

ISPESCONGRESS 2021 (ONLINE)

SPORT & HEALTH SPOR & SAĞLIK



IV. Uluslararası Beden Eğitimi,
Spor, Rekreasyon ve Dans Kongresi

IV. Physical Education, Sport,
Recreation and Dance Congress



THE GLOBAL GOALS
For Sustainable Development

TAM METİN KİTABI CONFERENCE PROCEEDINGS

ISBN: 978-625-7501-04-0



RUMELİ ÜNİVERSİTESİ

10-11 Eylül/September
İstanbul, Turkey
2021

www.ispescongress.com



**IV .ULUSLARARASI BEDEN EĞİTİMİ, SPOR, REKREASYON VE DANS
KONGRESİ, 10-11 Eylül 2021, İSTANBUL RUMELİ ÜNİVERSİTESİ,
TÜRKİYE**

**The 4th Physical Education, Sport, Recreation & Dance Congress
10th-11th of Sept 2021 Istanbul Rumeli University, Turkey**

ISBN: 978-625-7501-04-0

Yayın Editörü

Öğr. Gör. Görkem TURAÇ

Kapak Tasarımı

Bülent POLAT

Erişime Açıldığı Tarih

23.09.2021

2

Asos Yayınevi

Adres: Çaydaçıra Mah. Hacı Ömer Bilginoğlu Cad. No: 67/2-4/MERKEZ/ELAZIĞ
Telefon: +90 532 643 75 23

Mail Adresi: asos@asosyayinlari.com

Web: www.asosyayinlari.com

Instagram: <https://www.instagram.com/asosyayinevi/>

Facebook: <https://www.facebook.com/asosyayinevi/>

**The 4th Physical Education, Sport, Recreation & Dance Congress
10th-11th of Sept 2021 Istanbul Rumeli University, Turkey**



Sempozyum Onursal Başkanı
İstanbul Rumeli Üniversitesi Rektörü
Prof. Dr. Hazım Tamer DODURKA

Kongre Düzenleme Kurulu
Dr. Hüseyin Can İKİZLER (Başkan)
Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU
Dr. Bilge DONUK
Dr. Olena YARMOLİUK
Dr. Abalaseı BEATRICE
Dr. Wojceich BAJOREK
Dr. Rina POONIA
Dr. Mustafa EROL
Dr. Yıldırım ERBAŞ
Öğr. Gör. Görkem TURAÇ

Bilim Kurulu

Dr. Abalaseı BEATRICE, Alexandru Ioan Cuza University, Iasi/Romania
Dr. Adnan ERSOY, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya/Türkiye
Dr. Adnan TURGUT, Akdeniz Üniversitesi, Antalya/Türkiye
Dr. Ahmet UZUN, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya/Türkiye
Dr. Akın ÇELİK, Trabzon Üniversitesi, Trabzon/Türkiye
Dr. Ali KIZILET, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Alparslan ÜNVEREN, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya/Türkiye
Dr. Alpaslan Ökkeş GENÇAY, Sütçü İmam Üniversitesi, K.Maraş/Türkiye
Dr. Alpay GÜVENÇ, Akdeniz Üniversitesi, Antalya/Türkiye
Dr. Ani AGOPYAN, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Arif Çetin, İstanbul AYDIN Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Arif Kaan EROĞLU, Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ/Türkiye
Dr. Atalay GACAR, Fırat Üniversitesi, Elazığ/Türkiye
Dr. Atilla PULUR, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Atakan ÇAĞLAYAN, İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Aysel PEHLİVAN, Haliç Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Ayşe TÜRKSOY IŞIM, Cerrahpaşa Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Bahtiyar ÖZÇALDIRAN, Ege Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Başak EROĞLU, Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ/Türkiye
Dr. Beatrice Aurelia ABĀLAŞEI, Alexandru Ioan Cuza University of Iași/Romania
Dr. Bekir YÜKTAŞIR, Sinop Üniversitesi, Sinop/Türkiye
Dr. Bilge DONUK, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, İstanbul/Türkiye
Dr. Birol DOĞAN, Girne Amerikan Üniversitesi, KKTC
Dr. Bülent DURAN, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, İstanbul/Türkiye



- Dr. Bülent KİLİT, Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ/Türkiye
Dr. Cem KURT, Trakya Üniversitesi, Edirne/Türkiye
Dr. Cem TINAZ, Bilgi Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Cengiz GÜLER, İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Cengiz ARSLAN, Fırat Üniversitesi, Elazığ/Türkiye
Dr. Cengiz KARAGÖZOĞLU, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Celal TAŞKIRAN, Hitit Üniversitesi, Çorum/Türkiye
Dr. Çiğdem ÖNER, İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Cojocaru ADRIAN - Alexandru Ioan Cuza University, Iasi/Romania
Dr. Çalık Veli KOÇAK, Hitit Üniversitesi, Çorum/Türkiye
Dr. Dana BADAU - University of Medicine and Pharmacy, Tirgu Mueş/Romania
Dr. Dilşad ÇOKNAZ, İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu/Türkiye
Dr. Dudu Banu ÇAKAR, İstanbul AYDIN Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Dursun KATKAT, Mersin Üniversitesi, Mersin/Türkiye
Dr. Ekrem BOYALI, Selçuk Üniversitesi, Konya/Türkiye
Dr. Ellie ABDİ, Montclair State University, New Jersey/ USA
Dr. Emine KUTLAY, Ege Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Engin IŞIK ABANOZ, İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Engin GEZER, Kafkas Üniversitesi, Kars/Türkiye
Dr. Erdil DURUKAN, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir/Türkiye
Dr. Erkut KONTER, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Erkut TUTKUN, Uludağ Üniversitesi, Bursa/Türkiye
Dr. Ersan KARA, Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Antalya/Türkiye
Dr. Ersin ESKİLER, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Sakarya/Türkiye
Dr. Ertan TÜFEKÇİOĞLU, King Fahd University of Petroleum and Minerals (KFUPM), Dhahran/Kingdom of Saudi Arabia
Dr. Eyyüp YILDIRIM, Fırat Üniversitesi, Elazığ/Türkiye
Dr. F. Hülya AŞÇI, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Faik VURAL, Ege Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Fatih BEKTAŞ, Trabzon Üniversitesi, Trabzon/Türkiye
Dr. Faruk YAMANER, Hitit Üniversitesi, Çorum/Türkiye
Dr. Fatih KILINÇ, Akdeniz Üniversitesi, Antalya/Türkiye
Dr. Fatih Mehmet UĞURLU, Fırat Üniversitesi, Elazığ/Türkiye
Dr. Fatma ÇEBİKKURT, Mersin Üniversitesi, Mersin/Türkiye
Dr. Ferman KONUKMAN, Qatar University, /Qatar
Dr. Ferudun DORAK, Ege Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Fethi ARSLAN, Mersin Üniversitesi, Mersin/Türkiye
Dr. Fikret SOYER, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir/Türkiye
Dr. Figen ÇİLOĞLU, İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Funda KOÇAK, Ankara Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Füsün ÖZTÜRK KUTER, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul/Türkiye



- Dr. Gazanfer DOĞU, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Gıyasettin DEMİRHAN, Hacettepe Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Gözde ERSÖZ, Fenerbahçe Üniversitesi, Tekirdağ/Türkiye
Dr. Gülfem ERSÖZ, Ankara Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Gülten HERGÜNER, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Sakarya/Türkiye
Dr. Güner EKENCİ, Gelişim Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Güner ÇİÇEK, Hitit Üniversitesi, Çorum/Türkiye
Dr. Hakan Salim ÇAĞLAYAN, Selçuk Üniversitesi, Konya/Türkiye
Dr. Hakan SUNAY, Ankara Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Hakan Levent GÜL, İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Haluk SİVRİKAYA, Atatürk Üniversitesi, Erzurum/Türkiye
Dr. Hasan Birol YALÇIN, İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu/Türkiye
Dr. Hamdi PEPE, Selçuk Üniversitesi, Konya/Türkiye
Dr. Hamit CİHAN, Trabzon Üniversitesi, Trabzon/Türkiye
Dr. Hanife Banu ATAMAN YANCI, Cerrahpaşa Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Hasan KASAP, Bilgi Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Hatice ÇAMLIYAR, Celal Bayar Üniversitesi, Manisa/Türkiye
Dr. Hayrettin GÜMÜŞDAĞ, Bozok Üniversitesi, Yozgat/Türkiye
Dr. Hayri ERTAN, Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir/Türkiye
Dr. Hüdaverdi MAMAK, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde/Türkiye
Dr. Hürmüz KOÇ, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale/Türkiye
Dr. Irena VALANTİNĖ Lithuanian Sports University/Lithuania
Dr. İbrahim CİCİOĞLU, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. İlhan TOKSÖZ, Trakya Üniversitesi, Edirne/Türkiye
Dr. İlker ÖZMUTLU, Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ/Türkiye
Dr. İlker YILMAZ, Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir/Türkiye
Dr. İsmail GÖKHAN, Harran Üniversitesi, Şanlıurfa/Türkiye
Dr. Jibraili Zineb, Cadi Ayyad University, Morocco
Dr. Kadir PEPE, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur/Türkiye
Dr. Kamil ÖZER, Gedik Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Karina ZALCMANE, Riga Stradins University, Riga/Latvia
Dr. Kenan SİVRİKAYA, İstanbul Aydın Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK, Eskişehir Teknik Üniversitesi Eskişehir/Türkiye
Dr. Kostas ALEXANDRIS, Aristotle University of Thessaloniki, Greece
Dr. Kubilay ÇİMEN, İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Kürşat SERTBAŞ, Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli/Türkiye
Dr. Latyshev MYKOLA, Borys Grinchenko Kyiv University, Kyiv/Ukraine
Dr. Lale ORTA, Okan Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Latif AYDOS, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Laurentiu Gabriel TALAGHIR-University of Dunarea de Jos, Galati/Romania



Dr. Luca REBEGGIANI-Fraunhofer Institute for Applied Information Technology FIT,
Germany

- Dr. Mehmet ACET, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya/Türkiye
Dr. Mehmet Emin YILDIZ, Batman Üniversitesi, Batman/Türkiye
Dr. Mehmet Akif ZİYAGİL, Mersin Üniversitesi, Mersin/Türkiye
Dr. Mehmet Haktan SİVRİKAYA, Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir/Türkiye
Dr. Mehmet ÇEBİ, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun/Türkiye
Dr. Mehmet GÜÇLÜ, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir//Türkiye
Dr. Mehmet GÜLLÜ, İnönü Üniversitesi, Malatya/Türkiye
Dr. Mehmet GÜL, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas/Türkiye
Dr. Mehmet GÜNAY, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Mehmet Kale Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir / Türkiye
Dr. Mehmet ÖZAL, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Mehmet ÖZTÜRK, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, İstanbul/Türkiye
Dr. Mehmet TÜRKMEN, Manas Üniversitesi, Manas/Kırgızistan
Dr. Metin KAYA, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Metin ŞAHİN, Selçuk Üniversitesi, Sivas/Türkiye
Dr. Metin YAMAN, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Mine AKKUŞ, Mardin Artuklu Üniversitesi, Mardin/Türkiye
Dr. Mitat KOZ, Ankara Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Murat KANGALGİL, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Murat TEKİN, Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi, Karaman/Türkiye
Dr. Mustafa BAŞ, Trabzon Üniversitesi, Trabzon/Türkiye
Dr. Mustafa EROL, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Mustafa KAYA, Erciyes Üniversitesi, Kayseri/Türkiye
Dr. Mürsel BİÇER, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep/Türkiye
Dr. Nurtekin ERKMEN, Selçuk Üniversitesi, Konya/Türkiye
Dr. Nijas SKENDER, University of Bihac, Bosnia and Herzegovina
Dr. Nimet Haşıl KORKMAZ, Uludağ Üniversitesi, Bursa/Türkiye
Dr. Nuray SATILMIŞ, Alanya Alâeddin Keykubat Üniversitesi, Antalya/Türkiye
Dr. Oğuzhan ALTUNGÜL, Fırat Üniversitesi, Elazığ/Türkiye
Dr. Oğuzhan DALKIRAN, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Burdur/Türkiye
Dr. Oktay KAYA, Kafkas Üniversitesi, Kars/Türkiye
Dr. Olcay MÜZALIMOĞLU, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla/Türkiye
Dr. Olena YARMOLIUK, Borys Grinchenko Kyiv University, Kyiv/Ukraine
Dr. Osman İMAMOĞLU, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun/Türkiye
Dr. Özgür BOSTANCI, Ondokuz Mayıs Üniveritesi, Samsun/Türkiye
Dr. Özgür ÖZKAYA, Ege Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Plácido Rodríguez GUERRERO, University of Oviedo, Spain
Dr. Rasim KALE, Gelişim Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. R. Sürhat MÜNİROĞLU, Ankara Üniversitesi, Ankara/Türkiye



- Dr. R. Timuçin GENÇER, Ege Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Recep GÜRSOY, Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla/Türkiye
Dr. Reşat KARTAL, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın/Türkiye
Dr. Rıdvan EKMEKÇİ, Pamukkale Üniversitesi, Denizli/Türkiye
Dr. Rina POONIA, Manipal University, Jaipur/India
Dr. Sadi KURDAK, Çukurova Üniversitesi, Adana/Türkiye
Dr. Salih PINAR, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU, Fırat Üniversitesi, Elazığ/Türkiye
Dr. Selçuk Bora ÇAVUŞOĞLU, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, İstanbul/Türkiye
Dr. Selda BEREKET, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Selhan ÖZBEY, Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa/Türkiye
Dr. Sema ALAY, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Sema CAN, Hitit Üniversitesi, Çorum/Türkiye
Dr. Serap MUNGAN AY, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Serdar GERİ, Mardin Artuklu Üniversitesi, Mardin/Türkiye
Dr. Serkan HAZAR, Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas/Türkiye
Dr. Sertaç ERCİŞ, Atatürk Üniversitesi, Erzurum/ Türkiye
Dr. Settar KOÇAK, ODTÜ, Ankara/Türkiye
Dr. Sevim GÜLLÜ, İstanbul Üniversitesi - Cerrahpaşa, İstanbul/Türkiye
Dr. Seydi Ahmet AĞAOĞLU, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun/Türkiye
Dr. Seyhan HASIRCI, Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Suat KARAKÜÇÜK, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Süleyman Erim ERHAN, Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ/Türkiye
Dr. Süleyman CAN, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla/ Türkiye
Dr. Sophia D. PAPADOPOULOU, Aristotle University of Thessaloniki, Greece
Dr. Şenol YANAR, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla/Türkiye
Dr. Şerife Gamze ÜLKER, Trakya Üniversitesi, Edirne/Türkiye
Dr. Şerife VATANSEVER, Uludağ Üniversitesi, Bursa/Türkiye
Dr. Talha MURATHAN, Ardahan Üniversitesi, Ardahan /Türkiye
Dr. Tatiana LANCHEVA, DSc Vice rector of national Sports Academy "Vassil
Levski", Sofia/Bulgaria
Dr. Tennur YERLİSU, Akdeniz Üniversitesi. Antalya/Türkiye
Dr. Teodora Mihaela ICONOMESCU- University of Dunarea de Jos, Galati/Romani
Dr. Tuğbay İNAN, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir, Türkiye
Dr. Turgay BİÇER Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Turgut KAPLAN, Selçuk Üniversitesi, Konya/Türkiye
Dr. Türker EROĞLU, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Umut BAŞOĞLU, Nişantaşı Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Umut CANLI, Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ/Türkiye
Dr. Ümit KESİM, Bilgi Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Velittin BALCI, Ankara Üniversitesi, Ankara/Türkiye



Dr. Volkan UNUTMAZ, Ege Üniversitesi, İzmir/Türkiye
Dr. Veysel KÜÇÜK, Marmara Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Wojceich BAJOREK/ University of Rzeszow, Poland
Dr. Yağmur AKKOYUNLU, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya/Türkiye
Dr. Yavuz TAŞKIRAN, Gedik Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Yeşer EROĞLU, İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul/Türkiye
Dr. Yeter Aytül DAĞLI EKMEKÇİ, Pamukkale Üniversitesi, Denizli/Türkiye
Dr. Yıldırım KAYACAN, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun/Türkiye
Dr. Yuliya B. BALASHOVA, Saint Petersburg State University, Russia
Dr. Yunus Emre KARAKAYA, Fırat Üniversitesi, Elazığ/Türkiye
Dr. Yücel OCAK, Kocatepe Üniversitesi, Afyon/Türkiye
Dr. Zafer ÇİMEN, Gazi Üniversitesi, Ankara/Türkiye
Dr. Zehra CERTEL, Akdeniz Üniversitesi, Antalya/Türkiye
Dr. Zekai PEHLİVAN, Mersin Üniversitesi, Mersin/Türkiye
Dr. Zinnur GEREK, Gaziantep Üniversitesi, Erzurum/Türkiye

Kongre Sekreteryası

Dr. Menzure Sibel YAMAN
Arş. Gör. Ayşenur KURT
Arş. Gör. Sevim AKŞİT

Kongre Sekreteri

Öğr. Gör. Görkem TURAÇ - Kongre Genel Sekreteri



İçindekiler

SINIF ÖĞRETMENLERİNİN DÜZENLİ SPOR YAPAN İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ	11
SPORCULARDA BİLİŞSEL PERFORMANSA ETKİ EDEN BAZI FAKTÖRLER: ÖN ÇALIŞMA.....	25
ORTA YAŞ VE ÜSTÜ BİREYLERİN REKREASYON TALEPLERİNİN BELİRLENMESİ VE REKREATİF FAALİYETLERİN KATILIMINI ENGELLEYEN FAKTÖRLERİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ.....	30
MENİSKOPATİLİ HASTALARDA PATELLAR TENDONUN SHEAR WAVE ELASTOGRAFİ İLE DEĞERLENDİRİLMESİ.....	69
SPOR KULÜBÜ YÖNETİCİLERİNİN AÇIK LİDERLİK ÖZELLİKLERİNİN BELİRLENMESİ.....	82
SPOR TESİSLERİNE ÜYE OLMAYA GELEN BİREYLERİN SPORDA TUTKU DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ	94
SPOR MERKEZLERİNDE ALGILANAN HİZMET KALİTESİ VE DEĞER ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	99
SPOR MERKEZLERİNDE ALGILANAN HİZMET KALİTESİ VE DEĞER ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ	113
MAKSİMAL BİR EGZERSİZİN SERUM NİTRİK OKSİT DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ.....	126
OKSİDATİF STRES VE HEMATOLOJİK PARAMETRELER ARASINDAKİ İLİŞKİLERDE TMRSS6 RS855791 POLİMORFİZMİNİN ROLÜ VAR MIDIR?	132
ANALYZE THE DIFFERENCES BETWEEN MACHINE-BASED RESISTANCE TRAINING AND FREE WEIGHT TRAINING AND CORRELATIONS TO MOBILITY	138
TOKYO 2020 OLİMPİYAT OYUNLARI BAĞLAMINDA TÜRK SPORCULARIN SOSYAL MEDYA KULLANMA ALIŞKANLIKLARI.....	148
POST-TRUTH VE VİDEO HAKEM SİSTEMİ (VAR)	182



ÖZEL EĞİTİM GEREKSİNİMLİ BİREYLERLE ÇALIŞAN EĞİTİMCİLERİN YETERLİLİK ALGILARI ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA	191
BİYOGRAFİ TEMALİ SPOR FİMLERİNE GENEL BİR BAKIŞ.....	219
THE IMPACT OF COVID-19 ON WEIGHT MANAGEMENT: A SINGLE CASE EXPERİMENTAL DESIGN.....	233



SINIF ÖĞRETMENLERİNİN DÜZENLİ SPOR YAPAN İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ

Pero Duygu DUMANGÖZ – Gülsüm SONAL – Servet GÖK – Yasin KESKİK

Öz

Bu araştırmanın amacı, sınıf öğretmenlerinin düzenli spor yapan ilkökul öğrencilerine yönelik görüşlerinin incelenmesidir. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim deseni kullanılmıştır. Araştırmanın katılımcıları kolayda örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Araştırmanın amacı doğrultusunda araştırmacılar tarafından yarı yapılandırılmış görüşme formu hazırlanmıştır. Görüşme formunun birinci aşamasında, demografik özellikleri belirlemeye yönelik sorular sorulmuştur. İkinci aşamada, sınıflarında düzenli olarak spor yapan öğrencilerin olup olmadığı, varsa hangi spor dalı olduğu, spora ne sıklıkla gidiyor olduğu ve ne zamandan beri düzenli olarak spor yapıyor olduğu ile ilgili sorular sorulmuştur. Son aşamada ise düzenli spor yapan öğrencilerin akademik başarılarını değerlendirmeye yönelik 10 adet soru sorulmuştur. 2018-2019 eğitim-öğretim yılında Esenler’de bir devlet ilkökulunda ve Kâğıthane’de bir özel ilkökulda görev yapan ve araştırmaya gönüllü olarak katkı sağlamak isteyen toplam 9 sınıf öğretmeni ile görüşülmüştür. Araştırmanın veri çeşitliliğini sağlamak için, ayrıca 2 veli ve 6 ilkökul öğrencisi ile görüşme yapılmıştır. Öğrenci ve velilerden elde edilen veriler öğretmenlerden elde edilen verileri desteklemek adına kullanılmıştır. Görüşmelerden elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuştur. Derinlemesine incelenen veriler, iki temaya ve her bir tema üçer alt temaya ayrılmıştır. Birinci tema “sosyal problem çözme becerisi” ve alt temaları “kişiler arası davranışlar”, “kendisiyle ilgili davranışlar” ve “göreviyle ilgili davranışlar”dır. İkinci tema ise “akademik başarı” ve alt temaları “derse katılım düzeyi”, “ders çalışma performansı” ve “ders çalışma isteği”dir. Araştırma sonuçlarına göre, düzenli olarak spor yapan öğrencilerin, yapmış oldukları sporun sosyal problem çözme becerilerine doğrudan etkisinin olduğu, akademik başarılarına ise doğrudan bir etkisi olmadığı ancak dolaylı yoldan belli bir çalışma düzeni ve çalışma disiplini kazanmalarını sağladığı görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Spor, Sınıf Öğretmeni, Öğrenci, Problem Çözme, Akademik Başarı



EXAMINATION OF CLASS TEACHERS' OPINIONS ON PRIMARY SCHOOL STUDENTS WHO DO REGULAR SPORTS

Abstract

The purpose of this research is to examine the views of classroom teachers towards primary school students who regularly do sports. Phenomenology design, one of the qualitative research methods, was used in the research. The participants of the research were determined by convenience sampling method. In line with the purpose of the research, a semi-structured interview form was prepared by the researchers. In the first stage of the interview form, questions were asked to determine demographic characteristics. In the second stage, questions were asked about whether there are students who regularly do sports in their classes, what kind of sports they are, how often they go to sports, and how long they have been doing sports regularly. In the last stage, 10 questions were asked to evaluate the academic success of the students who regularly do sports. In the 2018-2019 academic year, a total of 9 classroom teachers working in a public primary school in Esenler and a private primary school in Kağıthane and willing to contribute to the research voluntarily were interviewed. In order to ensure the data diversity of the research, 2 parents and 6 primary school students were also interviewed. The data obtained from the students and parents were used to support the data obtained from the teachers. The data obtained from the interviews were subjected to content analysis. The data analyzed in-depth was divided into two themes and each theme was divided into three sub-themes. The first theme is "social problem solving skills" and its sub-themes are "interpersonal behaviors", "self-related behaviors" and "task-related behaviors". The second theme is "academic success" and its sub-themes are "level of participation in class", "study performance" and "willingness to study". According to the results of the research, it has been seen that the students who regularly do sports have a direct effect on their social problem-solving skills, but it does not have a direct effect on their academic success, but indirectly enables them to gain a certain working order and study discipline.

Keywords: Sports, Classroom Teacher, Student, Problem Solving, Academic Success

1. GİRİŞ

Sporun zihin ve beden sağlığı üzerine etkisi birçok araştırmacı tarafından incelenmektedir. İncelemeler sonucunda sporun çeşitli fizyolojik ve biyolojik düzeneklerle duygu durumunda iyileşme sağladığı ileri sürülmüştür. Bunlar arasında fiziksel zindeliği artırma etkisi söylenebilir. Sporun, özgüvende artış, olumsuz düşüncelerden uzaklaşma, uykuda



düzelme ve strese uyum sağlama gibi ruhsal etkilerinden de söz edilmektedir (Canan ve Ataoğlu, 2010). Bunların yanı sıra spor; hayata düzen ve disiplin getiren, vücut enerjisinin doğru alana yönelmesini sağlayan bir faaliyettir. Sporun zihin ve beden sağlığı üzerindeki olumlu etkilerinin yanı sıra toplum hayatı içerisinde, sorumluluklarının bilincinde, kendini gerçekleştirmiş insanlar yetiştirme noktasında da iyi bir yol gösterici olduğu gözlemlenmiştir (Arslan, 2014). Sosyo-kültürel çerçeveden bakmak gerekirse spor, özellikle küçük yaşlarda bireylerin sosyalleşmeleri, toplum kurallarına uyum sağlamaları, farklı kültürleri tanımaları ve kabul etmeleri noktasında da önemli bir olgudur.

Bu bağlamlarda sporun bireyler üzerinde kapsayıcı bir etkisi olduğu söylenebilir. Bu araştırmada düzenli spor yapan ilkökul öğrencilerinin sosyal problem çözme becerileri ve akademik başarı durumları ile sınıf öğretmenlerinin bu öğrencilere yönelik görüşlerinin nasıl olduğu merak konusu olmuştur.

Başarı, eğitim alanında sıkça kullanılagelen bir kavramdır. Başarı kelimesi, başarmak fiilinden türemiştir. Başarmak bir işi istenilen anlamda yapmak olarak ifade edilebilir (Türk Dil Kurumu, 2019). Bu tanım başarıyı kesin çizgilerle ifade etmeyen çok genel bir tanımlamadır. Araştırmacılar “başarı” teriminin başına “akademik” terimini ekleyerek geniş anlamlara gelen bu kavramı daraltarak “akademik başarı” haline getirmişlerdir (York vd., 2015). Akademik başarı; “akademik performans, eğitimsel amaçlı faaliyetlere katılım, memnuniyet, arzu edilen bilgi; beceri ve yeterliklerin edinimi, devamlılık, eğitim hedeflerine ulaşılması ve üniversite sonrası performans” olarak tanımlanmıştır (Kuh vd., 2006). Bu tanımlama eğitim süreci, eğitim öncesi ve sonrası öğrencilerin eğitim çıktılarını hedef alan bir tanımlamadır. Bunun yanında sportif aktivitelere katılım bilişsel fonksiyonları arttırarak akademik başarıyı etkilemektedir (Kwak vd., 2009). Başka bir araştırmada da düzenli spora katılımın öğrenciler üzerinde sorumluluk duygularını, açıklık özelliklerini arttırdığını ve bulgulara göre dışa dönüklük ve açıklık özelliği arttıkça akademik başarının da arttığı ifade edilmiştir (Saygılı vd., 2015).

Sosyal problem çözme ise, bireyin günlük hayatta karşılaştığı sosyal sorunları çözme sürecidir. D’ Zurilla ve Nezu’ya göre sosyal problem çözme, “Kişinin geniş bir rant içerisinde yer alan stresli durumlar ile etkili bir biçimde başa çıkabilme yeteneğini artıran, bilinçli, gerçekçi, çaba ve amaç gerektiren bir süreçtir.” Etkili problem çözenler, bir sorunla karşılaştığında sorunu çözme konusunda kendisine güvenmekte ve sorunun üstesinden gelebilmektedirler (D’ Zurilla ve Nezu, 1990).

Sosyal durum ve sağlık durumu etkisini dışlayarak yapılan geniş kapsamlı bir çalışmada da spor yapmanın duygusal strese azalma ile ilişkisi olduğu saptanmıştır (Steptoe ve Butler, 1996). Duygusal stresi az olan öğrencilerin okul içi ve okul dışı yaşamlarında daha başarılı olduğu gözlemlenmiştir.



Bu çalışmanın amacı düzenli spor yapmanın ilkökul öğrencilerinin sosyal problem çözme becerilerine ve akademik başarılarına doğrudan veya dolaylı olarak etkilerini kendi sınıf öğretmenlerinin görüşleriyle değerlendirmektir. Bu çalışmada öğretmen görüşlerinin alınmasının en önemli sebebi Çoban ve Sungur (2013)' un da belirttiği gibi, çocuklara en kolay ulaşabilecek ve onları anlayabilecek olan grubun öğretmenler olduğu düşüncesidir. Ayrıca çocuklar özelinde sporun fiziksel ve ruhsal katkılarında dolayı, sınıf öğretmenlerinin, öğrencilerinin düzenli spor yapmalarını teşvik etmeleri konusunda, farkındalıklarının artması açısından araştırma sonuçlarının önemli olduğu düşünülmektedir.

Amacı, sınıf öğretmenlerinin düzenli spor yapan ilkökul öğrencilerine ilişkin görüşlerinin incelemesi olan bu araştırma kapsamında aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır.

S1. Sınıf öğretmenlerinin düzenli spor yapan öğrencilere yönelik algıları nasıldır?

S2. Sınıf öğretmenlerine göre düzenli spor yapma öğrencilerin akademik başarısını ve sosyal problem çözme becerilerini nasıl etkilemektedir?

2. YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırma nitel araştırma yöntemlerinden olgubilim deseninde yürütülmüştür. Cropley (2002)'e göre olgubilim (fenomenoloji) çalışmaları farkında olduğumuz ancak derinlemesine ve ayrıntılı bir anlayışa sahip olmadığımız olgulara odaklanmaktadır. Bu çalışmada düzenli spor yapan öğrencilerin sosyal problem çözme ve akademik başarıları hakkında, sınıf öğretmenlerinin görüşlerinden ayrıntılı bir şekilde yararlanılmıştır.

Araştırma Grubu

2018-2019 eğitim öğretim yılında bir özel ilkökulda öğretim yapmakta olan 2 erkek ve 1 kadın sınıf öğretmeni ile bir devlet ilkökulunda öğretim yapmakta olan 4 erkek ve 2 kadın sınıf öğretmeni olmak üzere toplam 6 erkek ve 3 kadın sınıf öğretmeni bu projenin katılımcıları olmuşlardır. İki farklı okul seçilmesinin nedeni farklı katılımcılarla görüşülüp nitelikli veriler toplamak içindir. Araştırma örnekleminin belirlenmesinde kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada kolayda örnekleme yönteminin kullanılmasının nedeni araştırmacıların bu okullara kolay ulaşabilmiş olmaları ve her iki okulun çalışmaya katılmak için gönüllü olmalarıdır.

Kolay ulaşılabilir durum örneklemesinde araştırmacı en ekonomik olan durumu seçer. Bu yöntem araştırmaya hız ve pratiklik kazandırır. Bu örnekleme yöntemi çokça rağbet görmesiyle birlikte sonuçları daha spesifikdir. Ayrıca bu yöntemin maliyeti de diğer yöntemlere göre daha azdır (Yıldırım ve Şimşek, 2008).



Araştırmanın veri çeşitliliğini sağlamak adına 2 veli ve 6 ilkokul öğrencisi daha görüşmeye dahil edilmiştir. Öğrenci ve velilerden elde edilen veriler öğretmenlerden elde edilen verileri desteklemek adına kullanılmıştır.

Araştırmaya katılan sınıf öğretmenleri öğretim yapmakta oldukları kuruma göre “özel ilkokul” ve “devlet ilkokul” değişkenlerine göre ve bu değişkenler de kendi aralarında “yaş”, “cinsiyet” ve “öğretim yapmakta olduğu sınıf” şeklinde gruplandırılmıştır.

Tablo 1. Katılımcılara İlişkin Demografik Özellikler

	Cinsiyet	Yaş	Öğretim Yapmakta Olduğu Sınıf
Devlet	Kadın	30	1. Sınıf öğretmeni
	Erkek	37	3. Sınıfta Öğretim Yapmakta
	Kadın	34	4. Sınıfta Öğretim Yapmakta
	Erkek	33	3. Sınıfta Öğretim Yapmakta
	Erkek	38	2. Sınıfta Öğretim Yapmakta
	Erkek	45	1. Sınıfta Öğretim Yapmakta
Özel	Erkek	25	2. Sınıfta Öğretim Yapmakta
	Kadın	23	3. Sınıfta Öğretim Yapmakta
	Kadın	24	4. Sınıfta Öğretim Yapmakta

Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanması aşamasında araştırma kapsamına alınmış olan devlet ve özel ilkokullarda öğretim yapmakta olan ve araştırmaya gönüllü olarak katılan sınıf öğretmenleri ile görüşmeler yapılmıştır. Araştırmanın yürütülmesinde araştırmacılar tarafından ilgili yazın taraması yapıldıktan sonra hazırlanan, yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Toplam 3 aşamada veriler toplanmıştır. İlk aşamada, öğretmenlerle görüşme yapmak amacıyla araştırmacılar tarafından hazırlanan görüşme formlarında 3 kadın ve 6 erkek olmak üzere toplam 9 sınıf öğretmenine önce cinsiyet, yaş vb. kişisel sorular sorul-



muştur. İkinci aşamada, sınıflarında düzenli olarak spor yapan öğrencilerin olup olmadığı, varsa hangi spor dalı olduğu, öğrencinin spora hangi sıklıkla gidiyor olduğu ve ne zamandan beri öğrencinin düzenli olarak spor yapıyor olduğu ile ilgili bilgiler sorulmuştur. Son aşamada ise düzenli spor yapan öğrencilerin akademik başarılarını değerlendirmeye yönelik 10 adet soru sorulmuştur.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Özel ve devlet ilkokullarında öğretim yapmakta olan 9 sınıf öğretmeni ile görüşmeler yapılarak toplanan veriler içerik analiz yöntemi kullanılarak değerlendirilmiştir. Katılımcılar ile yüz yüze görüşmeler yapılmıştır. Nitel araştırmalar; “verilerin kodlanması, temaların bulunması, kodların ve temaların düzenlenmesi ve bulguların tanımlanması ve yorumlanması” olmak üzere dört aşamada çözümlenmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Sosyal bilimler alanında nicel araştırma yöntemlerine kıyasla, daha derinlemesine bilgi sağlarlar. Ayrıca geleneksel yöntemlerle açıklanması zor olan konuları aydınlatmak için gereklidir. İçerik analizi, insan tabiatını ve davranışlarını saptamak üzere dolaylı yollarla çalışmaya imkân tanır. Bu özelliği ile özellikle sosyal bilimlerde en çok tercih edilen önemli tekniklerden biri olmuştur (Büyüköztürk vd., 2013). Bu yöntem, bir metni ya da resmi analiz ederek rakamlara dönüştürme ve rakamlar üzerinden yorum yapmak yani elde edilen rakamları yeniden metne dönüştürmek olarak tanımlanabilir (Köktener 2013, akt. Dumangöz, 2019). Verilerin analizinin yapılabilmesi için ses kaydına alınan veriler bilgisayar ortamında yazılı hale getirilmiş ve verilerden hareketle kodlar oluşturulmuştur. Bu kodlardan hareketle belli bir sınıflama yapılarak temalar oluşturulmuştur. Kod ve temalar aralarındaki ilişkileri ortaya koyacak şekilde yapılandırılmıştır. Son olarak, elde edilen bulgular araştırmacı tarafından tanımlanmış ve yorumlanmıştır. Geçerlik için, çözümlenen veriler iki uzmana kontrol ettirilmiştir. Uzmanın alanyazın ve nitel araştırma desenlerine konularında bilgi sahibi olmasına özen gösterilmiştir. Ayrıca dış geçerliliği artırmak için öğretmen, öğrenci ve veli görüşleri doğrudan alıntı yapılmıştır. Elde edilen verilerin iç tutarlılığı için düzenli spor yapan öğrencilerin bizzat kendileri ve bu öğrencilerin velileriyle de görüşmeler yapılmıştır.

3. BULGULAR

Elde edilen veriler betimsel bir yaklaşımla sunulmuştur. Bunu yaparken olabildiğince verilerin ham haline bağlı kalınmış, gerekli görülen noktalarda sınıf öğretmenlerinin söyledikleri olduğu gibi verilmiştir. Derinlemesine incelenen veriler “Sosyal Problem Çözme” ve “Akademik Başarı” olarak iki ana temaya ayrılmıştır. “Sosyal Problem Çözme” teması altında “Kişilerarası Davranışlar”, “Kendiyle İlgili Davranışlar” ve “Görev İle İlgili Davranışlar” alt temalarına ayrılmıştır.



“Akademik Başarı” teması ise “Derse Katılım Düzeyi”, “Ders Çalışma Performansı” ve “Ders Çalışma İsteği” alt temalarına ayrılmıştır.

Görüşme yapılan devlet okulunda çalışan sınıf öğretmenleri için ‘D’ kodu, özel bir okulda çalışan sınıf öğretmenleri için ise ‘Ö’ kodu kullanılmıştır. Bu bölümde sınıf öğretmenlerinin bakış açılarındaki benzerlikler ve farklılıklar, araştırmacılar tarafından belirlenen temalar altında sırasıyla verilmiştir

Ana Tema 1. Sosyal Problem Çözme

Alt Tema 1. Kişilerarası Davranışlar

Sınıf öğretmenlerine yöneltilen “Düzenli spor yapan öğrencilerinizin sınıf içerisinde ve arkadaş ortamında ikili ilişkilerini nasıl buluyorsunuz?” ve “Düzenli spor yapan öğrencilerinizin arkadaş ortamında kabul görme düzeylerini nasıl buluyorsunuz?” soruları yöneltilmiştir. Sınıf öğretmenleri genel olarak düzenli spor yapan öğrencilerinin özgüven sahibi, lider, popüler ve ikili ilişkilerinde iyi olduklarını iletmişlerdir. Kişilerarası davranışlar temasını desteklemek adına aşağıda bazı öğretmen görüşleri sunulmuştur:

Spor özgüveni desteklediği için yani kendilerini önde göstermede daha rahat oldukları için doğal olarak kendilerini ifade ederlerken daha daha rahat ifade edebiliyor (Ö.2)

... Bunu çok gözlemliyoruz. Önceden çok sessiz sakin bir öğrenci ve spor yaptıktan bu açılıyor (Ö.1)

Düzenli spor yapan öğrencim özgüven ve grup çalışmalarında başarılı öğrencidir. Her zaman kendini öne çıkarırken de utangaçlığını atmış oluyor (D.1)

Spor yapan öğrenciler sosyal özgüvenleri yüksek iletişim kurma becerileri iyi iletişim becerileri iyi olan bir çocuk arkadaş ortamında her türlü rahat olur sosyalleşir aktivitelere katılır yönlendirmeleri yapar yani spor yapan bir öğrenciyi yönlendirmek zordur aslında o diğerlerini yönlendirir bence (D.6)

...dövüş sporu yapan öğrencilerimiz de vardır ilk etapta yeni başladığı dönemde birbirlerini hep kavgacı olarak görüyorlar biraz arkadaşlarından uzaklaşabiliyorlardı ilk başlangıçlarında ama sonradan alınan o spor terbiyesi mi diyeyim? Evet, spor terbiyesiyle beraber onu da asıyorlar onu da söyleyeyim (D.6)

Alt Tema 2. Kendiyle İlgili Davranışlar

Sınıf öğretmenlerine “Düzenli spor yapan öğrencilerinizin kendini ifade etme becerilerini nasıl buluyorsunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Sınıf öğretmenlerin bazıları, spor özgüveni doğrudan desteklediği için kendilerini çok iyi şekilde ifade edebildiklerini söylemiş-



tirler, bazıları da spor yapmak ve dilsel beceri arasında pek çok ilişki olduğunu düşünmediklerinden bahsetmişlerdir. Kendiyle ilgili davranışlar temasını desteklemek adına aşağıda bazı öğretmen görüşleri sunulmuştur.

Spor özgüveni desteklediği için yani kendilerini önde göstermede daha rahat oldukları için doğal olarak kendilerini ifade ederlerken daha rahat ifade ediyorlar (Ö.3)

Daha çok iyi görüyorum, kesinlikle olumlu buluyorum faydasını görüyorum (D.2)

Spor yapmak ve dilsel beceri arasında pek çok ilişki olduğunu düşünmüyorum (D.3)

Genelde lider oluyorlar doğrudan lider oluyorlar isterseniz de istemeseniz de arkadaşları onları lider olarak görüyorlar zaten farkındalığı var çocuğun yanı sıra sonuçta bir emek harcıyor bir yerlere geliyor bir yerlerden dereceler madalyalar alıyor farkındalık var öteki çocuklar da onlara yaklaşımları farklı olduğu için direkt onları lider olarak seçerler (D.9)

Alt Tema 3. Görev ile İlgili Davranışlar

Sınıf öğretmenlerine “Düzen ve disiplin konusunda spor yapan öğrencilerinizi nasıl buluyorsunuz?” ve “Düzenli spor yapan öğrencilerinizin grup çalışmalarındaki görev ve sorumlulukları nelerdir?” soruları yöneltilmiştir. Özel okulda çalışan sınıf öğretmenleri genel olarak düzenli spor yapan öğrencilerin, yapmayan öğrencilere kıyasla daha düzenli ve disiplinli olduklarından bahsetmişlerdir. Devlet okulunda görev yapan sınıf öğretmenleri ise genel olarak, sporun disiplin kazanımına doğrudan etkisinin olduğunu ancak düzen konusunda net bir şey söylenemeyeceğini ifade etmişlerdir. Görev ile ilgili davranışlar temasını desteklemek adına aşağıda bazı öğretmen görüşleri sunulmuştur.

Benim voleybolla bayağı ilgilenen profesyonel bir öğrencim var. Düzen konusunda mesela o gün verdiğim ödevi ertesi gün alacaksam veya başka bir şey, hemen o gün içerisinde getirir yapar. Hani hep bir düzen içerisinde, disiplinli olan bir öğrenci (Ö.1)

Özellikle takım oyunları için söylüyorum takım oyununda oynayan öğrencilerim daha uyumlu toplum açısından daha uyumlu öğrenciler oluyorlar. Sınıf genel kurallarında da daha uyumlu ve daha yapıcı bir tavır sergiliyorlar takım oyununda oynayanlar bireysel-lerde de özgüven olarak daha yüksekler ve kendilerini öne çıkarma ve görüntüde utanma gibi durumları olmuyor öğrenciler açısından gözlemlendiğinde (Ö.3)

Orada net bir kıyaslama yapılması çok zor yani spor yapıp çok düzenli ve disiplinli olan öğrencilerimiz de var, spor yapıp düzen ve disiplini sağlayamayan öğrencilerimiz de var bir şekilde düzen ve disipline katkısı vardır diyemem (D.4)

Ana Tema 2. Akademik Başarı



Alt Tema 1. Derse Katılım Düzeyi

Sınıf öğretmenlerine “Düzenli spor yapan öğrencilerinizin derslere katılım düzeylerini nasıl buluyorsunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Sınıf öğretmenleri genel olarak, bireysel farklılıklar olsa da genel anlamda derslere oldukça aktif olarak katılım sağladıklarını söylemişlerdir. Derse katılım düzeyi temasını desteklemek adına aşağıda bazı öğretmen görüşleri sunulmuştur.

Aktif bir şekilde katılıyorlar. Hatta spor başarısı sayesinde yüzde yüz burs kazanan öğrencim, bu okul başarısı, akademik olarak da başarılı sosyal aktivitelerde de başarılı kendisi (Ö.1)

İşte onu şey yapamıyorum böyle kesin bir etkisi var mı onu bilemiyorum ama sonuçta kendini ifade etmesi güçlendiğine göre derslere katılımı da artıyor özgüvenleri de (D.2)

Böyle söyleyeyim derse katılım düzeylerinin birçok ders var bazı derslerde iyi bazı derslerde kötü bu çocuğun direkt ilgi alanına girer (D.4)

Alt Tema 2. Ders Çalışma Performansı

Sınıf Öğretmenlerine “Düzenli Spor yapan öğrencilerinizin ders çalışma performanslarını nasıl buluyorsunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Devlet okulundaki sınıf öğretmenleri genel olarak aileler derslerde başarı görmezse çocuğu spora göndermemekle tehdit ediyor yani dolaylı yoldan derslere istekli oluyorlar veya spordan sonra mutlu oldukları için ders performansları yüksek olduğundan bahsetmişlerdir. Özel okuldaki sınıf öğretmenleri ise genel olarak hepsinin ders çalışma performanslarının iyi durumda olduğundan bahsetmişlerdir. Ders çalışma performansı temasını desteklemek adına aşağıda bazı öğretmen görüşleri sunulmuştur.

Olumlu buluyorum her yönden olumlu. Her açıdan kendini geliştirmiş oluyor (Ö.1)

Ders çalışma performanslarını şöyle etkilediğini düşünüyorum, çocuk enerjisini atıp beraberinde oyun oynama ihtiyacını sporla beraber giderdiği için derse oturduğunda sadece derse odaklanabiliyor (Ö.3)

Güzel daha iyi derse aktifliği zaten bir uyuşukluk yok çocuklarda enerjik geldikleri için spordan sonra daha iyi katılıyorlar (D.5)

Şimdi bu çocuklar dediğim gibi düzenli çocuklar onun sorumluluklarını biliyorlar. Mesela şöyle bir anlatayım: Diyeyim ki bugün sporları var etüt çalışmaları, yani kulüp çalışmalarını oluyor bizimle beraber ne yapıyorlar teneffüse çıkmıyorlar, akşam sporları ol-



duğu için. Bunlar ders içerisinde, teneffüslerde, ödevlerini yavaş yavaş aksama kendilerini hazırlıyorlar. Yani bir de bunun aksamını düşünün düzenli çocuklar, sorumluluk sahibidirler (D.6)

Alt Tema 2. Ders Çalışma İsteği

Sınıf öğretmenlerine “Düzenli spor yapan öğrencilerinizin ders çalışma isteklerini nasıl buluyorsunuz?” sorusu yöneltilmiştir. Sınıf öğretmenleri tarafından genel olarak; “çocuğun derse olan ilgisine bağlı”, “düzenli spor yapmanın doğrudan bir etkisi yoktur”, “eğer o gün sporda daha çok eğlemişse olumsuz yönde etkilenebiliyor ama bunun haricinde çok iyi” gibi cevaplar verilmiştir. Ders çalışma isteği temasını desteklemek adına aşağıda bazı öğretmen görüşleri sunulmuştur:

Ders çalışma isteği, eğer sporda dersten daha çok eğleniyorsa olumsuz etkilenebiliyor bazen ya da maçları varsa maçı düşünüp dersi düşünmediği oluyor ama bu durumları dışarı çıkardığımızda yani o amaç durumlarını gösterir durumlarını dışarı çıkardığımızda dediğim gibi ders çalışırken nasıl oturuyorsa ders çalışma isteğin de bu etkiliyor (Ö.3)

Genelde aileler motivasyonunu spora endeksleyerek yaptıkları için ders çalışmaları yüksek, annesi dediğim gibi işte bunu yaparsan spora gideceksin yüzmeye gideceksin çocuk koşullanmadan dolayı daha çok derse çalışabiliyor (D.3)

şöyle söyleyeyim çoğunluğu ders çalışmak istemiyor (D.4)

4. TARTIşMA VE SONUÇ

Sonuç olarak yapılan görüşmeler sonucunda sınıf öğretmenleri, düzenli spor yapan ve yapmayan öğrencilerin arasında sosyal problem çözme beceresinde anlamlı bir fark olduğunu genel olarak söylemişlerdir. Öğretmenler düzenli spor yapan ilkokul öğrencilerinin kişilerarası davranışlarında özgüven sahibi, lider ruhlu, popüler olduklarını ve ikili ilişkilerinde iyi olduklarını söylemişlerdir. Öğretmenlerin bir kısmı, düzenli spor yapan ilkokul öğrencilerinin kendileriyle ilişkili davranışlarında düzenli spor yapmalarının özgüvenlerine olumlu etki ettiği için kendileriyle barışık olduklarını, diğer kısmı ise düzenli spor yapmanın etki etmediğini söylemişlerdir. Düzenli spor yapan ilkokul öğrencilerin görevleriyle ilgili davranışları hakkında öğretmenler, düzenli spor yapmayan öğrencilere göre sorumluluk almaya daha istekli olduklarını, girişken ve disiplin olduklarını söylemişlerdir.

Literatür incelendiğinde spor yapmanın başta problem çözme, akademik başarı olmak üzere özsaygı, dışa dönüklülük, sorumluluk alma, benlik gibi olumlu sonuçlarını ortaya koyan birçok çalışma bulunmaktadır.



Canan ve Ataoğlu (2010), düzenli spor yapan 69 sporcu ile düzenli spor yapmayan 26 kişilik bir kontrol grubu ile yürüttükleri araştırmada, düzenli olarak spor yapmanın problem çözme becerisi üzerinde pozitif etkiye sahip olduğunu sonucuna ulaşmışlardır. Bunun yanı sıra Bingöl ve Alpkaya (2016), lise seviyesindeki gençlerin özsaygı düzeylerini spor yapma ve yapmama durumlarına göre incelemişlerdir. Sonuç olarak spor yapan gençlerin özsaygı düzeylerinin, spor yapmayan gençlere kıyasla yüksek olduğu ortaya konulmuştur.

Gacar ve Yanlıç (2012) hentbol oynayan ve spor yapmayan 13 ve 17 yaş aralığındaki çocukları karşılaştırmış, Karakaya ve arkadaşları (2006) yüzücülerle spor yapmayanları karşılaştırmış ve Smith (1979) beyzbol oynayan çocukları spor yapmayanlarla karşılaştırılmış ve sonuçta spor yapan çocukların yapmayanlara göre daha yüksek özsaygı düzeyine sahip olduklarını bulmuşlardır (akt. Bingöl ve Alpkaya, 2016). Salokun (1990) ve Vincent (1976) ise, spor yapan bireylerin, spor yapmayan bireylere nazaran daha yüksek benlik kavramına sahip olduklarını tespit etmiştir.

Saygılı ve arkadaşlarının (2014) yaptıkları araştırmada spor yapan ortaokul öğrencilerinin dışadönüklük, sorumluluk gibi kişilik özelliklerinin yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Özellikle spor yapanların, gelişmiş dışadönüklük özelliğine vurgu yapan başka çalışmalarda mevcuttur (Blanco vd., 1999, Courneya ve Hellsten, 1998; Egloff ve Gruhn, 1996).

Düzenli spora katılımın öğrenciler üzerinde sorumluluk duygularını, girişimcilik özelliklerini arttırdığı, sosyal kişilik kazanmalarına yardımcı ve duygusal streslerinde azalma olduğu dile getirilmiştir. Yapılan bir başka araştırmada da düzenli spor yapan öğrencilerin kişilikleri üzerinde olumlu bir etkisi olduğu söylenmiştir (Saygılı vd., 2015).

Okul sporlarına katılım gösteren ortaokul öğrencilerinin akademik başarı gelişimine etkisini inceleyen Öcal ve Koçak (2010), spora katılımın sosyalleşme, sorumluluk, akademik başarı, genel davranış gelişimi ve dışa dönüklük seviyelerine olumlu etkisinin olduğunu ileri sürmüşlerdir.

Uluslararası literatürde yer alan ve spor yapmanın akademik başarı üzerindeki pozitif etkisini ortaya koyan çalışmalar, araştırma sonuçlarımızı destekler niteliktedir (Soltz, 1986; Gerber, 1996; Stegman ve Stephens, 2000).

Yapılan Görüşmeler sonucunda sınıf öğretmenleri, düzenli spor yapan ve yapmayan öğrenciler arasında akademik başarılarında anlamlı bir fark olmadığını, akademik başarılarına doğrudan bir etkisi olmadığını ancak dolaylı yoldan belli bir çalışma düzeni ve çalışma disiplini kazanmalarını sağladığını belirtmişlerdir.

Sağlıklı ve hayat boyu fiziksel aktivitelere katılma ya da düzenli spor yapma alışkanlığı kazanmış bireylerin yetiştirilmesinde önemli bir role sahip olan sınıf öğretmenlerinin,



spor konusuna bilinçlenmesi ve öğrencilerini bu konuda teşvik etmesinin önemi büyüktür.

Öğretmenler için planlanacak hizmet içi eğitimlerle, hareket biliminin çocuk üzerindeki etkilerinin anlatılması önerilebilir.

Araştırma sınırlı bir grubun görüşlerini yansıtmaktadır. Bu yüzden genelleme yapılamaz. Bundan sonra nicel araştırma yöntemleri kullanılarak daha fazla örneklem grubu ile yapılacak çalışmalar alana önemli katkılar sağlayacaktır. Farklı branş öğretmeni gruplarıyla görüşmeler yapılarak, konu farklı bakış açılarıyla irdelenebilir.

5. KAYNAKÇA

Arslan, C. (2014). *Her Sporunun Hayatı Bir Öyküdür*. Ankara: Akademisyen Yayınevi.

Bingöl, C. ve Alpkaya, U. (2016). Spor yapan ve spor yapmayan lise öğrencilerinin özsaygı düzeylerinin incelenmesi . *Marmara Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1):31-37.

Blanco, S., Hill, C.D. ve Piedmont, R.L. (1999). Predicting *Athletic Performance Using the Five-Factor Model of Personality*. *Personality and Individual Differences*, 27:769-777.

Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık

Canan, F. ve Ataoğlu, A. (2010). Anksiyete, depresyon ve problem çözme becerisi algısı üzerine düzenli sporun etkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 11(1):38-43.

Courneya, K.S. ve Hellsten, L.A.M. (1998). Personality correlates of exercise behavior, motives, barriers and preferences: an application of the five-factor model . *Personality and Individual Differences*, 24(5):625-633.

Cropley, A. (2002). *Qualitative research methods: An introduction for students psychology and education*. Universty of Latvia:Zinatne

Çoban, A.S., ve Sungur, G. (2013). Öğretmenlerin sigara kullanım konusundaki davranışları ve görüşleri. *Turk Toraks Dergisi*, 14: 98-102.

Dumangöz, P.D. (2019). Examining the viewpoints of the sports journalists in Turkey on traditional and internet journalism. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 5(5):19-34. Doi: 10.5281/zenodo.2558275



D’Zurilla T. J, ve Nezu, A. M. (1990). Development and preliminary evaluation of the social problem-solving inventory. *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 2(2), 156–163. doi: 10.1037/1040-3590.2.2.156

Egloff, B. ve Gruhn, A.J. (1996). Personality and endurance sports. *Personality and Individual Differences*, 21(2):223-229.

Gacar, A., Yanlıç N. (2012). 13 - 17 yaş ergen hentbolcuların benlik saygısı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 3(2):45-50.

Gerber, S. G. (1996). Extracurricular activities and academic achievement. *Journal of Research and Development*, 30:41-50.

Karakaya, I., Coşkun, A. ve Ağaoğlu, B. (2006). yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 162-166.

Köktener, A. (2013). Spor Gazeteciliği Örneğinde İnternet Gazeteciliğinin Geleneksel Gazeteciliğe Etkisi. *Selçuk İletişim Dergisi*, 8(1), 233-250.

Kuh, G.T., Kinzie, J., Buckley, J.A., Bridges, B.K. ve Hayek, J.C. (2006). *What Matters To Student Success: A Review Of The Literature*. Spearheading a Dialog on Student Success, Commissioned report for the National Symposium on Postsecondary Student Success, Washington DC.

Kwak, L., Kremers, S.P., Bergman, P., Ruiz, J.R., Rizzo, N.S., ve Sjöström M. (2009). Association between physical activity, fitness and academic achievement. *Journal of Pediatrics*, 155:914-918. Doi:10.1016/j.jpeds.2009.06.019

Öcal, K. ve Koçak, M.S. (2010). Okul sporlarının orta öğretim öğrencilerinin akademik başarı ve davranış gelişimine etkisi. *Mediterranean Journal of Educational Research*, 7:86-94.

Salokun, S.D. (1990). Comparison of Nigerian High School Athletes and Nonathletes On Self-concept. *Perceptual and Motor Skills*, 70:865-866.

Saygılı, G., Atay, E., Eraslan, M., ve Hekim, M. (2015). Düzenli olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin kişilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 161-170.

Soltz, D. F. (1986). Athletics and Academic Achievement: What Is the Relationship? *NASSP Bulletin*, October.



Stegman, M., ve Stephens, L. J. (2000). Athletics and academics: Are they compatible? *The High School Magazine*, 7:36-39.

Stephoe, A., ve Butler, N. (1996). Sports participation and emotional wellbeing in adolescents. *Lancet*, 347(9018):1789-1792. doi: 10.1016/s0140-6736(96)91616-5

Türk Dil Kurumu (2019). Güncel Türkçe Sözlük. Erişim tarihi: 15.03.2019 Erişim adresi: <http://www.tdk.gov.tr>

Vincent, M.F. (1976). Comparison of self-concept of college woman: athletes and physical education majors. *Research Quarterly*, 47:218-225.

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2008). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınevi.

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Seçkin Yayınevi.

York, T.T., Gibson, C., ve Rankin, S. (2015). Defining and measuring academic success. *Practical Assessment, Research and Evaluation*, 20(5):1-20. Doi: 10.7275/hz5x-tx03



SPORCULARDA BİLİŞSEL PERFORMANSA ETKİ EDEN BAZI FAKTÖRLER: ÖN ÇALIŞMA

FACTORS AFFECTING COGNITIVE PERFORMANCE IN ATHLETES: PRE- LIMINARY STUDY

Egemen MANCI

Giriş ve Amaç

Son zamanlarda yapılan çalışmalarda sporcuların bilişsel performansı üzerine olan araştırmalar giderek artmaktadır. Sporcuların oynadıkları branşa özgü bilişsel yetilerinin gelişmesi fiziksel/fizyolojik ve taktiksel gelişimleri kadar önemlidir. Egzersizin bilişsel işlevler üzerine etkisi çok uzun yıllardır araştırılan bir konudur (1). Araştırmaların ilerlemesi ile birlikte artık akut egzersizin bilişsel süreçlere pozitif etkisi olduğu gösterilmiştir. Son dönemlerde ise egzersiz ve bilişsel performans arasında ilişki daha detaylı olarak incelenmeye başlanmış ve egzersiz türlerinin, farklı bilişsel süreçlerin, farklı grupların veya farklı ortam şartlarının sağlandığı araştırmalarda egzersiz ve bilişsel performans ilişkisi incelenmektedir (2,3). Teknolojinin de ilerlemesi ile birlikte bilişsel süreçlerin incelenmesinde nöropsikolojik yöntemlere ek olarak nörogörüntüleme yöntemleri ve nöroendokrinolojik yöntemlerde eklenerek araştırmalar en ince ayrıntısına kadar egzersiz ve biliş arasındaki ilişkiyi incelemektedir. Bu alandaki çalışmaların çoğunun temel konusu bilişsel süreçlere etki eden faktörlerin detaylı bir şekilde gün yüzüne çıkartılmasıdır. Kahvaltının bilişsel süreçlere etkisi de sıkça çalışılan konulardan biridir (4,5). Yapılan çalışmalarda erken çocukluk dönemlerinde kahvaltı yapılmasının bazı bilişsel süreçlere (hafıza, dikkat, yürütücü işlevler gibi) olumlu etkisi olduğu bildirilmektedir (4). Yapılan çalışmalar bilişsel test öncesi yapılan kahvaltının bilişsel performansa akut etkisi ve kahvaltıdan sonra farklı zamanlarda yapılan testler ile kahvaltının bilişsel performansa uzun süreli etkilerini araştırmaktadır (4). Kahvaltı bilişsel performansa etki ettiğini düşündüğümüz içsel faktörlerden sadece birisidir. Ancak bilişsel performansa etki eden içsel ve dışsal nedenler oldukça fazladır. Dışsal faktörlerden biri de test uygulanacak katılımcının bilgisayar kullanım tecrübesidir. Yapılan testler genellikle bilgisayar üzerinden yapıldığı için bilişsel testlerin uygulanmasında kişinin bilgisayar kullanım düzeyi, zamanı, ilgisi ve bilgisayarın özelliklerinin de bilişsel performansa etkisi olabilir. Bu çalışmada da bilişsel performansa etkisi olabileceğini düşündüğümüz bazı içsel ve dışsal faktörlerin sporcuların bilişsel performansları üzerindeki etkilerini inceleyerek ileride yapılacak daha detaylı bir çalışmaya öncülük etmesidir.



Yöntem

Çalışmaya 12-18 yaşlar arasında spor yapan 31 adölesan ($\bar{x}15,40 \pm,73$ yaş, 8' kız) dahil edilmiştir. Katılımcılara araştırma detayları anlatılmış ve gönüllü olduklarına dair kendilerinden ve 18 yaşından küçük katılımcılar için yasal temsilcilerinden onamlar alınmıştır. Daha sonra uygulanacak bilişsel testler katılımcılara açıklanmış ve testlere alışmaları için deneme yaptırılmıştır. Katılımcılara farklı bilişsel becerileri ölçen (Timing becerisi, Farklı Uyarı Tespit Etme, Reaksiyon Zamanı ve Dikkat) farklı testler bir diz üstü bilgisayar yardımı ile uygulanmıştır. Tüm katılımcılara testler aynı bilgisayarda ve aynı ortam şartlarında uygulanmıştır. Testler “Psychology Experiment Building Language (PEBL) Test Bataryası” kullanılarak (Mackworth Clock Test, Timewall Testi ve Change Detection Testi) tüm katılımcılarda aynı sıra ile uygulanmıştır.

Change Detection Testi (CDT): Bu test katılımcının test ekranındaki farklı uyarılar içerisinde doğru olanı bulmasını ve bulduktan sonra en kısa sürede tespit etmesini gerektirmektedir. Katılımcıların tepki süresi ve doğru tespit edilen değişim sayıları ve testi tamamlama süreleri değerlendirilmiştir (6).

Mackworth Sürekli Dikkat için Saat Testi (CT): Bu test katılımcının dikkatli bir şekilde test ekranında yanı sönerken saat yönünde dönen yuvarlığı takip etmesini sıradaki boşluğu atlayarak bir sonraki boşluğa atladığında bunu fark edip en kısa sürede belirlenen tuşa basmasını gerektirmektedir. Test, vijilans, sürekli dikkat ve reaksiyon zamanını ölçmekte ve ortalama bir dakika sürmektedir (7).

Timewall Testi (TT): Bu testte katılımcı sabit hızda düşen bir objeyi belirli bir konuma geldikten sonra görememekte ve o objenin test ekranının altındaki belirli konuma geldiğini düşündüğünde tuşa basarak belirlemesini gerektirmektedir. Bu testte de katılımcının zamanlama (timing) becerisi değerlendirilmektedir (8).

Daha sonra katılımcıların bilgisayar oyunu oynama durumları ve bilişsel testlerin uygulandığı saatteki açlık tokluk durumlarına göre bilişsel test skorları form üzerinde kayıt altına alınmıştır. Bu çalışma Dokuz Eylül Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır. Bu çalışmanın araştırma prosedürleri Helsinki Deklarasyonu'nun insan araştırmaları etik standartlarına uygun şekilde yerine getirilmiştir. Alınan verilerin ortalamaları hesaplanmış ve uygulanan Normalite Testleri sonucunda verilerin normal dağılıma uymaması nedeniyle analizlerde Non-Parametrik Testler kullanılmıştır. İki farklı grup arasındaki karşılaştırmalar “Mann Whitney U” testi ile değerlendirilmiştir. Anlamlılık değeri tüm analizler için $p<0,05$ olarak alınmıştır.

Bulgular



Bu çalışmaya farklı branşından yaşları 12-18 arasında en az 3 yıldır lisanslı olarak spor yapan 31 (\bar{x} 15,40 \pm ,73 yaş, 8' kız) adölesan sporcu katılmıştır. Katılımcıların 14'ü bilgisayar oynadıklarını 17'si ise bilgisayar oyunu oynamadıklarını belirtmişlerdir. Ayrıca katılımcıların 12' si kahvaltı yapmadıklarını 19'u kahvaltı yaptıklarını bildirmişlerdir. Sonuçlar değerlendirildiğinde bilgisayar oyunu oynayan grubun oynamayan gruba göre timing becerisi ile ilişkili bilişsel teste daha başarılı olduğu görülmüştür (Tablo 1; $p<0,05$).

Tablo 1. Bilgisayar kullanma durumuna göre bilişsel test skorları

	Bilgisayar Oyunu Oynayan n=14		Bilgisayar Oyunu Oynamayan n=17		Z	Sig. (p)
	\bar{X}	SS \pm	\bar{X}	SS \pm		
CDT Doğru Yanıt Sayısı	13,71	2,84	13,88	1,76	-,121	,922
CDT Testi Tamamlama Süresi (dk.)	5,47	1,15	6,10	1,61	-1,072	,297
CT Doğru Basma (%)	93,69	5,05	92,20	4,85	-,795	,444
CT Reaksiyon Zamanı (sn)	1,93	,520	,527	,214	-1,628	,109
TT Mükemmel Zamanlama Sayısı	13,43	3,45	9,35	3,48	-2,977	,002*

Change Detection Test (CDT), Clock Test (CT), Timewall Test (TT), Ortalama (\bar{X}), Standart Sapma (SS \pm), * $p<0,05$

Katılımcıların açlık tokluk durumlarına göre bilişsel test skoru sonuçları değerlendirildiğinde ise kahvaltı yapan sporcuların bilişsel testlerin zaman ile ilgili parametrelerinde daha başarılı olduğu görülmüştür ($p<0,05$).



Tablo 2. Kahvaltı durumuna göre bilişsel test skorları

	Kahvaltı Yapan (Tok) n=19		Kahvaltı Yapmayan (Aç) n=12		Z	Sig. (p)
	\bar{X}	SS±	\bar{X}	SS±		
CDT Doğru Yanıt Sayısı	13,76	2,40	14,00	1,78	-,253	,827
CDT Testi Tamamlama Süresi (dk.)	5,45	1,25	7,32	1,20	-2,826	,003*
CT Doğru Basma (%)	93,59	4,86	88,59	8,15	-,801	,448
CT Reaksiyon Zamanı (sn)	,387	,085	,676	,236	-1,076	,288
TT Mükemmel Zamanlama Sayısı	11,80	4,08	8,67	2,42	-2,039	,041*

Change Detection Test (CDT), Clock Test (CT), Timewall Test (TT), Ortalama (\bar{X}), Standart Sapma (SS±), *p<0,05

Sonuç

Bu çalışmada spor yapan adölesanların farklı bilişsel yetilerini ölçen farklı bilişsel testler kullanılmış ve test skoruna etki edebilecek bazı faktörler incelenerek, ilerideki çalışmalarda daha standart sonuçların alınmasına katkı konulması planlanmıştır. Sonuçlar değerlendirildiğinde katılımcıların bilgisayar oynama ve beslenme durumlarının bilişsel süreçlerde farklı parametreler üzerine etki edebileceği görülmüştür. Bu nedenle bu konunun ileride daha detaylı bir şekilde araştırılması gerekmektedir. Bu çalışmanın sonuçlarında bilgisayar ile geçirilen zamanın daha fazla olmasının zamanlama becerisi ile bir ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Bu durum belki de katılımcıların ekrana bakma süreleri ve/veya oynadıkları oyunlar gereği ekranı daha iyi tanıdıklarından kaynaklanıyor olabilir. Bir diğer bulgu ise katılımcıların açlık ve tokluk durumlarının bilişsel süreçlerde zaman ile ilgili parametrelere etki edebileceği üzerinedir. Sonuçlar değerlendirildiğinde kahvaltı yapan katılımcıların zamanlama becerilerinin ve zaman ile ilgili süreçlerde daha başarılı olduğu görülmüştür. Bu durum kahvaltının duygu durum, motivasyon ve uyanıklık ile ilgili olabilir. Daha önce yapılan bir derlemede çeşitli besinlerden oluşan bir kahvaltının bilişsel



performansa pozitif etkisi olduğu bildirilmiştir (9). Kahvaltının sinir hücrelerine enerji sağlanmasını arttırmasıyla birlikte nörotransmitter ve hormonal değişikliklerin sinir hücrelerinin aktivasyonu ve deaktivasyonunda görev alarak bilişsel süreçlere etkisi olabileceğini belirtmişlerdir. Ayrıca bazı çalışmalarda yapılan kahvaltının yüksek glisemik indekse sahip olması ile düşük glisemik indekse sahip olması arasındaki farklarda araştırılmaktadır (4)

Sonuç olarak ileride bilişsel performansın ölçülmesi ile ilgili yapılacak çalışmalarda bu faktörlerin göz önünde bulundurulması hem test sonuçlarının standardizasyonu hem de bu alandaki bilimsel çalışmaların kalitesi açısından önemli olacağı düşünülmektedir. Ayrıca bu çalışmanın sonuçları bilişsel performans alanında yapılacak çalışmaların detayları konusunda bir ön bulgu oluşturmaktadır.

Kaynaklar

Tomprowski PD, Ellis NR. Effects of exercise on cognitive processes: a review. Psychol Bull. 1986;99: s.338–46.

Lambourne K, Tomprowski P. The effect of exercise-induced arousal on cognitive task performance: a meta-regression analysis. Brain research. 2010;1341:12-24.

Differential influences of exercise intensity on information processing in the central nervous system

Adolphus K, Lawton CL, Champ CL, Dye L. The effects of breakfast and breakfast composition on cognition in children and adolescents: A Systematic Review. Adv Nutr.2016;7(3): s.590–612

Cooper SB, Bandelow S, Nevill ME. Breakfast consumption and cognitive function in adolescent schoolchildren. Physiol Behav. 2011;103(5): s.431–9

Rensink RA. Change detection. Annual review of psychology. 2002;53(1):245-77.

