the request of the participants, the full texts of the papers presented at the congress will be published in the International Journal of Sport Culture and Science (Int.JSCS), International Journal of Current Educational Research (UGEAD) Sports Sciences Researches, TR Index, SPORT Discus with Full Text and JSSR if they comply with the spelling rules and are approved by the referees.



ABOUT US

The International Science Culture and Sports Association (UBİKS) was established in December 2010 and started its activities in 2011. UBİKS, which has people from more than 50 countries in its communication network, is headquartered in Ankara.

UBİKS, organized its first international congress in June 2012 within the scope of the 5th International Metropolitan Ankara Festival with the contributions of **Ankara Metropolitan Municipality**. In 2013, in its second congress which was hosted in **Antalya**, UBİKS threw more colorful and broad activity by taking into Cultural Workshop which organized by **Ministry of Youth and Sports, General Directorate of Education, Culture and Research** and 2nd International Folk Dance Congress which organized with collaboration of **Turkey Folk Dance Federation** in it.

UBİKS, organized its 3rd congress with support of many universities from Bosnia and Herzegovina and in Turkey, as well as with collaboration of **Bosnia and Herzegovina's National Olympic Committee and the International Sport for All Federation (TAFISA)** in Sarajevo in 2014.

UBİKS held its 4th congress in 2015 again under the umbrella of the **International Sports For All Federation (TAFISA)**, with the support of the **Turkish Cooperation Development Agency (TIKA)** and the participation of non-governmental organizations such as the **Executive Bureaucrats Union (IMM)** and the **MuradiyeAlumni Association (MMD)**, in Ohrid, Macedonia.

UBİKS held its 5th International Congress in April 2016 in cooperation with **Ahmet Yesevi University**. The congress was held at Ahmet Yesevi University in **Turkestan, Kazakhstan**, in order to commemorate Hoca Ahmet Yesevi, the leader of Turkish and Islamic thought, on the occasion of the declaration of **2016** as the Year of Ahmet Yesevi by UNESCO, and many national / international non-governmental organizations supported the congress.

UBİKS held its 6th International Congress between **25-27 April 2018**, hosted by **Ukraine Lviv State University of Physical Culture**, and **Ivan Franko State University** also supported this congress.

Since 2016, it has started to organize the **International Eurasian Sports, Education and Society Congress (IECSSES)** and the **International Jury Group Art Exhibition** concurrently with the congress, to be held in our country. This congress and exhibition was held in Antalya in **2016 and 2017**, together with these events, sports and cultural festivals were organized with the participation of hundreds of young people. The congress and exhibition hosted by **Mardin Artuklu University** in **2018** are planned to be held in different provinces in the following years.

UBİKS wishes to hold its 7th International Congress **ONLINE with your support and cooperation** between **15-18 October 2020** due to the scope of the measures taken during the COVID-19 epidemic process.

To see the archive pages of the congresses, you can refer to the **Previous Congresses** menu.

HAKKIMIZDA

Uluslararası Bilim Kültür ve Spor Derneği (UBİKS), Aralık 2010'da kurulmuş, çalışmalarını ise fiili olarak 2011 yılında başlatmıştır. İletişim ağında 50'den farklı ülkeden kişi bulunan UBİKS'in merkezi Ankara'dadır. **UBİKS**, 2012 Haziran'ında, **Ankara Büyükşehir Belediyesi'nin** katkılarıyla 5. Uluslararası Büyük Ankara Festivali kapsamında ilk uluslararası kongresini organize etmiştir. 2013 yılında **Antalya**'da ev sahipliği yaptığı ikinci kongresinde, **Gençlik ve Spor Bakanlığı Eğitim Kültür ve Araştırma Genel Müdürlüğü'nce** düzenlenen **Kültür Çalıştayını** ve **Türkiye Halk Oyunları Federasyonu** işbirliği ile 2. Uluslararası Halk Oyunları Kongresini içerisinde alarak daha renkli ve geniş bir etkinliğe imza atmıştır. **UBİKS**, 3. kongresini Bosna Hersek ve Türkiye'den çok sayıda üniversitenin desteğini alarak, ayrıca **Bosna-Hersek Milli Olimpiyat Komitesi** ve **Uluslararası Herkes İçin Spor Federasyonu (TAFISA)** işbirliğini sağlayarak, 2014 yılında Saraybosna'da gerçekleştirmiştir.

UBİKS, 4. kongresini ise 2015 yılında yine **Uluslararası Herkes İçin Spor Federasyonu (TAFISA)** çatısı altında, **Türk İşbirliği Kalkınma Ajansı (TİKA)**'nın destekleri ve **İdareci Bürokratlar Birliği (İBB)** ve **Muradiye Mezunları Derneği (MMD)** gibi sivil toplum kuruluşların katılımı ile Makedonya'nın Ohrid şehrinde gerçekleştirmiştir.

UBİKS, 5. Uluslararası Kongresini ise 2016 yılı Nisan ayında **Ahmet Yesevi Üniversitesi** işbirliği ile gerçekleştirmiştir. 2016 yılının **UNESCO tarafından Ahmet Yesevi Yılı** ilan edilmesi münasebetiyle, Türk ve İslam düşüncesinin önder ismi Hoca Ahmet Yesevi'nin anılması amacıyla, kongre **Kazakistan'ın Türkistan şehrinde** bulunan Ahmet Yesevi Üniversitesi'nde gerçekleştirilmiş, kongreye çok sayıda ulusal/uluslararası sivil toplum kuruluşu da destek sağlamıştır.

UBİKS, 6. Uluslararası Kongresini ise **25-27 Nisan 2018** tarihleri arasında **Ukrayna Lviv Beden Kültürü Devlet Üniversitesi'nin** evsahipliğinde gerçekleştirilmiş olup, bu kongreye **Ivan Franko Devlet Üniversitesi** de destek vermiştir.

UBİKS, 7. Uluslararası Kongresini ise COVID-19 salgın sürecinde alınan tedbirler kapsamı hasebiyle **15-18 Ekim 2020** tarihleri arasında **sizlerin desteği ve işbirliği ile ONLINE** olarak gerçekleştirmiştir.

UBİKS, 8. Uluslararası Kongresini ise **Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Cumhurbaşkanlığı, Sayın Cumhurbaşkanı Ersin TATARI'nın Himayesinde 17-20 Mayıs 2022** Tarihleri arasında **sizlerin desteği ve işbirliği ile Girne/K.K.T.C** 'de düzenlemeyi arzuluyoruz.

Kongrelerin arşiv sayfalarını görmek için yandaki **Önceki Kongrelerimiz** menüsüne başvurabilirsiniz.

Onursal Komite / Honorary Committee

Prof. Dr. İrfan ASLAN	YÖK Denetleme Kurulu Üyesi
Prof. Dr. Fahrettin GÖKTAŞ	TÜBİTAK Başkan Danışmanı
Prof. Dr. İbrahim CAFEROV	Agrar Devlet Üniversitesi Rektörü
Prof. Dr. Mehmet GUNAY	Spor Bilimleri Derneği ve Avrasya Spor Bilimleri Birliği Başkanı
Prof. Dr. Erdal ZORBA	TAFISA Onursal Kurul Üyesi
Prof. Dr. Mutlu TÜRKMEN -	Türkiye Bocce, Bowling ve Dart Federasyonu Başkanı
Dr. Ahmet Recep TEKCAN	Türkiye Kızak Federasyonu Başkanı
Suat AKSU	Türkiye Halkoyunları Federasyonu Başkanı
Yasin BÖLÜKBAŞI	Türkiye Herkes İçin Spor Federasyonu Başkanı
Alper Cavit KABAKÇI	Türkiye Kano Federasyonu Başkanı
Murat PAZAN	Türkiye Ragbi Federasyonu Başkanı
Ömür Fatih KARAKULLUKÇU	Türkiye Okul Sporları Federasyonu Başkanı
Doç. Dr. Taner BOZKUŞ	Uluslararası Bilim Kültür ve Spor Derneği Başkanı

Kongre Başkanı / Chairman Of Congress

Dr. Serhat DENİZ	
Dr. Taner BOZKUŞ	Bartın Üniversitesi

Organizasyon Kurulu / Organizing Committee

Dr. Fatma TEZEL ŞAHİN
Dr. Saliha AĞAÇ
Dr. Metin YAMAN
Dr. Kadir YILDIZ
Dr. Fatih YAŞARTÜRK
Dr. Serdar GERİ
Dr. Özkan IŞIK
Dr. Taner BOZKUŞ
Dr. Süleyman GÖNÜLATEŞ

Organizasyon Danışma Kurulu / Organization Advisory Board

Dr. Fatih ÇATIKKAŞ
Dr. Ayşegül YAPICI ÖKSÜZOĞLU
Dr. Şebnem ŞARVAN CENGİZ
Dr. Recep CENGİZ
Dr. Selhattin AKPINAR
Dr. Çiğdem ÖNER
Dr. Mehmet GÖKTEPE
Dr. Oruç Ali ÖZ

Kongre Sekreteryası / Congress Secretariat

Dr. Mine TURGUT / Genel Sekreter
Betül AYHAN / Genel Sekreter Yardımcısı
Caner CENGİZ
Mert Mazhar ERDURAN
Engin GÜNEŞ ATABAŞ

Uluslararası İlişkiler / International Relations

Dr. Ömür DUGAN
Tural VERDİYEV
Serkan Selim DİLEK
Zaid KAZI GASIM

Bilişim Kurulu / BT Board

Dr.Zekai ÇAKIR
Ali ALTUNAY
Sezai ÇAKIR
Güngör DOĞANAY
Erol KILIÇ

Grafik Tasarım / Graphing Design

Güngör DOĞANAY

Bilim Kurulu / Conference Scientific Committee

Dr. Adela BADAU - ROMANYA	Dr. İhsan KALENDEROĞLU - TÜRKİYE	Dr. İvanna BODNAR - UKRAYNA
Dr. Adel M. ALNASHAR - BAHREYN	Dr. İlhan TOKSÖZ - TÜRKİYE	Dr. John A. JOHNSON - GÜNEY KORE
Dr. Adeel Nazir AHMAD - SUUDİ ARABİSTAN	Dr. İlimdar YALÇIN - TÜRKİYE	Dr. Jwo HANK - TAYVAN
Dr. Adriana NEOFIT - ROMANYA	Dr. İlker ÖZMUTLU - TÜRKİYE	Dr. Kadir YILDIZ - TÜRKİYE
Dr. Ahmed BOUSSAKRA - CEZAYİR	Dr. İsmail ÇAKIR - TÜRKİYE	Dr. Kalliope PAVLI - YUNANİSTAN
Dr. Alin LARION - ROMANYA	Dr. İvanna BODNAR - UKRAYNA	Dr. Kaukab AZEEM - SUUDİ ARABİSTAN
Dr. Andriy VOVKANYCH - UKRAYNA	Dr. John A. JOHNSON - GÜNEY KORE	Dr. Kevser GÜRCAN YARDIMCI - TÜRKİYE
Dr. Angela MAGNANINI - ITALYA	Dr. Jwo HANK - TAYVAN	Dr. Khadraoui Mohamed HABIB - CEZAYİR
Dr. Arzu ÇEVİK- TÜRKİYE	Dr. Kadir YILDIZ - TÜRKİYE	Dr. Khaled ABEDA - MISIR
Dr. Bachir KHELIFI - CEZAYİR	Dr. Kalliope PAVLI - YUNANİSTAN	Dr. M. Akif ZİYAGİL - TÜRKİYE
Dr. Baojun ZHANG - TAYVAN	Dr. Kaukab AZEEM - SUUDİ ARABİSTAN	Dr. M. Yavuz TAŞKIRAN - TÜRKİYE
Dr. Balkozar S. ADAM - ABD	Dr. Kevser GÜRCAN YARDIMCI - TÜRKİYE	Dr. Magdy ABOUZEID - MISIR
Dr. Bechir HOUSSAM - CEZAYİR	Dr. Khadraoui Mohamed HABIB - CEZAYİR	Dr. Malik SERBOUT - CEZAYİR
Dr. Birsen ÇİLEROĞLU - TÜRKİYE	Dr. Khaled ABEDA - MISIR	Dr. Mewlud DUDIC - SIRBİSTAN
Dr. Bselat KZAZOVIC - MAKEDONYA	Dr. M. Akif ZİYAGİL - TÜRKİYE	Dr. Mikail TEL - TÜRKİYE
Dr. Dana BADAU - ROMANYA	Dr. M. Yavuz TAŞKIRAN - TÜRKİYE	Dr. Mithat KOZ - TÜRKİYE
Dr. Demenescu VERONICA - ROMANYA	Dr. Magdy ABOUZEID - MISIR	Dr. Mitra Rouhi DEHKORDI - İRAN
Dr. Derviş YILMAZ - TÜRKİYE	Dr. Malik SERBOUT - CEZAYİR	Dr. Mona Saleh Al ANSARI - BAHREYN
Dr. Dilek ERGÖNENÇ AKBABA - TÜRKİYE	Dr. Mewlud DUDIC - SIRBİSTAN	Dr. Murat ÇELEBİ - TÜRKİYE
Dr. Dragulin STELA - ROMANYA	Dr. Mikail TEL - TÜRKİYE	Dr. Murat SARIKABAK - TÜRKİYE
Dr. Dusan MITIC - SIRBİSTAN	Dr. Mithat KOZ - TÜRKİYE	Dr. Musa SELİMİ - KOSOVA
Dr. Duško BJELICA - KARADAĞ	Dr. Mitra Rouhi DEHKORDI - İRAN	Dr. Myroslaw DUTCHAK - UKRAYNA
Dr. Erkut KONTER - TÜRKİYE	Dr. Mona Saleh Al ANSARI - BAHREYN	Dr. Nadim ALWATTAR - IRAK
Dr. Fadil MAMUTİ - MAKEDONYA	Dr. Murat ÇELEBİ - TÜRKİYE	Dr. Nataliya SOROKOLIT - UKRAYNA
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ- TÜRKİYE	Dr. Murat SARIKABAK - TÜRKİYE	Dr. Nurullah Emir EKİNCİ - TÜRKİYE
Dr. Fermin ALGÜL - TÜRKİYE	Dr. Musa SELİMİ - KOSOVA	Dr. Oğuz ÖZÇELİK - TÜRKİYE
Dr. Fikret SOYER - TÜRKİYE	Dr. Myroslaw DUTCHAK - UKRAYNA	Dr. Olga BORYSOVA - UKRAYNA
Dr. Gabriel TALAGHIR - ROMANYA	Dr. Nadim ALWATTAR - IRAK	Dr. Olha PAVLOS -
Dr. Gennadiy YEDYNAK - UKRAYNA	Dr. Nataliya SOROKOLIT - UKRAYNA	Dr. Peter KAPUSTIN - AVUSTURYA
Dr. Gökmen KILIÇARSLAN - TÜRKİYE	Dr. Nurullah Emir EKİNCİ - TÜRKİYE	Dr. Rafet METİN - TÜRKİYE
Dr. Gürhan KAYIHAN - İNGİLTERE	Dr. Oğuz ÖZÇELİK - TÜRKİYE	Dr. Recep SOSLU - TÜRKİYE
Dr. Hanem MEKNI - TUNUS	Dr. Olga BORYSOVA - UKRAYNA	Dr. Yıldırım Gökhan GENCER - TÜRKİYE
Dr. Hanifi ÜZÜM - TÜRKİYE	Dr. Olha PAVLOS -	Dr. Yuriy BORETSKIY - UKRAYNA
Dr. Harun ER - TÜRKİYE	Dr. Peter KAPUSTIN - AVUSTURYA	Dr. Yuriy BRISKIN - UKRAYNA
Dr. Hatice PAŞAOĞLU - TÜRKİYE	Dr. Rafet METİN - TÜRKİYE	Dr. Yuriy PLEVACHUK - UKRAYNA
Dr. Hayati BEŞİRLİ - TÜRKİYE	Dr. Recep SOSLU - TÜRKİYE	Dr. Yücel OCAK - TÜRKİYE
Dr. Hayri AKYÜZ - TÜRKİYE	Dr. Hüseyin GÜMÜŞ - TÜRKİYE	Dr. Yusuf Kürşad AYTAÇ TÜRKİYE
Dr. Hikmat ALMADHKHORI - IRAK	Dr. İbrahim SABATIN - FİLİSTİN	Dr. Zafer TANGÜLÜ - TÜRKİYE
Dr. Hülya AŞÇI - TÜRKİYE	Dr. Igor ZANESKIY - UKRAYNA	Dr. Zaid Kazi GASIM - IRAK
Dr. Hüseyin GÜMÜŞ - TÜRKİYE	Dr. İhsan KALENDEROĞLU - TÜRKİYE	Dr. Zeynep YILDIRIM - TÜRKİYE
Dr. İbrahim SABATIN - FİLİSTİN	Dr. İlhan TOKSÖZ - TÜRKİYE	Dr. Zubaidullo UBAIDULLOEV - JAPONYA
Dr. Igor ZANESKIY - UKRAYNA	Dr. İlimdar YALÇIN - TÜRKİYE	
	Dr. İlker ÖZMUTLU - TÜRKİYE	
	Dr. İsmail ÇAKIR - TÜRKİYE	

Kongre Bilimsel Danışma Kurulu / Scientific Advisory Board

Dr. Ahmet ALPTEKİN - TÜRKİYE	Dr. Mehmet SEZEN - TÜRKİYE
Dr. Ahmet Haktan SIVRIKAYA - TÜRKİYE	Dr. Mehmet TAŞPINAR - TÜRKİYE
Dr. Ahmet ÖZCAN - TÜRKİYE	Dr. Melda ÖZDEMİR - TÜRKİYE
Dr. Akan BAYRAKTAR- TÜRKİYE	Dr. Menderes KABADAYI - TÜRKİYE
Dr. Ali Ahmet DOĞAN - TÜRKİYE	Dr. Metin YAMAN - TÜRKİYE
Dr. Ali KARATAŞ - TÜRKİYE	Dr. Mevlüt GÖNEN- TÜRKİYE
Dr. Ali Savaş BÜLBÜL - TÜRKİYE	Dr. Muhsin HAZAR - TÜRKİYE
Dr. Armağan GÖKÇEARSAN - TÜRKİYE	Dr. Murat AĞARI - TÜRKİYE
Dr. Arslan KALKAVAN - TÜRKİYE	Dr. Murat AKYÜZ - TÜRKİYE
Dr. Atahan ALTINTAŞ - TÜRKİYE	Dr. Murat ERDOĞDU - TÜRKİYE
Dr. Aydın ŞENTÜRK - TÜRKİYE	Dr. Murat ŞAHİN - TÜRKİYE
Dr. Ayşe KAZAN EDİZ - TÜRKİYE	Dr. Murat TAŞ - TÜRKİYE
Dr. Ayşegül YAPICI ÖKSÜZOĞLU - TÜRKİYE	Dr. Mustafa HİZMETLİ - TÜRKİYE
Dr. Bülent AĞBUĞA - TÜRKİYE	Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN - TÜRKİYE
Dr. Bülent GÜRBÜZ - TÜRKİYE	Dr. Muzaffer SELÇUK - TÜRKİYE
Dr. Canan Gülbin ESKİYECEK - TÜRKİYE	Dr. Muzaffer SÜMBÜL - TÜRKİYE
Dr. Cengiz ARSLAN - TÜRKİYE	Dr. Mürsel AHISKALI - TÜRKİYE
Dr. Cevat ÖZYURT- TÜRKİYE	Dr. Necati CERRAHOĞLU - TÜRKİYE
Dr. Çetin YAMAN - TÜRKİYE	Dr. Nejla GÜNAY - TÜRKİYE
Dr. Çiğdem ÖNER - TÜRKİYE	Dr. Nezahat GÜÇLÜ - TÜRKİYE
Dr. Duygu DEMİREL - TÜRKİYE	Dr. Nurgül KILIÇ - TÜRKİYE
Dr. Ender EYÜBOĞLU - TÜRKİYE	Dr. Nuriye İŞGÖREN - TÜRKİYE
Dr. Engin GEZER - TÜRKİYE	Dr. Osman İMAMOĞLU - TÜRKİYE
Dr. Ergün ÇAKIR - TÜRKİYE	Dr. Ozan SEVER- TÜRKİYE
Dr. Erdil DURUKAN - TÜRKİYE	Dr. Ökkeş Alpaslan GENÇAY - TÜRKİYE
Dr. Eren ULUÖZ - TÜRKİYE	Dr. Özgür BOSTANCI - TÜRKİYE
Dr. Ersan TOLUKAN - TÜRKİYE	Dr. Özkan IŞIK - TÜRKİYE
Dr. Ersin ESKİLER - TÜRKİYE	Dr. Özlem YENİGÜN - TÜRKİYE
Dr. Fahrettin GÖKTAŞ - TÜRKİYE	Dr. Recep CENGİZ - TÜRKİYE
Dr. Faruk YAMANER - TÜRKİYE	Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU - TÜRKİYE
Dr. Fatih YAŞARTÜRK - TÜRKİYE	Dr. Selçuk GENÇAY - TÜRKİYE
Dr. Fatma AÇIK - TÜRKİYE	Dr. Selma CİVAR YAVUZ - TÜRKİYE
Dr. Fatma TEZEL ŞAHİN - TÜRKİYE	Dr. Serdar USLU - TÜRKİYE
Dr. Ferman KONUKMAN - KATAR	Dr. Serhat ÖZDENK - TÜRKİYE
Dr. Figen ÖZEREN - TÜRKİYE	Dr. Serkan HACICAFEROĞLU - TÜRKİYE
Dr. Hakan SUNAY - TÜRKİYE	Dr. Serkan HAZAR - TÜRKİYE
Dr. İzzet KARAKULAK- TÜRKİYE	Dr. Seyfullah KARA - TÜRKİYE
Dr. Mehmet Ali CEYHAN- TÜRKİYE	Dr. Sinem TARHAN - TÜRKİYE
Dr. Mehmet Ali ÖZTÜRK- TÜRKİYE	Dr. Tefrik Cem AKALIN - TÜRKİYE
Dr. Mehmet BAYANSALDUZ - TÜRKİYE	Dr. Ümid KARLI - TÜRKİYE
Dr. Mehmet DEMİREL - TÜRKİYE	Dr. Vahit CELAL - TÜRKİYE
Dr. Mehmet GÖKTEPE - TÜRKİYE	Dr. Veli TOPTAŞ - TÜRKİYE
Dr. Mehmet GÜÇLÜ - TÜRKİYE	Dr. Yakup KILIÇ - TÜRKİYE
Dr. Mehmet GÜNAY - TÜRKİYE	Dr. Zekai ÇAKIR - TÜRKİYE
Dr. Mehmet KUMARTAŞLI - TÜRKİYE	Dr. Zülbiye KAÇAY - TÜRKİYE
Dr. Mehmet ÖCALAN - TÜRKİYE	



Davetli Konuşmacılar / Invited Speakers

	
<p>Prof. Nick Kirk - (Parker University - ABD) Konuşma Başlığı: "Recovery in Sport: the Science"</p>	<p>Prof. Antonio ROBUSTELLI Konuşma Başlığı: "Recovery in Sport: Systematicc Approach"</p>
	
<p>Prof. Dr. Laurentiu-Gabriel TALAGHİR - (Dean of Physical Education and Sport Faculty from Galati - ROMANIA) Konuşma Başlığı: " ----"</p>	<p>Prof. Dr. Prasanna BALAJI (Bharathidasan University- India) Konuşma Başlığı: ""</p>
	
<p>Prof. Dr. Erdal ZORBA (Gazi Üniversitesi- Türkiye) Konuşma Başlığı: "Rekreasyon ve Fiziksel Aktivite"</p>	<p>Prof. Dr. Vedat ÇINAR (Fırat Üniversitesi- Türkiye) Konuşma Başlığı: "Spor Bilimlerinde Bilimsel Başarının Sırları"</p>

	
<p>Prof. Dr. Emre ÜNAL (Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi - Türkiye) Konuşma Başlığı: "21. Yüzyılda Öğretmen Olmak"</p>	<p>Prof. Dr. Levent ERASLAN (Anadolu Üniversitesi - Türkiye) Konuşma Başlığı: "Metaverse ve Toplumsal Yaşam"</p>
	
<p>Prof. Dr. Semiyha TUNCEL (Ankara Üniversitesi- Türkiye) Konuşma Başlığı: "Sporda Meslek Etiği"</p>	<p>Prof. Dr. Veli TOPTAŞ (Kırıkkale Üniversitesi- Türkiye) Konuşma Başlığı: "Oyunlarla Matematik Öğretimi"</p>
	
<p>Assoc. Prof. Mir Hamid SALEHIAN (Tabriz İslamîc Azad University - Iran) Konuşma Başlığı: "Effectiveness of Biofeedback on Improving the attention of novice female athletes"</p>	



CONTENTS / İÇİNDEKİLER

1	<i>Holistic Tourism – Global Partnership For Sustainable Development: Bulgarian Perspective</i> Zornitza MLADENOVA	1
2	<i>12-15 YAŞ GRUBU OKÇULARIN KAYGI DURUMLARININ ATIŞ PERFORMANSINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ</i> Sema ÖZDEN, Şeyda ÇELİK KARAHANÇER, Serhat DENİZ	2
3	<i>OKÇULUK SPORCULARININ SPOR YARALANMALARI, YARALANMALARIN BÖLGESEL DAĞILIMI VE YARALANMA KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (KKTC ÖRNEĞİ)</i> Şeyda ÇELİK KARAHANÇER, Sema ÖZDEN, Serhat DENİZ	3
4	<i>ELİT OKÇULARIN SPORA ÖZGÜ BAŞARI MOTİVASYONU İLE ATIŞ PERFORMANSI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ</i> Serhat DENİZ, Sema ÖZDEN, Şeyda Çelik KARAHANÇER	4
5	<i>Towards a Penal Legislation to Fight Physical Doping in Sports Comparative Study</i> Waleed ALRASHEDE	5
6	<i>Physical Activity And Health</i> Elton BANO	6
7	<i>GYMNASTIC PROGRAM FOR DEVELOPMENT OF SOCIAL SKILLS IN PRESCHOOL CHILDREN</i> Edison İKONOMI	7
8	<i>STUDENTS INTEREST IN PHYSICAL ACTIVITY IN UPPER SCHOOL CYCLE</i> Aida SHEHU	8
9	<i>STUDENTS INTEREST IN PHYSICAL ACTIVITY TO HIGH SCHOOL CYCLE</i> AIDA SHEHU	9
10	<i>AMATÖR HENTBOLCU ÇOCUKLARDA PERFORMANS İLE İLGİLİ FİZİKSEL UYGUNLUK VE SPORA KATILIM MOTİVASYONU ARASINDAKİ İLİŞKİ</i> Mehmet MİÇOOĞULLARI, Ayşe VOLKAN, Emine HANDAN TÜZÜN	10
11	<i>ELİT TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOLCULARINDA ANAEROBİK GÜCÜN SPORTİF BAŞARI İLE İLİŞKİSİ</i> Mehmet MİÇOOĞULLARI, Batuhan İ. DERİCİOĞLU, Hülya ÖZBEŞER, Mustafa YAĞAN, Çağrı BİRKİN	11
12	<i>The Level Of Satisfaction Of Psychological Needs And Their Relationship To The Level Of Professional Compatibility Of Workers in Palestine Governmental Institutions</i> Alaa YOUSEF	12
13	<i>SPORTİF VE KÜLTÜR AMAÇLI TURİZMİN TÜRKİYE'NİN TURİZM GELİRLERİNE ETKİSİNİN ARDL YÖNTEMİ İLE ANALİZİ</i> Ahmet ŞENGÖNÜL1	13
14	<i>ANNELERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI VE OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARININ SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ</i> Ali ÖZCAN, Fatma TEZEL ŞAHİN, Tuğba KANMAZ	14
15	<i>ANNELERİN ÇOCUKLARINA VERİLEN ROBOTİK KODLAMA EĞİTİMİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ</i> TUĞBA Kanmaz, FATMA Tezel Şahin, ALİ Özcan	15
16	<i>BÜYÜK EBEVEYNİN KUŞAKTAN KUŞAĞA ETKİSİ</i> Fatma KÖSE, Fatma TEZEL ŞAHİN	16
17	<i>MADDE KULLANIM BOZUKLUĞU OLAN EBEVEYNLER: KESİTSEL BİR ALAN YAZIN ANALİZİ</i> Kübra BEKKAYA, Fatma Tezel ŞAHİN	26
18	<i>OYUNLARLA MATEMATİK ÖĞRETİMİ</i> Veli TOPTAŞ	27

19	SINIF ÖĞRETMENLERİNİN MATEMATİK DERSİNDE YARATICI DRAMA YÖNTEMİ İLE İLGİLİ GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ <i>Selin DURAN, Veli TOPTAŞ</i>	28
20	ERKEN ÇOCUKLUKTA DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI: COVID-19 ÇERÇEVESİNDE YENİDEN DEĞERLENDİRME <i>İrem Gürğah OĞUL</i>	29
21	DİJİTAL OYUN KARAKTER KOSTÜMLERİNİN GÖSTERGEBİLİMSEL ÇÖZÜMLENMESİ <i>Berna Yıldırım ARTAÇ, Saliha AĞAÇ</i>	30
22	SPOR BİLİMLERİNDE BAŞARININ SIRLARI <i>Vedat ÇINAR</i>	31
23	ÖĞRETMENLİK UYGULAMASI DERSİNİN ÖĞRETİM ELAMANLARI, UYGULAMA ÖĞRETMENLERİ İLE ÖĞRETMEN ADAYLARININ GÖRÜŞLERİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ <i>Meryem ALTUN EKİZ</i>	32
24	Testing And Tuning Of The Sport Archery Bow And Arrow System <i>Ihor ZANEVSKYY, Lyudmyla ZANEVSKA</i>	34
25	OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU VE EGZERSİZ <i>Dilek AYDEMİR, Mine TURĞUT, Zeynep YILDIRIM2</i>	35
26	COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN UZAKTAN EĞİTİMLE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNİN İŞLENİŞİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ <i>Mustafa Burak ŞAHAN, Ayşe DİLŞAD MİRZEOĞLU, Burak GÜNEŞ</i>	36
27	REKREASYON BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN BOŞ ZAMAN YÖNETİMİ, YAŞAM DOYUMU VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ <i>Hayri AKYÜZ, Sercan KURAL</i>	38
28	Study On Physical Parameters To Wrestlers <i>Kujtim KAPEDANİ</i>	40
29	EĞİTİMDE VELİ KATILIM ÖLÇEĞİNİN SPORA UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI <i>Ezgi KARAALİ, Neslişah AKTAŞ ÜSTÜN</i>	41
30	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİSİ PROFESYONEL FUTBOLCULARIN EĞİTİM SÜRECİNDE YAŞADIĞI ZORLUKLARIN BELİRLENMESİ <i>Recep CENGİZ, Göksel YIKMIŞ</i>	42
31	ÖZEL SEKTÖR ÇALIŞANLARINDA İŞ-SERBEST ZAMAN ÇATIŞMASI İLE YAŞAM DOYUM İLİŞKİSİ: İŞ-YAŞAM DENGESİNİN ARACILIK ETKİSİNİN TESTİ <i>İSMAİL AYDIN</i>	43
32	The Effect Of Fatigue On Soccer Players' Coordination Abilities <i>Jamal ABUBSHARA</i>	44
33	METABOLİK SENDROM VE EGZERSİZ <i>Tayfun HELVACI, Mine TURĞUT</i>	45
34	HENTBOL SPORCULARININ SERBEST ZAMAN İLGİLENİM VE BENLİK ALGISI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ <i>Büşra Buse AKKAYA, Fatih YAŞARTÜRK</i>	46
35	The Effect Of Skillful Exercises And Recovery By Cooling On Lactic Acid Concentration And Endurance Of Performance For Young Handball Players. <i>Ahmed AL SHAMKHI, Emad ALFATLAWI, Ali AL-SAEGH</i>	48
36	The Effect Of Resistance Stretching Exercises On Physical Flexibility And Physiological Variables Associated With Muscular Soreness (Pge2, Crp) For Handball Players <i>Samir AL SHAMKHI, Ahmed AL SHAMKHI</i>	49
37	The Effect Of Resistance Stretching Exercises On Physical Flexibility And Physiological Variables Associated With Muscular Soreness (Pge2, Crp) For Handball Players <i>Taher ALFATLAWI, SAMİR AL Shamkhi, AHMED AL SHAMKHI, Imad SLOOMY</i>	50

38	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA OKUYAN ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ (ADİYAMAN ÖRNEĞİ) <i>Gülşah ÇALĞAN, Hande İNAN</i>	51
39	TAEKWONDO BRANŞINDA BAŞARI VE BAŞARISIZLIK DURUMUNDA KAYGI BİLEŞENLERİNDEKİ DEĞİŞİM İLİŞKİSİ <i>Sena ÖZDEN</i>	53
40	The Effect of Skillful Exercises and Recovery by Cooling on Lactic Acid Concentration and Endurance of Performance for Young Handball Players. <i>Emad ALFATLAWI, Ali AL-SAEGH, Ahmed AL SHAMKHI</i>	54
41	AKUT AEROBİK EGZERSİZLERE VERİLEN PSİKOFİZYOLOJİK YANITLAR <i>Emel GÖKMEN, Yusuf SOYLU, Mine TURĞUT</i>	55
42	YÜZME DERSİ ALAN ÖĞRENCİLERİN FONKSİYONEL HAREKET TARAMASI TESTİ PUANLARI İLE KISA KULVAR SERBEST STİL DERECELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ <i>Ece ERVÜZ, Mehmet YILDIRIM, Hayrettin GÜMÜŞDAĞ</i>	56
43	YÜZME DERSİ ALAN ÖĞRENCİLERDE KARA ANTRENMANI PROGRAMININ FONKSİYONEL HAREKET TARAMASI TESTİ PUANLARI ÜZERİNE ETKİSİ <i>Ece ERVÜZ, Mehmet YILDIRIM</i>	57
44	SPOR YÖNETİCİLERİNİN LİDERLİK ÖZELLİKLERİNİN SPOR GEÇMİŞİ DEĞİŞKENİ BAĞLAMINDA KARŞILAŞTIRILMASI <i>Doğucan BİLGETÜRK, Lale ORTA, Gökhan ÇETİNKAYA</i>	58
45	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNİN DEĞERLER EĞİTİMİNE KATKISININ İNCELENMESİ <i>Durdane İPEK EREN, Sibel ARSLAN</i>	60
46	YETENEK SEÇİMİNE KURAMSAL YAKLAŞIM <i>Sibel TETİK DÜNDAR, Süleyman GÖNÜLATEŞ</i>	61
47	8 HAFTALIK CORE ANTRENMAN PROGRAMININ 10-12 YAŞ GRUBU KARATE OYUNCUSU ÇOCUKLARDA BAZI MOTORİK ÖZELLİK VE FİZİKSEL UYGUNLUK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ <i>Caner AYGÖREN, İsa AYDEMİR, Kenan BOZBAY</i>	62
48	REKREASYONDA YAŞAM KALİTESİ VE FİZİKSEL AKTİVİTENİN YERİ VE ÖNEMİ <i>Erdal ZORBA</i>	64
49	ADÖLESAN DÖNEMDEKİ BİREYLERDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ <i>Yusuf Burak YAMANER, Ümran SARIKAN</i>	66
50	REKREASYON FAALİYETLERİNE BİLİNÇLİ KATILIMIN RUHSAL SAĞLIK DURUMUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ <i>Şükran KOCAKULAK, Nurullah EMİR EKİNCİ, Ümran SARIKAN</i>	67
51	İNTERNET BAĞIMLILIĞININ SAĞLIKLI BESLENME TUTUM VE DAVRANIŞLARINA ETKİSİ VAR MIDIR? <i>Akif ÖZKAN, Mine TURGUT, Tuğçe ORKUN ERKİLİÇ</i>	68
52	DÜZENLİ OLARAK BİSİKLET KULLANAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YALNIZLIK DÜZEYİ İLE TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ <i>Recep CENGİZ, Nilgün VURGUN, Canan ALDIRMAZ, Emre OKUMACI</i>	69
53	SEDANter VE SPOR EĞİTİMLİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SİGARANIN UYKU KALİTESİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI <i>Selinay ABANOZ, Egemen ERMİŞ, Osman İMAMOĞLU</i>	71
54	TEAKWANDO BRANŞIYLA UĞRAŞAN KİŞİLERİN CİDDİ VE KAYITSIZ BOŞ ZAMAN ALGILARININ DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ <i>Mehmet KUMARTAŞLI, Onur İLERİ</i>	78
55	REKREASYONEL FAALİYETLERE KATILAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ETKİNLİK DOYUM VE MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ <i>Duran İĞİL, Talha GÜNTÜRK</i>	79
56	SINIF ÖĞRETMENLERİNİN VE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİNİN UYGULANMASINDA KARŞILAŞTIKLARI PROBLEMLER	85

	Bayram KAYA, Mustafa KARAKAYA, Hakan SUNAY	
57	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN DOYUM VE DUYGUSAL ZEKA DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ Melisa BAKAR, Fatih YAŞARTÜRK	92
58	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL FİZİKİ KAYGI VE SERBEST ZAMAN FAALİYETLERİNE YÖNELİK TUTUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ Fatih YAŞARTÜRK, Harun PEKER	94
59	SPOR EĞİTİMLİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SİGARA İÇME VE ALKOL KULLANIMININ FAİR PLAY DAVRANIŞLARI ÜZERİNE ETKİSİ Selinay ABANOZ, Egemen ERMİŞ, Osman İMAMOĞLU	95
60	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ SOSYAL PROBLEM ÇÖZME VE KARARLILIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ Eren DURMUŞ, Taner BOZKUŞ, Gamze DURMUŞ	102
61	GENÇ ERKEK BASKETBOLCULARDA ISINMADA KULLANILAN ÖN YÜKLENME AKTİVİTESİNİN PATLAYICI GÜÇ PERFORMANSINA AKUT ETKİLERİ Ebru TOKSÖZ, Ani AGOPYAN	104
62	YAŞLANAN DÜNYADA MUTLULUĞA KÜÇÜK DOKUNUŞLAR: REKREATİF ETKİNLİK OLARAK PETANK SPORU YAPAN YAŞLILARDA MUTLULUK Vildan TUNCER, Sibel ARSLAN	105
63	10 HAFTALIK LIFE KİNETİK EGZERSİZLERİNİN ZİHİN YETERSİZLİĞİ BULUNAN BİREYLERİN DİKKAT, GÖRSEL BELLEK VE ALGI BECERİLERİNE ETKİSİ Nihat ÖZŞENGEZER, Elif TOP	106
64	LİFE KİNETİK UYGULAMALARININ HAFİF DÜZEYDE ZİHİN YETERSİZLİĞİ BULUNAN BİREYLERİN KOORDİNASYON VE DENGİ BECERİLERİNE ETKİSİ Nihat ÖZŞENGEZER, Elif TOP	118
65	BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ÖZ-GÜVEN DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ Esra BEKTAŞ, Mustafa ZAHİT SERARSLAN, Gamze DURMUŞ	126
66	TÜRKİYE SPOR TOTO 1. FUTBOL LİĞİ KOŞU PROFİLİ (2021-2022 SEZONU ÖRNEĞİ) Onat ÇETİN	127
67	SPORCULARIN SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER BAKIMINDAN İNCELENMESİ Caner CENGİZ, Mert Mazhar ERDURAN, Mehmet AYDOĞAN	128
68	EGZERSİZİN HEMATOLOJİK PARAMETRELER ÜZERİNE AKUT ETKİSİ Ayşegül YAPICI ÖKSÜZOĞLU	135
69	SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE SPORTMENLİK DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ İsa ÇİFTÇİ	136
70	GENÇ SPORCULARDA ANTRENÖR LİDERLİK STİLİNİN SPORTMENLİK YÖNELİMİNİ BELİRLEMEDEKİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ Asena USAL, Cengiz KARAGÖZOĞLU	137
71	MEB'DE ÇALIŞAN ÖĞRETMENLERİN KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ ALAN ÖĞRENCİLERDE EGZERSİZİN ÖNEMİ HAKKINDAKİ GÖRÜŞLERİNİN BELİRLENMESİ Zeynep YILDIRIM, Emre KABA, Oğuzhan YILDIRIM, Zeynal DOST	138
72	SEDANTER BİREYLERİN YEME BOZUKLUĞU, BEDEN ALGISI İLE FİZİKSEL AKTİVİTEYE KARŞI TUTUM VE DAVRANIŞLARININ BELİRLENMESİ Şebnem ŞARVAN CENGİZ, Hayal ÖRCÜTAŞ, Ayşe GÖKÇE ULAŞ, Büşra ATEŞ	146
73	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SAĞLIĞI GELİŞTİRME DAVRANIŞLARI Süleyman GÖNÜLATEŞ, Osman İMAMOĞLU	148

74	ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DE SPOR EĞİTİMİ, SPOR YAPMA DURUMU VE SINIF DÜZEYİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÜZERİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI Süleyman GÖNÜLATEŞ, Osman İMAMOĞLU	149
75	GENÇ FUTBOLCULARDA MENTORLUK HİZMETİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ Muhammed ENES YAZAR	151
76	65 YAŞ VE ÜZERİ BİREYLERDEKİ FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ İLE YALNIZLIK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ Şebnem ŞARVAN CENGİZ, Buse DELEN, Nilgün VURGUN	153
77	EGZERSİZE BAĞLI SIVI KAYBI VE DEHİDRASYON DEĞERLENDİRİMESİ Özkan IŞIK, ERSEL DÖNMEZ, Engin ERKAN, Murat AKYÜZ	155
78	BİREYSEL VE TAKIM SPORCULARININ PSİKOLOJİK BELİRTİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ Engin GEZER, Hatice GEZER	156
79	SPOR EĞİTİMİ ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE SPORTMENLİK YÖNELİMLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ METİN ÖZLÜ, ENGİN GEZER, HATİCE GEZER	157
80	GÜREŞ VE KICKBOXS DERSİNİN KOLLUK SAVUNMA VE MÜDAHALE TEKNİKLERİ DERSİ GÖREN JANDARMA VE SAHİL GÜVENLİK AKADEMİSİ ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK FARKLI PARAMETRELER AÇISINDAN ETKİSİNİN İNCELENMESİ Emsal ÖZTÜRK	159
81	TÜRKİYE, İNGİLTERE VE ALMANYA'NIN SPOR SİSTEMLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI Berkay AYVERDİ, Hakan SUNAY	160
82	ÖZEL EĞİTİM KURUMLARI VE KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ VEREN İLKOKULLARDA GÖREVLİ, İDARECİ VE ÖĞRETMENLERİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ HAKKINDA GÖRÜŞLERİNİN BELİRLENMESİ Gülçin YILMAZ	167
83	KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİNDE ÇOCUKLARINI SPORA YÖNLENDİREN AİLELERİN BEKLENTİLERİ Serhat DENİZ	169
84	BİREYSEL BRANŞLARDA VE TAKIMLARDAKİ LİSANSLI SPORCULARIN SPORDAN BEKLENTİLERİ VE BEKLENTİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI Serhat DENİZ, Simay KANAN	170
85	KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİNDEKİ ÖZEL VE DEVLET LİSELERİNDEKİ OKULLARIN ÖRGÜT KÜLTÜRÜ Cemaliye KARADAYI	171
86	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN KARIYER PLANLAMA FARKINDALIKLARI İLE İŞ BULMA KAYGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ Mevlüt GÖNEN, Nihan SU	173
87	SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN İŞ BULMA KAYGILARININ UYKU KALİTESİNE ETKİSİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ Gülşah ÇALGAN, Hande İNAN	174
88	BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA OKUYAN ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ (ADIYAMAN ÖRNEĞİ) Gülşah ÇALGAN, Hande İNAN	175
89	KKTC BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YASASI VE SPOR TEŞKİLAT YAPISININ GÜNÜMÜZ KOŞULLARI YÖNÜNDEN UYGUNLUĞU Serhat DENİZ, Sertaç BOZATLI	182
90	Spor Bilimleri Fakültelerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Başarı Yönelimleri Ve Akademik Erteleme Davranışlarının İncelenmesi Taner BOZKUŞ, Selime ELA MEKEÇ	183

KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİ



www.iecses.org www.iscs-conference.org www.iscs-a.org



889-iscs-conference-8th-625-MT-Face to Face Oral / -854

Holistic Tourism – Global Partnership For Sustainable Development: Bulgarian Perspective

DR. Zornitza MLADENOVA¹

¹ Dr. Zornitza Mladenova received her Bachelor, Master, and PhD degrees in Sport Sciences, Physical Education, Sports Science and Sports Animation from the Bulgarian National Sports Academy “Vassil Levski”. She has completed her postgraduate education in Economy and Management of Tourism at the University of National and World Economy, Sofia, Bulgaria. Member of the Academic Council and Vice President of the Student Council of National Sports Academy “Vasil Levski. As a President of the Commission for the Development of Student Sport in the Republic of Bulgaria she has been a Chair of the Organizing Committee (OC) and Founding Member of the First National Student Summer and Winter Games. In 2014, joined the OCs of 9th FIEP European Congress and 7th International Scientific Congress “Sport, Stress, Adaptation”, Sofia, Bulgaria. From the beginning of 2015, Dr. Mladenova has been working on the implementation of HOPSports Brain Breaks® in Bulgarian schools and communities. In 2018 she signed the Memorandum for strengthening the partnership relations and developing mutual cooperation for presenting and implementing the Global School Educational Program based on the UN Sustainable Development Goals between The Foundation for Global Community Health and Sofia Metropolitan Municipality – Vazrazhdane District. Member of the “Future Leader Program” in ICPESS 2015 – Indonesia, ACPESS 2015 - India, GoFPEP 2016 – Turkey, ICSPHW 2016 – Philippines, BRICSCESS 2017, Brazil, ICPESS 2018 – Turkiye, SEAGSC 2019 & ACPESS 2019 – South Africa, and ICPESS 2021 – Indonesia.

ABSTRACT

Our modern society faces big challenges and threats with the unprecedented global health, social and economic emergency as a result of COVID – 19 pandemic. According to UNWTO travelling and tourism are among the most affected economic sectors. The big issue is on how to deal with the new reality, and how to protect the physical and mental health, using the opportunities of holistic tourism as a sustainable market niche. Holistic tourists represent a new segment for touristic spiritual experiences. Tourists seek a holistic harmony between body, spirit, and mind. Some researchers define this new tourism as a high-level wellbeing product. The aim of our research is to observe new ways for development and revitalizing of the touristic industry through a holistic approach. The paper also discusses the process of holistic products dynamic development for successful meeting of the global population changing needs, considering some of the factors related to the response of the unprecedented pandemic lockdowns. Observing some of the good practices and events in Bulgarian seaside, we have to point out that the cultural heritage conservation can be the main part of the spiritual recovery, which in combination with the recreational and wellness forms of tourism will establish a foundation of a sustainable development. We can summarize that holistic tourism is a philosophy based on the premise that each person finds identity, meaning, and purpose in life through connections to the community, to the natural world, and to spiritual values such as compassion and peace. Finally, holistic tourism can be considered as a new way for informal education of adolescents, presenting the diversity of the leisure and travel industry.

12-15 YAŞ GRUBU OKÇULARIN KAYGI DURUMLARININ ATIŞ PERFORMANSINA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Sema ÖZDEN¹, Şeyda ÇELİK KARAHANÇER¹, Serhat DENİZ¹

¹ Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, KKTC

ÖZET

Giriş: Okçuluk sporunu diğer branşların birçoğundan ayıran en önemli özellik, performansın uygulanışı esnasında yapılan tüm hareketlerin sabit bir şekilde sıra izlemesidir. Ok atışı esnasındaki basit bir harekette birçok nöromusküler aktivite bulunmaktadır. Bir ok atma hareketi esnasında nörofizyolojik olarak tipik tonik boyun refleksindeki stabil duruştur. Okçuluk yarışmasında yüksek bir puan elde edebilmek için, dengeli olmak ve atış esnasında yüksek oranda aynı hareketleri tekrarlayabilmek gerekir. Sportif faaliyetlerin 12-15 yaş grubu çocuklarda fiziksel ve motor gelişimi olumlu yönde etkilediği bilinmektedir. Bir okun atılması sırasında ortaya koyulan tüm hareketler, önemli derecede performansı etkileyen mekanik, biyomekanik, psikolojik ve fizyolojik süreçler ile birlikte ortaya çıkmaktadır. Bu çalışmanın amacı 12-15 yaş grubu okçuların kaygı durumlarının atış performansına etkisinin olup olmadığını tespit etmektir.

Yöntem: Bu çalışmanın örneklemini Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC) Okçuluk Federasyonu'na bağlı kulüplerdeki okçuluk sporcularından gönüllü olarak katılan bireylerden oluşmaktadır. Çalışmaya lisanslı okçuluk sporcusu olan, en az 1 yıldır okçuluk sporu yapan, haftada en az 2 gün antrenman programına katılan, yaş aralığı 12-15 arasında olan, son 1 yıl içerisinde üst ve alt ekstremitte sakatlığı geçirmemiş olan, psikolojik fonksiyon bozukluğu olmayan 50 birey (kız n:19, erkek n:31) dahil edilmiştir. Katılımcıların yaş, cinsiyet, boy, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi gibi demografik bilgileri kaydedilmiştir. Sporcuların kaygı düzeylerini tespit edebilmek için Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Sporcuların atış performansının belirlenebilmesi için okçuluk atış puan testleri kullanılmıştır.

Sonuç ve Tartışma: Yapılan çalışmaya dahil edilen sporcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin cinsiyetler arası istatistiksel olarak anlamlı olmadığı ($p>0.05$), erkek sporcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin kız sporculara göre istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Her iki cinsiyet grubundaki sporcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin müsabaka esnasındaki atış performansına etkilerinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Çalışmamızın, 12-15 yaş grubu okçuların antrenman programlarının içeriğinin başarı, motivasyon ve performans düzeylerini artırmaya yönelik hazırlanmasının, sporcuların kaygı düzeylerinin atış performanslarındaki olumsuz etkiyi azaltacağını düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Okçuluk, Kaygı, Atış Performansı, yarışma

OKÇULUK SPORCULARININ SPOR YARALANMALARI, YARALANMALARIN BÖLGESEL DAĞILIMI VE YARALANMA KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ (KKTC ÖRNEĞİ)

Şeyda ÇELİK KARAHANÇER¹ Sema ÖZDEN² Serhat DENİZ³

¹⁻²⁻³ Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, KKTC

ÖZET

Giriş: Okçuluk özellikle omuz ve ön kol bölgesi kaslarının kuvvet ve endüransını gerektiren statik, komplike ve bireysel bir spordur. Okçuluk sporu eğitim ve yarışmalardaki beklentiyi karşılayabilmek için uzun süreli konsantrasyona, iyi bir postüral kontrole, dengeye, kuvvete ve endüransa ihtiyaç duyar. Sporunun başarı hedefine ulaşabilmesi için ihtiyaç duyulan bu parametreleri amaca uygun ve hasar almadan gerçekleştirmesi gerekmektedir. Doğru ve amaca uygun gerçekleştirilemeyen her hareket sporcularda müsabaka sırasında ciddi kayıplara ve yaralanma riskine yol açmaktadır. Bu çalışmanın amacı okçuluk sporcularının performansını etkileyen spor yaralanmalarını, yaralanmalarının bölgesel dağılımını ve yaralanma kaygı düzeylerini inceleyip tespit etmektir.

Yöntem: Bu çalışmanın örneklemini Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC) Okçuluk Federasyonu'na bağlı kulüplerdeki okçuluk sporcularından gönüllü olarak katılan bireylerden oluşmaktadır. Çalışmaya lisanslı okçuluk sporcusu olan, en az 2 yıldır okçuluk sporu yapan, haftada en az 2 gün antrenman programına katılan, yaş aralığı 18-45 arasında olan, son 2 yıl içerisinde üst ve alt ekstremitte sakatlığı geçirmiş olan 100 (kadın n:38, erkek n:62) sporcu dahil edilmiştir. Katılımcıların yaş, cinsiyet, boy, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi ve dominant üst ve alt ekstremiteleri gibi demografik bilgileri kaydedilmiştir. Araştırmacılar tarafından hazırlanan sorular ile spor yaralanmalarının bölgelerini belirlenerek kaydedilmiştir. Sporcuların yaralanma kaygı düzeylerini tespit edebilmek için Spor Yaralanması Kaygı Ölçeği kullanılmıştır.

Sonuç ve Tartışma: Yapılan çalışmaya dahil edilen sporcuların omuz, sırt, boyun, dirsek, el ve el bileği bölgelerinde görülen yaralanma oranları diğer ekstremitte bölgelerinde görülen yaralanma oranlarına göre istatistiksel olarak anlamlı bulundu ($p<0.05$). Yaralanan sporcuların sakatlık sonrası ağrı ve hareket kısıtlılığına bağlı olarak antrenman programlarında daha düşük performans göstermesi ve yeniden yaralanma kaygı düzeyleri istatistiksel olarak anlamlı bulundu ($p<0.05$). Çalışmamız, okçuluk sporcularının en sık görülen yaralanma bölgelerini ve kaygı düzeylerini tespit ederek bu doğrultuda antrenman ve egzersiz programı hazırlanması amacı ile literatüre katkı sağlayacağı ve yapılacak araştırmalara yol gösterici olacağını düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Okçuluk, Kaygı, Atış Performansı, yarışma

ELİT OKÇULARIN SPORA ÖZGÜ BAŞARI MOTİVASYONU İLE ATIŞ PERFORMANSI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Serhat DENİZ¹ Sema ÖZDEN² Şeyda Çelik KARAHANÇER³

¹⁻²⁻³ Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, KKTC

Özet

Giriş

Okçuluk sporunda başarılı atış performansını; reaksiyon zamanı, hedefe konsantre olabilme, motivasyon ve teknik özelliklere sahip olabilme gibi içsel faktörler, kullanılan malzemenin yeterli ve uygun olması, hava şartlarının iyi olması, ortamın sessiz olması gibi dışsal faktörlerden etkilenmektedir. Sporcuların aşırı motivasyonu ya da yetersiz motivasyonu da atış performansını olumsuz yönde etkilemektedir. Bir okçuluk yarışmasında iyi bir atış performansı ile yüksek puan elde edebilmek için, dengeli olmak ve atış esnasında yüksek oranda aynı hareketleri tekrarlayabilmek gerekir. Bu çalışmanın amacı elit okçuların spora özgü başarı motivasyonu ile atış performansı arasındaki ilişki olup olmadığını incelemektir.

Yöntem: Bu çalışmanın örneklemini Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC) Okçuluk Federasyonu'na bağlı kulüplerdeki okçuluk sporcularından gönüllü olarak katılan bireylerden oluşmaktadır. Çalışmaya lisanslı okçuluk sporcusu olan, en az 2 yıldır okçuluk sporu yapan, haftada en az 2 gün antrenman programına katılan, yaş aralığı 18-45 arasında olan, psikolojik fonksiyon bozukluğu olmayan, kortikosteroid veya herhangi başka bir ilaç kullanmayan, son 2 yıl içerisinde üst ve alt ekstremitelerde sakatlığı geçirmemiş olan 40 (kadın n:17, erkek n:23) sporcu dahil edilmiştir. Katılımcıların yaş, cinsiyet, boy, vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi ve spor yılı gibi demografik bilgileri kaydedilmiştir. Sporcuların motivasyon düzeyini tespit etmek için Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği kullanılmıştır. Sporcuların atış performansının belirlenebilmesi için okçuluk atış puan testleri kullanılmıştır.

Sonuç ve Tartışma: Yapılan çalışmaya dahil edilen kadın sporcuların motivasyon düzeyleri ile atış performans düzeyleri arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulundu ($p<0.05$). Erkek sporcuların motivasyon düzeyleri ile atış performans düzeyleri arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulundu ($p<0.05$). Tüm sporcuların motivasyon düzeyleri ile atış performans düzeyleri arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamlı bulundu ($p<0.05$). Çalışmamız, elit okçuların spora özgü başarı motivasyonu ile atış performansı arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğunu tespit ederek bu doğrultuda antrenman ve egzersiz programı hazırlanmasının literatüre katkı sağlayacağı ve yapılacak araştırmalara yol gösterici olacağını düşünmekteyiz.

Anahtar Kelimeler: Sporda Başarı, Okçular, Atış Performansı

Towards a Penal Legislation to Fight Physical Doping in Sports Comparative Study

Waleed ALRASHEDE

ABSTRACT

Steroids are substances used to improve athletic performance, such as increasing muscle size, strength, and endurance. They are considered illegal materials, as their users are punished by exclusion from sports tournaments or the withdrawal of sports privileges such as medals and others. It also has significant health risks, affecting the body that may lead to death. Steroids is a term that corresponds to it in the English language(dopingsteroids) , and the first appearance of the use of this term in the English lexicon was in 1889. There is no agreement on rooting the date where it emerged and when?. Steroids have synonyms in the Arabic language (stimulants, tonics, and sometimes even drugs) . Doping is defined as the illegal use or abuse of substances for the purpose of improving athletic performance. Belgium and France are the first countries to criminalize it in order to fight it as a dangerous disease and prohibited the use of sports stimulants by athletes and contributors such as coaches, sports doctors, and administrators who follow the affairs of sports teams and owners of sports halls. Doping harms the health of athletes and offends moral principles and educational values because it contains some fraud and deception. At the international level, the World Anti-Doping Agency (WADA) was established in 1999 and came with a special legal system for anti-doping in terms of play is a liability, evidence systems, and the sanctions system, which is predominantly disciplinary. A closer look at the penal legislation in Iraq and many other countries, in particular the Penal Code No. 111 of 1969 as amended and the Narcotics and Psychotropic Substances Control Law No. 50 of 2017, shows us the absence of penal provisions governing acts of abuse of bodily stimulants. Therefore, we humbly found that we contribute to laying the first building block that clarifies the legal basis for the penal responsibility for taking doping or giving it in sports because it has harmful health effects on the players and their right to body safety. Evidence of the presence of the stimulant in the player's body clarifies the issue in accordance with what is stated in the provisions of the Code, and the refusal to submit or not to submit the sampling process without a legitimate excuse after receiving a notification of that is the other clarify of the issue in addition to another aspect if it is proven that the player has any prohibited drugs in any time and place. The most important evidence giving the right to an anti-doping organization is the evidence of recognition. The absence of the rules of the Code of doping in any penal provisions and reliance on the disciplinary part does not solve the problem, but rather exacerbates it. Here we recommend the Iraqi and Arab legislators establish a special law to criminalize and punish acts of abuse and giving, similar to drug laws, knowing that there have appeared industrial means that are impossible to discover through the examination that is for the players (such as electrical stimulation of the muscles, blood transfusion for athletes, and giving oxygen The crimes of taking doping or giving can be legally adapted to suicide or incitement to suicide, which put the criminal responsibility to coaches, sports doctors, administrative officials and owners of bodybuilding halls. We deal with this subject in two sections, the first is devoted to explaining the nature of drugs, their concept, their types, and their historical roots. The second topic is devoted to the legal adaptation to the harms of the right to life and physical integrity (suicide and incitement to suicide), then we will provide a simplified legislative picture that can be adopted as a basis for legislating a law on doping, and then we will end the research with conclusions and recommendations.

Keywords: Law- Sports- Physical Doping

56-iscs-conference-8th-547-MT-Oral/Online

Physical Activity And Health

Elton BANO

Sports University Tirane/ALBANIA

ABSTRACT

Physical inactivity is one of the leading modifiable risk factors for global mortality, with an estimated 20% to 30% increased risk of death compared with those who are physically active. The “behavior” of physical activity (PA) is multifactorial, including social, environmental, psychological, and genetic factors. Abundant scientific evidence has demonstrated that physically active people of all age groups and ethnicities have higher levels of cardiorespiratory fitness, health, and wellness, and a lower risk for developing several chronic medical illnesses, including cardiovascular disease, compared with those who are physically inactive. Although more intense and longer durations of PA correlate directly with improved outcomes, even small amounts of PA provide protective health benefits. In this state-of-the-art review, the authors focus on “healthy PA” with the emphasis on the pathophysiological effects of physical inactivity and PA on the cardiovascular system, mechanistic/triggering factors, the role of preventive actions through personal, education/environment, and societal/authoritative factors, as well as factors to provide guidance for caregivers of health promotion regarding PA. Sustainable and comprehensive programs to increase PA among all individuals need to be developed and implemented at local, regional, national, and international levels to effect positive changes and improve global health, especially the reduction of cardiovascular disease.

Keywords: Cardiac, Rehabilitation, Exercise, Genetics, Physical Activity.

57-iscs-conference-8th-554-MT-Oral/Online / -22

GYMNASTIC PROGRAM FOR DEVELOPMENT OF SOCIAL SKILLS IN PRESCHOOL CHILDREN

Edison IKONOMI

Sports University Tirane/ALBANIA

ABSTRACT

The study proposes to investigate the effects of recreational gymnastic program on the social behavior on preschool children and to find out the differences in social skills, problem behavior among participants in gymnastics program and control groups. Ninety six subjects 5-7 year-olds, from the town of Tirana, participating in this study. Children were divided into control group consisting of 23 girls and 21 boys attending standard program and in experimental group consisting of 28 girls and 24 boys attending specially programmed recreational gymnastic. The gymnastics program include exercises by three disciplines of gymnastic, tumbling, trampoline and rhythmic gymnastics. Social behavior was assessed by Preschool and Kindergarten Behavior Scales. T-testing was computed to determine an overall difference between the independent variable and dependent variables. The investigation find out, that were no differences between experimental and control groups with regard to social skills and behavior problem in the start of study. Results show significant differences between experimental and control groups after the gymnastic program in social and behavior problem. Also, the study shows significant differences between gender with regard to social skills and behavior problem.

Keywords: Gymnastic, Social Ability, Problem Behavior.

STUDENTS INTEREST IN PHYSICAL ACTIVITY IN UPPER SCHOOL CYCLE

Aida SHEHU

Sports University Tirane/ALBANIA

ABSTRACT

Our simple study simply touches on the tip of the “iceberg” for the role of PA and sport should be especially in school. There is a close link between physical activity, physical fitness and health in adults with encouraging larger amounts of moderate and vigorous exercise, it may be wise to attack the problem from the other side of the activity, e.g. sedentary behavior, watching TV, which has been linked to obesity. This study selected from two high schools, 200 boys and girls aged 15-18 in the center of the capital. The evaluation of the questionnaire was applied. All data is processed in the database. Data from 13 direct questions show: 1.80% of students want PA to be part of their main interiors, 2.65% want the number of hours / per week to increase, 3.80% indicate that they are involved in AP without obligation, 4.75% of students are willing to attend PA systematically during the three years of school, 5.25% indicate that the didactic infrastructure is acceptable. 6.14% do not show a specific interference for PA. 7.80% want to choose games or recreational situations, 8.50% of students participated in PA paid respect for the teacher, parents. 9.20% engage in extracurricular AP, 10.50% engage in PA to build a beautiful body, 11.60% indicate that they prefer team games (football, basketball volleyball), 22.3% indicate communication with parents about PA. This transitional situation also has the optimistic side of medals where we all work together and try to perform better and better. The main obstacle we think (as college and parents as well) is our step-by-step mentality, gradually making significant changes.

Keywords:

Physical Activity, Students, Team Games, High School.

STUDENTS INTEREST IN PHYSICAL ACTIVITY TO HIGH SCHOOL CYCLE

AİDA SHEHU

Sports University Tirane/Albania

ABSTRACT

Our simple study simply touches on the tip of the “iceberg” for the role of PA and sport should be especially in school. There is a close link between physical activity, physical fitness and health in adults with encouraging larger amounts of moderate and vigorous exercise, it may be wise to attack the problem from the other side of the activity, e.g. sedentary behavior, watching TV, which has been linked to obesity. This study selected from two high schools, 200 boys and girls aged 15-18 in the center of the capital. The evaluation of the questionnaire was applied. All data is processed in the database. Data from 13 direct questions show: 1.80% of students want PA to be part of their main interiors, 2.65% want the number of hours / per week to increase, 3.80% indicate that they are involved in AP without obligation, 4.75% of students are willing to attend PA systematically during the three years of school, 5.25% indicate that the didactic infrastructure is acceptable. 6.14% do not show a specific interference for PA. 7.80% want to choose games or recreational situations, 8.50% of students participated in PA paid respect for the teacher, parents. 9.20% engage in extracurricular AP, 10.50% engage in PA to build a beautiful body. 11.60% indicate that they prefer team games (football, basketball volleyball), 22.3% indicate communication with parents about PA. This transitional situation also has the optimistic side of medals where we all work together and try to perform better and better. The main obstacle we think (as college and parents as well) is our step-by-step mentality, gradually making significant changes.

Keywords:Physical Activity, Students, Team Games, High School.

AMATÖR HENTBOLCU ÇOCUKLARDA PERFORMANS İLE İLGİLİ FİZİKSEL UYGUNLUK VE SPORA KATILIM MOTİVASYONU ARASINDAKİ İLİŞKİ

(The Relationship Between Performance-Related Physical Fitness And Motivation To Participate Sport In Amateur Handball Players)

Mehmet MİÇOOĞULLARI¹, Ayşe VOLKAN¹, Emine HANDAN TÜZÜN²

¹Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Lefkoşa-K.K.T.C.

²Doğu Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Gazimağusa-K.K.T.C.

ÖZET

Amaç: Erken yaşlarda spora katılım ile kuvvet, dayanıklılık, hareketlilik, sürat ve koordinasyonun çok yönlü olarak geliştirilmesi, başarılı ve uzun hentbol kariyeri açısından önemlidir. Sporunun, hedeflediği başarıya ulaşmasında fiziksel performansının yanı sıra kişinin motivasyonu gibi psikolojik faktörlerin de önemli bir rol oynayabileceği düşünülmektedir. Çalışmamız amatör hentbolcu çocukların performans ile ilgili fiziksel uygunluk düzeyleri ile spora katılım motivasyonları arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla gerçekleştirildi.

Yöntem: Çalışmaya 8-12 yaş arasındaki toplam 27 amatör hentbolcu çocuk katıldı. Katılımcıların demografik özellikleri ve haftalık antrenman süresi, oynadığı pozisyon, hentbol oynama süresi gibi spora özgü bilgileri kaydedildi. Üst ekstremite fonksiyonu ve anaerobik güç, sağlık topu fırlatma testi (STFT); reaksiyon zamanı, Nelson el reaksiyon testi (NERT); üst ekstremite çevikliği ve stabilizasyonu, Davies test (DT) ve kapalı kinetik zincir üst ekstremite stabilite testi (KKZ ÜEST); kol hareket hızı, disklere dokunma testi (DDT) ile değerlendirildi. Spora katılım motivasyonları ise spora katılım güdüsü ölçeği (SKGÖ) ile değerlendirildi.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması 10,52±1,55 yıl, VKİ değerleri ise 18,75±2,42 kg/m² idi. %77,8 katılımcının dominant üst ekstremitesi sağ taraftı. Katılımcılar ortalama 17,52±11,52 ay (min-max:6-42 ay) önce spora başladıklarını bildirdi. Haftalık ortalama antrenman süresi 4,81±1,77 saat idi. Katılımcıların %5'i kaleci, %5'i pivot, %6'sı oyun kurucu ve %11'i kanat oyuncusu olarak oynuyordu. Katılımcıların performansla ilgili fiziksel uygunluk test sonuçları ile ortalama SKGÖ puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı korelasyonlar saptanmadı (p>0.05).

Sonuç: Amatör hentbolcu çocukların performansla ilgili fiziksel uygunluk düzeyleri ve spora katılım motivasyonu arasında anlamlı bir ilişki yoktur. Bu sonuç spora katılım motivasyonu yüksek olan amatör hentbolcuların performans değerlerinin daha yüksek olması beklentisiyle çelişmektedir. Çalışmamıza katılan amatör hentbolcu çocukların preadolesan dönemde olmaları, ülkemizde çocuklar arasında hentbolun popüler bir spor olmaması, oyunlar sırasında seyircinin olmaması ya da az olması, çocukların çoğunlukla rekreasyonel amaçlarla bu spora katılmaları dolayısıyla rekabet ve statü kavramlarının henüz yerleşmemiş olması sonuçlarımız üzerinde etkili olmuş olabilir. Sonuçların genellenebilmesi için geniş örnekleme yapılan çalışmalar yapılmalıdır.

Anahtar Kelimeler : Fiziksel uygunluk, katılım, motivasyon, hentbol

Keyword s: Physical fitness, participation, motivation, handball

61-iscs-conference-8th-578-MT-Oral/Online / -62

ELİT TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOLCULARINDA ANAEROBİK GÜCÜN SPORTİF BAŞARI İLE İLİŞKİSİ

The Relationship between Anaerobic Power and Sportive Success in Elite Wheelchair Basketball Players

**Mehmet MIÇOOĞULLARI¹, Batuhan İ. DERİCİOĞLU¹,
Hülya ÖZBEŞER¹, Mustafa YAĞAN¹, Çağrı BİRKİN¹**

¹Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Lefkoşa-K.K.T.C.

ÖZET

Amaç: Tekerlekli sandalye (TS) kullanan bireylerde üst ekstremitenin koşan basketbolculara göre daha fazla kullanılması ekstremiteye binen mekanik stresleri artırmakta ve sportif başarıyı etkileyebilmektedir. Bu nedenle sportif başarının artırılmasında üst ekstremitenin kassal kuvvet, endurans, anaerobik güç, reaksiyon zamanı gibi parametreleri büyük önem kazanmaktadır. Bu bağlamda çalışmamızın amacı, elit TS basketbolcularında anaerobik gücün sportif başarı ile ilişkisini araştırmaktır.

Yöntem: Çalışmaya 18 yaş üzeri toplam 14 erkek elit TS basketbolcusu katıldı. Katılımcıların demografik özellikleri ve haftalık antrenman süresi, oynadığı pozisyon, basketbol oynama süresi gibi spora özgü bilgileri kaydedildi. Üst ekstremitede açık kinetik zincir fonksiyonu ve anaerobik güç, sağlık topu fırlatma testi (STFT) ile; sportif başarı ise 4 metrelik (4m) ve 8 metrelik (8m) mesafelerden yapılan isabetli pas testi ile değerlendirildi.

Bulgular: Katılımcıların yaş ortalaması 32,93±8,88 yıl, VKİ değerleri ise 23,96±4,24 kg/m² idi. %92,9 katılımcının dominant üst ekstremitesi sağ taraftı. Katılımcıların %7,1'i 1-3 yıl, %28,6'sı 4-6 yıl, %64,3'ü ise 9 ve üzeri yıldır basketbol oynadığını belirtti. Katılımcıların %57,1'i gard, %21,4'ü pivot ve %21,4'ü forvet olarak oynuyordu. Katılımcıların basketbol sınıflama puanı 2,82±1,24 olarak bulundu. Katılımcıların ortalama anaerobik güç değerleri ile 4 m isabetli pas değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamazken (p>0.05); 8 m isabetli pas değerleri arasında pozitif yönlü ve yüksek korelasyon olduğu bulundu (p<0.05), r=0.739).

Sonuç: Çalışmamızın sonucunda TS basketbolcularında anaerobik güç ile sportif başarının en önemli belirleyicilerinden biri olan isabetli pas atma (8m) arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulundu. TS basketbol sporcularında üst ekstremitede fonksiyonu ve anaerobik performansın yüksek olması sporcunun maçta daha hızlı ve güçlü olmasını sağlar. Müsabaka boyunca TS'yi kullanmada, savunma yapmada, rebound almada ve basket atmada üst ekstremitede sıklıkla kullanılmaktadır. Bu nedenle TS basketbolcularında, isabetli atış oranının ve sportif başarının artırılması için üst ekstremitede açık kinetik zincir fonksiyonu ve anaerobik gücün desteklenmesi gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler : Tekerlekli sandalye, basketbol, anaerobik güç, sportif başarı

Keywords : Wheelchair, basketball, anaerobic power, sportive success

The Level Of Satisfaction Of Psychological Needs And Their Relationship To The Level Of Professional Compatibility Of Workers In Palestine Governmental Institutions

ALAA YOUSEF

THE UNIVERSITY OF JORDAN

ABSTRACT

The study aimed to identify the level of satisfaction of psychological needs, and its relationship to the professional compatibility in the governmental institutions in Palestine. Stratified random sample of 400 factor distributed a questionnaire included two dimensions, the study showed that the level of satisfaction of the psychological needs of the employees in government institutions had been great, average (3.64), the results also showed that the level of professional compatibility among workers in government institutions was high with average 3.44, and explained that there is a positive linear relationship between the satisfaction of psychological needs and the professional compatibility of the government employee in Palestine .

