SPOR VE BİLİM - 3



Editörler
ŞİRİN PEPE
HÜSEYİN TOLGA ESEN

gece kitaplığı

İmtiyaz Sahibi / Publisher • Yaşar Hız

Genel Yayın Yönetmeni / Editor in Chief • Eda Altunel

Editörler / Editors • Şirin Pepe

Hüseyin Tolga Esen

Kapak & İç Tasarım / Cover & Interior Design • Gece Kitaplığı

Birinci Basım / First Edition • © Nisan 2021

ISBN • 978-625-7793-28-5

© copyright
Bu kitabın yayın hakkı Gece Kitaplığı'na aittir.

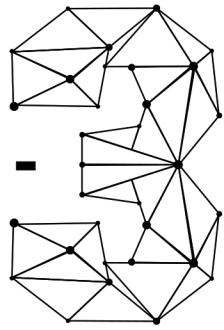
Kaynak gösterilmeden alıntı yapılamaz, izin almadan hiçbir yolla çoğaltılamaz.

The r ight to publish this book belongs to Gece Kitaplığı. Citation can not be shown without the source, reproduced in any way without permission.

Gece Kitaplığı / Gece Publishing
Türkiye Adres / Turkey Address: Kızılay Mah. Fevzi Çakmak 1. Sokak Ümit Apt. No: 22/A Çankaya / Ankara / TR
Telefon / Phone: +90 312 384 80 40
web: www.gecekitapligi.com
e-mail: gecekitapligi@gmail.com

Baskı & Cilt / Printing & Volume
Sertifika / Certificate No: 47083

SPOR VE BİLİM -



Editörler
ŞİRİN PEPE
HÜSEYİN TOLGA ESEN

gece kitaplığı

İÇİNDEKİLER

Bölüm 1

SPORDA ETKİNLİK YÖNETİMİ

Aydın PEKEL & Ali KAYA 1

Bölüm 2

SPOR MEDYASININ GELİŞİM SÜRECİ VE TOPLUM ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Enver DÖŞYILMAZ & Hüseyin Can İKİZLER 27

Bölüm 3

FARKLI ORTAMLARDA EGZERSİZE FİZYOLOJİK UYUM VE SORUNLAR

Fırat AKCAN 53

Bölüm 4

DÜŞÜNME STİLLERİ VE SPORA YÖNELİK TUTUM

Abdullah SENCER TEMEL & Hakan Salim ÇAĞLAYAN 65

Bölüm 5

GENLER VE SPORCU GENETİĞİ

Emrah YILMAZ 97

Bölüm 6

ANTİK ÇAĞ'DA HAREKET İHTİYACINDAN BEDEN EĞİTİMİNE

Mustafa YILDIZ 123

Bölüm 7

COVİD-19 SÜRECİNDE REKREASYONEL ETKİNLİK OLARAK SPOR YAPAN BİREYLERİN ÇEVREYE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Yalçın TÜKEL 133

Bölüm 8

COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE ALGILANAN STRES DÜZEYİNİN İNCELENMESİ: BEDEN EĞİTİMİ, SINIF VE DİĞER BRANŞ ÖĞRETMENLERİ ÖRNEKLEMİ

Davut ATILGAN & Hacı Osman YILDIZ 147

Bölüm 9

ANTİK YUNANDA KADINLARIN SPORLA İLİŞKİSİ

Bilal OKUDAN & Osman İMAMOĞLU 161

Bölüm 10

ANTIK ÇAĞLARDA DEĞIŞIK ÜLKELERDE KADINLARIN SPORLA İLIŞKISI

Ömer Faruk KARAKULLUKÇU & Osman İMAMOĞLU 181

Bölüm 11

SPORDA ÖĞRENME VE GERİBİLDİRİM

İbrahim Efe ETİLER & Turhan TOROS 197

Bölüm 12

GERİBİLDİRİM VERME ŞEKİLLERİ

İbrahim Efe ETİLER & Turhan TOROS 205



Bölüm 1

SPORDA ETKİNLİK YÖNETİMİ

Aydın PEKEL[1]

Ali KAYA[2]

1 Dr. Öğr. Üyesi İstanbul Gelişim Üniversitesi, apekel@gelisim.edu.tr
2 Arş. Gör. İstanbul Gelişim Üniversitesi, alikaya@gelisim.edu.tr

Giriş

Temelde boş zaman aktiviteleri olarak kabul gören etkinlik yönetimi 1950'li ve 60'lı yıllarda şekillenmiştir. Özellikle yerel ve ulusal yönetimler tarafından organize edilen festival gibi şovları içeren ve insanları eğlendirmeyi amaçlayan etkinlik kavramı senelerin ilerlemesi ile birlikte özel sektör ve kamu tarafından organize edilmeye başlanmıştır. İçerisinde bulunduğumuz dönemde kongre, fuar, festivaller, lansman ve akla gelebilecek organizasyonların tamamı etkinlik şemsiye kavramı altında değerlendirilebilir. Özellikle turizm bölgelerindeki rekabetin artması ve insanlara sunulan mal ve hizmetin kalitesindeki artış etkinlik türlerinin gelişmesine etki etmiştir.

Spor tesislerinin en önemli amaçları arasında etkinlik faaliyetleri bulunmaktadır. Tesislerin aktif hale getirilmesi ve hedef kitleye ulaşabilmesi iyi bir etkinlik yönetimi stratejisi ile mümkün olabilmektedir. Spor tesisi işletmelerinde başarılı bir etkinlik yönetimi planlama, uygulama, yöneltme, koordine etme ve kontrol mekanizmalarını olabildiğince faydalı bir biçimde kullanarak ve yönetimde profesyonellik ile sağlanabilir. Bu noktada etkinlik planlanırken her türlü tehlike ve sorun göz önünde tutularak ve senaryosu düşünülerek gerekli tedbirleri almak etkinlik planlayıcıların görevleri arasındadır.

Ülkemizde ve dünyada sporun kitleler üzerindeki etkisi düşünülerek siyasiler tarafından etkinlikler desteklenmektedir. Hedefledikleri kitlelere uygun etkinlikler yolu ile ulaşmak, hizmet götürmek ve onların ihtiyaç ve beklentilerini karşılamak niyetindedirler.

Birbirinden farklı birçok sınırlandırma ile ortaya çıkabilen etkinliklerde amaç, iz bırakmak, eğlendirmek, insanların birbirleri ile kaynaşmasını ve hoş vakit geçirmesini sağlamak, rekreatif bir amaca yöneltmektir.

Etkinlik Kavramı

Tarih öncesi devirlerden bu yana insanlar çeşitli etkinlikler düzenlemişledir. Bu etkinliklerin amacı boş zamanı değerlendirmek, eğlenmek, mutlu olmak, hasat zamanını kutlamak, diğer insanlarla bir şeyler paylaşmak, akrabaları ve arkadaşları ile zaman geçirmek ve rahatlamaktır.

Eski çağlardan itibaren insan hayatında bulunan etkinlik kavramında zamanın ilerlemesi ile bir takım değişimler meydana gelmiştir. İlk çağlarda bayramlar, tarım ile uğraşan toplumların ürün ekim günleri, hasat zamanı kutlamaları olarak açığa çıkan etkinlik kavramı zamanın ilerlemesi ile birlikte bir takım değişimlere uğramıştır.

Özellikle teknolojinin gelişmesi ve çalışan insanda tatil ihtiyacının ortaya çıkması ile birlikte etkinlik kavramı dönüşüme uğramıştır. Bunun-

la birlikte firmaların oluşturulması ile etkinlik kavramı bir sektör haline gelmiştir.

İngilizce "event" kelimesinin bir karşılığı olarak kullanılan etkinlik kavramı katılımcılar üzerinde bir etki bırakmak gayesi ile oluşturulan deneyim olarak ifade edilmektedir (Silvers, 2004). TDK'ya göre ise bir işletme veya kurumun belli bir alandaki faaliyeti, aktifliği, açığa çıkardığı eylemi olarak belirtilmiştir.

Argan ve Yüncü (2015)'e göre etkinlik özel bir durumu kutlamak için hazırlanan ve bir takım kültürel, ekonomik, hedeflere ulaşma gayesi ile oluşturulan kutlamalar, ritüeller, gösterilerdir.

Getz (2007) etkinlik kavramını vakti ve mekânı önceden belirlenmiş, bir takım koşullar altında gerçekleşen kayda değer bir olay olarak tanımlarken, Shone ve Parry (2004) insanların günlük yaşantılarındaki rutinlerinin dışına çıkarak kültürel içerikli, kutlama amacı güden, kişilere veya gruplara hitap edebilen, eğlence, bilgi verme ve deneyim maksatlı fenomenler olarak izah etme yoluna gitmiştir.

Getz (2007) etkinlik hakkında yapmış olduğu incelemeler sonucunda etkinliği tüketici bazlı değerlendirirken bununla paralel olarak kavramı etkinlik organizatörü bakış açısından da değerlendirmiştir.

- Etkinlik sponsorluk hizmeti veren kuruluşun rutinin dışına çıkarak bir kereye mahsus veya sıklıkla gerçekleştirmediği faaliyetlerdir.

- Tüketici özelinde düzenlenen etkinlik gündelik deneyimin üzerinde bir deneyim sunmalıdır (Getz, 1997).

Etkinlik ile ilgili yapılan incelemelerden yola çıkarak kavramın belirli bir zaman aralığında, önceden belirlenmiş bir ortamda, rutinden farklılık arz ettiği, sürekli olmadığı, bir amaç içerdiği ve ülke, kent ve bulunulan yer imajına katkı sağladığı açığa çıkmaktadır (Aktaş ve Göztaş, 2017).

Karşımıza bir şemsiye kavram olarak çıkmakta olan etkinliğin içerisine sanat, spor, turizm, sosyal etkinlikler girebilir. Bunun yanı sıra bu etkinlikler daha profesyonel ve formal yapıya dönüştürülüp daha geniş kitlelere hitap edebilir. Dünya kupaları, Olimpiyat oyunları, Avrupa şampiyonaları gibi büyük etkinlikler muhtevasında birçok farklı yapı barındırdığı için bu sınıflandırmaya örnek olarak verilebilir. Bu tür etkinliklerin planlama ve hazırlık evresi için ilgili şehre veya ülkeye önemli bir zaman tanınır.

Yapılan incelemeler etkinliğin farklı amaçlar ile açığa çıktığını göstermektedir. Wagen (2007)'e göre etkinlikler büyüklük ve niteliklerine göre dört ana unsura ayrılmaktadır (Akt. Göksu, 2015). Bu aşamada medyanın takibi, katılımcı sayısı, etkinliğin bütçesi, ulusal ve uluslararası baz-

da ki etkisi de değerlendirme kapsamında tutulmalıdır. Ölçeklerine göre etkinlikler mega etkinlikler, damga ”hallmark” etkinlikler, büyük (majör) etkinlikler ve yerel etkinlikler olarak sınıflandırılabilir (Argan, 2007).

Mega Etkinlikler

Katılımcı sayısının fazla olduğu ve geniş yankı uyandıran organizasyonlardır. Mega etkinlikleri değerlerinden ayıran en önemli parametreler geniş kitlesel yankı uyandırması ve katılımcı sayısının fazlalığıdır. Mega etkinliklere örnek olarak Dünya Kupaları, Olimpiyat Oyunları, Avrupa Şampiyonaları verilebilir.

Mega etkinliklerin hedeflenen başarıya ulaşması için planlama sahfasının çok iyi ayarlanması gerekmektedir. Zaten ilgili kurumlar mega etkinlikler için şehirlere ve ülkelere uzun bir zaman aralığı tanırlar. Bu zaman aralığı Olimpiyat Oyunları ve Dünya Kupaları için 7 yıldır. Yedi yıllık bir zaman diliminde organizatör şehir veya ülke ulaşım, haberleşme, güvenlik, konaklama, bütçe, organizasyonun gerçekleşeceği alanlar ile ilgili birimleri ortaya çıkarır ve eksikleri giderir. Bu birimler arasındaki koordinasyonu ve iş birliğini sağlama yoluna gider. Birimlerin koordinesi ve etkisi organizasyonu doğrudan etkiler.

Mega etkinliklerin kent üzerinde sağladığı kazanımlar şu şekilde sıralanabilir;

- İstihdam potansiyelini artırma,
- Yeni ticari ilişkiler sağlama,
- Bölgenin tanınırlığının ve popülaritesinin artması,
- Bölgenin potansiyel turizm mekânı haline gelmesi,
- Yeni konaklama ve turizm aktivitelerinin açığa çıkması,
- Yeni tesislerin oluşturulması,
- Bölgenin altyapı olanaklarının gelişmesi,
- Yerel halkın aktivitelere ilgisinin artması,
- Kültürel arası etkileşim,
- Politik olarak gelen açılımlar,
- Kamu ve özel sektör arasındaki işbirliğinin oluşması ve güçlendirilmesi,
- Spor aktivitelerine ilginin artması,
- Bölgenin geleneklerinin tanınır ve bilinir olması

- Dışarıda kalan alanların yenilenmesi ve farklı bir modele bürünmesi,
- Kariyer geliştirme imkânlarının açığa çıkması
- Gönüllülük faaliyetlerin öneminin anlaşılması olarak sıralanabilir.

Olumlu etkilerinin yanı sıra mega etkinlikler doğru planlanmazsa bir takım olumsuzluklar da getirebilir. 1976 Montreal Olimpiyatları'nda şehir oluşan borç külfetinden 30 yıl gibi bir zaman diliminde kurtulabildi. 2004 Atina Olimpiyatları'nda organizasyon için açığa çıkarılan 22 spor merkezinden 21 tanesi şu an atıl bırakılmış vaziyettedir. Yine Yunanistan'ın yaşamış olduğu ekonomik krizin en büyük nedenlerinden bir tanesinin doğru yönetilmeyen Atina Olimpiyat Oyunları olduğu belirtilmektedir. 2016 Rio Olimpiyatları'nda şehirdeki güvenlik zafiyeti yüzünden birçok insan Brezilya'ya gitmedi. Gidenlerin de bir takım hırsızlık durumlarına maruz kaldıkları görüldü.

Mega etkinliklerin özellikleri aşağıda sıralanmıştır (Babacan ve Göztaş, 2011);

- Büyük kalabalık kitleler
- Yüksek maliyetler
- Sonucunda kentsel yenilikler
- Yapıldığı bölgedeki prestij ve saygınlık kazanımı
- Gerçekleşmesi esnasında politik bir onay/izin
- Yeme, içme, ulaşım ve konaklama gibi hizmet talebi
- Bünyesinde festival gibi etkinlikler barındırır
- Bölgeye büyük kaynak ve yatırım sağlar
- Uluslararası ve büyük ölçeklidir
- Tek seferlik bir etkinliktir
- Görülmeye değer ve itibar kazandıracak bir etkinliktir

Olimpiyat Oyunları

Kökleri M.Ö. 776 yılına dayanan geniş katılımcı sayısına sahip spor organizasyonlarıdır. 1896 yılından itibaren Baron Pierre De Coubertin tarafından Modern Olimpiyat Oyunları adı altında tekrardan ortaya çıkarılmıştır. Dört senede bir uygulanan Olimpiyat Oyunları her seferinde farklı şehirde yapılan en büyük organizasyonlardan bir tanesidir. Yedi yılda bir

IOC tarafından tertip edilen bir oylama işlemi sonucunda hangi şehirde düzenleneceğine karar verilir.

FİFA Dünya Kupası

1930 yılından itibaren dört yılda bir Dünya Futbol Federasyonu tarafından düzenlenen FİFA Dünya Kupası, bütün dünya ülkelerinin milli takımları ile katılabildiği bir organizasyondur. Dünyada en popüler branş olan futbolun millî takım bazında en yüksek düzeyde oynandığı organizasyondur.

Dünya Atletizm Şampiyonası

İlk olarak 1983 yılında Helsinki'de yapılan organizasyonun idame ettiricisi Uluslararası Atletiz Federasyonu'dur. Başlangıç evresinde dört yıl olarak düşünülen organizasyon bugün gelinen noktada iki yılda bir yapılmaktadır. 200'ün üzerinde ülkenin katılması bakımından en büyük organizasyonlardan biri olarak kabul gören Dünya Atletizm Şampiyonası önemli yayın getirisine sahip organizasyonlardan birisidir.

Uzun bir zaman dilimi içeren hazırlık evresinin neticesinde oluşturulan mega etkinlikleri genel itibari ile 2 hafta ile 1 ay aralığında sürmektedir. İlgili bölgenin harcamalarını bu süre zarfında geriye kazanması oldukça zordur. Bu noktada bilinmesi gereken mega etkinliklerin düzenlenmesinden sonra da etkisinin devam etmekte olduğu ve bölge ekonomisine katkı sağlayacak olduğudur. Doğru planlama sayesinde hem oyunlar sonrası karlılık devam edebilir hem de şehir/bölge cazibe merkezi haline gelebilir. Ayrıca mega etkinlikler için harcamalarını minimize etmek isteyen şehirler yapılacak sponsorluk anlaşmaları ile maliyetlerini azaltma yoluna gidebilirler. Bir spor organizasyonunun başarısı planlama evresinde oluşturulmuş sponsorluk anlaşmaları ile doğrudan bağlantılıdır.

Damga "Hallmark" Etkinlikler

Mega etkinlikler global bir amaç doğrultusunda bölge tanıtımına katkı sağlayan tek bir sefere mahsus organizasyonlar iken hallmark etkinlikler bulunduğu bölgeden bağımsız olmayan ve genel itibari ile bulunduğu bölge halkına cazip gelen organizasyonlardır (Getz, 2007).

Bölge halkının farkındalığını artırmak ve bulunulan bölgeyi bir pazar haline getirebilmek için hallmark etkinlikler düzenlenir. Aslında hallmark etkinlikleri bölgenin yerel faaliyetini uluslararası bazda ses getirecek düzeyde gerçekleştirmesi ve sesini geniş çapta insan kitlelerine duyurmasıdır.

Bir kasaba, şehir veya bölgenin ruhu ile özdeşleşen etkinlikleri anlatan hallmark etkinlikler geniş çapta yankı uyandıran organizasyonlardır.

Hallmark etkinlikler genel itibari ile farkındalığı artırıcı organizasyonlardır. Kısa veya uzun vadede turizm hareketliliği sağlamaktadır. Her ne kadar bölge halkının kültürlerini/özelliklerini yansıtsa da uluslararası bazda bir hedef kitlesine ulaşmaktadır. Etkinliğin başarısı tek olması, benzerinin bulunmamasına ve dikkat çekici olmalarına bağlıdır. Hallmark etkinliklere verilecek en güzel örneklerden bir tanesi Rio Karnavalıdır.

Hallmark etkinlikler başlı başına bir marka haline geldiği için katılımcı sayısı ve gösterilen ilgi de ona göre yukarıda tutulmuştur. Bu doğrultuda da ekonomik anlamda getirdikleri ve bölge halkına sağladığı kazanımlar üst seviyededir. Hallmark etkinliklerin özellikleri aşağıda sıralanmıştır;

- Büyük ölçeklidir
- Yerel veya uluslararası çapta olabilir
- Bir yere bağlıdır
- Bölgeye yatırım ve kaynak çeker
- Kalabalık bir izleyici topluluğu takip eder
- Belirli dönemlerde/zamanlarda gerçekleşir
- İçerisinde festivaller gibi etkinlikler barındırır
- Etkinlik sonrasında ilgili hizmetlere yönelik talep artışı görülür
- Yüksek maliyetler ister
- Prestij ve statü artışı görülür
- Gelenek veya sembolik içerikleri vardır
- Etkinlik sonrasında mekânlar veya kentsel yenilenme görülür
- Destinasyon ve etkinlik arasında anlamdaşlık açığa çıkar

Dikkatli bir şekilde incelendiğinde mega etkinlikler ve hallmark etkinliklerin özelliklerinin birbirine yakın olduğu görülecektir. Ancak bu noktada net çizgiler ile birbirinden ayrıldıkları özellikler de mevcuttur. Mega etkinliklerin farklı zamanlarda ve mekânlarda açığa çıkabilmesi söz konusu iken hallmark etkinlikler belirli bir destinasyona ait olan organizasyonlardır. Bunun yanı sıra Hallmark etkinliklerin tarihsel getirileri ve bulunduğu bölgenin kültürel etkilerini de barındırdığı görülecektir (Babacan ve Göztaş, 2011).

Her ne kadar mega etkinlikler kendi içerisinde bir takım değerler ve kültürel özellikler barındırsa da bu özellikler belirli bir bölge halkına veya topluma ait özellikler değil etkinliğin özellikleridir. Söz gelimi Olimpi-

yatlar ile açığa çıkmış olan Olimpiyat Ateşi, Olimpiyat Bayrağı, Olimpiyat Yemini örnek olarak verilebilir. Bu özellikler Olimpiyat kavramının içerisinde bulunmasına rağmen hiçbir ırk veya millet ile özdeşleştirilemez kavramlardır. Ancak hallmark etkinlikler bulunduğu bölgenin kültürel faaliyetlerini ve özelliklerini tam manası ile taşımaktadır.

Hallmark etkinlikler yalnızca şehirlerde ve geniş ölçekli kasabalarda açığa çıkan organizasyonlardan ibaret değildir. Topluluk festivalleri ve halk kutlamaları da gerek bölge halkına sağladığı kazanımlar gerekse de önem arz etmeleri bakımından hallmark etkinlikler kapsamına girmektedir. Hallmark etkinlikler yer aldığı bölgede ekonomik, siyasi, sosyal, ticari etki yaratması bakımından oldukça önemlidir. Mardi Gras, Rio Karnavalı ve Quebec Kış Karnavalları önemli Hallmark etkinlikler olarak gösterilmektedir.

Mardi Gras

Paskalya tarihine bağlı olarak her sene 2 ile 9 Şubat arasındaki bir Salı günü başlayan Mardi Gras Fransa kökenli bir kutlama olmasına rağmen Avrupa kıtasından Amerika kıtasına geçmiştir. Fransızca "Şişman Salı" anlamına gelen ve birbirinden farklı rengârenk farklı katılımcıların katılım sağladığı karnavalda dans, tiyatro, spor müsabakaları gerçekleşir.

Rio Karnavalı

Dünyanın en prestijli karnavallarından olan Rio karnavalı her birisi farklı konseptlerde ve farklı tarzlarda yüzlerce sokak dansını içermektedir. Brezilyanın dans okullarının bütün sene hazırlandıkları ve sundukları çok büyük bir etkinliktir. Karnaval tarihleri her yıl miladi takvime göre değişiklik göstermektedir. Her yıl milyonlarca insan Rio karnavalını takip etmektedir.

Quebec Kış Karnavalı

Dünyanın en büyük kış karnavallarından biri olan Quebec Kış Karnavalı her yıl Kanada'daki Quebec City'de düzenlenmektedir. Karnavalın simgesi olan "Bonhomme", "iyi adam" manasına gelen bir kardan adamdır. Her yıl farklı ülkelerden gelen insanlar görsel şölenin ve eğlencenin keyfini yaşarlar.

Büyük Etkinlikler

Mega etkinlikler ve Hallmark etkinliklerden sonra hitap ettiği kitle bakımından büyük etkinlikler gelmektedir. Büyük etkinliklerde medya ilgisi, katılımcı sayısı ve ekonomik getirileri ile küçümsenemeyecek bir

güce sahiptir. Uluslararası bazda düzenlenen birçok organizasyon bu sınıfa dâhildir.

Yerel Etkinlikler

Yerel etkinlikler büyüklük, bütçe ve ulaştığı kitle sayısı bakımından daha dar olan etkinliklerdir. Uluslararası bazda yankı uyandırmayan, bulunduğu çevre halkı tarafından katılımın sağlandığı etkinlik sınıfına dâhildirler. Bu bakımdan bazı kaynaklarda minör etkinlikler olarak anlamlandırılırlar (Wagen, 2007). Bir kitlenin kültürel özelliklerini taşıyan ve kısıtlı bir coğrafi alanda yapılan etkinliklerdir.

Tekirdağ Kiraz Festivali, Uluslararası Manisa Mesir Macunu Festivali, Adıyaman Uluslararası Kâhta Kommagene Festivali bu etkinliklere örnek olarak gösterilebilir.

Tekirdağ Kiraz Festivali

1962 yılından bu yana Haziran ayında Tekirdağ'da kiraz festivali yapılıyor. Organizasyon içerisinde sergiler, danslar, güzellik yarışmaları düzenleniyor. Yurt içinden ve dışından çok fazla insanın ilgi ile takip ettiği organizasyon piknik şöleni havasında icra ediliyor.

Uluslararası Manisa Mesir Macunu Festivali

1522 yılında Osmanlı sarayında bir hastalığa çare ararken gündeme gelen mesir macunu zaman geçtikçe halka dağıtılmaya başlanmış. Zamanımıza kadar yüzlerce düzenlenen Uluslararası Manisa Mesir Macunu Festivali her yıl Manisa'da 21 Mart'ta şenliklerle kutlanıyor.

Adıyaman Uluslararası Kâhta Kommagene Festivali

Her yıl Haziran ayında Adıyaman Kâhta'da düzenlenen festival Dünya Kültür Mirası Listesinde yer alan Nemrut Dağı'ndaki Kommagene Krallığına ait değerleri ve kültürel mirası yurt içinde ve yurt dışında tanınır seviyeye getirmek ve bölgeyi turizm cazibe merkezi haline getirmektir.

Etkinlik Planlarken Bilinmesi Gerekenler

Etkinlik planlama esnasında iş başında bulunanların etkinliğin amacı, teması, düzenlendiği yer, hedef kitlesi, finansal durum, zamanlanma paydaşları net bir şekilde belirlemesi gerekmektedir.

Etkinliğin Amacı

Etkinlik planlarken hareket noktasını etkinliğin amacı oluşturmaktadır. Etkinliğin amacının net olarak belirlenmediği durumlarda etkinli-

ğin çıktılarını ölçme fırsatından da mahrum olma durumu hâsıl olacaktır. Bu nedenle amacın belirlenmesi ve belirlenen amaç ekseninde hareket noktasının belirlenmesi önem arz etmektedir. Etkinlik kar amacı ile mi oluşturulacaktır? Yoksa toplumsal fayda ve kurum imajı gibi faydaları mı olacaktır? Sorularına cevap aranarak amaç belirlenebilir. Genellikle özel sektör bünyesinde açığa çıkarılan etkinliklerde amaç karlılık sağlamak olurken, belediyeler ve sivil toplum örgütlerinin oluşturduğu etkinliklerde kurum imajı veya toplumsal fayda ön planda tutulmaktadır (Göksu, 2015).

Etkinliğin Teması

Etkinlik teması etkinlik amaçları doğrultusunda oluşmaktadır. Bilet, dekor, üniforma, afişler, posterler, ürünler, yaka kartları etkinlik teması baz alınarak dizayn edilir.

Etkinliğin Düzenlendiği Ortam

Etkinliğin düzenleneceği ortamın insanların rahat ulaşabileceği, kolay bulacağı bir yerde olması gerekmektedir. Etkinlik merkezi bir yerde olursa katılımın yüksek olması beklenir. Berridge (2015) etkinliğin gerçekleşeceği konumun ve mekânın katılımcıların isteklerine cevap verebilecek bir nitelikte olması gerektiğini ifade etmiştir. Bu noktada etkinliğin başarılı bir şekilde gerçekleşmesi için sözü edilen mekânın bir takım özelliklere sahip olması gerekmektedir;

- Mekânın yasalara uygun olması: ses seviyesi, zaman sınırlaması, güvenlik önlemleri, alkol.
- Mekânın maliyet planına uygun olması: kiralama veya satıl alma açısından uygun olması.
- Mekânın beklenti ve ihtiyaçlara uygun olması: personel, ulaşım, kulis odası, malzeme gibi kriterlere cevap vermesi gerekmektedir.

Özellikle şehir içinde düzenlenecek etkinliklere vatandaş kolay bir şekilde ulaşmak istemektedir. Yoğun iş yaşamından birkaç saat için uzaklaşmak ve rahatlamak isteyen kişi için yapılacak etkinliğin merkezi konumda olmaması bir dezavantaj olarak karşımıza çıkmaktadır. Bunun için şehir içinde yapılacak organizasyonların mümkün mertebe merkezi konumda olması önem arz etmektedir.

Etkinlik tüketicisinin mekândan beklentileri aşağıda sıralanmıştır (Argan ve Yüncü, 2015);

- Etkinlik ortamına girişte problem yaşamamak istemektedir.
- Ortamın temiz olması
- Ulaşılabilir olması

- Tuvalet, duş, yeme-içme ihtiyaçlarına cevap verebilmesi
- Teknolojik olarak uygun olması

Sonuç olarak belirlenen etkinlik teması ile mekân arasında paralellik sağlanması gerekmektedir. Etkinliğe katılacak kişilerin etkinlik alanına nasıl giriş yapacağı, ayakta mı duracağı, yoksa masalara mı oturacağı, engelli bireylerin erişimine uygun olup olmadığı belirlenmesi, yaşanabilecek bir elektrik kaybında veya güvenlik durumunun açığa çıkması halinde nasıl hareket edileceğinin belirlenmesi gerekmektedir.

Bu noktada büyük spor organizasyonlarından bazı örnekler vermek gerekirse; Söz gelimi 2012 Londra Olimpiyatları'nda 8.5 milyon adet bilet hazırlanıp biletlerin 8.2 milyon adedi satıldı. Londra şehri %97'de satış oranı ile 988 milyon dolar kar elde etmeyi başardı. Londra'nın bu başarısını Avrupa'nın merkezinde bulunması ve oluşturduğu ulaşım ağı ile insanları spor organizasyonlarının yapılacağı mekânlara kolay ulaştırması oluşturmaktadır. Londra'da Olimpiyat Oyunları için geliştirilen sistem ile saatte 25.000 kişi Olimpiyat Stadı'na ulaşabiliyordu.

Ancak 2016 Rio Olimpiyatları'nda Brezilya'nın güvenli bir ülke olmaması, Avrupa'dan gelecek olanlar için uzakta bulunması sebebi ile 6.8 milyon adet bilet hazırlanıp bunların 6.2 milyonu satıldı. %91'lik satış oranı ile organizatör şehir 321 milyon dolar kar elde edebildi.

Hedef Kitle

Hedef kitlesi etkinliğin kime hitap ettiğini, hangi grupların katılmasının beklendiğini açığa çıkarmak için önemlidir. Hedef kitlenin belirlenmesi ve daha sonra bu doğrultuda oluşturtulacak broşür, reklam, afiş vs. hedef kitleye ulaşmanızı sağlayacaktır. Hedef kitle belirlerken gerçekçi olmak, arzu edilen hedef kitlenin ihtiyaç ve beklentilerini iyi analiz etmek hem onlara ulaşma bakımından hem de etkinlikten memnun olmalarını sağlamak adına önemlidir.

Etkinliğin Finansal Durumu

Etkinliğin düzenlenmesi için parasal kaynağın bulunması gerekmektedir. Başarılı bir etkinlik için imkânları etkili insan gücüyle ve doğru bir yönetim ile birleştirmek gerekmektedir. Etkinlikte eğer amaç gün sonunda kar elde etmek ise harcanılan rakamın daha fazlasının kasaya girmesi gerekmektedir. Bunun için de etkili bir finansal yönetim yapılmalıdır. Bilet gelirleri, yayın gelirleri, forma satışları, yiyecek içecek satışları başlıca gelir kalemlerindendir.

Etkinliğin Zamanlaması

Etkinliğin zamanlaması planlanırken daha çok iklimsel ve mevsimsel koşullar dikkate alınır. Söz gelimi bir spor etkinliğinde performans son derece önemli bir parametredir. Sporcuların sezon öncesi dönemde performansları sezon içi döneme nazaran daha düşük olacağı için ortaya koyulan ürün de aynı oranda etkilenecektir. Bu durum da izleyici sayısını doğrudan etkileyecektir.

Özellikle yayın gelirlerinin her geçen gün yükselmesi ile birlikte büyük spor organizasyonlarının Prime Time sürecine yakın olması izleyici sayısını artıracaktır. Etkinlik zamanı belirlenirken dört ana unsur ön plana çıkmaktadır;

- Sezon
- Haftanın günü
- Gün içerisindeki saat
- Süre

Genel itibari ile haftanın günleri baz alındığında hafta sonları daha fazla izleyici kitlesi bulunurken, mevsimsel olarak ise ilkbaharda yapılan etkinliklerin kış etkinliklerine göre daha fazla kişi tarafından takip edildiği görülmektedir. Günün saati ise etkinliğin hedef kitlesine göre farklılık gösterebilir. Söz gelimi futbol müsabakalarında hafta sonu ve olabildiğince geç düzenlenen müsabakalar daha fazla izleyici kitlesi çekmektedir.

Etkinliğin Paydaşları

Gerçekleştirilmesi düşünülen etkinliklerin içeriği ne olursa olsun mutlaka paydaşlar ile iş birliği içine girilmelidir. Bu noktada sözü edilen paydaşlar gönüllüler, personel, sponsorlar, tedarikçiler, katılımcılar/izleyiciler, medya kuruluşları olabilir. Etkinlik öncesinde paydaşlar ile yapılacak toplantılar ile amaç ve hedefler ortaya konabilir. Bu noktada karşılıklı fikir üretme yoluna giderek amaç birliği sağlanır. Düzenlenecek etkinlik türüne göre paydaşlarda da değişiklik olabilir.

Etkinlik Yönetiminde Planlama

Etkinliğin başarıya ulaşması için bir takım işlerin vaktinde ve doğru bir biçimde yapılması gerekmektedir. Bunun için de etkin bir planlama gereklidir. Planlama yönetimsel bir faaliyet olarak açığa çıkartılıp, ilgili birimlere bildirilir. Planlama sürecinin doğru dizayn edilmesi sizin hata yapma ihtimalinizi minimize edeceği gibi bir takım aksaklıkların da önüne geçecektir.

Tarihin belirlenmesi

Etkinlik tarihi belirlenirken aynı tarihte başka bir etkinlik olmamasına dikkat edilir. Aksi halde etkinliğinize katılan kişilerin sayısında ve izlenilme oranlarında düşüşler olma ihtimali ortaya çıkacaktır. Tarih belirlenirken sporcular, izleyiciler, basın mensupları, paydaşlar, düşünülmeli ve ilgili birimlere önceden tebliğ edilmelidir.

Konu ve Konuşmacıların Seçimi

Planlanan etkinlik öncesinde ve sonrasında konuşma gerektiriyorsa doğru bir planlama ile konuşmacılar belirlenmelidir. Konuşmacılar sektörde bulundukları pozisyon sıralamasına göre konuşma yapabilirler. Etkinlik içerisinde birkaç paydaş bir araya gelebilir. Söz gelimi bir belediye ve üniversite arasında organizasyon düzenlenebilir. Bu noktada belediye başkanı konuşma yapacaksa mutlaka üniversitenin rektörü de konuşma yapmalıdır. Belediyenin gençlik ve spor hizmetleri müdürü pozisyonun da bulunan bir kişi konuşma yapacaksa ilgili üniversitenin spor bilimleri fakültesi dekanı da kürsüye davet edilmelidir. Konuşma yapacak kişilere konuşma yapacaklarının bilgisi önceden verilmelidir.

Konuk Listelerinin Hazırlanması ve Duyurulması

Konuk listeleri hazırlamak zor ve titiz çalışılması gereken bir iştir. Düzenlenecek çalışmanın hacmine bağlı olarak sektörel bazlı bir araştırma, kurum içi ve kurum dışından uzman kişilerin üreteceği fikirler ve paydaşlardan genel geri bildirimler dikkate alınmalıdır. Organizasyonun hitap ettiği kitleye, büyüklüğüne, hedeflenen katılımcı sayısına göre değişkenlik gösterir. Konukların programlarını ayarlaması ve uygun vakit oluşturabilmeleri açısından olabildiğince erken haberdar edilmeleri elzemdir.

Rezervasyon Yapılması

Yapılacak etkinlik otel, restoran gibi bir mekânsa mutlaka önceden rezervasyon yapılmalıdır. Kişi sayısı ve gün konusunda otel veya restoran ile önceden kâğıt üzerinde bir metin oluşturulmalıdır. Aksi halde sorumlu olduğunuz kitle ile memnuniyetsizlik hali açığa çıkabilir.

Bastırılacak Materyaller

Organizasyon özelinde bastırtılan materyaller, broşürler, el kitapçıkları akılda kalıcı olması bakımından son derece önemlidir. Etkinlik büyüklüğüne bağlı olarak slayt gösterileri, tanıtım filmleri, kurumun tarihçesini anlatan görseller, video filmler son derece önemli ayrıntılardır. Bu

noktada yapılacakların bir sonu bulunmamaktadır. Vakit ayırmak ve fikir üretmek sizin akılda kalıcılığınıza katkı sağlayacaktır.

Protokol Sırası

Davetlilerin protokol sırasına dikkat edilmesi ve oturacakları yerlerin belirlenmesi üzerinde düşünülmesi gereken bir konudur. Gelen davetlilerin yanında bir başkasının (eşi, arkadaşı vs.) bulunması ihtimali gözetilerek kontrolü elden bırakmamak gerekir. Bu aşamada protokol sırasındaki sandalyelere oturacak kişilerin isimlerinin ve unvanlarının yazılması oluşabilecek bir karmaşıklığın önüne geçebilir.

Ayrıntıların Organize Edilmesi

Etkinliğin yapılacağı mekânda giriş ve çıkış yerlerinin bulunduğu bölgelere çiçek konulması, anı defterlerinin bulunması, gelen konuklar için bir anı mahiyetinde fotoğraf çekilecek ortamların yaratılması, bir fotoğrafçının hazır bulunması, ikram ve çeşitli içecek sunumu yapılması, gelen konuklara eşlik edecek gönüllü bireylerin bulunması son derece önemli argümanlardandır.

Dekor

Etkinliğin düzenleneceği merkezin etkinlik afişleri, resimleri ile donatılması ve etkinlikte görev alanların kılık kıyafetlerinin uygun olması, saçlarının toplu olması, belirli bir düzen içinde hareket edilmesi gerekmektedir. Etkinliğe katılanların ilgili salonları ve mekânları rahat bulabilmeleri için tabelalar ve yönlendirme levhaları bulunmalıdır. Etkinlikte gönüllü bir şekilde katılım sağlayan stajyer, öğrenci vs. bulunuyorsa tek tip bir kıyafet giymeleri, konuklara ve kendi içlerinde nasıl hitap şekli ile hareket etmeleri konusunda bilgi verilip, eğitimler tertip edilebilir.

Ulaşım

Etkinliğe katılacak olan kişilerin etkinlik mekânına ulaşmaları için gerekli ayarlamalar yapılmalıdır. Otobüs, tren, uçak vs. gibi bir takım sorumluluklar yüklenilmişse özenle dikkat edilerek hata yapılmamasına çabalanmalıdır. Otoparkta görevli personellerin bulunması, insanlara araçtan indikten sonra eşlik edilmesi sizin başarılı bir etkinlik sürecine sahip olduğunuz izlenimini oluşturacaktır.

Hava Şartları İçin Önlem Alma

Etkinlik açık alanda yapılıyorsa yağabilecek bir yağmur veya şiddetli bir rüzgâr durumu çabalarınızın ve emeklerinizin boşa gitmesine sebebiyet verebilir. Bu noktada mutlaka önlemler alınmalıdır. Üzerinde rahat

yürümenizi sağlayacak naylon platformlar, şemsiyeler, tek kullanımlık naylon yağmurluklar tercih edilebilir.

Etkinliğin Kontrol Edilmesi

Bazı etkinlikler kısa bazıları ise günler hatta haftalar sürebilir. Bu noktada önemli olan etkinliğin hazırlık evresinde taahhüt edilenlerin etkinlik sırasında gerçekleştirilmesidir. Etkinlik başında bulunan kişi hazırlamış olduğu akış programına sadık kalarak gerekli işleyişin gerekli birimlerde yapılıp yapılmadığını kontrol etmekle görevlidir. Organizasyonlarının hedeflerine ulaşıp ulaşmaması varsa eksiklerin giderilmesi etkinlik sırasında gerçekleştirilecek kontrollerle mümkün olabilmektedir.

Hediyeler ve Hatıra Eşyalar

Organizasyona katılan kişilere verilecek hediyeler, akılda kalacak not defteri, kupa, madalya, kalem ve akla gelebilecek tüm eşyalar ile ilgili düzenlemelerin yapılması gerekmektedir. Hediyelik eşyalar misafirleri karşılama evresinde veya etkinlik sonunda ilgili kişilere verilebilir.

Ayrıca etkinliğinize özel davet ile katılan katılımcıların kürsüye davet edilerek onurlandırılması ve alkışlar eşliğinde özel hediyeler verilmesi başarılı bir etkinlik planlayıcısının yapacağı işler arasındadır.

Etkinlik Sonrası Değerlendirme

Etkinlik tamamlandıktan sonra katılımcıların etkinliği değerlendirmesi varsa eksiklerin giderilmesi için çaba harcanması gerekmektedir. Buradan edinilecek çıktıların bir sonraki etkinlikte oluşabilecek hataların önüne geçebilecek olduğu düşünülmelidir.

Ayrıca etkinlik sonunda gerek paydaşlardan gerekse de diğer katılımcılarımdan elde edilenler masaya yatırılmalı ve değerlendirme yapılmalıdır. Etkinlik sonunda yapılanlar ve ayrıntılar hafızalardan silinmeden rapor hazırlanmalıdır (Göksu, 2015).

Sporda Etkinlik Yönetimi

Spor organizasyonları yüksek katılımcı sayısı ile ve geniş medya ilgisi ile gerçekleşmektedir. Spor organizasyonları bünyesinde barındırdığı nitelikler sayesinde hem izleyenleri he de sporu icra edenleri heyecanlandıran ve kitleleri harekete geçiren organizasyonlardır. Büyük spor organizasyonlarının açığa çıktığı zaman dilimi incelenirse 19. Yüzyılın ikinci yarısına doğru bir artış olduğu görülecektir. (Örnek: 1877'de Wimbledon Tenis Turnuvası; 1891'de Tour de France bisiklet yarışı). Olimpiyat Oyunları, Dünya Kupaları, Avrupa Şampiyonaları, Atletizm Şampiyona-

ları en büyük organizasyonlar arasındadır. 1896 yılında Fransız pedagog Pierre De Coubertin'in tohumunu ektiği modern Olimpiyat Oyunları fikri günümüze kadar birkaç istisna dışında dört yılda bir yapılmaktadır (1916, 1940 ve 1948 Olimpiyat Oyunları savaş dolayısı ile yapılmamıştır. 2020 Tokyo Olimpiyatları da COVİD 19 sebebi ile bir yıl ertelenmiştir).

Özellikle ikinci Dünya Savaşı'nın ardından spora katılım noktasında kitlesel bir hareket olduğu, spor organizasyonlarının daha geniş kitlelere hitap etmekte olduğu görülmektedir. Sporun toplumsal refah ve toplum sağlığı üzerinde hâkim olmasının yanı sıra yapıldığı bölgeyi cazibe merkezi haline getirdiği, popülaritesini artırdığı, bölgenin alt yapı, ulaşım, sağlık imkânlarına olumlu katkılar sağladığı görülmektedir. Bu sebepten dolayı da siyasiler sporu propaganda aracı biçiminde kullanma yoluna gitmişlerdir.

Özellikle son yıllarda spor, ülkelerin ve devletlerin en önemli propaganda araçlarından biri haline dönüşmüştür. Dünyada "gelişmiş ülke" kavramı altında değerlendirilen ülkelerin sporda da en başarılı ülkeler olduğu görülecektir. Günümüzde devlet adamlarının belediyeler vasıtası ile halka spor hizmeti götürmekte olduğu ve sporun en önemli propaganda araçlarından bir tanesi haline geldiği görülmektedir (Kaya, 2021).

Spor etkinliklerine, farklı sınıf, kültür, inanç ve gruplarda bireyler katılım gösterir. Spor etkinliklerine katılım, kategorilere göre değerlendirildiğinde ise aktif-pasif katılımcılar ve medya mensupları yer almaktadır.

Aktif Katılımcılar: Etkinliklere katılarak performans sergileyen sporcular, ilgili federasyon ve kulüp temsilcileri oluşturmaktadır.

Pasif Katılımcılar: Sportif faaliyetleri canlı ve yerinde izleyenlerden oluşmaktadır.

Medya Mensupları: Spor etkinliklerinin izlenmesi için görev alan katılımcılardan oluşmaktadır.

Spor Etkinliklerinin Sınıflandırılması

Spor etkinlikleri yıl içerisinde bir kez ya da iki ve dört yılda bir gerçekleşmektedir. Ayrıca spor etkinlikleri; gelenekler, beklentiler, kar sağlama, tanıtım gibi farklı amaçlar içinde yapılmaktadır. Bu açıdan spor etkinlikleri (Getz, 2007) önemlerine göre (yerel ve bölgesel, ulusal ve uluslararası, küresel, kıtasal/kıtalararası), gerçekleştikleri yere ve zamana göre (her yıl aynı yerde düzenlene geleneksel etkinlikler, eş zamanlı gerçekleşen etkinlikler, farklı zamanlarda gerçekleşen etkinlikler) ve özelliklerine göre (profesyonel, boş zaman, turistik ve yardımcı etkinlikler) sınıflandırılabilir.

Başka bir sınıflamaya göre etkinlikler geniş katılımlı, yerel, takım ve bireysel, bir defaya mahsus, haftalık, aylık veya yıl içerisinde bazı dönemlerde yapılabilmektedir.

Spor hizmet sistemi içerisinde spor etkinlikleri

- Profesyonel veya amatör spor etkinlikleri,
- Kapalı alan veya açık alan (spesifik yer ihtiyacı olan farklı diğer etkinlikler) etkinlikleri,
- Düzenli olarak tekrarlanan (lig maçları, şampiyonluklar) veya tek seferlik düzenlenen etkinlikler (sergi veya dostluk maçları),
- Alanına göre yerel, bölgesel, ulusal ve uluslararası sportif etkinlikler,
- Seyirciler, katılımcılar için veya her ikisi için düzenlenen spor etkinlikleri,
- Spor festivalleri (spor kutlamaları, sıklıkla gençler için, birçok farklı spor karşılaşmasının yapıldığı karşılaşmalar) tekli veya çoklu spor etkinlikleri,

olarak farklı türlerde sınıflandırılmıştır (Getz, 1997).

Spor organizasyonları açığa çıkarılmadan önce yapılması geren işler listelenmeli, uygun yol ve metotlar belirlenmelidir. Organizasyonların öncesinde, sırasında ve sonrasında yapılacak işler listelenmeli ve gerekli önlemler alınmalıdır.

Bu noktada üzerinde durulması gereken, organizasyon ulusal bir kimlik taşıyorsa sporun özendirilmesi, sevdirilmesi ve geniş kitlelere ulaştırtılması ilke edinirken, uluslararası bir organizasyonda ise genel itibari ile prestij kazanmak ilke edinmiştir.

Spor etkinlikleri düzenlenirken potansiyel hedef kitlesinin ihtiyaç ve beklentileri de hesaba katılmalıdır. Sanatsal ve kültürel etkinlikler genel itibari ile 40 yaş ve üzeri kişiler tarafından cazip bulunurken, spor etkinlikleri daha genç nüfusa hitap etmektedir. Dolayısı ile genç bireylere internet, sosyal mecralar ve reklamlar yolu ile ulaşmak gerekmektedir.

Günümüzde spor turizmi son derece önemli bir yapıya bürünmüştür. Spor turizmi için seyahat eden bir birey normal bireylerden iki kat daha fazla harcama yapmaktadırlar. Bunun için spor organizasyonlarının yapıldığı bölgeye getirileri de fazla olmaktadır.

Özellikle 1980 yılından sonra televizyonların renkli yayına geçmesinin ardından yayın gelirleri spor organizasyonları için ciddi bir gelir kalemi haline geldi. 1976 Montreal Olimpiyatları'nda 35 milyon dolar olan

yayın gelirleri, 1980 Moskova Olimpiyatları'nda 88 milyon dolara, 1984 Los Angeles Olimpiyatları'nda ise 287 milyon dolara yükseldi. Yayın gelirlerinin bulunduğu bölgeye önemli kar bırakmasından sonra spor etkinlikleri düzenlemek ülkeler ve şehirler için cazip hale gelmeye başladı.

Özellikle büyük spor organizasyonlarının sürdürülebilirliğinin yakalanması noktasında yapıldığı ortamda spor kültürünün varlığı da önem arz etmektedir. Spor kültürü oluşmuş ise açığa çıkarılan tesislerin organizasyon sonunda da kullanımı, insanların organizasyona ilgisi, dolu stadyumlar ve başarılı pazarlama örneklerine rastlamak mümkünken spor kültürü olmayan bölgelerde yapılan organizasyon sonunda geride çürümeye terk edilmiş stadyumlar, boş tesisler ve ilgisiz bir halk bulunmaktadır. Bu da her bakımdan organizasyon sonunda hayal kırıklığı anlamına gelmekledir.

Rekreatif amaçlı spor etkinlikleri farklı meslek gruplarındaki, farklı sosyokültürel seviyedeki, farklı ekonomik seviyedeki bireyleri bir araya getiren onların aynı ortamda bulunmalarını sağlayan, mücadele etmelerini sağlayan organizasyonlar olduğu için toplumun birbiri ile kaynaşmasını da sağlamaktadır. Normal zamanda bir araya gelmesi zor olan bir işçi ile işçinin çalıştığı holdingin patronu rekreatif bir sportif etkinlik kapsamında yan yana gelebilir. Bu sayede de karşılıklı hoşgörü ve toplumsal birlik beraberlik hali açığa çıkabilir.

İnsanların hayatlarında belli zamanlarda gerçekleştirmiş olduğu sportif etkinlikler iş yaşamındaki stresten bir kaçış, rahatlama ve yeni insanlar tanıma bakımından olumlu katkı sağlamaktadır. Bu nedenden ötürü sağlıklı, hoşgörülü ve barışçıl bir toplum oluşturmak için sportif etkinliklere ihtiyaç duyulmaktadır.

Spor etkinlikleri büyük kapsamlı olabileceği gibi, bölgesel veya bireysel katılımla, tek seferlik, bazıları haftalık, aylık veya yıl içerisinde bazı dönemlerde yapılabilmektedir.

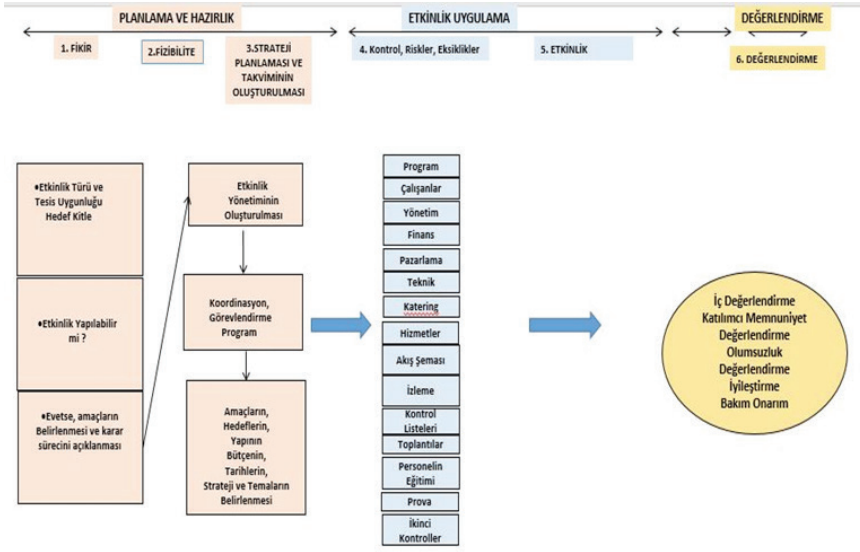
Spor hizmet sistemi içerisinde spor etkinlikleri

- Profesyonel veya amatör spor etkinlikleri,
- Kapalı alan veya açık alan (spesifik yer ihtiyacı olan farklı diğer etkinlikler) etkinlikleri,
- Düzenli olarak tekrarlanan (lig maçları, şampiyonluklar) veya tek seferlik düzenlenen etkinlikler (sergi veya dostluk maçları),
- Alanına göre yerel, bölgesel, ulusal ve uluslararası sportif etkinlikler,
- Seyirciler, katılımcılar için veya her ikisi için düzenlenen spor etkinlikleri,

- Spor festivalleri (spor kutlamaları, sıklıkla gençler için, birçok farklı spor karşılaşmasının yapıldığı karşılaşmalar) tekli veya çoklu spor etkinlikleri olarak farklı türlerde sınıflandırılmıştır (Getz, 1997).

Etkinlik yönetimi, işletmelerin genel yönetim işlevlerinden yararlanarak yönetim faaliyetlerinin etkin bir şekilde gerçekleştirilmesini gerektirir. Etkinlik yönetimi plânlama, koordinasyon, uygulama ve denetim fonksiyonlarını kapsamaktadır. Nitekim bu yönetim fonksiyonları adı altıda mega, yerel veya küçük ölçekli etkinliğe özel pek çok faaliyet yerine getirilir (Katırcı, 2012).

Ayrıca etkinliğin kapsamı, büyüklüğü, süresi ve yapılış amacı gibi farklı kritik özellikleri bulunmaktadır. Spor tesis işletmelerinde gerçekleştirilecek etkinliklerle ilgili belli başlı faaliyetler ve süreç aşamaları aşağıda yer almaktadır (Şekil 1).



Şekil .1 : 6 Aşamalı Etkinlik Planı

ETKİNLİK AŞAMALARI

Genel olarak etkinlikleri planlama, uygulama ve değerlendirme kategorisi içinde 6 aşamada inceleyebiliriz.

Etkinlik Aşamaları

Etkinlik Planlanması

Spor hizmet işletmelerinde ve spor tesislerinde etkinlik planlama aşaması, etkinlik yöneticileri tarafından etkinliğin yapılma düşüncesiyle

başlayıp, uygulama ve etkinliğin değerlendirilmesi başka bir ifadeyle geri dönüşlerin tarafsız olarak detaylandırılması sürecidir.

Etkinlik planlama sürecinin ilk adımı hedef ve amaçların oluşturulmasıdır. Etkinlik yönetimi yöneticileri veya spor tesis yöneticileri; işletme kültürü ile bağlantılı etkinlik kararı alırlar. Genel olarak etkinlikler sosyal fayda sağlama ve ticari kar elde etme amacıyla gerçekleşmektedir. Bu nedenle etkinlik karmalarının amaçlara ulaşabilmesi için tesis yöneticilerinin bazı soruları cevaplamaları gerekmektedir (Eren, 1997).

Bunlar:

- Etkinliği gerçekleştirmek isteyenlerin spor tesis yönetiminden istedikleri nelerdir?
- Hedef kitle ve katılımcılar kimlerdir?
- Etkinliğin potansiyel bir geçmişi var mıdır?
- Etkinliğin başarı veya başarısızlık geçmişi nedir?
- Etkinliğin başarısına katkı sağlayacak ortaklar var mıdır?
- Spor tesisinde gerçekleştirilecek etkinlikler için anahtar paydaşlar ve ortakların desteği nedir?

Belirlenen amaçlar doğrultusunda etkinlik temalarının oluşturulması gerekmektedir. Tema, farklı etkinliklerin gerçekleştirilmesinde tesise uygun personelin alınmasından tutunda etkinlik giriş çıkışları, katılımcıların tesise alınması, etkinlik için gerekli ekipmanların sağlanması, biletlerin satışı, etkinliğin gerçekleştirilmesi ve sona erdirilmesi sürecinde yapılması gerekenlerin planlanması gibi aslında etkinliğin tamamını içermektedir. Planlamanın sonraki adımı ise etkili ve başarılı bir organizasyonun gerçekleşmesi için uygun bir bütçe ve alt yapı geliştirme stratejileri oluşturulmasıdır. Bu stratejilerin etkili olabilmesi için ise tesis yöneticilerinin üç temel soruyu cevaplandırmaları gerekir (Katırcı, 2012).

- Düzenlenecek etkinliğin spor tesisi ve toplum için önemi nedir?
- Etkinliğe ev sahipliği yapmanın avantajları nelerdir?
- Spor tesisinde etkinlik gerçekleştirilecek olursa ortaklar kimlerdir?

Bu soruların cevaplandırılması için etkinlik yöneticilerinin etkinliğin bütün süreçlerini kapsayan sistemli bir SWOT analizi yapmaları gerekmektedir.