Lichstein KL, Riedel BW, Richman SL. The mackworth clock test: A computerized version. The Journal of psychology. 2000;134(2):153-61.

Ergönül İ, İnanç G, Taşlıca S, Özgören M, Öniz A. The Effect of Appetitive Daytime Napping on Cognitive Functions. Journal of Turkish Sleep Medicine. 2018;5(2):27.

Fischer K, Colombani PC, Langhans W, Wenk C. Cognitive performance and its relationship with postprandial metabolic changes after ingestion of different macronutrients in the morning. Br J Nutr. 2001;85(3): s.393.



ORTA YAŞ VE ÜSTÜ BİREYLERİN REKREASYON TALEPLERİNİN BELİRLENMESİ VE REKREATİF FAALİYETLERİN KATILIMINI ENGELLEYEN FAKTÖRLERİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ

Tayfun KARAL, Mehmet Mustafa YORULMAZLAR

Öz

Amaç: Rekreasyon taleplerinin yükseltilmesi öncelikle kişilerin rekreatif faaliyetlerine katılımını engelleyen faktörlerin ortadan kaldırılmasına bağlıdır. Rekreasyon talebi, kişilerin boş zaman talepleri doğrultusunda rekreatif faaliyetlerden yapacakları seçimden başlayarak rekreatif faaliyetlerin idareler tarafından planlanması, rekreatif alanların geliştirilmesine bağlıdır. Kahramanmaraş'ta ikamet eden ortayaş ve üstü bireylerin rekreasyonel taleplerinin belirlenmesi ve rekreatif faaliyetlere katılımlarını engelleyen faktörlerin belirlenmesi, Kahramanmaraş'taki rekreasyon alanlarının geliştirilmesi ve yeni rekreasyon alanlarının yapılması sırasında gözönünde bulundurulması gereken unsurların belirlenmesi bu çalışmanın temel amacıdır. **Gereç ve yöntem:** Çalışma kapsamındaki araştırmada Kahramanmaraş'ta rekreasyon alanlarında boş zaman engelleri ölçeği uygulanarak 600 gönüllü katılımcıdan elde edilen veriler SPSS 21 programı ile analiz edilmiştir. **Bulgular:** Araştırmanın sonuçlarına göre ortayaş üstü bireylerin rekreasyon taleplerini engelleyen boş zaman engelleyicileri faktörlerden birincisinin, Bilgi Eksikliği alt boyutu olduğu saptanmıştır. Bilgi eksikliği alt boyutunu sırasıyla bireye psikolojisi, ilgi eksikliği, tesis, zaman ve arkadaş eksikliği alt boyutları takip etmektedir. **Sonuç:** Boş zaman engelleri ölçeği genelinde katılımcı ortayaş üstü bireylerin boş zaman engelleri algıları, cinsiyetlerine, medeni durumlarına göre ve gelir gruplarına göre istatistiki olarak anlamlı bir şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Ortayaş üstü bireylerin boş zaman engelleri algılarının yaş gruplarına, eğitim düzeylerine ve çalışma durumlarına göre istatistiki olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı görülmektedir. Boş zaman engelleri ölçeğinin "tesis alt boyutu" en fazla etkileyen faktörün rekreasyon katılımcısı ortayaş üstü katılımcıların tesislerin kendi yaş gruplarına uygunluğu ile algıları olduğu görülmektedir.

Anahtar kelimeler: Boş zaman, rekreasyon, rekreatif talep, rekreatif faaliyetlere katılım, orta yaş ve üstü bireyler.

SUMMARY

Determining The Recreation Demands Of Middle Age And Over Persons And Examining The Factors That Prevent The Participation Of Recreative Activities According To Various Variables



Objective: Increasing recreation demands primarily depends on the elimination of factors that prevent people from participating in recreational activities. Recreation demand depends on the planning of recreational activities by the administrations and the development of recreational areas, starting from the selection of recreational activities in line with the leisure demands of the people. The main purpose of this study is to determine the recreational demands of middle-aged and higher individuals residing in Kahramanmaraş and to determine the factors that prevent their participation in recreational activities, to develop the recreation areas in Kahramanmaraş and to determine the factors that should be taken into consideration during the construction of new recreation areas.

Material and methods: In the study within the scope of the study, the leisure time barriers scale was applied in recreation areas in Kahramanmaraş and the data obtained from 600 volunteer participants were analyzed with the SPSS 21 program.

Results: According to the results of the study, it was determined that the first factor of leisure time barriers that prevents the recreation demands of supra-middle individuals is the lack of knowledge sub-dimension. Lack of information sub-dimension is followed by individual psychology, lack of interest, lack of facilities, time and friends.

Conclusion: Throughout the leisure time barriers scale, it has been determined that the leisure time barriers perceptions of the over-the-top participants do not differ significantly according to their gender, marital status and income groups. It is seen that the perceptions of leisure time barriers among older individuals differ statistically significantly according to age groups, education levels and working status. The “facility sub-dimension” of the leisure barriers scale is seen to be the most influencing factor for recreation participants, the suitability of the facilities to their age groups and their perception.

Keywords: Leisure, recreation, recreational demand, participation in recreational activities, middle age and older individuals.

GİRİŞ

Rekreasyon kavramı, çok farklı anlamlarda kullanılabilen ve çok çeşitli faaliyetleri ve aktiviteleri kapsamına almaktadır. Rekreasyon faaliyetleri de toplumların ve bireylerin değişen ve dönüşen ihtiyaçlarına göre farklılık göstermekte ve değişmektedir. Rekreasyon, bireylerin veya bireylerin içinde buldukları toplumun sosyal, kültürel ve ekonomik yapısından ve toplumsal değer yargılarından ve katılımcı bireylerin demografik özelliklerinden (yaş, cinsiyet, eğitim vb.) etkilenmektedir. Rekreasyon faaliyetleri insanları rahatlatıcı, dinlendirici ve boş zamanlarını verimli değerlendirmeleri ve sağlıklı kalmalarını sağlayıcı sonuçlar ve çıktılar vermektedir.



Türkiye sahip olduğu tabii değerleri ve kültürel kaynakları ile çok sayıda alternatif rekreasyon faaliyeti imkanı için önemli boyutta ve zengin bir potansiyele sahiptir. Fakat ülkemizin sahip olduğu bu potansiyel, rekreasyon alanlarının ve rekreasyon faaliyetlerinin doğru biçimde planlanamaması ve bu konudaki vizyon eksikliği sebebiyle rasyonel bir biçimde değerlendirilememekte ve doğal kaynaklar ve kültürel değerlerimiz için etkin koruma sağlanamamaktadır.

Tabii kaynakların ve kültürel değerlerin sürdürülebilir kullanımında ekolojik temelli alan kullanım planlamalarına gereksinim bulunmaktadır. Önemli tabii ve kültürel alanların planlanması kullanım ölçütlerinin saptanması, rekreasyon potansiyeli yüksek olan bu alanların beğenisini artıracaktır. Rekreasyon faaliyetlerinin büyük bir kısmı şehir dışında ya da şehre yakın kırsal bölgelerde gerçekleştirilmektedir. Kırsal alanlara yönelik rekreasyon planlarının geliştirilmesi kırsal alanların ekonomik olarak kalkınmaları açısından dışsallıklar ortaya çıkarabilir. Diğer taraftan bu alanların kullanıcı ihtiyaçları doğrultusunda, farklı yaş gruplarına hitap edebilecek şekilde planlanması, kullanımı sırasında zarar görmeyecek şekillerde organize edilmesine gerek bulunmaktadır.

Rekreasyon faaliyetlerinin kıt doğal kaynakların sürdürülebilirliği kısıtını gözönünde bulundururken, özellikle ortayaüstü kullanıcıların gereksinimlerini karşılayacak şekilde diğer taraftan ortayaş üstü kullanıcıların kullanımını caydırıcı faktörlerin ortadan kaldırılması şeklinde planlanması gerekmektedir. Ortayaş üstü bireyler diğer yaş gruplarından belirli bir şekilde ayrılan en fazla boş zamana sahip olma konumundaki bireylerden oluşmaktadır. Bunlar ya çalışma hayatını tamamlamış ya da çalışmayı bırakmış yaşlılığında rahat etmek isteyen ve keyif almak isteyen bireylerdir.

Rekreasyon genel olarak insanların hayat kalitesini artırıcı etki göstermektedir. Şehire yakın kırsal alanların bu amaç doğrultusunda planlanması tabii kaynakların yeterli ve etkili kullanımını sağlamak bakımından önemlidir. Günümüzde nüfusun büyük bir kısmı yaşama şartları her geçen gün biraz daha bozulan ve zorlaşana endüstriyel şehir ekosistemlerinde yaşamaya çalışmaktadırlar. Her geçen gün hava kirliliği, çevre kirliliği, su kirliliği ve gürültü kirliliği artmaktadır. Kalabalıklar ayrı bir sorundur ve insanlar artık kalabalıklardan kaçmak istemektedirler. Bu değişiklikler ve dönüşümler günümüz insanının rekreasyon faaliyeti ihtiyacını önemli ölçüde artırmıştır. Bu sebeple bireyler kişisel olarak, aileleriyle ya da gruplar halinde hayatı olumsuz olarak etkileyen bu kentin çevresinden kısa sürede olsa ortam değiştirerek rahatlamak ve keyif almak için kırsal rekreasyon alanlarına gitmeye başlamıştır.

Şehir hayatında gün içinde ve hafta içinde işten yorulan ve bunalan insanlar kendilerini dinlendirecek ve rahatlatacak sosyal ortamlar aramaktadırlar. İşte rekreasyon insanların



fiziksel, psikolojik ve sosyal gereksinimlerini karşılarken rekreasyon alanları da bu ihtiyacı karşılamaya hizmet etmektedir. Bu anlamda tezin rekreasyon alanlarının geliştirilmesine ve restorasyonuna, rekreatif faaliyetleri yapan ortayaş ve üstü bireylerin bu boş vakitlerini daha verimli, daha rahatlatıcı ve daha sağlıklı geçirebilmelerine ışık tutması da hedeflenmiştir.

Bu çalışmadaki araştırmanın Kahramanmaraş il merkezinde yaşayan orta yaş ve üstü kişilerin rekreasyonel taleplerinin ve eğilimlerinin tespit edilmesi ve rekreatif faaliyetlere katılımını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenlere göre incelenmesini amaçlamakta, çalışmada bu kapsamda kent merkezindeki rekreasyon alanlarının etkisini yansıtılması beklenmektedir.

Bu çalışma 3 bölümünden oluşmaktadır. Birinci bölümde konunun kavramsal çerçevesini çizmek üzere boş zaman kavramı ve rekreasyon kavramı ile ortayaş ve üstü bireylerin rekreasyonel talepleri incelenmiştir. İkinci bölümde ise, “Orta Yaş Ve Üstü Bireylerin Rekreasyon Taleplerinin Belirlenmesi Ve Rekreatif Faaliyetlerin Katılımını Engelleyen Faktörlerin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesine İlişkin Araştırma” gerçekleştirilmiştir. Bu bölümde araştırmanın amacı ve önemi, modeli, demografik bilgiler, veri toplam yöntemleri ve araçları, istatistiki analizler, bulgular ve tartışmalar yer almaktadır. üçüncü bölümde ölçek uygulamasının bulguları alanyazın bağlamında tartışılmış ve değerlendirilmiştir. Çalışma sonuç ve önerilerle tamamlanmıştır.

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Boş Zaman Kavramı

İnsanlık tarihinin en başından beri, insanın yaradılış doğasından ötürü, çalışmayı ya da bir uğraşa sahip olmayı istemekle birlikte diğer taraftan çalışmama, tembellik etme ve keyfetme arzusu da taşımaktadır. Çalışmayı istememe ve tembellik etmenin gerekliliği üzerine ilk fikirlerin üretildiği Antik Yunanda aristokratlar tarafından çalışmanın ve kas gücüne dayalı işlerin yapılmasının sadece özgür olmayan bireylerin (köle) yapması gereken bir fiil olduğu iddiası ortaya atılmış; çok çalışmanın aslında insanı aşağıladığını ve küçük düşürdüğü konuşulmuştur. Bu açıdan boş zaman kavramı, insanlık tarihinin en başından beri insanın sahip olmak için mücadele ettiği ve yokluğunda acı hissettiği bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Gül, 2014).

Boş zaman kavramı, çağdaş sanayi toplumunun yapısal bir özelliğini oluşturmakta olup bu toplum tipinin bir ürünüdür ve kültürel koşullardan doğmuştur. Bu koşullar dikkate alınmadan boş zaman değerlendirilmesi kavramının yeterince açıklanması zordur (Güler, 1978).



Boş zaman, bireyin yaşam zorunluluklarının ve formel görevlerinin dışında, çalışmadığı ve kendi isteği ile harcayabileceği zamandır (Kılbaş, 2010). Serbest zaman bir yönsüzlük yansıtmakta, boş zaman ise yönlendirmeye açık bir potansiyel içermektedir. Her insanın serbest zamanı olabilir, ancak boş zamanı olmayabilir (Karaküçük 2008). Literatürde boş zaman ve serbest zaman kavramları çoğu zaman birbirlerinin yerine kullanılsa bile bu çalışma kapsamında ağırlıklı olarak boş zaman kavramı kullanılacaktır.

Boş zamanın nitelikleri aşağıdaki gibidir (Kaplan, 1975)

- 1) Göreceli olarak kişinin kendisi tarafından karar verilen bir aktivitedir.
- 2) Psikolojik olarak keyif vericidir.
- 3) Farklı adanmışlık ve yoğunluk düzeylerine sahiptir.
- 4) Rekreasyon için olasılıklar sağlar, kişiyi geliştirir ve diğerlerine hizmet etmesini sağlar.
- 5) Pozitif beklentiler içerir.

Boş zaman katılımı

Boş zaman faaliyetleri olarak nitelendirilen faaliyetler ile uğraşmak boş zaman katılımı olarak tanımlanmaktadır. Uluslararası Boş Zamanları İnceleme Grubunun verdiği tanıma göre “Kişinin mesleki ve toplumsal ödevlerini yerini getirdikten sonra özgür iradesi ile girişebileceği dinlenme, eğlenme, bilgi ya da becerilerini geliştirme, toplum yaşamına gönüllü olarak katılma gibi bir seri uğraştır (Tezcan, 1999)

Boş zamanın temel fonksiyonları

Dumazadier boş zamanın üç temel fonksiyonundan bahsetmektedir. Bu fonksiyonlar şunlardır (Çubuk, 1984):

Dinlenme ya da kendini bırakma,

Eğlenme,

Kendini geliştirme ya da gelişim.

Dinlenme (kendini bırakma) fonksiyonu

Dinlenme, boş zamanı en fazla açıklayan işlevidir. Dinlenme, gücünü yeniden kazanma ya da iş sonrası stresi ve yorgunluğu atma ile bedensel yıpranmaları ve sinir gerilimlerini ortadan kaldıran bir fonksiyon üstlenmektedir. Günlük çalışma saatinin 12-15 saat arasında olduğu sanayi devriminin ilk evrelerinde, işgörelere boş zamanları yalnızca fiziksel gücünü yeniden toplaması için kullanılıyordu. İşgörelere için boş zaman



kavramı, yalnızca bir sonraki çalışma gününe bedenlen, fiziksel olarak hazırlanması anlamında kullanılıyordu (Karaküçük, 2008).

Eğlenme fonksiyonu

Kişilerde yaşanan can sıkıntısı duygusunu gideren ya da sıkıntı sonrasında gerçekleşen eğlenme ve rahatlamayı ifade eden, rekabetin oyundan alınan hazzın önüne geçmediği tüm spor uğraşları ile diğer faaliyetlere ister fiili ister pasif olarak günlük ihtiyaçların gerektirmediği çeşitli aktivite tiplerine katılma olanağı sağlayan boş zaman fonksiyonudur (Brotherton, 1991).

Kendini gerçekleştirme veya gelişim fonksiyonu

Boş zaman kişilere, yalnızca seyahat edebilme, uzun hafta sonlarını değerlendirme, daha az çalışma saatleri değil; aynı zamanda ek imkanlar sağlayarak; kendini gerçekleştirme imkanı sağlar. Bazı kişilere göre hayat, aile, iş, din, boş zaman, faaliyetleri gibi çok fazla bölüme ayrılmayıp, bütün ilişkiler bir bütünün parçası olarak algılanır. Bu kişiler için boş zaman faaliyetlerinde kişisel kapasitelerini keşfetme, başkalarıyla deneyimlerini artırma, hayatı dolu dolu yaşama, etkileyici olma, meraklı olma ve kendini gerçekleştirme amacı vardır.

İnsan davranışlarını yönlendiren en önemli güdü "Kendini Gerçekleştirme" güdüsüdür. Beslenme, korunma, nesli sürdürme gibi fizyolojik ihtiyaçların önemi inkâr edilmemekle birlikte, insanın daha üst düzeyde bazı ihtiyaçları olduğunu ve bunları tatmin etmeye çalıştığını ilk önce Maslow gündeme getirmiştir. Bu üst düzey ihtiyaçlar, saygı görmek, bilgi edinmek, güzellikten zevk almak gibi insana has ihtiyaçlardır. Maslow'un tümüne "gelişme ihtiyaçları" adını verdiği bu üst düzey ihtiyaçlar ancak temel ihtiyaçlar tatmin edildikten sonra ortaya çıkabilir (Kuzgun, 1972).

Boş zaman özgürlüğü, kişinin tüketici olarak özgürleşmesi başka bir ifade ile seçme ve tercih yapma konusunda serbest olmasıdır. Bugün ortalama bireyin istediği tek şey, boş zaman ve tatiller aracılığıyla "kendini gerçekleştirme özgürlüğüne" ulaşmaktır. Boş zamanın fazlalığını, kişiler gösterişçi tüketim ve zenginlik olarak sergileyerek kanıtlamak isterler. Boş zaman faaliyetleri ve tüketicilikteki temel mantık ekonomik olarak hayatta kalmak değil, kendini gerçekleştirme hedefinde toplumsal temsil ve varoluşu ikame etmektir (Baudrillard, 1997).

Boş zaman türleri

Boş zaman, ciddi boş zaman ve kayıtsız boş zaman olarak sınıflandırılmakta olup aşağıda açıklanmıştır.



Ciddi boş zaman

Ciddi boş zaman, özel bilgi, beceri, tecürbe ve deneyim gerektiren, oldukça önemli, ilginç ve memnun edici olan amatör, hobi, veya gönüllü katılım faaliyetleri ile ilgili kariyer elde etmek amacıyla, seçilen etkinliğe sistematik bir şekilde katılım göstererek takip etmek için harcanan zaman dilimi olarak tanımlanmaktadır (Stebbins, 2012). Ciddi boş zaman etkinliğinin en önemli özelliği kariyer elde etmek için yapılmasıdır.

Ciddi boş zamanı kayıtsız boş zamandan ayıran farklılıklar aşağıdaki gibidir (Stebbins, 1982):

Boş zamanda gerçekleştirilen faaliyet süreklilik göstermektedir,

Boş zamanda yapılan etkinlikle ilgili kariyer yapılmaktadır,

Kişisel ve kayda değer bir gayret gösterilmektedir,

Somut ödül veya sürekli faydalar elde edilmektedir,

Özgün normlar, inançlar veya değerler sisteminden oluşan sosyal topluluk oluşturulmakta ve bu sosyal topluluğun üyesi haline gelmektedir,

Yapılan faaliyetle katılımcı arasında güçlü bir bağ oluşturulmaktadır.

Kayıtsız boş zaman

Yapıldığı anda içsel faydalar sağlayan, etkinlikten keyif almak için özel bir çalışma gerektirmeyen veya çok az çaba gerektiren ve göreceli olarak daha kısa süreli hoşnutluk sağlayan aktivitelere dahil olunarak geçirilen zaman dilimi kayıtsız boş zaman olarak tanımlanmaktadır (Stebbins, 2012) Ciddi boş zaman faaliyetleri dışında kalan tüm boş zaman faaliyetleri kayıtsız boş zaman faaliyeti olarak nitelendirilir.

Ciddi ve kayıtsız boş zaman faaliyetlerinin ayrıştırılması, faaliyetin içindeki ana faaliyet ile bağlantılı olarak ortaya çıkmaktadır. Ciddi boş zaman aktivitelerine örnek olarak Alp dağlarından kayak faaliyetinin ana faaliyeti kar örtülü dağ yamaçlarından iniş, ağaç ev yapımı, gönüllü ateş yakma ve alevleri söndürme, insanları kurtarma faaliyetinden oluşmaktadır. Ciddi boş zaman faaliyetlerine göre daha az karmaşık olan kayıtsız boş zaman faaliyetlerinin ana faaliyetine bakıldığında, arkadaşlarla sosyal sohbetler etme, manzaranın keyfini çıkarma ve basit gönüllülük hizmetlerinde bulunma (broşür dağıtma, kar küürme, araçları otoparka yönlendirme vb.) biçiminde sıralamak mümkündür (Stebbins, 2007).



Boş zaman ile ilgili teoriler

Boş zaman ve serbest zaman ile ilgili geliştirilen çok sayıda teori mevcuttur. Aşağıda bu teorilerden bazıları incelenecektir.

Veblen: aylak sınıfın gösterişçi tüketimi teorisi

19. yüzyıl Amerikan sosyologlarından Thorstein Veblen, “Aylak Sınıfın Teorisi” adlı eserinde boş zaman kavramına ilk kez sistematik bir biçimde yaklaşan kişidir. Veblen, boş zamanı burjuvazi sınıfın kendini sunum alanı, boş zaman etkinliklerini de bir tüketim malı olarak gördüğünü söyler. Probleme, “gösterişçi tüketim” olgusu bakımından yaklaşan Veblen, modern toplumda her şey gibi boş zaman fiillerine katılımın da nesneleştiğini, alınıp satılır hale geldiğini ve tüketim toplumunun prensipleri tarafından belirlendiği tespitini yapar. Veblen’e göre egemen-aylak sınıfın malları emek verilerek elde edilmiştir; “şiddet ve hile” ile kazanılmıştır. “Aylak/eğlence Sınıfı” “leş” yiyicidir. Zaten “gösteriş için tüketim” zenginlerin boş yaşam tarzının belirleyicisidir (Veblen, 1995).

Veblen’in çalışmaları tarih boyunca egemen sınıfın boş zamanı nasıl ortaya çıkardığını ve onu nasıl tanımladığını ve nasıl kullandığına yoğunlaşmıştır. Aylak Sınıfın Teorisi adlı eserinde Feodal Dönem, Rönesans Dönemi ve Endüstri Çağı boyunca, üst sınıfın kendine özgü olan boş zaman kullanımları ve sahip olduğu boş zamanlarını nasıl değerlendirdikleri üzerinde durmuştur (Şentuna, 2020).

Veblen’in geliştirdiği teori ile boş zaman kullanabilen kişileri toplumsal bir sınıf olarak görmüştür. Veblen’in teorisi, yaşadığı çağa hakim olan sanayi devrimi ve kapitalizme bir eleştiri niteliğindedir. Veblen’e göre toplumlarda temel bir sınıf ayrımı vardır. Bu sınıf ayrımı, “sömürü ile hayatta kalanlar” ve “endüstri ile hayatta kalanlar” biçimindedir. Burada sınıfsal olarak boş zamana sahip olan topluluk, üretici ekonominin bir parçası değildir. Göstermelik tüketim “serbest zamana sahip sosyal sınıftan gelme kişiler tarafından yapılır; ya zenginliği ifade eder ya da sosyal statüyü perçinler. İkinci sanayi devriminden sonra ortaya çıkan yeni zenginler bu tip tüketimle toplumun geri kalanını etkilemeye çalışır (Dowd 1966). Diğer sınıflar da bunu taklit etmeye çalışırlar. Bu da toplumun zaman ve para kaybıyla tanımlanması tehlikesini ortaya çıkarır.

Max Kaplan’ın teorisi

Max Kaplan boş zamana ilişkin çalışma yapan en önemli düşünür ve sosyologlardan biridir. En önemli iki kitabı “Amerika’da Serbest Zaman: Sosyal Bir Araştırma (1960)” ve “Serbest Zaman Üzerine Makaleler: İnsanlık ve Politika Meseleleri (1991)”dir. Kaplan (1960), savaş sonrasında Amerika’da yaşanan rekreasyon faaliyetlerindeki artışı araştırmıştır. Savaş sonrasında Amerikalıların daha fazla boş zamanı ve daha fazla parasının olmasının bunda etkisinin büyük olduğunu tespit etmiştir (Şentuna, 2020).



Boş zamana, bireyin kendisi tarafından karar verilmesine rağmen bu bireyin “özgür iradesi”nin bir sonucu olduğu anlamını taşımaz. Bu aşamada aşağıdaki zorlayıcı unsurlarında dikkate alınması gerekir (Kaplan, 1975):

- 1) Kaynakların ve tesislerin uygunluğu,
- 2) Bireylerin imkanlar hakkında sınırlı bilgiye sahip olması,
- 3) Zaman ve para sınırlılığı,
- 4) Ailenin, arkadaşların, komşunun, eşlerin düşünceleri
- 5) Sosyal ve ahlaki yükümlülükler, örnek olarak bireylerin yaşlanmış akrabalarını ziyaret etme zorunluluğu hissetmesi veya çocuklarını ve ailesini tatile götürme zorunluluğu hissetmesi gibi.

Neulinger Paradigması (faydacı olmayan boş zaman)

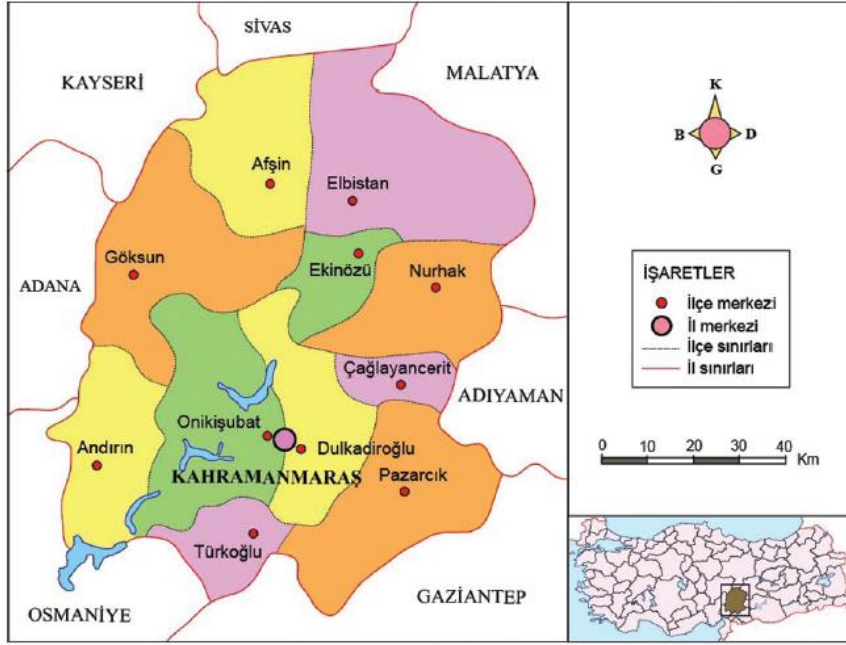
Neulinger’e göre boş zaman kavramı, zihinsel bir sürecin ortaya konulması halidir. Faydacı olmayan yaklaşıma göre boş zamanın herhangi bir faydalı amaca hizmet etme yükümlülüğü bulunmamaktadır. Neulinger’in Paradigması Tablo 1’de gösterilen 6 çeşit faaliyet (aktivite) tanımı getirmiştir. Bu faaliyetlerden üç tanesi “boş zamanla ilgili” diğer üç tanesi ise “boş zaman dışı” faaliyetleri içermektedir. Boş zaman ve boş zaman dışı faaliyet türleri algılanan özgürlük (boş zaman) ve algılanan zorlanma (boş zaman dışı) kavramları ile birbirinden ayrı sınıflandırılmıştır. İçsel motivasyon kişilerin kendi iradeleri ile katıldıkları faaliyetleri kapsamaktadır. Dışsal motivasyon ise kişilerin dışsal uyarıcılarla bir faaliyete katılması için güdülenmesidir. Neulinger’e göre bazı faaliyetler içsel motivasyonla harekete geçirilirken bazıları ise dışsal motivasyon kaynakları ile harekete geçirilebilmektedir. Ancak hem dışsal hem de içsel faktörlerle birlikte harekete geçirilen faaliyetlerin daha büyük bir pay aldığı ifade edilmektedir (İskender, 2017).

Kahramanmaraş İli’nin Tanıtılması

Kahramanmaraş Türkiye’nin, 14.327 km²’lik yüzölçümü ile 11. nüfusa göre 18. büyük Akdeniz Bölgesinde yer alan ilidir. Topraklarının %59,7’si dağlarla, %24’ü plato ve yaylalarla %16,3’ü ovalarla kaplıdır. Deniz seviyesinden 568 metre yüksekte olup, ilin kuzey kesimleri oldukça dağlıktır. Yeryüzü şekilleri genellikle Güneydoğu Toroslar’ın uzantıları olan dağlardan ve bunların arasında kalan çöküntü ovalardan oluşmaktadır. Kahramanmaraş dağlarının yüksek kesimleri genellikle çıplak kayalıklardan oluşmakta olup; alt kuşaklar orman dokusu ile örtülüdür (<https://kahramanmaras.bel.tr>).



Şekil 2.1. Kahramanmaraş İl Profili



Kaynak: Doğaka, (2018). Kahramanmaraş Potansiyel Yatırım Konuları Araştırması, Türkiye Kalkınma ve Yatırım Bankası, A.Ş., s.32.

39

Kahramanmaraş, değişik coğrafyaların bileşim noktası olması nedeniyle, farklı kültür bölgeleri ve etkileşim alanlarının yer aldığı bir ilimizdir.

Şekil 1’de görüldüğü üzere Kahramanmaraş, doğusunda Adıyaman, batıda Adana ve kuzeybatıda Kayseri, kuzeydoğuda ise Malatya, güneybatısında Osmaniye, güney doğusunda Gaziantep illeri ile çevrilmiştir.

Kahramanmaraş’ın Doğu ve Güneydoğu Anadolu Bölgeleri ile sınırı olup Doğudan Kuzeye doğru Adıyaman, Malatya, Sivas, Kayseri, Adana, Osmaniye ve Gaziantep illeriyle çevrilidir. 14.519 km²’lik yüzölçümüyle ülkede %1,9’luk alan kapsayan ve 11. büyük il durumundaki Kahramanmaraş’ın ilçeleri; Afşin (1502 km²), Andırın (1202 km²), Çağlayancerit (470 km²), Dulkadiroğlu 1176 km²), Ekinözü 656 km²), Elbistan 2201 km²), Gökşun 1942 km²), Nurhak 1028 km²), Onikişubat 2429 km²), Pazarcık 1253 km²) ve Türkoğlu 660 km²)’dir (Doğaka, 2018).

Kahramanmaraş, kuzeyinden güneyine kadar akarsu ağı ile kaplı bir ilimizdir. Kahramanmaraş doğal oluşumlu üç göl; Gavur Gölü (Türkoğlu), Kumaşır Gölü (Merkez) ve Izgın Gölü (Elbistan)’dür. Ayrıca Ahır dağlarında tektono-karstik Karagöl ve Küçük Göl ve sulama amacıyla kullanılan göletler (Duzbağ, Kamışlık, Kemal, Esence, Büyükyapalak,



Çardak, Kızıliniş, İncecik, Zorkun, Merk, Meydan, Sarsap) bulunmaktadır. Bu akarsu koridorları ve göllerin çevresi rekreasyonel faaliyetler için şehirde önemli kaynaklardan birisini oluşturmaktadır.

Kahramanmaraş ilimizde genelde bozulmuş Akdeniz iklimi hakim olup, sıcaklık kış aylarında Sibirya yüksek basıncının etkisiyle azalmaktayken yaz aylarında basınç merkezlerinin yer değiştirmesi ve Basra alçak basıncının sebebiyle artış göstermektedir. Merkezde yer alan Maraş Ovası ve çevresi Akdeniz iklim özelliklerindedir. Kuzeye doğru artan yükseltinin de etkisiyle Göksün, Afşin ve Elbistan ilçelerinde yaz-kış sıcaklık farkı artmakta ve yağışlar ilkbahara kayarak karasal iklim etkisi görülmektedir. Doğudaki Pazarcık İlçesinde Güneydoğu Anadolu iklimi özellikleri görülmektedir. Bu şekilde iklim geçişlerinin olduğu ilde yükselti, bakı, hava kütleleri, orografik özellikler ve konuma bağlı olarak yağış dağılımı da farklılıklar göstermektedir.

Kahramanmaraş, 2012 yılında çıkarılan 6360 Sayılı Kanun ile büyükşehir statüsü kazanmıştır. Kahramanmaraş il sınırları içerisinde bulunan Afşin - Elbistan A, B, C termik santralleri Türkiye'nin elektrik ihtiyacının %14'ünü üretmektedir. Kahramanmaraş'ın merkezi Ahir Dağı'nın eteklerine kurulmuştur. Bu sebeple şehir merkezi engebeli olup; şehir merkezi dışında kalan bazı bölgeler düzlük olsa da geneli engebeli bir yapıya sahiptir. Kahramanmaraş'ın il haritasında şehir 3 bölgeye birden girmektedir. Kahramanmaraş'ın bulunduğu bölge, şehir merkezi o bölgede olması sebebiyle Akdenizdir (<https://tr.wikipedia.org>).

Kahramanmaraş İli'nin Nüfus Yapısı

Kahramanmaraş'ın nüfus dağılımı erkek ve kadın ayrımıyla 2007-2019 yılları arası için aşağıda Tablo 2.1.'de verilmiştir.



Tablo 2.1. Kahramanmaraş İli Nüfus Dağılımı (2007-2019)

Yıl	Kahramanmaraş Nüfusu	Erkek Nüfusu	Kadın Nüfusu
2019	1.154.102	586.616	567.486
2018	1.144.851	580.410	564.441
2017	1.127.623	572.111	555.512
2016	1.112.634	565.816	546.818
2015	1.096.610	556.607	540.003
2014	1.089.038	553.493	535.545
2013	1.075.706	546.943	528.763
2012	1.063.174	539.998	523.176
2011	1.054.210	534.845	519.365
2010	1.044.816	528.711	516.105
2009	1.037.491	526.401	511.090
2008	1.029.298	521.728	507.570
2007	1.004.414	506.711	497.703

Kaynak: <https://www.nufusu.com/il/kahramanmaras-nufusu> (TUİK, 2019)

TUİK verilerine göre 2019 yılı Kahramanmaraş ili nüfusunun 45 yaş üstü bireylere ilişkin bilgileri aşağıdaki gibidir:



Tablo 2.2. Kahramanmaraş Nüfusunun 45 Yaşüstü Dağılımı (2019)

Yıl	Yaş Aralığı	Kişi Sayısı	İl Nüfusundaki Yüzdesi
2019	45-49 Yaş	70.372	% 6,10
2019	50-54 Yaş	54.714	% 4,74
2019	55-59 Yaş	51.087	% 4,43
2019	60-64 Yaş	40.428	% 3,50
Ortayaş (45-64) toplam		216.601 kişi	
2019	65-69 Yaş	32.345	% 2,80
2019	70-74 Yaş	25.415	% 2,20
Ortayaş ve Üstü Araştırma Evreni		274.361 kişi	
2019	75-79 Yaş	17.084	% 1,48
2019	80-84 Yaş	10.015	% 0,87
2019	85-89 Yaş	6.147	% 0,53
2019	90+ Yaş	2.585	% 0,22
45 yaş üstü genel toplam		310.192 kişi	

Kaynak: TÜİK, 2019.

2.3. Kahramanmaraş İli'nde Rekreasyon Alanları

Aşağıda Kahramanmaraş'taki rekreasyon alanları açık ve kapalı alanda olmalarına göre sınıflandırılarak tanıtılmıştır.



Araştırmanın Yöntemi

Araştırmanın yönteminde, araştırmanın problemi, kapsamı, sınırlılıkları, hipotezi, evreni ve örnekleme, veri toplama araç ve teknikleri, verilerin toplanması ve analiz edilmesinde kullanılan yöntemler üzerinde durulmuştur.

Araştırmanın problemi

Araştırmanın Kahramanmaraş il merkezinde yaşayan orta yaş ve üstü kişilerin rekreasyonel taleplerinin ve eğilimlerinin tespit edilmesi ve rekreatif faaliyetlere katılımını engelleyen faktörlerin çeşitli değişkenlere göre incelenmesini amaçlayan bu çalışmada bu kapsamda kent merkezindeki ve civarındaki rekreasyon alanlarının etkisini yansıtılması beklenmektedir.

Kahramanmaraş ili orta yaş ve üstü halkının rekreasyona katılımı, rekreasyon türü ve alanı tercihi, bu alanlarla ilişkileri, alanlardan memnuniyet durumları ve taleplerinin rekreatif faaliyetlerin önündeki engelleri ortaya koymayı amaçlayan demografik bilgiler dışında 18 (onsekiz) soru içeren anket formu, rekreasyonel taleplerin ve eğilimlerin yüz yüze görüşme yöntemiyle elde edilmesini sağlayan araştırma materyalidir.

Bu çalışmada orta yaş ve üstü kişilerin rekreasyon talepleri ve tercihleri ile rekreatif faaliyetlere katılmama gerekçelerinin araştırılmasına yoğunlaşılmıştır. Alanyazında temanın bu şekilde sınırlandırılarak yapılan bir rekreasyon temalı çalışma bulunmamaktadır. Bu sebeple çalışma, yapıldığı dönem itibarıyla kendine özgü ve orjinaldir.

Araştırmanın kapsamı

Bu araştırmanın sonuçlarının, Kahramanmaraş ilinin sınırları içerisinde rekreasyon alanları için ve orta yaş ve üstü bireylerin rekreasyon tercihlerini yansıtması beklenmektedir. Diğer rekreasyon alanları için ve diğer yaş grupları için ayrı çalışmalar gerçekleştirilebilir.

Araştırmanın sınırlılıkları

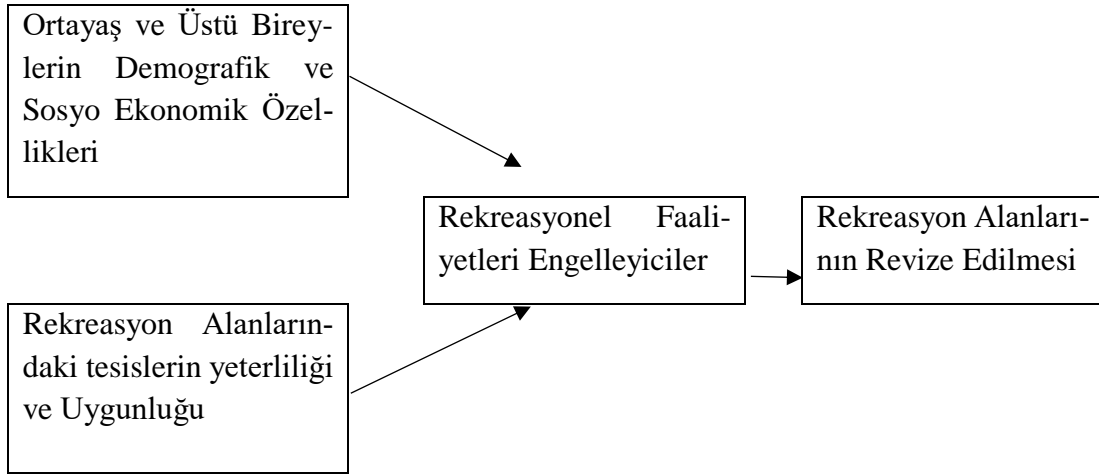
Araştırmaya katılarak anket ölçeğini cevaplayan kişilerin, veri toplama ölçeklerine taraf-sız olarak ve dürüstçe cevap verdikleri kabul edilmiştir. Araştırma kapsamında; teorik temellerin oluşturulması, çalışma yönteminin belirlenmesi ve anket formlarının hazırlanması sırasında rekreasyon, rekreasyonel talepleri ve tercihleri etkileyen faktörler ve rekreasyonel planlama konularında daha önce yapılmış çalışmalardan materyal olarak yararlanılmıştır.



Araştırmanın modeli

Bu çalışmada, araştırmaya katılan ortayaş ve üstü kişilerin demografik özelliklerinden, taleplerinden, tercihlerinden ve beklentileri yola çıkarak Kahramanmaraş ilinde rekreasyonel faaliyetlere yönelik engelleyici faktörlerin neler olduğu belirlenmeye çalışılmıştır. Bu saptamanın, gelecekte yapılacak daha geniş kapsamlı çalışmalarla birlikte rekreasyon faaliyetlerinin yürütüldüğü alanların ortayaş ve üstü bireylerinde taleplerini karşılayabilecek biçimde dizayn edilmesi konusunda yardımcı olacağı düşünülmektedir. Bu noktadan hareketle araştırmanın modeli aşağıdaki Şekil 2.18'deki gibi kurgulanmıştır:

Şekil 2.18. Araştırmanın Modeli



Araştırmanın evreni ve örnekleme

Anket uygulamaları rekreasyon araştırmalarında sıklıkla kullanılan yöntemlerden biridir. Anket yöntemi anketi uygulama, veri tabanı hazırlama, paket programlarda verilerin analiz edilmesi ile yorum ve değerlendirmeleri içeren bir çalışmadır.

Kahramanmaraş ili sınırları içerisinde yer alan yukarıdaki rekreasyon alanlarında etkinlikte bulunan 45 yaş üstü ziyaretçilerden 600 tanesi örneklem alanı olarak belirlenmiştir. Anket 600 kişiye tesadüfi seçimle, rekreasyon alanlarında etkinlik yürüttükleri sırada uygulanmıştır.

TÜİK verilerine göre 2019 yılı Kahramanmaraş ili nüfusunun 45 yaş üstü bireylere ilişkin bilgileri aşağıdaki gibidir:



Tablo 3.3. Boş Zaman Engelleri Ölçeği Faktör Analizi Sonuçları

Fak-tör	Faktör Yükleri – Katsayıları (İlk Özdeğerler)			Karesel Yüklerin Dönme Top-lamları		
	Toplam	Varyans %	Kümü-la-tif %	Toplam	Varyans %	Kümü-latif %
1	2,852	15,845	15,845	1,781	9,895	9,895
2	1,864	10,356	26,201	1,726	9,590	19,485
3	1,548	8,599	34,800	1,712	9,514	28,999
4	1,317	7,316	42,117	1,669	9,270	38,269
5	1,226	6,812	48,928	1,591	8,841	47,111
6	1,162	6,453	55,382	1,489	8,271	55,382
7	1,092	6,068	61,449			
8	,982	5,455	66,904			
9	,846	4,699	71,603			
10	,840	4,667	76,271			
11	,735	4,083	80,354			
12	,667	3,703	84,057			
13	,558	3,101	87,158			
14	,543	3,016	90,174			
15	,513	2,852	93,025			
16	,477	2,651	95,677			
17	,429	2,385	98,062			
18	,349	1,938	100,000			

Açıklanan varyans tablosu, faktör analiz yöntemi ne olursa olsun önemli bir tablo olup; açıklanan varyansın toplam varyansın %50'yi geçmesi faktör analizinin önemli bir



kriteridir (Yaşlıoğlu, 2017). Araştırma kapsamındaki faktör analizinde belirlenen 6 faktör toplam varyansın % 55, 382'sini açıklamaktadır.

Faktör (compenent) Matrix Tablosu değişkenleri (maddeleri) ve faktörleri gösteren bir tablodur. Tablonun sütununda faktörleri satırında ise ölçek maddelerini gösterilmektedir. Faktör yükleri, her bir maddenin her faktör içerisindeki göreceli (nıspı) önemini göstermektedir. Başka bir ifadeyle, faktör yükleri ölçekteki maddelerin faktörlerle olan ilişkisini açıklayan bir katsayıdır. Faktör yüklerine faktör katsayısı da denmektedir. Maddelerin yer aldıkları faktördeki yük değerlerinin yüksek olması, birlikte bir faktörü (yapıyı, kavramı) ölçtüğü anlamına gelmektedir.

Faktör yük değerlerinin, 0,40 veya daha yüksek bir değere sahip olması seçim için iyi bir ölçüdür. Bazen uygulamada az sayıda madde için bu sınır değeri 0,30'a kadar inebilir. Maddelerin tek bir faktörde yüksek yük değerine, diğer faktörlerde ise düşük yük değerlerine sahip olması durumunda yüksek iki yük değeri arasındaki farkın en az 0,10 olması önerilmektedir. Birinci faktör, diğer değişkenlerle mümkün olan iyi ilişkiyi kuran faktör olarak belirlenir. Birinci faktör, toplam varyansın en yüksek değeri alan faktördür. Birinci faktör bütün veri setinde varyansın en iyi özetleyicisidir ve genel faktör olarak adlandırılmaktadır. (Patır, 2009). Takip eden her faktör ise açıklanmayan varyansın en fazlasını açıklamaya çalışır. Diğer faktörler kendi öz değerlerini maksimize etmeye çalışır.

Tablo 3.4. Döndürülmüş Faktör Matriksi

gg		Faktör Yük Değerleri (Faktör Katsayıları)					
		1	2	3	4	5	6
BİREY PSİKOLOJİSİ	1. Aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi	,199	,689	,060	,149	-,007	,066
	2. Kendini yorgun hissetmek	-,154	,852	,152	-,058	,008	,082
	3. Sakatlanmaktan korkmak	,218	,583	-,234	,201	,050	,042



BİLGİ EKSİKLİĞİ	4. Nerden öğreneceğini bilmemek	,632	,102	- ,152	,303	,088	,099
	5. Nerede katılacağını bilmemek	,798	,035	,016	- ,023	,000	,023
	6. Öğretecek kimsenin olmaması	,416	,233	- ,043	- ,030	,207	- ,353
TESİS YETERSİZLİĞİ	7. Tesis donanımının yetersiz olması	,215	,012	,095	,712	,132	,065
	8. Tesislerin yetersiz olması	- ,066	,213	,069	,798	- ,069	,085
	9. Tesislerin kalabalık olması	,310	,102	,071	,306	- ,540	,109
ARKADAŞ EKSİKLİĞİ	10. Arkadaşlarının zamanının olmaması	,328	,166	,361	- ,093	- ,105	,466
	11. Beraber katılacak kimsenin olmaması	,213	,102	,111	,062	,090	,740
	12. Arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması	- ,126	,073	- ,047	,270	,139	,575
ZAMAN EKSİKLİĞİ	13. Aile için zaman ayırmak zorunda olmak	,103	,112	- ,016	,161	,711	,145
	14. Sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak	,158	- ,018	,214	,052	,777	,031
	15. Program zamanlarının uygun olmaması	- ,045	,011	,680	- ,012	,263	,044
İLGİ EKSİKLİĞİ	16. Geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemek	,056	- ,043	,724	- ,006	- ,077	,163



17. İlgili olmamak	-	,133	,065	,638	,251	,014	-	,116
18. Rutin programları bozmak istememek	,296	-	,005	,043	,309	,027	-	,398
Ekstraksiyon Yöntemi: Temel Faktör Analizi, Döndürme Yöntemi: Kaiser Normalization ile Varimax.(a) (a) Rotasyon, 9 iterasyonda yakınsanmıştır.								

Tablonun yorumu yapıldığında ortayaş üstü bireylerin rekreasyon taleplerini engelleyen faktörlerden birincisi, Bilgi Eksikliği Faktörüdür. Buna göre ortayaşüstü bireylerin boş zaman engellerini belirleyen 6 faktörün araştırma sonundaki engelleri açıklama sıralaması aşağıdaki gibidir:

Tablo 3.5. Faktör Analizi Sonucu Ortayaş Üstü Bireylerin Boş Zaman Engellerini Belirleyen Faktörlerin Sıralaması

Faktör	Madde Numaraları	Keşfedici Ölçek Cronbach Alpha Katsayısı	Faktör Özdeğerleri (Varyans %)	Dönmeli Özdeğerler (Varyans %)
1. Bilgi Eksikliği	4-5-6	0.86	15,845	9,895
2. Birey Psikolojisi	1-2-3	0.77	10,356	9,590
3. İlgi Eksikliği	16-17-18	0.76	8,599	9,514
4. Tesis	7-8-9	0.80	7,316	9,270
5. Zaman	13-14-15	0.65	6,812	8,841
6. Arkadaş Eksikliği	10-11-12	0.81	6,453	8,271

Bu sonuçlara göre, ortayaş üstü bireylerde boş zaman rekreasyon engeli olarak ilk sırada “bilgi eksikliği” alt boyutu gelmektedir. Buna göre nereden öğreneceğini bilmemek,



nerede katılacağını bilmemek ve öğretecek kimsenin olmaması boş zaman rekreasyon katılımı engeli olarak ilk sırada yer almaktadır.

Ortayaş üstü bireylerin boş zaman engelleri alt boyutunda ikinci sıradaki alt boyut “birey psikolojisi” olarak tespit edilmiştir. Buna göre bireyler aktivitelerin yorgunluk hissi vermesi, kendilerini yorgun hissetmeleri ve sakatlanmaktan korktukları için boş zamanlarında rekreasyon faaliyetine katılmaktan caymaktadırlar.

Ortayaş üstü bireylerin boş zaman engelleri alt boyutunda üçüncü sırada “ilgi eksikliği” alt boyutu gelmektedir. Ortayaş üstü bireylerin geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemesi, rekreasyon faaliyetlerine ilgisinin olmaması ve rutin programı bozmak istemesi boş zaman engelleyicisi olarak üçüncü sırada gelmektedir.

Ortayaş üstü bireylerde boş zaman engeli alt boyutunda “tesis” alt boyutu dördüncü sırada gelmektedir. Buna göre tesis donanımının yetersiz olması, tesislerin yetersiz olması ve tesislerin kalabalık olmasından dolayı ortayaş üstü bireylerin rekreasyon faaliyetlerinden engellenmesi dördüncü alt boyut olarak karşımıza gelmektedir. Sonuç olarak, boş zaman engelleyici olarak “tesis” alt boyutu ortayaş üstü bireylerde “bilgi eksikliği”, “birey psikolojisi” ve ilgi eksikliği” alt boyutlarından sonra gelmektedir.

“Zaman” alt boyutu ortayaş üstü bireylerde boş zaman engelleyicilerinden beşinci sırada gelmektedir. Bunun sebebi ortayaş üstü bireylerin yaş itibarıyla genelde çalışma yaşını tamamlamış, bir çoğunun emekli oldukları ve boş zaman konusunda bir sıkıntılarının olmamasından kaynaklanmaktadır. Ortayaş üstü bireylerin aile için zaman ayırmak zorunda olmak, sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak, program zamanlarının uygun olmaması gibi nedenlerden ötürü rekreasyon faaliyetlerinden caymadıkları bu faktörlerin ortayaş üstü bireylerin yeterince boş zamanları olması sebebiyle etkili olmadıkları görülmektedir.

“Arkadaş eksikliği” alt boyutu ise ortayaş üstü bireylerde boş zaman engelleyicilerinden en son faktör olarak tespit edilmiştir. Ortayaş üstü bireylerin arkadaşlarının zamanının olmaması, beraber katılacak kimsenin olmaması, arkadaşlarının bu tür etkinliklere katılmaktan hoşlanmaması gibi sebeplerle boş zaman etkinliklerine katılmaktan geri durmadıkları gözlemlenmektedir. Bunun sebeplerinden bir tanesinde ortayaş üstü çalışma yaşını tamamlamış, emekli olmuş kişilerinin akranlarının ve arkadaşlarının da çoğunlukla aynı yaş grubunda olması sebebiyle boş zaman engeline bu konuda takılmadıkları şeklinde yorumlanabilir.

Verdin ve diğerleri (2004) göre özellikle açık hava rekreasyonuna yerel katılımı açıklamak için kullanılan sosyal teoriler arasında, çalışma marjinalite veya sosyoekonomik durum hipotezi kullanılmaktadır. Marjinalite teorisiyle ilişkili dört



değişken, insanların açık hava rekreasyonuna katılmalarını engelleyen en önemli faktörlerdir. Bu değişkenler, zaman eksikliği, bilgi eksikliği, parasızlık ve ilgi eksikliğidir. Bu çalışmada zaman eksikliği, bilgi eksikliği ve ilgi eksikliği faktörler arasında yer almaktadır. Finansal yetersizlik ise demografik faktörler arasındaki gelir durumu ile analiz edilmiştir.

Tablo 3.6. Ölçek Boyutları Arasındaki Korelasyonlar

Pearson Korelasyonu	Birey Psikolojisi	Bilgi Eksikliği	Tesis	Arkadaş Eksikliği	Zaman	İlgi Eksikliği
Birey Psikolojisi	1	,255**	,260**	,230**	,092*	,066
Bilgi Eksikliği	,255**	1	,232**	,096*	,110**	,082*
Tesis	,260**	,232**	1	,217**	,067	,142**
Arkadaş Eksikliği	,230**	,096*	,217**	1	,189**	,132**
Zaman	,092*	,110**	,067	,189**	1	,178**
İlgi Eksikliği	,066	,082*	,142**	,132**	,178**	1

** Korelasyon 0.01 düzeyinde anlamlıdır.
* Korelasyon 0.05 düzeyinde anlamlıdır.



Tablo 3.7. Boş Zaman Engelleri ve Alt boyutlarının Yaş Gruplarına Göre Yordanması

Alt Boyutlar	Yaş Grupları	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ortalaması	Sig.	F	DF
Birey Psikolojisi	45-64	269	2,5688	,53478	,03261	,013	3,635	596
	65-74	175	2,5562	,60054	,04540			
	75-89	125	2,6053	,64534	,05772			
	90 ve üstü	31	2,9247	,77321	,13887			
Bilgi Eksikliği	45-64	269	2,8761	,59253	,03613	,198	1,562	596
	65-74	175	2,7810	,55790	,04217			
	75-89	125	2,7653	,55362	,04952			
	90 ve üstü	31	2,8602	,50753	,09116			
Tesis	45-64	269	2,6134	,59158	,03607	,597	,628	596
	65-74	175	2,5390	,63996	,04838			
	75-89	125	2,6187	,61595	,05509			
	90 ve üstü	31	2,6129	,69441	,12472			
Arkadaş eksikliği	45-64	269	2,3024	,58897	,03591	,329	1,149	596
	65-74	175	2,3010	,61865	,04677			
	75-89	125	2,3813	,58614	,05243			
	90 ve üstü	31	2,4624	,53526	,09613			
Zaman	45-64	269	2,1797	,68290	,04164	,110	2,020	596
	65-74	175	2,2800	,65679	,04965			



	75-89	125	2,3307	,51063	,04567			
	90 ve üstü	31	2,3226	,56754	,10193			
İlgi Eksikliği	45-64	269	2,2974	,61823	,03769	,609	,609	596
	65-74	175	2,2990	,57633	,04357			
	75-89	125	2,2160	,60354	,05398			
	90 ve üstü	31	2,2796	,54499	,09788			
Boş Zaman Engelleri (Genel)	45-64	269	2,4729	,33724	,02056	,318	1,175	596
	65-74	175	2,4594	,30645	,02317			
	75-89	125	2,4862	,32652	,02920			
	90 ve üstü	31	2,5771	,37259	,06692			

Talay vd. (2010) Bartın ili kapsamında rekreasyonel talepleri inceledikleri çalışmalarında yaş ile tercih edilen rekreasyon faaliyeti ilişkisinde 46-55 yaş grubu için yürüyüşün ve park gezintilerinin, 66 ve üstü bireyler için ise kültürel faaliyetlerin tercih edildiğini tespit etmişlerdir. Çalışmanın bu bulgusu ile çalışmamızdaki bulgu birbirini desteklemektedir. Buna göre ortayaş ve üstü bireyler daha çok kendilerini fiziksel olarak zorlamayacak, yormayacak rekreasyonel faaliyetleri tercih etmektedirler. Bu çalışmada birey psikolojisi alt boyutu kapsamında değerlendirilmektedir.

Sabbağ ve Aksoy (2011) fiziki imkanlar (tesis) alt boyutunda 18-25 yaş aralığında yer alan bireylerin puanlarının, 38-55 yaş aralığında yer alan bireylerin puanlarından daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Bu sonuca göre 18-25 yaş aralığındaki bireylerin fiziki imkanlar alt boyutunu 38-55 yaş (orta yaş) aralığındaki bireylere göre daha fazla önemsedikleri ortaya çıkmaktadır.

Çabuk (2019) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarına göre araştırmaya katılan 60 yaş ve üstü bireylerin boş zaman faaliyetlerine katılım açısından, ortayaş ve üstü bireylerin en fazla ev merkezli sosyal etkinliklere, arkasından kültürel ve eğlence içerikli etkinliklere katılmayı tercih ettikleri görülmektedir. Ortayaş ve üstü bireyler en az fiziksel etkinlikler ile sosyal sorumluluk etkinliklerine katılım göstermektedirler.



Başka bir ifadeyle bu çalışmadaki sonuçla örtüşen bir şekilde ortayaş ve üstü bireyler kendilerini hem fiziksel olarak hem de ruhsal olarak yoran rekreasyon faaliyetlerine katılmak istememektedirler.

Karasakız ve Dinçer (2019) Kahramanmaraş Büyükşehir Belediyesinin rekreasyon amacıyla yapmış olduğu fiziksel aktivite alanlarının vatandaşlar tarafından hangi amaçla kullanıldığı ve vatandaşların bu alanları değerlendirmeleri amacıyla yaptıkları çalışmanın sonucunda fiziksel aktivite mekanı seçimi ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Ancak aynı çalışmada fiziksel aktiviteye katılmayı engelleyen faktörler ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir.

Kaya (2007) çalışmasının sonuçlarına göre, 36-65 yaş arası bireyler için yürüyüş, 46-55 yaş grubu için yürüyüş ve park gezintileri, 66 ve üstü içinse kültürel faaliyetler rekreasyon faaliyeti olarak gerçekleştirilmektedir. Yaş arttıkça enerji ve güç isteyen rekreasyon faaliyetlerine katılımın engellendiği görülmektedir.

Tablo 4. Boş Zaman Engelleri ve Alt boyutlarının Cinsiyete Göre Yordanması

Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ortalaması	Sig.	t	DF
Birey Psikolojisi	Kadın	268	2,5883	,52732	,03221	,916	-,106	597,94
	Erkek	332	2,5934	,64698	,03551			
Bilgi Eksikliği	Kadın	268	2,9391	,50220	,03068	,000	4,575	597,61
	Erkek	332	2,7319	,60663	,03329			
Tesis	Kadın	268	2,6430	,57179	,03493	,069	1,823	593,16
	Erkek	332	2,5522	,64747	,03553			
Arkadaş eksikliği	Kadın	268	2,2823	,59500	,03635	,101	-1,642	598
	Erkek	332	2,3624	,59326	,03256			
Zaman	Kadın	268	2,2002	,61548	,03760	,102	-1,640	598
	Erkek	332	2,2861	,65558	,03598			
İlgi Eksikliği	Kadın	268	2,3085	,61892	,03781	,296	1,046	598



	Erkek	332	2,2570	,58244	,03197			
Boş Zaman Engelleri (Genel)	Kadın	268	2,4936	,30723	,01877	,265	1,116	592,01
	Erkek	332	2,4639	,34436	,01890			

Karasakız ve Dinçer (2019) çalışmalarını Kahramanmaraş Büyükşehir Belediyesinin rekreasyon amacıyla yapmış olduğu fiziksel aktivite alanlarının vatandaşlar tarafından hangi amaçla kullanıldığı ve vatandaşların bu alanları değerlendirmeleri amacıyla yapmışlardır. Cinsiyet değişkenine göre fiziksel aktivite mekanı seçimi ve fiziksel aktivite katılımını engelleyen faktörler incelendiğinde değişkenler arasında anlamlı biçimde farklılaştığını tespit etmişlerdir. Buna göre fiziksel aktivite alanı seçmede erkeklerin kadınlara göre daha seçici oldukları saptanmıştır. Fiziksel aktivite katılımını engelleyen faktörler incelendiğinde erkeklerin kadınlara göre daha fazla engelleyici ile karşılaştığı belirlenmiştir.

Bu çalışmadaki sonuç, cinsiyet farklılığının sadece bilgi eksikliği alt boyutunda anlamlı bir şekilde farklılaştığını, kadınların daha fazla bilgi eksikliğine maruz kalarak engellendikleri yönündedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Ortayaş üstü bireylerin rekreasyon taleplerine de yansıyan genel özellikleri, büyük bir çoğunluğunun emekli olmuş ve aktif çalışma hayatı tamamlanmış olmaları, fiziksel güç ve kuvvetleri azalmış ve sağlık durumları bozulmaya başlamış olduğu görülmektedir. Ortayaş ve üstü bireylerin boş zamanlarını etkili ve verimli bir şekilde değerlendirebilecekleri rekreasyon alanlarına olan ihtiyaç her geçen gün artmaktadır. Yerel yönetimlerin rekreasyon alanlarını planlarken ortayaş ve üstü bireylerinde istek ve taleplerini dikkate alması gerekmektedir.

Kahramanmaraş şehri ortayaş ve üstü bireylerin rekreasyon ihtiyaçlarını doğal çevrede kent merkezine yakın alanlarda giderilmesine olanak sağlayacak çok sayıda doğal rekreasyon alanına sahip bir şehirdir. Bu rekreasyon alanlarından bazıları Kahramanmaraş Arkeoloji Müzesi, Necip Fazıl Kısakürek Kültür Merkezi, Yavşan Yaylası Tabiat Parkı, Kapıçam Tabiat Parkı, Başkonuş Yaylası, Yedikuyu Kayak Merkezi, Ilıca Kaplıcaları, Germanicia Antik Kenti rekreasyon alanlarıdır.

Bu çalışmada ele alınan “Kahramanmaraş” örneği, bu şehir halkının rekreasyon talepleri ve rekreasyon engelleyicileri hakkında çıkarımlarda bulunmamızı sağlarken, diğer taraftan rekreasyon faaliyeti engelleyicileri hakkında genellemeler yapmamızı da sağlamaktadır.



Ortayaş ve üstü bireylerin rekreasyon taleplerinin yaş gruplarına, cinsiyete, medeni duruma, eğitim durumuna, çalışma durumuna ve gelir durumuna göre nasıl farklılaştığının da araştırıldığı bu çalışmada bu konuda çok sayıda çarpıcı bulguya ulaşılmıştır. Bu bulgulardan bazıları literatürde daha önce yapılan çalışmaların bulguları ile uyumlu iken bazı bulgular ise farklıdır. Bu farklılıkların gerek kullanılan yöntem ve tekniklerden gerekse hedef kitle ve konu rekreasyon alanı farklılıklarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Bu çalışmada ortayaş ve üstü bireylerin demografik bilgilerine göre şekillenen rekreasyon talepleri ve rekreasyon faaliyeti engelleyicisi faktörlere aşağıda değinilmiştir.

Bu sonuçlara göre, ortayaş üstü bireylerde boş zaman rekreasyon engeli olarak ilk sırada “bilgi eksikliği” alt boyutu gelmektedir. Ortayaş ve üstü bireylerin nerede öğreneceğini bilmemeleri, nerede katılacağını bilmemeleri ve öğretecek kimsenin bulunmaması boş zaman rekreasyon katılımı engeli olarak ilk sırada gelmektedir.

Ortayaş ve üstü bireylerin boş zaman engelleri alt boyutunda ikinci sırada “birey psikolojisi” alt boyutu gelmektedir. Ortayaş ve üstü bireyler faaliyetlerin yorgunluk hissi vermesi, kendilerini yorgun hissetmeleri ve sakatlanmaktan korktukları için boş zamanlarında rekreasyon faaliyetine katılmaktan engelkenmektedirler.

Ortayaş ve üstü bireylerin boş zaman faaliyeti engelleri alt boyutunda üçüncü sırada “ilgi eksikliği” alt boyutu gelmektedir. Ortayaş üstü bireylerin geçmişte bu tür etkinlikleri sevmemesi, rekreasyon faaliyetlerine ilgisinin olmaması ve rutin programı bozmak istemesi boş zaman engelleyicisi olarak karşımıza gelmektedir.

Ortayaş ve üstü bireylerde boş zaman engeli alt boyutunda “tesis” alt boyutu dördüncü sırada gelmektedir. Buna göre tesis donanımının yetersiz olması, tesislerin yetersiz olması ve tesislerin kalabalık olmasından dolayı ortayaş ve üstü bireylerin rekreasyon faaliyetlerinden engellenmesi dördüncü sıradaki engeldir.

“Zaman” alt boyutu ortayaş üstü bireylerde boş zaman engelleyicilerinden beşinci sırada gelmektedir. Bunun sebebi ortayaş üstü bireylerin yaş itibarıyla genelde çalışma yaşını tamamlamış, bir çoğunun emekli oldukları ve boş zaman konusunda bir sıkıntılarının olmamasından kaynaklanmaktadır. Ortayaş üstü bireylerin aile için zaman ayırmak zorunda olmak, sosyal etkinlikler için zaman ayırmak zorunda olmak, program zamanlarının uygun olmaması gibi nedenlerden ötürü rekreasyon faaliyetlerinden caymadıkları bu faktörlerin ortayaş üstü bireylerin yeterince boş zamanları olması sebebiyle etkili olmadıkları görülmektedir.

“Arkadaş eksikliği” alt boyutu ise ortayaş üstü bireylerde boş zaman engelleyicilerinden en son faktör olarak tespit edilmiştir. Ortayaş üstü bireylerin arkadaşlarının zamanının olmaması, beraber katılacak kimsenin olmaması, arkadaşlarının bu tür etkinliklere



katılmaktan hoşlanmaması gibi sebeplerle boş zaman etkinliklerine katılmaktan geri durmadıkları gözlemlenmektedir. Bunun sebeplerinden bir tanesinde ortayaş üstü çalışma yaşını tamamlamış, emekli olmuş kişilerinin akranlarının ve arkadaşlarının da çoğunlukla aynı yaş grubunda olması sebebiyle boş zaman engeline bu konuda takılmadıkları şeklinde yorumlanabilir.

Boş zaman engelleri ölçeğinin genelindeki boş zaman algısı, orta yaş ve üstü katılımcıların cinsiyetine göre anlamlı bir şekilde farklılaşmamaktadır. Boş zaman engelleri ölçeğinin sadece bilgi eksikliği alt boyutu, cinsiyete göre anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Kadınların bilgi eksikliği sebebiyle boş zaman engeline takılmaları erkeklere göre daha fazladır.

Bu çalışmada alt boyutlar itibariyle rekreasyon engelleri olarak bilgi eksikliği alt boyutunda, arkadaş eksikliği alt boyutunda ve zaman (eksikliği) alt boyutunda medeni duruma göre anlamlı bir farklılaşma olmasına rağmen genel olarak medeni duruma göre bir farklılaşma olmadığı bulgulanmıştır.

Ortayaş üstü bireylerin boş zaman engelleri algılarının eğitim düzeylerine göre istatistiki olarak anlamlı bir şekilde farklılaştığı tespit edilmiştir. Buna göre ortayaş üstü bireylerde en fazla boş zaman engelleme algısı lisansüstü eğitim düzeyinde, daha sonra ilkökul düzeyinde, üçüncü sırada ise üniversite mezunu düzeyinde gerçekleşmektedir. Boş zaman engelleri alt boyutlarından tesis alt boyutu, zaman alt boyutu ve ilgi eksikliği alt boyutu eğitim düzeyine bağlı biçimde, istatistiki olarak anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Ortayaşüstü bireylerin boş zaman engellerinin istatistik olarak çalışma durumuna göre farklılaştığı görülmüştür. Bu sonuca göre boş zaman engelinden en fazla etkilenen grup emekli olup çalışmayan gruptur. Alt boyutlar bazında ise, çalışma durumunun bireysel psikoloji alt boyutunda ve zaman alt boyutunda anlamlı olarak farklılaştığı görülmektedir. Bireysel psikoloji alt boyutunda en fazla engellenen grup emekli-çalışmıyor olan ve işsiz grup olmaktadır. Bunun sebebi emekli-çalışıyor ve çalışıyor grubun çalışma hayatının yoğun temposundan uzaklaşmak için engelleyicileri gözardı etmesi ve rahatlamak ve stres atmak için daha fazla rekreasyon faaliyetine katılmaları olduğu düşünülmektedir.

Ortayaşüstü bireylerin boş zaman engellenme algıları, gelir gruplarına göre anlamlı bir biçimde farklılaşmamaktadır. Ancak alt boyutlardan bilgi eksikliği ve arkadaş eksikliği, gelir grubuna göre anlamlı biçimde farklılaşmaktadır. Üst gelir grubunda arkadaş eksikliği sebebiyle engellenme algısı daha yüksek olduğu, orta gelir seviyesinde bilgi eksikliği nedeniyle engellenme diğer gelir gruplarına göre daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.