Keywords:

Psychological needs, Professional compatibility, Government institutions

SPORTİF VE KÜLTÜR AMAÇLI TURİZMİN TÜRKİYE’NİN TURİZM GELİRLERİNE ETKİSİNİN ARDL YÖNTEMİ İLE ANALİZİ

Ahmet ŞENGÖNÜL¹

¹Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, İİBF, Ekonometri

ÖZET

Turizm yoluyla ülkemize kazandırılan turizm geliri, ekonomimize döviz kazandırarak cari işlemler hesabının düzeltilmesini sağlamakta, gerek turizm yatırımlarının artırılması ve istihdamın sağlanmasında ve gerekse Türk yerleşiklerinin ve toplam olarak ta Türkiye’nin Gayri Safi Yurtiçi Hasılasını artırarak ekonomiyi olumlu olarak etkilemektedir. Geliş amacına göre ayrıştırılmış bu turist sayılarının turizm gelirlerine etkisi ise hangi çeşit turizme yatırım yapılması gerektiği açısından önemlidir. Bu sorunun cevabının anlaşılması ise turizm gelirlerinin miktar olarak hangi çeşit turist sayısına daha çok duyarlı olup olmadığının analizi ile mümkündür. Bu amaçla çalışmamızda 2003-2020 dönemi için çeyreklik verilere göre belirlenmiş veriler kullanılarak bir zaman serisi ekonometrik modeli olan Pesaran vd. (2001)’in geliştirdiği, Gecikmesi Dağıtılmış Otopregresif (ARDL) modeli kurgulanmıştır. Bu model bir yandan ilişkisi kurulacak olan tüm değişkenler arasında eşbütünleşme (koentegresyon) olup olmadığını bir yandan da açıklayıcı değişkenlerin (geliş amacına göre çeşitlendirilmiş turist sayılarının) bağımlı değişken olan yabancı turistlerin kişi başı harcamasına olan kısa ve uzun dönem etkilerini ortaya koyacaktır. Buna göre, turizm gelirini temsilen bağımlı değişken olarak Yabancı Turistlerin Kişi Başı Harcaması (YTKBH) kullanılmıştır. Modelin açıklayıcı değişkenler olarak ta geliş amacına ayrıştırılmış olan ve toplam turist sayısının yaklaşık yüzde 90’ını temsil eden Sportif ve kültürel faaliyetler (SKF), Akraba ve arkadaş ziyareti (ZİYARET), İş amaçlı (İŞ) ve Beraberinde gelen (BERABER) turizm amaçları ile ülkemize gelen turist sayıları kullanılmıştır. Yapılan ekonometrik analize göre istatistiki olarak anlamlı bir şekilde uzun dönemde yabancı turistlerin kişi başı harcamasına en fazla olumlu katkı yapan turizm çeşidi (0,29 katsayı ile) sportif ve kültürel amaçla yapılan turizmdir. Bunu (0,15 katsayı ile) iş amaçlı ülkemize gelen turistlerin oluşturduğu iş turizm çeşidi izlemektedir. Diğer yandan akraba ve arkadaş ziyareti amacıyla gelen turistler ise (-0,24 katsayı ile) kişi başına turizm harcamasını negatif olarak etkilemiştir. Bu sonuçlar, bir politika önerisi olarak, turizmin ülke ekonomisine daha çok katkı sağlaması için turizm yatırımlarının sportif, kültürel ve iş amaçlı ziyaret amaçlarına göre şekillendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler : Spor ve Kültür, Turizm, ARDL

ANNELERİN PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI VE OKUL ÖNCESİ DÖNEMDEKİ ÇOCUKLARININ SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Investigation Of Problematic Internet Use Of Mothers And Aggression Levels Of Preschool Children

Ali ÖZCAN¹, Fatma TEZEL ŞAHİN², Tuğba KANMAZ³

¹Pamukkale Üniversitesi, ²Gazi Üniversitesi, ³Kütahya Dumlupınar Üniversitesi

ÖZET

Bu araştırmanın temel amacı okul öncesi dönemde çocuğu olan annelerin problemleri internet kullanımı ve çocuklarının saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Bu temel amaç doğrultusunda alt amaç olarak annelerin problemleri internet kullanımı ile çocuklarının saldırganlık düzeylerinin çeşitli demografik değişkenlere göre farklılıkların bulunup bulunmadığı araştırılmıştır. Bu çalışma genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli özelliğine sahiptir. Araştırmanın örneklemini Denizli İli Pamukkale ve Merkezefendi İlçelerinde 36-72 aylık çocuğu olan 208 anne oluşturmuştur. Araştırmada veri toplamak amacıyla Demografik Bilgi Formu, Problemleri İnternet Kullanım Ölçeği-Kısa Formu (PIKÖ-KF) ve Sosyal Yetkinlik ve Davranış Değerlendirme-30 Ölçeği (SYDD-30) kullanılmıştır. Annelerin problemleri internet kullanımı ile çocuklarının saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Momentler Çarpım Korelasyon Katsayısı analizi yapılmıştır. Annelerin problemleri internet kullanımı ile çocuklarının saldırganlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre farklılığı incelenirken t testi ve tek yönlü varyans analizi (OneWay ANOVA) kullanılmıştır. Analizler bilgisayar ortamında ve SPSS 16.0 paket programı yardımıyla, “.01” ile “.05” anlamlılık düzeyinde test edilmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgular ışığında, annelerin problemleri internet kullanımı ile çocuklarının saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Annelerin öğrenim durumları hem problemleri internet kullanımlarında hem de çocuklarının saldırganlık düzeylerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır. Çocukların yaş ve cinsiyetleri saldırganlık düzeyleri üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmamıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular alan yazınıyla ilişkisi içinde tartışılmış ve bazı önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler : *Problemleri internet kullanımı, okul öncesi dönem, saldırganlık*

Keywords : *Problematic internet use, preschool period, aggression*

ANNELERİN ÇOCUKLARINA VERİLEN ROBOTİK KODLAMA EĞİTİMİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

Views of Mothers on Robotic Coding Education Given to Their Children

Tuğba KANMAZ¹, Fatma Tezel ŞAHİN², Ali ÖZCAN³

¹Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, ²Gazi Üniversitesi, ³Pamukkale Üniversitesi

ÖZET

Okul öncesi dönemde dijital teknolojinin kullanımının ve algoritmik düşünme becerilerinin kazandırılmasında kodlama bir araç olarak görülmekte ve çocukları motive ederek, meraklarını artırarak öğrenmenin yollarını genişletmektedir. Küçük yaşta çocuklara kodlama gibi soyut kavramları öğretebilmenin zorluğu somut materyallerin doğmasına sebep olmuştur. Robotik kitler kodlamaya yeni başlayanlar için yeni öğrenme yolları sunarak kodlama öğrenimini kolaylaştırmaktadır. Bu doğrultuda araştırma okul öncesi dönem çocuklarına 12 hafta boyunca uygulanan robotik kodlama eğitim programına ilişkin annelerin görüşlerinin alınması amacıyla yürütülmüştür. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden durum çalışması deseni kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu Kütahya ilinde ilkökula bağlı anasınıfında robotik kodlama eğitimi alan 16 çocuğun anneleri oluşturmuştur. Çalışmaya katılmaya gönüllü olan annelere demografik bilgiler dışında robotik kodlama eğitimine ilişkin görüşlerini almak amacıyla sorular yöneltilmiştir. Görüşme sonrasında elde edilen veriler içerik analizi ile çözümlenmiştir. Elde edilen veriler annelerin büyük çoğunluğunun çocuklarına eğitim verilmeden önce robotik kodlama kavramını duymadıklarını göstermektedir. Annelerin robotik kodlamaya ilişkin bilgileri ise çocuklarının zihinsel gelişimine faydalı olacağına inanmakla sınırlıdır. Anneler robotik kodlama eğitiminin çocuklarının dikkatini toplamada, kelime dağarcıklarını artırmada ve hayal güçlerini geliştirmede etkili olduğunu düşünmektedirler. Ayrıca anneler robotik kodlama eğitiminin çocuklarının ilgisini çektiğini, onları mutlu ettiğini ve okula gitme isteklerini artırdığı yönünde ifadelerde bulunmuşlardır. Annelerin hemen hemen hepsi çocuklarının gelecekte yararına olacağını düşündükleri için robotik kodlama eğitimlerinin devam etmesi konusunda hemfikirlerdir. Anneler eve gönderilen robotik kodlama etkinliklerini çocuklarının hemen yapmak istediklerini ve beraber tamamladıklarını söylemişlerdir. Bu süreçte annelerin pek çoğunun robotik kodlamaya ilişkin bilgi sahibi olmak için araştırmalar yaptıkları, çocuklarına çalışma kitapları aldıkları görülmüştür. Yapılan araştırma yapılandırıcı bir şekilde sunulan robotik kodlama eğitiminin çocukların farklı gelişim alanları üzerinde olumlu etkiye sahip olduğunu ortaya koymaktadır. Öğretmenlerin robotik kodlama ile ilgili gerekli bilgi, beceri ve uygulama imkanları ile donatılmaları, ilgi düzeylerinin artırılması, mesleki yeterliklerinin güçlendirilmesi için seminerler, hizmet içi eğitimlerin düzenlenmesine ve ebeveynlere bu konuda bilgilendirici çalışmaların yapılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Robotik kodlama, okul öncesi dönem, anne

Keywords: Robotic coding, preschool, mother

BÜYÜK EBEVEYNİN KUŞAKTAN KUŞAĞA ETKİSİ

Fatma KÖSE¹, Fatma TEZEL ŞAHİN²

¹Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye,
Email: fatma.kose@gazi.edu.tr

²Gazi Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Ankara, Türkiye

ÖZET

Öz Aile içinde yaşadığı toplumun kültürünü taşımaktadır. Toplumun belirlediği kalıplar doğrultusunda ilerler ve zamanla değişim meydana gelir. Ebeveynler sahip olduğu sosyal değerleri, inanç ve tutumları yansıtan davranışlar sergiler. Anne babaların çocuklarını nasıl yetiştirecekleri, kendi yetiştiriliş tarzlarının bir yansımasıdır. Çocuğun gelişiminde annenin, çocuk ile olan ilişkisi ne kadar önemliyse babanın çocuk ile olan ilişkisi de o kadar önemlidir. Çocuğun yepyeni duygu ve düşünceleri, doğruyu yanlış öğrenmesinde, ilerideki rollerine hazırlanmasında, anne ve babalık rolünün büyük bir önemi vardır. Çocuğun baba ile olan ilişkisi hem çocuklukta hem de yetişkinlik dönemindeki hayatı üzerinde etkilidir. Erkeklerin nasıl baba olacaklarına dair inançları, yeterlikleri ve fikirleri ise büyük ölçüde ebeveynleriyle, özellikle kendi babası ile olan ilişkisine göre şekillenmektedir. Çocuklar küçüklüğünden itibaren baba ve baba figürlerini gözlemlerken babalığa ait erkeklerin aile ve topluluk içindeki rollerine ilişkin bilgiler edinir. Babaların kendi babalarıyla kurduğu iletişim, ilerleyen süreçlerde baba ve çocuk, büyükbaba ve baba, büyükbaba ve torun arasındaki ilişki ve iletişimi şekillendirmekte babaların kendi babalık rollerini, ebeveyn tutumlarını benimsemelerine ve pekiştirmelerine katkı sağlamaktadır. Büyük babalar ve babalarla ilgili yapılan çalışmalarda; babalık rolleri ve ebeveyn tutumlarına ağırlık verilirken, genellikle kendi babalık rolleri ve ebeveynlik tutumlarına ya da algıladıkları babalık rol ve ebeveynlik tutumlarına yer verilmektedir. Büyük babaların kendi çocuğunun ve torununun hayatındaki rolü ve önemi ile ilgili çalışmalar azdır. Bu derleme çalışmasında, büyük babanın kendi çocuğunun hayatındaki rolü ve katılımı ile büyük babanın torununun hayatındaki rolü ve katılımının önemini ortaya koymak amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, konuyla ilgili literatür incelenmiş, araştırmalar ile desteklenerek yer alan bilgiler değerlendirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Büyükbaba, Baba, Babalık rolü, Çocuk, Torun

Influence Of Grandparent From Generation To Generation

Abstract

The family carries the culture of the society in which they live. It progresses in line with the patterns determined by the society and changes occur over time. Parents exhibit behaviors that reflect their social values, beliefs and attitudes. How parents raise their children is a reflection of their own upbringing. The more important the mother's relationship with the child, the more important the father's relationship with the child is in the child's development. The role of mother and father has a great importance in the child's learning of new feelings and thoughts, right and wrong, and preparation for future roles. The child's relationship with the father has an impact on his life both in childhood and in adulthood. Men's beliefs, competencies and ideas about how to be a father are largely shaped by the relationship they have with their parents, especially their own father. While observing father and father figures from childhood, children gain information about the roles of paternal men in the family and community. The communication that fathers establish with their own fathers shapes the relationship and communication between father and child, grandfather and father, grandfather and grandchild in the following processes, and contributes to fathers' adopting and reinforcing their own fatherhood roles and parental

attitudes. In studies on grandfathers and fathers; While giving weight to paternal roles and parenting attitudes, their own paternity roles and parenting attitudes or their perceived paternal role and parenting attitudes are generally included. There are few studies on the role and importance of grandparents in the lives of their own children and grandchildren. In this review, it is aimed to reveal the role and participation of the grandfather in the life of his own child and the importance of the role and participation of the grandfather in the life of his grandchild. For this purpose, the literature on the subject was examined, and the information was evaluated by supporting it with researches.

Keywords: Grandfather, Father, Fatherhood role, Child, Grandchild

Giriş

Aile, dünyaya geldikleri ilk günden itibaren çocukların yaşamlarını şekillendiren bir kurumdur (Tezel Şahin ve Özbey, 2007). Çocuğun sağlıklı bir gelişim göstermesinde, annelik rolü kadar babalık rolünün de büyük bir önemi vardır (Taşkın, 2011). Babalık rolü çocuğun yaşamının tüm evrelerinde önemlidir. Doğumla beraber başlayan kişilik gelişiminde baba katılımı kritik öneme sahiptir. Oluşan bu kimlik, çocuğun gelecekte toplum içinde nasıl bir rol üstleneceğini belirlemektedir (Bakanay, 2007).

Çocukluk döneminden itibaren yetişkinlerin tutum ve davranışları model alındığı düşüldüğünde erkekler, nasıl baba olacaklarını temelde babalarıyla olan deneyimlerini ölçüt olarak kabul eder ve bu ölçüte göre değerlendirirler. "İyi" babaları olan erkekler, kendilerinin de iyi baba olacağını veya bunun tersi olacağını öngörürler (Guzzo, 2011). Chen ve Kaplan (2001), olumlu ebeveyn davranışlarının nesiller arası aktarımına odaklanılarak 20 yıl süren, 2338 kişi katılarak yürütülen çalışmada, olumlu ebeveyn davranışları ile büyüyen bireylerin kendi davranışlarında da ılımlı ve pozitif etkilerini görmüşlerdir.

Hops ve diğerlerinin (2003), yaptığı çalışmada saldırgan ebeveynlik davranışının bir nesilden diğerine geçtiği sonucuna ulaşmışlardır. Üç nesil ile gerçekleştirilen bu çalışma da birinci neslin sergilediği agresif ebeveynlik davranışlarının, ikinci kuşakta da sergilendiği ve kendi çocuklarına agresif davrandıkları ortaya çıkmıştır.

İnsan gelişiminde öncelikli etkisi olduğu kabul edilen ebeveyn tutumlarının kuşaktan kuşağa aktarımı ve günümüzde nasıl bir iz oluşturduğu üzerinde durmak oldukça önemlidir. Derleme niteliğinde olan bu çalışmada babaların ebeveynlik davranışları üzerinde kendi babalarının etkisi ve babalık rolleri hakkında bilgi verilmiştir. Bu çalışma sonucunda, büyük babanın kendi çocuğunun hayatındaki rolü ve katılımının ilerleyen süreçlerde baba çocuk üzerindeki etkisi üzerinde durulması, büyük babanın torununun hayatındaki rolü ve katılımının çocuğun gelişimine katkısı açısından bilgi sunması ve ebeveyn davranışlarının nesilden nesile aktarılmasına yönelik yapılacak başka çalışmalar için yol göstermesi açısından literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Babalık Rolü Algısı

Baba olmak, erkeğin anlaşılması en karmaşık yönlerinden biridir. Bir erkek için babalık, bir kadının "doğum ile anne olma" bağı kadar somut değildir. Babalık, annelikten farklı olarak, çocuk ile biyolojik olarak doğrudan açık ve belirgin bir şekilde kurulamamaktadır (Zeybekoğlu, 2013). Babalığın inşası erken çocukluk döneminden itibaren başlamaktadır. Baba olmanın anlamı ve babalık rolü ise yıllar içinde şekillenmektedir (Erdem, 2019).

AÇEV (2017), tarafından hazırlanan babalık algısı ve babalığın uygulanma biçimlerini konu alan raporda, baba olduklarında ne yapacağını bilemeyen babaların oranının %58 olduğu belirtilmiştir. Babaların babalığı nereden ve kimden öğrendiği sorusuna verdikleri yanıtlarda ise babaların %44'ü babalığı kendi kendine öğrendiğini belirtmiştir. Babalığı kendi babasından öğrendiğini söyleyenlerin oranı ise %38'dir. Kendi babasıyla yaşadığı deneyimleri, hala hatırladıklarını belirten babaların oranı ise oldukça yüksektir.

Yapılan bir başka çalışma da Makusha vd. (2013), anne ve babaların nasıl ebeveyn olacaklarının çocukluk çağındaki baba ile çocuk arasındaki ilişkiden etkilendiği sonucuna ulaşmıştır. Baba ile kurulan ilişki erkek çocuklarının çocuklukta babalık deneyimleri ile nasıl baba olacaklarına rehberlik ederken, kız çocuklarının ise eşlerinden nasıl bir baba olmasına ilişkin beklentilerini şekillendirmektedir.

Erkekler erkekliğini yalnızca kendi babasından değil, yüzyıllardır toplum tarafından inşa edilmiş ve halen edilmekte olan erkeklik idealine uyarak kazanmaktadırlar. Erkekler geleceğin ebeveynlerine babalık

yaptıklarından ataerkil erkeklığe ait değerlerin baba aracılığıyla erkek çocuğuna kazandırılıyor oluşu tutarlı görünmektedir.

Aile içinde yaşadığı toplumun gelenek ve göreneklerini, değer yargılarını, önyargılarını, istek ve inançlarını kısaca kültürünü benimsemektedir. Babalar hakkındaki inançlar ve baba olarak erkeklerin davranışları büyük oranda ait oldukları kültür tarafından belirlenmektedir (Yörükoğlu, 2008).

Ebeveynlik rollerinin, toplumdan ve toplumda meydana gelen koşullardan etkilendiği bilinmekte ve babalık rolü de bu değişimlerden etkilenmektedir (Mercan ve Tezel Şahin, 2017). Kadınların toplum içerisindeki rollerinde meydana gelen değişim ve çalışma hayatına dahil olmaları erkeklerin babalık rollerinin de şekillenmesine sebep olmuştur (Büyükceran, 2021). Geçmişte evin geçimini sağlama rolü babaya aitken annenin rolü ise çocuklarıyla ilgilenmek, ev içi işleri yapmaktı (Belli vd.,2021).

Babalık rolü geçmiş zamanlara dayansa da ilk bilinen hali 17. ve 18. yüzyıl da ahlak öğretmenliğiydi. Çocukların ahlaklı yetiştirilmelerinde ve din öğretimi ile ilgili doğru bildiklerini öğretmelerinde baba önemli rol üstlenmekteydi (Zeybekoğlu, 2013). 19. yüzyılda sanayinin gelişimi ile birlikte babalık rolü, aileyi geçindiren ve para kazanan baba rolüne dönüşmüştür. Bu rolle birlikte babanın ev dışında uzun süre çalışması, eğitici rolünü çocuğuyla daha fazla zaman geçiren anneye devretmiştir (Belli vd., 2021). Uzun yıllar boyunca, ekonomik olarak para kazanma rolü üstlenen babalar, çocuklarının hayatına duygusal olarak yeterince zaman ayırmamıştır (Cabrera vd., 2018).

II. Dünya savaşı ile erkeklerin savaşa katılması, çocukların baba yoksunluğu yaşamasına ve babanın çocuğun gelişiminde ne kadar önemli olduğunu ortaya koymuştur. Meydana gelen toplumsal ve ekonomik olaylar insanların hem düşüncelerini hem de yaşamlarını etkilemiştir.

Bireyselleşme fikri, daha iyi bir yaşam arzusu ve tarımda makineleşme gibi faktörler bireyleri büyük kente göç etmeye motive etmiştir (Tin ve Alptekin, 2022). Bu sayede 1970'te yeni babalık kavramı ortaya çıkmıştır (Mercan ve Tezel Şahin, 2017). 90'lı yılların başından itibaren geleneksel babalık rolüne ilişkin algılarda değişim meydana gelmiştir. Bu değişimin meydana gelmesinde kadının çalışma hayatına girmesi, aile içinde iş bölümü yapılmaya başlanması, toplumsal cinsiyet rolü algısına bakış açısının değişmesi, sosyal ekonomik değişimler etkili olmuştur (Morva ve Gül Ünlü, 2021). Annenin iş hayatında çalışmaya başlaması erkeklerin ev içi rollerinde ve çocuğun hayatına katılımda artışa neden olmuştur (Yüzer ve Demez, 2021). Kadınların eğitim seviyelerinin yükselmesi, kamusal alanda yer almaya başlaması erkeği ve kadına yüklenen anlamların değişmesine sebep olmuştur (Tin ve Alptekin, 2022). Ahlaki rehber olan ve baskın bir babalık rolü üstlenen (Lamb, 2000), evin maddi ihtiyaçlarını karşılayan babalık rolünden ev işlerine yardım eden, çocuklarının yaşamına aktif olarak katılan, babalık rolüne dönüşmüştür (Harris ve Morgan, 1991).

Çocuğun Hayatında Baba

Babaların çocuklarının bakımına katılmasının çocuğun bilişsel, sosyal-duygusal, cinsel-rol ve kimlik gelişimi üzerine olumlu etkileri bulunmaktadır (Belli vd., 2021). Babalar çocuklarının gelişimlerine hem doğrudan hem de dolaylı olarak katılırlar. Babalar çocukların hayatına bakım vererek doğrudan katılırken, anne çocuk arasındaki etkileşimin de kalitesini etkileyerek dolaylı olarak katılırlar (Condon vd., 2022). Çocuklarıyla ilgilenip kaliteli zaman geçiren, çocuklarını besleyen, çocuğunun bakımına katılan ve ebeveynlik sorumluluğunu üstlenen babaların, ebeveyn-çocuk ilişkisi olumlu yönde gelişmektedir. Baba ile çocuğun olumlu ilişkisi çocuğun zihinsel gelişimi ve akademik başarısının da etkili olmaktadır (Tezel Şahin ve Özbey, 2007).

Çocuğun bilişsel gelişiminde çevresel uyaranlar, genetik faktörler kadar önemlidir. Baba ve çocuğun paylaştığı uyarıcı ortam (okuma, oyun oynama, film izleme, gezilere çıkma, ortak ilgi alanları bulma ve onlara vakit ayırma vb.) çocuğun bilişsel gelişimini olumlu yönde etkileyecektir (Belli vd., 2021). Yapılan çalışmalar da, annelere göre babaların çocuklarıyla dokunsal ve keşfedici davranışlarda bulduklarını, daha sık uyarıcılar sunarak etkileşime girdikleri sonucuna ulaşılmıştır (Feldman, 2003 ; Rajhans vd., 2019; aktaran Condon vd., 2022). Babasının ilgisini hissetmeyen ve babasıyla sıcak bir ilişki içinde olmayan çocukların akademik başarıları ve zekâları bu durumdan etkilenecektir (Telli ve Özkan, 2016).

Hem kız hem erkek çocuğun cinsel kimlik gelişiminde, babayla kurulan ilişki önemlidir (Lamb, 1977). Erkek çocukları, erkeklerin nasıl davrandıklarını babalarını gözlemleyerek ve taklit ederek öğrenirler. Babanın sorunlar

karşısındaki tepkisi, evdeki kuralları uygulama yöntemi, davranışları erkeklik ile ilgili kavramlarının oluşmasında temel oluşturur (Çatıkkaş, 2008). Kız çocuklarının ise babalarıyla kurdukları iletişim ve etkileşimler, gelecekte karşı cinsle kuracakları ilişkilerin biçimini ve kalitesini belirlemektedir (Şölen, 2020). Çocuğun yaşı ne olursa olsun, kendisiyle kurulan iletişimin kalitesi, çocuğun kendine güvenmesine ve saygı gelişimine kaynak olmaktadır (Yavuzer, 2011). Lewis ve Lamb (2003) babanın çocuğun yaşamına katılımının, çocuğun yetişkinlik dönemindeki uyumunda, annenin katılımına göre daha güçlü etkisi olduğunu belirtmiştir.

Bebeğinin bakımına katılan baba, babalık rolünü daha kolay benimserken, bebeğin de ilk sosyalleşmesine yardımcı olmaktadır. Çünkü sosyal duygusal gelişim, iletişim, etkileşim ve bireylerin birbirlerine yaptıkları aktarımlarla şekillenmektedir. Babası tarafından sevildiğini, onaylandığını hisseden çocuk, öğrenmeye, gelişmeye ve olumlu benlik algısı geliştirmeye daha açık olmaktadır (Bal, 2014). Çocuğun kişilik oluşumunun temelleri doğumda aile ortamında atılmaktadır. Bu bağlamda kişilik gelişiminin temellerini anne babalar atmaktadır. Babanın çocuğunun gelişimindeki önemi yadsınamaz. Sağlıklı bir baba çocuk ilişkisi sağlıklı bir nesil demektir (Kaya, 2002). Babanın çocuğun hayatına katılımı ve ilgisi, çocuğun entelektüel gelişimine, sosyal girişimci ruhuna, içsel kontrollü olmasına ve empati kurabilme becerilerine olumlu katkılar sağlamaktadır (Erdoğan, 2004). Babanın çocuğa oyun arkadaşı olması, konuşması, kitap okuması, dokunması çocuğun zekasını olumlu yönde etkilemektedir (Pekkarakaş, 2010).

Babaların çocukları ile sosyal etkileşime girerek aktif zaman geçirmeleri, onları bağımsız davranmaya sevk etmeleri ve çocuklarına zengin uyarıcıların bulunduğu bir ortam hazırlaması çocukların zihinsel, dil, sosyal ve duygusal gelişimlerini desteklemektedir (Uyanık vd., 2016).

Geçmişten günümüze yapılan araştırmalar babalığın ne olduğuna odaklanmıştır. Babalığı etkileyen faktörler üzerinde özellikle ebeveynliğe geçişten önce meydana gelen faktörler hakkında durulmamıştır. Cabrera ve arkadaşları (2014) babalığı etkileyen faktörleri inceledikleri çalışmada, babaların kendi geçmişlerinin, biyolojik etkenlerinin ve yetiştirilme tarzlarının kişisel özelliklerini etkilediğini, bunlarında yine babaların kendi ebeveynlik davranışları üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur. Ebeveynler ve çocuklar arasındaki etkileşim ve ilişki, çocukların gelişimi ve sonraki yaşam deneyimleri için çok önemliyken, daha da önemlisi, bu ilişkilerin ebeveynlerin kendilerinin gelecekte gösterecekleri kendi ebeveynlik tarzlarını ve tutumlarını etkilemesidir (Ünlü, 2010). Bu ebeveynlik tutumları kuşaktan kuşağa aktarılmakta ve kuşaklar arasındaki etkileşimi ve iletişimi de etkilemektedir. Ebeveynlerin kendi ebeveynlerinden gördüğü tutum ve davranışları çocuklarına uygulaması beklenen bir durumdur.

Yapılan çalışmalar babaların ebeveynlik davranışlarının nesiller boyunca aktarıldığını göstermektedir. Capaldi ve arkadaşları (2008) , çocukluk döneminde ebeveynin gösterdiği yanlış disiplin ve buna bağlı fiziksel cezalandırılma yaşayan babaların, küçük çocuklarına kötü ve sert disiplin ve fiziksel ceza verme davranışlarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır (Condon vd., 2022). Yapılan başka bir çalışma da ise babaların kendi babalarıyla ılımlı, yakın ve destekleyici ilişkisi olan babaların, kendi çocuklarının hayatına katıldıkları ve daha olumlu ilişkiler kurdukları sonucuna ulaşılmıştır (Brown vd., 2018; Condon vd., 2022).

Ailede çocuklar anne ve babasının davranışlarını model almakta ve ayna gibi aileye yansıtılmaktadır. Bu durum çocuk için kalıcı hale gelmekte ve gelişimsel gecikmelere yol açmaktadır. Çocuğun içinde büyüdüğü ve tanık olduğu çevre koşulları onu birçok yönden etkilemektedir. Çocuğun çevreden etkilendiği bu dönemde yaşadığı olumsuz deneyimler, sadece çocukluk döneminde değil, genel olarak yaşamında da ruhsal ve fiziksel sağlık sorunlarına yol açabilmektedir (Çağdaş, 2009; Torun, 2021).

Küçük yaşlardan itibaren kendisinin ve çevresinin farkına varmaya başlayan çocuğun gelecekte nasıl bir birey olacağı, erken çocukluk döneminde yaşadıklarıyla belirlenmektedir (Civelek, 2006; Çelebi Öncü, 2002; Güneysu, 2001). Çocuğun gelişiminde ebeveynlerin rolü oldukça önemlidir. Ebeveynlerin kendi ebeveynlerinden gördükleri tutum ve davranışları çocuklarına uygulamalarının beklendiği bir durumdur. Çocukların erken çocukluk döneminde ebeveynleriyle geliştirdikleri ilişki türleri, gelecekte geliştirecekleri ilişkilerin temelini oluşturmaktadır (Soygüt vd., 2008; Altıoğlu Karahan, 2019).

Freud'un psikoseksüel teorisinde babaların oğullarını etkilediğini, erkeklerin kendi babalarıyla olan ilişkilerinin, baba olmalarında rol oynadığını belirtmiştir. Teoriye göre geçmiş ilişkiler erkeklerin mevcut motivasyonlarını ve

davranışlarını şekillendirmektedir. Bu bilinç ve bilinçaltı düzeyde ortaya çıkan ve ebeveyn şemalarının tanımlanmasına neden olan bir gözlem süreci olmaktadır (Erdem, 2019).

İnceoğlu ve Arnas (2020), yaptığı çalışma da çocuklarının davranışlarına göre babaların gösterdiği tepkilerin kuşaklar arasında değişime uğradığı sonucuna ulaşmıştır. Üç kuşakla yürütülen çalışma da çocukların hoş olmayan davranışlar sergilediklerinde birinci ve ikinci kuşaktaki babaların fiziksel ceza uyguladığı, üçüncü kuşak babaların ise tartışma ya da duygusal cezalar uyguladıkları yer almaktadır.

Çocuğun Hayatında Büyük Ebeveyn

Çocuğun yetişmesinde ve kişiliğinin gelişmesinde ilk başta yakın çevresinde bulunan annesinin ve kardeşlerin rolleri etkiliyken, daha sonra büyükanne ve büyükbabanın rolleri etki eder. Büyük ebeveynlik üç neslin varlığının sürdüğünü ve kalıcılığını göstermektedir. Büyük ebeveynlik rolleri kültürel, ekonomik sosyal, psikolojik ve tarihsel faktörlerin etkisi ile şekillenebilmekte ve değişmektedir (Arpacı ve Bekar, 2013).

Büyük ebeveynlik rolü ile kendi hayatlarına ilişkin pişmanlıkları geçmişteki başarısız ebeveynliklerini telafi etmeleri ve yeniden ebeveyn olma şansını buldukları için (Hayslip ve Goodman, 2008), torunları kendi çocuklarına göre daha kıymetlidir (Hazer, 2012). Büyük ebeveyni ile birlikte olma çocuğa güvenli bir ortam sağlanmış olur. Çocuk için bir model oluşturur ve çocuğun gelişimi ve eğitimi için destek sağlar (Arpacı ve Bekar, 2013).

Büyük ebeveynler, geleneksel yapıyı ve toplumsal cinsiyet kalıpları temelinde şekillenen büyük babalık ve büyükannelik rolleri geliştirmekte ve pekiştirmektedir (Uğur, 2018). Büyük ebeveynler de torunlarıyla kurdukları etkileşimin temelinde kendi büyük ebeveynleriyle olan ilişkileri, kendi çocukluk zamanlarındaki hatırladıkları ile şekillenmekte ve büyük ebeveynlerin ilişkisini etkilemektedir. Büyük ebeveynlerin, kendi büyük ebeveyni ile yaşadığı olumsuz deneyim, torunu ile olan ilişkisinde de olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Whitbeck vd., 1993; aktaran Uğur, 2018). Büyük ebeveynlik rolleri kendi büyük ebeveynlerine ilişkin deneyimlerinin modelleme yoluyla aktarılması ve büyük ebeveynlik stilini etkilese de asıl belirleyici kuşağın orta kuşak olduğu ifade edilebilir (Uğur, 2018). Orta kuşak olarak bahsedilen çocuğun ebeveynleri, büyük ebeveyn ve torun ilişkisi arasında köprü görevi görerek ilişkilerinin niteliğini belirlemektedir. Büyük ebeveynin kendi çocuğu olan ilişkisi, büyük ebeveyn torun ilişkisinin temelini oluşturarak yakınlığı kolaylaştıran ya da engelleyen rol üstlenmektedir (Monserud, 2010).

Ebeveyn- büyük ebeveyn-torun ilişkisinde büyük ebeveynler çocuk ile ebeveyn arasında tampon görevi görürken (Denham ve Smith, 1989), torun ise büyük ebeveyn- ebeveyn arasında tampon görevi görmektedir. Anne baba ile günlük hayatta yaşanan gerilimler büyük ebeveynler ile yaşanmadığından, büyük ebeveynler arabuluculuk rolü üstlenerek problemleri azaltmaktadır (Çiftçi, 2008). Bununla birlikte, torunla kurulan bağ, büyük ebeveynlerin kendi çocukları ile geçmiş ilişkilerini onarma veya onlarla yeniden iletişim kurma fırsatı sağlamaktadır (Friedman, vd., 2008). Büyük ebeveynlerin torunları ile kurmakta oldukları ilişki, büyük ebeveyn-ebeveynçocuk iletişimi ve etkileşimini olumlu yönden etkilemekte ve kuşaklar arası bağları güçlendirmektedir. Büyük ebeveynlerin torunlarıyla vakit geçirmesi hem büyük ebeveynler için hem torunlar için olumlu sonuçlar doğurmaktadır (Şahin Yonca, 2018).

Büyük ebeveynin çocuğun hayatında olması çocuğun aile bağlarının güçlenmesinde ve kültürel aktarım konusunda önem taşımaktadır (Demiriz ve Arpacı, 2016). Büyük ebeveynler torunlarının hayatında birçok kritik dönemde rehber, danışman olarak onlara yardımcı olabilmektedirler (Harper ve Levin, 2005). Ayrıca değerleri, kültürel mirası, aile geleneklerini ve kendi tecrübelerini torunlarına anlatarak torunlarında ailevi ve de tarihsel bir bilinç oluşmasını sağlamaktadır (Schmid, 2018). Büyük ebeveynin varlığıyla çocuk farklı yaş grubundaki insanların fiziksel özelliklerini gözlemleme imkânı bulurken aynı zamanda farklı yaş grubundaki insanların neler düşündüğü, hangi davranış ve tutumları sergilediğini görmektedir.

Torunların, yakın çevresinde kendisine destek olacak birisinin olduğunu bilmesi açısından da olumlu etkileri bulunmaktadır (Demiriz ve Arpacı, 2016). Torunlarıyla vakit geçiren büyük ebeveynler, yaşlılık döneminde yeni fikirler öğrenerek, duygu alışverişinde bulunarak, yüksek manevi doyum elde etmektedir (Akçay, 2011; Demiriz ve Arpacı, 2016). Büyük ebeveyn bu sayede yalnızlık, yetersizlik ve ölüm düşüncelerinden uzaklaşmakta (Arpacı ve Tezel Şahin, 2015) ve toplum içerisinde değerli bir statü kazanmaktadır (Harwood, 2004). Torunu ile kurduğu güçlü bağ kendisini değerli ve daha dinç hissetmesine olanak vermektedir (Kartal vd., 2010). Büyük ebeveynler

torunları ile birlikte nitelikli zaman geçirmeye özen göstermektedir. Aile değerlerinin torunlara aktarılmasında, nereden geldiklerini gelenek ve göreneklerin öğrenilmesinde köprü rolü üstlenmektedir. Torunlarına dini ve ahlaki rehberlik rolünü üstlenip kuşaklar arasındaki etkileşimi güçlendirmede, kültürel mirasa dair bir bilinç oluşturmada büyük babalar etkin bir rol oynamaktadırlar (Uğur,2018).

Büyük anneler genellikle çocuğa bakım ve sosyal destek sağlayarak torunlarının bakımına dahil olmaktadır. Büyük babalar ise, torunlarının boş zamanlarını nitelikli olarak değerlendirmelerinden sorumludurlar. Torunları oyalama, oynama ve eğlenme gibi ihtiyaçlara cevap verir. Ayrıca, torunlarına soy ve aile kimliği kazandırma, eğitsel ve dini rehberlik, gelecek planlaması, kitap okuma, onlarla spor aktivitelerine katılma, yeni bir oyun öğretme, televizyon izleme, sinemaya gitme, dini aktivitelere katılma ve tamir yapma, dışarıda zaman geçirme biçiminde gerçekleştirdikleri boş zaman etkinlikleri yoluyla büyükbabalar torunlarının hayal gücü ve yaratıcılıklarını geliştirmelerine yardımcı olurlar (Bates, 2009; Uğur,2018). Problemleri konuşma, çocuğun anne ve babası ile olan sorunlarına çözüm üretme, (Denham ve Smith, 1989). sevgi gösterme, kültürel mirası aktarma, nasihat etme gibi tutum ve davranışlarla da çocuğun gelişiminde katkı sağlamaktadır (Arpacı ve Tezel Şahin, 2015).

Torunu ile iletişimde bulunan büyükbaba üçüncü kuşağa kendi kültürünü aktarmaktadır (Çiftçi, 2008). Bu sayede ailenin geçmişine ilişkin bilgi kazandırılan torunlar, büyük babalarından aldıkları referansla bir aile olarak nasıl davranılacağını öğrenirler (Arpacı ve Ersoy, 2008). Büyük ebeveynlerin torunlarının hayatında yer alması, hem aile mirasının aktarılması açısından önemlidir hem de nesiller arası dayanışma açısından önemli bir destektir (Bengtson, 2001). Yapılan çalışmalar da beraber vakit geçiren büyük ebeveyn ve torunların olumlu duygu geliştirdikleri, birbirlerini sevdikleri ve değer verdikleri, büyük ebeveynlerin torunlarını arkadaşı olarak gördükleri ve daha fazla vakit geçirerek torunlarının gelişimlerine destek oldukları sonucuna ulaşmıştır (Şahin Yonca, 2018).

Sonuç

Yaşamının ilk yıllarından itibaren ebeveynlerin rolü tartışmasız çok önemlidir. Çocukların sağlıklı bir gelişim gösterebilmeleri için, anne kadar baba figürüne, babalarıyla etkileşim içerisinde olmaya da ihtiyaçları vardır. Toplum da meydana gelen değişimler erkeklerin babalığa ve babalık rollerine yükledikleri anlamları etkilenmektedir. Erkeklerin nasıl baba olacaklarına dair inançları, yeterlikleri ve fikirleri ise büyük ölçüde ebeveynleriyle, özellikle kendi babası ile olan ilişkisine göre şekillenmektedir.

Babaların kendi babalarıyla kurduğu iletişim, ilerleyen süreçlerde baba ve çocuk, büyük baba ve baba, büyükbaba ve torun arasındaki ilişkisini şekillendirmekte babaların kendi babalık rollerini, ebeveyn tutumlarını benimsemelerine ve pekiştirmelerine katkı sağlamaktadır. Çocuğun büyük ebeveyn ile iletişim içinde olması, çocuğun aile bağlarının güçlenmesi açısından önemlidir. Kendi çocuklarına iş ve hayat koşturması nedeniyle yeterince zaman ayıramadıklarını ve ilgi gösteremediklerini düşünen büyük ebeveynler torunlarının hayatına katılarak manevi bir doyum elde etmektedir. Torunları ile vakit geçirmek büyük ebeveynlerin kendini daha genç hissetmesine katkı sağlamaktadır. Büyük ebeveynlik rolü ile erkekler geleneksel babalık rolü ile para kazanıp evin geçimini sağlayan babalık rolünden çıkmış, bakım sağlayıcı baba rolü ile ebeveynlik yapma ve torunlarıyla bağ kurup sosyalleşme şansı elde edebilmektedir. Büyük ebeveynler; torunlarına bakma, sevgi ve şefkat gösterme, oyun oynatma, nasihat etme, anne-baba ile çocuk arasında arabuluculuk yapma, üçüncü kuşağa kültür aktarımını sağlama gibi rolleri ile torunların yaşamlarını olumlu etkilemektedirler. Bununla birlikte, torunla kurulan bağ, büyük ebeveynlerin kendi çocukları ile geçmiş ilişkilerini onarma veya onlarla yeniden iletişim kurma fırsatı sağlamaktadır. Büyük ebeveyn torun arasındaki ilişki, farklı kuşakların birbirlerini anlaması, birbirlerine daha olumlu yaklaşımları ve genel çerçevede ilişkilerin yeniden düzenlenip toplumsal uyum ve huzurun sağlanması açısından önemli bir rol oynamaktadır.

Çocuğun baba ile olan ilişkisi hem çocuklukta hem de yetişkinlik dönemindeki hayatını etkilemekte ve ebeveyn tutumları kuşaktan kuşağa aktarılmaktadır. Bu doğrultuda babaların çocuklarının hayatlarına katılımlarına ilişkin farklı aile eğitim yaklaşımlarını, kurum merkezli ve babaların da iş hayatı yoğunluğu ve zaman sınırlaması düşünülerekten özellikle uzaktan eğitim webinarları düzenlenerek; seminer ve konferanslar verilebilir. Babaların babalık ile ilgili yaşadığı sorun ve problemleri paylaşacağı destek ortamları oluşturulabilir. Kendi çocukluk deneyimleri ve kendi babaları ile olan ilişkilerinin babalık rolü üzerindeki etkisinin araştırılmasına ilişkin çalışmalar artırılabilir. Üç kuşak arasındaki farklılıklarla ilgili, çalışmalar yapılabilir. Büyük ebeveyn ve torun arasındaki ilişki

ile ilgili nicel çalışmalar yapılabilir. Büyük ebeveyn ve torun arasındaki ilişkinin kalitesini belirleyen ölçekler geliştirilebilir.

KAYNAKÇA

AÇEV Türkiye'de Babalığı Anlamak Serisi I: Türkiye'de İlgili Babalık ve Belirleyicileri Ana Raporu. (İstanbul: AÇEV, 2017).

Akçay, C. (2011). Yaşlılık Kavramlar ve Kuramlar. Kriter Yayınevi. İstanbul. S.121-128. Altınoğlu Karahan NE. (2019). Ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı ile erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Arpacı, F. ve Bekar, A.(2013). Çocukların büyük ebeveynleri ile etkileşimlerine ilişkin görüşleri. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 29:11-29.

Arpacı, F. ve Ersoy, A. F. (2008). "Türk ailesinde yaşlı ve çocuk/torun etkileşimi". Türk Halkları Edebiyatı II. Uluslararası Çocuk Edebiyatı Kongresi. Azerbaycan. 13-15 Kasım

Arpacı, F. ve Tezel Şahin, F. (2015). "Yaşlı Bireylerin Yaşlı ve Çocuk Etkileşimine İlişkin Görüşleri". Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 1: 231-245.

Bal, S. (2014). İlk kez babalık deneyimi yaşayan erkeklerin bebek bakımına katılmaya ilişkin görüşleri ve bakıma katılma durumları. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

Bakanay, E.A. (2007). Babanın çocuk hayatındaki yeri. Anneyiz Biz Dergisi, 6.

Bates, J. S. (2009). "Generative Grandfathering: A Conceptual Framework for Nurturing Grandchildren". Marriage & Family Review, 45(4): 331-352.

Belli, M., Akçay, N., & Yılmaz, HB (2021). Eskin Günümüze Değişen Babalık Rolü ve Çocuk Gelişimine Katkıları. Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 8 (2), 366- 371.

Bengtson, V. L. (2001). Beyond the nuclear family: The increasing importance of multigenerational relationships in American society. Journal of Marriage and Family. 63, 1-16.

Brown, GL, Kogan, SM ve Kim, J. (2018). Babalardan oğullara: Afrikalı Amerikalı genç erkekler arasında ebeveynlik davranışının nesiller arası aktarımı. Aile süreci , 57 (1), 165-180.

Büyükceran, K. (2021).Okul öncesi dönemde baba katılımı ve baba çocuk ilişkilerinin incelenmesi. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

Cabrera, N.J., Volling, B.L. and Barr, R. (2018), Fathers Are Parents, Too! Widening the Lens on Parenting for Children's Development. Child Dev Perspect, 12: 152- 157. <https://doi.org/10.1111/cdep.12275> sayfasından erişilmiştir.

Civelek B. (2006). Çocuklara Sorumluluk Bilinci Kazandırmak. Çoluk Çocuk Dergisi, 20-22. Çağdaş A. (2009). Anne-baba-çocuk iletişimi. Ankara: Kök Yayınları .

Chen, Z. Y., & Kaplan, H. B. (2001). Intergenerational transmission of constructive parenting. Journal of Marriage and Family, 63(1), 17-31.

- Condon, E. M., Dettmer, A., Baker, E., McFaul, C., & Stover, C. S. (2022). Early life adversity and males: Biology, behavior, and implications for fathers' parenting. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 104531.
- Çatıkkaş, K. T. (2008). Okul Öncesi eğitime babaların katılım düzeyleri ile ilgili değişkenlerin incelenmesi (Unpublished master's thesis). Yeditepe University, Institute of Social Sciences, İstanbul.
- Çelebi Öncü E. (2002). Erken Çocukluk Döneminde Sorumluluk Eğitimi. *Çoluk Çocuk Dergisi*, 14- 17.
- Çiftçi, A. (2008). Ailede yaşlı bireyler. Ankara: T. C. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü V. Aile Şurası Aile Destek Hizmetleri Bildirileri.
- Demiriz, S., & Arpacı, F. (2016). Okulöncesi dönem çocuklarının büyük ebeveynleri hakkındaki görüşlerinin incelenmesi. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1), 707-726.
- Denham, T. E. ve Smith, C. W. (1989). "The Influence of Grandparents on Grandchildren: A Review of the Literature and Resources". *Family Relations*, 38(3):345-350
- Erdem, S. (2019). Baba kimliğinin inşasının nesiller bağlamında karşılaştırmalı analizi: Sembolik etkileşimci bakış açısıyla nitel bir inceleme.
- Erdoğan, A. (2004). Çocuğun Psikososyal Gelişiminde Babanın Rolü. *Journal of New Symposium*, 42(4): 147-153.
- Friedman, D., Hechter, M., & Kreager, D. (2008). A theory of the value of grandchildren. *Rationality and Society*, 20, 31-61.
- Guzzo, K. B. (2011). New fathers experiences with their own fathers and attitudes toward fathering. *Fathering*, 9(3), 268-290. <https://doi.org/10.3149/fth.0903.268> sayfasından erişilmiştir.
- Güneysu S. (2001). Neden Erken Çocukluk Eğitimi? *Çoluk Çocuk Dergisi*, 22-23.
- Harwood, J. (2004). Relational, role, and social identity as expressed in grandparents' personal web sites. *Communication Studies*, 55, 300-318.
- Harris, K. M. & Morgan, S. P. (1991). Fathers, sons, and daughters: Differential paternal involvement in parenting. *Journal of Marriage and Family*, 53(3), 531- 544.
- Harper, S. ve Levin, S. (2005). "Family Care, Independent Living and Ethnicity", *Social Policy and Society*, 4, 157-169.
- Hayslip, B. Jr. ve Goodman, C. C. (2008). "Grandparents Raising Grandchildren: Benefits and Drawbacks?". *Journal of Intergenerational Relationships*, 5(4): 117-119.
- Hazer, O. (2012). "Büyük Ebeveynlerinin Ergenler Tarafından Algılanan Özelliklerini Etkileyen Faktörlerin İncelenmesi", *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 29(1): 123-141.
- Hops, H., Davis, B., Leve, C., & Sheeber, L. (2003). Agresif ebeveyn davranışının nesiller arası aktarımı: Prospektif, arabulucu bir inceleme. *Anormal Çocuk Psikolojisi Dergisi*, 31 (2), 161- 169.
- İnceoğlu, s. Ö., & Arnas, Y. A. (2020). Intergenerational fatherhood and father-child relationship. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(48), 687-714.
- Kartal, A., Turan, T., Kurban, N.K., Zencir, M. (2010). Büyükanne ve büyükbabalarda torun bakmanın depresyon ve yaşam kalitesine etkisi. Bilimsel Araştırma Projesi Sonuç Raporu. Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi. Pamukkale Üniversitesi.
- Kaya, Ö. M. (2002). Okul öncesi eğitim kurumlarında uygulanan programlara ailelerin ilgi ve katılımları ile okul öncesi eğitim kurumlarının aile eğitimine katkısı konusunda anne-baba görüşleri. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

- Lamb, M. E. (1977). "Father-Infant and Mother-Infant Interaction In The First Year Of Life". Child Development, 48, 167-181.
- Lamb, M. E. (2000). The history of research on father involvement: An overview. Marriage & Family Review, 29(2), 23-42.
- Lewis, C. & Lamb, M. E. (2003). Fathers' influences on children's development: The evidence from two-parent families. European Journal of Psychology of Education, 2, 211-228.
- Makusha, T, Richter, L, Knight, L, Van, R.H, Bhana, D, "The good and the bad?" childhood experiences with fathers and their influence on women's expectations and men's experiences of fathering in rural KwaZulu-Natal, South Africa, Fathering, 2013, 11, 138-158.
- Mercan, Z., & Tezel Şahin, F. (2017). Babalık rolü ve farklı kültürlerde babalık rolü algısı. Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi, 2(2), 1-10.
- Monserud, M. A. (2010). Continuity and Change in Grandchildren's Closeness to Grandparents: Consequences of Changing Intergenerational Ties, Marriage & Family Review, 46:5, 366-388, <https://doi.org/10.1080/01494929.2010.528320> sayfasından erişilmiştir.
- Morva, O. & Gül Ünlü, D. (2021). Babalık da yaparım kariyer de!: blogger babalar ve erkekliğin kurucu rollerinden babalık üzerine . Moment Dergi , Erkeklikler - 1 , 227-245 . DOI: 10.17572/mj2021.1.27245 sayfasından erişilmiştir.
- Pekkarakaş, E. (2010). 3-6 yaş çocukların babalarının çocuk yetiştirme tutumları ile eğitime katılım düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Schmid, W. (2018). Anne Baba ve Büyükanne Büyükbaba Olmanın Sevinçleri Üzerine. (Çev. T. Bora), İletişim Yayıncılık, İstanbul
- Soygüt, G., Çakır, Z., & Karaosmanoğlu, A. H. (2008, Aralık). Ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesi: young ebeveynlik ölçeği'nin psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. Türk Psikoloji Yazıları, s. 17-30.
- Şahin- Yonca, B.K. (2018). "Büyük Ebeveyn-Torun İlişkinin Büyük Ebeveyn Ve Ebeveyn Bakış Açısına Göre İncelenmesi", (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Şölen, Y. (2020). 4-6 yaş arası çocuğu olan babaların ebeveyn tutumları ve yaşam boyu öğrenmelerinin baba eğitim programına katılım durumuna göre incelenmesi, (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Taşkın, N. (2011). Çocukların gelişiminde katkıları unutulmalar: Babalar. Eğitim Bir Sen Dergisi, 20, 43-47.
- Telli A. A., Özkan H.(2016). 3-6 yaş grubu çocuğu olan babaların babalık rolü algısı ve etkileyen faktörlerin belirlenmesi. İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastalıkları Dergisi,6(2):127- 34.
- Tezel-Şahin, F. & Özbey, S. (2007). Aile eğitim programlarına baba katılımının önemi. Toplum ve Sosyal Hizmet Dergisi, 18(1), 39-48.
- Tin, N. & Alptekin, D. (2022). Tarihsel Süreçte Babalık Deneyimlerinin Toplumsal Cinsiyet Analizi. Sosyoloji Dergisi , (43) , 155-191. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/en/pub/sosder/issue/70003/1111046> sayfasından erişilmiştir.
- Torun, E. N. S. (2021). 4-8 yaş çocuğu olan ebeveynlerin çocukluk yaşantılarına bağlı olarak çocuklarıyla olan ilişkilerinin incelenmesi. (Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Uğur, S. B. (2018). Büyük ebeveyn ve torun ilişkileri: Çocuk bakım pratikleri üzerine bir araştırma.(Doktora tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.

- Uyanık, Ö., Kaya, Ü. Ü., Kızıltepe, G. İ., & Yaşar, M. C. (2016). An investigation of the relationship between fathers and their children at preschool level. *Journal of Theoretical Educational Science*, 9(4), 515-531.
- Ünlü, Ş. (2010). Babamın çocuğu çocuğumun babası olmak: 0-8 yaş aralığında çocuğu olan babaların ve onların babalarının çocuk bakımına katılım patternlerinin incelenmesi.(Yüksek lisans tezi). <https://tez.yok.gov.tr> sayfasından erişilmiştir.
- Yavuzer, H. (2011). *Çocuk psikolojisi*. 33. b. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yörükoğlu, A. (2008). *Çocuk ruh sağlığı, çocuğun kişilik gelişimi, eğitimi ve ruhsal sorunları*. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Yüzer, İ. & Demez, G. (2021). Ataerkil güç ilişkileri bağlamında baba-oğul etkileşimi; ataerkil iktidar ilişkileri bağlamında baba-oğul etkileşimi. *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi* , 4 (1) , 15-34 . DOI: 10.33708/ktc.896440.
- Zeybekoğlu, Ö. (2013). Günümüzde erkeklerin gözünden babalık ve aile. *Mediterranean Journal of Humanities*, 3(2): 297-328.

MADDE KULLANIM BOZUKLUĞU OLAN EBEVEYNLER: KESİTSEL BİR ALAN YAZIN ANALİZİ

Kübra BEKKAYA¹, Fatma Tezel ŞAHİN¹

¹Gazi Üniversitesi

ÖZET

Aile, çocuğun içinde bulunduğu, çocukla ilgili her dinamikle etkileşim halinde olan bir birimdir. Ailede ebeveynlerin çocuk üzerindeki etkisinin önemi yadsınmaz. Madde kullanımı hem bireyi hem de çevresini pek çok açıdan olumsuz yönde etkileyen bir sorun olarak karşımıza çıkmaktadır. Ebeveynlerin çocuk için önemi düşünüldüğünde ebeveynin madde kullanımı da tüm aile dinamikleri ile etkileşim halinde olacaktır. Madde kullanım bozukluğu ile aile içerisindeki iletişim, roller ve işlevler etkilenebilmektedir. Madde kullanım bozukluğu olan bireyler üzerine yapılan pek çok araştırma mevcuttur. Fakat alan yazına bakıldığında madde kullanım bozukluğu olan ebeveynlerin çalışıldığı araştırmaların incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışma, madde kullanım bozukluğu olan ebeveynlerle ilgili yapılan çalışmalar üzerine toplu olarak bilgi sunduğu ve eksiklikleri tespit etmeyi kolaylaştırdığı için önemli görülmektedir. 2001-2021 yılları arasında madde kullanım bozukluğu olan ebeveynler üzerine çalışılan araştırmaları inceleyen çalışmaların genel bir değerlendirmesini yapmak, bu araştırmalara dair bilgi verirken aynı zamanda bu alanda yapılacak daha sonraki araştırmalar için de fayda sağlayabilir.

Bu araştırmada; Türkiye’de madde kullanım bozukluğu olan ebeveynler üzerine çalışılan 2001-2021 yılları arasında yayımlanan araştırmaların (makale, yüksek lisans ve doktora tezleri)incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırma, tarama modelindedir ve ölçüt örnekleme kullanılmaktadır. Amaca yönelik olarak elektronik ortamda, Ulusal Tez Merkezi, Google Akademik, Ulakbim, Dergipark sayfalarında “madde kullanım bozukluğu”, “madde kullanımı”, “madde bağımlılığı”, “madde kullanım bozukluğu tanılı”, “anne”, “baba”, “aile”, “ebeveyn” anahtar kelimeleri ile ulaşılan çalışmalar incelenerek ölçütlere uyan çalışmalar araştırmaya dahil edilmiştir. İncelenen çalışmalardan; yılı, yazar sayısı, konu, araştırma türü, araştırma deseni/modeli, çalışma grubu/ örneklem, veri toplama aracı temalarını içeren “Araştırma İnceleme Formu” ile veriler toplanmıştır. Araştırma verilerinin çözümlenmesinde içerik analizi kullanılmıştır. Bulgulardan çıkarılan sonuçlar tartışılarak önerilere yer verilecektir.

Anahtar Kelimeler : Aile, ebeveyn, anne, baba, madde kullanım bozukluğu, madde kullanımı

68-iscs-conference-8th-588-MT-Face to Face Oral / -70

OYUNLARLA MATEMATİK ÖĞRETİMİ

Teaching Mathematics With Games

Veli TOPTAŞ

Kırıkkale Üniversitesi

Oyunun Tarihsel Gelişim süreci, Oyunlarla ilgili Düşünürlerin ve eğitim pedegogların görüşleri, Oyun ve çocuğun öğrenmesi, oyunve matematik arasındaki ilişki Oyunların matematik öğretimdeki yeri Oyunlarla örnek matematik etkinlikleri Matematik öğretimine etkisi Matematik öğretirken dikkat edilmesi gerekenler.

Anahtar Kelimeler:

Oyunlar, Matematik, Öğretimi

Keywords:

Games, Mathematics, Teaching

69-iscs-conference-8th-613-MT-Oral/Online / -85

SINIF ÖĞRETMENLERİNİN MATEMATİK DERSİNDE YARATICI DRAMA YÖNTEMİ İLE İLGİLİ GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ

A Research Of Primary School Teachers Views About Creative Drama Method in Mathematics Lesson

Selin DURAN¹, Veli TOPTAŞ²

¹Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale, Türkiye,

²Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Kırıkkale, Türkiye

ÖZET

Bu çalışmanın amacı sınıf öğretmenlerinin matematik dersinde yaratıcı drama yönteminin kullanılmasına yönelik görüşlerinin incelenmesidir. Araştırmada nitel araştırma yaklaşımlarından fenomenolojik (olgu bilim) desen kullanılmıştır. Araştırmanın çalışma grubu belirlenirken amaçlı örnekleme yöntemlerinden biri olan maksimum çeşitlilik örnekleme yönteminden yararlanılmıştır. Araştırma 2021-2022 eğitim öğretim yılında Ankara ilinde görev yapan 13 sınıf öğretmeni ile sınırlandırılmıştır. Araştırma verileri araştırmacı tarafından oluşturulan yarı yapılandırılmış yüz yüze görüşme tekniği ile toplanmıştır. Görüşme formuna son hali verilmeden önce üç uzmandan uzman görüşü alınmıştır. Araştırma problemi kapsamında veri toplama aracımda 6 adet soru bulunmaktadır. Bazı soruları detaylandırmak için sonda sorularına da yer verilmiştir. Katılımcı onayı alınarak görüşmeler ses kaydına alınmıştır. Ayrıca katılımcılar Ö1,..Ö13 gibi adlandırılarak kimlikleri gizli tutulmuştur. Araştırma bulguları için veriler betimsel analiz yöntemi kullanılarak çözümlenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre katılımcı sınıf öğretmenlerinin alternatif öğretim yöntemlerinden olan yaratıcı drama hakkında bilgi sahibi oldukları ancak diğer alternatif öğretim yöntemleri hakkında bilgi eksikliklerinin olduğu tespit edilmiştir. Katılımcılar yaratıcı dramanın kalıcılığı, yaratıcılığı ve aktif katılımı sağladığı özgüveni geliştirerek çocuğun kendini ifade etmesine olanak tanıdığını ifade etmiş ve ilkökul seviyesinde bütün derslerde yaratıcı dramanın yöntem olarak kullanılabileceğini savunmuşlardır. Yaratıcı dramanın matematik derslerinde yöntem olarak kullanılması ile kalıcı öğrenmenin sağlandığı, dersin eğlenceli hale geldiği ve matematiğin somutlaşarak hayatla bağlantılı kurulduğu ifade edilmiştir. Katılımcı sınıf öğretmenlerinin yaratıcı dramayı yöntem olarak matematik derslerinde kullanma deneyimleri incelendiğinde en çok sayılar ve işlemler ile ölçme öğrenme alanına yönelik deneyimlerinin olduğu veri işleme öğrenme alanına yönelik bir deneyimlerinin bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sınıf öğretmenleri matematik dersinde en çok paralarımız, uzamsal ilişkiler, kesirler, kesirlerde işlemler, geometrik cisimler ve şekiller, geometrik örüntüler, uzunluk ölçme ve zaman ölçmede yaratıcı dramayı kullanabileceklerini ifade ederken en az veri toplama ve değerlendirme öğrenme alanının öğretiminde kullanacaklarını belirtmişlerdir. Öğretmenler veri işleme öğrenme alanının geleneksel yöntemlerle öğretilmesi gerektiği yaratıcı dramanın sürece ek bir katkısı olmayacağı görüşündedirler. Öğretmenlere alternatif öğretim yöntemleri hakkında hizmet içi eğitim verilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler : *Yaratıcı Drama, Matematik, Sınıf öğretmeni*

Keywords : *Creative drama, Mathematics, Classroom teachers*

ERKEN ÇOCUKLUKTA DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI: COVID-19 ÇERÇEVESİNDE YENİDEN DEĞERLENDİRME

İrem Gürğah OĞUL¹

İzmir Demokrasi Üniversitesi

ÖZET

Teknolojinin gelişmesiyle beraber dijital platformların her yaşta insan tarafından kullanımı artmıştır. Okuma yazma bilmeyen çok sayıda okul öncesi dönem çocuğu bile dijital oyunlar oynayabilmektedir (Nevski & Siibak, 2016). Dijital oyunlar zengin görsel içeriği, çocukları eğlendirmesi ve ilgilerini çekmesiyle çocukların zamanlarının çoğunu dijital oyun oynayarak geçirmelerine yol açmaktadır. 2019 yılında ortaya çıkan ve Dünya'da milyonlarca insanı etkileyen COVID-19 Pandemisiyle birlikte birçok çocuk eve kapanmış ve günlük rutinlerini değiştirmek zorunda kalmıştır (Wu vd., 2020). Evlerinin dışında sınırlı vakit geçiren çocuklar, sosyal ortamlarından uzaklaşp dijital oyunlarla daha fazla vakit geçirmeye başlamışlardır (Kemp, 2020). Bu durum, dijital oyun bağımlılıklarının çocuklar arasındaki görülme sıklığını da arttırmıştır. Ancak dijital dünya, doğasından kaynaklı olarak çocuklar üzerinde olumlu ve olumsuz etkilere sahiptir. Pandemi ile birlikte sayısında artış gözlenen çocuk yaşta dijital oyun kullanıcıları bir yandan pandeminin yarattığı olumsuzluklardan uzaklaşmaktayken diğer yandan dijital dünyanın tehlikeleriyle karşı karşıya kalmaktadır. Bu nedenle, karşı karşıya kaldığı tehlikeleri değerlendirmek için çok küçük olan okul öncesi dönem çocuklarının dijital oyun bağımlılığına ilişkin yapılan çalışmalar önem arz etmektedir. Bu çalışmanın amacı, erken çocukluk dönemindeki çocukların dijital oyun bağımlılığına ilişkin son dönemde yapılan çalışmaların COVID-19 bağlamında incelenmesidir. Çalışma nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi ile desenlenmiştir. Alanyazın taraması yapılarak erken çocukluk dönemindeki çocukların dijital oyun bağımlılığını inceleyen ulusal ve uluslararası çalışmalara ulaşılmıştır. Web of Science, Scopus, ERIC, PubMed, Ulakbim ve Google Scholar veri tabanlarında "Dijital oyun AND COVID", "Dijital bağımlılık AND Koronavirüs" gibi anahtar kelimelerle Türkçe ve İngilizce olarak arama yapılmıştır. Elde edilen çalışmalar doküman analizine tabii tutulmuş ve elde edilen bilgiler sistematik şekilde raporlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: dijital oyun, bağımlılık, erken çocukluk, COVID-19, pandemi

Digital Game Addiction in Early Years: Reassessment in The Framework of Covid-19

With the development of technology, the use of digital platforms by people of all ages has increased. Even many illiterate preschool children can play digital games (Nevski & Siibak, 2016). Digital games cause children to spend most of their time playing digital games with their rich visual content, entertaining and engaging children. With the COVID-19 Pandemic, which emerged in 2019 and affected millions of people in the world, many children had to stay at home and change their daily routines (Wu et al., 2020). Children who spend limited time outside their homes have started to spend more time away from their social environments and spend more time with digital games (Kemp, 2020). This situation has also increased the incidence of digital game addictions among children. However, the digital world has positive and negative effects on children due to its nature. Children's digital game users, whose number has increased with the pandemic, are on the one hand getting away from the negative effects of the pandemic, on the other hand, they are faced with the dangers of the digital world. For this reason, studies on digital game addiction of preschool children, who are too young, are important to evaluate the dangers they face. The aim of this study is to examine the recent studies on digital game addiction of children in early childhood in the context of COVID-19. The study was designed with document analysis, one of the qualitative research methods. National and international studies examining the digital game addiction of children in early childhood were reached. Web of Science, Scopus, ERIC, PubMed, Ulakbim and Google Scholar databases were searched in Turkish and English with keywords such as "Digital game AND COVID", "Digital game addiction AND Coronavirus". The obtained studies were subjected to document analysis and the information gathered was systematically reported.

Keywords:digital game, addiction, early childhood, COVID-19, pandemic

71-iscs-conference-8th-417-MT-Oral/Online / -80

DİJİTAL OYUN KARAKTER KOSTÜMLERİNİN GÖSTERGEBİLİMSEL ÇÖZÜMLENMESİ

Berna Yıldırım ARTAÇ¹, Saliha AĞAÇ¹

¹Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi

ÖZET

Teknolojinin ilerlemesi ile birlikte gelişen dijital dünya, toplumların maddi ve manevi kültürleri üzerinde izler bırakmaktadır. Dijital dünyanın halkaları arasında yer alan oyunlar ise gençleri etkileyen önemli kültür ortamlarından birini oluşturmaktadır. Bireyleri içerisine alan dijital oyunlarda insan algısının her yönünü kuşatan karakter tasarımlarına ise titizlikle yer verilmektedir. Karakter tasarımında hayal edilen topluluğa ya da kişiliğe dair bilgilerin yansıtılmasında; sosyal, kişisel, siyasi olayların aktarımında kullanılan kostümler ile anlatı yolu oluşturulmaktadır. Tasarlanan karakterler için kostümlerin kişileri etkileme gücünden faydalanılmaktadır. Gerçekleştirilen yazın taramasında karakter analizine uygun olarak kostüm tasarımını ya da kostümlerin içerdiği anlamları irdeleyen herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu sebeple; karakter tasarımı ile kostüm tasarımının ilişkilendirildiği bu araştırmadaki temel amaç; dijital dünyaya ait karakterlerin kostüm özelliklerinin taşıdığı anlamların çözümlenmesine örnek oluşturabilecek bir çalışma ortaya koymaktır. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden; sosyal olgu ya da olayın bütüncül olarak anlaşılabilmesini sağlamak amacıyla olay ya da olguyla ilişkili bütün değişkenlerin karşılıklı etkileşiminin incelendiği bir araştırma deseni olan, birey, grup ya da kurumlarda konunun yoğun bir şekilde incelenmesine olanak sağlayan Örnek Olay İncelemesi kullanılmıştır. Hazırlanan çalışmada Nintendo yapımı olan Fire Emblem Fates dijital oyun karakterlerinin bir kısmı resim, tiyatro gösterisi, film, moda gibi bildirişim amacı taşıyan gösterge dizelerini inceleyen göstergebilimsel analizle, kostümlerin taşıdığı anlamlara göre karakter yorumlamaları gerçekleştirilmiştir.

Anahtar Kelimeler:Oyun Karakterleri, Kostüm, Dijital Oyun, Göstergebilim

A Semiotic Analysis Of Character Costumes In Digital Games

ABSTRACT

Digital world, continuously developing with the progress in technology, leaves traces on material and moral values of communities. Being among the most significant components of the digital world, games constitute one of the most important cultural platforms that influence young people. Character designs surrounding all aspects of human perception are meticulously included in the digital games that attract the individuals. In order to reflect the information about the character design of an imagined community or a person, the method of signification through costumes is used to form ways of narrating social, personal and political events. The power of influence costumes have on the individuals, is thus acknowledged and it is employed in the character design process. The review of literature showed that there are not any studies that focus either on the costume design in accordance with the character analysis or the symbolic meanings of the costumes. Deriving from this point, this study, which establishes a link between character design and costume design, aims to present an exemplary analysis which could be used to explore the implications of costumes worn by the characters of the digital world. In this study, with the aim of presenting a comprehensive understanding of individuals, groups or institutions or a related social event or phenomenon, Case Study was preferred among other qualitative research methods, since it has greater capacity for a comparative examination of the interaction of all variables. Various characters from Fire Emblem Fates, a Nintendo digital play, were examined through semiotic analysis, which studies the patterns of symbolism found in picture, theatre, cinema and fashion, and the character analyses were carried out in accordance with the semiotic implications of the costumes.

Keywords:Game Characters, Costume, Digital Game, Semiotics

72-iscs-conference-8th-435-MT-Face to Face Oral / -8

SPOR BİLİMLERİNDE BAŞARININ SIRLARI

Vedat ÇINAR¹

¹Fırat Üniversitesi

Hayatta çalışmadan elde edilecek tek şeyin başarısızlıktır, her insanın başarılı olabileceğini ancak bunu fark ederek çalışması gerekir. Başarılı olmanın verimli ve dikkatli çalışmaktan geçerek, başarılı bilim insanlarının günlerinin çoğunu çalışarak geçirdiklerini vurgulayarak, "İşlerini severek yapan insanların motivasyonları yüksek ve başarıları daimdir. Genç araştırmacıların, sevecekleri alanda, çok çalışmaları gereklidir. Her ne koşulda olursa olsun çalışırken yılmamalı ve belirledikleri hedefte emin adımlarla ilerlemeleri gerekir.

Pr "Bilim insanlarının başarı hikayelerine baktığımızda genellikle birinci derecede ısrarcı olmak, başarıya götüren en önemli etkidir. Bu bizim hayatımızda da böyledir. Bir işi başarabilmek için pes etmeden başarıyı yakalayabileceğimizi unutmamalıyız. Her zaman kafamızda yapacağımız işi önceden tasarlamalıyız. Tek iş yap, o işi çok iyi yap. Bu, bilimde çok önemlidir. Bilim insanlarının çok başarılı olmalarındaki büyük sır da budur. Bilim insanlarıncı genellikle tek bir konuda çalışıldığını görüyoruz. Tek bir alana yoğunlaşmış o konuda uzmanlaşarak ilerlediğimizde daha başarılı olabiliriz."

Anahtar Kelimeler: Bilim, Başarı

Secrets Of Success in Sports Science

The only thing that can be achieved without working in life is failure, every person can be successful, but they need to work by realizing this. Emphasizing that successful scientists spend most of their days working by working efficiently and carefully, he said, "People who love their jobs are highly motivated and successful. Young researchers need to work hard in the field they will love. They should not be discouraged while working under any circumstances and take firm steps towards the goal they have determined. they need to progress.

Pr "When we look at the success stories of scientists, being persistent in the first degree is the most important factor leading to success. This is also the case in our lives. We should not forget that we can achieve success without giving up in order to succeed in a job. We should always design what we are going to do in our mind in advance. Do one job, that job is very important. "Do it well. This is very important in science. This is the big secret of scientists being very successful. We see that scientists generally work on only one subject. We can be more successful when we focus on a single field and specialize in that subject."

Keywords: Science, success

73-iscs-conference-8th-539-MT-Face to Face Oral / -7

ÖĞRETMENLİK UYGULAMASI DERSİNİN ÖĞRETİM ELAMANLARI, UYGULAMA ÖĞRETMENLERİ İLE ÖĞRETMEN ADAYLARININ GÖRÜŞLERİNE GÖRE DEĞERLENDİRİLMESİ

Meryem ALTUN EKİZ¹

¹HATAY MKÜ BESYO

ÖZET

Öğretmenlik uygulaması dersinin verimli bir şekilde gerçekleştirilebilmesi için tüm paydaşların görüşlerinin ortaya koyulması açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmada paydaşların öğretmenlik uygulaması dersine yönelik görüşlerinin birbirleri ile uyum ve çatışmalarını ortaya koyulmaktadır. Bu nedenle bu çalışmanın amacı öğretmenlik uygulaması dersini öğretim elamanları, uygulama öğretmenleri ile öğretmenlik uygulaması dersini alan beden eğitimi öğretmen adaylarının görüşlerine göre değerlendirmektir. Program değerlendirme modeli olarak ise, Stufflebeam'ın Bağlam, Girdi, Süreç ve Ürün Değerlendirme Modeli (CIPP) kullanılmıştır. Araştırmada nicel ve nitel araştırma yöntemlerinin bir arada kullanıldığı karma araştırma yöntemi uygulanmıştır. Araştırmanın nicel veri toplama grubunu 2021-2022 eğitim öğretim güz yarısında Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Öğretmenlik Uygulaması dersini alan beden eğitimi öğretmen adayları (n:63) oluştururken, nitel verileri ise çalışmaya katılan öğretmen adaylarına danışmanlık yapan 7 öğretim elemanı ve 7 uygulama öğretmeni oluşturmuştur. Örnekleme maksimum çeşitlilik örneklemesine uygun olmasına dikkat edilmiştir. Araştırmanın veri toplama araçlarını Aslan ve Sağlam (2017)'in geliştirmiş olduğu Öğretmenlik Uygulaması Değerlendirme Anketi ve Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu oluşturmaktadır. Çalışmada veriler iki aşamada toplanmıştır: Birinci aşamada öncelikle nicel veriler toplanmış ikinci aşamada da nicel verilerin daha ayrıntılı açıklanabilmesi amacıyla 7 uygulama öğretmeni ve 7 öğretim elemanı ile yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Çalışmada elde edilen nicel verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılmış, her bir maddeye ilişkin ortalama ve standart sapma değerlerine yer verilmiştir. Nitel verilerin analizinde ise betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Nitel verilerdeki geçerlik ve güvenilirliği sağlamak amacıyla doğrudan alıntılara yer verilmiştir. Çalışma sonucunda, bağlam, girdi ve süreç boyutlarında aksayan bazı noktalar bulunurken ürün boyutunda elde edilen bulgularda beden eğitimi öğretmen adaylarının öğretmenlik uygulamasını yeterli düzeyde etkili gördüklerini belirtmişlerdir. Görüşmelerden elde edilen veriler incelendiğinde, bazı konularda dersin her üç paydaşı da aynı ya da benzer ifadelerde bulunmuş olup görüşlerinin birbirleriyle uyumlu olduğu gözlenirken bazı maddelerde paydaşların ifadelerinin birbirlerinden farklı olduğu gözlenmiştir. Ulaşılan sonuçlara bağlı olarak öğretmenlik uygulamasının verimli olması için uygulama okullarında gerekli koşullar sağlanmalı, öğretmen adaylarına gerekli materyaller sağlanmalı, uygulama öğretim elamanlarınca okulda verilen iki saatlik seminer derslerinin düzenli olarak verilmesi gibi önerilerde bulunulabilir.

Anahtar Kelimeler : Öğretmenlik uygulaması, Beden eğitimi öğretmen adayı, Uygulama öğretmeni, Uygulama öğretim elemanı

Evaluation Of Teaching Practice Course According To The Opinions Of Teaching Staff, Practice Teachers And Pre-Service Teachers

It is thought that it is important in terms of revealing the views of all stakeholders in order to carry out the teaching practice course efficiently. In this study, it is aimed to reveal the compatibility and conflicts of the opinions of the stakeholders about the teaching practice course. Therefore, the aim of this study is to evaluate the teaching practice course according to the views of the teaching staff, practice teachers and physical education teacher candidates who took the teaching practice course. As the program evaluation model, Stufflebeam's Context, Input, Process and Product Evaluation Model (CIPP) was used. Mixed research method, in which quantitative and qualitative research methods are used together, was used in the research. The quantitative data

collection group of the research consists of physical education teacher candidates (n:63) who took the Teaching Practice course at Hatay Mustafa Kemal University Physical Education and Sports School in the 2021-2022 academic year. The qualitative data consisted of 7 instructors and 7 practice teachers who provided consultancy to the pre-service teachers participating in the study. Care was taken to ensure that the sampling was suitable for maximum variation sampling. The data collection tools of the research are the Teaching Practice Evaluation Questionnaire and Semi-Structured Interview Form developed by Aslan and Sağlam (2017). In the study, data were collected in two stages: In the first stage, quantitative data were collected first, and in the second stage, semi-structured interviews were conducted with 7 practice teachers and 7 instructors in order to explain the quantitative data in more detail. The SPSS package program was used in the analysis of the quantitative data obtained in the study, and the mean and standard deviation values for each item were included. In the analysis of qualitative data, descriptive analysis technique was used. Direct quotations are included in order to ensure the validity and reliability of the qualitative data. As a result of the study, while there were some failing points in the context, input and process dimensions, the findings obtained in the product dimension indicated that the physical education teacher candidates considered the teaching practice to be effective at a sufficient level. When the data obtained from the interviews were examined, it was observed that all three stakeholders of the course made the same or similar statements on some issues, and while it was observed that their views were compatible with each other, the statements of the stakeholders were different from each other in some items. Depending on the results, suggestions can be made such as providing the necessary conditions in the practice schools, providing the necessary materials to the teacher candidates in order for the teaching practice to be efficient, and regularly giving the two-hour seminar courses given at the school by the practice instructors.

Keywords:Teaching practice, Physical education teacher candidate, Practice teacher, Practice instructor

Testing And Tuning Of The Sport Archery Bow And Arrow System

Ihor ZANEVSKYY¹, Lyudmyla ZANEVSKA¹

¹Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskij, Lviv, Ukraine,

Background. Testing and tuning of the archery bow and arrow system is an important component for successful shooting. Well-known practical recommendations are rather approximate and based on the empirical method of attempts and mistakes that needs a long time and much efforts. The aim of the research was to develop an analytical method of the virtual testing and tuning of the archery bow and arrow system and optimizing of the height of the plunger and arrow rest.

Materials and Methods. Modern recurve bows in the frames of International Archery Federation standards are studied. Modeling was used to derive a method of preparation of the bow for sport archery competition. A model of the archery bow as a kinematical chain with solid members united with rotated kinematical pairs was investigated.

Results. The main result was a determination of the unknown tuning parameters in terms of the given bow parameters, subject to one or more conditions that have to be met when the bow is tuned. The bow and arrow system was studied in the braced and drawn situations, and methods of virtual testing and optimizing of the height of the plunger and arrow rest above the hand was developed. The bow and arrow with a zero angle of attack can not be symmetrical in the main plane because an arrow and a hand that holds a bow could not situated together at the same place. Parameters that are varied when tuning a bow are the location of the knocking point on the string, the location of the plunger on the riser where the arrow rests and the tiller as imbalance of the two limbs.

Conclusions. The results of modeling are presented in a simple form (as tables and figures) which are suitable for coaches and shooters who are unready to use the mathematical methods. The developed method is recommended for optimizing of the archery bow and arrow parameters.