Bütün bu araştırmalarla birlikte etkinlik yönetimi veya tesis yöneticileri düşünülen etkinlikle ilgili nihai kararını verir.

Etkinliğin planlama aşamasında belli başlı yapılacak olan işler aşağıda yer almaktadır.

Organizasyon Öncesinde Yapılacak İşler

- Tesisler hazır hale getirilmeli
- Yeni tesislere ihtiyaç varsa inşa edilmeli
- Tesislerin bakım ve onarım işleri yerine getirilmeli
- Faaliyetlerin genel bir programı yapılmalı
- Talimatnameler hazırlanmalı
- Davet mektupları hazırlanmalı
- Mali ve idari işler yapılmalı

Spor tesislerinde gerçekleştirilecek etkinlikler yönetimsel açıdan belli başlı planlama ve ön hazırlık faaliyetleri içermektedir. Bunlar; Etkinlik planlama, gönüllü veya ücretli personel temini, etkinlik programı, müzakere yönetimi, etkinlik koordinasyonu, etkinliğin sahnelenmesi, ulaşım ve park yeri, tesis içerisinde oturma yerleri, yiyecek ve içecek politikaları, kalabalık yönetimi, bilet işlemleri, etkinlik giriş ve çıkışı, sağlık ve güvenlik hizmetleri ve tedarikçi anlaşmaları etkinlik öncesi iyi planlanmalı ve değerlendirilmelidir.

Etkinliğin Uygulanma Aşaması

Ekinliklerin planlanma ve koordinasyon faaliyetlerinin tamamlanmasından sonra, bu etkinliklerin gerçekleştirileceği zaman dilimine gelinir. Bu aşamada etkinliklerin belirlenen amaçlar çerçevesinde sorunsuz bir şekilde gerçekleşmesi için etkinlik yönetiminin dikkat etmesi gereken temel konular bulunmaktadır.

Organizasyon Sırasında Yapılacak İşler

- İştirakçilerin yemek, barınma gibi ihtiyaçları için gerekli tesisler hazırlanmalı
- Sportif yarışmalar için gerekli tesisler hazır hale getirilmeli
- Hizmet alanlarında görevli personeller hazır hale getirilmeli
- Açılış ve kapanış törenleri bu dönemde gerçekleşmeli
- Araç ve gereçler hazır hale getirilmeli
- Işık, ses, görsel ve işitsel efektler temaya uygun olarak hazır hale getirilmeli

- Etkinlik kayıt edilmeli
- Etkinlik esnasında ortaya çıkabilecek riskler için alternatif çözümler hazırlanılmalıdır

Spor etkinlikleri aktif katılımcılar ve seyirci kitlesinin fazla olması nedeniyle etkinlik esnasında ve etkinlik süresince katılımcıların davranışlarının ve hareketlerinin düzenlenmesi ve kontrol edilmesi, kargaşa ve düzensizlik yaşanmaması açısından dikkat edilmesi gereken önemli bir husustur. Diğer önemli hususlar ise tesislerin bakım ve hijyeni, programa uygunluk, yer yön levhaları, park yeri, oturma yerleri ve çalışanların görev paylaşımlarıdır. Etkinliğin başarılı bir şekilde gerçekleşmesi etkinlik öncesi ve etkinlik esnasındaki iyi bir yönetim, planlama ve koordinasyonla sağlanır (Argan, 2009; Demirci, 2009).

Etkinliğin Değerlendirilmesi

Tamamlanan etkinliklerden sonraki aşama ise değerlendirme sürecidir. Bu aşamada etkinlik yönetimi, etkinliğin planlanan amaçlara ne derecede ulaşıldığı karşılaşılan problemlerin neler olduğu ve hangi tür problemlerin giderildiği tespit ve rapor edilir. Ayrıca bu aşamada etkinlikte görev alan bireylerin görüşlerinin de alınması değerlendirmenin şeffaflığı açısından önemlidir. Bu aşama aslında spor işletmelerinin iç değerlendirmesidir. Ayrıca dış değerlendirme olarak katılımcılarının etkinlik memnuniyet düzeylerinin tespiti etkinlik yönetimi tarafından etkinlik sonrası yapılarak değerlendirilmelidir (Katırcı, 2012).

Değerlendirme, etkinliklerin amaçlara ulaşmadaki başarısı, olumsuzluklar, oluşan riskler ve sonra yapılacak etkinliklerin başarısı için gerçekleştirilir.

Bu açıdan değerlendirme ile ilgili çeşitli yaklaşımlardan bahsetmek mümkündür. Bunlar etkinlikle ilgili olarak aşağıdaki biçimde ifade edilebilir (Getz, 1997):

- Hedefe ulaşma (önceden belirlenmiş hedefler) yaklaşımı,
- Sistem kaynak yaklaşımı,
- İç süreç yaklaşımı (bir teşhis aracı olarak açık sistem modeli),
- Rakip değerler (tesis içinde),
- Stratejik seçim (tüm paydaşların görüşleri dikkate alınarak

Değerlendirme sonrası ise tesisle ilgili bir takım işlerin yapılarak yeni etkinler için hazırlanması gerekmektedir. Organizasyon sonrasında yapılacak işler:

- Tesislerin bakım ve onarımı için gerekli çalışmalar gerçekleştirilmeli
- Faaliyetler ile ilgili dokümanlar değerlendirilmeli
- Kesin bir gelir-gider tablosu hazırlanmalı
- Çalışmaların tümü rapor haline getirilmeli

Etkinlik planlama ve uygulama elde edilen değerlendirme verileri, etkinlik süreci ile ilgili tüm bilgileri gösterir. Bu bilgiler doğrultusunda etkinlik programları gözden geçirilerek geliştirilebilir, yapılacak olan etkinliklerin zaman, enerji ve maliyet tasarrufu daha iyi bir şekilde organize edilebilir.

KAYNAKÇA

Aktaş, E. ve Göztaş, A. *(2017). Etkinlik yönetimi (2. ba*skı). Ankara: Detay Yayıncılık.

Argan, M. (2007). Eğlence pazar*laması. Ankara: Detay Yayı*nevi.

Argan, M. (2009). Spor tesis işletmec*iliği ve saha malzeme bilgisi. Eskişehir: AÖF Yayınları.*

Argan, T. M. ve Yüncü, D. (2015). Etkinlik pazarlama *yönetimi. Ankara: Detay Yayıncılık.*

Babacan, E. ve Göztaş, A. (2011). Etkinlik yönetimi, Ankara: *Detay Yayıncılık.*

*Berridge, G. (*2015). Event experiences: design, management and impact. University of Surrey. Re*trieved from http*://repository.uwl.ac.uk/id/eprint/1374

Demirci, E. (2009). Spo*r yönetimi. Kalabalık yönetimi bölümü (Editör, N. Basım ve M. Ar*gan), Ankara: Detay Yayıncılık.

Eren, E. (1997). İşletmel*erde stratejik yönetim ve işletme politikası. İstanbul: Der Yayınları*

*Get*z, D. (1997). Event management & event tourism. New York: Cognizant Communication Corporation.

Getz, D. (2007). Event studies: theory, resea*rch and policy for* planned events. UK: Elsevier Ltd.

Göksu, N. F. (2015). Etkin*lik yönetimi, halk*la ilişkiler ve tanıtım lisans tamamlama program*ı. Halkla İlişkiler ve Tanıtım Lisans Tamamlama* Programı. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Açık ve Uzaktan Eğitim Fakültesi.

Katırcı, H. (Editör). (2012). Spor tesis işletmesi ve saha malzeme bilgisi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Açık öğretim Fakültesi Yayınları.

Kaya, A. (2021). Esenyurt *belediyesi gençli*k ve spor hizmetleri müdürlüğü personelinin *mükemmeliyetçilik, esenlik ve örgütsel yalnı*zlık düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.

Shone, A.ve Parry, B. (*2004). Successful event management a practical handbo*ok. London: Thompson Learning.

Silvers, J. *R. (2004). Professional event coordination. New* Jersey: John Wiley&-Sons

Wagen, L.V. D. (2007). H*uman resource managementfor events, mana*ging the event workforce, Elsevier: Butterworth-Heinemann.



Bölüm 2

SPOR MEDYASININ GELİŞİM SÜRECİ VE TOPLUM ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Enver DÖŞYILMAZ[1]*

Hüseyin Can İKİZLER[2]

1 Dr. Öğr. Üyesi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, dosyilmaz@ksu.edu.tr,
ORCID: 0000-0001-9973-3615.

2 Prof. Dr. İstanbul Rumeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi. hckizler@rumeli.edu.tr, ORCID: 0000-0003-2055-939X.

* Bu Çalışma, 1'nci Yazarın 2' Yazar Danışmanlığında Yürütmüş Olduğu (355205 numaralı) Doktora Tezinin Bir Bölümünden Üretilmiştir.

Giriş

Spor, dünyada ülkelerin tanıtımında ve etkileşiminde önemli rol oynayan en büyük faktörlerden biridir. Milyonları birbirine yaklaştıran, kaynaştıran unsurlardan biri olmakla birlikte aynı zamanda milyonların geçim kaynağı olan büyük bir ekonomik potansiyeldir. Spor, medya aracılığı ile kitlelere ve dünyaya tanıtılıp duyurulmaktadır. Ülkemizde ve diğer ülkelerde medyanın insanlar üzerindeki etkisi son yıllarda hemen hemen her yerde kendini güçlü bir şekilde gösterir ve tartışılır hale gelmiştir. Medya alanındaki bilimsel, teknolojik gelişmelerle birlikte halkın ihtiyacına yönelik yeniliklerin gittikçe arttığı gözlemlenmektedir.

Dünyada bilişim ve iletişim alanında yaşanan değişmeler ve gelişmeler insanların, toplumların ve ülkelerin ekonomik, sosyal, politik, kültürel ve yönetsel yapılarında önemli değişiklikler ve gelişmeler meydana getirmiştir (Atılgan ve Kaya, 2018). Değişim döngüsünü sürdüren ve gelişimi süreklilik arz eden küresel dünyada bilişim ve iletişim teknolojilerinin hızla gelişmesiyle toplumda bireylerin ve kurumların yenilikçilik fikrini göz ardı etmesi düşünülemez hale gelmiştir. Bu bağlamda spor faaliyetlerinin tarafsız ve rasyonel bir şekilde sürdürülmesinin önemi artmaktadır. Yenilikçilik fikirlerine açık olma ve yaşanan teknolojik değişimlere paralel olarak gelişim gösterip süreklilik ve ilerleme sportif verimin artmasına aynı zamanda ülkenin gelişmişliğine katkı sağlayacaktır (Atılgan ve Tükel, 2020).

Bu çalışmanın amacı spor medyasının gelişim sürecini ele almak ve spor medyasının toplum üzerindeki etkilerini tespit etmektir. Bu çalışmada yerli ve yabancı kaynakların yanı sıra gazete ve dergiler incelenerek araştırmaya ışık tutacak bilgiler elde edilmiştir. Spor medyasında görev yapanlardan 100 bireye, halk arasında 400 bireye anket uygulaması yapılmıştır.

Çalışmadaki ana gaye, spor olgusunun spor medyası tarafından eşit, adaletli ve faydalı tanıtımına katkı sağlamak, spor branşlarının kitlelere en güzel şekliyle eğitici maksatlı aktarılarak halka yaygınlaştırılmasına katkıda bulunmaktır. Fert ve toplum bütünleşmesi, etkilenmesi, bilgilenmesi spor medyası tarafından gerçekleşmektedir. Yanlış yönlendirmeler olursa yanlışlıkları bulmak, ortaya koymak ve bu yanlışlıkların bir an evvel ortadan kaldırılmasını sağlamak önemlidir. Ümit edilmelidir ki, gerçekler biran evvel spor medyası tarafından anlaşılır ve bütün spor branşlarına zaman ayrılarak genel yayın politikası haline gelir.

Spor Medyasının Tarihi Gelişimi

Türk basınında spor konusunda ilk yazıya 1891'de rastlanır. Bu tarih aynı zamanda ülkemizde spor konusunda ilk kitabın yazılıp yayınlandığı

yıldır. Bu durum Türkiye'de spor yazarlığının 100 yılını geçtiğini gösterir. Önceleri basında spor birkaç sütunda yer alırdı. Şimdilerde yazılı basına baktığımızda çoğu gazeteler 4-5 sayfa spora yer ayırmakta ve her gazetenin 20-25 kadar spor yazarı ve muhabiri bulunmaktadır. Eski durumdan bugünkü duruma gelmiş olmak, bu seviyelere ulaşmak, Türk sporunda olduğu kadar Türk basınında da önemli bir olaydır. Bunun en önemli faktörlerinden birisi de özel televizyonlar ve radyolardır. Türkiye, son yıllarda spor yazarları açısından diğer ülkelerle mukayese edildiğinde, Uluslararası Spor Yazarları Birliği (A.I.P.S.) en çok üye veren ülke durumuna yükselmiştir.

Türk Basınında İlk Spor Yazısı

"Türk basınında spor konusunda ilk yazıya 1891 yılında rastlanır. Ahmet İhsan TOKGÖZ, Türk edebiyatında önemli bir devre adını veren ünlü dergisi "Servet-i Fünun"u çıkarırken, bu derginin ilk sayısının sayfaları arasında spora da yer vermiştir. "İlk spor kitabı" ise yine aynı yıllara rastlamaktadır. Mekteb-i Sultani (Galatasaray Lisesi) Terbiye-i Bedeniye (Beden Eğitimi) öğretmeni olup memleketimizde jimnastik sporunun temel direklerinden biri bulunan rahmetli Faik Hoca (Üstünidman), 1891 yılında yazıp yayınladığı "Jimnastik veyahut Riyaziyat-ı Bedeniyye" adlı eseriyle bu konuda öncülük etmiştir (Atabeyoğlu, 1992: s. 6,7).

Faik Üstünidman Hoca sporcuların olduğu kadar spor yazarlarının da piri olarak kabul edilmektedir. Gazetelerimizde ilk spor yazısı Osmanlı İmparatorluğunun en büyük kentlerinden olan Selanik'te yayınlanan "Asır" gazetesinin 30 Mart 1895 tarihli 4. sayısının ikinci sayfasında "Yeni bir müsabaka" başlığı altında, İngiltere'de yapılan Bisiklet yarışları ile At yarışlarından bahsedilen bir yazıydı. Türk basınında ilk spor dergisi ise 1910 yılında yayınlandı. "Futbol" adını taşıyan bu dergi, 28 Eylül 1910 günü yayın hayatına atıldı. Burhan FELEK, yayınladığı kitaplar ve yazılarıyla dönemine damgasını vuran en ünlü spor adamlarımızdan ve yazarlarımızdan birisi olmuştur. Daha sonra Selim Sırrı TARCAN bu ekolü devam ettirmiş o da "Terbiye ve Oyun" adlı bir dergi yayınlamıştır. 1913 yılında Cem'i Bey "İdman" dergisini yayınlamış, daha çok haberlere yer vermiştir. Bu yıllarda en önemli ve ciddi olarak yayınlanan "Donanma Mecmuası" idi. Bu dergi Donanma Cemiyeti tarafından yayınlanmakta idi. 1934 yıllarında yepyeni bir akımın doğuşu görüldü. Akşam gazetesinin son sayfasının tamamen spora ayrılması spor basınına değişik bir yenilik getirdi. Bu dönemlerde "Türk Spor" dergisine rakip olarak "Olimpiyat" dergisi çıkartıldı. "Olimpiyat" dergisinden sonra "Kırmızı Beyaz" adlı dergi yayın hayatına başladı. Yıl 1937. Taraflı ilk spor dergisi "Sarı-Lacivert" adıyla "Can Kemal" namıyla maruf Kemal ONAN tarafından yayınlandı. 1938'de "Futbol" adıyla yeni bir dergi, "Sporcu"

adıyla başka bir dergi birbirini takip etti. Hızla artan spor dergilerine 1939 yılında "Stad" adı altında yeni biri daha eklendi. "Ankara Spor" adlı dergi mahalli olmaktan öteye gidemedi. 1943 yılında "Şut" isimli başka bir dergi daha diğerlerini takip etti. Gazete şeklinde "Spor" isimli dergi de 1944 yılında yayın hayatına girdi.

Taraflı Spor dergilerinden en önemlileri "Fener" "Sarı-Lacivert" ve "Öz Fenerbahçe" olarak ortaya çıkmışlardır. Bunları takiben "Beşiktaş" ve "Galatasaray" spor dergileri de yayın hayatına o dönemlerde başlayan dergiler olmuştur. Spor Basınımızda ilk Ansiklopediler ise 1943 yılında görünmüş ve bu yıl "Türkiye Spor Ansiklopedisi" yayınlanmıştı. Ardından 2 yıl sonra "Aylık Spor Ansiklopedisi"nin yayın hayatına atıldığı görülmüştür. Spor yazarlığı, 1950'li yıllarda önemli bir meslek haline gelmeye başlamış ve genç yeteneklerin de katılmasıyla büyük bir potansiyel oluşturmaya başlamıştır. 22 Kasım 1953 yılında ilk spor ajansı kuruldu. Gündelik ilk spor gazetesi ise 1954 yılı başında "Türkiye Spor" gazetesi olarak yayın hayatına başlamıştır. Bu gazete 50 bin'e yakın tirajıyla büyük bir rekor ve reform gerçekleştirmiştir. 1950'li yıllarda spor sayfalarında, şimdi olduğu gibi Fotoğraf ön plana çıkmıştır. 1960 yılında ise en önemli olayı şüphesiz "Spor Yazarları Derneği"nin kurulmasıydı. 1968 yılına gelindiğinde Türk basınında tüm gazetelerin sporun üzerine önemle ve ısrarla eğildikleri dönemdir. Milliyet, Tercüman, Hürriyet, Zaman, Günaydın, Cumhuriyet, Tan, Bugün, Sabah, Türkiye, Milli Gazete, İzmir'de basılan Yeni Asır ve diğer gazeteler. Geniş kadrolar tarafından hazırlanan spor sayfalarıyla Türk sporuna ve sporseverlerine hizmetini sürdürmektedirler (Atabeyoğlu, 1992: s. 57).

Radyonun Sporla Buluşması

Sözlü ve Görüntülü Basın yavaş yavaş ortaya çıkarken, ilk naklen Radyo yayını Taksim stadından Said ÇELEBİ tarafından gerçekleştirilmiş ve yeni bir spor olayı gündeme gelmiştir. Said ÇELEBİ'den sonra "Spor Sesi" Eşref Şefik ATABEY tarafından seslendirilmeye başlanmıştır. 1960'lı yıllarda genç bir spiker olan Pertev TUNASELİ ortaya çıkmıştır. Daha sonra Doğan YILDIZ, Tansu POLATKAN, Ümit AKTAN, İlker YASİN gibi ustalar spikerlikleriyle birbirlerini takip ettiler. Radyo yayınlarının ülkemizde başlamasıyla spor yayıncılığı alanında da önemli bir yenilik gerçekleşmiştir. Spor müsabakalarının özellikle Futbol maçlarının naklen yayınlanması 20 Temmuz 1934'te İstanbul'da Kadıköy'de eski Fenerbahçe stadında Fenerbahçe ile Avusturya'nın W.A.C. takımları arasındaki karşılaşma o zaman deneme yayını yapan İstanbul Radyosu tarafından naklen yayınlanmıştır. Naklen spor yayınları 1946'larda yurtdışından naklen Futbol maçı yayınıyla sürmüştür (Turam, 1996).

Televizyon ve Spor

1920'lerde John Baird'in görüntü ve sesi elektronik olarak bir yerden bir yere aktarması ilk adım olarak Televizyonun icadına ışık tutmuştur. "Türkiye'de ilk televizyon yayını İstanbul Teknik Üniversitesi tarafından 9 Temmuz 1952 tarihinde gerçekleştirilmiştir. 1957'de İstanbul'da tahmini olarak 160-170 alıcı bulunmaktaydı" (Güler ve Demir, 1995). Daha sonra TRT kuruldu ve ilk deneme yayını 31 Ocak 1968 yılında yapıldı. Ülkemiz spor medyası, yazılı basınla ilk yıllarını sürdürdükten sonra sözlü basın olan Radyo ile devam ettirmiş, daha sonra Televizyonun icadı ve Televizyonun ülkemize girmesiyle Spor Medyamız daha da gelişerek geniş kitlelere ulaşmıştır. Teknolojinin hızla gelişmesi, Günümüzde, Spor da bu rekabete alet olarak, hayatını spor medyamızın içerisinde devam ettirmekte Genel Medya içerisinde Spor Medyası da çok önemli bir yer teşkil ederek, ayrı bir önem arz etmektedir.

Spor Medya İlişkisi

Medya, toplumu kolaylıkla etkileyebilmesi açısından hayatın çok önemli bir unsuru haline gelmiştir. Medya dünyasındaki hızlı teknolojik değişiklikler ve yenilikleri dünyanın neresinde olursanız olun olayları anında gözünüzün önüne sermede, kitleleri ve toplumu etkilemede tesirlidir. Radyo, televizyon, gazete, dergi gibi kitle iletişim araçları, toplumsal ve siyasi hayatta, kültürel alanda, sportif sahada ve daha birçok alanda olumlu ve olumsuz bir şekilde etkisini göstermekte ve toplumu yönlendirmektedir. Medyanın doğurduğu sportif kahramanlar, genç nesillerin idealleri haline gelmekte ve adeta 'erişilmez insanlar' olarak adlandırılan bu kimselerin her davranışları gençlerin hayatlarında fırtınalar koparmaktadır. Popüler bir sporcunun adım atması bile olay olmakta, giyim tarzı, davranışları büyük kitlelerce taklit edilmektedir. Kendini popüler sporcularla özdeşleştiren ve sevdiği sporcunun bir işaretiyle her şeyi yapabilecek olan çok sayıda insan bulunmaktadır.

Spor medyasının amacı, spor olayları konusunda seyirciyi aydınlatmak ve bilgi vermektir. Ancak bu gayesini yerine getirirken taraflı yayın yapmakla ve spordaki şiddet olaylarının gelişmesinde etken rol oynayan faktörlerden biri olmakla eleştirilmektedir. Spor medyası, sporun profesyonelleşmesiyle şiddet içeren ifadeler kullanmakta ve etik değerlerin uygulanmasında da duyarsız kalmaktadır. Evrensel ve ulusal gazetecilik ilkeleri, bazı medya gruplarının kendi yayınladığı basın etik ilkeleri kapsamında bile yapılan birçok haber bu ilkelerin ihlal edildiğini açıkça göstermektedir (Mil ve Şanlı 2015).

Spor medyası yayınlarıyla bu kitlelere her türlü mesajı vermeye muktedir durumdadır. Bu kitleleri iyiye, doğruya, güzele ve faydalı şeylere

yönlendirmek mümkün olduğu gibi... Lüzumsuz, faydasız ve boş şeylerle meşgul etmek de spor medyasının elindedir. Medyanın her doğru adımı, her faydalı yayını, ülke insanına ve toplum hayatına bir artı değer olarak yansır. Ancak bunun tersi de her zaman söz konusudur. Halkın spor medyasındaki haberlere ve yazarlarına güvensizliği olaya daha da ciddi bir boyut kazandırmıştır. Özellikle futbolcuların özel hayatları en ince noktasına kadar gözler önüne serilmektedir. Medya patronlarının, 'kamuoyu böyle istiyor' demesi, aslında tamamen geçersizdir ve saptırmadır. Kamuoyu öyle istediği için değil, kendileri böyle istedikleri için bu tür programlar hazırlanmaktadır. Reklam gelirinin cazibesi ve rant hırsı her şeyin üstüne çıkmıştır. Aslında toplum her konuda çok hassastır. Ancak, toplumu hiç kimse dinlememektedir. Radyo Televizyon Üst Kurulu'na (RTÜK) gelen bazı şikayetleri göz önüne alınırsa, Türk insanının olaylara ne kadar ciddi ve gerçekçi yaklaştığı, ahlaki konularda son derece hassas olduğu ve çeşitli yayınlardan rahatsız olduğu ortaya çıkmaktadır. Aslında toplum iyiyi, doğruyu, güzeli, görmek, duymak ve okumak istiyor. Fakat medyamız, hangi konuda olursa olsun sansasyon doğuracak, asparagas haberlerle ilgileniyor. Reyting uğruna yalan yanlış bilgiler sunuluyor.

Medya İçerisinde Spor Medyasının Yeri ve Önemi

Spor, medyanın vazgeçilmez bir unsurudur. Zaman zaman tiraj arttıran, zaman zaman Türkiye gündemini değiştiren bir olgu haline gelmiştir. Spor sayfaları, televizyonda spor programları, ülkemizin genç nüfusa sahip olması nedeniyle de en çok ilgi çeken ve takip edilen medya olaylarıdır. Çoğu insan için spor haberleri diğer haberlerden daha önemli olmaktadır. Özellikle spor müsabakalarının yapıldığı günün ertesi günü tirajlar artmakta; yorumlar okunmakta ve kritikler takip edilmektedir. Spor medyası, neredeyse ayrı ayrı sektörler oluşturmuştur. Yazılı basında birçok spor gazeteleri yayın hayatına başlamıştır. Fanatik, Foto Maç, Foto Spor, Basketbol, Kale Arkası, Forza Beşiktaş, Spor dergileri (ilave olarak verilmektedir) vb. gazeteler büyük tirajlar almaktadır.

Televizyonlarda her haber programının arkasına spor olaylarının haber olarak aktarılması kaçınılmaz olmuştur. Bunun yanı sıra, Cumartesi, Pazar akşamları, hatta Pazartesi akşamları tüm haftanın spor olaylarını en ince ayrıntısıyla verilen programlar yapılmaktadır. Hafta içinde buna paralel olarak spor magazin programları hazırlanmaktadır. Yapılan ankette spor magazin programlarının spora katkısının bulunmadığı çoğunlukla kabul edilse de sporla ilgilenen büyük bir çoğunluk tarafından izlenilmektedir (Turam, 1996).

Televizyon programları için spor yayınlarının önemi çok büyüktür. Çünkü spor müsabakalarının canlı olarak yayınlanması, bu yayınların milyonlarca izleyici tarafından seyredilmesi, televizyon kanallarının rek-

lam gelirlerinin artmasına neden olmaktadır. "Amerikan TV tarihinde yoğun ilgiyle izlenen her 10 programdan 8'i sporla ilgilidir!" (Turam, 1996: s, 27).

Spor basını, toplumun bütününe değil, ilgili kitleye göre yapılanmaktadır. Ona uygun olanı yazmaktadır. Böylece nitelik bakımından, gelişme giderek azalmaktadır. Spor basını yalnızca spor haberi vermez. Spor basını spor olayının vicdanıdır, basiretidir. Spor basını, sporda yeni ufukları topluma yöneticiliğe, insanlığa açan kurumdur. Her zaman değişik güçler tarafından kullanılmaya, sömürülmeye açık olan spor olayının savunucusudur, koruyucusudur (T.S.Y.D., 1997).

Diğer önemli bir medya unsuru ise sosyal medyadır. Sosyal medya gerek teknolojide yaşanan gelişmelerin gerekse de tüketici davranışında ortaya çıkan yeni yaklaşımların bir sonucu olarak özellikle son yıllarda hem bireysel kullanıcılar hem de işletmeler açısından önemli bir iletişim aracı haline gelmiştir. Sosyal medya ve geleneksel medyaya göre daha az maliyetli olup daha fazla kitleye hitap edebilmektedir, bu durum da sosyal medyayı diğer medya türlerine göre daha etkin ve avantajlı kılmaktadır (Temel, 2019). Splichal'in (2006:702) belirlediği gibi, geleneksel medyanın "pasif" görünürlük üzerinden kamusal alanda yer edinmesini sağladığı gündemin, internetin geniş ölçekli aktif katılım üzerinden genişlettiği gözlenir.

Medyada Spor

Medya içerisinde spor önemli bir yer teşkil etmektedir. Olmazsa olmaz kuralı medyadaki spor için de geçerlidir. Medyanın aşağı yukarı %50'sini spor olayları doldurmaktadır. Reyting olayı açısından spor, medyanın en önemli öğesini teşkil etmektedir. Spor programları, haber sonrası spor haberleri, naklen yayınlar, spor için yapılan açık oturumlar, gazetelerin spora ayırdığı sayfalar spor magazin programları ve daha niceleri medyanın büyük bir kısmını oluşturmaktadır.

Televizyon ve spor endüstrisi arasındaki ilişkide Televizyonun baskın olduğu belirtilirken (Robert, 1989). popüler sporlarla ilgili yayınların görsel ve yazılı basında çok fazla reklam aldığı göz ardı edilmemelidir. Spor programlarının diğer popüler drama, komedi, macera gibi dizi programlarla karşılaştırıldığında, hem daha ucuza mal olduğu hem de reklamlar sayesinde daha fazla kazanç sağladığı belirtilmiştir. Örneğin; A.B.D'de 31 Ocak 1988 tarihli gün için 30 saniyelik bir reklam 650.000 Dolara mal olurken, geniş bir seyirci kitlesine hitap ettiğinden Süper Bowl gibi önemli bir spor programı içinde bu reklam gideri kişi başına yaklaşık 42 Cent azalmaktadır (Barry, James, ve John, 1989).

Medyanın (Televizyonun) Etkileri

Medyanın insanlar ve davranışları üzerindeki etkiler konusunda birçok araştırma yapılmıştır. Medya konu edildiğinde 4 üncü kuvvet olarak belirtilmektedir. Medyanın etkileri o kadar belirgin bir şekilde işlenmektedir ki, araştırmacılar artık bu konuda çok detaylara inmektedirler. "En önemli araştırma noktaları şiddet kullanımını, ırk veya cinsiyet farklılıklarına dayanan ayırımcılığı ve cinsellikle ilgili davranışları nasıl etkilediği olmaktadır" (Turam, 1996: s,11).

"Televizyonun toplum üzerindeki etkilerine ilişkin farklı düşünceler ortaya atılmaktadır. Bunlar arasında en belirgin olanı, televizyonun tartışma yarattığı, kaygı ile ilgi uyandırdığı kanısıdır. Bu tür bir etki daha derin bir incelemenin yapılması için oldukça önemli bir nedendir. Televizyon böylesine ilgi ile kaygıyı yaratan ilk kitle iletişim (haberleşme) aracı değildir. Bugün televizyonun etkisi konusunda söylenenler, geçmişte eş ölçütte olmasa da öteki iletişim araçları içinde söylenmiştir (Halloram,1973).

Japonya, medyanın yıkıcı özelliğini yapıcı hale getirdiği için milli kültürünü koruyabilmiş ve kalkınabilmiştir. Başta Türkiye olmak üzere bütün hedef ülkelerin huzura kavuşmaları, medyanın gücünün yalnız yapıcı yönde kullanılmasına ve her türlü yıkıcı faaliyetinin önlenmesine bağlıdır. Ülkeler, ancak bu şekilde milli kültürlerini koruyarak istikrarsızlıkları aşabilir ve kalkınabilirler.

Spor ve Ticaret

Medyanın cazibesi sermaye grupları tarafından fark edildiğinden bu yana medya alanında bir sermaye yoğunlaşması olagelmiştir (Kayış, 2019). Medya kitlesel etkileri bakımından gücünün farkına varıldığı günden bu yana sermaye sahipleri, politikacılar ve topluma etki etmek isteyen çeşitli grupların sahip olmak istediği bir araçtır (Avşar, 2004). Kulüplerin çeşitli gelirleri; reklam gelirleri, spor toto gelirleri, seyirci gelirleri, saha içi reklam gelirleri, forma göğüs reklamları, televizyondan aldığı naklen yayın gelirleri, gibi daha birçok gelir kaynakları kulüplere çok büyük avantaj sağlamaktadır.

Uluslararası olimpiyat komitesi başkanı Juan Antonio Samaranch'a göre televizyon hakları sayesinde olimpik faaliyetlerde yeni bir çağ açılmaktadır. Oyunları gelecekte düzenlemek parasal bir sorun olmaktan çıkacaktır (Charon, 1992). Olimpiyatlara ve şampiyonlara öyle firmalar sponsorluk yapmak için yarış yapmaktadırlar ki, ekonomik olarak hiçbir kaygı duyulmamaktadır. Bu firmalar, Nike, Coca Cola, Pepsi Cola, Budweisser, Mc Donald's gibi dünya markası firmalardır. Artık spor organizasyonu yapıp yapmamak ticari bir kaygı olmaktan çıkmıştır.

Gerçekte, spor ahlak ve ekonomik düzen arasındaki bu güç ilişkisi, üretim ya da tüketim değil, fakat iletişim üzerine kurulmuş yeni bir kapitalist mantığın içinde yer almaktadır. Bu durumda, bu mantık ile dillere destan spor namusu bağdaşabilir mi ? (Charon, 1992).

Örneğin 1954 yılında, ilk kez bir Dünya Futbol Şampiyonası İsviçre'den canlı olarak nakledildiğinde, on iki ay içinde Federal Almanya'daki TV aygıtı sayısı yaklaşık 11.000'den 85.000'in üstüne çıkmıştır. Federal Almanya takımını Dünya Şampiyonluğuna taşıyan galibiyet dizisi televizyon aygıtı satışındaki artışa tartışmasız katkıda bulunmuştur. Öyle ki; F. Almanya tarihinde ilk kez o zaman bir kitle iletişim aracı olarak televizyondan söz etmek mümkün hale geldi (Horak, Woflgan, ve Tanıl, 1993).

Spor Medyasının Sosyal Bütünleşmeye Etkileri

Spor medyası, sporun birleştirici ve bütünleştirici yönünden istifade ederek insanlar ve toplumlar arası bütünleştirmeye katkıda bulunması gerekmektedir. Bu görevini zaman zaman yapsa da, bazı zamanlarda da bu görevini kötüye kullanarak kişiler arası sosyal bütünleşmeye olumsuz etkide bulunmaktadır. Bir takımın başkanından yöneticisine, antrenöründen futbolcusuna yukarıdan aşağıya ne bulursa bir yenilginin, bir hezimetin faturası birilerine kesiliyor, günlerce spor programlarında ve spor sayfalarında en ince noktasına kadar halka aktarılıyor. Bir yerde medya kışkırtıcılık görevi yapıyor, bu da taraftarı aşırı derecede kızdırıyor ve taraftar beraber olduğu gruplarla bütünleşip sloganlar atmaya başlıyor. Kendi arasında konuşup karar verdiği bir takım kararları, taraftar uygulamaya başlıyor. Ya bir futbolcuya saldırıyor, ya bir yöneticiye saldırıyor, veya diğer takım taraftarlarıyla kavgaya giriyor. Eğer spor medyası olayların olumlu yönlerini aktarsa yapıcı olsa devamlı taraftarı veya halkı bilinçlendirse sosyal bütünleşme o zaman sağlanacaktır.

Spor medyasının özellikle araştırmalarda da görüldüğü üzere genç kuşaklar tarafından yoğun bir şekilde takip edildiği bilinmektedir. Bu açıdan değerlendirildiğinde zihinlere, özü dostluk ve barış olan sporun olumsuz kavramlarla yerleşmemesi için spor medyasına önemli sorumluluk düşmektedir. Özellikle spor medyasının temsilcisi olan yöneticiler ve yazarların futbolla ilgili gelişmeleri aktarırken barışçıl ifadeler seçmeye özen göstermelidirler. Sahalardaki rekabeti olumsuz yönde etkileyen yayın politikasından vazgeçebilmeleri için meslek içi bir otokontrol sistemi getirilmelidir. Ayrıca medya kuruluşlarının uyma taahhüdünde bulunduğu "Basın Meslek İlkeleri'ne uyması sağlanmalıdır (Mil ve Şanlı 2015).

Spor Medyasının Sosyal Değişme ve Gelişmeye Etkileri

Sosyal teşekküller aynı zamanda, cemiyet içinde yaşayan fertlerin sosyal durumlarını çeşitli bakımından tayin edici bir vasıta rolü de oynarlar. İnsan tabiatında var olan sosyal eğitimin tabii bir neticesi olarak, fertler zamanla gelişen daha mükemmel şekilde teşkilatlanan cemiyetler içinde yaşarlar. Cemiyet, gelişigüzel yan yana yaşayan fertlerden kurulu bir insan yığını olarak düşünülemeyeceğine göre, fertler arasında zamanla gelişen sosyal münasebetler, kültürel, dini, coğrafi veya mesleki yakınlıkların ve menfaatlerin yarattığı bağlarla birbirine bağlanmış olan fertleri bir iradi ve resmī kuruluş altında bir araya getirir. Kaymas'a (2014), göre: Türkiye'nin Avrupalılaşması sürecinin, ülkenin modernleşmesini ve toplumsal oluşumunu etkileyen boyutlarıyla medya ve kamusal alan tartışmalarına dair özel bir gündeme yol açtığı gözlenir. Ancak Türkiye medyasının ülkenin Avrupalılaşması sürecinde olduğu kadar, ulusal kamusal alanın Avrupalılaşmasına dair sunduğu katkının da oldukça tartışmalı olduğu belirtilmelidir.

Boş zamanların değerlendirilmesi, eğitim yardımlaşma, siyaset, kalkındırma ve güzelleştirme, sağlık sahalarında, spor dalında faaliyet göstermek gayesiyle de sosyal teşekküllerin kurulması cihetine gidildiği bir gerçektir (Erkal, 1992). Medyayı düzenlemede halen kullanılan en etkin yol Avrupa Rekabet Hukuku'dur. En etkili ve verimli kullanım örnekleri ise spor olaylarında mevcuttur. Birlik nezdinde 'Yeşil Belge'lerle konuya ilişkin endişeler pratik olarak değerlendirilebilmek için girişimlerde bulunulmuştur. Ancak bu girişimler sonuçsuz kalmıştır. Avrupa Birliğinde çoğulculuk sorununa güncel olarak getirilen en önemli yaklaşımlardan biri Vivianne Reading ve Margot Walström'ün 3 adım yaklaşımıdır (Kayış, 2019).

"Refah ekonomilerine sahip olan gelişmiş ülkeler, tekniğin daha ileri bir hale gelmesini sağlayarak yeni keşif ve icatlara yol açarak spor sahasında da ileri bir ihtisaslaşmaya geçmektedirler. Sporda ileri giden gelişmiş ülkeler, aynı zamanda gelir dağılımının daha adil olduğu ülkelerdir. Gelir dağılımımın adil oluşu, fertlere boş zamanın değerlendirilmesi bakımından kaynak yaratmakta ve spor için fertlere gerekli harcama imkanı yaratmaktadır" (Erkal, 1981).

Genel Medyanın Psikolojik Alanda Etkileri, Spor Medyasında Şiddet ve Fanatizm

Medyanın konu edildiği birçok araştırmada şiddet ve fanatizm en çok araştırılan ve incelenen konu olmuştur. Medyanın her konuda etkinliği daha önce belirtilmişti. Medya, çocuklar, gençler ve yetişkinler üzerinde

daima etkinliğini korumaktadır. Bu da toplum üzerinde psikolojik etkiler yapmaktadır.

Dünyanın her yerine aynı anda ve hızlı bir şekilde ulaştıran internetin, şiddet konusunda toplum üzerindeki etkilerinin göz ardı edilmemesi gerekmektedir. Gazete haberleri yazı, radyo haberleri ses, televizyon haberleri ise görüntü-ses özelliğiyle öne çıkar. İnternet haber sitelerinde olaya ilişkin yazıya, sese ve görüntüye diğer kitle iletişim araçlarından farklı olarak daha detaylı ulaşılabilmektedir. Medyada yer alan şiddet içerikli olayların çocukların fiziksel, ruhsal ve toplumsal gelişimlerini olumsuz yönde etkilediğine dair birçok çalışma yapılmıştır (Altıntaş, 2017).

Dünyada ve Türkiye'de spor müsabakalarında özellikle futbolda şiddet olayları yaşanmış ve halen yaşanmaya devam etmektedir. Bununla ilgili tarihe bakıldığında birçok üzücü olayın yaşandığı görülmektedir. Türkiye'de uluslararası sporda şiddet tarihine geçmiş olan, 1967'deki Kayseri-Sivas maçında 40 ölü ve 600 yaralıyla Türkiye futbol tarihinin en acı olayıdır. Bu yıllarda futbol stadyumları, 2. ve 3. ligde de birçok kavgaya sahne olmuştur (Mil ve Şanlı 2015).

TV kulak, göz ve hafızaya birden hitap edebilen, görüntülü ve çok yönlü çekiciliğe sahip olan bir araçtır. Kitlelere yön verebilme, kişiliklerini etkileme gücüne sahip, özellikle de oto kontrol yeteneği kazanmamış çocuklar üzerinde, tesir gücü son derece etkili bir araçtır. "Okul öncesi çocuklarda saldırganlıkla TV seyretmenin arasındaki ilişkinin incelenmesi sonucunda aile düzeninin çok önemli bir faktör olduğu ortaya çıkmıştır. Yapılan bir araştırmada sorgulanan çocuklar saldırganlık düzeyleri ve TV seyretme sürelerine göre gruplara ayrılmışlardı, çok saldırgan davranışlar sergileyen ve aynı zamanda çok TV seyreden çocukların (çok saldırgan/çok TV) dağınık bir aile düzeninden geldikleri görülmüştür. Diğer gruplara nazaran babalar evle çok az ilgilenirken, çocukların üzerinde fazla bir kontrolde yoktur. Gruptaki çocukların bir diğer ağır basan özelliği sosyal seviyelerinin ve gelir düzeylerinin oldukça düşük olması idi ve zeka seviyelerinin de fazla yüksek olmadığı söylenmelidir" (Turam, 1996: s, 84). Bu bağlamda kitleleri etkileyecek spor yöneticilerinin, çalışma alanlarında spor eğitiminin gerçekleştirilmesi, uygulanması ve geliştirilmesinde önemli sorumlulukları bulunmaktadır (Tükel, 2020).

Şiddet üzerine yazılan ve orijinal adı **"The Protrayal Of Sport and Violence in The Printed Media on Their Effects"** olan eserde yazar konuya üç değişik açıdan yaklaşmaktadır.

"Sporcu Yönünden: Basının profesyonel ve diğer aktif sporcular arasında şiddet üzerine bir etkisi yoktur. Başarının önemi ve bu başarıyı garanti altına almak ümidiyle kullanılan araçlar şiddetin miktarındaki artışla sorumlu olan temel faktörler olarak düşünülebilir.

- Sporcu ve Seyircilerin Genel Yönünden: Spor alanında şiddetin sürekli olarak gelişmesinde fert ve sosyal görünüm arasında etkileşim rol oynamaktadır. Sporcuların atılgan olması, aşırı milliyetçiliğe yönelik çok sevilen sporların etkileri bu gruba girer.

- Sadece Seyirciler Yönünden: Seyircilerin şiddeti, ortamın etkisine atfedilir. Aynı konuda insanların zalimleşmede oynadıkları rolün küçümsenmemesi de gerekir, diyerek görüş belirtmiştir" (Acet, 1997).

Tablo 1. *Dünyada Futbol Müsabakalarında Meydana Gelen Üzücü Olaylardan Bazı Örnekler.*

Tarih	Ülke-Yer	Ölü	Yaralı
15 Nisan 1989	Sheffid-İngiltere	96	200
11 Mayıs 1985	Brodfard-İngiltere	55	200
29 Mayıs 1985	Brüksel	39	600
20 Ekim 1982	Moskova-SSCB	340	
05 Mayıs 1992	Korsika-Fransa	17	2000
08 Şubat 1981	Atina-Yunanistan	19	
13 Ocak 1991	Orkney-G.Afrika	40	50
06 Haziran 1991	Sandiago-Şili	10	135
12 Mart 1988	Katmordu-Nepel	72	27
16 Ekim 1996	Guatemala city-Guatemala	83	150
17 Şubat 1974	Kahire-Mısır	48	47
02 Ocak 1971	Gloskow-İskoçya	66	100
25 Aralık 1969	Kırıkkale-Türkiye	10	102
23 Haziran 1968	Bueones Aires-Arjantin	71	150
17 Eylül 1967	Kayseri-Türkiye	40	600
23 Mayıs 1964	Lima-Peru	320	1000
09 Mart 1948	Boston-İngiltere	33	500
Toplam		1359	5861

Dünyada ve ülkemizde saldırganlık şiddeti ve holiganizm %90 futbolda, %10'u ise diğer spor branşlarında görülmektedir. Bu olaylardan bazıları statların yetersizliği, aşırı izdiham taraftarların holigan saldırıları, tribün çökmesi gibi durumlarda meydana gelmektedir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmada kaynak tarama, gazete arşivleri incelenerek birçok bulgular elde edilmiştir. Anket çalışmasında toplumun her kesimindeki in-

sanlarla çalışma yapılmıştır. Aynı zamanda karşılıklı röportajlarla da konumuzu önemli derecede etkileyecek bilgiler toplanmıştır. Önemli bölüm olan soru cevap yöntemiyle bire-bir anket çalışması yapılarak daha somut ve sonucu etkileyecek tez konusunu destekleyen ileride spor medyasına ve genel medyaya ışık tutacak değerli bilgiler elde edilmiştir. Araştırmamızda 1998 yılında 100 kişilik spor yazarları üzerinde anket çalışması ve 400 kişilik halk arasında bire-bir anket çalışması yapılmıştır.

Bulgular

Spor Yazarları Arasında Yapılan Anket Çalışması

Bu bölümde spor yazarlarına yönelik yapılan anket çalışması bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 2. *Spor Medyası Halkın Spor Branşı Seçiminde veya Taraftarlık Olaylarında Yönlendirme Yapmaktadır.*

Spor Medyası Yönlendirme Yapmaktadır	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	3	3
Kısmen Katılıyorum	26	26
Oldukça Katılıyorum	20	20
Tamamen Katılıyorum	51	51
Toplam	100	100

Deneklerimiz, Spor medyasının branş seçiminde ve taraftarlık olaylarında yönlendirme yaptığı görüşünü kuvvetli olarak desteklemektedirler. Buna göre (%51=51 kişi) bu soruya tamamen katıldığını, (%20=20 kişi) oldukça katıldığını, (%26=26 kişi) kısmen katıldığını ve (%3=3 kişi) hiç katılmadığını belirtmektedir.

Tablo 3. *Spor Medyası Spor ve Sporcu Konusunda Kamuoyunu Etkilemektedir.*

Spor Medyası Kamuoyunu Etkilemektedir	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	2	2
Kısmen Katılıyorum	19	19
Oldukça Katılıyorum	20	20
Tamamen Katılıyorum	59	59
Toplam	100	100

Deneklerimiz Spor medyasının, spor ve sporcu konusunda kamuoyunu büyük bir yüzde ile etkilediği görüşünde birleşmektedirler.(%59=59 kişi) tamamen katılıyor, (%20=20 kişi) oldukça katılıyor, (%19=19 kişi) kısmen takılıyor, (%2=2 kişi) hiç katılmıyor. Ortalama olarak %85 kadar

bu soruya ağırlıklı olarak cevap vermişlerdir. Medyanın etkisinin kesinlikle olduğu savunulmaktadır

Tablo 4. *Spor Medyası Halka Gerektiği Kadar Spor Bilgisi Aktarmaktadır.*

Spor Medyası Halka Spor Bilgisi Aktarmaktadır	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	31	31
Kısmen Katılıyorum	42	42
Oldukça Katılıyorum	12	12
Tamamen Katılıyorum	15	15
Toplam	100	100

Spor Yazarı deneklerimiz, bu soruya genelde özeleştiri yaparak olumlu cevap vermemişlerdir. Buna göre (%31=31 kişi) hiç katılmadığını, (%42=42 kişi) kısmen katıldığını, (%12=12 kişi) oldukça katıldığını, (%15=15 kişi) tamamen katıldığını belirtmektedir.

Tablo 5. *Spor Medyasında Asparagas Haber Yapılmaktadır.*

Spor Medyasında Asparagas Haber Yapılmaktadır	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	7	7
Kısmen Katılıyorum	33	33
Oldukça Katılıyorum	24	24
Tamamen Katılıyorum	36	36
Toplam	100	100

Deneklerimiz bu soruya da özeleştiride bulunarak spor medyasında yalan (Asparagas) haber yapıldığı görüşünde birleşmektedirler. (%36=36 kişi) tamamen katılırken, (%24=24 kişi) oldukça, (%33=33 kişi) kısmen ve (%7=7 kişi) hiç katılmıyor. Genel olarak büyük çoğunlukta yalan haber yapıldığı açıkça görülmektedir. Bu da haber kısırlığı ve uydurma kulaktan duyma olduğundan ileri gelmektedir.

Halka Yönelik Yapılan Anket Çalışması

Bu bölümde halka yönelik yapılan anket çalışması bulgularına yer verilmiştir.

Tablo 6. *Deneklerin Cinsiyet Durumu.*

Cinsiyeti	Sayı	Oran (%)
Erkek	324	81
Bayan	76	19
Toplam	400	400

Anketimize katılan kişilerin (%81=324 kişi) Erkek olup, (%19=76 kişi) ise Bayan olarak bulunmaktadır.

Yapmış olduğumuz anketimizin (%57=229 kişi) öğrenciler oluşturmaktadır. Bu da toplamın yarısını geçmektedir. Diğer bir çoğunluk ise (%17=66 kişi) ise Devlet memurlarından oluşmaktadır. (%15=60 kişi) serbest meslek. (%9=35 kişi) işçi. (%1=4 kişi) emekli. (%1=5 kişi) işsiz kişilerden oluşmaktadır.

Tablo 7. *Spor olaylarını ne ölçüde izliyorsunuz.*

Spor Olaylarını Ne Ölçüde İzliyorsunuz?	Sayı	Oran (%)
İyi bir izleyiciyim	215	54
Ara sıra izlerim	148	37
Çok az izlerim	37	09
Toplam	400	100

Deneklerimizin spor olaylarını izleme oranları ise (%54=215 kişi) ile devamlı izleyenler oluşturmaktadır. Ara sıra izleyenleri (%37=148 kişi) teşkil etmektedir. Daha az izleyenler ise (%9=37 kişi) oluşturmaktadır.

Tablo 8. *Hangi Spor Olaylarını Daha Çok İzliyorsunuz?*

Hangi Sporlar	1. Tercihi	2. Tercihi
Futbol	324	0
Güreş	25	51
Basketbol-Voleybol	35	64
Tenis	9	9
Uzak Doğu Sporları	11	20
Diğerleri	13	10
Toplam	400	154

324 kişi= %87 futbol branşını, 25 kişi ise güreş, 35 kişi basketbol, 9 kişi tenis, 11 kişi uzakdoğu sporları, 13 kişi ise diğerlerini daha çok izlemektedirler. İkinci tercihi Futbol diyenler Yok. İkinci tercihi basketbol, voleybol diyenler 64 kişi. İkinci tercihi güreş diyenler 51 kişi olarak görülmektedir.

Tablo 9. *Spor Medyası Kurban Seçer.*

Spor Medyası Kurban Seçer	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	37	09
Kısmen katılıyorum	76	19
Oldukça Katılıyorum	76	19
Tamamen Katılıyorum	211	53
Toplam	400	100

Spor Medyası fertleri istediği anda kahraman yaptığı gibi Kurban da seçebiliyor, herhangi bir sporcu ne kadar iyi olursa olsun, yaptığı bir yanlışta hemen kurban edilebiliyor. Sergen bu olaylara bir örnektir. Deneklerimiz bu olaya (%53=211 kişi) tamamen katılırken, (%19=76 kişi) oldukça ve kısmen katılmaktadırlar. Katılmayanların sayısı ise çok az olup (%09=37 kişi) tabloda gösterilmektedir.

Tablo 10. *Spor Medyasının Verdiği Haberler Doğrudur*

Haberler Doğrudur	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	90	23
Kısmen Katılıyorum	265	66
Oldukça Katılıyorum	38	10
Tamamen Katılıyorum	7	02
Toplam	400	100

Spor Medyasının verdiği haberlerin doğruluğuna deneklerimiz pek inanmamaktadırlar. Buna göre (%66=265 kişi) kısmen katılıyor. (%23=90 kişi) hiç katılmıyor. Tamamen katılan (%02=7 kişi) ağırlıklı olarak Spor Medyasının haberlerine inanmadıkları görülmektedir.

Tablo 11. *Spor Medyasının Programları ve Yayınları İnsanlar Arası Dostluk ve Barışı Yaygınlaştırır.*

Programlar Dostluk ve Barışı Yaygınlaştırır	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	112	28
Kısmen Katılıyorum	156	39
Oldukça Katılıyorum	86	22
Tamamen Katılıyorum	46	12
Toplam	400	100

Spor, Dostluk, barış, sevgi, iyi ilişkiler insanlar arası saygı gibi unsurları içermesi gerekirken, bu, ülkemizde ve dünyada tersi görülmektedir.

Taraftarlar arasında dostluk değil, düşmanlık ve kin daha da artmaktadır. Spor medyası da bu olaylara alet olurken bir çok şey göz ardı edilmektedir.

Tablomuzda da görüldüğü gibi bu fikre katılmayanların sayısı oldukça fazla (%28=112 kişi) kısmen katılanlar ise (%39=156 kişi), tamamen katılan sadece (%12=46 kişi). Bu nedenle spor medyası dostluk ve barışı yaygınlaştırır görüşü doğru bulunmamaktadır.

Tablo 12. *Spor Medyası Geleneksel Sporlarımızın Gelişmesine Katkıda Bulunmaktadır.*

Geleneksel Sporlara Etki	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	257	64
Kısmen Katılıyorum	106	27
Oldukça Katılıyorum	21	06
Tamamen Katılıyorum	12	03
Toplam	400	100

Spor medyası, bir kaç branş hariç diğerlerine fazla yer vermediği önceki tablolarımızda ortaya konmuştu. Buna bağlı olarak geleneksel sporlarımızda bu durumlardan nasibini almaktadır. Ata sporlarımızdan Güreş, Cirit, Okçuluk gibi branşlar deneklerimizin de işaret ettiği gibi spor medyasından katkı görmemektedir. Kırkpınar örneği. Bu fikre hiç katılmayanlar (%64=257 kişi) kısmen katılan (%27=106 kişi) ortalama aynı görüşte birleşilmektedir (%91=363 kişi).

Eski sporcuların spor medyasında görev yapmasına deneklerimizden hiç katılmayan (%12=46 kişi), kısmen katılan (%40=158 kişi), oldukça katılan (%27=107 kişi) ve tamamen katılan (%22=89 kişi). Buna göre deneklerimiz eski sporcuların görev yapmasını %50 gibi değerlendirmektedirler.

Bu konu zaman zaman tartışıldığında bir kısım insanlar sporcuların aktif sporu bıraktığında medyada görev yapmasını doğru buluyor, bir kısım insanlar ise kesinlikle doğru bulmuyor. Her sporcu iyi bir yazar veya yorumcu olamaz deniyor.

Tablo 13. *Spor Medyasında Yalan (Asparagas) Haber Yapılmaktadır.*

Spor Medyasında Yalan (Asparagas) Haber Yapılmaktadır	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	26	07
Kısmen Katılıyorum	133	33
Oldukça Katılıyorum	96	24
Tamamen Katılıyorum	145	36
Toplam	400	100

Spor medyasının yapmış olduğu haberlerin yalan (asparagas) olduğu büyük çoğunlukla halkımız tarafından kabul edilmektedir. Bu görüşe tamamen katılan 145 kişi %36, kısmen katılan 133 kişi %33, oldukça katılan 96 kişi %24, hiç katılmayan ise 26 kişi %07'dir. Bu tablomuza genel olarak baktığımızda spor medyasının yalan haber yaptığı görüşü benimsenmektedir.

Tablo 14. *Spor Medyasında Futbolun Dışındaki Spor Branşlarına da Daha Çok Yer Verilmelidir.*

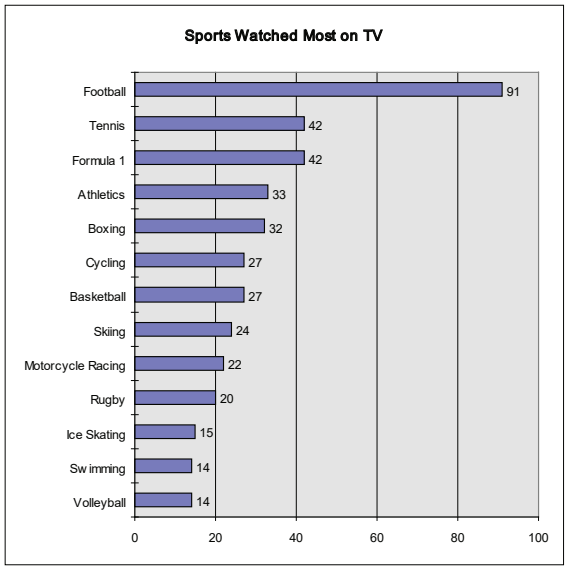
Diğer Branşlara da Daha Çok Yer Verilmelidir	Sayı	Oran (%)
Hiç Katılmıyorum	34	09
Kısmen Katılıyorum	31	08
Oldukça Katılıyorum	55	14
Tamamen Katılıyorum	280	70
Toplam	400	100

Spor medyasında, Futbol dışındaki branşlara yer verilmediği açıkça görülmektedir. Bu fikre tamamen katılanlar (%70=280 kişi), oldukça katılanlar (%14=55 kişi), kısmen katılanlar (%08=31 kişi) ve hiç katılmayanlar (%09=34 kişi). Deneklerimizin büyük çoğunluğu futbol dışındaki branşlara da daha çok yer verilmeli görüşünde birleşmektedirler.