Ortayaüstü bireylerin boş zamanlarından rekreasyon faaliyetlerine katılmaları konusundaki en büyük engellerden bir tanesi, Kahramanmaraş İli'nde bulunan rekreasyon tesislerine ilişkin bilgi eksiklikleri olmasıdır. Bireylerin böyle bir rekreasyon tesisi olduğundan haberi olmadıkları, var olan tesisi tanımadıkları, tesisteki rekreasyon alanlarını, rekreasyon araçlarını tanımadıkları, rekreasyon faaliyetlerinin nasıl yürütebilecekleri konusunda malumata sahip olmadıkları görülmektedir. Bu eksikliğin giderilmesi için özellikle büyükşehir belediyesi tarafından sosyal amaçla işletilen tesislerin tanıtımının, reklam ve pazarlamasının yapılması gerekmektedir. Bunun için yerel gazeteler, yerel radyolar bu amaçla kullanılabilir. Konuyla ilgili tanıtım toplantıları, tanıtım gezileri yapılması da etkili bir bilgi eksikliği giderme yöntemi olacaktır.

Kahramanmaraş'taki tesislerin rekreasyon faaliyetleri katılımının ortayaş üstü bireylerin bireysel psikolojileri tarafından da boş zaman engeline takıldığı görülmektedir. Rekreasyon tesislerinin şehir merkezine yakınlığı, uzaklığı, tesislerin temizliği, tesislerin güvenliği, tesislerin iç ve dış çevre peyzaj özellikleri ortayaş üstü bireylerin bireysel psikolojilerini de etkileyerek bu fiziki koşullardaki eksiklikler boş zaman etkinliği engelleyicisi olarak karşımıza gelmektedir. Bireysel psikoloji alt boyutunda ortayaş ve üstü katılımcıların özellikle fiziksel aktivite gerektiren rekreasyon faaliyetlerinden, sağlıklarını bozulması, sakatlanma, yorulma endişesi sebebiyle engellendikleri görülmektedir.

Tesis alt faktörünü en çok etkileyen faktör, rekreasyon katılımcısı ortayaş ve üstü bireylerin tesislerin kendi yaş gruplarına uygunluğu ile algılarıdır. Ortayaş ve üstü bireyler Kahramanmaraş'taki rekreasyon tesislerinin kendi yaşlarına uygun olmadığını düşündüklerinde rekreasyon faaliyetinden doğal olarak engellenmektedirler. Bunun için büyükşehir belediyesi olmak üzere tesislerin ortayaş üstü bireylere daha fazla hitap edecek ve yaş segmentlerine uygun hale getirilecek düzenlemelerle desteklenmesi gerekmektedir. Bunun için özellikle katılımcıların rekreasyon alanına ulaşmak için merdiven tırmanmak zorunda kaldıkları alanlarda asansörler imal edilmesi gerekmektedir. Diğer taraftan özellikle sportif rekreasyon faaliyetlerine yönelik rekreasyon alanlarının ortayaş ve üstü yaş grubuna hitap edebilecek spor aletleri ile dizayn edilmesi gerekmektedir.

Kahramanmaraş şehrinde rekreasyon alanlarında katılımcılarla yapılan mülakatlar sırasında rekreasyon alanlarındaki eksiklikler, tesislerde yeterli hizmet alanlarının (lokanta, kafeterya, kır kahvesi gibi), tuvaletlerin yetersizliği ve tuvaletlerdeki temizlik eksikliği, tesislerin fiziki imkanlarındaki kalite noksanlığı ve bakımsızlığı, koşuyolu bulunmaması, bisiklet yolu bulunmaması, yağmur korunaklarının olmaması, güvenlik zaafiyeti, acil sağlık tesisi eksikliği gibi eksiklikler olarak raporlanmıştır. Büyükşehir Belediyesi tarafından ortayaş üstü bireylerin bu taleplerinin şehrin hangi alanlarında, hangi boyutlarda karşılanabileceğinin araştırılması, rekreasyon alanı planlamalarında bu hususların dikkate



alınması gerekmektedir. Diğer taraftan şehrin çevresindeki tabiat parklarına ulaşım konusunda ve rekreasyon alanı seçimi yapılırken özel aracı olmayan ortayaş ve üstü bireyler ulaşım engeli ile de karşılaşmaktadırlar. Büyükşehir Belediyesi tarafından özellikle yaz aylarında bu rekreasyon alanlarına ulaşımı sağlamak üzere toplu taşıma sistemini devreye alması gerekmektedir.

Kahramanmaraş ili sınırları içerisindeki Yavşan Yaylası Tabiat Parkı ve Kapıçam Tabiat Parkı rekreasyon alanı içerisinde, yer alan göletler çevresi boyunca doğa yürüyüşü, fotoğrafçılık, safari, yaban hayatı gözlemciliği ve günübirlik geziler yapılmaktadır. Her iki Milli Park'ta da şehir halkının günübirlik ziyaretler için altyapı ve üstyapı düzenlemeleri yapılmış olmakla birlikte, bu düzenlemelerin yeterli olduğunu söylemek mümkün değildir. Bu altyapı tesisleri arasında giriş kontrol ünitesi, otoparklar, bekçi evi, tuvaletler, çeşmeler, ahşap piknik masaları, mangallıklar, gölet etrafı ahşap iskeleler, satış büfeleri, çocuk oyun parkları, yağmur barınakları, manzara seyir kulesi, ve yürüyüş parkurları bulunmaktadır.

Özellikle yaşlı bireylerin de düşünülerek rekreasyon alanı girişlerinde belirli sayıda tekerlekli sandalye bulundurulması yorulan yaşlı bireylerin faaliyetlerini bu şekilde sürdürebilmelerine yardımcı olabilir. Diğer taraftan bu çalışmada tespit edildiği gibi ortayaş ve üstü bireylerin yürüme gibi göreceli olarak az enerji isteyen fiziksel aktivitelerde bile çabuk yoruldukları ve en büyük engelleyicilerden birinin de bu olduğu düşünüldüğünde rekreasyon alanları içinde ring traktörleri, safari araçlarının gezi amaçlı ve ücretsiz sağlanması faydalı olacaktır.

Başkonuş Yaylası, bünyesinde bungolov evleri ile gece konaklama imkanı da veren ormanın içinde, baraj göleti manzaralı doğa yürüyüşü ve seyir keyfi veren rekreasyon faaliyetlerinin yürütülebildiği bir doğal alandır. Yayladaki tesisler özel işletme olup; kış aylarında da hizmet alınabilmektedir. Kış aylarında kayak sporu, kar motoru binışı ve at binme etkinliklerine katılınabilmektedir. Ancak yaylada yürütülebilecek rekreasyon faaliyetleri ortayaş ve üstü bireylere hitap edecek şekilde çeşitlendirilmesi gerekmektedir.

Ilıca Kaplıcaları, Kahramanmaraş'ın Ilıca ilçesi içerisinde yer aldığından ilçenin tüm altyapısı rekreasyon faaliyetlerine hizmet etmektedir. Ortayaş ve üstü bireyler özellikle sağlık sorunları gerekçesiyle Ilıca kaplıcalarını tercih etmektedirler.

Yedikuyu kayak merkezi de kışın özellikle kayak sporu yapanlar yazın ise yamaç paraşütü ve doğa yürüyüşü yapanlar tarafından tercih edilmektedir. Kayak sporunun hem göreceli olarak fazla enerji istemesi ve birey psikolojisi alt boyutu bağlamında engelleyici içermesi ve gelir durumu ile ilişkili bir spor olması sebebiyle ortayaş ve üstü bireyler tarafın-



dan çok tercih edilmemektedir. Ancak çocukları ve torunları ile rekreasyon yapmak isteyen ortayaş ve üstü bireyler yine de bu rekreasyon alanını da doğa yürüyüşü sebebiyle tercih etmektedirler.

Kahramanmaraş İli içerisindeki Milli parklardaki ziyaretçi sayılarının, ziyaret dönemlerinin ve ziyaretçi profiline ait diğer istatistiki verilerin hazırlanması bu rekreasyon alanlarının yerel yönetimler tarafından daha verimli planlanmasına ve rasyonel yönetilmesine ve çevresel sürdürülebilirliğin sağlanmasına katkıda bulunabilir.

Diğer taraftan Kahramanmaraş şehrinin özellikle ortayaş ve üstü bireylerin rekreasyonel taleplerinin karşılanabilmesi için öncelikle şehir merkezinde ve daha yerele inerek mahallelerde sportif ve kültürel faaliyetlere imkan sağlayabilecek sosyal yaşam merkezlerinin oluşturulması gerekmektedir.

Rekreasyon alanlarının potansiyellerinin ve kapasitelerinin Kahramanmaraş şehrinin sosyo-ekonomik ve kültürel durumu da dikkate alınarak doğal çevrenin sürdürülebilirliği kısıtı da gözönünde bulundurularak, kısa, orta ve uzun vadede planlanması gerekmektedir.

Özellikle yaz aylarında sivil toplum kuruluşlarının da katılımı ile ortayaş ve üstü bireylerin rekreasyonel faaliyetlere katılımını sağlayacak etkinlikler düzenlenmelidir.

Yaz aylarında rekreasyon alanlarının artan kullanım hacimleri de dikkate alınarak ortayaş ve üstü bireylerin rekreasyon faaliyetlerini kolaylaştırıcı ve yardımcı personel istihdam edilmelidir.

Kahramanmaraş Büyükşehir Belediyesi'nin Ortayaş ve üstü bireylerin keyif almasını, başarılı yaşlanma konusunda bilinçlendirilmelerini temin edecek, kendilerini mutlu hissetmelerine ve sağlık kalitelerini yükseltmelerine imkan sağlayacak boş zaman faaliyetlerinin önemi konusunda aydınlatıcı, tanıtıcı ve bilgilendirici çalışmalar yapılması gerekmektedir. Bu çalışmanın rekreasyon faaliyeti engelleyicisi olarak bilgi eksikliği alt boyutunun etkilerinin azaltılması buna bağlıdır.

Bu çalışmada ulaşılan bulgular, birey psikolojisi alt boyutunda fiziksel faaliyetlerin yorucu olması ve sakatlanma tehlikesi içermesi sebebiyle ortayaş ve üstü bireyle tarafından en az tercih edilen boş zaman faaliyetleri olduğu göstermektedir. Yerel yönetimler tarafından ortayaş ve üstü bireylerde bilinçli yaşlanma ve sağlık kalitesini artırma algısını yükseltmek üzere hafif spor ve egzersiz çeşitlerini kapsayan fiziksel faaliyetlerin özendirilmesi gerekmektedir.

KAYNAKÇA



Akyürek S. Rekreasyon Alan Ve Faaliyetlerinin Yurt İçi Turizm Talebi Ve Yeniden Ziyaret Etme Niyetine Etkisi: Bodrum Örneği. T.C. Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm İşletmeciliği Ve Otelcilik Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2017, Balıkesir (Danışman: Doç. Dr. Ahmet Köroğlu).

Alver, K., Steril Hayatlar. Hece Yayınları. 1. Baskı. 2013.

Ardahan, F. Rekreasyonel Egzersize Güdüleme Ölçeğinin (REMM) Çeşitli Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi: Antalya Örneği. I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi Kemer, Antalya. 12 – 15 Nisan 2012, s.57-72.

Armutcu F. Fiziksel Aktivite Amaçlı Park Ve Rekreasyon Alanlarının Kullanımını Etkileyen Faktörlerin Belirlenmesi. T.C. Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 2018, Batman (Danışman: Doç. Dr. Cengiz Taşkın).

Avcıkurt, C. Turizm Sosyolojisi Genel ve Yapısal Yaklaşım. Ankara: Detay Yayıncılık; 2015.

Aydemir, B.; Kılıç, N. Dünyada Ve Türkiye’de Üçüncü Yaş Turizmi. Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2017, 1(3): 18-29.

Ayhan, Ç.K. Özgün Peyzaj Karakteristiklerine Sahip Mekanlara Yönelik Bir Peyzaj Planlama Yönteminin Ortaya Konulması: Bozcaada Örneği. Ege Üniversitesi, Doktora Tezi, 2007, İzmir (Danışman: ????????)

Aytaç, Ö., Boş Zaman Üzerine Kuramsal Yaklaşımlar. Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 2002, 12(1): 231-260.

Baudrillard, J. Tüketim Toplumu. Çeviren H. Deliçaylı - F.Keskin. İstanbul: Ayrıntı Yayınları; 1997.

Boman, M.,Fredman, P., Lundmark, L., ve Ericsson, G. Outdoor recreation – A necessity or a luxury? Estimation of Engel curvesfor Sweden. Journal of Outdoor Recreation and Tourism. 2013, 3(4): 49-56.

Bebek S. Kadınların Bedeni Beğenme Tutumları, Rekreasyon Farkındalık Düzeyleri Ve Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. T.C. Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2020, Erzincan (Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Yasemin Çakmak Yıldızhan).

Büyüköztürk, Ş. Faktör analizi: Temel Kavramlar Ve Ölçek Geliştirmede Kullanımı. Kuram Ve Uygulamada Eğitim Yönetimi. 2002, 32(32): 470-483.



Carter, M. J., Van Andel, G. E. ve Robb, G. M. Therapeutic Recreation: A Practical Approach. IL: Waveland, 2003.

Crawford, D., Jackson, E. ve Godbey, G. A. Hierarchical Model of Leisure Constraints. Leisure Sciences. 1991, 13: 309-320.

Çabuk, Ç. 60 Yaş Üstü Bireylerin Yaşam Doyumu, Sağlık Algısı Ve Boş Zaman Aktivite Tercihlerinin İncelenmesi. Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2019, Mersin (Danışman: Doç. Dr. Hüseyin Gümüş).

Çetiner H. Sağlık Rekreasyonu Kapsamında Terapötik Rekreasyon Uygulamaları. Journal of Recreation and Tourism Research. 2019, 6 (4): 405-411. www.jrtr.org ISSN:2148-5321 DOI: 10.31771/jrtr.2019.42

Çetinkaya, G., Erman, A. ve Uzun, M. S. Rekreasyonel Amaçlı Park Kullanıcılarının Memnuniyet Ve Memnuniyetsizlik Faktörlerinin Belirlenmesi. International Journal of Human Sciences. 2015, 12(1): 851-869. doi: 10.14687/ijhs.v12i1.2875

Çokluk, Ö., Şekercioglu, G. ve Büyüköztürk, Ş. Sosyal Bilimler İçin Çok Değişkenli İstatistik: SPSS ve Lisrel Uygulamaları. Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık; 2012.

Dalkılıç G., Mil B. Rekreasyon-Animasyon Hizmetlerinin Sınıflandırılması Ve Otel İşletmelerindeki Öneminin Değerlendirilmesi. Beykoz Akademi Dergisi. 2017; 5(2), 40-72. DOI: 10.14514/BYK.m.21478082.2017.5/2.40-72.

Diñer N., Karasakız H. (???). Belediyelerin Düzenlemiş Oldukları Rekreasyon Alanlarının Fiziksel Aktiviteye Uygunluğu Üzerine Bir Araştırma (Kahramanmaraş Büyükşehir Belediye Örneği), DOI: [Http://Dx.Doi.Org/10.29228/Joh.24688](http://Dx.Doi.Org/10.29228/Joh.24688)

Dökmen, Ü. İletişim Çatışmaları Ve Empati. 28. Basım, İstanbul: Sistem Yayıncılık; 2004.

Eker, F. Kahramanmaraş'ın Tarihi Coğrafyasına Bir Bakış. KSÜ Sosyal Bilimler Dergisi. 2013, 10 (2): 25-38.

Ergün, M. Eğitim Sosyolojisine Giriş, 4. Basım, Ankara: Ocak Yayınları; 1994.

European Commission Enterprise And Industry Directorate-General. Europe, the best destination for seniors, Facilitating cooperation mechanisms to increase senior tourists' travels, within Europe and from third countries, in the low and medium seasons. Draft Report. 2014, Brussels, Belgium. <http://ec.europa.eu/DocsRoom/documents/5977>

Fromm, E., Sağlıklı Toplum. Çeviren: Y. Salman - Z. Tanrıseven. İstanbul: Payel Yayınevi; 1990.



- Gorz, A. Cennetin Yolları, Çeviren: Turhan I. İstanbul: Afa Yayınları; 1985.
- Gorz, A. İktisadi Aklın Eleştirisi. Çeviren: Işık E. İstanbul: Ayrıntı Yayınları; 1995.
- Güçer E., Altunöz Ö. ve Paslı N. Ç.. Yerel Halkın Boş Zaman Değerlendirme Alışkanlıkları: Giresun İli Örneği. Journal of Tourism and Gastronomy Studies. 2019, 7(4): 3189-3201.
- Gül, T., Karaçar E., Kement, Ü., Paslı, M. M., Yayla. Ö., Erol, E. ve Göker, G. Rekreasyona Giriş. Yaylı, A., (Editör). Ankara: Detay Yayıncılık; 2014.
- Güleç, S. Yumuşak Turizm ve Doğa Koruma: Turizm Yıllığı. Ankara: 1998.
- Gümüş H. Rekreasyonel Alanların Kullanım Etkenlerinin İncelenmesi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, Doktora Tezi, 2016, Ankara (Danışman: Doç. Dr. Sema Alay).
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A. ve Dinç, Y. Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi. Ankara: Detay Yayıncılık; 2009.
- Hacıoğlu, N., Gökdeniz A. ve Dinç Y. (2003). Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi Örnek Animasyon Uygulamaları. A. Gökdeniz (Ed.). Boş Zaman ve Rekreasyon Kavramlarının Analizi içinde. Ankara: Detay Yayıncılık; 2003.
- Hacıoğlu, N., ve Şahin, B. Üçüncü Yaş Turizmi. N. Hacıoğlu ve C. Avcıkurt (Ed.) içinde, Turistik Ürün Çeşitlendirmesi. 2. Basım. Ankara: Nobel; 2011.
- Haywood, L., Frank K. and Peter B. Understanding Leisure. Nelson Thornes; 1995. (https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl/kennisbank/publicaties/?understanding-leisure&kb_id=12780) Erişim Tarihi: 12.09.2020)
- Hazar, A. Rekreasyon ve Animasyon. Ankara: Detay Yayıncılık; 2014.
- Henderson, K.A. Women's Leisure: More Truth than Facts?. World Leisure and Recreation. 1995: 37(1): 9-13.
- <https://www.baskonusyaylasi.com/hakkimizda>
- <https://kahramanmaras.bel.tr/kesfedin>
- <https://kahramanmaras.bel.tr/foto-galeri/nfk-kultur-merkezi>
- <https://www.kenniscentrumsportenbewegen.nl>).
- <https://www.kulturportali.gov.tr/turkiye/kahramanmaras/gezilecekyer/> kahramanmaras-arkeoloji-muzesi



<https://www.rekreasyonist.com/rekreasyonun-siniflandirilmesi>

<https://tr.wikipedia.org/wiki/Kahramanmara%C5%9F#Co%C4%9Frafya>

Hudson, S. The Segmentation of Potential Tourists: Constraint Differences between Men and Women. *Journal of Travel Research*. 2000, 38(4): 363- 368.

İmamoğlu M., İmamoğlu A. ve İmamoğlu O. Rekreeyonel Planlamada Cehennemdere Vadisi Örneği. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi*. 2014, 10 (4): 106-112. JEL KODU: M-Y www.sstbdergisi.com ID:127 K:162.

İskender A. Neulinger Boş Zaman Paradigması ve Boş Zaman Katılım Motivasyonları Üzerine Nitel Bir Araştırma. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. Eylül 2017, 21(3): 819-825.

Kalkınma Bakanlığı. Güneydoğu Anadolu Projesi (GAP) Bölge Kalkınma İdaresi Başkanlığı, Şanlıurfa İl Profili. 2019.

Kaplan, M. *Leisure in America: A social inquiry*, Wiley; 1960.

Kaya Fadime. Bartın Kent Halkının Rekreeyonel Eğilim Ve Taleplerinin Belirlenmesi Üzerine Bir Araştırma. Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Peyzaj Mimarlığı Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2007, Ankara (Danışman: Doç. Dr. İlkden Talay).

Kılbaş, Ş. *Rekreasyon Boş Zamanı Değerlendirme*. 4. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi; 2010.

Karaküçük, S. *Rekreasyon Boş Zamanları Değerlendirme*. 6. Baskı. Ankara: Gazi Kitabevi, 2008.

Keser, A. *Çalışma Psikolojisi*. Bursa: Ekin Yayınevi; 2015.

Kılıç, S. N. Balıkesir Kent Halkının Yaşadıkları Kentteki Rekreeasyon Faaliyetlerine Katılımları Ve Yerel Rekreeasyon İmkanlarının Yeterlilik Düzeylerinin Belirlenmesi, *Journal of Recreation and Tourism Research (JRTR)*, 2016, 3(1): 10-23.

Koçyiğit M., Erdoğan M., Uyar M. ve Çınar M. Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Etkinliklerle Sosyalleşme Düzeylerinin İletişim Becerileri Ve Duygusal Zekaları Üzerine Etkisi. *Gümüşhane Üniversitesi, İletişim fakültesi Elektronik Dergisi*. 2018, 6(2): 966-988.

Konrad, S. ve Hendl, C. *Duygularla Güçlenmek*, Çeviren: Meral T., İstanbul: Hayat Yayınları; 2001.



Kozak, N., Kozak, M.A., Kozak, M. Genel Turizm İlkeler ve Kavramlar. 15. Baskı. Ankara: Detay Yayıncılık; 2014.

Kulözü, N. St Paul Yolu (Perge-Antalya/Yalvaç Pırsıdıa Antiocheia) ve Yakın Çevresinin Turizm Ve Rekreasyon Kullanımına Yönelik Peyzaj Potansiyelinin Saptanması Üzerine Bir Araştırma. 2009, Ankara, Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.

Kuzgun, Y. Kendini Gerçekleştirme, 1972. <https://dspace.ankara.edu.tr/xmlui/bitstream/handle/20.500.12575/60353/11942.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Küçükdağlı S. Kahramanmaraş Germanicia Mozaikleri. Journal of Mosaic Research. 2012, 5: 97 – 101.

Lafargue, P. Tembellik Hakkı. Çeviren: Vedat G. 7. Baskı, Telos Yayınevi; 1983.

Leitner, M. J., and Leitner S. F. Leisure Enhancemenet. Urbana. 2012, 51: 15-16.

Larson, G.T., Green, G. T. ve Cordell, H.K. Children's Time Outdoors: Results and Implications of the National Kids Survey. Journal of Park and Recreation Administration. 2011, 29 (2): 1-20.

Lefebvre, H. Mekânın Üretimi, 1. Baskı, Sel Yayıncılık, İstanbul: Sel yayıncılık; 2014.

McRobbie, A. Postmodernizm ve Popüler Kültür. Çeviren: Özdek A. İstanbul: Sarmal Yayınları; 1999.

Mclean, D.D., Hurd, A.R. ve Rogers, N.B. Kraus Recreation and Leisure in Modern Society. Jones and Bartlett Publishers; 2008.

MEGEP, Millî Eğitim Bakanlığı. Kişiliğin Dönemleri ve Kişilik Bozuklukları. 2012. file:///C:/Users/pc/Desktop/Ki%C5%9Fili%C4%9Fin%20D%C3%B6nemleri%20Ve%20Ki%C5%9Filik%20Bozukluklar%C4%B1.pdf (Erişim Tarihi: 07.12.2020).

Metin T. C., Kesici M. ve Kodaş D. Rekreasyon Olgusuna Akademisyenlerin Yaklaşımları. Journal of Yasar University. 2013, 30(8): 5021-5048.

Mumcuoğlu, N. Alemdağ İşletmesi'ne Yönelik, Rekreasyon Talebinin Analizi ve Planlama İlkeleri. T.C. İstanbul Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Orman Mühendisliği Anabilim Dalı, Orman Ekonomisi Programı, Yüksek Lisans Tezi, 1996, İstanbul (Danışman: Prof. Dr. A. Uçkun Geray).



Munusturlar S., Çelik V. O. Üniversite Öğrencilerinin Yerel Yönetimlerin Bir Rekreasyon Faaliyeti Olarak Spor Hizmetleri Konusunda Görüşleri: Eskişehir Tepebaşı Belediyesi Örneği. I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi. 12 – 15 Nisan 2012, Kemer, Antalya, 2012: 559-573.

Müdürrisoğlu H., Kutay E. L. ve Eşen S. Ö. Kırsal Rekreasyonel Faaliyetlerde Kısıtlayıcılar. Tarım Bilimleri Dergisi. 2005, 11 (1): 40-44.

Nikitina, O. ve Vorontsova, G. Aging Population and Tourism: Socially Determined Model of Consumer Behavior in the “Senior Tourism” Segment. Procedia - Social and Behavioral Sciences. 2015, 214: 845–851. (<http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.11.736>)

Orel, F. D. ve Yavuz, M.C. Rekreasyonel Turizmde Müşteri Potansiyelinin Belirlenmesine Yönelik Bir Pilot Çalışma. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 2013, 11(11): 61-76.

Özbucak B. A. Çalışma Hayatında Algılanan Boş Zaman Ve Sanal Kaytarma. Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi (ASEAD), 2019, 6(2): 44-53. ISSN:2148-9963 www.asead.com.

Özçalık M., Kumru S. N. Kapıçam Tabiat Parkı'nın Gülez Yöntemine Göre Rekreasyon Potansiyelinin Belirlenmesi. Turkish Journal of Forest Science. 2019, 3(2): 129-141.

Özdemir, S. A., Göçer E., Karaküçük S. Rekreasyon ve Turizm: ????: 311-374.

Özdemir ve Polat 2014

Özer, A. K. İletişimsizlik Becerisi. İstanbul: Varlık Yayınları; 2006.

Özkan, M.B. Kırsal Rekreasyon Alan Planlaması. Ege Üniversitesi Ders Notları. İzmir, 2002.

Özkan Ç. Ö., Kalınkütük H., Kalınkütük K., Abdurahmanoğulları A., Özkan O. ve Özkan A. Yavşan Yaylası Tabiat Parkının Tanıtımı. Black Sea Journal of Engineering and Science. 2020, 3(1): 5-7.

Öz N. D., Ardahan F. Köyde Rekreasyon Engelleri Ölçeği Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. Mediterranean Journal of Humanities. 2019, IX(1): 141-151. mjh.akdeniz.edu.tr

Ravenscroft, N. Recreation Planning and Development. London: The Macmillan Press Ltd; 1992.

Russell B. (1990) (Orjinali 1950) Aylaklığa Övgü. Çeviren: Ergin M. Ankara: Cem Yayınevi; 1990.



Sabbağ, Ç., Aksoy, E. Üniversite Öğrencileri Ve Çalışanların Boş Zaman Etkinlikleri: Adıyaman Örneği. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 2011, 3 (4): 10-23.

Sandal E. K., Karademir N. Ilıca (Kahramanmaraş) Kaplıcalarında Termal Turizm Odaklı Rekreasyon Faaliyetleri. Türk Coğrafya Dergisi. 2015, 64(1): 39-50.

Samsun, N., Çalışmanın Değişen Anlamı Ve Güncel Durumuna İlişkin Tartışmalar. Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi, 2017, 3(3): 160- 210.

Sarıbaş Ö. Turistlerin Rekreasyon Faaliyetlerine Katılımlarını Etkileyen Unsurlar; Antalya Ve İzmir Örneği. T.C İzmir Kâtip Çelebi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Turizm İşletmeciliği Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2015, İzmir (Danışman: Prof. Dr. Cengiz Demir).

Sevil, T., Şimşek, K.Y., Katırcı, H., Çelik, V.O. ve Çeliksoy, M.A. Boş Zaman ve Rekreasyon Yönetimi. Kocaekşi, S. (Ed.). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları; 2012.

Stebbins, R. A., Unpaid week of love: Defining the work-leisure axis of volunteering, Leisure Studies. 2012: 1-7.

Stebbins, R. A., Right leisure: Seriou, casual, or Project-based?, Neuro-Rehabilitation, 2008, 23: 335-341.

Stebbins, R. A. Serious leisure: A conceptual statement. The Pacific, Sociological Review. 1982, 25(2): 251-272.

Stebbins, R. A. (2007) Serious leisure: A perspective for our time, New Jersey: Transaction Publishers, New Brunswick; 2007.

Şentuna, B. Boş Zamanlar Sosyolojisi, İstanbul Üniversitesi Açık Ve Uzaktan Eğitim Fakültesi, Ders Notu, 2020. (http://auzefkitap.istanbul.edu.tr/kitap/sosyoloji_lisans_ao/bos_zamanlar_sosyolojisi.pdf)

Şimşek, K. Y. Ticari Rekreasyon. İstanbul: Detay Yayıncılık. ???) ISBN 9786052323533.

Talay İ., Kaya F., Belkayalı N. Sosyo-Ekonomik Yapının Rekreasyonel Eğilim ve Talepler Üzerine Etkisi: Bartın Kenti Örneği, Coğrafi Bilimler Dergisi. 2010, 8(2): 147-156.

T.C. Kalkınma Bakanlığı. Onuncu Kalkınma Planı (2014-2018) Yaşlanma Özel İhtisas Komisyonu Raporu 2023. Ankara; 2014.



Tez, Ö., Doğan, Ö., Yavaş, Ö., Erkaya, E., Tavazar, H., ve Güzel, P. Yerel Yönetimlerde Serbest Zaman ve Rekreasyon Hizmetleri (İzmir İli Örneği). *International Journal of Science Culture and Sport*. 2014, special Issue 1:

Tezcan, M. Boş Zamanların Değerlendirilmesi Sorununun Sosyolojik ve Eğitimsel Yönleri. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 1978 11(1): 165-179. (<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/804610>)

Tezcan, M. *Sosyolojiye Giriş Temel Kavramlar*. Ankara: Nadir Kitap; 1993.

Tuncay Ö., Genç H. İ., Genç G. Ö., Baykara C. Cinsiyet Değişkenine Göre Üniversite Öğrencilerinin Boş Zaman Etkinliklerine Katılımlarının Önündeki Engellerin Belirlenmesi. *Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*. 2016, 2(2): 11-19.

Tütüncü, Ö. Rekreasyon ve Rekreasyon Terapisinin Yaşam Kalitesindeki Rolü. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*. 2012, 23 (2): 248-252.

Tıraş, M. Kahramanmaraş'ta Günübirlik Rekreasyon Alanına Bir Örnek: Başkonuş, Doğu Coğrafya Dergisi, 2020, 20: 35-44. https://scholar.google.com/scholar?hl=tr&as_sdt=0%2C5&q=Ba%C5%9Fkonu%C5%9F+yaylas%C4%B1&btnG=

Tribe J. *The Economics of Recreation, Leisure and Tourism*. Oxford, England: Elsevier; 2004.

Uyanık H. N. Yeni Kent Kurgusunda Rekreatif Yeşil Alanlar Ve Parklar Üzerine Sosyolojik Bir Araştırma. T.C. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2016, Konya (Danışman: Yrd. Doç. Dr. Mehmet Ali Aydemir).

Uysal B. Kapitalizm Ve Mekânda Toplumsal Pratiklerin Dönüşümü: Edirne Alipaşa Çarşısı Ve Margi Alışveriş Merkezi Örneği. T.C. Trakya Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Mimarlık Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 2016, Edirne (Danışman: Doç. Dr. Sennur Akansel).

Virden, R.J. *Introduction to Recreation and Leisure*. Champaign: Human Kinetics; 2006.

Verdin, G., Lee, M. E. ve Chavez, D. J. Outdoor Recreation in a Protected Area in Southern Durango, Mexico: Analysis of Local Residents' Perceptions. *Society & Natural Resources: An International Journal*. 2004, 17(10): 897-910.

Yaşlıoğlu M. M. Sosyal Bilimlerde Faktör Analizi ve Geçerlilik: Keşfedici ve Doğrulamalı Faktör Analizlerinin Kullanılması, İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi Dergisi. 2017, 46 (1): 74-85. ISSN: 1303-1732 <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/iuisletme>



Yıldırım, S. Üçüncü Yaş Turizmi Ve Bunun Türkiye Açısından Değerlendirilmesi. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*. 1997, 1(2): 77–81. http://www.anatoliajournal.com/atad/depo/dergiler/Cilt8_Sayi1_Yil1997_1304933555.pdf

Yıldız D., Uzunsakal E. Alan Araştırmalarında Güvenilirlik Testlerinin Karşılaştırılması Ve Tarımsal Veriler Üzerine Bir Uygulama. *Uygulamalı Sosyal Bilimler Dergisi*. 2018, 1: 14-28.

Yılmaz, S., Yılmaz, H. Doğal Kaynakların Sürdürülebilir Kullanımında Ekolojik Planlama ve Erzurum Örneği. *Ekin Dergisi*. 2000, 12: 77-81.

Yılmaz, Ş., Küçüktopuzlu, F. ve Çerez, H. The Recreational Activity Condition and Level of Satisfaction of Individuals in Antalya City. , 9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, Muğla: Nobel Yayın Dağıtım; 2006.



MENİSKOPATİLİ HASTALARDA PATELLAR TENDONUN SHEAR WAVE ELASTOGRAFİ İLE DEĞERLENDİRİLMESİ

Mustafa ALTIN¹, Nazli Gülriz CERİ¹, Ersen ERTEKİN² Engin TAŞTABAN³, Gizem SAKALLI¹ Eda Duygu İPEK¹

¹Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Anatomi Anabilim Dalı, Aydın Türkiye

²Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Radyoloji Anabilim Dalı, Aydın, Türkiye

³Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Fiziksel Tıp Ve Rehabilitasyon Anabilim Dalı, Aydın, Türkiye

Öz

Diz ekleminde meniskopati sonrası eklem biyomekaniği olumsuz etkilenecektir. Diz eklemine stabilitesinde önemli olan ligamentum patella (LP)'yi meniskopati sonrası değerlendirmeyi amaçladık. Çalışmamızda 18-45 yaş arasında olan 36 kişinin, 62 diz menisküs lezyonu olan ve olmayan iki grup oluşturuldu. LP'nin uzunluğunu MRG, kalınlığını ve ekojenitesini ultrasonografi ve elastisitesini de shear wave elastografi ile inceledik. Elde edilen verileri yaş, cinsiyet, vücut kitle indeksi, egzersiz yapma, dominant taraf, sigara ve alkol kullanımı parametreleri ve Görsel analog skala, osteoartrit indeksi (WOMAC) ve uyku kalitesi indeksi (PUKİ) ile değerlendirdik. Kontrol grubumuzda, LP'nin uzunluğu arttıkça elastisitesinin de arttığını, dominant tarafı sağ olanlarda LP sertliğinin daha fazla ve LP'nin erkeklerde daha kalın olduğunu bulduk. Olgu grubumuzda, meniskopatinin görülme oranı erkeklerde daha yüksekti. Alkol kullananlarda LP'nin daha sertti. LP'nin daha kalın olduğu görüldü. Meniskopatili dizde LP'nin kalınlığı artarken uzunluğu ve elastisitesi anlamlı bir şekilde değişmemiştir. LP kalınlığındaki artış hareket ve uykuda ağrıyı arttırmıştır. Yaptığımız çalışma meniskopatili dizde LP'yi SWE ile değerlendiren ön çalışma niteliğindedir.

Anahtar Kelimeler: Articulatio Genu, Ligamentum Patella, Meniskopati, Shear Wave Elastografi



EVALUATION OF THE PATELLAR TENDON WITH SHEAR WAVE ELASTOGRAPHY IN MENISCOPATHY PATIENTS

Abstract

The joint biomechanics will be adversely affected after meniscopathy in the knee joint. We aimed to evaluate the ligamentum patella (LP), which is important in the stability of the knee joint, after meniscopathy. In our study, 62 knees of 36 people between the ages of 18-45 have evaluated. Two groups have formed. We evaluated the length of the LP with MRI, the thickness and echogenicity of the LP with ultrasonography, and the elasticity of the LP with shear wave elastography. The obtained data on demographic information, the use of cigarettes and alcohol parameters and visual analog scale, osteoarthritis index (WOMAC), sleep quality index (PUKI) scores. In our control group, we found that the elasticity of the LP increased as the length of the LP increased, the stiffness of the LP was greater in those with the right dominant side, and the LP was thicker in men. In our case group, the incidence of meniscopathy was higher in males. The LP was found to be harder in alcohol users and LP was thicker. While the thickness of the LP increased in the knee with meniscopathy, its length and elasticity did not change significantly. The increase in LP thickness increased pain during movement and sleep. Our study is a preliminary study evaluating LP with SWE in the knee with meniscopathy.

Keywords: Articulatio Genu, Ligamentum Patella, Meniscopathy, Shear Wave Elastography.

GİRİŞ

Diz eklemi vücudumuzun en büyük ve en fazla yük taşıyan eklemlerinden biridir. (Rodríguez-Merchán, 2013). Hareketli ve kompleks olan Diz eklemine statik dengesini kemik yapılar, kapsül, menisküs ve bağlar üstlenirken dinamik dengesini de tendon ve kaslar sağlar (Standring, 2016).

Diz eklemine dengenin sağlanmasında ve eklem dejenerasyonunun önlenmesinde etkili olan menisküsler, eklemde varus-valgus dengesinde esas sorumlu iken ön arka dengesinde ikincil olarak sorumludurlar (Palastanga ve Soames, 2011). Diz eklemine menisküs lezyonu sık karşılaşılan bir durumdur. Meniskopati sonrası menisküsler normal fonksiyonlarını yapamaz ve diz eklemine biyomekaniği bozulur (Rodríguez-Merchán, 2013).

Bağ ve tendonların elastik özelliklerini değerlendirmede shear wave elastografi (SWE) ultrasonografi'ye (USG) hassasiyet ve doğruluk açısından değer katmıştır. USG erken



tanıda zayıf dejenerasyon derecesinin tanımlanmasında, bağ ve tendon cerrahisi sonrası takip, tedavi ve rehabilitasyonun şekli ve sonuçlarının incelenmesinde yararlı olabilir (Prado-Costa vd., 2018; Zardi vd., 2019).

SWE çeşitli yumuşak dokuların, kasların, tendonların ve bir takım karın içi organlarının da elastikiyetini değerlendiren invaziv olmayan bir yöntemdir. SWE, tanısal USG’de operatör bağımsızlığı, tekrarlanabilirlik ve yapay doku kompresyonları olmaksızın kantitatif değerlendirme avantajlarına sahiptir (Arda vd., 2011).

Diz ekleminde LP’nin biyomekanik açıdan klinik olarak değerlendirilmesi önemlidir. Meniskopatili kişilerde, LP’nin değerlendirilmesi için morfometrisinin iyi bilinmesi dejenerasyonun belirlenmesinde ve tedavisinde değer taşıyacaktır. Bu nedenle çalışmamızda meniskopati sonrası LP’de oluşabilecek değişiklikleri belirlemeyi amaçladık.

MATERYAL ve METHOD

Çalışmamız Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Hastanesi’nde gerçekleştirildi. Diz ağrısı şikâyeti ile başvuran ve hastane bilgi sisteminde son 6 ay içerisinde çekilmiş MRG’ı bulunan, 18-45 yaş arası kişiler değerlendirmeye alındı. Sistemik bir hastalık öyküsü ve alt ekstremitede travma, operasyon veya inflamasyon öyküsü olanlar çalışmaya alınmadı. MRG sonucuna göre, 30 meniskopati tanılı dize sahip olgu grubu ve 32 normal menisküslü dize sahip kontrol grubu oluşturulup LP’leri, USG ve SWE ile değerlendirildi. Çalışmaya katılan hasta ve gönüllülerden sözlü ve yazılı bilgilendirilmiş gönüllü onamları alındı. Çalışmanın Etik Kurul onayı Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulundan 09.11.2017 tarih ve 8 nolu kararı ile alındı.

Çalışmamızda MRG sonucuna göre diz eklemi değerlendirilip çalışma kriterlerine uygun hastalar belirlendi. MR görüntülerinden LP uzunluğu ölçüldü ve LP kalınlığı ve ekojenitesi USG ile değerlendirilirken SWE ile de LP elastisitesi değerlendirildi. MR görüntüleri üzerinden menisküsler incelenip Fu ve arkadaşlarının (Fu vd., 1994) oluşturduğu meniskopati sınıflandırılması baz alınarak derecelendirildi. Bu sınıflamada Grade 0; normal menisküs, Grade 1; menisküsün içinde yüzeye ulaşmayan küresel tarzda sinyal artışı Grade 2; menisküsün içinde yüzeye ulaşmayan lineer tarzda sinyal artışı Grade 3; menisküsün serbest kenarına ulaşan sinyal artışı olarak belirtilmektedir. Kontrol grubu, “grade-0” yani normal menisküslü dizlerden, olgu grubu ise “grade-1”, “grade-2” ve “grade-3” meniskopatili dizlerden oluşturuldu.

Çalışmada Kullanılan Değerlendirme Ölçütleri

Ön değerlendirme formu (yaş, cinsiyet, boy, kilo, meslek, VKİ, dominant taraf, son iki yılda düzenli alkol sigara tüketimi ve egzersiz alışkanlıklarını), ağrının şiddetini belirlemek için Görsel Analog Skala (GAS), Diz ve kalçada ağrı, sertlik ve fiziksel fonksiyonel



durumu değerlendiren Western Ontario McMaster Üniversitesi Osteoartrit İndeksi (WOMAC), Yaşam ve uyku kalitesini değerlendiren Pittsburgh Uyku kalitesi İndeksi (PUKİ) ve M. quadriceps femoris kuvveti ölçümü için manuel kas testi yapıldı.

BULGULAR

Çalışma 20'si (%55,6) kadın, 16'sı (%44,4) erkek olmak üzere toplam 36 gönüllünün 62 dizini kapsamaktadır. Gönüllülerin yaşları 20 ile 45 yıl arasında değişmekte olup, ortalaması 35±8 yıldır. Katılımcıların meniskopati tipine göre, 32'sinde (%51,6) grade-0, 13'ünde (%21) grade-1, 6'sında (%9,7) grade-2, 11'inde (%17,7) grade-3 dağılımına sahipti. Kontrol grubunu grade-0 ve olgu grubunu da grade-1,2,3 olarak ayırdık. Çalışmamızdaki kişilerin yaş, VKİ, cinsiyet, sigara ve alkol kullanımı, egzersiz alışkanlıkları ve dominant taraf ölçümlerinin gruplara göre değerlendirmesi Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Gruplar arası demografik verilerin incelenmesi (¹Student t test, ²Continuity Correction test, *p<0,05)

		Total	Kontrol	Olgu	p
		Ort±SD	Ort±SD	Ort±SD	
Yaş (yıl)		35±8	34±9	35,80±5,95	¹ 0,260
VKİ (kg/m²)		25,84±4,61	24,78±4,67	26,97±4,31	¹ 0,061
		n; %	n; %	n; %	
Cinsiyet	Erkek	26; %41,9	9; %28,1	17; %56,7	² 0,044*
	Kadın	36; %58,1	23; %71,9	13; %43,3	
Sigara	Yok	35; %56,5	17; %53,1	18; %60	² 0,772
	Var	27; %43,5	15; %46,9	12; %40	
Alkol	Yok	50; %80,6	24; %75	26; %86,7	² 0,401
	Var	12; %19,4	8; %25	4; %13,3	
Egzersiz Alışkanlığı	Yok	51; %82,3	28; %87,5	23; %76,7	² 0,433
	Var	11; %17,7	4; %12,5	7; %23,3	
Dominant Taraf	Sağ	51; %82,3	27; %84,4	24; %80	² 0,906



Sol	11; %17,7	5; %15,6	6; %20
-----	-----------	----------	--------

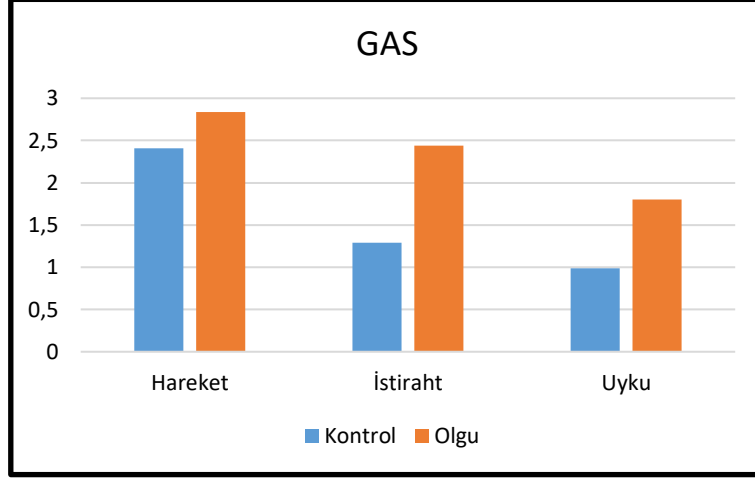
Tablo 1’de sadece cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Alkol ve sigara tüketimi kontrol grubunda fazladır.

Tablo 2. Gruplara göre GAS, WOMAC ve PUKİ skorları değerlendirmesi (Mann Whitney U, *p<0,05)**

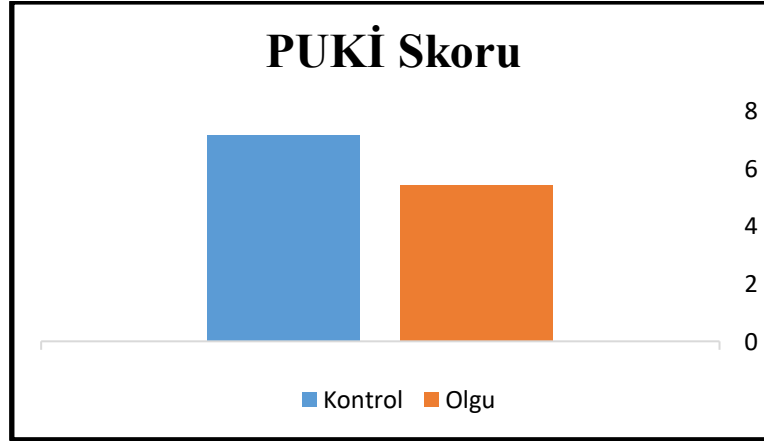
	Total	Kontrol	Olgu	p**
	Ort±SD	Ort±SD	Ort±SD	
GAS-Hareket	2,62±2,36 (2,1)	2,41±2,36 (2)	2,84±2,35 (2,5)	0,309
GAS-İstirahat	1,84±2,33 (0,6)	1,29±1,71 (0,6)	2,44±2,76 (0,8)	0,132
GAS -Uyku	1,59±2,48 (0,3)	0,99±1,88 (0)	2,23±2,88 (0,5)	0,045*
WOMAC-Ağrı	7,47±4,59	7,32±3,72	7,64±5,44	0,932
WOMAC-Sertlik	1,89±1,86	1,59±1,39	2,22±2,24	0,428
WOMAC-Fiziksel Fonksiyon	18,85±13,89	16,59±8,66	21,24±17,73	0,657
WOMAC-Total Skor	28,39±19,40	25,65±11,72	31,31±25,06	0,714
PUKİ Skoru	6,34±2,95	7,16±3,06	5,41±2,55	0,038*

73

Tablo 2’de olgu grubunun GAS-Uyku skoru, kontrol grubundan anlamlı şekilde yüksektir. Olgu grubunda hareket istirahat ve uyku anında GAS skorunun ortalama değeri kontrol grubuna göre yüksektir (Figür 1). Kontrol grubunun Puki skoru olgu grubuna göre yüksektir ve arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır (Figür 2).



Figür 1. GAS skorlarının gruplara göre dağılımı



Figür 2. PUKİ skorlarının gruplara göre dağılımı



Tablo 3. Gruplara göre klinik bulguların değerlendirilmesi (¹Student t test, ²Fisher's Exact test, **p<0,05).

	Total	Kontrol	Olgu	p	
	Ort±SD	Ort±SD	Ort±SD		
LP Uzunluk (mm)	53,07±6,63	52,84±6,59	53,31±6,77	¹ 0,785	
LP sertliği (kPa)	78,01±29,39	74,23±28,74	82,04±30,03	¹ 0,300	
LP Kalınlığı (mm)	3,78±0,52	3,62±0,49	3,97±0,49	¹ 0,005*	
	n; %	n; %	n; %		
Ekojenite	Kalsifiye	1; %1,6	0; %0	1; %3,3	² 0,974
	Normal	61; %98,4	32; %100	29; %96,7	

Tablo 3’de olgu grubunun LP kalınlığı kontrol grubundan yüksektir ve istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Olgu grubunun LP uzunluk ve LP sertlik ortalama değerleri kontrol grubundan yüksektir.



Tablo 4. Olgu ve kontrol gruplarında LP sertliğinin demografik özelliklere göre değerlendirilmesi (¹Student t test, ²r: Pearson Korelasyon Katsayısı, *p<0,05)

		LP sertliği (kPa)			
		Kontrol		Olgu	
		Ort±SD	¹ p	Ort±SD	¹ p
Cinsiyet	Kadın	80,16±28,26	0,061	73,40±24,41	0,172
	Erkek	59,07±25,39		88,65±32,87	
Sigara İçme	Yok	76,50±28,09	0,772	88,89±32,33	0,128
	Var	58,35±32,82		71,77±23,89	
Alkol Kullanım	Yok	69,85±28,26	0,138	76,67±27,31	0,010*
	Var	87,36±27,75		116,97±25,07	
Egzersiz Alışkanlığı	Yok	76,50±28,09	0,244	81,67±32,21	0,906
	Var	58,35±32,38		83,25±23,51	
Dominant Taraf	Sağ	78,97±28,51	0,028*	82,46±31,25	0,833
	Sol	48,64±12,16		80,38±27,15	
		² r		² r	
Yaş (yıl)		-0,253		0,177	
VKİ (kg/m ²)		-0,209		0,129	

Tablo 4’de kontrol grubunda LP sertliği ile dominant taraf seçimi arasında ve olgu grubunda LP sertliği ile alkol kullanımı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. Sağ tarafın LP sertliğinin ortalaması sol tarafa göre anlamlı şekilde yüksektir. Alkol kullananlarda LP sertliğinin ortalaması kullanmayanlara göre daha yüksektir. LP sertliği hem yaş hem VKİ arasında kontrol grubunda negatif zayıf korelasyon, olgu grubunda ise zayıf korelasyon elde edilmiştir.

TARTIŞMA

Diz eklemünde statik dengeyi kemik yapılar, kapsül, menisküs ve bağlar sağlarken dinamik dengeyi de tendon ve kaslar sağlar (Palastanga ve Soames, 2011; Defrate vd., 2007).



Menisküsler, diz ekleminin stabilizasyonunda ve dengesinde önemli rol alırlar. Menisküs lezyonu sık görülen bir patolojidir. Menisküs patolojisi, menisküs fonksiyonunu bozarak diz ekleminde instabiliteye neden olur (Fox vd., 2012, Englund vd., 2008).

45 yaşın üzerinde menisküste dejeneratif değişikliklerin başladığı görülmektedir. Bu kişilerde görülen ağrı ve diğer klinik bulguların menisküs lezyonuna bağlı olup olmadığını ayırt etmenin zor olduğu vurgulanmıştır (Elmalı ve Tuncay, 2018). Bu yüzden çalışmamızda diz ekleminde izole menisküs patolojisinin etkisini belirlemek için yaş aralığını 18-45 yaş olarak sınırlandırdık. Bu kişilerin yaş dağılımları homojendir ve gruplara göre yaşlar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık yoktur.

Makris ve arkadaşları menisküs lezyonları erkeklerde kadınlara oranla daha çok görüldüğünü söylemişlerdir (Makris vd., 2011). Bizim de çalışmamızda meniskopati erkeklerde daha sık (%56,7) görüldü. Ford ve arkadaşları (Ford vd., 2005) menisküs lezyonu bulunan 282 kadın ve 262 erkek ile yaptıkları araştırmada, VKİ'nin yüksek olmasının her iki cinstede menisküs lezyonu görülme riskini arttırdığını belirtmişlerdir. Biz de olgu grubunda VKİ'ni kontrol grubuna göre yüksek olduğunu bulduk. Yoo ve arkadaşları (Yoo vd., 2007). 172 dizi (28 kadın, 135 erkek) değerlendirdiklerinde VKİ ile LP kalınlığı arasında zayıf korelasyon olduğunu belirtmişlerdir. Çalışmamızda, LP kalınlığı ile VKİ arasında kontrol grubunda orta derecede korelasyon, olgu grubunda ise zayıf derecede korelasyon olduğunu bulduk.

Bir çalışmada (Yıldırım, 2007) yaşları 18-50 arası değişen 60 (20 kişi grade-2, 20 kişi grade-3, 20 kişi de sağlıklı gönüllü) kişide, meniskopatının denge ve düşme üzerine etkisini incelemiştir. Çalışmada ağrıyı GAS ile değerlendirmiştir ve olgu grubunun (grade-2 ve grade-3) ağrı skorunu kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek bulmuştur. Biz ağrıyı hareket, istirahat ve uyku esnasında olmak üzere üç durum için GAS ile belirledik. Çalışmamızda sadece olgu grubunun GAS-uyku skorunun anlamlı şekilde yüksek olduğunu saptadık. Yine aynı çalışmada (Yıldırım, 2007) meniskopatının eklem fonksiyonelliğine etkisini WOMAC ile değerlendirmiştir. Çalışma sonucunda grade-3 meniskopatili hastalarda WOMAC toplam skorları ile WOMAC ağrı ve sertlik alt skorlarının kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek olduğunu belirtmiştir. Grade-2 meniskopatili hastalarda ise WOMAC sertlik ve WOMAC toplam skorlarını kontrol grubuna göre anlamlı derecede yüksek bulmuştur. Çalışmamızda WOMAC toplam skoru ve tüm alt skorlarında gruplar arasında anlamlı bir fark bulamadık. Ayrıca LP elastisitesi ile WOMAC total ve tüm alt skorları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktu.

Uyku kalitesini PUKİ ile değerlendirdiğimizde, kontrol grubunun PUKİ skorunu olgu grubundan daha yüksek bulduk. Ayrıca LP elastisitesi ile PUKİ skorları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki bulamadık. Çalışmamızda PUKİ skorları; kontrol grubunda



7,16±3,06, olgu grubunda da 5,41±2,55 olarak elde ettik. PUKİ skorlamasında 5 üzeri değerlerin kötü uyku kalitesi olduğu belirtilmektedir (Buysse vd., 1984). Çalışmamızdaki sağlıklı kişilerin uyku kalitesinin kötü olmasının nedeninin meniskopatiden bağımsız olarak dize aşırı yüklenilerek yapılan aktivitelerden kaynaklanabileceğini düşünüyoruz.

Park ve Kwon (Park ve Kwon, 2011) yaptıkları çalışmada USG tabanlı elastografi'nin dokunun elastikiyeti hakkında bilgi verdiğini belirtmiştir. USE'nin dokunun biyomekaniğini ve patofizyolojisini anlamak için olarak kullanılabilirliğini bildirmiştir. Travmalarda bağ ve tendonun biyomekanik özelliklerinin bilinmesi oluşan hasarın tanı ve tedavisinde gereklidir. Roberts ve arkadaşları (Roberts vd., 1999) LP kalınlığını belirlerken USG'nin iyi bir yöntem olduğunu, ancak LP'nin genişliği ve uzunluğunu belirlemek için yeterli olmadığını bildirmişlerdir. Bu yüzden çalışmamızda LP uzunluğunu MRG ile değerlendirirken LP kalınlığını ve ekojenitesini USG, LP elastikiyetini de SWE ile değerlendirdik.

Petrescu ve arkadaşları (Petrescu vd., 2016) yaptıkları çalışmada, 80 (29 kadın, 11 erkek) aşıl tendonunu USG ve SWE ile değerlendirmişlerdir. Elde edilen verileri, yaş, VKİ ve spor pratiği açısından kıyaslamış ve çalışma sonucunda aşıl tendon elastisitesi ile spor pratiği, yaş ve VKİ arasında sadece erkeklerde ve sağ tarafta anlamlı bir ilişki bulmuşlardır. Biz LP elastisitesi ile yaş, VKİ ve egzersiz yapma arasında bir ilişki bulamadık.

Hardy ve arkadaşları (Hardy, 2017) LP'nin SWE ile elastisitesini diz eklemi semi-fleksiyonda (30°) iken ortalama 137,5±50,7 kPa olarak bulmuştur. Çalışmalarında bulunan değerlerin daha önce tendo calcaneus ve m. triceps brachii tendonunda yapılan araştırmalarla uyumlu olduğunu belirtmişlerdir. Biz ise LP'nin SWE ile elastisitesini diz eklemi semi-fleksiyon (30°)'da iken kontrol grubunda 74,23±28,74 kPa, olgu grubunda 82,04±30,03 kPa olarak elde ettik. Kontrol ve olgu grubumuzdaki değerler diğer çalışmaya göre oldukça düşüktür. Bu yüzden LP'nin elastisite değerlerinin standartize edilebilmesi için daha çok çalışmaya ihtiyaç olduğunu düşünüyoruz.

Hsiao ve arkadaşları (Hsiao vd., 2015) yaşlanmanın LP elastikiyeti üzerindeki etkisini SWE ile değerlendirmişlerdir. Üç farklı yaş grubundan (grup-1: 20-30 yıl, grup-2: 40-50 yıl, grup-3: 60-70 yıl) 62 kişi katılmıştır. Çalışmada grup 3'te LP'nin elastisitesini anlamlı derecede düşük bulmuşlardır. Wakker ve arkadaşları (Wakker vd., 2018) aşıl tendonunun elastografik özelliklerini değerlendirdiği çalışmada yaş ile elastisite değerleri arasında anlamlı ilişki bulamamışlardır. Çalışmamızda hem olgu hem kontrol grubunda yaş ve VKİ ile LP elastisitesi arasında zayıf korelasyon olduğunu bulduk.

Ağladioğlu ve arkadaşları (Ağladioğlu vb., 2016) sigara kullanımının LP ve aşıl tendonu üzerindeki etkisini USG ve elastografi ile araştırdıklarında sigara kullananlarda bu iki tendonun elastisitesinin azaldığını ve daha sert olduğunu belirtmişlerdir. Biz ise sigara



kullananlarda LP'nin elastisitesi değişmediğini bulduk. Wakker ve arkadaşları (Wakker vd., 2018) aşıl tendonunun elastografik özelliklerini standartlaştırmak için aşıl tendon elastisitesini değerlendirmişlerdir. Çalışmalarına 18 yaş üzeri 182 sağlıklı gönüllü kişi katılmıştır. Aşıl tendonunun kalınlık ve elastisite ölçümleri ile sigara ve alkol kullanımı arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Çalışmamızda sadece olgu grubunda alkol kullanımı ile LP elastisitesi arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulduk. Alkol kullanan meniskopatili kişilerde LP'ni daha sert olduğu sonucuna vardık. Alkol kullanımının LP elastisitesini etkileyebileceğini düşünürüz.

Chiu ve arkadaşları (Chiu vd., 2016) SWE ile dominant ve dominant olmayan bacaklarda aşıl tendon sertliğini ve statik germenin bu tendon üzerindeki etkisi üzerine çalışmışlardır. Sonuçta germe öncesi dominant taraf sertliğini dominant olmayan tarafa göre anlamlı şekilde yüksek bulmuşlardır. Statik germe sonrası, tendon sertliğinin dominant olmayan tarafta anlamlı bir artış gösterdiğini, dominant tarafta ise göstermediğini belirtmişlerdir. Özcan ve arkadaşları (Özcan vd., 2016) elastografi ile 35 normal kişinin ve 39 profesyonel atletin m. quadriceps femoris tendonunu ve LP'yi elastikiyetleri açısından değerlendirmişlerdir. Çalışma sonucunda her iki grupta dominant ve dominant olmayan taraflar arasında anlamlı fark bulmamışlardır. Biz de LP sertliğini dominant taraf açısından kıyasladığımızda sadece kontrol grubunda dominant tarafı sağ olanların LP'sinin daha sert olduğunu bulduk.

Literatürde LP'nin MRG, USG ve SWE ile incelendiği çok sayıda çalışma olmasına rağmen (Yoo vd., 2007; Taş vd., 2017) izole meniskopatinin LP'nin kalınlığı ve elastikiyeti üzerindeki etkisini araştıran çalışmalar sınırlıdır. Tek taraflı meniskopatisi olan kişilerde LP elastisitesinin sağlam taraf ile karşılaştırılarak klinik açıdan standardize edilmesinin ve meniskopatinin her evresi için ayrı ayrı değerlendirilmesinin literatüre katkı sağlayacağı düşüncesindeyiz.

KAYNAKÇA

Ağladıoğlu, K., Akkaya, N., Güngör, H.R., Akkaya, S., Ök, N., Özçakar, L. (2016). Effects of cigarette smoking on elastographic strain ratio measurements of patellar and Achilles tendons. *Journal of Ultrasound Medicine*, 35(11), 2431-2438.

Arda, K., Ciledag, N., Aktas, E., Aribas, B.K., Köse, K., (2011). Quantitative assessment of normal soft-tissue elasticity using shear-wave ultrasound elastography. *American Journal of Roentgenology*, 197, 532-536.

Buyse, D.J., Reynolds III, C.F., Monk, T.H., Berman, S.R., Kupfer, D.J. (1989). The Pittsburgh Sleep Quality Index: a new instrument for psychiatric practice and research. *Psychiatry research*, 28(2), 193-213.



Chiu, T.C., Ngo, H.C., Lau, L.W., Leung, K.W., Lo, M.H., Yu, H.F., Ying, M. (2016). An investigation of the immediate effect of static stretching on the morphology and stiffness of achilles tendon in dominant and non-dominant legs. *PLoS One*, 11(4), 1-9.

Defrate, L.E., Nha, K.W., Papannagari, R., Moses, J.M., Gill, T.J., Li, G. (2007). The biomechanical function of the patellar tendon during in-vivo weight-bearing flexion. *Journal of biomechanics*, 40(8), 1716-1722.

Elmalı, N., Tuncay, İ. (2018). Dejeneratif menisküs yırtıkları. *Türk Ortopedi ve Travmatoloji Birliği Derneği Dergisi*, 17, 134-140.

Englund, M., Guermazi, A., Gale, D., Hunter, D.J., Aliabadi, P., Clancy, M., Felson, D.T. (2008). Incidental meniscal findings on knee MRI in middle-aged and elderly persons. *The New England Journal of Medicine*, 359(11), 1108-1115.

Ford, G.M., Hegmann, K.T., White, G.L. Jr, Holmes, E.B. (2005). Associations of body mass index with meniscal tears. *American Journal of Preventive Medicine*, 28(4), 364-368.

Fox AJS, Bedi A, Rodeo SA. The Basic Science of Human Knee Menisci Sports Health. *Sports Health* 2012, 4(4), 340-351.

Fu, F.H., Harner, C.D., Johnson, D.L., Miller, M.D., Woo, S.L. (1994). Biomechanics of knee ligaments: basic concepts and clinical application. *Instructional Course Lectures*, 43, 137-48.

Hardy, A., Rodaix, C., Vergari, C., Vialle, R. (2017). Normal Range of Patellar Tendon Elasticity Using the Shear Wave Elastography Technique: An In Vivo Study in Normal Volunteers. *Surgical Technology International*, 31, 227-230.

Hsiao, M.Y., Chen, Y.C., Lin, C.Y., Chen, W.S., Wang, T.G. (2015). Reduced patellar tendon elasticity with aging: in vivo assessment by shear wave elastography. *Ultrasound in Medicine and Biology*, 41(11), 2899-2905.

Makris, E.A., Hadidi, P., Athanasiou, K.A. (2011). The knee meniscus: structure-function, pathophysiology, current repair techniques, and prospects for regeneration. *Biomaterials*, 32(30), 7411-7431.

Özcan, A.N., Tan, S., Tangal, N.G., Cıracı, S., Kudas, S., Bektaser, S.B., Arslan, H. (2016). Real-time sonoelastography of the patellar and quadriceps tendons: pattern description in professional athletes and healthy volunteers. *Medical Ultrasonography*, 18(3), 299-304.



- Palastanga, N., Soames, R. (2011). *Anatomy and human movement, structure and function with Pageburst access, 6: anatomy and human movement*. Elsevier Health Sciences.
- Park, G.Y., Kwon, D.R. (2011). Application of real-time sonoelastography in musculoskeletal diseases related to physical medicine and rehabilitation. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, 90(11), 875-886.
- Petrescu, P.H., Izvernariu, D.A., Iancu, C., Dinu, G.O., Crişan, D., Popescu, S.A., Şirli, R.L., Nistor, B.M., RăuŢia, I.C., Lăzureanu, D.C., Dema, S., Prejbeanu, I.R., Sporea, I. (2016). Evaluation of normal and pathological Achilles tendon by real-time shear wave elastography. *Romanian Journal of Morphology and Embryology*, 57(2), 785-790.
- Prado-Costa, R., Rebelo, J., Monteiro-Barroso, J., Preto, A.S. (2018). Ultrasound elastography: compression elastography and shear-wave elastography in the assessment of tendon injury. *Insights into imaging*, 9(5), 791-814.
- Rodríguez-Merchán, E.C. (Ed.). (2013). *Traumatic injuries of the knee*. Springer Science & Business Media. 87-94
- Roberts, C.S., King, D.H., Goldsmith L.J. (1999). A statistical analysis of the accuracy of sonography of the patellar tendon. *Arthroscopy*, 15(4), 388-391.
- Standring S. (2016). *Gray's anatomy: the anatomical basis of clinical practice*. İçinde: *Pelvic Girdle and Lower Limb*. 41th edition. Elsevier Health Sciences, 1316-1376.
- Taş, S., Onur, M.R., Yılmaz, S., Soylu, A.R., Korkusuz, F. (2017). Shear wave elastography is a reliable and repeatable method for measuring the elastic modulus of the rectus femoris muscle and patellar tendon. *Journal of Ultrasound Medicine*, 36(3), 565-570.
- Wakker, J., Kratzer, W., Graeter, T., Schmidberger, J. (2018). Elasticity standard values of the Achilles tendon assessed with acoustic radiation force impulse elastography on healthy volunteers: a cross section study. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 19, 139.
- Yıldırım, Z. (2007). *Artroskopik menisektomi sonuçlarının vücut ağırlığı ile bağıntısı*. Uzmanlık Tezi, Göztepe Eğitim ve Araştırma Hastanesi.
- Yoo, J.H., Yi, S.R., Kim, J.H. (2007). The geometry of patella and patellar tendon measured on knee MRI. *Surgical and Radiologic Anatomy*, 29(8), 623-8.
- Zardi, E.M., Franceschetti, E., Giorgi, C., Palumbo, A., Franceschi, F. (2019). Reliability of quantitative point shear-wave ultrasound elastography on vastus medialis muscle and quadriceps and patellar tendons. *Medical Ultrasonography*, 21(1), 50-55.



SPOR KULÜBÜ YÖNETİCİLERİNİN AÇIK LİDERLİK ÖZELLİKLERİNİN BELİRLENMESİ

Yusuf TAZE¹ - Selçuk Bora ÇAVUŞOĞLU²

¹*İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yönetim Bilimleri Anabilim Dalı, Doktora Öğrencisi, İstanbul/Türkiye*

²*İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul/Türkiye*

Öz

Bu araştırmanın amacı, İstanbul ili Beylikdüzü ilçesinde bulunan Spor Kulüplerinde yöneticilik yapan 10'u (%16,4) kadın, 51'i (%83,6) erkek yöneticinin sosyal medya temelli "Açık Liderlik" özelliklerinin belirlenmesidir. Polat ve Arabacı (2016) tarafından geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak geliştirilen "Açık Liderlik Ölçeği" Likert tipi ölçme aracı olup ölçek ,23 madde ve 3 alt boyuttan (GKSP: Gücün Kabulü ve Sürekli Paylaşım; MDHV: Merakı Destekleme ve Hesap Verebilirlik; SAEK: Sosyal Ağların Etkin Kullanımı) oluşmaktadır. Toplamda 23 sorudan oluşan çalışma, yüz yüze nicel olarak spor kulübü yöneticilerine uygulanmış ve demografik özellikler (cinsiyet, öğrenim durumu, eğitim durumu) ile karşılaştırılmıştır. Cinsiyet değişkeni açısından Açık Liderlik ölçeği incelendiğinde GKSP, MHDV ve SAEK alt boyutlarında kadın ve erkek yöneticiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Öğrenim durumu değişkeni (%63,9'u ön lisans-lisans, %26,2'si lise, %6,6'sı yüksek lisans, %3,3'ü ortaokul mezunu) açısından Açık Liderlik ölçeği incelendiğinde GKSP, MHDV ve SAEK alt boyutlarında yöneticiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Gelir durumu (%73,8'I 1-10000 TL gelir durumuna sahip iken, %26,2'si 10001-20000 TL) değişkeni açısından Açık Liderlik ölçeği incelendiğinde GKSP, MHDV ve SAEK alt boyutlarında yöneticiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Anahtar Kelimeler: Yönetici, Spor, Spor Kulüpleri



DETERMINING OPEN LEADERSHIP CHARACTERISTICS OF SPORTS CLUB MANAGERS

Abstract

The purpose of this research is to determine the social media-based "Open Leadership" characteristics of 10 (16.4%) female and 51 (83.6%) male managers who are managers of Sports Clubs located in Beylikdüzü district of Istanbul province. Developed by Polat and Arabacı (2016) as a valid and reliable measuring tool, the "Open Leadership Scale" is a Likert-type measurement tool, consisting of 23 items and 3 sub-dimensions (APCS: Acceptance of Power and Continuous Sharing; SCA: Supporting Curiosity and Accountability; EUSN: Effective Use of Social Networks). The study, consisting of 23 questions in total, was applied to sports club managers face to face, and then compared with the variables of demographic characteristics: gender, educational status and educational status. When the Open Leadership Scale was examined in terms of gender variability, no statistically significant difference was found between male and female managers in the sub-dimensions of APCS, SCA and EUSN. When the Open Leadership scale is examined in terms of educational status variability, (63.9% associate degree-bachelor degree, 26.2% high school degree, 6.6% post-graduate degree, 3.3% secondary school degree), in the sub-dimensions of APCS, SCA and EUSN, no statistically significant difference was found among managers. When the Open Leadership scale was examined in terms of income status (73.8% had 1-10000 TL income status, 26.2% 10001-20000 TL), no statistically significant difference was found among the managers in the sub-dimensions of APCS, SCA and EUSN.