Keywords : shooting, archery, recurve bow, modeling

OTİZM SPEKTRUM BOZUKLUĞU VE EGZERSİZ

Dilek AYDEMİR¹, Mine TURĞUT², Zeynep YILDIRIM²

¹Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, ²Bartın Üniversitesi

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, günümüzde otizm, insanların karmaşık davranışlarını etkileyen çok boyutlu olarak tanımlanan otizm spektrum bozukluğu ve egzersiz ilişkisini detayları ile araştırıp, literatürde yapılmış araştırmaları derleyerek yorumlamaktır.

Otizmin muhtemel etiyolojileri arasında kalıtım, seratoninin etkinliği, viral nedenler ve merkezi sinir sistemindeki yapısal veya işlevsel olarak zarara veya değişikliğe neden olan her şey sayılabileceği belirtilmektedir. Otizm spektrum bozukluğu olan çocuk ve yetişkin olarak baktığımızda beyin fonksiyon yapılarında farklılıklar olduğu gözlemlenmiştir. Bu farklılıklar çoğu zaman hamilelik esnasında ortaya çıkan çeşitli rahatsızlıklar ve enzim eksiklikleri ile ilişkilendirilmektedir. Otistik bireylerde fiziksel yapılarında gözlemlenebilir bir rahatsızlık olmasa dahi beyin yapılarında anormal belirtilere rastlanmaktadır. Otistik bireylerde genetik ve çevresel faktörlerin rol aldığı görülmekte olup, genetik faktörlere bakıldığında, birkaç farklı genin otizm bozukluğuna sebep olduğu ve bazı genetik mutasyonların kalıtsal olduğu görülürken diğerlerinin kendiliğinden ortaya çıktığı gözlemlenmiştir. Çevresel faktörlere bakıldığında ise, viral enfeksiyonlar, gebelik sırasında alınan ilaçlar, ortaya çıkan bazı komplikasyonlar veya hava kirliliği gibi faktörlerin otizm oluşumunda önemli rol oynadığı gözlemlenirken; düzenli egzersiz aktivitelerinin otistik bireylerde zihinsel öğelerin geliştirilmesi ve sosyal aktivasyonların sağlanmasında özel eğitimle birlikte birçok sağlık sorunlarını önlemek için önem arz ettiği gözlemlenmiştir. Bu eğitim programları otizmlili çocukların fiziksel durumunu iyileştirmekle kalmayıp, bazı sağlık problemlerini ve vücut kitle indekslerini azalttığı görülmektedir.

Tüm bu bilgiler doğrultusunda mevcut araştırma ile alan yazın incelendiği zaman gerçekleştirilmiş otizm spektrum ve egzersiz ilişkisine yönelik araştırmalarına bakıldığında konuyu detayları ile ele alıp inceleyerek yorumlanacağından, sonraki çalışmalara ışık tutabilecek bir çalışma olduğunu söylemek eksik ya da yanlış olmayacaktır.

Anahtar Kelimeler : Otizm, Engel ve Egzersiz

COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN UZAKTAN EĞİTİMLE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNİN İŞLENİŞİNE İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

Mustafa Burak ŞAHAN¹, Ayşe DİLŞAD MİRZEOĞLU¹, Burak GÜNEŞ¹

¹Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi,

ÖZET

Covid-19 salgınından çeşitli alanlarda olduğu gibi eğitim alanı da büyük ölçüde etkilenmiştir. Çeşitli eğitim alternatiflerinin kullanıldığı bu süreçte, ülkemizdeki beden eğitimi dersleri uzaktan eğitim ile yürütülmüştür. Bu çalışmanın amacı COVID-19 pandemi sürecinde uzaktan eğitimle yürütülen beden eğitimi ve spor dersine yönelik beden eğitimi öğretmenlerinin görüşlerini incelemektir. Araştırma nitel araştırma desenlerinden olgubilim deseni ile yapılandırılmıştır. Araştırmanın çalışma grubunu, 2020-2021 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde Covid-19 sebebiyle uzaktan eğitim veren Gaziantep ilinde görev yapan 10 beden eğitimi ve spor öğretmeni oluşturmaktadır. Araştırma katılımcıları cinsiyet (kadın/erkek), okul kademesi (ortaokul-lise), okul deneyimi (0-10 yıl ve 11-20 yıl) dikkate alınarak maksimum çeşitlilik örnekleme ile belirlenmiştir. Araştırma verileri yarı yapılandırılmış görüşme ile elde edilmiştir. Veriler içerik analizine tabi tutulmuş ve görüşler, hazırlıklar, dersin içeriği, yaşanan sorunlar, çözümler, öğrenciyi değerlendirme, katılımı artırma, eğitim portalı ve veli dönütleri olmak üzere 9 temanın ortaya çıktığı görülmüştür. Araştırma bulguları tüm katılımcıların, uzaktan eğitimle yürütülen beden eğitimi derslerinin verimsiz geçtiği görüşünde olduklarını göstermektedir. Katılımcılar uzaktan eğitimle yapılan derslerin amacına ulaşmadığını, dersin yapay olduğunu ve mecburiyetten dolayı ders işlediklerini bildirmişlerdir. Sonuç olarak çalışmaya katılan öğretmenlerin beden eğitimi dersinin mutlaka yüz yüze verilmesi konusunda bir fikir birliği içinde olduğu görülmektedir. Farklı öğretim yöntemleri ve modellerinin uzaktan eğitim sürecine nasıl entegre edilebileceği ile ilgili uygulamalı eğitimlerin verilmesi önemli görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Uzaktan Eğitim, Beden Eğitimi ve Spor Dersi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni

The Opinions Of Physical Education Teachers On The Teaching Of Physical Education And Sports Lessons Through Distance Education During The Covid-19 Pandemic Proces

ABSTRACT

The field of education, as all the other fields, have been highly affected by the Covid Epidemic. Within the pandemic period, in which various alternatives of education have been used, Physical Education lessons were carried out with distance education in our country. The purpose of this study is to investigate the Physical Education and Sports teachers' opinions regarding to Physical Education lessons which were carried out with distance learning in this Covid-19 Pandemic period. This research has been structured with phenomenology, one of the qualitative research designs. 10 Physical Education and Sports teachers working in the province of Gaziantep and giving distance education because of Covid-19 in the spring term of the 2020-2021 Academic Year form the study group of this research. The participants of this research were selected with the use of maximum diversity sampling by taking into account gender (male/female), school level (secondary school-high school), school experience (0-10 years and 11-20 years). Research data were obtained with the use of semi-structured interview. The data were subjected to content analysis and it was observed that 9 themes emerged: opinions, preparations, course content, problems experienced, solutions, student evaluation, increasing participation,

opinions about the educational portal and parental feedback. Research results point out that each participant shares the opinion that physical education classes carried out with distance education are inefficient. The participants said that distance education courses did not attain their aim, the courses were artificial and they compulsorily taught their lesson. In conclusion, it is seen that all the teachers participated in the study agree that physical education lessons should be given face to face. Giving practical training about how to integrate different teaching methods and models into the distance education process is considered as significant.

Keywords: *Distance Education, Physical Education and Sport Lesson, Physical Education and Sport Teacher*

REKREASYON BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİNİN BOŞ ZAMAN YÖNETİMİ, YAŞAM DOYUMU VE MUTLULUK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Hayri AKYÜZ¹, Sercan KURAL¹

¹Bartın Üniversitesi

Bu araştırmanın amacı rekreasyon bölümü öğrencilerinin boş zaman yönetimi, yaşam doyumu ve mutluluk düzeylerinin farklı demografik değişkenler açısından incelenmesidir. Çalışma grubunu Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Rekreasyon Bölümü öğrencileri (142 erkek, 102 kadın, toplam 244 kişi) oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu”, “Boş Zaman Yönetimi Ölçeği”, “Yaşam Doymu Ölçeği” ve “Mutluluk Ölçeği” kullanılmıştır. Veriler online ortamda elde edilerek “SPSS 23.0” programında analiz edilmiştir. Demografik değişkenler için frekans, yüzde, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri elde edilmiştir. Farklılaşma durumlarına yönelik T-testi ve ANOVA, ilişki durumlarına yönelik Korelasyon testi yapılmıştır. Ayrıca, gruplar arasındaki farklılıkları belirlemek için TUKEY testi kullanılmıştır. Araştırmaya yönelik bütün analizlerde anlamlılık seviyesi ($p < 0,05$) olarak değerlendirilmiştir. Araştırma bulgularında, cinsiyet değişkeni açısından boş zaman yönetimi ölçeği değerlendirme alt boyutu ve yaşam doyumu ölçeği toplam puanlarında erkek katılımcıların lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Diğer bir bulguda, yaş değişkeni ile boş zaman yönetimi ölçeği boş zaman tutumu ve programlama alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Öğretim türü değişkeni ile boş zaman yönetimi ölçeği boş zaman tutumu alt boyutu arasında normal öğretim öğrencilerinin lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Dahası, sınıf değişkeni ile boş zaman yönetimi ölçeği puan ortalamaları, amaç belirleme, değerlendirme, programlama alt boyutları ve mutluluk ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Tespit edilen bu anlamlı farklılıklar boş zaman yönetimi ölçeği açısından ağırlıklı olarak üst sınıf öğrencilerinin lehine, mutluluk ölçeği açısından alt sınıf öğrencilerinin lehinedir. Boş zaman aktivitelerine katılım sıklığı değişkeni ile araştırmada kullanılan her üç ölçek puan ortalamalarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Bulunan bütün bu anlamlı farklılıklar boş zaman aktivitelerine sıklıkla katılan bireylerin lehinedir. Gelir durumu değişkeni ile boş zaman yönetimi ölçeği puan ortalamaları, değerlendirme ve programlama alt boyutları, yaşam doyumu ölçeği ve mutluluk ölçeği puan ortalamaları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Tespit edilen bu anlamlı farklılıklar ağırlıklı olarak yüksek gelir grubuna sahip kişiler lehinedir. Sonuç olarak, durum tespitine yönelik olarak yapılan ve rekreasyon bölümü öğrencilerinin boş zaman yönetimi, yaşam doyumu ve mutluluk düzeylerinin demografik değişkenler açısından değerlendirildiği bu çalışmada bazı demografik değişkenlerin katılımcıların boş zaman yönetimi, yaşam doyumu ve mutluluk seviyeleri açısından farklılaştığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Mutluluk, Yaşam Doymu, Rekreasyon, Boş Zaman

Investigation Of Leisure Management, Life Satisfaction And Happiness Levels Of Recreation Department Students

Hayri AKYÜZ¹, Sercan KURAL¹

¹Bartın Üniversitesi

The purpose of this study is to examine the recreation department students' leisure management, life satisfaction and happiness levels in terms of different demographic variables. The study group consists of students from the Recreation Department of the Faculty of Sports Sciences of Bartın University (142 men, 102 women, a total of 244 people). As a data collection tool, "Personal Information Form" created by the researcher, "Leisure Management Scale", "Life Satisfaction Scale" and "Happiness Scale" were used. The data were obtained online and analyzed in the "SPSS 23.0" program. Frequency, percentage, arithmetic mean and standard deviation values were obtained for demographic variables. T-test and ANOVA for differentiation status and Correlation test for relationship status were used. In addition, TUKEY test was used to determine the differences between groups. The level of significance was evaluated as (p<0.05) in all analyzes for the study. In the research findings, in terms of gender variable, a significant difference was found in favor of male participants in the evaluation sub-dimension of the leisure management scale and the total scores of the life satisfaction scale. In another finding, a low-level positive and significant relationship was found between the age variable and the leisure attitude and programming sub-dimensions of the leisure management scale. A significant difference was found between the teaching type variable and the leisure management scale leisure attitude sub-dimension in favor of normal education students. Moreover, significant differences were found between the class variable and the mean scores of the leisure management scale, goal setting, evaluation, programming sub-dimensions, and the happiness scale mean scores. These significant differences determined are mostly in favor of upper class students in terms of leisure management scale and in favor of lower class students in terms of happiness scale. Significant differences were found between the frequency of participation in leisure activities and the mean scores of all three scales used in the study. All these significant differences found are in favor of individuals who frequently participate in leisure activities. A significant difference was found between the income status variable and the mean scores of the leisure management scale, evaluation and programming sub-dimensions, life satisfaction scale and happiness scale mean scores. These significant differences are predominantly in favor of people with high income groups. As a result, in this study, which was conducted to determine the situation and the recreation department students' leisure time management, life satisfaction and happiness levels were evaluated in terms of demographic variables, it was determined that some demographic variables differed in terms of leisure time management, life satisfaction and happiness levels of the participants.

Keywords: *Leisure management, Life satisfaction, Happiness*

Study On Physical Parameters To Wrestlers

Kujtim KAPEDANI¹

¹*Sports University Tirane/ALBANIA*

The aim of this study was to find out the impact of physical parameters in wrestlers in an intervention program. Data was gathered in this test; pull up, push up, chest press standing, chest a squat. The participant of the two group [wrestlers] was as follows N= 14 athletes for control group and N= 14 for intervention group. The intervention lasted for 6 weeks. The intervention did 10-15 min. exercises, while the control group performed the normal training session. All the mean data on descriptive show improvement in all parameters measured in this study in favor of intervention group but performing independent t test between group statistical show analysis no significant improvements. Authors of this study suggest the lengthening of the duration of the intervention and more focus on strength training in the exercises performed in the intervention group.

Keywords: *Wrestlers, Reaction time, B M I, Physical skills, Strength, Technical preparation.*

EĞİTİMDE VELİ KATILIM ÖLÇEĞİNİN SPORA UYARLANMASI: GEÇERLİK VE GÜVENİRLİK ÇALIŞMASI

Ezgi KARAALI¹, Neslişah AKTAŞ ÜSTÜN¹

¹Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi

Bu çalışmada, eğitimde veli katılımı ölçeğinin spora uyarlanarak psikometrik özelliklerinin geçerlik ve güvenilirlik ölçütlerini sağlayıp sağlamadığı incelenmiştir. Orijinal ölçek Gürbüzürk ve Şad (2010a) tarafından geliştirilmiştir. Veli Katılımı Ölçeği, 5 seçenekli (Her zaman-Hiçbir zaman) Likert tipi bir ölçek olup velilerin çocuklarının eğitimlerine katılım düzeylerini ölçmeyi amaçlayan toplam 8 alt ölçek ve 39 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin uyarlanmasında sırasıyla kapsam geçerliliği, yapı geçerliliği, yakınsak geçerlilik, ıraksak geçerlilik ve ölçüt geçerliliği analizlerine tabii tutulmuştur. Çalışmada NFI, CFI, GFI, RMSEA uyum indeks değerleri hesaplanmıştır. Ayrıca ölçeğin güvenilirliği iç tutarlılık katsayısı ve test tekrar test güvenilirlik katsayısı hesaplanarak tespit edilmiştir. Sonuç olarak veri toplama aracının spora uyarlanmış versiyonu için güvenilir ve geçerlik ölçütü olan, uyum indeks değerlerine göre de 36 madde ve 8 faktör olarak iyi uyum gösterdiği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler : *Eğitim, Öğretim, Spor, Spora Katılım, Ölçek, Uyarlama*

Adaptation Of Parental Involvement Scale in Education To Sports: Validity And Reliability Study

Present study aimed to examine to adapt the Parental Involvement Scale in Education to sports and examine whether its psychometric properties met the validity and reliability criterias. The original scale was developed by Gürbüzürk and Sad (2010a). The Parental Involvement Scale is a Likert-type scale with 5 options (Always-Never). In the adaptation of the scale, content validity, construct validity, convergent validity, divergent validity and criterion validity were analyzed respectively. NFI, CFI, GFI, RMSEA fit index values were calculated in the study. In addition, the reliability of the scale was determined by calculating the internal consistency coefficient and the test-retest reliability coefficient. As a result, it was determined that the data collection tool showed a good fit as 36 items and 8 factors accordig to the fit index values, which is a reliable and valid criterion for the sport-adapted version of the data collection tool.

Keywords: *Education, Training, Sports, Sports Participation, Scale, Adaptation*

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİSİ PROFESYONEL FUTBOLCULARIN EĞİTİM SÜRECİNDE YAŞADIĞI ZORLUKLARIN BELİRLENMESİ

Recep CENGİZ¹, Göksel YIKMIŞ²

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi SBF/Manisa

²Bingöl Üniversitesi Fen Edebiyat Fakültesi, Felsefe Bölümü/Bingöl

ÖZET

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrenimine devam eden profesyonel futbolcuların üniversite eğitimleri sürecinde kulüpte, okulda ve aile hayatında yaşadığı zorlukların belirlenmesidir. Araştırmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmaya katılımcı olarak 40 aktif profesyonel futbolcu dâhil edilmiştir. Verilerin toplanmasında yarı yapılandırılmış sorular hazırlanıp 40 futbolcuya uygulanmıştır. Sorular futbolcuların eğitim sürecinde kulüp, aile ve okulda yaşadıkları sorunları kapsamaktadır. Verilerin toplanmasında internet yoluyla katılımcılara ulaşılmış ve cevaplamaları istenmiştir. Verilerin çözümlenmesinde Nvivo çözümlene tekniği kullanılmıştır. Araştırma bulgularında katılımcıların çoğunlukla profesyonel futbol yaşantısının akademik başarıyı olumsuz etkilediğini, okul, aile ve kulüp sürecinde zaman yönetimi konusunda zorlandıklarını ancak profesyonel futbolculuk ve eğitim sürecinin devam etmesi onların aile yaşamı ve ilişkilerini olumlu yönde etkilediğini ifade etmişlerdir. Sonuç olarak futbolcular kulüp, okul ve aile arasında denge kurduklarını, zorunluluk derecesine göre aile, kulüp ve okul planlaması yaptıklarını ifade etmişlerdir. Ayrıca futbolcuların ifadelerinde eğitim kazanımlarının performanslarını olumlu yönde etkilediğini ve aile bireyleri, kulüp yöneticileri, antrenör ve öğretim elemanlarının futbolcuların eğitim sürecine olumlu yaklaşımlarının motivasyonlarını artırdıkları anlaşılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: futbol, profesyonel futbolcu, üniversite eğitimi, başarı, zorluk

Determining The Difficulties Faced By University-Educated Footballers in The Education Process

The purpose of this research is to determine the difficulties faced by professional football players, who continue their university education, in their club, school and family life during their education process. Qualitative research method was used in the research. 40 active professional football players were included as participants in the study. In the collection of data, semi-structured and structured questions were prepared and applied to 40 football players. The questions contain the problems faced by the football players in the club, family and school during the education process. In order to collect the data, the participants were reached via the internet and they were asked to answer. Nvivo analysis technique was used to analyze the data. In the research findings; Most of the participants stated that professional football life affects academic success negatively, they have difficulties in time management in school, family and club processes, but the continuation of professional football and education process affects their family life and relationships positively. As a result, the football players stated that they established a balance between the club, school and family, and they planned family, club and school according to the degree of necessity. In addition, it is understood that the educational achievements of the football players affect their performance positively and the positive approach of family members, club board members, coaches and instructors to the education process of the football players increases their motivation.

Keywords: football, professional footballer, university education, success, difficulty

ÖZEL SEKTÖR ÇALIŞANLARINDA İŞ-SERBEST ZAMAN ÇATIŞMASI İLE YAŞAM DOYUM İLİŞKİSİ: İŞ-YAŞAM DENGESİNİN ARACILIK ETKİSİNİN TESTİ

İsmail AYDIN¹

¹Bartın University

ÖZET

Bu araştırmada özel sektör kuruluşlarında çalışan kişilerin (a) iş-serbest zaman çatışma düzeyleri ile yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi analiz etmek; (b) bu ilişkide iş-yaşam dengesinin aracılık etkisinin olup olmadığını ortaya koymak amaçlanmıştır. Çeşitli ölçütlere göre belirlenen özel sektör kuruluşundan kolayda örneklem yöntemiyle tespit edilen 235'i (Ort. Yaş= 41.57 ± 8.17) erkek, 169'u (Ort. Yaş= 40.34 ± 8.37) kadın toplam 404 kişi araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Çalışmada veri toplama aracı olarak İş-Serbest Zaman Çatışması Ölçeği (İŞÇÖ), İş-Yaşam Dengesi Ölçeği (İYDÖ) ve Yaşam Doymu Ölçeği (YDÖ) kullanılmıştır. Ölçeklerin güvenilirlik düzeyleri Cronbach's Alpha katsayısı ile hesaplanmış; oluşturulan yapısal modelin geçerliliği ise Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile test edilmiştir. Ölçekler arasındaki ilişki Yapısal Eşitlik Modeli (YEM) ile incelenmiştir. Bulgular, araştırma modelinin geçerli ve güvenilir bir yapıda olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca, özel sektör kuruluş çalışanlarının yaşam doyum düzeylerinde iş-serbest zaman çatışmasının doğrudan olumlu yönde etki oluşturarak belirleyici bir rol oynadığı belirlenmiştir. Oluşan bu modelde iş-yaşam dengesinin kısmi aracılık etkisi yarattığı da çalışmada tespit edilmiştir. Sonuç olarak iş nedeniyle serbest zaman faaliyetlerine katılacak yeterli vakti ve enerjisi kalmayan özel sektör çalışanların iş ve serbest zaman arasında tercih yaparken bir çeşit baskı yaşadığı, bu durumun ise yaşamdan duydukları memnuniyeti algılama düzeylerinde önemli derece de etki yaratarak iş ve yaşamları arasındaki dengeyi bozduğu anlaşılmaktadır.

Anahtar Kelimeler: İş-Serbest Zaman Çatışması, Yaşam Doymu, İş-Yaşam Dengesi, Aracılık Etkisi

The Relationship Between Work-Leisure Conflict And Life Satisfaction In Private Sector Employees: Testing The Mediation Effect Of Work-Life Balance

In this study, it is aimed to analyze the relationship between (a) work-leisure conflict levels and life satisfaction levels of people working in private sector organizations (b) to reveal whether there is a mediating effect of work-life balance in this relationship. Determined by convenience sampling method from private sector organizations determined according to various criteria, a total of 404 participants 235 (Mean age= 41.57 ± 8.17) male and 169 (Mean age= 40.34 ± 8.37) female constituted the sample of the study. Work-Leisure Conflict Scale (WSS), Work-Life Balance Scale (BFL) and Life Satisfaction Scale (LBS) were used as data collection tools in the study. The reliability levels of the scales were calculated with the Cronbach's Alpha coefficient; The validity of the constructed structural model was tested with Confirmatory Factor Analysis (CFA). The relationship between the scales was examined with the Structural Equation Model (SEM). The findings revealed that the research model was valid and reliable. In addition, it has been determined that the work-leisure conflict has played a decisive role in the life satisfaction levels of private sector employees by creating a direct positive effect. As a result, private sector workers, who do not have enough time and energy to participate in leisure time activities due to work, experience some kind of pressure when choosing between work and leisure, and this situation has a significant impact on their level of perception of their satisfaction with life and disrupts the balance between work and life.

Keywords: Life Satisfaction, Work-Life Balance, Mediation Effect, Work-Leisure Conflict

84-iscs-conference-8th-545-MT-Face to Face Oral / -20

The Effect Of Fatigue On Soccer Players' Coordination Abilities

Jamal ABUBSHARA¹

¹Palestine Technical University-Kadoorie

Coaches must translate what has occurred in the match into training activities which are linked to these guidelines . This must be done in such a way that they can be executed again in the matches,most coaches do not reach the final step,they donot reach further than creating general training exercises,which hardly have any relation to problems that occurred in the match,fatigue is one of the main problems which effect on performance skills and other variables,nontheless,coordination abilities during matches and high intensity exercise are still controversial.Therfor the aim of this study was to examine the effect of acutely induced fatigue on soccer players coordination skills, to achieve this, the researcher used quasi-experimental method and conducted the study on a puposive sample (S) of (11) eleven experienced elite male soccer players performed three coordination abilities tests (dribbling 30 s ,weight passing correctly to specified distsnce (15m,25m,35m),and short dribbling test) prior to and after the implementation of an intensive and intermittent exercise protocol.In order to procces the data T-test was used , the results revealed significant difference between pre-test and post-test values of coordination abilities test scores($p<0.01$) .Heart rate before the shooting test was HR (89.28 ± 4.03) bmp, and heart rate after fatigue was measured at (174.39 ± 12.24) bmp. The results confirmed the study hypothesis regarding the negative influence of fatigue on co-ordination abilities (rhythm, differentiation, orientation). It is concluded that coaches should train the players under exertion condition to decrease the effects of fatigue on co-ordination abilities level.

Keywords:*co-ordination abilities , orientation, Differentiation, Rhythm, fatigue protocol*

METABOLİK SENDROM VE EGZERSİZ

Metabolic Syndrome And Exercise

Tayfun HELVACI¹, Mine TURĞUT²

¹Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, ²Bartın Üniversitesi

Bu araştırmanın amacı, dünya çapında giderek artış gösteren ve çok sayıda insanı etkileyen metabolik sendromun tam olarak aydınlatılmayan yüzünü açığa kavuşturmak için literatürde yapılmış araştırmaları derleyerek yorumlamaktır. Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ); 1998 yılında metabolik sendromu, diyabet, bozulmuş açlık glikozu, bozulmuş glikoz toleransı veya insulin direnci ile birlikte hipertansiyon (HT) (>160/90 mmHg), hiperlipidemi, santral obezite ve mikroalbüminüriden en az ikisinin olması olarak tanımlamıştır. Tanımdan da anlaşılacağı üzere metabolik sendromun kardiyovasküler sistem üzerinde de azımsanmayacak zararlı etkilerinin var olduğunu söylemek eksik ya da yanlış olmayacaktır. Toplumların gelişmesine paralel olarak yaşam biçimi değişiklikleri, beslenme alışkanlığındaki değişikliklerin yanı sıra, kalıtım ve çevresel etkenler metabolik sendrom oluşumunda önemli rol oynadığı gözlemlenirken; düzenli egzersiz aktivitelerinin oluşan bu metabolik ve kardiyovasküler risk faktörlerini azaltma konusunda önemli derecede etkilerinin olduğu da bilinmektedir. Tüm bu bilgiler doğrultusunda mevcut araştırmanın; literatürde gerçekleştirilmiş metabolik sendrom ve egzersiz ilişkisine yönelik araştırmalar derlenerek konuyu farklı bir bakış açısı ile inceleyerek yorumlanacağından, sonraki çalışmalara yol gösterebilecek bir çalışma olduğunu söylemek mümkündür.

Anahtar Kelimeler: Metabolik Sendrom, Sağlık ve Egzersiz

HENTBOL SPORCULARININ SERBEST ZAMAN İLGİLENİM VE BENLİK ALGISI DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Büşra Buse AKKAYA¹, Fatih YAŞARTÜRK²

¹Bartın Üniversitesi

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim düzeyleri ile benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmaya 2018-2019 Türkiye Hentbol Süper Ligi müsabakalarında mücadele eden takım sporcuları katılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, Kyle ve diğerleri tarafından (2007) yılında geliştirilen, Gürbüz ve diğerleri tarafından (2015) yılında Türkçe uyarlaması yapılan “Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ)”, Marsh ve arkadaşları tarafından (1997) yılında geliştirilen, Çağlar ve diğerleri tarafından (2017) yılında Türkçe uyarlaması yapılan “Elit Sporcu Benlik Algısı Envanteri (ESBAE)” kullanılmıştır. Verilerin analizi, SPSS 22.0 programında değerlendirilerek betimsel istatistik, Mann Whitney U, Kruskal Wallis, Pairwise Multiple Comparison Test ve Spearman Korelasyon testleri uygulanarak anlamlılık düzeyi ($p < 0.05$) olarak kabul edilmiştir. Araştırma bulgularında, Mann Whitney testi sonuçlarına göre “cinsiyet” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (Çekicilik, Önem Verme, Sosyal İlişki, Özdeşleşme) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Fakat “Kendini İfade” üzerinde erkek katılımcıların adına anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). “Cinsiyet” değişkeninin Elit Sporcu Benlik Algısı (ESBAE) alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, anaerobik uygunluk) üzerinde etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Fakat ESBAE alt faktörlerinden (aerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde anlamlı farklılığın olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Kruskal Wallis sonuçlarına göre “günlük serbest zamana ayrılan süre” değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) alt faktörlerinden (algılanan beceri, vücut uygunluğu, anaerobik uygunluk, zihinsel beceri, genel performans) üzerinde temel etkisinin anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$). Fakat (aerobik uygunluk) alt faktörleri üzerinde temel etkisinin anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Korelasyon analizi sonuçlarına bakıldığında ise katılımcıların ESBAE toplam puanı ile SZİÖ toplam puanları arasında ilişkinin olduğu tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Araştırmanın sonucunda, çalışmamızda serbest zaman ilgilenim düzeylerinin elit sporcu benlik algısına doğrudan etki ettiği görülmektedir. Bunun sebebi olarak sporcuların serbest zaman aktivitelerinde yaptıkları etkinliklerin kişinin benlik algısıyla paralel bir şekilde ilerlediği ve olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler : Hentbol sporcuları, Elit sporcu benlik algısı, Serbest zaman ilgilenimi

The Relationship Between Handball Athletes Leisure Involvement And Self Perception Levels

The purpose of this study is to examine the relationship between the leisure time interest levels and self-perception levels of handball athletes. The team athletes joined the investigation that competed 2018-2019 Turkey Handball Super League Competition. The personal information form prepared by the researcher as a data collection tool was developed by Kyle et al. (2007) and adapted to Turkish by Gürbüz and others in (2015). “Elite Athlete Self Perception Inventory (ESBAE)” was used in Turkish by Çağlar et al. (2017). The analysis of data is evaluated on SPSS 22.0 and descriptive statistics, Mann Whitney U, Kruskal Wallis, Pairwise Multiple Comparison Test and Spearman Korelasyon tests are applied and the level of significance is accepted ($p < 0.05$). According to

the results of Mann Whitney it was found that the effect of “gender” variable on the Free Time Affection Scale (SESS) sub-factors (Attractiveness, Concern, Social Relationship, Identification) was not significant ($p>0.05$) in the findings of the research. However, it was determined that there was a significant difference in the name of male participants on “Self Expression” ($p<0.05$). It was found that the effect of “gender” variable on Elite Sportsman Self-Perception (ESBAE) sub-factors (perceived skill, body fitness, anaerobic fitness) was not significant ($p>0.05$). However, a significant difference was found on ESBAE sub-factors (aerobic fitness, mental skill, general performance) ($p<0.05$). According to the results of Kruskal Wallis, it was found that the main effect of the variable of “time allocated to daily free time” on Free Time Affinity Scale (SCQ) sub-factors (perceived skill, body fitness, anaerobic fitness, mental skill, general performance) was not significant ($p>0.05$). However, it was determined that the main effect on the (aerobic fitness) sub-factors was significant difference ($p<0.05$). When the results of the correlation analysis were analyzed, it was determined that there was a relationship between the ESBAE total score of the participants and the total scores of the SOSS. When the results of the correlation analysis were analyzed, it was determined that there was a relationship between the ESBAE total score of the participants and the total scores of the SOSS ($p<0.05$). As a result of the investigation, it seems that a modified involvement scale effects self perception level of elite athletes directly. So we can say that the reason of this is that the activities of the sportsmen that they do in their free times gets along in a parallel and positive way with their self perception.

Keywords: Handball athletes, Elite athlete self-perception, Leisure Involvement

The Effect Of Skillful Exercises And Recovery By Cooling On Lactic Acid Concentration And Endurance Of Performance For Young Handball Players.

Ahmed AL SHAMKHI¹, Emad ALFATLAWI², Ali AL-SAEGH³

¹University of Babylon, College of Physical Education and Sport Sciences, Babylon, Iraq.

²University of Al-Qadisiyah, College of Education, Al-Qadisiyah, Iraq

³University of Kufa, College of Education for Girls, Najaf, Iraq

ABSTRACT

The trainers most provide the programs training with suitable recovery facilities to accelerate the replace of consumer energy; the problem of research represented by the careless of recovery from trainers and acute shortage of training means in the long-term recovery stage after the training units. The study aimed to prepare special exercises by using cooling recovery for young handball players. Investigate from the effect of special exercises by using cooling recovery in performance endurance and the concentration of lactic acid for young handball players. Knowing the deference between the effect of special exercises by using cooling recovery and traditional recovery facilities in the performance endurance and concentration of lactic acid. The researchers used the experimental method (two equal groups design). The community of research include (36) players from special handball training center in AL KUT city, the sample of research consist of 12 players were selected randomly, and then the sample divided into two equal groups. The researchers used some tools; observation, experimentation and objective tests as a means of gathering data. After pre test the first experimental groups underwent to implement the special exercises with cooling recovery and the second group implemented same exercises with traditional facilities of recovery, for (8) weeks, three training sessions weekly. After a post tests were performed the data was processed by using the SPSS statistical bag. The researchers concluded that special exercises by using cooling recovery and traditional recovery have a positive effect in improving the performance endurance and concentration of lactic acid after the effort for young handball players. The cooling recovery better than traditional recovery in improving the concentration of lactic acid after the effort. There is not significant deferent between the cooling recovery and traditional recovery in developing the performance endurance.

Keywords: skillful exercises, recovery by cooling, lactic acid, endurance of performance, handball players.

The Effect Of Resistance Stretching Exercises On Physical Flexibility And Physiological Variables Associated With Muscular Soreness (Pge2, Crp) For Handball Players

Samir AL SHAMKHI¹, Ahmed AL SHAMKHI¹

¹Babylon University

Physical flexibility is one of the most important special biomotor abilities, which required in achievement of sports games, because most games require the performance of movements characterized by elements of strength and speed in addition to the urgent need for physical flexibility by taking advantage of these elements as much as possible and don't lose anyone of them. The development of physical flexibility is an important mission in the field of physical preparation for athletes at the highest levels where It is not important to achieve a high level of physical flexibility, but more importantly, it is proportionality in developing abilities is useful for perform skills, and any defect and lack in the level of one of the biomotor abilities is relative with other abilities, for example, the low level of flexibility in a joint, which leads to decreasing the speed and the strength in performance of the same joint, so the integration of the training process succeeds in integrating the abilities of the game. The research community consisted of the 36 players from the handball school in Wasit Governorate. The researchers chosen 12 players randomly as sample of research, they were divided into two an experimental groups, where stretching training was applied after conducting the pre- tests on the two research's groups, the exercises of stretching by resistance method was applied with the first experimental group and the dynamic stretching exercises applied with the second experimental group for three sessions per a week, for 8 weeks, after which the post tests and data processing were performed statistically using the SPSS package. The researchers concluded that the resistance stretching improved the physical flexibility and reduce muscular soreness better than the usual dynamic stretching exercises.

Keywords : *Resistance stretching, Muscular soreness, Handball players, Pge2, CRP.*

The Effect Of Resistance Stretching Exercises On Physical Flexibility And Physiological Variables Associated With Muscular Soreness (Pge2, Crp) For Handball Players

**Taher ALFATLAWÉ¹, SAMİR AL Shamkhi¹,
AHMED AL SHAMKHI¹, Imad SLOOMY¹**

¹*University of Babylon, College of Physical Education and Sport Sciences, Babylon, Iraq.*

Physical flexibility is one of the most important special biomotor abilities, which required in achievement of sports games, because most games require the performance of movements characterized by elements of strength and speed in addition to the urgent need for physical flexibility by taking advantage of these elements as much as possible and don't lose anyone of them. The development of physical flexibility is an important mission in the field of physical preparation for athletes at the highest levels where It is not important to achieve a high level of physical flexibility, but more importantly, it is proportionality in developing abilities is useful for perform skills, and any defect and lack in the level of one of the biomotor abilities is relative with other abilities, for example, the low level of flexibility in a joint, which leads to decreasing the speed and the strength in performance of the same joint, so the integration of the training process succeeds in integrating the abilities of the game. The research community consisted of the 36 players from the handball school in Wasit Governorate. The researchers chosen 12 players randomly as sample of research, they were divided into two an experimental groups, where stretching training was applied after conducting the pre- tests on the two research's groups, the exercises of stretching by resistance method was applied with the first experimental group and the dynamic stretching exercises applied with the second experimental group for three sessions per a week, for 8 weeks, after which the post tests and data processing were performed statistically using the SPSS package. The researchers concluded that the resistance stretching improved the physical flexibility and reduce muscular soreness better than the usual dynamic stretching exercises.

Keywords: Resistance stretching, Muscular soreness, Handball players, Pge2, CRP.

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA OKUYAN ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ (ADIYAMAN ÖRNEĞİ)

Gülşah ÇALĞAN¹, Hande İNAN²

¹*Yüksek Lisans Öğrencisi, Adıyaman Üniversitesi*

²*Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Adıyaman*

Modern dünyada sporun öneminin giderek daha fazla anlaşılması, sağlıklı ve bilinçli nesiller yetiştirilmesi için insanların spor konusunda bilgilendirilmesi ihtiyacını doğurmuştur. Özellikle son yıllarda dünya genelinde ortaya çıkan ve hızla yayılan hareketsiz yaşamın topluma, sağlığa ve ekonomiye verdiği zararlar, bu durumun giderilmesi noktasında en ucuz, en ekonomik ve sürdürülebilir yöntem olarak sporun önemini tekrar gündeme getirmiştir. Spor farkındalığı ve spor yoluyla farkındalık kavramları bize göre semantik (anlambilimsel) olarak iki ayrı anlamı çağrıştırmaktadır. Spor farkındalığı kavramsal olarak daha çok bireysel, kişisel bir çağrışım yaparken, spor yoluyla farkındalık ise daha ziyade çoğul bir anlamı çağrıştırmaktadır. Her ne kadar bu iki kavram muhteva itibarıyla birbiri içinde olsa da anlam karmaşası olmaması açısından bireysel ve toplumsal olarak ayrı ayrı ele alınması ve tanımlanması gerektiğini düşünmekteyiz. Bu araştırmanın amacı beden eğitimi ve spor yüksekokulunda okuyan öğrencilerinin spora yönelik farkındalık düzeylerinin belirlenmesidir. Bu çalışma, nicel bir araştırma olup genel tarama modelindedir. Araştırmanın örneklemini Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu 2021-2022 Öğretim Yılı Bahar döneminde ders alan ve araştırmaya gönüllü katılım gösteren 95 öğrenciden oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Uyar'ın 2019 'da geliştirmiş olduğu "Sporda Farkındalık Ölçeği" ve 'Kişisel Bilgi Formu' kullanılmıştır. SBÖ 5'li likert tipinde 30 madde ve 2 alt boyuttan (sosyal ve bireysel fayda, spor bilgisi ve bilgiyi ayırt etme) oluşmaktadır. Geçerlilik kanıtı elde etmek için yapılan Doğrulayıcı Faktör Analizi ile ortaya çıkarılan modelin uygunluğu teyit edilmiştir. Ölçeğin güvenilirliği için Cronbach Alpha Güvenilirlik Katsayısına bakılmış, ölçeğin geneli ve alt boyutlarının yüksek güvenilirlikte olduğu tespit edilmiştir. İki ilişkisiz örnekleme karşılaştırmak için bağımsız gruplarda T-testi, ikiden fazla ilişkisiz örneklemin karşılaştırılmasında ise Anova T-Testi analizinden yararlanılmıştır. Elde edilen verilerin analizi için SPSS 26.0 paket programından yararlanılmıştır. Araştırma bulgularına göre Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerinin bilinçli farkındalık düzeyleri orta seviyededir. Cinsiyet değişkenine göre, spor farkındalık düzeyleri erkek öğrencilerin kadın öğrencilere göre daha yüksek ve bölüm değişkenlerine göre de antrenörlük bölümü öğretmenlik bölümüne göre daha anlamlı farklılık göstermektedir. Öte yandan spor farkındalığına göre sınıf düzeyi ve yaş değişkenine göre anlamlı farklılıklar olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: *Beden Eğitimi, Sporda farkındalık, Spor*

90-iscs-conference-8th-572-MT-Oral/Online-38

Determination Of Sports Awareness Levels Of Physical Education And Sports School Students (Adiyaman Example)

Gülşah ÇALĞAN¹, Hande İNAN²

¹Graduate Student, Adiyaman University

²Adiyaman University School of Physical Education and Sports, Adiyaman

ABSTRACT

Increasing understanding of the importance of sports in the modern world has led to the need to inform people about sports in order to raise healthy and conscious generations. The damages caused by the sedentary life, which has emerged and spread rapidly throughout the world, especially in recent years, to the society, health and economy, brought the importance of sports back to the agenda as the cheapest, most economical and sustainable method to overcome this situation. semantically) evokes two different meanings. While sport awareness conceptually has a more individual and personal connotation, awareness through sport evokes a plural meaning. Although these two concepts are intertwined in terms of content, we think that they should be handled and defined separately, individually and socially, in order to avoid semantic confusion.

The aim of this research is to determine the awareness levels of the students studying at the physical education and sports school towards sports. This study is a quantitative research and is in the general screening model. The sample of the research consists of 95 students who took classes in the spring semester of the 2021-2022 academic year at Adiyaman University School of Physical Education and Sports and participated in the research voluntarily. "Sport Awareness Scale" and "Personal Information Form" developed by Uyar in 2019 were used as data collection tools in the research. SST consists of 30 items and 2 sub-dimensions (social and individual benefit, sports knowledge and distinguishing knowledge) in a 5-point Likert type. The suitability of the model revealed by the Confirmatory Factor Analysis conducted to obtain proof of validity was confirmed. The Cronbach Alpha Reliability Coefficient was checked for the reliability of the scale, and it was determined that the overall and sub-dimensions of the scale were highly reliable. T-test was used in independent groups to compare two unrelated samples, and Anova T-Test analysis was used to compare more than two unrelated samples. SPSS 26.0 package program was used for the analysis of the obtained data. According to the research findings, the level of mindfulness of the students studying at the School of Physical Education and Sports is at a medium level. According to the gender variable, the sports awareness levels of male students are higher than female students, and according to the department variables, the coaching department differs more significantly than the teaching department. On the other hand, it was concluded that there were no significant differences according to the class level and age variable according to sports awareness.

Keywords: Physical Education, Awareness in Sports, Sports

TAEKWONDO BRANŞINDA BAŞARI VE BAŞARISIZLIK DURUMUNDA KAYGI BİLEŞENLERİNDEKİ DEĞİŞİM İLİŞKİSİ

Sena ÖZDEN¹

¹Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, Taekwondo branşında başarı ve başarısızlık durumunda kaygı bileşenlerindeki değişim ilişkisini incelenmektir. Araştırmada nicel tabanda anket yöntemi uygulanıp, tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Türkiye’de aktif olarak Taekwondo yapan 12-28 yaş aralığındaki sporcular, örneklemini ise Ankara’da bulunan aktif olarak Taekwondo yapan 12-28 yaş aralığındaki sporculardan tesadüfi olarak seçilmiş 62 erkek 73 kadın toplam 135 sporcu oluşturmaktadır. Sporcuların demografik verilerinin saptanması için dokuz sorudan oluşan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Demografik sorular cinsiyet, yaş, sporcu yaşı, eğitim durumu, müsabaka sayısı, elde ettiği derecelerin klasman durumu, müsabakaya katılma durumu, aylık gelir, psikolojik destek alma durumu olarak belirlenmiştir. Bu değişkenlere yönelik kişisel bilgilerinin ortalama, standart sapma, frekans ve yüzde değerleri tablo haline getirilmiştir. Aynı zamanda sporcuların yarışma öncesi kaygılarını ölçmek amacıyla SCAT-A (Sport Competition Anxiety Test) kullanılmıştır. Testte anket formunda 15 soru üçlü likert tipi bulunmaktadır. İstatistiksel veriler SPSS paket programı kullanılıp ANOVA test ile analiz edilmiştir. Sonuç olarak cinsiyet değişkenine göre sporcuların yarışma kaygı düzeyleri anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Katılımcıların yaş, spor yaşı ve müsabaka sayısı ile yarışma kaygıları arasında anlamlı düzeyde bir ilişki tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Eğitim durumuna göre yarışma kaygıları anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

Anahtar Kelimeler: Taekwondo, Başarı, Başarısızlık ve Kaygı

* Bu çalışma, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD Yüksek Lisans Öğrencisi Sena ÖZDEN’in hazırladığı “Taekwondo Branşında Başarı Ve Başarısızlık Durumunda Kaygı Bileşenlerindeki Değişim İlişkisi” isimli yayımlanmamış yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

The Relationship Between Success And Failure İn Taekwondo Branch And Changes İn Anxiety Components

ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the relationship between success and failure in the Taekwondo branch and the change in anxiety components. A quantitative survey method was applied in the research and a survey model was used. The population of the research consists of athletes between the ages of 12-28 who actively practice Taekwondo in Turkey, and the sample consists of 135 athletes, 62 men, and 73 women, randomly selected from athletes between the ages of 12-28 who are actively engaged in Taekwondo in Ankara. A personal information form consisting of nine questions was used to determine the demographic data of the athletes. Demographic questions were determined as gender, age, age of the athlete, educational status, number of competitions, classification status of the degrees achieved, participation in the competition, monthly income, and receiving psychological support. The mean, standard deviation, frequency, and percentage values of personal information for these variables have been tabulated. At the same time, SCAT-A (Sport Competition Anxiety Test) was used to measure the anxiety of the athletes before the competition. In the test, there are 15 questions in the questionnaire form and triple Likert type. Statistical data were analyzed with an ANOVA test using the SPSS package program. As a result, the competition anxiety levels of athletes do not differ significantly according to gender variables ($p>0.05$). No significant correlation was found between the participants' age, sports age, number of competitions, and competition anxiety ($p>0.05$). Competition anxiety does not differ significantly according to education level ($p>0.05$).

Keywords: Taekwondo, Success, Failure, and Anxiety

* This study was generated from the unpublished master's thesis titled "The Relationship Between Success and Failure in Taekwondo Branch and Changes in Anxiety Components" prepared by Sena ÖZDEN, graduate student of Kırıkkale University, Institute of Health Sciences, Department of Physical Education and Sports.

The Effect of Skillful Exercises and Recovery by Cooling on Lactic Acid Concentration and Endurance of Performance for Young Handball Players.

Emad ALFATLAWI¹, Ali AL-SAEGH², Ahmed AL SHAMKHI³

¹University of Al-Qadisiyah, ²University of Kufa, ³University of Babylon

The trainers most provide the programs training with suitable recovery facilities to accelerate the replace of consumer energy; the problem of research represented by the careless of recovery from trainers and acute shortage of training means in the long-term recovery stage after the training units. The study aimed to prepare special exercises by using cooling recovery for young handball players. Investigate from the effect of special exercises by using cooling recovery in performance endurance and the concentration of lactic acid for young handball players. Knowing the deference between the effect of special exercises by using cooling recovery and traditional recovery facilities in the performance endurance and concentration of lactic acid. The researchers used the experimental method (two equal groups design). The community of research include (36) players from special handball training center in AL KUT city, the sample of research consist of 12 players were selected randomly, and then the sample divided into two equal groups. The researchers used some tools; observation, experimentation and objective tests as a means of gathering data. After pre test the first experimental groups underwent to implement the special exercises with cooling recovery and the second group implemented same exercises with traditional facilities of recovery, for (8) weeks, three training sessions weekly. After a post tests were performed the data was processed by using the SPSS statistical bag. The researchers concluded that special exercises by using cooling recovery and traditional recovery have a positive effect in improving the performance endurance and concentration of lactic acid after the effort for young handball players. The cooling recovery better than traditional recovery in improving the concentration of lactic acid after the effort. There is not significant deferent between the cooling recovery and traditional recovery in developing the performance endurance.

Keywords: skillful exercises, recovery by cooling, lactic acid, endurance of performance, handball players

AKUT AEROBİK EGZERSİZLERE VERİLEN PSİKOFİZYOLOJİK YANITLAR

Psychophysiological Responses To Acute Aerobic Exercises

Emel GÖKMEN¹, Yusuf SOYLU¹, Mine TURĞUT²

¹Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, ²Bartın Üniversitesi

Amaç: Bu araştırmanın amacı, aerobik egzersize katılan bireylerin egzersize verdiği psikofizyolojik cevapların incelenmesidir.

Yöntem: Araştırmamızda ön test son test modeli ile birlikte tarama modeli kullanılmıştır. Araştırma grubunu, özel bir spor merkezine düzenli olarak giden ve aktif spor geçmişi olmayan yetişkin bireyler arasından rastgele seçilen 45 erkek ve kadın gönüllü birey oluşturmaktadır. düzenli olarak haftada 3 gün spor salonunda aerobik tabanlı egzersiz yapan bireylere çalışma hakkında detaylı bilgiler aktarıldıktan sonra veri toplama aracı olarak Çakıroğlu ve (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan 24 duygu durumu ve 6 alt boyuttan oluşmuş ve (0) hiç değil ve (5) son derece şeklinde puanlanan 'Brunel Ruh Hali Ölçeği' (Brunel Mood Scale) "Duygu Durumları Profili-Ergenler"den Brunel Ruh Hali ölçeği (BRUMS), Algılanan zorluk derecesi (AZD) 20'li borg ölçeği, Görsel analog skala ve motivasyon skalası uygulanmıştır. 'Brunel Ruh hali ölçeği' ve motivasyon skalasını egzersiz öncesi ve sonrası uygulanmıştır. Algılanan zorluk derecesi, zihinsel yorgunluk ve keyif skalaları ise egzersiz sonrası ve sonrasında doldurtulmuştur. Araştırma verileri SPSS 22.0 paket programı ile analiz edilmiş olup hata payı $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular: Elde edilen bulgular incelendiği zaman; erkek ve kadın katılımcıların egzersiz öncesi ve sonrası ruh hali cevaplarına göre, erkek katılımcıların ruh hallerinde anlamlı bir fark görülmezken ($p>0.05$), kadın katılımcıların egzersiz sonrası olumsuz ruh hali cevaplarında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Buna göre kadın katılımcıların egzersiz sonrası olumsuz ruh hallerinde düşüşler olduğu ve olumlu ruh halinde artış olduğu saptanmıştır. Aynı zamanda Kadın katılımcıların egzersiz sonrası olumsuz motivasyon ve zihinsel yorgunluk düzeylerinde anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir ($p<0.05$). Kadın katılımcıların egzersiz sonrası motivasyon düzeyleri artarken, zihinsel yorgunluk seviyelerinde azalma gözlemlenmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak, egzersizlerin kadın ve erkekler üzerindeki psikofizyolojik cevapları incelendiğinde, kadınların duygu durumlarını erkeklerden daha yoğun yaşadığı ve egzersize verilen olumlu ruh hali cevaplarında artış ve olumsuz ruh hali cevaplarında ise düşüş yaşadıkları belirlenmiştir. Egzersizde yorgunluk düzeyi arttıkça keyif de artmakta fakat motivasyon düzeyi düşmektedir. Hayatın kaotik alışkanlıklarından ve düzeninden kurtulabilmek için kısa süreli ve düşük veya orta şiddetli bir egzersiz önemli rol oynamaktadır. İleride yapılacak farklı egzersiz türlerinin psikofizyolojik cevaplarına ilişkin yanıtın alana daha fazla ışık tutacağı düşüncesindeyiz.

Anahtar Kelimeler: Akut, Egzersiz ve Psikofizyoloji

Keywords: Aerobics, Exercise, Psychophysiology

YÜZME DERSİ ALAN ÖĞRENCİLERİN FONKSİYONEL HAREKET TARAMASI TESTİ PUANLARI İLE KISA KULVAR SERBEST STİL DERECELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Ece ERVÜZ¹, Mehmet YILDIRIM¹, Hayrettin GÜMÜŞDAĞ¹

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Bu çalışmanın amacı, yüzme dersi alan öğrencilerin Fonksiyonel Hareket Taraması (FHT) testi puanları ile 25 metre serbest stil dereceleri arasındaki ilişkiyi araştırmaktır. Çalışmaya, Yozgat Bozok Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören toplam 12 erkek gönüllü yüzme öğrencisi (yaş 22.00±0.85 yıl; vücut ağırlığı 79.05±11.63 kg; boy uzunluğu 178.91±5.03 cm) dahil olmuştur. Yüzme dersi alan öğrencilerine fonksiyonel hareket paternlerini değerlendirmek için kullanılan FHT testi uygulanmıştır. Yüzme dersi alan öğrencilerin kısa kulvar serbest stil dereceleri ise 25 metre olan bir yüzme havuzunda ölçülmüştür. Veriler normal dağılım gösterdiği için FHT puanları ve 25 metre yüzme dereceleri arasındaki ilişkiyi incelemek için Pearson Korelasyon analizi kullanılmıştır. Yüzme dersi alan öğrencilerin FHT puanları ile 25 metre serbest stil yüzme dereceleri arasındaki ilişkiye bakıldığında, yüzme dereceleri ile sol yüksek adımlama puanı ($r=-0.656$, $p=0.021$) ve FHT toplam puanı ($r=-0.694$, $p=0.012$) arasında negatif yönde ve istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Sonuç olarak çalışmaya katılan tüm yüzme dersi alan öğrencilerin FHT toplam puanları kritik sınır olan 14 puanın üzerindedir ve bundan dolayı katılımcıların düşük yaralanma riskine sahip olduğu söylenebilir. Sporcuların FHT testi ölçümleri yapılarak hareket paternlerinin doğru olarak uygulanmasıyla birlikte yüzme tekniklerinin gelişimi ile yüzme performanslarında da artış sağlanabilir. FHT testi bir performans belirleyicisi olabilmektedir.

Anahtar Kelimeler : *Yüzme, Fonksiyonel Hareket Taraması, Yüzme Derecesi, Yüzme Performansı*

Investigation Of The Association Between Functional Movement Screen Scores And Short Lane Freestyle Swimming Degrees In Swimming Students

The aim of this study was to investigate the association between Functional Movement Screen (FMS™) scores and 25 m freestyle swimming degrees in swimming students. 12 male swimming students studying at the Faculty of Sports Sciences of Yozgat Bozok University (age 22.00±0.85 years; body weight 79.05±11.63 kg; height 178.91±5.03 cm) participated voluntarily in this study. FMS™ which is used to evaluate functional movement patterns was applied to the swimming students. Short lane freestyle degrees of swimming students were measured in a 25 m swimming pool. For parametric data with normal distribution, Pearson Correlation analysis was used to investigation the association between FMS™ scores and 25 m swimming degrees. When the association between swimming students' FMS™ scores and 25 m freestyle swimming degrees was examined, it was found that there was a negative and statistically significant association between swimming degrees, left hurdle step score ($r=-0.656$, $p=0.021$) and FMS™ total score ($r=-0.694$, $p=0.012$). In conclusion, the FMS™ total scores of all swimming students participating in the study are above the critical limit of 14 scores and therefore it can be said that the participants have a low risk of injury. With the correct application of movement patterns by making FHT test measurements of the athletes, an increase in swimming performance can be achieved with the development of swimming techniques.

Keywords : *Swimming, Functional Movement Screen, Swimming Degree, Swimming Performance*

YÜZME DERSİ ALAN ÖĞRENCİLERDE KARA ANTRENMANI PROGRAMININ FONKSİYONEL HAREKET TARAMASI TESTİ PUANLARI ÜZERİNE ETKİSİ

Ece ERVÜZ¹, Mehmet YILDIRIM¹

¹Yozgat Bozok Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, 6 haftalık kara antrenmanı programının yüzme dersi alan öğrencilerde Fonksiyonel Hareket Taraması (FHT) testi puanları üzerine etkisini araştırmaktır. Çalışmaya, Yozgat Bozok Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören toplam 20 gönüllü kadın yüzme öğrencisi dahil olmuştur (Deney grubu n=10; yaş 21.80±0.91 yıl; vücut ağırlığı 54.93±5.39 kg; boy uzunluğu 163.60±5.25 cm; kontrol grubu n=10; yaş 22.10±1.19 yıl; vücut ağırlığı 56.26±6.21 kg; boy uzunluğu 164.30±5.37 cm). Kontrol grubundaki yüzme dersi alan öğrenciler yüzme uzmanlık derslerine devam etmiş, deney grubundaki yüzme dersi alan öğrenciler ise yüzme uzmanlık derslerine ek olarak kara antrenmanı programını uygulamışlardır. Yüzme öğrencilerine 0. ve 8. haftalarda FHT testi uygulanmıştır. Veriler normal dağılım göstermediği için gruplar arası farklılıklar Mann Whitney U Testi, grup içi farklılıklar ise Wilcoxon İşaretili Sıralar Testi kullanılarak analiz edilmiştir. Deney ve kontrol grubunun ön testleri arasında hiçbir değişkende anlamlı farklılık görülmezken ($p>0,05$); son testleri arasında gövde stabilite sınavı ve FHT toplam puan değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı sonuçlar bulunmuştur (sırasıyla: $U=20.000$, $p<0.05$; $U=12.000$, $p<0.05$). Sonuç olarak çalışmaya katılan yüzme öğrencilerinin FHT toplam puanlarının kritik sınır olan 14 puanın üzerinde ve yaralanma risklerinin de düşük olduğu görülmektedir. Havuz antrenmanlarına ek olarak uygulanan 6 haftalık kara antrenmanı programı ile hareket asimetrisi düzeltilerek doğru hareket paternlerinin öğrenilmesi, uygulanması ve bununla birlikte yüzücülerde yüzme performans gelişimi sağlanabilir.

Anahtar Kelimeler : Yüzme, Kara Antrenmanı, Fonksiyonel Hareket Taraması

Investigation Of The Effect Of Dry-Land Training Programme On Functional Movement Screen Scores In Swimming Students

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the effect of an 6-weeks dry-land training programme on the Functional Movement Screen (FMS™) scores in swimming students. 20 female swimming students studying at the Faculty of Sports Sciences of Yozgat Bozok University participated voluntarily in this study (Experimental group n=10; age 21.80±0.91 years; body weight 54.93±5.39 kg; height 163.60±5.25 cm; Control group n=10; age 22.10±1.19 years; body weight 56.26±6.21 kg; height 164.30±5.37 cm). For 6-weeks, the swimming students in the control group continued their swimming lessons, while the swimming students in the experimental group applied the dry-land training programme in addition to their swimming lessons. FMS™ was applied to the swimming students at the 0th and 8th weeks. For data without normal distribution, differences between groups were analyzed using the Mann-Whitney U test, and intra-group differences were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank test. While there was no significant difference in any variable between the pretests of the experimental and control groups ($p>0.05$); among the posttests, statistically significant results were found in the variables of trunk stability push-up and FMS™ total score ($U=20.000$, $p<0.05$; $U=12.000$, $p<0.05$, respectively). In conclusion, the FMS™ total score of swimming students in the study were found to be ≥ 14 and low risk of injury. With the 6-weeks dry-land training programme applied in addition to pool training, movement asymmetries can be corrected, learning and applying correct movement patterns, and swimming performance improvement in swimmers can be achieved.

Keywords : Swimming, Dry-land Training, Functional Movement Screen

SPOR YÖNETİCİLERİNİN LİDERLİK ÖZELLİKLERİNİN SPOR GEÇMİŞİ DEĞİŞKENİ BAĞLAMINDA KARŞILAŞTIRILMASI

Doğucan BİLGETÜRK¹, Lale ORTA², Gökhan ÇETİNKAYA³

¹Özyeğin Üniversitesi, Spor Birimi, İstanbul / Türkiye,
email: dogucan.bilgeturk@ozyegin.edu.tr **Orcid ID:** 0000-0002-9531-0778

²İstanbul Okan Üniversitesi, Uygulamalı Bilimler Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul / Türkiye,
email: lale.orta@okan.edu.tr, **Orcid ID:** 0000-0001-8259-5826

³İstanbul Okan Üniversitesi, Uygulamalı Bilimler Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul / Türkiye,
email: gokhan.cetinkaya@okan.edu.tr, **Orcid ID:** 0000-0002-0264-3523

Bu araştırmanın temel amacı, spor yöneticilerinin liderlik özelliklerinin, spor geçmişi değişkeni bağlamında karşılaştırılmasıdır. Çalışmada nitel araştırma deseni kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini; basketbol, futbol ve hentbol branşlarında faaliyet göstermekte olan spor kulüplerinde görev yapan spor yöneticileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise, İstanbul'da yer alan spor kulüplerinde çalışan ve tesadüfi yöntem ile seçilmiş olan 40 spor yöneticisi teşkil etmektedir. En az 4 yıllık süre boyunca takım sporu yapmış spor yöneticileri ve hiç spor yapmamış sedanter spor yöneticileri iki gruba ayrılmıştır. Uzman görüşleri doğrultusunda 9 adet açık uçlu soru belirlenmiştir. Sorular, ayrıntılı cevapların alınabildiği ve katılımcılara özgürlük sağlayan bir veri toplama tekniği olan "ropörtaj" kullanılarak katılımcılara sorulmuştur. Toplanan nitel verilerin analizinde, kişilerin bir fenomen ile ilişkilendirilmesini sağlayan "yorumlayıcı fenomenolojik analiz" yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada elde edilen sonuçlar doğrultusunda, liderlik özellikleri taşıyan spor yöneticilerinin geçmiş tecrübelerine bakıldığında, daha önce bir takımda oynamış spor yöneticilerinin daha başarılı takım liderleri ve yöneticileri olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, takım sporu tecrübesi olan spor yöneticilerinin yüksek düzeyde empati kurabilme yetenekleri ve her koşulda rekabetçi olabilme özellikleriyle, çalıştıkları kulüplerin sportif başarısında anahtar bir rol üstlendiği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Liderlik, Spor Yöneticiliği, Spor Geçmişi, Sportif Performans

*Bu bildiri "Doğucan Bilgetürk" tarafından yazılan yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

Leadership Features Of Sports Managers Comparison In Context Of The Sports Background Variable

Doğucan BİLGETÜRK¹, Lale ORTA², Gökhan ÇETİNKAYA³

¹Özyeğin Üniversitesi, Sports Center, İstanbul / Türkiye,

email: dogucan.bilgeturk@ozyegin.edu.tr *Orcid ID:* 0000-0002-9531-0778

²İstanbul Okan Üniversitesi, Faculty of Applied Sciences, Sports Management, İstanbul / Türkiye,

email: lale.orta@okan.edu.tr, *Orcid ID:* 0000-0001-8259-5826

³İstanbul Okan Üniversitesi, Faculty of Applied Sciences, Sports Management, İstanbul / Türkiye,

email: gokhan.cetinkaya@okan.edu.tr, *Orcid ID:* 0000-0002-0264-3523

The main purpose of this research is to compare the leadership characteristics of sports managers in the context of sports background variable. Qualitative research design was used in the study. The universe of the research; consists of sports managers working in sports clubs operating in basketball, football and handball branches. The sample of the study, on the other hand, consists of 40 sports managers working in sports clubs in İstanbul and selected by random method. Sports managers who have done team sports for at least 4 years and sedentary sports managers who have never done sports are divided into two groups. In line with expert opinions, 9 open-ended questions were determined. The questions were asked to the participants using "interview", a data collection technique that allows detailed answers and provides freedom to the participants. In the analysis of the collected qualitative data, the "interpretive phenomenological analysis" method, which allows people to be associated with a phenomenon, was used. In line with the results obtained in the study, when the past experiences of sports managers with leadership characteristics are examined, it has been determined that sports managers who have played in a team before are more successful team leaders and managers. In addition, it has been concluded that sports managers with team sports experience play a key role in the sportive success of the clubs they work with, with their ability to empathize at a high level and to be competitive under all conditions.

Keywords: Leadership, Sports Management, Sports History, Sports Performance

**This paper is derived from the master's thesis written by "Doğucan Bilgetürk"*

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİNİN DEĞERLER EĞİTİMİNE KATKISININ İNCELENMESİ

Investigation Of The Contribution Of Physical Education And Sports Lesson To Values Education

Durdane İPEK EREN¹, Sibel ARSLAN¹

¹Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı,

Dünyanın her yerinde eğitim, bireylerin en mükemmel donanımına ve en iyi karaktere sahip olmasını isterken, kişilerin içinde doğup büyüdüğü toplumun değer yargılarını benimsemelerini de ister. Değerler duyuşsal alan içerisinde yer alan düşünce ve eylemleri etkileyen, onlara yön veren zihinsel olgulardır ve değerlerin kazanılması sürecinin önemli bir kısmını okul yaşantısı oluşturur. Bu yaşantı içinde, çocukların çok yönlü gelişimine katkı sağlayan Beden Eğitimi ve Spor dersi, sahip olduğu nitelikler bakımından, değerlerin kazandırılmasında özel bir yere sahiptir. Bu bağlamda çalışma; Milli Eğitim Bakanlığı değerler eğitimi programında yer alan on kök değer, lise düzeyindeki öğrencilerin düşünce ve davranışlarına aktarılmasında Beden Eğitimi ve Spor dersinin katkısını araştırmak amacıyla yapılmış, tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Araştırmada kullanılan anket araştırmacılar tarafından geliştirilmiş ve Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulundan alınan izinden sonra, yüz yüze ve çevrimiçi olarak uygulanmıştır. Betimsel istatistiklerde yüzde(%), frekans (f) ve aritmetik ortalama (x) değerlerinden yararlanılmış; iki aynı kümenin verdiği cevapların analizinde Independent Sample t-test, çoklu grup karşılaştırılmalarında One-Way ANOVA; ANOVA testlerinde farklılık yaratan grupları belirlemek için Tukey HSD Çoklu Karşılaştırma Testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda: Öğrencilerin Beden Eğitimi dersinin en yüksek düzeyde "vatanseverlik" olmak üzere; adalet, dostluk, dürüstlük, özenetim, sabır, saygı, sevgi, sorumluluk ve yardımseverlik" ile ilgili kök değerleri kazandırdığına inandıkları; Beden Eğitimi dersinin kök değerleri kazandırdığına ilişkin görüşlerin cinsiyete göre değişmezken; öğrenim gördükleri okul türüne (devlet-özel), lise türüne, sınıf düzeyine, lisanslı spor yapma durumuna ve yaptıkları spor branşına göre p<0.05 düzeyinde anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler:Beden Eğitimi ve Spor, Değerler Eğitimi, Ortaokul

Keywords:Education and Sports, Values Education, Secondary School

YETENEK SEÇİMİNE KURAMSAL YAKLAŞIM

Sibel TETİK DÜNDAR¹, Süleyman GÖNÜLATEŞ²

¹Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ²Pamukkale Üniversitesi

ÖZET

Sporun tüm alanlarında başarılı olma isteği herkes için geçerlidir, bu isteğin gerçekleşebilmesi için de başarılı ve yetenekli olarak tanımlanan çocuk ve gençlerle çalışılması başarının bir gereksinimidir. Bu çalışma sırasında yetenek belirlemek ve yeteneğin alt parametrelerini oluşturan kriterleri iyi analiz ederek sporcuları seçmek gerekir. Seçilmiş olan sporcu adaylarının seçim kriterlerine bağlı olarak uzun bir zaman sürecini içerecek çalışma takvimine ve programına adapte olup olamayacağı zaman içinde ve içinde bulunduğu antrenman döneminde ortaya çıkacaktır, çünkü genelde insanın hareketleri öğrenmesi ve özellikle çalışması, insanın gelişmesinin temelidir. Bu yaklaşım Engels'in "Çalışma insanın gelişiminde önemli rol oynar" şeklindeki bilimsel görüşüne dayandırılmıştır. Sporda başarılı olan birçok ülkenin kendine özgü ya da birbirlerine benzer yetenek seçme ve geliştirme modelleri literatürde yer almaktadır. Sporcu seçme işlemi spor yapmaya gönüllü olan ve bu işle uğraşmak isteyen oldukça fazla çocuk ya da genç arasından yapılırken belli bir branşta yetenekli olduğu düşünülüp yüksek performans hedefi olan sporcular içinse antrenman süreçleri içerisinde oldukça fazla test uygulamaları yapılarak hedefe doğru adımlarla gidilmesi gerekir. Bu spora özgü yeteneklerin belirlenmesi sırasında çocuk ve gençlerin zihinsel becerilerinin de farkında olmak onların daha sonraki süreçte uğraşacakları spor dalında daha başarılı olmalarına yol açacaktır. sportif başarı elde etmek için en önemli etkenlerden biri de zekayı spor müsabakası içerisinde kullanabilme becerisidir. Bu beceri müsabaka sonuçlarını belirleyen en önemli etkenlerdendir. Sportif başarının temel gerekliliğinin sorumluluk, rekabetin ise sağlıklı bir zeka ve zihinsel işleyiş olduğu düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yetenek, Seçme, Test, Zeka

Theoretical Approach To Talent Selection

ABSTRACT

The desire to be successful in all fields of sports is valid for everyone, and it is a requirement of success to work with children and young people who are defined as successful and talented in order to realize this desire. During this study, it is necessary to determine the talent and to select the athletes by analyzing the criteria that make up the sub-parameters of the talent. Whether the selected athlete candidates can adapt to the work schedule and program that will include a long time period depending on the selection criteria will be revealed in time and during the training period they are in, because the learning of movements in general, and especially working, is the basis of human development. This approach is based on Engels' scientific view that "work plays an important role in human development. Many countries that are successful in sports have unique or similar talent selection and development models in the literature. While the selection of athletes is made among many children or young people who volunteer to do sports and want to deal with this job, it is necessary to take steps towards the goal by making quite a lot of tests during the training process for the athletes who are thought to be talented in a certain branch and have a high performance target. Being aware of the mental skills of children and young people during the determination of these sports-specific abilities will lead them to be more successful in the sports they will deal with in the future. One of the most important factors to achieve sportive success is the ability to use intelligence in sports competition. This skill is one of the most important factors that determine the results of the competition. It is thought that the basic requirement of sportive success is responsibility, and competition is a healthy intelligence and mental functioning

Keywords: Talent, Selections, Test, Intelligence

8 HAFTALIK CORE ANTRENMAN PROGRAMININ 10-12 YAŞ GRUBU KARATE OYUNCUSU ÇOCUKLARDA BAZI MOTORİK ÖZELLİK VE FİZİKSEL UYGUNLUK PERFORMANSI ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Caner AYGÖREN¹, İsa AYDEMİR², Kenan BOZBAY³

¹Van Yüzüncüyıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Van

²Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Elazığ

³Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

ÖZET

Bu çalışmanın amacı 8 haftalık core antrenman programının 10 - 12 yaş grubu erkek çocuklarda bazı motorik ve fiziksel uygunluk parametrelerine etkisinin incelenmesidir. Araştırmada toplamda 16 erkek katılımcı yer almıştır. Katılımcılar kontrol grubu (boy;134,0±10,5) ve antrenman grubu (boy; 132,4±6,3) olmak üzere iki gruba ayrılmıştır. Kontrol grubunda yer alan katılımcılar 8 hafta boyunca temel karate egzersizi dışında belirlenmiş herhangi bir egzersiz programına katılmamıştır. Antrenman grubu ise 8 hafta boyunca hafta da 3 gün temel karate egzersizlerinin yanısıra core egzersiz programına tabi tutulmuşlardır. Tüm katılımcılardan çalışma öncesi ve sonrasında olmak üzere toplam iki defa; Boy, kilo, bel kuvveti, bacak kuvveti, el kavrama kuvveti, mekik, dikey sıçrama, 30 metre sprint koşusu ve sınav testleri alınmıştır. Araştırma neticesi için elde edilen verilerin analizi için SPSS paket programı kullanılmış olup, önemlilik düzeyi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir. Grupların kendi içinde karşılaştırılması için t testi (Wilcoxon) kullanıldı, gruplar arası karşılaştırma için ise general linear testi kullanıldı. Analizler sonucunda kontrol grubunun 8 haftalık periyot sonrasında; bacak kuvveti, mekik, dikey sıçrama ve sınav parametrelerin de anlamlılık görülmüştür ($p<0,05$). Analizler sonucunda antrenman grubunda ise; boy, bel kuvveti, el kavrama kuvveti, mekik, dikey sıçrama, 30 metre sprint koşusu ve sınav parametrelerin de anlamlılık görülmüştür ($p<0,05$). Gruplar arasında bir karşılaştırma yapıldığı zaman ise; boy, el kavrama kuvveti, mekik, dikey sıçrama ve sınav parametrelerin de ise antrenman grubu kontrol grubuna göre daha anlamlı çıkmıştır ($p<0,05$). Sonuç olarak aynı yaş grubunda yer alan erkek Karate oyuncularının 8 haftalık bir süreçte düzenli olarak uygulanan Karate teknik eğitimine ek olarak Core antrenman programında uygulandığında bazı motorik ve fiziksel uygunluk özelliklerinde büyük gelişmelerin kaydedildiği saptanmıştır. Çalışmamızda elde edilen sonuçlara göre Motorik ve fiziksel uygunluk özelliklerinin gelişimi için 10 – 12 yaş grubu çocuklarda Karate eğitimine ek olarak Core antrenman programlarının yaptırılmasının faydalı olacağı söylenilebilir.

Anahtar Kelimeler: Karate, Core antrenman, Motorik özellikler, Fiziksel uygunluk özellikleri

An Investigation Of The Effect Of 8- Week Core Training Program On Some Motoric Characteristics And Physical Fitness Performance Of Karate Players In The 10-12 Age Group In Children

Caner AYGÖREN, İsa AYDEMİR, Kenan BOZBAY

¹Van Yüzüncüyıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Van

²Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Elazığ

³Fırat Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Elazığ

ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the effect of 8-week core training program on some motoric and physical fitness parameters in 10 - 12-year-old boys. A total of 16 male participants took part in the study. The participants were divided into two groups as control group (height; 134.0±10.5) and training group (height; 132.4±6.3). The participants in the control group did not participate in any designated exercise program other than basic karate exercise for 8 weeks. The training group was subjected to core exercise program as well as basic karate exercises 3 days a week for 8 weeks. A total of two times, before and after the study, from all participants; Height, weight, waist strength, leg strength, hand grip strength, sit-up, vertical jump, 30 meter sprint run and push-up tests were taken. For the analysis of the data obtained as a result of the research, the SPSS package program was used and, significant level $p<0.05$ was accepted as. The t-test (Wilcoxon test) was used to compare the groups in themselves, for comparison Dec the groups, the general linear test was used. As a result of the analyzes, the control group had a period of 8 weeks after; leg strength, sit-up, vertical jump and push-up parameters were also significant ($p<0.05$). As a result of the analyzes, the training group; height, waist strength, hand grip strength, sit-up, vertical jump, 30-meter sprint and push-up parameters were also significant ($p<0.05$). When a comparison is made between the groups, it Dec; height, hand grip strength, sit-up, vertical jump and push-up parameters were also more significant in the training group compared to the control group ($p<0.05$). in addition to Karate October training, which is practiced regularly, it has been found that when Core training is applied in the program, great improvements have been made in some motoric and physical fitness characteristics. According to the results obtained in our study, it can be said that it will be useful to have Core training programs in addition to Karate training in children aged 10-12 for the development of motor October and physical fitness characteristics.

Keywords: Karate, Core training, Motoric characteristics, Physical fitness characteristics

REKREASYONDA YAŞAM KALİTESİ VE FİZİKSEL AKTİVİTENİN YERİ VE ÖNEMİ

Erdal ZORBA¹

¹Gazi Üniversitesi

Ülkelerin özellikle sosyal hayatlarında, gelişmişlik derecelerine paralel olarak gittikçe önemi artan rekreasyon, çeşitli ülkelerde ya aynı isim altında ya da eğlence sanat, kültürel faaliyetler ile birlikte çeşitli fiziksel aktivitelerde sporda, dans, avcılık, balık tutma vs. gibi boş zamanların bileşenleri ile ifade edilmektedir.

Rekreasyonun dört önemli fonksiyonu vardır; dinlenme veya kendini bırakma, eğlenme, kendini fiziksel ve ruhsal olarak geliştirme. Rekreasyonu değerlendirme diye adlandırılan bu önemli fonksiyonlar nasıl gerçekleştirilir ve nedir? Rekreasyon sırasında geliştirilen zihniyet ve yetenekler sadece birey için değerli olmayıp aynı zamanda bireyin bir parçası olduğu toplum içinde çok önemlidir. Bu nedenle toplumlar boş zamanlarda yapılan “rekreasyon etkinlikleri” ile yakından ilgilidir.

Rekreasyonun önemli bir kısmını fiziksel aktivite ve spor oluşturur. Bütün istekle yapılan eğlence veren bütün fiziksel aktiviteler ve spor aynı zamanda rekreasyon özelliği taşımaktadır. Etkinliklerin çoğu oyunlardır ve günümüzde oyunların tüm çeşitleri oyuncular ve seyirciler için genellikle rekreatif faaliyetlerdir. Oyuncular ve seyirciler oynadıkları oyunları son derece ciddi olarak görmektedirler. Spor veya fiziksel aktivite hobisi, kazanma veya geliştirme, eğlenme ve bilgi edinme (yarışmacının en iyisini yaptığını düşünmesi gibi) özelliklerini taşır.