Sonuç ve Öneriler

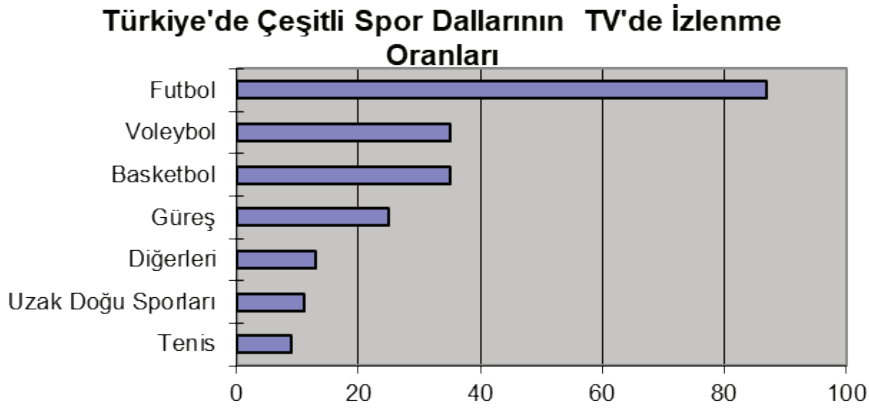
Araştırma sonucunda, genel olarak spor medyasının yanlış yönlendirmeler yaptığı, yanlış politika uyguladığı ortaya çıkmıştır. TV'ler şiddeti ve saldırganlığı ister istemez yaygınlaştırmaktadır. Futbolun dünyada geldiği nokta inanılmaz bir seviyeye ulaşmıştır. "Futbol insanlığa öncülük etmeye, dünyayı yönetmeye taliptir." İspanya kralı (Franco) Ülkesini tam 35 yıl futbolla idare etmiştir. Spor sadece futbol değildir. Spor dostluk, sevgi ve barışı yaygınlaştırmakta ve bu sadece futbol branşı ile elde edilemez. Spor medyasında %90 futbol, %5 basketbol, %5 diğer branşlar yer almaktadır. Medya patronları tarafından "Halk böyle istiyor mantığı" kamuoyu tarafından yalanlanmış, halkın değil patronların böyle olmasını istediği ortaya çıkmıştır. Spor medyasının gerçekleri ve doğruları bildiği halde, bile bile yanlışa gitmesi ve yönlendirme yapması olayı daha da kötü sonuçlara vardırmaktadır. Çimen ve Meşeci, (2019) araştırmalarında futbol branşı %51.08 ile birinci sırada yer alsa da hentbol branşının %26.89'yla ikinci sırada yerel medyada yer aldığını belirlemiştir. Bu iki branşı basketbol (%6.78), bisiklet (%1.19) ve voleybol (%1.05) izlemiştir. Cinsiyete göre yapılan hesaplamalara göre erkek sporları %60.46, kadın sporları %32.15 ve cinsiyet içermeyen spor haberleri ise %6.17 oranında yer almıştır. Önceki yıllara ve günümüze göre ya da bölgelere göre oranların değişim gösterebileceği söylenebilir.

Bu çalışmadaki konu kapsamındaki yapılan araştırma sonuçlarından bazıları ile farklı medya organlarından alıntılarından ilgili olanlar bu bölümde birlikte verilmiştir. Futbol, şüphesiz TV seyircileri için en ilgi çeken spor olayıdır. Fransa, Almanya, İtalya, Hollanda, İspanya ve İngiltere'de yapılan anket sonuçları bu durumu göz önüne koymuştur.



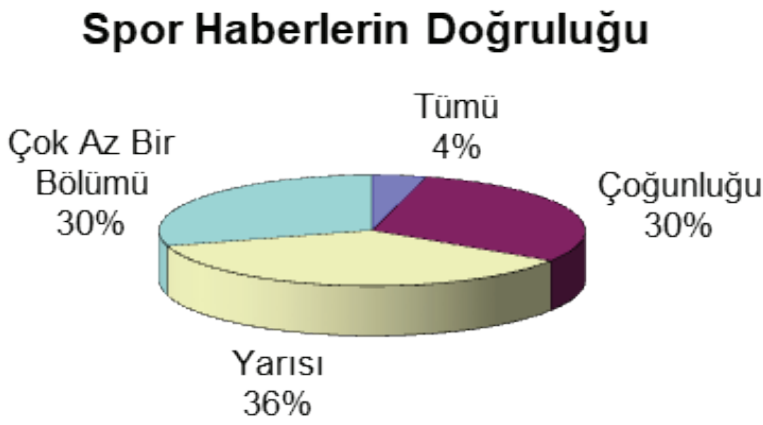
Şekil 1: *Branşlara göre TV'de yayın oranları yoğunluğu.*

Merkezi Almanya'da bulunan Sport & Market bağımsız araştırma merkezi tarafından futbol ile ilgilenen 14-65 yaşları arasındaki kişilerde uygulanan anket sonucudur. Bu araştırma TV'de futbol yayınının yoğunluğu ve diğerlerinin az olduğu konu başlıkları araştırılmıştır. Bu araştırma futbolun diğer branşlara üstün ve zayıf yönleri ile birçok konuyu kapsamıştır.



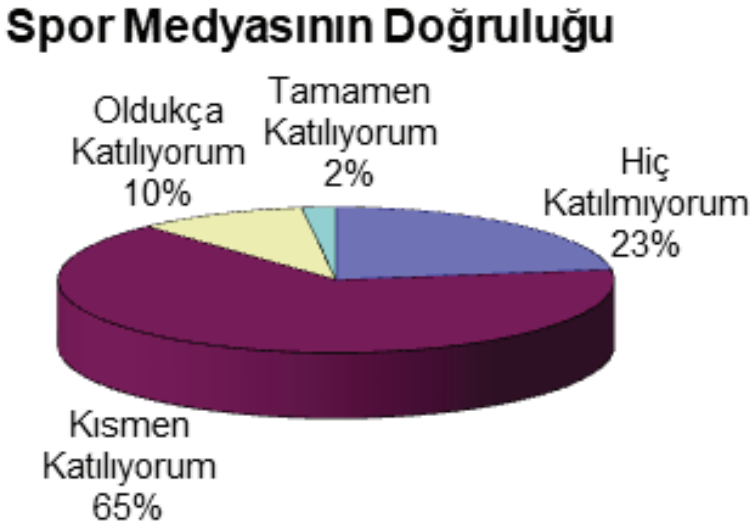
Şekil 2: *Türkiye'de Branşlara göre TV'de yayın oranları yoğunluğu.*

Türkiye'de 18-65 yaşları arasında yapılan bir araştırmada futbolun ne kadar izlendiği ortaya çıkmıştır.



Şekil 3: *Spor haberlerinin doğruluk oranları.*

Bu araştırma Ege Üniversitesi'nde 369 kişi arasında yapılmıştır. Deneklerin %36'sı spor haberlerinin yarısına inanmakta, %30'ise çok az bir bölümüne inanmaktadır.



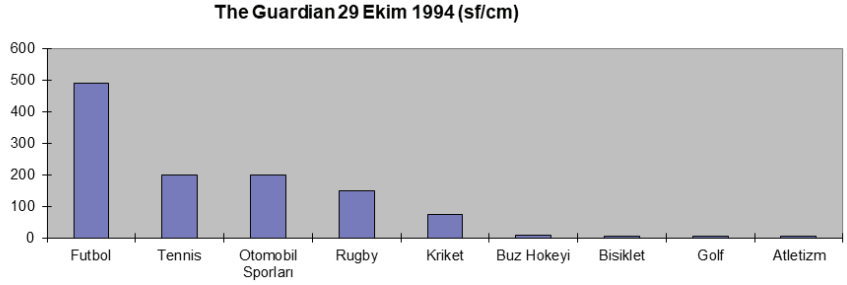
Şekil 4: *Spor medyasının doğruluk oranları.*

400 kişi arasına yapılan anket sonuçlarına göre spor haberlerin çoğunluğunun doğru olmadığına inanılmaktadır.



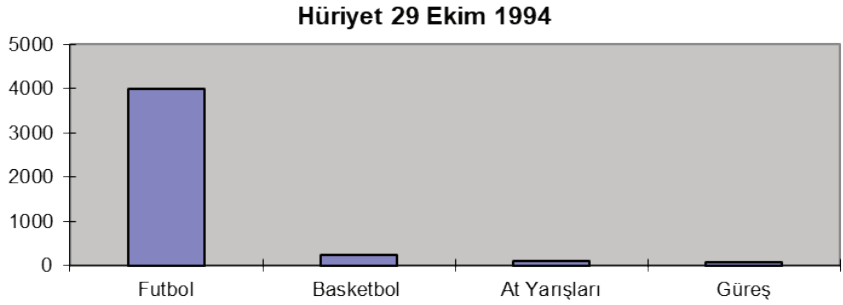
Şekil 5: *Spor medyasının asparagas haber oranları.*

400 kişilik bir denek grubu üzerinde yapılan 'Yalan Haber Anket Sonuçları' incelendiği zaman görülüyor ki halkın büyük bir çoğunluğu medyada spor haberleri konusunda asparagas haberlerin yapıldığı açıkça ortaya çıkmıştır.



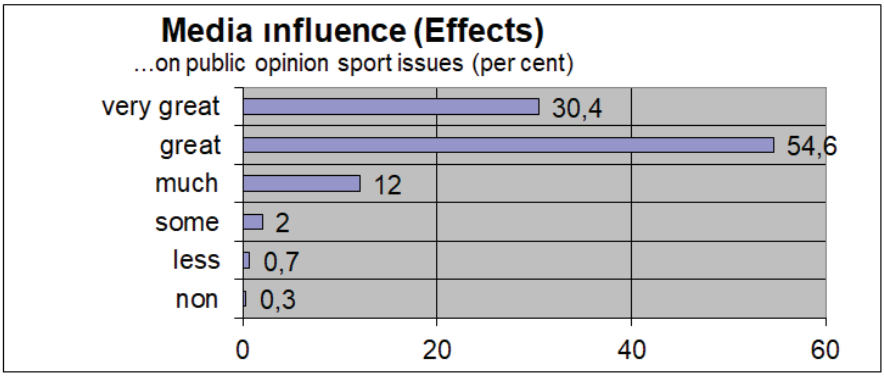
Şekil 6: *Branşlara göre TV'de yayın oranları yoğunluğu.*

Avrupa gazetelerinde sporun sayfalardaki oranları. The Guardian gazetesine baktığımızda futbol, tenis, otomobil sporları en çok yer almaktadır.



Şekil 7: *Türkiye'de branşlara göre TV'de yayın oranları yoğunluğu.*

Avrupa ülkelerinde olduğu gibi ülkemizde de en çok futbol ilk sırada yer alırken diğer branşlara çok az yer verilmektedir.



Şekil 8: *Avrupa'da spor medyasının insanlar üzerindeki etki oranları.*

Ülkemizde olduğu gibi Avrupa'da yapılan bir anket çalışması sonucunda spor medyasının insanlar üzerindeki etkisinin büyük olduğu görülmektedir.

Yapılan bu araştırma sonuçları ile diğer araştırmalardan elde edilen sonuçlar büyük oranda örtüşmektedir.

Bu konunun, bazı bilim adamları, spor müdürleri, yazarlar ve yorumcular tarafından derinlemesine ve bütün boyutlarıyla araştırılması gereken bir konu olduğu belirtilebilir.

Futbol Medyası: Ülkemiz spor medyasının, genel spor medyası değil ağırlıklı olarak 'futbol medyası' olduğu bu çalışmayla ortaya konulmuştur. Bu görüş birçok yazar ve uzman tarafından desteklenmiştir. Diğer ülkelerde durum biraz farklı görünmektedir. Medyada futbolun ağırlığı görülse de, diğer branşlara da gerekli bir şekilde yer verildiği görülmüştür. Spor, medyanın da etkisiyle şiddet ve fanatizmi doğru gitmekte fa-

ir-play ve centilmenlik duyguları köreltilmiş, olimpizm ruhu kaybedilmeye başlamıştır.

Öneriler

İyiye Yönlendirme: Medya, sporda, "iyiyi, doğruyu ve ahlaklı olmayı" teşvik edecek, genç nesilleri güzelliklere yönlendirecek teşebbüslerde bulunmalıdır.

Diğer Branşlar Nerede?: Spor medyası, futbol dışındaki branşlara üvey evlat muamelesi yapmış ve dışlamıştır. Ankete katılan yazarlarımızın yüzde 80'i futbol ile ilgilenenlerdir.

Önce Spor Medyası Kendini Düzeltmeli: Yapılan bu araştırmada, Türk sporundaki bütün çarpıklıklarda ve olumsuzluklarda spor medyasının önemli oranda payı olduğu, bariz bir şekilde ortaya çıkarılmıştır. Toplumdaki birçok menfiliğin ortadan kaldırılarak, "sporda ahlaklı ve başarılı nesillerin yetiştirilmesinde" spor medyasının çok mühim bir rolü olduğu ve her şeyden önce spor medyasının "ahlaklı ve ilkeli" ölçülere gelmesinin şart olduğu görülmüştür. T.S.Y.D. Spor yazarı olacak kişileri denetimden geçirmeli ve olur raporuyla kurumlarına bildirmelidir. Aksi halde yazarlık görevi verilmemelidir.

Spor, gençliğin en önemli uğraş alanıdır. Eğer gençlik spor organizasyonları ile meşgul edilmez ise kötü alışkanlıklar edinme riski kaçınılmaz bir gerçek olabilir. Spor politikasındaki yanlış uygulamalar ve spor medyasının yanlış yönlendirmeleri, toplumumuzda spor ve beden eğitimi alanında kötü sonuçlara gitmesine neden olabilir. Yetkililer spor medyasının bu yanlış politikasını çok iyi tahlil etmeli, uzmanlar tarafından incelenmeli, ileriye dönük verimli çalışmalar yapılmalıdır. Spor medyasında söz sahibi olan yetkililerin ve yazarların bu konuları sık sık gündeme getirmesi önemli görülmelidir. Bunun yanı sıra, spor programları, gazete haberleri, yorumları, araştırma yazıları kısır bir çerçevede bırakılmamalı, sporun geniş kitlelere hitap etmesi ve yaygınlaştırılması için yoğun çalışmalar yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

Acet, M. (1997). *Futbol seyircisinin sosyo-kültürel yapısının şiddet eylemine etkisi, Voleybol ve Basketbol seyircileri ile karşılaştırılması.* Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi, , İstanbul, s.80.

Altıntaş, M. (2017). İnternet medyası ve şiddet: internette sunulan şiddet haberlerinin toplum üzerindeki etkisi. *Erciyes İletişim Dergisi, 5*(1), 182-192.

Atabeyoğlu, C. (1992). *Türkiye'de spor yazarlığının 100. yılı.* İstanbul: AB kitapçılık, s.6.

Atılgan, D., Kaya, A., (2018). Milli Eğitim bakanlığına bağlı ortaöğretim okullarında lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin mental ve fiziksel sağlıklarının araştırılması. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi,* 6(83), 268-289. doi.org/10.16992/ASOS.14387.

Atılgan, D. Tükel, Y. (2020). Examination of personal ınnovativeness perceptions and work engagement behaviors of sports ınstructors**.** *International Journal of Applied Exercise Physiology,* 9(9), 90-104. Doi: 10.26655/IJAEP.2020.9.1.

Avşar, Z. (2004). Medyada yoğunlaşma ve şeffaflaşma: yasal düzenlemeler, beklentiler. *İletişim Araştırmaları Dergisi, 2*(2), 87-112.

Barry, Mc. P., James, E. C., ve John, W. L., (1989). The social signifance of sport, an ıntroduction to the sociology. *Human Kinetics puplishers,* USA, s.146.

Charon, J.M., (1992). *Medya dünyası.* (Çev. Tatlıpınar, O) İstanbul,: İletişim Yayın, s.59.

Çimen, Z. Meşeci, O. (2019). Sportif başarı hikayeleri spor medyası hakkında bildiklerimizi değiştirebilir mi? kadın hentbolu örneği. *SPORMETRE,* 17(4),181-189.

Erkal, M. (1992). *Sosyolojik açıdan spor.* 2. Baskı, İstanbul. s.79.

Erkal, M. (1981). *Sosyolojik açıdan spor*. İstanbul, s.121.

Güler, L. ve Demir, V. (1995). Spor ve medya ilişkisi ve Türkiye'de spor medyası. *Marmara İletişim Dergisi,* 9(1), 285-306.

Halloram, M., (1973). *Televizyonun etkileri.* İstanbul reklam, s.8.

Horak, R. Woflgan, R. ve Tanıl, B. (1993). *Futbol ve kültürü.* İstanbul: İletişim Yayınları, s.374.

Kayış, H.H. (2019). Avrupa birliği medyası ve çoğulculuk. *Simetrik İletişim Araştırmaları Dergisi, 1*(1), 65-77.

Kaymas, A.S. (2014). Türkiye'de medya ve Avrupalılaşma süreci: Türkiye medyası, Avrupalılaşan bir kamusal alan deneyimi için katkı sunabilir mi?. *Mesleki Bilimler Dergisi,* 3(1), 58-97.

Mil, H. İ., ve Şanlı, S. (2015). Sporda şiddet ve medya etkisi: bir maçın analizi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 14*(55), 231-247.

Robert, JR.V.B., (1989). *Professional sport organizations, media stategies", media sport's and society.* Lawrence, A. Wenner (Ed.), sage puplications, inc. USA, , s.150.

Splıchal, S. (2006). In search of a strong European public sphere: some critical observations on conceptualizations of publicness and the (European) public sphere. *Media, Culture & Society.* 28(5), 695-714.

Temel, A.S. (2019). *Sosyal Medya, Spor ve Spor Pazarlaması.* M. İlkim ve F. Akçınar (Ed.), Sporda Yeni Akademik Çalışmalar-3 (ss. 1-24) Ankara: Akademisyen Kitabevi A.Ş.

T.S.Y.D., *Futbol, olimpizm ve dayanışma semineri.* 3-6 Ocak 1997, Antalya, ss.83-84.

Turam, E. (1996). *2000'li yıllara doğru Türkiye'de TV.* İstanbul: Altın Kitaplar, s.6, 276.

Turam, E. (1996). *Türkiye'de TV, (Cem ÇETİN).* İstanbul: Altın Kitaplar, s. 27.

Turam, E., (1996). *Ekranaltı çocukları.* İstanbul: İrfan Yayın, s.11.

Tükel, Y. (2020). *Spor Kulübü Yönetimi ve Etkileme Taktikleri.* Mehmet Ilkım, Davut Atılgan (Ed.), Sporda Yeni Akademik Çalışmalar-4 (ss. 165-202). Ankara: Akademisyen Kitabevi A.Ş.



Bölüm 3

FARKLI ORTAMLARDA EGZERSİZE FİZYOLOJİK UYUM VE SORUNLAR

Fırat AKCAN[1]

1 Dr. Öğrt. Üyesi Gaziantep Üni. Spor Bilimleri Fakültesi firatakcan@yaho.com

Giriş ve Amaç

Bu kitap bölümü çalışmasının amacı farklı ortamlarda(ısı, yükseklik, dalış vb.) yapılan egzersizin insan fizyolojisi üzerindeki etkilerinin neler olduğunun, alan yazındaki kaynaklardan yararlanılarak anlatılmasıdır. Kitap bölümünde egzersizde ısı düzenlemesi, dalış fizyolojisi ve yüksek irtifa fizyolojisi ve bununla birlikte ortaya çıkan sorunlar genel hatlarıyla aktarılmaya çalışılmıştır.

Egzersizde Isı Fizyolojisi

Homeostasisin önemli bir bileşeni vücut içi ısıdır. İdeal vücut ısısı 36,5 derece olup sinir sistemi ve endokrin sistemi dış ve iç ortam değişikliklerine bağlı olarak değişen iç ortam ısısını çeşitli düzenleme mekanizmaları ile sürekli olarak dengelemeye çalışır (Wendt, Van Loon, & Lichtenbelt, 2007). Isı transferi, sıcaktan soğuğa doğru gerçekleşir. Isı transferinin hızı ise aradaki sıcaklık farklılığına bağlı olarak değişir. Isı farkı arttıkça ısı transfer hızı da artar.

Isı düzenleme mekanizmaları

Isı üretimi

- Titreme
- Metabolik değer artışı
- Vazokonstriksiyon

Isı kaybı

- Terleme
- Vazodilatasyon
- Solunum (Günay, Cicioğlu, & Kara, 2006)

Termoregülasyon (ısı düzenlemesi)

Termoregülasyon beyinde hipotalamus tarafından gerçekleştirilir. 1 derecelik bir sapma durumunda devreye girer. Sıcakta epinefrin norepinefrin salgısı azalırken, ADH ve Aldosteron artar (Wendt et al., 2007).

Sıcak Ortamda Isı Kaybı Mekanizmaları

Dolaşıma ait düzenlemeler

Sıcaklığın artışı ile birlikte dinlenim halinde kalbin debisi ve kalp atım hızı yükselir. Periferik damarlarda vazodilatasyon gerçekleşir. Sıcak

ortamda kalp debisinin yaklaşık olarak %15-25'lik kısmı deride bulunan kan akımına kayar ve özellikle el, alın, ön kol, kulak ve tibial bölgeden ısı dağılımı meydana gelir (Lee, Williams, & Schneider, 2002).

Buharlaşma (terleme) düzenlemeleri

Yoğun şiddette egzersizlerin ilk birkaç saniyesi içerisinde terleme başlar. Termal defans etkinliği, terin buharlaşmasına artmış periferik kan akımının eşlik etmesiyle olur. Soğumuş periferal kan merkeze kayarak soğumaya devam eder (Lee et al., 2002; Low, Cable, & Purvis, 2005).

Hormonal düzenlemeler

Terleme ile su ve elektrolit kaybına karşın hormonal düzenlemeyle tuz ve sıvı tutulumu sağlanır. Aldosteron renal tübüllerden Na+ reabsorbsiyonu artırır. Ayrıca terin osmolalitesini düşürür. Aynı zamanda egzersiz ve/veya hipohidrasyon ile vasopressin serbestlemesi artar. Böbrek toplayıcı tübüllerden sıvı emilimi artar (Low et al., 2005).

Egzersizde Yüksek İrtifa Fizyolojisi

1000m. ve üzeri genel olarak yükselti olarak kabul edilir. Yükseğe çıkıldıkça **barometrik** basınçla birlikte oksijen **parsiyel basıncı** (PO2) da düşer. Ayrıca her **200 m.'de** sıcaklık ortalama olarak *1 C°* düşmektedir. Ortamdaki rüzgarın varlığı ile **hipotermi** riski artmaktadır. **UV** ışınlarının etkisi artar (Erdoğan, 2019).

Yükselti ile meydana gelen değişiklikler

Oksijen atmosferden kanımıza basınç farkı ile geçer. Karbondioksit de bu fark sayesinde verilir. Fark ne kadar büyük olursa alışverişler o kadar hızlı olur. Yalnız bu alışverişlerde toplam hava basıncı değil, parsiyel basınçlar geçerlidir. Parsiyel basınç her gazın toplam hava içerisinde kendi payına düşen basınç demektir .

Hipoksik antrenmana fizyolojik adaptasyonlar

Akut aklimatizasyon

Hiperventilasyon ve dispne oluşur (solunum frekansı ve derinliği artar). Taşikardi oluşur. Kan plazma volümü azalır. (sıvı kaybına bağlı) Oksidative streste artış. Kalp atım gücü azalır (kan volümünün azalmasına bağlı). Respiratuar alkaloz oluşur. (CO2 atılımından kaynaklı). İştahsızlık nedeniyle bulantı ve kusma, kilo kaybı. Egzersiz sonrası toparlanma süresi uzar (Belviranlı et al., 2017).

Kronik aklimatizasyon

Eritropoez sürecinin epo tarafından uyarılmasıyla eritrosit ve hemoglobin miktarının artışı. Oksidatif enzim aktivitesinde artış. Kan volümü artışı

(eritropoezis kaynaklı). Asit baz dengesinin normale dönmesi. Kılcal damar sayısında artış. Mitokondri ve myoglobin sayısında artış. Oksijen hemoglobin disosiye eğrisi sağa kayar. Bu sayede oksijen hemoglobinden daha kolay ayrılır. Hipoksik ortama cevap olarak meydana gelen moleküler ve genetik değişikliklerden ilki, oksijen dengesinin düzenlenmesinden sorumlu olan hypoxia inducible factor-1 (HIF-1) aktivitesinin artışıdır. Normal şartlar altında HIF-1 düşük seviyededir. Ancak hipoksik ortamla aktifleşmekte ve bu da O2 transportunun daha aktif ve verimli gerçekleşmesi için gerekli mekanizmaları aktifleştirmektedir (Yalçın, Kardeşoğlu, & Işılak, 2011).

Örn; glikoneogenezis ve angiogenezisi uyarmaktadır, Böbreklerde de epo üretimini indüklemektedir, demir emilimini ve hemoglobin üretimini arttırmaktadır.

Plazma Epo seviyesi birkaç saat içerisinde artış gösterirken 48-72 saat arası peak yapar ve 2-4 hafta arası normal seviyeye döner.

Fakat 5. güne kadar mevcut duruma bağlı oluşan yeni eritrositler dolaşımda görülmez.

Takip eden birkaç hafta içerisinde belirgin bir eritrosit artışı meydana gelir.

Artan eritrosit seviyesi deniz seviyesine inildikten sonra hızla eski seviyesine dönmektedir.

Yapılan çalışmalar 3 haftalık yükseklik antrenmanı sonrası yükselen eritrosit seviyesinin deniz seviyesine inildikten 16 gün sonra normal seviyeye döndüğünü göstermektedir.

Hipoksik antrenman modelleri

Bir çok model geliştirilmiştir. Bunlardan bazılar,

Çeşitli yüksekliklerde yapılan kamplar (deniz seviyesinden yukarıda, düşük, orta ve yüksek seviyede)

Yüksekte yaşa aşağıda antrenman yap modeli (LHTL)

Yüksekte yaşa yüksekte antrenman yap modeli (LHTH)

Yüksek-yüksek-düşük modeli (HHL)

Atmosferik basınçta ve parsiyel oksijen basıncında manipulasyonlarla oluşturularak yapay ortamlarda yapılan uygulamalar. Hipoksik basınç çadırları ve odaları (Levine & Stray-Gundersen, 1997).

Egzersizde sualtı dalış fizyolojisi

Sualtının artan basıncı ve kendine özgü nitelikleri insan fizyolojisi üzerine çeşitli etkiler göstermektedir. Su altına dalışlarda ortaya çıkan

problemlerin genel nedeni olarak basınç verilebilir. Havadaki gazların oranları değerlendirildiğinde % 21'inin oksijen, % 78'inin Nitrojen (azot) ve % 1'inin ise diğer gazlardan oluştuğu gözlemlenmektedir (Kooyman, 2009). Karada atmosfer basıncı 1 iken her 10 metre sualtı derinlikte atmosfer basıncı 1 değer artış göstermektedir. Su altı dalış fizyolojisinin anlaşılabilmesi için bazı fizik yasalarının bilinmesi gerekir bunlar;

Boyle - Mariotte yasası

Bir gaz kütlesine uygulanan basınç arttıkça hacmi küçülür (Kooyman, 2009; Sümen, 2010).

Henry yasası

Gazların sıvı içerisindeki çözünürlüğü artan gaz basıncı ile doğru orantılı olarak artar (Beatty & Rothschild, 2008).

Su altı dalışta ortaya çıkan problemler temelde su altında ve yüzeye çıkışta olmak üzere iki farklı durumda karşımıza çıkmaktadır. Bu problemler;

Sıkışmalar (barotravmalar)

Kulak zarı yırtılması

Vertigo

Yorgunluk bitkinlik tükenme

Hipotermi, hipertermi

Hiperventilasyon sığ su bayılması

Boğulma

Karbondioksit, Karbonmonoksit zehirlenmesi

Oksijen zehirlenmesi

Hipoksi – Anoksi

Nitrojen narkozu

Dekompresyon (vurgun) hastalığı (Kooyman, 2009)

En sık karşılaşılan su altı dalış yaralanmaları sıkışmalardır. Bunlar;

Dış, orta ve iç kulak sıkışmaları.

Sinüs sıkışmaları

Akciğer sıkışmaları

İniş baro travması

Çıkış baro travması

Akciğer doku hasarı

Amfizem

Pnömotoraks

Arteriyel gaz embolisi

Maske sıkışması (göz barotravması)

Diş sıkışması

Mide ve bağırsak sıkışmaları (Aslan, Yumbul, Toklu, & Aktaş)

Dış kulak sıkışması

Dış kulak yolunun tıkalı olması sebebiyle (kulak tıkacı vb.) dış kulakta ağrı ve kanamaya sebep olmasıdır (Beatty & Rothschild, 2008).

Orta kulak sıkışması

Kulak eşitlemesi yapılamadığı (Valsalva manevrası) durumlarda orta kulakta oluşan negatif basınca bağlı, dolgunluk hissi, baş dönmesi, bulantı ve kusma gibi belirtilere yol açan; ödem kanama ve işitme kaybına yol açabilen bir durumdur (Gooden, 1994).

İç kulak sıkışması

İniş sırasında yapılan kuvvetli valsalva manevrasına bağlı oluşan, kulakta çınlama, işitme kaybı, baş dönmesi ve denge kaybına yol açan bir durumdur (Schagatay, van Kampen, Emanuelsson, & Holm, 2000).

Sinüs sıkışmaları

Sinüslerde bulunan hava basıncının dengelenememesi durumunda ortaya çıkarak şiddetli sinüs ağrısına ve aşırı sinüs salgısına yol açabilen bir durumdur (Acott, 1999).

Akciğer sıkışmaları

Akciğerlerin iniş barotravması (akciğer sıkışması)

Pnömotoraks

Akciğerlerin basınç etkisi ile kollabe (çökmesi) olmasıdır (Lippmann, 2008).

Akciğerlerin çıkış barotravması

Akciğer doku hasarı

Basınçlı hava dalışlarında görülür. SCUBA dalıcılarında ikinci sıradaki ölüm nedenidir. 1 m derinlikte bile oluşabilir ; akciğer hava kese-

leri basınç farkı 80 mm Hg' yı geçince yırtılır. Akciğerlerdeki havanın genişlemesine bağlı olarak alveollerde oluşan yırtılmalar sonucu gelişir (Arness, 1997).

Arteriyel gaz embolisi

Akciğer alveollerinin hasarlanması sonucu kana karışan hava kesecikleri dolaşım sisteminde tıkanmalara yol açarak ölümcül sonuçlar doğurabilmektedir (Arness, 1997).

Subkutan amfizem veya Mediastinal amfizem

Havanın cilt altına veya mediastinuma kaçması sonucu ortaya çıkan tablodur. Genellikle subcutan mediastinal amfizem bir arada oluşur. Hava mediastenden boynun alt kısımlarına ve yumuşak dokulara kaçar. Doğrudan cilt altına kaçan hava nedeni ile dalgıç boynunda dolgunluk hisseder ve sesinde değişiklik olur. Dokunma ile ciltte çıtırtılar hissedilir (Gooden, 1994).

Maske sıkışması (göz baro travması)

Dalış esnasında maske ile yüz arasında bulunan hava basıncın etkisiyle oluşan sıkışma, yüzde ve gözlerde vakum etkisi yaparak bu bölgelerde kanlanmaya, kızarıklığa ve morarmaya sebep olur. Bu durumun önlenmesi için burundan belli aralıklarla maskenin içine hava vermek gereklidir (Sümen, 2010).

Diş sıkışması

Çıkış sırasında ortaya çıkan özellikle dolgulu dişlerde kalan hava kabarcıklarına bağlı oluşan diş ağrısı şeklinde kendisini belli eder (Sümen, 2010).

Mide ve bağırsak sıkışmaları

Dalış esnasında bağırsaklarda kalan gaz çıkış esnasında genleşeceğinden bağırsak ve mide de oluşturabileceği gerginliğe bağlı ağrıya sebep olabilmektedir (Gooden, 1994).

Yorgunluk, bitkinlik, tükenme:

Dalış tecrübesinde yetersizlik, kondisyon düşüklüğü, panik vb. benzeri sebeplere oluşabilecek hızlı tükenmeye bağlı boğulmalar oluşabilmektedir (Gooden, 1994).

Hipotermi / Hipertermi

Suyun ısı iletkenliği havanınkinden 25 kat fazladır. Özellikle soğuk suda vücut sıcaklığı hızlı bir şekilde düşebilmektedir. Vücut sıcaklığının

33 derece ve daha altına düşmesi (hipotermi) ölümcül sonuçlara yol açabilmektedir. Vücut iç sıcaklığının da kontrol edilemeyerek fazlaca yükselmesi de hipertermiye bağlı ölümlere yol açabilir (Aslan et al.).

Hiperventilasyon / Sığ Su Bayılması

Serbest dalış öncesi yapılan hiperventilasyon ile kandaki CO2 seviyesi düşürülmüş olur.

Bu sayede dalış esnasında oluşan CO2'ye bağlı soluk alma ihtiyacı ötelenerek su altında kalma süresi uzatılmış olur. Dalış esnasında akciğer hacmi küçülmekte ve Akciğerlerdeki PO2 oranı ile kandaki PO2 oranındaki fark az olduğundan pek sorun teşkil etmez. Ancak yüzeye yaklaştıkça akciğer hacmindeki genişlemeye bağlı olarak kandaki oksijen hızlıca akciğer alveollerine transfer olmakta ve azalan kan PO2 seviyesinden kaynaklı bayılmalar gerçekleşebilmektedir. Bu durum hemen müdahale edilmezse ölümcül sonuçlara yol açabilmektedir (Kooyman, 2009).

Vertigo

İç kulakta dengeden sorumlu olan vestibular sistemde basınçtan kaynaklı oluşan hasara bağlı ortaya çıkan, denge kaybı, hızlı göz hareketleri, acı hissi gibi belirtileri olan geçici ya da kalıcı olabilen bir rahatsızlıktır (Lippmann, 2008).

Boğulma

Hava yollarına sıvı girişi ile ortaya çıkan ve birkaç dakika içerisinde ölümle sonuçlanabilen bir durumdur.

Normal şartlarda su doğal reflekslerle mideye gönderilir ancak bilinç kaybı olması durumunda su akciğerlere dolarak boğulmalara yol açabilmektedir.

Akciğerlere dolan su hipoksiye (oksijen eksikliği) ve oradan da anoksiye (oksijen yokluğu) yol açarak ölüme sebep olabilmektedir (Kooyman, 2009).

Karbondioksit / Monoksit Zehirlenmesi

Tüp içerisine çeşitli nedenlerle CO2 karışması sonucunda oluşabilen, baş ağrısı, bitkinlik, morarma ve bilinç kaybı ve sonrasında ölümle sonuçlanabilen bir durumdur (Gooden, 1994).

Oksijen zehirlenmesi

Özellikle tüplü dalışlarda saf oksijen solunmasına bağlı artan hiperoksik (kanda fazlaca oksijen bulunması) ortam hücrelerde aşırı oksijen

emilimine bağlı sinir sisteminde ve akciğer dokusunda ciddi hasarlara yol açabilmektedir. Scuba ile yapılan dalışlarda ilgili derinliklerde gerekli ayarlamaların iyi yapılamamasından kaynaklanır. Bu sebeple profesyonel bir eğitim alınması şarttır (Schagatay et al., 2000).

Nitrojen (azot) narkozu – martini etkisi (derinlik sarhoşluğu)

Normal şartlar altında havada bulunan nitrojen dokulara difüze olmaz. Ancak yüksek basıncın etkisiyle nitrojen dokulara difüze olmakta ve buna bağlı alkul ve uyuşturucu etkisi yapmaktadır.

Önce geçici hoşluk ve devamında bilinç kaybına kadar giden bir durum oluşmaktadır.

Kişinin dalış tecrübesi ve bünyesine bağlı olarak farklı derinliklerde ortaya çıkabilir yükselmek ve basıncı azaltmak etkiyi azaltır (Lippmann, 2008).

Dekompresyon (vurgun) hastalığı

Dalış sonrası uzun süre dipte kalmak vücudun azot emilimi arttırmaktadır. Yüzeye hızlı çıkışlarda azot gaz haline dönüşmekte ve hava kabarcıklarına sebep olmaktadır. Bu durum bir çok dokuda hasara yol açabilmektedir. Dekompresyondan korunmada basınç odaları ve yüzeye kademeli çıkışlar uygulanmaktadır (Kooyman, 2009).

KAYNAKÇA

Acott, C. (1999). A brief history of diving and decompression illness. *SPUMS JOURNAL, 29*(98-109), 31.

Arness, M. K. (1997). Scuba decompression illness and diving fatalities in an overseas military community. *Aviation, space, and environmental medicine, 68*(4), 325-333.

Aslan, Y., Yumbul, A. S., Toklu, A. S., & Aktaş, Ş. Serbest Dalışta Fizyoloji ve Dünya Rekorlari. *18. SUALTI BİLİM VE TEKNOLOJİ TOPLANTISI 14-15 KASIM 2015*, 10.

Beatty, B. L., & Rothschild, B. M. (2008). Decompression syndrome and the evolution of deep diving physiology in the Cetacea. *Naturwissenschaften, 95*(9), 793-801.

Belviranlı, M., Okudan, N., Kabak, B., Erdoğan, M., Karanfilci, M., & Ada, M. (2017). Yüksek irtifa antrenmanının pentatlon sporcularında oksidatif stres ve antioksidan savunma belirteçleri üzerine etkisi. *Genel Tıp Dergisi, 27*(3), 95-99.

Erdoğan, M. (2019). Yüksek İrtifa fizyolojisi ve adaptasyonun askerî fiziksel hazır bulunurluk seviyesine etkilerinin değerlendirilmesi. *Kara Harp Okulu Bilim Dergisi, 29*(1), 1-15.

Gooden, B. A. (1994). Mechanism of the human diving response. *Integrative physiological and behavioral science, 29*(1), 6-16.

Günay, M., Cicioğlu, H., & Kara, E. (2006). Egzersize metabolik ve ısı adaptasyonu.

Kooyman, G. L. (2009). Diving physiology *Encyclopedia of marine mammals* (pp. 327-332): Elsevier.

Lee, S. M., Williams, W. J., & Schneider, S. M. (2002).

Role of skin blood flow and sweating rate in exercise thermoregulation after bed rest. *Journal of applied physiology, 92*(5), 2026-2034.

Levine, B. D., & Stray-Gundersen, J. (1997). "Living high-training low": effect of moderate-altitude acclimatization with low-altitude training on performance. *Journal of applied physiology*.

Lippmann, J. (2008). Review of scuba diving fatalities and decompression illness in Australia. *Diving Hyperb Med, 38*(2), 71-78.

Low, D., Cable, T., & Purvis, A. (2005). Exercise thermoregulation and hyperprolactinaemia. *Ergonomics, 48*(11-14), 1547-1557.

Schagatay, E., van Kampen, M., Emanuelsson, S., & Holm, B. (2000). Effects of physical and apnea training on apneic time and the diving response in humans. *European journal of applied physiology, 82*(3), 161-169.

Sümen, S. G. (2010). Dalışın Solunum Sistemi Üzerine Etkileri ve Sağlık Sorunları. *GÖĞÜS HASTALIKLARI*, 35.

Wendt, D., Van Loon, L. J., & Lichtenbelt, W. D. M. (2007). Thermoregulation during exercise in the heat. *Sports medicine, 37*(8), 669-682.

Yalçın, M., Kardeşoğlu, E., & Işılak, Z. (2011). Yüksek İrtifa ve Kalp. *TAF Preventive Medicine Bulletin, 10*(2).



Bölüm 4

DÜŞÜNME STİLLERİ VE SPORA YÖNELİK TUTUM

Abdullah Sencer TEMEL[1]

Hakan Salim ÇAĞLAYAN[2]

1 Konya Şeker Sanayi ve Ticaret A.Ş.,Türkiye, mail mail sencer_temel@yahoo.com, Orcid: 0000-0003-0382-9466

2 Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Türkiye, mail hcaglayan@selcuk.edu.tr , Orcid:0000-0003-4082-500X

Bu çalışma 1'inci yazarın 2'inci Yazar danışmanlığında yürütmüş olduğu (No:543839) numaralı Doktora Tezinin Bir Bölümünden Üretilmiştir.

1.Giriş

İnsanlık tarihinin başlangıcı kadar uzanan düşünme kavramının terminolojiye ilk girişi felsefe ile olmuştur. Felsefenin temel taşı olan ve bu yolla kimlik kazanan düşüncenin en kapsamlı şekliyle ilk tarih sahnesine çıkışı ise Eskiçağda yaşamış ünlü düşünür filozof Herakleitos sayesinde olmuştur. Kendi kullandığı ve farklı dillere çevrilemeyen "logos" (kavrama, anlama) anlamına gelen yunanca kökenli kelime varlık bilimin temelinini oluşturarak o tarihten günümüze kadar öğrenmeye, bilmeye, anlamaya, kavramaya ve ifade etmeye şeklinde karşımıza çıkmaktadır (Mckeon, 1941).

Düşünme, insan zihninde meydana gelen düşünme süreçlerinin farklı biçimde dışarıya yansımasıdır. Düşünce sahip olduğu tarihsel süreç içerisinde her zaman var olmuş insan davranışlarını, tutumlarını sahip olduğu eğilimleri, toplum içerisindeki statülerini belirlemede temel belirleyici faktör olmuştur. Farklı kişilik ve karakter yapıları haliyle farklı düşünme stillerinin oluşmasına neden olmuştur. İnsanların düşünme biçimleri birbirinden farklılık arz etmekte olup bireyin sahip olduğu birikim, yetenek ve kişisel özelikler düşünce biçiminin oluşmasında ve şekillenmesinde önemli rol oynamıştır. Bireylerin düşünce stilleri, içinde bulunulan sosyal çevreye, topluma, zamana ve kitlelerin kültürel yapılarına göre problemlerin çözümünde ve karar verme aşamalarında bazen yüksek derecede bazen de düşük seviyede uygulandığı görülmektedir (Zabukovec ve Kobal-Grum, 2004).

Yaşamın her bir parçasında hayat bulan düşünme kavramı hayatın elle tutulan tutulmayan her alanında yer aldığı gibi spor ile de iletişim ve ilişki içerisinde olmuştur. Özellikle kentsel yaşamın getirdiği stres ve zorlukların yanında kalabalıklaşan toplumlarda, teknolojinin insanların hareketsiz yaşam tarzın adeta mahkûm edilmesiyle toplumlarda sosyal, kültürel, ekonomik birçok sorunları ve beraberinde çatışmalar meydana gelmiş bu durum insanların fiziksel ve ruhsal yönden negatif etkilenmesine sebep olmuştur. Bu sebeplerden ötürü sporun önemi giderek önem kazanmaya ve insanlar arasında karşılık bulmaya başlamıştır. Özellikle masa başında çalışan ve gününün büyük bir kısmını hareketsiz geçiren sedanter bireyler arasında yaygınlaştırılması birçok resmi kurum ve kuruluşların öncelikli hedefi olmuş bu doğrultuda bilgilendirici tanıtımlar ve çalışmalar yapılmaya çalışılmıştır. Nitekim bu öncü kuruluşlardan biri olan United Nations (2015) sporun başta toplumlar arası ilişkileri düzenleyen, insanların yaşamı üzerinde sağlık, sosyolojik, psikolojik ve toplumsal faydalar sağlayan, toplumlar arası sınıfları ortadan kaldıran, fertlerin ve milletlerin refah seviyesini arttıran birleştirici bir unsur olarak tanımlamış bu yönde spor bültenleri ve özel spor günleri organize ederek sporu insan yaşamına bütünleştirilmesine çalışmıştır.

Düşünme ve tutum kavramları birbiriyle ilişkili olup olumlu ve olumsuz düşünme biçimi, sahip olunacak tutumu doğrudan etkilemektedir. Tutum, fertlerin insanlara ve dış dünyanın bir parçası olan her şeye karşı geliştirdiği tepki ve eylemlerden oluşan önceden öğrenilmiş eğilimlerdir. Tutum; tecrübeler vasıtasıyla örgütlenen bireysel noktada farklılık gösteren ve birbirine uzak ve yakın ilişkili her duruma tepki vermeyi sağlayan zihinde gelişen bir süreçtir (Shapiro, 1999). Düşünme ve tutum kavramları sosyalleşme süreci ile de çok yakından ilişkilidir. Sosyal açıdan milletlerin medenileşme ve çağdaşlaşmalarında sporun özellikle sportif aktiviteler önemli rol oynanmaktadır. Bu noktada, devlet özel kurum ve kuruluşlarında çalışan vatandaşlarının sportif aktivitelerden maksimum düzeyde faydalanmasına olanaklar sunarak bu yolla fiziksel aktivite alışkanlığı edinmeyi sağlayarak bireylerin spora yönelik olumlu tutumlar geliştirilmesinde önemli katlılar sağlamaktadır (Kiremitçi, 2012).

1.1. Düşünme Kavramı

İnsanoğlunu diğer canlılardan farklı kılan en temel karakteristik özellik olan düşünme ve süreci; dış çevredeki meydana gelen gelişmeleri ve olayları sembolleştirerek bilgiyi anlamlı bir bütün halinde getirmek için gösterilen akıl çabaları şeklinde yorumlanabilir (Arkonaç 1998; Akkurt 2001).

Düşünme tüm tarihsel süreç içerisinde bilimselliğe temel teşkil ederek onu şekillendiren ve gelişimine katkı sağlayan bir kavram olmuştur. Düşünce hiçbir zaman tek yönlü ve boyutlu olmamış iletkenlik yani aktarılabilirlik özelliği sayesinde farklı kimlik ve eylemler bütünlüğü içerisinde karşımıza çıkmıştır. Geçmişten günümüze kadar birçok bilim insanı, düşünür, felsefeci ve teolog düşünme üzerinde farklı çalışmalar ve araştırmalar yapmış günümüzde de hala önemini koruyan ve değer bulan sözler ve ifadeler bırakmışlardır. Ünlü Fransız matematikçi ve fizikçi düşünür Blaise Pascal "düşünceler" adlı temel eserinde (1962) "Dünyayı idare eden düşünceler değil kuvvettir"; ancak kuvveti kullananlar da düşünenlerdir" diyerek düşünmenin önemini vurgulamıştır. Yine ünlü İtalyan oyun yazarı Epikharmos "İnsan düşünce sayesinde görür ve duyar; her şeyden faydalanılan, bütün her şeyi bir kalıba ve şekle sokan idare ve yönlendiren düşüncedir" bunun dışındaki kalan her şey kör, dilsiz ve cansızdır" demiştir. "Düşünceler gayeleri doğurur. Gayeler eyleme dönüşür, eylem alışkanlıkları oluşturur, alışkanlıklarda karakteri belirleyerek, kaderimizi tayin eder" sözüyle Amerikan teolog Tryon Edwards düşüncenin her şeyin başlangıç noktası, sevk ve idarecisi olduğunu belirtmiştir (Erişim, 2018a).

Yaşamımız içerisinde sıklıkla ifade ettiğimiz "düşünce" kavramını detaylı incelediğimizde zamanla farklı anlam ve boyutlar kazandığını gör-

mekteyiz bunun temel nedeni olarak düşüncenin farklı bölümlerden oluşan karmaşık bir zihinsel süreç olmasıdır (Beydoğan, 2003). Düşüncenin tarihsel yolculuğu, insanoğlunun varoluşundan itibaren; düşünce tarihi, sosyal, felsefî, dinî ve doğal olaylar bütünlüğü içinde ele alındığı zaman daha iyi anlaşıldığı görülmektedir (Erdoğan, 2017).

1.2. Düşünme Biçimleri

Düşünme, insan zihninde sınırsız beceriler dizisidir. Düşünme tarzı, kişilerin bilgiyi işleme ve değerlendirme, problem çözme ve karar verme konusundaki özel yaklaşımını ifade eder (Armstrong ve Cools, 2009). Bireylerin karar verme sürecinde kullandıkları stratejiler, düşünme stilleri ve bireysel farklılıklar çerçevesinde karar verme davranışı üzerinde etkili olmaktadır (Atılgan ve Tükel, 2019). Düşünce ulaşılması hedeflenen amaç ve barındırdığı beceriler sayesinde farklı türlere ve çeşitlere göre sınıflandırılmaktadır. Eleştirel düşünme, yaratıcı düşünme, yansıtıcı düşünme başlıca düşünme biçimleridir (Güven ve Kürüm, 2008). Günümüz bilgi çağı; kritik yapabilme yetisine sahip, farklı bakış açıları ile düşünebilen, paylaşımcı, sahip olduğu fikri ve düşünceyi somutlaştırıp pratiğe dökebilen böylelikle kendi kişisel ve sosyal gelişimine katkı sağlayabilen fertler olmayı mecburi kılmaktadır (Özden, 2000).

1.2.1. Eleştirel Düşünme

Eleştirisel düşünme, doğal bir süreç olması sebebiyle kendisine bırakılır, bazen karmaşık, taraflı bazen de habersizce yapılan düşünme potansiyel olarak, önyargılı olup mükemmelliğin zihinde işlenmesidir (Scriven ve Paul, 2004). Eleştirel düşünme; hedeflenen amaçlara ulaşmak, sorunları çözmek için sahip olunan yetenektir. Eleştirisel düşünmede üzerinde durulması gereken nokta ne düşünüleceğinden farklı olarak nasıl düşünülmesi gerektiğinin sorgulanması ve neticesinde doğru düşünme biçimine ulaşılmasıdır.

Eleştirel düşünce noktasında tam bir fikir mutabakatı oluşturulamamış olup, basitçe bilgiyi analiz etmek ve değerlendirme kabiliyeti çerçevesinde düşünceyi şekillendirmek, temada olduğu gibi özü ve içeriği aynıdır şeklinde yorumlanmıştır. Paul (1992)'a göre eleştirel düşünmeyi "kişinin kendi düşünce stilini oluşturmaya yönelik düşünme" olarak tanımlamakta ve eleştirel düşünmeyi değerlendirme standartlarına göre sadece düşünme olmadığını aynı zamanda bireyin kendi potansiyelinin farkına varıp kişisel gelişimine katkı sağlayıp gelişimi tamamlamaktır diye tanımlamıştır (Güven ve Kürüm, 2006). Diğer bir tanımda ise; Paul ve Elder eleştirel düşünmeyi iyileştirmeler getirme adına analizler yapma ve değerlendirme sürecidir şeklinde yorumlamıştır. Eleştirel düşünme, düşüncedeki en temel yapıların yani düşünmenin en temel unsurları evrensel entelektüel

standartlar doğrultusunda incelemek gerekliliğidir. Eleştirel düşüncenin yaratıcılık ekseninde en can alıcı kısmı ise düşüncenin gelişimi ve yeniden konfigürasyonun analizler neticesinde bir düşünce hukukunun oluşturulmasıdır (Paul ve Elder, 2004).

Phillips ve Burrell (2009)'e göre eleştirel düşünce önceleri stratejik istihbarat kullanımı güçlendirmek adına kullanılan kapsamlı bir düşünme şeklidir şeklinde tanımlanmıştır. Lakin eleştirel düşünce daha yüksek düzeyde derinsel anlama kabiliyeti gerekmekteydi. Öğrenme ortamında bireylerin yüzeysel gözlemlerinin dışında gelişen durumlara neden olan verileri nedenleri ve sonuçları ile derinlemesine araştırıp altında yatan nedenleri ortaya çıkarılması gerekliliği ile konular hakkında derinlemesine daha iyi bir anlama oluşacaktı. Ayrıca eleştirel düşünme insanların, birden fazla bilgi kaynağı içeren, belirsizlik noktasında farklı durumlara adapte olmalarını sağlayan farklı yetenekler kazanmalarına yardımcı olmayı sağlamaktaydı (Helsdingen, 2010).

Eleştirisel düşünmede 2 çeşit insan tipi karşımıza çıkmaktadır. Bunlar aktif (eleştirel) ve pasif (yalın) düşünen bireylerdir.

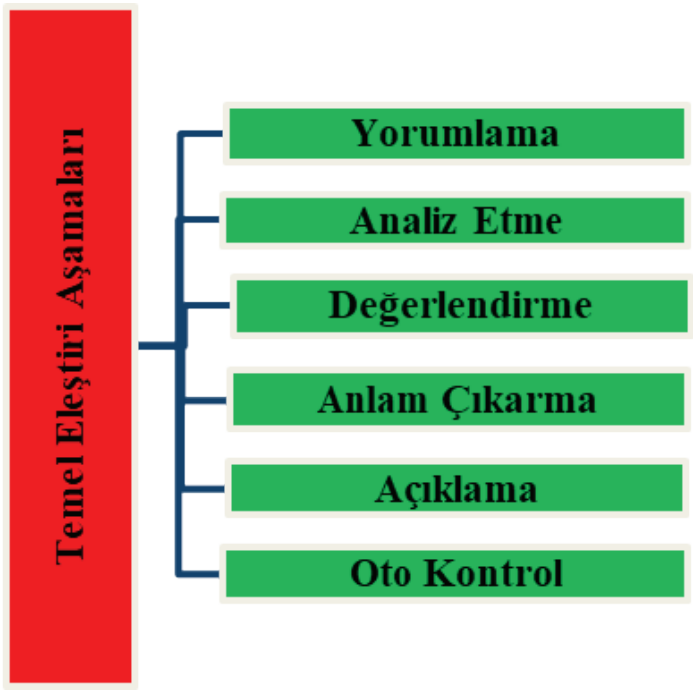
- **Aktif Düşünür**; eleştirel düşünürler başkalarıyla sürekli iletişim halinde olup, önem teşkil edebilecek sorunları irdeler, gündeme getirir, formüle eder, bilgileri toplayıp farklı bakış açıları ile analiz ve sentezlemesini yapar sadece somut değil soyut olarakta düşünen bireylerdir.

- **Pasif Düşünür;** sınırlı bakış açısına sahip, ego merkezli bir yapısı olan, kendilerine göre sadece mantıklı ve somut olan nesne ve durumlara reaksiyon verebilen yalın ve sabit düşünen fertlerdir.

Dolayısıyla eleştirel düşünme önemli ve gerekli bir düşünme biçimi olup insanların karşılaştıkları zihinsel ve ruhsal sorunların çözümünde aktif olarak yardımcı olmakta konuların farklı bakış açıları ile değerlendirilmesine olanak sağlamaktadır (Hatcher ve Spencer, 2005).

1.2.1.1 Temel Eleştirel Düşünme Süreçleri

Facione (2008) tarafından temel eleştirel düşünme süreçleri; yorumlama, analiz etme, değerlendirme, anlam çıkarma, açıklama ve oto kontrol olarak sınıflandırılmıştır.