Key Words: Manager, Sports, Sports Clubs

1. GİRİŞ

Günümüzde toplumlar sürekli değişim yaşamaktadır. Her değişim kendine has kuralları beraberinde getirmektedir. Toplumun gerek resmi gerekse özel örgütleri, değişen bu kuralların etkisi altında kalmaktadır. Farklı anlamda ise değişim, örgütler için yeni bir düzen ve ortamın oluşmasını tetiklemiştir (Polat,2015).

Liderlik kavramı, ilk çağlardan günümüze kadar yönetimin yer aldığı her alanda çok farklı tanımlamalar ile açıklanmaya çalışılsa da her çağda önemini koruyan bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Lider ve liderlik kavramlarının geçmişi çok eskilere dayansa da



bilimsel anlamda çalışmalar bu yüzyılda ele alınmaya başlanmıştır (Coşar, 2011). Liderlik, kişilerin ve toplumların hedeflerini gerçekleştirmek üzere faaliyetlere etki etmesi ve bireyleri yönlendirmesi süreci olarak tanımlanır. Dolayısı ile liderlik kavramı, liderin gerçekleştirmiş olduğu ve gerçekleştirmeyi düşündüğü işleri kapsayan bir süreçtir. Lider ise çalışanlara, bağlı buldukları örgütün hedefleri veya amaçları doğrultusunda yön veren kişidir (Koçel, 2001).

Liderliğin kesin bir tanımını yapmak oldukça zordur. Liderlik; evrensel, beşerî ve sosyal bir olgudur. Liderlik; insanın olduğu ve örgütlerin olduğu her yerde, her zaman söz konusu olan bir kavramdır (Şahin ve Ark 2004). Liderlik kavramı, yönetim bilimi, örgütsel davranış ve işletme yönetimi alanında çalışma yapan bilim adamlarının çok yoğun olarak çalıştıkları bir konu olmuştur. (Çelik 2000).

Yapılan araştırmalarda liderliğin tanımı genellikle liderlerin sahip oldukları perspektiflere, ilgi alanlarına ve önemli saydıkları olgulara göre yapılmıştır. Stodgill'in yaptığı kapsamlı araştırmada "liderliğin tanımını yapan insan kadar liderliğin tanımının da önemli olduğu" belirtilmiştir. Yine liderlik üzerine çalışmalar yapan Bass'ın savunduğu görüşe göre 1990'da liderlik üzerine 750'nin üzerinde liderlikle ilgili çalışmanın yapılmış olduğu belirtilmiştir (Montgomery 2000). Her geçen gün liderlik üzerine birçok araştırma ve çalışmalar yapılmaktadır. Bu çalışmalara her geçen gün yenilerinin de eklendiğini dikkate aldığımızda, bilimsel literatür de liderlik üzerinde yapılan çok fazla araştırma ve çalışma olduğunu görmekteyiz. Yapılan bu çalışmalarda, liderlerin kişisel özelliklere ve önemli gördükleri bulgulara göre tanımlandığı görülmektedir (Zel 2006).

Çelik (2000)'e göre liderlik türlerine göre liderliğin özellikleri incelendiğinde liderlik türlerinin temelinde bir ya da birkaç liderlik kuramı temeline dayandığı söylenebilir. Bu açıdan değerlendirdiğimizde "Açık Liderlik" in de temel dayanağının enformasyon kuramı temelindeki ağ kuramına dayandığı söylenebilir. Bunun yanında açık liderlik, liderlik kuramları içerisinde en başta duyumsallık kuramları olmakla beraber birçok farklı liderlik kuramından etkilenmektedir (Polat, 2015).

2. KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Günümüz çağı değişim ve gelişim çağıdır. Değişimler de kendi kurallarıyla beraber gelir. Polat (2015)'a göre değişim sonucunda örgütlerde yeni bir düzen ve ortam oluşur. Sürekli bir gelişim ve değişim halinde olan örgütlerin de ayakta kalabilmeleri oldukça zorlaşmaktadır. Değişimler daha çok liderlerle birlikte gerçekleşir. Liderlik, örgütü birlikte harekete geçirme sanatıdır. Liderler, örgütteki bağlılık kültürünü oluşturarak örgütte değişimleri yöneten ve gerçekleştirmek için en çok mücadele eden kişilerdir. Bu faaliyetleri gerçekleştirirken de bir kısmı sonradan öğrendiği, bir kısmı da yaradılışında var olan özelliklerini kullanarak örgütü yönetmeye çalışır.



Açık liderler, çalışanları ile yaptıkları bütün faaliyetlerde güven duygusu temeline dayanan farklı türde ilişki ağları kurmaya ve hedeflerinin gerçekleştirilmesi sürecinde sosyal ağ teknolojilerini aktif bir şekilde kullanmaya yönelik davranışları geliştirmeye yönelik faaliyetleri ilke edinirler (Polat, 2015). Açık liderlerde bir takım farklı özelliklerin bulunması beklenir. Can(2018)'a göre bu özellikler örgütlerde güven duygusunun gelişmesine katkı sağlama, bunu yaparken de sürekli sosyal ağ paylaşımlarıyla desteklemenin önemini vurgulayarak ve destek vererek, bir hesap verebilirlik düşüncesi gütmeye, her türlü merak ve alçakgönüllülüğü teşvik ederek gerektiğinde başarılı olunamadığında da bu durumu bağışlama özellikleri, yöneticiyi daha etkili ve güncel tutacağı söylenebilir.

21.yy. kapsamında örgütler için önemli olan kişiler arası ilişki süreci, teknolojik gelişmeler neticesinde bir değişim geçirmiştir. Yeni tanımlamalara bakılacak olursa:

İzlemek: Çevresel iletişim sürecinde özellikle sosyal ağlar üzerinden bir tür bilginin paylaşıldığı, hemen hemen her konuda bilgi takibinin kolaylıkla yapıldığı görülmektedir.

Paylaşmak: İnsan ilişkilerinin ve iletişimin artması, bilginin paylaşılmasını kolaylaştırmış ve arttırmıştır. İnsanlar sosyal ağlar sayesinde bilginin paylaşım sürecini iyice yaygınlaştırmıştır.

Yorum Yapmak: İnsanlar, sosyal ağlardan birçok farklı konu hakkında fikir yürütmekte ve yorum yapmaktadırlar. Herkesin kendi düşüncesini belirtmesinin yanı sıra, farklı görüşten fikirler de ortaya çıkabilmektedir.

Üretmek: Daha önceden yapılan yorumların, paylaşımların, sorunların veya yanlış bir bilginin düzeltilmesi açısından faydalı olmasıdır.

Organize Etmek ve Denetlemek: İnsanlar, mevcut ürünlerin verimliliğini artırmak için önceki paylaşım yaptığı topluluklardan ayrılarak yeni gruplar ya da topluluklar oluştururlar. Ancak, yeni oluşan bu grupların takibini yapmak gerekir. Grupların süreçler açısından yeniden tanımlanması gerekmektedir. Bu tanımlamalara ilişkin yeni tanımları ise yeni bir ilişki sıralaması içerisinde değerlendirmek mümkündür (Li, 2011).

Uçar (2015)'a göre ise açık liderlik, uzmanlıkların paydaşlara paylaşıldığı bir kurum kültürünün oluştuğu ve örgüt üyelerinin etkin katılımı neticesinde var olan bir yönetim sürecidir. Li'ye Göre Açık Liderden Beklenen Özellikler:

a) Örgütte Çalışanların Gücünü Kabul Etme: Açık olarak tanımlanabilecek liderler yaşanabilecek tüm süreçlerde örgüt üyeleri ya da hizmet sunulan örgüt paydaşlarının bir potansiyelinin bulunduğunu benimserler.

b) Güven Geliştirmek Adına Sürekli Paylaşımda Bulunma: Açık olarak tanımlanabilecek liderler sanal ve yüz yüze gerçekleşebilecek ortamlarda güven veren eylem ve davranışlar



içerisinde olduklarında ve bunlara medya ve teknolojilerle takviyede bulduklarında yeni ilişkiler artacak ve bunun sonucunda örgütte doğal olarak güven ortamı sağlanabilecektir.

C) Merakı ve Alçak Gönüllülüğü Desteklemek: Açık olarak tanımlanabilecek liderler örgüt mensuplarının yaptıklarıyla ya da yapabildikleri şeyler için örgüt mensuplarınca niçin önemli olduğunu sorgulayabilme potansiyeline sahip olmalıdır. Liderler, örgüt mensuplarından da öğrenilecek birçok şeyin olabileceğini unutmamalıdır.

D) Açıklığın Hesap Verebilirliğe Dayandırılması: Açık olarak tanımlanabilecek liderler, örgütte gerçekleşen olaylarla ilgili olarak mensuplarına yorumda bulunma ortamı sağlarlar, ancak bu durumu fırsat sayarak kötü niyetli kullanma eğiliminde olan örgüt mensupları, bu davranışlarının sonucunda yaşanabilecek olumsuzlukların sonuçlarının farkında olmaları ve yaşayabilecekleri olumsuz durumun sonuçlarına katlanmaları gerektiğini bilmeleri gerekir.

E) Başarısızlıkları Bağışlamak: Başarısızlık durumlarında bu başarısızlığı kabullenerek sineye çekmek anlamında algılanmamakla birlikte, tam aksine öz eleştiri yaparak nereden ve nasıl hata yapıldığının anlaşılmasıdır.

Örgütlerde örgüt mensuplarınca belirlenmiş hedefler ile onlar tarafından oluşturulmuş olan normlar bulunmaktadır. Belirlenen hedefler ve sosyolojik yapıların işleyişi adına birtakım farklı görüşler, ihtilaf durumları da örgütlerde ortaya çıkabilmektedir. Bazı durumlarda bu anlaşmazlık unsurları hedeflere ulaşılması istenen yollarla ilgili olabileceği gibi bazı durumlarda da güce ve iktidara sahip olma adına gerçekleşebilmektedir. Bu durumlarda örgütlerde örgütsel muhalefet davranışı ortaya çıkmaktadır. Dijitalleşen dünyada gerekli olduğu düşünülen liderlik türlerinin teknolojik liderlik, açık liderlik, dijital liderlik ve demokratik liderlik türleri olduğu ve öğretmen görüşlerine göre de (%87) açık liderliğin diğer liderlik tarzları arasında ön plana çıkan bir liderlik tarzı olduğu görülmektedir (Debeş, 2018).

3. BULGU ve TARTIŞMALAR

3.1. Araştırma Amacı ve Yöntemi

Polat ve Arabacı (2014) tarafından yapılan “Liderliğin Kısa Tarihi ve Açık Liderlik” başlıklı çalışmada, liderliğin geçmişten beri üzerinde konuşulduğu ancak nesnel bir tanımının henüz yapılmadığı bir kavram olduğundan bahsedilmiştir. Liderliğin zamanın her anında güncelliğini koruması dolayısıyla sürekli araştırma alanı içerisinde tutulmuş ve farklı liderlik teorilerinin gelişmesine yardımcı olmuştur. Günümüze yaklaştıkça gelişmeler ve ilerlemeler, liderlik ile ilgili yeni yaklaşımların ortaya çıktığından bahsedilmiştir. Liderlik alan yazını taranarak konuya ilişkin elde edilen bilgiler ile günümüze dair



birtakım değerlendirmeler yapılmıştır. Açıklık; bir inanç biçimi veya felsefe olmayıp aksine iyi bir biçimde düşünülüp planlanmış, önemli bir strateji biçimi ve liderlik yaklaşımı olarak düşünülebilir (Li, 2011, S.14).

İnsanlar örgüt içerisinde gücünü kabul ettiği, paylaşımında bulunabileceği, merakını giderip örgütte gerçekleştirilen işlemlerle ilgili olarak yaptığı için arkasında durabilen ve bunları yaparken de sosyal ağları etkin bir şekilde kullanarak örgüt mensuplarıyla iletişim kurabilen liderleri örgütlerinde görmek istemektedirler. Bu noktada liderliğe yeni bir bakış açısı kazandıran “Açık Liderlik” günümüzde kişiler arası ilişkilerin değişmiş olduğunu bu sebeple de bu durumun iyi anlaşılması gerektiğine yaptığı vurguda bulunan bir liderlik tarzı olarak ortaya çıkmaktadır (Polat ve Arabacı, 2014). Liderlik vasıflarına sahip spor kulübü yöneticilerinin ve bu davranışları spor kulüplerinde sergilemek, sporun gelişmesinin etki alanında bulunan antrenör, personel, sporcu ve bütün paydaşlar açısından oldukça önemlidir.

Açık Liderlik, yeni bir liderlik anlayışı olması nedeniyle gerek yurt içinde gerek yurt dışında gerçekleştirilen çalışmalar çok sınırlıdır (Polat, 2014; Uçar, 2015; Caz, 2018) Açık Liderlik ile sosyal ağların etkin kullanımı ve “Sinizm” ilişkisine yönelik çalışmalar gerçekleştirilmiş fakat Spor Kulüplerinde görev yapan yöneticilerin açık liderlik düzeylerini belirlemeye ve sosyal ağların etkin kullanımına yönelik olarak araştırmaya rastlanılmamıştır. Bu yönü ile gerçekleştirilecek olan bu çalışma, açık liderlik ile ilgili yürütülen çalışmaların ilklerinden olabilecektir. Bu yönü ile de bu çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Yöntem kısmında Polat ve Arabacı (2016) tarafından Geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olarak geliştirilen ‘Açık Liderlik Ölçeği’ Likert tipi ölçme aracı olup ölçek 23 madde ve 3 alt boyuttan (GKSP: Gücün Kabulü ve Sürekli Paylaşım; MDHV: Merakı Destekleme ve Hesap Verebilirlik; SAEK: Sosyal Ağların Etkin Kullanımı) toplamda 23 sorudan oluşmaktadır. Bu çalışmada 23 sorudan oluşan açık liderlik ölçeği, İstanbul ili Beylikdüzü ilçesinde bulunan spor kulüplerinin 61 tane yöneticisine yüz yüze uygulanmıştır.



3.2. Bulgular

Tablo 1.Çalışma grubunun özellikleri

	N	%
Cinsiyet		
Kadın	10	16,4
Erkek	51	83,6
Öğrenim Durumu		
Ortaokul	2	3,3
Lise	16	26,2
Ön Lisans-Lisans	39	63,9
Yüksek Lisans	4	6,6
Gelir Durumu		
1-10000	45	73,8
10001-20000	16	26,2

Çalışma grubunun %83,6'sını erkekler, %16,4'ünü kadınlar oluşturmaktadır. Öğrenim durumlarında ise %63,9'u ön lisans-lisans, %26,2'si lise, %6,6'sı yüksek lisans, %3,3'ü ortaokul mezunudur. Ayrıca, çalışma grubunun %73,8'i 1-10000 TL gelir durumuna sahip iken, %26,2'si 10001-20000 TL gelir durumuna sahiptir.



Tablo 2.Cinsiyete yönelik yapılan t-testi sonuçları

		Ortalama	T	P
GKSP	Kadın	4,3500	,963	,339
	Erkek	4,1863		
MDHV	Kadın	4,2889	,127	,899
	Erkek	4,2702		
SAEK	Kadın	4,2750	,179	,858
	ERkek	4,2451		

Açık liderlik ölçeğine ait 3 faktörün cinsiyete göre farklılaşma olup olmadığına bakıldığında, t-testi analizi sonucunda faktörlerde anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır.

Tablo 3.Öğrenim durumuna yönelik yapılan ANOVA sonuçları

		ortalama	F	P
GKSP	Ortaokul	4,5000	,408	,748
	Lise	4,1719		
	Ön Lisans-Lisans	4,1987		
	Yüksek- Lisans	4,3750		
MDHV	Ortaokul	4,5000	1,766	,164
	Lise	4,1667		
	Ön lisans-Lisans	4,2650		
	Yüksek Lisans	4,6667		



SAEK	Ortaokul	4,2500	,507	,679
	Lise	4,1406		
	Ön Lisans	4,2756		
	Yüksek Lisans	4,4375		

Açık liderlik ölçeğine ait 3 faktörün öğrenim durumuna göre farklılaşma olup olmadığına ANOVA testi ile bakıldığında analiz sonucunda faktörlerde anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır.

Tablo 4. Gelir durumuna yönelik yapılan ANOVA sonuçları

		Ortalama	F	P
GKSP	1-10000	4,2222	,058	,810
	10001-20000	4,1875		
MDHV	1-10000	4,2469	,665	,418
	10001-20000	4,3472		
SAEK	1-10000	4,2722	,366	,548
	10001-20000	4,1875		

Açık liderlik ölçeğine ait 3 faktörün gelir durumuna göre farklılaşma olup olmadığına yönelik yapılan ANOVA testi sonucunda faktörlerde anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır.

4. SONUÇ ve ÖNERİLER

21.yy. kapsamında örgütler için önemli olan kişiler arası ilişki süreci, teknolojik gelişmeler sonucu bir değişim içerisinde. Bu bağlamda insanlar arası ilişkileri içerisinde yer bulduğu kabul gören izlemek, paylaşmak, üretmek, organize etmek ve denetlemek kav-



ramlarının örgütsel perspektif açısından yeniden tanımlanması gerekmektedir. Bu kavramlara yönelik yeni tanımlamaları ise giderek artan bir ilişki süreci olarak değerlendirmek mümkündür (Li, 2010).

Günümüzde teknolojik gelişmeler iletişim şeklimizi de çok fazla etkilemektedir. Özellikle örgütlerdeki liderler, örgütleri yönetirken günün koşullarından yararlanmak zorunda kalmaktadırlar. Özellikle günümüzde sosyal medya kullanımı çok fazladır. Liderler eğer bu iletişim şeklinden geri kalırsa örgütü yönetmede sıkıntı yaşayabilirler.

Yaptığımız çalışmada İstanbul ili Beylikdüzü ilçesinde bulunan spor kulübü yöneticilerinden 10 kadın 51 erkek yönetici üzerinde uyguladığımız cinsiyet değişkeni açısından Açık Liderlik ölçeği incelendiğinde GKSP, MHDV ve SAEK alt boyutlarında kadın ve erkek yöneticiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde [Polat (2016), Yıldız (2019) ve Çağdaş (2018)] yapılan çalışmalarda cinsiyet açısından anlamlı bir fark bulunamamışlardır. Bunun sebebi; kadın ve erkek liderlerin günün teknolojik değişimlerini iyi takip ettikleri, cinsiyet farklılıklarının da liderliği ve yönetim şeklini değiştirmedir.

Yaptığımız çalışmada Eğitim Durumu değişkeni açısından Açık Liderlik ölçeği incelendiğinde GKSP, MHDV ve SAEK alt boyutlarında yöneticiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde Polat (2016),Fırat Üniversitesindeki akademik ve idari personel üzerindeki yaptığı çalışmada eğitim durumu arasında anlamlı bir farklılık tespit etmiştir. Spor kulüpleri yarı özerk bir işletme şeklinde yönetilmektedir. Buradaki yöneticilerin yaptığı işlerin belirli standartlar ve günün gerektirdiği koşullara uygun olması gerektiği için eğitim durumunda anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

Yaptığımız çalışmada gelir durumu değişkeni açısından Açık Liderlik ölçeği incelendiğinde GKSP, MHDV ve SAEK alt boyutlarında yöneticiler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Spor kulübü yöneticileri genellikle yöneticiliği ikinci bir iş olarak yapmakta ve profesyonel yönetici olarak yapmamaktadırlar. Bu da gelir seviyelerinin anlamlı farklılık tespit edilememiş olmamasına etken olabilmektedir.

Günün değişen şartlarında spor kulübü yöneticilerinin çağın gerektirdiği liderlik özelliklerine sahip olmaları gerekmektedir. Aynı zamanda spor kulüplerini de bir örgüt olarak düşündüğümüzde, bu örgütlerin etkili yönetilebilmesi için liderlerin günün gerektirdiği kişiler arası etkili iletişim süreçlerini iyi yönetebilmeleri, sosyal medyayı etkin kullanmaları ve yapılan eleştirilere açık olmaları gerekmektedir. Sosyal medyayı takip etmeyen liderler gündemin ve çağın geresinde kalacaktır. Ayrıca açık liderler kendileri hakkında yapılan eleştirilere açık olmalı bu eleştirilerden dersler çıkartarak kendilerini yenilemeli ve örgütü daha ileriye götüreceği çağın gerektirdiği teknolojiyide göz ardı etmemelidirler.



KAYNAKÇA

- Can, A. (2013). SPSS ile nicel veri analizi. Ankara: Pegem Akademi
- Çağdaş C. (2018) Açık Liderlik İle Örgütsel Sinizm İlişkisi Ve çalışma. ZKÜ Sosyal Bilimler Dergisi. 2007; 3(5): 179-191.
- Çağdaş C (2018) Açık Liderlik İle Örgütsel Sinizm İlişkisi Ve İşgören Performansına Etkisi: Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumları Üzerine Bir Uygulama. Doktora Tezi Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı
- Çelik, V (2000). *Eğitimsel Liderlik*. Ankara: Pegem A Yayınevi Tic. Ltd. Şti.
- Coşar, S. (2011). Otantik liderlik kavramı ve ardılları üzerine bir araştırma. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kara Harp Okulu, Savunma Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Debeş, G.(2018). “Sistem Mühendisliği Modelinin Okul Yönetimine Etkisinin Değerlendirilmesi” Yüksek Lisans Tezi, Yakındoğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Lefkoşa, KKTC.
- Koçel T (2001),. İşletme Yöneticiliği. 8. Baskı. İstanbul: Beta Yayınevi; s. 465.
- Lİ, C.(2011), Açık Liderlik, Çev.: G. Aksoy, Optimist Yayınları, İstanbul, 304s.
- Montgomery V (2000). “Public-Sector Leadership Theory: An Assessment”. *Public Administration Review*, 63 (2), ss. 214-228.
- Polat, M. Ve Arabacı, Ğ. B.(2014).” Eğitimde Açık Liderlik ve Sosyal Ağlar”, *Journal of World of Turks/ Zeitschrift für die Welt der Türken*, 6 (1), ss. 257-275.
- POLAT, M., 2015. “Yöneticilerin Açık Liderlik Özellikleri ve Sosyal Ağları Benimseme Durumlarının, Örgütsel Belirsizlik Üzerindeki Etkileri: Fırat Üniversitesi Örneği”, Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Elazığ.
- POLAT, M., ARABACI, B, Ğ., 2016. “Açık Liderlik Ölçeğinin Geliştirilmesi”, *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 1(24), ss. 79-96.
- Şahin, A. Temizel H. Örselli E, (2004) “Bankacılık Sektöründe Çalışan Yöneticilerin Liderlik Tarzlarını Algılayış Biçimleri İle Çalışanların Yöneticilerinin Liderlik Tarzlarını Algılayış Biçimlerine Yönelik Uygulamalı Bir Çalışma”, 3. Ulusal Bilgi Ekonomi ve Yönetim Kongresi Bildiri Kitabı, Osman Gazi Üniversitesi Yayın S.8, ss.657-665



Uçar, R.,(2015). “İlkokul Müdürlerinin Dağıtımçı Liderlik Davranışları ile Öğretmenlerin Motivasyon ve Yaratıcılık Düzeyleri Arasındaki İlişki(Diyarbakır ili Örneği)”, Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Diyarbakır

Yıldız B B.(2019) Okul Yöneticilerinin Açık Liderlik, Örgütsel Adalet Ve Örgütsel Erdemlilik Algıları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi Doktora Tezi T.C. Marmara Üniversitesi İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi Eğitim Yönetimi Ve Denetimi Bilim Dalı Ortak Doktora Programı

Zel, U (2006). Kişilik Ve Liderlik. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım



SPOR TESİSLERİNE ÜYE OLMAYA GELEN BİREYLERİN SPORDA TUTKU DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Erdem AYYILDIZ¹

** Namık Kemal Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği Bölümü, Tekirdağ, Turkey.*

Öz:

Bu çalışmanın amacı spor tesislerine üye olmaya gelen bireylerin sporda tutku düzeylerinin incelenmesidir. Çalışmaya 18 - 42 yaş aralığında değişen toplam 394 birey gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama aracı iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm kişisel bilgi formudur. Bu bölümde cinsiyet, yaş, eğitim durumu, spor tesisi kullanım nedeni ve refah düzeyi durumu bilgilerinden oluşmaktadır. İkinci bölümünde Sigmundsson ve ark. (2020)'nin geliştirdiği, Özdayı ve ark., (2021) Türkçe'ye uyarladığı 8 maddeden oluşan, 5'li likert tipinde sporda tutku ölçeği kullanılmıştır. Araştırma betimsel tarama modelinde olup, veriler kolayda örnekleme yöntemi ile toplanmıştır. Araştırma bulgularında örneklem grubunun homojenliğini kontrol etmek için basıklık çarpıklık sonuçlarına bakılmıştır. Bu sonuçlar spora bağlılık ölçeği ve alt boyutlarında -2+2 aralığında olduğu için verilerimiz homojen dağılıma sahip olduğu sonucu çıkmıştır. Bu nedenle ikili gruplar için independent t-testi, üç ve üzeri gruplar için one way anova testi yapılmıştır. Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumu ve refah düzeyi durumu değişkenine göre yapılan istatistik testlerine göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p>0.05$). Araştırmanın sonucu olarak, katılımcıların sporda tutku durumlarının ortalamasının üzerinde olduğu ve eğitim durumu arttıkça sporda tutku durumunun arttığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Spor Tesisi, Sporda Tutku, Spor Yönetimi.

INVESTIGATION OF THE LEVELS OF PASSION IN SPORTS OF INDIVIDUALS WHO CAME TO BE MEMBER OF SPORTS FACILITIES

Abstract

The aim of this study is to examine the passion levels of individuals who come to become members of sports facilities. A total of 394 individuals, ranging in age from 18 to 42, voluntarily participated in the study. The data collection tool consists of two parts. The



first part is the personal information form. This section consists of information on gender, age, educational status, reason for using the sports facility, and welfare level. In the second part, Sigmundsson et al. (2020) developed and adapted into Turkish by Özdayı et al. (2021), a 5-point Likert-type passion in sports scale consisting of 8 items was used. The research is in the descriptive survey model and the data were collected by convenience sampling method. In order to control the homogeneity of the sample group in the research findings, the results of kurtosis and skewness were examined. Since these results were in the range of -2+2 in the scale of commitment to sports and its sub-dimensions, it was concluded that our data had a homogeneous distribution. For this reason, independent t-test for paired groups and one-way anova test for groups of three or more were used. It has been determined that there is a significant difference according to the statistical tests performed according to the variable of education and welfare status of the individuals participating in the research ($p>0.05$). As a result of the research, it was concluded that the participants' passion for sports was above the average and as their education level increased, their passion for sports increased.

Keywords: Sports Facility, Passion in Sports, Sports Management.

GİRİŞ

Tutku, insanların sevdiği, önemli buldukları, zaman ve enerji harcadıkları bir etkinliğe yönelik güçlü bir eğilim olarak tanımlanır (Vallerand ve ark., 2003). Sporcuların rekabet güçleri ve sportif başarıları arttıkça, antrenörleri ile geçirdikleri zaman, bireyin sevdiği ve/veya önemsendiği, zaman enerji harcadığı bir etkinliğe yönelme eğilimi gösterir. Tutku, bireyin bir etkinliğe katılması ve bu katılımı günlük yaşamının yanı sıra sürdürmesi için önemli bir yere sahiptir. Bireyler sevdikleri etkinlikleri yapmakta ve bu etkinlikleri tutkuya dönüştüren kimlikleriyle içselleştirmektedir (Vallerand, 2008). Spor bazen duygusal ortamları içinde barındırıyor. Bu duygusal durumun aşırıya gitmesi sporda tutkunun bir sonucuyla ortaya çıkabilmektedir (Keys, 2021).

Spor yoluyla sağlığın teşviki ve geliştirilmesine olan ilgi arttıkça, spor tesislerine olan talep de istikrarlı bir şekilde artmaktadır. Ancak, spor tesislerinin tedarik planı ile karşılaştırıldığında işletme ve yönetim konusunda araştırma eksikliği bulunmaktadır (Kim ve ark., 2017). Hem spor tesislerindeki müşterilerin beklentilerine hemde toplumun spora olan sosyolojik bakış açısına katkı sağlayacak bu çalışma alana katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda, çalışmamız spor tesislerine üye olmaya gelen bireylerin sporda tutku düzeylerinin incelenmesini amaçlamaktadır.



YÖNTEM

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmamızda nicel yöntem kullanılmıştır. Amaç doğrultusunda genel tarama desenlerinden biri olan betimsel tarama modeliyle yapılmıştır (Karasar, 2016). Verilerin toplanma sürecinde kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Evren-Örnekleme (Araştırma Grubu)

Araştırmanın evrenini, Ankara ilindeki 18 – 42 yaş aralığındaki bireyler oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemini 394 katılımcı oluşturmaktadır. Örneklemin belirlenmesinde kolayda örnekleme yöntemi kullanılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Birinci bölüm kişisel bilgi formudur. Bu bölümde cinsiyet, yaş, eğitim durumu ve refah düzeyi durumu bilgilerinden oluşmaktadır. İkinci bölümünde Sigmundsson ve ark. (2020)'nin geliştirdiği, Özdayı ve ark., (2021) Türkçe'ye uyarladığı 8 maddeden oluşan, 5'li likert tipinde sporda tutku ölçeği kullanılmıştır. Araştırma betimsel tarama modelinde olup, veriler kolayda örnekleme yöntemi ile toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada betimsel tarama modeli kullanılmıştır. Veriler homojen dağıldığından ikili gruplar için independent t-testi , üç ve üzeri gruplar için Anova testi uygulanmıştır. Araştırma kapsamında yapılan istatistiksel analizler, SPSS programıyla yapılmıştır. Ayrıca anova testinde anlamlı farklılık çıkması durumunda, post-hoc (tukey) testi uygulanmıştır. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için de Cronbach Alpha iç tutarlık katsayıları hesaplanmıştır.

BULGULAR

Araştırma bulgularında örnekleme grubunun homojenliğini kontrol etmek için basıklık çarpıklık sonuçlarına bakılmıştır. Bu sonuçlar Sporda tutku ölçeğinin -2+2 aralığında olduğu için verilerimiz homojen dağılıma sahip olduğu sonucu çıkmıştır.

Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumu ve refah durumu değişkenine göre yapılan istatistik testlerine göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yaş ve cinsiyet durumu değişkeninde anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$). Sporda tutku ölçeği iç tutarlık katsayısı .91 olarak tespit edilmiştir.



Tablo 1. Sporda tutku ölçeği güvenirlilik sonuçları

Sporda Tutku Ölçeği iç tutarlık katsayısı	Cronbach Alpha Katsayısı
Sporda Tutku Ölçeği	.91

Sporda tutku ölçeği iç tutarlık katsayısı .91 olarak tespit edilmiştir. Sonuçlara göre ölçme aracının güvenilir olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Sigmundson ve ark., (2020) yapmış olduğu çalışmada sporda tutku düzeyinin 22.01 yaş ortalamasındaki erkeklerin 21.63 yaş ortalamasındaki kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hermundur (2021) çalışmasına göre, 14-36 yaş arasındaki katılımcıların 37-77 yaş aralığındaki katılımcılara göre sporda tutkusunun daha yüksek olduğu ve erkeklerin kadınlara göre sporda tutku durumunun daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışmamızda cinsiyet ve yaş değişkeninde anlamlı farklılık bulunmamıştır. Bunun sebebi kültürel farklılıklar ve örneklem grubunun çeşitliliğinin olduğu düşünülmektedir.

Sonuç olarak, sporda tutku durumunu etkileyen önemli unsurların eğitim durumu ve refah seviyesi olduğu tespit edilmiştir. Özellikle refah seviyesini yüksek algılayan bireylerin sporda tutku ölçeğinde yüksek puana sahip olduğu ve sporda tutku durumunun yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bundan sonra yapılacak çalışmalar için, farklı örneklem grupları üzerinde veya farklı demografik bilgilerle çalışmalar yapılabilir. Ayrıca sporda tutku ile ilgili nitel araştırmalarda alana katkı sağlaması düşünülmektedir.

Kaynakça

Karasar, N. (2016). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*,(31. Basım) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık

Keys, B. (2021). Sport and Emotion. In *Routledge Handbook of Sport History* (pp. 228-234). Routledge.

Kim, M. O., Ko, J. S., Noh, S. C., & Chung, J. H. (2017). A study of the vitalization strategy for public sports facility through big-data. *Journal of Digital Convergence*, 15(2), 527-535.



ÖZDAYI, N., EMİROĞLU, D., KİLCİ, A. K., & TEMİZ, C. N. Sporda Tutku Ölçeği (STÖ): Türkçeye Uyarlama, Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 18(Eğitim Bilimleri Özel Sayısı), 1-1.

Sigmundsson, H., Haga, M., & Hermundsdottir, F. (2020). Passion, grit and mindset in young adults: Exploring the relationship and gender differences. *New Ideas in Psychology*, 59, 100795.

Sigmundsson, H., Clemente, F. M., Loftesnes, J. M. (2020). Passion, grit and mindset in football players. *New Ideas in Psychology*, 59, 100797.

Sigmundsson, H., Guðnason, S., & Jóhannsdóttir, S. (2021). Passion, grit and mindset: Exploring gender differences. *New Ideas in Psychology*, 63, 100878.

Vallerand, R. J. (2008). On the psychology of passion: In search of what makes people's lives most worth living. *Canadian Psychology*, 49, 1–13.

Vallerand, R. J., Blanchard, C., Mageau, G. A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., Marsolais, J. (2003). Les passions de l'ame: on obsessive and harmonious passion. *Journal of personality and social psychology*, 85(4), 756.



SPOR MERKEZLERİNDE ALGILANAN HİZMET KALİTESİ VE DEĞER ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Öz

Günümüz dünyasında yaşanan hızlı değişimler spor sektörünü de etkilemekte olup spor kuruluşlarının bu değişim sürecinde varlıklarını korumak ve rakiplerine karşı üstünlük sağlamak için müşterilerinin ihtiyaç ve beklentilerini iyi analiz ederek karşılımları gerekmektedir. Bu sebeple, spor hizmetlerinde müşterinin spora ilişkin beklentisinin sağlanması hatta aşılması, hizmet kalitesi ve müşteri memnuniyeti açısından önem taşımaktadır. Bu çalışmada, spor merkezlerinde algılanan hizmet kalitesi ve değer algısı arasındaki ilişkinin farklı demografik özellikler de dikkate alınarak incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklemini 4 farklı spor merkezine spor yapmak amacıyla giden 74 kişi oluşturmuştur. Verilerin elde edilmesinde “Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” ve “Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği” kullanılmıştır. İki ölçek arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre ölçekler arasında yüksek düzeyde korelasyon bulunmuştur. Ayrıca, yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve T Testi analizleri sonucunda katılımcıların her iki ölçek puanları ile cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitimleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, spor merkezine devam süreleri ile ölçek puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor, Kalite, Hizmet kalitesi, Spor merkezi, Değer algısı

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED SERVICE QUALITY AND VALUE PERCEPTION IN SPORTS CENTERS

Abstract

The rapid changes in today's world also affect the sports industry, and sports organizations need to analyze and meet the needs and expectations of their customers in order to maintain their existence and gain superiority against their competitors in this process of change. For this reason, providing and even exceeding the expectations of the customer regarding sports in sports services is important in terms of service quality and customer satisfaction. In this study, it is aimed to examine the relationship between perceived service quality and value perception in sports centers by considering different demographic



characteristics. The sample of the study consisted of 74 people who went to 4 different sports centers to do sports. “Perceived Service Quality Scale of Sport-Fitness Centers” and “Perceived Value Scale in the Sports Centers” were used to obtain the data. Correlation Analysis was applied to evaluate the relationship between the two scales. According to the results of the study, high level of correlation was found between the scales. In addition, as a result of the One-Way Analysis of Variance (ANOVA) and T-Test analyzes, no significant difference was found between the both scale scores of the participants and their gender, age, marital status and education, while a significant difference was found between the duration of attendance at the sports center and the scale scores.

Keywords: Sport, Quality, Fitness Center, Service Quality, Perceived Value

Giriş

Hizmet kavramı, her kullanıcının farklı algılayabileceği soyut bir kavramdır. Bu sebeple farklı şekillerde tanımlanması mümkündür. Genel olarak hizmet kavramını; satın alındığında soyut bir mala sahip olma ile sonuçlanmayan, satışa sunulan faaliyet ve faydalardan oluşan ürün çeşidi şeklinde tanımlamak mümkündür (Kotler ve Armstrong 2001; Parasuraman ve ark., 1985). Hizmetler soyut özellikte olmaları sebebi ile elle tutulup gözle görülemeyen ürünlerdir. Taşınamaz ve depolanamazlar. Hizmetin oluşması ve tüketimi eş zamanlı olarak gerçekleşmektedir (Aydın, 2005).

Hizmet sektörünün giderek gelişmesi ve ülkelerin ekonomisindeki payının artması ile birlikte hizmet sektöründe yaşanan problemler güncellik kazanmış ve bu sorunların sistematik bir şekilde ele alınması gereği ortaya çıkmıştır. Böylece hizmet kalitesinin sağlanması, verimliliğin artırılması, hizmet kalitesinin ölçümü amacıyla farklı modellerin çalışılması gibi konularda araştırmalar hız kazanmıştır (Yumuşak, 2006).

Hizmet kalitesi, satın alınan hizmetin müşteride oluşturduğu duygu olup, alınan hizmetten memnuniyet derecesini belirtmektedir. Bu nedenle hizmet kalitesini, hizmetin müşterinin talep ve beklentilerini karşılama düzeyi olarak tanımlamak mümkündür (Demireli ve Bayraktar, 2014).

Hızlı gelişmelerin yaşandığı günümüz dünyasında kuruluşlar varlıklarını devam ettirebilmek için çağın gerekliliklerini yakından takip ederek müşteri ihtiyaç ve beklentilerine hızlı cevap verebilmelidirler. Büyük bir endüstri kolu olan spor da tüm alt alanları ile bu gelişmelerden etkilenmektedir. Spor kuruluşlarının sürdürülebilir bir başarı sağlayabilmeleri için kalite odaklı bir yönetimin benimsenmesi büyük önem taşımaktadır.



Spor işletmelerinde hizmet kalitesini etkileyen faktörlerin bilinmesi ve hizmetin uygulanmasında bunlara dikkat edilmesi, spor hizmetlerinde memnuniyetin artmasını sağlayacaktır. Bu faktörler aşağıda belirtildiği şekilde tanımlanabilir (Çimen, 2003);

- **Fiziki Görünüm:** Spor hizmetinin verildiği sırada kullanılan araç-gereç ve ekipmanları, spor hizmetini veren personelin ve hizmet alanının fiziksel görünümünü ifade eder.
- **Güvenirlilik:** Hizmetin, müşteriye taahhüt edildiği şekilde verilmesini ve hizmet performansındaki tutarlılığı kapsar. Müşteri kayıtlarının doğru tutulması, hazırlanan spor programına uyum gibi konular bu kapsamdadır.
- **Heveslilik:** Hizmeti gerçekleştirecek personelin hazır olmasını, hizmeti gerçekleştirmeye istekliliğini ve hizmetin planlanan zamanda gerçekleştirilmesini ifade eder.
- **Yeterlilik:** Hizmeti gerçekleştiren personelin ilgili konuda yeterli düzeyde bilgi ve tecrübeye sahip olmasını ifade eder.
- **Nezaket:** Hizmetin sunumu sırasında hizmeti alan kişiye karşı takınılan tutumu kapsamaktadır.
- **İnanırlılık:** Hizmetin verilmesinde müşteri çıkarlarının, dürüstlüğü ön planda tutulmasıdır.
- **Emniyet:** Verilen hizmetin güvenli bir şekilde verilmesi, tehlikeden, risklerden uzak olmasıdır.
- **Erişilebilirlik:** Hizmeti alacak kişinin hizmete kolay erişmesini, bilgi ihtiyacı duyduğunda spor işletmesine kolaylıkla ulaşabilmesini ifade eder.
- **İletişim:** Verilecek hizmetle ilgili bilginin müşteriye anlayabileceği şekilde anlatılmasını, hizmet hakkında gerekli bilgilerin açıklanmasını içerir.
- **Müşteriyi Anlamak:** Bir spor merkezindeki spor programlarından faydalanacak kişilerin birbirinden farklı istekleri olabilir. Müşterinin özel isteklerinin anlayışla karşılanması, müşterinin ne gibi isteklerde bulunabileceğinin tahmin edilerek bunların kısa sürede yanıtlanması bu kapsamda değerlendirilebilir.

Algılanan değer, müşterinin aldığı hizmetten sağladığı yarar ile hizmet için yaptığı ödemenin bir değerlendirmesidir. Bu değerlendirme genel olarak müşteri tarafından fayda ve maliyet şeklinde nesnel olarak değil, daha çok müşterinin kalite algısı ve değer yargıları ile yapılır (Demirağ ve Durmaz, 2019). Hizmet kalitesi algısı ve değer algısı arasındaki



ilişkinin belirlenmesi, spor işletmelerinin müşteri beklentilerini anlamaları açısından önem taşımaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışmada spor merkezlerinde hizmet alan kişilerin hizmet kalitesi algıları ile değer algıları arasındaki ilişkinin bazı demografik özellikler de dikkate alınarak incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmanın örneklemini 4 farklı spor merkezine spor yapmak amacıyla giden 74 kişi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Uçan (2007) tarafından geliştirilen “Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” ve Erdoğan ve Şirin (2020) tarafından geliştirilen “Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği” kullanılmıştır.

Çalışmadan elde edilen veriler, katılımcıların “Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” ve “Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği” puanları ile bazı demografik faktörler (*cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, spor merkezine devam süresi*) dikkate alınarak SPSS 21,0 programı ile analiz edilmiştir.

Öncelikle verilerin normal dağılıp dağılmadığı kontrol edilmiştir. Normal dağılım gösterdikleri tespit edildikten sonra Bağımsız Örneklem T-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. İki ölçek arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Çalışmada istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak alınmıştır.



BULGULAR

Çalışmaya ait bulgular tablolar halinde aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1: Katılımcılara ait Demografik Özellikler

Değişkenler	Grup	Frekans	%
Cinsiyet	Kadın	38	51,4
	Erkek	36	48,6
Yaş	18-24	17	23
	25-34	29	39,2
	35-44	10	13,5
	45-54	18	24,3
Medeni Durum	Evli	30	40,5
	Bekar	44	59,5
Eğitim Düzeyi	Lise	15	20,3
	Yüksekokul	20	27
	Lisans	28	37,8
	Lisansüstü	11	14,9
Spor Merkezine Devam Süresi	1 yıldan az	12	16,2
	1-2 yıl	14	18,9
	3-4 yıl	14	18,9
	5-6 yıl	21	28,4
	7 ve üzeri	13	17,6

Katılımcıların “Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” ve “Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği” nden aldıkları puanlar ile cinsiyetleri arasındaki



ilişkinin incelenmesi amacıyla Bağımsız Gruplar T-Testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 2 ve Tablo 3'de belirtilmiştir.

Tablo 2: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanları ile Cinsiyetleri Arasındaki Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Kadın	38	121,3158	21,26292	2,402	0,404
Erkek	36	118,7222	23,79389		

Tablo 3: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Cinsiyetleri Arasındaki Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Kadın	38	92,2105	18,22852	1,888	0,063
Erkek	36	84,1389	18,54285		

Tablo 2 ve Tablo 3 incelendiğinde, ölçek puanı ve cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların yaşları ve ölçek puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 4 ve Tablo 5'de sunulmuştur.



Tablo 4: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanları ile Yaşları Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Yaş	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
18-24	17	118,4706	25,00779	1,095	0,357
25-34	29	111,4138	23,67114		
35-44	10	125,4000	23,65117		
45-54	18	112,5000	20,25790		

Tablo 5: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Yaşları Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Yaş	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
18-24	17	89,6471	19,71656	0,922	0,435
25-34	29	85,7241	18,56628		
35-44	10	96,6000	20,93482		
45-54	18	88,2838	16,70945		

Tablo 4 ve 5 incelendiğinde, ölçek puanı ve yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların ölçek puanları ile medeni durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Bağımsız Gruplar T-Testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 6 ve Tablo 7’de belirtilmiştir.



Tablo 6: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Medeni Durumları Arasındaki Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Medeni Durum	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Evli	30	118,3000	22,07378	0,950	0,346
Bekar	44	113,0682	24,04298		

Tablo 7: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Medeni Durumları Arasındaki Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Medeni Durum	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Evli	30	91,3333	18,98517	1,161	0,249
Bekar	44	86,2045	18,43351		

Tablo 6 ve Tablo 7 incelendiğinde, ölçek puanı ve medeni durum değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların eğitim düzeyi ve ölçek puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 8 ve Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 8: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanları ile Eğitim Düzeyleri Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Eğitim Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Lise	15	115,0662	22,23725	1,248	0,299
Yüksekokul	20	107,3000	24,68560		
Lisans	28	118,2500	23,98090		
Lisansüstü	11	121,9091	18,55508		



Tablo 9: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Eğitim Düzeyleri Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Eğitim Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Lise	15	88,3333	18,62282	0,619	0,605
Yüksekokul	20	83,9000	17,98508		
Lisans	28	89,6071	20,05056		
Lisansüstü	11	92,8182	17,37135		

Tablo 8 ve Tablo 9 incelendiğinde, ölçek puanı ve eğitim düzeyi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların spor merkezine devam süresi ve ölçek puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 10, Tablo 11, Tablo 12 ve Tablo 13’de sunulmuştur.

Tablo 10: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanları ile Spor Merkezine Devam Süresi Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Spor Merkezine Devam Süresi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
1 yıldan az	12	104,0000	11,19253	19,602	0,000
1-2 yıl	14	92,4286	8,89005		
3-4 yıl	14	104,7143	21,40607		
5-6 yıl	21	134,3810	17,58544		
7 yıl ve üzeri	13	130,3077	18,09873		



Tablo 11: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Spor Merkezine Devam Süresi Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Spor Merkezine Devam Süresi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
1 yıldan az	12	75,8333	8,67424	22,031	0,000
1-2 yıl	14	71,2857	5,66268		
3-4 yıl	14	80,0714	16,71234		
5-6 yıl	21	104,0000	12,91511		
7 yıl ve üzeri	13	101,5385	15,81463		

Tablo 10 ve Tablo 11 incelendiğinde ölçek puanı ve spor merkezine devam süresi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($p < 0.05$). Bu farklılığın nedenini anlamak amacıyla Post-Hoc Scheffe testi uygulanmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 12 ve Tablo 13’de belirtilmiştir.

Tablo 12: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanlarının Spor Merkezine Devam Süresi ile Kıyaslanmasına İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi Sonuçları

Devam Süresi (I)	Devam Süresi (J)	Ortalama Fark (I-J)	Standart Hata	p
5-6 yıl	1 yıldan az	30,38095*	5,92188	0,000
	1-2 yıl	41,95238*	5,64629	0,000
	3-4 yıl	29,66667*	5,64629	0,000
	7 yıl ve üzeri	4,07326	5,77512	0,973
7 yıl ve üzeri	1 yıldan az	26,30769*	6,55105	0,005
	1-2 yıl	37,87912*	6,30303	0,000
	3-4 yıl	25,59341*	6,30303	0,005
	5-6 yıl	-4,07326	5,77512	0,973



Tablo 13: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanlarının Spor Merkezine Devam Süresi ile Kıyaslanmasına İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi Sonuçları

Devam Süresi (I)	Devam Süresi (J)	Ortalama Fark (I-J)	Standart Hata	p
5-6 yıl	1 yıldan az	28,16667*	4,61304	0,000
	1-2 yıl	32,71429*	4,39836	0,000
	3-4 yıl	23,92857*	4,39836	0,000
	7 yıl ve üzeri	2,46154	4,49871	0,990
7 yıl ve üzeri	1 yıldan az	25,70513*	5,10315	0,000
	1-2 yıl	30,25275*	4,90994	0,000
	3-4 yıl	21,46703*	4,90994	0,002
	5-6 yıl	-2,46154	4,49871	0,990

Tablo 12 ve Tablo 13 incelendiğinde, “5-6 yıl” ve “7 yıl ve üzeri” devam süreleri ile diğer süreler arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($p < 0.05$).

Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği ve Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçları tablo 14’de belirtilmiştir.



Tablo 14: Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği ile Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

		<i>Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği</i>	<i>Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği</i>
<i>Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği</i>	Pearson Correlation	1	0,969**
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	74	74
<i>Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği</i>	Pearson Correlation	0,969*	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	74	74

Tablo 14 incelendiğinde iki ölçek arasında anlamlı düzeyde farklılığın olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Ayrıca, Pearson Korelasyon katsayısı $r=0,969$ olup iki ölçek arasında pozitif yönlü bir ilişki söz konusudur.

SONUÇ

Teknolojik gelişmelerle birlikte bilgiye ulaşım kolaylaşmış ve kişilerin satın aldıkları ürünleri kıyaslama şansı oluşmuştur. Bu durum, kuruluşların buldukları pazarda varlıklarını korumak ve sürdürülebilir bir başarı sağlamak için rakiplerine karşı daha güçlü olmalarını gerekli kılmaktadır.

Çalışmada, spor merkezlerinde hizmet alan kişilerin hizmet kalitesi algıları ile değer algıları arasındaki ilişkinin bazı demografik özellikler de dikkate alınarak incelenmesi amaçlanmıştır.

Katılımcıların “Spor-fitness merkezleri algılanan hizmet kalitesi ölçeği” ve “Spor merkezlerinde algılanan değer ölçeği” puanları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Korelasyon Analizi uygulanmıştır. İki ölçek arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, katılımcıların hizmet kalitesi algıları ve algılanan değer arasında bir ilişki söz konusu olup, spor merkezlerine spor yapmak amacıyla gelen kişilerin hizmet kalitesi algıları değer algılarını pozitif yönlü olarak etkilemektedir.



Katılımcıların “Spor-fitness merkezleri algılanan hizmet kalitesi ölçeği” ve “Spor merkezlerinde algılanan değer ölçeği” puanları ile “cinsiyet”, “yaş”, “medeni durum” ve “eğitim düzeyleri” arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Belirtilen bu değişkenler bu çalışma için ayırt edici bir özellik değildir.

Katılımcıların “Spor-fitness merkezleri algılanan hizmet kalitesi ölçeği” ve “Spor merkezlerinde algılanan değer ölçeği” puanları ile devam süreleri aralarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre spor merkezlerine “5-6 yıl” ve “7 yıl ve üzeri” devam eden katılımcıların ölçek puanları diğer katılımcılara göre daha yüksektir. Bu durum, algılanan hizmet kalitesi ve değer algısının kişilerin spor merkezlerine devam etme kararını etkilediğini göstermektedir.

Algılanan hizmet kalitesi, tüketici beklentisi ve algısı arasındaki değerlendirme sonucunda oluşmaktadır. Şayet hizmetten beklenti ile algılanan kalite arasında bir uyum yoksa, bu durum kuruluşa yönelik olumsuz bir değerlendirmenin oluşmasına sebep olur. Algılanan kalitenin beklentiyi aşması durumunda ise bu durum kuruluşa bir kazanım olarak yansımaktadır. Müşteriler genel olarak bir ürün ya da hizmetten sağlanan faydaları ve maliyetleri nesnel olarak değerlendirmez, daha çok algılanan değere göre hareket ederler. Bu sebeple kuruluşların müşterilerinin kalite algılarını kontrol etmeleri önem taşımaktadır (Demirağ ve Durmaz, 2019).

Çalışma sonuçları doğrultusunda spor merkezlerinde hizmet kalitesinin iyileştirilmesinin katılımcıların değer algısını da etkileyeceğini söylemek mümkündür. Bu durumun kişilerin satınalma alışkanlıklarını da etkileyeceği göz önünde bulundurulduğunda, spor merkezlerinin hizmet kalitesini iyileştirmesinin gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Bu konuda yapılacak çalışmalar spor merkezlerinde müşteri memnuniyetinin sağlanması ve sürdürülebilir bir başarının yakalanması açısından önem taşımaktadır.

KAYNAKÇA

Kotler, P.T., Armstrong,G. (2001). The Principles of Marketing, New Jersey: Prentice Hall

Parasuraman, A., Zeithaml, V.A., Berry L.L.(1985). A Conceptual Model of Service Quality and Its Implications for Future Research”, Journal of Marketing, Vol.49, 41-50.

Aydın, K. (2005). “Hizmet İşletmelerinde Servqual Yöntemi İle Hizmet Kalitesinin Ölçümü ve Kocaeli’ deki Seyahat İşletmelerinden Efe Tur Uygulaması”, Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi, 50:1101-1130.



Yumuşak, N. U. (2006). Hizmet Kalitesinin Ölçümü Ve Hizmet Kalitesini Etkileyen Faktörler: Uşak Ticaret ve Sanayi Odası Uygulaması. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Yönetim Organizasyon Programı, İzmir.

Demireli, C. ve Bayraktar, U. (2014). Hizmet Kalitesi ve Hizmet Değerinin Müşteri Memnuniyetine Etkisi: Demiryolu Taşımacılığında Bir Uygulama. Gaziantep University Journal of Social Sciences, 13(4), 919-937.

Çimen, Z. (2003). Spor Hizmetlerinde Toplam Kalite Standartları. İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 11 (3), 13-17.

Demirağ, B., Durmaz, Y. (2019). Algılanan Hizmet Kalitesinin Algılanan Değer ve Tutumsal Marka Sadakati Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi: 5 Yıldızlı Sayfiye ve Şehir Otelleri Örneği. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 11(18), 693-726.

Uçak, Y. (2007). Spor –Fitness Merkezlerinin Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeğinin Geliştirilmesi, Doktora Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.

Erdoğan, A., Şirin, E.F. (2020). Algılanan Hizmet Kalitesi Hizmet Değeri ve Memnuniyet Üzerinde Algılanan Risk Faktörünün Etkisi: Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri Üzerine Bir Uygulama, Spormetre The Journal of Physical Education and Sport Sciences, 18(4), 2020, 134-153.



SPOR MERKEZLERİNDE ALGILANAN HİZMET KALİTESİ VE DEĞER ALGISI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Öğr. Gör. Dr. Feray KÜÇÜKBAŞ DUMAN¹

Öz

Günümüz dünyasında yaşanan hızlı değişimler spor sektörünü de etkilemekte olup spor kuruluşlarının bu değişim sürecinde varlıklarını korumak ve rakiplerine karşı üstünlük sağlamak için müşterilerinin ihtiyaç ve beklentilerini iyi analiz ederek karşılama gerekmektedir. Bu sebeple, spor hizmetlerinde müşterinin spora ilişkin beklentisinin sağlanması hatta aşılması, hizmet kalitesi ve müşteri memnuniyeti açısından önem taşımaktadır. Bu çalışmada, spor merkezlerinde algılanan hizmet kalitesi ve değer algısı arasındaki ilişkinin farklı demografik özellikler de dikkate alınarak incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmanın örneklemini 4 farklı spor merkezine spor yapmak amacıyla giden 74 kişi oluşturmuştur. Verilerin elde edilmesinde “Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” ve “Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği” kullanılmıştır. İki ölçek arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Çalışma sonuçlarına göre ölçekler arasında yüksek düzeyde korelasyon bulunmuştur. Ayrıca, yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve T Testi analizleri sonucunda katılımcıların her iki ölçek puanları ile cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitimleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, spor merkezine devam süreleri ile ölçek puanları arasında anlamlı düzeyde farklılık bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Spor, Kalite, Hizmet kalitesi, Spor merkezi, Değer algısı

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED SERVICE QUALITY AND VALUE PERCEPTION IN SPORTS CENTERS

Abstract

The rapid changes in today's world also affect the sports industry, and sports organizations need to analyze and meet the needs and expectations of their customers in order to maintain their existence and gain superiority against their competitors in this process of change. For this reason, providing and even exceeding the expectations of the customer

¹ İstanbul Üniversitesi



regarding sports in sports services is important in terms of service quality and customer satisfaction. In this study, it is aimed to examine the relationship between perceived service quality and value perception in sports centers by considering different demographic characteristics. The sample of the study consisted of 74 people who went to 4 different sports centers to do sports. “Perceived Service Quality Scale of Sport-Fitness Centers” and “Perceived Value Scale in the Sports Centers” were used to obtain the data. Correlation Analysis was applied to evaluate the relationship between the two scales. According to the results of the study, high level of correlation was found between the scales. In addition, as a result of the One-Way Analysis of Variance (ANOVA) and T-Test analyzes, no significant difference was found between the both scale scores of the participants and their gender, age, marital status and education, while a significant difference was found between the duration of attendance at the sports center and the scale scores.

Keywords: Sport, Quality, Fitness Center, Service Quality, Perceived Value

Giriş

Hizmet kavramı, her kullanıcının farklı algılayabileceği soyut bir kavramdır. Bu sebeple farklı şekillerde tanımlanması mümkündür. Genel olarak hizmet kavramını; satın alındığında soyut bir mala sahip olma ile sonuçlanmayan, satışa sunulan faaliyet ve faydalardan oluşan ürün çeşidi şeklinde tanımlamak mümkündür (Kotler ve Armstrong 2001; Parasuraman ve ark., 1985). Hizmetler soyut özellikte olmaları sebebi ile elle tutulup gözle görülemeyen ürünlerdir. Taşınamaz ve depolanamazlar. Hizmetin oluşması ve tüketimi eş zamanlı olarak gerçekleşmektedir (Aydın, 2005).

Hizmet sektörünün giderek gelişmesi ve ülkelerin ekonomisindeki payının artması ile birlikte hizmet sektöründe yaşanan problemler güncellik kazanmış ve bu sorunların sistematik bir şekilde ele alınması gereği ortaya çıkmıştır. Böylece hizmet kalitesinin sağlanması, verimliliğin artırılması, hizmet kalitesinin ölçümü amacıyla farklı modellerin çalışılması gibi konularda araştırmalar hız kazanmıştır (Yumuşak, 2006).

Hizmet kalitesi, satın alınan hizmetin müşteride oluşturduğu duygu olup, alınan hizmetten memnuniyet derecesini belirtmektedir. Bu nedenle hizmet kalitesini, hizmetin müşterinin talep ve beklentilerini karşılama düzeyi olarak tanımlamak mümkündür (Demireli ve Bayraktar, 2014).

Hızlı gelişmelerin yaşandığı günümüz dünyasında kuruluşlar varlıklarını devam ettirebilmek için çağın gerekliliklerini yakından takip ederek müşteri ihtiyaç ve beklentilerine hızlı cevap verebilmelidirler. Büyük bir endüstri kolu olan spor da tüm alt alanları ile bu



gelişmelerden etkilenmektedir. Spor kuruluşlarının sürdürülebilir bir başarı sağlayabilmeleri için kalite odaklı bir yönetimin benimsenmesi büyük önem taşımaktadır.

Spor işletmelerinde hizmet kalitesini etkileyen faktörlerin bilinmesi ve hizmetin uygulanmasında bunlara dikkat edilmesi, spor hizmetlerinde memnuniyetin artmasını sağlayacaktır. Bu faktörler aşağıda belirtildiği şekilde tanımlanabilir (Çimen, 2003);

- **Fiziki Görünüm:** Spor hizmetinin verildiği sırada kullanılan araç-gereç ve ekipmanları, spor hizmetini veren personelin ve hizmet alanının fiziksel görünümünü ifade eder.
- **Güvenirlilik:** Hizmetin, müşteriye taahhüt edildiği şekilde verilmesini ve hizmet performansındaki tutarlılığı kapsar. Müşteri kayıtlarının doğru tutulması, hazırlanan spor programına uyum gibi konular bu kapsamdadır.
- **Heveslilik:** Hizmeti gerçekleştirecek personelin hazır olmasını, hizmeti gerçekleştirmeye istekliliğini ve hizmetin planlanan zamanda gerçekleştirilmesini ifade eder.
- **Yeterlilik:** Hizmeti gerçekleştiren personelin ilgili konuda yeterli düzeyde bilgi ve tecrübeye sahip olmasını ifade eder.
- **Nezaket:** Hizmetin sunumu sırasında hizmeti alan kişiye karşı takınılan tutumu kapsamaktadır.
- **İnanırlılık:** Hizmetin verilmesinde müşteri çıkarlarının, dürüstlüğü ön planda tutulmasıdır.
- **Emniyet:** Verilen hizmetin güvenli bir şekilde verilmesi, tehlikeden, risklerden uzak olmasıdır.
- **Erişilebilirlik:** Hizmeti alacak kişinin hizmete kolay erişmesini, bilgi ihtiyacı duyduğunda spor işletmesine kolaylıkla ulaşabilmesini ifade eder.
- **İletişim:** Verilecek hizmetle ilgili bilginin müşteriye anlayabileceği şekilde anlatılmasını, hizmet hakkında gerekli bilgilerin açıklanmasını içerir.
- **Müşteriyi Anlamak:** Bir spor merkezindeki spor programlarından faydalanacak kişilerin birbirinden farklı istekleri olabilir. Müşterinin özel isteklerinin anlayışla karşılanması, müşterinin ne gibi isteklerde bulunabileceğinin tahmin edilerek bunların kısa sürede yanıtlanması bu kapsamda değerlendirilebilir.

Algılanan değer, müşterinin aldığı hizmetten sağladığı yarar ile hizmet için yaptığı ödemenin bir değerlendirmesidir. Bu değerlendirme genel olarak müşteri tarafından fayda ve



maliyet şeklinde nesnel olarak değil, daha çok müşterinin kalite algısı ve değer yargıları ile yapılır (Demirağ ve Durmaz, 2019). Hizmet kalitesi algısı ve değer algısı arasındaki ilişkinin belirlenmesi, spor işletmelerinin müşteri beklentilerini anlamaları açısından önem taşımaktadır.

YÖNTEM

Bu çalışmada spor merkezlerinde hizmet alan kişilerin hizmet kalitesi algıları ile değer algıları arasındaki ilişkinin bazı demografik özellikler de dikkate alınarak incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmanın örneklemini 4 farklı spor merkezine spor yapmak amacıyla giden 74 kişi oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Uçan (2007) tarafından geliştirilen “Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” ve Erdoğan ve Şirin (2020) tarafından geliştirilen “Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği” kullanılmıştır.

Çalışmadan elde edilen veriler, katılımcıların “Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” ve “Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği” puanları ile bazı demografik faktörler (*cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim düzeyi, spor merkezine devam süresi*) dikkate alınarak SPSS 21,0 programı ile analiz edilmiştir.

Öncelikle verilerin normal dağılıp dağılmadığı kontrol edilmiştir. Normal dağılım gösterdikleri tespit edildikten sonra Bağımsız Örneklem T-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. İki ölçek arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Çalışmada istatistiksel anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak alınmıştır.



BULGULAR

Çalışmaya ait bulgular tablolar halinde aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1: Katılımcılara ait Demografik Özellikler

Değişkenler	Grup	Frekans	%
Cinsiyet	Kadın	38	51,4
	Erkek	36	48,6
Yaş	18-24	17	23
	25-34	29	39,2
	35-44	10	13,5
	45-54	18	24,3
Medeni Durum	Evli	30	40,5
	Bekar	44	59,5
Eğitim Düzeyi	Lise	15	20,3
	Yüksekokul	20	27
	Lisans	28	37,8
	Lisansüstü	11	14,9
Spor Merkezine Devam Süresi	1 yıldan az	12	16,2
	1-2 yıl	14	18,9
	3-4 yıl	14	18,9
	5-6 yıl	21	28,4
	7 ve üzeri	13	17,6

Katılımcıların “Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği” ve “Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği” nden aldıkları puanlar ile cinsiyetleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Bağımsız Gruplar T-Testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 2 ve Tablo 3’de belirtilmiştir.



Tablo 2: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanları ile Cinsiyetleri Arasındaki Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Kadın	38	121,3158	21,26292	2,402	0,404
Erkek	36	118,7222	23,79389		

Tablo 3: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Cinsiyetleri Arasındaki Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Kadın	38	92,2105	18,22852	1,888	0,063
Erkek	36	84,1389	18,54285		

Tablo 2 ve Tablo 3 incelendiğinde, ölçek puanı ve cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların yaşları ve ölçek puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 4 ve Tablo 5’de sunulmuştur.

Tablo 4: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanları ile Yaşları Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Yaş	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
18-24	17	118,4706	25,00779	1,095	0,357
25-34	29	111,4138	23,67114		
35-44	10	125,4000	23,65117		
45-54	18	112,5000	20,25790		



Tablo 5: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Yaşları Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Yaş	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
18-24	17	89,6471	19,71656	0,922	0,435
25-34	29	85,7241	18,56628		
35-44	10	96,6000	20,93482		
45-54	18	88,2838	16,70945		

Tablo 4 ve 5 incelendiğinde, ölçek puanı ve yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların ölçek puanları ile medeni durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Bağımsız Gruplar T-Testi uygulanmış ve sonuçlar Tablo 6 ve Tablo 7’de belirtilmiştir.

Tablo 6: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Medeni Durumları Arasındaki Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Medeni Durum	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Evli	30	118,3000	22,07378	0,950	0,346
Bekar	44	113,0682	24,04298		

Tablo 7: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Medeni Durumları Arasındaki Bağımsız Gruplar T-Testi Sonuçları

Medeni Durum	N	Ortalama	Standart Sapma	t	p
Evli	30	91,3333	18,98517	1,161	0,249
Bekar	44	86,2045	18,43351		



Tablo 6 ve Tablo 7 incelendiğinde, ölçek puanı ve medeni durum değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Katılımcıların eğitim düzeyi ve ölçek puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 8 ve Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 8: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanları ile Eğitim Düzeyleri Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Eğitim Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Lise	15	115,0662	22,23725	1,248	0,299
Yükseköğretim	20	107,3000	24,68560		
Lisans	28	118,2500	23,98090		
Lisansüstü	11	121,9091	18,55508		

Tablo 9: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Eğitim Düzeyleri Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Eğitim Düzeyi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
Lise	15	88,3333	18,62282	0,619	0,605
Yükseköğretim	20	83,9000	17,98508		
Lisans	28	89,6071	20,05056		
Lisansüstü	11	92,8182	17,37135		

Tablo 8 ve Tablo 9 incelendiğinde, ölçek puanı ve eğitim düzeyi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).



Katılımcıların spor merkezine devam süresi ve ölçek puanları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmış ve sonuçlar Tablo 10, Tablo 11, Tablo 12 ve Tablo 13’de sunulmuştur.

Tablo 10: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanları ile Spor Merkezine Devam Süresi Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Spor Merkezine Devam Süresi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
1 yıldan az	12	104,0000	11,19253	19,602	0,000
1-2 yıl	14	92,4286	8,89005		
3-4 yıl	14	104,7143	21,40607		
5-6 yıl	21	134,3810	17,58544		
7 yıl ve üzeri	13	130,3077	18,09873		

121

Tablo 11: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanları ile Spor Merkezine Devam Süresi Arasındaki Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları

Spor Merkezine Devam Süresi	N	Ortalama	Standart Sapma	F	p
1 yıldan az	12	75,8333	8,67424	22,031	0,000
1-2 yıl	14	71,2857	5,66268		
3-4 yıl	14	80,0714	16,71234		
5-6 yıl	21	104,0000	12,91511		
7 yıl ve üzeri	13	101,5385	15,81463		

Tablo 10 ve Tablo 11 incelendiğinde ölçek puanı ve spor merkezine devam süresi değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($p < 0.05$).



Bu farklılığın nedenini anlamak amacıyla Post-Hoc Scheffe testi uygulanmış ve elde edilen sonuçlar Tablo 12 ve Tablo 13’de belirtilmiştir.

Tablo 12: Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği Puanlarının Spor Merkezine Devam Süresi ile Kıyaslanmasına İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi Sonuçları

Devam Süresi (I)	Devam Süresi (J)	Ortalama Fark (I-J)	Standart Hata	p
5-6 yıl	1 yıldan az	30,38095*	5,92188	0,000
	1-2 yıl	41,95238*	5,64629	0,000
	3-4 yıl	29,66667*	5,64629	0,000
	7 yıl ve üzeri	4,07326	5,77512	0,973
7 yıl ve üzeri	1 yıldan az	26,30769*	6,55105	0,005
	1-2 yıl	37,87912*	6,30303	0,000
	3-4 yıl	25,59341*	6,30303	0,005
	5-6 yıl	-4,07326	5,77512	0,973

Tablo 13: Katılımcıların Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Puanlarının Spor Merkezine Devam Süresi ile Kıyaslanmasına İlişkin Post-Hoc Scheffe Testi Sonuçları

Devam Süresi (I)	Devam Süresi (J)	Ortalama Fark (I-J)	Standart Hata	p
5-6 yıl	1 yıldan az	28,16667*	4,61304	0,000
	1-2 yıl	32,71429*	4,39836	0,000
	3-4 yıl	23,92857*	4,39836	0,000
	7 yıl ve üzeri	2,46154	4,49871	0,990
	1 yıldan az	25,70513*	5,10315	0,000



7 yıl ve üzeri	1-2 yıl	30,25275*	4,90994	0,000
	3-4 yıl	21,46703*	4,90994	0,002
	5-6 yıl	-2,46154	4,49871	0,990

Tablo 12 ve Tablo 13 incelendiğinde, “5-6 yıl” ve “7 yıl ve üzeri” devam süreleri ile diğer süreler arasında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($p<0.05$).