Doğanın kuralı olarak doğduğumuz andan itibaren ölüme doğru yaşlanırken, organizmamızdaki değişiklikler nedeniyle gücümüz, dayanıklılığımız ve yaşam kalitesi ile ilgili daha birçok özelliğimiz gerilemeye eğilim göstermektedir. Genç yaşlarda hastalıklara karşı dirençliyizdir, otobüse yetişmek için koşabiliriz, asansörü beklemek yerine merdivenlerden çıkmayı yeğleyebiliriz. Sonraları ise otobüsü ya da asansörü beklemek daha kolayımıza gelir. Meslekleri veya hayat tarzları olarak hareketli yaşamayı seçenlerde fizyolojik gerileme zamana karşı oldukça yavaştır. Örneğin postacılar kilometrelerce yürüyebilir, hamallar kilolarca yük kaldıracaktır, sporcular ise saatlerce antrenman yapacak gücü kendilerinde bulabilirler. Temel olarak kuvvet, dayanıklılık, sürat, esneklik, beceri gibi özellikler fiziksel güç uyumunun sağlıklı olmasını sağlar.

Fiziksel aktivite enerji tüketimi yoluyla açıklanır. Alternatif olarak fiziksel aktivite yapılmış bir çalışmanın miktarı olarak (watt), aktivitenin periyodik zamanı olarak (saat, dakika), hareketin birimleri olarak (hesaplamalar) ya da bir ankete verilen cevaplardan türetilen sayısal skor olarak açıklanabilir.

Fiziksel aktivite genel olarak dört boyutta tanımlanır (FITT); sıklık (her ay ya da her hafta gibi), yoğunluk (her saat başına kilojoule ya da her dakikadaki kilokalori), süre (dakika, saat gibi) ve çeşitliliktir (aktivitenin farklı olması) ve u boyutların İngilizce baş harfleri FITT kavramını doğurur. Bununla birlikte aktivitenin amacına ve şartlarına göre 5. boyutta sıklıkla görülebilir. Hem fiziksel çevre hem de psikolojik ya da duygusal şartlar bir aktivitenin fizyolojik etkilerini değiştirebilir.

Hangi sıklıkta, süreyle ve hangi yoğunlukta fiziksel aktivitede bulunmak yeterlidir? Bu soru her ne kadar kolay görünse de, verilecek cevaplar karmaşık olabilir, özellikle de spor yapmaya yeni başlayanlar için. Bu bölümün amacı “Ne kadar fiziksel aktivite yeterlidir?” sorusuna cevap verebilmek için temel prensiplerin iyi anlaşılmasını amaçlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: rekreasyon, fiziksel aktivite, yaşam kalitesi, sağlıklı yaşam

The Place And Importance Of Quality Of Life And Physical Activity In Recreation

Erdal ZORBA¹

¹Gazi Üniversitesi

Recreation, which is becoming increasingly important in parallel with the degree of development, especially in the social lives of countries, is used in various countries either under the same name or in various physical activities together with entertainment, arts, cultural activities, dancing, hunting, fishing, etc. expressed with components of leisure time such as

Recreation has four important functions; rest or letting go, having fun, improving oneself physically and spiritually. How and what are these important functions, called recreation evaluation, performed? The mentality and abilities developed during recreation are not only valuable for the individual, but also very important in the society of which the individual is a part. For this reason, societies are closely related to "recreational activities" in leisure time.

Physical activity and sports constitute an important part of recreation. All physical activities and sports, which are done with enthusiasm, have a recreational feature at the same time. Most of the activities are games and today all kinds of games are generally recreational activities for players and spectators. Players and spectators see the games they play as extremely serious. Sports or physical activity hobby, winning or developing, having fun and acquiring knowledge (like the competitor thinks he is doing his best).

As we age towards death from the moment we are born as a rule of nature, many of our features related to our strength, endurance and quality of life tend to decline due to changes in our organism. We are resistant to diseases at a young age, we can run to catch the bus, we prefer to climb the stairs instead of waiting for the elevator. Afterwards, it is easier for us to wait for the bus or elevator. Physiological regression is very slow in time for those who choose to live active as their profession or lifestyle. For example,

postmen can walk for miles, porters can lift kilos, and athletes can find the strength to train for hours. Basically, features such as strength, endurance, speed, flexibility and skill ensure that physical strength harmony is healthy.

Physical activity is explained through energy consumption. Alternatively, physical activity can be described as the amount of work done (watts), periodic time of activity (hours, minutes), units of movement (calculations), or as a numerical score derived from responses to a questionnaire.

Physical activity is broadly defined in four dimensions (FITT); frequency (like every month or every week), intensity (kilojoules per hour or kilocalories per minute), duration (like minutes, hours) and variety (different activity), and the English initials of u dimensions give rise to the concept of FITT. However, it can often be seen in the 5th dimension depending on the purpose and conditions of the activity. Both the physical environment and psychological or emotional conditions can alter the physiological effects of an activity.

What frequency, duration and intensity of physical activity is sufficient? As easy as this question may seem, the answers can be complex, especially for beginners. The purpose of this section is "How much physical activity is enough?" It aims to have a good understanding of the basic principles in order to answer the question.

Keywords:recreation, physical activity, quality of life, healthy life

ADÖLESAN DÖNEMDEKİ BİREYLERDE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Yusuf Burak YAMANER¹, Ümran SARIKAN²

¹Bursa Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

²Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi,

Amaç: Bu araştırmada, adölesan dönemdeki bireylerde dijital oyun bağımlılığı ve spora yönelik tutumlarının incelenmesi

Yöntem: Araştırmamızda tarama modeli kullanılmıştır. Katılımcılara anket hakkında ön bilgi verildikten sonra gönüllülük prensibine göre 113 (%59,5) kadın, 77 (%40,5) erkek birey olmak üzere toplamda 191 gönüllü birey katılmıştır. Araştırmada veritoplama aracı olarak gerçekleştirilen 'Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği' (DOB-7) ile 22 maddeden oluşan 'Spora Yönelik Tutum Ölçeği' (5'li Likert Tipi) kullanılmıştır. Araştırma verileri SPSS 22.0 paket programı ile analiz edilmiş olup hata payı p

Bulgular: Elde edilen bulgular incelendiğinde katılımcıların %59,5'inin kadın, %40,5'inin ise erkek olduğu, %45,8'inin egzersize katılım sağladığı görülmektedir. Aynı zamanda, egzersiz yapan katılımcıların spora yönelik tutum alt boyutlarından olan psikososyal gelişme, zihinsel gelişme ve spora yönelik tutum toplam puanlarının egzersiz yapmayan katılımcılara göre daha yüksek puana sahip oldukları anlaşılmaktadır. Bu bağlamda; egzersiz yapan katılımcıların spora yönelik tutumlarının daha anlamlı olduğu söylenebilmektedir.

Tartışma ve Sonuç: Sonuç olarak, oyunlara bağlı yaşayan genç yetişkin bireyler hem gündelik hayatta yapması gereken sorumlulukları yerine getirmekte zorlanabilir hem de reel yaşamla sanal dünya arasında bağlantı kurması neticesinde zihinsel ve bilişsel bozukluklara sebep olabilmekte bu da akademik başarı düzeylerini olumsuz anlamda etkileyebilmektedir. Tüm bunların yanı sıra bireyler spora teşvik edilmelidir bunun gerekçesi ise, genç yetişkinlerin hem zihinsel hem de bedensel gelişimini pozitif anlamda etki ettiği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital Oyun, Egzersiz ve Spor

102-iscs-conference-8th-600-MT-Oral/Online / -55

REKREASYON FAALİYETLERİNE BİLİNÇLİ KATILIMIN RUHSAL SAĞLIK DURUMUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Investigation Of The Effect Of Conscious Participation In Recreational Activities On Mental Health Status

Şükran KOCAKULAK¹, Nurullah EMİR EKİNCİ², Ümran SARIKAN³

¹Yalova Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

²Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

³Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Bilim Uzmanı

E-posta: sukrankocakulak@gmail.com

Amaç: Araştırmamızda rekreasyon faaliyetlerine bilinçli katılımın ruh haline etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmamıza Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 57 kadın, 57 erkek olmak üzere toplam 114 birey gönüllük olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Ekinci ve Özdilek (2019) tarafından geliştirilen 41 madde ve 3 boyuttan oluşan Rekreasyonel Farkındalık Ölçeği ile Katılımcıların ruh halleri cevaplarını belirlemek için türkçe uyarlaması Çakıroğlu ve ark. (2020) tarafından yapılan Brunel Ruh Hali Ölçeği (BRUMS) ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizi SPSS paket 22.0 programı ile yapılmıştır. Araştırmada hata payı düzeyi $p<0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılanların boy ortalaması $170,12\pm 8,92$ olup vücut ağırlığı ortalamalarının ise $65,86\pm 13,67$ kg olduğu tespit edilmiştir. Rekreatif faaliyetlere bilinçli katılım durumları ve ruh halleri arasında bir ilişki olduğu ve bu ilişkinin istatistiksel açıdan anlamlı olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak; Gerçekleştirdiğimiz araştırmadan da anlaşılmaktadır ki; rekreatif faaliyetlere katılım bireyleri ruh hali açısından olumlu yönde etkilemiştir. bireylerin veya toplumun rekreasyonel faaliyetlere katılabilmesi ya da katıldıkları rekreasyon faaliyetlerini daha iyi şartlarda yapabilmesi, kendilerini daha iyi hissetmelerine ve duygu durumlarının olumlu yönde değişmesine olanak sağlamaktadır. Öyle ki; bireyleri rekreatif etkinliklere yönlendirmek amacı ile teşvik edici etkinliklerin düzenlenmesinin oldukça yararlı olabileceği düşüncesindeyiz.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Farkındalık ve Ruh Hali

Keywords: Recreation, Awareness and Mood

İNTERNET BAĞIMLILIĞININ SAĞLIKLI BESLENME TUTUM VE DAVRANIŞLARINA ETKİSİ VAR MIDIR?

Does Internet Addiction Have An Effect On Healthy Eating Attitudes And Behaviors?

Akif ÖZKAN¹, Mine TURĞUT², Tuğçe ORKUN ERKİLİÇ³

¹Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın, TÜRKİYE

²Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın, TÜRKİYE

³Diyetisyen Doktor

E-posta: akifozkan98@gmail.com

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada internet bağımlılığının sağlıklı beslenme tutum ve davranışına etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırma grubuna Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde okumakta olan 35 kadın, 66 erkek toplam 101 gönüllü birey katılım sağlamıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Young İnternet bağımlılığı Testi Kısa Formu (YİBT-KF) ile Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Ölçeği (SBİTÖ) ve sosyo-demografik bilgilerle ilgili veriler ise “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Araştırma için elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarıldıktan sonra SPSS paket 22.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırmada hata payı düzeyi $p < 0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular: Araştırmaya katılanların yaş ortalaması $22,52 \pm 2,10$ olup vücut ağırlığı ortalamaları ise $65,04 \pm 10,81$ kg'dır. Katılımcıların internet bağımlılığı ve sağlıklı beslenme tutum ve davranışları arasında bir ilişki olduğu ve katılımcıların sıklıkla internette geçirdikleri ve bu durumun sağlıklı beslenme tutum ve davranışlarını negatif yönde etkilediği tespit edilmiştir.

Sonuç: Sonuç olarak katılımcıların internet bağımlılığı ve sağlıklı beslenme tutum ve davranışları arasında ilişki olduğu görülmektedir. Öyle ki; genç katılımcıların bağımlılık düzeyleri gerek ebeveynler tarafından gerekse öğretmen veya antrenörleri tarafından belirlenmeli ve gerekli önlemler alınmalı ve bir takım eğitimler ile desteklenmelidir. Böylece bireyler daha sağlıklı beslenme davranışı sergileyerek uzun süre hareketsiz kalmanın yol açabileceği hastalıklardan korunabilecekleri düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: İnternet, Bağımlılık ve Sağlıklı Beslenme,

Keywords : Internet, Healthy Eating and Attitude

DÜZENLİ OLARAK BİSİKLET KULLANAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN YALNIZLIK DÜZEYİ İLE TEMEL PSİKOLOJİK İHTİYAÇLARI ARASINDAKİ İLİŞKİ

Recep CENGİZ¹, Nilgün VURGUN¹, Canan ALDIRMAZ², Emre OKUMACI¹

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa

²Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli

ÖZET

Bu çalışmanın amacı serbest zaman aktivitelerinde düzenli olarak bisiklet kullanan üniversite öğrencilerinin genel yalnızlık düzeyi ile psikolojik ihtiyaçları arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

Araştırmaya üniversitede öğrenim gören bisiklet kullanıcısı veya topluluğu üyeleri yaşları 18-20 arasında değişen; 132 kadın (20.39±1.33), 201 erkek (20.43±1.35) olmak üzere toplamda 333 (20.41±1.34) öğrenci katılmıştır. Katılımcıların serbest zaman aktivite süresi haftalık ortalama 39.7±16.73 saattir. Araştırmada UCLA Yalnızlık Ölçeği ve Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durum Ölçeği (SPİDÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25.0 programından yararlanılmıştır. Katılımcıların özelliklerinin ve ölçekten elde edilen puanların tanımlanması için betimsel istatistik analizi (ortalama ve standart sapma) kullanılmıştır. Katılımcıların UCLA Yalnızlık Ölçeğinden elde edilen Genel Yalnızlık puanı ile haftalık serbest zaman süresi ile arasındaki ilişkiyi incelemek ve Genel Yalnızlık ile Sporda Psikolojik İhtiyaçlar Durum Ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak için Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır.

Katılımcıların ölçeklere verdiği yanıtlar incelendiğinde, UCLA Yalnız Ölçeğinden elde edilen ortalama Genel Yalnızlık puanının (56.65±8.85) ölçekten elde edilebilecek puan ortalamasının üstünde olduğu belirlenmiştir. Haftalık serbest zaman süresi ile UCLA Yalnızlık Ölçeğinden elde edilen Genel Yalnızlık puanı arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır ($r=.191$, $p<0.01$). UCLA Yalnızlık Ölçeğinden elde edilen Genel Yalnızlık puanı ile SPİDÖ'nün "Bağımsızlık Tatmini" ($r=-.322$), "Yeterlik Tatmini" ($r=-.625$) ve "İlişki Tatmini" ($r=-.565$) alt boyutları arasında negatif ($p<0.01$); Genel Yalnızlık puanı ile "Bağımsızlık Engellenmesi" ($r=.309$), "Yeterlik Engellenmesi" ($r=.492$) ve "İlişki Engellenmesi" ($r=.624$) alt boyutları arasında pozitif ilişki görülmüştür ($p<0.01$).

Sonuçlar olarak, yalnızlık düzeyi yüksek olanların serbest zaman aktivite süresinin de yüksek olduğu söylenebilir. Ayrıca yalnızlık düzeyinin psikolojik ihtiyaçlarda tatmin yaşanması ile negatif ilişkili olduğu, psikolojik ihtiyaçların engellenmesine yönelik algıyla ise pozitif ilişkili olduğu sonucuna varılabilir.

Anahtar Kelimeler: Bisiklet, Yalnızlık, Temel psikolojik ihtiyaçlar

The Relationship Between The Loneliness Level And The Basic Psychological Needs Of College Student-Cyclists

The aim of this study is to reveal the relationship between the general loneliness level and basic psychological needs of university students who regularly cycles as leisure activities.

A total of 308 (20.18±1.06) college student [122 female (20.16±1.09) and 186 male (20.18±1.04)], aged between 18-22, who were bicycle users or members of the bicycle community, participated in the study. The average weekly cycling time of the participants was 39.9±16.61 hours. The UCLA Loneliness Scale and the Psychological Need States in Sport-Scale (PNSS-S) were used in the study. The data were analyzed with the SPSS 25.0 program. Descriptive statistical analysis (mean and standard deviation) was performed to define the characteristics of the participants and the scores obtained from the scale. Pearson's Correlation Analysis was applied to examine the relationship between the participants' General Loneliness score obtained from the UCLA Loneliness Scale and

the weekly cycling duration, and to reveal the relationship between General Loneliness and the Psychological Need States in Sport-Scale sub-dimensions.

Responses of the participants to the scales showed it was determined that the average General Loneliness score (56.73 ± 13.26) was above the average score that could be obtained from the scale. Another finding indicated that a significant positive correlation between weekly cycling duration and the General Loneliness score ($r=.179$, $p<0.01$). A negative correlation was found between the General Loneliness score and the sub-dimensions of "Autonomy Satisfaction" ($r=-.263$), "Competence Satisfaction" ($r=-.578$) and "Relatedness Satisfaction" ($r=-.584$) of PNSS-S. ($p<0.01$). Finally, there was a positive correlation between the General Loneliness score and the sub-dimensions of "Autonomy Frustration" ($r=.250$), "Competence Frustration" ($r=.423$) and "Relationship Inhibition" ($r=.615$) of PNSS-S ($p<0.01$).

As a result, it can be claimed that college students with high levels of loneliness also have high cycling duration. In addition, it can be concluded that the level of loneliness is negatively related to the satisfaction of basic psychological needs, and positively related to the perception that basic psychological needs are frustrated.

Keywords: *Cycling, Loneliness, Basic psychological needs*

SEDANter VE SPOR EĞİTİMLİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SİGARANIN UYKU KALİTESİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

Selinay ABANOZ¹, Egemen ERMiŞ², Osman İMAMOĞLU³

¹ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Anabilim Dalı, Samsun, Türkiye, Orcid: 0000-0002-2110-3258

² Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Samsun, Türkiye, Orcid: 0000-0002-3976-6981

³ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği, Samsun, Türkiye, Orcid: 0000-0001-6671-6042

ÖZET

Bu çalışmanın amacı sedanter ve spor eğitilmiş üniversite öğrencilerinde sigaranın uyku kalitesine etkisinin araştırılmasıdır. Bu amaçla öğrencilere Pittsburg uyku kalitesi ölçeği uygulanmıştır. Ölçeği doğru dolduran 350 sedanter öğrenci ve 311 spor eğitimi alan öğrencinin verileri değerlendirilmiştir. İstatistiksel işlemlerde Student-t testi kullanılmıştır. Sedanterler öğrencilerde yatağa gitmeden önce sigara kullanma durumuna göre öznel uyku kalitesi, Uyku latensi/gecikmesi, uyku süresi, alışılmış uyku etkinliği, uyku bozukluğu ve gündüz işlevsel bozukluğu toplam uyku skoru puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Buna karşılık sadece ilaç kullanımı alt bileşeninde anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Spor eğitimi alan öğrencilerde sigara kullanma durumuna göre öznel uyku kalitesi, Uyku gecikmesi ve toplam uyku skoru puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Buna karşılık uyku süresi, alışılmış uyku etkinliği, uyku bozukluğu ve gündüz işlevsel bozukluğu alt bileşeninde anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Sigara içen öğrenciler yatmadan önce sigara içmeyen öğrencilere göre daha kötü uyku kalitesine sahip oldukları görülmüştür. Spor eğitilmiş öğrencilerde sigara içmek sedanter öğrencilere göre uyku bileşenlerinde daha az etkili olmuştur. Öğrencilerin yatmadan önce sigara içmelerinin uyku kaliteleri üzerinde olumsuz durum oluşturduğu ve spor yapmayanlarda bunun daha fazla etkili olduğu söylenebilir. Spor eğitimi almayan öğrencilere spor yapmaları da tavsiye edilebilir.

Anahtar kelimeler: Sporcu öğrenci, sedanter öğrenci, Uyku, Sigara

Investigation Of The Effect Of Smoking On Sleep Quality In Sedentary And Sports Trained University Students

Abstract

The aim of this study is to investigate the effect of smoking on sleep quality in sedentary and sports educated university students. For this purpose, Pittsburg sleep quality scale was applied to the students. The data of 350 sedentary students who filled out the scale correctly and 311 students who received sports training were evaluated. Student's t test was used for statistical operations. Statistically significant differences were found in the subjective sleep quality, sleep latency/delay, sleep duration, habitual sleep efficiency, sleep disturbance and daytime functional disorder total sleep score scores according to smoking status before going to bed in sedentary students ($p<0.05$ and $p<0.001$).). On the other hand, no significant difference was found only in the subcomponent of drug use ($p>0.05$). A statistically significant difference was found in the subjective sleep quality, sleep delay and total sleep score scores of the students receiving sports training according to smoking status

($p < 0.05$ and $p < 0.001$). On the other hand, no significant difference was found in sleep duration, habitual sleep efficiency, sleep disturbance and daytime dysfunction subcomponents ($p > 0.05$). Conclusion: It was observed that smokers had worse sleep quality at bedtime than non-smoker students. Smoking was less effective on sleep components in sports-trained students than in sedentary students. It can be said that smoking before going to bed creates a negative effect on their sleep quality and this is more effective in those who do not do sports. Students who do not receive sports training can also be advised to do sports.

Keywords: Sports student, sedentary student, Sleep, Smoking

Giriş ve amaç

Dünya Sağlık Örgütü bulgularında Türkiye'deki yetişkin bireylerin günlük %23 oranında sigara tükettiğini belirlenmiştir (Organization WHO,2017). Ergenlerde de riskli sağlık davranışlarıyla ilgili literatüre bakıldığında, son yıllarda dünyada ve gençler arasında yaygın bir problem haline gelen sigara tüketiminin Türkiye'de de giderek arttığı görülebilir (TUÝK 2008). Dünya genelinde 300 milyon genç sigara kullanıcısıdır ve her beş sigara kullanıcısından biri 13-15 yaşları arasında bulunmaktadır. (Taşçı ve ark. 2005). Sigara kullanımı ile ilgili literatüre bakıldığında, çocuk ve ergenlerin sigara kullanma nedenlerine ilişkin araştırmaların da yapıldığı görülmektedir. Ergenleri sigara içmeye yönelten sebepler içerisinde sigara içen yakın arkadaş, anne-baba, kardeş ya da öğretmenlerinin sigara kullanması, düşük sosyal ve ekonomik düzey, daha modern görünme arzusu, kaygılarını giderme isteği, okul başarısının düşük olması ve toplumsal cinsiyet (sigara içmenin ergenler arasında bir tür erkek olma göstergesi) olarak belirtilmektedir (Kutlu ve Çivi 2006).

İnsan fiziksel, ruhsal, sosyal, entelektüel ve spiritüel gereksinimleri ile birlikte bir bütündür. İnsanın sağlıklı bir şekilde varlığını sürdürebilmesi için bu gereksinimlerinin dengeli bir biçimde karşılanması gerekmektedir. Karşılanması gereken önemli insan gereksinimlerinden bir tanesi de "uyku"dur (Önler ve Yılmaz, 2008; Potter ve Pery, 2009). Uyku insanların 24 saatlik periyotlar boyunca düzenli aralıklarda, tekrar ortaya çıkan kısıtlı hareket ve duyu hassasiyetin kalıcı olmayan ve bilinç dışı olarak kontrol edilen davranışsal bir halidir (Aktaş ve ark., 2015; Allada ve Siegel,2008;Beersma ve Gordijn;2007). Kalitesiz uyku bireylerde konsantrasyonda zorlanma, yorgunluk, sinirlilik, anksiyete ve depresyon gibi problemlere neden olabilir (Fernandez ve ark.,2009). Fizyolojik ve/veya ruhsal rahatsızlıklar, ilaç kullanımı, kafein içeren içecek ve besinleri fazla kullanma, gün içerisinde yaşanan stres, anksiyete ve diğer duygusal problemler uyku düzeni ve kalitesinde azalmaya yol açabilir (Ergün ve ark.,2017).Yeterli sürede uyku uyumamak, biliş, öğrenme, hafızaya bilginin yerleşmesi gibi yetilerin ve zihinsel iyilik halinin azalmasına sebep olur. Hücrelerin gelişmesini ve yenilenmesini geciktirir. Glikoz metabolizmasını bozar. Uykusuzluk bağışıklık düzeyini ve solunum yolu enfeksiyonlarının direnci düşürür (Chandrasekaran ve ark., 2020: 4;Walsh ve ark., 2021).

Yöntem

Katılımcılar: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinden toplam 350 ve diğer fakültelerde öğrenim gören sedanter toplam 311 öğrencinin verileri değerlendirilmiştir.

Pittsburgh Uyku Kalitesi İndeksi (PUKİ); Buysse ve ark., (1989) tarafından geliştirilmiştir. Türkiye’de ise Ağargün ve ark., (1996) tarafından yapılmıştır. PUKİ, son bir ay içerisindeki uyku kalitesi ve uyku bozukluğunun tipi ve şiddeti konusunda bilgi sağlayan bir ölçektir. PUKİ, 1 toplam skor ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır (öznel uyku kalitesi, uyku latensi, uyku süresi, alışılmış uyku etkinliği, uyku bozukluğu, uyku ilacı kullanımı, gündüz işlev bozukluğu). Ölçekteki her bir madde 0 (hiç sıkıntı olmaması)-3 (ciddi sıkıntı) puan arasında bir değer almaktadır. Yedi alt boyuta ilişkin puanların toplamı ise toplam PUKİ puanını vermektedir. Her bir alt boyutun puanı 0 ile 3 arasında değişmektedir. Toplam PUKİ puanı ise 0-21 arasında değişmektedir. Toplam puanı ≤ 5 ve altında olanların uyku kalitesi “iyi” olarak değerlendirilirken, >5 ise kötü uyku kalitesini ifade etmektedir (Ağargün ve ark., 1996). Bu çalışmanın amacı sedanter ve spor eğitilmiş üniversite öğrencilerinde sigaranın uyku kalitesine etkisinin araştırılmasıdır.

İstatistiksel analiz:

İstatistiksel işlemlerde SPSS 25 Paket programı kullanılmıştır karşılaştırmalarda Student t- testi kullanılmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyete Göre Yaş, Boy Uzunluğu, Vücut Ağırlığı ve Beden Kütle İndeksi karşılaştırılması

	Öğrenci	n	Ortalama	St.sapma	t-test
Yaş (Yıl)	Sedanter	350	21,80	2,60	0,15
	Sporcu	311	21,46	2,32	
Boy uzunluğu (cm)	Sedanter	350	173,18	17,12	2,98*
	Sporcu	311	175,36	17,21	
Vücut ağırlığı (kg)	Sedanter	350	71,22	10,73	3,87*
	Sporcu	311	74,11	10,87	
Beden Kütle İndeksi (kg/m ²)	Sedanter	350	23,80	2,91	2,19*
	Sporcu	311	24,20	2,80	

* $p < 0,05$ ve ** $p < 0,001$

Tablo 2. Öğrencilerde yatmaya gitmeden önce Sigara içme durumuna göre uyku ölçek puanları karşılaştırılması

	Sigara /alkol	N	Ortalama	St.sapma	t	p
Öznel uyku kalitesi	Kullanan	191	1,27	0,83	3,70	0,000**
	Kullanmayan	291	1,01	0,70		
Uyku latensi	Kullanan	191	1,52	0,89	3,91	0,000**
	Kullanmayan	291	1,18	0,96		
Uyku süresi	Kullanan	191	0,73	0,96	3,92	0,000**
	Kullanmayan	291	0,42	0,74		

Alışılmış Etkinliği	Uyku	Kullanan	191	0,64	0,99	3,13	0,002*
		Kullanmayan	291	0,39	0,79		
Uyku bozukluğu		Kullanan	191	1,13	0,64	3,14	0,002*
		Kullanmayan	291	0,95	0,59		
Uykuda kullanma	ilaç	Kullanan	191	0,11	0,37	1,48	0,140
		Kullanmayan	291	0,07	0,29		
Gündüz Bozukluğu	İşlev	Kullanan	191	1,15	1,01	3,42	0,001**
		Kullanmayan	291	0,86	0,87		
PUKI Puan	Toplam	Kullanan	191	6,54	3,45	5,61	0,001**
		Kullanmayan	291	4,87	3,05		

*p<05 ve **p<00,1

Tablo 3. Sedanter Öğrencilerde yatmaya gitmeden önce Sigara içme durumuna göre uyku ölçek puanları karşılaştırılması

	Sigara /alkol	N	ortalama	St.sapma	t	p
Öznel uyku kalitesi	Kullanan	143	1,64	0,77	2,51	0,012*
	Kullanmayan	207	1,44	0,69		
Uyku latensi	Kullanan	143	1,76	0,92	2,12	0,035*
	Kullanmayan	207	1,55	0,95		
Uyku süresi	Kullanan	143	0,85	1,03	3,71	0,000**
	Kullanmayan	207	0,49	0,79		
Alışılmış Uyku Etkinliği	Kullanan	143	0,88	1,13	3,52	0,001**
	Kullanmayan	207	0,51	0,92		
Uyku bozukluğu	Kullanan	143	1,29	0,66	2,37	0,018*
	Kullanmayan	207	1,14	0,53		
Uykuda kullanma ilaç	Kullanan	143	0,06	0,32	0,62	0,536
	Kullanmayan	207	0,04	0,27		
Gündüz İşlev Bozukluğu	Kullanan	143	1,49	1,16	3,04	0,003*
	Kullanmayan	207	1,14	0,98		
PUKI Toplam Puan	Kullanan	143	7,96	3,68	4,45	0,000**
	Kullanmayan	207	6,31	3,19		

*p<05 ve **p<00,1

Tablo 4. Spor eğitilmiş Öğrencilerde Sigara /alkol kullanma durumuna göre uyku ölçek puanları karşılaştırılması

	Sigara /alkol	n	ortalama	St.sapma	t	p
Öznel uyku kalitesi	Kullanan	125	0,99	0,69	2,48	0,013*
	Kullanmayan	186	0,81	0,58		
Uyku latensi	Kullanan	125	1,34	0,74	3,63	0,000**
	Kullanmayan	186	1,00	0,84		
Uyku süresi	Kullanan	125	0,54	0,84	1,69	0,092
	Kullanmayan	186	0,39	0,71		
Alışılmış Uyku Etkinliği	Kullanan	125	0,40	0,68	1,89	0,059
	Kullanmayan	186	0,26	0,62		
Uyku bozukluğu	Kullanan	125	0,90	0,53	1,26	0,208
	Kullanmayan	186	0,82	0,57		
Uykuda ilaç kullanma	Kullanan	125	0,13	0,36	1,85	0,065
	Kullanmayan	186	0,06	0,25		
Gündüz İşlev Bozukluğu	Kullanan	125	0,85	0,81	1,66	0,098
	Kullanmayan	186	0,69	0,80		
PUKI Toplam Puan	Kullanan	125	5,14	2,64	3,77	0,000**
	Kullanmayan	186	4,04	2,47		

*p<05 ve **p<00,1

Tartışma ve sonuç

Cinsiyete göre yaşlar birbirine benzer iken vücut ağırlığı, boy uzunluğu ve Beden Kütle indeksi durumu sporcular lehine istatistiksel olarak farklı bulunmuştur (p<0,001). Beden Kitle indeksi 21-22 kg/m² ise normal kabul edilir (Hsu ve ark.,2018). Bu nedenle katılımcıların Beden Kütle indeksi değerleri normal sınırlar içerisinde.

Türk Literatüründe genellikle sigara içenlerin içmeyenlere göre daha kötü uyku kalitesine sahip olduğu belirtilmiştir (Çakır ve Erbaş;2021; Şalva ve ark., 2020; Işık ve ark., 2015; İslamoğlu ve ark., 2018). Eliöz ve ark.,(2018) çalışmalarında ise sporcuların sigara kullanım alışkanlıklarına göre uyku kalitesi değişmemiştir. Bu çalışmada tüm öğrencilerin sigara kullanma durumuna göre öznel uyku kalitesi, Uyku gecikmesi, uyku süresi, alışılmış uyku etkinliği, uyku bozukluğu ve gündüz işlevsel bozukluğu alt bileşeninde ve toplam uyku skoru puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,05 ve p<0,001). Buna karşılık uykuda ilaç kullanma alt bileşeninde anlamlı farklılık bulunmamıştır (p>0,05). Yine sigara kullanma durumuna göre spor eğitilmiş öğrencilerde öznel uyku kalitesi, uyku gecikmesi (uykuya dalma süresi) ve toplam uyku skoru puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur (p<0,05 ve p<0,001). Buna karşılık göre spor eğitilmiş öğrencilerde

uyku süresi, alışılmış uyku etkinliği, uyku bozukluğu ve gündüz işlevsel bozukluğu alt bileşeninde anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Yine sigara kullanma durumuna göre sedanter öğrencilerde öznel uyku kalitesi, uyku latensi/gecikmesi, uyku süresi, alışılmış uyku etkinliği, uyku bozukluğu, gündüz işlevsel bozukluğu ve toplam uyku skoru puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$). Buna karşılık sedanter öğrencilerde sadece ilaç kullanımı alt bileşeninde anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Buradan şu sonuç çıkabilir: spor eğitilmiş öğrencilerde uyku süresi, alışılmış uyku etkinliği ve uyku bozukluğu ve gündüz işlev bozukluğu alt bileşenlerinde sigaranın içmenin anlamlı etkisi bulunmaz iken sedanter öğrencilerde sigara içmenin olumsuz etkisi görülmesi spor yapmaktan kaynaklanabilir.

Sonuç: Sigara içen öğrenciler yatmadan önce sigara içmeyen öğrencilere göre daha kötü uyku kalitesine sahip oldukları görülmüştür. Spor eğitilmiş öğrencilerde sigara içmek sedanter öğrencilere göre uyku bileşenlerinde daha az etkili olmuştur. Öğrencilerin yatmadan önce sigara içmelerinin uyku kaliteleri üzerinde olumsuz durum oluşturduğu ve spor yapmayanlarda bunun daha fazla etkili olduğu söylenebilir. Spor eğitimi almayan öğrencilere spor yapmaları da tavsiye edilebilir.

Kaynaklar

- Ağargün, M.Y., Kara, H., Anlar, Ö. (1996). "Pittsburgh uyku kalitesi indeksi'nin geçerliliği ve güvenilirliği", Türk Psikiyatri Dergisi, 7(2), 107-115.
- Buysse D, Reynolds CF 3rd, Monk T, Berman S, et al. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research, 28,193–213.
- Çakır Z.,Erbas Ü. (2021). Spor Bilimlerinde Okuyan Öğrencilerin Sporcu Uyku Davranış Tutumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES), December, 7(2): 593-604
- Eliöz M., Çebi M.,İslamoğlu İ. (2018). Investigation of Sleep Quality of Team and Individual Sports, Turkish Studies Social Sciences, 13(26), 581-591.
- Hsu, C.C., Wahlqvist, M.L., Wu, I.C., Chang, Y.H., Chang, I.S., Tsai, Y.F., Hsiung, C.A. (2018). Cardiometabolic disorder reduces survival prospects more than suboptimal body mass index irrespective of age or gender: a longitudinal study of 377,929 adults in Taiwan. BMC Public Health, 18(1),142.
- Işık Ö., Özarslan A.,Bekler F. (2015). The Correlation Among Physical Activity, Quality of Sleep and Depression Among the University Students, Niğde University Journal of Physical Education And Sport Sciences, Vol 9, Special Issue;65-73. <https://www.researchgate.net/publication/291334944>
- İslamoğlu İ., Çebi M., İmamoğlu O. (2018). Üniversite Öğrencilerinin Spor Ve Alana Göre Uyku Kalitesinin Araştırılması, Türk Halkları Geleneksel Spor Oyunları Sempozyumu, Kahramanmaraş,373-380
- İyigün G, Angin E, Kırmızıgil B, Öksüz S, Özdil A, Malkoç M: Üniversite öğrencilerinde uyku kalitesinin mental sağlık, fiziksel sağlık ve yaşam kalitesi ile ilişkisi Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation 2017;4(3):125-133.
- Şalva T., M.A., Kaya M., Özdemir K.U. (2020). The Sleep Quality and Affecting Factors Maltepe University Medical Faculty 1st nd 6th Grade Students, Maltepe Medical Journal,12(2),27-33
- TUIK (2008) Küresel Yetişkin Tütün Araştırması Ankara. http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?tb_id=6&ust_id=1
- Organization WHO. (2017) WHO report on the global tobacco epidemic: monitoring tobacco use and prevention policies. World Health Organization, 2017. Available from: https://www.who.int/tobacco/global_report/2017/en/

- Taşçı E, Atan P, Durmaz N ve ark. (2005) Kız meslek lisesi öğrencilerinin madde kullanma durumları. Bağımlılık Dergisi, 6: 122-128
- Kutlu R, Çivi S (2006) Seydibehir Meslek Yüksek Okulu öğrencilerinde sigara kullanma durumlu ve etkileyen faktörler. Bağımlılık Dergisi, 7: 71-79
- Aktaş, H., Şaşmaz, C., Kılınçer, A., Mert, E., Gülbol, S., Külekçiöğlü, D., Kılar, S., Yüce, R., İbik, Y., Uğuz, E. ve Demirtaş, A. (2015). Yetişkinlerde fiziksel aktivite düzeyi ve uyku kalitesi ile ilişkili faktörlerin araştırılması, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilim Dergisi, 8(2), 60-70.
- Allada R, Siegel JM. (2008). Unearthing the phylogenetic roots of sleep. *Curr Biol.* 18:R670–9.
- Beersma DGM, Gordijn MCM. (2007). Circadian control of the sleep–wake cycle. *Physiol Behav.* 90(2–3):190–5.
- Fernández-Mendoza J, Vela-Bueno A, Vgontzas AN, Olavarrieta-Bernardino S, Ramos-Platón MJ, Bixler EO et al. (2009). Nighttime sleep and daytime functioning correlates of the insomnia complaint in young adults. *J Adolesc.* 32(5):1059-74.
- Ergün S, Duran S, Gültekin M, Yanar S. (2017). Evaluation of The Factors Which Affect the Sleep Habit and Quality of Health College Students. *TJFMPC*, 11(3): 186-193. DOI:10.21763/tjfmpe.336155
- Chandrasekaran S. B. Fernandes, F. Davis,. (2020). “Science of sleep and sports performance – a scoping review”. *Science & Sports*, 35(1), 3-11. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2019.03.006>
- Walsh, N. P., S. L. Halson, C. Sargent, ., G. D Roach., M. Nédélec, L. Gupta ., ... & Samuels, C. H. (2021). “Sleep and the athlete: narrative review and 2021 expert consensus recommendations”. *British journal of sports medicine*, 55(7), 356-368.
- Önler, E., & Yılmaz, A. (2008). Cerrahi birimlerde yatan hastalarda uyku kalitesi, İstanbul Üniversitesi Hemşirelik Dergisi, 16 (62), 114-121
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2009). *Fundamentals of nursing*. (6rd ed., pp. 1198- 1227). Mosby Year Book, St Louis, Missouri

TEAKWANDO BRANŞIYLA UĞRAŞAN KİŞİLERİN CİDDİ VE KAYITSIZ BOŞ ZAMAN ALGILARININ DEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Mehmet KUMARTAŞLI¹, Onur İLERİ¹

¹Süleyman Demirel Üniversitesi

ÖZET

Bu çalışmanın amacı; taekwondo branşıyla uğraşan kişilerin ciddi ve kayıtsız boş zaman algılarının demografik değişkenlere göre incelenmesidir. Araştırmanın evrenini 119'u Poomsea, 44'ü Yıldızlar, 57'si Gençler, 27'si Ümitler, 91'i Büyükler kategorisinde yarışan 180 Erkek ve 158 Kadın toplam 338 sporcu oluşturmaktadır. Araştırma da verilerin toplanmasında Bacanlı (2009) tarafından geliştirilen Sıfatlara Dayalı Kişilik Testi ve Akyıldız (2013) tarafından geliştirilen; Ciddi ve Kayıtsız Boş Zaman Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS paket 23.0 programında analiz edilmiştir. Verilerin normallik testi sonucunda normal dağıldığı tespit edilmiş olup, Bağımsız Örneklem T-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık değeri $P<0,05$ olarak kabul edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda, Buna göre cinsiyet değişkenine göre ciddi boş zaman düzeyi oranında farklılık anlamlılık saptanmamıştır $P>0,05$. Yaş değişkenine göre 18 yaş altı ve 18 - 29 yaş aralığındaki katılımcılarda boş zaman kariyeri, yeterlilik hissi, psikososyal fayda, terapik fayda, bağlılık ve azim gibi düzeylerde anlamlı sonuçlar elde edilmiştir $P<0,05$.

Anahtar Kelimeler: Taekwondo, Ciddi Boş Zaman, Kayıtsız Boş Zaman

Investigation Of Serious And Ignore Perceptions Of People in The Teakwando Branch According To Demographic Variables

The aim of this study; The aim of this study is to examine the serious and indifferent leisure time perceptions of people who are engaged in taekwondo according to demographic variables. The population of the research consists of a total of 338 athletes, 119 of which are Poomsea, 44 of which are Stars, 57 of which are Youth, 27 of which are Hopes, 91 of whom are competing in the Senior category, 180 Men and 158 Women. In the study, the Adjective-Based Personality Test developed by Bacanlı (2009) and Akyıldız (2013) were used to collect data; The Serious and Indifferent Leisure Scale was used. The obtained data were analyzed in SPSS package 23.0 program. As a result of the normality test, it was determined that the data were normally distributed, and Independent Sample T-Test and One-Way Analysis of Variance were used. Statistical significance value was accepted as $P<0.05$. As a result of the analysis, there was no significant difference in the rate of serious leisure time according to the gender variable $P>0.05$. According to the age variable, significant results were obtained for the participants under the age of 18 and between the ages of 18 and 29 in terms of leisure career, sense of competence, psychosocial benefit, therapeutic benefit, commitment and perseverance $P<0.05$.

Keywords : Taekwondo, Serious Leisure, Indifferent Leisure

“REKREASYONEL FAALİYETLERE KATILAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN ETKİNLİK DOYUM VE MUTLULUK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN BELİRLENMESİ”

Duran İĞİL¹, Talha GÜNTÜRK¹

¹Konya Selçuk Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı rekreasyonel faaliyetlere katılan üniversite öğrencilerinin etkinlik doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi olarak belirlenmiştir.

Yöntem: Araştırma tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmada veri toplama aracı olarak demografik bilgi formunun yanında 29 maddelik ve 5’li Likert tipi (1-Kesinlikle katılmıyorum, 5-Kesinlikle katılıyorum) ‘**Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu’ (OMÖ-K)** ile tek alt boyut ve toplam 3 maddeden oluşan 7’li Likert tipindeki ‘**Etkinlik Doyum Ölçeği’ (EDÖ)** kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programı ile analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Uygulanan testler sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenerek analizler parametrik testlerden olan Independent Sample T Test ve değişkenler arasında ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır.

Bulgular: Araştırma bulguları incelendiğinde; katılımcıların etkinlik yaşam doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki analiz edilmiştir. Çalışmamızın bulgularını incelediğimizde, araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin etkinlik doyum düzeyleri ile mutluluk düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tartışma ve sonuç: Sonuç olarak, gerçekleştirdiğimiz araştırmadan elde edilen bulgular değerlendirildiğinde katılımcıların etkinlik doyumları ile mutlulukları arasında pozitif yönlü ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Bu bağlamda gerçekleştirilen rekreasyonel etkinlikler ne kadar arttırılırsa paralel olarak bireylerdeki mutluluk seviyesi artış gösterecektir. Aynı zamanda bireyler gerek zihinsel gerekse fiziksel yönden daha sağlıklı olabileceklerdir. Bu nedenle bireyleri düzenli olarak rekreasyonel etkinliklere katılıma teşvik edici birtakım çalışmaların yapılması önem arz etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Rekreasyon, Mutluluk, Etkinlik Doyum ve Öğrenci

GİRİŞ

Serbest zaman etkinliklerine katılım sonucunda oluşan memnuniyet düzeylerinin değerlendirilmesi, günümüzde bireyden bireye farklılık göstermekle birlikte, belli yaş gruplarında da değişebilmektedir. Serbest zaman algısı günümüzde önemli bir ayrıntı haline gelmiş olmasının yanı sıra bireyler bu zaman dilimine ne kadar zaman ayırdıkları ile değerlendirilebilmektedir. Serbest zaman doyumunu sağlamakta olan bireylerin toplumda öne çıkması, bireysel yaşantıda mutluluk elde etmeye yardımcı olan serbest zaman doyumunun önemini anlaşılması, genç bireylerde de bu olgunun yerleşmesinin önemini ortaya koymaktadır (Aydın, 2022; Durmaz, 2020). Bu yüzden toplumdaki bireyler zorunlu ihtiyaçlarının dışında kalan serbest zamanlarını stres vb. etkenlerden uzak kalabilmek, yaşam kalitelerini artırmak ve sağlıklı kalabilmek gibi birçok amaçla değerlendirmektedir (Bağcı ve diğ., 2019).

Bireylerin serbest zamanlarını değerlendirmek amacıyla gerçekleştirdikleri bu etkinlikler literatürde “rekreasyon” kavramı altında birleşmektedir ve bu kavram en basit hali ile bireylerin kendileri için ayırdıkları bir zaman diliminde dinlenmek, yenilenmek, özgürlük ve iyi olma hissi yaşayabileceği ve içsel olarak doyuma ulaşabileceği verimlilik ve gönüllük esasına dayanan etkinlikler içerisinde yer almaları olarak tanımlanmıştır (Kılbaş, 2001; Luetkens, 2004).

Bireyler kendileri için ayırdıkları zaman dilimlerinde birbirinden farklı etkinliklere katılarak yeni deneyimler elde edebilmek için sürekli macera arayıp farklı eylemler peşinde koşmaktadır. Bunun sonucunda birey etkinliğe ilişkin deneyiminden yola çıkarak kendisi için olumlu ya da olumsuz sonuca ulaşmaktadır. Deneyime ilişkin sonuç olumlu olduğunda birey içsel olarak doyuma ulaşır ve bunun sonucunda mutlu olur. Özellikle açık alanlarda gerçekleştirilen sportif etkinliklerde birey doğa ile iç içe olma bazen içinde bulunduğu olumsuz durumlardan uzaklaşma, kaçış gibi sebeplerle farklı duygular içerisine girmektedir. Bireyin bu duygusal boşluğu onu farklı macera etkinlikleri içesine iter ve bireyin seçtiği etkinliğe bağlı olarak maceradan elde edilecek kazanımlar etkinliğin çeşitliliğine göre farklılık gösterebilmektedir (Yazgeç, 2019).

İnsan dünyaya geldiği andan ölünceye dek her an mutlu olmayı istemektedir. Mutluluk, bireyin yaşamının amacı ve anlamını ifade etmektedir. Dolayısıyla o, her zaman mutluluk duyacağı şeyi aramanın peşindedir. Yüzyıllardır insanları mutlu edecek farklı formüller geliştirilmeye çalışılmış ve bu formüllerle alakalı yayınlar son derece ilgi görmüştür (Teke, 2020). Bu bağlamda yapılan bu çalışmada, rekreasyonel faaliyetlere katılan üniversite öğrencilerinin etkinlik doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL METOD

Katılımcılar

Araştırmamızda tarama modeli kullanılmıştır. Katılımcılara anket hakkında ön bilgi verildikten sonra gönüllülük prensibine göre araştırmaya Bartın üniversitesi spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören 242 (%61,0) erkek, 155 (%39,0) kadın birey gönüllü olarak katılım göstermiştir. Araştırma çerçevesinde öğrencilerin belirli bir kısmına ulaşmak amaçlanmış olup yüz yüze anket yöntemiyle toplam 397 katılımcıya ulaşılmıştır.

Verilerin Toplanması

Çalışmada veri toplama aracı olarak, Hills ve Argyle (2002) tarafından geliştirilen, Türkçe Uyarlaması Doğan ve Akıncı Çötök (2011) tarafından gerçekleştirilen 29 maddelik ve 5’li Likert tipi (1-Kesinlikle katılmıyorum, 5-Kesinlikle katılıyorum) ‘Oxford Mutluluk Ölçeği Kısa Formu’ (OMÖ-K) ve Oliver’ın (1980) geliştirdiği Funk, Jordan, Ridinger ve Kaplanidou’nun (2011) serbest zaman literatürüne uyarladığı ve Aydın (2022) tarafından türkçe uyarlaması gerçekleştirilen, tek alt boyut ve toplam 3 maddeden oluşan ölçek 7’li Likert tipindeki ‘Etkinlik Doyum Ölçeği’ (EDÖ) kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri kontrol edilmiştir. Bu değerler +2 ve -2 arasında kontrol edilip değerlendirmeye alınmıştır (George ve Mallery, 2003). Bu değerlendirme sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Elde edilen verilere frekans, yüzde tablolarına ek olarak parametrik testlerden olan Independent Sample T Test ve değişkenler arasında ilişkiyi tespit etmek amacıyla Pearson Korelasyon analizi uygulanmıştır.

BULGULAR

Tablo 1: Araştırma Grubunun Cinsiyet Değişkenine Göre Yaş Ortalamaları

Cinsiyet	N	Yaş (yıl) (Mean±SD)
Erkek	242	21,74±1,69
Kadın	155	21,38±1,74

Tablo 1 incelendiği zaman; kadın katılımcıların yaş ortalamaları 21,38±1,74 iken erkek katılımcıların yaş ortalamaları 21,74±1,69 olarak belirlenmiştir.

Tablo 2: Katılımcıların Demografik Özelliklerine Yönelik Frekans Tablosu

Değişkenler		N	%
Cinsiyet	Erkek	242	61,0
Aktif Spor Yapıyor musunuz?	Evet	222	55,9
Aylık Gelir	0-1000 TL	209	52,1
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	109	27,5

Tablo 2 incelendiğinde 242 (%61,0) erkek, 155 (%39,0) kadın bireyin katıldığı, aktif spor katılımcıların 222 (%55,9) sinin aktif spor yaptığı, yine katılımcıların %52,1'inin aylık gelirinin 1000 tl ve altında, %19'unun 1001 tl ve 1500 tl arasında ve yalnızca %5,1'inin 3000 tl üzerinde aylık gelire sahip olduğu yine katılımcıların %27,5'inin beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü, %30,7'sinin antrenörlük, %27,7'sinin spor yöneticiliği ve son olarak 14,1'inin rekreasyon bölümü öğrencisi olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 3: Katılımcıların Millilik Özelliklerine Yönelik Frekans Tablosu

Değişkenler		N	%
Milli Sporcu Musunuz?	Evet	28	7,1
Millilik Kategorisi	Milli Değilim	369	93,5

Tablo 3'e bakıldığı zaman, katılımcıların %7,1'inin milli sporcu olduğu ve kategorik olarak incelendiğinde ise %4,7'sinin C Milli kategorisinde olduğu gözlemlenmiştir.

Tablo 4: Katılımcıların Demografik Değişkenleri ile Ölçek Toplam Puanları Arasındaki İlişkiye Yönelik Korelasyon Tablosu

		Cinsiyet	Yaş	Bölüm	Aktif Spor	Aylık	Günlük	EDO	MO
Cinsiyet	R	1							
	P								
	N	397							
Yaş	R	-,104*	1						
	P	,038							
	N	397	397						
Bölüm	R	,050	,165	1					
	P	,319	,001						
	N	397	397	397					
Aktif Spor Yapıyor musunuz?	R	,101*	-,032	-,074	1				
	P	,045	,527	,142					
	N	397	397	397	397				
Aylık Gelir	R	-,113*	,063	,118*	,031	1			
	P	,024	,214	,019	,532				
	N	397	397	397	397	397			
Günlük Rekreasyon Durumu	R	,049	,034	,027	-,072	,031	1		
	P	,329	,505	,586	,151	,540			
	N	397	397	397	397	397	397		
Etkinlik Doyum Ölçeği Toplam Puanı	R	,132**	,009	,088	-,115*	,011	,047	1	
	P	,008	,860	,080	,022	,835	,346		
	N	397	397	397	397	397	397	397	
Mutluluk Ölçeği Toplam Puanı	R	,084	,131	,086	-,092	,038	,057	,16	1
	P	,094	,009	,087	,066	,453	,255	,00	
	N	397	397	397	397	397	397	397	39

Tablo 4' e bakıldığı zaman, katılımcıların etkinlik doyum düzeyleri toplam puanları ile mutluluk düzeyleri toplam puanları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki ($r = ,167$; $p < 0.01$); katılımcıların aktif spor yapma durumları ile etkinlik doyum düzeyleri toplam puanları arasında negatif yönlü düşük düzeyde ilişki ($r = -,115$; $p < 0.05$); cinsiyet değişkeni ile etkinlik doyum düzeyi toplam puanları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki ($r = ,132$; $p < 0.05$) ve son olarak yaş değişkeni ile mutluluk düzeyi toplam puanları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki ($r = ,131$; $p < 0.05$) olduğu gözlemlenmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada rekreasyonel faaliyetlere katılan üniversite öğrencilerinin etkinlik doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki incelenmek istenmiştir. Bu temel amacın yanı sıra üniversite öğrencilerinin etkinlik doyum ve mutluluk düzeylerinin cinsiyet, yaş ve aktif spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması da yapılmıştır.

Çalışmadan elde edilen bulgular incelendiğinde etkinlik doyum düzeyleri ile aktif spor yapma durumu arasında yapılan analizlerde EDÖ boyutunda, aktif spor yapanlar ile aktif olarak spor yapmayanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı, OMÖ-K ortalama puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir.

Düzenli olarak yapılan egzersizin bireylerin sağlık ve mutluluk düzeyine olan etkilerinin araştırıldığı bir çalışmada bisiklet ya da yürüme gibi rekreatif olarak yapılan egzersizlerin, bireylerin sağlıklı olma hali ve mutluluk düzeyleri üzerinde olumlu izlenimler yarattığı belirtilmiştir (Rasciute ve Downward, 2010). Benzer bir şekilde kendini iyi hissetme ve mutluluk kavramlarının incelendiği bir başka çalışmada ise, düzenli olarak fitness ve yoga egzersiz gruplarına katılan bireylerin kendini iyi hissetme düzeylerinde anlamlı artış olduğu belirtilmektedir (Mochon ve diğ., 2008).

Cinsiyet değişkenine göre ölçekler incelendiğinde katılımcılar için OMÖ-K ortalama puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı, EDÖ'nin alt boyut düzeyinde ortalama puanlarına göre anlamlı bir farklılığın olduğu sonucuna varılmıştır. Literatürde cinsiyetle ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde her iki grupta da ortalama puanlarının yüksek; farklılıkların olduğu/olmadığı çalışmalar mevcuttur.

Eroğlu ve Parlar (2018) yaptıkları çalışmada bulgularımıza benzer olarak cinsiyet durum değişkeninin mutluluk algısı üzerinde anlamlı bir farklılık oluşturmadığı sonucuna varmışlardır. Kangal'ın (2013) yapmış olduğu çalışmada kadın ya da erkek olmanın öznel iyi olma için belirleyici olmadığı görülmektedir. Güngörmüş (2007) bireylerin rekreasyonel aktivitelere katılımları onların, duygusal ihtiyaçların karşılanmasını sağlayarak; yaşamın getirmiş olduğu monotonluk ve streslerden uzaklaşmasında ve bireylerin mutlu olmasında önemli etkenlerden biri olduğunu vurgulamıştır.

Katılımcıların OMÖ-K'ndan aldıkları puan ortalamalarıyla, EDÖ'nin alt boyut düzeyinde aldıkları puan ortalamaları karşılaştırıldığında yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna varılmıştır. Tingaz ve Hazar (2014) yaptıkları çalışmada bulgularımıza benzer olarak, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin mutluluk düzeylerinin yaşa göre farklılaşmadığı sonucuna varmıştır. Şentürk'ün (2011) yapmış olduğu çalışmada ise bulgularımızın aksine 18-24 yaş aralığındaki bireylerin daha mutlu olduğu sonucuna varmıştır.

Sonuç olarak gerçekleştirdiğimiz araştırmadan elde edilen bulgular değerlendirildiğinde katılımcıların etkinlik doyumları ile mutlulukları arasında pozitif yönlü ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Bu bağlamda gerçekleştirilen rekreasyonel etkinlikler ne kadar arttırılırsa paralel olarak bireylerdeki mutluluk seviyesi artış gösterecektir. Aynı

zamanda bireyler gerek zihinsel gerekse fiziksel yönden daha sağlıklı olabileceklerdir. Bu nedenle bireyleri düzenli olarak rekreasyonel etkinliklere katılıma teşvik edici birtakım çalışmaların yapılması önem arz etmektedir.

KAYNAKÇA

- Aydın, İ. Rekreasyonel faaliyetlerde etkinlik doyum ölçeğinin Türkçe uyarlaması. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 11(1), 420-427.
- Bağcı, R., Samet, Uslu., Ve Sarıçam, H. (2019). Rekreasyonel etkinliklere katılan ve katılmayan bireylerin mutluluk yönelimlerinin incelenmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Öğrenci Çalışmaları*, 1(1), 27-34.
- Durmaz, H. (2020). Gençlerin serbest zaman etkinliklerine yönelik tutumları ile doyum ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişki: Manisa Gençlik Merkezleri örneği (Master's thesis, *Sosyal Bilimler Enstitüsü*).
- Kılbaş, Ş. (2001). Rekreasyon–Boş Zamanı Değerlendirme. Adana: Anaca Yayınları.
- Luetkens, S.A. (2004). The Integration of Physical Activity and Social Youth Work Common Goals and Synergy Effects of Two Discrete Social System. *International Conference on Leisure, Tourism & Sport-Education, Integration, Innovation, Cologne: Germany* (18-21).
- Rasciute, S., Downward, P. (2010), Health Or Happiness? What is The Impact Of Physical Activity On The Individual?. *Kyklos*, 63: 256-270.
- Teke, M. (2020). Yoksul kadınlarda mutluluk anlayışı (Yüksek Lisans Tezi). Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, *Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sivas*.
- Yazgeç, G. (2019). Doğa ve macera rekreasyonu etkinliklerine katılan bireylerin serbest zaman doyum ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi: Fethiye destinasyonu örneği. Yüksek Lisans Tez. Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilim Dalı Rekreasyon Programı. Manisa.

SINIF ÖĞRETMENLERİNİN VE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİNİN UYGULANMASINDA KARŞILAŞTIKLARI PROBLEMLER

Bayram KAYA¹, Mustafa KARAKAYA¹, Hakan SUNAY¹

¹Meb, ²Hacı Bayramı Veli Üniversitesi, ³Ankara Üniversitesi

ÖZET

Bu çalışmanın amacı sınıf öğretmenlerinin ve beden eğitimi öğretmenlerinin beden eğitimi dersinin uygulanmasında karşılaştıkları problemleri cinsiyet, yaş, kıdem, branş ve spor geçmişi değişkenlere göre belirleyerek çözüm önerileri sunmaktır. Araştırmanın evrenini Kırşehir Milli Eğitim Kurumunda görev yapan sınıf öğretmenleri ve beden eğitimi öğretmenleri oluşturmaktadır. Çalışma grubunu ise gönüllü 196 sınıf öğretmeni ve 106 beden eğitimi öğretmeni toplamda 302 öğretmen oluşturmaktadır. Betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, kıdem, branş ve sporculuk geçmişi olmak üzere 5 soru yer almaktadır. Araştırma için Bozdemir (2012) tarafından geliştirilen, 22 maddeden ve "Uygulama Problemleri", "Fiziksel Problemler", "Önemsememe Problemleri" ve "Formasyon Problemleri" olmak üzere 4 alt boyuttan oluşan "Beden Eğitimi Dersine Yönelik Problem Belirleme Ölçeği" kullanılmıştır. Kişisel bilgi formu ve ölçek genelinde alınan puanlar yüzde, frekans, aritmetik ortalama, bağımsız örneklem t testi ve çoklu değişkenlerde One-Way ANOVA testleri yapılmıştır. Sonuç olarak araştırma sonunda beden eğitiminin uygulanmasında ortaya çıkan problemler; Beden eğitimi dersi için okul tesislerinin ve okul malzemelerinin yetersizliğinden dersin amacına ulaşamama problemlerin olduğu, beden eğitimi dersine beden eğitimi öğretmeni dışındaki branş öğretmenlerin girmesi sorunu, dersin uygulama aşamasında problem belirlemede kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlere göre ortalamalarının daha yüksek olduğu, yaşı büyük olan öğretmenlerin daha tecrübeli olmasına bağlı olarak beden eğitimi dersinin uygulanmasında ortaya çıkan problemleri daha yüksek oranda fark ettikleri, kıdem yılı arttıkça beden eğitimi ve spor dersinin fiziksel problemlerin ve dersin önemsenmemesi gibi problemlerin ortaya çıktığı, beden eğitimi ve spor dersinin uygulanmasında ortaya çıkan problemler ortalaması sınıf öğretmenlerinde daha yüksek olduğu, sporculuk geçmişi olmayan öğretmenlerin beden eğitimi dersinin uygulanmasında problem belirleme ortalamalarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Sözcükler: Sınıf Öğretmeni, Beden eğitimi Öğretmeni, Beden Eğitimi

ABSTRACT

The aim of this study is to provide solutions by determining the problems faced by classroom teachers and physical education teachers in the implementation of physical education lesson according to the variables of gender, age, seniority, branch and sports history. The universe of the research consists of classroom teachers and physical education teachers working in Kırşehir National Education Institution. The study group consists of 196 volunteer classroom teachers and 106 physical education teachers, a total of 302 teachers. Descriptive scanning method was used. The personal information form created by the researchers includes 5 questions: gender, age, seniority, branch and sports history. The "Physical Education Lesson" developed by Bozdemir (2012) for research, consisting of 22 items and 4 sub-dimensions as "Application Problems", "Physical Problems", "Ignoring Problems" and "Formation Problems". "The Problem Determination Scale" was used. Percentage, frequency, arithmetic mean, independent sample t-test and One-Way ANOVA tests for multiple variables were performed on the personal information form and the scores obtained throughout the scale. As a result, the problems that emerged in the application of physical education at the end of the research; There are problems in reaching the purpose of the lesson due to the inadequacy of the school facilities and school materials for the physical education lesson, the problem of the participation of branch teachers other than the physical education

teacher in the physical education lesson, the fact that the average of female teachers is higher than male teachers in determining the problem during the implementation phase of the lesson, older teachers are more experienced. Depending on the students, they realize the problems that arise in the implementation of the physical education lesson at a higher rate, as the seniority increases, the physical problems of the physical education and sports lesson and the problems such as ignoring the lesson appear, the average of the problems that arise in the application of the physical education and sports lesson is higher in the classroom teachers, the sportsmanship It has been concluded that the problem identification averages of the teachers who do not have a background in the implementation of the physical education lesson are higher.

Keywords: Classroom Teacher, Physical Education Teacher, Physical Education

Giriş

Öğrencilerin gelişim özelliklerine göre sağlıklı, mutlu, dengeli, güzel ahlaklı, yapıcı, üretken, demokratik hayatın gerektirdiği davranışların ve milli kültür değerlerinin edinilmesinde okullar önemli kurumlardır (M.E.B., 1994). Bundan dolayı da okullarda etkili ve verimli bir ders için nitelikli öğretmenlere ihtiyaç duyulmaktadır (Saydam, 2003).

Öğrencilerin hedeflenen amaçlara ulaşabilmelerinde gerek akademik dersler gerekse genel yetenek dersleri önemli görülmektedir. Bu derslerden biri de beden eğitimi dersidir. Beden eğitimi, çocuğun hareket ve oyun ihtiyacını en fazla hissettiği dönem olan ilkokullarda başlanmalıdır. Okul çağındaki çocuklar beden eğitimi dersleriyle yeni beceriler kazanırlar, kazanmış oldukları becerileri de akıcı ve doğru olarak geliştirirler (Karagül, 1993).

Genel eğitimin önemli tamamlayıcısı olarak bireylerin bedenlerini geliştirerek bilişsel, duyuşsal ve toplumsal yapı arasında uyumu sağlamak gibi önemli bir görevi olan (Certel, 2017) beden eğitimi dersi ülkemizde gerek dersin uygulanışında gerekse dersin önemsenmemesi gibi nedenlerden kaynaklı pek çok sorunları vardır.

Bu çalışmanın amacı sınıf öğretmenlerinin ve beden eğitimi öğretmenlerinin beden eğitimi dersinin uygulanmasında karşılaştıkları problemleri cinsiyet, yaş, kıdem, branş ve spor geçmişi değişkenlere göre belirleyerek çözüm önerileri sunmaktır.

Yöntem

Araştırmanın evrenini Kırşehir Milli Eğitim Kurumunda görev yapan sınıf öğretmenleri ve beden eğitimi öğretmenleri oluşturmaktadır. Çalışma grubunu ise gönüllü 196 sınıf öğretmeni ve 106 beden eğitimi öğretmeni toplamda 302 öğretmen oluşturmaktadır.

Betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Betimsel tarama yöntemi, grubun tutumunu, inançlarını, değerlerini tespit etmek için kullanılan yöntemdir (McMillan ve Schumacher, 2006). Araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formunda cinsiyet, yaş, kıdem, branş ve sporculuk geçmişi olmak üzere 5 soru yer almaktadır. Araştırma için Bozdemir (2012) tarafından geliştirilen, 22 maddeden ve "Uygulama Problemleri", "Fiziksel Problemler", "Önemsememe Problemleri" ve "Formasyon Problemleri" olmak üzere 4 alt boyuttan oluşan "Beden Eğitimi Dersine Yönelik Problem Belirleme Ölçeği" kullanılmıştır.

Kişisel bilgi formu ve ölçek genelinde alınan puanlar yüzde, frekans, aritmetik ortalama, bağımsız örneklem t testi ve çoklu değişkenlerde One-Way ANOVA testleri yapılmıştır.

Bulgular

Tablo 1: Kişisel Bilgiler

Kişisel Bilgiler	Alt Gruplar	Frekans (f)	Yüzde (%)
Branş	Sınıf Öğretmeni	196	64,9
	Beden Eğitimi Öğretmeni	106	35,1
Sporculuk Geçmişi	Var	147	48,7
	Yok	155	51,3

Tabloya göre katılımcıların %64,9'unun (196 kişi) sınıf öğretmeni, %35,1'inin (106 kişi) beden eğitimi öğretmeni olduğu, %48,7'sinin (147) sporculuk geçmişinin olduğu, %51,3'ünün (155 kişi) sporculuk geçmişinin olmadığı görülmektedir.

Yapılan testler sonucunda ölçeğin güvenilir aralıkta olduğu ve Skewness-Kurtosis değerleri ve Kolmogorov-Smirnov Z testine göre de parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir.

Tablo 2: Ölçek Maddeleri

		N	X	SD
1	Beden eğitimi dersi vermek için yükseköğretimde aldığım dersler yeterlidir.	302	3,25	1,227
2	Beden eğitimi dersinin amaç ve ilkelerini yeterince biliyorum.	302	2,42	1,068
3	Beden eğitimi dersini uygulamak için kendimi yeterli buluyorum	302	2,48	1,155
4	Beden eğitimi konusunda formasyon almak bu dersin işlenmesini kolaylaştıracaktır.	302	2,11	,970
5	Beden eğitimi dersi vermek için alana yönelik özel bir eğitim almak gerekmektedir.	302	1,88	,894
6	Beden eğitimi dersinin işlenebilmesi için okul yönetimi yeterince katkıda	302	2,67	1,246
7	Beden eğitimi dersinin ders saati bu dersin işlenmesi için yeterlidir.	302	3,03	1,369
8	Beden eğitimi dersi için okulun tesisleri yeterlidir.	302	4,04	1,076
9	Beden eğitimi dersi için okulun malzemeleri yeterlidir.	302	4,07	,958
10	Beden eğitimi dersi için yeterli tesis ve malzemenin olması dersin amaçlarına ulaşmamızı	302	1,55	,767
11	11.Beden eğitimi dersine spor malzemeleriyle katılmaya dikkat ediyorum.	302	2,32	1,118
12	Beden eğitimi dersine çocukların spor malzemeleriyle katılmasına dikkat ediyorum.	302	2,35	1,098
13	Beden eğitimi dersinde çocuklara sporu sevdirdiğime ve spor yapma alışkanlığı kazandırmaya	302	1,91	,847

14	Beden eğitimi ders saatini bu dersin işlenişi için ayırıyorum.	302	2,19	,979
15	Beden eğitimi dersinde öğrenciler başka bir ders yapılmasına istekli olmuyorlar.	302	1,78	1,017
16	Beden eğitimi dersinin sınıfta yapılması öğrencileri mutlu etmiyor	302	1,92	,990
17	Beden eğitimi dersinde başka dersler yapılmasını uygun bulmuyorum.	302	1,61	,752
18	Beden eğitimi dersi sınıf öğretmenlerinin ders yoğunluğunun fazla olmasından dolayı pek	302	2,30	1,177
19	Beden eğitimi dersine beden eğitimi öğretmenlerinin girmesi daha yararlı olacaktır.	302	1,42	,802
20	Beden eğitimi dersi çocukları fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden olumlu etkiler.	302	1,30	,556
21	Beden eğitimi dersi oyun çağındaki çocuklar için diğer derslere göre biraz daha	302	1,49	,741
22	Beden eğitimi dersinde kalıcı davranış biçimlerinin kazanıldığını gözlemliyorum.	302	1,56	,605

Tabloya göre en büyük ortalamalar; “Beden eğitimi dersi için okulun tesisleri yeterlidir” maddesi 4,04 ve “Beden eğitimi dersi için okulun malzemeleri yeterlidir” maddesi 4,07 bulunmuştur. En düşük ortalamalar “Beden eğitimi dersi çocukları fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden olumlu etkiler” (1,30), “Beden eğitimi dersine beden eğitimi öğretmenlerinin girmesi daha yararlı olacaktır” (1,42), “Beden eğitimi dersi oyun çağındaki çocuklar için diğer derslere göre biraz daha önemlidir” (1,49) ve “Beden eğitimi dersi için yeterli tesis ve malzemenin olması dersin amaçlarına ulaşmamızı kolaylaştıracaktır” (1,55) maddeleri bulunmuştur.

Tablo 3: Branş

	Branş	N	X	SD	T	P
Beden Eğitimi Dersinin Uygulanmasında Karşılaşılan Problemler Ortalama	Sınıf	196	2,3706	,38492	7,628	,000
	Beden Eğitimi	106	2,0472	,27963		
Uygulama Problemleri	Sınıf	196	2,1653	,53715	7,441	,000
	Beden Eğitimi	106	1,7217	,40332		
Fiziksel Problemler	Sınıf	196	3,4966	,75144	-6,495	,000
	Beden Eğitimi	106	4,1164	,86072		
Önemseme Problemleri	Sınıf	196	1,6643	,61315	2,203	,028
	Beden Eğitimi	106	1,5226	,33870		
Formasyon Problemleri	Sınıf	196	2,9222	,79784	11,142	,000
	Beden Eğitimi	106	1,9646	,51920		

Beden eğitimi dersinin uygulanmasında Ölçek genelinde ve tüm alt boyutları ile Branş değişkeni arasında fak istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tablo 4: Sporculuk Geçmişi

	Sporculuk	N	X	SD	T	P
Beden Eğitimi Dersinin Uygulanmasında Karşılaştıkları Problemler Ortalama	Var	147	2,0925	,28582	-7,983	,000
	Yok	155	2,4132	,39975		
Uygulama Problemleri	Var	147	1,7646	,41871	-8,602	,000
	Yok	155	2,2419	,53511		
Fiziksel Problemler	Var	147	4,0567	,81685	7,470	,000
	Yok	155	3,3892	,73544		
Önemseme Problemleri	Var	147	1,4789	,36905	-4,406	,000
	Yok	155	1,7432	,63235		
Formasyon Problemleri	Var	147	2,2058	,65408	-8,449	,000
	Yok	155	2,9468	,85137		

Beden eğitimi dersinin uygulanmasında Ölçek genelinde ve tüm alt boyutları ile Sporculuk Geçmişi değişkeni arasında fak istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tartışma ve Sonuç

Sınıf öğretmenlerinin ve beden eğitimi öğretmenlerinin beden eğitimi dersinin uygulanmasında karşılaştıkları problemlerin incelendiği bu araştırmada beden eğitimi dersi için okul tesislerinin ve okul malzemelerinin yeterli olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Problem dışında beden eğitimi dersi çocukları fiziksel, zihinsel ve sosyal yönden olumlu yönde katkı sağladığı, beden eğitimi dersinin daha verimli olabilmesi için derse beden eğitimi öğretmenlerinin girmesinin daha yararlı olacağı, beden eğitimi dersi oyun çağındaki çocuklar için diğer derslere göre daha önemli olduğu söylenebilir. Yeterli tesis ve malzemenin olması dersin amaçlarına ulaşmayı kolaylaştıracağı sonucuna ulaşılmıştır (Tablo 1).

Beden eğitimi dersinin uygulanmasında Ölçek genelinde ve tüm alt boyutları ile Branş değişkeni arasında anlamlı fark bulunmuştur (Tablo 8). Beden eğitimi dersinin uygulanmasında dersin işleneceği fiziksel ortamda, dersin uygulanmasında, dersin önemsenmesinde ve verilen formasyonlarda problemler olduğu bu problemlerin sınıf öğretmenlerinde daha yüksek gözlemlendiği sonucuna varılmıştır. Bu durum sınıf öğretmenlerinin üniversitede aldıkları beden eğitimi dersinin yetersizliğinden kaynaklandığı ve sınıf öğretmenlerinin yeterince ders konusunda bilinçlendirilememesi ile ilgili olabileceği düşünülmektedir. Literatürde branş değişikliğine yönelik çalışmaya çok rastlanılmasa da Genç (2021) "Sınıf Öğretmenleri Ve Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi dersi Yeterliliklerinin İncelenmesi" adındaki çalışmada beden eğitimi ve oyun dersinin yeterlilik düzeyi ile branş değişikliği arasında fark beden eğitimi branşı lehine anlamlı bulunmuştur. Bu sonuç çalışmamızla da örtüşmektedir.

Beden eğitimi dersinin uygulanmasında Ölçek genelinde ve tüm alt boyutları ile Sporculuk Geçmişini değişkeni arasında fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (Tablo 9). Sporculuk geçmişi olmayan öğretmenler beden eğitimi dersinin uygulanmasında, önemseme durumunda ve formasyonla ilgili problemler olduğu söylenebilir. Sporculuk geçmişi, formasyon problemlerini ortadan kaldırdığı ve dersin uygulanmasına ve önemsenmesine katkı sağlayabileceği şeklinde düşünülebilir. Bu sonuçla aynı paralellik gösteren çalışmalar mevcuttur. Dalaman (2015) çalışmasında beden eğitimi dersine yönelik tutumları ile geçmişte spor yapma değişkeni arasında anlamlı fark bulunmuştur. Öncü ve Cihan (2012) çalışmalarında sınıf öğretmenleri adaylarının beden eğitimi ve oyun dersine yönelik tutumları ile spor yapma değişkenleri arasında anlamlı fark bulmuşlardır. Tümkeya Yenmiş (2021) çalışmasında sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi ve oyun dersine yönelik tutumları ile düzenli spor yapma değişkeni arasında anlamlı fark olduğunu belirtmiştir. Sporculuk geçmişi olan öğretmenlerin geçmiş tecrübelerine bağlı olarak beden eğitimi dersinin uygulanmasında zihinlerinde daha az problem oluştuğu sonucuna varılabilir.

Sonuç olarak araştırma sonunda beden eğitiminin uygulanmasında ortaya çıkan problemler;

- 1- Beden eğitimi dersi için okul tesislerinin ve okul malzemelerinin yetersizliğinden dersin amacına ulaşamama problemlerin olduğu,
- 2- Beden eğitimi dersine beden eğitimi öğretmeni dışındaki branş öğretmenlerin girmesi sorunu,
- 3- Beden eğitimi dersinin uygulanmasında ortaya çıkan problemler ortalaması sınıf öğretmenlerinde daha yüksek olduğu,
- 4- Sporculuk geçmişi olmayan öğretmenlerin beden eğitimi dersinin uygulanmasında problem belirleme ortalamalarının daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır.

Öneriler

- 1-Beden eğitimi dersini amacına uygun uygulanabilmesi için okul tesislerinin ve okul malzemeleri temin edilebilir.
- 2- İlkokullarda da beden eğitimi dersine beden eğitimi öğretmenleri girmelidir.