Şekil 1.Temel Eleştirel Düşünme Becerileri *(Facione, 2008).*

i. Yorumlama: Kelime anlamı olarak farklı tecrübeleri ve olayları, etkinlikleri, bilgileri, inançları, farkı duruma özgü yöntem ve işlemleri anlama ve kavrama şeklinde tanımlanabilir. Yorumlama kelime başlığı altında üç farklı alt dizine ayrılır; kod çözme, kategorize etme ve anlamlılık oluşturma.

ii. Analiz Etmek: Analiz, inanç, yargı, tecrübe, neden, veri veya fikirleri açıklamak için tasarlanan, soruları, kavramları, sonuçları veya diğer farklı durumları amaçlayan birbiri ile ilintili ifadeleri tanımlamak.

iii. Değerlendirme: Bireyler arasındaki, deneyim, yargı, inanç veya birbirinden farklı görüş ve ifadeleri diğer bir bireyin benzer özellikleri ile karşılıklı değerlendirme çeşitli sorular ile arasında anlamlı ilişki mantığı kurarak değerlendirme yapmaktır.

iv. Anlam Çıkarma: Denekler arasında makul sonuçlar çıkarmak için gerekli elementleri tanımlamak ve güvence altına almak; varsayımlar ve hipotezler ışığında ilgili konuyla ilgili verileri göz önüne alarak veri tabanından gelen bilgileri, kavramlar, açıklamalar, ilkeler, görüşler, tanımlamalar getirerek sonuca tesir edecek bilgileri en asgariye indirmektir.

v. Açıklama: Kişinin muhakeme sonuçlarını belirtmek; bu muhakemeyi haklı çıkarmak için kanıt, kavramsal, metodolojik, kriterolojik ve

bağlamsal sonuçların dayandığı esasları sunarak akılcı güçlü argümanlar vasıtasıyla akıl yürütme işlemedir.

vi. Oto Kontrol: Uzmanlar oto kontrol kavramını "bilinçli olarak kişinin izlemesini" bir takım bilişsel faaliyetler ve bu aktivitelerde kullanılan unsurların ve neticelerin analiz becerileri ışığında değerlendirilerek kişinin sahip olduğu bilgi donanımını ve akıl zekâsını doğrulamaya ve şekillendirmeye yönelik kapsamlar bütünüdür şeklinde açıklanabilmektedir. Özetle; eleştirel düşünme ardışık ilişkileri tanımlama, verilen ifadelerin güvenirliğini araştırma ve kesin bir yargıya varabilmek için tüm unsurların detaylı olarak incelenip mantık yürütme yeteneği çerçevesinde bir fikir temeli oluşturmaktır.

1.2.2.Yaratıcı Düşünme

Kaufman ve Beghetto (2007)'a göre yaratıcılık kavramı birçok konu ve akademik alan ile ilişkilendirilebilir. Bu aşamalardan en bilinen ve belirgin olanı yaratıcılığın temelini oluşturan "sanat" kavramı sonrasında daha az önem teşkil eden "ekonomi ve eğitim alanı olarak" karşımıza çıkmaktadır (Kaufman ve Beghetto, 2007). Yaratıcı düşünme; öncelerinde aralarında bir bağlantı ve ilişki derecesi oluşmamış olay ve nesneler arasında ilişki kurulması haliydi. Burada üzerinde durulması gereken husus, nesnelerin ve düşüncelerin yaratıcı düşünmenin merkezinde olduğu yaratıcı bir fikir ortaya atabilmek için iyi bir hayal gücü ve kurgulama yeteneğine olan gereksimdi. Hayal gücü insanları yeni fikirlere ve çözümlere götüren önemli bir güçtü. Çünkü yaratıcı düşüncenin temelinde; bilgi, yetenek, değerler, alışkanlıklar, kişisel özellikler ve farklılıklar tabiki bunların tamamlayıcısı olan zekâ yer almaktadır (Üstündağ, 2003).

Anderson'a göre yaratıcılık ve zekâ hayata farklı bir pencere ile bakabilme ve bunu en iyi şekilde işleyip toplumun yararı ve faydası yönünde sergileyebilme becerisidir" şekilde yorumlamaktadır (Anderson, 2009). Pastorelli tanımına göre "öncesinde hiç akla gelmemiş bir fikri ortaya çıkarmak ve öne sürmektedir" olarak açıkladığı yaratıcı düşünme insanların etraflarındaki olaylara ve gelişmelere bakış açısını zenginleştiren, kavrama becerisini pratik ve ekonomik çözümler sunarak farklı bakış açısı geliştirmemizi sağlayan düşünce biçimidir şeklinde tanımlamıştır (Pastorelli, 2007).

1.2.3. Yansıtıcı Düşünme

Yansıma, temel olarak yansıtıcı düşünme kavramı ile iç içedir. Genel bilinen manada yansıma; analiz etme, verimlilik ve üretmeye yönelik alternatifler geliştirilmesi anlamında yeni bilgi ve tecrübeler bulmak için geçirilen bir dizi bilişsel sorgulama sürecidir. 20 yüzyılın başlarında

J. Dewey, Lipman ve Kember'in özellikle bu kavramı eğitim alanında vurgulanmış ve ön plana çıkmıştır. Yansıtıcı düşünme farklı varsayımlar oluşturarak ve ilgili tezler üzerine çalışmalar yapıp, tümevarım modeli ile bilgi toplama ve neticeye ulaşmayı sağlayan bir düşünme biçimi şeklinde anlaşılmıştır. Dewey, yansıtıcı düşünmede hareketin temel noktasına odaklanır ve yansıtıcı düşünceye sahip olan uygulayıcıların aktif, sorgulayıcı, kararlı fertler olarak tanımlar dolayısıyla bu bireylerin tutum ve davranışlarında netlik ve mesuliyet bilinci vardır sonucuna ulaşmıştır (Dewey, 1933).

Yansıtıcı düşünme; Dewey ile önemli bir çalışma alanı olarak literatürümüze girmiş olmasına rağmen bu alanda farkı çalışmalar ve tanımlamalarda yapılmıştır. Boud, Keogh ve Walker yansıtıcı düşünmeyi "öğrenme ile ilişkili olarak kişilerin farklı entelektüel ve duyusal fikir ve görüşlere" ulaşmasını sağlayan değişik tecrübeler edilmesine yol açan biz dizi faaliyetlere bütünüdür şeklinde tanımlamıştır (Boud ve ark 1985). Sezer'e göre yansıtıcı düşünme öğrenilmesine ihtiyaç duyulan bilgi ile öğrenme durumu arasındaki bir köprüdür (Sezer, 2008).

Dewey (1993)'e göre yansıtıcı düşünmenin; ''aktif, kalıcı ve dikkatli bir inanış çerçevesinde veya ileride muhtemel oluşabilecek sonuçları destekleyen varsayımlar ve eğilimler ışığında meydana gelmesidir" şeklinde yorumlar. Dewey yansıtıcı düşünceyi "yansıma öncesi ve "yansıma" olmak üzere 2 evreye ayırmıştır. Birinci evre yansıma öncesinde problemim kaynağı ve nedenleri araştırılırken, ikinci evrede gerekli materyallerin ve uygun verilerin toplaması neticesinde bir sonuca ulaşmak şeklinde özetlemiştir (Dewey, 1993).

Dewey (1993), düşünme evrelerini özetle aşağıda maddeler halinde açıklamaktadır;

- Aklı muhtemel sonuçlara ulaştıran tavsiye ve öneriler.
- Bir sorunun cevabının bulunabilmesi için karşılaşılan zorlukları denemeler yolu ile tecrübe edilerek mantığa yatkın bir şekle getirilmesi.
- Düşüncelere ve önerilere önderlik edilmesi adına bir tavsiyenin diğer uygulamaya yol gösterici olması ve bu doğrultuda gerekli bilgi ve envanterlerin bulundurulması.
- Fikirlerin ve hipotezlerin insan beyninde somutlaştırılması evresi.
- Varsayımların, zihinde önceden tasarlanmış bir şema ile teste tabi tutulması evresini kapsamaktadır.

Seviye	Evre	**Temalar ve İçerikler**
1	Raporlama ve Cevaplama	Konunun içeriğinin ne olduğuna dair raporlama yapmak. Gözlemler yaparak duruma cevap verilebilirlik, düşünce ve fikirleri beyan etmek, soru sormak
2	İlişkilendirme	Sahip olunan profesyonel tecrübe, bilgi, donanım ve yetenekler çerçevesinde, durumlar arasında ilişkilendirme yapabilme
3	Tümevarım	Olay veya sorunun altında yatan önemli faktörleri ayrıntılı olarak vurgulamak. Nedenlerini bir anlayış çerçevesinde açıklamak. Muhakeme yeteneğini kullanarak, konu ile ilgili kaynak ve çalışmaları araştırmak. Farklı bakış açısı ile bakmak
4	Yeniden Yapılandırma	Yeniden yapılandırarak, gelecekteki benzer bir anlayışı profesyonel bir çerçevede nasıl bir kez daha oluşturabilir hesaplamak.

Tablo 1. The 4 Rs yansıtıcı düşünme modeli *(Carrington ve ark 2010).*

1.3. Düşünmede Bireysel Farklılıklar

Son yıllarda bireysel farklılıklar üzerine yapılan çalışmaların insan düşüncesiyle ilgili olarak bilişsel araştırma eksenine doğru kaydığı görülmektedir (Evans, 2002). Örgütsel davranış ile ortaya çıkan insan kavrayışı çoğunlukla kişinin nasıl algıladığı ve düşündüğü ile ilgilidir. Dolayısıyla; düşünmede bireysel farklılıklar vardır. İnsanların konuları ve durumları algılama ve kavrama biçimleri farklı olup, düşünme şekilleri de o yönde şekillenmektedir. Algılamalar önemlidir, çünkü kişinin tutumları davranışları ve sahip olduğu nitelikler ve özellikler kişinin kavramı nasıl anlamlandırdığı noktasında önemlidir. Algılama süreci, bilgiyi fark etmeyi, seçmeyi ve sınıflandırmayı içerir. Bu karmaşık süreçte bilgi doğal olarak kaybolabilir veya değişime uğrayabilir bu sebeple kişinin edindiği bilgi eksik ve yanlış olup düşüncesine teshir edebilir (Elsbach ve Hargadon, 2005). Ayrıca farklı düşünme stillerine sahip bireyler proaktif bakış açısına sahiptir ve yenilikçi risk alma, fırsatları yakalama noktasında diğer bireylere göre daha başarılı olma olasıkları daha yüksektir (Tukel, 2020)

1.5. Düşünme Stilleri

Palut, düşünme stilini kişinin iç dünyasında meydana gelen düşünce ve süreçlerinin farklı bir biçimde dışa yansıması şeklinde yorumlanmaktadır (Palut, 2004). Diğer farklı bir tanımda ise düşünme stili, fertlerin karşılaştıkları sorunlara, olaylara ve çeşitli problemlere karşı zihinsel süreçte değerlendirme neticesinde ortaya koyduğu eğilim ve yönelmelerdir (Sünbül, 2004).

Düşünme ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında düşünme stillerini tartışmaya açan birçok kuram olduğu gözlenmektedir. Tüm bu bilimsel bulgular, insanların düşünme yöntemini bulmaya yönelik olmuştur. Bu kuramlardan bir tanesi ise Zihinsel Özyönetim Kuramıdır (Mental Self-Government). Sternberg tarafından bulunan ve geliştirilen bu teoride ana tema, dünya üzerinde pek çok insan ve kurum tarafından benimsenmiş olan yürütme, yetkili, yargısal, monarşik, hiyerarşik ve oligarşik) düşünme stillerinin meydana getirilmesidir (Buluş, 2000).

Bu ilkelere göre, insanlar günlük rutinleri içinde kendileri için yararlı olan ve en huzurlu hissedebilecekleri düşünme biçimini tercih etmeye meyillidirler (Duru, 2004). Bu kuramın ana felsefesi, bireylerin rutin, sıradan etkinliklerini yönetmek ve sevk etmek için sürekli her daim düşünceye ihtiyaç duyduklarını itina eder. Zihinsel Öz Yönetim Kuramı, sadece tek yalın bir düşünme biçiminin yorumlanmasından çok, her bir fert için düşünme stilinin kesitini göstermektedir (Çubukçu, 2004).

Düşünme stillerinin genel özelliklerini aşağıdaki maddeler halinde özetlemiştir;

1. Stiller becerileri sergilemekte kullanılan inisiyatiflerdir. Sternberg'in kuramına göre stil bir yetenek değil bir yöntem ve düşünme şeklidir. Kişinin sahip olduğu bilgi, yetenek ve maharetleri işleme sanatıdır. Yetenek kişinin işi ne kadar başarı ile yerine getirdiği ile alakalı iken stil bireyin işi nasıl yaptığı ile ilgilidir. Bundan dolayı aynı her birey farklı yetenek ve hünerlere sahip olabilmektedir. Buna ilave olarak, Sternberg stil ve yetenekleri mukayese etmenin onları bir çatı altında toplamak yerine karmaşa yarattığı çünkü beceriler stiller kadar insan yaşamının bir parçasıdır (Zhang, 2000).

2. Stil ve yeteneklerin çalışma uygunluğu pozitif etki yaratmaktadır. Yaratıcılık kabiliyeti olan lakin çözümleme becerisi düşük olan bireyler veya tam tersi olarak analiz yapmayı seven ama pratik çözüm yeteneği olmayan analitik çalışmayı seven kişiler; çözümleme yapmayı seven ve çözüm odaklı yaratıcı becerisi olan veya yeni bir şeyler üretmeyi ve analitik zekâsı olan kişilere göre daha kazançlı durumdadırlar (Sternberg, 1997).

3. Stiller, bireyin sergilemiş olduğu düşünme biçimi ve davranışlar üstlenmiş olduğu vazife ve konumuna göre farklılıklar gösterebilmektedir. Normalde kişiler bir duruma karşı birden fazla stil geliştirebilirler ama ayrıcalıklı ve farklı durumlardan sahip olduklarında daha fazlasını sergileyebilme kapasitesini gösterebilirler. Örnek vermek gerekirse, birey iş ortamında kişi gerektirdiği gibi davranmak zorunda iken evinde aile ortamında daha değişik bir düşünme stili sergileyebilmektedir (Sünbül, 2004).

4. Stiller insan ömrü boyunca farklılıklar gösterebilir. Birey kişilik olarak olgunlaştıkça düşünme stillerinde farklılıklar oluşmaya başlar. Stiller beceriler gibi standardı olmayan bilakis aktif dinamik unsurlardır. Bu nedenle kişinin şu anki düşünme şekli ile gelecekteki düşüncesi arasında farklılıklar olacaktır (Arıol, 2009).

5. Stiller başarılı, yetersiz veya nötr olarak değerlendirilemez. Kişinin içinde olduğu ortam ve çevreye göre tercih söz konusudur dolayısıyla stiller değiştirilebilir. İnsanlar istediği takdirde belirlenmiş stiller içine sıkışıp kalmak zorunda değildir (Sternberg, 1997).

6. Hayatta yapılan seçimler sahip olunan kabiliyetler ölçüsünde düşünme stili ile de harmoni içinde olması gerekmektedir. Böylelikle başarı ve akabinde bireysel tatmin oluşacaktır (Sternberg, 1997).

7. Düşünme stilinin bazen toplumca karşılığı olabildiği gibi bazen olmamaktadır ve kişiden kişiye görecelidir ve herkesin kişiliğini tamamlayan kendine özgü bir düşünme tarzı ve şekli vardır diğer bireylerden bağımsız olan bu durum çevreye göre değişkenlik arz edebilir (Buluş, 2005).

1.6. Düşünme Stili Kuramları ve İlkeleri

Sternberg, düşünme stillerini içeren kuramında bu yapının ilkelerini aşağıdaki 15 maddede özetlemiştir (Sternberg, 2009).

1. Düşünme stilleri yetenek ve becerilerin kullanılmasında belirleyici tercihlerdir; kendi başlarına yetenek ya da beceri değildir.

2. İlişkili ve uyumlu stillerin bir arada kullanımı, tek bir stilin kullanımından daha yüksek bir etkiye sahiptir.

3. Kişilerin iş ya da gerçek yaşamdaki tercihleri sadece yetenek ve becerilere değil stillerle de uyumlu olmalıdır.

4. Bireylerin özgün ve yegâne bir stili değil, çok sayıda stili kapsayan bir düşünme profilinin varlığı söz konusudur.

5. Düşünme stilleri zamandan zamana, mekândan mekâna ya da durumdan duruma değişkenlik-farklılık gösterebilirler.

6. Her birey farklı düşünme stillerine ve gücüne sahiptir.

7. Bireyler yaşamları boyunca stillerinde esneklikler gösterirler ve bu açısından da özgündürler, birbirlerinden farklılık gösterirler.

8. Düşünme stillerinin gelişim sürecinde toplumsallaşma ve ilişkili değişkenler önemli rol oynar.

9. Bireyler hayat boyunca düşünme stillerini değiştirebilirler bu açıdan stiller dinamik bir örüntüye sahiptir.

10. Uygun şartlarda düşünme stilleri ölçülebilir ve gözlenebilir.

11. Stiller bireyler arasında paylaşılabilir, aktarılabilir, öğretilebilir ya da öğrenilebilir.

12. Stillerin takdir edilmesi ya da değer bulması çevresel koşullara bağlı olarak zamandan zamana farklılık gösterebilir.

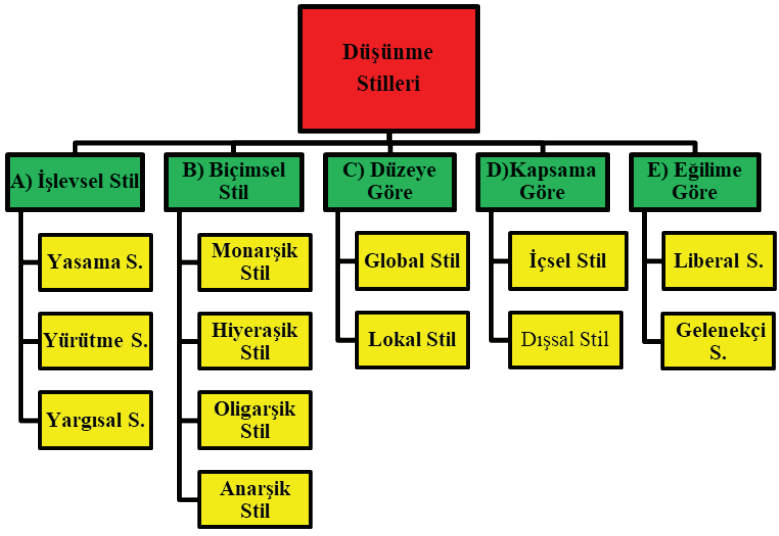
13. Bir grupta ya da toplumda takdir gören stiller, başka bir ortam ya da koşulda değerli olarak nitelendirilmeyebilir.

14. Stiller, iyi veya kötü olarak değerlendirilmez; stillerde uygunluk ve şartlarla tutarlılık ön plana çıkar.

15. Stillerin uygunluğu bireylerin performans, yetenek ve beceri düzeyleriyle karıştırılabilir.

Sternberg (1997) düşünme stilleri teorisinde, biçimler, işlevler, düzeyler, kapsam ve eğilimler kategorileri altında on üç stil tanımlamıştır. Bu teori çerçevesinde tüm ülkelerin yönetsel süreçlerindeki yasama, yürütme ve yargı işlevleriyle zihinsel yapılardaki düşünme süreçleri arasında analojik bir bağlantı oluşturulmuştur. Düşünme açısından yasama işlevi kendi kurallarını oluşturma, orijinal ve yaratıcı ürünler ortaya koyma; yürütme işlevinde insiyatif kullanma, icra etme, kullanma, uygulamaya dönüştürme; yargı işlevi ise değerlendirme, karar verme, yargılama, kritiğini yapma ve karşılaştırma ile ilişkilidir (Buluş, 2005).

Kişilerin bilişsel mekanizmaları açıdan kendi zihinsel süreçlerini yönetme tarzına bağlı olarak biçimlenen düşünme stillerinin boyutları aşağıda açıklanmıştır.



Şekil 2. Düşünmenin alt boyutları *(Sternberg, 1997).*

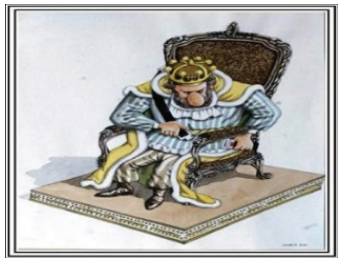
1.7. Düşünme Stilleri Açısından Yönetici Özellikleri

Sternberg ve Grigorenko (1997), Balkıs ve Işıker (2005) ve Sternberg (2009) 13 düşünme stillinin özellikleri açısından özelde yöneticiler genelde ise tüm bireylerin profillerini şu şekilde sıralamıştır.

Yasama Stili	
	✓ Bu tip yöneticiler, kendi kurallarını oluşturarak kendi yönetim süreçlerini oluşturmak isterler. ✓ Kendileri yaratmayı, tasarlamayı veya problemleri yapılandırmayı tercih ederler. ✓ Yönetim süreçlerinde kendi karar ve fikirlerini yoğun bir şekilde kullanırlar ✓ Yönetsel problemlerde kendi bireysel çözüm yöntemlerini kullanırlar ✓ İşlerinde kendi duygu, düşünce ve fikirleri baskın bir motiftir. ✓ Çalışanları ve paydaşlarıyla olan ilişkilerinde yönetici olarak kendi insiyatif ve kararları belirleyicidir.

Yürütme Stili	
	✓ Bu tip yöneticiler bir şeyleri uygulamaktan hoşlanırlar. ✓ Kendisine sunulan plan ya da programları aktif olarak uygulamak isterler ✓ İşlerinde genellikle yönergelere göre hareket ederler ve harfiyen uygularlar ✓ Uygulama ve pratik gerektiren süreçlerde aktiftirler ve bu durumu çok severler ✓ Çerçevesi çizilmiş, içeriği belirlenmiş projeleri uygulamaya dönüştürmede başarılıdırlar.

Yargısal Stil	
	✓ Bu tip yöneticiler bir şeyleri yargılamak ve değerlendirmek ister. ✓ Çalışanlarını sıklıkla değerlendirirler ✓ İşle ilgili süreçleri sorgular ve eleştirel bir bakış açısı ortaya koyarlar ✓ Sorunları çözerken analiz ve yargılama süreçlerini aktif olarak kullanırlar ✓ Farklı görüş ve yaklaşımları karşılaştırarak en etkili süreci belirlemeye çalışırlar ✓ Karar verme süreçlerinde yargılama, kritik yapma, karşılaştırma yapma, ölçütler kullanma vb. değerlendirme unsurlarını aktif olarak kullanırlar.

Monarşik Stil	
	✓ Bu tip yöneticiler, tek bir amaç veya bir seferde herhangi bir işi gerçekleştirmek isterler ✓ Çok karmaşık bir süreçte işlerden yalnızca birisine odaklanmak isterler ✓ Sadece tek bir görev ya da durumun sorumluluğunu almak isterler ✓ Homojen bir grupla belirli bir işi gerçekleştirmek isterler ✓ Karmaşa ya da dağınık işlere gelemezler ✓ Karar verme süreçlerinde tek bir olgu ya da değişkene odaklanırlar.

Hiyerarşik Stil	
	✓ Bu tip yöneticiler, bazı hedeflerin diğerlerinden daha önemli olduğunu kabul ederek, bir hedef hiyerarşisi tarafından motive olma eğilimindedirler. ✓ İşin niteliği ne olursa olsun öncelikler belirleyicidir. ✓ İşi ya da yapılacak faaliyetleri önem derecesine göre sıralarlar ✓ Aşamalı bir sistematiğe sahip olan işlerde çok başarılıdırlar ✓ Yönetsel süreçlerde işlem basamakları ve yapılacakların listesini oluştururlar ✓ Çalışanlarını önemli işten başlayarak önemsize doğru bir görev yapılandırması çerçevesinde harekete geçirirler.

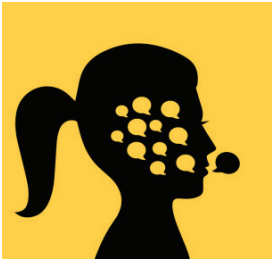
Oligarşik Stil	
	✓ Bu tip insanlar, eşit derecede önemli olarak algılanan bazı hedefler üzerinde çalışmaktan daha fazla motive olma eğilimindedirler. ✓ Bir görevi oluşturan her unsura eşit derecede odaklanır ✓ İşte ya da uygulama süreçlerinde öncelikleri yoktur ✓ Çalışanlarını işin tüm unsurlarına önem derecesi oluşturmadan yönlendirirler ✓ Bir zaman diliminde çok sayıda işleri olabilir ✓ Aynı anda çok sayıda projeyi yürütmek isterler ✓ Tüm çalışanlarına aynı şekilde davranma eğilimindedirler.

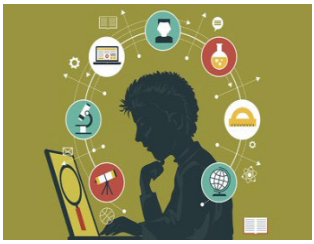
Anarşik	
	✓ Bu tip insanlar çok çeşitli ve karmaşık hedeflerle motive olma eğilimindedirler; bunlar anti sistematiktir. ✓ İşlerinde uydukları bir sistemleri yoktur ✓ Uzun süre bir işe odaklanamazlar farklı iş ve durumlarla uğraşabilirler ✓ Bir işi gerçekleştirirken akıllarına ne gelse onu uygularlar. ✓ İşe ilişkin kararlarda kafaları çok karışıktır ✓ Görevlerini gerçekleştirirken kural dışı davranabilirler ✓ Çalışanlarının rutin dışı davranış ve eylemlerini doğal karşılarlar.

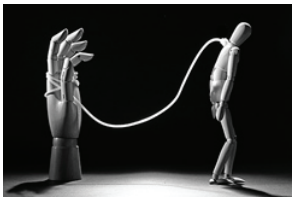
Global Stil	
	✓ Global yöneticiler soyut ve daha büyük konularla çalışmayı tercih ederler. ✓ Ayrıntılardan çok sürecin bütünüyle ilgilenirler ✓ Genel yaklaşım ve çerçeve ortaya koymak isterler ✓ İşleyişte tüm çalışanların bir arada olmasını tercih ederler ✓ İstisnai durumlardan hoşlanmazlar ✓ Konuları bütüncül/global bir yaklaşımla ele alırlar.

Yerel Stil	
	✓ Bu yöneticiler için yerel unsurlar önem taşır. ✓ Detaylar üzerinde çalışmayı tercih ederler. ✓ Genel problemler yerine özel problemlere odaklanırlar. ✓ Sorunları bütüncül /global bir yaklaşımla değil parça parça ele almayı ve çözmeyi tercih ederler. ✓ Onlar için İşin detay, ayrıntı ve özel noktaları önem taşımaktadır. ✓ Çalışanlarının özel sorunlarına ilgi duyarlar.

Dışsal Stil	
	✓ Bu yöneticiler daha dışadönük ve iş süreçlerinin düzenlemesinde daha sosyal eğilimler gösterirler. ✓ İşin planlanmasında çalışanların ve diğer kişilerin görüşlerine değer verir. ✓ Takım ya da ekip çalışması onlar için önemlidir ✓ Bu yöneticiler işin paydaşlarını sürekli dikkate alırlar. ✓ Bir problem ortaya çıktığında tüm tarafların işin içine katılmasını sağlarlar.

İçsel Stil	
	✓ Bu yöneticiler daha içe dönük olma eğilimindedir ve yalnız çalışmayı tercih ederler. ✓ Bireysel ve bağımsız olarak karar vermek isterler. ✓ Problemlerin çözümünde kendi önsezilerine güvenirler. ✓ Bu yöneticiler işin paydaşlarını sürekli dikkate alırlar. ✓ Kendi yargı ve kanaatleri her şeyde belirleyicidir. ✓ Çalışanlarına ya da iş paydaşlarına fazla güvenmezler, yetki devri yapmazlar.

Liberal Stil	
	✓ Bu yöneticiler yeni görevlere, projelere ve kurallara açıktırlar. ✓ İşlerinde yeni yöntem ve teknikleri sıklıkla kullanırlar ✓ Inovasyon ve girişimcilikleri ile ön plandadırlar ✓ Çalışanlarından gelen yeni fikirleri dikkate alırlar ✓ İşlerindeki gelişme ve değişimleri yakından takip ederler ✓ Kendi paradigma ve yaklaşımlarını değiştirme eğilimleri yüksektir.

Muhafazakâr Stil	
	✓ Bu yöneticiler, geleneğe ve işlerin her zaman yapılma tarzına bağlı kalmayı tercih ederler. ✓ Rutinlere sıkı sıkıya bağlıdırlar. ✓ Problemlerin çözümünde sıklıkla alışıla gelmiş yöntemleri kullanırlar. ✓ Mevcut düzeni devam ettirmek isterler. ✓ Standart ve klişe yöntemlerin işe koşulması onlar için önemlidir.

Şekil 3. Düşünme stilleri açısından yönetici özellikleri *(Sternberg ve Grigorenko, 1997).*

1.8. İş Yaşamında Sporun Önemi ve Etkileri

Bazı insanlar için sahip oldukları iş ve meslekleri anlamlı ve önemli iken bazı bireyler için bir anlam teşkil etmeyebilir. İşyerleri insanların yaşamlarının önemli bir parçası olup kişilere bir takım değerler ve kazanımlar sağlar bunlar; başta iş tecrübesi olmak üzere, özgüven, bireyler arası dayanışma, kişiler arası ilişkiler, uyumlu çalışma becerisi toplumsal kurallar, yarışma, rekabet gücü iş etiği ve karşılıklı saygı çerçevesinde statü kazanmak vs. (Morin, 2004).

Genel manada spor, fiziksel gayret ve yetenek gerektiren neticesinde başarı ve başarısızlık kriteri olabilen bir aktivite olup doğası gereği rekabetçi konumdadır (Chalmers, 2002). Bu yönünle spor iş yaşamındaki yeni mevki ve unvan kazanmak için verilen mücadele ile benzerlik göstermektedir. Buradan hareketle spora katılım örgüt ve organizasyon içerisindeki davranışlar, tutumları düzeltmek ve geliştirmek, bireysel ve toplumsal başarıya götüren rekabetçi bir ortam oluşturmak adına bireye birçok fayda ve kazanımlar sağlamaktadır.

- **Bireysel Bağlılık ve Sorumluluk Bilinci**

Organizasyonel takım sporlarına katılım, bireysel sorumluluğu geliştirdiği gibi belirli amaçlar doğrultusunda hedeflere odaklanmaya ve bu bağlılık neticesinde belirli bir program dâhilinde davranışlarını ve sorumluluklarını düzenlemekte, öngörülen egzersizlere göre gerekirse zamandan ve emekten fedakârlık ederek istenen amaca ve hedefe ulaştırmaktadır. Çünkü bireylerin iş yerindeki performanslarını belirleyen kriterler ve kurallar aynı şekilde sportif takım çalışmalarında da yer almakta bireyler bu yolla değer vermeyi, saygı duymayı, sebat etmeyi ve takım çalışmasını öğrenip uyum sağlamayı öğrenmekte ve pekiştirmektedirler (Cashmore, 2003).

- **Takım Kaynaşması Sağlanması**

Jowell (2004)'e göre takım kaynaşması; insanların grup içerisindeki davranışlarını ve eğilimlerini yansıtan dinamik bir süreçtir. Ortak hedefler ve amaçlar doğrultusunda grup içinde birlikteliğin daim olmasını ve bağlarının güçlenmesini sağlar. Spor ister açık alanda olsun ister kapalı alanda "takım birlikteliği" sağlayarak toplumsal birleşmeyi sağlayan önemli bir araçtır. Örneğin; futbol, basketbol gibi takım sporları ve diğer farklı sportif etkinlikler çalışanları bir araya getirmekte bireylerin toplum hayatına katılmasını ve sosyalleşmesini sağlamaktadır. Belirli ortak hedef ve aidiyet duygusu doğrultusunda farklı kültürlerden ve eğitimden gelen bireyler toplum içinde ve işyerindeki karşılıklı ilişkileri bu yolla güçlendirmektedir (Jowell, 2004).

- **Çalışanlar Arasında Karşılıklı Güven**

Bireyler, bir sportif aktiviteye katıldıkları zaman veya bir takım sporu yaptıkları zaman farklı insanlar ile tanışırlar ve birbirlerinden birçok şey öğrenirler. Ne zaman bireyler bu tür spor aktivitelerine sürekli katılım sağlarlarsa ve ortak bir amaç için mücadele etmeye devam ederlerse bireylerin sahip olduğu basmakalıp saplantılar ve önyargılar da azalma olacak karşılıklı güven neticesinde sosyalleşme artacaktır (Kortex, 2006).

- **Çalışanlar Arasında Karşılıklı Saygı**

Fertler, spor yaptıkları yerlerde veya organizasyonel yapı içerisinde katıldıkları sportif aktivite esnasında göstermiş oldukları sportif performans ve katkılar ile aynı zamanda takım arkadaşlarından ve rakiplerinden saygı edinirler ve bunu işyerlerinde de sürdürme yapma imkânına sahip olurlar. Lakin bu sportif sportif aktivitelerdeki bireysel katkıları yeterli düzeyde olmaz aktivitenin gerektirdiği sorumluluk ve davranışlar yeterince ve olumlu yönde yerine getirmezlerse aynı oranda bireyin edindiği saygıda az olacak bu durum iş yerlerinde gösterilen performans veya başarısızlık buna eşdeğer olacaktır. Dolayısıyla sportif aktivitede gösterilen

beceri ve başarının iş yaşamına aktarılması hem olumlu hemde olumsuz olarak kolay olmaktadır (Downs, 2009).

- **Çalışanlar Arası İletişim**

İş yerinde sportif aktivitelere katılım, çalışanlar arasındaki iletişimi geliştirir. Takım içerisinde nasıl sporcular takım performansı için sürekli iletişim halinde olmaları gerekiyorsa iş yerinde de iş performansı ve başarı için iletişim önemlidir. İyi iletişim ağı kişileri değişik kültürler, ekonomik yapılardan ve farklı dini inançlardan gelmesine rağmen birbirine bağlar (Carrigg, 2007). Avustralya Spor Komisyonu (AIS) 2009'da yapılan araştırma neticesinde etkili iletişimin spor faaliyetleri esnasında etnik, politik ve sosyal bariyerleri ortadan kaldırabileceği belirtilmiştir (Oam, 2009).

1.9. Tutum Kavramı

İnsanlar yaşamış oldukları toplumda ve çevresindeki gelişen olay ve nesnelere karşı sürekli bir etkileşim haline olmak zorundadır. Sosyal yaşam, insanları önceden tasarlanmış belirli kaideler çerçevesinde tutum ve davranış göstermeye ve geliştirmeye zorunlu kılar aksi durumda insan doğasına aykırı bir durum oluşacaktır. Gösterilen bu tepkimeler ve kuvvet derecesi, tepki verilecek nesne ve olguya, insan oluşuna, soyut ve somut oluşuna göre farklılık gösterebilmektedir. Tutum, zihinde belirli fikirlere, değerlere, insanlara, sistemlere, kurumlara yatkınlığını içerse de gösterilen davranış ve hisler vücut diliyle ortaya çıkan davranışlar ile şekillenmektedir (Saini, 2011).

Günümüzde hali hazırda tutum için yapılmış farklı terminolojiden gelen birçok geleneksel tanımı bulunmaktadır. Tutum "belirli bir nesne sınıfına doğru tutarlı bir şekilde davranmak için kalıcı olarak öğrenilen bir yatkınlık pozisyonu" olarak tanımlamıştır (English, 1958).

Allport'a göre "tutum" deneyimler yoluyla organize edinen bireyin ilgili olduğu tüm nesnelere ve durumlara karşı tepkisi üzerine bir yönerge ve dinamik bir etki uygulayan zihinsel ve nötr hazır olma durumudur (Allport, 1954).

Remmer, Gage ve Rummel J. Francis, "deneyim yoluyla organize edilen duygusallaştırılmış bir eğilim olarak, psikolojik bir nesneye olumlu ya da olumsuz tepki vermek" olarak tutumu tanımlamaktadırlar (Remmer ve ark 1950).

Diğer bir tanımlamada ise "bireyin dünyası algılanma şekline göre tutulur" örneğin; kişi, fiziksel bir nesne, davranış ve ilke olarak sonrasında verilen anlamlı ve anlamsız tepkiye tutum denilmektedir. Tutumlar pasif olmayıp davranış üzerinde dinamik bir etki gösterirler (Fishbein, 1963).

Tutum kavramı her zaman önemli olup günümüzde halen önemini korumaktadır. Tutum bu kadar popüler olmasının nedeni ise sosyal davranışla olan ilişkisidir. Sosyal tutum ve kişilik özelliği gibi davranışsal eğilimlere atıfta bulunan kavramlar insan davranışlarını tahmin etmek ve açıklamada önemlidir (Ajzen 1991).Tutumların insan davranışı doğrudan etkilediğine inanılmaktadır. Pratik noktasında ise tutum terimi genellikle tercihler, duygular, inançlar, beklentiler, değerler önyargılar, değerlendirmeler ve ilkeler gibi geniş bir yelpaze çerçevesinde şekillenmektedir (Bagozzi, 1994).

Cardno (1995)'e göre tutum kavramının ortak özellikleri şu şekilde özetlemiştir;

- Tutumda genetik bir yatkınlık vardır.

➢ Varsayımsal bir yapı çerçevesinde doğrudan olmayan üstü örtülü dolaylı bir yanıttır, gözlemlemeye açık olmasına karşın sözlü ifadeden anlam çıkarmak oldukça güçtür.

➢ Aşırı tepkileri alışılmış kalıplara atıfta bulunması durumunda öngörülebilir tepkilere tercümanlık yapabilir.

➢ Önceki yaşanmış tecrübeler ve öğrenmenin bir sonucu olarak önceden uyarılır ve tepki şekillendirilebilir.

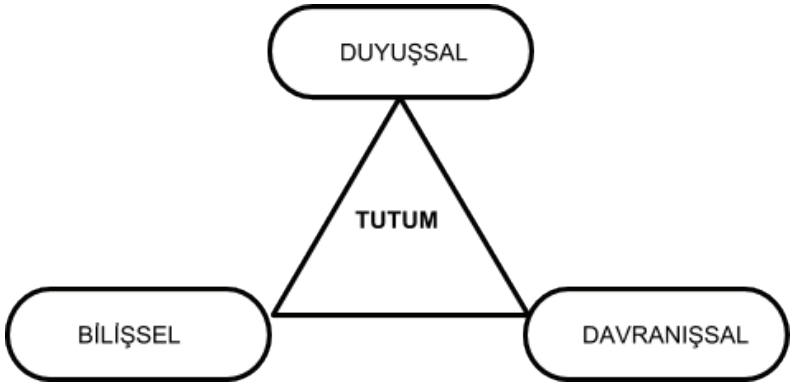
➢ Tutum sayesinde bir şeyler doğru çalışmadığına işaret eder, bireyleri doğru davranışa ve üretkenliğe iter.

➢ Tutumlar pasif değildir, dinamik bir yapıya sahip olup insan davranışı üzerinde etkilidir.

1.10. Tutumun Öğeleri

Yapılan tüm tanımlamalar ışığında; tutum bir kişi, yer, nesne ya da olaya karşı olumlu ya da olumsuz tepki, zihinsel, yönü belli olmayan bir hazır oluşluk ifadesidir. Tutumun üç temel öğesi vardır, bunlar bilişsel, duyuşsal ve davranışsal tutumdur. Bu tutumlar arasında hassas bir denge, tutarlılık ve tamamlayıcılık vardır. Bu denge ve iç tutarlılık çerçevesinde kişinin bir durum karşısında o konuya karşı pozitif bir düşünceye sahip olması "bilişsel öğeyi" duruma karşı olumlu olması "duyuşsal öğeyi" ve bunları vücut dili ile yansıtması ise "davranışsal öğe" olarak gösterilmektedir (İnceoğlu, 1993).

In CAC Modeli Schiffman ve Kanuk (2004) tutumu aşağıdaki üç element etrafında yapılandırılmıştır. Tutumun üç öğesinin etkileşimininim ve ilişki derecesinin ve uzantılarının nasıl ve hangi yönde hareket edeceğini ortaya koymaktadır (Erwin 2001, Levitan ve Visser, 2008).



Şekil 4. CAC modeli *(Schiffman ve Kanuk, 2004).*

1.10.1. Duyuşsal Öğe

Tutumlar genel manada incelendiğinde; gösterilen etki ve tepkiler, insanların bir tutum nesnesi ile ilgili olarak yaşadıkları ve daha sonra onunla ilişkilendirildikleri duygular, ruh halleri, hisler ve karşı tarafın duygularını anlayabilen sinir sistemi faaliyeti olarak tanımlanmıştır (Eagly ve Chaiken, 1998). Duyuşsal bileşen; nesnelere karşı gösterilen duygusal tepkiyi belirtir, örneğin sevmek ve sevmemek. Yapılan birçok araştırmalar duyuşsal bileşenin önemine vurgu yapar. Bir bireyin bir öğeye ve nesneye karşı geliştirdiği tutum basitçe kişinin o konuyla ilgili inançları analiz etmekle ortaya çıkmaz çünkü duygular insanın bilişsel süreci ile eş zamanlı çalışır ve tespit edilmesi zordur (Agarwal ve Malhotra, 2005). Duyuşsal öğe, bir kişinin algı, inanç, düşünce ve alışkanlıklarını oluşturan bir bileşendir. Bu bileşen kişinin olay ve nesnelere karşı inandığı durumdan anlam çıkarması sonucunda oluşmaktadır. Bu bileşende tutumların derecesi ve şiddeti söyleyen kişinin verdiği tepkiyi kelimelere dökerek nasıl ifade ettiğine göre farklılık göstermektedir. Tutumlar ve görüşler arasında ayrım noktasında netlik vardır. Görüşler sözlü tepkiler olduğu için her zaman anlaşılabilir, tutumlar ise sözlü olsun veya sözlü olmasın tahmin edilmesi güç olup farkındalığı kolay değildir (Hovland, 1953).

1.10.2. Davranışsal Öğe

Davranışsal bileşen, bir birey tarafından yapılan sözlü ve sözlü olmayan eylemlerden oluşan gözlemlenebilir neticesinde bir tepki ile sonuçlanan davranışsal eğilimlerdir. Verilen tutumla alakalı olarak kişinin vermiş olduğu lehte veya aleyhte olabilecek davranışlar ile birebir ilişki içerisindedir. Tutumsal davranışlar aşağı yukarı tutarlı davranışlardır. Dolayısıyla belirli bir tutumsal uyarıcıya yönelik bir dizi cevabın bir dereceye kadar organizasyonel yapı içerisinde öngörülebilirlik göstermesi muhtemeldir (Defleur ve Westie,1963).

Janis ve Kelly (1993)'e göre davranışsal bileşen, nesneye doğru belirli şekillerde oluşan harekete geçme veya tepki verme eğiliminden oluşur. Bu prensip ve eylem yönelimi çoğunlukla bireyin ne yapacağı ile tercihen ne yapmak istediğini ölçerek veya tahmin ederek yapılabilir. Davranışsal bileşende dört genel davranış kategorisi bulunmaktadır (Janis ve Kelly, 1993).

- Pozitif Yaklaşım: Arkadaşlık, samimiyet, sıcakkanlılık.
- Negatif Yaklaşım: Saldırı, olumsuz tepkimeler, negatif enerji
- Negatiflikten Uzak Durma: Tiksinme, kaçma ve korku
- Pozitiflikten Uzak Durma**:** Stres ve baskı altındayken başkasının mahremiyetine ve özeline izin vermek, saygı duymak.

1.10.3. Bilişsel Öğe

Bilişsel bileşen; bir kişinin bir nesne ve olaya karşı sahip olduğu düşünceleri, inançları ve görüşleri ifade etmesi ve geliştirdiği değerlendirme sürecini kapsar. Fertlerde tutumun oluşabilmesi için öncelikle karşı taraftan bir uyarı sinyali gelmesi gerekmektedir çünkü var olmayan bir durum ve öğeye karşı bir tepki verilmesi ve buna paralel olarak tutum geliştirilmesi mümkün olmamaktadır (Fishbein ve Ajzen, 1975). Bilişsel bileşen, kişinin bilgileri düzenlediği ve depoladığı kısım olarak bilinmektedir. Bilinç her zaman bilişsel bileşen ile birlikte olup olmakla tutumların derecesi ve şiddeti kişinin nesne ve öğeyi nasıl anladığı ve yorumladığı ile ilgili olmaktadır. Bilişsel tutumlar sözlü ve fiili olup farkındalık gösterebilmektedir. Bilişsel öğe özetle bir inanç ve düşüncenin somutlaşmış hali olup, nesne ve öğeler hakkındaki tutumları ve inançları kapsamaktadır. Dolayısıyla bir objeye ve özneye karşı geliştirilen olumlu tutum ve davranış varsa o nesne hakkında pozitif yönde veya olumsuz bir davranış gelişmiş ise aynı şekilde olumsuz yönde bir davranış olması beklenmektedir (Hovland, 1953).

1.11. Tutum ve Spor ilişkisi

Sağlık, yaşam boyunca devam eden sürekli değişim gösteren dinamik bir süreçtir. Modern toplumlarda bu durum fiziksel aktivite eksikliği ile karakterize edilir. Teknolojik gelişmeler neticesinde insanların iş yükünün yavaş yavaş makinelere geçtiği bu dönemde iş yapmak için fiziksel efor daha az yapılmakta neticesinde ise daha az enerji harcamaktadırlar. Bu fiziksel aktivite eksikliği de normal olarak genel insan sağlığı açısından olumlu ve olumsuz etkiler bırakmaktadır (Mišigoj ve ark. 1999). Bu durum insanların yaşam şekillerinin, çalışma düzenlerinin, beslenme alışkanlıklarının ve egzersiz çeşitlerinin ve sıklığının düzenli olarak gözlem altında tutulması ve takip edilmesi gerçeğini ortaya koymuştur. Fiziksel

egzersizlere ayrılan zaman ve gösterilen ilgi spora karşı geliştirilen olumlu tutumun oluşmasına fırsatlar sağlayacak böylelikle insan sağlığı ve yaşam kalitesini arttırmada önemli kazanımlar edinilecektir (Huddleston ve ark 2002). Buna ilave olarak yerleşik yaşam biçimi insanlar arasında da baskın hale gelmiş bu durum insanların sağlığı üzerinde olumsuz etkiler göstermeye başlamış insanlar giderek hareketsizleşmeye başlamıştır (Gošnik ve ark. 2002).

Sosyal yaşam döngüsü içerisinde insanlar belirli toplumsal kurallar çerçevesinde tutum ve davranışları geliştirmesi beklenmektedir. Böylece, kişilerin topluma uyum sağlamak için çevresiyle ilişki içinde olmakta sosyalleşme süreci hızlanmaktadır. Spor bu noktada en önemli parametrelerden birisi olup bireylerin olumlu tutumlar ve kararlar geliştirip hem eylemsel açıdan hem de bakış açılarını ona göre şekillenmesinde yukarı yönde olumlu etkileri olmaktadır (Kuçuradi, 1971). Tutumlar deneyimler neticesinde öğrenilir çevreden ve aileden alınan değerler ile son şeklini alır (Özyürek, 2006). Bireylerin spora yönelik göstermiş oldukları tutum ve eğilimler sahip oldukları yaşam tarzı, eğitim geçmişi, sosyal çevresi ve yaşam perspektifi gibi faktörler neticesinde şekillenebilir. Sporun fiziksel, bilişsel, zihinsel ve sosyal kültürel faydalarının doğru algılanması toplum içerisinde bireylerin olumlu tutumlarının geliştirmesine katkı sağlayacaktır. Spor sadece bireylere fayda sağlamamakta ayrıca yaşam seviyesi yüksek, gelişmiş ülkelerde görülme sıklığı oranınca önemli fırsatlar sunarak bulunduğu coğrafi konuma; kültürel, sosyal ve ekonomik yönden katkılar sağlamaktadır (Nicholson, 2011).

Sporun birleştirici ve sosyalleştirici unsuru ile toplumda spor algısı ve buna karşı geliştirilen tutum derecesinde doğru orantılı olarak artmaktadır. Toplumda sporun genelleştirilmesi ve yaygınlaştırılması sporu fertler arasında ve nesillere kültürel bir unsur olarak aktarmakla düzenli spor alışkanlığı edinmek yakından ilgilidir. Spor aktivitelerine katılım sağlamak genç neslin sağlıklı gelişimine olumlu katkılar sağlamasının dışında sosyal ve duygusal gelişimine de olumlu etkiler sağlamaktadır (Marquis ve Baker, 2015). Amerikan Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Birliğine (NASPE) göre spor eğitimi dersinin öncelikli hedefi bireylerin pozitif tutumlar geliştirmesine katkıda bulunmak ve yaşam boyu edinilecek bir fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırmaktır. Bu nedenle tutumun, motivasyon ve davranış üçgenini etkileyen en önemli unsurlardan biri olduğu, sporunda bunu tetikleyen ve ivme kazandıran en önemli unsurlardan olduğu söylenebilmektedir (Naspe, 1995).

Sonuç

Düşünme stilleri ve tutum ilişkisi hakkında yapılan araştırmalar ağırlıklı olarak eğitim alanında; düşünmenin akademik başarı arasındaki iliş-

kisi, düşünmenin karar verme üzerine etkisi, düşünmenin okul derslerine veya bireylere karşı geliştirilen tutumla ilişkisinin incelenmesi üzerine olmuştur. Düşünce ve tutum içerdiği ve kapsadığı konu başlıkları başta felsefe bilimin bir konusu olan davranış bilimi, psikoloji, sosyal psikoloji, bilinç, bilinçaltı ve zekâ olmak üzere birçok konu ile yakından ilişki içerisinde olup keşfedilmesi ve çözülmesi zor sayıltı ve varsayımlar içeren üzerinde yorumlama yapılabilen karmaşık zihinsel bir süreçtir. İnsan davranışına yön veren düşünme stili kavramı sadece spor ile ilgili değil birçok sosyal, kültürel ve ekonomik alandaki konular ile de direk veya dolaylı temas halinde olup temel belirleyici konu olma özelliğini halen korumaktadır.

İnsanlar her ne kadar benzer yetenek ve karakter yapılarına sahip olsalar bile düşünme stili noktasında bireysel farklılık her zaman vardır. Bu bireysel farklılıklarda beceri, yetenek ve karakter özellikleri sebep olmasının yanı sıra bulundukları sosyal çevre, toplumun kültür yapısı ve zamana göre de farklılık ve gelişim göstermektedir (Buluş, 2000). Olaylar ve nesneler hakkındaki düşüncelerimiz duygularımızı; duygularımız ise davranışlarımızı direk olarak etkilemekte ve yönlendirmektedir. Bireylerin bir nesneye ve kişiye karşı olumlu veya olumsuz düşünce geliştirmesiyle bir spor dalına, aktiviteye" veya farklı alandaki bir nesneye karşı geliştirilen tutumdan farksızdır dolaysıyla olumlu veya olumsuz tutum geliştirmede bireylerin sahip olduğu pozitif ve negatif düşünme stilli ve fonksiyonları direk ilgili olup duygular ve hisler aracılığı ile davranışa dönüşmesine neden olmakta neticesinde de olumlu veya olumsuz bir tutum ve davranış meydana gelmektedir.

Pozitif düşünme tanım itibariyle; insan beyninde yer alan bir bireye veya nesneye karşı geliştirilmiş olumlu kelimeler, başarıyı andıran ve hatırlatan görüntüler kısaca olumlu olayları anımsatan bilişsel bir süreçtir. Olumlu bir zihin; mutluluk, sevinç, sağlık ve yaşamış olduğu her olumlu olayı başarılı bir eylem olarak görür. Bununla birlikte, pozitif düşünme aslında hayatın zorluklarına karşı olumlu bir bakış açısı ile yaklaşmak anlamına da gelir. İllaki kötü şeylerden kaçmak ya da görmezden gelmek anlamına gelmez; bunun yerine, potansiyel olarak kötü durumlar karşısında en iyisini görmeye başka insanlarında yanlışları ve eksikleri olabileceğini düşünüp kendi bilgi ve yeteneklerimiz doğrultusunda olumlu bir pencereden bakabilmeyi öngörmektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Mohanty (2009)'e göre olumlu bir tutuma sahip kişi her zaman durumun parlak ve olumlu tarafına bakar böyle kişi bu şekilde konulara daima odaklanır ve her duruma karşı olumlu tutum geliştirmeye çalışır veya eğilim gösterir (Mohanty, 2009).

Negatif düşünce; bireylerin öfke, hoşnutsuzluk ve depresyon dâhil olmak üzere çeşitli olumsuz duyguları yaşaması için genel bir eğilim olduğunu varsayar, negatif düşünme olumlu düşünmeye göre daha yaygın ve çok rastlanan bir durum gibi görülmektedir. Çoğu insana göre olumlu düşünme biraz çaba ve gayret gerektiren bir durum gibi görünür oysa negatif düşünme kolayca ve davetsiz şekilde gelir. Bu durum ağırlıklı olarak bireylerin eğitim seviyeleri ve içinde yaşadıkları çevre ile ilgilidir. Negatif düşünceye sahip insanları için negatif tutum geliştirme olasılıkları bu bağlamda yüksektir. (Berkowitz 1989, Carverve Scheier 1998, Kelly ve Barsade 2001, Martin ve Tesser 1996). Olumsuz düşünme, bireylerin çevreye duygusal duyarlılığını yansıtır, bu kişilik özelliği yüksek olan bireylerin, düşük olan bireylere göre duygusal provokasyona ve olumsuz tepkimelere yanıt verme olasılığının daha yüksek olacağını görülür (Spector ve ark. 2006).

Yukarıdaki bilgiler neticesinde bireylerin düşünme süreç ve stilleri ile spora yönelik tutum, kalıtım yaşantı ve yönelimler arasında yoğun ve anlamlı bir ilişki olduğu aşikârdır. Bu bağlamda toplumların spor konusunda tutumlarının belirlenmesinde veya var olan mevcut tutumlar doğrultusunda olumlu yönde değişim göstermesi amaçlanmaktadır. Toplumların temelini meydan getiren ve kişiler arası ilişkileri belirleyen değişimlerin yaratılması ve herkese ulaşabilmesi ve evrensel bir dile sahip olan spor ile meydana gelmektedir (Parkhause ve Bonnnie, 2001). Değişim küçük, büyük ölçekte olabildiği gibi etkili ve etkisizde olabilmektedir lakin toplum üzerinde bırakmış olduğu olumlu etki ve yankılar toplumların daha sağlıklı olması ve faydalı bireylerin yetişmesi adına önemli bilgi ve referans niteliğindedir (Kotler ve ark 2002).

KAYNAKLAR

Agarwal, J., Malhotra, N.K. (2005). An integrated model of attitude and affect. *Journal of Business Research*, 58 (4), 483-49.

Akkurt, D. (2001). *Düşünme ve yaratıcılık.* Erişim tarihi 15 Şubat 2007.Erişim adresi, http://www.ak-kurt.com/dy.html.

Allport, G.W. (1954). *The historical background of modern social psychology*. In G. Lindzey (Ed. JA handbook of social psychology, Vol. l, Cambridge, Mass: Addition Wesley. P-45, pp. 3-56.

Anderson, N.C. (2009). Yaratıcı beyin. *Tübitak Bilim ve Teknik Dergisi*, Nisan, 42, 497.

Arıol, Ş.(2009). *Matematik öğretmen adaylarının bütüncül (holistik) ve analitik düşünme stillerinin matematiksel problem çözme becerilerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 4.

Arkonaç, S.A.(1998). *Psikoloji zihin süreçleri bilimi*. İstanbul Alfa Yayınları.

Armstrong, S.& Cool, S.(2009). *Cognitive styles and their relevance for business and management*. In L.F. Zhang, R.J. Sternberg (Eds.). Perspective on the nature of intellectual styles, 253-290. New York. Springer.

Atılgan, D.,Tükel, Y. (2019). Hakemlerin karar verme stillerinin incelenmesi. *Sport Sciences,14(2),22-32.doi.org/10.12739/NWSA.2019.14.2.2B0119*

Bagozzi, R.P. (1994). *Advanced methods of marketing research.* Oxford, Blackwell Business.

Balkıs, M., & Işıker, G.B.(2005). Relationship between thinking styles and personality types. *An International Journal of Social Behavior And Personality*, 33(3), 283-294.

Beydoğan, H. (2003). Öğretim sürecinde düşünme becerilerinin geliştirilmesi. *Gazi Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 157-165.

Boud, D., Keogh, R.,Walker, D.(1985).*Reflection turning experience into learning*.Kogan Page, London.

Buluş, M. (2000). *Examination of attributional complexity, thinking styles and cognitive consistency preferences in terms of some psychological features and academic succes*s. Doctoral Dissertation, Dokuz Eylül University. The Institute of Educational Sciences, İzmir.

Buluş, M.,(2005). Düşünme stilleri ölçeğinin güvenirliği ve geçerliği, akademik başarı ve öğretmen adayları özellikleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 1(6), 1-24.

Cardno, J.A. (1995). *The notation of attitude. A historical note, Psychological rep*. İn Shaw M.E. and Wright J.M. scales of measurement of attitudes. McGraw Hill Book Co Inc, 1967,P-2, New York.