Katılımcıların Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği ve Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği puanları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçları tablo 14’de belirtilmiştir.

Tablo 14: Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği ile Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

		<i>Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği</i>	<i>Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği</i>
<i>Spor-Fitness Merkezleri Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeği</i>	Pearson Correlation	1	0,969**
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	74	74
<i>Spor Merkezlerinde Algılanan Değer Ölçeği</i>	Pearson Correlation	0,969*	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	74	74

Tablo 14 incelendiğinde iki ölçek arasında anlamlı düzeyde farklılığın olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Ayrıca, Pearson Korelasyon katsayısı $r=0,969$ olup iki ölçek arasında pozitif yönlü bir ilişki söz konusudur.

SONUÇ



Teknolojik gelişmelerle birlikte bilgiye ulaşım kolaylaşmış ve kişilerin satın aldıkları ürünleri kıyaslama şansı oluşmuştur. Bu durum, kuruluşların buldukları pazarda varlıklarını korumak ve sürdürülebilir bir başarı sağlamak için rakiplerine karşı daha güçlü olmalarını gerekli kılmaktadır.

Çalışmada, spor merkezlerinde hizmet alan kişilerin hizmet kalitesi algıları ile değer algıları arasındaki ilişkinin bazı demografik özellikler de dikkate alınarak incelenmesi amaçlanmıştır.

Katılımcıların “Spor-fitness merkezleri algılanan hizmet kalitesi ölçeği” ve “Spor merkezlerinde algılanan değer ölçeği” puanları arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla Korelasyon Analizi uygulanmıştır. İki ölçek arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Çalışma sonuçlarına göre, katılımcıların hizmet kalitesi algıları ve algılanan değer arasında bir ilişki söz konusu olup, spor merkezlerine spor yapmak amacıyla gelen kişilerin hizmet kalitesi algıları değer algılarını pozitif yönlü olarak etkilemektedir.

Katılımcıların “Spor-fitness merkezleri algılanan hizmet kalitesi ölçeği” ve “Spor merkezlerinde algılanan değer ölçeği” puanları ile “cinsiyet”, “yaş”, “medeni durum” ve “eğitim düzeyleri” arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Belirtilen bu değişkenler bu çalışma için ayırt edici bir özellik değildir.

Katılımcıların “Spor-fitness merkezleri algılanan hizmet kalitesi ölçeği” ve “Spor merkezlerinde algılanan değer ölçeği” puanları ile devam süreleri aralarında anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre spor merkezlerine “5-6 yıl” ve “7 yıl ve üzeri” devam eden katılımcıların ölçek puanları diğer katılımcılara göre daha yüksektir. Bu durum, algılanan hizmet kalitesi ve değer algısının kişilerin spor merkezlerine devam etme kararını etkilediğini göstermektedir.

Algılanan hizmet kalitesi, tüketici beklentisi ve algısı arasındaki değerlendirme sonucunda oluşmaktadır. Şayet hizmetten beklenti ile algılanan kalite arasında bir uyum yoksa, bu durum kuruluşa yönelik olumsuz bir değerlendirmenin oluşmasına sebep olur. Algılanan kalitenin beklentiyi aşması durumunda ise bu durum kuruluşa bir kazanım olarak yansımaktadır. Müşteriler genel olarak bir ürün ya da hizmetten sağlanan faydaları ve maliyetleri nesnel olarak değerlendirmez, daha çok algılanan değere göre hareket ederler. Bu sebeple kuruluşların müşterilerinin kalite algılarını kontrol etmeleri önem taşımaktadır (Demirağ ve Durmaz, 2019).

Çalışma sonuçları doğrultusunda spor merkezlerinde hizmet kalitesinin iyileştirilmesinin katılımcıların değer algısını da etkileyeceğini söylemek mümkündür. Bu durumun kişilerin satınalma alışkanlıklarını da etkileyeceği göz önünde bulundurulduğunda, spor mer-



kezzlerinin hizmet kalitesini iyileştirmesinin gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Bu konuda yapılacak çalışmalar spor merkezlerinde müşteri memnuniyetinin sağlanması ve sürdürülebilir bir başarının yakalanması açısından önem taşımaktadır.

KAYNAKÇA

Kotler, P.T., Armstrong,G. (2001). *The Principles of Marketing*, New Jersey: Prentice Hall

Parasuraman, A., Zeithaml, V.A., Berry L.L.(1985). "A Conceptual Model of Service Quality and Its Implications for Future Research", *Journal of Marketing*, Vol.49, 41-50.

Aydın, K. (2005). "Hizmet İşletmelerinde Servqual Yöntemi İle Hizmet Kalitesinin Ölçümü ve Kocaeli' deki Seyahat İşletmelerinden Efe Tur Uygulaması", *Sosyal Siyaset Konferansları Dergisi*, 50:1101-1130.

Yumuşak, N. U. (2006). *Hizmet Kalitesinin Ölçümü Ve Hizmet Kalitesini Etkileyen Faktörler: Uşak Ticaret ve Sanayi Odası Uygulaması. Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Yönetim Organizasyon Programı, İzmir.*

Demireli, C. ve Bayraktar, U. (2014). *Hizmet Kalitesi ve Hizmet Değeri Müşteri Memnuniyetine Etkisi: Demiryolu Taşımacılığında Bir Uygulama. Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 13(4), 919-937.

Çimen, Z. (2003). *Spor Hizmetlerinde Toplam Kalite Standartları. İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 11 (3), 13-17.

Demirağ, B.,Durmaz,Y. (2019). *Algılanan Hizmet Kalitesinin Algılanan Değer ve Tutumsal Marka Sadakati Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi: 5 Yıldızlı Sayfiye ve Şehir Otelleri Örneği. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 693-726.

Uçak, Y. (2007). *Spor –Fitness Merkezlerinin Algılanan Hizmet Kalitesi Ölçeğinin Geliştirilmesi, Doktora Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.*

Erdoğan, A., Şirin, E.F. (2020). *Algılanan Hizmet Kalitesi Hizmet Değeri ve Memnuniyet Üzerinde Algılanan Risk Faktörünün Etkisi: Sağlıklı Yaşam ve Spor Merkezleri Üzerine Bir Uygulama, Spormetre The Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 18(4), 2020, 134-153.



MAKSİMAL BİR EGZERSİZİN SERUM NİTRİK OKSİT DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Zafer BİLGİN¹, Faruk TURGAY², Oya YİĞİTTÜRK³

¹*Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü*

²*Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü*

³*Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor ve Sağlık Bilimleri*

Ös

Nitrik oksit (NO), metabolizmayı düzenleyen, damarların genişlemesini sağlayan antioksidan bir bileşiktir. Anaerobik egzersizlerin NO üzerine etkileri çelişkilidir. Bu çalışmanın amacı maksimal bir egzersizin serum NO düzeyleri üzerine etkisini ve bu olası etkilerde oksidatif stres (OS)'in rolünü araştırmaktır. 40 anaerobik spor yapan erkek sporcu (yaş; 20.50±2.24) ve 41 sedanter (yaş; 22.02±2.82)'e Yoyo aralıklı toparlanma testi (seviye 1) uygulandı. Test-öncesi ve -sonrası alınan kan örneklerinden NO, oksidatif stres indeksi (OSİ): total oksidan statüsü/total antioksidan statüsü (TOS/TAS oranı) seviyeleri ölçüldü. Sporcu ve sedanterlerin test-sonrası NO değerleri arttı (p<0.001). Sporcuların test-öncesi (%29, p=0.056) ve sonrası (p=0.039) NO düzeyleri sedanterlerden daha düşük bulundu. Sporcuların test-öncesi OSI değeri sedanterlerden daha yüksek (p=0.036), TAS değeri ise düşüktü (p=0.020). Bu bulgular, maksimal bir egzersiz sonrası NO düzeylerinin her iki grupta da arttığını, ancak sporcuların hem bazal hem de egzersiz sonrası NO değerlerinin kontrolden daha düşük olmasında OS'nin rolünün olabileceğini gösterir.

Anahtar kelimeler: nitrik oksit; oksidatif stres; anaerobik egzersiz; maksimal akut egzersiz.

EFFECTS OF A MAXIMAL EXERCISE ON SERUM NITRIC OXIDE LEVELS

Abstract

Nitric oxide (NO) is an antioxidant compound that regulates metabolism and enables vascular dilation. This study aims to investigate the effect of maximal exercise and chronic anaerobic training on serum NO levels and the role of oxidative stress (OS) in these possible effects. Yoyo intermittent recovery test (level-1) was applied to 40 male athletes



(age:20.50±2.24), and 41 sedentary individuals (age:22.02±2.82). From pre- and post-test postprandial venous blood samples NO, OS index (OSI) and total oxidant status/total antioxidant status (TOS/TAS ratio) were determined. Post-test NO levels increased in both athletes and sedentary ($p<0.001$). In athletes, pre- (%29, $p=0.056$) and post-test ($p=0.039$) NO levels were lower than sedentary. In athletes pre-test OSI was higher than sedentary ($p=0.036$) yet, TAS was lower ($p=0.020$). Post-exercise NO levels increased significantly in both groups, but both basal and post-exercise NO levels of athletes were lower than control and OS may have a role in these differences.

Keywords: nitric oxide; oxidative stress; anaerobic exercise; maximal acute exercise.

GİRİŞ

Nitrik oksit (NO), kas ve sinirler dahil birçok dokudan salgılanan bir gazdır. Endotelin korunması, vazodilatasyon, enerji metabolizması, mitokondriyal solunum ve trombosit fonksiyonu gibi birçok parametrenin regülasyonunda önemli rolü bulunur (Kingwell, 2000; Besco ve ark., 2012). NO oksijene bağımlı bir süreci takiben L-arjinin'den nitrik oksit sentaz (NOS) enzimi aracılığı ile üretilir (Kobzik ve ark., 1994).

Kısa süreli antrenman, egzersizle ilişkili damar duvarındaki kayma gerilimini homeostatik olarak düzenleyerek NO'nun biyoaktivitesini düzenleyebilir. Egzersiz, damarlarda NO bağımlı vazodilatasyonu geliştirmektedir (Green ve ark., 2004). Egzersizlere adaptasyon oluşması kalp ve koroner arterlerin korunmasını ve fonksiyonel kapasitenin artmasını sağlar (Kingwell, 2000). Ayrıca egzersiz, reaktif oksijen türlerinin ve reaktif nitrojen türlerinin artışına sebep olmaktadır. Aerobik organizmalar, oksijen metabolizmasının bir sonucu olarak serbest radikal üretirler. Doğal olarak mitokondride oksijen kullanımının artması bu radikallerin oluşumunu da artırmaktadır (Berzosa ve ark., 2011).

Düşük düzeyde nitrik oksit; endotelin korunması, hücre yenilenmesi ve oksidatif savunma için yararlı etkilere sahiptir ancak, artan egzersiz yükü ile birlikte glikolizin artması oksidatif strese (OS) neden olabilir (Kingwell, 2000). Bunun sonucunda enerji metabolizmasında, glikolizde ve hücrelerde hasarlar oluşturur (Li ve ark., 2017; McConell ve ark., 2012).

Anaerobik antrenmanlar sırasında çokça maksimal egzersizler yapılmaktadır, bunun sonucunda oluşabilecek olan aşırı OS, NO'nun biyoyararlılığını kısıtlayabilir hatta üretimini önemli düzeyde engelleyebilir. Bu, hem sporcuların sağlığını hem de performanslarını negatif olarak etkileyebilir. Bu nedenle bu çalışmanın temel amacı akut maksimal bir egzersizin ve kronik anaerobik antrenmanların serum NO düzeyleri üzerine etkisini ve bu olası etkilerde OS'nin rolünü araştırmaktır.



YÖNTEM

Katılımcılardan yapılan sorgulama sonrası; 18-35 yaş arasında, alkol ve sigara alışkanlığı olmayan, herhangi bir ilacı veya antioksidan bir maddeyi düzenli olarak kullanmayan nobilez (vücut kitle indeksi, VKİ<30) ve en az 3 aydır düzenli anaerobik spor yapan antrene (basketbol, voleybol ve hentbol gibi) 40 sağlıklı erkek sporcu ve benzer yaş ve fiziksel özelliklere sahip 41 sağlıklı sedanter çalışmaya kabul edildi. Katılımcılara dayanıklılık seviyelerini (aerobik kapasiteyi) belirlemek amacıyla Yoyo aralıklı toparlanma testi (seviye 1) yapılmış olup egzersizden 10dk önce ve 10dk sonra olmak üzere venöz kan örnekleri alındı. Serum örneklerinden, NO düzeyi ELİSA kitiyle, total oksidan/antioksidan statüsü (TOS/TAS) parametreleri ticari kitlerle; Plazma numunelerinden TBARS düzeyi Meijer ve ark.(2002)'nın kullandığı yöntemle Ege Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Egzersiz Biyokimyası Laboratuvarında belirlenmiştir.

İstatiksel analizler SPSS 21.0 paket programıyla yapıldı. Anlamlılık için $p<0.05$ değeri temel alındı. Shapiro-Wilk testi ile dağılımın normalitesi belirlendi. Bu test sonrası, sporcu ve kontrol grubunun verileri arasında anlamlı bir değişiklik bulunup bulunmadığı parametrik verilerde "T-Test", parametrik olmayan verilerde "Mann Whitney U Testi" ile belirlendi. Her iki grubun biyokimyasal parametreleri arasındaki ilişkiler "Spearman Korelasyon Analizi" ile ortaya konmuştur. Yapılan uygulamalardan önce ve sonra belirlenen biyokimyasal değerlerin sporcu ve kontrol gruplarında ayrı ayrı karşılaştırılabilmesi için parametrik olmayan "Wilcoxon Testi" kullanıldı.

BULGULAR

Sporcuların bazal (%29 $p=0,056$) ve egzersiz sonrası ($p=0.039$) NO değerleri sedanterlerden daha düşük egzersiz sonrası TBARS değeri ise daha yüksek ($p=0,001$) bulundu. Sporcuların test-öncesi OSI değeri sedanterlerden daha yüksek ($p=0.036$), TAS değeri ise düşüktü ($p=0.020$). Sporcu ve sedanterlerin egzersiz sonrası NO değerleri arttı ($p=0.001$). Ancak TBARS düzeyleri sporcularda artarken sedanter grubunda düştü ($p<0,05$). Kontrol grubunda egzersiz sonrası TAS ile NO değerleri arasında korelasyon bulundu ($r= 0.354$, $p= 0.023$). Ayrıca sporcuların egzersiz sonrası OSI ile TBARS değerleri arasında da bir ilişki bulundu ($r= 0.664$, $p= 0.001$).

TARTIŞMA

Sporcularda OS göstergesi olarak TBARS düzeyleri artarken, beklentilerimizin tersine kontrol grubunda düştüğü gözlemlendi. Sporcularda gözlenen OS'deki artışta yapmakta oldukları antrenmanın bir etkisi olmuş olabilir.



Bir çalışmada uzun süre egzersiz yapan sporcuların NO seviyeleri kontrole göre anlamlı olarak azalma göstermiş ancak buna karşın orta yoğunlukta/sürede çalışan sporcularınkinin ise anlamlı olmasa da belirgin bir şekilde arttığı bulunmuştur. (Kazeem ve ark., 2012). Bu bulgular bizim çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir.

Hentbolcularda yapılan bir çalışmada, bu çalışmadakinin aksine sporcuların dinlenik NO değerlerinin kontrole göre daha yüksek, TBARS seviyeleri ise daha düşük bulunmuştur. Maksimal egzersiz sonrasında ise bu çalışmayla benzer şekilde NO seviyeleri kontrol grubunda artış göstermiştir. Sporcularda ise maksimal egzersiz sonrası NO seviyeleri bu çalışmadaki artışın aksine azalma göstermiştir. Egzersiz sonrası TBARS seviyeleri bu çalışma ile benzer şekilde kontrol grubunda düşüş göstermiştir (Djordjevic ve ark., 2012). Yine hentbolcularda yapılan bir başka çalışmada, yoğun egzersiz döneminde TBARS düzeylerinin anlamlı olarak arttığı belirtilmiştir (Marin ve ark, 2013). Bu çalışmada da egzersiz sonrası TBARS seviyelerinde benzer bir artış görülmüştür.

Fiziksel aktif erkeklerde uygulanan akut bir egzersiz protokolü sırasında tükürük NO seviyesinin arttığı ve egzersizin sonunda da 24 saate kadar bu seviyeyi koruduğu belirtilmiştir (Rahman ve ark., 2010). Başka bir çalışmada dayanıklılık antrenmanı yapan sporcularda istemli tükenene kadar kademeli artan koşu bandı egzersizi sonrasında TBARS ve TAS seviyelerinde anlamlı artışlar bulunduğu belirtilmiştir. Egzersizden 30 dakika sonra TBARS seviyesinin bazal değerlere döndüğü, TAS seviyesinin ise artışı koruduğu belirtilmiştir (Vider ve ark., 2001).

Kontrol grubunda egzersiz öncesinde TAS ile NO arasında anlamlı olmayan pozitif yönlü bir ilişki bulunmasına karşın egzersiz sonrasında TAS ile NO ($r= 0.354$, $p= 0.023$) arasındaki ilişki anlamlıydı. Bu ilişkiler kontrol grubunda, NO arttıkça TAS'da da artış meydana geldiğini ve bu artışta egzersizin rolünün olabileceği gösterir. Sporcuların egzersiz sonrası OSİ ile TBARS değerleri arasındaki ilişki ($r= 0.664$, $p= 0.001$) egzersiz sonrası sporcularda artan TBARS düzeylerinin OS'ye olan katkısını gösterebilir.

Sonuç olarak bu çalışma sonuçları maksimal egzersiz sonrası NO düzeylerinin her iki grupta da anlamlı olarak arttığını, ancak sporcuların hem bazal hem de egzersiz sonrası NO değerlerinin kontrolden daha düşük olduğunu ve bu farklılıklarda oksidatif stresin rolü olabileceğini gösterir. Daha fazla sayıda katılımcı ile ve benzer özelliklerde çalışmaların yapılması daha iyi sonuçlar elde edilmesine yardımcı olacaktır.

KAYNAKÇA



Berzosa, C., Cebrian, I., Fuentes-Broto, L., Gómez-Trullén, E., Piedrafita, E., Martínez-Ballarín, E., ... García, J. J. (2011). Acute exercise increases plasma total antioxidant status and antioxidant enzyme activities in untrained men. *BioMed Research International*, 2011.

Besco, R., Sureda, A., Tur, J. A. ve Pons, A. (2012). The effect of nitric-oxide-related supplements on human performance. *Sports medicine*, 42(2), 99-117.

Djordjevic, D., Čubrilo, D., Barudzic, N., Vuletic, M., Zivkovic, V., Nesic, M., ... Jakovljevic, V. (2012). Comparison of blood pro/antioxidant levels before and after acute exercise in athletes and non-athletes. *General physiology and biophysics*.

Green, D. J., Maiorana, A., O'Driscoll, G. ve Taylor, R. (2004). Effect of exercise training on endothelium-derived nitric oxide function in humans. *The Journal of physiology*, 561(1), 1-25.

Kazeem, A., Olubayo, A. ve Ganiyu, A. (2012). Plasma nitric oxide and acute phase proteins after moderate and prolonged exercises. *Iranian Journal of Basic Medical Sciences*, 15(1), 602.

Kingwell, B. A. (2000). Nitric oxide as a metabolic regulator during exercise: effects of training in health and disease. *Clinical and Experimental Pharmacology and Physiology*, 27, 239–250.

Kobzik, L., Reid, M. B., Brecht, D. S. ve Stamler, J. S. (1994). Nitric oxide in skeletal muscle. *Nature*, 372(6506), 546–548. <https://doi.org/10.1038/372546a0>

Li, L., Zhu, L., Hao, B., Gao, W., Wang, Q., Li, K., ... Liu, Q. (2017). iNOS-derived nitric oxide promotes glycolysis by inducing pyruvate kinase M2 nuclear translocation in ovarian cancer. *Oncotarget*, 8(20), 33047–33063. <https://doi.org/10.18632/oncotarget.16523>

Meijer, E. P., Goris, A. H., Van Dongen, J. L., Bast, A., & Westerterp, K. R. (2002). Exercise-induced oxidative stress in older adults as a function of habitual activity level. *Journal of the American Geriatrics Society*, 50(2), 349-353.

Marin, D. P., Bolin, A. P., Campoio, T. R., Guerra, B. A. ve Otton, R. (2013). Oxidative stress and antioxidant status response of handball athletes: implications for sport training monitoring. *International immunopharmacology*, 17(2), 462-470.



McConnell, G. K., Rattigan, S., Lee-Young, R. S., Wadley, G. D. ve Merry, T. L. (2012). Skeletal muscle nitric oxide signaling and exercise: a focus on glucose metabolism. *American journal of physiology. Endocrinology and metabolism*, 303(3), E301–E307. <https://doi.org/10.1152/ajpendo.00667.2011>

Rahman, Z. A., Abdullah, N., Singh, R., ve Sosroseno, W. (2010). Effect of acute exercise on the levels of salivary cortisol, tumor necrosis factor- α and nitric oxide. *Journal of oral science*, 52(1), 133-136.

Vider, J., Lehtmaa, J., Kullisaar, T., Vihalemm, T., Zilmer, K., Kairane, Č., ... Zilmer, M. (2001). Acute immune response in respect to exercise-induced oxidative stress. *Pathophysiology*, 7(4), 263-270.



OKSİDATİF STRES VE HEMATOLOJİK PARAMETRELER ARASINDAKİ İLİŞKİLERDE TMPRSS6 RS855791 POLİMORFİZMİNİN ROLÜ VAR MIDIR?

Faruk TURGAY¹, Oya YİĞİTTÜRK², Cansu KAHRAMAN²

¹Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

²Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor ve Sağlık Bilimleri

ÖZ

Demir vücut için esansiyel bir element olup metabolizması temel olarak hepsidin hormonu tarafından düzenlenir. Vücuttaki fazla demir oksidatif strese nedeni olması gerekçesiyle ateroskleroz için risk faktörü olarak kabul edilmektedir. Bu çalışmada, kan oksidatif stres ve hematolojik parametreleri arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerde hepsidin TMPRSS6 rs855791 C/T polimorfizmi (TMPRP) ve aerobik egzersiz antrenmanının rolü araştırıldı. Bu çalışmaya 43 sağlıklı antrene erkek futbol hakemi (23.0±2.42 yaş) ve 41 sedanter (22.9±2.93 yaş) katıldı. Serum kan örneklerinden; okside LDL, oksidatif stres indeksi (total oksidan/antioksidan statüsü oranı (TOS/TAS oranı), TBARS, hemogram, demir ve ferritin düzeyleri standart metodlarla belirlendi. TMPRP genomik DNA örneklerinden belirlendi. Kontrol CC grubunun eritrosit (p=0.021) ve demir (%20, p>0.05) parametreleri Tt taşıyıcı kontrol grubununkilerden daha büyük, TBARS (%25, p>0.05) değeri ise daha küçük olmasına rağmen sporcu Tt grubunun oksidatif stres ve demir ile ilişkili profili CC grubuna göre daha iyiydi. Demir ve oksidatif stres ilişkisinde TMPRP ve aerobik egzersiz antrenmanının rolü olabilir.

Anahtar Kelimeler: demir, TMPRSS6 rs855791, aerobik egzersiz

DOES TMPRSS6 RS855791 POLYMORPHISM HAVE A ROLE IN THE RELATIONS BETWEEN OXIDATIVE STRESS AND HEMATOLOGICAL PARAMETERS?

ABSTRACT

Iron is an essential element for the body and its metabolism is mainly regulated by hepcidin. Excess iron in the body is accepted as a risk factor for atherosclerosis because it causes oxidative stress (OS). In this study, the relationships between blood OS and hematological parameters, and the role of TMPRSS6 rs855791 polymorphism (TMPRP) and aerobic exercise training were investigated in these relationships. From serum blood samples; oxidized LDL, OS index (total oxidant/antioxidant status ratio (TOS/TAS ratio), TBARS, hemogram, iron and ferritin levels were determined in 43 male football referee (age:23.0±2.42) and 41 sedentary men (age:22.9±2.93). TMPRP was determined from genomic DNA samples. Although control CC group's erythrocyte



($p=0.021$) and iron (20%, $p>0.05$) parameters were higher, and TBARS (25%, $p>0.05$) value was lower than those of the control Tt group, athletic Tt group's OS and iron-related profile was better than the CC group. TMPRP and aerobic exercise training may have a role in the relationship between iron and OS.

Keywords: iron, TMPRSS6 rs855791, aerobic exercise

GİRİŞ

Demir, vücut için esansiyel bir elementtir. Ancak fazla bulunduğu vücutta hasara yol açabilir. Metabolizma için gerekli olan demir farklı mekanizmalarla sağlanmakta, vücutta toksisiteye yol açmayacak şekilde saklanmakta ve ihtiyaç halinde kullanılmaktadır ¹. Hepsidin, demir emilimini engelleyerek demir metabolizmasını düzenlemektedir ².

Demir metabolizmada +2 değerlikli ferröz (Fe^{2+}) ve +3 değerlikli ferrik (Fe^{3+}) yapısında bulunur ve bu yapılar arasında kolay bir şekilde geçiş yapabilir ³. Demir, Fe^{2+} iyonu halinde duodenumdan ve proksimal jejunumdan absorbe olmaktadır ⁴. Demir Fenton reaksiyonunda H_2O_2 ile reaksiyona girerek yüksek oranda reaktif $\bullet OH$ -radikalleri üretmeye eğilimlidir ve bu reaksiyon oksidatif stres ve hücrel demir metabolizması ile yakından ilişkilidir ^{5,6}. Okside düşük yoğunluklu lipoprotein (LDL)'lerin insan arteriyel düz kas hücrelerini modifikasyonu, tiyobarbitürik asit ile reaktif olan malondialdehit benzeri oksidasyon ürünlerinin artan içeriği ile ilişkilidir. Kültür ortamında demir veya bakırın mikromolar konsantrasyonları lipoprotein modifikasyonunu desteklemiştir ⁷. LDL'nin bu metal iyon aracılı modifikasyonu, aterosklerozun patogeneziye katkıda bulunabileceği belirtilmektedir ^{7,8}.

TMPRSS6 genindeki *rs855791* tek nükleotid polimorfizmi'nin hepsidin ve serum demir seviyeleri üzerinde etkisi bulunmaktadır ⁹. TMPRSS6 mutasyonları, hepsidin seviyelerinin artmasına ve demir emiliminin azalmasına yol açmaktadır ¹⁰. Ayrıca bu polimorfizmin genel erişkin popülasyonlarında daha düşük transferrin saturasyonu (TS), hemoglobin ve MCV seviyeleri ile ilişkili olduğu ortaya konulmuş, eritropoez ve demir homeostazında rolü olabileceği de belirtilmiştir ¹¹. Demir eksikliği ve demir eksikliği anemisi için de genetik risk faktörü olduğu gösterilmiştir ¹².

Bu nedenlerle bu çalışmada kan oksidatif stres ve hematolojik parametreleri arasındaki ilişkiler ve bu ilişkilerde TMPRP'nin ve aerobik egzersiz antrenmanının rolünü araştırmayı amaçladık.

YÖNTEM

Bu çalışmaya 43 sağlıklı antrene erkek futbol hakemi (23.0±2.42 yaş) ve 41 sedanter (22.9±2.93 yaş) katıldı. Çalışmaya kabul edilen katılımcılar, herhangi bir sakatlığı, hastalığı olmayan, alkol, sigara, veya herhangi bir ilacı ve antioksidan bir maddeyi düzenli olarak kullanmayan, obez olmayan (vücut kütle indeksi (VKİ) <30) ve 18-35 yaş arası kişilerdi.

Katılımcıların dayanıklılık düzeylerini belirlemek için saha koşullarında YOYO (level-2) aralıklı dayanıklılık (koşu) testi yapıldı. Test sonrası alınan kanlardan araştırma amacıyla: hemogram;



biyokimyasal parametreler; demir, ferritin, okside LDL (oksLDL), tiyobarbitürik asitle reaksiyona giren maddeler (TBARS), total antioksidan ve oksidan statüsü (TAS ve TOS) belirlendi. Serum örneklerinden: demir, ferritin ve hemogram analizleri standart enzimatik-kinetik yöntemlerle Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Tıbbi Biyokimya Laboratuvarında yapıldı. Serum oksLDL düzeyi enzim bağlantılı immüno sorbent analiz (ELISA) yönteminin kullanıldığı ticari bir kit (Elabscience biotechnology Co.,Ltd.,China) ile bir mikropate okuyucu (Dialab EL X800G, Austria) kullanılarak kit içeriklerindeki prosedürlere göre gerçekleştirildi. Serum TAS ve TOS düzeyleri ticari kitler (Rel Assay Diagnostics, Turkey) kullanılarak kromojenik metodla spektrofotometrik olarak bir mikrotabak okuyucuda (Epoch 2, BioTek, USA,) gerçekleştirildi. Lipid peroksidasyonunun göstergesi olarak kullanılan plazma TBARS ölçümü manuel yöntemle bir spektrofotometre (Shimadzu UV 1700, Japonya) kullanılarak gerçekleştirildi. TMRSS6 genotipleme için PCR-RFLP tekniği kullanıldı. 5'-TAGAGAACAGGGGCTCCAGG-3' (f) ve 5'-ATGTGGG-CAGCATCCTTTC-3' (r) primerlerle çoğaltılan bölgelerde ilgili polimorfizmin varlığını tespit edebilmek için özgül restriksiyon enzimi (stul) kullanıldı.

İstatistiksel analizler, SPSS 22 paket programıyla gerçekleştirildi. Verilerin analizinde ilk önce değişkenlerin normal dağılıma uyup uymadığını sınamak için Shapiro-Wilk normallik testi uygulandı. Değişkenlere ait egzersiz ve kontrol gruplarından elde edilen ölçüm değerleri arasında anlamlı farklılığın olup olmadığını belirlemek için parametrik olan verilerde 'T-Test', nonparametrik olan verilerde ise 'Mann Whitney U Testi' uygulandı. Her iki grubun oksidatif stres ve hematolojik parametreleri arasındaki ilişkiler "Spearman ve Pearson Korelasyon Analizleri" ile ortaya kondu. Genotip ve allel frekansları Hardy-Weinberg eşitliği kullanılarak hesaplandı. Gruplar arası genotip frekansları arasındaki farklılıklar ki-kare testi ile hesaplandı. Bağımlı değişkenler için genotip ve egzersiz arasındaki etkileşimler 2 x 2 (ana grup x genotip alt grupları) iki yönlü varyans analizi (ANOVA) ile bulundu. İstatistiksel analizlerde $p < 0.05$ seviyesi anlamlılık düzeyi kabul edildi.

BULGULAR

Sporcuların TMRP-T taşıyıcı (Tt) grubunun eritrosit ($p=0.012$, polimorfizmle ilişkili) ve TAS ($p=0.002$) değerleri kontrol grubununkinden anlamlı olarak daha büyük, OSI değeri ise daha küçüktü ($p=0.025$). Buna karşın sporcuların CC homozigot grubunun demir ($p=0.015$) ve TS ($p=0.010$) değerleri kontrolünkilerden anlamlı olarak daha küçük ve TBARS (%34, $p>0.05$) değeri ise daha büyüktü. Ayrıca sporcuların her iki genotip gruplarının YOYO değerleri kontrolünkilerden daha büyüktü ($p<0.001$). Gruplar kendi içinde karşılaştırdıklarında sporcu CC grubunun TDBK değeri Tt grubununkinden daha büyüktü; kontrol CC grubunun eritrosit ($p=0.021$), demir (%20, $p>0.05$), ve TS (%23, $p>0.05$) değerleri Tt grubununkilerden daha büyük, ferritin (%23, $p>0.05$) ve TBARS (%25, $p>0.05$) değerleri ise daha küçüktü.

Kontrol CC grubunda TOS ile TS arasında negatif ilişki ($r= -0.561$ $p= 0.037$) bulundu. Tüm sporcu grubunda ise: demir ile TAS ($r= -0.308$ $p=0.044$) ve TOS ($r= -0.396$ $p=0.009$) arasında; TS ile TOS ($r= -0.445$ $p=0.003$) ve OSI ($r= -0.317$ $p=0.038$) arasında ilişkiler bulundu. Sporcu Tt



grubunda da demir ile TAS ($r = -0.469$ $p=0.009$), TOS ($r = -0.585$ $p=0.001$) ve OSİ ($r = -0.448$ $p=0.013$) arasında; TS ile TAS ($r = -0.542$ $p=0.002$), TOS ($r = -0.634$ $p=0.000$) ve OSİ ($r = -0.485$ $p= 0.007$) arasında ilişkiler bulundu.

TARTIŞMA

Vücuttaki fazla demir hücrelere zarar verebilir. Hem hücre zarındaki hem de kandaki lipid ve lipoproteinleri okside edebildiğinden demir ateroskleroz risk faktörü olarak kabul edilmektedir¹³. Bu nedenle, kültür ortamında metal iyon konsantrasyonu, *in vitro* olarak LDL modifikasyonuna büyük ölçüde katkıda bulunur⁷. Bu çalışmada sporcu grubunda beklediğimizin dışında çıkan korelasyonların nedeni oksidatif stresin demir dışında başka faktörler tarafından da artabileceğinden, ayrıca bu ilişkilerin kontrol grubunda olmayıp sporcularda daha belirgin olması da demir metabolizmasının antrenmandan fazlaca etkilenmesinin bir sonucu olabilir. TAS ile demir negatif ilişkisinin nedeni de demirin oksidatif niteliğinden kaynaklanabilir^{5,6}.

Kontrol CC genotip kontrol grubunun eritrosit ($p=0.021$) ve demir (%20, $p>0.05$) parametrelerinin Tt taşıyıcı grubundan daha büyük olmasına rağmen sporcu CC genotip grubunda ise demir değerinin kontrolünkinden küçük olması ($p=0.015$), CC grubunun antrenmandan bu parametreler için genetik eğilimi nedeniyle kötü etkilendiğini konfirme eder niteliktedir.

Aynı şekilde kontrol CC grubunun TBARS (%25, $p>0.05$) değeri Tt grubunkilerden daha küçük olmasına rağmen sporcu CC grubunun TBARS değerinin kontrolden daha büyük olması da CC grubunun antrenmandan bu parametre için genetik eğilimi nedeniyle kötü etkilendiğini konfirme eder niteliktedir.

Sonuç olarak; kontrol CC grubunun eritrosit ve demir parametreleri Tt taşıyıcı grubunkilerden daha büyük, TBARS değeri ise daha küçük olmasına rağmen sporcu Tt grubunun oksidatif stres ve demir ile ilişkili profili CC grubuna göre daha iyiydi. Demir ve oksidatif stres ilişkisinde TMPRP ve aerobik egzersiz antrenmanın rolü olabilir.



TEŞEKKÜR

Çalışmaya katılan tüm katılımcılara ve bu çalışmayı finansal olarak desteklemiş olan Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimi (Proje numarası 18-SPR-001)'ne teşekkür ederiz.

REFERANSLAR

1. Wilson DB. Disorders of iron metabolism and sideroblastic anemia. *Nathan Oski's Hematol Infancy Childhood 6th ed Philadelphia WB Saunders Com.* Published online 2009:522-542.
2. Ganz T. Heparin, a key regulator of iron metabolism and mediator of anemia of inflammation. *Blood.* 2003;102(3):783-788.
3. Politou M, Papanikolaou G. Heparin: A key iron regulator involved in the pathogenesis of anaemia of chronic disease. 2004;7:165-174.
4. Schoene RB, Escourrou P, Robertson HT, Nilson KL, Parsons JR, Smith NJ. Iron repletion decreases maximal exercise lactate concentrations in female athletes with minimal iron-deficiency anemia. *J Lab Clin Med.* 1983;102(2):298-305.
5. Bresgen N, Eckl PM. Oxidative Stress and the Homeodynamics of Iron Metabolism. *Biomolecules.* 2015;5(2):808-847.
6. Pantopoulos K, Hentze MW. Rapid responses to oxidative stress mediated by iron regulatory protein. *EMBO J.* 1995;14(12):2917-2924.
7. Heinecke JW, Rosen H, Chait A. Iron and copper promote modification of low density lipoprotein by human arterial smooth muscle cells in culture. *J Clin Invest.* 1984;74(5):1890-1894.
8. Formanowicz D, Radom M, Rybarczyk A, Formanowicz P. The role of Fenton reaction in ROS-induced toxicity underlying atherosclerosis – modeled and analyzed using a Petri net-based approach. *Biosystems.* 2018;165:71-87.
9. Meynard D, Vaja V, Sun CC, et al. Regulation of TMPRSS6 by BMP6 and iron in human cells and mice. *Blood.* 2011;118(3):747-756.
10. Du X, She E, Gelbart T, et al. The serine protease TMPRSS6 is required to sense iron deficiency. *Science (80-).* 2008;320(5879):1088-1092.
11. Poggiali E, Andreozzi F, Nava I, et al. Analysis of TMPRSS6 polymorphisms in patients with iron deficiency anemia partially responsive to oral iron treatment. 2013;122(21):3438.



12. An P, Wu Q, Wang H, et al. Tmprss6, but not Tf, Tfr2 or Bmp2 variants are associated with increased risk of iron-deficiency anemia. *Hum Mol Genet.* 2012;21(9):2124-2131.
13. Çavuşoğlu Y, Altay H, Cetiner M, et al. Iron deficiency and anemia in heart failure. *Turk Kardiyol Dern Ars.* 2017;45(Suppl 2):1-38.



ANALYZE THE DIFFERENCES BETWEEN MACHINE-BASED RESISTANCE TRAINING AND FREE WEIGHT TRAINING AND CORRELATIONS TO MOBILITY

Milaim BERİSHA¹

¹Istanbul Gelisim University, School of Physical Education and Sport, Coaching Department

Öz

Aim of the study: Determination of the differences between Machine-Based Resistance Training and Free Weight Training and correlations to mobility such a skill with high range of motion during movement execution. **Methods:** The study included 10 female physical education and sport students aged 7-9 years old, with an average body height of 167.0, weight of 59.3, and body mass index of 20.9. The students included in the study were informed about the benefits and risks (even there is no risk detected) of the study and participation was made on a voluntary basis. Wight lifting tests included in the study were; bench press on the smith machine, dumbbell bench press, smith machine squat, barbell squat, smith machine shoulder press, barbell shoulders press. Measurement of the mobility tests was made by using the Kinovea-0.9.4-x64-exe program. For the data analysis, SPSS 26 program was used. The normality of the variables was determined by using skewness and kurtosis calculation. To handle the results of the study independent samples T-test and percentile(s) statistics were used. Correlations between tests were made by using Pearson correlation analysis. **Results:** Results of the study have shown that differences between machine-based weight lifting and free weight lifting were statistically significant ($p<0.05$). On the other hand, there was no statistically significant correlation ($p>0.05$) between resistance training and mobility which is characterized by a high range of motion during movement execution. **Conclusion:** machine-based resistance training may affect better in the ability to target specific muscle groups, whereas free weight training results to be better in stabilizing the body and extremities during multiplanar movements which seem to be closer to the skills such as mobility.

Key Words: Resistance Training, Weightlifting, Mobility, Motor Skills



Introduction

Machine-based training methods are easier to use by beginners and injury risk is lower in comparison to free weight training. Otherwise, free weight training is more preferred by bodybuilders and athletes whose target is motor skills development because is know that free weight training is more beneficial in this case (1). In nowadays machine-based and free weight resistance training is widely used in order to gain muscle mass, force, etc. In addition, resistance training is used in different seasons of many sport changes in order to increase general motor skills and branch-specific skills. In order to be more effective, according to the goals of the athletes, branch characteristics, athlete characteristics, and physical level resistance training is divided into different categories. Some of them are machine-based and free-weight resistance training. Many times athletes seem to have difficulties in deciding which type of exercise to use. Based on the literature, when free weight training methods are compared to machine-based training methods, each has advantages and disadvantages (2). Machine-based resistance training plays an important role on both the recreational and competitive athletes in sports branches such as weight lifting, etc (3).

The stability provided by the machine in the machine-based resistance training may result in a better ability to target specific muscle groups, which may be more beneficial in a gain of muscle mass. However, in the context of sports performance, muscle rarely if ever functions in such an isolated fashion (2, 4, 5). So, in order to increase sportive performance free weight resistance training may be more effective. It also is related to the sport branches and athletes' goals targeted motor skills (6). Because of the many variables are included in sportive performance, resistance training gets more complex. Even its knows which type of training is more or less beneficial, it's very difficult to determine the effect size of these training types on certain performances. To determine the effect size of the different training types on certain sportive performance, firstly it needs to be determined to differences between training types such as a machine-based and free weight training, and the problem of our study starts here. In addition, the literature includes studies that are made in order to contradict another study's results about differences between free weight and machine-based resistance training (7).

In the light of the previous information, the study aims to determine the differences between Machine-Based Resistance Training and Free Weight Training. Besides this, determination of the correlations between resistance training the motor skills such as flexibility and mobility is aimed.



Methods

Study model

Based on the aims to determine differences between machine-based and free weight training, the study consists of a comparative method. The machine-based group consists of three and the free weight group consist of three elements. Compared pair groups were made by selecting one movement from machine-based training, another from free weight training, which includes similar muscle groups.

Participants

In the study, 12 female physical education and sport students whose mean body height was 60.3 kg and body height was 169.1 centimeters were included. The students included in the study and parents were informed about the benefits and risks (even there is no risk detected) of the study. The study was made according to the Helsinki Declaration which protects the privacy of the volunteers.

Resistance training tests included on the study

Resistance training tests included in the study were divided into two category; machine-based resistance tests and free weight resistance tests.

Machine-Based resistance tests:

BPSM: Bench press on Smith machine

SMS: Smith Machine Squat

SMSHP: Smith machine shoulder press

Free weight resistance tests:

DBP: Dumbbell bench press

BS: Barbell Squat

BSHP: barbell shoulders press

Test application protocols and maximal power calculation

All test protocols were made based on the literature such a ‘‘Serious Strength Training’’ (8) and NSCA (6).

The maximal power of the students was determined by using the ‘‘1RM’’ program, which calculates the maximal power based on the maximal repetition of the exercise. For the maximum number of repetitions at 70, 80, and 90% of 1RM, each lifter was instructed to



perform as many repetitions as possible, to failure, at the percentage selected for a particular lift. Application of the repetitions was made continuously, with no more than a 2-second pause between repetitions (9). Once again, for correctness, the maximum number of repetition attempts was evaluated by the 1RM app. This method was selected in order to avoid the injury risk that may occur during the “1RM” classic method in people whose physical level is not sufficient.

Flexibility and mobility tests included in the study

LRF-RL: Leg Raise Forward (Right Leg), LRF-LL: Leg Raise Forward (Left Leg), LRS-RL: Leg Raise Sideward (Right Leg), LRS-LL: Leg Raise Sideward (Left Leg), ATA⁰SHF: Arm-Trunk Angle (shoulder flexion), SRT: Seat and Reach Tests were included in the study. Calculation of the angle degrees was made by using the Kinovea-0.9.4-x64.exe program. Determination of the reference points for each test were anatomical points of the body (10, 11).

Data analysis

Data analysis in the study was made by using the IBM SPSS statistics 26 programs. The normality of the data was tested by the skewness and kurtosis analysis. Based on the normality of the data, differences between two independent variables were calculated by using the Independent-samples T-test analysis. Correlation between continued types of variables was made by using the Pearson correlation method.

The difference percentage between machine-based and free weight training was calculated by using the formula “ $\% \Delta = (x \text{ machine-based} - x \text{ free weight}) / \text{free weight} * 100$ ”.

Calculation of the angle degrees in the flexibility and mobility tests was made by using the Kinovea-0.9.4-x64.exe program



Findings

Table 1. Differences between Machine-Based Resistance Training and Free Weight Training

Pairs	Gro- ups	Variab- les	$\bar{X}\pm SD$	Skew.	Kur.	p	% Δ
Pair A	1	BPSM	33.429 \pm 7.5467	.372	-1.608	.010*	46.252
	2	DBP	22.857 \pm 4.1404	.457	.510		
Pair B	1	SMS	62.143 \pm 9.8561	-.252	.494	.050*	24.642
	2	BS	49.857 \pm 11.2758	1.016	1.597		
Pair C	1	SMSHP	29.857 \pm 3.0237	.190	-2.647	.005*	23.667
	2	BSHP	24.143 \pm 3.1320	1.456	.954		

P<0.05*, 1=Machine-Based Resistance, 2=Free Weight Resistance, BPSM: Bench press on Smith machine, DBP: Dumbbell bench press, SMS: Smith Machine Squat, BS: Barbell Squat, SMSHP: Smith machine shoulder press, BSHP: barbell shoulders press

Table 1 shows the statistically significant differences between machine-based resistance and free-weight resistance in both three pairs included in the study ($p < 0.05$). This analysis has shown that machine-based resistance resulted to be higher in comparison to the free weight resistance training method. While the differences in the first pair were 46.252%, the second pair's differences were determined as 24.642%, and the third pair was 23.667%.



Table 2. Correlations between Machine-Based Resistance, flexibility and mobility

Variab-les	Correla-tion	<i>LRF-RL</i>	<i>LRF-LL</i>	<i>LRS-RL</i>	<i>LRS-LL</i>	<i>ATA⁰SH</i> <i>F</i>	<i>SRT</i>
BPSM	r	.109	.016	.063	.002	-.717	.016
	Sig (p)	.817	.973	.893	.996	.070	.973
SMS	r	-.542	-.419	-.231	-.210	.062	.338
	Sig (p)	.209	.350	.617	.652	.895	.458
SMSH P	r	-.655	-.824	-.711	-.762	-.444	.378
	Sig (p)	.110	.023	.073	.047	.319	.404

BPSM: Bench press on Smith machine, SMS: Smith Machine Squat, SMSHP: Smith machine shoulder press,

LRF-RL: Leg Raise Forward (Right Leg), LRF-LL: Leg Raise Forward (Left Leg), LRS-RL: Leg Raise Sideward (Right Leg), LRS-LL: Leg Raise Sideward (Left Leg), ATA⁰SHF: Arm-Trunk Angle (shoulder flexion), SRT: Seat and Reach Test

In table 2 has been determined the correlations between Machine-Based Resistance and flexibility and mobility, which resulted to be not significant ($p > 0.05$).

Table 3. Correlations between Free Weight Training, flexibility and mobility

Variab-les	correla-tion	<i>LRF-RL</i>	<i>LRF-LL</i>	<i>LRS-RL</i>	<i>LRS-LL</i>	<i>ATA⁰SH</i> <i>F</i>	<i>SRT</i>
DBP	r	-.321	-.295	-.300	-.298	-.350	.083
	Sig (p)	.482	.521	.514	.516	.441	.860
BS	r	-.556	-.497	-.379	-.196	-.201	.533
	Sig (p)	.195	.256	.402	.673	.666	.218
BSHP	r	-.368	-.430	-.362	-.212	-.518	.461
	Sig (p)	.417	.335	.425	.649	.233	.298

DBP: Dumbbell bench press, BS: Barbell Squat, BSHP: barbell shoulders press



LRF-RL: Leg Raise Forward (Right Leg), LRF-LL: Leg Raise Forward (Left Leg), LRS-RL: Leg Raise Sideward (Right Leg), LRS-LL: Leg Raise Sideward (Left Leg), ATA⁰SHF: Arm-Trunk Angle (shoulder flexion), SRT: Seat and Reach Test

In table 3 has been determined the correlations between free weight resistance and flexibility and mobility, which resulted to be not significant ($p>0.05$)

Discussion

The study determined the differences between machine-based weight lifting and free weight lifting, which resulted to be statistically significant. Besides this, the study also has determined no statistically significant correlation between resistance training and mobility which is characterized by a high range of motion during movement execution. The study has shown that machine-based resistance resulted to be higher in comparison to the free weight resistance training method. However, not all time machine-based training results are higher in comparison to free weight training. Based on some NSCA statements, the stability provided by the machine may result in a better ability to target specific muscle groups. However, in the context of sportive sports performance, where is needed functional ability, muscle rarely if every function in such an isolated fashion (6). On the other hand, is generally accepted that in comparison to machine-based training, free weight training provides more stabilizing the body and extremities during multiplanar movements by activating stabilizer muscles. Many studies clarified that when subjects became more unstable, the activity of their stabilizers and postural muscles were more activated, which may result in increases in the performance of these muscle groups (12). Similarly, it is generally accepted that activation of these muscles is greater during free weight training when compared with machine-based training (7). If these types of exercises are analyzed from an application priority perspective, it can be concluded that because less skill is needed for their use, machine-based training can be an effective alternative and an excellent preparation for teaching free-weight exercises (3). Parallel to previous information, it appears that free weight (ground-based) exercises offer the ideal combination of specificity and instability, especially when one is focusing on strength and power development (6).

Differences between these training types vary on each exercise type, athlete group, athlete level, etc. However, differences in movements such as Bench press on Smith machine, vs Dumbbell bench press (46.252%), Smith Machine Squat vs Barbell Squat (24.642%), and Smith machine shoulder press vs barbell shoulders press (23.667%). According to Anderson and Behm, the activity of the back stabilizers is 30% lower during a smith machine squat when compared to a free weight squat (6, 12). Similarly, a comparison of develop-



ment between machine and free weight training resulted in favor of machine-based training (13.9%) versus free weight training (8.6%). (13). Also, another study analysis between the smith machine and free weight squat have found a 43% higher muscle activation during the free weight squat compared to the Smith machine squat (13, 14).

Based on the previous information, it can be thought that certain techniques executions that require active movement, high range of motion, etc may be affected positively more by free weight training in comparison to machine-based training. However, correlations between resistance training and tests that measure flexibility and mobility resulted in not being significant. This can be the result of the flexibility and mobility test which are branch-specific (artistic gymnastic) (10, 11).

Analyses of the comparisons between machine-based and free weight training in athletes' requirements perspective, it can be concluded that athletes whose motor skills need sharpening, performing free-weight exercises safely and with proper technique may be virtually impossible (3). Also, based on the literature the free weight squat may be superior to the Smith machine squat for training the major muscle groups of the legs and possibly would result in greater strength development and hypertrophy of these muscle groups with long-term training (13).

Advantages of machine-based training contain increased body stability from the adjustable seat and back support (making machines easy to use), fewer skill requirements, and no spotting requirement (3).

Conclusion

The study has shown that machine-based resistance resulted to be higher in comparison to the free weight resistance training method.

The stability provided by the machine may result in a better ability to target specific muscle groups. Because less skill is needed for their use, machine-based training can be an effective alternative and an excellent preparation for teaching free-weight exercises. Advantages of machine-based training contain increased body stability from the adjustable seat and back support (making machines easy to use), fewer skill requirements, and no spotting requirement.

Free weight training provides more stabilizing of the body and extremities during multiplanar movements by activating stabilizer muscles. Techniques executions that require active movement, high range of motion, etc may be affected positively more by free weight training in comparison to machine-based training.



Study results have shown that differences between machine-based training and free weight training vary between 23 to 46 % in favor of machine-based training.

Machine-based resistance training may affect better the ability to target specific muscle groups, whereas free weight training results to be better in stabilizing the body and extremities during multiplanar movements which seem to be closer to the skills such as mobility.

Literature

Haff, GG. Roundtable discussion: Machines versus free weights. *Strength Cond J* 22:18-30, 2000.

Behm, DG, Drinkwater, EJ, Willardson, JM, and Cowley, PM. The use of instability to train the core musculature. *Appl Physiol Nutr Metab* 35:91-108, 2010

Brown LE, Hilbert S. Free Weights Versus Machines. *Strength & Conditioning Journal*. 1999 Dec 1;21(6):66.

Hakkinen, K, Pastinen, UM, Karsikas, R, and Linnamo, V. Neuromuscular performance in voluntary bilateral and unilateral contraction and during electrical stimulation in men at different ages. *Eur J Appl Physiol Occup Physiol* 70:518-527, 1995.

Stone, MH, Plisk, S, and Collins, D. Training principles: Evaluation of modes and methods of resistance-training—a coaching perspective. *Sports Biomech* 1:79-104, 2002

Michael McGuigan, PhD. *Essentials of strength training and conditioning* / National Strength and Conditioning Association ; G. Gregory Haff, N.Travis Triplett, editors. - Fourth edition. ISBN: 978-1-4925-0162-6.

Schwanbeck S, Chilibeck PD, Binsted G. A comparison of free weight squat to Smith machine squat using electromyography. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2009 Dec 1;23(9):2588-91.

Bompa TO, Di Pasquale M, Cornacchia L. *Serious strength training*. Human Kinetics; 2012 Oct 19.

Kravitz L, Akalan C, Nowicki K, Kinzey SJ. Prediction of 1 repetition maximum in high-school power lifters. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2003 Feb 1;17(1):167-72.

Fink H, Hofmann D, López L.O. *Age Group Development and Competition Program for Women's Artistic Gymnastics*. [Internet]. Fédération Internationale De Gymnastique (FIG); 2015.

Fink H, Hofmann D. *Age Group Development and Competition Program for Men's Artistic Gymnastics*. [Internet]. Fédération Internationale De Gymnastique (FIG); 2015.



Anderson, K, and Behm, DG. Trunk muscle activity increases with unstable squat movements. *Can J Appl Physiol* 30:33-45, 2005.

Schwanbeck SR, Cornish SM, Barss T, Chilibeck PD. Effects of training with free weights versus machines on muscle mass, strength, free testosterone, and free cortisol levels. *The Journal of Strength & Conditioning Research*. 2020 Jul 1;34(7):1851-9.

Anderson K, Behm DG. Trunk muscle activity increases with unstable squat movements. *Canadian journal of applied physiology*. 2005 Feb 1;30(1):33-45.



TOKYO 2020 OLİMPİYAT OYUNLARI BAĞLAMINDA TÜRK SPORCULARIN SOSYAL MEDYA KULLANMA ALIŞKANLIKLARI

İbrahim Sena ARVAS² - Koray KANTÜRK*

Öz:

İnternet teknolojisi bireysel ve toplumsal yaşamın pratiklerini her geçen gün biraz daha dönüştürmektedir. Bu teknoloji bağlamında oluşan medya düzenine sürekli yeni mecralar eklenmektedir. Sosyal medya ifadesi ise söz konusu mecraların genelini tanımlamak için kullanılmaktadır. Çağımızın en geniş, en etkili ve en ölçülebilir iletişim ortamı olan sosyal medya, araştırmacıların da vazgeçilmez çalışma alanı haline gelmiştir. İnsanların sosyal medya kullanım alışkanlıklarına ilişkin yapılan çalışmalar ise bu alanın popüler başlıklarından biri olmuştur. Bu çalışmanın da temel amacı sporcuların sosyal medya kullanım alışkanlıklarını belirli bir vaka çalışması üzerinden tespit etmektir. Çalışma, Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda madalya kazanan Türk sporcular ile sınırlandırılmıştır. Bu sınırlama bağlamında çalışmada söz konusu sporcuların sosyal medya kullanım alışkanlıkları üzerinde Tokyo Olimpiyat Oyunları'nın etkisi ölçülmüştür. Nicel paradigma ile gerçekleştirilen bu çalışmada aynı zamanda sporcuların ne zamandan beri, ne sıklıkta, hangi tür içeriklerle sosyal medya kullandıkları ve aldıkları geri bildirim oranlarında olimpiyatların ne derece etkili olduğu sorularına da cevaplar aranmıştır.

Anahtar Kelimeler: İnternet, sosyal medya, spor, Tokyo Olimpiyatları.

GİRİŞ

Günümüz çağında bilgi ve iletişim teknolojilerinin ön planda olduğu yadsınamaz bir gerçektir. Hızla değişen teknoloji ile birlikte, iletişim araçları da bu tarihsel süreç içerisinde teknolojik bir dönüşüm geçirmiştir. Gelişen internet teknolojisi ve beraberinde oluşan yeni medya düzeninde iletişim pratikleri değişime uğramış, birtakım yeni iletişim ortamları ortaya çıkmıştır. Yeni iletişim ortamlarının en önemli basamaklarından biri sosyal medyanın oluşmasıdır. Gelişen web tabanlı hizmetlerle beraber sosyal medyanın kitlelere çok sayıda fırsat sunması, kişilerin bu ortama yüksek oranlı ve hızlı katılımını sağlamaktadır. Yine sosyal medyayı oluşturan sosyal paylaşım ağlarının doğuşu ve gelişimi bireylerin farklı amaçlarla sanal kullanıcı olarak bu ortamda yer almalarına neden olmaktadır.

²Doç. Dr., İstanbul Üniversitesi, İletişim Fakültesi, ORCID no: 0000-0002-5558-6913, ibrahimarvas@istanbul.edu.tr

*Yüksek Lisans Öğrencisi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, ORCID no: 0000-0002-2607-0586, koraykanturk@ogr.iu.edu.tr



Sosyal medya ortamları, insan yaşantısındaki etkisini günden güne artırmakta ve bireylerin duygu, düşünce, davranış ve yaşam biçimlerini değiştirmektedir. Kişiler ve kurumlar, ulaşmak istedikleri hedef kitlelere sosyal medya aracılığıyla ulaşarak mesajlarını zaman ve mekân sınırlaması olmaksızın iletmektedir. İnsan hayatının önemli bir parçası haline gelen hatta insan hayatının tamamına hükmettiği söylenebilecek olan sosyal medya, insanların karar alma süreçlerinden yaşam tarzlarına kadar birçok farklı alanda, farklı açılardan bireylerin hayatına yön vermektedir.

Günümüzde dijital dünyanın insanlığa sunduğu ve getirdiği yenileşim ile beraber sosyal medyanın önemi artmakta ve sosyal paylaşım platformlarında ki içerik üretimi çoğalarak çığ gibi büyümektedir. Bu bağlamda muhtevada 2020 Tokyo Olimpiyatlarında madalya kazanma başarısı göstermiş Türk milli sporcuların sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve sosyal medya kullanma biçimleri Instagram özelinde ele alınarak, sporcuların sosyal medya profillerine dair analizlerde bulunulmuştur. Tokyo 2020 Yaz Olimpiyatları'nda yarışmış milli sporcularının Instagram hesaplarının inceleme altına alındığı bu çalışmada, sporcuların tanıtım kartları sayısal veriler üzerinden oluşturulmuştur. Takip eden grafik ve tablolarda sporcuların sosyal medya hesabını kullanma sıklığı aylık periyotlar üzerinden ele alınmış, içerik çerçevesinde sosyal medya kullanımları 4 ayrı kategori üzerinden incelenmiştir. Madalya kazanan Türk Milli sporcuların madalyaya uzandığı son karşılaşmalarında karşılaştıkları rakipleriyle karşılaştırmalı analizi yapılarak, sosyal medya tanınırlığı ve olimpiyatlarda gelen başarının etki yansımalarının analiz edilmesi hedeflenmiştir.

1. Sosyal Medya ve Sporcuların Sosyal Medya Davranışları

Kişilerin kendine sosyal ortam yaratabildikleri ve sürekli iletişim sağlayabildikleri bir ortam olarak sosyal medya, günümüzde ulaşılması en kolay ve en etkili paylaşım ağıdır (Tezcan, 2017: 49). İletişim ve bilişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler geleneksel medyaya karşı büyük avantajlar arz eden sosyal medyanın insanların hayatına girmesini sağlamıştır. Günümüzde özellikle milenyum çağı olarak nitelendirdiğimiz 21. yüzyılla birlikte insanların hayatında önemli derecede yer edinen sosyal medya günlük hayatın vazgeçilmezi haline gelmiştir. Sosyal medya, bireylerin söylemlerini ve eylemlerini özgürce gerçekleştirebildiği hatta aynı düşünce merkezinde olduğu insanlarla çeşitli platformlar çatısı altında sanal topluluklar oluşturabildiği toplumsal bir ağ sistemidir (Yanık, 2017: 370). Zaman ve mekân sınırlaması olmaksızın iletişim kurabilen insanlar teknolojinin getirdiği yenilikler çerçevesinde büyük bir konfor içerisinde mobil cihazlar, tabletler ve akıllı telefonlarla internete erişilerek, sosyal medyayı hayatın her alanında kullanabilmektedir.

Bireyler, günümüz şartlarında günlük yaşamın içerisinde farklı beklentilerle sosyal medyayı kullanmaktadır. Sosyal medya kullanıcıları kişiler sosyalleşme, bilgilenme, eğlenme



ve vakit geçirme gibi çeşitli türlü amaçlarla sosyal paylaşım ağlarında kendisini konumlandırır. Uzakları yakınlaştıran bu yeni medya mecrası iletişim süreçlerine de yeni bir boyut kazandırmıştır. İnsanlar hayatlarını bu yeni iletişim ortamlarında yeniden şekillendirirken, etkileşim alanını sosyal medya üzerinden oluşturarak kendi bireysel haberleşme ve paylaşım ortamlarını oluştururlar (Akyazı, 2019: 53).

Sanal bir topluluk olarak bilinen sosyal paylaşım siteleri, internet üzerinden insanların merkezi bir ortamda bir araya geldikleri/karşılaştıkları, ilgi duydukları alanları, duygularını ve fikirlerini paylaştıkları ve ayrıca yeni arkadaşlıklar edindikleri web siteleridir (Hacıfendioğlu, 2011). Yıllardan yıla sosyal paylaşım sitelerinin sayısı artmış, bu sayıya paralel olarak kullanıcı sayısı da temel olarak küreselleşme hareketleri ve iletişim teknolojilerinin sürekli gelişimi ile artış göstermiştir. Kişiler, sosyal medya platformlarını çeşitli amaçlarla kullanmaktadır. Sosyal medya sitelerinde kullanıcı statüsünde olan kişiler, sosyal medyayı duygu ve düşüncelerini paylaşmak, eğlenmek, habercilik yapmak, ticari faaliyetler, çevresindekilerle etkileşim kurmak amacıyla kullanmaktadır (Spencer, 2019: 13). Sosyal paylaşım platformlarının, insanların değişken amaçlarına hitap edebildiği bu da bu ortamların ne kadar çeşitli ve interaktif olduğunu gözler önüne sermektedir. Bugün bir sosyal paylaşım sitesinde gezinmek veya yeni bir site keşfetmek için harcanacak zaman dilimi çok kısadır. Aynı zamanda bir yerde olma zorunluluğu olmaksızın kişi her nerede olursa olsun bu sosyal paylaşım platformlarına ulaşabilmektedir. İnsanların sosyal medyayı aktif kullanma becerilerini olumlu yönde etkileyen en önemli faktörlerden birisi doğasından gelen aktif olma arzudur.

Kevin Systrom ve Mike Krieger tarafından 2010 yılında kurulan Burbn isimli bir konum belirleme uygulaması zaman içerisinde kullanıcıların çektikleri veya elinde buldukları fotoğrafları paylaşmasını sağlayan Instagram uygulamasına dönüşmüştür. Instagram, günümüzde yaklaşık 1 milyar kullanıcı sayısı ile Facebook, Youtube, WhatsApp ve Facebook Messenger'ın ardından dünyanın en çok kullanıcı sayısına sahip 5. sosyal ağ platformudur (URL-1). Instagram en çok etkileşim yaratılan sosyal paylaşım platformu olarak öne çıkarken, içeriklere gelen etkileşim oranı çerçevesinde Instagram, Facebook'un 58, Twitter'ın 120 katı etkileşim oranı alan içeriklere sahip olarak öne çıkmaktadır (Saruhan, 2020: 253).

Kişilerin, sosyal paylaşım platformlarında duygu ve düşüncelerini sosyal bir kimlik üzerinden inşa ettiği düşünüldüğünde, bilhassa kazandıkları başarılarla beraber topluma mül olmuş kişilerin sosyal medya kullanma alışkanlıkları ve davranışlarını analiz etmek önem arz etmektedir. Bu bağlamda, Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda madalya kazanma başarısı göstermiş sporcuların sosyal medya kullanım alışkanlıkları irdelenmektedir (URL-2)



1.1 Busenaz Sürmeneli

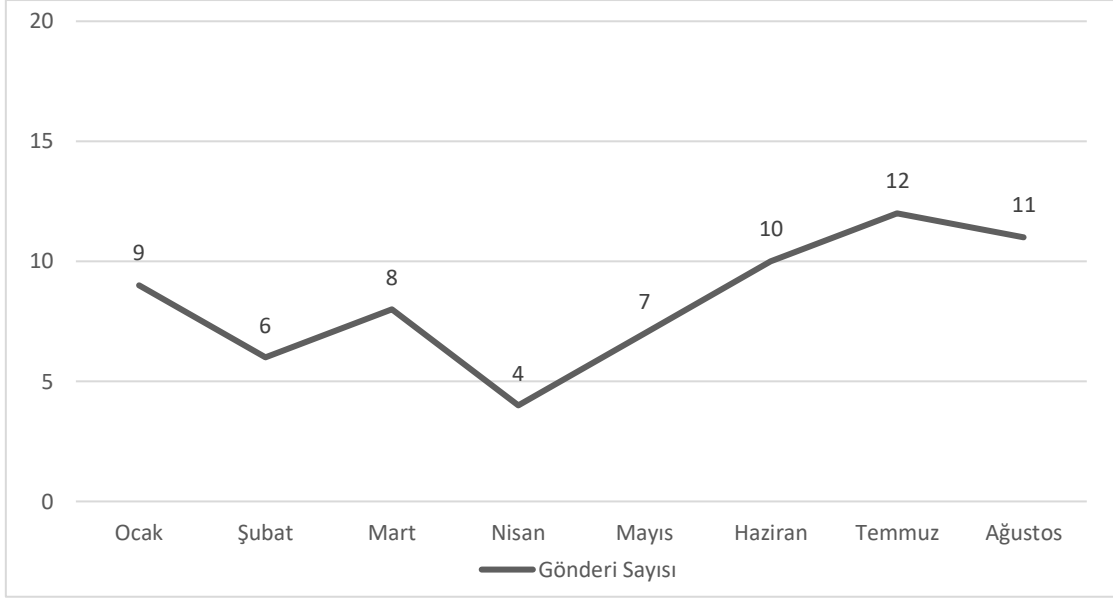
Busenaz Sürmeneli 25 Haziran 1998 tarihinde Bursa’da doğmuştur. Aslen Trabzonlu olan Sürmeneli, aynı zamanda Trabzonspor kulübünün lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları’nda boks dalında 69 kiloda altın madalyaya ulaşan Sürmeneli, Türkiye’nin boks tarihinde aldığı ilk altın madalyayı kazanma başarısını göstermiştir.

Tablo 1. Busenaz Sürmeneli Instagram Profil Tablosu

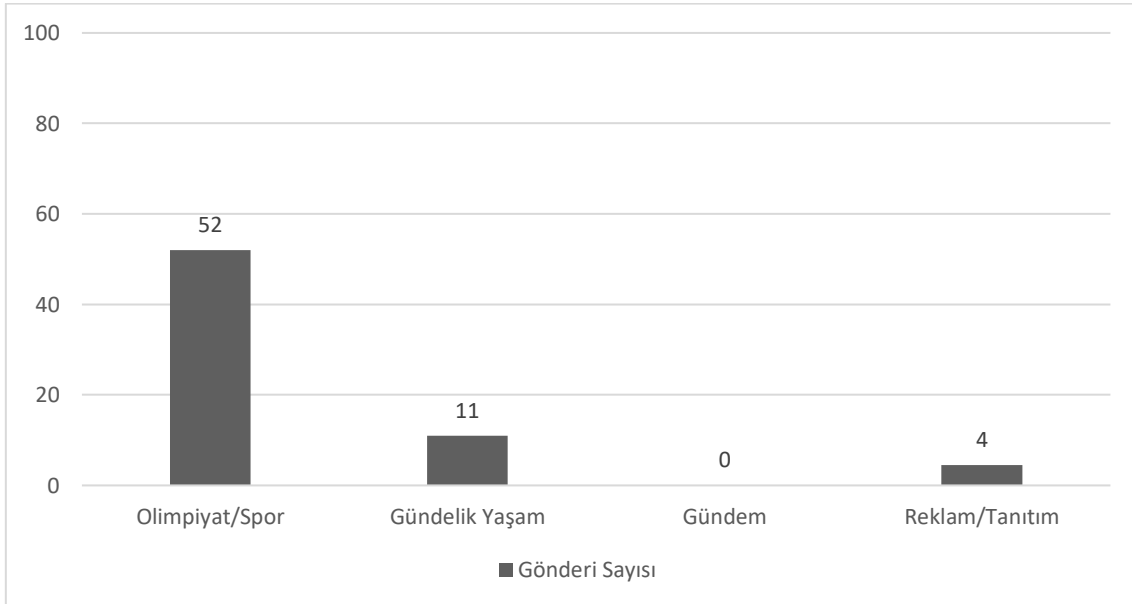
Hesap Adı: @busenazsurmeneli	
Hesap Açılma Yılı:	2012
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2016
31 Ağustos 2021’e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	142
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	110 Bin
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	690
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	104.580
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	57.706
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	1.547
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%53.82
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	07 Ağustos 2021



Şekil 1. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 2. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Busenaz Sürmeneli, hesabını açtığı 2012 yılından itibaren 4 yıl aktif olarak Instagram kullanmamış ilk gönderisini 2016 yılında paylaşmıştır. 1 Ocak- 31 Aralık tarihleriyle sınırlandırılan analizde, Sürmeneli'nin aylık periyotlarla incelenen Instagram gönderi sayılarında Olimpiyatların etkisinin en yüksek olduğu Temmuz ve Ağustos aylarında olan artış göze çarpmaktadır. Milli boksör, altın madalyayı kazandığı Ağustos ayı içerisinde



30 gün içerisinde 100 binden fazla takipçi kazanmıştır. Busenaz Sürmeneli'nin Instagram'da 8 aylık süreçte paylaştığı gönderilerde olimpiyat/spor temalı gönderilerin ağırlıkta olduğu, ayrıca gündelik yaşam ve reklam/tanıtım içerikli gönderilerde oluşturduğu ancak gündeme dair olaylara karşılık kayıtsız kaldığı görülmektedir.