Kaynakça

- Bozdemir, R. (2012). Sınıf Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Ve Spor Dersinde Karşılaştıkları Problemlere Yönelik Ölçek Geliştirme Çalışması, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı.
- Certel, Z. (2017). Beden Eğitiminde İşbirliğine Dayalı Öğrenme, Nobel Bilimsel Eserler.
- Dalaman, O. (2015). Sınıf Öğretmeni Adaylarının “Beden Eğitimi ve Oyun Öğretimi” Dersine Yönelik Tutumlarının Değişik Faktörlerce İncelenmesi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 36, 59-71.
- Genç, M. (2021). Sınıf Öğretmenleri Ve Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Beden Eğitimi Ve Oyun Dersi Yeterliliklerinin İncelenmesi, Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Karagül, T. Beden Eğitimi Öğretim Yöntemleri, Anadolu Üniversitesi Yayınları, No:589, Eskişehir (1993).
- McMillan, H. & J. Schumacher, S. (2006). Research in education evidence-based inquiry. 6th Edition, Boston: Allynand Bacon Inc.

MEB. Okul Öncesi Eğitim Programları, Okul Öncesi Genel Müdürlüğü, İstanbul, (1994).

Öncü, E , Cihan, H . (2012). Sınıf Öğretmeni Adayları İçin Beden Eğitimi Dersi Tutum Ölçeğinin Geliştirilmesi. Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi , (18) , 31-47 .

Saydam, R. İlköğretim Okulu I ve II. Devre Müzik Eğitiminde Eğitimci Sorunu. Cumhuriyetimizin 80. Yılında Müzik Sempozyumu, İnönü Üniversitesi, Malatya (2003).

Tümkeya Yenmiş, A. (2021). sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi ve oyun dersine yönelik tutumlarının incelenmesi, sivas cumhuriyet üniversitesi sağlık bilimleri enstitüsü, yüksek lisans tezi.

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SERBEST ZAMAN DOYUM VE DUYGUSAL ZEKA DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Melisa BAKAR¹, Fatih YAŞARTÜRK¹

¹Bartın Üniversitesi

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin serbest zaman doyumunu ile duygusal zeka düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma grubunu Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 579 (375 erkek ve 204 kadın) gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, “Serbest Zaman Doyum Ölçeği (SZDÖ)” ile “Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zeka Ölçeği (GGSDZÖ)” kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 26.0 paket programı kullanılmıştır. Ayrıca betimsel istatistik, bağımsız örneklem t-Testi, tek faktörlü varyans analizi ANOVA ve Pearson Korelasyon analizleri kullanılmıştır. Araştırmanın bulguları incelendiğinde t-Testi sonuçlarında “cinsiyet” değişkenine göre SZDÖ ve GGSDZÖ toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Aynı şekilde, ANOVA testi sonuçlarında “yaş” ve “aile gelir” değişkenine göre SZDÖ ve GGSDZÖ toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0,05$). Diğer taraftan, katılımcıların t-Testi sonuçlarında “düzenli egzersiz yapma” değişkenine göre SZDÖ ve alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. GGSDZÖ ise “iyimserlik”, “duyguların değerlendirilmesi” alt boyutları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Bir diğer bulgumuzda, katılımcıların ANOVA testi sonuçlarında “haftalık spor yapma sıklığı” değişkenine SZDÖ ve alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. GGSDZÖ ise iyimserlik alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0,05$). Sonuç olarak, katılımcıların serbest zaman doyum ve duygusal zeka düzeyleri cinsiyet, düzenli egzersiz yapma, haftalık spor yapma sıklığı, değişkenine göre farklılık gösterdiği, yaş ve aile gelir değişkeninde bir farklılık göstermediği; SZDÖ ve GGSDZÖ arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Üniversite öğrencilerinin serbest zamanda rekreatif etkinliklere katılım sağlayarak doyum elde etmesi, kendisine veya başkalarına ait duyguları anlama, yönetme ve yönlendirme yetisinin yani duygusal zeka düzeyinin artacağını söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, Serbest zaman doyum, Duygusal Zeka

The Relationship Between University Students Levels Of Emotional Intelligence

Melisa BAKAR¹, Fatih YAŞARTÜRK¹

¹Bartın Üniversitesi

ABSTRACT

The aim of this research is to examine the relationship between university students' leisure time satisfaction and emotional intelligence levels. The research group consists of 579 (375 men and 204 woman) volunteer students studying at the Faculty of Sport Sciences at Bartın University. The research is a descriptive study for due diligence. SPSS 26.0 package program was used in the analysis of the data. Personal information form, "Leisure Satisfaction Scale (LSS)" and "Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS)" were used as data collection tools in the study. One of the descriptive statistical techniques in the analysis of data; frequency, percentage, mean and standard deviation values were obtained. In addition, data analysis was performed using t-Test, ANOVA and Pearson Correlation tests. When the findings of the study were examined, a significant difference was found in the t-test results in terms of the total mean scores of LSS and SEIS according to the "gender" variable ($p < 0.05$). According to the findings of "age" and "not old" in the ANOVA test results, the same thing is not significant in the mean scores of LSS and SEIS ($p > 0.05$). On the other hand, in the t-Test results of the participants, a significant difference was found in LSS and sub-dimensions according to the variable of "doing regular exercise". On the other hand, there was a significant difference between SEIS and sub-dimensions of "optimism" and "evaluation of emotions" ($p < 0.05$). In another finding, a significant difference was found in the ANOVA test results of the participants in the "frequency of doing sports per week" variable, in the LSS and sub-dimensions. Significant difference was found in the SEIS sub-dimension "optimism" ($p < 0.05$). As a result, the leisure satisfaction and emotional intelligence levels of the participants differed according to gender, regular exercise, weekly sports frequency, and there was no difference in age and family income variable; It has been determined that there is a positive and significant relationship between LSS and SEIS. It can be said that university students will gain satisfaction by participating in recreational activities in their free time, and their ability to understand, manage and direct their own or others' emotions, that is, their emotional intelligence level will increase.

Keywords: University students, Leisure Satisfaction, Emotional intelligence

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL FİZİKİ KAYGI VE SERBEST ZAMAN FAALİYETLERİNE YÖNELİK TUTUM DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Fatih YAŞARTÜRK¹, Harun PEKER¹

¹Bartın Üniversitesi

Özet: Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin sosyal fiziki kaygı ve serbest zaman faaliyetlerine yönelik tutum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma grubunu Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 344 (202 erkek ve 142 kadın) gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada genel tarama modellerinden ilişki tarama modeli kullanılmıştır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, “Sosyal Fiziki Kaygı Envanteri: SFKE” ve “Boş Zaman Tutum Ölçeği: BZTÖ” kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 26.0 paket programı kullanılarak kullanılmıştır. Ayrıca betimsel istatistik, bağımsız örneklem t-Testi, tek faktörlü varyans analizi ANOVA ve Pearson Korelasyon analizleri kullanılmıştır. Araştırmanın bulgularında katılımcıların cinsiyet değişkenine göre t-Testi sonuçlarında BZTÖ ve alt boyutları ile SFKE toplam puan ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p>0,05$). Diğer yandan katılımcıların öğrenim gördüğü bölüm değişkenine göre yapılan ANOVA testi sonuçlarında, BZTÖ ve alt boyutları ile SFKE arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ayrıca katılımcıların spor yılı değişkeni ile BZTÖ ve alt boyutları arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan korelasyon analizi sonucunda BZTÖ, duyuşsal ve davranışsal alt boyutlarda anlamlı ilişki tespit edilmezken, “bilişsel” alt boyutta negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ayrıca SFKE ve BZTÖ arasında yapılan korelasyon analizi sonucunda anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir. Bu durum üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumun sosyal fiziki kaygı düzeyini olumlu veya olumsuz yönde etkilemediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencileri, Sosyal fiziki kaygı, Serbest zaman tutum

The Relationship Between University Students' Social Physical Anxiety And Leisure Activities Intended For Attitudes

Abstract: The aim of this study is to examine the relationship between university students' social physical anxiety and their attitudes towards leisure activities. The research group consists of 344 (202 male and 142 female) volunteer students studying at the Faculty of Sport Sciences at Bartın University. Relational scanning model, one of the general scanning models, was used in the research. Personal information form prepared by the researchers, “Social Physique Anxiety Scale: SPAS” and “Leisure Attitude Scale: LAS” were used as data collection tools. The SPSS 26.0 package program was used in the analysis of the data. In addition, descriptive statistics, independent sample t-Test, single factor analysis of variance ANOVA and Pearson Correlation analyzes were used. In the findings of the study, no statistically significant difference was found between the t-test results of the participants according to the gender variable, between the LAS and its sub-dimensions and the total mean scores of the SPAS ($p>0.05$). On the other hand, in the results of the ANOVA test performed according to the variable of the department where the participants studied, a significant difference was found between LAS and its sub-dimensions and SPAS ($p<0.05$). In addition, as a result of the correlation analysis performed to determine the relationship between the participant's sports year variable and LAS and its sub-dimensions, no significant relationship was found in the LAS, affective and behavioral sub-dimensions, while a negative and low-level significant relationship was found in the “cognitive” sub-dimension ($p<0.05$). In addition, no significant relationship was found as a result of the correlation analysis between SPAS and LAS. In this case, it can be said that the attitude towards leisure activities of university students does not affect the level of social physical anxiety positively or negatively.

Keywords: University students, Social physical anxiety, Leisure attitude

SPOR EĞİTİMLİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SİGARA İÇME VE ALKOL KULLANIMININ FAİR PLAY DAVRANIŞLARI ÜZERİNE ETKİSİ

Selinay ABANOZ¹, Egemen ERMİŞ², Osman İMAMOĞLU³

¹ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Anabilim Dalı, Samsun, Türkiye, Orcid: 0000-0002-2110-3258

² Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Samsun, Türkiye, Orcid: 0000-0002-3976-6981

³ Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği, Samsun, Türkiye, Orcid: 0000-0001-6671-6042

Özet

Bu çalışmanın amacı spor eğitilmiş üniversite öğrencilerinde sigara içme ve alkol kullanımının fairplay davranışları üzerine etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmada 219 erkek ve 201 kadın öğrencinin doldurduğu fair play ölçeği değerlendirilmeye alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde Student t testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak alınmıştır. Bu çalışmada sigara içenler ile içmeyenler arasında istatistiksel olarak davranış sergileme alt boyutunda ve Toplam Fairplay puanında anlamlı farklılık varken ($p < 0,05$ ve $p < 0,001$), Fairplay davranış, Müsabaka sonrası fairplay ve genel fair play boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$). Sigara içenlerin fair play anlayışları sigara içmeyenlere göre daha kötü bulunmuştur. Alkol kullananlarla kullanmayanlar arasında davranış sergileme, Fairplay davranış, Müsabaka sonrası fairplay, genel fair play boyutlarda ve toplam fairplay puanında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$). Her ne kadar alkol kullananlarla kullanmayanların toplam fair play puanlarında anlamlı farklılık bulunmasa da alkol kullananların puanı daha yüksektir.

Sonuç: Spor eğitilmiş üniversite öğrencilerinde sigara içme ve alkol kullanımının fair play davranışları üzerine önemli bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir. Bununla beraber sigara ve alkol kullanmayan öğrencileri fair play'e yatkınlığı daha fazladır. Öğrencilerin bu tür zararlı alışkanlıklardan uzak durmaları fair play anlayışlarına olumlu etki ettiği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Anahtar kelimeler: Öğrenci, Fair play, Alkol, Sigara

Smoking And Alcohol Use On Fairplay Behaviors In Sports Educational University Students

Abstract

The aim of this study is to investigate the effects of smoking and alcohol use on fair play behaviors in university students with sports education. In the study, the fair play scale filled by 219 male and 201 female students was evaluated. Student's t test was used to evaluate the data. Statistical significance level was taken as $p < 0.05$. In this study, while there was a statistically significant difference between smokers and non-smokers in the sub-dimension of exhibiting behavior and the total Fair play score ($p < 0.05$ and $p < 0.001$), there was no significant difference in the dimensions of Fair play behavior, post-competition fair play and general fair play. ($p > 0.05$). Smokers' understanding of fair play was found to be worse than non-smokers. There was no significant difference between alcohol users and non-smokers in terms of exhibiting behavior, Fair play behavior, post-competition fair play, general fair play dimensions and total fair play score. ($p > 0.05$). Although there is no significant difference in the total fair play scores of alcohol users and non-drinkers, the scores of alcohol users are higher.

Conclusion: It has been determined that smoking and alcohol use do not have a significant effect on fair play behaviors in sports-trained university students. On the other hand, students who do not smoke or drink alcohol

are more inclined to fair play. It can be said that students' avoidance of such harmful habits has a positive effect on their understanding of fair play.

Keywords:Keywords: Student, Fair Play, Alcohol, Smoke

Giriş ve Amaç

Fair Play, "uyum" olarak yönetenlere ve kararlarına saygı ve rakiplere saygı" olarak bilinir. Ayrıca Fair Play, oyun alanında cömertlik, kazanma durumunda alçakgönüllülük ve yenilgide ise zarafet ile taçlandırılır. Bu davranışlar, yarışmacılar, antrenörler, görevliler, liderler veya taraftarlar gibi spor oyununa dahil olan herkes için geçerlidir. Fair Play kavramı, spordaki ahlak ve estetik niteliklerin geliştirilmesi, erdemli davranışların sergilenmesidir. Sportif davranışın temelinde de sportif erdem (fair-play) bulunmaktadır (Gorun,2020; Sezen ve Yıldırım, 2003;Yıldırım ve Sezen, 2006).

Başarı ve finansın öncelik olması sporda şiddetin artmasına neden olabilir. Maalesef sporda şiddetin ortaya çıkması sporun gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir. Şiddete sebep olan nedenlerini bulmak ve fair play anlayışını arttırmak için yapılması gerekenlere odaklanmak gerekir (Adilogulları ve ark., 2017). Sporun özünde fair-play'e uygun davranışlar sergilenmesi gerekliliği yatmasına rağmen yapılan incelemelerde (Kayışoğlu ve ark, 2015; Gümüş ve ark., 2016) fairplay'e uygun olmayan davranışlarda artış olduğu görülmektedir. Fair-Play kavramı insanın öz değerlerine gösterilen saygının ifadesi olarak literatüre girmiştir, sporun her seviyesinde ve her türünde doğrulukla ve dürüstlikle oyun oynamanın zorunluluğu bir ahlaki ilke olarak kendini kabul ettirmiştir (Pehlivan, 2004). Fair-play kavramı sadece hakem-sporcu ya da rekabet içerisindeki sporcuları ilgilendiren yeni bir iletişim biçimi değildir. Fair play, spor alanlarında izleyiciden sağlıklıya, sporcudan antrenöre, yöneticiden hakeme kadar kısacası sporun bütün paydaşlarını doğrudan ilgilendiren yeni bir anlayıştır. "Takımınızı destekleyebilirsiniz ama karşı takıma hakaret etmek hakkınız yoktur" görüşü kabul edilir (Tel,2014). Fair-Play ilk olarak "iyi oyun" anlamına gelen bir tutuma göre kullanılmıştır. Sonra "iyi oyunu ortaya koyacak ruh hali ve sporcuya yakışan davranış kalıbı" olarak değerlendirilmiştir. Daha sonraları "iyi oyunun ortaya çıkması için oyuna katılan unsurların yerine getirmek zorunda oldukları davranış ve tutumlarının tümü" olarak geliştirilmiştir. (Donuk- Şenduran, 2006). Sporda fair play, kurallara bağlılık, yönetime ve kararlarına saygı, yarışanlara saygı olarak vurgulanmaktadır. Ayrıca fair play; oyunda ilkeli olmak, başarıda ve başarısızlıkta ölçülü davranışlarda bulunmakla ilişkili olarak kullanılmaktadır (Tel,2014).

Riskli sağlık davranışlarıyla ilgili araştırmalara bakıldığında, son yıllarda dünyada ve gençler arasında yaygın bir problem haline gelen sigara tüketiminin Türkiye'de de giderek arttığı görülebilir (TUÝK 2008). Dünya genelinde 300 milyon genç sigara kullanıcısıdır (Taşçı ve ark. 2005). Sigara kullanımı ile ilgili araştırmalara bakıldığında, çocukların ve gençlerin sigara kullanma nedenlerine ilişkin araştırmaların da yapıldığı görülmektedir. Gençleri sigara içmeye yönelten sebepler içerisinde şunlar sayılabilir: Sigara içen yakın arkadaş, anne-baba, kardeş ya da öğretmenlerinin sigara kullanması, düşük sosyal ve ekonomik düzey, daha modern görünme arzusu, kaygılarını giderme isteği, okul başarısının düşük olması ve toplumsal cinsiyet (sigara içmenin ergenler arasında bir tür erkek olma göstergesi) olarak belirtilmektedir (Kutlu ve Çivi 2006).

Sigara, alkol ve madde kullanılması ile kişilik özellikleri ve psikolojik belirtiler arasında ilişki olacağı öne sürülmektedir (Dalack ve ark. 1993). Alkol bağımlılığın gelişim sürecinde ruhsal/bedensel etkileşimler ve toplumsal pek çok değer bir bireyden diğerine değişen etkileşim sergiler (Doğan 1982). Bireyin nevrotik kişilik özelliğinin (Byrne ve ark., 1995), antisosyal davranışlarının (Reitsma ve ark., 1985), depresif duygularının ve psikosomatik yaklaşımlarının olmasının (Sieber ve Angst 1990), diğer psikiyatrik yaklaşımlarının bulunmasının (Oei ve ark. 1986), sosyal ilişkilerinin dağılmasının ve saldırgan davranışlarının (Escobedo ve ark., 1997) ve dikkat eksikliği-hiperaktivite bozukluğunun olmasının (Milberger ve ark., 1997) madde kullanılması için risk oluşturduğu öne sürülmektedir. Kişilerin sağlıklı olmasında zindelik, doğru beslenme, stres yönetimi, hastalık önleme, sosyal destek, kendi kendine değer verme, bakım (ihtiyaç duyulma duygusu), maneviyat, kişisel güvenlik ve madde kontrolü ve sigara içmeme, düzenli fiziksel muayeneler, sağlık eğitimi ve çevresel destek yer alır (Hoeger and Hoeger, 2011). (Şahin ve ark., (2017) çalışmalarında spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde sigara kullanım ve alkol kullanımlarına göre fiziksel aktivite düzeyleri arasında farklılık bulmamışlardır. Yoğun dijital oyun oynayanlarda dikkat eksikliği, yasal olmayan ilaç ve uyuşturucu tüketimi, alkol ve sigara tüketimi, propagandalar ya da küfürlü konuşmaların olduğu gözlenmektedir (BTK 2017, Murathan ve Murathan 2018). Beden eğitimi dersleri aracılığıyla okullarda gerçekleştirilen spor faaliyetleri çocuk ve gençlerde dayanışma ve işbirliği duygusunu geliştirme, kural bilinci oluşturma, paylaşım, adalet, hoşgörü ve yardım severlik gibi insani değerlerin içselleştirilmesinde önemli bir role sahiptir (Kayışlıoğlu ve ark., 2015).

Bu çalışmanın amacı spor eğitimi üniversite öğrencilerinde sigara içme ve alkol kullanımının fair play davranışları üzerine etkisinin araştırılmasıdır.

Yöntem:

Katılımcılar: OMÜ Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileridir. Çalışmada 219 erkek ve 201 kadın öğrencinin doldurduğu fair play ölçeği değerlendirilmeye alınmıştır.

Ölçüm aracı:

Fair-Play Ölçeği

Araştırmada sporcuların fair-play davranışlarını sergileme sıklıklarını belirlemede kullanılan ölçek Efe (2006) tarafından geliştirilmiştir. Ölçekte fair-play ile ilgili görüşleri belirlemede 3' lü likert (1-Her zaman, 2-Bazen, 3-Hiçbir Zaman) tipi ölçek kullanılmıştır (Yıldırım,2017). Ölçekte 4 alt boyut kullanılmıştır. Bunlar; Bir müsabaka başlamadan önce fair play davranışı sergileme (4 madde), bir müsabaka sırasında fair play davranışı sergileme (5 madde), müsabaka sonrası fair play davranışı sergileme (4 madde) ve genel olarak bir müsabakada fair play davranışı sergileme (5 madde) olarak sıralanmıştır. Ölçekte her boyut için düşük puan olumlu ve yüksek puan olumsuz fair play anlayışını ifade eder. Toplamda en düşük 18 ve en yüksek 54 puan alınabilir.

İstatistiksel işlemler

Verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Normal dağılıma uymayan veriler ortanca (minimum-maksimum), uyan veriler ortalama \pm standart sapma ve sayı (%) olarak verilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde Student t testi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak alınmıştır.

Bulgular

Tablo1. Katılımcıların Yaş, boy ve vücut ağırlıkları karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ortalama	St. sapma	t-test	p
Yaş (yıl)	Erkek	219	22,06	1,77	1,62	0,106
	Kadın	201	21,45	1,78		
Boy (cm)	Erkek	219	179,15	8,13	14,86	0,000**
	Kadın	201	169,22	5,10		
Vücut ağırlığı (kg)	Erkek	219	74,73	6,71	29,34	0,000**
	Kadın	201	57,42	4,96		

** $p < 0,001$

Tablo 2. Sigara kullanma durumuna göre fair play davranışları

	Sigara	N	Ortalama	St. sapma	t-test	p
Davranış sergileme	Evet	182	11,25	1,00	3,40	0,001**
	Hayır	238	10,88	1,20		
Fairplay davranış	Evet	182	11,95	1,43	0,54	0,585
	Hayır	238	11,86	1,64		
Müsabaka sonrası fairplay	Evet	182	10,42	1,35	1,40	0,160
	Hayır	238	10,22	1,45		
Genel fairplay	Evet	182	11,26	1,42	-0,04	0,963
	Hayır	238	11,26	1,38		
Toplam fairplay	Evet	182	44,87	2,92	2,04	0,042*
	Hayır	238	44,23	3,43		

Tablo 3. Alkol kullanma durumuna göre fair play davranışları

	Alkol	N	Ortalama	St. sapma	t-test	p
Davranış sergileme	Evet	93	11,06	1,21	0,23	0,817
	Hayır	327	11,03	1,11		
	Evet	93	12,02	1,46		0,384

Fairplay davranış	Hayır	327	11,86	1,58	0,87	
Müsabaka sonrası fairplay	Evet	93	10,19	1,47	-0,88	0,379
	Hayır	327	10,34	1,39		
Genel fairplay	Evet	93	11,38	1,08	0,89	0,372
	Hayır	327	11,23	1,48		
Toplam fairplay	Evet	93	44,66	2,55	0,50	0,615
	Hayır	327	44,46	3,40		

Tartışma ve sonuç

Bu çalışmada cinsiyete göre yaşlar birbirine benzer iken boy uzunlukları ve vücut ağırlıkları farkı istatistiksel olarak farklıdır ($p<0,001$).

Deniz (2011) çalışmasına göre, sigara kullanan bireylerin fiziksel aktivite seviyelerini sigara kullanmayan bireylerden daha düşük olduğunu tespit etmiştir. Şen ve ark., (2008) tarafından yapılan bir çalışmada sigara içen öğrencilerin yaşam kalitelerinin daha az olduğu ve gün içinde içilen sigara sayısı arttıkça yaşam kalitesi puanlarının da düştüğü tespit edilmiştir. Topsaç (2014) ise çalışmasında, sigara kullanma durumlarına göre fiziksel aktivite seviyelerinde anlamlı fark olmadığını tespit etmiştir. Bu çalışmada sigara içenler ile içmeyenler arasında istatistiksel olarak davranış sergileme alt boyutunda ve Toplam Fairplay puanında anlamlı farklılık varken ($p<0,05$ ve $p<0,001$), Fairplay davranış, Müsabaka sonrası fairplay ve genel fairplay boyutlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Sigara içenlerin fair play anlayışları sigara içmeyenlere göre daha kötü bulunmuştur.

Arabacı ve Çankaya (2007: 1-15) çalışmalarında, alkol kullanan öğrencilerin aktiflik kategorilerinde farklılık bulmuşlardır. Deniz (2011) çalışmasında, alkol kullanma durumlarına göre anlamlı fark bulmuştur. Topsaç (2014) ise çalışmasında, alkol kullanma durumlarına göre fiziksel aktivite seviyelerinde anlamlı fark olmadığını tespit etmiştir. Aksungur (2009 çalışmasında ebelerin ve hemşirelerin iş doyumunu ve yaşam kalitesini yaş, toplam hizmet süreleri, çalışma biçimi, çalışma süresi ve sigara içme gibi durumların etkilediği tespit edilmiştir. Sigara ve alkol kullanımının fairplay üzerinde etkisini daha gerçekçi olarak söyleyebilmek için kullanım miktar ve sıklıklarının tespit edilmesi daha iyi olacaktır. Bu çalışmada alkol kullananlarla kullanmayanlar arasında davranış sergileme, Fairplay davranış, Müsabaka sonrası fairplay, genel fairplay boyutlarda ve toplam fairplay puanında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Her ne kadar alkol kullananlarla kullanmayanların toplam fair play puanlarında anlamlı farklılık bulunmasa da alkol kullananların puanı daha yüksektir.

Sonuç: Spor eğitilmiş üniversite öğrencilerinde sigara içme ve alkol kullanımının fairplay davranışları üzerine önemli bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir. Bununla beraber sigara ve alkol kullanmayan öğrencileri fair play'e yatkınlığı daha fazladır. Öğrencilerin bu tür zararlı alışkanlıklardan uzak durmaları fair play anlayışlarına olumlu etki ettiği söylenebilir.

KAYNAKÇA

- Adilogullari, G. E., Hakkı, U., Enes, B., & Ihsan, K. (2017). Relationship between violence tendency levels of 11- 19 aged children who attend to summer school and their behaviours towards fair play in sports. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 12(3), 78.
- Aksungur, A. (2009). Dr. Zekai Tahir Burak, kadın sağlığı eğitim ve araştırma hastanesinde çalışan ebe ve hemşirelerin iş doyum ve yaşam kalitesi düzeylerinin belirlenmesi (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Arabacı, R., Çankaya, C. (2007). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Araştırılması, *Eğitim Fakültesi Dergisi*. 20 (1) 1-15.
- BTK. (2017). Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu, Dijital Oyunlar İçin Çocuk ve Aile Rehberliği Çalıştayı Sonuç Raporu, <http://cocukvebilgiguvenligihaftasi.com/> 10 Ekim 2017.
- Byrne DG, Byrne AE, Reinhart MI (1995) Personality stress and the decision to commence cigarette smoking in adolescence. *J Psychosom Res*, 39:53-62.
- Dalack GW, Glasman AH, Cavey LS (1993) Nicotin Use. *Current Psychiatric Therapy*, L Dunner (Ed), Philadelphia, WB Saunders Company, s.114
- Deniz, M. (2011). Yetişkinler Fiziksel Aktivite Düzeyi İle Sosyoekonomik Durum Arasındaki İlişkinin Araştırılması, *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Uludağ Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Bursa.
- Doğan YB (1982) Drinking behavior in a changing country. *Br J Addict*, 77:209-210.
- Donuk B. Şenduran F.S. 2006. Futbolun Anatomisi. Ötüken Yayınları, İstanbul, S.57- 65
- Efe, Z. B. (2006). Frequency of 1st and 2nd grade primary school students participating in inter-school competitions to exhibit their fair play behaviours. *Gazi University Institute of Educational Sciences. Master Thesis*.
- Escobedo LG, Reddy M, Durant RH (1997) Relationship between cigarette smoking and health risk and problem behaviours among US adolescents. *Arch Pediatr Adolesc Med*, 151:66-71.
- Gorun L. (2020). A Research on the Fair Play Behaviors of Students Participating in School Sports (The Case of Düzce Province). *Asian Journal of Education and Training*, 6(3): 356-361.
- Gümüş, H., Saraçlı, S., Omür, F., Doğanay, G., & Kurtipek, S. (2016). Fairplay concept in secondary school students. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4(2), 430-438.
- Hoeger Werner, W. K., & Hoeger Sharon, A. (2011). *Fitness and Wellness*. Cengage Learning, USA.
- Kayışlıoğlu, N., Altinkök, M., Temel, C., & Yüksel, Y. (2015). Examining the sportsmanship behaviours of secondary school students in physical education lesson: The case of Karabük province. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 1(3), 1044-1056.
- Kutlu R, Çivi S (2006) Seydişehir Meslek Yüksek Okulu öğrencilerinde sigara kullanma durumlu ve etkileyen faktörler. *Bağımlılık Dergisi*, 7: 71-79
- Milberger S, Biederman J, Faraone SV ve ark. (1997) ADHD is associated with early initiation of cigarette smoking in children and adolescents. *J Am Acad Child Adoles Psychiatry*, 36:37-44.
- Murathan, T, Murathan, F. (2018). *Espor (e-Spor) Uygulamalarının Değerlendirilmesi*. III. Uluslar arası Mesleki ve Teknik Bilimler Kongresi. Gaziantep.
- Oei TP, Egan AM, Silva PA (1986) Factors associated with the initiation of "smoking" in nine year old children. *Adv Alcohol Subst Abuse*, 5:79-87.
- Pehlivan, Z. (2004). The place and importance of school sports in developing the concept of fair play. *Journal of Sportsmetre Physical Education and Sport Sciences*, 2(2), 49-53.
- Reitsma SM, Offord DR, Finch T (1985) Pairs of same-sexed siblings discordant for antisocial behaviour. *Br J Psychiatry*, 146:41-52.

- Sezen, G., & Yıldırım, I. (2007). Investigation of physical education teachers' approaches to positive and negative behaviours related to fair-play in football. *Journal of Sports Management and Information Technologies*, 2(1), 1306-4371.
- Sieber MF, Angst I (1990) Alcohol, tobacco and cannabis. 12 year longitudinal associations with antecedent social context and personality. *Drug Alcohol Depend*, 25:281-292
- Şahin, M., Kırandı, Ö., Atabaş, G., & Bayraktar, B. (2017). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin fiziksel aktivite düzeyleri (İstanbul Üniversitesi örneği). *Spor Eğitim Dergisi*, 1, 1, 26-33.
- Şen, N., Arslan, G., Çoban, A., Güngör, N., Kulbakan, S. ve Solar, M. (2008). Sigara İçme Durumunun Üniversite Öğrencilerinin Yasam Kalitesi Üzerine Etkisinin İncelenmesi. *Toraks Dergisi*, 9(2): 68-73.
- Taşçı E, Atan P, Durmaz N ve ark. (2005) Kız meslek lisesi öğrencilerinin madde kullanma durumları. *Bağımlılık Dergisi*, 6: 122-128
- Tel M.(2014). Fair Play in Turkish Social Life, *International Journal of Science Culture and Sport*, Special Issue 1:694-704
- Topsaç, M. (2014). Üniversitede Okuyan Engelli Öğrencilerin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin İncelenmesi, *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, sayı:40
- TUIK (2008) Küresel Yetişkin Tütün Araştırması Ankara. http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?tb_id=6&ust_id=1
- Yıldırım, I., & Sezen, G. (2006). Evaluation of physical education teacher candidates' approaches to concrete case studies that have a dilemma between sportsmanship and professionalism. *Gazi Journal of Physical Education and Sports Sciences*, 11(3), 3-14.
- Yıldırım M.(2017). Determining the Fair-Play Approaches of Sportsman of University School and Club Teams (Sample Of Eskişehir Osmangazi University), *Inonu University, Journal of Physical Education and Sport Sciences (IUJPESS)*, 4(1), 01-15

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMEN ADAYLARININ SOSYAL PROBLEM ÇÖZME VE KARARLILIK DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Eren DURMUŞ¹, Taner BOZKUŞ¹, Gamze DURMUŞ²

¹Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın,

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada, beden eğitimi öğretmen adaylarının sosyal problem çözme ve kararlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmanın evrenini Batı Karadeniz Bölgesindeki üniversitelerin beden eğitimi ve spor yüksekokulları ile spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü lisans öğrencileri oluştururken, örneklem grubunu 113 Erkek 79 Kadın olmak üzere toplamda 192 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanmış “Kişisel Bilgi Formu”, üniversite öğrencilerinin sosyal problem çözme becerilerini ölçmek için D’ Zurilla ve ark. (2002) tarafından geliştirilen ve Çekici (2009) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Sosyal Problem Çözme Envanteri Kısa Formu” ve üniversite öğrencilerinin kararlılık düzeylerini ölçmek amacıyla Duckworth ve Quinn (2009) tarafından geliştirilen Akın ve Arıcı (2015) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Kısa Kararlılık Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS-24 Paket Programı ile analiz edilmiştir. Aynı zamanda verilerin çözüm ve yorumlanmasında Pearson korelasyon analizi, bağımsız örneklem (Independent-Samples) t-Testi analizi, One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi), Tukey çoklu karşılaştırma kullanılmıştır.

Bulgular: Sosyal Problem Çözme Envanteri Kısa Formu (SPÇE-KF) alt boyutları ile Kısa Kararlılık Ölçeği (KKÖ) toplamı ve alt boyutlarının normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puanlar arasındaki ilişkiye Pearson korelasyon analizi ile bakılmıştır. Öğrencilerin KKÖ ile SPÇE-KF alt boyutu olan Dikkatsiz/Dürtüsel Problem Çözme arasında pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülürken diğer alt boyutları arasında herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır. Öğrencilerin SPÇE-KF alt boyutları ile KKÖ alt boyutları arasında düşük düzeyde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin cinsiyetlerine SPÇE-KF alt boyutları olan dikkatsiz/dürtüsel problem çözme ve kaçınan problem aralarında anlamlı farklılık olduğu; KKÖ toplamı ve alt boyutları arasında ise anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin üniversiteyi okuma yerine göre SPÇE-KF alt boyutları ve KKÖ toplamı ve alt boyutları arasında herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Öğrencilerin sınıf düzeyleri ile SPÇE-KF alt boyutu olan dikkatsiz/dürtüsel problem çözme tarzı arasında anlamlı farklılık olduğu; KKÖ alt boyutu olan ilgide tutarlılık arasında da anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler:Problem, problem çözme, sosyal problem çözme, kararlılık

Investigation Of The Relationship Between Social Problem Solving And Grit Levels Of Physical Education Teacher Candidates

Eren DURMUŞ¹, Taner BOZKUŞ¹, Gamze DURMUŞ²

¹Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın,

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Introduction and Purpose: In this study, it was aimed to examine the relationship between social problem solving and grit levels of physical education teacher candidates.

Materials and Methods: The population of the research consists of undergraduate students of physical education and sports teaching departments studying at physical education and sports colleges and sports sciences faculties of universities in the Western Black Sea Region, while the sample group consists of 192 students, 113 males and 79 females. In this study, as data collection tool, 'Personal Information Form' that is prepared by researchers, 'Social Problem Solving Inventory Short Form' which is developed by D' Zurilla and friends (2002) and adapted to Turkish by Çekici (2009) so as to test Social Problem Solving levels of university students. In addition to these, 'Short Grit Scale' which is developed by Duckworth ve Quinn (2009) and adapted to Turkish by Akın and Arıcı (2015) so as to test grit levels of university students. Acquired data has been analyzed by SPSS-24. Furthermore, Pearson correlation analysis, independent samples t-test analysis, One-Way ANOVA, Tukey multiple comparisons are used in order to analyze and interpret acquired data.

Findings: It is diagnosed that sub dimensions and sum of Social Problem Solving Inventory Short Form (SPSI-SF) and Short Grit Scale (Grit-S) have indicated average level. The relation of the students' points from scales has been analyzed by Pearson correlation analysis. While it was observed that there was a low-level significant positive relationship between students' Grit-S and the SPSI-SF sub-dimension, Inattentive/Impulsive Problem Solving, no relationship was found between the other sub-dimensions. It was determined that there was a low-level significant relationship between the students' SPSI-SF sub-dimensions and Grit-S sub-dimensions. It was determined that there was a significant difference between the students' genders, which are the sub-dimensions of SPSI-SF, inattentive/impulsive problem solving and avoiding problem; It was determined that there was no significant difference between the total and sub-dimensions of Grit-S according to the gender of the students. No significant difference was found between the SPSI-SF sub-dimensions and the total and sub-dimensions of Grit-S according to the place of university education of the students. It was found that there was a significant difference between the grade levels of the students and the careless/impulsive problem solving style, which is the sub-dimension of SPSI-SF; It was also determined that there was a significant difference between the consistency of the interest, which is the sub-dimension of Grit-S.

Keywords: Problem, problem solving, social problem solving, Grit

GENÇ ERKEK BASKETBOLCULARDA ISINMADA KULLANILAN ÖN YÜKLENME AKTİVİTESİNİN PATLAYICI GÜÇ PERFORMANSINA AKUT ETKİLERİ

Acute Effects Of Pre-Loading Exercise in Warm-Up For Young Male Basketball Players On Explosive Power Performance

Ebru TOKSÖZ¹, Ani AGOPYAN²

¹Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul,

²Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, İstanbul

ÖZET

Amaç: Bu araştırmada, genç erkek basketbolcularda ısınmada kullanılan ön yüklenme aktivitesinin dikey sıçrama ve durarak uzun atlama performanslarına olan akut etkileri incelenmiştir.

Gereç ve Yöntem: Araştırma kapsamına en az iki yıldır alt yapı liginde oynayan 13 erkek basketbolcu (16,80±1,08 yaş/yıl) katılmıştır. Araştırmada ön test-son test deneysel desen kullanılmıştır. İlk test gününde; tüm katılımcıların antropometrik ölçümleri yapılmış ve back squat hareketinde 1 tekrar maksimum (1-TM) değerleri belirlenmiştir. İkinci gün ise sporcuların 7dk'lık süre ile uyguladıkları sabit bir dinamik ısınma modeli sonrasında, dikey sıçrama performans ölçümleri 1dk'lık dinlenme ile 2 kez kaydedilmiştir. Ardından sırasıyla, sporculara paralel back squat hareketi yüklenmenin şiddeti %85x3-TM olacak şekilde uygulatılmış; 8 dk'lık pasif dinlenme sonrasında, 1'er dk'lık dinlenme aralıkları ile 2 kez dikey sıçrama performansları (dikey sıçrama yüksekliği, süresi, hızı ve gücü) ölçülmüştür. 48 saat ara verilip üçüncü gün aynı model durarak uzun atlama performansının belirlenmesi için de uygulanmıştır.

İstatistiksel değerlendirmelerde; Wilcoxon işaretli sıralar testi, Spearman korelasyon ve etki büyüklüğü (EB) analizleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular: Ön yüklenme aktivitesi, dikey sıçrama performans bileşenlerinde [dikey sıçrama yüksekliği (EB= .06), süresi (EB= 0.5), hızı (EB= .0) ve gücü (EB= .04) ve durarak uzun atlama mesafesinde (EB= .04) kondisyonlanma öncesine göre istatistiksel açıdan anlamlı bir etki yaratmadığı belirlenmiştir ($p > .05$).

Sonuçlar: Araştırmamızda kullandığımız ön yüklenme aktivitesinin şiddeti ve dinlenme aralıkları, genç erkek basketbolcularda dikey ve yatay yöndeki patlayıcı gücün akut olarak değişiminde bir etki yaratmamıştır. Ancak negatif bir etki yaratmaması nedeniyle, %85x3 TM back squat hareketi ile uyguladığımız egzersiz, genç basketbolcularda sportif performansın geliştirilmesine yönelik tamamlayıcı nitelikte farklı bir antrenman modeli olarak kullanılması önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Ön yükleme aktivitesi, Sıçrama, Kuvvet

Keywords: Pre-load exercise, Jump, Power

YAŞLANAN DÜNYADA MUTLULUĞA KÜÇÜK DOKUNUŞLAR: REKREATİF ETKİNLİK OLARAK PETANK SPORU YAPAN YAŞLILARDA MUTLULUK

Vildan TUNCER¹, Sibel ARSLAN¹

¹Kırıkkale Üniversitesi

Dünya nüfusu giderek yaşıyor. Nüfus tahminlerine göre 2021 yılında dünya nüfusunun %9,8'ini 65 yaş üstü bireyler oluştururken; TÜİK verilerine göre bu oran Türkiye'de %9,7 oldu. Bilim, teknoloji ve sağlık alanındaki gelişmeler ve refah seviyelerindeki iyileşme her geçen gün insanların yaşam sürelerinin uzamasına katkı sağlarken, yaşlı nüfustaki hızlı artış son yıllarda bu kesime olan ilginin de artmasına neden olmuş; yaşlı bireylerin yaşam koşullarını iyileştirebilmek, onlara daha sağlıklı ve mutlu bir yaşam sunabilmek diğer yaş gruplarına kıyasla daha öncelikli bir durum haline gelmiştir. Yaşlıların daha sağlıklı ve mutlu bir yaşam sürebilmelerine katkı sağlayacak en önemli araçlardan birisi kuşkusuz spordur. Spor sahip olduğu nitelikler bakımından, yaşlılar için özel bir yere sahiptir. Dünyanın birçok ülkesinde olduğu gibi Türkiye'de de yaşlı nüfus için rekreatif amaçlı sporlar yaygınlaşırken, petank fazla efor gerektirmemesi ve eğlenceli yönüyle bu kitle için daha uygun bir spor branşı olarak öne çıkmaktadır. Bu bağlamdan çalışma; 65 yaş üstü bireylerde petank sporunun mutluluk düzeyine katkısını araştırmak amacıyla yapılmış, tarama modelinde betimsel bir araştırmadır. Araştırmada kişisel bilgiler ve serbest zaman etkinliklerine yönelik sorular yanında, Oxford Mutluluk Ölçeği kullanılmış ve Kırıkkale Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulundan alınan izinden sonra, yüz yüze uygulama yapılmıştır. Betimsel istatistiklerde yüzde (%), frekans (f) ve aritmetik ortalama (???) değerlerinden yararlanılmış; iki ayrı kümenin verdiği cevapların analizinde Independent Sample t-test, çoklu grup karşılaştırmalarında One-Way ANOVA; ANOVA testlerinde farklılık yaratan grupları belirlemek için Tukey HSD Çoklu Karşılaştırma Testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda: 65 yaş üstü bireylerin serbest zamanlarında tercih ettikleri etkinliklere katılım sıklıklarının ve mutluluk düzeyinin cinsiyete, geçmişte spor yapmış olma ve petank oynama durumuna göre p EKSİK VAR...

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, Mutluluk, Rekreatif Spor, Petank

Small Touches Of Happiness In The Aging World: Happiness In The Elderly Who Play Petanque As A Recreational Activity

The world population is getting older. According to population estimates, 9.8% of the world's population is composed of individuals over the age of 65 in 2021; According to TUIK data, this rate was 9.7% in Turkey. While the developments in science, technology and health and the improvement in welfare levels contribute to the prolongation of people's life spans day by day, the rapid increase in the elderly population has led to an increase in the interest in this segment in recent years; Being able to improve the living conditions of elderly individuals and to offer them a healthier and happier life has become a priority situation compared to other age groups. Undoubtedly, one of the most important tools that will contribute to a healthier and happier life for the elderly is sports. Sport has a special place for the elderly in terms of its qualities. As in many countries of the world, recreational sports for the elderly population have become widespread in Turkey, while petanque stands out as a more suitable sports branch for this group with its fun and not requiring much effort. Working from this context; It is a descriptive research in the scanning model, which was conducted to investigate the contribution of petanque sports to the level of happiness in individuals over the age of 65. In the study, besides questions about personal information and leisure time activities, Oxford Happiness Scale was used and after the permission of Kırıkkale University Social and Human Sciences Ethics Committee, face-to-face application was made. Percentage (%), frequency (f) and arithmetic mean (???) values were used in descriptive statistics; Independent Sample t-test in the analysis of the answers given by two separate clusters, One-Way ANOVA in multi-group comparisons; Tukey HSD Multiple Comparison Test was used to determine the groups that made a difference in ANOVA tests. As a result of the research: It was determined that the frequency of participation in the activities that individuals over 65 years of age prefer in their leisure time and the level of happiness differ significantly at the p

Keywords: Aging, Happiness, Recreational Sports, Petanque

10 HAFTALIK LIFE KİNETİK EGZERSİZLERİNİN ZİHİN YETERSİZLİĞİ BULUNAN BİREYLERİN DİKKAT, GÖRSEL BELLEK VE ALGI BECERİLERİNE ETKİSİ

Nihat ÖZŞENGEZER¹, Elif TOP²

¹ Uşak Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı, Uşak, Türkiye

² Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Burdur, Türkiye

Amaç: Bu araştırmada, 10 haftalık life kinetik egzersiz uygulamalarının zihin yetersizliği bulunan bireylerin dikkat, görsel bellek ve algı becerilerine etkisi incelendi. Yöntem: Araştırmanın örneklemini 10-14 yaş arası hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan (n= 4 kız; n= 14 erkek) 18 ortaokul öğrencisi (deney grubu, n= 9; kontrol grubu, n= 9) oluşturdu. Deney grubuna life kinetik egzersiz uygulamaları yaptırılırken (40 dk./3 gün/10 hafta), kontrol grubuna herhangi bir uygulama yaptırılmadı. Ölçme aracı olarak, d2 dikkat testi, Benton görsel bellek testi ve Frostig görsel algı testi kullanıldı. Veriler SPSS (Versiyon 23, IBM inc.) programı ile analiz edildi. Normal dağılıma uygunluk Shapiro-Wilk testi ile incelendi. Analiz sonuçları normal dağılan veriler için ortalama \pm s. sapma ve normal dağılmayan nicel veriler için ortanca (min.-mak.) şeklinde sunuldu. Bulgular: Gruplara göre Benton görsel bellek ve algı son test değerleri arasında anlamlı fark bulunurken ($p<0.05$), işlenen toplam madde sayısı (TN), atlanan doğru harf sayısı (E1), yanlış işaretlenen harf sayısı (E2), ham hata puanı (E), işlenen toplam madde sayısı-ham hata puanı (TN-E), dalgalanma oranı (FR), konsantrasyon performansı (CP), göz-motor koordinasyonu, şekil zemin ayırımı, şekil sabitliğinin algılanması, mekanda konumun, mekan ilişkilerinin algılanması ve Frostig görsel algı toplam değerleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Deney grubu ön ve son teste göre Benton görsel bellek, TN, E, TN-E, CP, göz-motor koordinasyonu, şekil zemin ayırımı ve Frostig görsel algı toplam değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilirken ($p<0.05$), diğer parametrelerde fark gözlenmemiştir ($p>0.05$). Kontrol grubu ön ve son teste göre tüm parametrelerde anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). **Sonuç:** Hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylere beden eğitimi ve spor etkinliklerinin yanı sıra life kinetik egzersiz uygulamalarının düzenli olarak yaptırılması dikkat, görsel bellek ve algı becerilerine olumlu yönde katkısı olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Dikkat, Görsel bellek, Görsel algı, Hafif düzey zihin yetersizliği

Aim: In this study, the effects of 10-week life kinetic exercise practices on attention, visual memory and perception skills of individuals with intellectual disability were investigated. **Methods:** The sample groups of the study consisted of 18 secondary school students (experimental group, n= 9; control group, n= 9), aged 10-14 years, with mild intellectual disability (n= 4 girls; n= 14 boys). While the experimental group was given life kinetic exercise applications (40 minutes/3 days/10 weeks), no application was made to the control group. As measurement tools, d2 attention test, Benton visual memory test and Frostig visual perception test were used. Data were analyzed with SPSS (Version 23, IBM inc.) program. The conformity to the normal distribution was evaluated using the Shapiro-Wilk test. Analysis results were presented as mean \pm standard deviation for normally distributed data and median (min.-max.) for non-normally distributed quantitative data.

Results: While there was a significant difference between Benton visual memory and perception post-test values according to the groups ($p<0.05$), total number of items processed (TN), number of correct letters skipped (E₁), number of misspelled letters (E₂), raw error score (E), total number of items processed-raw error score (TN-E), fluctuation rate (FR), concentration performance (CP), eye-motor coordination, shape-ground discrimination,

perception of shape constancy, perception of location in space, space relations and Frostig visual perception total values were not found significant ($p>0.05$). A statistically significant difference was found between the total values of Benton visual memory, TN, E, TN-E, CP, eye-motor coordination, shape-ground discrimination and Frostig visual perception in the experimental group according to the pre- and post-test ($p<0.05$). No difference was observed in other parameters ($p>0.05$). There was no significant difference in all parameters of the control group compared to the pre-test and post-test ($p>0.05$). Conclusions: It can be said that regular physical education and sports activities as well as life kinetic exercises for individuals with mild intellectual disability contribute positively to attention, visual memory and perception skills.

Keywords: Attention, visual retention, visual perception, Mild Intellectual Disability

GİRİŞ

Günümüzde bireylerin fizyolojik, psikolojik ve anatomik eksikliklerini belirtmek amacıyla engelli, özürlü, özel ihtiyaçlı, kısıtlı durumda gibi ifadeler kullanılmaktadır (1). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından hastalık sonuçlarına dayanan ve sağlık yönüne ağırlık veren bir tanımlama ve sınıflama yapılmış ve sakatlık üç ayrı kategoride tanımlanmıştır. Buna göre 'yetersizlik; sağlık bakımından fiziksel yapı ve fonksiyonlarda eksiklik ve anormalliği ifade ederken, özürlülük ise; bir aktiviteyi normal kabul edilen sınırlar içinde gerçekleştirmedeki kısıtlılık veya yetersizlik, engellilik ise; bir yetersizlik ya da özür nedeni ile yaşa, cinsiyete, sosyal ve kültürel faktörlere bağlı olarak kişiden beklenen rollerin kısıtlanması ya da yerine getirilememesi' olarak tanımlanmaktadır (2). Amerikan Entelektüel ve Gelişimsel Engelliler Birliği (AAIDD-2019) tarafından tanımlanan zihinsel yetersizliğin tanımı ise; kimliği "hem entelektüel işleyişte hem de uyarlanabilir davranışta önemli sınırlamalarla karakterize edilen ve birçok günlük sosyal ve pratik beceriyi kapsayan bir engellilik" olarak tanımlanmaktadır. Bu yetersizlik 18 yaşından önce ortaya çıkmaktadır (3). Yetersizliği olan bireyler için fiziksel etkinliklerin hayatlarındaki önemi büyüktür. Yetersizliği olan bireylerde aynen normal gelişim gösteren bireylerdeki gibi fiziksel aktiviteye olan ihtiyaçları büyük önem arz etmektedir. Çoğu zaman normal gelişim gösteren bireylere göre bu gruba dahil bireylerin hayatında çok daha fazla önemli olduğu ifade edilmektedir. Fiziksel aktiviteler yetersizliği olan bireylerin yetersizlikleri ile başa çıkabilmelerine yardımcı olmaktadır. Ayrıca hoşgörü, paylaşım, dürüstlük, adil oyun, yaşam motivasyonlarının artırılması gibi birçok farklı alanlarda da gelişimlerine katkı sağlamaktadır (4).

Bireylerin eğlenerek faaliyette bulunmasını sağlayan Life Kinetik egzersizleri ile bireylerin çeşitli görsel uyarılar ve koordineli hareketler yaparak yeni sinapslar oluşmasına yardımcı olur. Böylelikle beyinin gelişimini sağlar ve yeni bağlar oluşturulur. Bunların sonucunda daha fazla nöral bağa sahip beyin öğrenme kapasitesi artar. Her geçen gün farklılaşan yaşam koşullarında artık hepimizin zihinsel olarak çabuk ve doğru karar verebilme ve anında harekete geçirme yetisi gittikçe önem arz etmektedir. Bu yetileri geliştirmek amacıyla beyin çalışma prensibini ön planda bulduran Life Kinetik egzersiz çeşidi oluşturulmuştur. Bu egzersizler ile beyin alışkın olmadığı karmaşık motor hareketler yaparak beynimizin iki lobunu da harekete katmak, beynimizde yeni sinir yolları oluşturmak, karmaşık becerileri öğretmek ve bu becerileri geliştirmek hedeflenmektedir (5). Karmaşık ve

birbirinden farklı hareketlerden oluşan life kinetik egzersizleri fiziksel performansın yanı sıra yaşam boyu öğrenme olgusuyla da ilişkilendirilir. Life kinetik egzersizleri üzerine çalışmaları olan Lutz (2011), life kinetiğin ele aldığı egzersiz programı ile fiziksel, mental ve sağlık yönünden önemli olduğunu bildirmiştir. Genel olarak life kinetik çalışmalarını incelediğimizde, psikolojik olarak bir rahatlık hissi vermesi, stresi azaltan yönünün olması, iyi bir bellek ve hafıza için yardımcı olması ana faydaları arasında sayılabilir. Ayrıca kaliteli geçirilen öğrenme süreci, hem fiziksel hem de zihinsel gelişim süreçlerini kapsamı ve çeşitli uygulamalarda daha az hata yapma oranlarına ulaşma gibi kıstaslarda önemli payı olduğu söylenmektedir (6). Yapılan araştırmalar sporun çocuklarda algının, dikkatin, hafıza yeteneklerinin gelişimine olumlu katkısı olduğunu ortaya koymaktadır (7,8, 9). Zihinsel yetersizliği bulunan bireyler için özel olarak hazırlanacak hareket eğitim programlarının çocuğun yaşına ve gelişim düzeyine uygun olması gerekmektedir. Genel olarak çocuğun fiziksel ve motorsal gereksinimleri akranlarına göre aynı olacağından normal gelişim gösteren akranlarına uygulanan etkinliklerin benzerlerinin uygulanması faydalı olacaktır. Ayrıca etkinliklerin içerisinde müzikli etkinliklere, sürekli hareketli olacağı etkinliklere, büyük kas gruplarına yönelik hareketlere ve belleği geliştirmeye yönelik aktivitelere yer verilmelidir (10). Özellikle dikkat, görsel bellek ve algı yetilerinin değerlendirilmesinde, **d2 dikkat testi (11), Benton görsel bellek testi (12) ve Frostig görsel algı testi (13) zihinsel yetersiz bireyler üzerinde kullanılmaktadır.**

Zihinsel yetersizliği bulunan bireyler akranlarına göre **dikkat, görsel bellek, görsel algı yönünden geriden gelmektedir**, life kinetik egzersiz uygulamalarında bu parametreler üzerinde olumlu etkileri olduğuna dair görüşler vardır. Bu nedenle **yapmış olduğumuz çalışmanın amacı da**, life kinetik egzersiz uygulamalarının hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylerin dikkat, görsel bellek ve algı **düzeylerini** geliştirip geliştirmede belirlemek ve değerlendirmektir.

YÖNTEM

Araştırma, Manisa ili, Alaşehir ilçesinde ilkököl ve ortaokul düzeyinde eğitim veren kurumda yapıldı. Yarı randomize kontrollü çalışmaya 10-14 yaş arası (n= 4 kız, n= 14 erkek) toplam 18 hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan birey katıldı. Öğrencilerin zihinsel performans ölçümleri ve tanı çalışmaları Manisa Salihli Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğüne yapıldı. Çalışmaya katılan öğrencilerin Wechsler zeka testi sonuçları ortalamaları 50 ile 70 arasındaydı. Çalışmada katılımcılar iki gruba ayrıldı. Deney grubu (n= 2 kız, n= 7 erkek, Yaş= 12.88 ± 1.54 (yıl), Boy= 149.78 ± 8.04 (cm), Vücut ağırlığı= 51.78 ± 8.63 (kg)) ve kontrol grubu (n= 2 kız, n= 7 erkek, Yaş= 11.55 ± 0.88 (yıl), Boy= 143.44 ± 3.61 (cm), Vücut ağırlığı= 39.89 ± 4.62 (kg)).

Araştırmanın Uygulanmasıyla İlgili Alınan İzinler

Bu araştırma, Uşak Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 08/07/2021 tarihinde 2021-148 sayılı onayı alınarak yapılmıştır. Manisa Valiliği İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden 21.02.2022 tarih ve 44043548 sayılı araştırma onayı alınmıştır. Araştırmaya katılan çocuklara uygulanacak olan etkinlikler, ölçekler ve testler hakkında okul idaresine, araştırmaya katılmayı kabul eden öğrenci velilerine ve ilgili öğrencilere bilgi verilmiş ve öğrenci velilerinden gönüllü rıza/onam formu alınmıştır.

Life Kinetik Egzersiz Uygulamaları

Deney grubuna çalışma öncesi bilgilendirme yapıldı. Çalışmaların önemi hakkında çeşitli kaynaklardan görseller sergilendi. Çalışma protokolü kolaydan zora şeklinde planlandı ve 10 hafta süresince artan yüklenme prensibine göre ayarlandı. Life kinetik hareketleri bireysel ve grup olarak, Lutz'un (18) temel hareketleri baz alınarak uygulayıcı tarafından bireylerin ve grubun hazır bulunuşluk durumuna göre uyarlandı. Hazırlanan çalışma planında; toplamda 10 hafta, haftada 1'er gün arayla 3 gün ve çalışma başı 40'ar dakika olarak gerçekleştirildi. Çalışma başlangıcında ve sonunda 5 dakikalık ısınma ve soğuma faaliyetleri uygulandı. Uygulama içi hareket devreleri 5 dakika çalışma 2 dakika dinlenme şeklinde planlandı.

Tablo1. Life Kinetik Egzersiz Programı

1. Hafta	Parmak Sayma	Tek el 5'e kadar parmak sayma ve çift el 10'a kadar parmak sayma
2. Hafta	Öne Sağa Sola Geriye Hareket	Gösterilen renk ile yer değiştirme
3. Hafta	Havaya Top Atıp Yakalama Çalışmaları	Baskın El ile topu atma, Baskın olmayan el ile topu atma
4. Hafta	Top Çalışmaları	Çift el ile topu atma tutma
5. Hafta	Top Çalışmaları	İki el top atılırken renk kartlarından soru sorma
6. Hafta	Top Çalışması Denge	Tercih edilen ayak yerde tercih edilen el ile top atma, Tercih edilen ayak yerde çift el top atma
7. Hafta	Top Atma	Baskın gözü bulma ve baskın göz kapalı iken tercih edilen el ile top atma, Baskın göz kapalı iken çift el top atma ve tercih edilen ayakta durarak tek el top atma
8. Hafta	Hedefe Top Atma Grup Çalışması	Hedefe top atılırken renk kartlarıyla soru sorma, Bireylerin tercih ettikleri el ile birbirlerine duvardan top atma
9. Hafta	Eşli Çalışmalar	Karşılıklı top atma, Baskın göz kapalı iken birbirlerine top atma
10. Hafta	Eşli Çalışmalar	Arkası dönük hedef topu yakalama, Baskın göz kapalı iken arkası dönük hedef topu yakalama

Benton Görsel Bellek ve Algı Testi

Benton görsel bellek testi, her yaş grubuna uygulanabilmektedir. Testin çizim üzerine üç farklı ve eşit düzeyde olarak hazırlanmış formu (C, D, E) ve bu formların uygulanmasına yönelik dört farklı alternatif uygulama yöntemi vardır (A, B, C, D). Testin ek olarak sözel olarak uygulanmasına olanak sağlayan F ve G formları bulunmaktadır. Ayrıca bu formlara yönelik olarak hazırlanmış çoktan seçmeli, tanıma dayalı bir uygulama yöntemi olan (M) bulunmaktadır (14, 15). F ve G formları sözel formlardır ve toplam 15 karttan oluşur. Her bir formun uygulanma süresi yaklaşık 5 dakikadır.

d2 Dikkat Testi (d2 Test of Attention)

Test, 14 satır ve her satırda 47 tane harf, toplamda ise 658 tane harften oluşmaktadır. d2 dikkat testini oluşturan formda "d" ve "p" harfleri kullanılmaktadır. 'd' harflerinden bir kısmının üstünde, altında veya altında ve üstünde birden dörde kadar çizgi bulunmaktadır. Bu çizgilerin yer aldığı konumuna göre de 'd' harfi 16 çeşitten oluşmaktadır. d2 testi uygulanan bireyden sadece iki çizgili 'd' harflerini bulması beklenmektedir. Her bir satıra ayrılan süre 20 saniyedir ve toplamda 8 dakika içinde test tamamlanmaktadır (11).

Frostig Görsel Algılama Testi

Frostig görsel algı testi; beş alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar göz-motor koordinasyonu, şekil zemin ayrımı, şekil sabitliği, mekânda konumun algılanması ve mekansal ilişkilerin algılanmasıdır. Testin uygulanma süresi uygulanan gruba/bireye göre değişmek ile birlikte bireysel olarak 30 ile 40 dakika grup olarak 45 ile 60 dakika arasında sürmektedir. Test 3-9 yaş arasındaki çocuklara uygulanabilmektedir. Özel gereksinimli çocuklarda bireysel uygulama tavsiye edilmektedir.

İstatistiksel Analiz

Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında, SPSS (Versiyon 23, IBM inc.) istatistik paket programı kullanıldı. Normal dağılıma uygunluk Shapiro-Wilk testi ile incelendi. Gruplar arası normal dağılan verilerin karşılaştırılmasında bağımsız iki örnek t testi (Independent Samples T Test) ve normal dağılıma sahip olmayan verilerin karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi kullanıldı. Gruplar içi ön ve son teste göre normal dağılım gösteren verilerin karşılaştırılmasında eşli iki örnek t testi (Paired Samples) ve normal dağılım göstermeyen verilerin karşılaştırılmasında Wilcoxon testi kullanıldı (22). Analiz sonuçları normal dağılan veriler için ortalama \pm s. sapma ve normal dağılmayan nicel veriler için ortanca (minimum-maksimum) şeklinde, kategorik verilerse frekans (yüzde) olarak sunuldu. Önem düzeyi $p < 0.05$ olarak ele alındı.

BULGULAR

Tablo 2. Gruplar arası ve grup içi Benton görsel bellek ve algı test sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist.*	p
Ön test	8.44 \pm 2.79	7.33 \pm 1.58	t=1.04	0.314
Son test	10.00 \pm 2.60	7.56 \pm 1.51	t=2.441	0.030
Test ist.**	t=-6.424	t=-1		
p	0.000	0.347		

Ortalama \pm s. sapma, *Bağımsız iki örnek t test istatistiği, **Eşli iki örnek t test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının Benton görsel bellek ve algı son test ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildi ($p < 0.05$). Deney grubunun ortalaması 10.00 ± 2.60 iken, kontrol grubunun ortalaması 7.56 ± 1.51 olarak elde edildi. Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre Benton görsel bellek ve algı testinin ortalama değerleri istatistiksel olarak farklılık gösterdi ($p < 0.001$). Ön test ortalaması 8.44 ± 2.79 iken, son test ortalaması 10.00 ± 2.60 olarak elde edildi. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre Benton görsel bellek ve algı testinin ortalama değerleri istatistiksel olarak farklılık göstermedi ($p > 0.05$).

Tablo 3. Gruplar arası ve grup içi TN sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist.*	p
--	-------	---------	------------	---

Ön test	415.22 ± 54.40	449.33 ± 108.97	t=-0.84	0.413
Son test	502.44 ± 98.21	479.67 ± 84.65	t=0.527	0.605
Test ist. **	t=-2.756	t=-1.725		
p	0.025	0.123		

Ortalama ± s. sapma, *Bağımsız iki örnek t test istatistiği, **Eşli iki örnek t test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının son test TN ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre TN ortalama değerleri arasında anlamlı fark tespit edildi ($p<0.05$). Ön test ortalaması 415.22 ± 54.40 iken, son test ortalaması 502.44 ± 98.21 olarak elde edildi. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre TN puanı ortalama değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$).

Tablo 4. Gruplar arası ve grup içi E₁ sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist. *	p
Ön test	71.22 ± 34.90	82.44 ± 44.87	t=-0.592	0.562
Son test	95.67 ± 60.74	85.11 ± 45.82	t=0.416	0.683
Test ist. **	t=-1.626	t=-0.4		
p	0.143	0.700		

Ortalama ± s. sapma, *Bağımsız iki örnek t test istatistiği, **Eşli iki örnek t test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının E₁ son test ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre E₁ ortalama değerleri arasında anlamlı fark bulunmadı ($p>0.05$). Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre E₁ ortalama değerleri arasında fark tespit edilmedi ($p>0.05$).

Tablo 5. Gruplar arası ve grup içi E₂ sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist. *	p
Ön test	69.00 (13.00 - 132.00)	84.00 (43.00 - 239.00)	U=26	0.222
Son test	38.00 (0.00 - 140.00)	65.00 (46.00 - 154.00)	U=20	0.077
Test ist. **	Z=-1.007	Z=-0.119		
p	0.314	0.906		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının E₂ son test ortanca değerleri arasında fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre E₂ ortanca değerleri arasında anlamlı fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre E₂ ortanca değerleri arasında fark tespit edilmedi ($p>0.05$).

Tablo 6. Gruplar arası ve grup içi E sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist. *	p
Ön test	39.19 ± 18.59	40.44 ± 12.40	t=-0.167	0.869
Son test	27.04 ± 13.57	36.79 ± 10.04	t=-1.733	0.102
Test ist. **	t=2.334	t=0.716		
p	0.048	0.494		

Ortalama ± s. sapma, *Bağımsız iki örnek t test istatistiği, **Eşli iki örnek t test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının E son test ortalama değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre E ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildi ($p<0.05$). Ön test ortalaması 39.19 ± 18.59 iken, son test ortalaması 27.04 ± 13.57 olarak elde edildi. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre E puanı ortalama değerleri arasında fark tespit edilmedi ($p>0.05$).

Tablo 7. Gruplar arası ve grup içi TN-E sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist. *	p
Ön test	279.22 ± 46.30	262.22 ± 74.48	t=0.582	0.569
Son test	360.33 ± 67.85	307.00 ± 84.77	t=1.474	0.160
Test ist. **	t=-3.808	t=-1.623		
p	0.005	0.143		

Ortalama ± s. sapma, *Bağımsız iki örnek t test istatistiği, **Eşli iki örnek t test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının TN-E son test ortalama değerleri arasında fark bulunmadı ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre TN-E ortalama değerleri arasında anlamlı fark tespit edildi ($p<0.05$). Ön test ortalaması 279.22 ± 46.30 iken, son test ortalaması 360.33 ± 67.85 olarak elde edildi. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre TN-E ortalama değerleri arasında fark tespit edilmedi ($p>0.05$).

Tablo 8. Gruplar arası ve grup içi CP sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist.	p
Ön test	110.00 (59.00 - 159.00)	75.00 (22.00 - 200.00)	U=25	0.19
Son test	202.00 (91.00 - 225.00)	137.00 (-7.00 - 224.00)	U=21	0.094
Test ist.	Z=-2.429	Z=-0.889		
p	0.015	0.374		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının CP son test ortanca değerleri arasında anlamlı fark bulunmadı ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre CP ortanca değerleri anlamlı farklılık gösterdi ($p<0.05$). Ön test ortancası 110.00 (59.00 - 159.00) iken, son test ortancası 202.00 (91.00 - 225.00) olarak elde edildi. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre CP ortanca değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmedi ($p>0.05$).

Tablo 9. Gruplar arası ve grup içi FR sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist.	p
Ön test	21.00 (19.00 - 34.00)	17.00 (10.00 - 28.00)	U=21	0.094
Son test	17.00 (7.00 - 42.00)	19.00 (14.00 - 27.00)	U=27.5	0.258
Test ist.	Z=-1.481	Z=-0.594		
p	0.139	0.553		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının FR son test ortanca değerleri anlamlı farklılık göstermedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre FR ortanca değerleri arasında anlamlı fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre FR ortanca değerleri arasında farklılık bulunmadı ($p>0.05$).

Tablo 10. Gruplar arası ve grup içi göz-motor koordinasyon sonuçlarının karşılaştırılması

	<i>Deney</i>	<i>Kontrol</i>	<i>Test ist.*</i>	<i>p</i>
<i>Ön test</i>	22.22 ± 4.24	26.89 ± 2.80	<i>t</i> =-2.756	0.014
<i>Son test</i>	26.44 ± 2.30	26.00 ± 2.12	<i>t</i> =0.426	0.675
<i>Test ist.**</i>	<i>t</i> =-4.235	<i>t</i> =1.101		
<i>p</i>	0.003	0.303		

*Ortalama ± s. sapma, *Bağımsız iki örnek t test istatistiği, **Eşli iki örnek t test istatistiği*

Gruplara göre göz-motor koordinasyonu son test ortalama değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre göz-motor koordinasyonu ortalama değerleri arasında farklılık tespit edildi ($p<0.05$). Ön test ortalaması 22.22 ± 4.24 iken son test ortalaması 26.44 ± 2.30 olarak elde edilmiştir. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre göz-motor koordinasyonu ortalama değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$).

Tablo 11. Gruplar arası ve grup içi şekil zemin ayırımı sonuçlarının karşılaştırılması

	<i>Deney</i>	<i>Kontrol</i>	<i>Test ist.</i>	<i>p</i>
<i>Ön test</i>	16.00 (5.00 - 19.00)	19.00 (7.00 - 20.00)	<i>U</i> =21.5	0.094
<i>Son test</i>	18.00 (3.00 - 20.00)	15.00 (7.00 - 20.00)	<i>U</i> =33.5	0.546
<i>Test ist.</i>	<i>Z</i> =-1.97	<i>Z</i> =-1.461		
<i>p</i>	0.049	0.144		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Gruplara göre şekil zemin ayırımı son test ortanca değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre şekil zemin ayırımı ortanca değerleri arasında anlamlı fark tespit edildi ($p<0.05$). Ön test ortancası 16.00 (5.00 - 19.00) iken son test ortancası 18.00 (3.00 - 20.00) olarak elde edilmiştir. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre şekil zemin ayırımı ortanca değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$).

Tablo 12. Gruplar arası ve grup içi şekil sabitliğinin algılaması sonuçlarının karşılaştırılması

	<i>Deney</i>	<i>Kontrol</i>	<i>Test ist.*</i>	<i>p</i>
<i>Ön test</i>	6.78 ± 5.40	6.11 ± 2.15	<i>t</i> =0.344	0.738
<i>Son test</i>	9.33 ± 2.18	7.56 ± 2.19	<i>t</i> =1.728	0.103
<i>Test ist.**</i>	<i>t</i> =-1.886	<i>t</i> =-1.606		
<i>p</i>	0.096	0.147		

*Ortalama ± s. sapma, *Bağımsız iki örnek t test istatistiği, **Eşli iki örnek t test istatistiği*

Gruplara göre şekil sabitliğinin algılaması son test ortalama değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre şekil sabitliğinin algılaması ortalama değerleri arasında anlamlı fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre şekil sabitliğinin algılaması ortalama değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$).

Tablo 13. Gruplar arası ve grup içi mekanda konumun algılaması sonuçlarının karşılaştırılması

	<i>Deney</i>	<i>Kontrol</i>	<i>Test ist.</i>	<i>p</i>
--	--------------	----------------	------------------	----------

Ön test	6.00 (3.00 - 8.00)	6.00 (4.00 - 7.00)	U=31	0.436
Son test	6.00 (5.00 - 8.00)	5.00 (3.00 - 8.00)	U=24	0.161
Test ist.	Z=-1.179	Z=-0.176		
p	0.238	0.860		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Gruplara göre mekanda konumun algılaması son test ortanca değerleri arasında anlamlı fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre mekanda konumun algılaması ortanca değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$). Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre mekanda konumun algılaması ortanca değerleri arasında anlamlı fark bulunmadı ($p>0.05$).

Tablo 14. Gruplar arası ve grup içi mekan ilişkilerinin algılaması sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist.	p
Ön test	5.00 (0.00 - 7.00)	6.00 (2.00 - 7.00)	U=28.5	0.297
Son test	5.00 (0.00 - 7.00)	6.00 (2.00 - 7.00)	U=39	0.931
Test ist.	Z=-0.577	Z=-0.997		
p	0.564	0.319		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının mekan ilişkilerinin algılaması son test ortanca değerleri arasında anlamlı farklılık tespit edilmedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre mekan ilişkilerinin algılaması ortanca değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$). Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre mekan ilişkilerinin algılaması ortanca değerleri farklılık göstermedi ($p>0.05$).

Tablo 15. Gruplar arası ve grup içi Frostig görsel algı toplam puan sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist. *	p
Ön test	54.22 ± 14.90	60.67 ± 8.00	t=-1.143	0.270
Son test	63.33 ± 12.60	57.78 ± 9.35	t=1.062	0.304
Test ist. **	t=-3.814	t=1.642		
p	0.005	0.139		

Ortalama ± s. sapma, *Bağımsız iki örnek t test istatistiği, **Eşli iki örnek t test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının Frostig görsel algı toplam son test ortalama değerleri arasında anlamlı fark tespit edilmedi ($p>0.05$). Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre Frostig görsel algı toplam ortalama değerleri farklılık göstermektedir ($p<0.05$). Ön test ortalaması 54.22 ± 14.90 iken, son test ortalaması 63.33 ± 12.60 olarak elde edilmiştir. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre Frostig görsel algı toplam ortalama değerleri farklılık göstermemektedir ($p>0.05$).

TARTIŞMA

Görsel ve işitsel algıları zayıf olan zihin yetersizliği olan çocuklar çoğu şeyleri hatırlarken zorlanmaktadır. Uzun ve kısa süreli belleklerinde sorunlar görülen bu çocukların bellekle ilgili yaşadıkları sorunlara bakıldığında bilginin kısa süreli bellekten uzun süreli belleğe aktarılmasında yaşanan zorluklar gelmektedir (16). Algılama, zihinsel bir

süreçtir ve tüm duyguların bellek ve dikkat ile harmanlanmasıyla anlamlandırılır (17). Araştırmamızda hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylerin görsel bellek-algı düzeylerini ölçmek için Benton görsel bellek ve Frostig görsel algı testi, dikkat düzeylerini ölçmek için d2 dikkat testi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular literatür ile desteklenmiştir. Benton görsel bellek ve algı testinde 10 haftalık life kinetik egzersiz uygulamaları sonucunda gruplara göre son test ortalama değerleri farklılık göstermektedir ($p<0.05$). Benzer şekilde Korkusuz ve Top (2021) 14 haftalık dikkat eğitimi ve fiziksel etkinlik uygulamalarının zihin yetersizliği olan öğrencilerin motor beceri, görsel bellek algı ve dikkat düzeylerine olan etkisini incelemiştir. Araştırma deney grubu (5 kız, 6 erkek) ve kontrol grubu (7 kız, 4 erkek) olarak iki grup halinde ele alınmış, araştırmada deney grubuna 14 hafta boyunca haftada 2 gün 40 dk. dikkat eğitimi ve 60 dk. hareket eğitimi verilmiştir. Kontrol grubu için ise herhangi bir çalışma yaptırılmamıştır. Deney başlangıcında, ortasında ve sonunda yapılan ölçümler sonucunda benton görsel bellek ve algı parametrelerinde grup zaman ilişkisinde anlamlı bir fark bulunmuştur. Gruplar arasında farklar incelendiğinde; yine istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre yapılan çalışmaların benton görsel bellek sonuçlarını deney grubu lehine olumlu yönde etkilediği bildirilmiştir (4). Başka bir çalışmada Coşkun (2019), dans egzersizlerine bağlı denge ve dikkat özelliğini incelediği çalışmada; 12 hafta boyunca deney grubu üniversite öğrencilerine haftada 1 gün 3 saat boyunca dans egzersiz çalışmaları yaptırılmış kontrol grubuna ise herhangi bir çalışma yaptırılmamıştır. Deney bitiminde yapılan son test sonuçlarına göre dans egzersizi yapan deney grubunun toplam dikkat puanları istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmışken ($p<0.05$) kontrol grubunda ise anlamlı bir değişim tespit edilememiştir (18). Büyüктаş (2021) tenis branşında life kinetik egzersizlerinin motorsal beceri ve bilişsel beceriler üzerindeki etkilerini incelediği çalışmasına deney grubuna 12 hafta boyunca tenis antrenmanları öncesi haftada 3 gün 90 dk. life kinetik egzersizleri uygulanmış, kontrol grubuna ise sadece tenis antrenmanları uygulanmıştır. Son test sonuçlarına göre gruplar arası CP puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$), fakat rakamsal olarak deney grubu lehine bir farkın olduğu görülmüştür (19). Yaman (2021) ilköğretim birinci sınıfına devam eden öğrencilerin görsel algı düzeylerine frostig görsel algı eğitiminin etkisini incelediği çalışmasına deneye katılan öğrencilere toplam 24 hafta, haftada 1 gün ve 1 ders saati Frostig gelişimsel görsel algı eğitimi verilmiş, kontrol grubuna herhangi bir eğitim verilmemiştir. Sonuçlar incelendiğinde; deney grubu lehine göz motor koordinasyonu puan türünde deney ve kontrol grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$) (20). Özat (2010), öğrenme güçlüğü yaşayan çocuklarda frostig görsel algı eğitiminin etkisini incelediği çalışmada deney grubuna 16 hafta, haftada 2 gün 1'er saat Frostig görsel algı eğitim programı uygulamış, kontrol grubuna herhangi bir uygulama yapmamıştır. Yapılan istatistiksel değerlendirme sonucu deney ve kontrol gruplarının göz motor koordinasyonu sonuçları istatistiksel olarak anlamlı farklılık oluşturmuştur ($p<0.05$) (21).