Carrigg, C. (2007). *Sports help with diversity.* Erişim tarihi 23 December 2008. Erişim adresi, http://www.the-kingdom.ie.

Carrington, S.,& Selva, G. (2010). Critical social theory and transformative learning evidence in pre-service teachers service-learning reflection logs. *Higher Education Research&Developm*ent, 29(1), 45-57.

Cashmore, E. (2003). The key concepts of sport psychology. *Routledge Taylor & Francis,* New York.

Chalmers, D.J. (2002). *Injury prevention in sport: not yet part of the game*. Erişim tarihi 3 December 2009. Erişim adresi, http://injuryprevention.bmj.com

Çubukçu, Z. (2004). Öğretmen adaylarının düşünme stillerinin belirlenmesi. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5,2.

Defleur, M.L, Westie, F.R. (1963). Attitude as a scientific concept. *Social Forces,* 42, 17–31

Dewey, J. (1933). How we think, Boston, Heath and Company.

Dewey, J. (1998). *How we think.* MA: Houghton Mifflin Company. Erişim tarihi 2 Eylül 2016. Erişim adresi , http://dergiler.ankara.edu.tr/dergiler/37/1138/13357,

Downs, C. (2009). *Kids learn bible lessons on respect via sport".* Erişim tarihi, 12 February 2010. Erişim adresi, [http://biblestudies.suite101.com].

Duru, E. (2004). Düşünme stilleri kavramsal ve kuramsal çerçeve. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 18, 171-86.

Eagly, H. Chaiken, S., (1998). *The psychology of attitudes.* Orlando, FL: Harcourt Brace Jovanovich College Publisher.

Elsbach, K., Barr, P.,&Hargadon, A.B. (2005). *Identifying situated cognition in organizations. Organizations Science,* 16 (4), 422-423.

English, H.B., English, A.C.(1958). *A comprehensive dictionary of physiological and psychoanalytic term*s. A guide to usage, Mckay, New York.

Erdoğan, T.Ş. (2017). Düşünce hareketlerinin tarihsel ekseni ve düşünce tarihi yazımı. *Akra uluslararası kültür sanat edebiyat ve egitim bilimleri dergisi* s12,c.5/s. 13-34

Erişim, (2018a). *Düşünme kavramı ve tarihsel sür*eç. Erişim tarihi 02 Ağustos 2018.Erişim adresi, https://tr.wikiquote.org/wiki/Blaise_Pascal.

Erwin, P. (2001). *Attitudes and persuasion*. Psychology Press, New York.

Facione, N.C., Facione, P.A. (2008). Critical thinking and clinical judgment in the health sciences. *An international teaching anthology*. The California Academic Press, Millbrae CA.

Fishbein, M., Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention, and behavior,* Reading, MA: Addison-Wesley.

Gošnik, J., Bunjevac, T., Sedar, M., Bosnar, K. (2002). Sport experience of undergraduate university students. In D. Milanović, & F. Prot (Ed.), Proceedings of 3rd International Scientific Conference, "Kinesiology - New Perspectives" (pp. 457–461*). Faculty of Kinesiology*, Zagreb

Güven, M., Kürüm, D. (2006). Öğrenme stilleri ve eleştirel düşünme arasındaki ilişkiye genel bir bakış. *Journal of Social Sciences*, 6(1), 75-89.

Güven, M., Kürüm, D. (2008). *Öğretmen adaylarının öğrenme stilleri ile eleştirel düşünme eğilimleri arasındaki ilişki*: Anadolu üniversitesi eğitim fakültesi öğrencileri üzerinde bir araştırma. İlköğretim Online, 7(1), 53-70.

Hatcher, D.L & Spencer, L.A. (2005). *Reasoning and writing: from critical thinking to compositio*n. 3rd. Ed. Boston: American Press.

Helsdingen, A., Van den Bosch, K., Van Gog, T.V, Merriënboer, J. (2010). The effects of critical thinking instruction on training complex decision making. *Human Factors*, 52(4), 537–545.

Hovland, C.I, Janis, L.L, Kelly, H.H. (1953). *Communication and persuasion*. New Haven, Yale University Press.

İnceoğlu, M. (1993). *Tutum algı iletişim,* I. Baskı, Verso Yayıncılık, Ankara.

Janis, L.L, Kelly, H.H. (1953). *Communication and persuasion.* New haven, Yale University Press.

Jowell, T. (2004). *Bringing communities together through sport and culture.* Erişim adresi 11 Eylül 2018. Erişim adresi, http://www.culture.gov.uk.

Kaufman, J.C, Beghetto, R.A. (2007). Toward a broder conception of creativity. A case for mini–c creativity. *Psychology of Aesthetics Creativity and Artsi*, 1(2), 73.

Kiremitçi, O., Balyan, M. (2012). Farklı sportif etkinliklerin ilköğretim 2. kademe öğrencilerinin beden eğitimi dersine yönelik tutum, sosyal beceri ve öz yeterlik düzeylerine etkileri.*Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*

Kortex, J. (2006). *Unity in sports.* Erişim tarihi 12 February 2009. Erişim adresi, htpp://www.articlecity.com.

Kuçuradi, D.İ. (1971). *The problem of value in terms of human philosophy*. Yankı Publications, Ankara.

Levitan, L.C, Visser, P.S, Erwin, P. (2008). The impact of the social context on resistance to persuasion. Effortful versus effortless responses to counter-attitudinal information. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44(3), 640-649.

Marquis, W.A., Baker, B.L. (2015). Sport participation of children with or without developmental delay: Prediction from child and family factors. Res. Dev. *Disabil,* 37, 45-54.

Mckeon, R. (1941). Arİstoteles, nicomachean ethics, the basic works of aristotle, trs. and ed. Oxford university press.

Mišigoj, D.M. (1999). *Attitudes towards exercise and the physical exercise habits of university of zagreb students.* Zagreb

Mohanty, M.S. (2009). Effects of positive attitude on earnings: Evidence from the US longitudinal data. *Journal of Socio-Economics,* 38(March), 357-371.

Morin, E.M. (2004). *The meaning of work in modern times.* 10th World Congress on Human Resources Management, Rio de Janeiro, Brazil, 20 August 2004.

Naspe, (1995). *Moving into the future national physical education standards: A guide to content and assessment.* Erişim tarihi 10 Ekim 2018. Erişim tarihi 10 Kasım 2018. Erişim adresi, https://www.peacefulplaygrounds.com. Boston.

Nicholson, M . (2011). Introduction participation in sport. *International Policy Persp*ective. Routledge. New York.

Oam, G.H. (2009). *Australian Government: Australian Sports Commission*. 25th Annual Report.Erişim tarihi 10 December 2009. Erişim adresi, www.asada.gov.au.

Özden, Y. (2000). *Öğrenme ve öğretme.* Pegem-A, Ankara.

Özyürek, M. (2006). *Changing the attitudes towards the handicapped.* Kök Publishing, pp 11-23, Ankara.

Pastorelli, J. (2007). Energising your creative talents. *Journal of the association for heritage interpret*ation, 12 (3), 1-5.

Paul, R., Elder, L. (2004). Universal and intellectual standards. *Journal of Develeopment Education* New Jersey: Pearson Prentice Hall.

Phillips, W., Burrell, D. (2009). Decision making skills that encompass a critical thinking orientation for law enforcement professionals. *International Journal of Police Science&Management*, 11(2), 141-149.

Remmer, H.H, Gage, N.L.&, Francis, R. (1950). Meaning and nature of attitude *Op. Çit.,*308.

Saini, D.S. (2011). *Social security law in india, published by kluwer law international.* United States of America.

Schiffman, L.G, Kanuk, L.L. (2004). Consumer behaviour 8th ed.,upper saddle river, Ny: *Pearson Education.*

Scriven, M., Paul, R. (2004). *The critical thinking community*. Erişim tarihi 28 November 2005. Erişim adresi, http://www.criticalthinking.org/aboutCT/definingCT.shtml.

Seligman, M.E.P.,Csikszentmihalyi, M. (2000).Positive psychology special issue. *American Psychologist,* 55(1).

Sezer, R. (2008). Integration of critical thinking skills into elementary school teacher education courses in mathematics. *Education,* 128(3), 349-362.

Shapiro, L.E. (1999). *Yüksek EQ'lu bir çocuk yetiştirme*. Varlık Yayınları, İstanbul.

Sternberg, R.J, Grigorenko, E.L. (1997). Are cognitive styles still in style. *American Psychologist,* 52(7), 700-712.

Sternberg, R.J. (2009). *Düşünme stilleri*. (Çeviren: Esin Güngör). SEV Yayıncılık, İstanbul.

Sünbül, A.M. (2004). Düşünme stilleri ölçeğinin geçerlik ve güvenirliği. *Eğitim ve Bilim Der*gisi, 132, 25-42.

Tükel, Y. (2020). *Sports Entrepreneurship*. M. İlkim & Y.Aygün (Editörler). Different Approaches to Sport Sciences. (ss.143-165). Akademisyen Kitabevi A.Ş. Ankara, Turkey

United Nations, (2015). *Inter-agency task force on sport for development and peace, sport for development and peace Towards achieving the millennium development goals*. Erişim tarihi: 10 Ağustos 2018. Erişim adresi, https://www.sportanddev.org.

Üstündağ, T. (2003). *Düşünme çeşitleri.* Pegem-A Yayıncılık, Ankara.

Zabukovec, V., Kobal, G.D. (2004). Relationship between student thinking styles and social skills. *Psychology Science,* 46, 156-166.

Zhang, L.F.& Sternberg, R.J. (2000). Are learning approaches and thinking styles related? A study in two Chinese populations. *The Journal of Psychology,* 134(5), 469-489.



Bölüm 5

GENLER VE SPORCU GENETİĞİ

Emrah YILMAZ[1]

1 Arş. Gör. Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, emrahyilmaz@sdu.edu.tr

GİRİŞ

Sportif Performans

Son zamanlarda performansa dayalı sporlarda kazanmanın ya da kaybetmenin arasındaki farkın büyük ölçüde azalarak birbirine çok yaklaşması, bu sporlarla uğraşan sporcuların üzerindeki baskıyı ekstra artırmakta ve daha yüksek sportif performans göstermek için fiziksel, ruhsal ve duygusal olarak kendilerini daha iyi duruma getirmeleri gerekmektedir (Pepe, 2020).

Sportif performansın farklı disiplinlerde ayrı ayrı birçok tanımı literatürde bulunmaktadır. Sportif uygulamalarda, rekorlar, bireysel en iyi performans dereceleri, müsabaka sonuç çıktıları değerlendirilirken, spor psikolojisinde durum, oluşturulan kapsamlı bir testi başarıyla tamamlamak ve spor branşına özgü psikomotor, zihinsel ve entelektüel özelliklerin maksimum seviyede kazanılması şeklinde tanımlanır. Sportif performans diğer bir ifadeyle, bireyin ulaşılması istenilen seviye ile var olan düzeyi arasındaki sürekli değişim aralığıdır. Antrenman bilimi açısından da hedefe yönelik yapılan bireysel veya takım halindeki sportif bir faaliyet şeklinde değerlendirilmektedir (Koruç, 1999).

Bilim insanları performansı farklı kategorilerle ifade etmeye çalışmışlardır. Sporda başarının karşılığı olarak görülen performans bileşkesi fiziksel ve fizyolojik uygunluğun yanı sıra psikolojik, bilişsel, sosyal ve yetenek kapasiteleriyle ilişkilidir (Güvel ve Ark. 1996). Sportif performans kondisyon boyutu açısından dayanıklılık, kuvvet ve esneklik bakımından değerlendirilirken, beceri boyutu açısından çeviklik, kinestetik ve reaksiyon zamanı, bireyin fiziksel özellikleri açısından, fiziksel yapısı, motor becerisi, beden kitle indeksi (Özdinç, 2020), psikolojik ya da davranışsal özellikler açısından, kişisel özelliği, motivasyon ve gereksinimleri gibi bahsedilen bu dört kategoride performansı değerlendirirken belirleyici faktörlerdir (Işıldak ve Suna, 2020; Tiryaki, 1991).

Günümüzde sportif performansı ile ilgili yapılan çalışmaların asıl amacı ve hedef noktası tüm bu disiplinlerde seviyeyi maksimuma çıkarmaktır (Özdinç ve Alp, 2020). Sporculara bu amaçla farklı testler uygulanmaktadır. Bu yapılan testlerin sonuçlarına göre, sporcuların antropometrik, biyomotorik, fiziksel, fizyolojik teknik ve taktik kapasiteleri tespit edilmektedir (Aktuğ, İri ve Çelenk, 2019; Karakuş ve ark, 2018, Kocakulak ve ark, 2018). Bu bağlamda sporcuların kendi branşlarında gösterecekleri maksimum sportif performansa ulaşılmaya çalışılmaktadır (Koçyiğit ve ark., 2018). Sportif performansa ulaşabilmek için, küçük yaş gruplarında antrenman ve müsabakalara (Alp, 2020) başlamak gerekmektedir. 12-14 yaş arası çocuklarda kas gücü yaşla birlikte önemli ölçüde

artmaktadır. Çocuklara yönelik antrenmanlarda dikkat edilmesi gereken önemli bir nokta onların performans gelişimini takip etmektir (Işıldak ve Kumartaşlı, 2018). Ergenlik döneminde hızlı büyüme ve gelişme yoğun olarak gerçekleşmektedir. Motor performansındaki önemli artış bu sürenin başında ve sonunda hızla ortaya çıkmaktadır. Bu dönemde özel performans yetenekleri, aerobik temelli temel dayanıklılık geliştirilir, kitle vücut ağırlığı, motorik öğrenme yeteneği ve fiziksel olarak performans düzeyi %32 artırılarak performans seviyesi artırılmaktadır (Adams ve ark., 1992; Koçyiğit ve ark., 2020).

Sportif performans birden fazla faktörden etkilenmektedir ve bu faktörler çevresel ve içsel olarak ele alınmaktadır. İçsel faktörler olarak; sporcuların psikolojik durumlarından söz edilmektedir. Sporcuların hem fiziksel hem de ruhsal yönden, teknik-taktik becerilerini fiziksel ve psikolojik açıdan maruz kalınan yüklenmelere karşı üst seviyelere ulaştırmak için yapılan eğitimler olarak (Türkay ve Gökbel, 2020; Koçyiğit ve ark., 2019) uyguladıkları antrenmanlar, yarış veya müsabakalara psikolojik yönden hazırlanmaları sporda başarıya ulaşmak için en önemli etkenlerdendir. Çevresel faktörler ise; dış etkenlerin etkisinin neticesinde karşılaştığımız ve kişinin vücudu ile yapısının sebep olduğu, dışarıdan gelen ve sonucunda da dolaylı bir şekilde sportif performansı fiziksel ya da psikolojik bileşenler üzerinden etki eden faktörlerdir. Bu bahsedilen faktörlerden bazıları; ısı, mevsimler, iklim koşulları, nem, geçirilmiş sakatlıklar (Alp ve Özdinç, 2020), taraftar, sosyal çevre, aile, malzeme, bütün ekonomik durumlar, yeme alışkanları, yasaklı uyarıcı ilaçlar, ergojenik yardım, serbest vakitleri değerlendirme şekilleri, dışarıdan gelen olumsuz sözler, örnek alma, saat farkı, övgü görme güdüsü, cinsellik, antrenman yöntemleri ile birlikte antrenman içeriği, dinlenme aralığı, ısınma ve soğuma, esneklik, antrenör, düzenli uyku ve kalitesidir (Bayraktar ve Kurtoğlu, 2009). Bahsedilen faktörler kişinin vücudundan kaynaklanan etmenlere göre daha çok ve değiştirilmesi daha mümkün faktörlerdendir.

İkinci bir faktörde olarak da kişinin sahip olduğu hem kalıtsal şekilde olan hem de zamanla ufak değişiklilerle değişebilen, bununla birlikte dışarıdan gelen etkiler yönünden çok az veya asla etkisi olmayan faktörlerdir. Bu faktörler; yaş, cinsiyet, zekâ, ruhsal denge, anatomik yapı, biyomekanik yapı, merkezi sinir sistemi, metabolizma, salgı bezlerinin çalışmaları, organ sistemlerinin durumu, enerji kullanım mekanizmaları, kardiyovasküler sistem, allerji, sinir ileti hızı ve en önemlisi de genetik alt yapısı sportif performans açısından oldukça büyük etkendir (Marcell ve ark., 2003).

Yapılan araştırmalar sonucunda sportif performansın yaklaşık yüzde 66'sı genetik alt yapı ile alakalı olduğu ortaya konulmaktadır. Diğer kalan kısmı da birinci saydığımız faktörlerden olan antrenman, beslenme, mo-

tivasyon, malzeme, uyku ile genetik alt yapının dışında kalan faktörlerle alakalıdır (Gavrilov ve ark., 2013).

Sporda Genetik Altyapı

Sporda en önemli etkenlerden olan kuvvet, sürat, dayanıklılık, kas yapısı ile kas fibril tipinin vücuttaki oranları ve bununla birlikte akciğer kapasitesinin seviyesi sporcunun genetik alt yapısıyla büyük oranda ilişkilidir. En önemlilerinden biri ise dayanıklılık sporcuları için önemli olan kardiyopulmoner kapasite üzerine etkisinin olduğu sonucuna ulaşılan önemli çalışmalar literatürde yer almaktadır (Eroğlu ve Zileli, 2015).

2000 yılında "İnsan Genom Projesi" bilimle uğraşan insanlara, kişilerin fiziksel, fizyolojik, anatomik ve daha birçok konuda farklı özelliklere sahip olmalarını sağlayan gen yapıları ve işlevleri ile alakalı önemli bilgiler sunmaktadır (Sercan, ve ark., 2016).

Bu projenin sonuçlanması bilim insanlarına ortalama yirmi ile yirmi beş bin arasında tahmin edilen genlerin yapı ve fonksiyonları üzerinde çalışılması şansını sağlamış, yapılan çalışmalar sonucunda ise atletik performans üzerinde etkisi olan genlerin bazılarını tespit edilmiştir. İnsanların atletik performansları üzerinde etkisi bulunan genetik yapı değişkenlerinin tespit edilmesi, biyolojik mekanizmalarının daha iyi anlaşılır olması ile bu doğrultuda biyolojik hipotezlerin kurulmasına imkân vermiş ve çeşitli spor branşlarıyla birlikte yapılan farklı egzersizlerdeki farklı yatkınlıklar arasındaki ilişkileri ortaya koymuştur (Ulucan ve ark., 2013).

Genetik Mekanizmalar

Mutasyon:

Mutasyon canlıların genom yapısındaki DNA veya RNA diziliminde oluşan kalıcı değişimlerdir. Mutant da mutasyona sahip olan organizmalar şeklinde isimlendirilir.

Mutasyonlar "germ hattı mutasyonları" ile "somatik mutasyonlar" şeklinde 2'ye ayrılır. Dokuların içinde bulunan hücrelerde meydana gelen mutasyon, nesiller arası aktarılamaz çünkü bu mutasyonlar kalıtsal değildir. Yani somatik mutasyonlar kalıtsal mutasyon değildirler. Germ mutasyonları yani üreme (eşey) hücresi mutasyonları da dokulardakini mutasyonların aksine kalıtsaldır ve kuşaklar arası geçmektedir.

İnsanlardaki genetik özellikler kişilerin kalıtsal farklılıklarını belirler ve ilaçlar, kimyasallar, virüsler, sıcaklık değişimleri, radyasyon, DNA'nın onarımı ve bölünmesindeki bozukluklar gibi daha birçok sebepten dolayı değişebilir. Bu sebeplere ek olarak hücresel süreçler (hipermutasyon) sırasında kişinin organizması yönünden de insanlardaki genetik özelliklerin

bozulmasını etkilenebilir. Bunun sonucunda ise DNA'daki sentezlenen protein ile enzim yapıları etkilenerek değişikliğe uğrar ve canlının yapısı proteinden, metabolizması da enzimlerden sebeple bozulur.

Mutasyonlarda birden fazla değişiklikler bulunarak DNA dizilimlerindeki bozulmalara sebep olabilirler. Yani gerçekleşen bir mutasyon sonucunda canlıların fenotipik yapılarında olumlu ya da olumsuz yönde birtakım etkilere sebep olabilmesinin yanında nötr bir etkiye de sebebiyet verebilirler. Bu nötr mutasyonlar da durağan ya da sessiz mutasyonlar şeklinde bilinir (Eroğlu ve Zileli, 2015).

Polimorfizm:

Polimorfizmin sözcük anlamı eski Yunanca da şekillilik olarak bilinir. Genetik polimorfizm ise farklı allellere bağlı 2 ya da daha fazla genetik şekilde belirlenen alternatif fenotip şeklidir. Popülasyon genetiği çalışan genetik araştırmacıları tek bir gen lokusunu ender alleller en düşük yüzde bir frekansta ve bu ender allellerin heterozigotları için en düşük yüzde ikisi şeklinde görülürlerse polimorfik şeklinde adlandırırlar. Bu popülasyon genetiği bakımından belirlenen oranda bir frekansa ihtiyaç duyulmamasına rağmen, moleküler biyoloji bakımından frekansın bir önemi yoktur ve ailede bulunan varyant, polimorfik şeklinde isimlendirilmektedir. Bu polimorfizmler türlerin var oldukları evrende adaptasyonlarını kolaylaştırarak, evrimsel işleyişte ayakta durabilmelerine şans verir. Polimorfizm, bütün kişilerin fenotip yapılarında, kromozomların morfolojik çeşitliliklerinde, DNA seviyesinde nükleotid özelliliklerin de, proteinlerin ve kan grubu bileşiklerinin varyant formlarında biçiminde gözükebilir (Eroğlu ve Zileli, 2015).

Epigenetik:

Son dönemlerde epigenetik "DNA dizisindeki değişimlerle açıklanamayan, mitoz veya mayoz bölünme ile kalıtılabilinen, gen fonksiyonundaki değişiklikler" şeklinde isimlendirilmektedir. Geçtiğimiz son 10 senedeki çalışmalar sonucunda, epigenetik durumların, daha çok yüksek organizasyonlu canlılarda etki gösterdikleri sonuçlarına ulaşılmıştır. Canlıların embriyo dönemlerinden yetişkin olma dönemleri şeklinde ilerleyen süreçteki gelişim aşamasında gözlenen, canlıların hücre değişimleri aşamasında meydana gelen ve genlerdeki değişikliklerde epigenetik fenomenin rolü büyüktür. Genlerde gerçekleşen bu değişimler, canlının DNA'sının seçici ve faklı epigenetik şekillerdeki farklı kromatin yapılarına paketlenmesiyle meydana gelmektedir. Epigenetik fenomen konusunda en fazla araştırılmış olan 2 tipi, histon modifikasyonları ile DNA metilenmesidir. Histon modifikasyonları ve DNA metilenmesi olaylarının birbirleriyle ilişkili ve geri dönüşümlü oldukları ileri sürülmektedir (Murell ve ark., 2005).

DNA Metilasyonu:

"DNA metillenmesi, genel kural olarak DNMT (DNA metil transferaz)'ler tarafından CpG adacıklarında ve sitozinin 5 numaralı karbonunda meydana getirilir. Omurgalı DNA'sındaki C-G baz çiftlerinin %70'ten fazlası metillenmiş durumdadır. Bu metillenmenin canlıdan canlıya ve dokudan dokuya göre değiştiği bilinmektedir. Metillenme profillerinin fonksiyonel birtakım sonuçları olabileceği önceden beri düşünülmektedir. Bu konuda ilk yapılan araştırmalarda metillenme ile gen ifadesi arasında bir ilişki olduğu saptanmıştır. Genlerin promotor bölgelerindeki metilasyon seviyesinin düşük olması aktif gen ifadesi ile korelasyon göstermektedir" (Murell ve ark., 2005).

DNA Metilasyonu ile Gen İfadesi:

CpG adacıklarındaki DNA metillenmesi, gen ifadesinin kontrolünde büyük önem taşımaktadır. Bilhassa genlerin promotor alanlarındaki metillenme, transkripsiyon faktörlerinin tanıma alanlarında değişimler ortaya çıkararak bu faktörlerin bağlanmasını önlemek ve gen ifadesinin baskılanması, gen ifadesinin düzenlenmesinde önemli bir görev almaktadır. Bu gen ifadesindeki düzenleme sonucunda hücre farklılaşmasıyla birlikte değişik dokularda değişik genlerin ifadesi meydana gelmektedir (Eroğlu ve Zileli, 2015).

RNA Temelli Modifikasyonlar:

miRNA köklü değişimlerde yine bir epigenetik mekanizmanın değişimlerindendir. RNA genlerinden olan ve protein kodlamayan miRNM'lar yirmi iki nükleotid uzunluğunda miRNA'lar protein kodlamayan RNA genleridir ve yirmi iki nükleotid uzunluğunda özellikli gen düzenleyicileri şeklinde gen ekspresyonunun denetiminde görev alırlar. RNA'lardan kodlanmayanlar da, hedef genin ifadesini mRNA'nın posttranskripsyonel dağıtılması ya da protein ekspresyonunun translasyonel baskısıyla frenlemektedir. DNA metilasyonu ile birlikte histon değişimleri ile transkripsyonel şeklinde miRNA'lar düzenlenir. Bunun yanında, kromatin yapısı ile histon modifikasyonunda görevli kilit enzimlerle beraber epigenetik mekanizmalarda etki gösterebilir (Saetrom ve ark., 2007).

Kimerizm:

Gebeliğin meydana gelmesinde normal durumlarda 1 dişi yumurta ile 1 erkek sperminin birleşmesi ile oluşur. Gebeliğin oluşumunda 2 tane yumurta hücresi ile 2 tane sperm hücresinin birleşmesiyle de ikiz gebelik oluşur. Çok fazla görülmemekle birlikte kimerizm durumunda 2 yumurta ile 2 spermin birleşmesiyle meydana gelen 2 tane döllenmiş yumurta sonrasında birleşerek sadece 1 tane fetus oluştururlar. Bu şekilde meydana gelen fetus da, iki kardeşin genetik yapıları ile dokularının tek bir

canlıda birleşerek doğması anlamına gelir. Kimer ya da kimerik insan da bu şekilde meydana gelip doğan kişilere verilen addır. Bu olay insanlar dışında diğer farklı canlılarda da nadir görülür. İki yumurta hücresi ile iki sperm hücresinin birleşmesiyle toplamda 4 hücrenin birleşmesiyle oluşan bu canlıya tetragametik kimerizm (tetra: dört) de denilmektedir. Kimerizmi meydana getiren 2 tane döllenmiş yumurta blastomer ya da gastrula aşamalarında oluşur. Kimerizm ile ilgili literatürdeki başka bir tartışma ve araştırma konusu da, kimerizm bir canlının yetişkin yaşta gebe olduğu zaman o kimerizm canlıdan doğacak bebekte kimerik olarak doğmayacaktır. Yine normal bir doğumdaki gibi annenin yumurtalığından bir hücreyle babadan gelen bir sperm hücresinin sonucunda normal bir genetik yapıya sahip kimerik olmayan bir bebek doğacaktır. Hamile olan iki ayrı genetik yapıya sahip olan kimerik anneden bebek sadece birini anneden almıştır. Bu bebeğin kimerik anneden olup olmadığının çalışılacağı bir araştırmada, sonuç olarak anneden alınan genetik materyalin bebekten alınan genetik materyalle farklı olacağı tespit edilebilir. Bu durumun tam tersi olarak anneden alınan farklı doku materyalinin bebekten alınan doku materyali ile aynı tespit edilebilir (Eroğlu ve Zileli, 2015).

Kimerizm ve Spor:

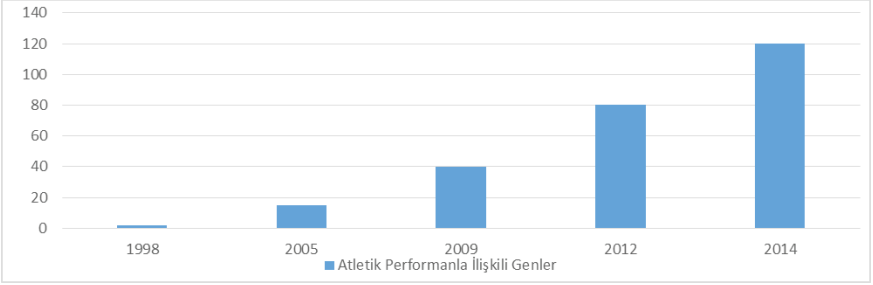
Atina Yaz Olimpiyatları (2004), erkekler zamana karşı müsabakasında, Lance Armstrong'dan sonra ABD'nin en önemli yol bisikletçisi olan Tyler Hamilton altın madalyanın sahibi olmuştur. Atina doping laboratuvarının rapor sonuçlarını 20.09.2004 tarihinde haber ajansları, haber olarak yapmışlardır. Bu haberlerde Hamilton'a yapılan homolog kan transfüzyon testi sonuçlarının pozitif çıktığı bildirilmişti. Bu da demek oluyordu ki Hamilton'un Atina Yaz Olimpiyatlar'ında kan dopingi yapmıştır. Daha sonrasında Hamilton Atina'nın bu test sonuçlarına itiraz etmiştir. Alınan kan örneklerinden 'B' tüpüne alınan yani 'şahit' kanın diğer farklı bir laboratuvarda da incelemeye alınmasını talep etmiştir. Fakat Hamilton'un Yapmış olduğu bu talebi haklı görseler de bu talebi uygulamaya geçirilmemiştir. Bu talebi yerine getirmemelerinin sebebi ise 'B' tüpüne alınan kanın laboratuvarda dondurulması ve daha önce dondurulmuş olarak korunan kanında kan dopinginin yapılıp yapılmadığını kanıtlayacak testin yapılmasının mümkün olmamasıydı. Bu sebepten dolayı Hamilton'un Atina'da kazandığı madalya elinden alınamadı fakat 22.09.2006 tarihine kadar yarışmalardan men kararı verildi. Bu gelişmeler üzerine ise Hamilton biyokimya ve genetik uzmanlarından oluşan bir ekibe yaklaşık bir milyon dolar harcayarak daha önce 'Flow Sitometri' tekniğiyle araştırılan 'homolog kan transfüzyon testinin' yanlış sonuçlar da verebileceğini kanıtlayan on sebebi bilirkişi raporlarıyla sunmuştur. Sırasıyla 2004'ün Aralık ayında sonrasında da 2005'in Ocak ayında alınan kan numuneleri, 'flow sitometri' tekniğiyle Massachusetts Teknoloji Enstitüsü'nde araş-

tırılmıştır. Bu araştırma sonuçlarında kan dopinginin yapıldığını kanıtlayacak sonuçlar bulunmamıştır. Bu gelişmeler sırasında Dr. Wolfgang Mayr, Viyana Üniversite'sinde görev yapmaktadır ve Hamilton'un kimerik olabileceği tahminini yapmıştır. Dr. Wolfgang Mayr'nin bu söyledikleri üzerine Kuzey Amerika Spor Tahkim Mahkemesi 2005'in Ağustos ayında aynı kan örneklerine bu sefer kimerizm testleri uygulanmıştır. Dr. Wolfgang Mayr'nin kendisi de kimerizm testlerini yapmıştır. Fakat bu gelişmelerde Hamilton'un işine yaramadı ve Hamilton'un kimerik olmadığı tespit edildi (Atasoy, 2013; Eroğlu ve Zileli, 2015).

Sporla İlişkili Genler

2000'li yıllarda yapılan çalışmalarda atletik performansla ilişkisi bulunan az sayıda gen (ACE, ACTN3 vb.) tespit edilmişken şu an güncel çalışmalar sonucunda ise bu sayı yaklaşık 120 gen olarak tespit edilmiştir (Şekil 1). Bu genlerin büyük bir kısmı son yıllardaki yapılan çalışmalarla tespit edilmiştir. (Subak ve ark., 2017).

Şekil 1: *1997-2014 yılları arasındaki sporla ilişkisi bulunan DNA polimorfizmleri (Subak ve ark., 2017).*



Çalışmalar üst düzey sporcuların spor yapmayan kişilerle genetik olarak farklı olduklarını göstermektedir. Bunun yanında üst düzey dayanıklılık sporcularıyla üst düzey kuvvet sporcuları arasında da genetik farklılıklar tespit edilmiştir. Kişilerin yatkın oldukları spor branşlarıyla ilişki kas fibril tipi yüzdesinin, kişilerin genetik farklılıklarıyla bağlantılı olduğu bilinmektedir (Gavrilov ve ark., 2013).

Dayanıklılık Performansı ile İlişkili Genler:

Dayanıklılık performansıyla alakası en fazla araştırılan genler PPARA, PPARGC1A, Gly482, ACE ve ACTN3 genleridir. Bu genlerle birlikte günümüze kadar 77 genin dayanıklılık performansıyla ilişkisini incelemek için araştırmalar yapılmıştır (Tablo 1), (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2015).

Tablo 1: *Dayanıklılık performansıyla ilişki gösteren genler, yapılan çalışmalar ile toplam sporcu sayısı (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2015).*

Gen	Çalışma Sayısı	Toplam Sporcu Sayısı
ACE	16	1310
ACTN	4	560
ADRA2A	1	148
ADRB1	1	124
ADRB2	2	629
ADRB3	1	100
AGTR2	1	487
AQP1	2	1288
AMPD1	2	231
BDKRB2	3	840
CKM	1	176
COL5A1	3	491
COL6A1	1	661
EPAS1 (HIF2A)	2	902
GABPB1 (NRF2)	5	366
GNB3	1	74
HFE	2	148
HIF1A	1	316
IGF1R	1	77
IL15RA	1	73
KCNJ11	2	282
MCT1	1	142
mtDNA loci	17	1485
NFATC4	1	694
NFLA-AS1	1	218
NOS3	4	998
PPARA	5	740
PPARD	3	883
PPARGC1A	5	976
PPARGC1B	2	894
PPP3CA	1	123
PPP3CB	1	123
PPP3R1	1	694
RBFOX1	1	218
SLC2A4	1	102
SOD2	1	121
TFAM	1	588
TSHR	1	218
UCP2	1	694
UCP3	2	877
VEGFA	1	942
VEGFR2	1	182
Y-Kromozomu	1	44
Toplam	106	21239

Dayanıklılık Performansını Etkileyen Genetik Parametreler:

ACE I alleli:

Dolaşım sisteminde iç dengenin sağlanmasında düzenleyici rolü bulunan anjiotensin konverting enzim; anjiotensin I'i anjiotensin II'ye değiştiren, kan ve lenf damarlarının iç yüzeyi vazodilatatörü olan bradikinini metabolize eden, vazoaktif peptit metabolizmasında büyük görev alan, etken çekirdeğinde çinko olan bir metallopeptidazdır (Soubrier, ve ark., 1993). ACE ID (insersiyon-delesyon) gen polimorfizmi en fazla çalışılan bir polimorfizm türüdür. Bu polimorfizm genin 16. intronunda lokalize 287 baz çiftinin insersiyon veya delesyon şeklinde isimlendirilir. Bahsedilen 2 allelle 3 çeşit genotip meydana gelmektedir: bunların ise birincisi II, ikincisi ID ve üçüncüsü de DD'dir. Kafkas ırkında ACE II, ID, DD dağılım şekli 1:2:1 biçimindedir (Barley ve ark., 1994).

Bireyin dayanıklılık performansının yükselmesi ACE I alleli ile alakalıdır, bireyin iskelet kasında tip-1 liflerin fazlalaşmak sebep olur. (Zhang ve ark., 2003). ACE işlevinin zayıflamasından sonra bradikini artar buna bağlı olarak kaslardaki kan akışını fazlalaştırır ve kasın glükoz alımını basitleştirir. maksVO2'si yüksek kişilerin I alleline sahip olduğu ve bunun sebebinin de arterio-venöz oksijen farkındaki yükselişin olduğunu kanıtlayan araştırmalar mevcuttur. Bu çalışmalarda kardiyak outputun fazla ve yorgunluğa karşı direncin fazlalaştığı da tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

> "Yüksek irtifaya tırmanan 25 İngiliz erkek dağcı kendi yaş grubu 1906 erkek dağcı ile karşılaştırılmış ve ACE II genotipi dağcılarda anlamlı olarak yüksek saptanmıştır. Toplam 64 Avustralyalı kürekçide ACE I alleli ($p<0.02$) ve ACE II genotipi ($p=0.03$) kontrol grubuna göre yüksek bulunmuştur" (Gayagay ve ark., 1998).

Literarürdeki başka bir çalışmada da elit kürekçiler üzerinde çalışılmış ve ACE II genotipi Kontrol grubundakilere oranla daha yüksek tespit edilmiştir (Ahmetov ve ark., 2008).

404 olimpik seviyedeki sporcu ile farklı branşlarda yarışan 19 sporcu kontrol grubunu oluşturmuş, I allel dağılım oranları benzer tespit edilmiştir (Myerson ve ark., 1999).

Literatürde I alleli sıklığı dayanıklılık sporcularında yüksek olarak tespit edilmiştir fakat ACE gen polimorfizmiyle dayanıklılık performansı sonuçları arasında anlamlı bir ilişki olduğunu desteklemeyen farklı çalışmalarda mevcuttur. Bu bağlamda, literatürde anlamlı farklılık olduğu sonucunu tespit eden on altı tane araştırma varken, anlamsız ilişki sonucunu tespit eden on bir tane araştırma tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

BDKRB2-9 alleli:

Kinin ailesinden bradikinin kallikrein tarafından aktive, ACE tarafından da inaktive yapılır. Damar iç yüzey duvarı hücrelerinde B2 reseptörleri üzerinden etkiler, kan damarlarının genişlemesini sağlar. Egzersiz esnasında kandaki kan akışını, insülin duyarlılığıyla glükozun taşınmasını yükseltir (Williams ve ark., 2004).

Literatürde atletlerden uzun mesafe koşucularıyla triatletler üzerinde çalışılan bir araştırmada uzun mesafe koşucularıyla triatletlerin BDKRB2-9 allelin sıklığı kontrol gruplarına göre fazla tespit edilmiştir. Fakat yetmiş dört dayanıklılık sporcusunun araştırıldığı farklı bir çalışmada da allel sıklığı kontrol grubuna göre bir farklılık tespit edilmemiştir (Eynon ve ark., 2011).

NOS3:

NO (Nitrik oksit) kişilerde doğru tanımlanmış kan damarı iç yüzey duvarı (endotel) kaynaklı kuvvetli bir vazodilatatördür. NOS (L-arjininden nitrik oksit sentaz) aracılığıyla üretimi sağlanır. NOS3 (lokasyon 7q36) geninde genetik polimorfizmler tespit edilmiştir. Ekzon yedide G894T transverisyonu (Glu298Asp), promotor alanda T786C transversiyonu, intron dörtte ise yirmi yedi baz çift tekrarı (4B/4A) en fazla araştırılan polimorfizmlerdir (Drozdovska ve ark., 2009). Literatürdeki kafkas ırkından dörtyüz kırk üç Ironman triatletin çalışıldığı araştırmada NOS3, Glu298 ve BDKRB2 -9 allel kombinasyonu çalışmadaki kontrol grubuna oranla fazla tespit edilmiştir (Saunders ve ark., 2006). Literatürdeki diğer bir çalışmada ise dayanıklılık sporcusu yüz İspanyol ile çalışmadaki kontrol grubunun T786C polimorfizm dağılımları incelenmiş, T allel sıklığı 2 grupta da aynı bulunmuştur (Gómez-Gallego ve ark., 2009).

ADRA2A 6.7-kb alleli*:*

ADRA2A (α-2A-adrenerjik reseptör) sistemik sempatik aktivitenin düzenlenmesinde büyük görev alır ve kalp atım hızı ile kan basıncı üzerinde etkisi vardır. Bu konu ile alakalı yapılan bir çalışmada yüz kırk sekiz elit dayanıklılık sporcusuyla, yüz kırk dokuz kontrol grubunu karşılaştırılmış, 6.7-kb allel sıklığı dayanıklılık sporcularında daha fazla tespit edilmiştir (Wolfarth ve ark., 2000). Literatürdeki başka bir çalışmada da üç yüz on üç elit dayanıklılık sporcusuyla, iki yüz doksan yedi sedanter erkek grubu karşılaştırılmış ve 16Arg allel sıklığı sporcu grubunda daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Başka bir çalışmada ise üç yüz on altı maraton sporcusunun araştırıldığı ve maratonu bitirme süresi ile 16Arg alleli arasında anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

AMPD1 Gln12 alleli:

AMPD1 (Adenozin monofosfat deaminaz 1) iskelet kasında adenozin monofosfatın inozin monofosfata deaminasyonunu katalizler. AMPD1 geninin ekzon 2 lokasyonunda 34 C/T transisyonu sonucu Gln12X kodonu ortaya çıkar ve bu translasyonun erken sonlanmasına sebebiyet verir. AMPD1 eksikliğiyle birlikte AMP deaminaz aktivitesi düşer bunun sonucunda da submaksimal aerobik kapasite zayıflar. TT genotipine sahip kişilerde zayıf, CT genotipi sahip kişilerde orta ve CC genotipine sahip kişilerde de normal seviyede AMPD aktivitesi tespit edilir (Ginevičienė ve ark., 2014). AMPD1 T alleli eksprese olan kişilerde egzersiz esnasında erken yorulma, kas krampları ve ağrılar ortaya çıkmaktadır.

Literatürdeki bir çalışmada üst düzey İspanyol dayanıklılık sporcularıyla kürekçilerde T allel sıklığı çalışmadaki kontrol grubuna oranla az tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

PPARGC1A (Peroksizom proliferatör-aktive reseptör y koaktivatör 1α) ile PPARα (peroksizom proliferatör-aktive reseptör α):

PPAR'lar, yağ asidi metabolizması ile glükozu düzenleyen baskın transkripsiyon etkenleridir. Enflamatuvar süreçler, immün yanıt, hücre değişimi, enerji iç denge uyumu bakımından etki ederler. Üç alt türü mevcuttur. Bunlar ise alfa, beta/delta, gama şeklinde PPARA, PPARD ve PPARG genleri ile kodlanır ve çeşitli dokularda eksprese edilirler.

PPARα ile PPARGC1A, yağ asidini katabolize eden karaciğer, iskelet-kalp kası gibi dokularda fazla miktarda eksprese edilirler. Yağ asidi metabolizması ile yağ asidi oksidasyonunda büyük görevlere sahiptir, oksidatif metabolizmanın fazla olduğu mitokondri sayısı yüksek hücrelerde ekpresyonları artmış durumdadır. Bundan dolayı dayanıklılık performansı özelliğinde büyük önemleri vardır. PPARα tip I liflerde tip II liflere oranla daha çok ekprese edilir (Eynon ve ark., 2010; Petr ve ark.,, 2014). Literatürdeki bir çalışmada Aerobik performansla PPARα intron 7 G/C ile PPARGC1A Gly482Ser polimorfizmleri arasında bir ilişki tespit edilmiştir. Yine aynı çalışmada dayanıklılık performansı ile PPARGC1A Ser482 allel sıklığının azlığıyla PPARα GG genotip sıklığının fazlalığı arasında bir ilişki tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

HIF1 A Pro582 alleli:

HIF-1α (Hipoksi-indüklenebilir faktör-1α), HIF1A geni tarafından kodlanmaktadır. Hipoksik uyarıya cevap şeklinde düzenlenen transkripsiyon faktörü olarak bildirilir. Glikolitik kaslarda HIF-1α mRNA ile protein seviyeleri oksitatif kaslara göre üst seviyede tespit edilmiştir. HIF-1α defektif farelerde glikolizden oksidasyona doğru metabolik kayma tespit edilmiş ve dayanıklılık kapasitesinin yükseldiği tespit edilmiştir.

Kişilerde HIF1A geninde polimorfizmde (rs1154965C/T) prolin amino asidi serinle değişime uğrar ve bu değişimin arkasından da HIF-1α protein stabilitesi ile transkripsiyonel aktivitesi artmaktadır. Bu da glükoz metabolizması hızlandırır ve tip-2 diyabetin oluşma riskini önlemektedir.

Bu konu ile alakalı literatürdeki bir çalışmada kafkas ırkından üç yüz on altı elit erkek dayanıklılık sporcusuyla üç yüz dört kontrol grubunun karşılaştırılmış ve sporcularda Pro582 alleli homozigot sıklığı kontrol grubuna oranla yüksek bulunarak anlamlı (p=0.006) bir ilişki tespit edilmiştir.

Bununla beraber iki yüz atmış beş Rus dayanıklılık sporcusuyla kontrol grubunun araştırıldığı bir çalışmada da her iki grup arasında anlamlı bir fark tespit edilememiştir (p>0.05) (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

VEGFA rs2010963C alleli:

Yapılan aerobik antrenmanla kuvvetli bir anjiyogenik uyarıcı olmasının yanında iskelet kası kapillarizasyonu bir ila üç aylık antrenman süreciyle %30 yükselir. VEGF (Vasküler endotelyal büyüme faktörü) anjiyogenezi düzenleyen, endotelyal hücre proliferasyonu ve migrasyonunda kilit bir görev üstlenen bir moleküldür. VEGF gen polimorfizmi insan miyoblastında VEGF gen ekspresyonuyla ilişkisi vardır ve maksVO2 kapasitesini de etkilediği tespit edilmiştir.

AAG veya CGC haplotipi olan bireylerin maksVO2 seviyeleri aerobik antrenman programı öncesi ve sonrasında AGG ve CGG haplotipindeki kişilere oranla fazla tespit edilmiştir (Prior ve ark., 2006).

Literatürdeki bir çalışmada ise üst seviye Rus dayanıklılık sporcularında da bu allelle sportif performans bakımından anlamlı bir ilişkili tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

VEGFR2 472Gln alleli:

VEGFR2 (Vasküler endotelyal büyüme faktörü reseptör 2), VEGF'nin aerobik antrenmana anjiyogenik yanıtta gerek vardır. Gende ekzon on bir de oluşan rsl1870377T/A polimorfizmi sonucunda histidin amino asidinin yerini glutamin aldığı tespit edilmiştir.

Bu konu ile alakalı literatürdeki bir çalışmada VEGFR2 472Gln alleli dayanıklılık sporcularında çalışmadaki kontrol grubuna oranla fazla (p=0.00006) olduğu tespit edilmiştir. MaksVO2 seviyeleri de bu alleli taşıyanlarda yüksek bulunmuştur. Bunun yanında 472Gln alleli taşıyanlarda vastus lateralis kasında tip 1 lif seviyesinin fazla olduğu tespit edilmiştir (Ahmetov ve ark., 2009).

ACTN3 R577X:

α-Aktininler hücre iskeletini oluşturan ve düzenleyen aktin bağlayıcı protein ailesinin bir üyesi; iskelet kasında Z çizgisinin temel yapı komponentidir (Djinovic-Carugo ve ark., 2002). Bu etkileşimle yapı ile sinyal proteinlerinin Z çizgisi ve ilişkisini sağlar. Bilhassa iskelet α-aktinini ile sarkomerik α-aktininler (-2 ve -3) miyofibriller dizilişin statik işlevini korumakta ve miyofibril kontraksiyonunu düzenler (MacArthur ve North, 2004).

Memelilerde 4 farklı α-aktinin izoformu bulunmaktadır ve değişik hücrelerde aynı görevi alırlar. ACTN2 ile ACTN3 tarafından kodlanan α-aktinin-2 ile α-aktinin-3 iskelet kası izoformlarıdır. ACTN3 ekspresyonu sadece tip 2 kas lifileri olarak sınırlanmıştır. Fakat düşük seviyede beyinde de eksprese edildiği tespit edilmiştir. ACTN3 R577X polimorfizmi, on altıncı ekzonda bin yedi yüz kırk yedi pozisyonunda oluşan C→T transversiyonu sonucu beş yüz yetmiş yedi pozisyonundaki arjinin (R) aminoasidini meydana getiren kodonun stop kodona (X) dönüşmesi şeklinde tespit edilmiştir. Ancak X alleli XX genotipse (homozigotsa), α- aktinin-3 hiç sentezlenmez. XX genotip sıkılığı farklı popülasyonlarda değişiklik göstermektedir. R577X sportif durum ile insan kas performansıyla ilişkili olduğu söylenebilir. α-Aktinin-3 eksikliği tip 2 liflerin fonksiyonunu etkiler ve kas metabolizmasında aerobik yolları harekete geçirip dayanıklılığı arttırdığı tespit edilmiştir (Beggs ve ark., 1992).

Literatürdeki bir çalışmada kadın dayanıklılık sporcularında XX genotipi %29, çalışmadaki kontrol grubunda ise %20 oranında fazla ($p<0.05$) bulunmuştur (Yang ve ark., 2003).

Ahmetov ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada dört yüz elli altı dayanıklılık sporcusunu bin iki yüz on bir sedanterle karşılaştırmışlar ve XX genotipini sporcularda %5.7, sedanterlere %14.5 oranla az ($p<0.0001$) tespit edilmiştir.

Dayanıklılık sporcuları üzerinde gerçekleştirilen bu iki çalışmanın sonuçları birbiriyle ters düşmektedir. Literatürde 577XX genotipinin sürat ile güç sporcularında düşük seviyede olduğunu tespit eden çalışmalar mevcuttur. Dayanıklılık sporcularında XX genotip sıklığının artışıyla ilgili ise kesin sonuçlara ulaşılabilecek net bir kanıt bulunmamaktadır.

Ulucan K. 2016'da yaptığı bir araştırmada günümüze kadar yapılan Türk sporcuların ACTN3, R577X polimorfizm değerlerini, detaylı bir literatür taramasıyla bir araya getirmeyi planlamıştır. Bu çalışma sonucunda aralarında futbol, basketbol, güreş gibi çeşitli spor branşlarından toplam beş yüz on sekiz sporcunun analiz sonuçlarına ulaşılması başarılmıştır. Bu sporcuların iki yüz otuz dördünün (%45) RR, iki yüz yedisinin (%40) RX

ve yetmiş yedisinin (%15) XX genotipinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sporculardaki sprinter ile güç alleli olan R alleli oltı yüz atmış beş (%64), dayanıklılık alleli olan X alleli ise üç yüz yetmiş bir (%36) şeklinde tespit edilmiştir. Bu veriler doğrultusunda RR + RX genotipleriyle R alleli, XX genotipiyle X alleline göre sayı ile yüzde bakımından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Çalışılan bu literatür taraması, Türk sporcularda ACTN3 R577X polimorfizmi dağılımları açısından çalışılan ilk araştırma ve Türk sporcular bakımından iyi bir veri kaynağı sağlayacağı, daha sonra yapılacak çalışmalar için ise güzel bir kaynak olacağını düşünmektedirler. (Ulucan, 2016)

Sürat/Güç/Kuvvet Performansı İle İlişkili Genler:

Literatürdeki kas kuvvetinin üzerine yapılan çalışmalarda, kas kuvvetinin kalıtsallıktan %30-80 oranında etkilendiği tespit edilmiştir (Hughes ve ark., 2011). Diğer araştırmalarda ise, maksimum oksijen alımı oranının, anaerobik güç ile kapasitesinin ve kardiyak kütle ve yapısının kalıtsal oranları araştırılmıştır. Bu araştırmalar sonucunda da maksimum oksijen alımı ile kardiyak kütle ve yapısının kalıtsal oranları %40-70, anaerobik güç ve kapasitesi oranları da %30-90 değerlerinde kalıtsal olduğu tespit edilmiştir. Toplamda kırk üç genin sürat, güç ve kuvvet**le** ilişkili olduğu bulunmuştur (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2015). Güç/kuvvet performansı ile ilişkili çok sayıda gen üzerinde yapılan araştırmalar mevcuttur (Tablo 2)**.**

Tablo 2: *Kuvvet/Güç performansı ile ilişkili genler, çalışma sayıları ve incelenen toplam sporcu sayısı (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2015).*

Gen	Çalışma Sayısı	Toplam Sporcu Sayısı
ACE	7	385
ACTN3	12	1484
ADRB2	1	100
AGT	2	163
AGTR2	1	615
AMPD1	3	510
CKM	2	233
CREM	1	257
DMD	1	492
EPAS1	1	338
GALNT13	1	257
HIF1A	4	476
IGF1	1	87
IGF1R	1	82
IL1RN	1	205
IL6	2	211
MCT1	1	100
mtDNA loci	6	264
MTHFR	3	923
MTR	1	77
MTRR	1	77
NOS3	4	221
PPARA	2	260
PPARG	3	552
SOD2	2	598
UCP2	1	29
VDR	1	125
Toplam	66	9121

Sürat/Güç/Kuvvet Performansını Etkileyen Genetik Parametreler:

ACE D alleli:

Yüksek ACE aktivitesiyle ilişkilidir. Bu allel artmış kuvvet, kas hacmi ile hızlı kasılan lif yüzdesiyle bağıntılıdır. Yapılan bir çalışmada sürat koşucuları, kısa mesafe yüzücüleri ile güç-kuvvet sporcuları ve kontrol grubu D alleli ya da DD genotip sıklığı oranları karşılaştırılmıştır. Sürat koşucuları, kısa mesafe yüzücüleri ile güç-kuvvet sporcuları D alleli ya da DD genotip sıklığı oranlarının kontrol grubuna oranla daha yüksek olduğu bulunmuştur (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

ACTN3 R577X:

ACTN3 genotipi iskelet kası performansını etkiler ve α-aktinin-3 varlığı veya yokluğu tip 2 kas lifleri tarafından gerçekleştirilen sürat ve güç faaliyetlerini etkileyebilir.

Literatürdeki bu konu ile ilgili çalışmalar incelendiğinde Druzhevskaya'nın yapmış olduğu çalışmada dört yüz seksen altı Rus sürat-güç sporcusu ile bin yüz doksan yedi Rus sedanterin XX genotip oranını karşılaştırılmış ve sporcuların genotip oranları kontrol grubundaki sedanterlere oranla düşük ($p<0.0001$) olduğu tespit edilmiştir (Druzhevskaya ve ark., 2008).

Diğer bir çalışmada ise Yang ve arkadaşları, yüz yedi sürat sporcusu ile yüz doksan dört dayanıklılık sporcusu ve dört yüz otuz altı sedanter ile yaptığı çalışmada XX genotipini sürat sporcularında %6 ve kontrol grubunda %18 şeklinde tespit etmiştir ($p<0.01$).

Olimpiyat seviyesinde yarışan kadın süratçilerde ise hiç XX genotipine rastlamadığını tespit etmişlerdir (Yang ve ark., 2003).

Bu iki çalışmadan ayrı olarak yapılan başka bir çalışma da sedanterler üzerinde uygulanan 2 araştırmada da zayıflamış kas gücü ile düşük sürat performansının 577XX genotipi ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir (Clarkson ve ark., 2005; Moran ve ark., 2007).

Literatür incelendiğinde sporcuların ACTN3 R577X polimorfizmlerinin, sporcuların kas güçleri üzerine çalışılmış oldukça fazla çalışma mevcuttur.

Bu çalışmalardan bir tanesi de Pimenta'nın Brezilyalı iki yüz üst seviyede futbolcu, squat sıçrama (SS) ile eller belde dikey sıçrama (EBS) testlerinde RR ile RX genotipinde sahip olan futbolcuların, XX genotipli olanlara oranla daha yüksek değerlere ulaştıkları tespit edilmiştir ($p<0.05$). Buna ek olarak sporculara 10 m., 20 m. ve 30 m. sürat testi yapılmış, 10 m. sürat testinde RR genotipindeki bireylerin XX genotipine sahip olanlara oranla ($p<0.05$); 20 ve 30 m. testlerinde de hem RX, hem de XX genotipine sahip olanlara oranla daha süratli ($p<0.05$) oldukları tespit edilmiştir (Pimenta ark., 2013).

HIF1 A 582Ser alleli:

HIF1α glükoz taşıyıcılarları ile glikolitik enzimlerle ilişkili genlerin ekspresyonunu kontrol eder.

Literatürdeki bir çalışmada HIF1 A 582Ser alleli haltercilerde %17.9 belirlenirken, kontrol grubunda %8.5 şeklinde bulunmuş ($p=0.001$), başarı düzeyine göre allel sıklığı subelit grupta %14.7, elit grupta %18.8 ve subelit grupta %25.0 şeklinde tespit edilmiştir. Bir diğer çalışmada da Po-

lonya ile Ukrayna'da çalışılan, güçle alakalı sporcuların katıldığı 2 farklı araştırmada da HIF1 A 582Ser allel sıklığı sporcularda kontrol grubuna oranla daha yüksek tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012; Drozdovska ve ark., 2013).