Busenaz Sürmeneli'nin finalde karşılaşmış olduğu rakibi Gu Hong'un Instagram hesabı bulunmadığından dolayı karşılaştırmalı analizi yapılamamıştır.

1.2 Mete Gazoz

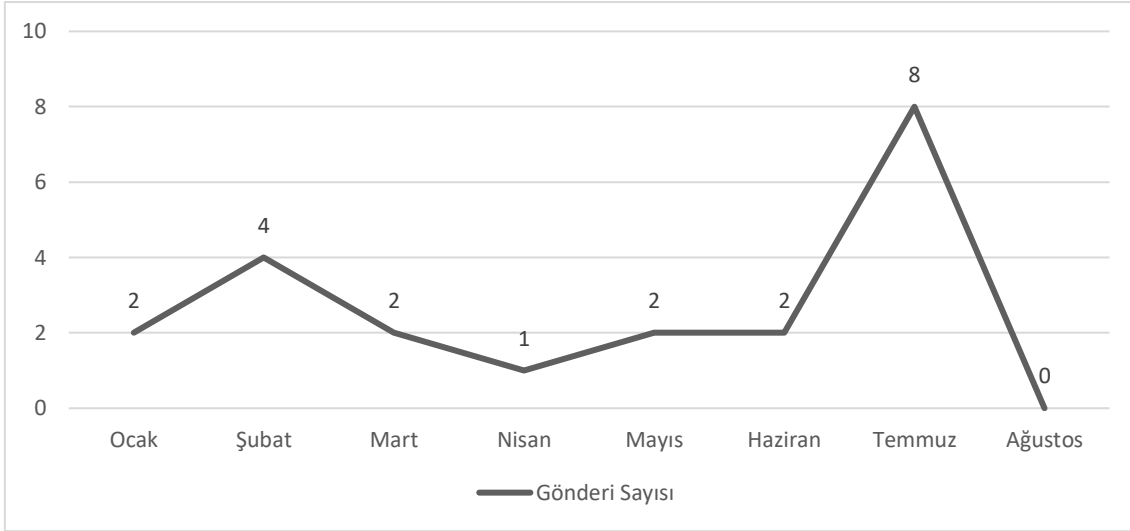
Mete Gazoz, 8 Haziran 1999 tarihinde İstanbul'da doğmuştur. İstanbul Okçuluk Gençlik ve Spor Kulübü'nün lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda erkekler bireysel okçuluk kategorisinde altın madalyaya ulaşan Gazoz, Türk okçuluk tarihinin ilk altın madalyasını kazanma başarısını göstermiştir.

Tablo 2. Mete Gazoz Instagram Profil Tablosu

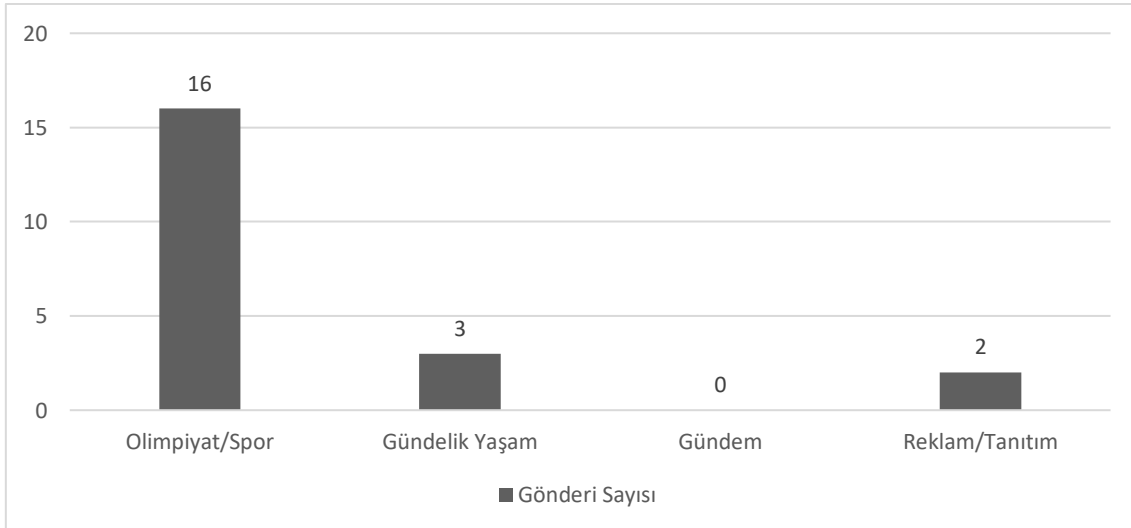
Hesap Adı: @metegazoz	
Hesap Açılma Yılı:	2014
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2014
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	297
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	275 Bin
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	441
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	251.400
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	99.308
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	1.874
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%36.72
1 Ocak-31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	31 Temmuz



Şekil 3. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 4. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Mete Gazoz, hesabını açtığı 2014 yılından günümüze dek aktif olarak Instagram kullanmaktadır. 1 Ocak- 31 Aralık tarihleriyle sınırlandırılan analiz çerçevesinde milli okçunun aylık periyotlarla incelenen Instagram gönderi sayılarında Olimpiyatlar'da antrenmanlarını sürdürdüğü ve madalyaya ulaştığı Temmuz ayında en çok gönderi paylaştığı Şubat(4) ayının iki katı gönderi paylaştığı görülmektedir. Gazoz'un, altın madalyayı kazandığı Temmuz ayını takip eden Ağustos ayında 250 bin civarında takipçi sayısı kazandığı göz-



lenmektedir. Milli sporcunun 8 aylık süreçte paylaştığı gönderilerde çoğunlukla olimpiyat/spor temalı görseller paylaştığı görülürken, gündeme dair herhangi bir paylaşım oluşturmaması dikkat çekicidir.

Mete Gazoz'un altın madalyaya ulaştığı final maçında mağlup ettiği rakibi Mauro Nespoli'nin Instagram'da 194 gönderisi bulunurken, İtalyan sporcu 9100 takipçi hesaba sahip olduğu görülmektedir. Olimpiyatların etkisinin devam ettiği son 30 günde Mete Gazoz 251.400 takipçi kazanırken, gümüş madalyaya ulaşan Nespoli 180 takipçi kazanmıştır.

1.3 Busenaz Çakıroğlu

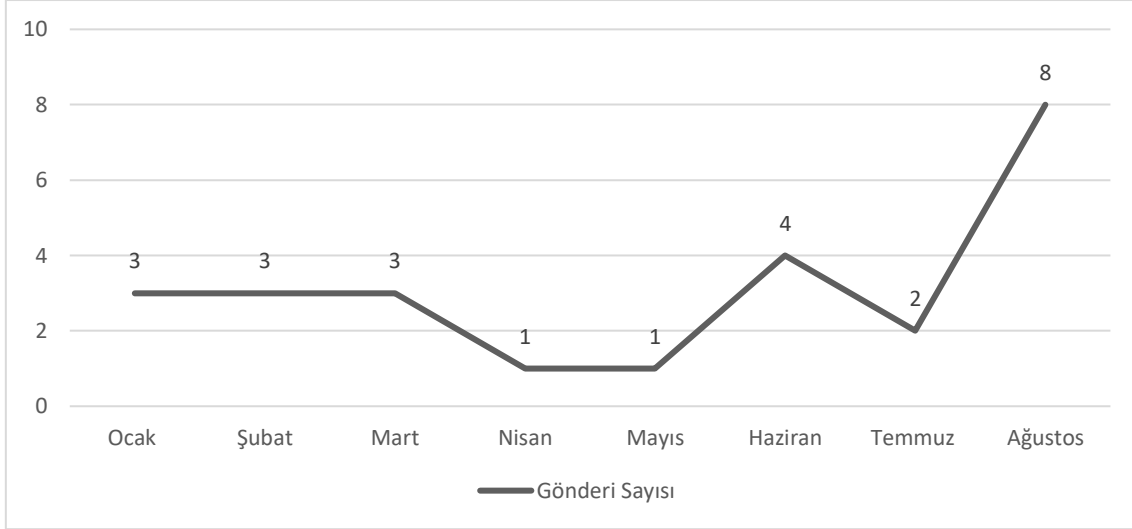
Busenaz Çakıroğlu, 26 Mayıs 1996 tarihinde Trabzon'da doğmuştur. Fenerbahçe Spor Kulübünün lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda boks dalında 51 kiloda gümüş madalyaya ulaşan Çakıroğlu'nun kariyerinde Avrupa Şampiyonluğu bulunmaktadır.

Tablo 3. Busenaz Çakıroğlu Instagram Profil Tablosu

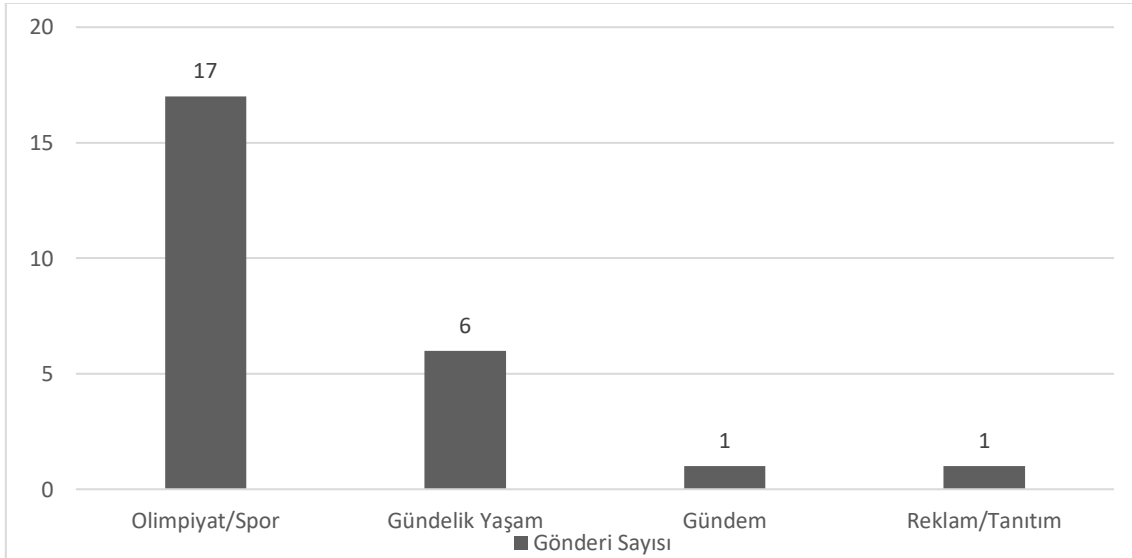
Hesap Adı: @busenazcakirogluu	
Hesap Açılma Yılı:	2018
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2018
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	66
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	76 Bin
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	521
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	18.750
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	39.674
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	673
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%52.93
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	7 Ağustos



Şekil 5. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 6. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Busenaz Çakıroğlu, hesabını açtığı 2018 yılından itibaren 3 yıldır aktif olarak Instagram kullanırken ilk gönderisini de aynı dönemde paylaşmıştır. 1 Ocak- 31 Aralık tarihleriyle sınırlandırılan analizde, Çakıroğlu'nun aylık periyotlarla incelenen Instagram gönderi sayılarında Olimpiyatlarda kazandığı gümüş madalya ile gelen başarının oluşturduğu gündemle Ağustos ayında hedef kitesine yönelik oluşturduğu gönderilerde ki artış göze çarpmaktadır. Milli boksör, gümüş madalyayı kazandığı Ağustos ayı içerisinde 30 gün içeri-



sinde 20 bine yakın takipçi kazanmıştır. Busenaz Çakıroğlu'nun Instagram'da 8 aylık süreçte paylaştığı gönderilerde olimpiyat/spor temalı gönderiler öne çıkarken olduğu, gündelik yaşamından da paylaşımlar yaptığı görülmektedir.

Busenaz Çakıroğlu'na gümüş madalyayı getiren final maçındaki rakibi Stoyka Krasteva'nın hesabını altın madalyaya ulaştığı 7 Ağustos tarihinden sonra açtığı anlaşılmaktadır. Busenaz Çakıroğlu 76 bin kişilik etkileşim ağına sahipken, rakibi Krasteva'nın 442 takipçisi bulunmaktadır.

1.4 Eray Şamdan

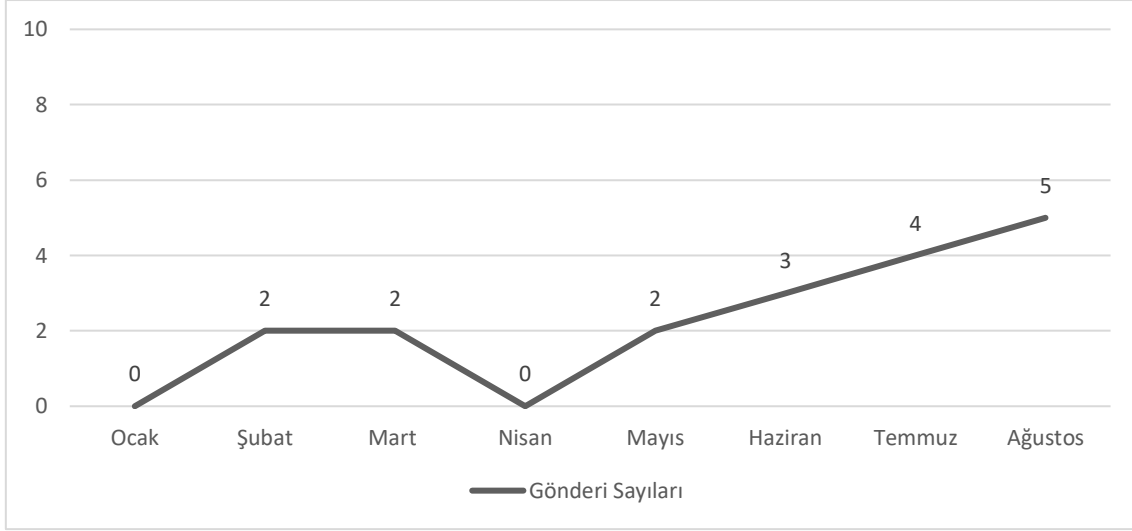
Eray Şamdan, 25 Temmuz 1997 tarihinde Kocaeli'de doğmuştur. Darıca Belediyesi Eğitim ve Spor Kulübü kulübünün lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda karate dalında kumite 67 kiloda gümüş madalyaya ulaşan Şamdan, genç yaş kategorilerinde 7 kez üst üste Avrupa Şampiyonu olarak Avrupa Karate Federasyonu tarihine geçmiştir.

Tablo 4. Eray Şamdan Instagram Profil Tablosu

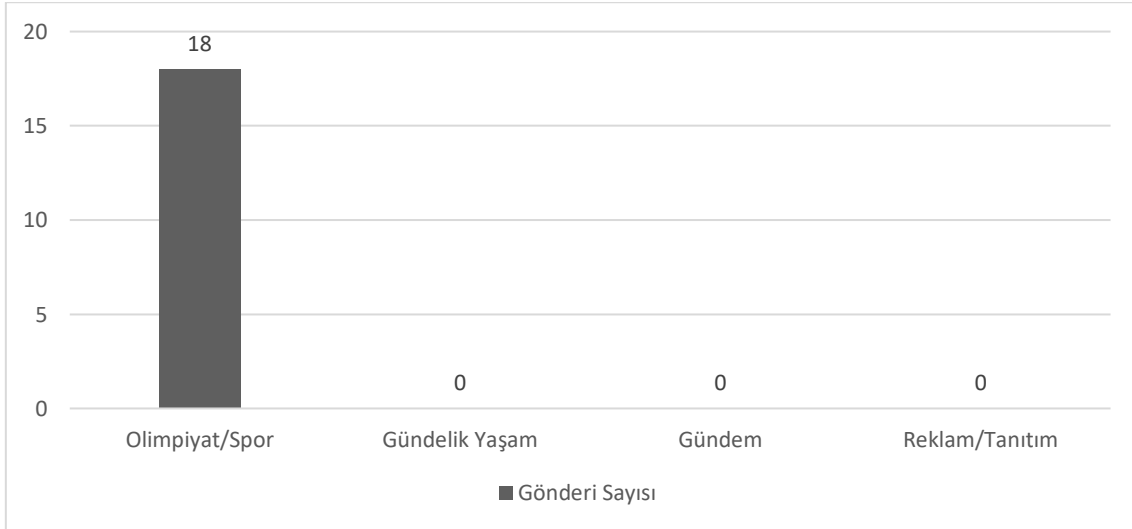
Hesap Adı: @eraysmdn	
Hesap Açılma Yılı:	2018
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2018
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	73
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	28.3 Bin
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	524
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	21.270
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	5.125
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	129
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%18.53
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	5 Ağustos



Şekil 7. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 8. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Eray Şamdan, 2018 yılından bu yana 3 yıldır aktif olarak Instagram kullanmaktadır. Olimpiyat kotalarının netleşmeye başladığı Mayıs ayıyla beraber hazırlıkların hızlanarak devam ettiği yaz aylarında periyodik bir gönderi artışının istatistiklere yansıdığı görülürken, Şamdan'ın madalyayı kazandığı 5 Ağustos tarihini de kapsayan Ağustos ayı boyunca 21 bin civarında hesabın takibini kazandığı görülmektedir. Milli karatecinin, Instagram'da 1 Ocak-31 Ağustos tarih aralığında paylaştığı 18 gönderinin tamamının olimpiyat/spor temalı olması dikkat çekmektedir.



Eray Şamdan'ın final maçında karşı karşıya geldiği Steven Da Costa'nın Instagram hesabının onaylanmış hesap olduğu görülmektedir. Instagram hesabını oldukça aktif kullanan Da Costa'nın 110 gönderisi bulunurken takipçi sayısı Eray Şamdan'ın takipçi hesap sayısının neredeyse iki katı olarak dikkat çekmektedir. Buna karşın, Eray Şamdan'ın son 30 günde takipçi sayısı 21.270 kişi artarken, Da Costa'nın artan takipçi hesap sayısı 2.130'dur.

1.5 Rıza Kayaalp

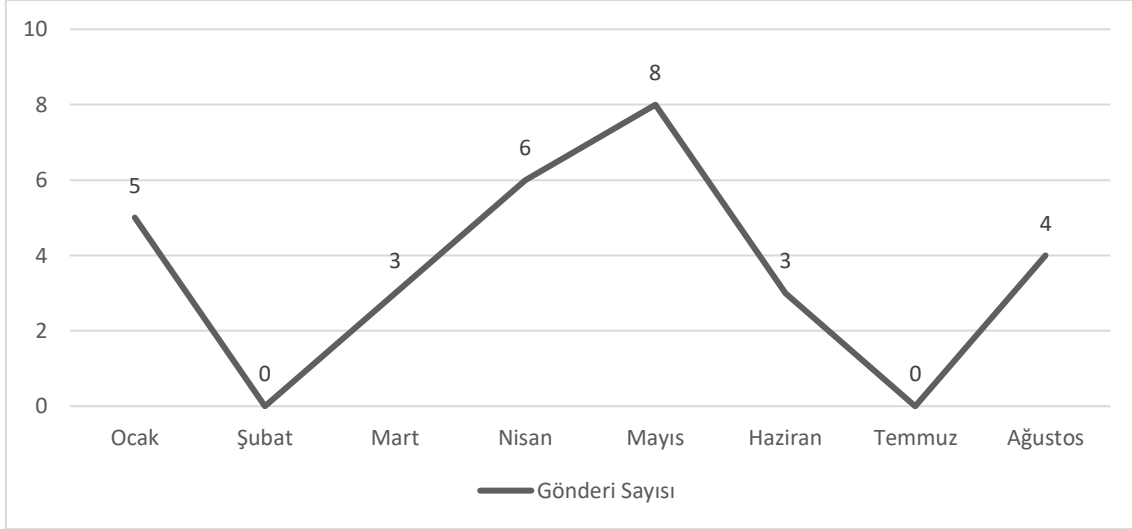
Rıza Kayaalp, 10 Ekim 1989 tarihinde Yozgat'ta doğmuştur. ASKİ Spor Kulübü lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda grekoromen stil 130 kiloda bronz madalyaya ulaşan Kayaalp, 4 kez Dünya ve 10 kez Avrupa Şampiyonu olmuştur.

Tablo 5. Rıza Kayaalp Instagram Profil Tablosu

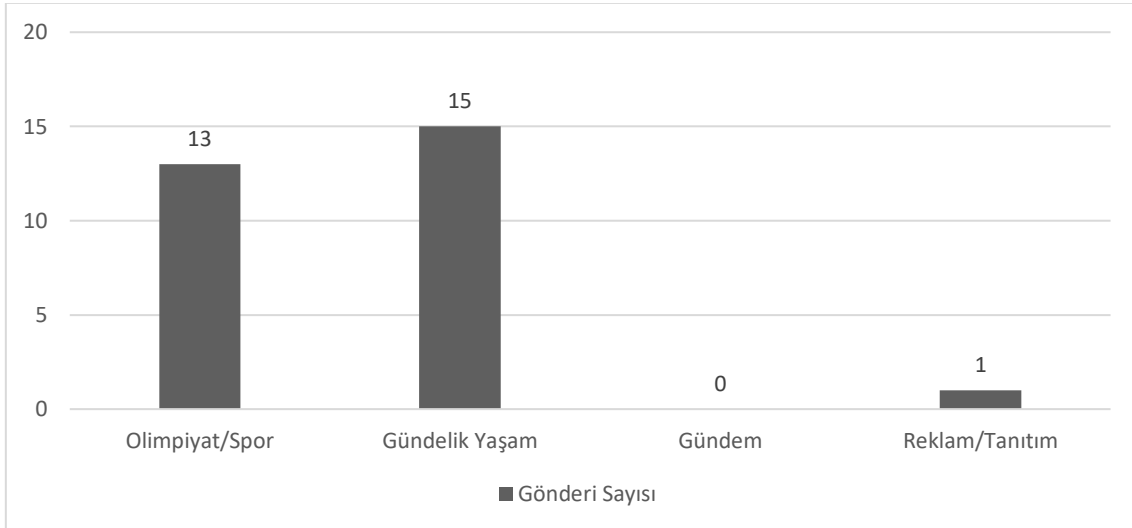
Hesap Adı: @rizakayaalp	
Hesap Açılma Yılı:	2012
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2012
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	539
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	208.332
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	561
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	6.330
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	35.305
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	458
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%17.17
1 Ocak-31 Aralık Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	2 Ağustos



Şekil 9. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 10. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Rıza Kayaalp, hesabını açtığı 2012 yılından bu yana 9 yıldır aktif olarak Instagram kullanmaktadır. Tanınırlığı ve popülaritesi diğer milli sporculara oranla daha fazla olan Kayaalp'in sınırlandırılan tarih aralığında, aylık gönderi sayıları çerçevesinde Tokyo Olimpiyatlarının başladığı ve bittiği Temmuz ve Ağustos aylarında paylaşım sayısındaki düşüş dikkat çekicidir. 2016 Rio Olimpiyatlarında gümüş madalya kazanan milli güreşçi Tokyo'da bronz madalya kazanma başarısı göstermesine karşın gönderi sayısındaki düşüş dikkat çekicidir. Kayaalp'in geçmiş başarılarından ötürü var olan yüksek takipçi sayısına



karşılık son 30 günde 6 bin civarı takipçi kazanmıştır. Rıza Kayaalp'in sınırlandırılan tarih aralığında paylaştığı 29 gönderide gündelik yaşamına dair gönderilerin sayısının daha çok olması sporcunun kişisel hayatını, sporcu kimliğine karşılık sosyal medyaya daha çok taşıdığını göstermektedir.

Rıza Kayaalp'in 3.lük mücadelesine çıktığı Amin Mirzazadeh ile Instagram hesapları karşılaştırıldığında tanınırlık düzeyi çok daha yüksek olan Kayaalp'in Instagram gönderi sayısı 539'ken, Mirzazadeh'in 61 gönderisi bulunmaktadır. Milli sporcunun Instagram'da 208 bin civarında takipçi hesabı varken, Amin Mirzazadeh'in 11.6 bin takipçi sayısı bulunmaktadır.

1.6 Taha Akgül

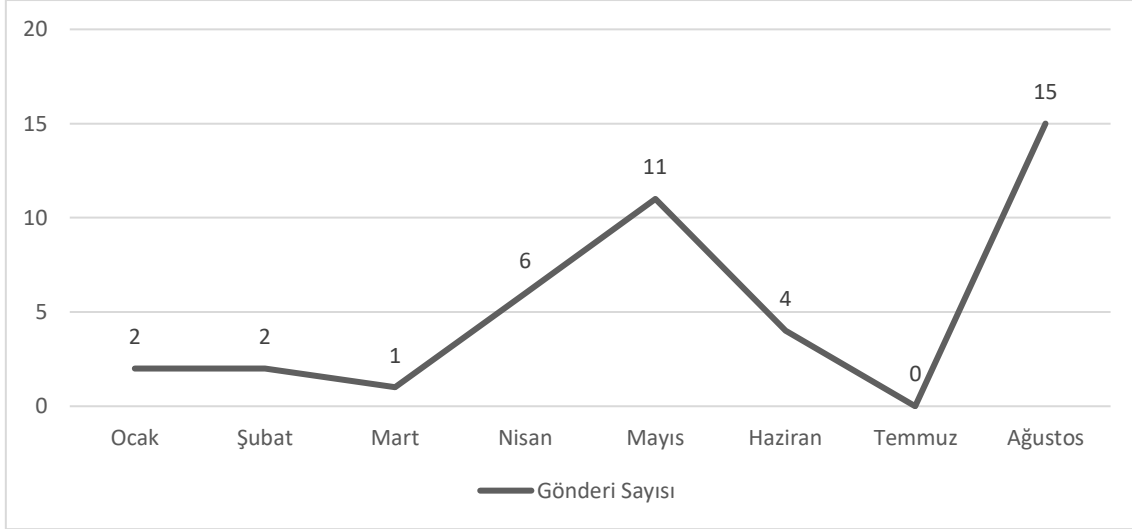
Taha Akgül, 22 Kasım 1990 tarihinde Sivas'ta doğmuştur. ASKİ Spor Kulübü lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda serbest stil 125 kiloda bronz madalyaya ulaşan Akgül, 2 kez Dünya ve 8 kez Avrupa Şampiyonu olmuştur.

Tablo 6. Taha Akgül Instagram Profil Tablosu

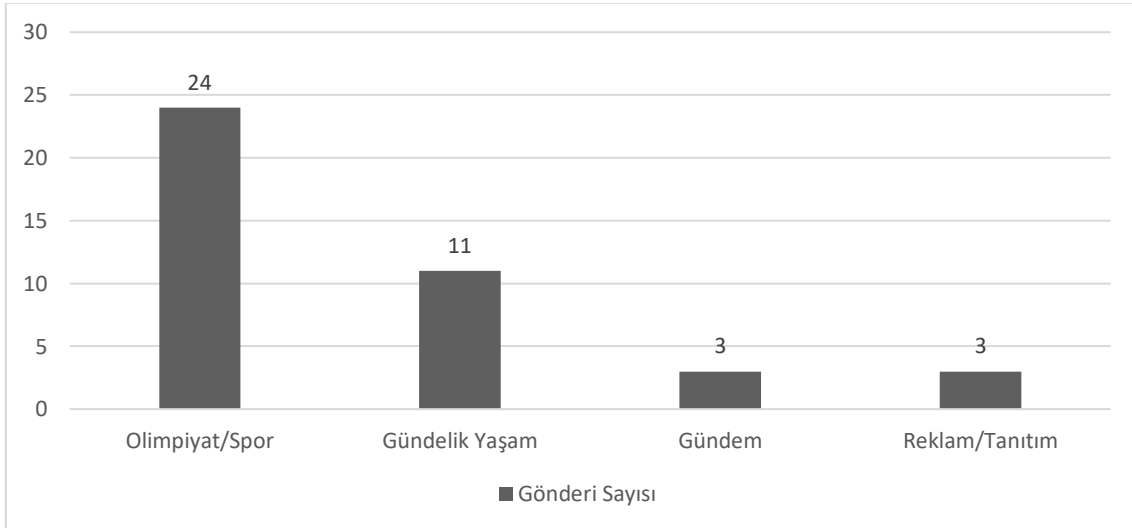
Hesap Adı: @tahakgul	
Hesap Açılma Yılı:	2014
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2014
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	709
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	155.055
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	544
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	5.220
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	19.298
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	210
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%12.60
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	6 Ağustos



Şekil 11. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 12. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Taha Akgül, hesabını açtığı 2014 yılından itibaren 7 yıl aktif olarak Instagram kullanmış ilk gönderisini de 2014 yılında paylaşmıştır. 1 Ocak- 31 Aralık tarihleriyle sınırlandırılan analizde, Akgül'ün aylık periyotlarla incelenen Instagram gönderi sayılarında bronz madalyaya ulaştığı Ağustos ayında olan artış göze çarpmaktadır. Milli güreşçi, bronz madalyayı kazandığı Ağustos ayı içerisinde 30 gün içerisinde var olan 150 bin kişilik takipçi listesinde 5 bin civarında daha takipçi katmıştır. Taha Akgül'ün Instagram'da 8 aylık sü-



reçte paylaştığı gönderilerde olimpiyat/spor temalı gönderilerin ağırlıkta olduğu, gündelik yaşamının yanı sıra gündeme kayıtsız kalmadığı ve reklam/tanıtım amaçlı gönderilerde paylaştığı görülmektedir.

Taha Akgül'ün bronz madalya mücadelesindeki rakibi Lkhagvagerel Munkhtur ile olan karşılaştırmalı analizi çerçevesinde yapılan analizde, Akgül'ün 709 toplam gönderi sayısı mevcutken rakibinin sadece 11 gönderi paylaştığı görülmektedir. Taha Akgül'ün 155.055 kişilik takipçi kitlesi varken, Munkhtur'un 1.097 takipçisi bulunmaktadır.

1.7 Hatice Kübra İlgün

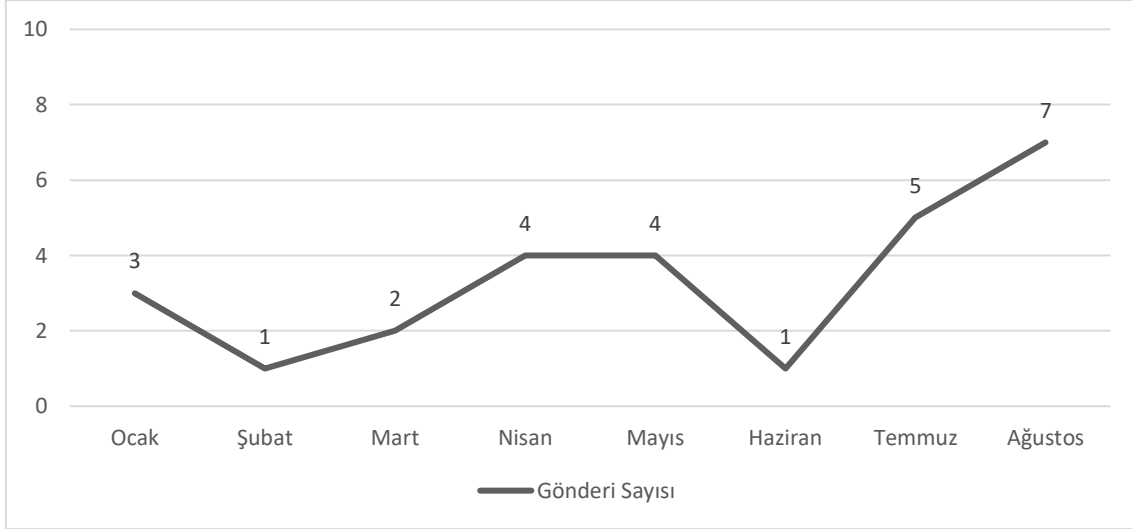
Hatice Kübra İlgün, 1 Ocak 1993 tarihinde doğmuştur. Bursa Büyükşehir Belediye Spor Kulübü lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda tekvando branşında 57 kiloda bronz madalyaya ulaşan İlgün, 2021 Avrupa Tekvando Şampiyonası'nda ise gümüş madalya kazanmıştır.

Tablo 7. Hatice Kübra İlgün Instagram Profil Tablosu

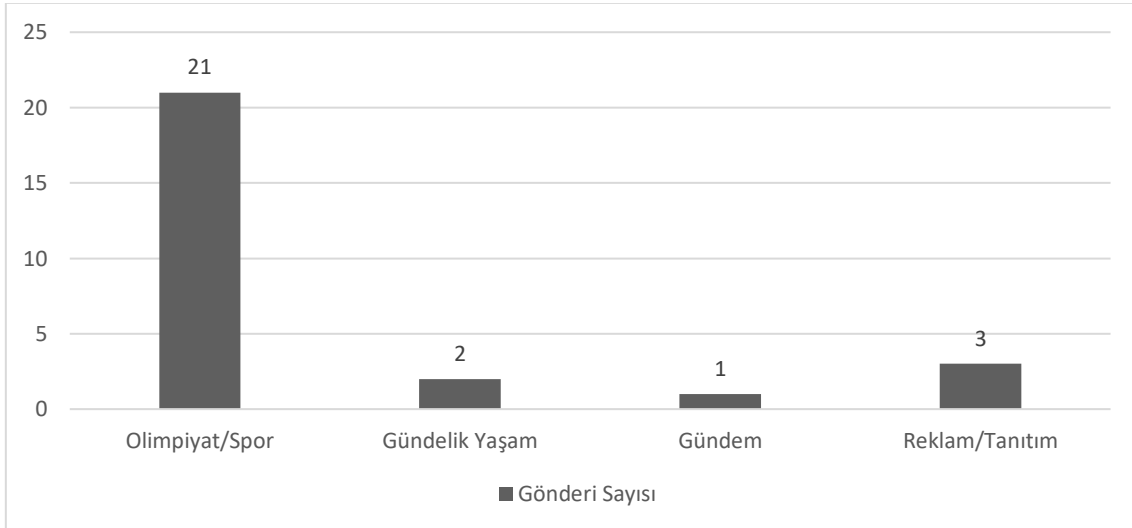
Hesap Adı: @haticekbrailgn	
Hesap Açılma Yılı:	2013
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2013
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	165
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	21.984
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	957
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	6.840
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	6.497
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	116
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%30
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	7 Ağustos



Şekil 13. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 14. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Hatice Kübra İlgün'ün, hesabını açtığı 2013 yılından itibaren 8 yıl aktif olarak Instagram kullanmış, bu süreçte 165 gönderi paylaşmıştır. 1 Ocak- 31 Aralık tarihleriyle sınırlandırılan analizde, İlgün'ün aylık periyotlarla incelenen Instagram gönderi sayılarında Olimpiyatların etkisinin en yüksek olduğu yaz aylarında olan artış göze çarpmaktadır. Milli tekvandocu, madalyayı kazandığı Ağustos ayı içerisinde 30 gün içerisinde 7 bine yakın takipçi kazanmıştır. Hatice Kübra İlgün'ün Instagram'da 8 aylık süreçte paylaştığı gönde-



rilerde olimpiyat/spor temalı gönderilerin diğer tematik kategorilerin 3 katından fazla sayıya sahip olduğu dikkat çekerken, madalyasını mezar taşına asarak vefat eden babasını andığı gönderi, madalya kazandıktan sonra paylaştığı ilk gönderiden daha çok etkileşim almıştır.

Milli tekvandocu Hatice Kübra İlgün'ün, bronz madalya mücadelesinde mağlup ettiği rakibi Kimia Alizadeh Instagram'ı oldukça aktif kullanan bir sporcudur. Instagram'da 728 bin takipçisi bulunan Alizadeh'nin profili onaylanmış hesaptır. Hatice Kübra İlgün'den 30 kat daha fazla takipçisi bulunmaktadır. Aylık artan/azalan takipçi sayısına bakıldığında son 30 günde, Hatice Kübra İlgün 6840 takipçi kazanırken, Kimia Alizadeh mağlup olmasının getirdiği etkiyle 5820 takipçi kaybetmiştir.

1.8 Hakan Reçber

Hakan Reçber, 17 Ağustos 1999 tarihinde Ankara'da doğmuştur. İstanbul Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübü'nün lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda tekvando branşında 68 kiloda bronz madalyaya ulaşan Reçber, 2021 Avrupa Tekvando Şampiyonasında altın madalya kazanmıştır.

Tablo 8. Hakan Reçber Instagram Profil Tablosu

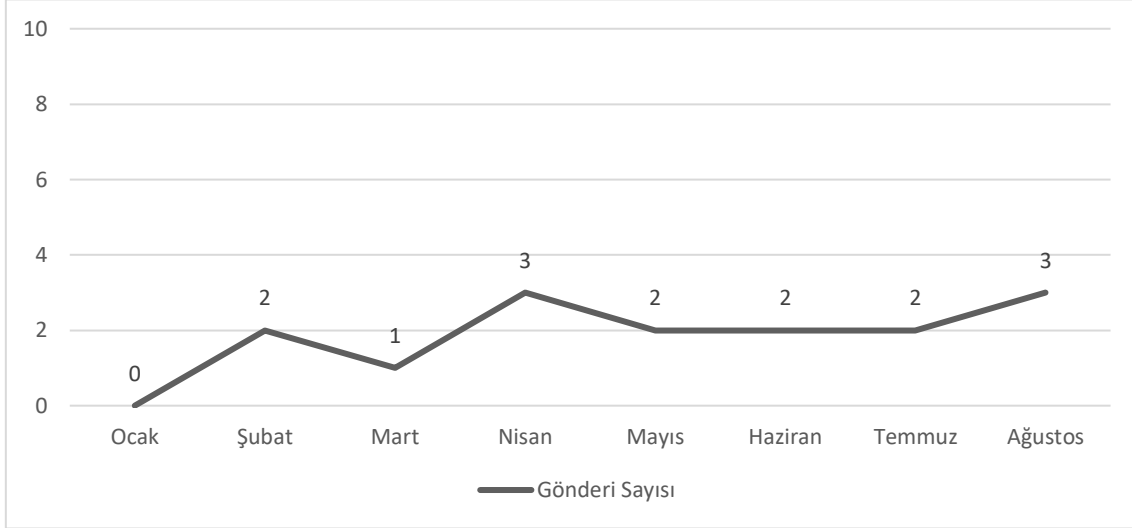
Hesap Adı: @himhr7	
Hesap Açılma Yılı:	2019
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2019
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	24
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	10.095
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	361
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	2.430
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	2.833
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	52.6
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%28.59



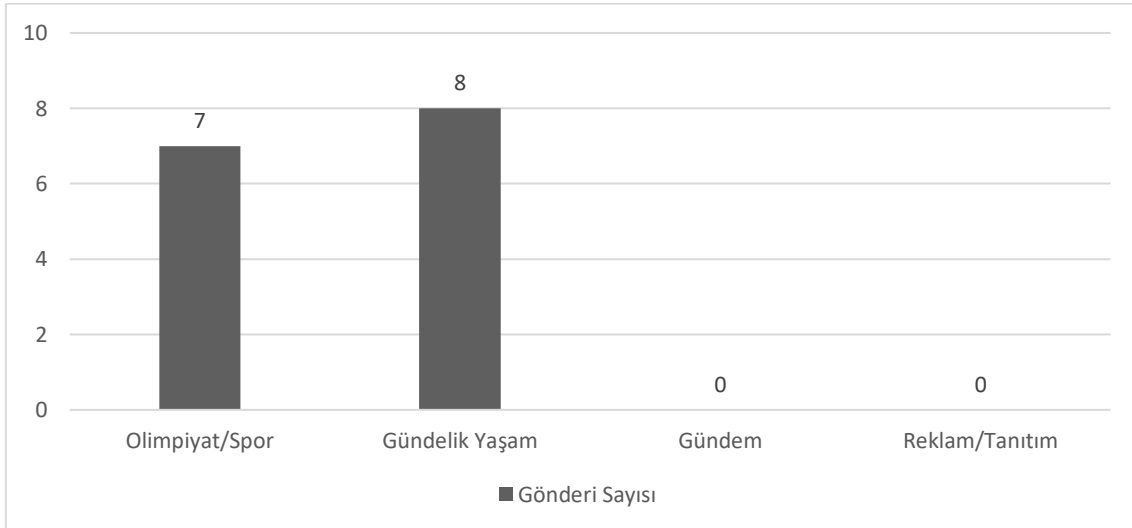
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	25 Temmuz
---	-----------



Şekil 15. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 16. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



2 yıldır aktif olarak Instagram kullanan Hakan Reçber, toplamda 24 gönderi paylaşmış, çok aktif olarak Instagram kullandığı söylenemeyecek olsa bile aylık periyodik gönderi sayılarında belirli aralıklarla düzenli olarak paylaşım yaptığı görülmektedir. Son 30 günde 2.500'e yakın takipçi kazanan Reçber, 1 Ocak-31 Ağustos tarih aralığında paylaştığı 15 gönderide olimpiyat/spor ve gündelik yaşam kategorisinde paylaşımlarda bulunmuş, gündeme dair veya reklam temalı gönderi paylaşmamıştır.



Hakan Reçber'in bronz madalya maçında mağlup ettiği rakibi Nele Husic'in Instagram'da 2.740 takipçisi mevcutken, Reçber'in takipçi hesap sayısı 10.095 olarak öne çıkmaktadır. Nele Husic'in 44 Instagram gönderisi bulunurken, milli sporcumuzun 24 paylaşım yaptığı görülmektedir. Husic'in daha aktif bir Instagram kullanımına sahip olduğu anlaşılırken, Hakan Reçber'in daha fazla takipçi sayısına sahip olması madalyayla beraber artan etkileşim alanını işaret etmektedir.

1.9 Ferhat Arıcan

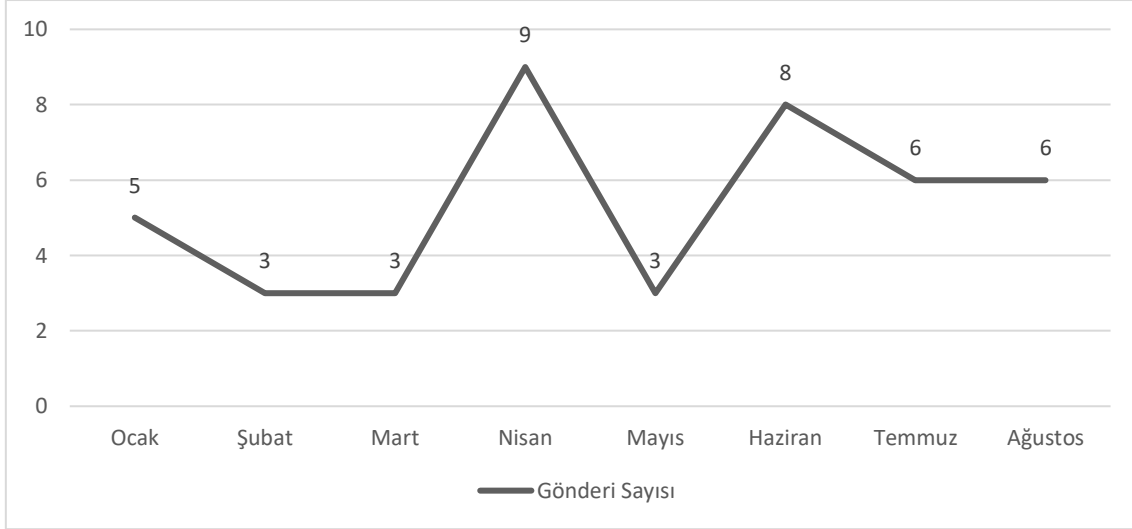
Ferhat Arıcan, 28 Temmuz 1993 tarihinde İzmir'de doğmuştur. Göztepe kulübü lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda artistik jimnastik paralel barda bronz madalyaya ulaşan Arıcan, Olimpiyat Oyunları tarihinde Türkiye'ye jimnastik branşında madalya getiren ilk sporcudur.

Tablo 9. Ferhat Arıcan Instagram Profil Tablosu

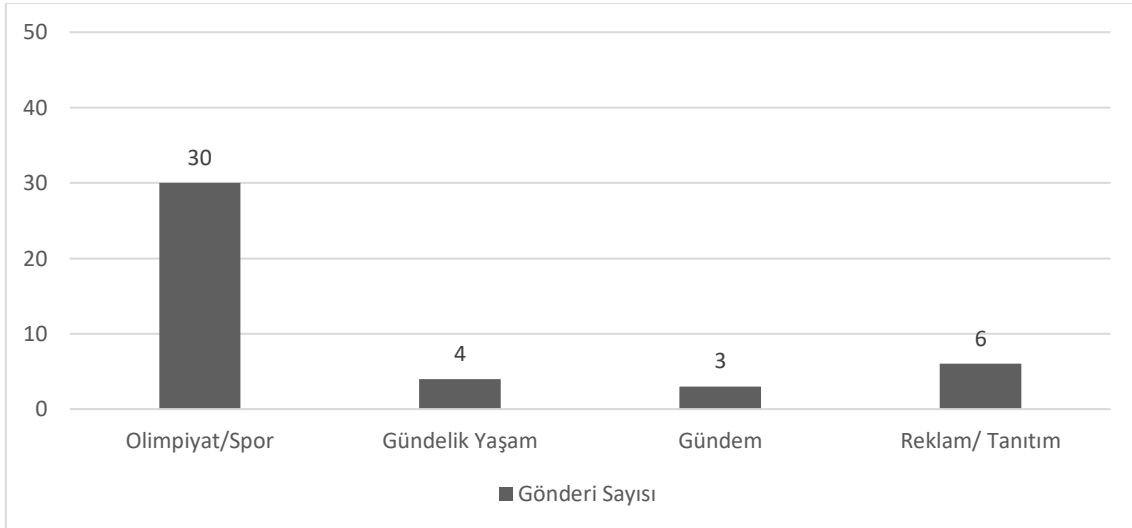
Hesap Adı: @ferhataricann	
Hesap Açılma Yılı:	2012
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2013
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	382
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	30.461
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	487
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	13.170
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	7.455
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	163.9
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%25
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	3 Ağustos



Şekil 17. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 18. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Ferhat Arıcan, aktif olarak Instagram kullandığı 8 yıllık süreçte toplamda 382 gönderi paylaşarak aktif bir Instagram kullanıcı olarak göze çarpmaktadır. Jimnastik branşında Türkiye'de ilk kez madalya kazandırarak tarihe geçen Arıcan, son 30 günde 13.170 takipçi kazanarak hızla etkileşim alanını da büyütüştür. Olimpiyat oyunlarının etkisinin başladığı ve devam ettiği yaz aylarında gönderi sayısı da artış gösteren milli sporcunun olim-



piyat/spor temalı gönderilerinin sosyal medya kimliğinde öne çıktığı görülürken, reklam/tanıtım amaçlı sponsorlu gönderilerinin de kayda değer sayıda olduğu göze çarpmaktadır.

Ferhat Arıcan artistik jimnastik paralel barda sıralamalarda 3. Olarak bronz madalyaya ulaşmıştır. Birçok rakibi bulunduğundan dolayı altın madalyaya ulaşan Zhou Jingyuan ile karşılaştırmalı analizi yapılmıştır. Çinli sporcunun Instagram’da 5.034 takipçisi bulunurken, oldukça aktif bir instagram kullanımı sergileyen Arıcan’ın takipçi sayısı Jingyuan’ın 6 katıdır.

1.10 Ali Sofuoğlu

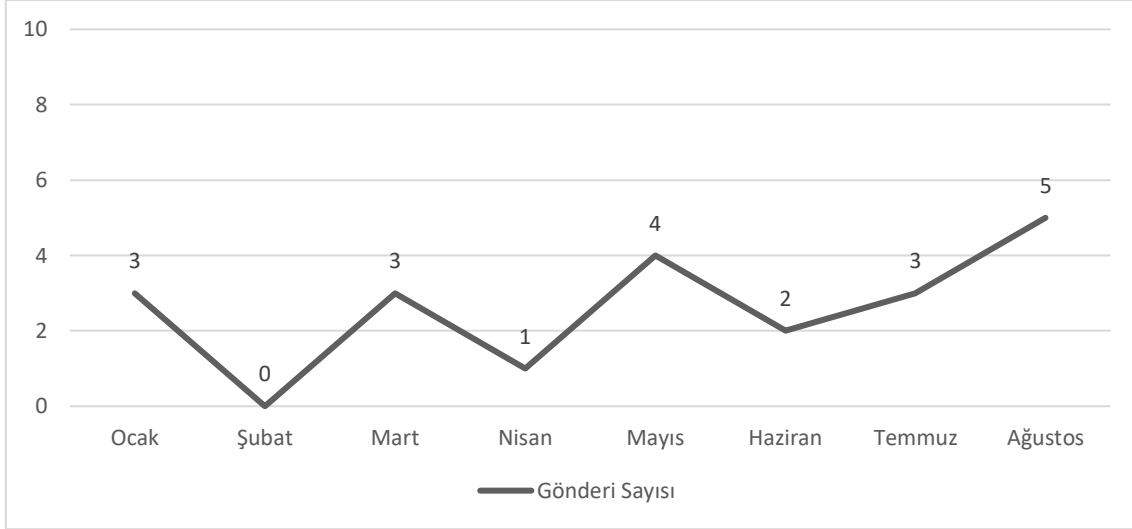
Ali Sofuoğlu, 3 Haziran 1995 tarihinde İstanbul’da doğmuştur. Kağıthane Belediyesi Spor Kulübü lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları karate erkekler katada bronz madalyaya ulaşan Sofuoğlu, Türkiye’nin Olimpiyat tarihindeki 100. madalyasını kazanmıştır.

Tablo 10. Ali Sofuoğlu Instagram Profil Tablosu

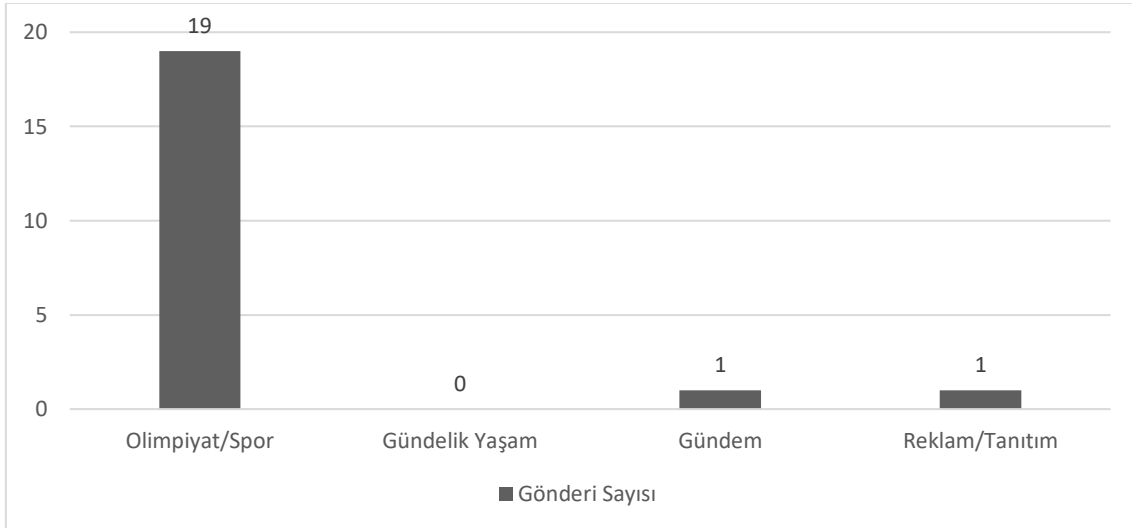
Hesap Adı: @alisofuoglu_	
Hesap Açılma Yılı:	2017
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2018
31 Ağustos 2021’e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	71
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	64.352
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	364
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	47.610
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	4.080
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	81.8
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%6.47
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	3 Ağustos



Şekil 19. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 20. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Ali Sofuoğlu, 2017 yılından bu yana 4 yıldır aktif olarak Instagram kullanmaktadır. Olimpiyat hazırlık süreçlerinin başladığı ve devam ettiği yaz aylarında düzenli aralıklarla gönderi paylaştığı istatistiklere yansırken, Sofuoğlu'nun bronz madalyayı kazandığı 3 Ağustos tarihini de kapsayan Ağustos ayı boyunca 47 bin civarında hesabın takibini kazanması bronz madalya kazanan sporcular arasında oldukça dikkat çekmektedir. Milli karatecinin,



Instagram'da 1 Ocak-31 Ağustos tarih aralığında paylaştığı 21 gönderinin 19'unun olimpiyat/spor temalı olması ve gündelik yaşamına değinmemesi kişinin sporcu kimliğini sosyal medyada öne çıkardığına işaret etmektedir.

Ali Sofuoğlu'nun bronz madalya mücadelesinde karşı karşıya geldiği rakibi Hee Jun Park'ın Instagram'da 2.159 takipçisi bulunurken, Ali Sofuoğlu'nun 64.352 takipçi sayısı bulunmaktadır. Ali Sofuoğlu'nun 382 toplam gönderi sayısı bulunurken, Hee Jun Park'ın 59 gönderisi bulunmaktadır.

1.11 Merve Çoban

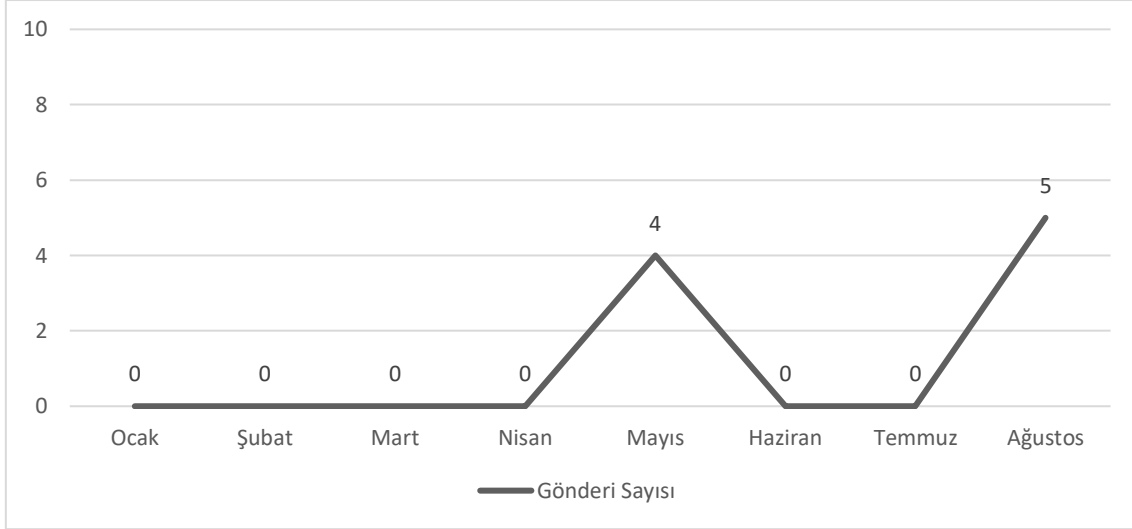
Merve Çoban, 25 Ocak 1993 tarihinde Samsun'da doğmuştur. İstanbul Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübü lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Çoban, Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda kadınlar kumite 61 kiloda bronz madalyaya ulaşmıştır.

Tablo 11. Merve Çoban Instagram Profili Tablosu

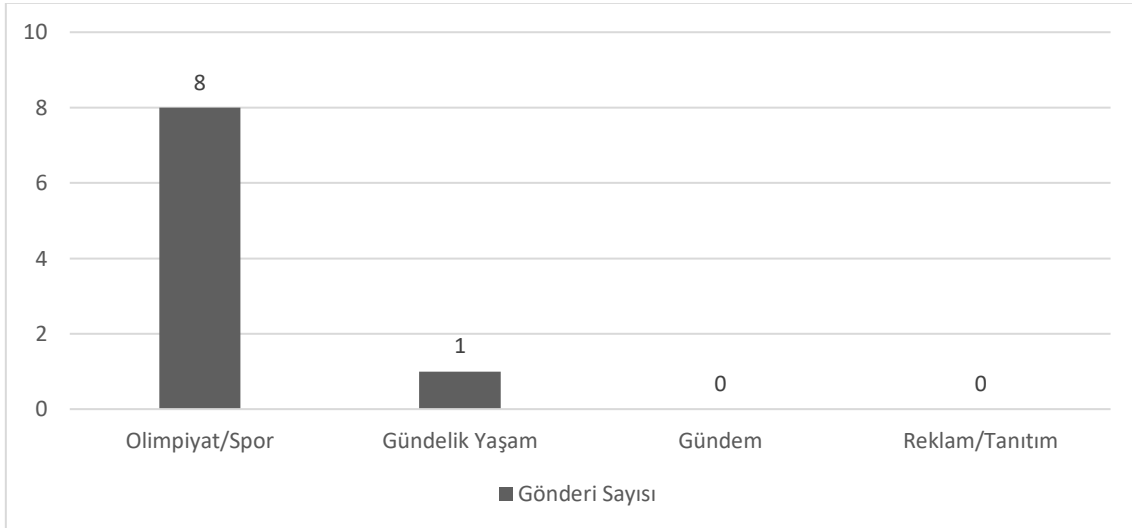
Hesap Adı: @mervecoban93	
Hesap Açılma Yılı:	2013
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2013
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	71
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	4.104
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	737
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	970
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	904
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	23.3
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%22.60
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	6 Ağustos



Şekil 21. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 22. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Merve Çoban, 2013 yılından bu yana Instagram'da aktif olarak yer alsa dahi sene başından 31 Ağustos'a kadar olan süreçte yalnızca 9 gönderi paylaşmış olması son dönemde çok aktif bir kullanıcı statüsünde olmadığı kanısını oluşturmaktadır. Aylık gönderi sayıları dikkate alındığında milli karatecinin, 8 aylık süreçte sadece 2 ay paylaşımlarda bulunması göz önüne alındığında bronz madalya kazanma başarısı göstermesine karşın son 30 günde



artan takipçi sayısı 970 kişiyle sınırlı kalmıştır. Çoban'ın toplamda 4104 takipçisi bulunurken, sosyal medya kimliğini olimpiyat/spor temalı gönderiler üzerinden inşa ettiği görülmektedir.

Merve Çoban'ın Olimpiyatlardaki son maçındaki rakibi Jovana Prekovic Instagram hesabını milli sporcumuzun aksine oldukça yoğun ve aktif kullanmaktadır. Yarı final mücadelesinde rakibine kaybederek bronz madalyayı kazanan milli karatecinin Instagram'da 4.104 takipçisi bulunurken, Prekovic'in 17.265 takipçisi bulunmaktadır. Prekovic'in son 30 gündeki takipçi sayısı artışı 3.480 kişiyken, Merve Çoban'ın artış gösteren takipçi hesap sayısı 970 kişidir.

1.12 Yasemin Adar

Yasemin Adar, 6 Aralık 1991 tarihinde Balıkesir'de doğmuştur. ENKA Spor Kulübü lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda güreş branşında 76 kiloda bronz madalyaya ulaşan Adar, kadınlarda Türkiye'ye güreş branşında madalya getiren ilk sporcu olarak tarihe geçmiştir.

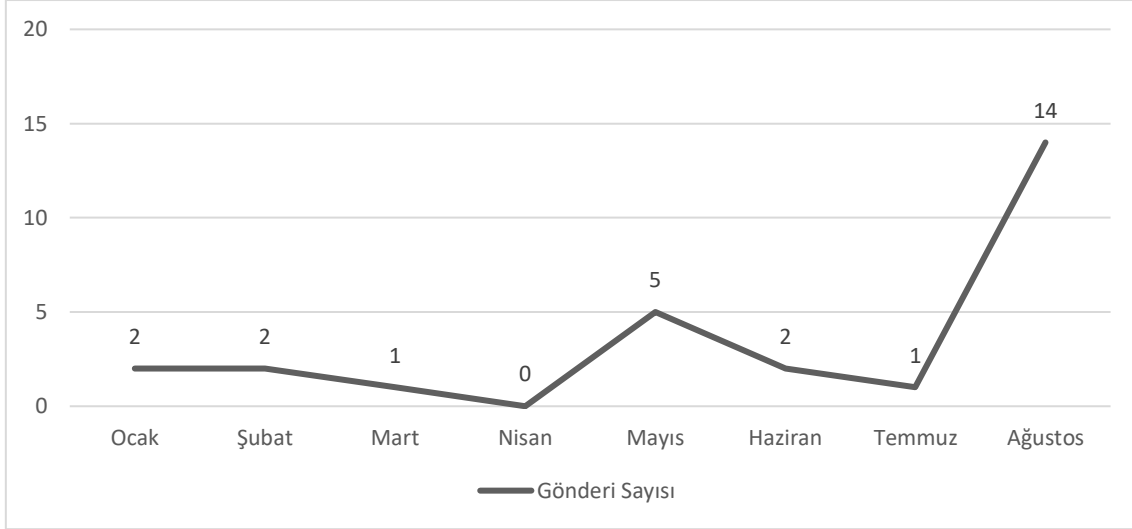
Tablo 12. Yasemin Adar Instagram Profil Tablosu

Hesap Adı: @yasemin.adar	
Hesap Açılma Yılı:	2014
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2014
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	279
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	32.244
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	771
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	8.340
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	8.599
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	158.7
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%27
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	3 Ağustos

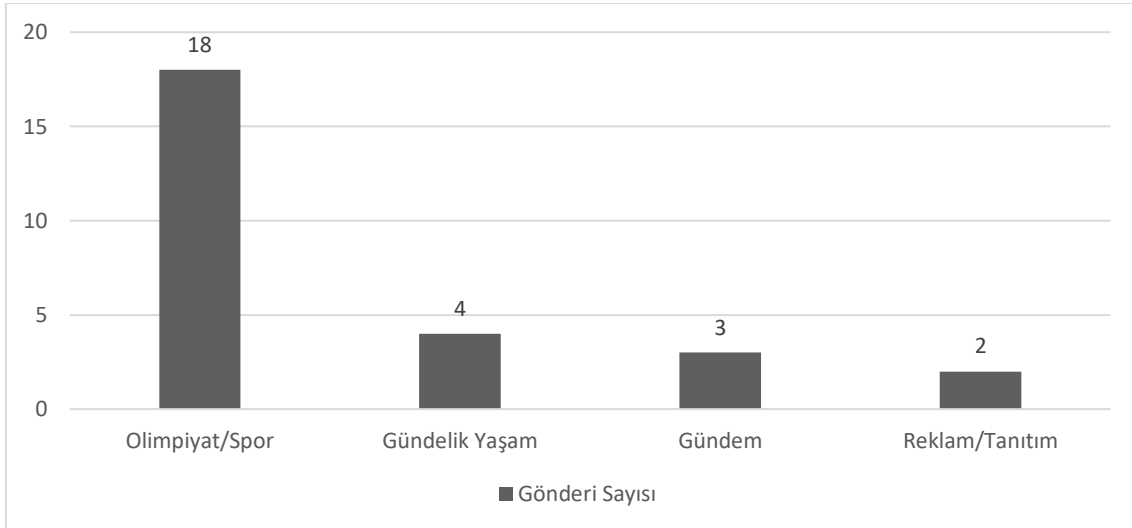




Şekil 23. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 24. Konularına Göre Instagram Paylaşım Sayıları



Yasemin Adar, 2014 yılından bu yana 7 yıldır aktif olarak Instagram kullanmaktadır. Toplamda paylaştığı 279 gönderiyle oldukça aktif bir görüntü çizen Adar, bronz madalyaya tarihi de kapsayan Ağustos ayı, sporunun en çok gönderi paylaştığı ay olmuştur. Milli güreşçi, 1 Ocak- 31 Ağustos tarih aralığında aylık periyotlarla paylaştığı gönderi sayıları dikkate alındığında Ağustos ayında başarının da getirmiş olduğu tanınırlıkla son 30 günde 8.340 takipçi kazanmıştır. Yasemin Adar'ın konularına göre gönderi sayıları



göz önüne alındığında, gündemden kopmadığı ve reklam/tanıtım içerikli gönderiler oluşturduğu ancak ağırlıklı olarak olimpiyat/spor temalı gönderiler oluşturarak takipçilerine ulaştığı görülmektedir.

Yasemin Adar'ın bronz madalya mücadelesinde karşı karşıya geldiği rakibi Zainab Sghaier'in Instagram hesabı gizli olduğu gözlenmektedir. Kırgız sporcunun 188 takipçisi bulunurken, Adar'ın takipçi sayısı 32.244 kişidir.

1.13 Uğur Aktaş

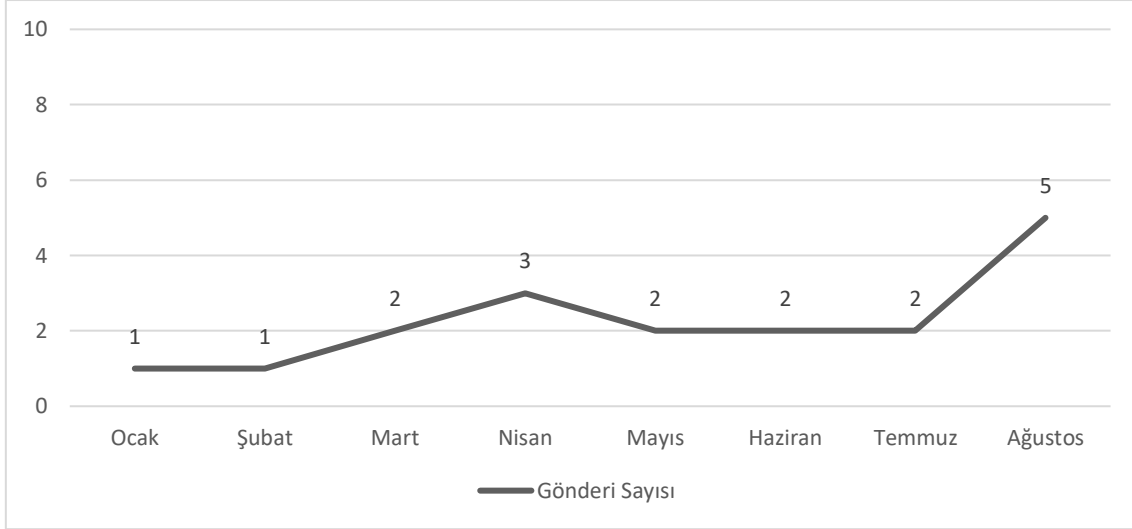
Uğur Aktaş, 10 Ekim 1995 tarihinde İstanbul'da doğmuştur. İstanbul Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübü lisanslı sporcusu olarak kariyerine devam etmektedir. Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda karatede kumite 75 kiloda bronz madalyaya ulaşan Aktaş, Türkiye'nin Tokyo'da aldığı son madalyaya adını yazdırarak Türk sporcular arasında 13. madalyayı kazandırmıştır.