Araştırmamızda hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylere Benton Görsel Bellek, d2 Dikkat Testi ve Frostig Görsel Algı testleri uygulanmıştır. Elde edilen bulgular incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarının Benton görsel bellek ve algı son test değerleri arasında anlamlı fark bulunurken ($p<0.05$), işlenen toplam madde sayısı (TN), atlanan doğru harf sayısı (E_1), yanlış işaretlenen harf sayısı (E_2), ham hata puanı (E), işlenen toplam madde sayısı-ham hata puanı (TN-E), dalgalanma oranı (FR), konsantrasyon performansı (CP), göz-motor koordinasyonu, şekil

zemin ayırımı, şekil sabitliğinin algılaması, mekanda konumun, mekan ilişkilerinin algılaması ve Frostig görsel algı toplam değerleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Deney grubu ön ve son teste göre Benton görsel bellek, TN, E, TN-E, CP, göz-motor koordinasyonu, şekil zemin ayırımı ve Frostig görsel algı toplam değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilirken ($p<0.05$), diğer parametrelerde fark gözlenmemiştir ($p>0.05$). Kontrol grubu ön ve son teste göre tüm parametrelerde anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Çalışmamızda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmese, deney ve kontrol grupları arasında rakamsal olarak artış görülmektedir. Aynı zamanda çalışmaya katılan çocukların ailelerinden ve sınıf öğretmenlerinden alınan geri dönütlerde çocukların agresiflik seviyelerinde azalma, sosyalleşme ve duygu değişimlerinde olumlu etkilerin gözlemlendiği bildirilmiştir. Bu egzersizlerin daha uzun sürelerle yayılarak ve uygulama sayısının artırılarak yapılması ile bireylerin görsel bellek, algı ve dikkat gelişimlerine daha çok katkı sağlayacağı söylenebilir.

Sonuç olarak; hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylerin başlıca problemleri arasında dikkat, algı ve hafıza ile ilgili sorunlar ön planda yer almaktadır. Bireylerde fiziksel gelişimin dışında sosyal, duygusal, bilişsel gelişim de oyun ve sporla daha rahat kazanılabilmektedir. Bireyler yaşlarının artmasıyla birlikte sayılan alanlarda da gelişimlerini sürdürürler. Bu gelişimin hızı, zihin yetersizliği bulunan bireylerin oyun, fiziksel aktivite veya bir spor dalına yönlendirilmesiyle artabilmektedir. Araştırmamızın sonucunda 10 haftalık life kinetik antrenmanlarının hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylerin görsel bellek, dikkat ve görsel algı becerilerine olumlu yönde etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylere spor etkinliklerinin yanı sıra life kinetik egzersizleri uygulaması düzenli olarak yapıldığında görsel bellek, algı ve dikkat becerilerine olumlu yönde etkisi olabilir.

KAYNAKLAR

1. Yaman, T. (2015). Beden Eğitimi ve Oyunun Hafif Düzey Zihinsel Engelli Bireylerin Sosyal Beceri Kazanımları Üzerine Etkisinin Araştırılması. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Burdur:Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi.
2. Çağdaş Toplum Yaşam ve Özürlüler Komisyon Raporları Genel Kurul Görüşmeleri. (1999). Özürlüler Şurası Raporları.
3. Taub, D., & Foster, M. (2020). Inclusion and Intellectual Disabilities: A Cross Cultural Review of Descriptions. International Electronic Journal of Elementary Education, 12(3), 275–281. <https://doi.org/10.26822/iejee.2020358221>
4. Korkusuz, S., & Top, E. (2021). Does The Combination of Physical Activity and Attention Training Affect The Motor Skills and Cognitive Activities of Individuals with Mild Intellectual Disability? International Journal of Developmental Disabilities, 0(0), 1–9. <https://doi.org/10.1080/20473869.2021.1995640>.
5. Kaya, M. A. (2021). Lise Öğrencilerinde Kompleks Motor Hareketleri Eğitiminin Bazı Motorik Becerilere Etkisi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Malatya:İnönü Üniversitesi.
6. Lutz, H. (2014). Life Kinetik (Issue November). Meyer & Meyer Verlag.
7. Peker, A. T. (2017). Life Kinetik Antrenmanlarının Bilişsel İşlemler Üzerine Etkisi. Sağlık Bilimleri

- Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Kütahya:Dumlupınar Üniversitesi.
8. Damlar, Z. F. (2019). 10 Haftalık Egzersiz Programının Otistik Çocukların Motor Becerileri Üzerine Etkisi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Konya:Selçuk Üniversitesi.
 9. Uzuner, F. G. (2020). Dehb Tanılı İlkokul Öğrencilerinin Dikkat, Üst Bilişsel Farkındalık Ve Problem Çözme Becerilerinin Geliştirilmesinde Oryantiringin Etkisinin İncelenmesi. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Trabzon:Trabzon Üniversitesi.
 10. Özer, D. (2005). Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor. Nobel Yayın Dağıtım.
 11. Brickenkamp, R., & Zillmer, E. (1998). The d2 Test of Attention. In Hogrefe & Huber Publishers.
 12. Benton, A. L.1974.Benton visual retention test. Revised visualretention test manual. New York: Psychological Corporation
 13. Frostig, Marianne. (1964). Developmental Test of Visual Perception, Palo Alto, CA: ConsultingPsychologists Pres.
 14. Yurdakul, N. A., Çamlıyer, H., Çamlıyer, H., Karabulut, N., & Soytürk, M. (2012). Sekiz Yaş Grubu Çocuklarda Hareket Eğitiminin Dikkat ve Hafıza Gelişimine Etkileri. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 14(1), 103–108. <https://www.acarindex.com/dosyalar/makale/acarindex-1423931849.pdf>
 15. Babayeva, G. (2020). İlkokul Dördüncü Sınıf Öğrencilerinin Görsel Algı Düzeyleri ile Yazım Hatalarının İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Antalya:Akdeniz Üniversitesi.
 16. Winnick, J. P., & Porreta, D. L. (2017). Adapted Physical Education and Sport (J. P. Winnick & D. L. Porreta (Eds.); 6th ed.). Human Kinetics
 17. Metin, Ş., & Aral, M. (2013). Motor beceriden bağımsız görsel algı testi-3: Geçerlik güvenilirlik çalışması. Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4(2), 57–72.
 18. Coşkun, Y. (2019). Dans Egzersizine Bağlı Denge ve Dikkat Özelliğinin İncelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rekreasyon Anabilim Dalı, Yüksek Lisans, Muğla:Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi.
 19. Büyüктаş, B. (2021). 10- 14 Yaş Grubu Tenisçilerde Life Kinetik Egzersizlerinin Bilişsel ve Motorsal Beceriler Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi (Adana İli Örneği). Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Adana:Çukurova Üniversitesi.
 20. Yaman, S. (2021). İlköğretim Birinci Sınıf Öğrencilerinin Görsel Algılama Düzeylerine Frostig Gelişimsel Görsel Algı Eğitim Programının Etkisi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Güzel Sanatlar Eğitimi Anabilim Dalı, Resim-İş Eğitimi Bilimdalı, Yüksek Lisans Tezi, Bursa:Bursa Uludağ Üniversitesi.
 21. Erdem Özat, N. (2010). Öğrenme Güçlüğü Yaşayan Çocuklarda Frostig Görsel Algı Eğitim Programının Etkisi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Özel Eğitim Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Bolu:Abant İzzet Baysal Üniversitesi.

LİFE KİNETİK UYGULAMALARININ HAFİF DÜZEYDE ZİHİN YETERSİZLİĞİ BULUNAN BİREYLERİN KOORDİNASYON VE DENGİ BECERİLERİNE ETKİSİ

Nihat ÖZŞENGEZER¹, Elif TOP²

¹ Uşak Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü,
Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı, Uşak, Türkiye.

² Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Burdur, Türkiye.

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada, life kinetik egzersiz uygulamalarının hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylerin koordinasyon ve denge becerilerine etkisi incelendi. **Yöntem:** Araştırma, deneysel araştırma tipinde yarı randomize kontrollü bir çalışmadır. Araştırmaya hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan 10-14 yaş arası (n=4 kız, n=14 erkek) toplam 18 ortaokul öğrencisi (deney grubu, n= 9; kontrol grubu, n= 9) katıldı. Deney grubuna 10 hafta, haftada 3 gün (40 dk./3 gün/10 hafta), life kinetik egzersizleri uygulanırken, kontrol grubuna günlük yaşantıları dışında herhangi bir uygulama yaptırılmadı. Koordinasyon ve denge becerilerinin değerlendirilmesinde ölçme aracı olarak Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlilik Testi-İkinci Versiyonu (BOT-2, 2005) alt testlerinden olan el-kol koordinasyonu, çift yönlü koordinasyon ve denge testleri kullanıldı. Veriler SPSS (Versiyon 23, IBM inc.) programı ile analiz edildi. Normal dağılıma uygunluk Shapiro-Wilk testi ile incelendi. Gruplar arası verilerin karşılaştırılması Mann-Whitney U testiyle, gruplar içi ön ve son teste göre verilerin karşılaştırılmasında Wilcoxon testi kullanıldı. **Bulgular:** Deney ve kontrol gruplarının çift yönlü koordinasyon, el-kol koordinasyonu ve denge son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur (p<0.05). Deney grubu ön ve son teste göre çift yönlü koordinasyon, el-kol koordinasyonu, denge değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildi (p<0.05). Kontrol grubu ön ve son teste göre çift yönlü koordinasyon değerinde anlamlı fark tespit edilirken (p<0.05), diğer parametrelerde anlamlı bir fark bulunmamıştır (p>0.05). **Sonuç:** Sonuç olarak, hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylerde life kinetik egzersiz uygulamalarının düzenli olarak yaptırılması bireylerin koordinasyon ve denge beceri gelişimlerine pozitif yönde etki ettiği belirlendi. Bu egzersizlerin daha uzun sürelerle yayılarak ve uygulama sayısının artırılarak yapılması ile bireylerin koordinasyon ve denge beceri gelişimlerine daha fazla katkı sağlanabilir.

Anahtar Kelimeler: Denge, Koordinasyon, Life kinetik egzersiz, Zihin yetersizliği, BOT-2

The Effects Of Life Kinetik Exercises On Coordination And Balance Skills Of Individuals With Mild Intellectual Disabilities

Aim: In this study, the effects of life kinetic exercises on the coordination and balance skills of individuals with mild intellectual disability (MID) were investigated. **Methods:** The study is a semi-randomized controlled study in the experimental research type. A total of 18 secondary school students (experimental group, n= 9; control group, n=9) aged 10-14 years (n=4 girls, n=14 boys) with MID participated in the study. While life kinetic exercises were applied to the experimental group for 10 weeks, 3 days a week (40 minutes/3 days/10 weeks), the control group did not have any application other than their daily life. Upper-limb coordination, bilateral coordination and balance tests, which are subtests of Bruininks-Oseretsky Motor Proficiency Test Second Version (BOT-2, 2005), were used as measurement tools in the evaluation of coordination and balance skills. Data were analyzed with SPSS (Version 23, IBM inc.) program. The conformity to the normal distribution was evaluated using the Shapiro-Wilk test. Comparison of data between groups with Mann-Whitney U test and Wilcoxon test was used to compare the data according to the pre-test and post-test within the groups. **Results:** A statistically significant

difference was found between the two-way coordination, hand-arm coordination and balance post-test values of the experimental and control groups ($p<0.05$). A statistically significant difference was found between the bilateral coordination, upper-limb coordination and balance values in the experimental group compared to the pre and post-test ($p<0.05$). While a significant difference was found in the bilateral coordination value in the control group compared to the pre-test and post-test ($p<0.05$), no significant difference was found in other parameters ($p>0.05$). **Conclusions:** As a result, it was determined that regular practice of life kinetic exercises in individuals with mild intellectual disability had a positive effect on the development of coordination and balance skills. By spreading these exercises over longer periods and increasing the number of applications, more contribution can be made to the coordination and balance skill development of individuals.

Keywords: Balance, Coordination, Life kinetic exercises, Intellectual disability, BOT-2

GİRİŞ

Yetersizlik; bireylerde görme, işitme, konuşma, ortopedik sıkıntılardan, zihinsel yetersizliğe kadar uzanan çok geniş çeşitlilik göstermektedir (1). Yetersizlik, karmaşık, dinamik ve tartışmalı bir olgudur. Yetersizlik tanımı aslen bir çatı terimdir (2). Zihinsel yetersizlik, doğumdan itibaren erken dönemlerde başlayan, zekâ ve iletişim, öz bakım, sosyallik gibi alanlarda uyum davranışlarında bozulmalara neden olan bir yetersizlik türüdür (3). Zaman içinde zekâ geriliği, zihinsel engel ve zihinsel özür gibi ifadelerle de tanımlanmaya çalışılmıştır. Bu tanımlamalar farklı kültürler arasında da farklılıklar gösterebilmektedir (4). Dünya Sağlık Örgütü'nün 2011'de yayınladığı rapora göre dünya nüfusunun yaklaşık %15'i yetersizliği olan bireylerden oluşmakta, bu da yaklaşık 1 milyardan fazla özel gereksinimli birey anlamına gelmektedir (2). Zihinsel yetersizlik ile ilgili farklı zamanlarda farklı bilim insanlarının farklı terimler oluşturularak sınıflandırılmaları yapılmıştır. Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM-5) göre son yapılan tanım zihinsel yetersizliği bulunan birey (anlık/entellektüel yeti yitimi) olarak alan yazında kabul görmektedir (5). Eğitsel programlara gösterilen önemin artmasıyla beraber son zamanlarda kabul edilen hususlar, zihinsel yetersizliği bulunan bireylerin eğitsel özellikleri ve gereksinimleri dikkate alınarak bir eğitsel sınıflandırma tanımlaması yapılmıştır. Hafif düzey zihinsel yetersizliğe sahip bireyler için 'eğitilebilir', orta düzey zihinsel yetersizliğe sahip bireyler için 'öğretilebilir', ağır düzey zihinsel yetersizliğe sahip bireyler için 'ağır' ve çok ağır düzey zihinsel yetersizliğe sahip bireyler için 'ileri derecede ağır' terimleri kullanılmaya başlanmıştır (6,7). Hafif düzey zihinsel yetersizliği bulunan çocukların ortalama zeka puanları 50 ile 70 puan arasındadır (8). Bu çocuklar eğitsel tanılamada "Eğitilebilir Zihin Yetersizliğine Sahip Birey" ve psikolojik tanılamada "Hafif Düzey Zihin Yetersizliğine Sahip Birey" olarak sınıflandırılırlar. Bu bireylerin çoğu eğitim öğretim hayatına başladıktan sonra tanılama almaktadırlar (9). Bu grup tüm zeka yetersizlikleri bulunan bireylerin % 85'ini oluşturmaktadır (10). Akademik performansları düşüktür ve sosyalleşme konusunda akranlarından geri durumdadırlar. Günlük ihtiyaçlarını, kendi öz bakımlarını karşılayabilmektedirler (11,12). Zihinsel yetersizliği bulunan çocukların daha iyi anlaşılabilmesi, eksikliklerinin belirlenebilmesi ve giderilmesi yönünde yardımın sağlanabilmesi için, daha üretken olabilmeleri ve sağlıklarını koruyabilmeleri için fiziksel uygunluk seviyelerinin de yeterli düzeyde olması çok önemlidir (13,20).

Günlük hayatta hareketlerimizin çoğunun gerçekleşebilmesi için doğru postürün sağlanması, dengenin kurulabilmesi ve çevikliğin geliştirilmesi gerekmektedir (14). Spor, insanların kas ve sinir sistemini, zihinsel ve

fiziksel tepkilerini, vücudun fizyolojik ve metabolik gelişimini desteklemektedir. Aynı zamanda da rehabilitasyon özelliği göstermektedir (15). Spor geçmişi olmayan birey egzersize başladığında çalışan kaslarında yaralanma veya ağrı oluşumu gözlenebilmektedir. Fakat bu egzersizleri düzenli gerçekleştirdiği zaman uyum ortaya çıkar ve gelişim daha kuvvetli olur (16). Bireylerin eğlenerek faaliyette bulunmasını sağlayan Life Kinetik egzersizleri ile bireylerin çeşitli görsel uyaranlar ve koordineli hareketler yaparak yeni sinapslar oluşmasına yardımcı olur. Böylelikle beyinin gelişimini sağlar ve yeni bağlar oluşturulur. Bunların sonucunda daha fazla nöral bağa sahip beyin öğrenme kapasitesi artar. Her geçen gün farklılaşan yaşam koşullarında artık hepimizin zihinsel olarak çabuk ve doğru karar verebilme ve anında harekete geçirme yetisi gittikçe önem arz etmektedir. Bu yetileri geliştirmek amacıyla beyin çalışma prensibini ön planda bulunduran Life Kinetik egzersiz çeşidi oluşturulmuştur. Bu egzersiz çeşidinde beyin alışkın olmadığı karmaşık motor hareketler ile beynimizin iki lobunu da harekete katmak, beynimizde yeni sinir yolları oluşturmak, karmaşık becerileri öğretmek ve bu becerileri geliştirmek hedeflenmektedir (17). Karmaşık ve birbirinden farklı hareketlerden oluşan Life Kinetik egzersizleri fiziksel performansın yanı sıra yaşam boyu öğrenme olgusuyla da ilişkilendirilir. Life Kinetik egzersizleri üzerine çalışmaları olan Lutz (2011), life kinetiğin ele aldığı egzersiz programı ile fiziksel, mental ve sağlık yönünden önemli olduğunu bildirmiştir. Genel olarak life kinetik çalışmalarını incelediğimizde, psikolojik olarak bir rahatlık hissi vermesi, stresi azaltan yönünün olması, iyi bir bellek ve hafıza için yardımcı olması söylenebilir. Bunların yanı sıra kaliteli geçirilen öğrenme süreci, hem fiziksel hem de zihinsel gelişim süreçlerini ilerletmesi ve çeşitli uygulamalarda daha az hata yapma oranlarına erişme gibi kıstaslarda önemli katkısı olduğu söylenebilir (18). Sportif etkinliklere katılmak bireylerin kas yapısının güçlenmesinde, koordinasyon ve denge gelişiminde, solunum-dolaşım sisteminin gelişimi gibi farklı alanlarda yarar sağlamaktadır (19).

Zihinsel yetersizliği bulunan bireyler akranlarına göre kas zayıflığı göstermektedir. Kas zayıflığına bağlı olarak denge ve koordinasyon eksikliği yaşayan zihinsel yetersizliği olan bireyin yaşamı olumsuz etkilenmekte ve günlük işlerini yapmakta zorlanmaktadır. Bu durumda onların yaşam kalitesini doğrudan etkilemektedir. **Yapmış olduğumuz çalışmanın amacı da**, life kinetik egzersiz uygulamalarının hafif düzeyde zihin yetersizliği bulunan bireylerin koordinasyon ve denge becerilerini geliştirip geliştirmediğini belirlemek ve değerlendirmektir.

YÖNTEM

Araştırma, Manisa ili, Alaşehir ilçesinde ilkokul ve ortaokul düzeyinde eğitim veren kurumda yapıldı. Yarı randomize kontrollü çalışmaya 10-14 yaş arası (n=4 kız, n=14 erkek) toplam 18 hafif düzeyde zihinsel yetersizliği olan birey katıldı. Öğrencilerin zihinsel performans ölçümleri ve tanı çalışmaları Manisa Salihli Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğüne yapıldı ve Wechler zeka testi sonuçları ortalamaları 50 ile 70 arasındaydı. Araştırmaya katılan bireyler deney (n= 2 kız, n= 7 erkek, Yaş= 12.88 ± 1.05 (yıl), Boy= 149.78 ± 8.04 (cm), Vücut ağırlığı= 51.78 ± 8.63 (kg)) ve kontrol gruplarına (n=2 kız, n=7 erkek, Yaş= 11.55±0.88 (yıl), Boy= 143.44 ± 3.61 (cm), Vücut ağırlığı= 39.89 ± 4.62 (kg)) ayrıldılar.

Araştırmanın Uygulanmasıyla İlgili Alınan İzinler

Bu araştırma, Uşak Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulundan 08/07/2021 tarihinde 2021-148 sayılı onayı alınarak yapılmıştır. Manisa Valiliği İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden 21.02.2022 tarih ve 44043548 sayılı araştırma onayı alınmıştır. Araştırmaya katılan çocuklara uygulanacak olan etkinlikler, ölçekler ve testler hakkında okul idaresine, araştırmaya katılmayı kabul eden öğrenci velilerine ve ilgili öğrencilere bilgi verilmiş ve öğrenci velilerinden gönüllü rıza/onam formu alınmıştır.

Life Kinetik Egzersiz Uygulamaları

Deney grubuna çalışma öncesi bilgilendirme yapıldı. Çalışmaların önemi hakkında çeşitli kaynaklardan görseller sergilendi. Çalışma protokolü kolaydan zora şeklinde planlandı ve 10 hafta süresince artan yüklenme prensibine göre ayarlandı. Life kinetik hareketleri bireysel ve grup olarak, Lutz'un (18) temel hareketleri baz alınarak uygulayıcı tarafından bireylerin ve grubun hazır bulunuşluk durumuna göre uyarlandı. Hazırlanan çalışma planında; toplamda 10 hafta, haftada 1er gün arayla 3 gün ve çalışma başı 40'ar dakika olarak gerçekleştirildi. Çalışma başlangıcında ve sonunda 5 dakikalık ısınma ve soğuma faaliyetleri uygulandı. Uygulama içi hareket devreleri 5 dakika çalışma 2 dakika dinlenme şeklinde planlandı.

Tablo 1. Life Kinetik Egzersiz Programı

1. Hafta	Parmak Sayma	Tek el 5'e kadar parmak sayma ve çift el 10'a kadar parmak sayma
2. Hafta	Öne, Sağa ,Sola ve Geriye Hareket	Gösterilen renk ile yer değiştirme
3. Hafta	Havaya Top Atıp Yakalama Çalışmaları	Baskın el ile topu atma, Baskın olmayan el ile topu atma
4. Hafta	Top Çalışmaları	Çift el ile topu atma tutma
5. Hafta	Top Çalışmaları	İki el top atılırken renk kartlarından soru sorma
6. Hafta	Top Çalışması Denge	Tercih edilen ayak yerde tercih edilen el ile top atma, Tercih edilen ayak yerde çift el top atma
7. Hafta	Top Atma	Baskın gözü bulma ve baskın göz kapalı iken tercih edilen el ile top atma, Baskın göz kapalı iken çift el top atma ve tercih edilen ayakta durarak tek el top atma
8. Hafta	Hedefe Top Atma -Grup Çalışması	Hedefe top atılırken renk kartlarıyla soru sorma, bireylerin tercih ettikleri el ile birbirlerine duvardan top atma
9. Hafta	Eşli Çalışmalar	Karşılıklı top atma, baskın göz kapalı iken birbirlerine top atma
10. Hafta	Eşli Çalışmalar	Arkası dönük hedef topu yakalama, baskın göz kapalı iken arkası dönük hedef topu yakalama

Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlilik Testi-İkinci Versiyonu (BOT-2)

Testin uzun formunun uygulanma süresi bir birey için 40-60 dakika arasındadır. BOT-2 toplamda 8 alt test grubu ve 53 maddeden oluşmaktadır. Her alt test, farklı becerileri ölçmeyi amaçlamaktadır. Bu alt testlerden 3'ü ince motor yetileri, 4 tanesi kaba motor yetileri, 1'i ise hem kaba hem de ince motor yetileri ölçmeyi amaçlamaktadır (21). Çalışmamızda BOT-2 alt testlerinden çift yönlü koordinasyon, denge ve el-kol koordinasyon testlerinin tamamı kullanıldı.

İstatistiksel Analiz

Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında, SPSS (Versiyon 23, IBM inc.) istatistik paket programı kullanıldı. Normallik dağılımına uygunluk Shapiro-Wilk testi ile incelendi. Gruplar arası verilerin karşılaştırılması Mann-Whitney U testiyle, gruplar içi ön ve son teste göre verilerin karşılaştırılmasında Wilcoxon testi kullanıldı (22). Analiz sonuçları normal dağılan veriler için ortalama \pm s. sapma ve normal dağılmayan nicel veriler için ortanca (minimum maksimum) şeklinde, kategorik verilerse frekans (yüzde) olarak sunuldu. Önem düzeyi $p < 0.05$ olarak ele alındı.

BULGULAR

Tablo 2. Gruplar arası ve grup içi çift yönlü koordinasyon sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist.	p
Ön test	16.00 (8.00 - 18.00)	16.00 (12.00 - 17.00)	U=30.5	0.387
Son test	21.00 (11.00 - 24.00)	17.00 (14.00 - 18.00)	U=9	0.004
Test ist.	Z=-2.701	Z=-2.588		
p	0.007	0.010		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının çift yönlü koordinasyon son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Deney grubunun ortancası 21.00 (11.00 - 24.00) iken, kontrol grubunun ortancası 17.00 (14.00 - 18.00) olarak elde edildi. Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre çift yönlü koordinasyon değerleri arasında fark tespit edildi ($p < 0.05$). Ön test ortancası 16.00 (8.00 - 18.00) iken, son test ortancası 21.00 (11.00 - 24.00) olarak elde edildi. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre çift yönlü koordinasyon değerleri farklılık gösterdi ($p < 0.05$). Ön test ortancası 16.00 (12.00 - 17.00) iken son test ortancası 17.00 (14.00 - 18.00) olarak elde edildi.

Tablo 3. Gruplar arası ve grup içi el-kol koordinasyonu sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist.	p
Ön test	26.00 (13.00 - 36.00)	24.00 (15.00 - 32.00)	U=31	0.436
Son test	38.00 (23.00 - 39.00)	27.00 (20.00 - 36.00)	U=7	0.002
Test ist.	Z=-2.67	Z=-1.684		
p	0.008	0.092		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının el-kol koordinasyonu son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildi ($p < 0.05$). Deney grubunun ortancası 38.00 (23.00 - 39.00) iken kontrol grubunun ortancası 27.00 (20.00 - 36.00) olarak elde edildi. Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre el-kol koordinasyonu değerleri arasında anlamlı fark tespit edildi ($p < 0.05$). Ön test ortancası 26.00 (13.00 - 36.00) iken son test ortancası 38.00

(23.00 - 39.00) olarak elde edildi. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre el-kol koordinasyonu değerleri arasında fark tespit edilmedi ($p>0.05$).

Tablo 4. Gruplar arası ve grup içi denge sonuçlarının karşılaştırılması

	Deney	Kontrol	Test ist.	p
Ön test	27.00 (9.00 - 33.00)	26.00 (16.00 - 28.00)	U=23	0.136
Son test	35.00 (17.00 - 39.00)	27.00 (20.00 - 30.00)	U=9.5	0.004
Test ist.	Z=-2.67	Z=-1.58		
p	0.008	0.114		

Ortanca (minimum – maksimum), U: Mann-Whitney U test istatistiği, Z: Wilcoxon test istatistiği

Deney ve kontrol gruplarının denge son test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edildi ($p<0.05$). Deney grubunun ortancası 35.00 (17.00 - 39.00) iken kontrol grubunun ortancası 27.00 (20.00 - 30.00) olarak elde edildi. Deney grubu içerisinde ön ve son teste göre denge değerleri arasında anlamlı fark tespit edildi ($p<0.05$). Ön test ortancası 27.00 (9.00 - 33.00) iken son test ortancası 35.00 (17.00 - 39.00) olarak elde edildi. Kontrol grubu içerisinde ön ve son teste göre denge değerleri arasında fark tespit edilmedi ($p>0.05$).

TARTIŞMA

Bilim insanları zihin yetersizliği olan bireylerin bilgiyi uygun şekilde toplama, etiketleme, sınıflama, hatırlama ve kullanma yeteneğinin sınırlı olduğunu söylemektedir (20). Yapılan bir çalışmada, 16 hafta süresince yapılan beden eğitimi ve spor derslerinin hafif düzeyde zihin yetersizliği olan çocukların bazı motorik özelliklerine etkisi incelenmiştir. Çalışmada deney ve kontrol gruplarının motor becerilerin değerlendirilmesinde, 30 m sürat, durarak uzun atlama, sağlık topunu atma (2 kg), 30 saniye mekik testleri öntest ve sontest olarak uygulanmıştır. Araştırma sonucunda, beden eğitimi ve spor dersleri hafif düzeyde zihin yetersizliği olan çocukların motor yeteneklerinin gelişmesinde anlamlı bir farklılık meydana getirdiği gözlenmiştir (23). Life kinetik antrenmanlarının ritim, denge, reaksiyon, bağdaşım ve bazı bilişsel yetenekler üzerine etkisini incelemek amacıyla yapılan bir başka çalışmada deney grubunun son test sonuçlarında ön test sonuçlarına göre anlamlı derecede iyileşme bulunmuştur (18). Zihin egzersizlerinin boksörlerin el-göz koordinasyonu, dinamik denge ve görsel dikkat üzerine etkisinin araştırıldığı diğer bir çalışmada, sporculara yıldız denge testi ve el-göz koordinasyonunu ölçmek için ise alternatif el duvar atışı testleri uygulanmıştır. Deney grubuna 8 hafta boyunca haftada 3 gün life kinetik egzersizleri uygulanmıştır. Ön test-son test sonuçlarına göre deney ve kontrol gruplarının dinamik denge ve görsel dikkat sonuçlarında anlamlı bir değişiklik görülmezken el-göz koordinasyon değerlerinde deney grubunun lehine anlamlı bir değişiklik gözlemlenmiştir (24). Yılmaz (2012), beden eğitimi ve spor derslerinin hafif düzeyde zihin yetersizliği olan öğrencilerin ($n= 40$) biyomotorik özellikleri üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmada deney grubuna beden eğitimi ve spor dersine ait bir program uygulanırken, kontrol grubu ile herhangi bir çalışma yaptırılmamıştır. Sonuç olarak, beden eğitimi ve spor dersi alan öğrencilerin şınav, mekik çekme, 50 metre kısa mesafe koşu, koordinasyon, durarak uzun atlama, otur uzan, dikey sıçrama, denge aletinden geçme, sol ve sağ el kavrama kuvvet test sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (25). Başka bir çalışmada,

zihin yetersizliği olan çocuklara (n= 50) uygulanan hemsball oyun beceri gelişim programının, BOT-2 ile belirlenen motor yeterlik seviyesi üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmaya katılan çocukların 25'i deney, 25'i kontrol grubunu oluşturmuştur. Deney grubunda yer alan çocuklara (60 dk./3 gün/12 hafta) hemsball oyun beceri gelişimine yönelik uygulamalar yaptırılırken, kontrol grubuna herhangi bir uygulama yaptırılmamıştır. Araştırmada motor yeterlik seviyesini belirlemek amacıyla BOT-2 kısa formu kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, deney grubunun denge, çift yönlü koordinasyon ve üst ekstremitte koordinasyonu öntest ve sontest sonuçları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir (26).

Bizde çalışmamızda 10 hafta süre (3gün/40dk./10 hafta) ile uygulanan life kinetik egzersizlerinin hafif düzey zihin yetersizliği bulunan bireylerde, koordinasyon ve denge değerlerine etkisi değerlendirdik. BOT-2 alt parametrelerinden; çift yönlü koordinasyon puan türüne bakıldığında literatürdeki çalışmalarda özellikle uzun süreli uygulamalarda istatistiksel olarak anlamlılık gözlemlenmiştir. Aynı şekilde el-kol koordinasyonu puanı ve denge puan türünde de uygulama sürelerinin 14 hafta ve üstünde anlamlı sonuçlar ortaya çıkardığı literatürle desteklenmektedir. Aynı zamanda çalışmaya katılan çocukların ailelerinden ve öğretmenlerinde alınan geri dönüşlerde çocukların agresiflik seviyelerinde azalma, sosyalleşme ve duygu değişimlerinin olumlu etkilediği görülmüştür. Bu egzersizlerin daha uzun sürelere yayılarak ve uygulama sayısının artırılarak yapılması ile bireylerin koordinasyon ve denge beceri gelişimlerine daha çok katkı sağlayacağı söylenebilir.

KAYNAKLAR

- Demirbilek, Melahat. 2013. "Zihinsel Engelli Bireylerin ve Ailelerinin Gereksinimleri." *TJFMPC* 7(3):58–64.
- Anonim 2011. "Dünya Engellilik Raporu" Erişim (<https://static.ohu.edu.tr/univweb/media/portallar/engelsizuniversite/duyurular/1345/diwnu3i5.pdf>).
- Sachs, R. 2003. "Integrating Disability Studies Into Existing Curriculum." Erişim (<https://cms.montgomerycollege.edu/EDU/Plain.aspx?id=27413>),
- Ersoy, Özlem, ve Neslihan Avcı. 2000. *Özel Gereksinimi Olan Çocuklar ve Eğitimleri 'Özel Eğitim.'* İstanbul: Ya-Pa Yayınları.
- Köroğlu, Ertuğrul. 2012. *DSM-5 Tanı Ölçütleri - Başvuru El Kitabı.* Ankara: HYB Yayıncılık.
- Eripek, Süleyman. 2006. *Zeka Geriliği.* Ankara: Kök Yayıncılık.
- Sucuoğlu, Nimet Bülbin. 2017. "Zihin Engelin Tanımları, Sınıflandırma ve Yaygınlık." Pp. 48–84 in *Zihin Engelliler ve Eğitimleri.* Ankara: Kök Yayıncılık.
- Salend, S. J. 1998. *Effective Mainstreaming.* New Jersey: Merrill.
- Akçakın, Melda. 1988. *Zeka Gerilikleri ve Çocuk Psikiyatrisinde Tedavi. Ruh Sağlığı ve Bozuklukları.* edited by O. Öztürk. Ankara: Nural Matbaacılık.
- Özer, Dilara. 2005. *Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor.* Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Eripek, Süleyman. 2012. *Zihin Yetersizliği Olan Bireyler ve Eğitimleri.* Ankara: Eğiten Kitap.
- Yazgan İnanç, Banu, Mehmet Bilgin, ve Meral Kılıç Atıcı. 2012. *Gelişim Psikolojisi ve Çocuk Ergen Psikolojisi.* 8. Baskı. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Akın S, Yüksel O., *Spor Yapan ve Yapmayan Zihinsel Engelli Çocukların Dinamik Denge Düzeylerinin Değerlendirilmesi, Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 2016, 3(1), 33-40.*

- Altay, F. (2001). *Ritmik Jimnastikte İki Farklı Hızda Yapılan Chainé Rotasyon Sonrasında Yan Denge Hareketinin Biyomekanik Analizi, Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.*
- Beasley, C.R. (1982). *Effects of a Jogging Program on Cardiovascular Fitness and Working Performance on Mentally Disabled Adults, American Journal of Mental Deficiency, 86(6): 609-613.*
- Arslan, F. 2009. *“Taekwondo Sporcularında 8 Haftalık Propriyosepsiyon Antrenman Programının Dinamik Postural Kontrol Üzerine Etkisi.” Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Ankara:Gazi Üniversitesi.*
- Kaya, Mehmet Ali. 2021. *“Lise Öğrencilerinde Kompleks Motor Hareketleri Eğitiminin Bazı Motorik Becerilere Etkisi.” Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Malatya:İnönü Üniversitesi.*
- Lutz, Horst. 2014. *Life Kinetik.*
- Bruininks, R.H., Chavaf, M. (1990). *Research on the Motor Proficiency of Persons with Mental Retardation, Psychomotor Therapy and Adapted Physical Activity, (Ed: H.V. Copenolle and J.Simons) içinde Better Movement Proceeding of the 2 International Symposium: 43-69.*
- Korkusuz, S., & Top, E. (2021). *Does The Combination of Physical Activity and Attention Training Affect The Motor Skills and Cognitive Activities of Individuals with Mild Intellectual Disability? International Journal of Developmental Disabilities, 0(0), 1–9. https://doi.org/10.1080/20473869.2021.1995640*
- Bruininks, R. ve Bruininks, B.2005. *Bruininks-Oseretsky Motor Yeterlilik Testi. 2. ed. Minneapolis, MN: NCS Pearson.*
- Çiftçi, Cesim. 2001. *“12-16 Yaş Eğitilebilir Düzeyde Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi Ve Spor Derslerinin Bazı Motorik Özelliklere Etkisi (Türkiye Ve Almanya Uygulaması)” Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya:Sakarya Üniversitesi.*
- Çetin, O., Beyleroğlu, M., Bağış, Y.E., Suna, G. *The effect of the exercises brain on boxers’ eye-hand coordination, dynamic balance and visual attention performance. Physical education of students, 2018;22(3):112–119. doi:10.15561/20755279.2018.0301*
- Yılmaz, H. 2012. *“Engelli Öğrencilerde Yapılan Beden Egitimi Ve Spor Derslerinin Biyomotorik Özellikleri Üzerine Etkisinin İncelenmesi”. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Bilimleri Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Isparta: Süleyman Demirel Üniversitesi.*
- Işık, Meltem. 2016. *“Zihinsel Engelli Çocuklarda Hemsball Oyun Becerilerinin Motor Yeterlilik Sonuçlarına Etkisi.” Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Tezi, Ankara:Gazi Üniversitesi.*

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ÖZ-GÜVEN DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Esra BEKTAŞ¹, Mustafa ZAHİT SERARSLAN¹, Gamze DURMUŞ²

¹Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın,

²Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

Giriş ve Amaç: Bu araştırmada, beden eğitimi öğretmenlerinin öz-güven düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmanın çalışma grubunu İstanbul Esenler’de görev yapan 48’i kadın 58’i erkek olmak üzere 106 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanmış “Kişisel Bilgi Formu” ve öz-güven düzeylerinin ölçülmesi amacıyla Akın (2007) tarafından geliştirilen “Öz-Güven Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS-24 Paket Programı ile analiz edilmiştir. Aynı zamanda verilerin çözüm ve bağımsız örneklem (Independent-Samples) t-Testi analizi, One-Way ANOVA (Tek Yönlü Varyans Analizi), Tukey çoklu karşılaştırma kullanılmıştır. **Bulgular:** Öz-Güven Ölçeği (KKÖ) toplamı ve alt boyutlarının normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu bağlamda öğretmenlerin cinsiyetleri ile öz-güven ölçeği toplamı ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. Öğretmenlerin medeni durumları ile öz-güven ölçeği toplamı ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Öğretmenlerin hizmet yılı ile öz-güven ölçeği toplamı ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Öğretmenlerin gelir düzeyleri ile öz-güven ölçeği toplamı ve alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır. **Sonuç:** Araştırma sonucunda, gelir düzeyi yüksek olan beden eğitimi öğretmenlerinin öz-güven düzeyinin gelir düzeyi daha düşük olan beden eğitimi öğretmenlerine göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Cinsiyet, medeni durum ve hizmet yılının ise öz-güven düzeyini belirlemede herhangi bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Güven, öz-güven, iç öz-güven, dış öz-güven.

Investigation Of Physical Education Teachers' Self-Confidence Levels In Terms Of Some Variables

Introduction and Purpose: In this study, it was aimed to examine the self-confidence levels of physical education teachers in terms of some variables. **Materials and Methods:** The study group of the research consists of 106 teachers, 48 women and 58 men. “Personal Information Form” prepared by the researchers as data collection tool in the research and “Self-Confidence Scale” developed by Akın (2007) to measure self-confidence levels were used. The data obtained were analyzed with the SPSS-24 Package Program. At the same time, solution and independent samples (Independent-Samples) t-Test analysis of the data, One-Way ANOVA (One-Way Analysis of Variance), Tukey multiple comparison were used. **Findings:** It was determined that the total and sub-dimensions of the Self-Confidence Scale showed normal distribution. In this context, there is no significant difference between the genders of the teachers and the total and sub-dimensions of the self-confidence scale. No significant difference was found between the marital status of the teachers and the total and sub-dimensions of the self-confidence scale. No significant difference was found between the years of service of the teachers and the total and sub-dimensions of the self-confidence scale. There is a significant difference between the income levels of teachers and the total and sub-dimensions of the self-confidence scale. **Conclusion:** As a result of the research, it is seen that the self-confidence level of physical education teachers with high income level is higher than physical education teachers with lower income level. It was determined that gender, marital status and years of service did not have any effect on determining the level of self-confidence.

Keywords: Confidence, Self-Confidence, inner self-confidence, external self-confidence.

122-iscs-conference-8th-591-MT-Oral/Online / -84

TÜRKİYE SPOR TOTO 1. FUTBOL LİĞİ KOŞU PROFİLİ (2021-2022 SEZONU ÖRNEĞİ) Turkey Spor Toto 1st Football League Running Profile (Example Of 2021-2022 Season)

Onat ÇETİN¹

¹*Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Yalova*

Futbol, oyuncuların teknik, taktik, zihinsel ve motor beceriler açısından mükemmel bir şekilde hazırlanmasını gerektiren dinamik ve yüksek tempolu bir oyundur. Futbol maçı içerisindeki hareketler aerobik enerji süreçleri gerektiren orta ve düşük yoğunluklu yürüme ve orta şiddetli koşu gibi hareketler ile ivmelenmeler, yüksek yoğunluklu koşu ve sprintleri içeren anaerobik enerji sisteminin kullanıldığı hareketler arasında değişiklik göstermektedir. Futbolda zaman-hareket analizleri maçlar ve antrenmanlar esnasında sporcuların iç ve dış yüklerini tespit etmek, performanslarını değerlendirmek ve aktivite profillerini belirlemek için kullanılan yaygın yöntemlerdir. Bu analiz yöntemlerinden elde edilen veriler futbol maçının ihtiyaçlarının doğru ve ayrıntılı bir şekilde anlaşılması, spor bilimcilere ve uygulayıcılara sporcuların gelişiminde kullanılacak uygun antrenman yüklerinin ve antrenman yönergelerinin tespit edilmesi için objektif bilgiler sağlamaktadır. Bu bilgiler aynı zamanda lig seviyeleri, yaş, cinsiyet gibi farklı rekabet standartları arasında oyuncu performanslarını ayırt etmeye yardımcı olmaktadır. Bu araştırmanın amacı, video tabanlı analiz sistemi ile elde edilen veriler doğrultusunda Türkiye Spor Toto 1. Futbol Liginin takımlar düzeyinde koşu profilini belirlemektir.

Araştırmanın verileri Türkiye Spor Toto 1. Futbol Ligi 2021-2021 sezonunda 19 takımın 29 hafta boyunca toplam 261 maçı esnasında toplanmıştır. Verilerin toplanmasında yarı otomatik çoklu kamera izleme sistemi (InStat Reports, InStat AutoCrop, İrlanda) kullanılmıştır. Maçlardan elde edilen koşu verileri; toplam kat edilen mesafe, yürüme (0,7-7km/h), jogging (7-14,5km/h), orta şiddetli koşu (14,5-20km/h), yüksek şiddetli koşu (20-25km/h), sprint (>25km/h), ivmelenme mesafeleri (5,5-7m·s⁻² ve >7m·s⁻²) olarak sınıflandırılmış ve raporlanmıştır. Verilerin tanımlayıcı istatistiğinde (ortalama, standart sapma) SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır.

Takımların maçlar esnasında kat ettiği mesafelerin koşu çeşitleri üzerinden analizi; toplam kat edilen mesafenin 112433 ± 6153m, yürüme mesafesinin 41708 ± 2529m, jogging mesafesinin 43251 ± 3148m, orta şiddetli koşu mesafesinin 17915 ± 1805m, yüksek şiddetli koşu mesafesinin 7755 ± 1028, sprint mesafesinin 1491 ± 372m, ivmelenme mesafelerin 5,5-7m·s⁻² = 530 ± 80m, >7m·s⁻² = 88 ± 19m olduğunu ortaya koymuştur.

Anahtar Kelimeler:*Futbol, Koşu profili, Video analiz*

Keywords:*Football, Running profile, Video analysis*

SPORCULARIN SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER BAKIMINDAN İNCELENMESİ

Caner CENGİZ¹, Mert Mazhar ERDURAN¹, Mehmet AYDOĞAN¹

¹Ankara Üniversitesi

ÖZET

Bu çalışmanın amacı spor yapan bireylerin saldırganlık düzeylerinin, saldırganlığı etkileyen bazı faktörler açısından değerlendirilmesidir. Bu çalışmada Andaç ve Demirtaş tarafından Türkçeye uyarlanan, Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırmaya 108 (%34,3)'ü takım sporları, 207 (%95,7)'si bireysel spor yapan toplam 315 sporcu katılmıştır. Araştırma dahilinde yapılan istatistiki analizler sonucunda, bireysel takım sporcuları ile takım sporcularının saldırganlık düzeyleri arasında $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların yaş değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda yaş grupları ile saldırganlık düzeyi arasında $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir. Araştırmaya katılan sporcuların cinsiyet değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda $p < 0,05$ alfa düzeyinde anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir ($p = 0,014$). Araştırmaya katılan sporcuların eğitim durumu değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda $p < 0,05$ alfa düzeyinde anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir ($p = 0,014$).

Anahtar Kelimeler: Spor, Saldırganlık, Sporcu

Investigation of Aggression Levels of Athletes In Terms of Some Variables

The aim of this study is to evaluate the aggression levels of players who do team and individual sports in terms of some factors that affect aggression. In this study, the Buss-Perry Aggression Scale, adapted into Turkish by H. Andaç Demirtaş MADRAN, was used. 315 athletes, 108 (34.3%) team sports and 207 (95.7%) individual sports participated in the study. As a result of the statistical analysis made within the study, it was determined that there was no significant difference at $p < 0.05$ level between individual team athletes and team athletes. As a result of the statistical analysis between the age variable and aggression levels of the athletes participating in the study, it was found that there was no significant difference at $p < 0.05$ level between age groups and aggression level. As a result of the statistical analysis between the gender variable and aggression levels of the athletes participating in the study, a significant difference was found at the alpha level of $p < 0.05$ ($p = 0.014$). As a result of the statistical analysis between the educational status variable and aggression levels of the athletes participating in the study, a significant difference was found at the alpha level of $p < 0.05$ ($p = 0.014$).

Keywords: Individual Sports, Team Sports, Aggression, Athlete

GİRİŞ

İlkel insanlar, uzun yıllarca insanın fiziki gücüne kıyasla daha üstün olan hayvanlar alemi ve doğanın zorlayıcı şartlarına karşı aklını kullanmadan savunmasız kalmıştır. Bu ölüm-kalım mücadelesinde açlığı ve susuzluğu gidermek, sıcaktan ve soğuktan korunmak, güvenliğini sağlamak için özellikle erkekler kendilerini avlanma, barınma ve savaşma işlerinden sorumlu hissetmişlerdir (Alpman, 1972). Sporun, bu vahşi yaşam ve savaş ortamında gerçekleşen eylemlerin belirli kurallar çerçevesinde barışçıl bir formu olarak uygulandığı düşünüldüğünde sporcuların zaman zaman saldırgan davranışlarda bulunması -spor etiği açısından doğru bulunmamakla birlikte- doğal bir durum olarak değerlendirilebilir. Bu bağlamda çalışmamızda, sporcuların farklı demografik özelliklere göre saldırganlık davranışının nasıl değişkenlik gösterdiğini belirlemek hedeflenmiştir.

Saldırganlığı açıklamaya çalışan en eski kuram S. Freud ve K. Lorenz'in öncülüğünde Psikanalitik Yaklaşım'dır (Tiryaki, 2000). Freud'a göre insanlar fizyolojik ihtiyaçlarını hissettikleri gibi saldırganlık ihtiyacını da hisseder (Freedman, Sears, & Carlsmith, 1998). Bu kuram, saldırganlığı insanın cinsel ihtiyaçları ve yaşamını devam ettirici eylemleri engellendiği zaman ortaya çıkan bir davranış olarak kabul etmektedir (İkizler, 1994).

Biyolojik Kuram'a göre saldırganlık, insan organizmasından ileri gelmektedir. Saldırganlığın asıl kaynağını tespit edebilmek için testosteron hormonu, kromozomlar ve beyin gibi organlar incelenir. Bu kuram, içgüdülerin saldırganlığı yeterince açıklayamadığını iddia eder ve saldırgan davranışların biyolojik ve genetik faktörlerden bağımsız olmadığını vurgular (Tremblay, Harput, & Archer, 2005).

Bu kuram temelinde yapılan çalışmalarda, erkeklerdeki fazladan bir Y kromozomunun ve beyinde hipotalamus, mezensefalon, amigdalanın uyarılmasının saldırgan davranışlara neden olduğu ve dolayısıyla saldırganlık ile kromozomlar arasında ilişki bulunduğu yönünde bulgular elde edilmiştir (Acet, 2005). Ayrıca erkeklerde kadınlara kıyasla, engellenme ve zorlanma durumlarına karşı kaygıyı ve öfkeyi arttıran kandaki adrenalin ve noradrenalin düzeyinin daha fazla yükseldiği tespit edilmiştir (Köknal, 1996).

Dollard, Miller, Doob, Mowrer, and Sears (1939)'a göre yaptıkları araştırmaların sonucu saldırganlık davranışının engellenmenin bir sonucu olduğunu ortaya koymaktadır. Yani engellenme durumu insan organizmasında mutlaka saldırganlık güdüsünden önce yerini alır. Bu tezin ortaya atılmasıyla EngellenmeSaldırganlık Kuramı ortaya çıkmıştır. Bir basketbol oyuncusunun bir smaç gerçekleştirmek üzereyken rakip oyuncunun bloğuyla engellenmesi ve bu eylemin ardından müsabaka içinde saldırgan bir davranışın ortaya çıkması bu kuramın iddialarına örnek olarak verilebilir.

Bronfenbrenner (2009)'a göre insan gelişimi bireysel ve çevresel özelliklerin etkileşimi sonucunda ortaya çıkmaktadır. Bireysel ve çevresel özellikler; bireysel, ailevi, okul, akran faktörleri ve topluma özgü faktörler olarak detaylandırılmaktadır. Bu faktörler saldırganlıkla ilişkili risk faktörleri olarak ele alınmakta ve ergen bireylerin saldırganlık davranışlarıyla örneklendirilmektedir. Bu teori "Ekolojik Kuram" olarak adlandırılmıştır.

Berkowitz (1993)'ün çalışmalarına dayanan İpucu-Uyarılmışlık Kuramı'na göre her saldırganlık davranışının kaynağı bir engellenmeye dayanmamaktadır. Bunun nedeni her engellenmenin niyete bağlı olarak farklı algılanabileceği düşüncesidir. Engellemelerin saldırganlıkla sonuçlanabilmesi için saldırgan davranışta bulunacak kişinin engellenme konusuyla ilgili bir geçmişinin olması gerekmektedir. Dolayısıyla saldırganlık davranışı engellenme karşısında bir tepki olarak öğrenilmektedir.

Sosyal Öğrenme Kuramı'na göre saldırganlık, amaca ulaşmak için haklı olarak sergilenen bir davranış biçimidir. Bandura saldırganlığı, üç aşamada tanımlamaktadır. Bunlardan birincisi saldırganlığın kökeni, nasıl geliştiği ve nasıl öğrenildiğidir. İkincisi, saldırganlığı ortaya çıkaran etkenlerdir ve üçüncüsü ise saldırganlığın ortaya çıkışından sonra nasıl süreklilik kazandığıdır. Aynı zamanda saldırganlığın doğuştan gelen ya da içgüdüsel bir özellik olmadığını, edimsel koşullanma ya da gözlemsel öğrenme ile kazanılan bir özellik olduğunu öne sürmektedir (Bandura, 1973)

Bilişsel Yeni Çağrışım Kuramı'na göre rahatsızlık verici olaylar (engelleme, zorlama, kışkırtma vb.) olumsuz bir duygu yaşanmasına neden olmaktadır. Bu tarz deneyimler sonucu kazanılan olumsuz duygu, saldırganlık eğilimini çağrıştıran çok sayıdaki düşünceyi ve anıyı, aynı zamanda dışa vurumcu motor ve psikolojik tepkileri otomatik olarak uyarmaktadır. Bunun sonucunda saldırganlık, eğilim olmanın ötesine geçip davranış olarak ortaya çıkmaktadır

(Berkowitz, 1989) Huesmann and Miller (1994)'e göre bireyler saldırganlığı çocukluk döneminde kitle iletişim araçlarını gözlemleyerek öğrenmektedir. Bu gözlemlenmeden edinilen bilgiler şemalar halinde örgütlenerek anlamlandırılmakta ve neticesinde davranışlara yön kazandırmaktadır. Çevrede gerçekleşen olayın tanımlanması, bu olaya nasıl tepki verilmesi gerektiği ve olası sonuçlarının ne olacağı konusu, şemada bu olayın karşılığının hangi role denk geldiğiyle ilişkilendirilir ve davranışa dökülür.

Festinger (1954)'ün geliştirdiği Sosyal Kimlik Kuramı'nda ise birey davranışlarının içinde bulunduğu gruptan nasıl etkilendiği incelenmektedir. Araştırmalara göre birey grup içerisindeyken dahi kendi kimliğini kaybetmemekte ancak diğer grup üyeleriyle paylaştığı sosyal bir kimliği tercih etmektedir. Grubun inançlarını, tutumlarını benimsemektedirler. Bu durum grup üyelerinin diğer gruplara karşı önyargılı olma ve saldırganlık gösterme eğilimine neden olur. Sosyal Kimlik Kuramı'nda iddia edilen teoriler, özellikle takım sporlarında sporcuların düşmanca tavırlar içeren "biz ve onlar" algısıyla hareket etmesi ile örneklendirilebilir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada farklı spor türlerinde spor yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin incelenmesi amaçlandığı için tarama modeli kullanılmıştır. Bu model, çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya ulaşmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak örneklem üzerinde yapılacak taramadır (Karasar, 2014).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu bireysel ve takım sporu yapan ortalama 315 sporcu katılmıştır.

Tablo 1. Çalışma grubunun demografik özellikleri

		f	%
Cinsiyet	Erkek	212	67,3
	Kız	103	32,7
	Toplam	315	100
Yaş	16-20 Yaş	30	9,5
	21-25 Yaş	234	74,3
	26 üzeri Yaş	51	16,2

Branş	Bireysel Spor	207	65,7
	Takım Spor	108	34,3

Araştırmaya katılan öğrencilerin %67,3' ü erkek sporculardan, %32,72'si kadın sporculardan oluşmaktadır. Sporcuların %9,5'i 16-20 yaş, %74,2' ü 21-25 yaş, %163' ü ise 26 yaş ve üzer, aralığındadır. Ayrıca araştırmaya katılanların %65,7'si bireysel spor branşıyla, %34,3'ü ise takım sporu branşlarıyla ilgilenmektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak iki bölümden oluşan bir anket formu kullanılmıştır. Birinci bölümde araştırmacılar tarafından düzenlenen, demografik özelliklerin bulunduğu kişisel bilgi formu yer almaktadır. İkinci bölümde Buss and Perry (1992) tarafından geliştirilen ve Madran (2012) tarafından Türkçe formunun geçerlilik-güvenilirlik çalışması yapılan Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği (BPSÖ) yer almaktadır. Ölçek 29 madde bulunmaktadır. Ölçek maddelerinin cevap seçenekleri 5'li Likert modeline göre düzenlenmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi aşamasında SPSS 24 programı kullanılmıştır. Demografik özellikler bağımsız değişken olarak ele alınarak, gruplar arasında kıyaslama yapabilmek amacıyla Bağımsız-Örnek T Testi'nden (Independent-Samples T Test) ve One Way Anova yararlanılmıştır. Bu testlerde istatistiksel anlamlılık düzeyi $p \leq 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Araştırmaya katılan sporcuların saldırganlık düzeyleri, spor türleri arasında yapılan analiz sonuçları

Branş Türü	n	$X \pm Ss$	t	p
Bireysel Spor	207	92,53 \pm 21,65	-0,875	0,382
Takım Spor	108	94,73 \pm 21,10		

Araştırma dahilinde yapılan istatistiki analizler sonucunda, bireysel takım sporcuları ile takım sporcularının saldırganlık düzeyleri arasında $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. Araştırmaya katılan sporcuların saldırganlık düzeyleri ile yaş aralıkları arasında yapılan analiz sonuçları

Yaş aralığı	n	$X \pm Ss$	F	P	Tukey HSD
16-20 Yaş ¹	30	89,26 \pm 24,11			
21-25 Yaş ²	234	94,21 \pm 20,66	3,258		0,455
26 ve Üzeri Yaş ³	51	91,41 \pm 21,43			

Tablo 3'e bakıldığında araştırmaya katılan sporcuların yaş değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda yaş grupları ile saldırganlık düzeyi arasında $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4. Araştırmaya katılan sporcuların saldırganlık düzeyleri ile cinsiyetleri arasında yapılan analiz sonuçları

Cinsiyet	N	X± Ss	t	p
Erkek	212	95,35±20,75	2,515	0,014*
Kadın	103	89,02±21,35		

$P < 0,05$

Tablo 4'e bakıldığında araştırmaya katılan sporcuların cinsiyet değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda $p < 0,05$ alfa düzeyinde anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir ($p = 0,014$). Analizler sonucu ortaya çıkan anlamlı farkın erkeklerden kaynaklandığı görülmüştür.

Tablo 5. Araştırmaya katılan sporcuların saldırganlık düzeyleri ile eğitim durumları arasında yapılan analiz sonuçları

Eğitim Durumu	n	X± Ss	F	P	Tukey HSD
Ortaokul ¹	10	83,20±24,43			2-3*
Lise ²	47	86,57±22,22	4,357		0,03*
Lisans ve üstü ³	258	94,90±20,52			

Tablo 5'e bakıldığında araştırmaya katılan sporcuların eğitim durumu değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda $p < 0,05$ alfa düzeyinde anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir ($p = 0,014$). Analizler sonucu ortaya çıkan anlamlı farkın lise ile lisans ve üstü eğitim durumlarından kaynaklandığı görülmüştür.

TARTIŞMA SONUÇ

Araştırma dahilinde yapılan istatistiki analizler sonucunda, bireysel takım sporcuları ile takım sporcularının saldırganlık düzeyleri arasında $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

Alan yazın incelendiğinde, Koruç ve Bayar (1989) ve Tutkun, Güner, Ağaoğlu, ve Soslu (2010) bireysel sporcuların takım sporcularına göre daha saldırgan oldukları sonucuna ulaşmışlardır. Ancak, Dalbudak, Ramazanoğlu, Beyleroğlu, Gökyürek, ve Okan (2016) ve takım sporcuları ile bireysel sporcular arasında fark olmadığı sonucuna ulaşan sonuçlar elde etmişlerdir. Bu durum saldırganlığın kültürden kültüre sporcular arasında değişkenlik gösterebileceğine işaret etmektedir.

Araştırmaya katılan sporcuların yaş değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda yaş grupları ile saldırganlık düzeyi arasında $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı fark olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan sporcuların cinsiyet değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda $p < 0,05$ alfa düzeyinde anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir ($p = 0,014$). Analizler sonucu ortaya çıkan anlamlı farkın erkeklerden kaynaklandığı görülmüştür.

Alan yazın incelendiğinde, Averill (1983) sıklık açısından kadınların erkeklere benzer yoğunlukta öfkelenildiğini ve bunun benzer sebeplerle gerçekleştiğini belirtmektedir. Öfkenin belli edilme şekli ise kadınlarda dolaylı yoldan gerçekleşirken erkeklerde direkt olarak gerçekleşmektedir (Sharkin, 1993). Direkt olarak gerçekleşen bu eylemlerin fiziksel saldırganlık ve sözel saldırganlık biçiminde ortaya çıktığı düşünülebilir. Bu çalışmayı destekler nitelikte, Bettencourt ve Miller (1996), Tuzgöl (1998), Hamby ve Sugarman (1999), Rabiner, Coie, Miller-Johnson, Boykin, ve Lochman (2005) erkeklerin saldırganlık düzeylerinin daha fazla olduğu sonuçlarına ulaşmışlardır. Ancak; Hatunoğlu (1994), Ağlamaz (2006) ve Güner (2006) cinsiyetin saldırganlığı etkileyen bir unsur olmadığı sonuçlarına ulaşmışlardır. Doğan (2001) ise kadınların saldırganlık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Elde edilen bu sonuçlar, saldırganlık düzeyi konusunda bireylerin yetiştiği kültürün etkili olduğunu göstermektedir (Kırımoglu, Parlak, Dereceli, & Kepoğlu, 2008).

Araştırmaya katılan sporcuların eğitim durumu değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında yapılan istatistiki analizler sonucunda $p < 0,05$ alfa düzeyinde anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir ($p = 0,014$). Analizler sonucu ortaya çıkan anlamlı farkın lise ile lisans ve üstü eğitim durumlarından kaynaklandığı görülmüştür.

Kaynaklar

- Acet, M. (2005). Sporda Saldırganlık ve Şiddet. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Ağlamaz, T. (2006). Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Puanlarının Kendini Açma Davranışı, Okul Türü, Cinsiyet, Sınıf Düzeyi, Anne-Baba Öğrenim Düzeyi ve Ailenin Aylık Gelir Düzeyi Açısından İncelenmesi. (Yüksek Lisans), Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Alpman, C. (1972). Eğitimin Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi. İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Averill, J. R. (1983). Studies on Anger and Aggression. *American Psychologist*, 38(11), 1145-1160.
- Bandura, A. (1973). Social Learning Theory of Aggression. In J. F. Knutson (Ed.), *The Control of Aggression: Implications From Basic Research*. New Jersey: Transaction Publishers.
- Berkowitz, L. (1989). Frustration-Aggression Hypothesis; Examination and Reformulation. *Psychological Bulletin*, 106(1), 59-73.
- Berkowitz, L. (1993). *Aggression: Its Causes, Consequences and Control, A Social Psychological Analysis*. New York: McGraw-Hill Press.
- Bettencourt, B., & Miller, N. (1996). Gender Differences in Aggression As a Function of Provocation: A Meta Analysis. *Psychological Bulletin*, 119(3), 422.
- Bronfenbrenner, U. (2009). *The Ecology of Human Development*. Cambridge: Harvard University Press.
- Buss, H. A., & Perry, M. (1992). The Agression Questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452.

- Dalbudak, İ., Ramazanoğlu, F., Beyleroğlu, M., Gökyürek, B., & Okan, İ. (2016). Spor Bilimleri Fakültesindeki Performans Sporcusu ve Spor Yapmayan Meslek Yüksekokulundaki Öğrencilerin Duygusal Zekâ ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi Isparta Örneği. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 51-66.
- Doğan, S. (2001). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeylere Mensup Ergenlik Çağındaki Kız ve Erkeklerin Saldırgan Davranışlarıyla Ana-Baba Tutumları Arasındaki İlişkiler. . (Yüksek Lisans), Kocaeli Üniversitesi, İzmit.
- Dollard, J., Miller, N. E., Doob, L. W., Mowrer, O. H., & Sears, R. R. (1939). *Frustration and Aggression*. New Haven: Yale University Press.
- Festinger, L. A. (1954). A Theory of Social Comparison Processes. *Human Relations*, 7(2), 117-140.
- Freedman, J. L., Sears, D. O., & Carlsmith, J. M. (1998). *Sosyal Psikoloji (A. Dönmez, Trans. 3 ed.)*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Güner, B. Ç. (2006). Takım Sporları ve Bireysel Sporlar Yapan Sporcuların Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi. (Yüksek Lisans), Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Hamby, S. L., & Sugarman, D. B. (1999). Acts of Psychological Aggression Against a Partner and Their Relation to Physical Assault and Gender. *Journal of Marriage and The Family*, 61(4), 959-970.
- Hatunoğlu, A. (1994). Ana-Baba Tutumları ile Saldırganlık Arasındaki İlişkiler. (Yüksek Lisans), Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Huesmann, L. R., & Miller, L. S. (1994). Long-term Effects of Repeated Exposure to Media Violence in Childhood. In L. R. Huesmann (Ed.), *Aggressive Behavior: Current Perspectives* New York: Planum Press
- İkizler, C. (1994). *Sporla Başarının Psikolojisi (2 ed.)*. İstanbul: Alfa Basım Yayım.
- Kırımoğlu, H., Parlak, N., Dereceli, Ç., & Kepoğlu, A. (2008). Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Spora Katılım Düzeylerine Göre İncelemesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 147-154.
- Koruç, Z., & Bayar, P. (1989). *Sporun Kişilik Üzerine Etkileri Araştırma Raporu*. Ankara: Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü.
- Köknel, Ö. (1996). *Bireysel ve Toplumsal Şiddet*. İstanbul: Altın Kitaplar Basımevi.
- Madran, H. A. D. (2012). Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerlik Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 23, 1-6.
- Rabiner, D. L., Coie, J. D., Miller-Johnson, S., Boykin, A. S. M., & Lochman, J. E. (2005). Predicting The Persistence of Aggressive Offending of African American Males from Adolescence into Young Adulthood The Importance of Peer Relations, Aggressive Behavior and ADHD Symptoms. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 13(3), 131-140.
- Sharkin, B. S. (1993). Anger and Gender: Theory, Research and Implications. *Journal of Counseling and Development*, 71(4), 386-389.
- Tıryakı, Ş. (2000). *Spor Psikolojisi- Kavramlar, Kuramlar ve Uygulamalar*. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.
- Tremblay, R. E., Harput, W. W., & Archer, J. (2005). *Development Origins of Aggression*. New York: The Guilford Press.
- Tutkun, E., Güner, B. Ç., Ağaoğlu, S. A., & Soslu, R. (2010). Takım Sporları ve Bireysel Sporlar Yapan Sporcuların Saldırganlık Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 23-29.
- Tuzgöl, M. (1998). Examining Aggressiveness Levels of High School Students Whose Parents Have Different Attitudes in term of Various Variables.

EGZERSİZİN HEMATOLOJİK PARAMETRELER ÜZERİNE AKUT ETKİSİ

Ayşegül YAPICI ÖKSÜZOĞLU¹

¹Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Bu çalışma, Yo-Yo aralıklı toparlanma testinin (YIRT1) hematolojik parametreler üzerine akut etkisini incelemek amacıyla yapılmıştır. Çalışmaya Denizli Süper Amatör liginde oynayan Tavasbirlik Spor futbol takımından 13 futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Kan örnekleri testten önce, testten sonra ve testten 2 saat sonrasında alınmıştır. Test sırasında, deneklerin kat ettikleri mesafe kaydedilmiştir. Test bitiminde kan laktat değerleri ölçülmüştür. Tam kan sayımı için EDTA'lı tüplere 3 cc kan alınarak merkez laboratuvarında oto analizörde; WBC, NEU, LYM, RBC, HGB, HCT ve PLT değerleri incelenmiştir. İstatistiksel analizde tekrarlı ölçümlerde varyans analizi kullanılmıştır. YIRT1 testi sonrasında hematolojik parametrelerde ölçümler arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ($p<0.05$). Testte kat edilen mesafede ve kan laktat değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark vardır ($p<0.05$). Sonuç olarak oyuncunun fiziksel kapasitesini belirlemek için kullanılan YIRT1 testinin hematolojik değerleri etkilediğini, bununla egzersiz sürecinde ve sonrasında kanın hematokrit seviyesinin değişmesinden ve lökositlerin marjinal havuzda demarjasyonla dolaşıma girmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Yo-Yo aralıklı toparlanma testi, hematolojik parametre, futbol

SPOR LİSESİ ÖĞRENCİLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE SPORTMENLİK DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ

Investigation Of Sportsmanship Behaviors Of Sports High School Students According To Some Variables

İsa ÇİFTÇİ¹

¹Bingöl Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bingöl

ÖZET

Beden eğitimi ve spor, bireyin yaratıcılığını geliştirme, yeteneklerini keşfetme, bilişsel öğrenmeleri kolaylaştırma gibi becerilerin kazanılmasının yanısıra özellikle birtakım olumsuz davranışların değiştirilmesi ve sportmenlik davranışlarının kazanılması konusunda önemli bir yer tutmaktadır.

Bu araştırmada, Spor Lisesi Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Sportmenlik Davranışları incelenmiştir. Araştırmacının evrenini 15-18 yaş grubundaki spor lisesi öğrencileri oluştururken, örnekleme ise Elazığ Merkez Kaya Karakaya Spor lisesinde okuyan 83 kadın, 132 erkek olmak üzere toplam 215 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Koç (2013)'un geliştirdiği Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ) kullanılmıştır. Ölçek 5' li likert, 2 alt boyut ve toplam 22 sorudan oluşmaktadır.

Araştırma süresince verilerin istatistiksel analizi ve çözümlenmesi için SPSS 25.0 paket programından yararlanılmıştır. Veriler normal dağılım gösterdiğinden iki grubun karşılaştırılmasında Independent-Samples t-Test, grupların ikiden fazla olması durumunda One Way Anova uygulanmıştır. Elde edilen verilerin değerlendirilmesinde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ alınmıştır.

Cinsiyete göre Uygun(pozitif) davranış sergileme alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır $t(1,646) = ,102, p > 0,05$. Uygunsuz(negatif) davranış sergileme alt boyutunda anlamlı fark bulunmuştur $t(2,030) = ,044, p < 0,05$. Yapılan analizlere göre puan ortalaması erkeklerde ($\bar{x}=2,94$) kadınlara ($\bar{x}=2,50$) göre daha yüksek olarak belirlenmiştir. Yapılan analiz sonuçlarında genel toplamları incelendiğinde yaşa göre $F(1,454) = ,219, p > 0,05$, Sınıf düzeyine göre $F(,299) = ,826, p > 0,05$, Başarı durumuna göre $F(,162) = ,851, p > 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı farka rastlanmamıştır.

Sonuç olarak erkeklerin kadınlara göre Uygunsuz(negatif) davranış sergileme ortalamaları daha yüksek çıkmıştır. Diğer değişkenler olan yaş, sınıf ve başarı durumunun sportmenlik davranışı üzerinde herhangi bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

Anahtar sözcükler: Sportmenlik, Sportmenlik Davranışı, Beden Eğitimi ve Spor

Keywords: Sportsmanship, Sportsmanship Behavior, Physical Education and Sports

GENÇ SPORCULARDA ANTRENÖR LİDERLİK STİLİNİN SPORTMENLİK YÖNELİMİNİ BELİRLEMEDEKİ ROLÜNÜN İNCELENMESİ

Asena USAL¹, Cengiz KARAGÖZOĞLU¹

¹Department of Physical Education and Sport, Faculty of Sport Science, Marmara University, Istanbul, Turkey,

Bu araştırmanın amacı genç sporcularda antrenörün liderlik stiline, sportmenlik yönelimini belirlemedeki rolünü incelemektir. Araştırmanın örnekleme olasılıksız örneklem yöntemlerinden uygun örnekleme yöntemi kullanılarak belirlenmiştir. Çalışmada 16 yaş ve üzerinde olmak üzere bireysel spor branşlarından tenis, güreş, judo, kürek, atıcılık, karate, kick boks, yüzme, jimnastik ve atletizm; takım sporlarından, basketbol, voleybol, ve futbol branşlarından sporculara uygulama yapılmıştır. Bu bağlamda, araştırmaya 182 kadın (\bar{X} yaş: 19,41 \pm 2,80) ve 210 erkek (\bar{X} yaş: 18,36 \pm 3,07) olmak üzere toplam 392 sporcu katılmıştır. Araştırmanın amacına yönelik sorulara yanıt bulmak için, bireylerin sosyo demografik özelliklerinin belirlenmesi amacı ile araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, algılanan antrenör liderlik stiline belirlemek amacıyla Chelladurai ve Saleh (1978) tarafından oluşturulan dört alt boyut ve toplam 34 maddeden oluşan "Spor için Lider Ölçeği"; sportmenlik yönelimini belirlemek amacıyla Vallerand ve arkadaşlarının (1997) geliştirilen ve Türkçe versiyonunun geçerliliği ve güvenilirliğini Gülfem Sezen Balçıkanlı (2010) tarafından yapılan beş alt boyut ve toplam 25 maddeden oluşan "Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizi için betimsel istatistik ve regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, regresyon analizi sonucunda modelin ikinci adımında girilen spor için liderlik ölçeğinin açıklayıcı ve ödüllendirici davranış ($\beta= 0,58$, $p<0,05$) alt boyutunun çok boyutlu sportmenlik yönelimi ölçeğinin sosyal normlara uyum alt boyut düzeyini yordadığı görülmüştür. Sonuç olarak, açıklayıcı ve ödüllendirici davranış değişkeni ile sosyal normlara uyum alt boyutu düzeyi arasında pozitif yönde anlamlı ilişki olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor, Liderlik, Sportmenlik

Investigation Of The Role Of Trainer Leadership Style In Determining Sportsmanship Orientation In Young Athletes

The aim of this research is to examine the role of the trainer's leadership style in determining the sportsmanship orientation in young athletes. The sample of the study was determined by using the convenient sampling method, which is one of the non-probability sampling methods. In the study, tennis, wrestling, judo, rowing, shooting, karate, kick boxing, swimming, gymnastics and athletics; The application was made to athletes from team sports, basketball, volleyball and football branches. In this context, a total of 392 athletes, 182 females (\bar{X} age: 19.41 \pm 2.80) and 210 males (\bar{X} age: 18.36 \pm 3.07), participated in the study. In order to find answers to the questions regarding the purpose of the research, the personal information form developed by the researcher was used to determine the socio-demographic characteristics of the individuals. In order to determine the perceived coach leadership style, the "Leader Scale for Sports" consisting of four sub-dimensions and a total of 34 items created by Chelladurai and Saleh (1978) was used. In order to determine the sportsmanship orientation, the "Multidimensional Sportsmanship Orientation Scale" consisting of five sub-dimensions and a total of 25 items, developed by Vallerand et al. (1997) and the validity and reliability of the Turkish version of Gülfem Sezen Balçıkanlı (2010) was used. Descriptive statistics and regression analysis were used to analyze the data. According to the research findings, as a result of the regression analysis, it was seen that the explanatory and rewarding behavior ($\beta= 0.58$, $p<0.05$) sub-dimension of the leadership scale for the sport entered in the second step of the model predicted the social norms compliance sub-dimension of the multidimensional sportsmanship orientation scale. As a result, it was found that there was a positive and significant relationship between the explanatory and rewarding behavior variable and the level of compliance with social norms.