Hız kayakçıları üzerinde yapılan bir çalışmada v. lateralis kasında tip 2 lif oranı artışının 582Ser alleli ile alakalı olduğu tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

AMPD1 Gln12 alleli:

C allelinin anaerobik performansla ilişkisini belirleyen çalışmalar literatürde yer almaktadır. Polonnya, Rusya ve Litvanya'da yapılan çalışmalarda güç-sürat sporcularında T allel sıklığı kontrol grubuna oranla düşük olduğu tespit edilmiştir (Ginevičienė ve ark., 2014).

Peroksizom proliferatör-aktive reseptör α (PPARA):

PPARA GG genotipi dayanıklılık performansı ile ilişkiliyken, PPARS CC genotipi güç-kuvvet performansıyla ilişkilendirilmiştir.

Petr ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada, C alleli taşıyan sporcuların anaerobik Wingate testinde daha hızlı oldukları tespit edilmiştir (Petr ve ark., 2014).

Diğer bir çalışmada ise CC ike CG genotipine sahip sporcuların GG genotipine sahip olanlara göre kas kitlelerinin daha fazla; dikey sıçrama skorlarının da daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012).

> "VDR (Vitamin D reseptörü): İnsan kas hücrelerinde bulunmasının yanında D vitamini metabolitlerinin kas metabolizmasına etkisinden de sorumlu olduğu belirtilmiştir. Bsm1, Fok1, Apa1, Taq1 polimorfizmleri mevcuttur. Fok1 polimorfizmi ekzon 2'de T-C transisyonu sonucu meydana gelir ve sonuçta defektif VDR sentezine sebep olur. Kemik yoğunluğunu ile kas kitlesini etkiler, sarkopeni riskini arttırır."

Hamilton'un bu bilgiler doğrultusunda yaptığı bir çalışmada, TT genotip sıklığı orta-üst düzey erkek futbolcularda kontrol sedanter grubuna oranla daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Yine Hamilton'un yapmış olduğu başka bir çalışmada ise KOAH hastalarında yapılan bir çalışmada, TC, TT genotipine sahip kişilerin quadriceps kas gücü CC genotipinde olanlara oranla daha yüksek seviyede tespit etmişlerdir (Hamilton, 2011).

NOS3 T alleli:

NOS (Nitrik oksit L-arjininden nitrik oksit sentaz) aracılığıyla üretilmektedir. Kan damarı iç duvar yüzeyi (endotel) hücrelerinde eNOS akti-

vitesi sonucu üretilen NO vasküler tonusun ile kardiyovasküler homeostazın düzenlenmesinde büyük görev almaktadır. NOS3 (lokasyon 7q36) geninde promotor bölgede T786C transversiyonu araştırılan polimorfizmlerdendir. Sürat-güç performansıyla ilişkisi tespit edilmiştir.

Konuyla ilgili bir çalışmada T786C polimorfizminin incelenmiş olup, yirmi dokuz İtalyan, elli altı Ukraynalı, elli üç İspanyol sürat-güç sporcusuyla çalışılan 3 farklı araştırmada T allel sıklığı kontrol gruplarına oranla anlamlı düzeyde yüksek tespit edilmiştir (Ahmetov ve Fedotovskaya, 2012; Gómez-Gallego ve ark., 2009).

SONUÇ

Çalışmamızdaki tüm bu bilgiler doğrultusunda sonuç olarak, sporcuların antrenman ve müsabakalardaki sportif performansları ve alanlarındaki başarılarını, sahip oldukları genetik yapılarına bakılarak, tek bir genetik polimorfizmle açıklamak söz konusu olamaz. Çünkü sportif performans ve fiziksel performansın yanında başarıya da doğrudan etkisi olan çok fazla gen ve çevresel faktör bulunmaktadır. Bir sporcu ya da sporcu adayı üzerinde yapılan araştırmalar sonucunda o bireyin alanında şampiyon olduğunu değil, o bireyin alanıyla alakalı güçlü veya zayıf yönlerini ortaya koyabiliriz. Bireyin alanında güçlü veya zayıf yönlerini tespit ettikten sonra, bu bilgiler doğrultusunda performansı üst düzeye çıkarmak amacıyla hazırlanacak antrenmanların ve doğru beslenme programlarının planlanarak hazırlanması, antrenör ve spor açısından zaman kaybının önlenmesi, en doğru antrenman ile beslenme programının uygulanması ve gösterilecek emeğin amaca ulaşması bakımından oldukça önemlidir.

KAYNAKLAR

Adams, K, O'Shea, K, O'shea, L, Climstein, M. (1992). The Effect of Six Weeks of Squat, Plyometric Training on Power Production. J Appl Sport Sci Res. 6(1):36-41.

Ahmetov, I, Fedotovskaya, O. N. (2015). Current Progress in Sports Genomics. Adv Clin Chem, 70, 247-314.

Ahmetov, I. I, Fedotovskaya, O. N. (2012). Current Progress in Sports Genomics. Cell Mol Exerc Physiol, 1:e1. doi: 10.7457/cmep.v1i1.e1.

Ahmetov, I. I, Hakimullina, A. M, Popov, D. V, Lyubaeva, E. V, Missina, S. S, Vinogradova, O. L. (2009). Association of The VEGFR2 Gene His472Gln Polymorphism With Endurance-Related Phenotypes. Eur J Appl Physiol, 107:95-103.

Ahmetov, I. I, Popov, D. V, Astratenkova, I. V, Druzhevskaya, A. M, Missina, S. S, Vinograova, O. L. (2008). The Use of Molecular Genetic Methods for Prognosis of Aerobic and Anaerobic Performance in Athletes. Hum Physiol, 34:338-42.

Aktuğ, Z, İri, R, Çelenk, Ç. (2019). Çocuklarda Motor Beceri İle Futbola Özgü Teknik Beceriler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 10 (1), 13-23.

Alp, M, Özdinç, M. (2020). Sports Injuries Seen in Korfball Players: Assessment of Injuries' Areas and Types. Turkish Journal of Sport and Exercise, 22 (3),500-504.

Alp, M. (2020). Antrenman Bilimi ve Metotları, (Edt: İ. K. TÜRKAY9) Bilimsel ve Sağlık Açısından Vücut Geliştirme. Ankara: Akademisyen Kitabevi. 6; s.35-46.

Atasoy, S. (2013). 13 Ağustos Aynı Bedende Farklı DNA'lar. (http://www.hurriyet.com.tr/yazarlar/4912171.asp) adresinden alındı.

Barley, J, Blackwood, A, Carter, N. D, Crews, D. E, Cruickshank, J. K, Jeffery, S. (1994). Angiotensin Converting Enzyme İnsertion/Deletion Polymorphism: Association With Ethnic Origin. J Hypertens, 12:955-7.

Bayraktar, B, Kurtoğlu, M. (2009). Sporda Performans, Etkili Faktörler, Değerlendirilmesi ve Araştırılması. Klinik Gelişim, 22(1): 16-24.

Beggs, A. H, Byers, T. J, Knoll, J. H, Boyce, F. M, Bruns, G. A, Kunkel, L. M. (1992). Cloning and Characterization of Two Human Skeletal Muscle Alpha-Actinin Genes Located on Chromosomes 1 and 11. J Biol Chem, 267:9281-8.

Clarkson, P. M, Devaney, J. M, Gordish-Dressman, H, Thompson, P. D, Hubal, M. J. (2005). ACTN3 Genotype is Associated With İncreases in Muscle Strength in Response to Resistance Training in Women. J Appl Physiol, 99:154-63.

Djinovic-Carugo, K, Gautel, M, Ylanne, J, Young, P. (2002). The Spectrin Repeat: A Structural Platform For Cytoskeletal Protein Assemblies. FEBS Lett, 513:119-23.

Drozdovska, S. B, Dosenko, V. E, Ahmetov, I. I, Ilyin, V. N. (2013). The Association of Gene Polymorphisms With Athlete Status in Ukrainians. Biol Sport, 30:163-7.

Drozdovska, S. B, Dosenko, V. E, IIyin, V. N, Filippov, M. M, Kuzmina, L. M. (2009). Allelic Polymorphism of Endothelial No-Synthase (Enos) Association With Exerciseinduced Hypoxia Adaptation. Balt J Health Phys Act, 1:13-9.

Druzhevskaya, A. M, Ahmetov, I. I, Astratenkova, I. V, Rogozkin, V. A. (2008). Association of The ACTN3 R577X Polymorphism With Power Athlete Status in Russians. Eur J Appl Physiol, 103:631-4.

Eroğlu, O, Zileli, R. (2015). Genetik Faktörlerin Sportif Performansa Etkisi. Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi, 63-64.

Eynon, N, Meckel, Y, Alves, A. J, Nemet, D, Eliakim, A. (2011). Is There an İnteraction Between BDKRB2 -9/+9 and GNB3 C825T Polymorphisms and Elite Athletic Performance? Scand J Med Sci Sports, 21: 242-6.

Eynon, N, Meckel, Y, Sagiv, M, Yamin, C, Amir, R, Sagiv, M. (2010). Do PPARGC1A and Pparalpha Polymorphisms İnfluence Sprint or Endurance Phenotypes? Scand J Med Sci Sports, 20:145-50.

Gavrilov, I. V, Astratenkova, Ahmetov, I. I. (2013). The Association of ACE, ACTN3 and PPARA Gene Variants With Strength Phenotypes in Middle School-Age Children. J Physiol Sci, 63, 79-85.

Gayagay, G, Yu, B, Hambly, B, Boston, T, Hahn, A, Celermajer, D. S. (1998). Elite Endurance Athletes and The ACE I Allele -The Role of Genes Athletic Performance. Hum Genet, 103:48-50.

Ginevičienė, V, Jakaitienė, A, Pranculis, A, Milašius, K, Tubelis, L, Utkus, A. (2014). AMPD1 Rs17602729 İs Associated With Physical Performance of Sprint and Power in Elite Lithuanian Athletes. BMC Genet, 15:58. doi:10.1186/1471-2156-15-58.

Gómez-Gallego, F, Ruiz, J. R, Buxens, A, Artieda, M, Arteta, D, Santiago, C. (2009). The -786 T/C Polymorphism of The NOS3 Gene İs Associated With Elite Performance in Power Sports. Eur J Appl Physiol., 107:565-9.

Hamilton, B. (2011). Vitamin D and Athletic Performance: The Potential Role of Muscle. Asian J Sports Med, 2:211-9.

Hughes, D. C, Day, S. H, Ahmetov II. (2011). Genetics of Muscle Strength and Power: Polygenic Profile Similarity Limits Skeletal Muscle Performance. J Sports Sci, 29, 1425-1434.

Işıldak, K, Kumartaşlı, M. (2018). Effects of Periodic Training on Anthropometric, Physiological And Bio-Motoric Development Characteristics of Elite

Swimmers in 12-15 Age Groups. European Journal of Physical Education and Sport Science. 4(4): 65-81.

Işıldak, K, Suna, G. (2020). 15-17 Yaş Yüzücülerde 8 Haftalık Dayanıklılık Antrenmanlarının Kalp Atım Sayısı ve T-20 Yüzme Performansı Üzerine Etkisi. Sportive, 3 (1), 26-33.

Karakuş, M, Çelenk, Ç, Kaya, M, Sucan, S, Turna, B. (2018). Çocuklarda 12 Haftalık Yüzme Egzersizinin Bazı Fiziksel Fizyolojik Parametrelere Etkisi. Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, 50-57.

Kocakulak, N. A, Polat, Y, Hamurcu, Z, Pepe, Z. O, Çoksevim, B. (2018). Comparison of Physical and Physiological Parameters of Children Skier and Volleyball Players. Natural ve Applied Sciences Journal, 2(1), 26-30.

Koçyiğit, B, Şahinler, Y. (2019). 12-14 Yaş Tenisçilerde Teknik Antrenman Programlarının Bazı Biyomotorik ve Teknik Gelişimleri Üzerine Etkilerinin Araştırılması. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 21(3): 85-95.

Koçyiğit, B, Akın S, Şentürk A. (2020). The Effects of Combined Trainings on Tennis Serve Speed in Tennis Players, Turkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences, 12(2):137-46.

Koçyiğit, B, Çimen E, Karakuş S. (2018). 12-14 Yaş Grubu Hentbol ve Tenis Performans Sporcuların Fiziksel Antropometrik ve Motorik Özelliklerinin Karşılaştırılması, Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi, 5(SI1), 14-25.

Koku, F. E. (2015). Sportif Performansın Genetik ile İlişkisi. Spor Hekimliği Dergisi, Cilt: 50, S. 21-30.

Koruç, P. B. (1999). Türk Sporcularına İlişkin Performans Profili ve Yapı Geçerliliği. Yayımlanmış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

MacArthur, D. G, North, K. N. (2004). A Gene for Speed? The Evolution and Function of Alpha-Actinin-3. Bioessays, 26:786-95.

Marcell, T. J, Hawkins, S. A, Tarpenning, K. M. (2003). Longitudinal Analysis of Lactate Threshold in Male and Female Master Athletes. Med Sci Sports Exerc., 35(5):810-7.

Moran, C. N, Yang, N, Bailey, M. E, Tsiokanos, A, Jamurtas, A, MacArthur, D. G. (2007). Association Analysis of The ACTN3 R577X Polymorphism and Complex Quantitative Body Composition and Performance Phenotypes in Adolescent Greeks. Eur J Hum Genet, 15:88-93.

Murell, A, Rakyan, V. K, Beck, S. (2005). From Genome to Epigenome. Human Mol. Gen, 14, (1): R3-R10.

Myerson, S, Hemingway, H, Budget, R, Martin, J, Humphries, S, Montgomery, H. (1999). Human Angiotensin I-Converting Enzyme Gene and Endurance Performance. J Appl Physiol, 87:1313-6.

Özdinç, M, Alp, M. (2020). Korfbolcularda Teknik ve Kombine Antrenman. 17 Meldrum Street, Beau Bassin 71504, Mauritus, Lap Lambert Academic Publishing.

Özdinç, M. (2020). Beden Kitle İndeksi, (Edt: İ. K. TÜRKAY) Bilimsel ve Sağlık Açısından Vücut Geliştirme. Ankara: Akademisyen Kitabevi. 3; s.21-23.

Pepe, O. (2020). Zihinsel Antrenman ve Vücut Geliştirme, (Edt: İ. K. TÜRKAY) Bilimsel ve Sağlık Açısından Vücut Geliştirme. Ankara: Akademisyen Kitabevi. 8;s.55-64.

Petr, M, Stastny, P, Pecha, O, Šteffl, M, Seda, O, Kohlíková, E. (2014). PPARA İntron Polymorphism Associated With Power Performance in 30-S Anaerobic Wingate Test. PLoS One, 9:e107171.

Pimenta, E. M, Coelho, D. B, Veneroso, C. E, Barros Coelho, E. J, Cruz, I. R, Morandi, R. F. (2013). Effect of ACTN3 Gene on Strength And Endurance in Soccer Players. J Strength Cond Res, 27:3286-92.

Prior, S. J, Hagberg, J. M, Paton, C. M, Douglass, L. W, Brown, M. D, McLenithan, J. C. (2006). DNA Sequence Variation in The Promoter Region of The VEGF Gene İmpacts VEGF Gene Expression and Maximal Oxygen Consumption. Am J Physiol Heart Circ Physiol, 290:H1848-55.

Saetrom, P, Snøve, O, Rossi, J. J. (2007). Epigenetics and MicroRNAs. Pediatr Res, 61:17R-23R.

Saunders, C. J, Xenophontos, S. L, Cariolou, M. A, Anastassiades, L. C, Noakes, T. D, Collins, M. (2006). The Bradykinin Beta2 Receptor (BDKRB2) and Endothelial Nitric Oxide Synthase 3 (NOS3) Genes and Endurance Performance During Ironman Triathlons. Hum Mol Genet, 15:979-87.

Sercan, C, Eken, B. F, Erel, Ş, Ülgüt, D, Kapıcı, S, Ulucan, K. (2016). Spor Genetiği ve Ace Gen İlişkisi. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 1-2.

Soubrier, F, Hubert, C, Testut, P, Nadaud, S, Alhenc-Gelas, F, Corvol, P. (1993). Molecular Biology of The Angiotensin I Converting Enzyme: I. Biochemistry and Structure of The Gene (Review). J Hypertens, 11:471-6.

Subak, G. E, Özdemir, F. N, Müniroğlu, R. S. (2017). Sporcuların Başarısında Genetik Faktörlerin Önemi. Spormetre, 15 (3), 1F09-118.

Tiryaki Ş. (1991). Sportif Performans ile Edward Kişisel Tercih Envanterleri Verilerinin İlişkisi. Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Dergisi, 2(2):32-37.

Türkay, İ. K, Gökbel, S. (2020). 11-13 Yaş Tenisçilerde Uygulanan Kombine Antrenmanların Vücut Kompozisyonlarına Etkisi. Spor Eğitim Dergisi. 4(1), 33- 41.

Ulucan, K. (2016). Literature Review Of Turkish Sportsmen İn Terms Of ACTN3 R577X. Clinical and Experimental Health Sciences SCİ, 6(1): 44-7.

Ulucan, K, Göle, S, Altındaş, N, Güney, I. A. (2013). Preliminary Findings Of Alpha Actinin-3 Gene Distribution İn Turkish Elite Wind Surfers. Balkan Journal of Medical Genetics, 16(1), 69- 72.

Williams, A. G, Dhamrait, S. S, Wootton, P. T, Day, S. H, Hawe, E, Payne, J. R. (2004). Bradykinin Receptor Gene Variant and Human Physical Performance. J Appl Physiol, 96:938-42.

Wolfarth, B, Rivera, M. A, Oppert, J. M, Boulay, M. R, Dionne, F. T, Chagnon, M. (2000). A Polymorphism in The Alpha2a-Adrenoceptor Gene and Endurance Athlete Status. Med Sci Sports Exerc, 32:1709-12.

Yang, N, MacArthur, D. G, Gulbin, J. P, Hahn, A. G, Beggs, A. H, Easteal, S. (2003). ACTN3 Genotype İs Associated With Human Elite Athletic Performance. Am J Hum Genet, 73:627-31.

Zhang, B, Tanaka, H, Shono, N, Miura, S, Kiyonaga, A, Shindo, M. (2003). The I Allele of The Angiotensin-Converting Enzyme Gene İs Associated With an İncreased Percentage of Slow-Twitch Type I Fibers in Human Skeletal Muscle. Clin Genet, 63:139-44.



Bölüm 6

ANTİK ÇAĞ'DA HAREKET İHTİYACINDAN BEDEN EĞİTİMİNE

Mustafa YILDIZ[1]

1 Doç.Dr. Akdeniz Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, mustafayildiz@akdeniz.edu.tr

Giriş

Beden hareketi ve eğitimi insanlık tarihinin her döneminde karşımıza çıkan, insanın tarih sahnesine çıkması kadar eski bir faaliyettir. İnsanın canlılık görüntüsü olan hareket beden eğitiminin de başlıca vasıtasıdır. Beden hareketleri ve eğitiminin eski çağlarda insanın doğada ayakta kalabilme çabasıyla birebir ilişkili olduğu genel kabul gören bir düşüncedir (Alpman, C. 1972). Doğada var olma savaşıyla baş başa kalan insan bedensel olarak güçlü olma ihtiyacı duymuştur. Daha sonraları av, saldırı, savaş ve vahşi hayvanlarla mücadelelerde kendisine avantaj sağlamak için beden ve uzuvlarını gereği gibi kullanıp çeşitli araç ve gereçler geliştirmiştir. Zamanla beden hareketleri farklı coğrafyalarda farklı kültürlerle harmanlanmış belirli dönüşümlerden geçmiş yarışma ve oyun formatıyla çeşitli eğlence ve festivallerde kullanılmış bazı coğrafyalarda insanın genel eğitiminin bir parçası olarak da kullanılmıştır. Bu çalışmada, antik çağlarda hareket ihtiyacı ve bedensel faaliyetler incelenmiştir.

Antik Çağ'da Hareket İhtiyacı

Bedensel etkinlik insanların hayatlarını sürdürebilmeleriyle birebir ilişkili olduğundan ilk insandan itibaren var olmuştur. İnsan neslinin geçmişi kadar eski olan beden faaliyetlerinin; insanın doğa ile verdiği mücadelede sergilediği hareketlere kadar dayandığı kabul edilen bir görüştür (Tekin, A., & Tekin, G. 2014). İnsan; yaşama, geçim tarzı ve kaygısına bağlı olarak birbirleriyle, hayvanlarla ve doğayla mücadele etmiştir. Antik çağda insanlar uzun zaman sert bir tabiat, güçlü bir hayvan alemi karşısında savunmasız kalmıştır. Dönemin insanları etkilendikleri olayları, devrin vahşi yaşamını, hayvanlarını, avlanma biçimlerini çizgi ve resimler ile yaşadıkları mağaraların duvarlarına ya da kullandıkları eşyalara resmetmişlerdir. Özellikle erkekler av, saldırı, savaş gibi durumlarda beden ve uzuvlarını gereği gibi kullanmak zorunda kalmışlardır (Fişek, K. 2003). Dönem itibariyle beden faaliyetleri arasında yürüme ve koşma temel hareketlerdi. İnsanın yer değiştirme ihtiyacına paralel olarak avını yakalaması ya da vahşi bir hayvandan kaçarak hayatta kalmasını sağlayan başlıca hareketlerdi. Tarihte ilk beden eğitimi hareketleri yürüme ve koşma ile birlikte savunma ve saldırıya yönelik olan beden hareketleridir. Vahşi yaşam ve birbirleriyle mücadele etmek zorunda olan insan günümüz spor dallarından güreş ve boksa benzeyen figürleri ortaya çıkarmıştır (Alpman, C. 1972). Tarihte insanlar bilinçli olarak olmasa da farkında olmadan jimnastikten boksa modern sporun temelini atmıştır (Morris, A. D. 2004).

Antik çağda beden hareketi ihtiyacı barınma ve avlanma gibi temel ihtiyaçları sonunda ortaya çıkmış sonraki dönemlerde ise değişen ihtiyaçlar ve bunların çözümlerine göre değişmeler göstermiştir. Günümüzdeki spor dallarının birçoğunu tarih sahnesinde farklı amaçlar için kullanıl-

dığını görmekteyiz (Mandell, R.D. 1999). Antik dönemde dini inanışlar insanların yaşam biçimlerini etkilemiştir. Törenler, ayinler insanlar için önemli aktivite ve etkinlik zamanlarıydı. Farklı danslar, gösteriler ve o zamanlardan elde edilen kalıntılardan ortaya çıkan bulgular bize yaşayışlarıyla ilgili ipuçları vermiştir (Blundell, S., & Williamson, M. 2005).

Antik çağlarda hayatta kalmak büyük oranda bedensel güce, sağlık ve şansa bağlıydı (Mechikoff, R.A. 2006).

İlkel dönemlerde vahşi hayvanlarla göğüs göğüse boğuşan insan kendi beden gücü ve hareketleriyle başa çıkamadığı durumlarda kullanmak için araç gereç geliştirme yoluna gitmiştir. Ok ve yayı, mızrak ve kılıcı kullanmayı öğrenmişlerdir (Fişek, K. 1985). Öncelikle taş ve ağacı sonraları madenin bulunmasıyla işlenmiş aletleri silah olarak kullanmıştır. Bir süre mızrak atma, kement atma gibi uzaktan mücadele usullerini uygulamış daha sonraları materyallerin esnekliğinin farkına varıp yay ve ok geliştirmiştir (Alpman, C. 1972).



https://archeryhistorian.com/history-of-archery/

Atletik yetenek, bedensel uygunluk, rekabet ve oyun tarih sahnesinde eskiden beri medeniyetlerin önemli bir kültürel bileşeni olarak karşımıza çıkmıştır. Antik çağları inceleyen tarihçiler, sosyologlar, arkeologlar bedensel yeteneğin ve beden hareketlerinin önemini araştırmışlardır. Beden eğitimi ve oyun kültürü hakkında araştırmalar yapmışlardır. Antik çağlarda çevreye karşı zafer sağlamak için gerekli cesaret ve atletik becerilere sahip olanlara saygı duyulduğu görülmüştür. Zamanla onur için rekabet etme ve zafer arzusu kültürün bir parçası haline gelmiş, oyunlar ve spor aracılığıyla sembolize edilmiştir. Antik çağ insanı her an savaşa hazır olma amacıyla bedenini güçlü tutma ihtiyacı duyuyordu. Düşmanını yenecek bir ordu oluşturmak gerekli bir durumdu. Antik dönemde silah kullanmak,

güreş ve boks yapmak, ata binmek, savaş arabaları sürmek ve yaya olarak yarışıp koşmak için savaşçıların bedensel olarak formda olması gerekiyordu. Düşmanla yapılacak göğüs göğüse çarpışmada üstün gelebilecek savaşçılar için zorlu bir beden eğitimi programı gerekmiştir (Mechikoff, R.A. 2006). Antik Bizans ve Antik Roma'da süregelen savaşlar için erkek bireyler küçük yaşlardan itibaren dövüş ve savaş sanatının temeline katkılar sağlayacak öğretiler içinde olmuşlardır (Blundell, S., & Williamson, M. 2005). Bu eğitimli asker ihtiyacı günümüz dünyasında aynı şekilde güncelliğini korumaktadır

Antik Çağda Farklı Uygarlıklarda Beden Hareketleri ve Eğitimi

İnsan neslinin binlerce yıl yaptığı avcılık ve toplayıcılıktan üretime geçmesi yani tarım ve hayvancılığı öğrenmesiyle; iklim ve tabiatın türlü etkilerinden kurtulmak için konut yapmağa başlamıştır (Alpman, C. 1972). Tarım devrimi Mezopotamya ve Mısır'da gerçekleştiği için bu bölgeler insanlık tarihinde ilk şehirleşmenin ve ilk devletlerin kurulduğu yerler olmuşlardır (Taş, S ve Günay, E 2015).

Günümüz sporuna benzeyen beden hareketleri antik çağda Sümer, Mezopotamya, Mısır ve Yunan Uygarlıklarında görülmüştür. Coğrafi yakınlıkla birlikte süreç içerisinde inanç ve kültürlerin etkileşimleri düşünüldüğünde beden faaliyetlerinin benzer olması doğaldı (Mechikoff, R.A. 2006).

Eski Mısırlıların yaşam tarzı ve beden faaliyetleri hakkında bilinenlerin çoğu döneme ait mezarlarda bulunan resimlerde ve keşfedilen sayısız eserde karşımıza çıkmıştır (Lionel, C. 1965).



http://www.wrestlingsbest.com/gifs/xegypttombs6.jpg

Beni Hasan Mezarlığı'nda bulunan 200'den fazla güreş tekniğini yansıtan M.Ö. 3000 yılına ait duvar resmi.

Mısır duvar kabartmalarında ve resimlerinde kendilerini yüksek omuz, geniş göğüs ve uzun bacaklı olarak betimleyerek beden kültürü ve

eğitimine önem verdiklerini göstermişlerdir (Fişek, 2003). Bu dönemde yüzme birçok resimde eğlence etkinliği olarak tasvir edilmiştir (Mechikoff, R.A. 2006). Dans ve müzik Mısırlılarda görülen popüler aktivitelerdir (Deobold B. Dalen V. Bruce L. Bennett, A. 1971). Ayrıca avcılık kültürünün önemli bir yer tuttuğu görülmektedir. Eski Mısırlıların yemek ihtiyacı olmadan avcılığı sportif faaliyet olarak yaptıkları belirtilmiştir (Decker, W. 1992, akt. Koca, F., İmamoğlu, G., & İmamoğlu, O. 2018).

Arkeologlar, Sümerliler ile ilgili M.Ö. 3000-1500 dönemine ait eserler keşfetmişlerdir. Bu eserlerde boks, güreş gibi dövüş sporları ve oyunların oynandığını gösteren resimler görünmektedir (Maxwell, L, 1976) (Palmer, D. 1967). Her zaman var olan savaş ve talan tehdidine karşı bir çok katılımcı tarafından dövüş sporlarının yapıldığı anlaşılabilir. Güreş ile ilgili en bilinen eserlerden biri ; iki figürden oluşan bakır bir heykelciktir. Kafaları birbirine kenetlenmiş ve elleriyle rakibin kemerini kavramaktadır (Woolley, L. 1961).



(https://www.penn.museum/sites/expedition/trials-of-strength)

Hiti uygarlığında ise; kuvvete dayalı yarışlar, beceriye dayalı dini festivaller yapılıyordu. Okçuluk, ağırlık kaldırma, güreş, boks ile dans ve akrobasi içerikli rekreatif etkinlikler görülmektedir (Crowther, N.B. 2007). Ayrıca gülle atma, koşu ve araba yarışlarıyla birlikte avcılığında yapıldığı bilinmektedir (Arıhan, S.K. ve Gültekin, T. 2012).



Hitit Savaş Arabası (http://www.antiktarih.com/2019/03/11/hititler/)

Yunan uygarlığında ise fiziksel olarak fit bir bedene sahip olmak son derece önemliydi. Yunanlı erkekler beden eğitimine çocuk yaşlarda başlardı. Beden eğitimi kişinin görüntüsünü iyileştirmek, diğer uygarlıklarda olduğu gibi savaşa hazırlamak ve yaşlılıkta sağlıklı olabilmesi için gerekli görülüyordu (Kumar, G.A. 2012). Antik Yunanda spor kelimesinin karşılığı bedensel hareket ve jimnastik kelimeleridir. Jimnastik kelimesi hem Yunan vatandaşlarının yaptığı beden eğitimi faaliyetlerinde hem de antik olimpiyatlara katılacak atletlerin eğitimi kapsamında kullanılırdı. Bedensel etkinlik olarak uygulanan bu eğitim çocukluk döneminde başlar ve belli bir disiplinle devam ederdi. Böylece bedenin ideal formu korunurdu (Altunya, H. 2018). Antik Yunan toplumu fiziksel güzelliğe çok önem vermiştir. Antik Yunan mitolojisinde tanrılar mükemmel bedenlerle resmedilmişlerdir. Yunan sanat eserleri ve edebiyatı Zeus, Herakles gibi mükemmel fiziksel güzelliğe ve atletik yeteneğe sahip diğer mitolojik öğelerle tasvir edilmiş resim ve hikâyelerle doludur (Mechikoff, R.A. 2006). Antik Yunanda aristokratlar arasında eğitim anlayışı; bedenin güçlendirilmesi, dans, yarış, oyun ve şarkıların öğretilmesi şeklindeydi. Buna karşılık halk arasındaki eğitim çalışkanlık ve haklılık gibi etik değerlere dayanmaktaydı (Aytaç 1972). Antik dünya insanları sporu, spor olarak değil fiziksel olarak güçlü, her an savaşa hazır olma amacıyla yapılması da sporun Yunan kültüründen çok daha önce var olduğunu gösteren bulgulardandır. Antik Yunan'da oyunlara eklenen güreş sporu Yunanlılar için askeri talimler içinde önemli bir rol oynamaktaydı (Spears, B. 1984).

Sonuç

Farklı coğrafyalar, farklı inanışlar, farklı kültürler ve bu unsurların meydana getirdiği farklı özellikler sonucu ilk başlarda doğada var olma mücadelesiyle ortaya çıkan beden faaliyetleri zamanla değişim ve gelişim kazanmıştır. Çağlar boyunca belirli dönüşümlerden geçen beden faaliyetleri oyun ve yarışma şekillerinde farklı organizasyonlarda kendini göstermiş ve günümüz sporuna öncülük etmiştir.

KAYNAKLAR

Alpman, C. (1972). Eğitimin Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi. İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.

Altunya, H. (2018). Spor ve Mantık İlişkisi, Üniversite Araştırmaları Dergisi.

Arıhan, S. K. Ve Gültekin,T., (20129. "Hitit Uygarlığında Spor", Editörler: Yıldıran,İ. Ve Gültekin, T., Anadolu Uygarlıklarında Spor, Spor Yayınevi ve Kitapevi, Ankara.

Blundell, S., & Williamson, M. (2005). The sacred and the feminine in ancient Greece. Routledge.

Crowther, N.B., (2007). "Sport in Ancient Times", Greenwood Publishing, USA.

Decker, W, 1992. Sports and Games of Ancient Egypt.

Deobold B. Dalen V. and Bruce L. Bennett, A. (1971). World History of Physical Education, 2nd ed. (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall)

Fişek, K. (1985). 100 Soruda Türkiye'de Spor Tarihi, Gerçek Yayınevi, İstanbul.

Fişek, K. (2003). Devlet Politikası ve Toplumsal Yapıyla İlişkileri Açısından Spor Yönetimi Dünyada ve Türkiye'de, YGS Yayınları, İstanbul.

Koca, F., İmamoğlu, G., & İmamoğlu, O. (2018). Antik Mısırda Avcılık, Binicilik, Okçuluk Ve Görsellerin Yorumlamaları. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 11, 61.

Kumar, G,A. (2012). History of Physical Education in Ancient Greece, International Journal of Health, Physical Education and Computer Science in Sports.

Lionel C, 1965. Ancient Egypt (New York: Time-Life Books)

Mandell, R. D. (1999). Sport: A cultural history. Universe.

Maxwell L. (1976). Howell and Reet Howell, "Physical Activities of the Sumerians" (paper presented to the Research Section American Alliance for Health, Physical Education and Recreation, Milwaukee.

Morris, A. D. (2004). Marrow Of The Nation: A History Of Sport And Physical

Mechikoff, R. A. (2006). *A history and philosophy of sport and physical education:* From ancient civilizations to the modern World.

Palmer, D. (1967) "Sport and Games in the Art of Early Civilizations" (master's thesis, University of Alberta)

Taş, S. ve Günay, E. (2015) Antik Çağ Toplumlarının Özellikleri, Geleneksel Statüleri. KSÜ Sosyal Bilimler Dergisi 12 (2)

Tekin, A., & Tekin, G. (2014). *Antik Yunan Dönemi: Spor Ve Antik Olimpiyat Oyunları*. Journal of History School (JOHS).

Woolley, L. (1961). Mesopotamia and the Near East.London.

http://www.antiktarih.com/2019/03/11/hititler/

https://www.penn.museum/sites/expedition/trials-of-strength

https://archeryhistorian.com/history-of-archery/

http://www.wrestlingsbest.com/gifs/xegypttombs6.jpg



Bölüm 7

COVİD-19 SÜRECİNDE REKREASYONEL ETKİNLİK OLARAK SPOR YAPAN BİREYLERİN ÇEVREYE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Yalçın TÜKEL[1]

1 Doktora Öğretim Üyesi, ytukel@erbakan.edu.tr, Necmettin Erbakan Üniversitesi, Turizm Fakültesi, Rekreasyon Yönetimi, **ORCID:**0000-0003-3843-5889

GİRİŞ

İnsanlar yüzyıllardır farklı kültürlere sahip olan ülkelerde belirli bir çevre içinde yaşamlarını sürdürmektedir. Bireyler yaşamlarını sürdürdükleri çevreye saygılı davranabildikleri gibi zaman zaman da zarar verici ve acımasız davranabilmektedir. Son yıllarda çevreyi korumaya yönelik sivil toplum kuruluşlarının sayısında artışlar görülse de içinde yaşanılan çevre ile ilgili bilinçli olma düzeyi toplumdan topluma ve bireyden bireye farklılıklar gösterebilmektedir. Günümüz dünyasında doğal kaynak rezervlerinin bilinçsizce aşırı kullanılması sonucunda doğanın ve çevrenin zarar görmesine neden olmuştur. Dolayısıyla devletler topluma doğal kaynakların etkin ve bilinçli kullanımı, yaşam alanı ve çevremizde ekolojik döngünün sürekliliği için biyoçeşitliliğin muhafaza edilmesi, çevre kirliliği ile mücadele gibi temalarda farkındalık yaratarak alternatif çözüm yolları üretilmesi noktasında ciddi adımlar atılmaya başlanmıştır. Çevrede meydana gelen sorunların artması bireylerin hayat standartlarını değiştirebileceği gibi insanların hem sosyal hem psikolojik sağlık sorunları yaşamasına neden olarak psikolojik sağlamlık ve mutluluk düzeylerini olumsuz etkileyebilir. Bu doğrultuda insanların çevreye yönelik görüş ve tutumlarını belirlemek önemli bir konu haline gelmiştir. Araştırmalar neticesinde insanların çevresel görüş ve tutumlarının belirlenmesiyle sorunlar somut olarak görülebilir ve böylece tespit edilen sorunlara çözüm yolları aranabilir. Covid-19 virüsünün dünyaya yayılması ve Dünya Sağlık Örgütü tarafından pandemik bir hastalık olduğunun ilan edilmesi üzerinden neredeyse bir yıl geçti. Virüsü önlemeye yönelik devletlerin kısıtlamaları ile insanlar evlerinde kaldı ve böylece 'çevre kendisi ile baş başa kaldı' tabirini kullanabiliriz. Bu süre zarfında çevrenin önemli bir unsuru olan tabiatın kendi kendini yenilediği görülmeye başlandı. Bu durum ulusal televizyon kanallarında da haber konusu olmaya başlamıştır. Ayrıca virüsün can kayıplarına ve travmalara neden olmasının yanında virüsün etkisini yok etmeye yönelik devletlerin uyguladığı sosyal mesafe ve sokağa çıkma yasağı politikalarının olumsuz etkileri yanında çevre üzerinde bazı olumlu önemli etkileri olduğu tespit edilmiştir. Çevreye yönelik tutumları ölçmenin amaçlarından biri, çevresel eğitim programların, girişimlerinin veya müdahalelerinin etkilerini değerlendirmektir (Stern ve ark., 2014). Örneğin, sera gazı emisyonlarının İkinci Dünya Savaşı'ndan bu yana daha önce hiç görülmemiş seviyelere düşebileceği öngörülmüştür (Zambrano-Monserrate ve ark., 2020). Hava kirliliğinin önemli ölçüde azaldığı bildirilmiştir (Giani ve ark., 2020). Lecocq ve ark. (2020), COVID-19 kısıtlamalarının insan faaliyetlerinde önemli değişikliklere yol açtığını, en belirgin küresel gürültü kirliliği azalmasına etkisinin olduğunu belirtmiştir. Ayrıca Yurtsever (2020) dünya çapında bazı akarsu, göl ve suların, pandemi öncesine göre daha temiz olduğunu, günümüzde çeşitli ulaşım

sorunlarına bağlı olarak çevre kirliliği nedeniyle; Çevre dostu, aktif ve sürdürülebilir bir ulaşım aracı olarak bisikletler önemli bir rol oynamaktadır (Rybarczyk ve Wu, 2010). Bununla birlikte değerlendirdiğimizde tüm canlılar için yaşadıkları çevre önemlidir.

Dünya üzerindeki bütün çanlıların beslenme kaynağı ve yaşamlarını sürdürdükleri ortak paylaşım alanı çevredir (Gül ve ark., 2018). Çevre, ihtiyaçlarını karşılamak için sürekli etkileşim içerisinde bulunan insanoğlunun ortak varlığını oluşturduğu değerlerden oluşmuştur. Çevre sorunları günümüz dünyasında en önemli küresel sorun haline gelmiştir. Bu kapsamda fazla tüketim ve yanlış kullanım gibi çeşitli sebepler bağlı olarak kendini zaman içerisinde yenileyebilen doğanın orijinal şeklinden başkalaşmaya uğraması ile sonuçlanmaktadır (Bektaş ve Şirin, 2018). Bununla birlikte, çevresel tutumlar aynı zamanda "bir kişinin çevreyle ilgili faaliyetler ve problemler ile ilgili olarak sahip olduğu inançlar, duygular ve davranışsal niyetinin tümü" olarak yorumlanmıştır (Schultz, Shriver, Tabanico ve Khazian, 2004). Bu doğrultuda çevre sorunlarının nedenleri olarak tarımın ticarileştirilmesi, bilinçsiz ve kontrolsüz kentleşmenin getirmiş olduğu yeni yerleşim modellerinin geliştirilmesine bağlı olarak kırsal ve dağlık alanlardaki arazi ve kaynakların kullanılmasından kaynaklanabilir. Bu dinamikler habitat tahribatı, iklim değişikliği, biyolojik çeşitlilik kaybı ve insan-ekosistem değişikliklerine yol açtığı düşünülmektedir.

Alanyazın incelendiğinde çevreye yönelik tutum ve davranışlar üzerinde çeşitli alanlarda araştırmalar (Flogaitis ve Agelidou, 2003; Hyun, 2005; Evans ve ark., 2007; Fernandez-Manzanal, Rodriguez-Barreiro ve Carrasquer, 2007; Nikel, 2007; Demirel, Gürbüz ve Karaküçük, 2009; Bektaş ve Şirin, 2018) olduğu görülebilmektedir.

Bell ise çevrenin, rekreasyon ihtiyacını etkileyen önemli faktörlerden biri olduğunu belirtmiştir (Bell, 1997). Ekosistem ve çevreye yönelik tutum açısından Karaküçük ve Akgül (2016) ekorekreasyonu, boş zaman aktivitelerinin çevre dostu olarak belirterek yapılacak olan rekreasyonel aktivitelerin ekolojik kurallar çerçevesinde gerekli önlemler alınarak uygulanması başka bir deyişle bu rekreasyon aktivitelerinin çevremizde bulunan doğal kaynakların muhafaza edilmesi, değiştirilmeden ve zarar vermeden bilinçli olarak kullanılarak yapılması olarak tanımlamıştır. Başka bir çalışmada Demirel, Gürbüz ve Karaküçük (2009) rekreasyonel faaliyetlere katılan bireylerin çevre problemlerine karşı hassasiyetleri doğal alana ve çevreye tesirinin pozitif veya negatif durumlar oluşmasında büyük pay sahibidir. Bu kapsamda çevre bilincinin toplumun her kesimine öğretilmesi ve bu becerilerin kazandırılması için ihtiyaç duyulan tedbirler alınmalıdır. Bu bağlamda toplumun doğaya değer vermeleri ve sevmeleri için doğayı inceleyerek, iç içe yaşayarak, hissedip görme noktaları üzerinde durulmuştur. Kement ve Demirci (2017), boş zamanlarında rekreatif etkinliklerde aktif olarak yer alan bireylerin çevreye yönelik tutumlarının psikolojik ve sosyolojik olarak olumlu olduğu bunun

neticesinde ise çevre dostu rekreasyon davranışları sergiledikleri şeklinde yorumlanmıştır. Egzersiz ve sporun önemini Ayyıldız Durhan (2018) günümüz modern yaşam içerisinde sağlığımızı korumanın önemli bir faktörü egzersizdir. Bu sebeple sportif rekreasyon ve fiziksel aktivite yapmanın önemi gün geçtikçe arttığını belirtmiştir. Atılgan (2020) araştırmasında pandemik bir hastalık olarak adlandırılan Covid-19 virüsünün, başta sporcular olmak üzere tüm spor unsurlarının ve spor camiasının mutluluk seviyelerini önemli oranda etkilediğini belirtmiştir. Ayrıca Tükel ve Temel, (2020) gönüllü olarak sportif aktivitelere katılan bireylerin yaşam doyum seviyeleri ile ilgili olduğu şeklinde yorumlamıştır.

Bu çalışmanın yapıldığı zaman diliminde ulaşılabilen kaynaklar ışığında farklı bir araştırma olması bakımından spor yapan bireylerin çevreye yönelik tutumları ile ilgili bir çalışmanın olmadığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda bu çalışma alan yazına önemli katkı sağlayacağı düşünülmüştür.

COVID-19 pandemisi, çevremizi doğrudan ve dolaylı olarak etkilemiştir. İnsanların yaşam alanlarına ve çevreye verdikleri önemin anlam kazanmasında bazı faktörler şekillendirici etkiye sahip olabilir. İnsanların yaşam standartları, sosyal statüleri, eğitim seviyeleri, çalıştıkları ortam, yaş ve kıdemle birlikte tecrübe edinmeleri bu faktörlerden sayılabilir. Bu araştırmada Covid-19 pandemi sürecinde rekreasyonel etkinlik olarak spor yapan bireylerin çevreye yönelik tutumları bazı demografik (yaş, çalıştığı kurum, mezuniyet ve spor yılı) değişkenlere ilişkin görüşlerinin belirlenmesi ve bu görüşlerde farklılık olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL ve METOT

Araştırma Modeli: Araştırma nicel bir çalışma olup betimsel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Bu araştırmada Covid-19 sürecinde spor yapan bireylerin çevreye yönelik tutumları bazı demografik değişkenler bağlamında belirlenmiş, katılımcı görüşlerinin sahip oldukları farklılaşma durumları incelenmiştir. Bu çalışmaya katılan tüm sporculardan "Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu" ile onay alınmıştır.

Evren Örneklem: Karasar (2015)'a göre tarama modeli, birçok elemandan oluşan bir evrende, evren ile ilgili genel bir yargıya varmada, evrenin bütünü kullanılarak veya evrenden bir grupla, örnek veya örneklem üzerinde yapılan düzenlemeleri ihtiva eder. Araştırmanın evrenini, Konya ilindeki oryantiring, futbol, salon sporları, okçuluk ve farklı branşlarda rekreasyonel etkinlik olarak spor yapan katılımcılar oluşturmaktadır. Araştırma evrenindeki bütün sporcular araştırma örneklemine dahil edildiğinden başkaca örneklem seçimi yapılmamıştır. Ölçek formları çevrimiçi ortamda ve form şeklinde katılımcılara gönderilmiş ve 309 katılımcıdan veri için kullanılabilir geri dönüş sağlanmıştır. Uygulamada Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü Federasyon İl Temsilcilikleri ve antrenörlerden destek alınmıştır. Araştırma örneklemine dahil edilen katılımcıların % 22'si (n=68) oryantiring, % 19.7'si (n=61) futbol, %

16.5'i (n=51) salon sporları, % 22'si (n=68) okçuluk ve % 19.7'si (n=61) diğer branşlar grubundan oluşmaktadır. Katılımcıların % 49.8'i (n=154) 16-21 yaş grubu, % 28.8'i (n=89) 22-35 yaş grubu ve % 21.4'ü (n=66) 36 yaş ve üstü grubundan oluşmaktadır. Nerede çalıştıklarına bakıldığında % 57.3'ü (n=177) öğrenci, % 20.7'si (n=64) kamuda ve % 22'si (n=68) özel iş yerinde çalışmaktadır. Spor yıllarına bakıldığında % 60.2'i (n=186) 1-5 yıl grubu, % 24.9'u (n=77) 6-10 yıl grubu ve % 14.9'u (n=46) 11 yıl ve üzeri şeklindedir. Katılımcıların % 28.5'i (n=88) İlk-ortaokul, % 3375'si (n=104) lise, % 37.9'u (n=117) lisans öğrenimi mezunudur.

Veri Toplama Aracı

Araştırma verilerinin toplanmasında yazar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu ile ''Yeni Çevresel Paradigma Ölçeği'' kullanılmıştır.

Yeni çevresel paradigma ölçeği: Dunlap ve Van Liere tarafından 1978 yılında geliştirilen NEP (New Ecological Paradigm Scale) ölçeği, endüstriyel toplumun insanı üstün gören-egemen toplumsal paradigmasına çevreci bir alternatif geliştirmiştir. Dunlap ve Van Liere tarafında geliştirilen 12 adet likert tipi yargıdan oluşan ölçek daha sonra Dunlap, Van Liere, Mertig ve Jones (2000) tarafında ölçeğe yeni bileşenler eklenerek revize edilmiştir. Yeniden düzenlenen "Yeni Çevresel Paradigma Ölçeği (New Ecological Paradigm Scale-NEP)" yetişkinlerin çevresel tutumlarını belirlemeye yönelik olarak geliştirilmiştir. 15 yargıdan oluşan ölçekte Likert tipi 5'li derecelendirme kullanılmıştır. Demirel, Gürbüz & Karaküçük, (2009) ise Dunlop, Van Liere, Mertig ve Jones (2000) tarafından geliştirilen "Yeni Ekolojik Paradigma" (NEP) ölçeğinin geçerliğini test etmek için Varimax dönüştürmesine göre yapılan Temel Bileşenler (Principle Component) analizini uygulamışlardır. Analiz sonuçları Yeni Ekolojik Paradigma Ölçeği (YEPÖ) için tek boyutta ve 12 madde olarak kabul edilmiştir. Ölçeğin Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısını ise .72 olarak hesaplamışlardır. Bu araştırmada da bu 12 maddelik ölçek kullanılmış ve Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı ise .70 olarak hesaplanmıştır.

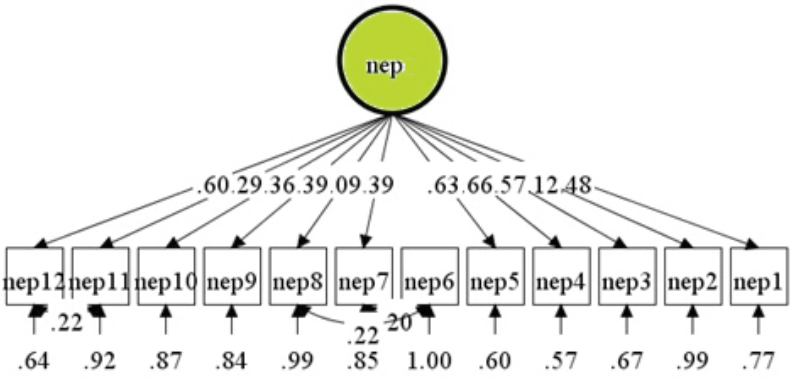


Figure 2. *New Ecological Paradigm Scale Diagram Model*

Ölçeğin tek faktörlü yapısını doğrulamak amacıyla bu çalışma kapsamında Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda ölçeğin tek faktörlü yapısının doğrulandığı ve modele ait uyum indekslerinin iyi uyum (x^2/sd=1.69, RMSEA= .047, SRMR= .047) ve kabul edilebilir (CFI= .93, TLI=.90) düzeylerde olduğu görülmüştür.

Veri Analizi

Araştırmanın verileri Jamovi 1.6.12 istatistiki yazılım programı kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılacak testlerin belirlenmesi için elde edilen puanlarının normal dağılım gösterip göstermediği çarpıklık katsayısı yöntemiyle (Büyüköztürk, 2018) incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda elde edilen çarpıklık (skewness) 'Yeni Çevresel Paradigma Ölçeği' için "-1.407" olarak hesaplanmış +1 ile -1 aralığının dışında olduğundan dağılım normal değildir ve parametrik olmayan Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırma kapsamında çalışmanın amacına yönelik yapılan analizlere ilişkin bulgular tablolar halinde verilmiştir.

Tablo 1. *Katılımcıların yeni çevresel paradigma ölçeği puanlarının aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri.*

Ölçekler	N	Min-Maks	$\overline{X}$	SS
Yeni Çevresel Paradigma	309	1-5	3.84	.42

Tablo 1'e göre katılımcıların 'Yeni Çevresel Paradigma Ölçeği'ne ilişkin görüşlerinin yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

Katılımcıların yeni çevresel paradigma ölçeği puanlarının Kruskal-Wallis testi sonuçlarına göre: branş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0.05$). Yaş, spor yılı, mezuniyet ve çalıştıkları kurum değişkenlerinde ise istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuş ($p<0.05$) ve aşağıda Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2. *Katılımcıların yeni çevresel paradigma ölçeği puanlarının demografik değişkenlere göre farklılaşma durumları Kruskal-Wallis testi sonuçları.*

Değişkenler/ Faktörler	Kategori	N	Sıra Ort.	Sd	X^2	*p*
Yaş	16- 21 yaş (a)	154	146.38	2	11.85	.003*
	22-35 yaş (b)	89	145.10			
	36 yaş ve üstü (c)	66	188.45			
Spor yılı	1-5 yıl (a)	186	143.21	2	11.02	.004*
	6-10 yıl (b)	77	162.36			
	11 yıl ve üzeri (c)	46	190.35			
Mezuniyet	İlk-ortaokul (a)	88	150.34	2	8.97	.001*
	Lise (b)	104	138.18			
	Lisans (c)	117	173.45			
Çalıştıkları kurum	Öğrenci (a)	177	150.77	2	9.29	.001*
	Kamu (b)	64	183.78			
	Özel işyeri (c)	68	138.93			

**(p<0.05)*

Tablo 2' ye göre katılımcıların yeni çevresel paradigma ölçeği puanlarında yaş (x2=11.85; p<.05), spor yılı (x2=11.02; p<.05), mezuniyet (x2=8.97; p<.05) ve çalıştıkları kurum (x2=9.29; p<.05) değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek için yapılan "Kruskal-Wallis" testi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

Sıra ortalamaları dikkate alındığında 36 yaş ve üstü ile 16-21 yaş grubunun yeni çevresel paradigma puanlarında, 36 yaş ve üstü yaşa sahip olan katılımcıların lehine, anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır. Spor yılı değişkenine göre ise 11 yıl ve üzeri spor yılı kıdemi olanların 1-5 yıl spor yılı kıdemi olanlardan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Mezuniyet değişkenine göre öğrenim durumu lisans olan katılımcıların öğrenim durumu lise ve ilk-ortaokul olanlara göre yeni çevresel paradigma puanlarının anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu görülmektedir. Öğrenim durumu arttıkça yeni çevresel paradigma algısı puanı yükselmektedir. Çalıştıkları kurum değişkenine göre kamuda çalışanların özel

işyerinde çalışanlara ve öğrenci olanlara göre yeni çevresel paradigma puanlarının anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

TARTIŞMA

Rekreasyon amacıyla spor yapan bireylerin çevreye yönelik tutumları bazı demografik değişkenlere ilişkin görüşlerinin belirlenmesi ve bu görüşlerde farklılık olup olmadığının incelendiği bu araştırmada; spor yapan bireylerin yeni çevresel paradigma ölçeğine ilişkin görüşlerinin yüksek düzeyde olduğu bulunmuştur. Bu sonuca paralel olarak, Bektaş ve Şirin (2018) dağcıların çevreye yönelik tutumlarını değerlendirdikleri çalışma sonucunda katılımcıların çevreye yönelik tutumlarının yüksek düzeyde olduğunu tespit etmişlerdir. Başka bir çalışmada bireylerde ekolojik algı düzeyinin Rekreasyon Doğa Sporları yapmaya ve bu etkinliklere katılmaya etkisinin olduğu bulunmuştur (Ardahan ve Mert, 2014). Bu sonuç, özellikle Covid-19 döneminde çoğu insanın kısıtlamalar nedeniyle çevreye yönelik tutumlarının daha olumlu yönde değişmesi aynı zamanda farkındalığın artması olarak açıklanabilir. Bu nedenle Reynolds ve Gutman (1988); Schwartz (1973, 1977) bireylerin çevre hakkındaki bilgi düzeyleri, ekolojik dünya görüşleri ve değerlerinin yanı sıra amaçları çevre dostu davranış sergilemede önemli bir etkiye sahiptir. Aslında bireyler bazen kendi değerleriyle tutarlı olabilmekte ancak belirli hedeflere ulaşmak için zaman zaman kendi değerleriyle tutarsız davranışlar da sergileyebildikleri görülmüştür. De Groot ve Steg'in (2009) norm eylem modelinde belirttiği gibi, çevresel bilgi, farkındalık veya çevre bilincinin bir bireyin çevreye yönelik davranışını etkilediğine işaret etmektedir.

Yaş değişkeni bakımından yeni çevresel paradigma puanlarında, 36 yaş ve üstü katılımcıların 16-21 yaş grubu katılımcılardan daha yüksek puana sahip olduğu tespit edilmiştir. Spor yılı değişkenine göre ise 11 yıl ve üzeri spor yılı kıdemi olanların 1-5 yıl spor yılı kıdemi olanlardan anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Yaş ve spor yılı kıdemi artışıyla birlikte çevresel paradigma algısı puanı artmaktadır diyebiliriz. Başka bir deyişle, çevreye yönelik tutumların yaş ilerledikçe bireylerde daha bilinçli ve olumlu yönde değiştiği söylenebilir. Matteson (2013) bireylerin çevreyi koruma duyarlılığı, çevresel bilgi düzeyleri ile yakından ilgili olduğunu belirtmiştir. Çalışmamız bulgularından farklı olarak Demirel, Gürbüz ve Karaküçük, (2009) yaptıkları çalışmada katılımcıların çevreye yönelik tutum puanlarının yaş değişkenine göre "19-22" yaş grubu lehine anlamlı farklılık olduğunu tespit etmiştir. Diğer bir araştırmada Kement (2017) çalışmasında yaş değişkeni ile ekolojik dünya görüşleri arasında bir ilişki olmadığını belirtmiştir.