Tablo 13. Uğur Aktaş Instagram Profil Tablosu

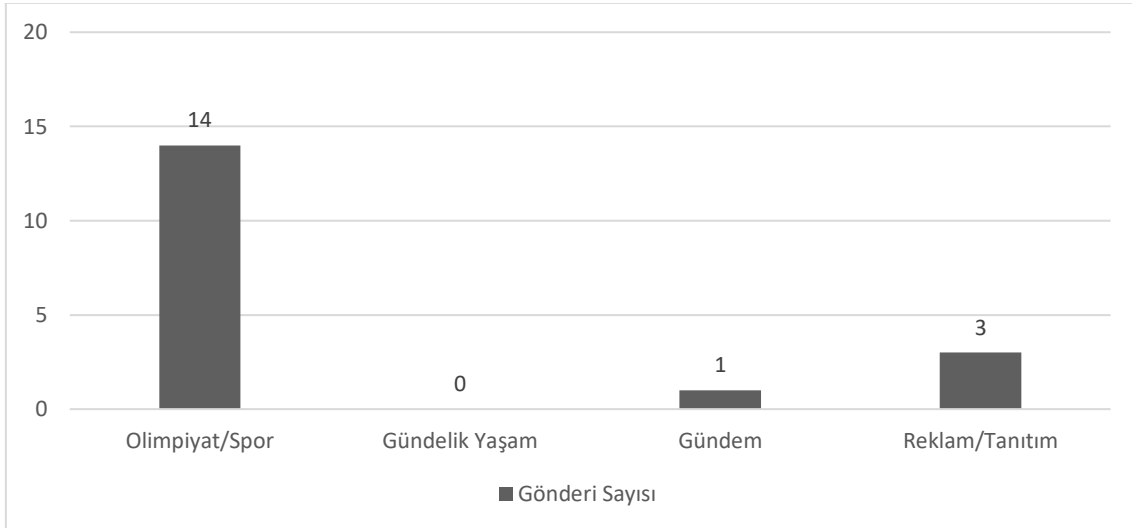
Hesap Adı: @uguraktas.95	
Hesap Açılma Yılı:	2013
Hesaptan Yapılan İlk Gönderi Yılı:	2015
31 Ağustos 2021'e Kadar Hesaptan Paylaşılan Toplam Gönderi Sayısı:	81
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takipçi Hesap Sayısı:	37.981
31 Ağustos 2021 Tarihindeki Takip Edilen Hesap Sayısı:	554
Son 30 günde artan takipçi sayısı:	24.690
Gönderilerin aldığı ortalama beğeni sayısı:	2.778
Gönderilerin aldığı ortalama yorum sayısı:	73
Gönderilerin aldığı ortalama etkileşim oranı(Son 20 gönderi):	%7.5
1 Ocak- 31 Ağustos Tarihleri Arasında En Yüksek Etkileşim Alan Gönderinin Tarihi:	7 Ağustos



Şekil 25. Aylık Instagram Gönderi Sayıları



Şekil 26. Konularına Göre Aylık Paylaşım Sayıları



Uğur Aktaş, Instagram'a ilk olarak 2013 yılında katılmış ancak ilk gönderisini 2015 yılında paylaşmıştır. Tokyo 2020 Yaz Olimpiyatları'nda elde ettiği başarısının etkisiyle, bronz madalya kazandığı Ağustos ayında gönderi sayısı bir önceki ayların gönderi sayısını ikiye katlamaktadır. Bronz madalyaya uzanarak Türkiye'nin Tokyo'da kazandığı son madalyaya imza atan Aktaş, son 30 günde 25 bine yakın takipçi kazanmıştır. Konularına göre gönderi sayıları incelendiğinde Uğur Aktaş'ın sosyal medya kimliğinde gündelik yaşamına belirlenen zaman aralığında hiç yer vermediği, olimpiyat/spor



temalı gönderilerle sporcu kimliğini öne çıkarttığı görülmektedir. Reklam/tanıtım amaçlı oluşturulan gönderiler de ikinci sırada yer almaktadır.

Uğur Aktaş'ın Olimpiyatlardaki son maçında mağlup olduğu rakibi Sajad Ganjzadeh karate erkekler kumite +75 kiloda altın madalyaya ulaşmıştır. Instagram'da onaylı hesabı bulunan Ganjzadeh'in 67.377 kişilik takipçi hesap kitlesi bulunurken, Aktaş'ın takipçi sayısı 37.981'dir. Sajad Ganjzadeh Tokyo Olimpiyatları'nda altın madalya kazanmasına karşın son 30 günde artan takipçi sayısı 5.730 kişiyken, milli sporcumuz 24.690 takipçi hesabı kazanmıştır.

SONUÇ VE DEĞERLENDİRME

Bu çalışmada, Tokyo 2020 Olimpiyatları'nda madalya kazanma başarısı göstermiş Türk milli sporcularının sosyal medya kullanma alışkanlıkları ve sosyal medya davranışları incelenmeye çalışılmıştır. Yeni iletişim ortamlarının olduğu iletişim pratiklerinin değişme gösterdiği günümüz yeni medya mecralarında, sporcuların sosyal medya kullanma alışkanlıkları da bu ortamda değişiklikler göstermektedir. Yeni iletişim teknolojilerinin getirdiği yeni medya düzeniyle beraber hayatın vazgeçilmez bir alanı haline gelen sosyal medyanın insanoglunun yaşam merkezine oturduğu görülmektedir. İnternetin, insanoglunun yaşamına girmesiyle tüm iletişim olanakları tek bir mecrada toplanma fırsatı bulmuş, internet gördüğü ilgiye karşılık sürekli gelişim göstererek medyada bir dönüşümle sosyal medyayı hayatımıza sokmuştur. Sosyal ağ sitelerinin hayatımıza girmesiyle, daha modern adıyla sosyal paylaşım platformları ortaya çıkmış insanlar farklı amaçlarla bu sanal mecralarda var olmak istemiştir. Zaman ve mekâna bağlı kalmaksızın iletişim kurmanın küresel çapta kolay ve hızlı bir hale geldiği vurgulanmak istenmiştir.

Sosyal medya birçok şeyi değişim ve dönüşüme uğrattığı gibi kişilerin hedef kitleleriyle olan iletişim pratiklerini de değiştirmiştir. Dünyanın en büyük sosyal paylaşım platformlarından biri olan Instagram özelinde yapılan bu çalışmada, Tokyo 2020 Olimpiyatları'nda madalya kazanma başarısı gösteren Türk sporcuların, sosyal medya hesaplarını kullanma sıklıkları ve kullanma amaçları da değişiklik göstermektedir. Elde edilen verilerin ön kabulünden hareketle, sporcuların birincil amaç olarak sosyal medyayı reklam/tanıtım amaçlı kullanmadıkları kanısına varılırken, bu temada sporcuların açık görüşlü oldukları ancak Olimpiyatlar öncesi daha düşük takipçi sayısı nedeniyle reklam ve tanıtımı gelir kaynağı olarak görmediği dikkat çekmektedir. Okçuluk branşında ülkemizi temsil eden sporcumuz Mete Gazoz, son 30 günlük sürede en çok takipçi sayısı kazanan isim olarak öne çıkmaktadır. Rıza Kayaalp(güreş) ve Hakan Reçber(tekvando) sosyal medya gönderilerini diğer sporculara kıyasla gündelik yaşam üzerine oluşturmuştur. Ortaya konulan veriler çerçevesinde, sporcuların etkileşimini artırdığı Temmuz ve Ağustos ayı ile birlikte paylaşım sayılarında artış gözlenmektedir. Busenaz Sürmeneli Olimpiyat



Oyunları boyunca ve devamında en çok etkileşim alan milli sporcu olarak dikkat çekmektedir. Türk milli sporcularının, en çok gönderi paylaştığı kategorinin olimpiyat/spor olması, bilhassa gündeme dair gönderilerinin oldukça az olması sporcuların, bilinirliği ve alakayı bu noktada toplama isteklerini yansıtmaktadır. Sporcuların en çok etkileşim aldıkları Instagram gönderilerinin tarihleri, madalya aldıkları gün ile aynı gün beraberinde paylaşmış oldukları madalyalı pozlarıdır. Sporseverlerin, sporcularla en çok etkileşim kurduğu gönderilerin bu gönderiler olması ve sonrasında paylaşılan gönderi sayısının Ağustos ayında artması ile sporcuların sosyal medya kullanma alışkanlıklarında değişimler yarattığı gözlenmektedir.

Sporcuların sosyal medya kullanma sıklıkları ve alışkanlıklarına dair yapılan incelemeler kapsamında, Tokyo 2020 Olimpiyat Oyunları'nda yarışmış ve madalya kazanma başarısı göstermiş sporcularımızın Tokyo Olimpiyatlarına hazırlık sürecinde, başlangıcı ve etkisinin devam ettiği yaz aylarında gönderi paylaşma sıklıklarında artış görülmüştür. Sporcular, başarının da getirdiği tanınırlık ve sporseverlerin merak duygusuyla birlikte etkileşim oranlarını artırmış, hedef kitleleri büyümüştür. Bu bağlamda sporcuların ağırlıklı olarak sosyal medyada sporcu kimliklerini öne çıkardığı ve sponsorluk içeren gönderilere de yer verdikleri dikkat çekmektedir. Türkiye'nin Tokyo'da tarihindeki en başarılı olimpiyat performansını gösterdiği göz önüne alınca –en çok madalya kazanılan olimpiyat-, elde ettikleri başarılarla beraber başlıca gündem maddesi haline gelen milli sporcular toplumun yoğun takibinde olmuştur. Öyle ki final maçlarında kaybedilen rakiplerle karşılaştırıldığında olimpiyat etkisinin devam ettiği son 30 günde aldıkları etkileşim sayısı ve takipçi artışı çerçevesinde Türk sporcular sosyal medya istatistikleri incelendiğinde büyük bir takipçi kitlesine erişmiştir. Tokyo Olimpiyatlarının küresel çapta büyük bir gündem maddesi olması ile beraber elde ettikleri başarılarla dikkatleri üzerine çeken milli sporcuların, sosyal medya kullanma alışkanlıkları da Olimpiyat sürecinde değişime uğramıştır. Olimpiyat Oyunları'nın evrensel düzeyde etki alanı yüksek bir organizasyon olmasının ön kabulünden hareketle sporcuların artan tanınırlık düzeyleriyle birlikte sosyal medya kullanma alışkanlıkları ve hedef kitle ile iletişim kurma pratikleri yeniden şekillenmektedir.

KAYNAKÇA

AKYAZI, A. (2019). *İletişimde Dijitalleşme ve Yeni Nesil Habercilik*. İstanbul: Kriter Yayınevi.

HACİEFENDİOĞLU, Ş. (2011). Reklam Ortamı Olarak Sosyal Paylaşım Siteleri ve Bir Araştırma, *Bilgi Ekonomisi ve Yönetimi Dergisi*. 6(1).

SARUHAN, O. (2018). *Sosyal Medya Canavarı Olmak İster Misin?*. İstanbul: MediaCat Yayınları.



SPENCER, J. (2019), *65+ Social Networking Sites You Need to Know About*, <https://makeawebsitehub.com/social-media-sites/>(E.T.: 02.09.2021)

TEZCAN, E. T. (2017). Bir Halkla İlişkiler Uygulama Alanı Olarak Sosyal Medya Kullanımı: Change.Org Zeytin Hayattır İmza Kampanyası İncelemesi. *Yeni Medya Elektronik Dergi*. 1(1), 47-59.

YANIK, A. (2017). Sosyal Medyada Yükselen Nefret Söyleminin Temelleri. *Global Media Journal- Turkish Edition-Güz*, ISSN: 1309-7601, 8(5), 364-383.

İnternet Kaynakları

URL-1: www.dreamgrow.com (E.T.: 02.09.2021)

URL-2: www.socialblade.com (E.T.: 27.08.2021)



POST-TRUTH VE VIDEO HAKEM SİSTEMİ (VAR)

Bariş ŞENTUNA*

* Dr. Öğr. Üyesi, Balıkesir Üniversitesi, Fen-Edebiyat Fakültesi, Sosyoloji Bölümü

Öz

Bu çalışma dört bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümünde günümüz de felsefe ve sosyoloji alanlarını adımlık sıkça duymaya başladığımız bir kavram olan post-truth bir başka deyişle gerçeklik sonrası döneme değinilecektir. Post-truth ile birlikte gerçekliğin eğilip bükülmesi belirli şeylerin politika ve medya alanlarında belirli şekillerde aktararak insanların inanmasının gerçeğin önüne geçmesi meseleleri ele alınacaktır. İkinci bölümde ise günümüz futbolunun vazgeçilmez devrimi olan video yardımcı hakem ele alınacaktır. Sağladığı yararlar zararlar tartışılacaktır. Üçüncü bölümde ise bu iki kavramın birbiri ile çatışmasına değinilecektir. Hatta futbolda aynı görüntü üzerinden bile bir gol kararı verilirken bir başka karar ya da izleyicilerin kanısı gol değil şeklinde olabilmektedir. Bunun sebepleri ve gelişimi ve sonuçları ele alınacaktır. Çalışmanın son bölümü olan sonuç bölümünde ise VAR sistemi ile günümüz dünyası, medyası ve gerçeklik algısı bütünlüklü bir şekilde değerlendirilmeye çalışılacaktır.

182

Anahtar kelimeler: Post-truth, Video Hakem Sistemi, Spor Felsefesi, Spor Sosyolojisi, VAR

1. Post-Truth

Post genel anlamıyla İngilizce de ötesi ya da sonrası anlamına gelmektedir. Modernizmden sonra gelen post-modernizm örneğinde olduğu gibi hem bir zamanı niteler, yani belirli bir zaman dilimini anlatır, aynı zamanda da modernizmin görüş olarak sona erdiği ve ona karşı eleştirileri belirtir. Post-truth için ise kendisine karşı olan ekolleri eleştirdiğini söylemek için henüz çok erken olmakla birlikte, belirli bir zamanı nitelediği açıktır. Hali hazırda en çok kullanılan kelimelerden bir tanesi haline gelmiş, akademik yazında özellikle de medya v iletişim alanında kendine sıkça yer bulmaya başlamıştır.

Tesich'in 1992'da kitleler üzerine yazdığı "A Government Of Lies" yazısında günümüz toplumlarında hakikatin giderek biçim değiştirdiğine ve anlamını yitirdiğine değinmektedir. "Şimdiye kadar bütün diktatörler (otoriteler) hakikati bastırmak için epey çalışmak zorundaydılar. Bizler, bunun artık gerekli olmadığını, önemi ve değeri ne olursa olsun her türlü hakikati erozyona uğratabilecek ruhsal mekanizmalar geliştirmiş olduğumuzu bizzat



kendi edimlerimizle söylüyoruz. Özgür insanlar olarak bizler, son derece köklü bir yoldan, post-truth bir dünyada yaşamak istediğimize özgürce karar verdik” (Tesich, 1992) Sözlere ile modern dünyada kitlelerin artık hakikati istemediğini ve bu anlamda post truth bir çağın içerisine girdiğimizi söylemektedir. Keyes’in bu kavramı genişleterek insanları yalana yönelten şeyin ne olduğunu açıklamıştır. Buna göre insanların yalan yönelmesindeki temel neden inanmanın, inkar etmek ve düşünmek gibi süreçlerden daha pratik olmasıdır.

Modern çağdan beri insanların temel savları akılsallık ekseninde gelişmiştir. Modernitenin bu anlamda insanlığa kattığı en temel şey aklın her tür güç ve otoriteden üstünlüğüdür. ”Postmodernlik ise dünyanın olumsuz, temelsiz, çeşitli, istikrarsız, belirlenmemiş nitelikte ve bir dizi dağınık kültürlerden ya da yorumlardan ibaret olduğunu bildirir; bu da hakikat, tarih ve normların nesnelliği, doğanın verili oluşu ve kimliklerin tutarlılığı hakkında belli ölçüde bir kuşkuculuğu besler” (Tüzer, 2015). Post modern çağda hakikat kavramı da giderek biçim değiştirmiştir. Buna göre hakikat; “Öznenin şeyler hakkındaki bir yargıya varmasına hakikat denir” (TV100, 2020, 00:05:14-00:05:30). Post modern dünyada hakikat artık anlamını yitirmiştir ve bu anlamda Postmodern dünya, Post-truth bir çağa doğru koşar adım gitmektedir. Post-truth kavramını bu anlamda en doğru çevirisi hakikatin giderek önemini yitirmesidir (Alpay, 2017).

Bu makaleyi, kaleme alırken birkaç gün önce Cumhurbaşkanlığı iletişim başkanı Sayın Fahrettin Altun’un post-truth üzerine kalem almış olduğu makale ile karşılaştım. “Fahrettin Altun: Hakikat ötesi çağda bir ulusal güvenlik tehdidi olarak dezenformasyon ve manipülasyon siyaseti” adlı makalede, Altun her ne kadar muhalefeti eleştirmek için post-truth a dikkat çekse de devletin ileri gelen fikir üreticilerinin dünya müktesebatını ve düşünce sistemini yakalamaları son derece önemlidir.

Öyle ki, Amerika Birleşik Devletleri’nin (A.B.D.) bir önceki başkanı Trump post-truth ve öğelerini son derece etkili bir şekilde kullanmış, bugün ise Amerikan halkı bunun sonuçları ile yüzleşmektedir. Milyonlarca Amerikalı aşırı karşıtı olmuş, milyonlarcası pandemi de hayatını kaybetmiştir. Amerika’da Trump’ın söylediği yalanların duvarı dahi yapılmıştır. Şüphesiz büyük devlet başkanları tek başlarına çalışmazlar. Filozoflar, sosyologlar, sosyal-psikologlar, iletişim bilimcilerden oluşan adeta bir ordu ile çalışırlar. Lakin hakikatin dozu ayarlanamadığında bunun da sonuçları olmaktadır. Capitol adı verilen Amerikan meclis binasının Trump taraftarları tarafından ele geçirilmesi gibi bir sonuç ortaya çıkmıştır ki, dünyaya demokrasi “dağıtan” ya da “satan” Amerika bu kara lekeyi temizlemek için uzun yıllar uğraşacak gibi gözükmektedir.



“Post truth kavramı siyaset için ön plana çıkmış olmakla birlikte artık siyaseti de aşmıştır” (Özkaya,2020). Hakikat sonrası ortaya çıkışı ayrılmaz bir şekilde televizyonun yükselişle bağlantılıdır. “Televizyon onların başlıca yoldaşı olmuştur; onunla kanlı canlı bir insanla geçirdiklerinden çok daha fazla zaman geçirirler. Durum böyle olunca, orada gördükleri değerleri özümsememeleri çok zordur” (Keyese, 2017) Bu kadar önemli bir kavram pek tabii ki futbolda da kendini göstermiştir.

2. Video Halem Sistemi (VAR)

Deleuze’in (Deluze,1992; akt. Şentuna,2020) modern toplumun giderek denetim toplumuna dönüştüğü düşüncesi günümüzde futbola da nüfus etmiş durumdadır. Günümüzde futboldaki hataları minimize etmek için Video Yardımcı Hakem sistemi ortaya çıkarılmıştır. Temelde hakemin hatalarını azaltmaya yönelik olan bu sistemin günümüz post modern dünyasından etkilenmiş durumdadır. Denetim giderek toplumun her alanını sarmakta ancak günümüz toplumlarında denetimin, hakikati korumaktan çok kitleleri kontrol etme rolü bulunmaktadır. Bu anlamda kitleler artık korunan şeylerin (fotoğraf, yazı, video) üzerinden bile hakikate biçim verebilmektedir.

VAR sisteminin temel mottosu “minimum müdahale, maksimum yarar” (TFF, Video Yardımcı Hakem Kitapçığı). Buna göre VAR sistemi ile birlikte hakemlerin göremediği kritik riskler minimize edilmeye çalışılacaktır fakat bu süreçte minimum müdahale önemlidir. VAR sisteminde müsabakalar video kayıtları halinde VAR Hakemleri tarafından izlenmektedir ve orta saha hakemi gerek duyduğunda VAR hakemleri ile iletişime geçerek kritik pozisyonların tekrarını izleyebilmektedir. Müsabakalarda VAR sistemine başvurma bu anlamda hakemin otoritesine bağlanmış durumdadır. Oyuncuların hakeme VAR işareti yapması ise sarı kart alması ile sonuçlanacaktır (TFF, Video Yardımcı Hakem Kitapçığı). Bu anlamda bakıldığında VAR sistemi hakemin kendi isteği ekseninde başvurabileceği bir yardımcı hakem tipidir. Hakem müsabakalarda hala meşru otoritesin korumaktadır. Hakemin meşru otoritesi ise günümüzde sorgulanmaya açıktır. Aynı zamanda VAR sisteminin kontrol eden hakemlerin de rolü burada sorgulanmalıdır. Çünkü VAR sisteminde orta saha hakemi ile iletişim olanlar VAR hakemleridir ve VAR hakemlerinin aktarımı buradan önem kazanmaktadır. Kritik durumlarda doğru bilginin aktarımı sorunu buralarda gözlemlenebilir. Bu anlamda her ne kadar VAR, sistemsel bir boyutta olsa da denetimi sağlayan şey insanların kendisidir. Hakemlerin burada karar verme süreçlerini etkileyen etkenlerin incelenmesi gerekmektedir.

Uzunoglu’nun (2008) yapmış olduğu “Türk Futbol Hakemlerinin Karar Verme Stillерinin Klasmanlarına ve Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi” araştırması önemli bir kaynaktır. Bu çalışmada göze çarpan ilk şey, çalışmaya katılan hakemlerin çoğunluğu ev sahibi



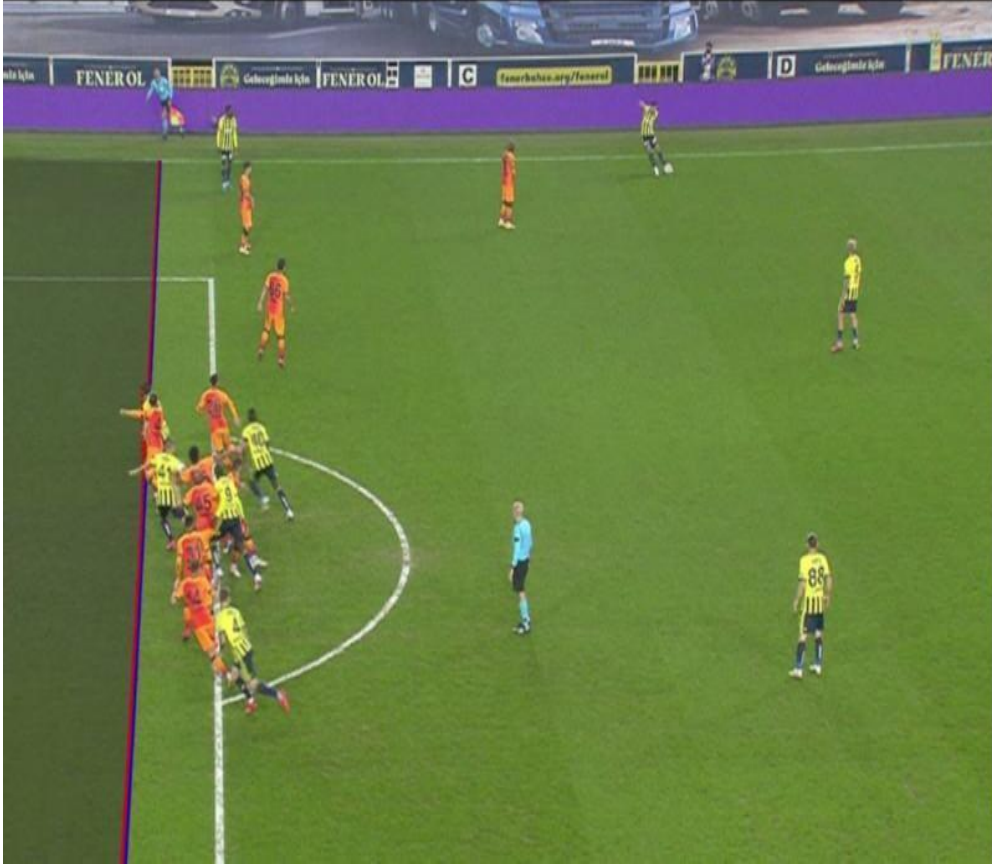
takıma daha toleranslı bir tutum sergilediğidir. “Taraftar baskısından etkilenen hakemlerin kendilerini zaman baskısı altında hissetmeleri, bir an önce sonuca ulaşma çabası içinde olmaları, panik davranış sergilemeleri ve karar vermelerindeki tutarsızlık: ev sahibi takım seyircisinin fazla olmasından, takımdaki yıldız oyuncu baskısından etkilenmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir” (Uzunoğlu,2008,). Özsaygısı yüksek hakemlerin karar vermede daha başarılı olduğu görülmüştür. Buna göre öz saygısı yüksek bireylerin karar vermede hata yapma ihtimalleri daha düşüktür. Hakemlerin gelir ise burada öz saygıyı arttıran bir etken olarak bulgular arasına eklenmiştir. Aynı zamanda evli hakemlerin, evli olmayan hakemlere oranla daha az kaçınan kararlar verdiği görülmüştür (Uzunoğlu, 2008). Bu anlamda bakıldığında hakemin karar verme süreci onun bireysel ve toplumsal parçasından ayrı düşünülemez. Hakemlerin hatalarını anlamada dış ve iç etkenler dikkatlice incelenmelidir. Günümüzde ise futbol, eğlenmek için tüketilen bir oyun olmaktan çıkıp kitleleri inanç ile bir birine bağlayan bir biçim almıştır. Bu anlamda bakıldığında günümüzde futbol da inanç odaklı bir taraftar kitlesine sahiptir. Her taraftar takımına açık bir sevgi ile bağlıdır. Günümüzde sosyal medyaya bakılacak olursa insanların takımları uğruna bir birleri ile kavga ettikleri, öfke krizine girdikleri ve hatta bir birlerini öldürdükleri bile görülmektedir. Aynı şekilde devletler ve dinler için de insanlar bir birlerini öldürebilmektedirler. İnsanların dinlere ve devletlere bağlılığı bir taraftarın takımına bağlılığı ile nerede ise orantılıdır denebilir. Bu anlamda bakıldığında müsabakaları yöneten hakemlerin hakikat üzerindeki etkileri sorgulanmalıdır. Çünkü hakemin hakikat üzerindeki bu etkisi kitleleri de eyleme geçirebilmektedir. Hakem hatalarını minimize etmek ve onu denetlemek için Video Yardımcı Hakem sistemi ortaya çıkarılmıştır. Fakat bu sistemin işlevselliği sorgulanmaya açıktır. Çünkü futbol müsabakalarında hakem hala tek otorite biçimini korumaktadır. Aynı zamanda VAR sisteminin kendisi bir denetim altında değildir ve aynı şekilde başka hakemler tarafından kontrolü sağlanmaktadır. Minimum hata le ortaya çıkmış olan VAR sistemi, post-truth çağın bir kurbanı haline gelmeye açıktır. Bu bağlamda hakemin otoritesi ve VAR sisteminin denetlenebilirliği bağlamında post-truth çağ ile etkileşimine değinilecektir. Aynı zamanda VAR sisteminin hakikat bağlamında taraftarların üzerinde nasıl bir etki yarattığı tartışılacaktır.

Futbol’da orta saha hakemi müsabakaların merkezinde yer almaktadır. Hakem bir müsabakada meşru otoriteyi elinde bulunduran güç olarak burada varlığını sürdürmektedir. Futbolda hakem bir yargıç görevi görmektedir. Sahada, meşru otorite tarafından (FİFA) konulan kuralları uygulama ve yargıçlık yapma rolüne sahiptir. Bu anlamda bakıldığında Şentuna’nın (2020) da söylediği gibi hakemler futbol müsabakalarında Weber’in sözüne ettiği Yasal-Otorite tipidir. Bu otorite tipinde kişiler, mevcut yasal otoritenin belirlediği kişilerin söylemlerini dikkate almaktadır. Çünkü nasıl ki siyasal ortamda bir politikacıyı halk seçiyorsa ve ona verilen gücün meşru dayanağı bu seçilmiş olma durumu ise, futbolda hakemin rolü de benzerdir.



Türkiye’den örnek vermek gerekecek olursa hakemlerin atandığı temel kurum Türkiye Futbol Federasyonudur ve hakemin meşru dayanağı bu kurumun kendisidir. Oyuncular hakeme değil de bu merkezi kurumun yarattığı kurallara uymak zorundadır. Hakem ise bu kurul tarafından belirlenen kuralları en doğru ve kesin şekilde uygulamak ile mükelleftir (Sarıkol,2018). Futbol müsabakalarında hakemin kararları her zaman en kesin karar olarak alınmaktadır. Buna göre hakem tek yasal hakimdir ve vereceği kararlar sorgulanmaksızın kabul edilmek zorundadır.

Bu anlamda bakıldığında çağdaş sosyologlardan Dahrendorf’un güç ve yozlaşma ile ilgili söylemleri hakemler için geçerlidir. Buna göre sorgulanmayan ve temelde çatışma olmayan bir otoriteleşme tipinde yozlaşma olacaktır. Hakemin sosyal bir varlık olduğu gerçeği burada unutulmamalıdır. Hakemin saha içerisindeki kararları bütün bir müsabakaya etki edecektir. Bu anlamda hakem gerek Foucault’un sözüne ettiği gözetimden etkilenecektir gerek ise Dahrendorf gibi sosyologların sözüne ettiği güç yozlaşmasından etkilenecektir(Wallace, Wolf, 2012). Aynı zamanda sorgulanmayan otorite kaynaklarından değerden bağımsızlık da önemli bir tartışma odağıdır. Çünkü hakemin karar verme sürecinde gerek yapıdan gerek ise kendi iç dinamiklerinden etkilendiği bir kesinliktir. Bir gözlemci olarak hakemin bu anlamda hata yapması veya gerçeği başka bir biçimde sunması olasıdır.



3. Post-truth ve VAR



Fenerbahçe SK ✓
@Fenerbahce

Bu kaçınıcı?! YETER!
Göz VAR izan VAR
Ofsayt YOK!



ÖS 11:44 · 6 Şub 2021 · Twitter for iPhone

188

Resim 1. 6 Şubat 2021 Fenerbahçe-Galatasaray maçı resmi VAR görüntüsü ve Fenerbahçe twitter hesabından paylaştığı görüntü.

Post truth çağda insanların yalan söylemesinden öte artık hakikate önem vermemesi durumu vardır. Yani insanlar hakikati aramak yerine, duygularına yönelik olarak var olan gerçeklerden birisini seçmektedir. Artık kimse, neden sorusunu sormamaktadır ve bunu yerine hissetmeye çalışmaktadır. Kitleler aitlik duygusu veya belli başlı manipülasyonlar ile sahte olanı gerçek imiş gibi yeniden yaratmaktadır. Kitle iletişim araçları ise bu yeniden yaratma sürecine hız kazandırmaktadır. Kitle iletişim araçlarının gelişmesi ile birlikte toplumun her kesimine söz hakkı çıkmıştır ve bu anlamda akıl ile duygular bir birine karışmıştır. Alpay'ın (2017) söylemi ile eskiden toplumda belli bir güce sahip olan seçkinler artık önemlerini kaybetmiştir ve sıradan insanlar bile bilginin kaynağı olabilmektedir. İnsanların bu karmaşık bilgi yığını içinde kendi arzularına uyanı alması ise doğal bir süreç olarak post modernizmi daha yıkıcı bir boyuta ulaştırmıştır.

VAR üzerine bu duruma sayısız örnek verilebilecek olsa da ben en çarpıcı rekabet olan Galatasaray ve Fenerbahçe arasında oynanan maçtan bir örnek vermeyi tercih ettim.



Bu maça Mesut Özil'in ortası gol ile sonuçlanmış fakat VAR incelemesi sonucunda gol iptal edilmiştir. Görüldüğü üzere resmi twitter hesabından bir kulüp resmi karar otoritesine isyanını dile getirmektedir. Bu noktada hakikat aramak son derece güçtür. Lakin hakim olan hakikat Futbol Federasyonu'nun hakikatidir.

4. Sonuç

Bu pozisyonlar incelendiğinde VAR sistemi her ne kadar verisel anlamda futbolda hakem hatalarını minimize etmeye çalışsa da, bir yargıç olarak hakemin otoritesi müsabakaların kaderini hala şekillendirmektedir. Bu anlamda hakemlerin VAR sistemine rağmen yaptığı bu hataların pos- truth çağ ile ilişkisi anlamak için hakemlerin karar verme süreçlerindeki değişken etkenler göze alınmalıdır. Hakemin bir rasyonel kişiliğinden sıyrılıp karar verme sürecinde değer yönelimli bir biçime bürünmesi hakikatin önemsizleşmesine neden olabilecektir. Aynı zamanda hakemin sarsılmaz bir otorite olarak müsabakalarda varlığı, yani elindeki güç de karar verme sürecinde önemli bir etkidir. Çünkü Dahrendorf ve Coser gibi modern sosyologların da deyimi ile toplumumuzda güç ilişkileri giderek merkezi bir hal alıyor. Futbolda ise hakemin sorgulanmaz, meşru gücü bazı çatışmalara neden olmaktadır. Hakemin yanlış karar vermesinde gücün denetimsizliği de bir etkidir. Çünkü güç insanı yozlaştırır. Post truth çağ ise gücün kullanım alanını giderek farklı biçimlere sokmaktadır. Bu anlamda hakemlerin gerek değer yönelimli karar vermeye sapmaları durumu gerek ise meşru güçlerini kötüye kullanmaları sonucunda hakem hataları post truth çağın bir ürünü haline gelebilir. Hakemin sarsılmaz otoritesi ise bu durumu giderek daha tehlikeli bir biçime sokabilir. Bu anlamda VAR sistemi hakemden bağımsız bir biçimde karar vermede etkili bir konuma getirilmelidir ve VAR hakemleri bağımsız bir kurulca denetlenmelidir.

KAYNAKÇA

Aksu, A. & Arslan, C. (2020). Farklı Klasmandaki Futbol Hakemlerinin Karar Verme Stillерinin İncelenmesi . Spor Eğitim Dergisi , 4 (1) , 56-70 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/seder/issue/52104/667605>

Alpay Y. (2017) *Yalanın Siyaseti : Yalanın Meşrulaştırılması, Hakikatin Önemsizleşmesi ve Hileli Akıl Yürütme Teknikleri*. Gümüşsuyu, İstanbul, Destek Yayınları,.

<https://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.40530>

Keyese, R. (2017). *Hakikat Sonrası Çağ Günümüz Dünyasında Yalancılık ve Aldatma*. (Mehmet Barış Albayrak (ed.); 1. baskı). Delidolu.

Sarıkol, Eyüp (2018). "Futbol Müsabakalarında Hakemlerin Görev Yetki ve Sorumlulukları", *Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, ss. 29–34.



Şentuna, B. (2020). “Futbolda hakem ve video hakem ‘VAR’ sisteminin Weber’in rasyonalite teorisi ile açıklanması ve post-modern görüşler”, *Turkish Studies - Social*, 15(3), 1527-1540.

Tesich, S. (1992). *The Water Gate Syndrome A Government Of Lies* (ss. 12–14). The Nation.

Türkiye Futbol Federasyonu. (2018). Video Yardımcı Hakem Kitapçığı. [Broşür] <https://www.tff.org/Resources/TFF/Images/MHK/VAR.pdf>

Tüzer, A. (2015). “Postmodernizm ve Tanrı’nın Ölümü: Öznenin Arkeolojisi Üzerine Bir Deneme”, *İnanç, Kültür ve Mitoloji Araştırmaları dDergisi*, 12(2).

TV100, (21 Mart 2020), “Post Truth - Okan Bayülgen ile Muhabbet Kralı ”, YouTube, <https://www.youtube.com/watch?v=6fJu-PJ7M2c>

Wallace, Ruth A, ve arkd. (2012) *Çağdaş Sosyoloji Kuramları : Klasik Geleneğin Genişletilmesi*. Ankara, Doğu Batı,.



ÖZEL EĞİTİM GEREKSİNİMLİ BİREYLERLE ÇALIŞAN EĞİTİMCİLERİN YETERLİLİK ALGILARI ÜZERİNE NİTEL BİR ARAŞTIRMA

Sevim AKŞİT¹, Çiğdem ÖNER¹, Reyhan DAĞ¹, H. Can İKİZLER¹

¹*İstanbul Rumeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi*

Öz

Bu çalışmada, özel eğitim gereksinimli bireylerle çalışan eğitimcilerin yeterlilik algılarının incelenmesi amaçlanmıştır. Nitel araştırma desenlerinden derinlemesine mülakat tekniğine uygun olarak tasarlanan araştırmanın çalışma grubunu devlet ve özel öğretim kurumlarında çalışmakta olan 3'ü erkek, 3'ü kadın toplam 6 gönüllü eğitimci oluşturmaktadır. Veriler amaçlı örneklem grubuna uygulanan yarı yapılandırılmış görüşme formu ile toplanmış, yapılan görüşmelerin ses kayıtları alınmıştır. Elde edilen veriler içerik analizine tabi tutulmuştur. Yapılan analizler sonucunda, özel gereksinimli bireylerle çalışan öğretmenlerin yeterlilik algısı bileşenlerinin; öğretmen eğitimi, hizmetiçi eğitim, mesleki yeterlilik, aile eğitimi, sosyal ve sportif faaliyetler, özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim ve öğretim programları, özel eğitim okullarının fiziki yapısı ve özel gereksinimli öğrenciler ile ilgili çözüm önerileri olmak üzere sekiz tema olarak biçim kazandığı tespit edilmiştir. Araştırma bulgularının, farklı özel gereksinimli birey gruplarına rehberlik yapan eğitimciler özelinde yürütülecek nitel, nicel ve karma desene dayalı çalışmalar ile desteklenmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Özel gereksinimli bireyler, Yeterlilik algısı, Özel eğitim

A QUALITATIVE RESEARCH ON PERCEPTIONS OF EDUCATORS WORKING WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

Abstract

This study aims to examine the efficacy perceptions of educators working with individuals with special educational needs. The research study group, designed following the in-depth interview technique, one of the qualitative research designs, consists of 6 volunteer trainers, three male and three female, working in public and private education institutions. The data were obtained with a semi-structured interview form applied to the purposeful sample group, and audio recordings of the interviews were taken. As a result



of the analysis, it was found that the components of the perception of competence of teachers working with individuals with special needs; has been determined that it has eight themes: teacher education, in-service training, professional competence, family education, social and sports activities, education and training programs designed for students with special needs, the physical structure of special education schools and solution suggestions for students with special needs. The research findings are suggested to be supported by qualitative, quantitative, and mixed-pattern studies explicitly conducted for educators who guide different groups of individuals with special needs.

Keywords: Individuals with special needs, Perception of competence, Special education

GİRİŞ

Her çocuk kendine özgü fiziksel ve zihinsel yapıya, farklı alanlarda öğrenme özelliklerine ve öğrenme hızına sahiptir. Bu farklılıklar belirli sınırlar içinde olduğunda, çocuklar genel eğitim hizmetlerinden yararlanabilmektedirler. Ancak belirlenen sınırların dışında olan ve farklılıkların belirgin olduğu çocuklarda sunulmakta olan genel eğitim hizmetleri gereksinimleri karşılayamamaktadır. Bu nedenle, bu bireylerde özel eğitim hizmetlerine ihtiyaç duyulmaktadır. Eğitim ile ilgili yapılacak her türlü değişimin bizzat uygulayıcısı öğretmenlerdir. Bu durum öğretmenlerin eğitimin kalitesinde önemli düzeyde rol oynamaları sonucunu doğurur. Dolayısıyla, eğitim alanında yapılacak değişimlerin yürütülmesinde yüksek nitelikli öğretmenlere sahip olmak bir ön koşul niteliği taşır. Öğretmenler pozitif bir eğitim ortamı oluşturmalı, farklı öğrenme ihtiyaçları olan öğrenciler için çeşitli öğretim yöntem ve teknikleri kullanmalı, öğrencilerin bireysel özelliklerini tanımlarında ve geliştirmelerinde onlara rehberlik etmelidir (MEB, 2010, 2017).

MEB'in (2010) tanımına göre, özel gereksinimli birey farklı nedenlerle, genel eğitim hizmetlerinden yararlanamayan ve yaşlarına göre önemli derecede farklılık gösteren bireydir. Özel gereksinimli bireyler için planlanan eğitim hizmetleri ise Toydemir (2019) tarafından işaret edildiği üzere onların hayata uyum göstermeleri ve bağımsız yaşam becerilerine sahip olabilmelerini sağlamak için özel olarak yetiştirilmiş eğitimciler tarafından, bireyselleştirilmiş eğitim ortamları ve programları ile uygulanan hizmetler bütünüdür. Söz konusu hizmetler bütünü halihazırda, gerek kamusal alanda gerekse özel girişim olarak yapılandırılan kurumsal çatılar altında yürütülmektedir. İstendik etkin sonuçların alınabilmesi için sunulmakta olan eğitim öğretim faaliyetlerinin özel gereksinimli bireylerle çalışma ehliyet ve yetkinliği olan eğitimciler tarafından yürütülmesi beklenmektedir. Eğitimcilerin sundukları eğitiminin kalitesini belirleyici çok



sayıda etmen bulunmaktadır. Bu etmenlerden birinin de onların yeterlilik algıları olduğu düşünülmektedir.

Yeterlik, bir işi ve o işin beraberinde getirdiği yükümlülükleri yerine getirebilmek amacıyla ihtiyaç duyulan bilgi, beceri ve yetenekleri belirtir. Derman'a (2007) göre, kavram olarak yeterlik öğretmen yönünden ele alındığında, öğretmenlik mesleğinde gerekli olan görev ve yükümlülükleri gerçekleştirebilmek için olması gereken bilgi, beceri, tutum ve anlayışı ifade eder. Bilindiği üzere, bireyler, arzu edilen sonuca erişme bağlamında sahip oldukları yetkinlik, başarı düzeyi, yetenek, hedefi gerçekleştirmeye dönük etkinlikleri gerçekleştirme yetileri sergileme becerilerine ilişkin bazı yargılar geliştirirler. Çoğu zaman söz konusu yargılar, ortaya konan edimlerin güçlü birer yapıtaşına dönüşür. Alanyazında bu tür yargıların yeterlilik algısı terimi ile de ifade edildiği görülmektedir. Yeterlilik algısı Mansfield'de (2004); "kişilerin, talep edilen görevler ve kendi uygulamaları üzerinde kontrol tesis edebilme yeteneklerine olan inancı" açıklaması ile karşımıza çıkmaktadır.

İlgili alanyazın incelendiğinde, farklı çalışmalarda eğitimcilerin yeterlilik algılarının belirleyicileri olarak;

- Öğrenciyi Tanıma ve Öğrencinin Gelişimini Sağlama, Öğrenme-Öğretme Sürecine İlişkin Mesleki Yeterlilikler, Öğrenmeyi, Gelişimi İzlemeye ve Değerlendirmeye İlişkin Mesleki Yeterlilikler, Okul, Aile, Meslektaş ve Toplum İlişkilerine İlişkin Mesleki Yeterlilikler ve Programa ve İçeriğe İlişkin Mesleki Yeterlilikler (Karacaoğlu, 2008),
- Bilgi, beceri, değer, tutum ve inançlara (Mansfield, 2004).

atıfta bulunulduğu görülmektedir.

Özel gereksinimli bireylerin, farklılaştırılmış eğitim içerikleri ile güçlendirilmesi gereği ve bu gruplara hizmet veren eğitimcilerin farklı bilgi, beceri ve yetkinliklerle donatılması zorunluluğundan hareketle ilgili alanda çalışmakta olan eğitimcilerin yeterlilik algılarının incelenmesi bu çalışmanın amacını oluşturmuştur.

YÖNTEM

Bu çalışma, nitel araştırma desenlerinden derinlemesine mülakat tekniği çerçevesinde tasarlanmıştır. Nitel araştırma yaklaşımı bilimsel araştırmalarda derinlemesine bilgi üretmek için gereklidir. Nitel araştırma yönteminde genellikle gözlem, görüşme ve doküman analizi gibi veri toplama teknikleri kullanılır. Veri toplama teknikleri aracılığıyla algıların ve olayların doğal ortamda derinlemesine, gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konması amaçlanır (Lichtman, 2013; Yıldırım ve Şimşek, 2018). Bir



araştırma tekniği olarak görüşme, Cohen ve Manion'a (1994) göre araştırmacı ve araştırmamanın öznesi konumunda yer alan kişi arasında geçen kontrollü ve amaçlı sözel iletişim biçimidir. Bu yöntem kişinin öz deneyimlerini, düşüncelerini, hissettiklerini birinci ağızdan dinleyip, anlamaya dayalı bir tekniktir. Görüşme tekniklerinden biri olan yarı yapılandırılmış görüşme, soruların daha önce belirlendiği, cevapların ise açık uçlu olabileceği, bilgi süzgecinden geçmiş olduğu soru türleridir. Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinin araştırmacıya sunduğu en önemli kolaylık görüşmenin önceden hazırlanmış görüşme protokolüne bağlı olarak sürdürülmesi nedeniyle daha sistematik ve karşılaştırılabilir bilgi sunmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2018).

Çalışma Grubu

Maksimum çeşitlilik örnekleme tekniği ile oluşturulan araştırmanın çalışma grubunda, 2020-2021 eğitim öğretim yılı itibari ile Türkiye'nin farklı bölgelerinde özel eğitim kurumlarında görev yapmakta olan yaşları 28 ile 43 yaş aralığında, üç kadın üç erkek toplam altı öğretmen yer almaktadır. Çalışmaya katılan öğretmenlerin tanımlayıcı istatistikleri Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların kişisel özelliklerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler

Katılımcılar	Cinsiyet	Yaş	Eğitim	Mezun Olunan Bölüm	Okul Türü	Deneyim
K1	Kadın	43	Lisans	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	Özel Devlet	Eğitim- 19 Yıl
K2	Kadın	44	Lisans	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	Özel Devlet	Eğitim- 22 Yıl
K3	Erkek	44	Lisans	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	Özel Devlet	Eğitim- 23 Yıl
K4	Erkek	31	Yüksek Lisans	Antrenörlük Eğitimi	Özel Devlet	Eğitim- 8 Yıl
K5	Kadın	28	Lisans	Engellilerde Egzersiz ve Spor Bölümü	Özel Özel	Eğitim- 6 Yıl
K6	Erkek	31	Lisans	Rekreasyon	Özel Özel	Eğitim- 6 Yıl



Tablo 1’de görüldüğü üzere, biri yüksek lisans diğer beşi ise lisans derecesine sahip olan öğretmenler mezun olunan bölüm açısından farklılık göstermektedir. Dördü devlet ikisi özel eğitim kurumunda görev yapmakta olan araştırmancının katılımcılarının mesleki deneyimleri 6 ile 23 yıl arasında değişmektedir.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Bu çalışmada veriler çevrimiçi görüntülü bireysel görüşmeler yapılarak toplanmıştır. Bireysel görüşmelerde araştırmada yer alan eğitimcilerin tanımlayıcı bilgilerinin temini için kişisel bilgi formu, yeterlilik algılarının ortaya konabilmesi için yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Her iki formda yer alan sorular ilgili literatür taraması sonucunda araştırmacılar tarafından oluşturulmuş ve uzman görüşüne sunulmuştur. Pilot uygulaması yapılarak yarı yapılandırılmış görüşme formunun son haline ulaşılmıştır. Bireysel görüşmeler katılımcıların uygun oldukları zamanda gerçekleştirilmiştir. Gerçekleştirilen görüşmeler 30 ila 35 dakika arasında sürmüştür. Görüşmeler, katılımcılardan izin alınarak ses kayıt cihazı ile kaydedilmiştir. Veri doyumuna ulaşıldıktan sonra ses kayıtları birebir bilgisayar ortamında Word belgesine aktararak yazılı metin haline dönüştürülmüştür. Veriler deşifre edilerek katılımcı teyitine sunulmuştur. Veri aşinalığı kazanılması için veriler üç araştırmacı tarafından tekrar tekrar okunmuştur. Elde edilen ham veriler içerik analize tabi tutulmuştur. İki araştırmacı tarafından katılımcıların ifadeleri kodlanmıştır. Uzmanlar arası değerlendirme stratejisi doğrultusunda elde edilen kodlar diğer iki araştırmacı tarafından tekrardan değerlendirmeye tabi tutulmuştur. Araştırmacılar tarafından elde edilen kodlar kategorileştirilerek temalar oluşturulmuştur. Son olarak verilerin analizi tekrardan katılımcı teyitine sunulmuştur.

Araştırmacıların Rolü

Son yıllarda devlet ve özel olmak üzere özel eğitim kurumlarında özel gereksinimli öğrencilerin sayısı artmaktadır ve günümüzde halen bazı gelişimsel bozuklukların-gecikmelerin nedeni bilinmemektedir. Bu sebeple araştırmacıların biri doktora tezini bu alanda yapmaktadır. İkinci araştırmacı alanı gereği özel eğitim kurumu yöneticileri ile de çalışmakta olan bir psikososyal alan uzmanıdır. Üçüncü ve dördüncü araştırmacı ise psikososyal alanda uzmanlaşmış ve diğer araştırmacılar ile birlikte çalışmaktadırlar.

BULGULAR

Verilerin analizi sonucu elde edilen veriler bu bölümde doğrudan alıntılara yer verilerek tablolar şeklinde sunulmuştur ve araştırma sorularındaki sıralamaya göre ele alınmıştır. Öğrencilik yıllarında özel gereksinimli öğrencilerle tanışıklığa ilişkin görüşler ve bu görüşlerden elde edilen veriler doğrultusunda oluşturulan kodlar Tablo 1’de verilmiştir.



Tablo 1. Öğrencilik yıllarında özel gereksinimli öğrencilerle tanışıklığa ilişkin kodlar

Katılımcı	Açıklama	Kodlar
K1	Hiç karşılaşmadım. Lisans eğitimimde bir ya da iki ders aldım.	1.Lisans eğitimi yetersiz
K2	Hiç karşılaşmadım. Lisans eğitimimde bir ders aldım. Teori yüklüydü.	1.Lisans eğitimi yetersiz ve teori yüklü
K3	Özel eğitimde staj yaptım. .Bakış açımı değiştirdi. Acıma duygusu daha fazlaydı öncesinde. Sonrasında hayata nasıl kazandırırız diye düşündüm.	1. Bakış açısının değişmesi 2. Acıma duygusu 3. Hayata kazandırma güdüsü
K4	Lisans eğitimimde bir ders aldım. Lisans eğitimi döneminde 2. Sınıftan itibaren okul dışında özel gereksinimlilerle çalıştım.	1. Ücretli çalışma
K5	Staj yaptım. Staj döneminde tanıdım. Kendi imkanlarım ile çalıştım. Teori ile uygulama farklı. Okullarda uygulama yetersiz.	1. Kuramsal eğitim ve uygulama farklı 2. Eğitim yetersiz
K6	Gerek staj gerek gönüllü projelerinde engellilerle iç içe oldum. Bu sebeple uzmanlığımı engelliler üzerine yaptım.	1. Yakınlık

Genel olarak beden eğitimi ve spor öğretmenliği mezunu öğretmenler lisans süresinde teorik olarak özel gereksinimli öğrencilere özgü bir ya da en fazla iki ders, uygulama alanında da hiç karşılaşmamışlardır. Diğer bölüm mezunları staj ve özel sektör aracılığı ile daha fazla deneyim elde etmişlerdir.

Özel gereksinimli öğrencilere yönelik eğitimlere ilişkin görüşler ve bu görüşlerden elde edilen veriler doğrultusunda oluşturulan kodlar Tablo 2’de gösterilmiştir.



Tablo 2. Özel gereksinimli öğrencilere yönelik alınan eğitimlere ilişkin kodlar

Katılımcı	Açıklama	Kodlar
K1	Düzenli olarak seminer ve kurslara katılıyorum.	1. Düzenli katılım
K2	Düzenli olarak seminer ve kurslara katılıyorum. Bu seminerler bize çok şey öğretti.	1. Düzenli eğitimin öğretici değeri
K3	Düzenli olarak eğitim aldım. BEP ile ilgili eğitim aldım. Özellikle bu çok faydalı oldu. Uygulama alanına uyarlayabiliyorum. Eğitimde seminer olgusunun sonu yok, ancak ülkemiz daha iyiye gidiyor.	1. Düzenli eğitimin öğretici değeri 2. Eğitim gereğinin yaşam boyu boyutu 3. Türkiye’de özel eğitimin yükselişi
K4	Düzenli olarak seminer ve kurslara katılıyorum. Birebir uygulamaya çalışıyorum. Başarılıyım. Kendimi güncellemeye çalışıyorum.	1. Düzenli eğitimin öğretici değeri 2. Bireysel gelişimin sürdürülebilirliği 3. Eğitimle uygulamada başarı artışı
K5	Eğitim aktivilerine katıldım. Yurt içinde ve yurt dışında staj yapma imkanım oldu. Bilimsel dayanağım oldu. Yetersiz beden eğitimi öğretmenleri aracılığı ile yanlış eğitim uygulamışız bu engel durumunu arttırabiliyor. Bu beni çok korkuttu ve korkuyorum.	1. Düzenli eğitimin öğretici değeri 2. Bilimselliğin önemi 3. Yetersiz bilginin sakınca doğurucu boyutu 4. Alandaki yeterliliği düşük çalışan profiline yarattığı mesleki kaygı
K6	Düzenli olarak seminer ve kurslara katılıyorum.	1. Düzenli katılım



Tüm katılımcılar devlet ve özel eğitim kurumları ayrılmaksızın MEB'in düzenlenen hizmetiçi eğitimlere (Özel eğitime özgü seminerler, Bireyselleştirilmiş eğitim programları 'BEP') katılmaktadırlar.

Özel gereksinimli öğrencilere yönelik alınan eğitimlerin uygulama alanına aktarılma sürecinin yönetimine ilişkin görüşler ve bu görüşlerden elde edilen veriler doğrultusunda oluşturulan kodlar Tablo 3'de verilmiştir.

Tablo 3. Alınan eğitimlerin uygulama alanına aktarılma sürecinin yönetimine ilişkin kodlar

Katılımcı	Açıklama	Kodlar
K1	Eğitimlerin ortak sorunu problemleri öğreniyoruz, ancak uygulamada uyarlayamıyoruz.	1. Verilen eğitimlerin sorun odaklı oluşu 2. Düzenlenen eğitimlerin kuram bazlı oluşu
K2	İlk kez karşılaşılıyor ve çok sıkıntı yaşanıyor. Alışma süresi sorun. Çocuk tam alıştı yeni öğretmen görevlendiriliyor. Bu çocukları olumsuz etkiliyor. Şu an biraz daha iyi.	1. Alınan eğitimin uygulamadan kopuk oluşu 2. Uygulama eksikliğinin mesleki uyumu güçleştirici etkisi 3. Eğitimin sürdürülebilirliğinin düşük oluşu 4. Öğrenci-öğretmen uyum sürecinin yetersizliği 5. Hızla öğretmen değişimi 6. Özel eğitim gereksinimli çocukların sık sık değişen öğretmen kimliği dolayısıyla uyum süreçlerinin bozulması 7. Gelişimsel gecikme



K3	Okulumuzun fiziki iyi ancak bireysel gelişim planlarını hazırlarken zorlanabiliyoruz. Öğretmen sayısı sorgulanabilir. Sınıf sayısı 7 ve öğretmen donanımlı olursa sorun yok.	<ol style="list-style-type: none">1. Özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim kurumlarının fiziksel yeterliliği2. Özel gereksinimli öğrenciler için yetiştirilen öğretmenlerin nicelik olarak azlığı3. Nicelik ve nitelik dengesinin kurulması gereği
K4	Birebir uygulamaya çalışıyorum.	
K5	Bazen çok çaresiz hissediyorum. Özellikle engel türleri değişimi. Her engel kendine has olduğu için pratikte zorlanıyorum. Çözmesi çok zor oluyor.	<ol style="list-style-type: none">1. Çaresizlik duygusu2. Yeterliliğin sorgulanması3. Farklı engellilik türlerine özgü bilgi/deneyim yetersizliği
K6	Her çocukta farklı teknikler ve değerlendirmeler yapıyorum. Çoğu çocuk oyunla şeyler öğrenebilirken, geleneksel yöntem rol model olma ile şeyler öğreniyor. Bu da her zaman hazırlıklı ve yenilikçi olmayı gerektiriyor.	<ol style="list-style-type: none">1.Çaresizlik duygusu2.Yeterliliğin sorgulanması3.Farklı engellilik türlerine özgü bilgi/deneyim yetersizliği

Eğitim sürecinde problemi tanımlama yetisine sahipler, ancak tanımlanan problemlerin çözümü konusunda problem yaşamaktadırlar. Eğitim teorik ağırlıklıdır, bireysel eğitim programlarının oluşum süreci yetersiz olduğu anlaşılmaktadır.

Türkiye’de özel gereksinimli öğrencilerle çalışan eğitimcilerin yeterliliklerine ilişkin görüşler ve bu görüşlerden elde edilen veriler doğrultusunda oluşturulan kodlar Tablo 4’de verilmiştir.



Tablo 4. Türkiye’de özel eğitim gereksinimli öğrencilerle çalışan eğitimcilerin yeterlilikleri hakkındaki görüşlere ilişkin kodlar

Katılımcı	Açıklama	Kodlar
K1	Beden eğitimi öğretmenleri yetersiz. Branş değişikliği olan öğretmenlerde yetersiz. Öğretmen boşvermiş durumda, çocuğu anlamıyor ve hayatına dokunamıyor. Beden eğitimi öğretmenlerin eğitimi eksik	1.Beden eğitimi öğretmenin yeterliliğinin sorgulanması 2.İlgisizlik 3.Alınan eğitimin eksikliği 4.Öğretmen eğitiminin yeterliliğinin sorgulanması
K2	Özel eğitim öğretmenlerinin sayısı çok az. Bu atamaların artması önemli.bu açık ücretli ya da görevlendirme ile kapatılmaya çalışılıyor. Bu öğretmenler ise yetersiz.	1.Özel gereksinimli öğrenciler için yetiştirilen öğretmenlerin nicelik olarak azlığı 2.Atamaların düzenlenmesi 3.Yeterliliğin sorgulanması
K3	Herkes bu mesleği yapmamalı, sevmeli, tanınmalı, insana güzel hizmet vermek isteyen bu mesleği yapmalı.sosyal ve spor faaliyetlerine yönelmiyorlar. Oysa topluma kazandırmak için, çocuğun kendi yaşamını sürdürebilmesi için çok önemli.öğretmen işini sevmeli, benimsemeli, iletişim kurmuyor, çocuk yaklaşmıyor çocuktan tiksiniyor.	1.Öğretmen niteliği 2.Mesleki yeterlilik 3.Sosyal faaliyetlerin niceliği 4.Sportif faaliyetlerin eksikliği 5.Öğretmenin iletişim becerisi 6.Öğretmenin öğrenciye karşı tutumu
K4	Yetersizler, mental ve fiziksel olarak yetersizlikleri göze çarpıyor. Eğitimlere katılmalılar.	1.Öğretmenin eğitim yeterliliğinin sorgulanması 2.Öğretmenin mental yeterliliğinin sorgulanması 3.Öğretmenin fiziksel yeterliliğinin sorgulanması



K5	Eğitimciler yetersiz. Biz de sorun yaşıyoruz. Beden eğitimi öğretmenleri yetersiz ve yanlış yönlendiriyorlar. Ya hiç ilgilenmiyorlar ya da yanlış uygulama yapıyorlar. Hatta stajda öğretmene bana sen benden daha iyisindir sen yap demişti çok şaşırmıştım.	1.Beden eğitimi öğretmenlerinin yeterliliğinin sorgulanması 2.Yanlış yönlendirme 3.İlgisizlik 4.Kendine güvensizlik 5.Öğretmen eğitiminin sorgulanması
K6	Stajlar biraz boş geçtiği için ilk sahaya inince bir boşluğa düşüyorlar.kendilerini sürekli geliştirmeleri gerekiyor.	1.Staj uygulamasının yeterliliğinin sorgulanması 2.Staj uygulamasının titizliği 3.Öğretmenlerin eğitimlerinin dinamikliğinin sorgulanması

Bulgulara göre, eğitimciler özellikle beden eğitimi öğretmenleri özel eğitim alanında bilgi birikimi, mental ve fiziksel olarak yetersizdir. Öğretmenin öğrenciye karşı tutumu ve iletişimi olumsuzdur. Özel eğitim öğretmenlerin niceliği ise sınırlıdır.

Özel eğitim gereksinimi olan bireyler için hazırlanacak eğitim programında yer alması gerekli en önemli elementlere ilişkin görüşler ve bu görüşlerden elde edilen veriler doğrultusunda oluşturulan kodlar Tablo 5’de verilmiştir.

Tablo 5. Özel eğitim gereksinimi olan bireyler için hazırlanacak eğitim programında yer alması gerekli en önemli elementlere ilişkin kodlar

Katılımcı	Açıklama	Kodlar
K1	Ailelerin tamamı boşvermiş gibi ya da aile işin içinde çok fazla. Ailelerin kabul etme durumu eksik.	1.Aile eğitimi 2.Ailenin kabul durumu
K2	Eğitim programların da geniş bir yelpazesinde konular var ve biz çocuğun eksik olan kısmını alıyoruz. Müfredat	1.Türkiye’de özel eğitimin titizliği



	uygun. Ancak sosyalleşmeye önem verilmeli.	2.Sosyalleşme olanağının eksikliği
K3	Sosyal faaliyet olmalı. Geziler planlanmalı. Bireysel olarak yaşama olanağı sunulmalıdır.Çocuklar altın kafeste tutulmamalıdır. Çocuklar normal öğrenciler ile kaynaştırılmalıdır. Topluma katılmaları gerekli. Yeteneklerini görmeli ve geliştirmelerine fırsat sunmalıyız.birebir çocuklar yaşamalı, görmeli, yemek yapabilmeli, alış veriş yapabilmeleri gereklidir.	1.Sosyal faaliyetlerin eksikliği 2.Bireysel gelişimin önemi 3.Bireysel gelişime desteğin eksikliği 4.Bireysel eğitim programlarının sorgulanması 5.Topluma aidiyetin, katılımının sorgulanması
K4	Spor ihtiyaç, spor bilimlerine ihtiyaç, sosyalleşmesi ihtiyaç, sportif faaliyetler ülkemizde daha ön plana çıkarılmalıdır.	1.Sosyal faaliyetlerin eksikliği 2.Spor faaliyetlerin eksikliği 3.Bilime duyulan ihtiyaç
K5	Sosyal anlamda entegrasyonda eksiklikler var. Sadece fiziksel değil psikolojik, sosyal ve diğer gelişim alanlarında da çocuğun gelişime ihtiyacı var.	1.Sosyal faaliyetlerin eksikliği 2.Eğitim programının tek yönlü olması
K6	Çocuğun durumuna göre analiz edip çocuğa uygun programı çıkarabilmek.	1.Öğretmen eğitiminin sorgulanması 2.Bireysel eğitim programlarının sorgulanması

Özel eğitim kurumlarındaki öğretim programların geniş bir yelpazesi vardır. Bireyselleştirilmiş eğitim programına, kaynaştırma eğitimine, aile eğitimine, sosyal etkinliklere daha fazla yer verilmelidir.



Özel eğitim gereksinimi olan bireylerin gereksinimlerinin karşılanabilmesi için yapılması gerekenlere ilişkin görüşler ve bu görüşlere dayanarak oluşturulan kodlara Tablo 6'da yer verilmiştir.

Tablo 6. Özel eğitim gereksinimi olan bireylerin gereksinimlerinin karşılanabilmesi yapılması gerekenlere ilişkin kodlar

Katılımcı	Açıklama	Kodlar
K1	Lisans eğitimleri çok yetersiz. Sadece özel eğitim öğretmenleri sorumluluk sahibi. Koç abla abi var. O da yetersiz. Kaynaştırma eğitimine önem verilmeli. Alt sınıfları gereksiz buluyorum. Öğretmenleri dahi engelli bireymiş gibi muamele görüyorlar. Toplumda birlikte yaşamayı öğrenmeleri gerekiyor ki her geçen gün engelli sayısı artıyor. Aile eğitimine önem verilmeli, çürük meyve olmadığını bir aile bireyi olduğunu kabul ettirmek gereklidir.	1.Öğretmen eğitiminin yeterliliğinin sorgulanması 2.Özel eğitim öğretmenlerinin nicelik olarak azlığı 3.Kaynaştırma eğitiminin gerekliliği 4.Toplumdan dışlanma 5.Topluma aidiyet duygusunun aşılınmaması 6.Aile eğitiminin önemi 7.Ailenin kabullenmesi 8.Aile ve öğretmen işbirliğinin eksikliği
K2	Okullardaki grup eğitimi yerine birebir eğitim olmalıdır. Bir çocuk kriz geçirdiğinde diğer çocuklar etkileniyor. En fazla iki öğrenciye bir öğretmen olmalıdır. Veliler çok sıkıntılı. Eğitim verilerek bize nasıl destekleyebileceklerini bilebilirler. Sosyal aktivitelere ağırlık verilmelidir. Sosyal hayatla içiçe olmalıdırlar. Çocukların dışarıya çıkarılmasına, avm, çarşı sinema gibi olanak sunulmalıdır. Toplum bilinçlendirilmelidir. Çünkü bu	1.Bireysel eğitim programlarının yeterliliğinin sorgulanması 2.Alınan eğitimin uygulamadan kopuk oluşu 3.Uygulama eksikliğinin mesleki uyumu güçleştirici etkisi 4.Eğitimin sürdürülebilirliğinin düşük oluşu 5.Aile eğitiminin gerekliliği ve eksikliği



çocukları toplum içinde kimse istemiyor bu çözümlenmelidir.

6.Sosyal faaliyetlerin gerekliliği

7.Toplumda dışlama

8.Toplumun bilinçlendirilmesi

K3

Toplum olarak kabullenmeliyiz. Devlet uygun tesis imkanı sunmalı, öğretmen yetiştirme programları düzenlenmelidir. Velilerin engel durumunu kabullenmesi gerekir çünkü en büyük sıkıntı budur. Veliler bilinçlendirilmelidir.

1.Toplumun kabullenmesi

2.Özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim kurumlarının fiziksel yeterliliğinin sağlanması

3.Öğretmen yetiştirme programlarının düzenlenmesi

4.Ailelerin bilinçlendirilmesi

5.Ailelerin düzenli eğitime katılımının sağlanması

6.Aile, öğretmen ve okul arasındaki işbirliğinin güçlendirilmesi

7.Aile, öğretmen ve okul arasındaki iletişiminin güçlendirilmesi

K4

Devlet yasa ile özel gereksinimli öğrencileri koruma altına almalıdır. Sosyalleşme olanağı sunulmalı. Köy evleri kurulmalı. Aileleri ile kalabilecekleri ve eğitim alabilecekleri ayrıca sosyal yaşam ile ilgili bilgi verilmeli, bireysel beceriler bilinçlendirilmelidir. Yerel yönetim tesis imkanı sunmalıdır.bu çocukların eğitimleri düzenlenmeli ve yol kavramı düzenlenmelidir. RAM bu işe daha fazla özen vermelidir. Her çocuğa aynı raporu verip bu çocuğu ortaya

1.Yasa ve yönetmeliklerin ışığı altında özel gereksinimli öğrencilerin haklarının korunması

2.Sosyal faaliyetlerin artırılması

3.Köy evlerinin kurulması

4.Aile eğitimine titizlikle yaklaşılması

5.Özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim



	bırakmaları çok yanlış. Her çocuğa ayrı ayrı muamele yapmalıdır.	kurumlarının yeterliliğinin sağlanması	fiziksel
		6.Rehberlik ve Araştırma merkezlerinin çalışmalarında titizliğin sağlanması	
		7.Bireysel eğitim programlarının arttırılması	
K5	Veli desteği yok. Algıları kırmakta zorlanıyoruz. Farkındalık oluşturulmalı ve spor konusunda desteklenmeli. Veliler bilinçlendirilmeli. Daha sık konferans ve farkındalık çalışmalarına yer verilmeli. Karma kaynaştırma eğitim desteklenmeli. Özel eğitim okullarında engellilerde egzersiz ve spor bölümü mezunları çalışmalı	1.Eğitim aracılığı ile aile bilinçlendirilmesinin sağlanması 2.Toplumda farkındalığının oluşturulması 3.Kaynaştırma eğitim düzenlenmeli ve desteklenmeli 4.Özel eğitim okullarında beden eğitimi ve spor öğretmenleri yerine engellilerde egzersiz ve spor bölümü mezunlarının görev alması	
K6	Bu süreçte ebeveynlere çok iş düşüyor. Ancak, psikolojik olarak iyi durumda olmadıkları için sürece çok dahil olamıyorlar.	1.Aile eğitimin düzenli olarak sağlanması 2.Ailelerin psikolojik destek almalarının sağlanması	

Tablo 6'ya göre, özel eğitim gereksinimi olan bireylerin gereksinimlerinin karşılanabilmesi için lisans eğitimine, kaynaştırma ve aile eğitimlerine, bireyselleştirilmiş eğitim programlarına titizlikle yaklaşılmalarının gerekli olduğu görülmüştür. Ayrıca, aile ve toplum farkındalığının oluşturulması, yerel yasa ve yönetmeliğin düzenlenmesi, yerel tesis imkanının oluşturulması, Rehberlik ve Araştırma Merkezleri'nin (RAM) daha titiz çalışması gereğinin de belirginlik kazandığı izlenmiştir.

Araştırma verilerinden elde edilen kodlar, izleyen aşamada tanımlara dönüştürülmüş, tanımlar birleştirilerek kategorizasyona gidilmiş ve özel gereksinimli bireylere çalışan



eğitimcilerin yeterlilik algılarının bileşenlerinin sekiz farklı tema ile çerçevelendiği tespit edilmiş, söz konusu temalar Şekil 1’de gösterilmiştir.

Öğretmen Eğitimi	Hizmet İçi Eğitim	Mesleki Yeterlilik	Aile Eğitimi
Sosyal ve Sportif Faaliyetler	Özel Gereksinimli Öğrenciler İçin Tasarlanan Eğitim Ve Öğretim Programları	Özel Eğitim Okullarının fiziki Yapısı	Özel Gereksinimli Öğrenciler İle İlgili Çözüm Önerileri

Şekil 1. Özel eğitim gereksinimli bireylerle çalışan eğitimcilerin yeterlilik algılarını belirleyen etmenler

TARİŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Özel eğitim gereksinimli öğrencilerle çalışan eğitimcilerin yeterlilik algılarının incelenmesi amaçlanan bu çalışmada; sonuç olarak özel gereksinimli öğrencilerle çalışan eğitimcilerin yeterlilik algısı bileşenlerinin; öğretmen yetiştirme lisans programları, hizmetiçi eğitim, mesleki yeterlilik, aile eğitimi, sosyal ve sportif faaliyetler, özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim ve öğretim programları, özel eğitim okullarının fiziki yapısı ve özel gereksinimli öğrenciler ile ilgili çözüm önerileri olmak üzere sekiz tema olarak biçim kazandığı ortaya konmuştur.

Çalışmanın bu bölümünde, araştırma sonucunda ortaya konan temalardan hareketle ilerlenecektir.