Keywords: Sports, Leadership, Sportsmanship

MEB'DE ÇALIŞAN ÖĞRETMENLERİN KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ ALAN ÖĞRENCİLERDE EGZERSİZİN ÖNEMİ HAKKINDAKİ GÖRÜŞLERİNİN BELİRLENMESİ

Zeynep YILDIRIM¹, Emre KABA¹, Oğuzhan YILDIRIM², Zeynal DOST¹

¹Bartın Üniversitesi, ²Iğdır Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET:

Yapmış olduğumuz bu çalışmada kaynaştırma eğitimi alan öğrenciler hakkında, kaynaştırma öğrencisi olmuş ve bunu tecrübe etmiş olan Millî Eğitim Bakanlığında çalışan öğretmenlerin görüşleri alınarak ortaya çıkmıştır. Çalışmamızın amacı, kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin eğitim ortamlarında fiziksel ve sportif etkinliklerle kişisel gelişimlerinin ne ölçüde etkilendiğini öğrenmek olmuştur. Ortaya çıkan veriler ışığında Bartın ve Kastamonu illerinde kaynaştırma eğitimi veren 19 öğretmen hakkında değerlendirmeler yapılmış ve buralarda ki kaynaştırma öğrencilerinin eğitim durumları ve ortamları hakkında bilgi edinilmeye çalışılmıştır. Bu çalışmanın geliştirilebileceği göz önüne alınarak, kaynaştırmalı öğrencilerin eğitimlerine ve gelişimlerine katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Özel gereksinimli öğrencilerin en az kısıtlayıcı ortam ilkesine uygun olarak tam yada yarı zamanlı genel eğitim sınıflarında normal(özel eğitime ihtiyacı olmayan) öğrencilerle birlikte, öğretmen ve öğrencilerin ihtiyaç duyabilecekleri destek hizmetlerinin sağlanması yoluyla verilen eğitimi ifade eder (Gürgür, 2005). Özokçu'ya (2003) göre kaynaştırma eğitiminin ortaya çıkışı 1970'lerde İskandinav ülkelerinde ortaya çıkıp başlamış buradan da Amerika ve Avrupa'ya hızla yayılmıştır. Birch ve Stevens engelli çocukların normal sınıflarda eğitilmeleri gerektiğini savunmuştur. Ülkemizde kaynaştırma yoluyla eğitim kavramı 1986 yılından itibaren kullanıldığını Karadeniz (2002) belirtmiştir. Battal'ın (2007) belirttiğine göre özel gereksinimli öğrencilerin normal eğitim ortamlarında bulunmaları bu öğrencilere de eşit eğitim fırsatı verildiğinin kanıtıdır. Eşit eğitim fırsatı ise her çocuğun özürsüz, özürsüz diye ayrılmaksızın aynı eğitim yaşantısına sahip olmasını sağlamaktır. Kaynaştırma eğitim programı yoluyla özel gereksinimli öğrenciler, sınıftaki diğer arkadaşları ile model alma, iş birliği yapma, gözleme, paylaşma ve iletişim kurabilme fırsatlarına sahip olur Kaya (2005). Eripek (1986) özel gereksinimli çocukların akranlarını ve yetişkinleri gözleyerek veya yaptıklarını yapmaya çalışarak kendi davranışlarını biçimlendirdiklerini dolayısıyla herkesin var olduğu normal ortamlarda ve yaşantılarda toplumun beklediği kabul edilir doğru davranışları kazanacaklarını belirtmiştir. Ataman'a (1996) göre öğretmen, kaynaştırma eğitim modelinin uygulandığı programlarda özel eğitime ihtiyaç duyan çocukların öğrenmesinde etkili olan en önemli faktör ve öznedir. Kaynaştırma eğitimi olan bir sınıfta, öğretmenin ayırım gözetmeksizin öğrencilerin hepsinde olumlu işler yapan kendisinin gelişimine yardımca olan bir model olması kaynaştırma eğitiminin başarısını belirttiğini ifade etmiştir. Kaynaştırmalı eğitimin başarılı olması için okul yönetimlerinin derse giren öğretmenlerin, öğrenci ailelerinin, psikolojik davranış ve rehberlikçilerin etkisi çok belirleyicidir. Özellikle sınıf rehber öğretmenlerin normal eğitim ortamıyla (örgün eğitimle) yeni tanışan kaynaştırma eğitimi alacak öğrencilere karşı daha hassas ve dikkatli olmaları beklenmektedir.

Anahtar kelimeler: Kaynaştırma eğitimi; öğretmen görüşü; egzersiz; örgün eğitim

The Opinion of Teachers Working in MEB on The Importance of The Exercise in The Area of Inclusion Training

ABSTRACT

It has emerged by taking the opinions of the teachers working in the Ministry of National Education, who have been inclusion students and have experienced it. The aim of our study was to learn to what extent the personal development of students receiving inclusive education is affected by physical and sportive activities in their educational environments. The universe of this research is 19 teachers who are inclusion students in the provinces of Bartın and Kastamonu, who continue their active duty in the Ministry of Education. Of the 19 participants in the

study, 10 were male and 9 were female. 1 master's degree from teachers. While there is 1 doctorate graduate, the remaining 17 teachers are undergraduates. As a result of the research, it was concluded that the main point of the support given by the teachers who expressed the positive aspects of inclusive education was that their students with special needs deserved the human life standards and that the ministries should focus on the issue sensitively, and the policies should be developed in this direction.

YÖNTEM:

Bu araştırmanın evreni Meb'de aktif görevine devam eden Bartın ve Kastamonu illerinde kaynaştırma öğrencisi bulunan 19 öğretmendir. Araştırma nitel araştırma yöntem ve teknikleri kullanılarak yapılmıştır. Kaynaştırma eğitimi alan öğrencilere sahip öğretmenler tespit edildikten sonra araştırmanın amacı ve yönteminin açıklandığı bir ön görüşme düzenlenmiş daha sonra çalışmaya katılmak isteyen gönüllü öğretmenlere yarı-yapılandırılmış gözlem metodu ile görüşmeler yapılmıştır ve nitel olarak betimsel analiz yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. Betimsel analizde amaç, görüşme ve gözlem sonucu toplanan verilerin düzenlenmiş ve yorumlanmış bir şekilde okuyucuyla buluşturulmasıdır. Çoğu betimsel analizde veriler önceden belirlenmiş temalara göre sınıflandırılır, sınıflandırılan verilere ilişkin bulgular özetlenir ve özetler ise araştırmacının öznel birikimi ile yorumlanır. Ayrıca araştırmacı bulgular arasında neden-sonuç ilişkisi kurar ve gerekirse olgular arasında yapısal farklılık analizleri ile karşılaştırmalar yapar (Kitzinger, 1995; Kvale, 1994).

Veri Toplama Aracı ve Verilerin Toplanması;

Araştırma aşamaları olarak sıraya konulup birinci aşama olarak literatür taraması gerçekleştirilmiştir. Literatür taramasının ardından araştırmayı yapanlar tarafından hazırlanan 6 soruluk yarı yapılandırılmış sorular oluşturulmuştur. Hazırlanan bu soru formları Dr. Öğr. Üyesi Zeynep YILDIRIM, Emre Kaba ve Zeynal DOST tarafından değerlendirilmeye tabi tutulmuştur. Değerlendirmenin ardından gerekli görülen düzenlemeler yapılarak son şekli verilmiş olup katılımcılara görüşme esnasında gerekli açıklamalar yapılmıştır.

Verilerin Analiz Edilmesi ve Yorumlanması

Verilerin analiz edilmesi aşamasında betimsel analiz tekniği kullanılmıştır. Betimsel analiz tekniği; araştırmacının gerekli özel şartlarına uygun cevaplayıcılar tarafından aynı sırayla olması şartıyla sorulara farklı yanıtlar vermesi ve bu yanıtların daha önceden belirtilen temalara uygun olarak yorumlanmasıyla değerlendirilmiştir. Araştırma soru formlarının daha açık ve anlaşılır olması nedeniyle doğrudan alıntılara yer verilmiştir. Araştırmaya katılan öğretmenler (Öğretmen1, Öğretmen2, ...) şeklinde kodlanmıştır.

Öğretmenlere yöneltilen yarı yapılandırılmış sorular sırasıyla aşağıdadır:

- 1-Öğrencilerin ders dışı sorsal faaliyetlere katılımını akademik ve psikolojik olarak değerlendirir misiniz?
- 2- Egzersizin engelli bireylerin hayatında etki ettiği alanlar ile ilgili ne düşünüyorsunuz?
- 3- Kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin öz güvenliğini artırma amacıyla ne gibi çözüm önerileri sunabilirsiniz?
- 4-Kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin sorsal faaliyetlerdeki başarıları hakkında ne düşünüyorsunuz?

5- Kaynaştırma eğitimi alan öğrencileri mezun olduktan sonra hayatlarını idame ettirme konusunda diğer arkadaşları ile aralarında bir fark olduğunu düşünüyor musunuz?

6- Kaynaştırmalı eğitimde egzersizin önemi hakkında öneri ve görüşlerinizi belirtiniz

BULGULAR:

Katılımcıların Özellikleri;

Araştırmaya katılan katılımcıların özellikleri Tablo.1’de gösterilmiştir

Tablo1. Katılımcıların Demografik Durumlarına İlişkin Özellikleri

ÖZELLİK		F	%	
Cinsiyet	Erkek	10	52,63	
	Kadın	9	47,37	
Toplam		19	100	

Eğitim Durumu	Lisans	17	89,47	
	Yüksek Lisans	1	5,26	
	Doktora	1	5,26	
Toplam		19	100	

Medeni Durum	Evli	14	73,68	
	Bekar	5	26,31	
Toplam		19	100	
Bağımlılık	Sigara	7	36,84	
	Alkol	1	5,26	
	Yok	11	57,89	
Toplam		19	100	
Gelir Düzeyi	Düşük	1	5,26	
	Orta	17	89,47	
	Yüksek	1	5,26	
Toplam		19	100	
Sporsal Faaliyet	Yapıyor	0-10 Yıl	2	10,52
		10-20 Yıl	4	21,05
		20-30 Yıl	1	5,26
	Yapmıyor	Zaman Sıkıntısı	10	52,63
		İsteksizlik	2	10,52
Toplam		19	100	
Yaş	25-35	11	57,89	
	35-45	7	36,84	
	45-55	1	5,26	
Toplam		19	100	

Tablo1’de görüldüğü gibi araştırmaya 19 katılımcıdan 10 tanesi erkek 9 tanesi kadındır. Öğretmenlerden 1 yüksek lisans. 1 doktora mezunu varken geriye kalan 17 öğretmen lisans mezunudur. 14 evli ve 5 bekar öğretmen bulunan katılımcıların 11 tanesi 25-35 yaş aralığında bulunmaktadır. 7 tanesi 35-45 yaş aralığında iken 1 tanesi

45-55 yaş kategorisindedir. Öğretmenlerin 12 tanesi spor yapmıyorken genel katılımcı yüzdesine oranla %52,63'ü bunun nedenini zaman sıkıntısı şeklinde ifade etmiştir. Aktif spor yapan öğretmenlerin oranı ise 36,83'tür. Spor yapan öğretmenlerin çoğu ise 10-20 yıl arasında aktif spor hayatına devam etmektedir. Katılımcıların gelir düzeyleri karşılaştırıldığında 17 tanesi orta düzeyde iken 1 tanesi düşük, 1 tanesi ise yüksek gelir düzeyine sahiptir. Sigara ve alkol bağımlılık oranlarına bakıldığında %57,89'unun hiçbir bağımlılığı bulunmazken %5,26'sı alkol, %36,84'ünün sigara bağımlılığı bulunmaktadır.

Araştırmanın birinci problemine ilişkin "Öğrencilerin ders dışı sporsal faaliyetlere katılımını akademik ve psikolojik olarak değerlendirir misiniz?" sorusu yöneltilmiştir.

Tablo2: Öğrencilerin Ders Dışı Sporsal Faaliyetlere Katılımını Akademik ve Psikolojik olarak Öğretmen Görüşleri

Kategoriler	Faydalı	Kısmen Faydalı	Kısmen Faydasız	Faydasız
Fiziksel	6	1	10	2
Psikolojik	14	2	3	0
Akademik	10	1	6	2

Tablo2 incelendiğinde 14 öğretmenin psikolojik olarak faydalı gördüğünü ve buna karşılık 3 öğretmenin kısmen faydasız gördüğü tespit edilmiştir. Akademik olarak faydalı ve kısmen faydalı görenlerin sayısı 11 kişi ile çoğunluğu yakalamıştır. 8 kişi ise sporsal faaliyetlerin kısmen faydasız ve faydasız olarak etki ettiğini dile getirmiştir. Öğretmen10" Sporsal faaliyetler stres ve öfke gibi duyguların yönetilmesinde önleyici bir yöntemdir. Sağlıklı bireylerin ihmal etmemeleri gereken faaliyetlerin arasında spor baslarda gelir. Sporsal faaliyetlerde başarı hissini tadan öğrencilerin akademik hayatlarında da başarılı olmaları yüksek ihtimaldir. Spor faaliyetleri sayesinde öğrenciler planlı programlı olmayı alışkanlık haline getirip bunu derslerinde de sürdürebilirler." Öğretmen12" Doğru yapıldığında şüphesiz hem psikolojik olarak hem akademik olarak çok fayda sağladığını gördüm ve tecrübe ettim. Okulla ilgisi olmayan çocukların bu sportif faaliyetler ile okula koşa koşa geldiğini, bazı doğru yönlendirmeler ile ders notlarını yükseltmeye çalıştıklarını ve öğretmenleri ile daha iyi anlaşmaya çalıştıklarını gördüm." Öğretmen15" Spor faaliyetleri büyük küçük kas becerilerinin gelişimi için en verimli yöntemdir. Kas hafızası gelişimi ise spor becerileri haricinde yapılamaz. Sporsal faaliyetleri öğrencilerin zaman kavramı oluşturmasında sorumluluk almasında ve sağlıklı sosyalleşmek için gereklidir. Bu tür dersler faaliyetler öğrencileri motive eder ve psikolojilerine olumlu yönde etki eder." Öğretmen8" Akademik başarıyı düşürdüğünü ama psikolojilerini güçlendirdiğini düşünüyorum."

Tablo3: Egzersizin Engelli Bireylerin Hayatlarında Etki Ettiği Alanlar ile İlgili Öğretmen Görüşleri

Kategoriler	Faydalı	Kısmen Faydalı	Fikrim Yok	Kısmen Faydasız	Faydasız
Öz yeterlilik	10	6	0	3	0
Fiziksel beceriler	12	6	0	1	0
Sosyal beceriler	8	7	0	2	2

Tablo3 incelendiğinde öz yeterliliği 10 kişi faydalı,6 kişi ise kısmen faydalı olarak görmüştür. Kısmen faydasız görenlerin sayısı 3 kişidir. Fiziksel becerilerin daha çok etki ettiğini düşünenlerin sayısı 12 iken kısmen faydalı olduğunu düşünen kişi sayısı 6'dır.Sosyal becerilere etki ettiğini düşünen öğretmen sayısı 8 faydalı ve 7 kısmen faydalı olarak görülmüştür. Kısmen faydasız ve faydasız olduğunu düşünen toplam öğretmen sayısı ise 4'tür. Öğretmen15" Sporsal faaliyetler veya egzersizler farklı engel türleri için gelişimlerini desteklemektedir. Yaygın gelişimsel bozukluk gösteren öğrencilerin aşırı kilo alımını engeller. Bedensel engelleri olan öğrencilerin kas yapılarını olumlu yönde etkiler ve hareket kabiliyetlerini artırır. Benim fikrimce engeli olan veya normal gelişim gösteren her öğrencinin psikolojini olumlu yönde etkiler." Öğretmen14" Egzersiz, engelli bireylerin sosyalleşmelerini ve başardıklarını, yapabildiklerini gördükçe kendilerine güvenleri arttıracak aynı zamanda psikolojik olarak rahatlatacaktır."Öğretmen18" Egzersizler bireyin fiziksel gelişimini ileriye taşıırken sosyal entegrasyona da gerek özgüven gerek adapte olma açısından katkı sağlamaktadır. Özellikle fiziksel engeli olan bireyler bedensel rahatlama, vücut koordinasyonunu sağlama konusunda yetersiz hissettiklerinde bu öfke veya hırçın davranışlara sebep olmakta iken egzersizler bu gibi konularda engelli bireyin yaşam kalitesini artırmaktadır."

Tablo4. Kaynaştırma Eğitimi Alan Öğrencilerin Öz Güvenliğini Arttırmaları ile İlgili Çözüm Önerileri Görüşleri

Kategoriler	Sporsal Faaliyetler	Sosyal Faaliyetler	Sanatsal Faaliyetler	Günlük Görevler
Katılımcılar	7	2	3	7

Tablo 4 incelendiğinde kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin öz güvenlerini arttırmaları ile ilgili çözüm önerileri kapsamında 7 kişi ile sporsal faaliyetler ve günlük görevler en fazla çözüm önerisi getirilen

konular olmuştur. 3 kişi sanatsal faaliyetlerin öneminden bahsederken 2kişi de sosyal faaliyetler ile özgüvenliğin geliştirilebileceğini düşünmüştür. Öğretmen1"Kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin sportif faaliyetler resim,müzik,dans,el becerilerine yönelik aktiviteler planlanabilir.Sportif faaliyetlerde uygunluk düzeyine göre yaşitlarıyla aynı ortamda olmalarına imkan sağlanabilir.Öğretmen8"Tiyyatro gibi faaliyetlere katılmaları" Öğretmen7"Sportif faaliyetler açısından bakarsak, düzenli spor yapan kaynaştırma öğrencilerinin fiziksel ve ruhsal açıdan güçlü olması, onların toplum içinde daha özgüvenli bireyler olmasını sağlayacaktır.Öğretmen19" Onlara yeterlilikleri ölçüsünde sorumluluklar verilebilir. Hem kendilerine yettiklerini hem de değerli olduklarını hissedeceklerdir.Kendilerinin rahatlıkla üstesinden gelebilecekleri toplum içinde önemli olan görev ve sorumluluklara yönlendirilebilir.Vygotsky'nin "iskelet sistemi" olarak adlandırdığı yöntem uygulanarak yaşamda aldığı görev ve sorumluluklarda, öğrenme sürecinde önce yetişkin rehberliği ardından bu rehberlik azaltılarak kendi başına bir şeyler başarması sağlanabilir."Öğretmen16" Kaynaştırma öğrencisinin engel durumu hakkında sınıftaki öğrencilere bilgi verilerek farkındalık oluşturulmalı.Öğrenciyle dialog hali okul içi ve dışında da devam edilmelidir. Değerli olduğu hissettirilerek farklılıkların bir eksikliği olmadığı hissiyatı öğrenciye aktarılmalıdır."

Tabko5. Kaynaştırma Eğitimi Alan Öğrencilerin Sporsal Faaliyetlerdeki Başarısı ile İlgili Görüşler

Kategoriler	Çok Faydalı	Faydalı	Kararsızım	Faydasız	Çok Faydasız
	11	4	1	3	0

Tablo 5 incelendiğinde kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin sporsal faaliyetlerdeki başarısı ile ilgili öğretmen görüşlerinde 11 katılımcının sporsal faaliyetlere katılımın çok faydalı, 4 katılımcının faydalı olarak görüş belirttiği kaydedilmiştir. 1 katılımcı kararsız kalırken 3 katılımcı da faydasız görmüştür. Öğretmen17” Sporsal faaliyetlerde başarıya hazı kaynaştırma eğitimi alan çocukların tatması gereken en büyük duyguların başında gelir. Kendi özgüvenini artırır ve kendini ifade etme becerisi gelişir. Tersine de olabilir elbette bu durumda faaliyetleri düzenleyen kişinin bütün sonuçları değerlendirip ona göre süreci yönetmesi gerekmektedir. “Öğretmen16” Öğrencinin engel türü burada önemli bir etkidir. Hafif düzey zeka geriliği olan bireyler için sporsal faaliyetler normalleşme duygusu patlaması için önemli bir rol oynamaktadır. Ancak görme ve bedensel engelli vb. bireylerin kaynaştırma öğrencisi olması durumunda yer yer başarısızlıklar görülebiliyor. “Öğretmen6” Spor konusunda gayet başarılılar. Söylenenleri dikkatli bir şekilde uygulamaya çalışıyorlar. Aldıkları başarılar onlar için çok önemli oluyor.” Öğretmen9” Bu öğrenciler sporsal alanda da isteksiz olabiliyorlar. Yapabildikleri alanlarda desteklenir ve eğitim görürlerse başarılı olabilmeleri tabii ki mümkündür.” Öğretmen11” Çalışmış olduğun okuldaki kaynaştırma öğrencilerini göz önünde bulunduracak olursam eğer herhangi bir kanıtlanmış başarı olduğu gözlemlenmedi. Bunun içinde özellikle bir çaba sarf edildiğini düşünmüyorum.”

Tablo6. Kaynaştırma Eğitimi Alan Öğrencileri Mezun Olduktan Sonraki Hayatlarında, Arkadaşlarıyla Aralarındaki Farklar ile ilgili Görüşler:

Kategoriler	Çok Fark Var	Fark Var	Kararsızım	Fark Yok	Hiç Fark Yok
Katılımcılar	6	5	2	2	3

Tablo 6 incelendiğinde 6 katılımcının kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin mezun olduktan sonra ki hayatlarında çok fazla fark olacağını belirtirken 5 kişi fark olacağını, 2 kişi de kararsız kalmıştır. 2 katılımcı sonraki hayatlarında eğitimle birlikte fark olmayacağını söylerken 3 katılımcı hiç bir farkın olmadığını belirtmiştir. 1 katılımcı ise bu soruya cevap vermek istememiştir. Öğretmen9”Evet maalesef böyle bir farkın olduğunu düşünüyorum. Herhangi bir işe giriyorlar, çalışıyorlar ama algı problemi varsa çok fazla sıkıntı çekebiliyorlar, işverenleri tarafından kötü muamele gördüklerini de düşünüyorum. Kendilerini çok fazla savunmıyorlar, özgüvenleri de düşük olduğu için genelde hep çekingen ve sessiz kalıyorlar.” Öğretmen2 “evet kesinlikle özellikle toplumun ayrışma hayat boyu kendisine destek olacak birine ihtiyacı duyma gibi konularda diğer bireylere göre kendini de zaman karşı düşecek diyorlar” Öğretmen5 “ okul hayatlarını olduğu gibi mezun olduktan sonra da bir farkları var iş bulup çalışıyorlar ama kazandıkları paraları harcama bilmiyorlar çocukları yetismekte zorluk çekiyorlar” Öğretmen3 “ Kaynaştırma eğitimin temel amacı arkadaşları ile birlikte aynı eğitimi görmesidir. Her çocuk benim için tektir. Her öğrencinin farklı alanlarda ilgisinin ve yeteneğinin olduğunu düşünürsek fark olmadığını söyleyebilirim. Bizim onlara yaklaşımımız onların hayatlarına yön verecektir.”

6. Soru: Kaynaştırmalı eğitimde egzersizin önemi hakkında öneri ve görüşlerinizi belirtiniz.

6. soruda yer alan cevaplar incelendiğinde katılımcıların genel olarak kaynaştırma eğitimi alan öğrenciler için daha fazla sportif faaliyetlerde bulunmaları gerektiğini ve hayatın içerisinde daha fazla yer alabilmelerinin bu şekilde daha kolay olabileceğini vurgulamışlardır.

Öğretmen14 “Egzersiz her alanda olduğu gibi kaynaştırmalı eğitimde de olumlu etkileri olacağına inanıyorum. Öğrenciler üzerinde hem sosyalleşmeleri açısından hem de duyguların yönetimi konusunda oldukça olumlu etkileri olacaktır.” Öğretmen18 “Kaynaştırma eğitiminde egzersiz fiziksel yetersizliği olan çocuklarda özgüven, büyük ve küçük kas gelişimlerine bağlı olarak fiziksel yeterlilikler açısından olumlu sonuçlar doğurur. Yine zihinsel yetersizliği olan çocuklar için rahatlama, odaklanma, belirli amaca yönelme gibi alanlarda ilerleme sağlayacaktır. Egzersizlerin normal bireylerdeki etkisi veya bir benzeri, özel çocuklarda da benzer sonuçlar doğuracağı için bireylerin engel durumlarına göre eğitim süreçlerine veya yaşantılarına muhakkak egzersiz çalışmaları dahil edilmelidir.” Öğretmen13 “Kaynaştırma eğitimde yapılacak egzersizle engelli öğrencinin diğer arkadaşlarıyla daha çabuk kaynaşması sağlanacaktır. Bu egzersizlerle öğrencimiz rahatlayacak ve kendini hayata daha hazır hissedecektir. Çevresine daha faydalı bir birey olacaktır. Egzersizler sayesinde yapabileceklerinin farkına varıp kendini daha çok geliştirip birçok başarı elde edecektir” Öğretmen15 “Egzersizler ve sorsal faaliyetler her öğrencinin akademik gelişimi için oldukça önemlidir. Kaynaştırma öğrencileri için de öyledir. Çünkü çocuklar hem grup etkinliklerinde sosyalleşebilme fırsatı yakalamakta hem de başarının tadına alarak motive olmaktadır.Bu önemli konu için yapılacak çalışmalar spor ders saatlerinin artırılması ve farklı farklı sorsal faaliyetlerin eklenmesi olabilir.Bir de öğretmenlerin okul idarelerinin kaynaştırma öğrencileri için en başından ‘yapamaz, beceremez, olmaz ‘ gibi ifadelerden kaçınmalıdır.” Öğretmen10 “Spor her bireyin hayatında en önemli 5 şeyden biridir. Bireyin bedensel ve psikolojik sağlığı açısından vazgeçilmezdir. Ancak bence spor kaynaştırma öğrencilerinin gelişimi açısından çok daha önemlidir. Sporun sağladığı özgüven kaynaştırma öğrencilerinin gelişimi için itici güçtür, onların diğer alanlarda da gelişmesini sağlayabilir. Bu sebeple kaynaştırma eğitiminde sporun gücünden daha fazla faydalanılmalıdır. Kaynaştırma öğrencileri sporla ilgili özel branşlarla yönlendirilmeli, bunun için zaman ve kaynak ayrılmalıdır. Okullarda spor ilgili dersler ve faaliyetler artırılarak devam edilmelidir.” Öğretmen1 “Hangi yaş ve düzeyde olursa olsun egzersiz ve spor hayatımızın önemli bir parçası olmalı. Hem sağlığımız, hem de toplumsal gelişim için önemli bir unsur sportif faaliyetlerdir. Kaynaştırma eğitimi alan öğrenciler bunun bilicinde yetiştirilmeli ve desteklenmelidir. Yaşlılarıyla ortak oynayabilecek aktiviteler planlanmalıdır.

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmaya katılan öğretmenlerin 10’u erkek, 9’u kadındır. Öğretmenlerimizin 14’ü evli 5’bekardır. Bağımlılığı olmayan 11 öğretmene karşılık saigara kullananlar 7 ve alkol kullanan 1 öğretmen bulunmaktadır. Bulgular kısmında alınan veriler ışığında, öğrencilerin ders dışı sorsal faaliyetlere katılımın akademik ve psikolojik olarak değerlendirilmesine bakıldığında; öğretmenlerin çoğunluğu sportif faaliyetlerin kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin gelişimlerine olumlu etkileri olduğunu belirtmişlerdir. Öğretmenler sportif faaliyetlerin başarı hissini arttırdığını bunun da akademik olarak iyileşmeye vesile olduğunu dile getirmişlerdir.

Egzersiz engelli bireylerin hayatlarında etki ettiği alanlar ile ilgili görüşler incelendiğinde; özel gereksinime ihtiyacı olan öğrencilerin farklı engel türleri için gelişimlerini desteklediğini, kas yapılarını olumlu etkilediğini, psikolojik olarak iyi hissettiklerini, sosyalleşerek toplum içinde yer edindiklerini özgüven noktasında kendilerine olan güvenlerinin arttığını gözlemlemişlerdir.

Kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin özgüvenlerini arttırmaları ile ilgili çözüm önerilerine bakıldığında; sporsal faaliyetler ve günlük görevler, en fazla çözüm getirilmesi gerek konular olarak belirlenmiştir. Bununla beraber kaynaştırma öğrencilerinin durumları hakkında, sınıflarındaki diğer öğrencilere bilgiler verilmeli farkındalık oluşturulmalı ve iletişimin okul içinde ve dışında devam edilmesi gerektiği dile getirilmiştir. Sporsal faaliyetlerde başarıların değerlendirilmesinde katılımcıların çoğu kaynaştırmalı öğrencilerin sportif başarılarının kendileri üzerinde olumlu etkiler bıraktıklarını ve özellikle ailelerin bu etkinliklere destek vermeleri gerektiği görülmüştür.

Kaynaştırma eğitimi alan öğrencilerin mezun olduktan sonraki hayatlarında arkadaşları ile aralarındaki farklar ile ilgili öğretmen görüşlerin bakıldığında; katılımcıların önemli ölçüde olumlu yönde fark olacağını dile getirirken, az sayıda katılımcının fark olmayacağını ve durumu değiştirmeyeceğini belirten de olmuştur. Özellikle fark olmayacağını düşünen katılımcılar, mezuniyetten sonraki günlük akışta ve iş hayatında ortamdan ve kişisel bakış açılarından ötürü sınırlılıklar yaşadıklarını dile getirmişlerdir. Kaynaştırma eğitiminin önemi hakkında öneri ve görüşleri istenen öğretmenler; sportif faaliyetlerin özel gereksinimi olan öğrencileri sosyalleştirdiğini ve duygu yönetimini olumlu etkilediğini belirtmişlerdir. Bu tür sportif etkinlikleri çeşitlendirip sayısının artırılmasının faydalı olacağı gözlemlenmiştir. Ayrıca hangi yaşta olursa olsun engelli bireylerin, sportif aktiviteleri düzenli olarak yapmaları ve alışkanlık haline getirmeleri, günlük hayatlarına olumlu etkiler bırakacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın sonucunda kaynaştırma eğitiminin olumlu yönlerini dile getiren öğretmenlerin verdikleri desteğin ana noktasını insani hayat standartlarını özel gereksinimi olan öğrencilerinde hak ettikleri ve bunun için bakanlıkların konu üzerinde hassasiyetle durmaları gerektiği, oluşturulan politikaların bu yönde geliştirilmesi gerektiği sonucuna varılmıştır. Sınırlılıklarının, sınıf ortamlarının iyi olmaması, mevcutların yer yer fazla olması, bireysel eğitime gereken zamanın ayrılamaması, yetişmiş kalifiye personelin az oluşu...vs. göz önüne alınması gerektiği de yapılacak planlamalara yol göstereceği düşünülmektedir.

Kaynakça;

- Ataman, A. (1996). Öğretmen Yetiştiren Eğitim Fakültelerine Öğretim Elemanı Yetiştirilmesi ve Eğitimde Toplam Kalite Yönetimi. Yeni Türkiye (Eğitim özel Sayısı), 2: 7, 382-389.
- Battal, İ. (2007). Sınıf Öğretmenlerinin ve Branş Öğretmenlerinin Kaynaştırma Eğitimine İlişkin Yeterliliklerinin Değerlendirilmesi. Afyon: Afyonkarahisar Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Eripek, S. (1986). Engelli Çocukların Normal Sınıflara Yerleştirilmesi Kaynaştırma. Anadolu Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 1, 2: 40-45.
- Gürgür, H. (2005). Kaynaştırma Uygulamasının Yapıldığı İlköğretim Sınıfında İşbirliği İle Öğretim Yaklaşımının İncelenmesi. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. (Yayınlanmamış Doktora Tezi).
- Karadeniz, G. (2002). Eğitimde Kaynaştırma (Entegrasyon). İstanbul: Maltepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Kaya, İ. (2005). Anasınıfı Öğretmenlerinin Kaynaştırma (Entegrasyon) Eğitimi Uygulamalarında Yeterlilik Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
- Kitzinger, J. (1995). Qualitative research: Introducing focus groups. Bmj, 311(7000), 299-302
- Özokçu, O. (2002). Kaynaştırma Uygulamasının Başarısında Rol Oynayan Etmenler. Çoluk Çocuk Dergisi, 33: 25-26.

129-iscs-conference-8th-574-MT-Face to Face Oral / -92

SEDANTER BİREYLERİN YEME BOZUKLUĞU, BEDEN ALGISI İLE FİZİKSEL AKTİVİTEYE KARŞI TUTUM VE DAVRANIŞLARININ BELİRLENMESİ

Şebnem ŞARVAN CENGİZ¹, Hayal ÖRCÜTAŞ¹,
Ayşe GÖKÇE ULAŞ², Büşra ATEŞ³

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, ²T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı, ³T.C. Milli Eğitim Bakanlığı

Bu çalışmada sedanter bireylerin yeme bozukluğu ile mevcut beden algılarının ve fiziksel aktiviteye karşı tutum ve davranışlarının belirlenmesi ile aralarındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu çalışmada katılımcıların yeme bozukluğu olup olmadığını belirlemek amacıyla 2010 yılında Hill ve arkadaşları tarafından geliştirilen Rezzy Yeme Bozuklukları Ölçeği; Beden algılarını belirlemek amacıyla 1983 yılında Stunkard tarafından geliştirilen Stunkard's Beden Değerlendirme Ölçeği; fiziksel aktiviteye karşı tutum ve davranışlarını belirlemek amacıyla 2015 yılında Shembre ve arkadaşları tarafından geliştirilen 2016 yılında Eskiler ve arkadaşları tarafından Türkçe geçerlik ve güvenilirliği yapılan Bilişsel Davranışçı Fiziksel Aktivite Ölçeği kullanılmıştır. Çalışmaya 18-60 yaş arasında yaş ortalamaları 36,752 ($\pm 10,99$) olan, 328'i kadın, 176'sı erkek olmak üzere toplamda 504 gönüllü sedanter birey katılmıştır. Araştırma verilerinin istatistiksel analizlerinin yapılması için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde katılımcıların demografik bilgilerini belirlemek için frekans analizi, bireylerin fiziksel aktiviteye karşı tutum ve davranışlarının tespiti, demografik bilgilerinin ve diğer ölçeklerle ve alt boyutlarla karşılaştırılması için T-Testi ve One Way ANOVA uygulanmıştır.

Araştırma sonunda Bilişsel Davranışçı Fiziksel Aktivite Ölçeği öz düzenleme alt boyutunda ve toplam puanlarında erkek katılımcılarda kadın katılımcılara, kişisel engeller alt boyutunda yeme bozukluğu olanların olmayanlara, toplam puanlarda yeme bozukluğu olmayanların olanlara, vücutundan memnun olanların ise kilolu bulanlara oranla anlamlı şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Vücuttan memnuniyet düzeyine göre sonuç beklentisi alt boyutunda anlamlı bir farklılığa rastlanmazken öz düzenleme ve kişisel engeller alt boyutlarında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Bununla birlikte katılımcıların yaşları ilerledikçe sonuç beklentisi ve öz düzenleme alt boyutlarının ve toplam puanlarının anlamlı bir şekilde azaldığı, düzenli egzersiz yapma durumuna göre incelendiğinde ise sonuç beklentisi ve öz düzenleme alt boyutlarında ve toplam puanlarında düzenli egzersiz yapanların yapmayanlara göre daha yüksek, kişisel engeller alt boyutunda ise düzenli egzersiz yapmayanların yapanlara göre daha yüksek puan elde ettikleri tespit edilmiştir.

Sonuç olarak araştırmaya katılan bireylerin yeme bozuklukları, beden algısı ve fiziksel aktiviteye karşı tutum ve davranışları arasında kuvvetli bir ilişki bulunduğu, yeme bozukluğu varlığında beden algısının değiştiği ve fiziksel aktiviteye karşı tutum ve davranışlarında farklılık ortaya çıktığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Yeme Bozukluğu, Beden Algısı, Fiziksel Aktivite

Determination Of Eating Disorder, Body Image And Physical Activity Attitudes And Behaviors Of Sedentary Individuals

Şebnem ŞARVAN CENGİZ¹, Hayal ÖRCÜTAŞ¹,
Ayşe GÖKÇE ULAŞ², Büşra ATEŞ³

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, ²T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı, ³T.C. Milli Eğitim Bakanlığı

In this study, the relationship between the current body perceptions of sedentary individuals, eating disorders and the determination of their attitudes and behaviors toward physical activity was aimed.

In this research, the Rezy Eating Disorders Scale, developed by Hill et al. in 2010 to determine whether the participants had an eating disorder; Stunkard's Body Rating Scale, developed by Stunkard in 1983 to identify body perceptions; The Cognitive Behavioral Physical Activity Scale, developed by Shembre et al. in 2015 and validated and reliabled in Turkish by Eskiler et al. in 2016, was used to examine attitudes and behaviors towards physical activity.

A total of 504 voluntary sedentary individuals, 328 female and 176 male, with a mean age of 36,752 (± 10.99) between the ages of 18-60 participated in the study. SPSS 22.0 package program was used for statistical analysis of the research data. In the analysis of the data, frequency analysis was applied to establish the demographic information of the participants, to examine the attitudes and behaviors of individuals towards physical activity, and to compare their demographic information with other scales and sub-dimensions, T-Test and One Way ANOVA.

At the end of the study, it was determined that in the Cognitive Behavioral Physical Activity Scale, self-regulation sub-dimension and total scores, male participants were significantly higher than female participants, in the personal barriers sub-dimension, those without eating disorders, those without eating disorders in total scores, and those who were satisfied with their bodies were significantly higher than those who were overweight. While no significant difference was found in the sub-dimension of result expectation according to the level of satisfaction with the body, significant differences were found in the sub-dimensions of self-regulation and personal barriers. On the other hand, as the age of the participants increased, the results expectation and self-regulation sub-dimensions and total scores decreased significantly. It has been determined that those who do not exercise regularly have higher scores than those who do.

As a result, it can be said that there is a strong relationship between eating disorders, body image and attitudes and behaviors towards the physical activity of the individuals participating in the research, body image changes in the presence of eating disorders, and there is a difference in their attitudes and behaviors towards physical activity.

Keywords: Eating Disorder, Body Image, Physical Activity

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SAĞLIĞI GELİŞTİRME DAVRANIŞLARI

Süleyman GÖNÜLATEŞ¹, Osman İMAMOĞLU²

¹Pamukkale Üniversitesi, ²Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Bu çalışmanın amacı Üniversite öğrencilerinin sağlığı geliştirme davranışlarını algılamalarının araştırılmasıdır. Araştırmanın örneklemini Spor Bilimleri, Eğitim, fen edebiyat ve iktisat fakültelerinde okuyan 497 öğrenci oluşturmuştur. Veriler, araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” ve Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları (SYBD)-II ölçeği ile toplandı. İstatistiksel işlemlerde student t- testi kullanıldı.

Araştırmada sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları-II ölçeği puan ortalaması kadın öğrencilerde erkeklerden daha düşük bulunmuştur. Cinsiyete göre karşılaştırmada Tinsellik alt boyutu ve toplam ölçek puanlamasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Buna karşılık beslenme, fiziksel aktivite, stres yönetimi, sağlık sorumluluğu ve kişiler arası ilişkiler alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Bu çalışmada spor yapan öğrencilerin tinsellik, beslenme, fiziksel aktivite, sağlık sorumluluğu, kişiler arası ilişki, stres yönetimi alt boyutları ve toplam ölçek puanları spor yapmayan öğrencilerden anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p<0,05$ ve $p<0,001$).

Sonuç: Üniversite öğrencilerinde sağlığı geliştirme davranışlarını algılama durumları cinsiyete göre benzer ve spor yapma durumuna göre farklı bulunmuştur. Yine öğrencilerin sağlıklı yaşam biçimleri davranışları orta seviyede belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin sağlıklı yaşam biçimleri davranışlarını geliştirmeleri için desteklenmeleri ve spor yapmaya yönlendirilmeleri önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler : Üniversite Öğrencisi, Sağlık, Yaşam Biçimi, Spor

Health Improvement Behaviors In University Students

The aim of this study is to investigate university students' perceptions of health promotion behaviors. The sample of the study consisted of 497 students studying at the faculties of Sports Sciences, Education, science and literature and economics. Data were collected with the “Personal Information Form” and the Healthy Lifestyle Behaviors (SYBD)-II scale developed by the researcher. Student t-test was used for statistical procedures. In the study, the mean score of the Healthy Lifestyle Behaviors-II scale was found to be lower in female students than in males. No significant difference was found in the Spirituality sub-dimension and total scale scoring in comparison with gender ($p>0.05$). On the other hand, a significant difference was found in the sub-dimensions of nutrition, physical activity, stress management, health responsibility and interpersonal relations ($p<0.05$). In this study, spirituality, nutrition, physical activity, health responsibility, interpersonal relationship, stress management sub-dimensions and total scale scores of students who do sports were found to be significantly higher than students who did not do sports ($p<0.05$ and $p<0.001$). Conclusion: The perceptions of health promotion behaviors in university students were found to be similar according to gender and different according to the state of doing sports. Again, the healthy lifestyle behaviors of the students were determined at a moderate level. It is recommended that university students be supported to develop healthy lifestyle behaviors and directed to do sports.

Keywords: University Student, Health, Lifestyle, Sports

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİN DE SPOR EĞİTİMİ, SPOR YAPMA DURUMU VE SINIF DÜZEYİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÜZERİNE ETKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

Süleyman GÖNÜLATEŞ¹, Osman İMAMOĞLU²

¹Pamukkale Üniversitesi, ²Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Bu çalışmanın amacı üniversite öğrencilerinde spor eğitimi, spor yapma durumu ve sınıf düzeyinin internet bağımlılığı üzerine etkisinin araştırılmasıdır. 336 Kadın ve 278 Erkek üniversite öğrencisinin doldurmuş olduğu internet bağımlılığı ölçeği değerlendirmeye alınmıştır. Karşılaştırmalarda t- testi ve tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri yapılmıştır.

Bu çalışmada kadın öğrencilerin internet bağımlılığı puanı 40,03 iken erkek öğrencilerde 44,63 olarak bulunmuştur. Cinsiyete göre kadın öğrenciler ve erkek öğrenciler arasında internet bağımlılığında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,001$). Erkeklerin internet bağımlılığı puanı kadın öğrencilerin internet bağımlılığı puanından yüksek bulunmuştur. Okudukları bölümlere göre internet bağımlılık puanlarına bakıldığında Beden eğitimi ve spor bölümü ve antrenörlük bölümü öğrencilerinin puanları Psikoloji ve tarih bölümü öğrencilerine göre anlamlı şekilde daha düşüktür ($p>0,001$). Bu farklılık beden eğitimi ve antrenörlük bölümü öğrencilerinin diğer bölüm öğrencilerine göre spor eğitimi almaları ve spor yapmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bireysel spor, takım sporu ve her ikisini birden yapan öğrencilerin spor yapmadığını belirten öğrencilere göre internet bağımlılık puanları anlamlı derecede düşüktür ($p<0,001$). Spor yapan öğrenci grupları internet bağımlılık puanları arasında ise anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Sınıf düzeyine göre internet bağımlılığında anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Son sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık puanları diğer sınıflardan daha düşük bulunmuştur. Günlük olarak spor yapma saat miktarına göre bakıldığında internet bağımlılık puanlarında yapanlar ile yapmayanlar arasında anlamlı farklılık vardır ($p<0,001$). Spor yapanların bir saat veya 6 saat spor yapmaları internet bağımlılık puanlarında anlamlı bir değişim yapmamıştır ($p>0,05$).

Sonuç: Üniversite öğrencilerinde cinsiyet, spor yapma durumu ve sınıf düzeyine göre internet bağımlılığı farklılaştığı tespit edilmiştir. Ayrıca Bireysel ve takım spor yapma veya her iki sporu birden yapma durumunun internet bağımlılığında puanı düşürme yönünde olumlu etkisi olduğu düşünülmektedir. Yine spor yapılan saat miktarının internet bağımlılığı üzerinde farklı etkisi olmamakta ama spor yapmayanlara göre olumlu etkisi tespit edilmiştir. Spor yapmayan üniversite öğrencilerine sporla aktif olarak ilgilenmeleri önerilir.

Anahtar Kelimeler:Cinsiyet, Öğrenci, İnternet kullanımı, Bağımlılık, Spor, Antrenman

Investigation Of The Effects Of Sports Education, Doing Sports And Class Level On Internet Addiction in University Students

Süleyman GÖNÜLATEŞ¹, Osman İMAMOĞLU²

¹Pamukkale Üniversitesi, ²Ondokuz Mayıs Üniversitesi

The aim of this study is to investigate the effects of sports education, sports status and class level on internet addiction in university students. Internet addiction scale completed by 336 female and 278 male university students was evaluated. In comparisons, t-test and one-way analysis of variance and LSD tests were performed.

In this study, while the internet addiction score of female students was 40.03, it was found to be 44.63 for male students. A significant difference was found in internet addiction between female students and male students according to gender ($p<0.001$). Internet addiction score of males was higher than female students' Internet addiction score. Considering the internet addiction scores according to the departments they studied, the scores of the students of the physical education and sports department and the coaching department were significantly lower than the students of the psychology and history department ($p>0.001$). It is thought that this difference is due to the physical education and coaching department students receiving sports training and doing sports compared to the students of other departments. There was no significant difference between the internet addiction scores of the student groups doing sports ($p>0.05$). A significant difference was found in internet addiction according to the grade level ($p<0.05$). The internet addiction scores of the senior students were found to be lower than the other grades. Considering the amount of time to do sports on a daily basis, there is a significant difference in internet addiction scores between those who do and those who do not ($p<0.001$). Doing sports for one hour or 6 hours did not make a significant change in internet addiction scores ($p>0.05$).

Conclusion: It has been determined that internet addiction differs in university students according to gender, sports status and class level. In addition, it is thought that doing individual and team sports or doing both sports has a positive effect on lowering the score in internet addiction. Again, the amount of time spent doing sports does not have a different effect on internet addiction, but it has a positive effect compared to those who do not do sports. University students who do not do sports are recommended to be actively involved in sports.

Keywords: Gender, Student, Internet use, Addiction, Sports, Training

GENÇ FUTBOLCULARDA MENTORLUK HİZMETİNİN FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Muhammed ENES YAZAR¹

¹Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü

ÖZET

Dünya’da her geçen gün gelişmekte olan endüstriyel alanlarda talebin artması yeni ihtiyaçları doğurmuş ve bu ihtiyaçların karşılanması için oluşturulan yeni meslek gruplarından bir tanesi de mentorluktur. "Mentorluk" kavramı bireylerin (mentee) sahip oldukları potansiyeli ortaya çıkaran, güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmesini sağlayan, motivasyon ve performanslarını yükselten, liderlik yeteneklerini geliştiren, kişisel gelişim sürecini hızlandıran, zorluklarla nasıl başa çıkılması gerektiğini öğreten, bireyi gereksiz risklerden koruyan bir yönetim anlayışıdır (Tükeltürk ve Balcı 2014). Literatür incelendiğinde bu alanda ülkemizde yapılan çok fazla çalışma olmamasına ek olarak bu çalışmanın spor bilimleri alanında ilk kez yapılıyor olması oldukça önem taşımaktadır. Bu ön çalışmanın amacı profesyonel bir 2. Lig kulübünün altyapısında yetişmekte olan 12-19 yaş arası futbolculara(n = 70) mentorluk hizmetini uygulayarak, futbolcu gelişiminde ne düzeyde fayda sağladığını analiz etmektir. Çalışmanın araştırma deseni nicel çalışmadır (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Çalışmanın kapsamında, profesyonel bir 2. lig futbol kulübünün alt yapısında oynayan genç futbolculara, sahip oldukları potansiyeli ortaya çıkarmayı, güçlü ve zayıf yönlerini keşfetmesini sağlamayı, motivasyon ve performanslarını yükseltmeyi, liderlik yeteneklerini geliştirmeyi, kişisel gelişim sürecini hızlandırmayı, zorluklarla nasıl başa çıkılması gerektiğini öğretmeyi ve bireyi gereksiz risklerden korumayı amaçlayan mentorluk hizmeti verilmiş, ardından bu hizmetin sporcular üzerindeki etkisini ölçmek amacıyla "Mentor Davranış Ölçeği" kullanılmıştır(Güngör, 2019). Çalışma bulguları, genç futbolcuların mentorluk hizmeti sonrası, öfke kontrolü sağlayabildikleri, stres ve kaygı ile başa çıkabildikleri görülmüştür. Bu gelişmelerin genç futbolcuların performanslarına ve profesyonel statüye geçme durumlarına etkisi tartışılmıştır. Buna ek olarak mentorluk hizmetinin daha yaygın bir şekilde, farklı spor branşlarında ve yaş gruplarında kullanılmasına dair literatür tartışılarak önerilerde bulunulmuştur.

Dipnot: Bu çalışmada Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü yüksek lisans programına bağlı yürütülen "Profesyonel Futbol Kulüplerinin Altyapılarında Bulunan Sporculara Uygulanan Mentorluk Hizmetlerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi" adlı tez çalışmasından faydalanılmıştır.

Anahtar Kelimeler:Mentorluk hizmeti, futbol, uzun vadeli sporcu gelişimi,

Investigation Of Mentoring Service In Young Football Players In Terms Of Different Variables

The increase in demand in the industrial areas that are developing day by day in the world has created new needs and one of the new occupational groups created to meet these needs is mentoring. The concept of "mentoring" is a management approach that reveals the potential of individuals (mentee), enables them to discover their strengths and weaknesses, increases their motivation and performance, improves their leadership skills, accelerates the personal development process, teaches how to deal with difficulties, and protects the individual from unnecessary risks(Tükeltürk ve Balcı 2014). When the literature is examined, in addition to the fact that there are not many studies in this field in our country, it is very important that this study is conducted for the first time in the field of sports sciences. The aim of this preliminary study is to analyze the level of benefit in football player development by applying mentoring service to football players(n = 70) between the ages of 12-19who are trained in the infrastructure of a professional 2nd League club. The research design of the study is quantitative study(Yıldırım ve Şimşek, 2013). Within the scope of the study, mentoring service to protect the individual from unnecessary risks, in order to reveal the potential of young football players playing in the infrastructure of a professional 2nd league football club, to discover their strengths and weaknesses, to increase their motivation and performance, to improve their leadership skills, to accelerate their careers, and to teach

them how to deal with difficulties. given. Then, "Mentor Behavior Scale" was used to measure the effect of this service on football players(Güngör, 2019). The findings of the study showed that young football players were able to control their anger and cope with stress and anxiety after the mentoring service. The effects of these developments on the performance of young football players and their transition to professional status are discussed. In addition, the literature on the use of mentoring services more widely in different sports branches and age groups has been discussed and suggestions have been made.

Footnote: In this study, the thesis study named "Examination of Mentoring Services Applied to Athletes in the Infrastructure of Professional Football Clubs in terms of Some Variables" affiliated to the graduate program of Kırıkkale University Health Sciences Institute was used.

Keywords:*mentoring service, soccer, long-term athlete development,*

65 YAŞ VE ÜZERİ BİREYLERDEKİ FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYİ İLE YALNIZLIK DÜZEYİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Şebnem ŞARVAN CENGİZ¹, Buse DELEN¹, Nilgün VURGUN¹

¹Manisa Celal Bayar University, Manisa

Bu çalışmada 65 yaş ve üzerindeki bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Bu çalışmaya yaş ortalaması 70,59 yıl ($\pm 5,267$), kilo ortalaması 77,02 kg ($\pm 7,266$) olan, 95'i erkek, 154'ü kadın olmak üzere toplamda 249 gönüllü birey katılmıştır. Çalışma kapsamında katılımcılara ait yaş, kilo, cinsiyet, medeni durum, çalışma durumu ile kronik hastalık olup olmadığına dair demografik bilgileri belirlemek amacı ile bilgi formu düzenlenmiştir. Katılımcılara fiziksel aktivite düzeylerini belirlemek amacıyla Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği (International Physical Activity Questionnaires-IPAQ), yalnızlık puanlarının belirlenmesi amacıyla UCLA Yaşlılar için Yalnızlık Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma verilerinin istatistiksel analizleri için SPSS 22.0 paket programı kullanılmıştır. Katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri ile yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Mann-Whitney U Testi kullanılmıştır. UCLA'nın IPAQ üzerindeki öngörücü gücünü tespit etmek için Kruskal Wallis-H Testi kullanılmıştır.

Çalışma grubuna ait verilerin analizi sonucunda; MET ve yalnızlık puanlarının cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, erkek bireylerin cinsiyet değişkeni ile yalnızlık puanı arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Anlamlılık düzeyi 0,05 olarak belirlenmiştir ($p < 0.05$). Kadın katılımcılarda ise cinsiyet değişkeni ile yalnızlık puanları arasında istatistiksel olarak herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır. Katılımcılardan elde edilen verilere göre; cinsiyet değişkeni incelendiğinde erkek katılımcıların yalnızlık puanlarının kadın katılımcılara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yaş, kilo ve kronik hastalık durumu değişkenleri incelendiğinde ise yalnızlık puanları ve fiziksel aktivite düzeyleri arasında istatistiksel olarak pozitif yönde anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Çalışmamızın sonuçlarına göre; erkek katılımcıların yaşlarının arttıkça yalnızlık puanlarının arttığı tespit edilmiştir. Katılımcıların vücut ağırlıkları arttıkça yalnızlık puanlarının arttığı, fiziksel aktivite düzeyinin ise düştüğü tespit edilmiştir. Kronik hastalık değişkeni incelendiğinde ise kronik hastalığı olmayan bireylerin kronik hastalığı olanlara göre fiziksel aktivite düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Yalnızlık puanlarına bakıldığında ise kronik hastalığı olan bireylerin kronik hastalığı olmayanlara göre daha yüksek puanlar elde ettiği saptanmıştır. Sonuç olarak, araştırmaya katılan bireylerde yaş, kilo ve kronik hastalık değişkenlerinin yalnızlık puanları ve fiziksel aktivite düzeyleri üzerinde anlamlı farklılıklar ortaya koyduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Yaşlılık, Fiziksel Aktivite, Fiziksel Aktivite Düzeyi, Yalnızlık, Depresyon, Egzersiz, Sağlıklı Yaşlanma, Yalnızlık Puanı

Investigation Of The Relationship Between The Level Of Physical Activity And The Level Of Loneliness In Individuals Aged 65 And Over

Şebnem ŞARVAN CENGİZ¹, Buse DELEN¹, Nilgün VURGUN¹

¹Manisa Celal Bayar University, Manisa

A total of 249 volunteers, 95 males and 154 females, with a mean age of 70.59 years (± 5.267) and an average weight of 77.02 kg (± 7.266) participated in this study. Within the scope of the study, an information form was prepared in order to determine the demographic information of the participants about age, weight, gender, marital status, employment status and whether there was a chronic disease. The International Physical Activity Questionnaires (IPAQ) were used to determine the physical activity levels of the participants, and the UCLA Loneliness Scale for the Elderly was used to determine the loneliness scores. SPSS 22.0 package program was used for statistical analysis of research data. The Mann-Whitney U Test was used to determine the relationship between the physical activity levels of the participants and their loneliness levels. The Kruskal Wallis-H Test was used to determine the predictive power of UCLA on the IPAQ. As a result of the analysis of the data belonging to the study group; When the MET and loneliness scores were analyzed according to the gender variable, a significant difference was found between the gender variable and the loneliness score of male individuals. The significance level was determined as 0.05 ($p < 0.05$).

No statistically significant difference was found between the gender variable and loneliness scores in female participants. According to the data obtained from the participants; When the gender variable was examined, it was determined that the loneliness scores of the male participants were higher than the female participants.

When the variables of age, weight and chronic disease status were examined, statistically significant differences were found between loneliness scores and physical activity levels ($p < .05$).

According to the results of our study; It was determined that as the age of male participants increased, the loneliness scores increased. It was determined that as the body weight of the participants increased, their loneliness scores increased and their physical activity level decreased. When the chronic disease variable was examined, it was determined that the physical activity levels of individuals without chronic disease were higher than those with chronic diseases. When the loneliness scores were examined, it was determined that individuals with chronic diseases achieved higher scores than those without chronic diseases.

As a result, it can be said that the variables of age, weight and chronic disease show significant differences in loneliness scores and physical activity levels of the individuals participating in the research.

Keywords: Aging, Physical Activity, Physical Activity Level, Loneliness, Depression, Exercise, Healthy Aging, Loneliness Score

EGZERSİZE BAĞLI SIVI KAYBI VE DEHİDRASYON DEĞERLENDİRİMESİ

Özkan IŞIK¹, ERSEL DÖNMEZ¹, Engin ERKAN², Murat AKYÜZ³

Spor Bilimleri Fakültesi, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir, Türkiye

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Sakarya, Türkiye

Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa, Türkiye

Egzersiz sırasında insan organizmasında farklı metabolik (elektrolit ve protein kaybı, glikojen rezervlerinin tükenmesi ve sıvı rezervlerinin oryantasyonu vb.) değişiklikler kaydedilmiştir. Bu nedenle, vücutta kaybedilen sıvının egzersiz öncesi, sırası ve sonrasında yerine konması önemlidir. Amaç, egzersize öhidrasyon durumunda başlamak, egzersiz esnasında dehidrasyon'dan kaçınmak ve bir sonraki antrenman öncesi, vücutta kaybedilen sıvının yerine konmasını sağlamaktır.

Siklet sporları ile ilgilenen sporcuların sıklıkla ağırlık kaybı gerçekleştirdikleri bilinmektedir. Nitekim, 1997 yılında Amerika Birleşik Devletleri (ABD)'nde 3 kolejli güreşçinin ölümünün vücut ağırlıklarının %15'i kadar dehidrasyon gerçekleştirdiklerinden kaynaklandığı rapor edilmiştir (Remick, 1998). 1997'de gerçekleşen bu ölümlerin ardından ABD Ulusal Kolej Sporları Birliği (National Collegiate Athletic Association, NCAA) güvenli olmayan ağırlık kaybı uygulamalarının değerlendirilebilmesi için yeni tedbirler almaya ve yöntemler geliştirmeye çalışmıştır. Bu yöntemler vücut ağırlığındaki değişiklikler, tükürük (ağız kuruluğu), hematolojik göstergeler, idrar özgül ağırlığı, biyoelektrik impedans analizörü ve kardiyovasküler göstergelerdir.

Egzersize bağlı sıvı kaybının ve dehidrasyonun değerlendirilmesinde bir çok yöntem olsa da bu yöntemlerin bazıları tek başına dehidrasyonun belirlenmesinde bir gösterge olabilmesine rağmen bazıları ise tek başına dehidrasyon göstergesi olmamakla birlikte diğer dehidrasyon göstergeleri ile desteklenmesi gerekmektedir. Bu bağlamda bu derlemenin amacı egzersize bağlı sıvı kaybı ve dehidrasyonun değerlendirilmesinde kullanılan yöntemlerin doğru kullanım modelleri ile ilgili detaylı bilgi vermektir.

Anahtar Kelimeler: *Ağırlık kaybı, Dehidrasyon, Egzersiz*

Evaluation Of Exercise-Induced Fluid Loss And Dehydration

During exercise, different metabolic (electrolyte and protein loss, depletion of glycogen reserves and orientation of fluid reserves, etc.) changes have been recorded in the human organism. Therefore, it is important to replace the fluid lost in the body before, during, and after exercise. The aim is to start the exercise in a state of euhydration, avoid dehydration during exercise, and replace the lost fluid in the body before the next exercise.

It is known that athletes who are interested in weight sports often lose weight. As a matter of fact, it was reported that the death of 3 college wrestlers in the United States of America (USA) in 1997 was caused by dehydration of as much as 15% of their body weight (Remick, 1998). After these deaths in 1997, the US National Collegiate Athletic Association (NCAA) tried to take new precautions and develop methods to evaluate unsafe weight loss practices. These methods are changes in body weight, saliva (dry mouth), hematological indicators, urine specific gravity, bioelectrical impedance analyzer, and cardiovascular indicators.

Although there are many methods for the evaluation of exercise-induced fluid loss and dehydration, some of these methods can be a direct indicator for the determination of dehydration, while others are not an indicator of dehydration alone, but need to be supported by other dehydration indicators. In this context, the aim of this review is to give detailed information about the correct usage models of the methods used in the evaluation of exercise-induced fluid loss and dehydration.

Keywords: *Weight loss, Dehydration, Exercise*

BİREYSEL VE TAKIM SPORCULARININ PSİKOLOJİK BELİRTİLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Engin GEZER¹, Hatice GEZER¹

¹Kafkas Üniversitesi

Amaç: Bu çalışma ile bireysel ve takım sporcularının psikolojik belirtilerinin tespit edilerek bazı değişkenler açısından karşılaştırılması amaçlanmıştır. **Yöntem:** Çalışmaya Türkiye Üniversiteler Federasyonu tarafından yapılan organizasyonlara katılan yaş ortalamaları; 20,56±0,90 olan 183 kız ve 21,78±1,85 olan 225 erkek olmak üzere toplam 308 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılan öğrencilerin 178 tanesi takım sporculardan oluşurken 130 tanesi ise bireysel sporculardan oluşturmaktadır. Öğrencilerin psikolojik belirtileri Derogatis (1992) tarafından geliştirilmiş, Şahin ve Durak (1994) tarafından Türk toplumu için geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan Kısa Semptom Envanteri (KSE) ile ölçülmüştür. **Bulgular:** Çalışma katılan sporcuların Kısa Semptom Envanteri alt boyutlarından elde ettikleri puanlar sırasıyla takım sporcuları için şu şekilde sıralanmıştır; Anksiyete:10,96±8,37, Depresyon: 11,22±7,88, Olumsuz Benlik: 9,80±8,45, Somatizasyon: 7,65±5,98, Hostilite: 6,34±4,23, Rahatsızlık Ciddiyeti İndeksi (RCİ): 0,91±0,74, Belirti Toplam İndeksi (BTİ): 26,54±13,34, Semptom Rahatsızlık İndeksi (SRİ): 1,67±0,87 olarak tespit edilmiştir. Takım sporcuları için ise; Anksiyete: 8,67±6,57, Depresyon: 9,82±5,45, Olumsuz Benlik: 7,52±5,31, Somatizasyon: 5,65±3,89, Hostilite: 6,12±3,78, Rahatsızlık Ciddiyeti İndeksi (RCİ): 0,83±0,51, Belirti Toplam İndeksi (BTİ): 23,44±10,86, Semptom Rahatsızlık İndeksi (SRİ): 1,54±0,61 olarak tespit edilmiştir. **Sonuç:** Sporcu öğrencilerin okudukları sınıf, cinsiyet, yaş ve bölüm değişkeni açısından yapılan incelemelerde anlamlı (p<0,05) farklılıklar tespit edilmiştir. Bu çalışma sonuçları takım sporcularının bireysel sporculara oranla anlamlı düzeyde daha yüksek psikolojik belirtilere sahip olduklarını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler:Kısa Semptom Envanteri (KSE), Bireysel ve Takım Sporcuları, Üniversite Öğrencileri

Evaluation Of Psychological Symptoms Of Individual And Team Athletes

Aim: The study was aimed at determining and assessing psychological signs in terms of some variables among the team and individual athletes.

Method: The average age of participating in the organizations organized by the Turkish Universities Federation; a total of 308 university students, including 183 girls with a score of 20.56±0.90, and 225 boys with a score of 21.78±1.85, participated in the study. While 178 of the participating students are team athletes, 130 of them are individual athletes. Psychological signs of the students were measured with Brief Symptom Inventory which was designed by Derogatis (1992) and whose validity and reliability tests for the Turkish society were performed by Şahin ve Durak (1994).

Findings: The scores of the team athletes participating the study from subscales of Brief Symptom Inventory were as follows: Anxiety: 10,96±8,37, Depression: 11,22±7,88, Interpersonal Sensitivity: 9,80±8,45, Somatization: 7,65±5,98, Hostility: 6,34±4,23, Symptom Severity Index: 0,91±0,74, Global Severity Index: 26,54±13,34, Symptom Distress Index: 1,67±0,87; respectively.

The scores of the individual athletes participating the study from subscales of Brief Symptom Inventory were as follows: Anxiety: 8,67±6,57, Depression: 9,82±5,45, Interpersonal Sensitivity: 7,52±5,31, Somatization: 5,65±3,89, Hostility: 6,12±3,78, Symptom Severity Index: 0,83±0,51, Global Severity Index: 23,44±10,86, Symptom Distress Index: 1,54±0,61; respectively.

Result: It was found out that there were significant differences among the athletes students in terms of grades, gender, age and academic department (p<0.05). The results of this study show that team athletes have significantly higher psychological symptoms than individual athletes.

Keywords:Brief Symptom Inventory (BSI), Individual and Team Athletes, University Students

137-iscs-conference-8th-6-MT-Face to Face Oral / -101

SPOR EĞİTİMİ ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE SPORTMENLİK YÖNELİMLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

METİN ÖZLÜ¹, ENGİN GEZER¹, HATİCE GEZER¹

¹Kafkas Üniversitesi

ÖZET

Amaç: Bu çalışma ile üniversitelerin spor eğitimi veren bölümlerinde okuyan üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile sportmenlik yönelimlerinin tespit edilerek bazı değişkenler açısından karşılaştırılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Çalışmaya Kafkas Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda okuyan yaş ortalamaları; 19,87±1,40 olan 134 kız ve 21,35±2,30 olan 160 erkek olmak üzere toplam 294 öğrenci katılmıştır. Çalışmaya katılan öğrencilerin 202 tanesi takım sporları ile uğraşırken 92 tanesi ise bireysel sporlar ile uğraşmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerin Kişilik Özelliklerini belirlemek için Goldberg (1993) tarafından hazırlanan daha sonra John ve Srivastava (1999) tarafından geliştirilen ve Tomrukçu (2008) tarafından Türkçeye uyarlanan Kişilik Özellikleri Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin Sportmenlik Yönelimleri ise Vallerand ve arkadaşları (1997) tarafından geliştirilen ve Balçıkanlı (2010) tarafından Türkçeye uyarlanan Sportmenlik Yönelimleri Ölçeği ile belirlenmiştir.

Bulgular: Yapılan istatistiki inceleme sonucunda çalışma grubunu oluşturan öğrencilerin Kişilik Özellikleri Ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri puanlar sırasıyla şu şekildedir. Sosyal normlara uyum; 3,76±1,21, Kurallar ve yönetime saygı; 3,81±1,15, Sporda sorumluluklara bağlılık; 4,00±1,19, Rakibe saygı; 3,69±1,179 olarak tespit edilmiştir. Sportmenlik Yönelimleri Ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri puanlar ise sırasıyla şu şekildedir. Dışa dönüklük; 3,18±0,88, Geçimlilik; 3,09±0,82, Duygusal dengesizlik; 2,87±0,95, Sorumluluk; 3,20±0,91, Açıklılık; 3,60±1,11.

Sonuç: Üniversitelerin spor eğitimi veren bölümlerinde okuyan öğrencilerin okudukları sınıf, cinsiyet ve yaş değişkeni açısından yapılan incelemelerinde anlamlı ($p<0,05$) farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca öğrencilerin Kişilik Özellikleri Ölçeği ve Sportmenlik Yönelimleri Ölçeği ile alt boyut puanlarının literatürle benzer aralıkta olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler:Kişilik Özellikleri, Sportmenlik Yönelimleri, Spor eğitimi Alan Üniversite Öğrencileri

Evaluation Of Personality Traits And Sportsmanship Orientations Of University Students Taking Sports Education

METİN ÖZLÜ¹, ENGİN GEZER¹, HATİCE GEZER¹

¹Kafkas Üniversitesi

Abstract

Aim: In this study, it is aimed to determine the personality traits and sportsmanship orientations of university students who are studying at sports education departments of universities and compare them in terms of some variables.

Method: A total of 294 students, 134 girls with a mean age of 19.87 ± 1.40 , and 160 boys, with a mean age of 21.35 ± 2.30 , studying at the School of Physical Education and Sports of Kafkas University participated in the study. While 202 of the students participating in the study are engaged in team sports, 92 of them are engaged in individual sports. The Personality Traits Scale, which was prepared by Goldberg (1993) and later developed by John and Srivastava (1999) and adapted into Turkish by Tomrukçu (2008), was used to determine the Personality Traits of the students participating in the study. The Sportsmanship Orientations of the students were determined by the Sportsmanship Orientation Scale developed by Vallerand et al. (1997) and adapted into Turkish by Balçıkanlı (2010).

Findings: As a result of the statistical analysis, the scores of the students who participated the study group from the Personality Traits Scale sub-dimensions are as follows, respectively.

Compliance with social norms; 3.76 ± 1.21 , Respect for rules and management; 3.81 ± 1.15 , Commitment to responsibilities in sports; 4.00 ± 1.19 , Respect for the opponent; It was determined as 3.69 ± 1.179 . The scores they obtained from the sub-dimensions of the Sportsmanship Orientation Scale are as follows, respectively. Extroversion; 3.18 ± 0.88 , Agreeableness; 3.09 ± 0.82 , Emotional instability; 2.87 ± 0.95 , Responsibility; 3.20 ± 0.91 , Openness; 3.60 ± 1.11 .

Result: It was found out that there were significant differences among the athletes students in terms of grades, gender and age ($p < 0.05$). In addition, it is seen that students' Personality Traits Scale and Sportsmanship Orientations Scale and sub-dimension scores are in a similar range with the literature.

Keywords: Personality Traits, Sportsmanship Orientations, University Students Taking Sports Education

GÜREŞ VE KICKBOKS DERSİNİN KOLLUK SAVUNMA VE MÜDAHALE TEKNİKLERİ DERSİ GÖREN JANDARMA VE SAHİL GÜVENLİK AKADEMİSİ ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK FARKLI PARAMETRELER AÇISINDAN ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Emsal ÖZTÜRK¹

¹JSGA

Bu çalışmanın amacı 'Güreş ve Kickboks Dersinin Kolluk Savunma ve Müdahale Teknikleri Dersi Gören Jandarma ve Sahil Güvenlik Akademisi Öğrencilerine Yönelik Farklı Parametreler Açısından Etkisinin İncelenmesidir. Çalışmaya 350 JSGA öğrencisi katılacaktır. Katılımcıların 175'i Jandarma ve Sahil Güvenlik Akademisi Subay Eğitim Merkezinde Öğrenim Gören 175 öğrenci ve Jandarma ve Sahil Güvenlik Akademisi Fakültesinde Öğrenim gören 175 olmak üzere toplan 350 öğrenci oluşturmuştur. Çalışmada tanımlayıcı istatistikler, korelasyon ve iki yönlü anova kullanılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Güreş, kickbox, savunma teknikleri, Kolluk Kuvvetleri

Investigation Of The Effect Of Wrestling And Kickboxing Lesson On The Gendarmerie And Coast Guard Academy Students Taking Law Enforcement Defense And Intervention Techniques Lesson In Terms Of Different Parameters

The aim of this study is to Investigate the Effect of Wrestling and Kickboxing Course in terms of Different Parameters for the Gendarmerie and Coast Guard Academy Students Taking Law Enforcement Defense and Intervention Techniques Course. 350 JSGA students will participate in the study. A total of 350 students, 175 of whom were educated at the Gendarmerie and Coast Guard Academy Officer Training Center, and 175 at the Gendarmerie and Coast Guard Academy Faculty, consisted of the participants. Descriptive statistics, correlation and two-way anova were used in the study.

Keywords: Wrestling, Kickbox, Self Defense, Law Enforcement

TÜRKİYE, İNGİLTERE VE ALMANYA'NIN SPOR SİSTEMLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE KARŞILAŞTIRILMASI

Berkay AYVERDİ¹, Hakan SUNAY²

¹Ankara Üniversitesi- **Orcid:** 0000-0003-3529-7089

²Ankara Üniversitesi- **Orcid:** 0000-0001-5139-1492

ÖZET

Çoğu ülkede spor politikaları kitle sporu ve elit spor olarak iki amaca yöneliktir. Ülkelerin spor sistemlerini geliştirmesi için çeşitli nedenleri bulunmaktadır. Giderek artan rekabetçi bir ortamda ülkeler karşılaştırmalı olarak yer ve güç tespiti yapmışlardır. Bunun sonucunda akademik literatürde karşılaştırmalı spor sistemlerine büyüyen ve gelişen bir ilgi olmuştur. Bu doğrultuda bu araştırmanın amacı Türkiye, İngiltere ve Almanya'nın spor sistemlerini dört değişken açısından (Spor sistemleri, Sporun Finansmanı, Spora Katılım, Spor Politikaları) karşılaştırmaktır. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden durum analizi yöntemi tercih edilmiş, yatay yaklaşım ve belge tarama yaklaşımı ile veriler toplanmıştır. Sonuçlar karşılaştırılan ülkelerin spor sistemleri yapılarında bazı benzerlikler ve farklılıklar olduğunu göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor Sistemleri, Türkiye, İngiltere, Almanya

Comparison Sport Systems Of Turkey, England And Germany According To Some Variables

ABSTRACT

In many countries, sports policies are aimed at two goals as mass sports and elite sports. There are various reasons for countries to develop their sports systems. In an increasingly competitive environment, countries wanted to see their power. As a result, there has been a growing and developing interest in comparative sports systems in the academic literature. In this direction, the aim of this research is to compare the sports systems of Türkiye, England and Germany in terms of four variables (Systems, Finance, Participation, vPolicies). In this research, the case study method which is one of the qualitative research methods was preferred, and data were collected with the horizontal approach and document scanning approach. The results showed that there are some similarities and differences in the sports systems structures of the countries compared.

Keywords: Sport Systems, Turkey, England, Germany

Giriş

Spor son yıllarda hükümetlerin politikalarında önemli alanlardan biri haline gelmiştir (Green ve Houlihan). Çoğu ülkede spor politikaları kitle sporu ve elit spor olarak iki amaca yöneliktir (Kavestos ve Szymanski, 2010). Spor dışı hedeflere ulaşılmasında bir araç olarak kullanılması, daha sağlıklı bir toplum oluşturma çabası ve uluslararası sportif başarı elde etmek spor politikaları geliştirmenin başlıca amaçlarındandır (Bergsgard ve ark, 2007; Hoye ve ark., 2011). Bu nedenle iyi düşünülmüş ve uygulanmış spor politikaları, uzun vadeli performans sonuçlarını ve daha sağlıklı bir toplum yaratma çabalarını olumlu yönde etkilemektedir (Sotiriadou ve ark., 2014).

Son yıllarda elit spor politikaları, bilimsel araştırmalara sıklıkla konu olmuştur (De Bosscher ve ark, 2006; Brouwers ve ark., 2015; Sotiriadou ve ark., 2014). Spor sistemlerinin karşılaştırmalı analizi ile bu bilimsel araştırmaların bir parçası olmuştur (De Bosscher ve ark, 2006; Sunay, 2021). Özellikle ülkelerin spor sistemlerinin karşılaştırıldığı çalışmalar sayesinde ülkeler spor alanında kendi yer ve güç tespitini kolayca yapabilmektedir (PGLOBAL, 2017). Bu sayede ülkeler uygun spor politikaları geliştirmek, uluslararası sportif arenada başarılı olacak elit sporcuları yetiştirmek ve uygun stratejiler geliştirebilmektedir. Akademik araştırmaların literatüre katkısının yanı sıra bir ülkedeki politika belirleyicilere politika geliştirme süreçlerinde karar almalarına katkı sunmaktadır (De Bosscher, 2015).

Bir ülkenin spor sistemlerini etkileyebilecek bir dizi faktör bulunmaktadır (De Bosscher ve ark, 2006). Spora finansal destek, spora katılım ve spor politikaları bu faktörlerdendir (De Bosscher, 2015; Petry ve Hallman, 2013). Bu nedenle bu araştırmanın amacı Türkiye, İngiltere ve Almanya'nın spor sistemlerini bu değişkenlere göre karşılaştırmaktır. Araştırmaya bu ülkelerin dahil edilmesinin amacı bu ülkelerin sporcu sayılarının nüfus oranlarına göre yüksek olması, spora katılımın yoğunluğu, spor yönetim sisteminin birbirlerinden farklı olması, ekonomik açıdan farklılıklarının bulunması, politika açısından farklı yönetim yapılarının olmasıdır.

Almanya

Almanya tarihinde, özellikle Doğu Almanya 41 yıllık (1949-1990) kısa ömürlü tarihinde, modern tarihte dünyanın en başarılı spor sistemlerinden birini üretmiştir. Doğu Almanya'da spor, Soğuk Savaş Doğu ve Batı Bloklarını kutuplaştırmış ve bir siyaset aracı haline gelmiştir (Cole, 2000).

Sporun Finansmanı

Alman spor sistemi, kâr amacı güden ve kâr amacı gütmeyen spor organizasyonları olarak ikiye ayrılmaktadır ve sporun finansmanı da buna göre farklılık göstermektedir. Spor organizasyonlarının gelir elde etmek için farklı kaynakları vardır. Bunlar, kulüplerin üyelik ücretlerini, sponsorluk anlaşmalarını, TV yayın haklarını, ticari satışları, kamu sübvansiyonlarını ve piyangoyu içermektedir. Ayrıca belirtmek gereklidir ki Alman hükümeti uluslararası sportif başarı için elit spora 2006'dan 2009'a kadar 842 Milyon Euro bütçe ayırmıştır. Almanya'da Federal eyaletler ve yerel belediyeler, elit sporun yanı sıra herkes için sporu da desteklemektedir (Petry ve Hallmann, 2013). Federal devlet spora her yıl yaklaşık 60 Milyon Euro bütçe ayırmaktadır (Sunay, 2021).