Mezuniyet değişkenine göre öğrenim durumu lisans olan katılımcıların öğrenim durumu lise ve ilk-ortaokul olanlara göre yeni çevresel para-

digma puanlarının anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öğrenim durumu arttıkça yeni çevresel paradigma algısı puanının arttığı ifade edilebilir. Rideout ve ark., (2005)'na göre eğitim düzeyinde artış, çevre problemlerine olan farkındalığı arttırmaktadır. Benzer bir şekilde, Alnıaçık ve Koç (2009), yaptıkları çalışma sonucunda üniversite mezunu olan öğrencilerin önemli düzeyde çevre duyarlılığı olduğu bulunmuştur.

Katılımcıların çalıştıkları kurum değişkenine göre kamuda çalışanların özel işyerinde çalışanlara ve öğrenci olanlara göre yeni çevresel paradigma puanlarının anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kamuda çalışan bireylere çevrenin korunması hakkında seminer ve eğitimler verilerek farkındalıklarının arttığı söylenebilir. Bununla beraber bireylerin ekolojik dünya görüşlerinin arttığı düşünülebilir. Ajzen (2005), Dunlap ve Van Liere'nin (1978) belirtildiği gibi, bireylerin çevreye duyarlılığı, çevre hakkında sahip oldukları bilgi ile yakından ilgilidir. Bilginin yanı sıra, bireylerin değerleri ve dünya görüşleri çevre yanlısı davranışlarını etkilemektedir. Çalışmamızın bulgusundan farklı olarak Ayyıldız Durhan (2018) yaptığı çalışmada iş grubu ile ekorekreasyona yönelik tutum arasında anlamlı farklılık olmadığını tespit etmiştir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Tüm dünyayı etkisi altına alan ve olağanüstü bir durum olan pandemi koşulları insanların genel olarak doğaya ve çevreye yönelik tutumlarında etkili olabilmektedir. Bu dönemlerde bireyler çevre sorunlarının çeşitli değişkenlere bağlı olarak azaldığının farkına vardıkları ölçüde yeni tutumlar benimseyecekler ve buna bağlı olarak çevrenin korunmasında sorumluluk üstleneceklerdir. Bu nedenle, çevrenin korunması konusunda halkı bilinçlendirmek ve bireylerin çevreye yönelik tutumlarının olumlu yönde geliştirilerek yaşam tarzına dönüştürülmesi ve benimsemesi ciddi önem arz etmektedir.

Araştırma sonucunda; katılımcıların yeni çevresel paradigma ölçeğine ilişkin görüşlerinin yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Katılımcıların yeni çevresel paradigma ölçeğine göre yaş, çalıştıkları kurum, mezuniyet ve spor yılı değişkenleri bakımından anlamlı farklılıklar olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır ($p<0.05$).

Bu nedenle, katılımcıların çevreye yönelik tutumlarının Covid-19 sürecine de bağlı olarak yüksek düzeyde olduğunu söyleyebiliriz. Bundan sonraki araştırmalarda, çevre eğitimi derslerinin eğitimin her kademesinde müfredatlara dahil edilmesi, bireylerin çevreye yönelik tutumlarının yükseltilmesi ve tutumların değiştirilmesinde etkili olabilir. Ayrıca bireylerin çevreye yönelik tutumları ile kişilik özellikleri, ilişkisel olarak farklı değişkenler açısından incelenebilir.

KAYNAKLAR

Ajzen, I. (2005). Attitudes, personality, and behavior. McGraw-Hill Education (UK).

Alnıaçık Ü., Koç, F., (2009), Yeni çevresel paradigma ölçeği ile üniversite öğrencilerinin çevreye yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. Balıkesir Üniversitesi Burhaniye MYO Bölgesel Kalkınma Kongresi, ss.178-185.

Atılgan, D. (2020). Investigation of happiness levels of individuals actively exercising for recreational purposes during the covid-19 outbreak. *Journal of Leisure Recreation Patterns (JLRP),* 1(1), 7-18.

Ayyıldız Durhan, T. (2018). Sportif rekreasyon faaliyetlerine katılan bireylerde ekorekreasyonel tutum. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı. Ankara.

Bektaş, F. ve Şirin, E.F. (2018). Yeni çevresel paradigma ölçeği ile dağcıların çevreye yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi,* 1(1), 20-26.

Bell, S. (1997). Design for outdoor recreation. London: E&FN Spon, 1-4.

Büyüköztürk Ş. (2018). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı. Basım. Ankara, Pegem Akademi. s.40.

De Groot, J. I., & Steg, L. (2009). Morality and prosocial behavior: The role of awareness, responsibility, and norms in the norm activation model. *The Journal of social psychology*, 149(4), 425-449.

Demirel, M., Gürbüz B. ve Karaküçük, S. (2009). Rekreasyonel aktivitelere katılımın çevreye yönelik tutum üzerindeki etkisi ve yeni ekolojik paradigma ölçeği'nin geçerliği ve güvenirliği. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi,* VII (2) 47-50.

Dunlap, R. E., & Van Liere, K. D. (1978). The "new environmental paradigm". *The journal of environmental education,* 9(4), 10-19.

Dunlap, R., E., Van Liere, K., D., Mertig, A., G., Jones, R., E., (2000). Measuring endorsement of the new ecological paradigm: a revised nep scale. *Journal Of Social Issues*, 56, (39, 425-442.

Evans, G. W., Brauchle, G., Haq, A., Stecker, R., Wong, K., ve Shapiro, E. (2007). Young children‟s environment attitudes and behaviors. *Environment and Behavior,* 39(5), 636-659.

Fernandez-Manzanal, R., Rodriguez-Barreiro, L., ve Carrasquer, J. (2007). Evaluation of environmental attitudes: analysis and results of a scale applied to university students. *Science Education,* 91(6), 988-1009.

Flogaitis, E., and Agelidou, E. (2003). Kindergarten teachers‟ conceptions about nature and the environment. *Environmental Education Research*, 9(4), 125-136.

Giani, P., Castruccio, S., Anav, A., Howard, D., Hu, W., Crippa, P. (2020) Short-term and long-term health impacts of air pollution reductions from COVID-19 lockdowns in China and Europe: a modelling study. *Lancet Planetary Health* 4(10):e474–e482

Gül, S., Çobanoğlu, İ. H., Aydoğmuş, M., Türk, H. (2018). Sınıf öğretmenlerinin çevreye yönelik tutumlarının incelenmesi: Samsun ili örneği. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* 37(2), 139-157.

Hyun, E. (2005). How is young children‟s intellectual culture of perceiving nature different from adults?. *Environmental Education Research,* 11(2), 199-214.

Karaküçük, S. ve Akgül, B. M. (2016). Ekorekreasyon. Rekreasyon ve Çevre. Gazi Kitabevi. Ankara, 6-100.

Karasar N. (2015). Bilimsel araştırma yöntemi, Nobel Yayıncılık, Ankara, 79-80.

Kement, Ü. (2019). Foto safari etkinliklerine katılan bireylerin ekolojik dünya görüşlerinin incelenmesi. Business & Management Studies: *An International Journal,* 7(4), 1275-1290.

Kement, Ü. ve Demirci, B. (2017). Ekolojik farkındalığın çevre dostu rekreasyon davranışına etkisi: Turizm eğitimi alan öğrenciler üzerine bir araştırma. *Seyahat ve Otel İşletmeciliği Dergisi,* 14(3), 135-148.

Lecocq, T., Hicks, S. P., Van Noten, K., Van Wijk, K., Koelemeijer, P., De Plaen, R. S., ... & Xiao, H. (2020). Global quieting of high-frequency seismic noise due to COVID-19 pandemic lockdown measures. *Science,* 369(6509), 1338-1343.

Matteson, J. (2013). The virtue of environmental creativity. *Environmental Values*, Vol 22, 703-723.

Nikel, J. (2007). Making sense of education „responsibly‟: findings from a study of student teachers‟ understanding (s) of education, sustainable development and education for sustainable development. *Environmental Education Research,* 12(1), 545-564.

Reynolds, T.J., & Gutman, J. (1988). Laddering theory, method, analysis, and interpretation. *Journal of advertising research,* 28(1), 11-31.

Rideout B.E., Hushen K., McGinty D., Perkins S., Tate J., (2005), Endorsement of the New Ecological Paradigm in Systematic and Email Samples of College Students, The Journal of Environmental *Education*, 36(2), 15-23.

Rybarczyk, G., & Wu, C. (2010). Bicycle facility planning using GIS and multicriteria decision analysis. *Applied Geography,*30(2), 282-293.

Schultz, P.W., Shriver, C., Tabanico, J.J., & Khazian, A. M. (2004). Implicit connections with nature. *Journal of Environmental Psychology,* 24(1), 31–42. doi: 10.1016/S0272-4944(03)00022-7.

Schwartz, S.H. (1973). Normative explanations of helping behavior: A critique, proposal, and empirical test. *Journal of experimental social psychology,* 9(4), 349-364.

Schwartz, S.H. (1977). Normative influences on altruism. In Advances in experimental social psychology (Vol. 10, pp. 221-279). Academic Press.

Stern, M.J., Powell, R.B., & Hill, D. (2014). Environmental education program evaluation in the new millennium: What do we measure and what have we learned? *Environmental Education Research*, 20(5), 581–611. doi: 10.108 0/13504622.2013.838749.

Tükel, Y. & Temel, A. S. (2020). Examining the levels of freedom, life satisfaction and happiness perceived by college students in leisure time. *International Journal of Research in Education and Science (IJRES),* 6(4), 668-678.

Yurtsever, M.Y. (2020). Covıd-19 pandemisinin çevre üzerindeki erken dönem etkileri. Uludağ University *Journal of The Faculty of Engineering*, 25(3), 1611-1636.

Zambrano-Monserrate, M.A., Ruano, M.A., Sanchez-Alcalde, L. (2020) Indirect effects of COVID-19 on the environment. *Sci Total Environ* 728:138813.



Bölüm 8

COVID-19 PANDEMİSİ SÜRECİNDE ALGILANAN STRES DÜZEYİNİN İNCELENMESİ: BEDEN EĞİTİMİ, SINIF VE DİĞER BRANŞ ÖĞRETMENLERİ ÖRNEKLEMİ

Davut ATILGAN[1]

Hacı Osman YILDIZ [2]

1 Dr. Öğr. Üyesi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0002-8475-4488, davutatilgan@ksu.edu.tr.
2 Yüksek Lisans Öğrencisi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, ORCID: 0000- 0001-8022-5450, haciosman_yildiz@hotmail.com.

Giriş

İnsanoğlu tarihin farklı dönemlerinde dünyayı derinden etkileyen büyük salgınlarla karşı karşıya kalmıştır. Bu salgınlar insanların yaşamlarında ortaya çıkardığı sosyal, siyasal, ekonomik ve demografik sonuçlarıyla bazen bir imparatorluğun yıkılmasına bazen de yeni bir devletin kurulmasına neden olarak dünyanın şekillenmesini önemli ölçüde etkilemiştir. İnsanlık için bu derecede belirleyici olan bir oluşumun modern tıpla birlikte olası etkilerinin zayıflayacağı ve büyük ölçüde yok olacağı öngörülmekteydi. Oysa insanların bitmek tükenmek bilmeyen arzuları, doğaya aşırı müdahaleleri ve doğal kaynakları gereksizce harcamaları salgınların ortadan kalkmasından ziyade daha sık karşımıza çıkmasına neden olmuştur. Zira bu alanda yapılan çalışmalar ve yorumlar bu tarz virüslerin daha kısa aralıklarla çıkacağı ve daha ölümcül olacağı yönündedir. Rastgele oluşmayan doğal çevreyle kurduğumuz ilişkinin sonucunda bizler tarafından yaratılan bu virüsler bundan sonraki süreçte de hayatımızın bir parçası olacaktır. Yaşantımızın bir yansıması olan bu salgınlar ya bizlere onlarla yaşamayı öğretecek ya da geçmişte olduğu gibi bize ağır bedeller ödetecektir (Balcı, 2020; Alaeddinoğlu ve Rol, 2020).

Dünyanın karşılaştığı son salgın yeni tip koronavirüs hastalığı (COVID-19), ilk olarak Çin'in Vuhan Eyaleti'nde 2019 yılının sonlarında solunum yolu belirtileri (ateş, öksürük, nefes darlığı) gösteren bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda 13 Ocak 2020'de tanımlanan bir virüstür (Sağlık Bakanlığı, 2020). Bulaşıcı özelliği çok yüksek olan COVID 19, çok kısa bir zaman içerisinde dünyayı etkisi altına alarak küresel bir salgın haline gelmiştir. Bunun üzerine Dünya Sağlık Örgütü 11 Mart 2020 tarihinde salgını "Pandemi" olarak ilan etmiş ve tüm ülkelerden salgına karşı sıkı önlemler almasını istemiştir (Budak ve Korkmaz, 2020). Alının tüm önlemlere rağmen COVID-19 yayılmaya devam ederek tüm dünyada bir kriz ortamı oluşmasına neden olmuştur. Bu kriz ortamı başta sağlık olmak üzere ekonomi, sosyal yaşam ve eğitim uygulamalarında çok önemli değişim ve etkilere neden olmuştur (Can, 2020).

COVID-19 Pandemisinin, sağlık sektöründen sonra en çok etkilediği kurumların başında eğitim sektörü gelmektedir. Pandemi nedeniyle eğitim öğretime ara verilmesi okulların kapatılması 1.5 milyardan fazla öğrenciyi ve 63 milyon öğretmeni olumsuz olarak etkilemiştir (EBR, 2020). Pandeminin görüldüğü ülkelerin en önemli ve öncelikli hedeflerinden biri öğrencilerin eğitim öğretim faaliyetlerinin devamını sağlamak olmuştur. Bu süreçte her ülke mevcut teknolojik alt yapılarıyla desteklediği uzaktan eğitim olanaklarını kullanmaya çalışmıştır.

Ülkemizde salgının görüldüğü ilk günden itibaren kapatılan okullar için Milli Eğitim Bakanlığı (MEB), 23 Mart 2020 tarihinde uzaktan eği-

time geçilmesi kararını almıştır. İçeriği zenginleştirilen Eğitim Bilişim Ağı (EBA), bu dönemde önemli bir görevi yerine getirmeye başlamıştır. MEB, TRT-EBA TV ve EBA üzerinden başlattığı "uzaktan eğitim" faaliyetlerini daha sonraki süreçte EBA üzerinde oluşturduğu Canlı Sınıf Platformu (CSP) ile sürdürmüştür (Can, 2020). CSP, farklı ortamlarda bulunan öğrenci ve öğretmenlere çevrimiçi olarak bir araya gelebilme ve etkileşimli ders yapabilme imkânı sağlamıştır. CSP, sekizinci ve on ikinci sınıf öğrencilerinden başlayarak kademeli olarak tüm sınıf düzeyindeki öğrencilerin hizmetine sunulmuştur. Böylece uzaktan eğitim, bütün eğitim paydaşlarının hayatında önemli bir yer edinmeye başlamıştır (Demir ve Özdeş, 2020).

COVID-19, uzaktan eğitim sürecinde eğitimin doğası gereği her zamanki gibi en önemli görev öğretmenlere düşmektedir. Yüz yüze eğitim sürecinde dahi öğrencilerin derse düzenli katılımını ve motivasyonunu sağlamak oldukça zorken ve ciddi bir mesleki yeterlilik gerektirirken; uzaktan eğitim sürecinde öğrenciyi derse karşı motive etmek, öğrenme düzeylerini takip etmek, onların ihtiyaçlarına göre öğretimi düzenlemek ve bunu uzaktan yapmaya çalışmak öğretmenlerin daha yoğun çalışmasına ve daha fazla çaba göstermesine neden olmuştur. Dolayısıyla sürece hazırlıksız yakalanmış olmak, salgın sürecinin bireyler üzerinde oluşturduğu psikolojik etkiler ve uzaktan eğitimin kendi doğasında var olan güçlükler, bu süreçte özellikle öğretmenler üzerinde bir baskı oluşturmuştur. COVID-19 Pandemi sürecinde öğretmenlerin yaşadıkları baskıların algıladıkları stres düzeylerini etkilediği düşünülmektedir.

Stres insan hayatını olumsuz etkileyen, uzun süre maruz kalındığında farklı sağlık sorunlarının oluşmasına neden olan ve hayat kalitesini düşüren bir etmendir (Eskin ve ark.2013; Gökler ve Işıtan, 2012). Stres örgütsel iklim ve çalışma biçimi gibi çevresel, can sıkıcı ve yaşamı tehdit eden faktörler gibi stresin doğasından kaynaklanan ve bireyin strese karşı kırılganlığı gibi kişisel unsurlar arasındaki etkileşimin bir sonucu olarak ortaya çıkmaktadır (Baqutayan, 2015). Bu bağlamda bireylerin stres düzeyleri çevresel faktörlerden veya stresin doğasından kaynaklanan nedenlerden veya bireyin kişilik özelliklerinden dolayı farklılaşmaktadır (Yanardağ ve Dikmen, 2020).

Bu araştırmada COVID-19 Pandemisi sürecinde Beden Eğitimi, Sınıf ve diğer branş öğretmenlerinin algıladıkları stres düzeylerinin bazı demografik değişkenlere göre belirlenmesi ve bu görüşlerde farklılık olup olmadığının incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Araştırma betimsel tarama modelinde gerçekleştirilmiş nicel bir çalışmadır. Bu çalışmaya katılan tüm öğretmenlerden "Bilgilendirilmiş Gönüllü Onam Formu" ile onay alınmıştır.

Evren Örneklem

Karasar'a (2015) göre tarama modeli, birçok elemandan oluşan bir evrende, evren ile ilgili genel bir yargıya varmada, evrenin bütünü kullanılarak veya evrenden bir grupla, örnek veya örneklem üzerinde yapılan düzenlemeleri ihtiva eder. Araştırmanın evrenini, Kahramanmaraş'ta görev yapan Beden Eğitimi, Sınıf ve diğer branş öğretmenlerinden oluşan katılımcılar oluşturmaktadır. Araştırma evrenindeki bütün öğretmenler araştırma örneklemine dahil edildiğinden başkaca örneklem seçimi yapılmamıştır. Ölçek formları online-çevrimiçi yöntemiyle doldurmaları için katılımcılara gönderilmiştir. Google Drive havuzunda 372 doldurulmuş veri elde edilmiştir. Tüm sorularda aynı şıkları işaretleyen ve benzeri düzensiz doldurulan formlar değerlendirilmeye alınmamıştır. Veri için kullanılabilir 359 form analiz için değerlendirilmeye alınmıştır.

Tablo 1.

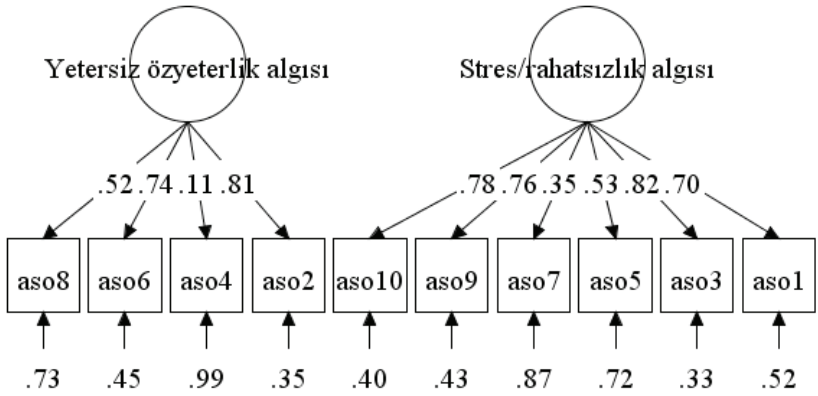
Araştırma Örneklemine Dâhil Edilen Katılımcı Bilgileri

Demografik Değişkenlere Göre		N	%
Cinsiyet	Kadın	178	49.6
	Erkek	181	50.4
Yaş	22-30 yaş arası	139	38.7
	31-40 yaş arası	81	22.6
	41-50 yaş arası	81	22.6
	51 ve üzeri	58	16.2
Kıdem	1-8 yıl	156	43.5
	9-16 yıl	68	18.9
	17-24 yıl	64	17.8
	25 yıl ve üzeri	71	19.8
Branş Türü	Beden Eğitimi	75	20.9
	Sınıf Öğretmeni	77	21.4
	Diğer Branşlar	207	57.7

Veri Toplama Aracı

Algılanan Stres Ölçeği (ASÖ)

Algılanan Stres Ölçeği Cohen, Kamarck ve Mermelstein (1983) tarafından geliştirilmiştir. Eskin, Harlak, Demirkıran ve Dereboy (2013) tarafından Türkçeye uyarlanması için güvenirlik ve geçerlik analizi yapılmıştır. ASÖ kişinin hayatındaki birtakım durumların ne derece stresli algılandığını ölçmek için tasarlanmıştır. Katılımcılar her maddeyi "Hiçbir zaman" ilâ "Çok sık" arasında değişen 5'li Likert tipi ölçek üzerinde değerlendirmektedir. Maddelerden 4'ü (4, 5, 7 ve 8. maddeler) tersten puanlanmaktadır. ASÖ-10'nun puanları 0 ile 40 arasında değişmektedir. Yüksek puan kişinin stres algısının fazlalığına işaret etmektedir. Eskin ve ark. (2013) ASÖ–10 iç tutarlık katsayısını 0.82 olarak, tekrar-test güvenirlik katsayısını ise 0.88 olarak; alt faktörlerden 'Stres/rahatsızlık algısı'nı 0.82, 'Yetersiz özyeterlik algısı'nı 0.69 olarak hesaplamışlardır. Bu çalışmada 10 maddelik form uygulanmış ve ölçeğin geneli için Cronbach Alpha katsayısı 0.87 olarak; alt faktörlerden 'Stres/rahatsızlık algısı' 0.89, 'Yetersiz özyeterlik algısı' 0.74 olarak bulunmuştur.



Şekil 1. Algılanan Stres Ölçeği Diyagram Modeli

Ölçeğin iki faktörlü yapısını doğrulamak amacıyla bu çalışma kapsamında Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Yapılan analiz neticesinde ölçeğin tek faktörlü yapısının doğrulandığı ve modele ait uyum indekslerinin iyi uyum (x^2/sd=1.89, CFI= .99, TLI=.98, SRMR= .022, RMSEA=.050) düzeylerinde olduğu görülmüştür. (Şekil 1).

Veri Analizi

Araştırmanın verileri Jamovi 1.6.12 istatistiki yazılım programı kullanılarak analiz edilmiştir. Testlerin belirlenmesine yönelik olarak elde edilen puanlarının normal dağılımda olup olmadığı çarpıklık katsayı-

sı yöntemiyle (Büyüköztürk, 2018) incelenmiştir. Yapılan analizde elde edilen çarpıklık (skewness) değerleri 'Algılanan Stres Ölçeği' geneli için ".164" olarak; faktörlerden ''Stres/rahatsızlık algısı için ".123", 'Yetersiz özyeterlik algısı için ise ".120" olarak hesaplanmıştır. Değerler +1 ile -1 aralığında olduğundan dağılım normal kabul edilmiştir. Katılımcı görüşlerinin demografik değişkenler bakımından farklılaşma durumunu belirlemek için t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) testleri kullanılmıştır. Anlamlı fark olan gruplarda farkın kaynağını belirlemek için ise Post-Hoc testleri kullanılmıştır.

Bulgular

COVID-19 Pandemisi sürecinde Beden Eğitimi, Sınıf ve diğer branş öğretmenlerinin algıladıkları stres düzeylerinde bazı demografik değişkenlere ilişkin görüşlerinin belirlenmesi amacıyla yapılan bu araştırmada elde edilen bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 2.

Katılımcılarda Algılanan Stres Tutum Düzeylerine Göre Puan Dağılımı.

Seçeneklere Göre Algılanan Stres Tutum Düzeyi			N	%
Puan Aralıklarına Göre	Genel Tutum Puanı Ortalaması = 28.42		359	100
	Çok Düşük	(0-10)	2	0.56
	Düşük	(11-20)	39	10.86
	Yüksek	(21-30)	193	53.76
	Çok Yüksek	(31-40)	125	34.82

Tablo 2. incelendiğinde katılımcıların algıladıkları stres genel tutum puanı ortalamasının 'yüksek' düzey puan aralığında ve 'çok yüksek' sınırına yakın olduğu; katılımcı çoğunluğunun %88.58'i (n=318) algıladıkları stres tutum düzeylerinin 'yüksek' ve 'çok yüksek' puan aralığında olduğu görülmektedir.

Tablo 3.

Katılımcıların cinsiyet değişkeni puanlarına göre bağımsız grup t-testi sonuçları.

Algılanan Stres Ölçeği	Cinsiyet	N	$\overline{X}$	SS	sd	t	p
Genel	Kadın	178	2.98	.68	357	3.87	.000*
	Erkek	181	2.71	.62			

Stres/rahatsızlık algısı	Kadın	178	3.05	.72	357	3.97	.000*
	Erkek	181	2.76	.67			
Yetersiz özyeterlik algısı	Kadın	178	2.87	.70	357	3.24	.001*
	Erkek	181	2.64	.64			

**(p<0,05)*

Tablo 3.'e göre t-Testi sonucunda cinsiyet değişkeni açısından algılanan stres ölçeği puanları genelinde *t(357)*=3.87; *p*<0.05. *ve* stres/rahatsızlık algısı *t*(357)=3.97; *p*<0.05., ile yetersiz özyeterlik algısı *t(357)*=3.23; *p*<0.05. faktörleri puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Kadınların algılanan stres ölçeği puanları genelinde ve stres/rahatsızlık algısı ile yetersiz özyeterlik algısı faktörlerinde erkeklere göre anlamlı bir biçimde daha yüksek puana sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 4.

Katılımcıların yaş değişkenine göre algılanan stres ölçeği puanlarının tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları.

Algılanan Stres Ölçeği	Değişken	Kategori	N	$\overline{X}$	SS	F	*p*	Fark olan gruplar (Post-Hoc Testi)
Genel	Yaş	22-30 yaş arası (a)	139	2.89	.66	5.42	.001*	a, b, c –d
		31-40 yaş arası (b)	81	2.93	.65			
		41-50 yaş arası (c)	81	2.87	.69			
		51 ve üzeri (d)	58	2.55	.59			
Stres/ rahatsızlık algısı	**Yaş**	22-30 yaş arası (a)	139	2.96	.74	4.90	.003*	a, b, c –d
		31-40 yaş arası (b)	81	2.97	.66			
		41-50 yaş arası (c)	81	2.94	.73			
		51 ve üzeri (d)	58	2.61	.62			
Yetersiz özyeterlik algısı	**Yaş**	22-30 yaş arası (a)	139	2.79	.64	4.85	.003*	a, b, c –d
		31-40 yaş arası (b)	81	2.88	.69			
		41-50 yaş arası (c)	81	2.77	.71			
		51 ve üzeri (d)	58	2.47	.65			

**(p<0.05)*

Tablo 4'e göre yapılan analiz sonucunda yaş değişkenine göre algılanan stres ölçeği puanlarında genelde (*F*=4.67; *p*=.003), stres/rahatsızlık algısı (*F*=4.04; *p*=.008) ve yetersiz özyeterlik algısı (*F*=4.70; *p*=.003)

bakımından istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklar bulunmuştur (p<0.05). Yaş değişkeni bakımından 22-30 yaş grubu, 31-40 yaş arası ve 41-50 yaş arası katılımcıların algılanan stres ölçeği puanları genelinde ve stres/rahatsızlık algısı ile yetersiz özyeterlik algısı faktörleri bakımından 51 yaş ve üstü yaş grubundan anlamlı bir biçimde yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 5.

Katılımcıların kıdem değişkenine göre algılanan stres ölçeği puanlarının tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları.

Algılanan Stres Ölçeği	Değişken	Kategori	N	$\overline{X}$	SS	F	*p*	Fark olan gruplar (Post-Hoc Testi)
Genel	**Kıdem**	1-8 yıl (a)	156	2.89	.66	2.89	.037*	a, b, c –d
		9-16 yıl (b)	68	2.86	.65			
		17-24 yıl (c)	64	2.91	.73			
		25 yıl ve üzeri (d)	71	2.65	.59			
Stres/ rahatsızlık algısı	**Kıdem**	1-8 yıl (a)	156	2.96	.74	2.50	.092	–
		9-16 yıl (b)	68	2.88	.66			
		17-24 yıl (c)	64	2.97	.76			
		25 yıl ve üzeri (d)	71	2.72	.62			
Yetersiz özyeterlik algısı	**Kıdem**	1-8 yıl (a)	156	2.79	.64	3.05	.033*	a, b, c –d
		9-16 yıl (b)	68	2.83	.70			
		17-24 yıl (c)	64	2.82	.75			
		25 yıl ve üzeri (d)	71	2.55	.64			

**(p<0.05)*

Tablo 5 incelendiğinde yapılan analiz sonucunda kıdem değişkenine göre stres/rahatsızlık algısı (F=2.16; p=.092) bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmazken; algılanan stres ölçeği puanları genelinde (F=2.53; p=.057) ve yetersiz özyeterlik algısı (F=2.94; p=.033) faktörü bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0.05).

Kıdem durumu değişkeni bakımından 25 yıl ve üzeri kıdemi ($\overline{X}_{25+}$=2.55, SS_{25+}=.64) olan katılımcıların algılanan stres genelinde ve yetersiz özyeterlik algısı düzeylerinde 1-8 yıl ($\overline{X}_{1\text{-}8\text{ yıl}}$= 2.79, $SS_{1\text{-}8\text{ yıl}}$=.64), 9-16 yıl ($\overline{X}_{9\text{-}16\text{ yıl}}$= 2.83, $SS_{9\text{-}16\text{ yıl}}$=.70) ve 17-24 yıl ($\overline{X}_{17\text{-}24\text{ yıl}}$= 2.82, $SS_{17\text{-}24\text{ yıl}}$=.74)

kıdemi olan katılımcılardan anlamlı bir biçimde düşük olduğu görülmektedir.

Tablo 6.

Katılımcıların branş değişkenine göre algılanan stres ölçeği puanlarının tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları.

Algılanan Stres Ölçeği	Değişken	Kategori	**N**	$\overline{X}$	**SS**	**F**	***p***
Genel	Branş	Beden Eğitimi (a)	75	2.76	.63	.88	.416
		Sınıf Öğretmeni (b)	77	2.88	.67		
		Diğer Branşlar (c)	207	2.86	.67		
Stres/ rahatsızlık algısı	**Branş**	Beden Eğitimi (a)	75	2.80	.69	1.08	.341
		Sınıf Öğretmeni (b)	77	2.94	.69		
		Diğer Branşlar (c)	207	2.92	.73		
Yetersiz özyeterlik algısı	**Branş**	Beden Eğitimi (a)	75	2.69	.64	.42	.656
		Sınıf Öğretmeni (b)	77	2.78	.71		
		Diğer Branşlar (c)	207	2.77	.68		

**(p<0.05)*

Tablo 6 incelendiğinde yapılan analiz sonucunda branş değişkenine göre algılanan stres ölçeği puanları genelinde (F=.82; p=.440), stres/ rahatsızlık algısı (F=1.03; p=.356) ve yetersiz özyeterlik algısı (F=.39; p=.677) faktörleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Sonuç ve Öneriler

Eskin ve ark. (2013) Algılanan Stres Ölçeği'nin insanların hayatlarındaki stres algılarını ölçmede geçerli ve güvenilir bir ölçüm aracı olarak kullanılabileceğini belirtmişlerdir. Bu çalışmada bu ölçeğin kullanılması neticesinde öğretmenlerin algıladıkları stres genel tutum puanı ortalamasının 'yüksek' düzey puan aralığında ve 'çok yüksek' sınırına yakın olduğu; katılımcı çoğunluğunun %88.58'i (n=318) algıladıkları stres tutum düzeylerinin 'yüksek' ve 'çok yüksek' puan aralığında olduğu tespit edilmiştir. COVID-19 Pandemisi sürecinde Beden Eğitimi, Sınıf ve diğer branş öğretmenlerinin algıladıkları stres düzeylerinin yüksek düzeyde olması COVID-19 fobisinin öğretmenler üzerindeki oluşturduğu etkiyle açıklanabilir. İnsanlar COVID-19 hastalığı nedeniyle hayatlarının akışında isteyerek ya da istemeyerek birçok plan değişikliğine gitmek zorunda kalmışlardır. Bu durum ise bireylerin yoğun stres yaşamasına neden ol-

muştur. COVID-19 Pandemisinden en çok etkilenen bir diğer kurum olan sağlık sektörü çalışanları ile ilgili alan yazın çalışmaları incelendiğinde hemşire, doktor ve diş hekimlerinin de algıladıkları stres düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. (Mo ve ark.2020; Xiao ve ark.2020; Kulu ve ark.2020).

Cinsiyet değişkeni bakımından kadınların algılanan stres ölçeği puanları genelinde ve stres/rahatsızlık algısı ile yetersiz özyeterlik algısı boyutlarında erkeklere göre anlamlı bir biçimde yüksek puana sahip olduğu belirlenmiştir. COVID-19 hastalığı nedeniyle hayatın akışındaki değişikliklerin etkisinin yanında kadın öğretmenlerin birçoğu aynı zamanda annelik rolünü de yerine getirmektedirler. Türk toplumunda genel olarak annelerin çocukları üzerindeki rolü erkeklere göre daha fazla ön plana çıkmaktadır. Salgın hastalık sürecinde kadın öğretmenlerin birçoğu öğrencilerine uzaktan eğitim yöntemiyle ders verdiği gibi aynı zamanda kendi çocuklarının da uzaktan eğitim sürecini takip etmek durumunda kalmışlardır. Dolayısı ile sorumluluk yükleri erkeklere göre daha fazla olan kadın öğretmenlerin stres düzeylerinin artması kaçınılmaz olarak ortaya çıkmaktadır. Alan yazın incelendiğinde araştırma sonucunu destekleyen çalışmalara ulaşılmıştır (Göksu ve Kumcağız, 2020; Kulu ve ark.2020; Duan ve Zhu, 2020; Wang ve ark., 2020; Şahin ve ark., 2020).

Yaş değişkeni bakımından 22-30 yaş grubu, 31-40 yaş arası ve 41-50 yaş arası katılımcıların algılanan stres ölçeği puanları genelinde ve stres/rahatsızlık algısı ile yetersiz özyeterlik algısı boyutları bakımından 51 yaş ve üstü yaş grubundan anlamlı bir biçimde yüksek olduğu bulunmuştur. Yaş artışıyla deneyim artacağından olaylara daha soğukkanlı yaklaşım tarzı sergilenmektedir. Bu bağlamda 51 yaş ve üstü öğretmenlerin algıladıkları stres düzeyi puanlarının küçük yaş gruplarından düşük olması normal bir durum olarak değerlendirilebilir. Göksu ve Kumcağız (2020), COVID-19 Salgın sürecinde bireylerin algıladıkları stres ve kaygı düzeyleri incelediği çalışmada, 20-29 yaş grubundaki bireylerin stres ve kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Diğer bir çalışmada Toreles ve ark. (2020), yaşa bağlı olarak stres düzeyinin değiştiğini ve genç yaşta olanlarla yaşlıların daha yüksek düzeyde stres yaşadıklarını bulgulamışlardır. Alan yazında stres düzeyinin yaştan etkilenmediğini gösteren çalışmalarda bulunmaktadır (Kulu ve ark. 2020).

Kıdem durumu değişkeni bakımından 25 yıl ve üzeri kıdemi olan katılımcıların algılanan stres ölçeği puanları genelinde ve yetersiz özyeterlik algısı düzeylerinde 1-8 yıl, 9-16 yıl ve 17-24 yıl kıdemi olan katılımcılardan anlamlı bir biçimde düşük olduğu belirlenmiştir. Yaş değişkeninde ortaya çıkan sonuç ile bu sonuç örtüşmektedir. İstisnalar olsa da çoğunlukla yaş ve kıdem paralel bir seyir izlemektedir.

Branş değişkenine göre algılanan stres ölçeği puanları genelinde, stres/rahatsızlık algısı ile yetersiz özyeterlik algısı boyutları bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. COVID-19 Pandemi hastalığı, tüm dünyayı etkisi altında bıraktığı gibi eğitim camiasının genelinde de ayırt etmeksizin önemli oranda olumsuz yansımalara neden olmuştur. Ortaya çıkan olumsuz etkilerin branş farkı gözetmeksizin bütün öğretmeleri benzer şekilde etkileme eğilimi gösterdiği söylenebilir.

Öneriler

COVID-19 Pandemisi sürecinde hastalıkla mücadele için bütün dünya ülkeleri tedbirlerini arttırmaya devam etmektedir. Salgın, farklı alanlara zarar verdiği gibi eğitim/öğretim faaliyetlerini de önemli oranda sekteye uğratmıştır. Tedbirlere uyma konusunda toplumun kolektif bir şekilde hareket etmesi, istenilen sonuca ulaşmada önemli faydalar sağlayacaktır. Eğitimin mutfağında olan öğretmenlerin, pedagojik formasyon eğitimleri ile kazanmış oldukları bilinç düzeylerine sahip çıkmaları, strese girmeden metanetle hareket etmeleri, sabır, sebat, merhamet, özveri, fedakarlık gibi duygu ve davranışlarını muhafaza ederek öğrencilere ve topluma farkındalık oluşturmada öncü olmaları gerektiği vurgulanmalıdır.

KAYNAKLAR

Alaeddinoğlu, F. ve Rol, S. (2020). COVID-19 Pandemisi ve Turizm Üzerindeki Etkileri. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, Salgın Hastalıklar Özel Sayısı,* 233-258. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/yyusbed/issue/56115/772014

Baqutayan, S. M. S. (2015). Stress and coping mechanisms: A historical overview. *Mediterranean Journal of Social Sciences, 6(*2), 479-88. DOI: 10.5901/mjss.2015.v6n2s1p479.

Balcı, A. (2020). COVİD- 19 özelinde salgınların eğitime etkileri. *Uluslararası Liderlik Çalışmaları Dergisi: Kuram ve Uygulama,* 3(3), 75-85. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/ijls/issue/58115/772767.

Büyüköztürk, Ş. (2018). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.

Budak, F. ve Korkmaz, Ş. (2020). COVID-19 pandemi sürecine yönelik genel bir değerlendirme: Türkiye örneği. *Sosyal Araştırmalar ve Yönetim Dergisi,* (1), 62-79 . DOI: 10.35375/sayod.738657.

Can, E. (2020). Coronavirüs (COVID-19) pandemisi ve pedagojik yansımaları: Türkiye'de açık ve uzaktan eğitim uygulamaları. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi,* 6(2), 11-53. Retrieved from https://dergipark.org.tr/tr/pub/auad/issue/55662/761354.

Cohen, S., Kamarck, T. ve Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior, 24*(4), 385–396. https://doi.org/10.2307/2136404.

Demir, F. ve Özdaş, F. (2020). COVID-19 sürecindeki uzaktan eğitime ilişkin öğretmen görüşlerinin incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi, 49*(1),273-292. DOI: 10.37669/milliegitim.775620.

Eskin, M. Harlak, H. Demirkıran, F. ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan stres ölçeğinin Türkçeye uyarlanması: güvenirlik ve geçerlik analizi. *New/Yeni Symposium Journal, 51*(3), 132-140.

Executive Board Resolution on EI's Response to the COVID-19 pandemic. the executive board of education ınternational. Meeting Online On 3 April 2020.

Duan, L. ve Zhu, G. (2020). Psychological interventions for people affected by the COVID-19 epidemic. *The Lanset, 7*(4), 300-302. https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30073-0.

Göksu, Ö. ve Kumcağız, H. (2020). COVID-19 salgınında bireylerde algılanan stres düzeyi ve kaygı düzeyleri. *Electronic Turkish Studies,* 15(4), 463-479. DOI: http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.44397.

Işıtan, İ. ve Gökler, R. (2012). Modern Çağın Hastalığı; Stres ve Etkileri. *Tarih Kültür ve Sanat Araştırmaları Dergisi,*1(3), 154-168.

Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi.* Ankara: Nobel Yayıncılık, s. 79-80.

Kulu, M., Özsoy, F., Gürler., E. ve Özbeyli, D. (2021). COVID-19 salgınının diş hekimleri üzerinde yarattığı gelecek kaygısı ve stresin değerlendirilmesi. *Pamukkale Tıp Dergisi, 14*(1), 103-112. DOI: 10.31362/patd.777556.

Mo Y, Deng L, Zhang L, ve ark. Work stress among Chinese nurses to support Wuhan in fighting against COVID-19 epidemic. *J Nurs Manag,,28(5), 1002- 1009. https://doi.org/10.1111/jonm.13014.*

Sağlık Bakanlığı, (2020). COVID-19-yeni-koronavirus-hastaligi-nedir, "COVID-19 nedir". (09/01/2020 tarihinde https://covid19bilgi.saglik.gov.tr/tr/covid-19-yeni-koronavirus-hastaligi-nedir#, "COVID-19 Nedir" adresinden ulaşılmıştır).

Şahin, T., Aslaner, H., Eker, O.O., Gökçek, M.B. ve Doğan, M. (2020). Effect of COVID-19 pandemic on anxiety and burnout levels in emergency healthcare workers: a questionnaire study. *Research Square,* 1-22. https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-32073/v1.

Toreles, J., O'Higgins, M., Maia, J.M. ve Venrriglio, A. (2020). The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry,* 66(4), 1-4. https://doi.org/10.1177/0020764020915212.

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., Ho, C.S. ve Ho, R.C. (2020). Immediate psychological responses and associated factors during the ınitial stage of the 2019 coronavirus disease (covıd-19) epidemic among the general population in China. *Environmental Research and Public Health,* 17(5), 1729. https://doi.org/10.3390/ijerph17051729.

Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D., Li, S., Yang, N. (2020). The effects of social support on sleep quality of medical staff treating patients with coronavirus disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. *Med Sci Monit,*26:e923549-1–e923549-8. https://doi.org/10.12659/ MSM.923549.

Yanardağ, U. ve Dikmen, T. (2020). Öğretmenlerin stres düzeyleri üzerine karma bir araştırma: sosyal hizmet mesleği perspektifinden bir tartışma. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi,* 31, 120-136. DOI: 10.20875/makusobed.687486.

Yüce, G.E. ve Muz, G. (2021). COVID-19 pandemisinin yetişkinlerin diyet davranışları, fiziksel aktivite ve stres düzeyleri üzerine etkisi. *Cukurova Medical Journal,* 46(1), 283-291. doi.org/10.17826/cumj.794585.



Bölüm 9

ANTİK YUNANDA KADINLARIN SPORLA İLİŞKİSİ

Bilal OKUDAN[1]

Osman İMAMOĞLU[2]

1 Öğretim Görevlisi Dr, Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
2 Prof. Dr., OMÜ Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

Spor ve kültür alanı, belli bir grubun değerlerini, törenlerini, yaşam biçimlerini ve sporun yaşam tarzındaki yerini ifade eder. Antik çağlarda kadınlarında katıldığı spor faaliyetleri genellikle dini bayram ve festival günlerinde görülürdü. Son yıllarda, antik dünyadaki kadın sporlarına dair pek çok bulgu ortaya çıkmıştır. Eisen'e göre, spor tarihçileri, spor faaliyetlerinin kökeninin antik çağ kültlerinde yattığına dair genel bir anlayış geliştirmişlerdir. Özellikle, bereket tanrıçalarının onuruna yapılan eski dini gelenek ve festivallerin, kadınların öne çıktığı spor faaliyetlerine dönüştüğü görülebilir. Tanrıçaların onuruna düzenlenen festivaller şarkı söyleme, akrobatik dans ve yarışma içermekteydi (Takahashi, 2011; Türkmen ve Dhcanuzakov, 2019; Türkmen ve Okudan,2020; Türkmen ve İmamoğlu, 2018). Bu tanrıçalara kendilerini adamış olarak kadınlar, çıplak ayakla verimlilik yarışlarının, top oyunlarının ve daha sonra dini olmayan halk oyunlarına dönüşen kült ritüellerinin başlıca katılımcılarıydı. Bu nedenle, kadınların sporun ve oyunların gelişimine katkılarının daha önceleri bilim insanları tarafından kabul edildiğinden daha önemli olduğu görülmektedir (Eisen, 1976). Antik Yunan'da kadınlardan çocuk doğurmaları, yün eğirmeleri ve dokuma işleri ile beraber ev işlerini yapmaları bekleniyordu (Spears, 1984). Beden eğitimi ağırlıklı Klasik Çağ Atina okul sisteminde de kızların eğitimi söz konusu değildi (Bohus, 1986). Antik Yunan'da erkekler siyaset, savaş, atletizm ve benzer konulara yoğunlaşırken, diğer tarafta, güzellik, iffet, alçak gönüllülük, itaat ve göze çarpmayan davranışlar arzu edilen kadınca nitelikler olarak düşünülmüştür. Buna göre, antik Olimpiyat Oyunlarına hiçbir kadın etkinliği dahil edilmemiştir (Takahashi, 2011). Antik çağlarda kadınlar arasında da spor olarak algılanan faaliyetler vardır (Spears, 1984).

Değişik şenliklerde kadınların sporcu olarak yarışmaları konusunda tartışmalı görüşler vardır. Bazı kaynaklara göre kadınlar kendi aralarında yarışmıştır (Kyle,2014). Genel olarak erkelerin yarıştığı bu antik oyunlarda kadınlarda azda olsa bazen yarışmıştır veya kadınlara özel yarışmalar yapıldığı belirtilmiştir. Evli olmayan kadınlar, her dört yılda bir düzenlenen Hera festivallerinde koşma yarışlarına katıldı. Bazıları, Hera oyunlarının Panhelenik olduğunu öne sürmüştür. Ancak bunun için tarihi bir kanıt yoktur. Sadece kadınların ve kızların katılabildiği yerel festivaller Olimpiyatlardan ayrı gerçekleşmiştir (Koichi, 2011). Yarışmalar, yalnızca erkeklere açıktı, kadınların katılması yasaklanmıştı. Fakat bazı istisnalar da yok değildi. Sparta kralı Arkhidamos'un kız Kyniska'nın Olympia'daki bir araba yarışında birinci olması, istisnai durumlara bir örnek olarak gösterilir (https://bianet.org/bianet). Kyniska, Olimpik bir Sporda yarışan ve kazanan ilk kadındı ve bir sonraki Olimpiyatlarda (dört yıl sonra) tekrar yarıştı ve tekrar kazandı. Ama tören için stadyuma girmesi ve ödülünü alması reddedilirken, yine de Olimpiyatları kazandı (kadınların

rekabet edemeyeceği düşünülüyordu). Statüsünü Zeus'un kutsal alanına yerleştirmesi için izin verildi. Helasın tümünün bu tacı kazandığına dair kendini tek kadın olarak ilan ettirmiştir. Kyniska'nın erkeklere ait olimpiyatları kazanması, daha fazla kadına Olimpiyatlara girmeleri için bir ön ayak olmuştur. Mısırlıların bedensel zindeliğe ulaştığı yüksek standart, heykel ve resimdeki erkek ve kadın formların standart tasvirlerinde ortaya çıkmaktadır (Demirtaş ve İmamoğlu,2018;Yamaner ve ark.,2019). Antik toplumlarda sportif aktiviteler başlıca savaşçılık becerilerinin korunması ve geliştirilmesi amacıyla yapılmaktaydı. Bunun dışında dini törenlerde ve kutlamalarda da bedensel hareketler yapılıyordu. Olimpiyat Oyunlarının kuruluşu ile ilgili ilk bahsi Pindar'ın yazılarında bulunmaktadır. O da oyunlarının kökenini, Elis Kralı Augeas'a karşı kazandığı zaferin dönüşünde Pelops'un mezarındaki oyunları kuran Herakles'e bağlamıştır (Mouratidis, 1984). Başka yazarlar, kurucunun Pelops veya Pisa Kralı Oenomaus olduğunu öne sürmektedirler (Golden, 1998). Ellinci Olimpiyata kadar, oyunların Zeus'un onuruna yapıldığına dair kanıtlar bulunmamaktaydı. Daha sonra ise tartışmasız Zeus'a bağlanmıştır (Mouratidis, 1984). Olimpiyat Oyunları beş gün sürmekteydi. Olimpiyat Oyunları'nın kutlanması, Hristiyan olan Roma İmparatoru I. Theodosius tarafından Zeus'la olan bağlantıları nedeniyle kaldırıldığı Milattan sonra 393 yılına kadar devam etmiştir. Bu ilişkilendirme, ritüellerinin ve uygulamalarının putperest olarak kabul edildiği ve o sıralarda Yunan topraklarını içine alan Roma İmparatorluğu'nun yeni Hristiyan dinine aykırı olduğu anlamına gelmekteydi. (Toohey ve Veal, 2007). Atinalı hatip Lysias, Herakles'in Oyunları belirli bir alt-ulusal bölgeye yerelleştirilmek yerine çeşitli Yunan toplulukları arasında iyi niyet ve dostluğu teşvik etmek için kurduğuna ve Yunan tanrılarının başı olarak Zeus'un seçiminin de benzer şekilde gerekçelendirildiğine inanıyordu (Mouratidis, 1984). Bu elbette Yunan olmayanları dışlamak için de bir hareketti (Golden, 1998). Oyunların zirveye yükselmesi, Zeus'un Yunan dünyasındaki yükselişiyle yakından ilişkilidir (Toohey ve Veal, 2007;Şener,2018).

Pausanias, çalışmasında ilginç bir şekilde, bekar kadınların Olimpiyat Oyunlarına girmelerinin reddedilmediğini sadece varlığı gerekli olan Demeter Chamyne rahibesi dışında, evli kadınların oyunlara yarışmacı veya seyirci olarak girmelerinin yasak olduğunu belirtmektedir (Pausanias, 1962). Başkaları bu görüşe karşı çıkmaktadır. Örneğin Gardiner (Gardiner, 1930), rahibe dışında herhangi bir kadının seyirci olarak katıldığı ile ilgili yazılı bir bulgu olmadığını hatta Olimpiya'da ihtiyacını karşılayabilecek yeterli sayıda kalacak yer bile olmadığını kaydetmiştir. Harris bu bakış açısına katılmıştır (Mouratidis, 1984). Mouratidis (1984) kadınların oyunlardan dışlanmasının, onuruna yapılan Olimpiyat Oyunlarının, Herakles'e tapınmanın savaşçı unsurlarıyla, bağlantılı olduğunu

iddia etmiştir. Kadınların varlığının kahramanın gücünü azalttığına inanılıyordu (Toohey ve Veal, 2007). Her ne kadar evlenmemiş kadınların Olimpiyat Oyunlarını izlemeleri konusunda bir yasak bulunmadığı ifade edilmiş olsa da bekar kadınların oyunları izledikleri tartışmalıdır. Çünkü izlediklerine dair yeterli bulgu bulunmamaktadır. Demeter Chamyne rahibesi dışında kadınların erkek Olimpiyat Oyunlarına girmelerinin yasak olduğu kanısına varılabilir. Oyunlar sırasında tek kadın olarak Demeter Rahibesi bulundurulmuştur (Şentürk ve Özdilek,2007).Ama, İyonya'daki kadınlar Apollo onuruna Delian Festivali'ne ve Sparta'da erkeklerle sportif egzersizlere katılmışlardır. Antik Yunan ve İtalya'da kadınların Herakles'in kutsal alanlarına ve tapınaklarına girmeleri "Apollo of Didym" tarafından yasaklanmıştır. Kadınların, savaşçıların veya kahramanların gücüne zarar verip azaltabileceğine inanılıyordu. Bu nedenle, Herakles, geleneğe göre mükemmel bir savaşçı ve kahramanların kahramanı olduğu için, onun adına yapılan törenlerde kadının yeri yoktu. Herakles adına düzenlenen Olimpiyat Oyunlarına da kadınların girmeleri yasak olması normal olduğu düşünülmektedir (Mouratidis, 1984).

Kadınların yarışmaların yapıldığı sahaya girmesi, sadece arabayı çeken atların sahibi kadın olduğu zaman gerçekleşebilirdi (http://www.olimpiyatkomitesi). Kadınlara seyirci veya yarışmacı olarak getirilen bu kısıtlamalara rağmen, Oyunlarda kazanan kadınlar olduğu bilinmektedir. Bu tür tutarsızlık olağandı. Çünkü at yarışlarında ödüller atlı araba sürücüleri veya jokeyler yerine atların sahiplerine verilmekteydi. Bu şekilde, birçok kadın Olimpik zaferler kazanmıştır. Bunlardan en bilineni, Sparta Kralı Archidamos'un kızı, Agesilaus'un kız kardeşi Kyniska idi (Toohey ve Veal, 2007). Agesilaus Kyniska'yı Olimpiya'ya katılmaya ikna etmiştir. Sonuç olarak, dört atlı araba yarışının ilk kadın Olimpiyat galibi olmuştur ve Olimpik zaferi kazanan ilk kadın olarak kayıtlara geçmiştir. Ayrıca, bu tür yarışmaların yalnızca erkek cesareti ile değil zenginlik ile de kazanılabileceğini göstermiştir. Kyniska'nın Olimpiyat Oyunlarına girme konusunda son derece hırslı olduğu, toplamda iki kez kazandığı birincilik ile belli olmuştur. Ancak, Kyniska'nın zaferleri kadın sporlarının yaygınlaştırılmasına veya kadın haklarının iyileştirilmesine yol açamamıştır (Takahashi, 2011). Kyniska'nın onuruna Olimpiya'da iki heykeli dikilmiştir. Pausanias, yasaklı günlerde hiçbir kadının Olimpiyat Oyunlarını izlemesine, hatta Alpheios nehrini geçmesine izin verilmediğini ifade etmiştir. Olimpiyat festival alanına girerken tespit edilen kadınların cezası, Typaion adı verilen yüksek kayaların bulunduğu sarp bir dağdan atılarak öldürülmek idi (Mouratidis, 1984). Olimpiyat Oyunlarında sporcular çıplak olarak yarıştığından İlkçağdaki oyunlara evli kadınların yarışmacı ya da seyirci olarak katılmaları hatta oyunlar sırasında Olimpiya'ya yaklaşmaları bile yasaklanmıştı. Gizlice oyunları izlerken yakalanan kadın-

lar yüksek kayalardan atılarak öldürülürlerdi. Gizlice oyunları izlerken yakalanan kadınlar yüksek kayalardan atılarak öldürülürlerdi (Tekin ve Tekin,2014). Tarihçiler, bu ölümcül kazanın tek bir kez uygulanmadığını ve ailesinde pek çok Olimpiyat şampiyonu olan bir kadının, yakalanmasına rağmen serbest bırakıldığını yazarlar (http://www.olimpiyatkomitesi). Yunan antik çağdaki en önemli festival olimpiyatlar olarak görülür. Yunanistan'ın her yerinden katılımcılar, tüm Yunanlılara açık idi. Kadınlar erkeklerin müsabakalarına iştirak edemezler, fakat Pausanias'tan öğrendiğimize göre, seyirci olabilirlerdi (Akurgal, 1988).