1. Öğretmen Eğitimi

Öğretmenlerin yeterlilik algılarını etkileyen faktörlerden biri; almış oldukları öğretmen yetiştirme lisans programlarıdır. Katılımcıların öğretmenlerin öğrencilik yıllarında özel gereksinimli öğrencilerle tanışıklık, özel gereksinimli öğrencilere yönelik alınan eğitimler, alınan eğitimlerin uygulama alanına aktarılma sürecinin yönetimi, Türkiye’de özel eğitim gereksinimli öğrencilerle çalışan eğitimcilerin yeterlilikleri ve özel eğitim gereksinimli bireylerin ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için yapılması gerekenlere ilişkin görüşleri incelendiğinde, yükseköğretim kurumlarındaki öğretmen yetiştirme lisans



programlarının yetersiz kaldığı anlaşılmaktadır. Elde edilen veriler, beden eğitimi ve spor öğretmenliği mezunu öğretmenlerin özel eğitim okullarında karşılaştıkları engel türlerinde kendilerini yetersiz hissetmekte olduğunu göstermektedir.

Öğretmenler lisans süresinde özel gereksinimli öğrencilere yönelik aldıkları eğitimin bir en fazla seçmeli iki ders olduğunu ve bu derslerin teori ağırlıklı olduğunu, dolayısıyla uygulama alanına aktarmakta bir takım sıkıntılar ile karşılaştıklarını vurgulamışlardır. Ayrıca staj döneminde, rehber öğretmenin bilgi eksikliği, özel gereksinimlilerin sahip oldukları sınırlılıkların çeşitliliğinin niceliği, öğretmen adayının kendini yalnız bırakılmış hissetmesi benzeri durumların mesleki geleceğe olumsuz yönde etki ettiği bildirilmiştir. Bununla birlikte, öğretmen adayları, staj döneminde edinmiş oldukları deneyim sonucu özel gereksinimli öğrencilere karşı bakış açılarının değiştiğini hatta acıma duygusunun baskın olduğunu belirtmişlerdir. Buna karşın engellilerde egzersiz ve spor bölümü mezunu veya lisans süresinde gerek staj gerekse özel gereksinimli öğrencilerle birlikte daha yoğun çalışma şansı bulan öğretmenler kendilerini daha yetkin hissetmektedirler. Tüm aktarılanlarla beraber, yapılan değerlendirmelerde bu çalışmaya katılan tüm öğretmenlerin özel gereksinimli öğrencilerin gereksinimlerini karşılamakta güçlük çekmekte olduğu ve özel eğitim uzmanlarına ihtiyaç duydukları görülmüştür. Öğretmenlerin deneyimleri, her özel gereksinimli öğrencinin kendine has ve tanımlanmamış ihtiyacı olabileceğini göstermiştir. Öğretmenlerin eğitim süreçlerinde sınırlı sayıda engel türü ile donatılmış olmalarının, farklılaşan özel gereksinimlilere sunulan hizmetin kalitesi üzerinde zorlayıcı etkilerinin olduğu, ek olarak özel gereksinimli öğrencilerin gelişimleri açısından bir takım sıkıntıları da beraberinde getirdiği ifade edilmiştir.

Nişli, Acar ve Öz Nişli'nin (2019) altını çizdiği üzere, beden eğitimi ve spor çalışmalarının hem küçük hem de ileri yaşlarda uygulanması gerekliliği olduğu gibi, motor becerilerin küçük yaşlarda edinimi özel önem taşımaktadır. Öte yandan, yaşa bağlı olarak öğrenilmesi gereken beceriler farklılık göstermektedir ve tam olarak, bu nedene dayanarak özel uzmanlık gerektiren alanların ihtiyacını karşılayabilecek spor elemanlarının yetiştirilmesi bir zorunluluktur (Konar ve Yıldırım, 2012).

Özellikle beden eğitimi öğretmenlerinin lisans programlarında özel eğitim alanına yer verilmesi gerektiği (Nalbant ve Izgar, 2018), hatta Konar ve Yıldırım'ın (2012) Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği: Gereksinim ve Bir Program Modeli çalışmaları gibi çalışmaların çoğaltılmasının yararlı olacağı ve özel eğitim okullarında çalışacak beden eğitimi öğretmenleri için özel eğitim alanına göre yapılandırılmış öğretmen yetiştirme lisans programının gerekli olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, Namlı ve Temel'in (2019) de belirttiği gibi programda yer alan derslerin Milli Eğitim Bakanlığı'nın (MEB) okul kademelerine göre verilmesinin daha uygun olacağı söylenebilir.



2. Hizmetiçi Eğitim

Öğretmenlerin yeterlilik algılarını etkileyen faktörlerden bir diğeri; almış oldukları hizmetiçi eğitimidir. Çalışmaya katılan öğretmenlerin, özel gereksinimli öğrencilere yönelik alınan hizmetiçi eğitimlere ilişkin görüşleri olumlu yöndedir. Tüm öğretmenler okul müdürlerinin desteği doğrultusunda düzenli olarak özel gereksinimli öğrencilere yönelik eğitimlere katıldıklarını belirtmişler, yanı sıra yetersiz bilginin sakınca doğurucu boyutunun farkında oldukları gibi bilimselliğe de önem verdiklerini vurgulamışlardır. Ek olarak, hizmetiçi eğitim aracılığı ile kendilerini geliştirme olasılığı bulduklarını, bireysel gelişimlerini sürdürebildiklerini ve bu eğitimleri uygulama alanına uyarlayabildiklerini, dolayısıyla uygulamada başarı performanslarının arttığına işaret etmişlerdir. Bu ifadelerde, özellikle hizmet içi eğitimde katılım sağlanan düzenli eğitimin öğretici değerinin ve bunun yanında Bireysel Eğitim Programlarının (BEP) faydalı olduğuna dikkat çekildiği görülmüştür. BEP eğitimleri alandaki yeterliliği düşük çalışan profilinin yarattığı mesleki kaygı düzeyini daha aza indirmektedir.

Bu çalışmanın bu yöndeki bulgularından farklı olarak, önceki çalışmalarda Türkiye’de hizmetiçi eğitim kapsamında verilen seminerlerin yapılan yer, zaman ve mekân açısından uygun olmadığı durumlara, eğitimcilerden kaynaklanan sıkıntılara, eğitim içeriğinin yetersizliği ve değerlendirme benzeri bir takım sorunların varlığına atıf bulunduğu (Aslan ve Gül, 2009; Cemkaloğlu vd., 2018; Yalçın İncik ve Akbay, 2018) izlenmektedir. Öztürk’ün (2003) çalışmasının bulguları da uygulanmakta olan hizmetiçi eğitimin etkililiği ve verimliliğiyle ilgili sorunlar yaşandığı, hizmetiçi eğitimin hedeflenen değişiklikleri gerçekleştirme konusunda yetersiz kaldığı ve bazı öğretmenlerin çeşitli nedenlerden dolayı hizmetiçi eğitimlere katılmadıkları yönündedir. Bu araştırmalardan farklı olarak, bir diğer çalışmada, Aslan, Göksu ve Karaman (2018) literatüre geçen olumsuzlukların aşılabilmesi amacıyla uyarlanabilir uzaktan hizmetiçi eğitim uygulamalarını önermişler ve çalışmaya katılan öğretmenlerin seminerlerdeki öğretim verimliliğinin daha etkili olduğunu ve ayrıca öğretmenlerin zamanlarını etkili kullanabilmeleri açısından da olumlu görüşlere sahip olduklarını ortaya koymuşlardır.

Bu çalışmada elde edilen bulgular doğrultusunda özel eğitim okullarında görev yapan öğretmenlerin hizmetiçi eğitim aracılığı ile kendilerini geliştirdikleri, kazanımlarının uygun mesleki bilgi, beceri, tutum ve davranış yönünde çoğaldığı ve mesleki olarak daha yetkin hissettikleri ifade edilebilir.

3. Aile Eğitimi

Yapılan çalışmanın bulgularına göre, özel gereksinimli bireylerle çalışan öğretmenlerin yeterlilik algılarını etkileyen etmenlerden bir diğeri; özel gereksinimli öğrencilerin ailelerinin farkındalıklarının yeterli düzeyde olmamasıdır. Öğretmenlerin özel eğitim



gereksinimi olan bireyler için hazırlanacak eğitim programında yer alması gereken elementler ve özel eğitim gereksinimlilerin ihtiyaçlarının karşılanabilmesi için yapılması gerekenler hakkındaki görüşleri incelendiğinde; aile eğitiminin ön plana çıktığı tespit edilmiştir. Öğretmenlere göre, en önemli sorun ailelerin mevcut durumu kabullenememe durumlarıdır. Öğretmenler aileler ile iletişim kurmakta güçlük çektiklerini ve ailelerin desteğini alamadıklarını vurgulamışlardır. Bu vurgulardan yola çıkarak; aile, okul ve öğretmen işbirliğinin sağlanamamakta olduğu izlenimi edinilmektedir. Bilindiği üzere, aile, okul ve öğretmen işbirliği özel gereksinimli öğrencilerin gelişimlerinin desteklenmesi için bir zorunluluktur. Bu zorunluluğun yerine getirilmemesi, özel gereksinimlilerde gelişimsel gecikme ve gelişimsel bozukluğa yol açabilmektedir.

Özel gereksinimli öğrenci aileleri özelinde yapılan bazı çalışmalarda; sunulan aile eğitim programının ebeveynlerin ailedeki işlevlerine, yılmazlık ve umutsuzluk düzeylerine etkisinin olumlu yönde olduğu bildirilmektedir (Cavkaytar, 1999; Keser ve Cavkaytar, 2021; Dilsiz, 2019). Sarı, Atbaşı ve Çitil (2017) ise öğretmen, özel eğitim ve aile eğitimi konu ettiği çalışmalarında kimi öğretmenin lisans düzeyindeki bazı öğretmen yetiştirme programlarında aile eğitimi dersini aldığını, ne var ki kuramsal bilgiyi uygulamaya geçiremediğini dolayısıyla meslek hayatında kendini yetersiz hissettiğini öne sürmüştür.

Bu çalışmanın bulgularına dayanarak; aile farkındalığının oluşmamasının öğretmenin etkililiği üzerinde sınırlayıcı bir etki yarattığı söylenebilir. İlgili alanyazın dikkate alındığında, ailenin farkındalığının yetersizliğinin nedenleri arasında içine dahil olunan sosyokültürel yapı, ailenin çocuklarının varolan durumlarını kabullenememeleri, aile üyelerinin kendilerini suçlu, çaresiz hissetmeleri, zorlayıcı yaşam koşullarının yarattığı baskı ve stresin sayılabileceği düşünülmektedir.

Ailelerinin farkındalıklarının artırılmasının özellikle özel gereksinimli öğrencilerin gelişimi ve ailelerin zihinsel esenlik halinin korunması açısından önem taşıdığı öngörülmekte, bu bağlamda, MEB tarafından hizmetiçi eğitim kapsamında aile eğitimleri düzenlenmesinin yarar sağlayacağına inanılmaktadır. Benzer şekilde, özel eğitim okullarında görev yapacak öğretmenlerin (sınıf ve branş) lisans programlarında aile eğitimine yer verilmesi gerek öğretmenlerin mesleki birikimlerine gerekse aile farkındalığının oluşturulmasına katkı sağlayacağı kanısı taşınmaktadır. Ayrıca, aile, öğretmen ve okul arasındaki iletişiminin güçlendirilmesi, yönetici ve eğitimcilerin aile eğitimine titizlikle yaklaşması ve ailelerin psikolojik destek almalarının sağlanması da bir gereklilik olarak değerlendirilmektedir.



4. Sosyal ve Sportif faaliyetler

Bulgular, öğretmenlerin yeterlilik algılarını etkileyen etmenlerden birinin de özel gereksinimli öğrenciler ile ilgili sosyal ve sportif faaliyet olduğunu göstermiştir. Özel eğitim gereksinimi olan öğrenciler için hazırlanacak eğitim programında yer alması gerekli en önemli elementler ve söz konusu öğrencilerin gereksinimlerinin karşılanabilmesi için yapılması gerekenlere ilişkin öğretmen görüşleri incelendiğinde, bu çerçeveyi oluşturan unsurların; sosyalleşme olanağının eksikliği, sosyal faaliyetlerin eksikliği, bireysel gelişim desteğinin eksikliği, bireysel eğitim programlarının sorgulanması, topluma aidiyetin ve katılımının sorgulanması, toplumdan dışlanma, toplumun bilinçlendirilmesi, toplumda farkındalığının oluşturulması olduğu ortaya çıkmıştır. Öğretmenler; özel gereksinimli öğrencilerin kendi yaşamlarını bağımsız bir şekilde sürdürebilmeyi öğrenmeleri için eğitimlerin yeterli zamanı içermediğini, sosyal ve sportif faaliyetlere özgü etkinliklerin eksik olduğunu dile getirmişlerdir.

Nalbant ve Izgar (2018), spora katılımın katkılarının bilimsel olarak kanıtlanmış olmasına karşın Türkiye’de özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinin sadece % 10’unda beden eğitimi ve spor dersi kapsamında sportif aktivitelerine yer verilmekte olduğunu bildirmiştir. Aslen, özel eğitim okullarının bir amacı da özel gereksinimlilerin üreten ve mutlu birer birey olarak yetişmelerinin sağlanabilmesi ve bu bireylerin yetenekleri ve yeterlilikleri doğrultusunda öğrenime, iş/meslek alanlarına ve hayata hazırlanmalarının desteklenmesidir (MEB Özel Eğitim Kurumları Yönetmeliği, 2019). Bunu sağlamak için sosyal ve sportif faaliyetler etkin bir araç olmakta, özel gereksinimlilerin gerek fiziksel gerek sosyal gelişimlerinin güçlendirilmesi için önem arz etmektedir (Ata, 2020; Bayer, Baş ve Baş, 2020; Bor, 2018; İklim, Kalaycı, Güleröğlü ve Gündoğdu, 2018; Savucu, 2019). Dolayısıyla, gerek öğretmenlerin öğretim programlarında hedefledikleri kazanımlarının oluşması gerekse özel gereksinimlilerin gelişimlerinin en üst seviyeye ulaşması açısından yasa ve yönetmelikler, okul yönetimi ve aileler tarafından sosyal ve sportif faaliyetler desteklenmelidir. Bu faaliyetler aracılığı ile özel gereksinimli öğrenciler topluma kazandırılabilir ve bu yönde toplumsal farkındalık oluşturulabilir. Ailelerin karşılaşmakta oldukları dışlanma, ötekileştirme gibi sorunların toplumun aynı yöndelik farkındalığın artırılması yoluyla aşılması mümkün olabileceği görüşü taşınmaktadır. Aynı gerekçeye dayanarak, öğretmenlerin de beklentileri doğrultusunda köy evlerinin kurulması, bu evlerde özel gereksinimli öğrenci, aile ve öğretmenin birlikte eğitsel vakit geçirmeleri ve ortak etkileşimi güçlendiren eğitim programları almaları ulaşılabilir bir seçenek olarak değerlendirilmektedir.



5. Özel Gereksinimli Öğrenciler İçin Tasarlanan Eğitim ve Öğretim Programları

Öğretmenlerin yeterlilik algılarını etkileyen bir diğer etmen; özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim ve öğretim programlarıdır. Özel eğitim gereksinimi olan öğrenciler için hazırlanacak eğitim programında yer alması gerekli en önemli elementlere ilişkin görüşler incelendiğinde; bireysel gelişimin sürdürülebilirliği, eğitimle uygulamada başarı artışı, öğrenci-öğretmen uyum sürecinin yetersizliği, hızlı öğretmen değişimi, özel eğitim gereksinimli öğrencilerin sık sık değişen öğretmen kimliği dolayısıyla uyum süreçlerinin bozulması, özel gereksinimli öğrenciler için yetiştirilen öğretmenlerin nicelik olarak azlığı, farklı engellilik türlerine özgü bilgi ve deneyim yetersizliği, öğretmen eğitiminin yeterliliğinin sorgulanması gereği, öğretmen niteliği, mesleki yeterlilik, öğretmenin iletişim becerisi, öğretmenin öğrenciye karşı tutumu, öğretmenin mental yeterliliğinin sorgulanması ve ilgisizliği konuları belirginlik kazanmıştır.

Ayrıca, bazı öğretmenlere göre özel gereksinimli öğrenciler ile çalışan beden eğitimi öğretmenlerinin mesleğe karşı olumsuz tutum sergilemekte olduğu gözlenmiştir. Bunun bir nedeninin özel gereksinimli öğrencilere karşı ilgisizlik olduğu anlaşılmaktadır. Nitekim öğretmenler “Öğrenciden öğreniyor kendine yaklaştırmıyor, dolayısıyla öğrenci öğretmeni sevmiyor.” cümlesini kullanmış, tespitinde buldukları bu durumun öğretmenin mesleki olarak yetkinliğini ve yeterliliğini sorgulattığını vurgulamışlardır.

Adıgüzel (2009) tarafından işaret edildiği gibi öğrenme-öğretme sürecindeki öğrenme etkinliklerinin bireysel özgürlükler esas alınarak öğrenci merkezli olması önem taşımaktadır. Bu bağlamda, bireylerin gerçek yaşamda karşılaşacağı sorunlara yönelik çözümüne ilişkin eğitsel etkinliklerine yer verilmesi gerektiği gibi söz konusu eğitsel etkinlikler aracılığı ile özel gereksinimlilere yaşam boyu öğrenme alışkanlıklarının kazandırılması da önceliklendirilmelidir.

Belirlenen bu amaçlar doğrultusunda; Türkiye’de değişik okul türlerinde gerçekleştirilen eğitim-öğretim uygulamalarının belirlenen standartlara uygunluğunu birçoğu için söylemek mümkün değildir (Yakar, 2016). Yakar’ın (2019) görüşünden farklı olarak, bu çalışmanın katılımcısı olan öğretmenlere göre, özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim ve öğretim programları yeterli düzeydedir. Ancak uygulayıcı olan bazı öğretmenler yetersizdir. Varılan bu noktada, özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim ve öğretim programlarının etkin biçimde uygulanabilmesi için uygulayıcı öğretmenin hazırbulunuşluğunun (kişilik, istek, motivasyon, bilgi, deneyim gibi) da önemli olduğu düşünülmektedir. Araştırmaya katılan öğretmenlere göre, özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim ve öğretim programlarının yelpazesi geniştir ve aslında söz konusu programlar ihtiyaçlar doğrultusunda hazırlanmaktadır. Ancak, sınıfı oluşturan öğrenci sayısının fazla olması, öğretmenin bilgi seviyesi,



deneyimi, iletişim becerisi ve öğrenciye karşı tutumu eğitim ve öğretim programlarının çıktılarının istenilen seviyede olmamasının kaynakları olarak görülmektedir. Bu durumun öğretmen yetiştirme programlarının başvuru koşullarından ve içeriğinden kaynaklandığı söylenebilir. Öğretmen çıktılarının niteliğinin artırılması ve niceliğinin düzenlenmesi için ilgili programlar MEB'e bağlı okulların ihtiyaçları dikkate alınarak yapılandırılabilir. Öğretmenlerin bilgi birikimleri ve bilgilerinin güncelliği MEB tarafından düzenli olarak denetlenebilir. Ek olarak, öğretmenlerin zihinsel esenliğinin korunması için psikolojik destek almaları sağlanabilir.

6. Özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan Eğitim Kurumlarının Fiziksel Yeterliliği

Bulgulara göre, öğretmenlerin yeterlilik algılarını etkileyen faktörlerden biri başkası; özel eğitim okullarının fiziki yapısıdır. Özel gereksinimli öğrenciler için tasarlanan eğitim kurumlarının fiziksel yeterliliğine ilişkin görüşler incelendiğinde, bu ölçüte ilişkin değerlendirmelerin genel olarak yeterlilik taşıdıkları yönünde birleştiği izlenmektedir.

Yakar'a (2016) göre, etkin öğrenme ortamları için fiziki koşullar ve uygun araç-gereç ve materyalin hazırbulunuşluğu, başarılı eğitim-öğretim uygulamalarında bir ön koşul niteliğindedir. Bunların yanı sıra okulun fiziksel ekolojisi ve binanın güvenliliğinin de önemli etkileri bulunmakta, Aydoğan (2012) tarafından da vurgulandığı gibi bu durum öğrenci ve çalışanların davranışlarını önemli ölçüde biçimlendirmektedir. Gerçekleştirilen bu çalışmada da özel eğitim kurumlarının fiziki yeterliliğinin öğretmenlerin motivasyonunu olumlu yönde etkilemekte olduğu görülmüştür. Bu çalışmanın sonuçlarından farklı olarak, Karasu ve Mutlu (2014) yapmış oldukları çalışmada özel eğitim kurumlarının fiziki yapısının yetersiz olduğunu ve bu yetersizliğin öğretmenleri olumsuz yönde etkilediğini ortaya koymuşlardır. Çalışmalarda ortaya çıkan farklı sonuçların, çalışmaların yürütüldüğü bölgesel farklılıklardan kaynaklandığı düşünülebilir.

7. Mesleki yeterlilik

Öğretmenlerin yeterlilik algılarını etkileyen bir diğer faktör ise öğretmenlerin mesleki yeterlilik algısıdır. Alınan eğitimlerin uygulama alanına aktarılma sürecinin yönetimine ilişkin görüşler incelendiğinde; öğretmenler kendilerini mesleki olarak yeterli görmekte oldukları saptanmıştır. Ayrıca, karşılaşılan bazı durumlarda öğretmenlerin kendilerini çaresiz hissettiklerini dile getirmeleri dikkat çekici bulunmuştur. Özellikle beden eğitimi ve spor öğretimi bölümü mezun öğretmenlerinin çaresizlik hislerini almış oldukları lisans eğitimi ile ilişkilendirmekte oldukları belirlenmiştir. Öğretmenlere göre alınan eğitimlerin sorun odaklı oluşu, düzenlenen eğitimlerin kuram bazlı oluşu, alınan eğitimin



uygulamadan kopuk oluşu, uygulama eksikliğinin mesleki uyumu güçleştirici etkisi, eğitimin sürdürülebilirliğinin düşük oluşu, farklı engellilik türlerine özgü bilgi ve deneyim yetersizliği mesleki yeterlilik algısının düşüklüğünün ana nedenleri arasında yer almaktadır. Çalışma boyunca, elde edilen veriler, işaret edilen bu etmenlerin öğretmenlerin öz yeterlilik algılarını da olumsuz yönde etkilemekte olduğunu teyit etmiştir. Nitekim, çalışmaya katılan öğretmenler, cesaretlerinin kırıldığını ve başarısızlık duygusu yaşadıklarını bildirmişlerdir. Öğretmenlerin dile getirdikleri söz konusu olumsuz yaşantıların Miller ve McDaniel'in (1989) de belirttiği gibi öğretmenlerde stres, endişe, hayal kırıklığı, benlik saygısı azalması ve tükenmişlik duygusunun derinleşmesine yol açması mümkün görünmektedir. Özel gereksinimli öğrenciler ile çalışan öğretmenlerin öz yeterlilik algıları özel eğitim gereksinimi olan öğrencilerin doğası ve gelişim özellikleri göz önünde bulundurulduğunda büyük önem arz etmektedir (Karahan ve Uyanık Balat, 2011). Öz yeterliliği yüksek olan öğretmenin sınıf yönetimi (Tschannen-Moran ve Hoy, 2001), bireysel öğretim yeteneklerine olan algısı, öğretim yeterliğine ilişkin inancı (Miller ve McDaniel, 1989), motivasyonu (Damon, 2007; Miller ve McDaniel, 1989), etkili öğretmen-öğrenci iletişimi (Miller ve McDaniel, 1989) de olumlu yönelimli olmakta, öz yeterlilik gibi öğretmenin öğretme kalitesi üzerinde de olumlu etki yaratmaktadır (Tschannen-Moran, Hoy ve Hoy, 1998).

Özel eğitim okullarında görev yapan öğretmenlerin mesleki yeterliliklerinin incelenmesine yönelik yapılan bazı çalışmalarda, bu okullarda görev yapan öğretmenlerin mesleki yeterliliklerinin branşlarına ve cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmadığı bildirilmiştir (Çiftçi, 2015; Deveci ve Ergin, 2018; Karahan ve Uyanık Balat, 2011). Koçak (2018) ise, özel eğitim kurumlarında görev yapan öğretmenlerin mesleki yeterliliklerinin branş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını ortaya koymuştur. Ergüven (2019) ile Deveci ve Ergin (2018) ise özel eğitim okullarında görev yapan alan dışı öğretmenlerin mesleki yeterliliklerinin hizmet yılı ve deneyim ile ilişkili olduğunu bildirmişlerdir. Alanyazında özel eğitim okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki yeterlilik algılarına yönelik çalışmalar da incelenmiş, Yılmaz ve Esentürk'ün (2021) beden eğitimi öğretmen adaylarının mesleki yeterlilik algılarının yüksek olduğunu buldukları, Aydın'ın (2019) beden eğitimi öğretmen yeterliliğinin; kişisel ve mesleki gelişim, öğrenciyi tanıma, öğrenme ve öğretme süreci, öğrenmeyi, gelişimi izleme ve değerlendirme, okul aile ve toplum ilişkileri ve program ve içerik bilgisi ile cinsiyet, mesleki deneyim, okulun bulunduğu yerleşim yeri, okul içinde sportif faaliyet düzenleme, okulun alt yapı değişkenleri açısından anlamlı farklılıklar olduğunu ortaya koyduğu belirlenmiştir. Bir başka çalışmada, Norman (2020) özel eğitim bölümü mezunu öğretmenler ile beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki yeterlilikleri arasındaki farkı incelemiş, gruplar arasında anlamlı bir farklılaşmanın olmadığını rapor etmiştir.



8. Özel Gereksinimli Öğrenciler İle İlgili Çözüm Önerileri

Özel gereksinimli öğrenciler ile çalışan öğretmenlerin kendilerini mesleki olarak yeterli hissetmeleri ile özel gereksinimli öğrencilerin gelişimleri ile doğru orantılıdır. Dolayısıyla eğitimcilerin karşılaştıkları problemlerin çözüme ulaşması önem taşımaktadır. Bu sebeple eğitimcilerin görüşleri doğrultusunda;

1. Beden eğitimi öğretmenlerinin lisans programlarında özel eğitim alanına yer verilmesi,
2. Lisans programında yer alan derslerin MEB'in okul kademelerine göre uyarlanması,
3. Bireysel eğitim programlarının ve kaynaştırma eğitiminin düzenlenmesi,
4. Hizmetiçi eğitim kapsamında aileler ile birlikte katılımın sağlanması,
5. Köy evlerin kurulması (özel gereksinimli öğrencilere aileler ve eğitimcilerin gözetiminde günlük yaşamı sürdürebilme olasılığı sunulması),
6. Özel gereksinimli öğrencilere yemek yapma, alışveriş merkezine gitme, para harcama alışkanlıkları benzeri günlük yaşam aktivitelerini özerk olarak yürütebilme becerilerinin kazandırılması,
7. Eğitimcilerin ve ailelerin zihinsel esenliklerinin korunması amaçlı düzenli psikolojik destek imkanı sağlanması,
8. Özel gereksinimliler ile ilişkili konularda toplumun bilinçlendirilmesi amacıyla etkinlikler düzenlenmesi,
9. Özel eğitim öğretmenlerinin niceliğinin artırılması,
10. Öğretmenlerin başarısının yeterlilik algılarını belirleyicisi olarak değerlendirilen öğretmenlerle yakından ilişkili olduğu gerçeğinden hareketle, yeterlilik algılarını azaltan öğretmenlerin en aza indirgenmesi ve yeterlilik algılarını güçlendiren unsurların çoğaltılması amaçlı düzenlemelerin yapılması ve bu yönde öğretmenlere pedagojik destek sistemlerinin oluşturulması

önerilmektedir.

KAYNAKÇA

Adıgüzel, A. (2009). Yenilenen ilköğretim programının uygulanması sürecinde karşılaşılan sorunlar. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(17), 77-94.



Aslan, A., Göksu, İ. & Karaman, S. (2018). Uyarlanabilir uzaktan hizmetiçi eğitimin başarı ve eğitimin tamamlama süresine etkisi ile öğretmen görüşleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45, 103-115.

Aslan, N. & Gül, T. (2009). Classroom teachers' perceptions of globalization by social aspects and its reflection on inservice training programmes. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 36, 20-31.

Ata, İ. (2020). Sportif aktivitelere katılan işitme engelli öğrencilerin sosyalleşme düzeylerinin incelenmesi (Malatya ili örneği). Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.

Aydın, E. (2019). Beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki yeterlik düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 411-425.

Aydoğan, İ. (2012). Okul binalarının özellikleri ve öğrenciler üzerine etkileri. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(193), 29-43.

Bayer, E., Baş, Ö. & Baş, Ö. Ö. (2020). Özel gereksinimli öğrencilerin eğitimi sırasında dikkat edilmesi gereken kurumsal unsurların değerlendirilmesi. *TURAN: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 12(48), 486-493.

Bor, M. Ö. (2018). Terapatik rekreasyon faaliyetlerinin down sendromlu çocukların sosyal gelişimine etkisi: Elazığ ili örneği Yüksek Lisans Tezi, Batman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Batman.

Cavkaytar, A. (1999). Zihin engellilere öz bakım ve ev içi becerilerinin öğretiminde bir aile eğitimi programının etkililiği. *Özel Eğitim Dergisi*, 2(3) 40-50.

Cemaloğlu, N., Kukul, V., Üstündağ, M. T., Güneş, E. & Arslangilay, A. S. (2018). Eğiticilerin hizmet içi eğitim ihtiyaçlarının belirlenmesi: Bilecik ili örneği. *Electronic Turkish Studies*, 13(11).

Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (1994). Educational research methodology. Athens: Metaixmio.

Çiftçi, H. D. (2015). Özel eğitim merkezlerinde çalışan öğretmenlerin mesleki yetkinlik ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Mediterranean Journal of Humanities*, 1, 221-241.

Damon, W. (2007). Dispositions and teacher assessment the need for a more rigorous definition. *Journal of Teacher Education*, 58(5), 365-369.



Derman, A. (2007). Kimya öğretmeni adaylarının öz yeterlik algıları ve öğretmenlik mesleğine yönelik tutumları. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Deveci, M. & Ergin, D. Y. (2018). Özel eğitim kurumunda çalışan öğretmenlerin algıladıkları mesleki sosyal destek ve mesleki yetkinlik inançları arasındaki ilişki. *Asya Öğretim Dergisi*, 6(2), 18-39.

Dilsiz, H. (2019). Serebral palsili çocukların ebeveynlerine uygulanan aile eğitimi programının aile işlevleri, yılmazlık ve umutsuzluk üzerindeki etkisinin incelenmesi. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Ergüven, D. A. (2019). Özel eğitim alanında çalışan alan dışı öğretmenlerin mesleki yeterliliklerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Ilkım, M., Kalaycı, M. C. K., Güleröğlü, F. & Gündoğdu, C. (2018). Down sendromlu çocuklarda sportif etkinliklere katılma durumuna göre sosyal uyum ve beceri düzeyinin incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(1), 162-172.

Jasper, M. A. (1994). Issues in phenomenology for researchers of nursing. *Journal of Advanced Nursing*, 19, 309- 314.

Karacaoğlu, Ö. C. (2008). Öğretmenlerin yeterlilik algıları. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 5(1), 70-97.

Karahan Ş. & Uyanık Balat, G. (2011). Özel eğitim okullarında çalışan eğitimcilerin öz-yeterlik algılarının ve tükenmişlik düzeylerinin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(1), 1-14.

Karasu, T. & Mutlu, Y. (2014). Öğretmenlerin perspektifinden özel eğitimde yaşanan sorunlar ve çözüm önerileri: Muş il örneği. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(1), 47-66.

Keser, F. & Cavkaytar, A. (2021). Effectiveness of the family training program for the teaching a leisure skill to children with special needs (LEP). *Anadolu Journal of Educational Sciences International*, 11(2), 505-528.

Koçak, V. (2018). Özel eğitim iş uygulama merkezi (Okulu) kademe III'de görev yapan özel eğitim ve alan dışı mezunu öğretmenlerin mesleki yeterliklerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.



Konar, N. & Yıldırım, İ. (2012). Engelliler için beden eğitimi ve spor öğretmenliği: gereksinim ve bir program modeli. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 208-216.

Lichtman, M. (2013). *Qualitative research in education: A user's guide*. USA: Sage Publications.

Mansfield, B. (2004). Competence in transition. *Journal of European Industrial Training*, 28(2/3/4), 296-309.

MEB Özel Eğitim Kurumları Yönetmeliği, (2019). https://ookgm.meb.gov.tr/meb_iys_dosyalar/2019_09/06103840_Ozel_EYitim_KurumlarY_YonetmeliYi.pdf. 17.09.2021 tarihinde erişilmiştir.

MEB. (2010). Özel Eğitim Hizmetleri Yönetmeliği. Milli Eğitim Basımevi, R.G.<http://www.egitimvezuat.com/index.php/201006221255/Yonetmelik/Ozeletim112Hizmetler-Yonetmel-226201027619-Rg.Html> Adresinden 03.09.2021 Tarihinde Edinilmiştir.

MEB. (2017). Kaynaştırma/Bütünleştirme Yoluyla Eğitim Uygulamaları Genelgesi. Özel Eğitim ve Rehberlik Hizmetleri Genel Müdürlüğü. Genelge, 2017/65.

Miller, R., & McDaniel, E. A. (1989). Enhancing teacher efficacy in special education through the assessment of student performance. *Academic Therapy*, 25(2), 171-181.

Miller, S. (2003). Analysis of phenomenological data generated with children as research participants. *Nurse Researcher*, 10(4), 68-82.

Nalbant, S. & Izgar, N. (2018). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezi kurumlarının beden eğitimi öğretmeni istihdamına bakış açısı. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 68-83.

Namlı, A. K. & Temel, C. (2019). Beden eğitimi ve spor öğretmenliği lisans programının değerlendirilmesi ve program önerisi. *Milli Eğitim Dergisi*, 48(1), 321-351.

Nişli, M. Y., Acar, Z.A. & Öz Nişli, E. (2019). Engellilerde beden eğitimi ve spor çalışmalarının çeşitli kriterler açısından gözden geçirilmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19 (2), 587-603.

Norman, G. (2020). Özel eğitim okullarında görev yapan özel eğitim bölümü mezunu öğretmenler ile beden eğitimi öğretmenlerinin mesleki yeterliliklerinin analizi. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.

Öztürk, E. (2003). An assessment of high school biology curriculum implementation. Doktora Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Ankara.



Özyürek, M. (2008). Nitelikli öğretmen yetiştirmede sorunlar ve çözümler: Özel eğitim örneği. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 189-226.

Sarı, H., Atbaşı, Z. & Çitil, M. (2017). Özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde görev yapan öğretmenlerin aile eğitimi konusundaki yeterliliklerinin belirlenmesi. *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 668-684.

Savucu, Y. (2019). Uyarlanmış beden eğitimi ve spor. *International Journal Of Sport Exercise And Training Sciences-Ijsets*, 5(4), 192-200.

Seferoğlu, S. S. (2004). Öğretmen yeterlikleri ve mesleki gelişim. *Bilim ve Aklın Aydınlığında Eğitim*, 58, 40-45.

Toydemir, A. (2019). Eğitim kurumlarında çalışan öğretmenlerin çocuk ihmal ve istismarına ilişkin bilgi ve farkındalık düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Tschannen-Moran, M., Hoy, A. W., & Hoy, W. K. (1998). Teacher efficacy: its meaning and measure. *Review of Educational Research*, 68(2), 202-248.

Wimpenny, P., & Gass, J. (2000). Interviewing in phenomenology and grounded theory: is there a difference? *Journal of Advanced Nursing*, 31(6), 1485-1492.

Yakar, A. (2016). Geleceğin eğitimi üzerine program ve tasarım modeli önerileri: “yaşamsal eğitim programları” ve “yaşamsal öğretim tasarımları” *MSKU Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 1-15.

Yalçın İncik, E. & Akbay, S. E. (2018). Ortaöğretim öğretmenlerine yönelik bir çalışma: mesleki gelişim faaliyetlerine yönelik tutumları ve eğitim ihtiyaçları. *Electronic Turkish Studies*, 13(27).

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2018). Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri. İstanbul: Seçkin Yayıncılık.

Yılmaz, A., & Esentürk, O. K. (2021). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının mesleki yeterlik algularının karma araştırma yaklaşımıyla incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 50(229), 707-741.



BİYOĞRAFI TEMALİ SPOR FİMLERİNE GENEL BİR BAKIŞ

Gökhan ÇETİNKAYA¹, Metecan KIZILÇAM²

1İstanbul Okan Üniversitesi, Uygulamalı Bilimler Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul, Türkiye,

2İstanbul Okan Üniversitesi, Uygulamalı Bilimler Fakültesi, İstanbul, Türkiye

Öz

Dünya sinemasında yüksek izleyici sayısına ulaşan spor içerikli filmlerin yaklaşık olarak dörtte birinin biyografi teması üzerine çekildiği görülmüş ve çalışmamızda bu filmlerin genel özellikleri ortaya konulmaya çalışılmıştır. Araştırmada dünyaca ünlü internet veri tabanı IMDb'nin verileri kullanılmıştır. Spor konulu filmler taranarak 10,000 ve üstü değerlendirme alan biyografi temalı 70 film çalışmaya dâhil edilmiştir. Elde edilen veriler SPSS 25.0 programına aktarılarak analiz edilmiştir. Araştırmada elde edilen sonuçlar özetle şöyledir; Biyografi temalı spor filmleri daha çok Amerikan futbolu, boks ve beyzbol branşlarını konu almaktadır. Dramanın filmlerde öne çıkan yardımcı tema olduğu tespit edilmiştir (%88,57). Filmlerin yarısından fazlası 2010 yılından sonra ve Amerika Birleşik Devletleri'nde çekilmiştir. İzleyiciler tarafından puanlanan filmlerin 10 üzerinden 7,37 gibi yüksek sayılabilecek bir düzeyi yakaladığı bulgulanmıştır. 4 film, IMDb'nin "top rated" olarak adlandırılan en yüksek puanlı 250 filmde oluşan listesinde kendisine yer bulmuştur. Profesyonellerin yaptığı kritiklerde ise 100 üzerinden ortalama 64,92'lik daha düşük bir meta skora ulaşılmıştır. Biyografi temalı spor filmlerinin %31,43'lük kısmı 50 milyon dolar üzerinde gelire ulaşırken, %69,39'luk kısmı ise ticari açıdan kâr elde etmiştir. Filmlerin %80'inin en az 1 ödül kazanmayı başardığı izlenmiştir. 8 film ise sinema endüstrisinin en önemli ödülllerinden olan Oscar'a hak kazandığı görülmektedir. Çalışmamızdan elde edilen sonuçlara göre; biyografi içerikli spor filmlerinin dünya sinemasında önemli bir tema oluşturduğunu söylemek mümkündür.

Anahtar Kelimeler: Spor Filmleri, IMDb, Biyografi, Sinema ve Spor, Dünya Sineması

Abstract

It has been seen that approximately one fourth of the sports content films that have reached a high number of viewers in world cinema were shot on the theme of biography, and in our study, the general characteristics of these films were tried to be revealed. The data of the world-famous internet database IMDb was used in the research. Films on sports



were scanned and 70 films with biography themes were included in the study, which received a rating of 10,000 or more. The obtained data were transferred to SPSS 25.0 program and analyzed. The results obtained in the research are summarized as follows; Biography-themed sports movies mostly focus on American football, boxing and baseball. It has been determined that drama is the prominent auxiliary theme in movies (88.57%). More than half of the films were shot after 2010 and in the United States. It was found that the movies rated by the audience achieved a high level of 7.37 out of 10. The 4 movies were included in IMDb's list of the 250 highest rated movies called "top rated". In the critiques made by professionals, a lower meta score of 64.92 out of 100 was achieved. While 31.43% of biography-themed sports movies reached revenues of over \$50 million, 69.39% of them made commercial profits. It was observed that 80% of the films managed to win at least 1 award. It is seen that 8 films are entitled to Oscar, one of the most important awards of the cinema industry. According to the results obtained from our study; It is possible to say that sports movies with biographical content constitute an important theme in world cinema.

Keywords: Sports Movies, IMDb, Biography, Cinema and Sports, World Cinema

GİRİŞ

Sinema ve spor özelleştirilmiş mekânlar aracılığıyla sunulan, izleyiciyi her an canlı tutan ve heyecanlandıran, anlatım yönünden birbirine yakın ve içerik yönünden birçok benzerlik içeren iki olgudur (Tarakçıoğlu, 2019). Sinema endüstrisinin başlangıcından bu yana sporla ilgili filmler sıklıkla çekilmiş ve gişe yönünden endüstriye ciddi katkılar sağlamıştır (Baker, 1998). Spor filmleri muazzam bir enerji ve güç üretirler ve pozitiflik oluştururlar ve gerçek hayatta özdeşirler (Bora ve Daimari, 2012).

Spor gibi biyografi teması da dünya sinemasında karşılık bulmaktadır. “Biyografik filmler, sinemanın en çok tercih edilen türlerinden birisidir ve kabaca ünlü, tanınmış, tarihe mül olmuş veya karizmatik kişilerin hayat hikâyelerini ya da hayatlarından önemli kesitleri sinema perdesine yansıtan bir tür olarak ifade edilebilir” (Uzdu, 2018). Biyografik filmler, sadece kişiler hakkındaki bilgileri tanıtmak üzere bir platform sağlamakla kalmaz, aynı zamanda kitle iletişim araçlarında, genel olarak film yapımında ve kültürümüzde ve toplumumuzda mevcut olan temaların değerlendirilmesini de sağlar (Gregg, 2016). Genel olarak ele alındığında ise insanların serbest zamanlarında başvurdukları eğlence araçlarından biri olan sinema, düşük maliyetlerle büyük kitlelere mesaj iletmeye olanak tanımaktadır (Kurt, 2018).



Sinema dünyasının önde gelen veri tabanı IMDb verilerine göre yüksek izleyici sayısına ulaşan spor konulu filmlerin yaklaşık dörtte birini biyografi temalı filmler oluşturmaktadır (IMDb, 2021). Çalışmamızda biyografi temalı spor filmleri ele alınarak dünya sinemasındaki yeri ve önemi ortaya koyulmaya çalışılacaktır.

YÖNTEM

Araştırma tarama modeli kullanılarak hazırlanmıştır. “Tarama geçmişte ya da hâlen var olan bir durumu, var olduğu şekilde tespit etmeyi amaçlayan araştırma modelidir” (Karasar, 2020). Araştırmada 1990 yılından bu yana elektronik ortamda hizmet veren zengin içerikli veri tabanı IMDb’nin verileri kullanılmıştır (Britannica, 2021). Veriler belgesel tarama metodu ile toplanmıştır.

Araştırmanın evrenini IMDb veri tabanında yer alan 840 biyografi temalı spor filmi oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 10.000 ve üzerinde oylanan 70 film teşkil etmektedir. Örneklemin belirlenmesinde araştırmacının, deneyimini ve bilgi birikimini kullanarak evreni temsil ettiğini düşündüğü kesiti seçmesi esasında dayanan tesadüfi olmayan örneklem yöntemi kullanılmıştır (Lorcu, 2015).

Yapılan çalışma sonucunda incelenen veriler IBM SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgular bölümünde çıkartılan tablolar yorumlanmış, sonuç ve öneriler bölümünde ise önemli görülen sonuçlar verilerek konuya ilişkin öneriler sunulmaya çalışılmıştır.



BULGULAR

Tablo 1. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Branşlara Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelik	Kümülatif Yüzdelik
Amerikan Futbolu	10	14,3	14,3
At Yarışı	3	4,3	18,6
Atletizm	5	7,1	25,7
Basketbol	3	4,3	30,0
Beyzbol	6	8,6	38,6
Boks	10	14,3	52,9
Buz Hokeyi	1	1,4	54,3
Diğer	19	27,1	81,4
Dövüş Sportu	4	5,7	87,1
Futbol	4	5,7	92,9
Yarış	5	7,1	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 1 incelendiğinde yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin daha çok Amerikan futbolu (%14,3), boks (%14,3) ve Beyzbol (%8,6) branşlarında çekildiği görülmektedir.



Tablo 2. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Yıllara Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelik	Kümülatif Yüzde-lik
2010 ve sonrası	39	55,7	55,7
2000 - 2009	22	31,4	87,1
1990 - 1999	5	7,1	94,3
1880 - 1889	3	4,3	98,6
1980 öncesi	1	1,4	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 2 incelendiğinde yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin yarısından fazlasının (%55,7) 2010 ve sonrasında çekildiği izlenmektedir. 2000-2009 yılları arasındaki oran % 31,4'dür. 2000 öncesinde ise 8 film mevcut olup yüzdelik karşılığı %12,9'dur.

Tablo 3. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Sürelere Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelik	Kümülatif Yüzde-lik
60 - 89 dakika	1	1,4	1,4
90 - 119 dakika	32	45,7	47,1
120 - 149 dakika	31	44,3	91,4
150 dakika ve üstü	6	8,6	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 3 incelendiğinde yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin %90'lık kısmının 90-149 dakika aralığında sürdüğü bulgulanmıştır. Bu sürelerin dışındaki sürelerin oranı düşük bulunmuştur.



Tablo 4. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Kullanılan Oy Sayılarına Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelik	Kümülatif Yüzdelik
10000 - 49999	35	50,0	50,0
50000 - 99999	20	28,6	78,6
100000 - 149999	3	4,3	82,9
150000 - 199999	5	7,1	90,0
200000 ve üzeri	7	10,0	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 4 incelendiğinde yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin izleyicilerden oy alma ve dolayısıyla izlenme oranları görülmektedir. %78,6'lık kısım 100.000 altında oy alırken, %21,4'lük kısım 100.000 ve üzerinde oy almıştır.

Tablo 5. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Kullanılan IMDb Puanlarına Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelik	Kümülatif Yüzdelik
5,0 - 5,9	1	1,4	1,4
6,0 - 6,9	14	20,0	21,4
7,0 - 7,9	43	61,4	82,9
8,0 - 8,9	12	17,1	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 5 incelendiğinde yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin izleyicilerden aldığı puanlar görülmektedir. 5.0'ın altında puan alan film bulunmamaktadır. Filmlerin aldığı puanların aritmetik ortalaması 7,37 olarak bulunmuştur. Filmlerin %61,4'lük kısmı 7,0 – 7,9 aralığında puanlandırılmıştır.



Tablo 6. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Kritik Sayılarına Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdeler	Kümülatif Yüzdeler
10'dan az	13	18,6	18,6
10 - 19	6	8,6	27,1
20 - 29	17	24,3	51,4
30 - 39	23	32,9	84,3
40'dan fazla	11	15,7	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 6 incelendiğinde yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmleri için profesyonellerin yaptığı kritik sayıları görülmektedir. Filmlerin neredeyse yarısının 30 ve üzeri sayıda kritik alması kayda değer olarak bulunmuştur.

Tablo 7. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Meta Skora Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdeler	Kümülatif Yüzdeler
10'dan az	11	15,7	15,7
20 - 29	1	1,4	17,1
30 - 39	2	2,9	20,0
40 - 49	4	5,7	25,7
50 - 59	16	22,9	48,6
60 - 69	13	18,6	67,1
70 - 79	13	18,6	85,7
80 - 89	10	14,3	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 7 incelendiğinde yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmleri için



profesyonellerin verdiği puanlardan oluşan meta skorlar görülmektedir. Filmlerin neredeyse dörtte üçü profesyonellerden 50 puan ve üzerinde not almıştır (%74,3). Meta skor aritmetik ortalaması ise 64,92 olarak bulunmuştur.

Tablo 8. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Ödül Alma Durumuna Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelerik	Kümülatif Yüzdelerik
Ödül Almayan	14	20,0	20,0
Ödül Alan	56	80,0	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 8’de yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin ödül alma durumu yer almaktadır. Filmlerin %80’lik kısmının ödül aldığı tablodan izlenmektedir. Ödül olmayan filmlerin oranı ise %20 olarak bulunmuştur.

Tablo 9. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Oscar Alma Durumuna Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelerik	Kümülatif Yüzdelerik
Oscar Almayan	62	88,6	88,6
Oscar Alan	8	11,4	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 9’da yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin Oscar alma durumu yer almaktadır. Filmlerin %11,4’lük kısmı Oscar almayı başarırken kalan yüzdelikte yer alan filmler (%88,6) Oscar ödülüne hak kazanamamıştır.



Tablo10. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Top Rated Olma Durumuna Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelik	Kümülatif Yüzde-lik
Top Rated Olmayan	66	94,3	94,3
Top Rated	4	5,7	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 10’da yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin top rated olma veya olmama durumu görülmektedir. 70 film içinden sadece 4 tanesinin top rated film statüsünde olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 11. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Ülke Değişkenine Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelik	Kümülatif Yüzde-lik
Almanya	2	2,9	2,9
Avusturya	1	1,4	4,3
Birleşik Krallık	10	14,3	18,6
Çin	1	1,4	20,0
Hindistan	5	7,1	27,1
Hong Kong	1	1,4	28,6
Kanada	2	2,9	31,4
Ortak Yapım	4	5,7	37,1
Panama	1	1,4	38,6
Türkiye	2	2,9	41,4
USA	40	57,1	98,6
Yeni Zelanda	1	1,4	100,0
Toplam	70	100,0	



Tablo 11’de yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin hangi ülkeler tarafından çekildiğine bakılmıştır. Amerika Birleşik Devletleri %57,1’lik oranla ilk sıradadır. Birleşik Krallık ülkeleri %14,3 ile ikinci sırada yer alırken, Hindistan 5 film ile kendisine üçüncü sırada yer bulmuştur.

Tablo 12. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Dil Değişkenine Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdeler	Kümülatif Yüzdeler
Almanca	1	1,4	1,4
Hintçe	5	7,1	8,6
İngilizce	58	82,9	91,4
İspanyolca	1	1,4	92,9
Kantonca	1	1,4	94,3
Mandarin	1	1,4	95,7
Portekizce	1	1,4	97,1
Türkçe	2	2,9	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 12’de yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin hangi dilde çekildiğine bakılmıştır. İngilizce %82,9 gibi büyük bir oranda filmlerin temel dili olmuştur. En fazla kullanılan ikinci dil %7,1 ile Hintçe olurken, Türkçe %2,9 ile üçüncü dil konumundadır.



Tablo 13. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Bütçe Değişkenine Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelerik	Kümülatif Yüzdelerik
Bilinmeyen	21	30,0	30,0
25 Milyon Dolardan Az	23	32,9	62,9
25 - 49,99 Milyon Dolar	19	27,1	90,0
50 - 74,99 Milyon Dolar	4	5,7	95,7
75 - 99,9 Milyon Dolar	1	1,4	97,1
100 Milyon Dolardan Fazla	2	2,9	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 13’de yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin bütçeleri yer almaktadır. Bilinmeyen 21 film nedeniyle tam bir değerlendirme yapmak mümkün olmakla birlikte çoğunlukla filmlerin 50 Milyon dolar altındaki bütçelerle çekildiğini söylemek mümkündür.

Tablo 14. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Getiri Değişkenine Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdelerik	Kümülatif Yüzdelerik
Bilinmeyen	4	5,7	5,7
25 Milyon Dolardan Az	33	47,1	52,9
25 - 49,99 Milyon Dolar	11	15,7	68,6
50 - 74,99 Milyon Dolar	8	11,4	80,0
75 - 99,9 Milyon Dolar	4	5,7	85,7
100 Milyon Dolardan Fazla	10	14,3	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 14’de yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin getirileri yer almaktadır. Filmlerin üçte birlik kısmının 50 milyon dolar ve üzerinde getiri elde ettiği izlenmektedir.



Tablo 15. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Kâr Değişkenine Göre Dağılımı

	Frekans	Yüzdeler	Kümülatif Yüzdeler
Bilinmeyen	21	30,0	30,0
Zarar	15	21,4	51,4
Kâr	34	48,6	100,0
Toplam	70	100,0	

Tablo 15’de yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin ticari yönden kârlı olup olmadığına dair veriler yer almaktadır. Bilinmeyen filmler dışarıda bırakıldığında 10 filmde 7’sinin kârlı olduğu söylenebilir (%69,39).

Tablo 16. Biyografi Temalı Spor Filmlerinin Diğer Temalar Değişkenine Göre Dağılımı

	Frekans
Aile	4
Aksiyon	11
Belgesel	7
Drama	62
Gerilim	2
Komedi	4
Macera	2
Romantizm	3
Savaş	1
Suç	5
Tarih	10
Western	1
Toplam	112



Tablo 16’da yüksek izlenme sayısına sahip biyografi temalı spor filmlerinin sahip olduğu diğer temalara ait frekans değerleri izlenmektedir. Filmlere eşlik eden 12 tema içinde dramın, 10 filmde 9’unda yer aldığı ve en baskın yardımcı tema olduğu görülmektedir (%88,57).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırma kapsamında IMDb veri tabanında yer alan ve yüksek seyirci sayısına ulaşan biyografi temalı spor filmleri incelenmiştir. Belirlenen 70 film üzerinde analiz yapılmıştır. Çalışmamızdan elde edilen sonuçlara göre; biyografi içerikli spor filmlerinin dünya sinemasında önemli bir tema oluşturduğunu söylemek mümkündür.

Yüksek sayıda izleyici sayısına ulaşan biyografi temalı spor filmlerinin birçok branşı kapsadığı ve özellikle Amerikan futbolu, boks ve beyzbol branşlarını konu aldığı sonucuna ulaşılmıştır. Filmlerin yarısından fazlası 2010 yılından sonra çekilmiştir. Amerika Birleşik Devletleri, Birleşik Krallık ve Hindistan en çok filmi çeken ülkelerdir. Ülkemizde ise yüksek izlenme sayısına sahip spor temalı 2 film saptanmıştır. Filmlerin ortak dilinin İngilizce olduğu görülmektedir. Filmlerin ortalama süresi ise yaklaşık 2 saat olarak bulunmuştur.

İzleyiciler tarafından puanlanan filmlerin 10 üzerinden 7,37 gibi yüksek sayılabilecek bir düzeyi yakaladığı bulgulanmıştır. 4 film IMDb’nin “top rated” olarak adlandırılan en yüksek puanlı 250 filmde oluşan listesinde kendisine yer bulmuştur. Profesyonellerin yaptığı kritiklerde ise 100 üzerinden ortalama 64,92’lik daha düşük bir meta skora ulaşılmıştır.

Biyografi temalı spor filmlerinin %31,43’lük kısmı 50 milyon dolar üzerinde gelire ulaşırken, 10 filmde 7’si ise ticari açıdan kâr elde etmiştir. Filmlerin %80’inin en az 1 ödül kazanmayı başardığı izlenmiştir. 8 filmin ise sinema endüstrisinin en önemli ödüllerinden olan Oscar’a hak kazandığı görülmektedir.

IMDb veri tabanında toplam 7502 spor konulu film yer almaktadır. Bu filmlerin içinde 840 tanesi biyografi temalıdır (%11,20). 10.000 ve üzeri değerlendirme alan bir başka deyişle daha çok izlenen spor filmleri filtrelendiğinde toplam film sayısı 306’ya, biyografi temalı film sayısı 70’ye düşmektedir (%22,88). Bu veriler izleme sayısı artan spor filmlerinin içinde biyografi temalı filmlerinin sayısının da arttığını gösterir niteliktedir. Filmlerin %88,6’sında dramın biyografi temasına eşlik ettiği izlenmiştir. Bu durumun biyografi temalı spor filmi çeken yönetmenlerin, izleyicilerin duygularına temas etme arzusundan kaynaklanabileceği tahmin edilmektedir.

Bundan sonra çalışma yapacak araştırmacıların drama, komedi, aksiyon, belgesel gibi farklı temalardaki spor filmlerini incelemelerinin alana zenginlik katacağı söylenebilir.



IMDb dışındaki veri tabanlarının da kullanılması daha kapsamlı çalışmaların yapılmasına olanak tanıyacaktır. Yine alımlama türü çalışmalarının sayısının artmasının literatür açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

Baker, A. (1998). Sports films, history, and identity. *Journal of Sport History*, 25(2), 217-233.

Bora, A., Daimari, P. J. (2012). Sports films for social message communication. *New Media and Mass Communication*, 6.

Britannica. (2021). IMDb Web Site. Erişim Adresi: <https://www.britannica.com/topic/IMDb>

Gregg, C. N. (2016) True Life Story Mythmaking in Biographical Films, Michigan, USA: ProQuest LLC.

IMDb. (2021). Biography, Sport Movies. Erişim Adresi: <https://www.imdb.com/search/title/?genres=biography,sport>

Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Ankara: Nobel Yayınları.

Kurt, Ş. (2018). Sinema izleme kültürü ve toplumsal gelişimi. *Academic Social Studies*, 4, 23-38.

Lorcu, F. (2015). *Örneklerle veri analizi SPSS uygulamalı*. İstanbul: Detay Yayıncılık.

Tarakçıoğlu, S. (2019). Türkiye sinemasında spor. *DEÜ Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 6(2) 464-478.

Uzdu, H. (2018). “Ömer Muhtar”, “Gandi” ve “Lincoln” filmleri örneğinde biyografik filmlere konu olmuş şahsiyetlerin ortak özellikleri üzerine bir değerlendirme. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(1), 529-550.



THE IMPACT OF COVID-19 ON WEIGHT MANAGEMENT: A SINGLE CASE EXPERIMENTAL DESIGN

Abdi, E.¹, Nwaneri, T.², Ramadan, W.³, West, A.⁴, Taiar, R.⁵

¹*Center of Pedagogy, Montclair State University. New Jersey, USA.*

²*School of Nursing, Seton Hall University. New Jersey, USA.*

³*Department of Sports Training, Mansoura University. Mansoura, Egypt.*

⁴*Department of Education, Grand Canyon University. Arizona, USA.*

⁵*Department of Biomechanics, University of Reims Champagne-Ardenne. Reims, France.*

Abstract

At the onset of the pandemic in March 2020, many businesses and schools were forced to close. American population either started working from home or lost their jobs. A nation suffering from an obesity pandemic was faced an even larger pandemic. Research suggested that sixty-one percent of U.S. adults reported undesired weight changes since the COVID-19 pandemic began. The undesired weight changes was due to: 1) eating disorder during the stress of the pandemic and 2) lack of exercising. However experts concluded that if individuals continued a regimen of regular exercise and consider healthy eating habits, as a result pandemic would not affect the weight gain. This paper is a single case study of a 26-year-old male who became unemployed during the pandemic. Once the individual gained body weight even with the regular exercise, the nutritional intake was changed. As a result, the pandemic weight gain did not have any effect on this individual at the end of study. Data was collected at two points and then compared. The finding showed no weight gain at the end of study rather in the beginning, the subject gained weight. The current study concluded that people who continued exercising and tracked the nutritional intake maintained the weight. This conclusion is supported with research and this report exhibits additional evidence.

233

Introduction

During the presidency of President Donald Trump, the world faced fast moving pandemic that became widespread very quickly. The World Health Organization (WHO) declared a global health emergency on January 30, 2020, as the severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-CoV-2), the virus that causes the novel coronavirus disease 2019 (COVID-19) spread. On March 11, 2020, COVID-19 was declared a pandemic (Cucinotta



& Vanelli, 2020). The COVID-19 pandemic had caused the closure of schools, universities, parks, and non-essential businesses such as restaurants, recreational facilities, and malls. Furthermore, all 50 governors declared state of emergency. Considering that 78% of American adults are projected to be overweight or obese by year 2030 (Wang, Beydoun, Min, Xue, Kaminsky, & Cheskin, 2020) the lockdown measures due to pandemic have not alleviated this situation. Once examining weight changes during the peak of lockdown period, 37.2% of a study's participants reported gaining bodyweight (19% gained >5 lbs., 18.2% gained 1–4 lbs.) during the interval March to May (Bhutani, Dellen, & Cooper, 2021). These findings are comparable to a previously reported study by Zachary et al. (2020) in which 22% of participants reported gaining >5 lbs. during the peak of lockdown period. The intention for this single case study is to establish the impact that self-quarantine had on different behaviors associated with weight management. This study utilized a single subject to acknowledge how weight was managed during the pandemic.

Subject:

The subject of the study was a 26-year-old male who did not belong to any official athletic team. The weight of the subject was 200lbs. in the beginning of pandemic on March 2020. At the end of the study in July 2021, the weight of the subject remained unchanged at 200lbs. The subject lost his job due to the pandemic. This individual was employed from March 2020 to October 2020, and worked from home during these 7 months. From October 2020 to June 2021 for a full 7 months, the subject was unemployed. At the end of study in July 2021, the subject started working from home once again.

1.1 Measurements:

The weight of the subject at the beginning of study in March 2020 was at 200 lbs. (90.71Kg). The weight was exactly the same at the end of the study in July 2021. The height of the subject was unchanged at 5' 11" (180.34 Cm). The upper arm circumference was 17" (43.18 Cm). The thigh circumference was 24" (60.96 Cm). The waist circumference was 33" (83.28 Cm). The subject had a body Mass Index (BMI) of an acceptable healthy rate of 27.9. All measurements were taken at the end of study in July 2021, except weight and height.

1.2 Eating Habits:

The subject reported that the reasons for eating are: 1) building muscles and 2) body appearance. The snack of cottage chesses was eaten after dinner and the special diet to be followed was rich in protein. Nevertheless, his appetite increases during stress but due to discipline he did not intake any additional nourishments.



1.2 Nutrition:

It was reported that in the beginning of COVID-19, the subject followed the same nutritional values with the same amount of calories but gained 5lbs in the first 3 weeks of lockdown in March 2020. The subject then: 1) Cut calories, 2) Cut out all carbs except for fruits, 3) Once 5 lbs. were lost, the regular dietary regime continued to remain unchanged, 4) The exercise remained the same.

1.3 Exercise Habits:

The subject reported no decrease in physical activity. The exercise program was as followed:

- a. Before the pandemic: 20% cardio & 80% weight training at the gym.
- b. During the closure of the gym: 20% calisthenics (pull up, push up, dip on the parallel bars), & 80% running and judo at home & park.
- c. Once gyms opened: 20% cardio & 80% weight training at the gym.

The exercise regimen remained at 5 to 6 times per week for 1hour to 1 ½ hours per day.

1.4 Mental Health

The subject reported no sleep deprivation, rather experienced depression and anxiety due to gym closure.

Discussion:

Exercise provides a means to increase energy expenditure and may help adjust energy balance for weight loss and maintenance. At least 30 minutes a day of moderate-intensity aerobic exercise is recommended for weight loss and maintenance (Donnelly, et al., 2004). Moreover, the role of physical activity and exercise training in the prevention of weight gain, initial weight loss, weight maintenance, and the obesity paradox has been extensively reported within the body of research (Swift, Johannsen, Lavie, Earnest, & Church, 2014). Nevertheless, once the lockdowns of COVID-19 pandemic started, each person felt the effects of disrupted daily routines. With lower activity levels, living a more sedentary lifestyle, increased snacking and alcohol intake, and decreased water intake an already overweight/obese population of individuals struggled with weight gain (Zeigler, 2021).

Many people's exercise routine had been upended, especially athletes and those who relied on the gym. In a before and during the pandemic longitudinal study of young adults in multiple US college cohorts, average steps declined, sleep time increased, socializing



declined, and screen time nearly doubled (Giuntella, Hyde, Saccardo, & Sadoff, 2021). With lower activity levels and living a more sedentary lifestyle, individuals struggled with weight gain.

Research and valid statistics expressed, obesity as a major health problem in the United States. Sixty-one percent of the U.S. adults have reported undesired *weight* changes since the COVID-19 *pandemic* began due to stress, lack of exercise, or unhealthy changes (American Psychological Association [APA] 2021). In a parallel study, adults reported having less exercise, boredom/solitude, anxiety/depression, and enhanced eating which resulted in relevant factor of increasing weight (Pellegrini et al. 2020). In a study Bullard, Medcalf, Rethorst and Foster, (2019), found that the COVID-19 resulted in abrupt changes to daily routines and created behavioral barriers for effective weight loss.

The Conclusion and recommendation:

The interview in this case study evidenced, once again, that exercise combined with dietary interventions are effective in weight loss and its long-term maintenance. To support the current study Childs, Calder and Latz (2019) recommended plenty of fruits and vegetables with lean protein and wheat as a healthy diet for preventing weight gain. Furthermore, the possible solution of weight management is to empower people to create a personal healthy food and physical activity environment. (Carels, et al., 2008).

236

As areas that can benefit from exercising are viral infection, symptoms related to anxiety and depression, weight maintenance, and ongoing prevention and management of chronic disease (Fallon, 2020) and cardiovascular disease risk factors (Swift, McGee, Earnest, Carlisle, Nygard, & Johannsen, 2018), it is likely to say that all these conditions will show escalation after pandemic. The recommendation is to inform the public on weight management and diseases prevention of after pandemic.

Final note: The subject requested to acknowledge that the gym is a form of psychotherapy. In addition, upon the closure of gyms, the subject felt the absence of the therapist. His mental health was declining due to lack of gym access. The subject expressed that restrictions should be put in place, however gyms should not be entirely closed.

Funding: The study did not receive any funding.

Conflict of interest: Authors certify no affiliations or involvement in any organization or entity with any financial interest or non-financial interest in the subject matter or materials discussed in this manuscript.



References:

American Psychological Association (APA). (2021). One year later, a wave of Pandemic health concern. Retrieved from: <https://www.apa.org/news/press/releases/stress/2021/one-year-pandemic-stress>

Bhutani, S., Dellen, M. R. V., & Cooper, J. A. (2021). Longitudinal weight gain and related risk behaviors during the COVID-19 pandemic in adults in the US. *Nutrients*, *13*(2), 671.

Bullard, T., Medcalf, A., Rethorst, C., & Foster, G. D. (2021). Impact of the COVID-19 pandemic on initial weight loss in a digital weight management program: A natural experiment. *Obesity*.

Carels, R. A., Konrad, K., Young, K. M., Darby, L. A., Coit, C., Clayton, A. M., & Oemig, C. K. (2008). Taking control of your personal eating and exercise environment: A weight maintenance program. *Eating behaviors*, *9*(2), 228-237.)

Childs, C. E., Calder, P. C., & Miles, E. A. (2019). Diet and immune function. *Nutrients*.

Cucinotta D, Vanelli M. WHO Declares COVID-19 a Pandemic. *Acta Biomed*. 2020 Mar 19;91(1):157-160. doi: 10.23750/abm.v91i1.9397. PMID: 32191675; PMCID: PMC7569573.

Donnelly, J. E., Smith, B., Jacobsen, D. J., Kirk, E., DuBose, K., Hyder, M., & Washburn, R. (2004). The role of exercise for weight loss and maintenance. *Best Practice & Research Clinical Gastroenterology*, *18*(6), 1009-1029.

Fallon, K. (2020). Exercise in the time of COVID-19. *Aust J Gen Pract*, *49*(Suppl 13), 1-2.

Giuntella, O., Hyde, K., Saccardo, S., Sadoff, S. (2021). Lifestyle and mental health disruptions during COVID-19. *Proceedings of the National Academy of Sciences*. 118 (9) e2016632118; DOI: 10.1073/pnas.2016632118

Pellegrini, M., Ponzio, V., Rosato, R., Scumaci, E., Goitre, I., Benso, A., & Bo, S. (2020). Changes in weight and nutritional habits in adults with obesity during the “lockdown” period caused by the COVID-19 virus emergency. *Nutrients*, *12*(7), 2016.

Swift, D. L., Johannsen, N. M., Lavie, C. J., Earnest, C. P., & Church, T. S. (2014). The role of exercise and physical activity in weight loss and maintenance. *Progress in cardiovascular diseases*, *56*(4), 441-447.



Swift, D. L., McGee, J. E., Earnest, C. P., Carlisle, E., Nygard, M., & Johannsen, N. M. (2018). The effects of exercise and physical activity on weight loss and maintenance. *Progress in cardiovascular diseases*, *61*(2), 206-213.

Wang, Y.; Beydoun, M.A.; Min, J.; Xue, H.; Kaminsky, L.A.; Cheskin, L.J. (2020). Has the prevalence of overweight, obesity and central obesity levelled off in the United States? Trends, patterns, disparities, and future projections for the obesity epidemic. *International Journal of Epidemiol.* *49*, 810–823.

Zachary, Z.; Brianna, F.; Brianna, L.; Garrett, P.; Jade, W.; Alyssa, D.; Mikayla, K. (2020). Self-quarantine and weight gain related risk factors during the COVID-19 pandemic. *Obesity Research Clinical Practice.* *14*, 210–216.

Zeigler Z. (2021). COVID-19 Self-quarantine and Weight Gain Risk Factors in Adults. *Current obesity reports*, *10*(3), 423–433. <https://doi.org/10.1007/s13679-021-00449-7>

ISPESCONGRESS 2021 (ONLINE)

SPORT & HEALTH SPOR & SAĞLIK



IV. Uluslararası Beden Eğitimi,
Spor, Rekreasyon ve Dans Kongresi
IV. Physical Education, Sport,
Recreation and Dance Congress



THE GLOBAL GOALS
For Sustainable Development

TAM METİN KİTABI CONFERENCE PROCEEDINGS

ISBN: 978-625-7501-04-0



RUMELİ ÜNİVERSİTESİ

10-11 Eylül/September
İstanbul, Turkey
2021

www.ispescongress.com