Spor Yönetim Sistemi

Almanya'da sporun elit sporu ile halkın katılım sağladığı kitle sporunun farklı sorumlu kurumlar tarafından yönetildiği, spor politikasının bu iki yapılandırma çerçevesinde gerçekleştirildiği gözlenmektedir (Petry ve Hallmann, 2013). Federal Almanya'da devletin spor politikalarının belirlenmesi, elit sporun teşviki, spor eğitimi ve spor bilimlerinin desteklenmesi sorumluluklarının taşıdığı, sportif faaliyetlerin düzenlenmesinde Alman Olimpik Spor Birliği ve Eyalet Spor Birlikleri ile iş birliği yapmaktadır. Almanya Spor Federasyonu yapısına baktığımızda ise Almanya'da Sporda özerk yönetimin iki büyük örgütü Alman Milli Olimpiyat Komitesi (NOKD) Alman Spor Birliğidir

(DSB: Deutscher Sport Bund). Bunların dışında; Almanya da kendi branşlarını yöneten ulusal bazda yaklaşık 84 spor federasyonunun bulunduğu görülmektedir (Sunay, 2021).

Spora Katılım

2. Dünya Savaşı sırasında halkın spora katılımı, asker yetiştirmek amaçlı olarak önemsenirken bu durum savaşın sonra yerini sağlıklı ve bilinçli bir toplum için kitle sporu anlayışına bırakmıştır (Hartmann-Tews, 2002). 1959 yılından itibaren DSB (Alman Spor Birliği) halkın rekreasyonel spora katılımına yönelik bazı çalışmalar yapmıştır. Almanya'da devlet üst düzey sporu organize ederek, yerel yöneticilerin kitle ve rekreasyonel sporlardan sorumlu olmaktadır. Ülkede lisanslı olarak spor yapanların yanı sıra kitle sporuna yönelik özel sağlık ve spor kulüplerinde önemli sayıda sportif aktiviteye katılımın yoğun olduğu görülmektedir. Almanya'da spora katılımında en önemli aktiviteler; Futbol, Jimnastik, Tenis, Atletizm ve Biniciliktir (Petry and Hallmann 2013; akt: Sunay, 2021).

Spor Politikaları

Almanya'da 1949'da Almanya Ulusal Olimpiyat Komitesi (NOK) ve 1950'de Alman Spor Birliği (DSB) kurulmuştur. NOK, Almanya'daki Olimpiyat hedeflerinin gerçekleşmesi ve elit sporcuların gelişimi için kurulmuş bir örgüttür. DSB ise tüm spor federasyonlarını temsil eden ulusal şemsiye organizasyon olarak kurulmuştur. 2006 yılında bu organizasyonlar Alman Olimpik Spor Konfederasyonu (DOSB) ile birleşmiştir. Bu da Olimpik ve Olimpik olmayan spor disiplinlerinin tek bir çatı altında toplanması anlamına gelmektedir (Petry ve Hallmann, 2013). DOSB, görev alanlarını genel hedefler, performans odaklı hedefler ve herkes için sporla ilgili hedefler olarak ayırır (DOSB 2011).

İngiltere

Günümüzde Birleşik Krallık'ta spor sistemi oldukça karmaşık bir yapıdadır. Hem kamu hem de özel kuruluşlar spor politikalarının geliştirilmesi ve uygulanması aşamalarında yer almaktadır ve bu durum da bazı karışıklıklara sebep olmaktadır (Walters ve Tacon, 2015).

Sporun Finansmanı

İngiltere'de sporun finansmanı merkezi hükümet başta olmak üzere çeşitli kaynaklardan gelir: Yerel yönetimler: Hizmet ettiği topluma sporu bir yaşam kalitesi olarak sağlar ve sunar. Ulusal piyango İngiltere'de sporun döndüğü bir başka alan bahislerdir. Bir diğer finansman kaynağı sponsorluklardır. Sports aid gelecek vaat eden sporculara destek için kurulmuş bir hayır kurumudur. Gönüllü sektör hayırseverler bağışçılar ve halk tarafından sağlanan kaynaklardır. Bir diğer kaynak ise özel ticari sektör şirketleridir.

Spor Yönetim Sistemi

İngiltere'de sporun yönetim yapısı karmaşık bir biçimdedir. İngiltere de sporun yönetim yapısı 4 seviyeden oluşmaktadır: Ulusal Hükümet, Ulusal (Hükümet Dışı), Bölgesel Kuruluşlar, Yerel Kuruluşlar.

Spora Katılım

Sport England halkın spora teşviki ve katılımından sorumlu kurumdur. Sport England halkın spora katılımını sağlamakla birlikte 2005 yılından bu yana yıllık olarak ülkedeki 16 yaşından büyük bireylerin spora katılımını inceleyen anket uygulayarak geniş kapsamlı bir çalışma yürütmektedir (Gratton ve ark., 2013). Buradaki temel amaç spora katılım oranını arttırmak ve bunu sürdürülebilir hale getirmek, elit sporcu gelişimine destek olmaktır.

Spor Politikaları

Günümüzde İngiltere’de spordan sorumlu çatı örgüt Kültür, Medya ve Spor Bakanlığı’dır. Bununla birlikte hükümet spor politikalarının geliştirilmesinde Sport England ve İngiliz Spor Konseyi ile çalışmaktadır. İngiltere’de spor politikalarına ilgi 1960’lı yıllarda başlamıştır (Houlihan ve Lindsey, 2013). O tarihten günümüze kadar İngiltere’de spor politikalarını içeren çeşitli belgeler yayınlanmıştır. Bu politikalar halkın spora katılımının teşviki ve elit sporcu yetiştirme amaçlarını kapsamaktadır (Sunay, 2021).

Türkiye

Sporun Finansmanı

Türkiye’de devlet spora direkt olarak finansal destek sağlamaktadır. Spordan sorumlu kurum olan SGM (Spor Genel Müdürlüğü) ‘ye genel bütçe, Spor Toto katkı payları ve sportif faaliyet gelirleri ile finansal kaynak aktarılmaktadır (Sunay, 2021). Türkiye 2006 – 2009 yılları arasında elit spora 117 Milyon Euro Bütçe ayırmıştır (Ak, 2017).

Spor Yönetim Sistemi

Günümüzde Türkiye’de sporun yönetimi tamamen devletin kontrolü altında gerçekleşmektedir. Türkiye’de spor Gençlik ve Spor Bakanlığı çatısı altındadır. Bakanlık bünyesinde spora yönelik geliştirilen politikaların uygulanması, sporun kitlelere yayılması ve elit sporun gelişiminden sorumlu kurum Spor Hizmetleri Genel Müdürlüğüdür. Bununla birlikte Türk spor yönetiminde sportif üst kuruluşlar Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi, Türkiye Paralimpik Komitesi, Türkiye Özerk Futbol Federasyonudur. Sivil toplum kuruluşu olarak da Türkiye Amatör Spor Kulüpleri Konfederasyonu bu üst kuruluşlardandır (Ak, 2017).

Spora Katılım

Türkiye’de halkın spora teşviki ve katılımından Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı Spor Genel Müdürlüğü, bu kuruma bağlı taşra teşkilatları sorumludur. Türkiye’de özellikle 10-29 yaş arasındaki nüfusun yoğunluğundan dolayı Türkiye’de potansiyel sporcu sayısı oldukça fazladır. Son yıllarda özellikle voleybol ve basketbol branşlarında elde edilen uluslararası sportif başarılar gelecekte Türkiye’de spora katılım konusunda artış yaşanacağına dair öngörüü arttırmaktadır.

Spor Politikaları

Türkiye anayasasında spora yer veren ender ülkelerden biridir. Türkiye Cumhuriyeti 1982 Anayasası'nda gençlik ve spor, 58. ve 59. Maddeler ile tanımlanmıştır. Gençliğin Korunmasına ilişkin 58. Madde şu şekildedir: “Devlet, İstiklal ve Cumhuriyetimizin emanet edildiği gençlerin müsbet ilmin ışığında, Atatürk ilke ve inkılapları doğrultusunda ve Devletin ülkesi ve milletiyle bölünmez bütünlüğünü ortadan kaldırmayı amaç edinen görüşlere karşı yetişme ve gelişmelerini sağlayıcı tedbirleri alır. Devlet, gençleri alkol düşkünlüğünden, uyuşturucu maddelerden, suçluluk, kumar ve benzeri kötü alışkanlıklardan ve cehaletten korumak için gerekli tedbirleri alır.” Sporun Geliştirilmesine yönelik 59. Madde ise şu şekildedir: “Devlet, her yaştaki Türk vatandaşlarının beden ve ruh sağlığını geliştirecek tedbirleri alır, sporun kitlelere yayılmasını teşvik eder. Devlet başarılı sporcuyu korur.” Türkiye Cumhuriyeti Anayasası'nda tanımlanmış bu maddeler ile devletin hem halkın spora katılımının sağlanması hem de spor yapanların sosyal güvenliğinin korunması da sağlamaktadır. Buradan hareketle devletin hem kitlesel spor katılımına hem de elit sporcu geliştirmeye yönelik bir desteği görülmektedir (Sunay, 2021).

Yöntem

Bu araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden durum analizi yöntemi tercih edilmiştir. Durum çalışması, nasıl ve niçin sorularını soran, araştırmacının kontrolü dışında olan bir olgu veya olayı derinlemesine incelemeye olanak sağlayan ve birçok alandaki nitel araştırmalarda yaygın olarak kullanılan bir yöntemdir (Yıldırım ve Şimşek, 2018). Bu doğrultuda seçilmiş ülkeleri kıyaslamak için karşılaştırmalı araştırmalarda sıklıkla kullanılan yatay yaklaşım ve belgesel tarama tekniği yaklaşımı tercih edilmiştir (Sunay, 2021). Yatay yaklaşımda incelenen sistemlerin ayrı ayrı ve tüm unsurları incelenir. Bu unsurlar incelenirken araştırmanın yapıldığı döneme ait tüm unsurlar karşılaştırılır (Delibaş, 2007; akt: Sunay, 2021). Belgesel tarama tekniği ise belli bir amaca yönelik olarak mevcut kaynakları bulma okuma ve değerlendirme işlemleridir (Karasar, 2005; akt: Sunay, 2021).

Ülkelerin sistemleri incelenmesi aşamasında akademik literatür, ülkelerin spor sistemleri ile ilgili detaylı bilgileri içeren web sayfaları spor sistemleri, sporun finansmanı, spor politikaları ve spora katılım faktörleri açısından incelenmiştir. Bu bilgiler ışığında gerekli veriler elde edilmiş ve belirlenen üç ülkenin karşılaştırılması yapılmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmada kullanılan değişkenler çerçevesinde Türkiye, İngiltere ve Almanya'nın spor sistemleri analiz edilmiştir. Bu bölümde karşılaştırma sonucu elde edilen bilgiler tartışılacaktır. Finansal desteklere bakıldığında Türkiye hükümet düzeyinde spora direkt olarak destek vermektedir. Almanya ve İngiltere ise dolaylı olarak spora finansal destek vermektedir. Almanya'da 2006 – 2009 yılları arasında Elit spora 842 Milyon Euro destek verildiği görülürken, aynı yıllar arasında Türkiye elit spora 117 milyon Euro bütçe ayırmıştır. Almanya, Türkiye'nin yaklaşık 8 katı kadar büyüklükte bir bütçeyi elit spora ayırmıştır. Sonuçların Olimpiyat oyunlarına da yansıdığı görülmektedir.

Ülke	Nüfus	Madalya	Kişi
İngiltere	64 Milyon	67	955 bin
Almanya	85 Milyon	42	2 milyon
Türkiye	78.6 Milyon	8	9.8 milyon

Ak (2017). 2016 Rio Olimpiyatlarına göre kişi başına düşen madalya sayıları

Ülke	Nüfus	Madalya	Kişi
İngiltere	67 Milyon	65	1 milyon
Almanya	84 Milyon	37	2.2 milyon
Türkiye	84.3 Milyon	13	6.5 milyon

Sunay (2021). 2020 Tokyo Olimpiyatlarına göre kişi başına düşen madalya sayıları

Tablo 1. Karşılaştırılan ülkelerin kişi başına düşen madalya performansları

Yukarıdaki tablolar karşılaştırılan ülkelerin 2016 Rio Olimpiyatları ve 2020 Tokyo Olimpiyatları performansına ilişkin kişi başına düşen madalya sayılarını içermektedir. Buna göre karşılaştırılan ülkeler arasında en iyi performans İngiltere'ye aittir. 2016 Rio Olimpiyatları sonunda İngiltere'de her 955 bin kişiye bir madalya, Almanya'da her 2 milyon kişiye bir madalya ve Türkiye'de her 9.8 milyon kişiye bir madalya düşmektedir. Ülkeler benzer performansı bir sonraki Olimpiyat Oyunlarında da göstermiştir. İngiltere'de her 1 milyon kişiye bir madalya, Almanya'da her 2.2 milyon kişiye bir madalya ve Türkiye'de her 6.5 milyon kişiye bir madalya düşmektedir. Türkiye'de madalya sayısının artmasına rağmen halen diğer ülkelerin gerisinde kaldığı görülmektedir.

Halk sağlığı bütün ülkeler için önemli bir politika alanıdır (Bergard ve ark., 2007). Bu nedenle bütün ülkeler kitle sporunu önemsemekte ve buna yönelik politikalar geliştirmektedir. Bununla birlikte karşılaştırılan ülkelerin hem kitle sporuna hem de elit spora destek verdiği görülmektedir. Sporun yönetimi Türkiye'de direkt olarak devlet kontrolünde gerçekleşirken, Almanya'da devlete bağlı özerk kurumlar, İngiltere'de ise devlet kontrolünde özerk kurumlar ile gerçekleşmektedir.

Genel olarak bakıldığında ve yukarıdaki tablo (Tablo 1) incelendiğinde Türkiye'de diğer ülkelere kıyasla spora katılımın ve spor kültürünün düşük olduğu gözlemlenmektedir. Bu nedenle bu kıyaslama sonucu araştırmanın Türkiye'de sporun geliştirilmesine yönelik bazı önerileri bulunmaktadır:

Spor kültürünün gelişmesine yönelik çalışmaların yapılması, beden eğitimi dersi programlarının tekrar gözden geçirilmesi, sporun okullarda yaygınlaştırılması, sporcu ve spor kulüpleri sayısının artırılması, okullardaki spor tesislerinin niceliğinin ve niteliğinin artırılması.

Kaynaklar

Ak A. (2017). Türk Sporunda Sorunlar ve Çözüm Önerileri, Spor Yayınevi, Ankara

- Bergsgard N A, Houlihan B, Rommetvedt H, Mangset P, Nødland S I (2007). Sport policy: A comparative analysis of stability and change. Routledge.
- Bernard A B, Busse M R (2000). Who wins the Olympic Games: Economic development and medal totals. Retrieved October 20, 2000
- Bohlke N, Robinson L (2009). Benchmarking of elite sport systems. *Management decision*, 47(1), 67-84.
- Brouwers J, Sotiriadou P, DE Bosscher V (2015). Sport-specific policies and factors that influence international success: The case of tennis. *Sport Management Review*, 18(3), 343-358.
- Cole B C (2000). The East Germany sports system: image and reality (Doctoral dissertation, Texas Tech University).
- De Bosscher V, De Knop P, Van Bottenburg M, Shibli S (2006). A conceptual framework for analysing sports policy factors leading to international sporting success. *European Sport Management Quarterly*.
- Green M, Houlihan B (2005). Elite sport development: Policy learning and political priorities. Routledge.
- Green M, Oakley B (2001). Elite sport development systems and playing to win: uniformity and diversity in international approaches. *Leisure studies*, 20(4), 247-267.
- Hallmann K., Petry, K. (Eds). *Comparative sport development* (S 75-86). Springer Nature.
- Hartmann-Tews (2002). Sport for all. In Naul, R., & Hardman, K. (Eds.). (2002). *Sport and physical education in Germany* (pp. 153-164). London: Routledge.
- Kavetsos, G., Szymanski, S. (2010). National well-being and international sports events. *Journal of economic psychology*, 31(2), 158-171.
- Pglobal (2017) Ülkelerin Spor Başarısını Etkileyen Faktörler: Rio Olimpiyatları Örneği, Ankara: PGlobal Küresel Danışmanlık ve Eğitim Hizmetleri
- Sotiriadou P, Gowthorp L, De Bosscher V (2014). Elite sport culture and policy interrelationships: The case of Sprint Canoe in Australia. *Leisure Studies*, 33(6), 598-617.
- Sunay H. (2021). *Spor Yönetimi*. Gazi Kitabevi. Ankara
- Sunay H. (2021). *Uluslararası Karşılaştırmalı Spor Yönetim Sistemleri*. Gazi Kitabevi. Ankara
- Tacon, R., Hanson, A. (2011). Sport policy and the structure of sport in the UK. 2011). *Managing Sport Business: An Introduction*,
- Yıldırım A, Şimşek H (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin Yayıncılık.

ÖZEL EĞİTİM KURUMLARI VE KAYNAŞTIRMA EĞİTİMİ VEREN İLKOKULLARDA GÖREVLİ, İDARECİ VE ÖĞRETMENLERİN BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR DERSİ HAKKINDA GÖRÜŞLERİNİN BELİRLENMESİ

Gülçin YILMAZ¹

¹Uluslararası Fınal Üniversitesi

Bu araştırmanın amacı, izmit ilçesinde, kaynaştırma ve bütünleştirme eğitimi veren ilkokullarda ve özel eğitim kurumlarında beden eğitimi derslerinin içeriği ve işleyişi hakkında, idareci ve öğretmenlerden görüşler alınarak, özel gereksinimli bireylerde beden eğitimi ve sporun kapsayıcılığı, etkileri, beden eğitimi öğretiminin yeterliliği hakkında görüşlerin belirlenmesidir. Çalışmada nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın grubunu; özel eğitim kurumu bünyesinde eğitim öğretim faaliyetlerini sürdüren idareciler ve özel eğitim öğretmenleri, bununla birlikte, kaynaştırma/Bütünleştirme eğitimi veren ilkokul idarecileri ve sınıf öğretmenleri oluşturmuştur. Toplam 32 öğretmen ve idareciye 4 farklı yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmış, verilerin analizinde de temalar ve alt temalar oluşturulmuştur. Bilimsel araştırma yöntemlerinden betimsel analiz ve içerik analizi ile görüşleri alınmak üzere özel eğitim kurumlarında görev yapan 6 idareci ile, beden eğitimi derslerinin görev yaptıkları okullarda işleyişi ve önemi hakkında ayrıntılı olarak 6 soru yöneltilmiştir. Kaynaştırma/Bütünleştirme eğitimi veren 9 ilkokul idarecisine ise benzer sorular sorularak, beden eğitimi derslerinin özel gereksinimli çocuklar adına önemini ve bu düzeyde idareci olarak okulda yapılan öğretimsel düzenlemeler hakkında toplam 9 soru yöneltilmiştir. 8 sınıf öğretmenine ise beden eğitimi dersinde yeterli olup olmadıkları, yapılan BEP toplantılarında beden eğitimi dersi kazanımlarıyla ilgili, dersin, kaynaştırma öğrencilerine etkisi hakkında toplam 8 soru yönlendirilmiştir. 9 özel eğitim öğretmenine, beden eğitimi derslerinin davranış değiştirmede etkisinin olup olmadığı ve Beden eğitimi dersinin özel eğitim öğretmenleri tarafından uygulanmasının yeterliliğine ilişkin toplam 9 soru sorulmuştur.

Çalışma sonucunda sınıf öğretmenlerinin beden eğitimi konusunda yetersiz oldukları, ayrıca beden eğitimi ve sporun kaynaştırma bütünleştirme öğrencilerine olumlu etkilerinin olduğunu belirterek yapılan BEP toplantılarında bu dersin kazanımlarının dikkate alınmadığı tespit edilmiştir. Özel eğitim öğretmenlerinin beden eğitimi dersine yönelik görüşleri ise olumlu yönde olduğu, dersin etkililiğinin motor gelişim, motivasyon ve sosyalleşme açısından etkililiği saptanmıştır. Ayrıca beden eğitimi öğretmenleri ile iş birliği içerisinde çalışmak istediklerini ifade ederek, Davranış değiştirmede beden eğitimi dersinin etkili olduğu gözlenmiştir. Özel eğitim kurumu idarecilerinin beden eğitimi dersi ilgili planlamalarının öğrencilerin ihtiyaçları doğrultusunda ve iş birliği içerisinde gerçekleştiği saptanmıştır.

Anahtar Kelimeler : Özel eğitim, kaynaştırma, beden eğitimi ve spor

Determining The Opinions Of Officers, Administrators And Teachers About Physical Education And Sports Lessons In Special Education Institutions And Primary Schools Providing Inclusive Education

Gülçin YILMAZ¹

¹Uluslararası Fırat Üniversitesi

Abstract

The aim of this study, which was prepared as a requirement of the graduate study program of the Near East University Institute of Educational Sciences, Department of Special Education, was obtained from the administrators and teachers about the content and functioning of physical education courses in primary schools and private education institutions in Izmit district. The qualitative research method was used in the study about the inclusiveness, effects and efficiency of physical education and sports in individuals with special needs, and the group of the study was composed of special education institution and primary school administrators who provide inclusive education and classroom and special education teachers. 4 different semi-structured interview forms were prepared for a total of 32 teachers and administrators, and themes and sub-themes were used in the analysis of the data. 4 different semi-structured interview forms were prepared for a total of 32 teachers and administrators, and themes and sub-themes were used in the analysis of the data. 6 questions were asked in detail about the functioning and importance of physical education lessons in the schools they work with 6 administrators working in private education institutions in order to get their opinions through descriptive analysis and content analysis, among scientific research methods. Similar questions were asked to 9 primary school administrators who gave inclusive education, and a total of 9 questions were asked about the importance of physical education lessons on behalf of children with special needs and about the educational arrangements made at school as administrators at this level. 8 classroom teachers were directed to 8 questions about whether they are competent in the physical education lesson, about the physical education lesson outcomes in the individualized training plan

meetings and the effect of the lesson on the mainstreaming students. A total of 9 questions were asked to 9 special education teachers about whether physical education lessons had an effect on behavior change and whether the physical education lesson was applied by special education teachers. As a result of the study, it was determined that classroom teachers were inadequate in physical education and that physical education and sports had positive effects and did not take into account the gains of this lesson in individualized training plan meetings. It has emerged as a result that special education teachers want to work in collaboration with physical education teachers. Special education teachers' views on physical education lesson were found to be positive, and the effectiveness of the lesson was found to be effective in terms of motor development, motivation and socialization. It has been observed that physical education lesson is effective in changing behavior. It was determined that the planning of the physical education lesson of the administrators of the private education institutions was realized in line with the needs of the students and in cooperation.

Keywords: *Special education, Inclusion, physical education*

KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİNDE ÇOCUKLARINI SPORA YÖNLENDİREN AİLELERİN BEKLENTİLERİ.

Serhat DENİZ¹

ÖZET

Her veli çocuğunu zihinde, mutlu, sosyal çevresiyle uyumlu ve sorumluluklarını bilen kişiler olarak büyüüp gelişmelerini arzular. Spor, sağlıklı bireylerin yetiştirilmesinde temel eğitim aracıdır. Çocukların, huzur ve mutluluğu bir bakıma beden ve ruh sağlığının tam ve süreklilik arz etmesine bağlıdır. Çocuklarda beden ve ruh sağlığının dengeli bir şekilde gelişmesinde sporun yeri büyüktür.

Bu çalışma, KKTC’de yaşayan ailelerin çocuklarını spor faaliyetlerine gönderme sebeplerinin belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Ailelerin mevcut şartlarda çocukların spora devam edebilmesini hangi koşullarda sağladıklarının belirlenerek, çocukları spora devam edemeyen çocukların velileriyle paylaşılması ve hizmet sunma konumunda bulunan kulüpler, spor okulları, antrenörler, eğitimci vb. unsurların hizmetlerini geliştirmesi amacıyla çalışmanın önemli olduğu düşünülmektedir. Çalışmanın evrenini 9-16 yaş arası en az 6 aydır spor yapması göz önünde bulundurulmuş sporcuların velileri oluşturmaktadır. Bu amaçla KKTC’de farklı ilinde faaliyet gösteren farklı branşlardaki kulüpler ve velilerle görüşülmüş çalışmaya katılmayı kabul eden veli çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmacı geçerlilik ve güvenilirliği Pehlivan (2009) tarafından gerçekleştirilen alan yazın, uzman ve antrenörlerin de görüşü alınarak hazırlanan 16 maddeden oluşan anket ve bilgi formu sporcu velilerine dağıtılmıştır. Ebeveynlerin vermiş oldukları cevaplar tanımlayıcı değerler tablosu ve frekans yüzdeleri ile hesaplanmıştır. Spor yapan çocukların %78.2’si kadın, %21.8’i erkektir. Spor yapan çocukların ailelerinin spor geçmişlerine bakıldığında ise %97.4’ünün spor yaptığı %2.6’sının ise spor yapmadığı belirtilmiştir. Çocukların devam ettikleri spor branşına bakıldığında bazı çocukların birden fazla spor yaptığı görülmektedir. 307 sporcudan 187’sinin futbol oynadığı belirtilmiştir. Spora gönderme sebeplerinin çocuğun spordan para kazanması olup olmadığının sorulduğu ifadeye durum ise %18.9’u katılmakta, %44.3’ü kararsız ve %36.8’i katılmamaktadır. Bulgular incelendiğinde çocuklarını spora gönderen velilerin kendilerinin de fiziksel olarak aktif oldukları, daha çok anne ve babaların çocuklarını spora götürüp getirdikleri, spora göndermelerindeki amaçları olarak; çocuklarının sağlıklı olması, sosyal olmaları, özgüvenlerinin artması, stresten uzaklaşması, kötü alışkanlıklardan uzak kalması, spor yapmanın çocuklara bir prestij sağladığına inandıkları ve sporcu olmasını istediklerini ancak çocuklarını spora göndermede çocuğunun spordan para kazanmasının çok önemli bir faktör olmadığı görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, Spor, beklenti, Spor, Aile, Çocuk

BİREYSEL BRANŞLARDA VE TAKIMLARDAKİ LİSANSLI SPORCULARIN SPORDAN BEKLENTİLERİ VE BEKLENTİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

Serhat DENİZ, Simay KANAN

Sportif branşların profesyonelleşmesi ile birlikte, sporcuların performans ve spordan beklenti düzeyleri de farklılık göstermektedir. Bu çalışmanın temel amacı bireysel ve takım branşlarındaki lisanslı sporcuların spordan beklentilerinin belirlenmesi ve bu beklentilerin karşılama düzeyinin durum analizini incelemektir. Araştırmanın amacını gerçekleştirmek için elde edilen veriler anket form ile elde edilmiştir. Anketten elde edilen bilgiler doğrultusunda IBM SPSS21 programı ile analiz edilmiştir. Araştırma 2022 yılında gerçekleştirilmiş olup, araştırmaya katılan sporcuların yaptıkları spor branşlarına, cinsiyetlerine, spor yapma yıllarına, aylık gelir durumlarına ve eğitim durumlarına göre görüşler arasında farkı analiz etmek amacıyla tek yönlü varyans analizi yapılmıştır. Araştırma sonucunda lisanslı sporcuların beklenti kavramları, gerçekleşmesini beklenen şey, bireylerin şartlar ve koşullar altında beklentileri karşısında nasıl tutum gösterdikleri ve bunların bireysel ve takımsal branşlarda nasıl fark gösterdiği analiz edilmiştir. Lisanslı sporcuların profesyonelleşme ile birlikte sosyal ihtiyaçlarının yanı sıra fiziksel ve duygusal ihtiyaçları da bulunmaktadır. Bu ihtiyaçların hangi düzeyde karşılanıyor olması bireylerin profesyonel hayatlarına doğrudan etki edip profesyonel sporcuların performans kalitelerini doğrudan etkilediği ortaya çıkmıştır. Bu faktörlerin çoğu uygun şartlar hazırlanarak veya düzenlemelerde bulunularak değiştirilip geliştirilmesi mümkün hale gelebilir. Bu durumla birlikte, lisanslı sporcuların sportif performansını artırmak için iç ve dış faktörelere olumlu değişiklikler bireysel ve takımsal performansı artıracağından sporun kalitesi de artacaktır.

Anahtar Kelimeler: Sporda Beklenti, Spor, Lisanslı Sporcu

KUZEY KIBRIS TÜRK CUMHURİYETİNDEKİ ÖZEL VE DEVLET LİSELERİNDEKİ OKULLARIN ÖRGÜT KÜLTÜRÜ

Cemaliye KARADAYI¹

ÖZET

Eğitim kurumları toplumun kültürel mirasını nesilden nesile iletirken, bununla birlikte meydana getirdikleri kültürü topluma aktarmaktadırlar. Bu nedenle okulların kültürel yapılarının ortaya çıkarılması gerekmektedir. Okullarda yönetici ve öğretmenlerin birlikte hareket etmelerini için okul kültürü önemli bir faktördür. Kültürün temellerinden değerler ve normlar, okul personelinin birlikte hareket etmesini sağlar. Benimsenen ve ortak değerler ve normlar ne derece kuvvetli ise, okul çalışanlarının birlikte hareket etme olasılığı yükselir.

Bu çalışmada evreni Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti Girne ilçesinde eğitim veren 2 özel ve 2 devlet okulunda görev yapan 20 yönetici ve 100 öğretmen oluşturmaktadır. Örneklemenin seçilmesinde küme örnekleme modelinden tek aşamalı küme örnekleme tekniğinden yararlanılmıştır. Çalışmanın yöntemi, literatür incelemesine bağlı olarak KKTC'deki (Girne ilçesi örneği) özel ve devlet okullarındaki mevcut olan kültürel yapıyı belirlemek üzere Terzi (2005) tarafından geliştirilen ölçek kullanılmıştır. Ölçeğin birinci kısmında demografik özellikleri ortaya koyacak sorular, ikinci kısmında ise okul kültürü boyutlarına ilişkin önermeler sunulmuş okullardaki mevcut durumu ortaya çıkarmaya çalışılmıştır. Araştırmanın amacına ulaşmak adına tarama modelinde betimsel analiz yapılmıştır. Bu çalışmanın amacı Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti (KKTC) Girne ilçesi örneği üzerinden, özel ve devlet liselerindeki örgüt kültürüne ilişkin bir değerlendirme yapmaktır. Bu doğrultuda Girne ilçesinde görev yapan özel ve devlet liselerde görev yapan, yönetici ve öğretmenlerin örgüt kültürüne ilişkin algı- düzeylerinin, bu algı- düzeylerinin bazı- değişkenlere (yönetici ve öğretmenlerin yaş-, cinsiyeti, branşı, o okulda çalışma süresi, öğrenim düzeyi, topluluk duygusunun ortak değer oluşturmadaki etkisi, ortak değerlerin okula bağlılık duygularını değerlendirilmesi, okulun tarihi, değerler, inançlar ve geleneklerinin önemi, duygular, normlar, etkileşimler, etkinlikler, beklentiler, varsayımlar, inançlar, tutumlar ve değerlerin örgüt kültürü oluşumundaki etkileri-, okul sembolleri, gelenekler, törenler, gösteriler, kahramanlar, efsaneler ve anlatılanların okulun etkililiğine katkıları, öğrenci başarısı, okul yöneticilerinden ve öğretmenlerinden beklenen ve onlarda gözlenen davranışlar, okulların fiziki yapısı ve mevcut imkânları'na) göre anlamlı farklılık gösterip göstermediklerinin belirlenmesidir. Özel ve devlet liseleri, arasında kültür farklarının olup olmadığı araştırılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Örgüt Kültürü, Öğrenci, Lise Öğrencileri

Organizational Culture Of Schools in Private And State High Schools in The Turkish Republic Of Northern Cyprus

ABSTRACT

While educational institutions transmit the cultural heritage of the society from generation to generation, they also transfer the culture they have created to the society. For this reason, it is necessary to reveal the cultural structures of schools. School culture is an important factor for administrators and teachers to act together in schools. Values and norms, which are the foundations of culture, enable school personnel to act together. The stronger the adopted and shared values and norms, the higher the probability of school staff to act together.

The universe of this study consists of 20 administrators and 100 teachers working in 2 private and 2 public schools in the Kyrenia district of the Turkish Republic of Northern Cyprus. In the selection of the sample, one-stage cluster sampling technique from the cluster sampling model was used. The method of the study was based on the literature review, and the scale developed by Terzi (2005) was used to determine the existing cultural structure in private and public schools in the TRNC (Girne district example). In the first part of the scale, questions to reveal the demographic characteristics were presented, and in the second part, suggestions about the dimensions of school culture were presented, and the current situation in schools was tried to be revealed. In order to achieve the purpose of the research, descriptive analysis was carried out in the scanning model. The aim of this study is

to make an evaluation of the organizational culture in private and public high schools through the example of the Turkish Republic of Northern Cyprus (TRNC) Girne District. In this direction, the perception levels of administrators and teachers working in private and public high schools in Girne district about organizational culture and these perception levels may be affected by some variables (age, gender, branch of administrators and teachers, working time at that school, education level). , the effect of the sense of community on creating common value, the evaluation of common values on feelings of commitment to the school, the history of the school, the importance of values, beliefs and traditions, the effects of emotions, norms, interactions, activities, expectations, assumptions, beliefs, attitudes and values on the formation of organizational culture-, school symbols The aim of this study is to determine whether there are significant differences according to the contributions of the traditions, ceremonies, performances, heroes, legends and stories to the effectiveness of the school, student success, the behaviors expected from and observed from school administrators and teachers, the physical structure of the schools and their current facilities. It has been investigated whether there are cultural differences between private and public high schools.

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN KARIYER PLANLAMA FARKINDALIKLARI İLE İŞ BULMA KAYGILARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Mevlüt GÖNEN¹, Nihan SU²

¹Bayburt Üniversitesi,

ÖZET

İşsizlik ve genç nüfusun istihdamı, ekonominin en temel konularını oluşturmaktadır. Giderek artan işsizlik oranı son dönemlerde yüksek öğrenim mezunu gençleri de olumsuz yönde etkilemektedir. Bu durum, yüksek öğrenim mezunu kişilerde iş bulma kaygısının giderek artmasına yol açmaktadır. Spor bilimleri fakültesi öğrencileri açısından da bu durum değişmemektedir. Sektördeki ihtiyaç ile mezun kişi sayısı arasındaki dengesiz durum, öğrencilerin henüz öğrencilik aşamasındayken dahi iş bulma kaygısıyla baş başa kalmalarına neden olmaktadır. Bu aşamada iyi bir kariyer planı yapmak, gelecekte yaşanabilecek işsizlik problemiyle başa çıkabilmede yardımcı olacaktır. İyi bir kariyer planı yapmanın yolu kariyer farkındalığından geçer. Kariyer farkındalığı kariyer gelişim aşamalarının en önemli adımlarından biri olarak kariyer farkındalığı, meslekler hakkındaki temel bilgiler, eğitim ve beceriler, mesleki tercihlerle ilgili bilgi ve beklentileri kapsar (Nasir & Lin, 2013). Kişinin eğitim hayatı ve sonrasında bir mesleğe başlama süreci kariyerin en önemli aşamalarındandır. Kariyer farkındalığı, bu süreçte kişinin doğru tercihler yapabilmesini sağlayabilmektedir. Bu bakımdan bu çalışmanın amacı spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin kariyer farkındalıkları ile iş bulma kaygıları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmada ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler oluştururken örnekleme ise 2021-2022 Eğitim Öğretim yılında Bayburt Üniversitesinde Öğrenim gören Spor Yöneticiliği, Antrenörlük Bölümü ve Beden Eğitimi ve Spor Bölümünde öğrenim gören 379 (196 Erkek, 183 Kadın) öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmaya sadece gönüllü öğrenciler kabul edilmiştir. Araştırmada, Eroğlu (2020) tarafından geliştirilen “Spor Bilimlerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Kariyer Planlama Ölçeği (KPÖ)’nin Kariyer Farkındalığı ve Mesleki Farkındalık alt boyutları ile Aslan ve Uğraş (2021) tarafından geliştirilen “Spor Bilimleri Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği” kullanılmıştır. Çalışmada kullanılan veriler, anket ve kolayda örneklem yöntemiyle elde edilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 26 paket programı ile analiz edilmiştir. Bağımsız örneklem t testi, tek yönlü varyans analizi (Anova) analizi ve katılımcıların kariyer farkındalığı ve iş bulma kaygıları arasındaki ilişkiyi tespit etmek için Pearson Korelasyon analizleri yapılmıştır. Sonuç olarak katılımcıların kariyer farkındalıkları ile işsizlik kaygıları arasında negatif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. İşsizlik kaygısı ile mesleki farkındalık düzeylerinde ise pozitif yönde, düşük düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: İşsizlik kaygısı, kariyer farkındalığı, spor bilimleri, öğrenci

141-iscs-conference-8th-431-MT-Oral/Online-110

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN İŞ BULMA KAYGILARININ UYKU KALİTESİNE ETKİSİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

(An Investigation Of The Effect Of Job-Finding Concerns Of Students Of The Faculty Of Sports Sciences On The Quality Of Sleep In Terms Of Some Variables)

Zekai ÇAKIR¹, Ülfet ERBAŞ², Mehmet Ali CEYHAN¹, Ayşe BÜLBÜL¹

¹Bayburt Üniversitesi, ²Şırnak Üniversitesi

Bu çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültelerinde okuyan öğrencilerinin Fizyolojik ve ruhsal boyutta önemli etkileri bulunan İş Bulma kaygılarının, uyku kalitelerine etkisinin incelenmesidir. Bu araştırma, genel tarama modeline uygun olarak bağımlı ve bağımsız değişkenler arasında karşılaştırmalı ilişkisel tarama yapılmıştır. Çalışmanın örneklem grubunu 2021-2022 Akademik yılında Spor Bilimleri Fakültelerinde Öğrenim Gören erkek (n=224, %57,4), kadın (n=166, %42,6) olmak üzere toplam 390 öğrenci katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Aslan, M. & Uğraş, S. (2021) tarafından geliştirilen “Spor Bilimleri Öğrencilerinin İş Bulma Kaygısı Ölçeği ile Önder ve arkadaşları tarafından geliştirilen “Uyku Kalitesi Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen veriler, aritmetik ortalama, standart sapma, yüzde, t testi ve ANOVA testi ve Pearson korelasyon kullanılarak analiz edilmiştir. Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre bağımsız grup T Testi Analiz sonuçlarında işsizlik kaygısı ölçek ortalamalarında ve Uyku kalitesi ölçek ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. İşsizlik Kaygısının kadın (X=3,84), katılımcılarda erkeklerden daha yüksek düzeyde, uyku kalitesinin ise erkeklerde (X=2,75) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. (p<0.05). İşsizlik kaygısı arttıkça uyku kalitesinin düştüğü bu araştırma sonuçlarına göre tespit edilmiştir. Bölüm Değişkenine göre, yapılan Anova Testinde Spor Yöneticiliği bölümü mezunlarının işsizlik kaygısının, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü mezunlarından daha yüksek, Rekreasyon Bölümü mezunlarının işsizlik kaygılarının beden Eğitimi ve Spor ile Antrenörlük Bölümü mezunlarından anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. (F=5,291; <p 0,05). Uyku Kalitesi açısından ise Bölümler arasında anlamlı farklılıklar bulunmamıştır (F=,560; >p 0,05). (p>0.05). Sınıf Düzeyi değişkenine göre yapılan analize göre, Sınıf düzeyi arttıkça işsizlik kaygısının yükseldiği tespit edilmiştir. (F=11,667; <p 0,05). Çalışmada elde veriler ile yapılan genel olarak ölçek ortalamaları Pearson korelasyon analizine göre Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin işsizlik kaygısı ve uyku kalitesi arasında pozitif yönde, zayıf düzeyde anlamlı ilişki olduğu görülmektedir. (r=.193; p<.05) anlamlı bir ilişki vardır. İşsizlik, kişide umutsuzluk ve çaresizlik gibi duygular oluşmasına sebep olan önemli bir faktördür. Üniversiteli öğrencilerinin, mezuniyet sonrasında iş bulamayacağına dair endişe, Kaygı düzeyindeki artış, gençlerin ruhsal açıdan yıpranmasına sebep olmaktadır. Oluşabilecek uyku bozukluğunun da akademik başarı, zeka, dikkat ve hafıza üzerinde de olumsuz etkisinin olduğu ve davranış problemlerini artırdığı söylenebilir. Öğrencilerin kaygılarının azaltıcı mezuniyet sonrası iş bulma kaygılarını giderici ve mesleki tecrübelerini arttırıcı önlemlerin alınması önemli bir olgu olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Uyku Kalitesi, İşsizlik Kaygısı, Spor Bilimleri, Öğrenci, Kariyer

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YÜKSEKOKULUNDA OKUYAN ÖĞRENCİLERİNİN SPORA YÖNELİK FARKINDALIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ (ADIYAMAN ÖRNEĞİ)

Gülşah ÇALGAN, Hande İNAN

ÖZET

Çalışmanın amacı; Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Okuyan Öğrencilerin Spora Yönelik Farkındalık Düzeylerinin belirlenmesidir. Araştırmaya Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, 2021-2022 Öğretim Yılı Bahar döneminde ders alan 41 bayan 54 erkek olmak üzere toplamda 95 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmanın evrenini Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri oluşturmaktadır.

Çalışmanın örneklemini ise 2021-2022 Öğretim Yılı Bahar döneminde ders alan 41 bayan 54 erkek olmak üzere toplamda 95 öğrenci oluşturmaktadır.

Çalışmada veri toplama aracı olarak; Uyar'ın 2019 tarafından geliştirilen "Sporda Farkındalık Ölçeği " kullanılmıştır. SBÖ 5'li likert tipinde 30 madde ve 2 alt boyuttan (sosyal ve bireysel fayda, spor bilgisi ve bilgiyi ayırt etme) oluşmaktadır.

Uyar'ın 2019 tarafından geliştirilen "Sporda Farkındalık Ölçeği (2019) ile kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Veriler; betimsel istatistik yöntemler,t-testi ve tek yönlü varyans analizi (Anova) kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda; cinsiyet değişkeni açısından araştırmaya katılan beden eğitimi bölümünde okuyan öğrencilerin ölçek toplam puanı üzerinden anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların yaşları açısından hem bilgiyi ayırt etme hem de fayda alt boyutunda farkındalık boyutunda anlamlı farklılıklar ortaya çıkmamıştır. Bölüm değişkeni açısından araştırmaya katılan beden eğitimi bölümünde okuyan öğrencilerin ölçek toplam puanı üzerinden anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: *Beden Eğitimi, Spor, Farkındalık, Öğrenci.*

Determination Of Sport Awareness Levels Of Students In Physical Education And Sports School (Adıyaman Example)

Abstract

The aim of the study; The aim of this study is to determine the Sports Awareness Levels of the Students Studying at the School of Physical Education and Sports.

A total of 95 students, 41 female and 54 male, who took courses in the spring semester of the 2021-2022 academic year at Adıyaman University School of Physical Education and Sports, participated in the research voluntarily.

The population of the research consists of the students of Adıyaman University School of Physical Education and Sports.

The sample of the study consists of a total of 95 students, 41 female and 54 male, who took courses in the Spring semester of the 2021-2022 Academic Year. As a data collection tool in the study; The "Sport Awareness Scale" developed by Uyar in 2019 was used. SST consists of 30 items and 2 sub-dimensions (social and individual benefit, sports knowledge and distinguishing knowledge) in a 5-point Likert type.

A personal information form was used with the "Sport Awareness Scale (2019) developed by Uyar in 2019. Data; were analyzed using descriptive statistical methods, t-test and one-way analysis of variance (Anova). As a result of the research; In terms of gender variable, it was determined that the students studying in the physical education department participating in the research showed a significant difference over the scale total score. As

a result of the analyzes made, there were no significant differences in the awareness dimension in terms of both knowledge discrimination and benefit sub-dimension in terms of the ages of the participants. In terms of the department variable, it was determined that the students studying in the physical education department participating in the research showed a significant difference over the scale total score.

Keywords: Physical Education, Sports, Awareness, Student.

GİRİŞ

Toplumsal hayatın kapsamında bulunan okullar, kişileri yetiştirmek, sosyal çevrenin birer parçası olan bireyleri ve genç nesli deneyimlediği dünyayı kavrama ve tanımlamayı destekleyerek ileriki zamana iyi bir biçimde hazırlanmakla sorumluluk almayı vazife ederler. Tüm toplumlarda var olan mecburiyet kişilerin beslenme, barınma ve sağlık gibi ihtiyaçlarının karşılanmasının hemen arkasından onların duygusal, bedensel ve zihinsel olarak da sağlıklı bir birey olarak eğitilmesi tarzında yorumlanmaktadır. Yüksek yaşam kalitesini tutturmuş olan ülkelerde beden eğitimi ve spor faaliyetlerinin, insanların yaşamla ilişkilendirdikleri bağın en önemli parçalarından biri olduğu gözlemlenebilir. Bu hususta amaçları ve hedefleri belirlenmiş beden eğitimi ve spor faaliyetleri ile ilgili bilgi, duygu ve hareket düzeyinde bir farkındalık oluşturulması gerekmektedir. Gerekli olan bu farkındalığın sağlanması toplumun geleceğinin sağlıklı temeller üzerine oturtulması açısından da son derece önemlidir. Spor, bireylerin sadece fiziksel gelişimini tamamlamak hedefinde değildir. Aynı zamanda kişilerin hayatları süresince öğrenmelerine ve katılımcı olmalarına dair çeşitli bilgiler kazanmalarına katkıda bulunur. Bu bakımdan spor, yalnızca sağlıklı ve mutlu olmanın, zirvesine erişmenin bir yolu değil, aynı zamanda da bir eğitim aracıdır. Eğitimin kişilerin hayatları süresince devam eden bir süreç olduğu göz önüne alındığında, spor herkes için olmalıdır ve insanlar bu konuyla ilgili bilinçlendirilmeli, toplumda farkındalık oluşturulmalıdır. (Mirzeoğlu, 2011) Sporda farkındalık ve farkındalığı etkileyen faktörler üzerine uluslararası literatürde birçok çalışma yapılmıştır (Cialdini ve diğ., 1976; Funk ve diğ., 2000; Hill ve Green, 2000; Kolbe ve James, 2000; Milne ve McDonald, 1999; Sloan, 1989; Wann, 1995). Lakin bu çalışmaların birçoğu taraftar farkındalığı, marka farkındalığı, sponsorluk farkındalığı gibi farklı konulardaki farkındalık seviyelerini ve farkındalığı etkileyen faktörleri incelemişlerdir. “Farkındalık var olan duruma odaklanmak ve anlık yaşantılara yönelmekle ilgilidir. Basit gibi görünen bu açıklamaya karşın, farkındalık birden fazla yönü olan bir kavramdır. Bu nedenle literatürde farkındalık kavramını farklı yönleriyle ele alan tanımlar bulunduğu görülmektedir” (Çatak ve Ögel, 2010). Kabat-Zinn (2003), farkındalığı, dikkatin istemli bir biçimde ve sorgulamadan anlık yaşantıların akışına yöneltilmesi olarak dile getirmiştir. Farkında olma durumu bilişsel ve duyuşsal bir faaliyettir. Farkında olma işlemi tamamlandığında, birtakım yeni bilişsel şemalar ve imgeler oluşturmuş oluruz. Yeni şema var etmek, bilinç alanının genişlemesi ve gelişmesi anlamını taşır. Farkına varma yoluyla, kendimize, kendimiz dışındakilere ve evrene ilişkin bilinç seviyemizde artış olur; bilinç şemamız genişler (Dökmen, 2002).

“Kişinin hayatı süresince gelişiminin ve dönüşümünün başlangıç noktası; farkına varmaktır” (Karakuş, 2008, s. 74). Erdemli (1996) beden eğitimi kavramının ön şartı olan hareket eğitimi ile ilgili olarak, kişinin en net özelliklerinin başında onun bir hareket varlığı olması geldiğini dile getirmiştir. Bu sebepten kişinin varlığını gerçekleştirilmesi de varlığını sürdürebilmesi de, kendi eylemine bağlıdır. Hareket eğitimi kişinin bedenine ve onun dili olan eyleme

yeni manalar vermektedir. Hareket, insan varlığının temel şartıdır. İnsan dış dünyasını hareketle algılar, çevresini hareketle farkederek. Hareket toplumun bir iletişim aracıdır. Beden eğitiminin, sporun, oyunların ve hayatın merkezinde hareket vardır (Mirzeoğlu, 2011). Farkına varma, fark etme, farkında olma, kendinden haberdar olma gibi kavramlar bireyin zihinsel yeterlikleri, duyuşsal özellikleri, psikomotor becerileri ile ilgili olayları belirtir. İnsan beş duyu organını kullanarak kendisi ve kendi dışındakiler ile iletişime geçerken nelerin farkında olduğunu, neyi aklından geçirdiğini, nasıl duyumsamak istediğini birbirinden ayırabilir ve bunları ihtiyaçları ve istekleri doğrultusunda yaşantısının herhangi bir anında kullanabilir. Beden eğitimi ve spor alanındaki farkındalık, bilişsel, duyuşsal ve psikomotor dalları içinde bulunduran geçmişten geleceğe doğru yönelen ancak kişinin yaşantısının yaşadığı zamandaki seçiciliğinin gerçekleştiği andır (Eski, 2010). Öğrenciler bedensel faaliyetler vasıtasıyla, sağlığın, güzel vücut eylemlerinin ve alıştırmaya kriterlerinin hayatlarındaki yerini bilgilendirerek bunun ehemmiyetini özümserler.

Zihinde kalmanın ve bedensel uygunluğun önemini ve bunların nasıl iyileştirilerek korunduğunu öğrenirler. Öğrencilerin deneyimleyebildikleri farklı bir alan da, beden eğitimi yoluyla kendilerinin zayıf ve güçlü yönlerini test etme imkanı bulmaları olacaktır (Tamer ve Pulur, 2001). Böylece sınırlarının farkında olarak başarabilecekleri ve başaramayacakları fiziksel etkinliklerin bilincine varmış olacaktırlar. Tüm beden eğitimi faaliyetleri toplumsal bir tecrübedir ve çoğu zaman duyguları bünyesinde bulundururlar. Bu tür etkinliklere katılım sağlayan kişiler, hareketler aracılığı ile duygularını dile getirme fırsatı edinirler. İnsanlar spor aracılığıyla olumsuz davranışlardan (utangaçlık, kıskançlık, öfke, saldırganlık) arınırlar. Bu davranışlarını kontrol etmesini öğrenirler (Aracı, 1999, Maslow, 1970). Beden eğitimi derslerinde öğretmenler, öğrencilerin duyuşsal alanda da gelişmelerini desteklemeyi sağlamak için, yıllık programlarındaki etkinliklerde öğrencilerin birlikte çalışmaları için ortam sağlamalı, böylece öğrencilerin sosyalleşmelerine ve işbirlikçi öğrenmelerine fırsat sunmalıdır. Bu tür fırsatlar aynı anda öğrencilerin olumlu kimlik geliştirmelerine de destek olur. Beden eğitiminin temel bakış açısını psikomotor alandaki farkındalık oluşturur. Beden eğitimi dersleriyle diğer alanlarda (bilişsel, duyuşsal) da farkındalık hedeflense de, bir beden eğitimi öğretmenin temel görevi öğrencilerinin psikomotor farkındalıklarına katkıda bulunacağı alanlar yaratmaktır. İyi bir ortam sunulan bireylerde farkındalık üst seviyeye ulaşır. Bu çalışmanın amacı beden eğitimi bölümünde okuyan öğrencilerin spora yönelik farkındalık düzeylerinin belirlenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Betimsel tarama modeli iki ya da daha çok sayıdaki değişkenin birlikte değişim varlığını veya derecesini saptamayı amaçlayan araştırma modelidir. Tarama yolu ile saptanan ilişkileri gerçek bir neden-sonuç ilişkisi olarak yorumlamak doğru olmaz; fakat o yönde bazı ipuçları sunarak bir değişkendeki durumun bilinmesi halinde ötekinin kestirilmesinde faydalı neticeler verebilir (Karasar, 1991).

Çalışma Grubu

Araştırmaya Adıyaman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, 2021-2022 Öğretim Yılı Bahar döneminde ders alan 41 bayan 54 erkek olmak üzere toplamda 95 öğrenci gönüllü olarak katılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak Uyar'ın 2019 tarafından geliştirilen "Sporda Farkındalık Ölçeği" kullanılmıştır. SBÖ 5'li likert tipinde 30 madde ve 2 alt boyuttan (sosyal ve bireysel fayda, spor bilgisi ve bilgiyi ayırt etme) oluşmaktadır.

Verilerin Analizi

Mevcut çalışma kapsamında öğrencilerden elde edilen veriler, betimsel istatistik yöntemler, t-testi ve tek yönlü varyans analizi (Anova) kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına Çarpıklık ve Basıklık değerleri ve Levene testi sonuçları incelenerek karar verilmiştir. Analizler, verilerin parametrik test varsayımlarını karşıladığını göstermiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Cinsiyet Değişkenine Göre Sporda Farkındalık Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılmasına Yönelik T Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	cinsiyet	n	x	ss	sd	t	p
Bilgiyi ayırt etme	Kadın	41	3,50	,65	,101	-2,43	0,17
	Erkek	54	3,80	,50	,069		
Fayda	Kadın	41	4,33	,82	,129	-,585	-,567
	erkek	54	4,42	,50	,069		

Tablo 1'de görüldüğü gibi, yapılan t-testi sonuçlarına göre kadın öğrencilerin sporda farkındalık düzeylerinin alt boyutlarından bilgiyi ayırt etme boyutunda erkek öğrencilerin puan ortalamaları ($\bar{X}=-3,80$), kadın öğrencilerin puan ortalamalarına ($\bar{X}=3,50$) göre daha yüksek bulunması sonucuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. ($t=-2,43$ $p>.5$).

Tablo 2. Bölüm Değişkenine Göre Sporda Farkındalık Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılmasına Yönelik T Testi Sonuçları

Alt Boyutlar	Bölüm	n	x	Ss	sd	t	p
--------------	-------	---	---	----	----	---	---

Bilgiyi ayırt etme	Öğretmenlik	41	3,66	,606	,067	-,654	,496
	Antrenörlük	54	3,76	,482	,133		
Fayda	Öğretmenlik	41	4,34	,682	,075	93	0,58
	Antrenörlük	54	4,64	,460	,127		

Tablo 2’de görüldüğü gibi, yapılan t-testi sonuçlarına göre antrenörlük bölümünde okuyanların sporda farkındalık düzeyinin alt boyutlarından fayda boyutunda öğrencilerin puan ortalamaları antrenörlük bölümünün ($\bar{X}=4,64$) öğretmenlik bölümünde okuyan öğrencilerin puan ortalamalarına ($\bar{X}=4,34$) göre daha yüksek bulunması sonucuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. ($t=,93$ $p>.5$).ç

Tablo 3. Yaş Değişkenine Göre Sporda Farkındalık Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılmasına Yönelik ANOVA Testi Sonuçları

Alt boyutlar	yaş	Varyans kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P
Bilgiyi ayırt etme	17-20 yaş	Gruplararası	1,168	2	,584	1,702	,188
	21-24 yaş	Grupiçi	31,569	92	,343		
	25 ve üzeri yaş	Toplam	32,737	94			
	Total						
Fayda	17-20 yaş	Gruplararası	1,509	2	,754	1,744	,188
	21-24 yaş	Grupiçi	39,795	92	,433		
	25 yaş ve üzeri	Toplam	41,304	94			
	Total						

Tablo 3'te görüldüğü gibi öğrencilerin Anova testi sonuçlarına göre yaş değişkenine göre sporda farkındalık düzeylerinin alt boyutlarında öğrencilerin puan ortalamalarına göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($F(1,702)=,188 p>.5$). ($F=(1,744)=,188 p>.5$).

TARTIŞMA

Araştırmada yapılan istatistiksel analizler sonucu elde edilen bulgulara göre; cinsiyet değişkeni açısından araştırmaya katılan beden eğitimi bölümünde okuyan öğrencilerin ölçek toplam puanı üzerinden anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Recep Cengiz(2006) tarafından yapılan araştırmada, cinsiyet değişkeni ile sporda farkındalık düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Bu araştırmadan elde edilen bulgular mevcut araştırma bulgusunu destekler niteliktedir. Yapılan başka bir çalışmada katılımcıların bilinçli farkındalık düzeyleri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, farkındalık ($t(546)=,049, p>.05$), yargılamama ($t(546)=,305, p>.05$), yeniden odaklanma ($t(546)=-,698, p>.05$) ve toplam puanda ($t(546)=-,444, p>.05$) istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. MURAT ERMAN(2021) Bu çalışma ise araştırmamızın zıttı bir sonuç çıkarsa da cinsiyetin sporda farkındalık durumunu ortaya çıkarır niteliktedir. Katılımcıların yaşlarına göre spora yönelik farkındalık düzeyleri arasındaki ilişki ortaya konmuştur. Yapılan analizler sonucunda katılımcıların yaşları açısından hem bilgiyi ayırt etme hem de fayda alt boyutunda farkındalık boyutunda anlamlı farklılıklar ortaya çıkmamıştır. Araştırmalarda yaş değişkeninin farkındalık düzeyleri üzerinde etkili olmadığını gösteren çalışmalar olsa da (Brown ve diğ.,2007; Newsome,2009; Şentuna,2013, Erman,2021). Sporcu olan öğrencilerin, yaşın artmasına paralel olarak farkındalık düzeylerine sahip olmaları beklenen bir durumdur. Şeşen ve Basım (2012)'in spor bilimlerinde okuyan öğrencilerle yapılan çalışmada yaş değişkeni açısından çalışmamızla farklılık göstermektedir. Bölüm değişkeni açısından araştırmaya katılan beden eğitimi bölümünde okuyan öğrencilerin ölçek toplam puanı üzerinden anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Farkındalık açısından bölümler arasında anlamlı farklılıkların ortaya çıkmasının sebebini anlayabilmemiz için öncelikle bilinçli farkındalığın en temel tanımı olan; bilinçli yaşama sanatı (Kabat-Zinn, 2009) ve aynı zamanda dikkatlilik ve şimdiki zamanda olan olayların farkında olma hali (Brown ve Ryan, 2003) durumunu göz önünde bulundurmalıyız. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri başlangıçta her ne kadar benzer davranışlar sergileseler de zaman geçtikçe okumuş oldukları bölümlerin özelliklerine göre farklı davranışlar göstermektedirler (Eski, 2010; Funk ve ark,2000; Hill ve Green 2000; İmamoğlu,2009).

Antrenör bölümündeki öğrencilerin daha fazla bilinçli farkında olmaları kendi bölümlerinin onlara getirmiş oldukları farklı fırsatlardan kaynaklanıyor olabilir. Çünkü diğer bölümden mezun olan öğrenciler mezun olduklarında yapacakları iş konusunda belirli standartları kafalarında oluşturmuşlardır. Beden Eğitimi Öğretmenliği Genel itibari ile KPSS ye çalışarak okullarda öğretmenlik, yapacaklardır. Ancak antrenörlük bölümünün çalışma alanları çok daha geniş bir yelpazede çeşitlilik gösterdiğinden bu bölümde ki öğrencilerin daha girişimci ve farkındalıklarının yüksek olması açıklanabilir bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

1. *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunun tüm bölümlerinde öğrencilerin farkındalık eğilimlerinin geliştirilmesi için dersler konulabilir, böylece bölümler arasındaki bu farklılıklar ortadan kaldırılabilir*
2. *Müfredat düzenlemesi ile öğrencilerin çevresindeki olaylardan daha fazla haberdar ve farkında olması için sosyal içerikli yeni dersler oluşturulabilir.*
3. *Yapılacak yeni çalışmalarla başka bölümlerdeki öğrencilerle Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulundaki öğrencilerin bilinçli farkındalıkları ile karşılaştırılabilir.*

KAYNAKLAR

- Aracı, H. (1999). *Okullarda beden eğitimi*. Ankara: Bağırğan Yayınevi. s.31
- Cengiz R. (2015). *Taekwondo Sporcularının Bilinçli Farkındalık Düzeylerinin İncelenmesi, ERPA International Health and Physical Education Congress, 4-7 Haziran 2015, Atina, Yunanistan değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi. EBE.
- Erman, M. (2021). *Sporcuların Bilinçli Farkındalık ile Zihinsel Antrenman Beceri ve Teknik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* Erdemli, A. (1996). *İnsan, Spor ve Olimpizm, Spor felsefesi yazıları*. İstanbul: Sarmal Yayınevi.
- Eski, T. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinin kış sporlarına yönelik farkındalık düzeylerinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi. EBE
- Eski, T. (2010). *Ortaöğretim öğrencilerinin kış sporlarına yönelik farkındalık düzeylerinin*
- Funk D, James, J. (2001). *The Psychological Continuum Model: A Conceptual Framework for Understanding an Individual's Psychological Connection to Sport*. *Sport Management Review*, 4, 119–150
- Funk D, James, J. (2001). *The Psychological Continuum Model: A Conceptual Framework for Understanding an Individual's Psychological Connection to Sport*. *Sport Management Review*, 4, 119–150.
- Funk, DC, Mahony, DF, Nakazawa, M, Hirakawa, S. (2000). *Spectator motives: Differentiating among objects of attraction in professional football*. *European Journal of Sport Management*, 7, 51-67.
- Hill, B, Green, BC. (2000). *Repeat attendance as a function of involvement, loyalty, and the sportscape across three football contexts*. *Sport Management Review*, 3(2), 145-162.
- İmamoğlu, R. (2009). *Samsun İli'nde Tenis Sporü İle Uğraşanların Bu Sporü Seçme Sebeplerinin Araştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. Dumlupınar Üniversitesi. SBE.
- Maslow AH. (1970). *Motivation and Personality*, 2nd ed., Harper and Row, New York
- Şentuna, M. (2013). *Türk Antrenörlerinin Modern Olimpiyat Oyunları Hakkındaki Farkındalık Düzeylerinin Belirlenmesi*, *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, XI(1), 41-46

KKTC BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR YASASI VE SPOR TEŞKİLAT YAPISININ GÜNÜMÜZ KOŞULLARI YÖNÜNDEN UYGUNLUĞU

The Conformity Of The Physical Education And Sports Law And The Structure Of The Sports Organization İn The Turkish Republic Of Northern Cyprus With Today's Perspective

Serhat DENİZ¹, Sertaç BOZATLI²

²Uluslararası Kıbrıs Üniversitesi, Lefkoşa. KKTC

ÖZET

Bu araştırma KKTC’de Beden Eğitimi ve Spor Yasası ve Spor Teşkilat Yapısının Günümüz Koşulları Yönünden alanının paydaşları perspektifinden uygunluğunun belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma verileri araştırmacı tarafından geliştirilmiş yarı yapılandırılmış 13 soruluk görüşme formu kullanılarak toplanmış ve toplanan veriler içerik analiz tekniği ile analiz edilmiştir. Araştırmanın çalışma grubunu KKTC’de spor yönetiminden ve beden eğitimi faaliyetlerinden sorumlu olan çeşitli kurum ve kuruluş yöneticileri, oluşturmaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde, katılımcılar için ilk sırada Spor Bakanlığının kurulması gerektiği görüşünün yer aldığı, Spor Yasasının spora hizmet konusunda yetersiz kaldığını, ayrıca spor örgütü yönetici ve personelinin donanımlı ve alanında uzman olması ve federasyonlara devlet tarafından ayrılan bütçenin yetersiz olduğu görüşlerinin ortaya koymuşlardır. Katılımcıların spor hizmetlerinde devletin her zaman destekleyici olması gerektiği konusunda görüşlerin yoğunlaştığı görülmekte ve beden eğitimi derslerinin içerik ve ders saati olarak yetersiz olduğunu ve artırılması gerektiğini de vurgulamışlardır. Çalışmada yer alan katılımcıların büyük bir çoğunluğu KKTC’de var olan spor tesisleri politikasını yetersiz bulduklarını belirtmişlerdir. Katılımcılar ayrıca, federasyon ve kulüplerin okullar ile işbirliği yapmalarının önemine değinmişlerdir. Siyasetin ülke sporu üzerinde etkili olduğunu, sporcular açısından bakıldığında ülkede profesyonelliğin olmamasının sporcuların gelişim ve motivasyonunu etkilediğini aktarmışlardır. Katılımcılar ülkemizin doğal şartlarını kullanarak spor turizmini ön plana taşımamız için spor örgütü ile Turizm Bakanlığı’nın birlikte çalışma alanları yaratmaları konusunda da ortak görüş bildirmişlerdir.

Anahtar Kelimeler: Spor Yasası, Beden Eğitimi, Spor Teşkilatı

Keywords: Sports Law, Physical Education, Sports Organization

Spor Bilimleri Fakültelerinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Başarı Yönelimleri Ve Akademik Erteleme Davranışlarının İncelenmesi

Taner BOZKUŞ¹, Selime ELA MEKEÇ¹

¹Bartın Üniversitesi

Özet

Yapılan araştırmamızda Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin başarı yönelimleri ve akademik erteleme davranışlarının incelenmesidir. Nicel bir araştırma olmakla birlikte korelasyonel desen kullanılmıştır. Araştırmaya Spor Bilimleri Fakültelerinde öğrenim gören öğrenciler katılmıştır. Verilerin toplanmasında kullanılan ölçek; öğrencilerin öğrenim seviyeleri, cinsiyetleri gibi sorulardan oluşan kişisel bilgi formu ile başlayıp, Çakıcı (2003) tarafından geliştirilen 'Akademik Erteleme Ölçeği' ve Arslan, Akın (2015) taraflarından uyarlanan '2x2 Başarı Yönelimleri Ölçeği' kullanılmıştır. Çalışmanın veri analizi sürecince betimsel istatistikler ve korelasyon analizi kullanılmıştır. Araştırma verileri sonucunda Spor Bilimleri alanında öğrenim gören öğrencilerin başarı yönelimleri ve akademik erteleme davranışları ile anlamlı farklılıklar elde edilmemiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin başarı yönelimleri alt boyutlarından ağırlıklı olarak öğrenme-yaklaşma ve öğrenme-kaçınma alt boyutlarını benimsediği ve çoğunluğun akademik erteleme davranışında bulunduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Akademik erteleme, başarı yönelimleri, spor bilimleri öğrencileri, başarı

Investigation Of Success Tendencies And Academic Deferred Behaviors Of Students Who Educate in Faculty Of Sports Sciences

ABSTRACT

In our research, the success orientation and academic procrastination behaviors of the students studying in the Faculties of Sport Sciences are examined. Although it is a quantitative research, correlational design was used. Students studying at the Faculties of Sport Sciences participated in the research. The scale used in data collection; The 'Academic Procrastination Scale' developed by Çakıcı (2003) and the '2x2 Achievement Orientation Scale' adapted by Arslan and Akın (2015) were used, starting with a personal information form consisting of questions such as students' education levels and gender. During the data analysis process of the study, descriptive statistics and correlation analysis were used. As a result of the research data, no significant differences were obtained with the success orientations and academic procrastination behaviors of the students studying in the field of Sports Sciences. It was concluded that the students of sports sciences mainly adopted the learning-approach and learning-avoidance sub-dimensions of achievement orientation and the majority of them exhibited academic procrastination.

Keywords: Academic procrastination, achievement orientations, sports science students, success



BÜYÜKŞEHİR
BELEDİYESİNİN KATKILARIYLA

ULUSLARARASI
BİLİM KÜLTÜR ve
SPOR DERNEĞİ

"V. Uluslararası Büyük Anklara Festivali Kapsamında"

1. ULUSLARARASI KÜLTÜR ve TOPLUM KONGRESİ

"Toplumunu anlamak; kültürün bilimsel kodları"

**28-30
HAZİRAN
2012
ANKARA**

Bildiri, tam metin gönderimi için son tarih: 8 Haziran 2012
Son kayıt tarihi: 22 Haziran 2012

1st International
Congress on Culture and Society
28-30 June, 2012 ANKARA-TURKEY
www.ics-congress.org

1674-2148-2012 ICS International Journal of Science Culture and Sport Journal





T.C. GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI

Güçlü yarınlar için

ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR KONGRESİ

2.

2ND INTERNATIONAL CONFERENCE ON SCIENCE, CULTURE AND SPORT

30th OCTOBER - 1st NOVEMBER 2013
KEMER - ANTALYA - TURKEY

30 EKİM - 1 KASIM 2013
KEMER - ANTALYA

**Sosyal Değişim:
Sosyal Bilimler Işığında
Toplumunu Yeniden Düşünmek**

www.iscs-conference.org

THOF

ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR DERNEĞİ



3. ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR KONGRESİ

Spor ve Kültür, Topumsal Anlayış ve Dünya Ulaşımını Güçlendiriyor

3rd International Conference on Science Culture and Sport

Sport and Culture as Powerful Means for Achieving Social Transformation and Peace

Uluslararası Herkes İçin Kültür ve Spor Festivali

Kongremizde;

- Halkıktan Güzel Sanatlara,
- Teknolojiden Sağlık Bilimlerine,
- Felsefeden Ekonomiye,
- Siyasetten Tarihe,
- Eğitimden Din Bilimlerine,
- Halkla İlişkilerden Edebiyata,
- Psikolojiden Spora,
- Kamu Yönetiminden Turizme,
- Dil Biliminden Halk Bilimine,
- Uluslararası İlişkilerden Sosyolojiye,

toplumu ve toplumu anlamaya hizmet eden bütün bilim disiplinlerini konu edineceğiz.

Tüm tam maddeli bildiri-ler
10.000 TL'de yayınlanmaktadır



Güçlü yarınlar için

Uluslararası Gençlik Çalıştayı International Youth Workshop

14-29 yaş arasındaki gençler ile gençlik konularında çalışan uzmanları ve bilim adamlarının katılımıyla gerçekleştirilecek olan çalıştay, Türkçe ve İngilizce olarak düzenlenecektir.



www.iscsconference.org

14-16 NISAN 2016 TÜRKİSTAN KAZAKİSTAN  **14-16 APRIL 2016 TÜRKİSTAN KAZAKHSTAN**

ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR DERNEĞİ **INTERNATIONAL SCIENCE CULTURE AND SPORT ASSOCIATION**

AHMET YESEVİ UNİVERSİTESİ

UNESCO Ahmet Yasawi Year 2016  **UNESCO Ahmet Yesevi Yılı**

5. "Ahmet Yesevi'nin izini sürmek: Küresel bir uzlaş, hoşgörü ve dayanışma arayışı"

ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR ve SPOR KONGRESİ

5TH "Tracing the footsteps of Ahmad Yasawi: An urgent need for global understanding, tolerance and solidarity"

INTERNATIONAL CONFERENCE ON SCIENCE CULTURE AND SPORT

Önemli Tarihler

- Özet gönderiminin başlangıcı: 1 Ocak 2016
- Özet gönderiminin bitiş: 7 Mart 2016
- Kongre kayıtlarının sonlandırılması: 15 Mart 2016
- Kongre programının duyurulması: 31 Mart 2016
- Kongreye geliş ve kayıtlar: 13-14 Nisan 2016
- Kongre: 14-16 Nisan 2016
- Ayrılış: 16-17 Nisan 2016
- Tam metinlerinin gönderilmesi için son tarih: 10 Mayıs 2016

Important Dates

- Start of abstract submission: 1 January, 2016
- End of abstract submission: 7 March, 2016
- Final date for conference registration: 15 March, 2016
- Declaration of conference programme: 31 March, 2016
- Arrivals and on-site registration: 13-14 April, 2016
- Conference: 14-16 April, 2016
- Departures: 17 April, 2016

www.iscsjournal.com

Katılımcıların talep etmesi halinde kongrede sunulan bildirilerin tam metinleri International Journal on Science Culture and Sport (IntJSCS) dergisinde yayınlanacaktır.

 info@iscs-conference.org

 www.iscs-conference.org

 ISCSA.UBIKS

 ISCSA_UBIKS

<http://iscs-conference.org/> 8th Uluslararası Bilim Kültür ve Spor Kongresi, 17-20 May 2022, KKTC - P:188



25-27 NİSAN
2018 LVIV
UKRAYNA

25-27 APRIL
2018 LVIV
UKRAINE

ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR DERNEĞİ
INTERNATIONAL SCIENCE CULTURE AND SPORT ASSOCIATION
2018

6. ULUSLARARASI
BİLİM KÜLTÜR ve SPOR
KONGRESİ

6. INTERNATIONAL
CONFERENCE ON SCIENCE
CULTURE AND SPORT

“ Spor, kültür ve sosyal araştırmaları kaybedilen değerleri keşfetmek için kullanmak ”

“ Using sports, culture, and social studies as means to rediscover lost values ”

www.iscs-conference.org | ISCSA_LBK3
info@iscs-conference.org | ISCSA_LBK3





ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR DERNEĞİ | **INTERNATIONAL SCIENCE CULTURE AND SPORT ASSOCIATION**

Online

15-18 EKİM 2020 | **15-18 OCTOBER '20**

7. ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR ve SPOR KONGRESİ | **INTERNATIONAL CONFERENCE ON SCIENCE CULTURE AND SPORT 7th**

"Spor ve kültür ışığında ; 21. Yüzyılda sürdürülebilir ilişkiler" | "To establish sustainable relations in the 21st century ; in the light of sports and cultural activities"

Önemli Tarihler | **Important Dates**

Özet Gönderimi başlangıcı : 16 Temmuz 2020
Erken Kayıt son tarihi : 20 Ağustos, 2020
Bildiri Kabulü son tarih : 09 Ekim, 2020
Kongre Programının açıklanması : 12 Ekim, 2020

Start of abstract submission : 16 July, 2020
End of abstract submission : 20 August, 2020
Final date for conference registration : 09 October, 2020
Declaration of conference programme : 12 October, 2020

Katılımcıların talep etmesi halinde kongrede sunulan bildirilerin tam metinleri International Journal of Sport Culture and Science (Int.JSCS) ve Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları (UGEAD) dergisinde yayınlanacaktır. | Full text of the papers presented in the congress will be published in the International Journal of Sport Culture and Science (Int.JSCS) and the International Journal of Current Education and Research (Int.JCES) upon the request of the participants.





➔ 17-20 MAYIS 2022

8 ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR ve SPOR KONGRESİ

"Yeni normlar: Değişim ve uygulanabilir stratejiler"

Önemli Tarihler

Özet Gönderimi başlangıcı	: 15 Şubat 2022
Erken Kayıt son tarihi	: 15 Nisan 2022
Bildiri Kabulü son tarih	: 10 Mayıs 2022
Kongre Programının açıklanması	: 12 Mayıs 2022

➔

Katılımcıların talep etmesi durumunda kongrede sunulan bildirilerin tam metinleri International Journal of Sport Culture and Science (Int.JSCS), Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları (UGEAD) Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, TR Dizin, SPORT Discus with Full Text, JSSR dergilerinin yazım kurallarına uygun ve hakem onayından geçmesi halinde yayınlanacaktır.

17-20 MAY 2022 ←

INTERNATIONAL CONFERENCE ON SCIENCE CULTURE AND SPORT 8th

"With the new norm: Change and applicable strategies"

Important Dates

Start of abstract submission	: 15 February, 2022
End of abstract submission	: 15 April, 2022
Final date for conference registration	: 10 May, 2022
Declaration of conference programme	: 12 May, 2022

←

Upon the request of the participants, the full texts of the papers presented at the congress will be published in the International Journal of Sport Culture and Science (Int.JSCS), International Journal of Current Educational Research (UGEAD) Sports Sciences Researches, TR Index, SPORT Discus with Full Text and JSSR if they comply with the spelling rules and are approved by the referees.





7. ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE
SPOR KONGRESİ

PANEL

FUTBOL ANTRENÖRLÜĞÜNDE GÜNCEL YAKLAŞIMLAR



MODERATÖR
DOÇ. DR. RECEP CENGİZ



TEKNİK DİREKTÖR
ABDULLAH AVCI



ATLETİK PERFORMANS ANTRENÖRÜ
ÖZERK TUFAN



MAÇ VE PERFORMANS ANALİZ ANTRENÖRÜ
CANER EROL



15 EKİM 2020
14:00

Online

WWW.İSCS-CONFERENCE.ORG

PANEL



YENİDEN YAPILANMA SÜRECİNDE GENÇLİK VE SPOR

MODERATÖR
DOÇ. DR. TANER BOZKUŞ

ŞÜKRÜ YILMAZ - FATİH UYSAL - SELÇUK ÇEBİ



SPOR EĞİTİMİ VE
ARAŞTIRMALARI
DAİRE BAŞKANI



SPOR
FEDERASYONLARI
DAİRE BAŞKANI



SPORCU
YETİŞTİRME DAİRE
BAŞKANI



15 EKİM
2020
17:30

WWW.ISCS-CONFERENCE.ORG