Oyunların tarihi boyunca bu yasağı ihlal eden ve kayıtlara geçen tek kadın Kalipateira veya Pherenikedir. Oyunlara kabul edildiği kaydedilmiştir. Ancak yetkililer başlangıçta bir erkek antrenör kılığına girdiği için cinsiyetinden habersizlerdi. Kimliği keşfedildiğinde ise, babası, erkek kardeşi ve oğlunun önceki Olimpiyat boks zaferleri nedeniyle kendilerine duyulan saygıdan dolayı affedilmiştir ve ölüm cezasına çarptırılmamıştır (Toohey ve Veal, 2007). Bunun üzerine daha sonra oyunlarda tüm antrenörlerin çıplak çıkmaları gerektiğine dair bir kararname çıkarmışlardır (Mouratidis, 1984). Birisi oğlunun sportif başarısı üzerine koruma alanından spor yapılan alana atladığında bir kadın olduğu ortaya çıktı. Bundan sonra, seyirciler de yarışmalara çıplak gitmek zorunda kaldılar (İmamoğlu ve Ceylan,2019).Pausanias ayrıca şunu ifade etmiştir: "Yunan hakemlerin karşısında bir beyaz taş mihrap bulunmaktadır ve bu mihrapta bir kadın, "Demeter of the Ground" rahibesi Olimpiyat Oyunlarını izlemektedir. Bu, Elis tarafından farklı zamanlarda farklı kadınlara verilen bir makamdır. Elbette bakire kızların izlemeleri yasak değildir" (Mouratidis, 1984). Mills'e göre antik Yunan döneminde kadınlar Olimpiyatlara küçük ölçüde dahil olup, büyük ölçüde fiziksel aktiviteyle ilgilenmiştir. Kadınların fiziksel aktivite yaptıklarına dair en eski bilgiyi Homeros'un *Odysseia* adlı destanından, Nausicaa'nın top oynamasından, at arabası sürmesinden ve nehirde yüzmesinden bahsetmesiyle öğrenmekteyiz. Accio'ya atfedilen bir parça, Spartalı kadınların yüzdüklerini düşündürüyor (Carlomagno,2010). Milattan Önce 700-675 kadar eski olan vazo resimlerinde atlı araba kullanan kadınlar resmedilmektedir. Arkaik ve klasik dönemlerde bulunan kanıtların çoğu edebi ve tarihi eserlerden edinilmektedir (Mills, 1994). Tarihi vazolardaki tanrıçaların ve Amazonların resimleri, kadın sporunun incelenmesinde önemlidir. Yunan kadınlarının spor faaliyetlerinde bulunmayacağı gerekçesiyle daha önceki bilim adamları spora benzeyen faaliyetlerde bulunan kadınlara tanrıça terimini kullanmış olabilirler. Daphnae'de bulunan ve British Museum'da sergilenen bir parçanın, her ne kadar bir miğfer, kalkan veya mızrak gibi bir tanrıçanın tanımlayıcı simgelerinden hiçbiri üzerinde bulunmasa da, "tanrıça" olarak tanımlanması buna örnek teşkil etmektedir. Parça, her elinde iki dizginle küçük bir

atlı araba süren ve görevine odaklana bir kadını resmetmektedir. Benzer bir tartışma, altıncı yüzyıla ait ve erkeklerle güreşen bir kadını gösteren siyah figürlü amforada söz konusudur (Spears, 1984). Amazonlarla savaş resimlerine Yunan vazolarında sıkça rastlanmaktadır ve dönemin kadınlarına teknik ve stil öneriyor olabildiği düşünülmektedir. Amazonlar ata binip bineklerini ustaca idare ediyorlarmış gibi görünmektedir. İncelenen vazoların çoğunda, ölümlü kadınlar bir tanrı ya da erkekten kaçıyor ya da kaçıyor gibi gözükmektedir. Her iki ayak yerde, arka topuk ayaktan sanki itilmiş gibi kaldırılmış olarak resmedilmektedir. Gerçek bir koşu değil de bir adım gibi düşünülmektedir. Birkaç sahnede ise, kadınlar dizlerini kaldırmaktadır. Bu da, kısa koşu tarzında iyi bir adım attıklarını göstermekte olup, kadınların koştuğu veya yarıştığı tezini desteklemektedir (Spears, 1984).

Milattan Önce yaklaşık 500'den kalma bir küçük heykel, koşan genç bir kadını göstermektedir. Ön ayağı ve arka ayak parmakları yere temas ederken geniş bir adım atmaktadır ve vazo resimlerinde görülen "kaçma" hareketlerin aksine iyi bir formda koşma izlenimi yer almaktadır. Kadının orta-uyluğuna kadar kısa eteğinin sol eli tarafından daha da yukarı kaldırılmış olması ve bu durumun daha iyi koşmasını sağlamış olması düşüncesi bunun koşu olduğu izlenimini güçlendirmektedir (Spears, 1984). Sappho, Socrates, Herodotus, Euripides, Aristophanes, Xenophon, Platon ve Aristoteles gibi klasik döneminin tarihçilerine, felsefecilerine, düşünürlerine şairlerine ve yazarlarına ait betimlemeler, dramalar ve şiirler bulunmakta olup, bu çalışmalarda, hokkabazlık, akrobasi, avlanma, atlı araba sürme, güreş ve koşu gibi faaliyetlerde bulunan kadınlar anlatılmaktadır (Mills, 1994). Bunlar tarafından kadının fiziksel aktivite yapmalarının önemi her ne kadar farklı şekillerde vurgulanmış olsa da yine bir önceki dönemden çok farklı sayılmamaktadır. Ancak, klasik dönemde, Antik Yunan'da kadınların spora benzeyen faaliyetlerde bulunduklarına dair biraz daha fazla kanıt ortaya çıkmaktadır. Louvre'da bulunan klasik döneme ait bir amforada üç kadının yüzdüğü resmedilmiştir. Eğer bu kadınlar Yunan ise, bu dönemde Yunan kadınlarının yıkanmanın dışında boş zamanlarında yüzdükleri anlaşılmaktadır. British Museum'da bulunan kırmızı figürlü güğümde bir kadın gösterici belirmektedir. Kadın ellerinin üzerinde, başı dik ve ayakları başının epey ilerisinde sanki bir yürüyüşü tamamlamak üzere gibi durmaktadır. Xenophon'un bu tablosu ve göstericinin performansı önemli sayılmaktadır. Çünkü kadın jimnastiği ve yuvarlanma hareketlerinin antik Yunan'da bilindiğini, ancak spor değil de eğlence olarak kabul edildiğini göstermektedir. Ayrıca, iki yağ testisinde toplarla hokkabazlık yapan kadınlar görülmektedir. Biri, oturarak dengesini harekete göre sağlamış olarak ve oldukça yetenekli görünmektedir. Diğer ise, ayakta üç topla hokkabazlık yapmaktadır (Spears, 1984). İçinde

bulunduğu kültürden farklı olarak ilk kez kadın ve erkeğin eşitliğinden söz edebilen filozof olarak karşımıza çıkan Platon, *Er Efsanesi* adlı yapısında Atalanta'nın sadece kahraman bir parthenos değil, tartışmasız tüm Yunan kahramanları arasında, erkekler de dahil, en sportif olanı olduğunu göstermektedir. Atalanta'nın kahramanca "athla'sı" arasında Calydonian Domuz Avı, Peleus'la bir güreş maçı ve bir çift sentorun saldırısı karşısında bekaretini korkusuzca savunulması yer almaktadır. Ancak en bilineni, taliplerine karşı koştuğu ayak yarışlarıdır. Atalanta'nın ayak yarışları parthenosun erdemlerini ve değerlerini dramatize etmektedir: Cesur, yetenekli ve resmen evliliğe ilgisiz - ama buna rağmen ya da belki bu yüzden sayısız talipleri onun güzelliğinden büyülenmektedir ve onu bir eş olarak görmek istemektedir. Artemis ve Athena gibi Atalanta direnmektedir, ancak ölümlü olduğu için, bekaret ödülü "athlon" için kahramanca-yani sportif olarak-mücadele etmelidir. Reid, Milattan Önce 6. yüzyılından Brauron ve Mounichia'da bulunan arkaik Atina'da ritüel koşudan oluşan evlilik öncesi ayinlerini resmeden görsel kanıtların (bazı kızların çıplak ve diğerlerinin giyinik olarak gösterildiği) Atalanta'nın evlilik koşusunun temsili taklidi olduğunu düşünmektedir. Spor ile erdemlilik arasındaki bağlantı, Helenizm kadar eskidir ve sportif "parthenos"un çekiciliği antik Yunan dini dışında, mit ve edebiyatta iyice anlaşılmıştır. Bunun ötesinde, sportif kadınların efsanevi güzelliği, Helen "parthenoi" için çok önemli bir değer olup, jimnastik egzersizin ayrılmayan bir parçasıdır (Reid, 2020a).

Platon'un Yasalar adlı eserinde tüm kadınlar sadece jimnastik eğitimi almıyor, aynı zamanda aylık spor festivallerine de katılıyorlardı. Tanrıça Athena'yı taklit ederek geleneksel korolarda ve bireysel danslarda zırhlı dans ediyorlardı. Hatta benzer yaştaki erkeklerle çıplak (muhtemelen kısmen giyinik) dans ediyorlardı. Kızların eğitimi erkeklerinden farklıydı ancak, binicilik ve askeri beceriler dâhil, aynı faaliyetlerin tümü eşitti. Aylık yarışmalar arasında, pistte çeşitli uzunluklarda, tümü zırhlı, ayak yarışları yer almaktaydı. Kadınlar ayrıca binicilik yarışmalarına binici olarak katılırlardı (Panhellenik Oyunlarda olduğu gibi sadece at sahibi olarak değil). Kadınlar, sadece on altı ila yirmi yaşları arasında kanunla yapılan evliliğe kadar, sporda rekabet ederlerdi. Yasalar'daki "Athenian Stranger" (Atinalı Yabancı) adlı muhatap (Platon'un kendisi de olabilir ya da olmayabilir), kadın festivallerinin "erkeklerin yokluğunda kutlanması gerekenler ve gerekmeyenler" olarak ikiye ayrılmaları gerektiğini eklemektedir. Bu yorum, sadece erkeklerin bazı festivallerden men edileceğini değil - eski Olimpiyat Oyunlarının kurallarının tersine - aynı zamanda tüm kadınlardan oluşan festivallerin sportif içereceğini de göstermektedir. Bununla birlikte, festivallerin çoğu "erkek, kadın ve çocuklardan" oluşacaktır. Çünkü onların görevi erdemliği (agathon) korumak ve kendileri ve başkaları için adaletsizlikten kaçınmaktır. Yani, sportif festivaller tüm

Magnesia halkının erdemlilik konusunda eğitimin devamı işlevindeydi. Festivallerin ayrıntılarını anlatırken, Atinalı kızların ve kadınların defalarca dahil edilmesini vurgulamaktaydı (Reid, 2020b). Magnesia'nın sportif festivalleri tamamen erkek meseleleri olarak düşünülebilir. Ancak Atinalı'daki "aynı kurallar dizisi kadın yarışmacılar için de geçerli olmalıdır," tek kısıtlama evlilik yaşının altında olmaları gerektiğini bize hatırlatmaktadır. Burada özellikle, çoğu takımlardan oluşan dövüş sporlarına atıfta bulunduğundan, Platon'un erkeklerin ve kadınların birlikte ve / veya birbirlerine karşı yarıştığını hayal edip etmediğini merak edebiliriz. Ancak, Atinalı'nın koşu yarışlarındaki kadınlar ile ilgili kısıtlamaları, kadın erkek karışık koşu yarışları ile ilgili Reid'i kuşkulandırmaktadır (Reid, 2020b). Araştırmacılar, bu kurallar ile Brauron ve Mounichia'daki kanıtların arasındaki benzerliklerin yanı sıra Pausanias'ın anlatımında Olimpiya'daki Heraea Oyunlarında kızların ve genç kadınların yaş-gruplarına göre koştuklarını da fark etmişlerdir. Bu yarışmaların her ikisi büyük olasılıkla erkekler, hatta erkek akrabalar, için yasaktır. Genç kadınlar Sparta'da sporcu olarak alenen yarışmaları söz konusu olabilir. Ancak Yasalar'da halk festivallerine kadınların sporcu olarak katılmaları için yapılan öneri, o dönem için gerçekten radikal bir karadır (Reid, 2020b). Hera Oyunları Olimpiyat Oyunlarına katılamayan kadınlar tanrıça Hera onuruna Olympia'da dört yılda bir Zeus adına düzenlenen Olimpiyat Oyunları ile çakışmayacak zamanlarda sadece koşu yarışlarını içerirlerdi. Koşu yarışlarına katılan kadınlar erkeklerin koştuğundan altıda bir oranın daha kısa olan yaklaşık 160 metrelik bir mesafeyi koşuyor ve olimpiyat oyunlarında olduğu gibi kazananlar zeytin dallarından yapılmış taç ve Hera'ya adak olarak kesilen düvenin bir parçası ile ödüllendiriliyordu (Çağlar,2016).

Platon'un Atinalısı kadınların katılımı ile ilgili zorlanmaların gerekip gerekmediği sorusu üzerinde durmaktadır. Çeşitli binicilik yarışmalarını anlattıktan sonra şöyle demektedir. "Kadınlara gelince, yasal olarak tüm bunlara katılmalarını zorunlu kılmanın bir anlamı yok, ancak önceki eğitimleri onları alışkanlık haline getirdiyse ve kızlar ve genç kadınlar katılacak kadar iyi durumdaysa zorluk çekmeden bunu yapmalarına izin verilmeli ve cesaretleri kırılmamalıdır". Yine bu yorumun da sadece binicilik yarışmaları için mi yoksa hepsi için mi geçerli ve de evli olmayan kadınların bunların hepsinin dışında mı yoksa sadece savaş ve binicilik sporları dışında mı olduğu açık değildir. Reid, Platon'un bu soruların çoğu hakkında kasıtlı olarak muğlak davrandığından şüphelenmektedir, çünkü Platon okurlarının, bu tür radikal önerilere karşı direneceğini biliyordu. Platon'un Devlet ve Yasalar'daki tutarlı görüşü, kadınların jimnastikte eşit eğitimi ve sportif yarışmalarında eşit katılma fırsatı hak ettikleri yönündedir. Spor mantığına uygun olarak, kimin daha çok ya da daha az layık olduğu ile ilgili kararı da oyunun kendisine bırakmaktadır (Reid, 2020b).

Philostratus Spartalı kadın ve erkeklerin birlikte spor yaptığını belirtir (Carlomagno,2010). Platon kadınların spora katılmaları gerektiğini düşünmektedir. Ancak katılmalarının zorunlu olup olmaması veya ne derecede olması ile ilgili ne düşündüğü belirsizdir. Buradaki savunma basittir: spor, erdemlilik için ruhu eğitir, kadınların ruhları vardır, kadınlar erdemliliklerini artırmak için spora katılmalıdır, bu da herhangi bir görevi iyi yapmalarını sağlar. Kadın ruhlarının doğal olarak erkek ruhlarından daha değersiz olduklarına - Yasalar'da kısaca ortaya atılan ancak başka yerlerde sürekli olarak çürütülen bir inanış - ve Platon'un sık sık kabul ettiği fiziksel farklılıklara bakılmaksızın, bu iddia geçerli sayılmaktadır. Platon, kadınları spordan alıkoymanın sadece onlara değil, aynı zamanda toplumlara da zarar vereceğine inanmaktadır. Ayrıca, kadın sporlarının halka açık (en azından bölge halkına) olması gerektiğini düşünmektedir ve Sparta'yı yetişkin kadınların halkın görüş alanı dışında tutulmalarına ve sportif eğitimlerini tamamlandıktan sonra ahlaki olarak yozlaşmalarına izin verdiği için eleştirmektedir. Platon, olayların nasıl "göründüğü" konusundaki endişemizi aşmamız ve erdemleriyle "giyinmiş" olarak kadınların kendilerini halkın içinde sunmalarına izin vermemiz gerektiğini kabul etmiştir. Platon, genel olarak çoğu kadının fiziksel olarak çoğu erkekten daha güçsüz olduğunu kabul etmektedir. Bu nedenle, en azından Yasalar'da, jimnastik eğitiminin ve sportif yarışmalarının erkeklerinkinden ayrı ama eşit olmasını (bazı istisnalar dışında) önermektedir. Devlet'te ise, yüksek öğrenim ve devlet daireleri de dahil olmak üzere sosyal fırsatların hangi niteliklere göre tahsis edileceğini ortaya çıkarmak için sportif yarışmaları kullanan görüşün mantığı, sportif faaliyetlerin erkekler ve kadınlar arasında - en azından en yüksek iki sınıf arasında - eşit olarak paylaşıldığını ima eder. Bu yarışmaların sonuçları kimin ne yapacağını belirleyeceği anlamına gelmemektedir (Reid, 2020b). Bu eserlerde, yüzme, atlı araba sürme, güreş ve ayak yarışları gibi etkinliklere katılan kadınlar tasvir edilmektedir (Mills, 1994). Helenistik Dönemde, Yunan mirasına sahip çıkan Makedon Philip Milattan Önce 338'de Yunan şehir devletlerini kendi yönetimi altına aldıktan sonra, Yunan dünyası önemli ölçüde değişmiştir. En önemli sosyal ve politik değişikliklerden biri ise bazı kadınlar için artan özgürlük olmuştur. Bu dönemde, kadın sporuna dair pek bulgu bulunmamaktadır. Roma dönemindeki kadın sporuna dair bulgular, bazı kadınlarının artan özgürlüğünü onaylayan, kızların yarışlarda galibiyetlerini ilan eden yazıtlardan gelmektedir. Spora benzeyen faaliyet örnekleri Plutarch, Pausanias ve Athenaeus tarafından sağlanmaktadır. Delfi yazıtında, Pythian ve Isthmian Oyunlarında kızların tek parkur yarışından bahsetmektedir ve yarışın yalnızca kızlar için olduğunu tanımlamaktadır (Spears, 1984). Isthmia'da da sadece bayanların katıldığı tek aşamalı koşu yarışları, atlı araba yarışları ve zırhlı koşu yarışları yapılırdı (Çağlar,2016). Kadınlara özel yarışmalar yapılması günümüzdeki uygulamalardan çok önde bir

uygulama ve kadınlara değer verme olarak değerlendirilebilir (Yamaner ve İmamoğlu,2018). Nemean oyunlarında sadece bayanların yer aldığı tek aşamalı koşu yarışları ile cinsiyet sınırlaması getirmeyen atlı araba yarışları ve zırhlı yarışların gerçekleştirilmekte olduğu ve bu yarışlara katılarak zafer elde eden Hera isimli bir bayanın varlığı Delphi'de bulunan bir yazıtta anlatılmaktadır (Çağlar,2016; Glytzouris,2010). Milattan sonra ikinci yüzyılda yaşamış olan Aristides, Eleusian Oyunlarının geleneğini mısırın ilk meyvelerinin bekar kızlar tarafından sunulmasıyla bağlantılı olduğundan bahsetmektedir. Yunan dünyasının bu ünlü dini gizemleri, Demeter ve Persephone'nin yıl içinde iyi mahsuller sağlamaları için Eumolpus tarafından bulunmuştur. Frazer'in (Frazer, 1890: 78-87) Eleus Oyunlarının yıllık törenlerinden daha geç ortaya çıktığı varsayımı, spor ve oyunların köklerinin tarımsal kültlerden kaynaklandığı teorisiyle çelişmemektedir. Bu antik ritüeller, mevsimleri büyülü bir şekilde kontrol etme çabasıyla kadınlar tarafından yürütülmekteydi. De-Mater olarak da bilinen Demeter, bazı bilim adamları tarafından Toprak Ana'yı simgeleyen Ana Tanrıçası olarak yorumlanmıştır (Eisen, 1976).

Halk oyunları: Eisen, kadınların oynadığı halk oyunlarının çoğunun temeli dinsel olduğunu düşünmektedir. Antik çağdaki çeşitli verimlilik festivallerindeki törenlerin, kadınların doğurganlığının önemli sembolü olduklarını göstermektedir. Son derece önemli dini motivasyonları olan kadınların oyunları ve rüstik fiziksel uğraşları, yavaş yavaş modern sporun öncülerine dönüşmüştür (Eisen, 1976).

Top oyunları: Homeros'un *Odysseia* adlı eserinde top oyunları oynayan kadınlar ilk defa anlatılmaktadır ve yaklaşık beş yüz yıl sonra Xenophon, hokkabazlık yapan kadınları resmetmektedir. *Odysseia'*nın bir sahnesinde Kral Alcinous ve Kraliçe Arete'nin genç bakire kızı Prenses Nausicaa ve arkadaşları (bazı araştırmacılara göre hizmetçileri) nehirde yıkadıkları giysilerinin kurumasını beklerken vakit geçirmek için top oynadıkları ifade edilmektedir. Bu top oyunun "Ourania" olduğu düşünülmektedir. Temelde "Ourania" topu havaya fırlatma ve yakalama oyunudur. Diğer top oyunları arasında ise "Aporrhaxis", topu büyük bir güçle yere sektirip topun havaya zıplaması ve sekmeleri sayma oyunu, yer almaktadır. Aporrhaxis'in ilk anlatımı, büyük bir topla bir kızı resmeden kırmızı figürlü bir güğüm üzerindedir, Bir başka oyun ise "Ephedrismos". Bunda, oyuncu bir taşı devirmek için bir başka taş atması gerekmektedir. Ephedrismos'un başlangıçta yalnızca erkekler tarafından oynandığı düşünülmekteydi, ancak kadınların da oyunu oynadığını gösteren bazı kanıtlar bulunmaktadır. "Passe-Boule", topun ortadaki bir ilmekten ileri geri atıldığı bir yakalama oyunudur. Passe-Boule oyununu tasvir eden ve kalan sadece iki eser bulunmaktadır; biri oynayan iki erkeği, diğeri oynayan iki kızı temsil etmektedir (Mills, 1994). Bir kadının yaklaşık 2700 yıllık

eski bir Yunan dönemine ait vazo üzerinde top oynarken gösterilmiştir (Şekil 4). Herhangi bir futbolcu şutuna karşı kaleci iyi bir kurtarış yapıyor gibi görünüyor. Görüntüden topun özelliğini söylemek mümkün değildir. Eski kayıtlar, bu direğin topla vurmak için bir nokta olarak kullanıldığını, belki de rekabetçi bir oyunda puan kazanmanın bir yolu olduğunu gösteriyor (Yamaner ve ark.,2019). Yunan edebiyatında, Yunan kadınlarının hokkabazlık gibi fiziksel aktivitelerde aktif olduklarına dair çok az kanıt bulunmaktadır. Kanıtların çoğu insan yapımı nesnelerden oluşmaktadır. Bilinen en eski eser ise Milattan Önce 475-450 yıllarına ait bir Attika kupasıdır. Xenophon'un Sempozyum adlı eserinde kız akrobatın on iki halka ile hokkabazlık yapıyor olması, kadınların sadece hokkabazlık yapmakla kalmayıp aynı zamanda usta olduklarını göstermektedir (Mills, 1994).

Akrobasi: Benzer bir şekilde, kadınsı akrobatik performansının bilinen en eski örneği yine Xenophon'un *Sempozyum'unda* görülmektedir. Xenophon, genç bekar kızların takla atmalarını resimlemektedir. Bu genç kızların profesyonel sanatçı oldukları düşünülmektedir. Bu da, akrobasinin sadece profesyonel bir eğlence olduğu anlamına gelebilir. Sanatçılar performanslarını genellikle çıplak sergilemekteydi ve bu performanslar akşam yemeklerinde patronları eğlendirmek için yapılmaktaydı. Çeşitli şekillerde amuda kalkmak kadınlar tarafından gerçekleştirilen yaygın bir akrobatik eğlence çeşidiydi (Mills, 1994).

Su Aktiviteleri: Denizle çevrili bir ülkede, su aktiviteleri sadece eğlence amaçlı değil, günlük yaşamın bir gereğiydi. Yüzme, antik Yunan'da kadınlar için popüler bir aktiviteydi. Kadınların yüzmeye dahil oldukları ile ilgili bilinen en eski kanıt yine Homeros'un *Odysseia'*sıdır. Nausicaa'nın suda top oynadığı ifade edilirken, özellikle yüzme eylemine katıldığı söylenmemektedir. Bu sahneden Nausica'nın eğlenceli oyunlara ve spora benzeyen aktivitelerden zevk aldığı anlaşılmaktadır (Spears, 1984). Kadınların yüzme eylemini tasvir eden ve bilinen tek eser Milattan Önce 500 yılına ait yüzen bir grup kadını gösteren kırmızı figürlü bir vazodur. Pausanias (1962), Scyllis ve kızı Hydna'nın gemilerden atlayarak denizde yüzdüklerinden bahsetmektedir ve Herodotus (1962), Scyllis ve Hydna'nın uzun mesafelerde yüzme yeteneğine de atıfta bulunmaktadır (Mills, 1994).

Avcılık: Xenophon, avcılığa hem erkeklerin hem de kadınların katılmasını öneren ve avcılık hakkında yazan ilk Yunandı. Sparta'da Likurgus, erkekler ve kadınlar tarafından yapılan avcılığın devlet için faydalı olduğuna hükmetmiştir. Ava katılan kadın hikâyelerin çoğu mitolojik Yunan yazılarında bulunmaktadır. Euripides, Hippolytus'unda Phaedra'nın ava tutkun olduğundan; Xenophon kadınların avı ne kadar sevdiklerinden bahsetmektedir. Milattan önce birinci yüzyılda Romalı şair Propertius gü-

zel ve canlı Spartalı bekar kadınların avlanması hakkında şarkı söylemektedir (Mills, 1994).

Binicilik Sporları: Atlı araba kullanan kadınların ilk hikayesi Homeros'un *Odysseia'*sında yer almaktadır. Nausicaa, top oyunları oynadığı ve çamaşırlarını yıkarken yüzdüğü nehre bir katır arabası sürmüştür. Milattan Önce 700-675'e kadar uzanan vazolar alayda hafif atlı araba kullanan kadınları resmetmektedir. Milattan Önce 550 yıllarına dayanan bir Attika vazo da bir kadın arabacıyı betimlemektedir. Klasik dönemde kadınlar atlı araba yarışlarına sahip olarak katılmaktaydılar. Birçok kadın, kendileri için erkeklerin yarışacağı sportif oyunlardaki atlı arabalara ve at takımlarına sahiplerdi (Mills, 1994). Bir başka Spartalı kadın, Euryleonis, Kyniska'nın zaferinden kısa bir süre sonra iki atlı araba yarışında Olimpiyat zaferini kazanmıştır. Bir asır sonra, bir Argive olan Belistiche, Olimpiya'daki dört taylı at araba yarışını kazanmıştır. Kadınlar ayrıca Panathenaea'da birçok atlı araba yarışını kazanmıştır. Delfi'deki yazıtlarlarda, Hermesianax'ın kızlarının Isthmian oyunlarında atlı araba yarışlarını kazandıkları kaydedilmiştir (Mills, 1994). Isthmia'da sadece bayanların katıldığı tek aşamalı koşu yarışları, atlı araba yarışları ve zırhlı koşu yarışları yapılırdı (Çağlar,2016). Antik Yunan döneminde kadınların ata bindiklerine dair bazı kanıtlar bulunmaktadır. Xenophon'un *The Art of Horsemanship* adlı eserinde, ata binmenin hem erkekler hem de kadınlar tarafından kabul edilebilir bir idman olduğunu göstermektedir. Milattan Önce 550 yılına dayanan bir Attika vazo, ata binen çıplak bir kızı resmetmektedir. Milattan Önce beşinci yüzyıla ait bir iyon çalışması, ata yan eyer binen bir kadını tasvir etmektedir. Av tutkunu Phaedra genellikle at sırtında avlanırdı (Mills, 1994). Milattan önce Antik Yunan Sparta şehrinde 440 civarında doğan ve Kral Sparta Euripon'un kızı olan Cynisca Antik Olimpiyat Oyunlarındaki kadınlar için izin verilen tek disiplinde yer aldı ve araba yarışını kazandı. Bu Spartalı prenses genellikle bir kadının sosyal canlanmasının sembolik bir figürü olarak anılır (https://www.google.com.). Antik çağ Yunan kavimleri arasında at, atlı araba yarışmaları antik olimpiyatlardaki spor dallarından birisi olarak hipodromlarda binlerce seyirci tarafından büyük bir coşku ile izlenir hale gelmiştir. Araba yarışları antik Yunanistan'da kadınların sportif yarışmaları ile sosyal hayata katılımlarını artırdığı belirtilmiştir (İmamoğlu ve İmamoğlu,2018).

Güreş: Güreş Yunanistan'da en popüler spor olmasına rağmen, kadınlar arasında yaygın değildi. Aslında, kadınlar için güreş Sparta şehrinin dışına hiçbir zaman fazla yayılmamıştır. Kadınlar için güreş, Milattan Önce dokuzuncu yüzyılda Likurgus tarafından tanıtılmıştır. Xenophon, Plutarch ve Euripides, Likurgus'un Sparta'da kadınlar için güreşi nasıl başlattığına dair örnekler vermektedir. Kadınlar sadece diğer kadınlarla güreşmemiştir. Spartalı bekar kızların erkek çocuklarla güreşmeleri alı-

şılmadık bir durum değildi. Kadın güreşleri, Milattan sonra 41'den 521'e kadar Daphne'de Olimpiyat statüsü elde etmiştir. Altıncı yüzyılda Malalas, Daphne'deki Olimpiyat Oyunları'nın tarihinde, Suriyeli kızların güreş müsabakalarına katıldıklarını ve galiplerin maddi menfaatler elde ettiklerini ve rahiplik görevleriyle onurlandırıldıklarını ifade etmiştir (Mills, 1994).

Koşu: Antik Yunan'da kadınlar için en popüler fiziksel aktivite koşuydu. Kadınların spora katılımı kökeni antik Yunan atletizmidir. Yunan kadınlarının koşmaları, dini kült ritüelleri ve tarımsal geleneklerin çevresinde yoğunlaşmaktadır. Koşu ve doğurganlık arasındaki bağlantı, bereket tanrıçası Demeter mihrabının Olimpiya stadyumun yakınında bulunmasından anlaşılmaktadır. Hem Yunan mitolojisinde hem de sanatında kadınların koşuya olan ilgilerine dair kanıtlar bulunmaktadır, ancak en büyük bulgu Spartalı kadınlarla ilgili yazılarda yer almaktadır. Likurgus, devlet yararına, Spartalı kadınların iyi bir anne ve vatandaş olmaları için mükemmelleşmelerini amaçlayan yarışmalar düzenlemiştir. Spartalıların kadınlar için beden eğitimi, Platon'un düşüncelerini bile etkilemiştir (Mills, 1994). Platon'un Devlet adlı eserinde, hayvanlar arasında doğalarına göre bir fark olmadığını, bu nedenle kadın ve erkek arasında hiçbir ayrım yapılmaması gerektiğini iddia etmektedir. Platon, Atinalı kadınların, Spartalı kadınların bedensel aktivite faaliyetine benzer bir eğitime sokulması gerektiğini öne sürmüştür. Delfi'de kadınların koşu ile olan ilişkilerine dair daha fazla kanıt sunan bir yazıt bulunmaktadır. Yazıt, Milattan sonra birinci yüzyılın ortalarında, koşunun ana fiziksel aktivite olduğu kadın ve erkekler için festivaller yapıldığını belirtmektedir. Koşu müsabakalarında kadınların ilk anlatımı Olimpiya'daki sportif karşılaşmalardır. Kadınların Olimpik oyunlara katılmaları yasaklanmış olsa da, Olimpiyat oyunlarının etrafında kendi sportif etkinlikleri vardı. Arkaik döneminde oynanan Hera Oyunları, Zeus'un karısı Hera onuruna Hipodamya tarafından başlatılan ve her yaştaki kızın veya bekar kadının dört yılda bir katılabileceği bir ayak yarışıydı. Hera Olimpik stadyumunda yarışılırdı ve kazananların tıpkı erkekler gibi heykellerini dikme hakları bulunmaktaydı (Mills, 1994). Bazı araştırmacılar Hera oyunlarının Panhellenik hale geldiğini ileri sürmüştür, ancak bunun için tarihsel bir bulgu bulunmamaktadır (Takahashi, 2011). Hera onuruna ayrı bir şenlik düzenlenirdi. Bu festival, evlenmemiş kızlar için koşu yarışları içerirdi. Yunan gezginlerinden biri olan Pausanias'ın aktardıklarına göre bu festival hakkında pek az şey biliniyor. Zeus Tapınağı'ndaki Hera Tapınağı'nın tasvirinde, yarışmaların şehirlerindeki 16 kadından oluşan bir komite tarafından düzenlendiği belirtilir (Kyele,2014). Hera oyunları, Milattan Önce 6. yüzyılda Helenlere barışı getiren Elis'in 16 kadınının oluşturduğu bir konsül ya da Hipodamya tarafından yapılan üç kategorideki yarışları içeriyordu: Bu kategoriler Ço-

cuklar, ergenler ve genç kızlar olarak belirtilir (Pfister, 2000). Yarışlarda birinci olan kızlara zeytin dalından taçlar takılıyor ve Hera onuruna kurban edilen hayvandan bir parça veriliyordu (Mechikoff ve Estes, 1993). Bazı görüşlere göre Hera Oyunları olimpiyatlardan bile eskidir (Emery, 1984) ve yarışların evlilik geleneği mi yoksa toprağın verimliliğiyle ilgili bir ritüel mi olduğu hala belirsizdir (Pfister, 2000). Her eski Olimpiyat Oyunlarından önce, Olympia'daki aynı stadyumda, tanrıça Hera'ya adanmış Hera Oyunları'nda ayrı bir kadın atletizm etkinliği düzenlendi. Efsane, Heraea'nın Olimpiyatları kuran kralın karısı Hippodameia tarafından kurulduğuna inanıyordu ((Scanlon,2006). E. Norman Gardiner'e göre: Festivalde çeşitli yaşlardaki bakireler için yarışlar vardı. Parkurları 500 fit veya erkekler stadyumundan altıda bir daha azdı. Bakireler saçları sırtlarından aşağıya, kısa bir tunik dizlerinin hemen altına kadar uzanıyor ve sağ omuzları göğsüne kadar çıplak koşuyordu. Galiplere zeytin kronları ve Hera'ya kurban edilen düvelerden bir pay verildi. Onların da heykellerini Heraeum'a dikme hakları vardı (Gardiner,1910). Evli kadınlar, seyirci olarak bile olimpiyatların dışında bırakılsa da, Cynisca, Euryleonis, Belistiche, Zeuxo, Encrateia ve Hermione, Timarete, Theodota ve Kassia gibi bir savaş arabasının sahibi olarak bir Olimpiyat oyunu kazandı. Klasik dönemden sonra, erkek atletizm festivallerine kadınların katılımı oldu (Scanlon,2006). Sparta'daki kadınlar, Spartalı askerlerin niteliklerini sergileyerek erkeklerin yaptığı aynı atletik egzersizleri uygulamaya başladı. Platon, kadınlar için koşmayı ve kılıçla dövüşmeyi savunarak sporda kadınları bile destekledi (Swaddling,1980). Antik Çağ'da kadınların yarıştığı tek oyun bu olmayıp Sparta ve Siren'de dini kutlamalarla birlikte yapılan yarışmalara da kadınlar katılmışlardır (Bandy, 2000). Ephesos Artemis Tapınağından ele geçen bir mühür taşı üzerinde İsa'dan önce IV. Yüzyıl'da Tanrıça Nike'nin bir Atleti Taçlandırırken Betimlemesi. O tarihlerde de başarılı olanlara bugünkü gibi ödüller verildiğini işaret etmektedir (Ermiş ve ark.,2018). Şekil 3'e göre antik çağlarda da kadınların ağırlık çalışması yaptığını söyleyebiliriz. Şekil 6'da Uzun atlama egzersizinin bazı aşamaları ve koşu parkuru, elinde durmakta olan bir nesneye benzeyen koşu yapan kızların seramik temsiliyle birçok benzerlik göstermektedir. Spor biliminin gözlemsel katkılarından gelen bir görüşe göre, bu görüntüler, erkekler gibi uzun atlama yapan kadınları canlandırabilir (Okudan ve İmamoğlu,2020). Antik Yunan'da kadınların fiziksel aktiviteye dahil olduğu alanları top oyunları, akrobasi, su aktiviteleri, avcılık, binicilik sporları, güreş ve koşu olarak sayabiliriz.

Eski Çağlarda Bazı Yunan görselleri:



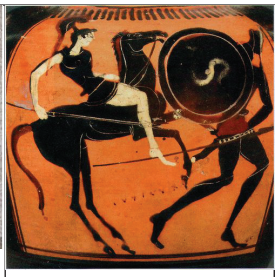
Resim 1: Olimpiyat Ateşini yakan bir sporcu ile kadın din görevlilerinin betimlendiği Yunan Vazosu



Şekil 2. Antik Yunanistan Bayan Futbolu



Şekil 3. Ağırlık çalışan bir kadın



Şekil 4.Vazoda fit bir kadın binici



Şekil 5. Bronz heykel, Milattan önce 6. Yüzyıl Kadın koşucu bronz heykelcik, 520-500. Çıplak sağ meme onun bir atlet olduğunun göstergesidir.



Şekil 6.Uzun atlama yapan kadın



Şekil-7: Ağırlıklarla uzun atlama, sağda antrenör, Amphora üzerinde betimlenen atlayan atlet. İsa'dan önce 540.



Şekil 8. Kırmızı figürlü Attic Vazo, Egzersiz sonrası kadınların yıkanması



Şekil 9. Festivale giden zengin bir izleyici



Şekil 10.Vazoda kadın binicler

KAYNAKÇA:

Akurgal,E., (2008). Anadolu Kültür Tarihi, TÜBİTAK, Popüler Bilim Kitapları Yayınları, Ankara

Bandy, S. J. (2000). Women & Sport from Antiquity to the I9th Century. *Olympic Review*. 31. 18-22.

Bohus, J. (1986). Sportgeschichte: Gesellschaft und Sport von Mykene bis heute. München, Wien, Zürich: BLV Verlagsgesellschaft.

Carlomagno N. (2010). Female Motor Activity in Ancient Times Methodological Aspects in Female Athletic Training in Ancient Times, International Quarterly of Sport Science**,**26-39

Çağlar T. (2016). Anadolu'da Antik Dönem Sportif Organizasyonlar ve Sportif Mekânlar, Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, Yıl: 4, Sayı: 35,s. 455-469

Demirtaş Ö., İmamoğlu G. (2018). Interpretation of Gymnastics, Dance, Top Games and Visuals in Ancient Egypt, *The Journal of International Social Research,11(59),484-491*

Eisen, G. (1976). "The Role of Women in Ancient Fertility Cults and the Origin of Sports". *4th Annual Convention of North American Society for Sport History*. Eugene, Oregon.

Emery, L. (1984). Women's Participation in the Olympic Games "A Historical Perspective", *Journal of Physical Education Recreation & Dance*. 72. 62-63.

Ermiş E.,İmamoğlu G.,İmamoğlu O. (2018). Antik Yunanda Atletizm Etkinlikleri ve Görsellere Yansımaları, Akşemseddin Uluslararası İnsan, Toplum ve Spor Bilimleri Sempozyumu Tam Metin Kitabı, (Editörler: Faruk Yamaner – Sami Baskın), Yayın No.: 06, ISBN: 978-605-81236-5-6, Çorum ,580-589

Frazer, J.G. (1890). *The Golden Bough: A Study of Comparative Religion.* London: Macmillan.

Gardiner, E. N. (1930). *Athletics in the Ancient World.* Oxford: Clarendon Press.

Gardiner, E. Norman (1910).The Rise of the Athletic Festival' in *Greek Athletic Sport and Festivals*, London:MacMillan, , pp. 47–48

Glytzouris, A. (2010). 'Resurrecting' Ancient Bodies: The Tragic Chorus in Prometheus Bound and Suppliant Women at the Delphic Festivals in 1927 and 1930. *The International Journal of the History of Sport*. 27 (12). 2090-2120.

Golden, M. (1998). *Sport and Society in Ancient Greece.* Cambridge: Cambridge University Press.

Herodotus. (1962). *The Histories of Herodotus of Halicarnassus*. H. Carter (trans.). London: Oxford Press.

İmamoğlu M.,İmamoğlu G. (2018). Antik Yunanda Atlı Sporların ve Biniciliğin Görselleri, Etkileri ve Yorumlamaları, *Full Texts Book of the 3rd International Eurasian Conference on Sport Education and Society,* (www.iscs-a.org), 176-185

İmamoğlu G.,Yamaner F.,Yamaner E.,Deryahanoğlu G. (2019). Sports Games According To Women's Writings and Images, International Conference on Sports for all and Wellness Full Text Book, Editors: Mehmet Ali Öztürk-Süleyman Gönülateş), Antalya, 578-582

İmamoğlu G., Ceylan L. (2019). Thoughts on Some Artistic Sport Figures in Ancient Greece, *The Journal of International Social Research,12(65),360-365*

Koichi T. (2011). Women and sports in the ancient world. Japan J. Phys. Educ. Hlth. Sport Sci. 56: 19-30.

Kyle, D.G. (2014). Sport and Spectacle in the Ancient World, John Wiley & Sons, Ltd, The Atrium, Southern Gate, Chichester, West Sussex.

Mechikoff, R. and S. Estes (eds.). (1993). A History and Philosophy of Sport and Physical Education., Oxford: Wm. C. Brown & Benhmark Publishers.

Memiş U.A. , Yıldıran İ. (2011). Batı Kültürlerinde Kadınların Spora Katılımlarının Tarihsel Gelişimi, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, XVI(3), 17-26

Mills, B. D. (1994). *Women of Ancient Greece: Participating in Sport?*. St. Andrews College. 3-14.

Mouratidis, J. (1984). Heracles at Olympia and the Exclusion of Women from the Ancient Olympic Games. *Journal of Sport History*. 11 (3). 41-55.

Nergiz C.,İmamoğlu G. (2018). Kuzey Doğu Akdeniz Uygarlığında Tarihi Sporlar ve Görsellerdeki Yansımaları, Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları-III Bildiri Kitabı, ISBN 978-9967-9144-0-7,Bişkek, 217-233

Okudan B., İmamoğlu O. (2020). Eski Türklerde Kadınlarda Spor Faaliyetleri,Sporda Bilimsel ve Akademik Yaklaşımlar 4., (Editörler: Zeynep Yıldırım-Mine Turğut),Gece kitaplığı, Birinci basım, Ankara sh.83-98

Orhun, M. (2008). Etrüsk Kültürü ve Roma Kültürüne Tesiri, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eski Çağ Anabilim Tarihi Bilim Dalı, Ankara.

Pausanias. (1962). *Guide to Greece*. W. H. S. Jones (trans.). Cambridge, Massachusetts: Harvard University Press.

Pfister, G. (2000). The Role of Women in Traditional Games and Sports. *Olympic Review*. 31. 38-45.

Reid, H. (2020a). Heroic Parthenoi and the Virtues of Independence: A Feminine Philosophical Perspective on the Origins of Women's Sport. *Sport, Ethics and Philosophy*. 1-14.

Reid, H. (2020b). Plato on Women in Sport, *Journal of the Philosophy of Sport*. 1-18.

Scanlon, Thomas F. (2006)."Games for Girls". Ancient Olympics Guide. Retrieved February 18,

Spears, B. (1984). A Perspective of the History of Women's Sport in Ancient Greece. *Journal of Sport History*. 11(2): 32-47.

Swaddling, Judith. (1980).The Ancient Olympic Games. Austin: U of Texas, Print.

Şener O.A. (2018). Sporting Festivals and Effects in The Ancient Greek Civilization, *The Journal of International Social Research,11(61):530-536*

Şentürk A., Özdilek Ç. (2007). "Antik ve Modern Olimpiyat Oyunlarında Olimpiyat Ateşinin Yakılma Sebepleri ve Bugüne Kadar Düzenlenen Oyunlarda Meşaleyi Taşıma Seremonileri", Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Sayı: 19.

Takahashi, K. (2011). Women and Sports in the Ancient World. *Japan J. Phys. Educ. Hlth. Sport Sci.* 56: 19-30.

Tekin A., Tekin G., (2014). Antik Yunan Dönemi: Spor ve Antik Olimpiyat Oyunları, Tarih Okulu Dergisi (TOD), Yıl 7, Sayı XVIII, ss. 121-140.

Türkmen M., İmamoğlu O. (2018). Antik Ön Asya Medeniyetlerinde Spor, III Uluslararası Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları sempozyumu, 519-538. (Tam Metin Bildiri/Sözlü Sunum)(Yayın No:4622668).

Türkmen, M., & Okudan, B. (2020). Buhe-barıldaan: Buryat traditional wrestling with cultural codes. European Journal of Physical Education and Sport Science, 6(8), 91-103. http://dx.doi.org/10.46827/ejpe.v6i8.3411

Türkmen, M., & Djanuzakov, K. (2019). Orta asya türk halklarında kadim bir atlı spor: Ukuruk salmaktuu-qurık-emdik üretiş. Electronic Turkish Studies Electronic Turkish Studies, 14(7): 4059-4070. http://dx.doi.org/10.29228/turkishstudies.30291

Toohey, K. and Veal, A. J. (2007). "The Ancient Olympics and their Relevance to the Modern Game". in: *The Olympic Games: A Social Science Perspective.* Trowbridge: Cromwell Press.

Vernesi C., Caramelli D., Dupanloup I., Bertorelle G., Cappellini E., Moggi-Cecchi J., Chiarelli B., Loredana Castrì L., Mallegni F., Lalueza-Fox C., Barbujani G.(2004). Etruscans: A Population-Genetic Study, Am J Hum Genet,74(4): 694–704.

Yamaner F.,İmamoğlu O. (2018).Antik Çağlarda Sporun Barışçıl Kullanımı ve Dinsel Etki, Akşemseddin Uluslararası İnsan, Toplum, Spor Bilimleri

Sempozyumu Kitabı, (Ed.:Faruk Yamaner – Sami Baskın), Yayın No.: 06, ISBN: 978-605-81236-5-6: 639-646

Yamaner F.,İmamoğlu G., Deryahanoğlu G., Yamaner E.. (2019). Football Images and Women's Football ın Ancient Countries, International Conference on Sports for all and Wellness Full Text Book, Editors: Mehmet Ali Öztürk-Süleyman Gönülateş), Antalya, 570-577



Bölüm 10

ANTIK ÇAĞLARDA DEĞIŞIK ÜLKELERDE KADINLARIN SPORLA İLIŞKISI

Ömer Faruk KARAKULLUKÇU[1]

Osman İMAMOĞLU[2]

1 Öğretim Görevlisi Dr, OKul Sporları Federasyonu Başkanı
2 Prof. Dr., OMÜ Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

Spor tarihçileri, spor faaliyetlerinin kökeninin antik çağ kültlerinde yattığına dair genel bir anlayış geliştirmişlerdir (Eisen,1976). Eski çağlardaki medeniyetlerde kadınlar ve erkekler, yapılan spor amaçlı kabul edilebilecek faaliyetlere bazen zaman beraber bazense ayrı olarak katılmışlardır (Pfister, 2000). Hem amatör hem de profesyonel kadın sporları, tüm spor türlerinde yüzyıllardır dünya çapında var olmuştur. Kadınların spora katılımı ve popülerliği 20. yüz yılda, özellikle son çeyrek yüzyılda, modern toplumlarda cinsiyet eşitliğini vurgulayan değişiklikleri yansıtacak şekilde çarpıcı bir şekilde artmıştır. Katılım ve performans düzeyi hala ülkelere ve spora göre büyük ölçüde değişse de, günümüzde kadın sporları genel olarak dünya genelinde kabul görmektedir (https://en.wikipedia). Bununla birlikte, kadınların spora katılımındaki artışa rağmen, kadınlar ve erkekler arasındaki katılım oranlarında büyük bir eşitsizlik devam etmektedir (Joshua,2020). Son yıllarda, antik dünyadaki kadın sporlarına dair pek çok bulgu ortaya çıkmıştır (Takahashi, 2011). İlk çağlarda olimpiyat oyunları, gladyatör yarışlarında, Girit'te genç kadın ve erkek figürlerini bir boğanın üzerinden atlarken gösteren duvar resimlerinde, Azteklerin güneş ve ayın doğuşunu futbol oyunuyla ritüel biçiminde kutlamalarını anlatan Meksika rölyeflerinde ilk spor hareketlerinin somut örnekleri olarak görüldüğü belirtilir (Burmaoğlu ve İmamoğlu; Koichi,2011). Antik çağlarda spor faaliyetleri genellikle dini bayramlar ve festivallerde görülür ve bunlara kadınlarda katılırdı (Türkmen ve İmamoğlu,2018; Türkmen ve Alimov,2019).

Antik çağlarda Mısırda Kadınların sportif hareketleri: Mısır'ın zengin ve engin medeniyetinde, spora da çok önem verdiklerini bilmek şaşırtıcı olmayabilir. Bugün oynadığımız spor ve oyunların çoğunun birkaç bin yıl önce eski Mısır yaşamında var olduğu bir gerçektir. Eski Mısır sporlarının ve faaliyetlerinin varlığının kanıtlarını isteyebilirsiniz. En iyi kanıt, tapınakların yanı sıra piramitlerin duvarlarında tasvir edilen sahnelerdir. Mısırlıların kendilerini formda tutmayı bilen insanlar olduğunu açıkça gösteriyor. Bu nedenle spor ve egzersizlerin Mısırlıların hayatının bir parçası ve parçası olması gerektiği tahmin ediliyor. Sporun sağlık standardını ve dolayısıyla ulusal üretkenliği yükseltmedeki paha biçilmez rolünün tam olarak farkında olan Eski Mısırlılar, bir bütün olarak erkekler, kadınlar, gençler ve çocuklar, bir kültürel değer olarak şevkle sportif faaliyetlerde bulundular. Eski Mısır'daki birçok kadın farklı spor türlerinde rekabet ederdi. Daha popüler olanlardan bazıları dans, yüzme ve jimnastikti. Farklı oyun türlerinde ve yarışmalarda rekabet ederlerdi (Kyle,2014; https://www.historyforkids.net/ancient). İnsanlar yazının icadından öncede spor yapıyorlardı. Bu nedenle, Eski Mısır'ın spor ve atletizm yapması şaşırtıcı değildir. Antik Yunanistan sporlarıyla ünlüdür, ancak Mısır aynı anda ve hatta daha önce aynı aktiviteleri gerçekleştirdi. Antik Mısır

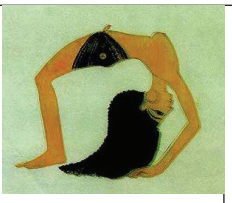
sporları o dönemden itibaren tüm dünyada tanınır. Genel olarak Antik Mısır'da spor yapmak günümüzden çok da farklı değildi (https://www.ancient-egypt). Antik çağ Mısır'da dini, rekreatif ve askeri amaçlı faaliyetler dahilinde akrobatik hareketler ve jimnastik, halat çekme, sopalı oyunlar ve top oyunları, bıçak atma, güreş, yüzme, dans ve şans oyunları gibi oyun ve yarışmaların uygulandığı bilinmektedir. Milattan Önce 2600 yıllara ait olduğu belirtilen Mısır duvar tasvirlerinde akrobatik jimnastik hareketleri yapan kadınlar yanında top oynayan kadın resimleribelirlenmiştir. Bu tasvirler eski dünyada kadınların sporla uğraştığını gösterir (Memiş ve Yıldıran,2011).

Antik Mısırlıların bedensel olarak formda olmaları yüksek standartlarda yapılmış, heykel ve resimlerdeki erkek ve kadın şekillerinin tasvirlerinde görülür. Erkekler bedensel olarak güçlü ve kaslı bir görünümde iken kadınlar ince ve zarif bir görüntü içerisinde tasvir edilmişlerdir. Eski Mısırda dini şenlikler haricinde çok değişik amaçlı dans etkinlikleri organize edildiği düşünülmektedir (Demirtaş ve İmamoğlu,2018). Eski Mısırda kürek, eski Mısır'da, Yeni Krallık'ın birçok mezarında ve tapınağında görülür. Tarihteki Mısırda hükümdar olan tek kadın Fravun Hatshepsut tapınağında, dünyanın herhangi bir yerinde kullanılandan farklı bir üslup gösteriliyor ve yaşamdan alınan gerçek bir sahnedir (https://www.ancient-egypt). Mısırlılar, oyunları ve sporlarının yanı sıra, başka bir eğlence biçimini de eşit derecede seviyorlardı ve bu hikaye anlatıcıydı. Sneferu ve Yeşil Mücevher hikayesi, güzel kadınların gölün etrafında kürek çekmesini izleyerek kralın moralinin nasıl yükseldiğini vurgular (https://www.ancient.eu/). Bir destansı hikaye, firavunun nasıl depresyonda olduğunu anlatıyor. Baş doktoru gölde kayıkla gezmeye gitmesini tavsiye ederek, "… kendinize, saray odanızdaki tüm güzelliklerle bir tekne donatın. Kürek çekerken majestelerinin yüreği tazelenecek. " Kral, kâtibinin önerdiği gibi yapar ve öğleden sonrasını yirmi kadın kürekçinin performansını izleyerek geçirir (https://givemehistory.com). Mısır'ın soyluları hem spora katılmaktan hem de sporu izlemekten zevk alıyordu ve kadın jimnastik dans yarışmaları, soylular tarafından desteklenen bir tür rekabetçi spordu. Asalet ayrıca gösterileri ve kürek yarışmalarını da destekledi (https://givemehistory.com). Antik Mısırlılar, bazıları eğlence için, bazıları da güçlü, fiziksel olarak zinde ve zayıf tutmak için birçok spor icat ettiler. Eski Mısırlılar ayrıca ritmik jimnastik yaptılar. Tıpkı bugün olduğu gibi, bugün uygulanan bazı pozisyonlara yakın olan farklı ritmik jimnastik pozisyonları da vardı (https://mentalitch.com). Eski çağ Mısır uygarlığında erkekler yanında veya onlardan bağımsız kadınlar, gençleri ve çocukları sportif kabul edilebilecek faaliyetlerde bulundukları belirtilir (İmamoğlu ve Koca, 2018a; İmamoğlu ve Koca, 2018b, Koca ve ark.,2018). Özellikle hasat zamanları kadınların güreştiğinden bahsedilir.

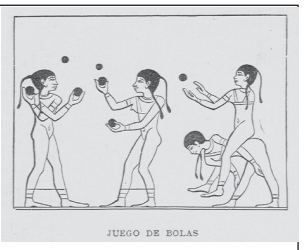
4 yılda bir kez hasat hasat zamanında kadınlar güreşirlerdi. Şekil 1'de Firavun'dan başka Nubyalı bir kadın ve bir köpek gibi gözüküyordu.



Şekil 1: Alman Arkeoloji Enstitüsü, Milattan önce 1350 Firavun'dan ziyade Nubyalı bir kadın ve bir köpek gibi gözüküyor.



Şekil 2. Bir kadın Cimnastikçi

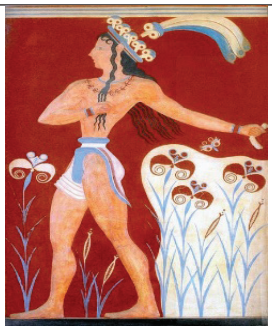


Şekil 3.Eltopu oyunu

Antik çağlarda Girit-Miken uygarlığında Kadınların sportif hareketleri: Miken'de yapılan sportif aktiviteler askeri amaçlı olduğundan, kadınların erkekler gibi spor yapmasına imkan yoktu. Yine bu tarihten itibaren, Girit'in etkisiyle müzikal-estetik unsurlar Miken vücut kültüründe görülmeye başlanmıştır. Bu sayede, kadının beden eğitimi için önemli imkânlar ortaya çıkmıştır (Memiş ve Yıldıran, 2011). Girit veya Minos uygarlığında çeşitli kaplarda, mühürlerde hatta saray duvarlarında dans eden figürler rastlanmaktadır. Bayramlar danslarla kutlanıyordu. Dans ele geçen buluntulara göre en önemli dinsel törenlerden biri sayılmaktadır (Burmaoğlu ve İmamoğlu, 2018). Girit minos uygarlığında kadınların anfi şeklindeki sıralarda dans ve boğa oyunlarını izledikleri duvarlara resim edilmiştir (https://www.edebiyatvesanatakademisi). Girit minos uygarlığında Knossos'taki merkez avlu, belki de bir performans alanı ve minyatür "Grandstand Fresco" olarak yerini aldı. Milattan öce1500 hem erkek hem de kadın olmak üzere çeşitli aktiviteler izleyen çok sayıda animasyonlu izleyiciyi resmetmektedir (Nergiz ve İmamoğlu, 2018). Antik Girit uygarlığında genç kadın ve erkek figürlerini bir boğanın üzerinden atlarken gösteren duvar resimleri bulun uştur (Korkmaz, 2013) . Şekil 4'de Minos Uygarlığının en öne çıkan kenti Knossos'da bir kazıda bulunan fresk görülmektedir. Bu frekste bir boğanın üzerinden atlayarak dinî görevlerini yapan kişiler vardır. Koyu tenli kişinin erkek, beyazlar kadın olduğu görülmektedir. Şekil 5'da dans eden bir kadın figürü dans veya halk oyunlarının orijini olarak kabul edilebilir. Şekil 6'de Fresklerde koşan (Atletizm) insanlar/ görülmektedir (Nergiz ve İmamoğlu, 2018).



Şekil 4-Knossos Sarayı'ndan Girit boğa oyunları



Şekil-5:Fresklerde asil Minos kadınları



Şekil-6: Minos kadınları (Milattan önce 1500), Fresco at Knossos, Agia Triada, Koşan insanlar/ Atletizm

Etrüsklerde Kadınların Spor İlişkisi: Etrüsk Kültüründe kadınlar spor etkinliklerine katılırdı, spor yapmayı severdi, her zaman temiz ve süslüdürlerdi; özellikle bu mücevherleri karşılayabilecek zengin sınıftan olanlar. Kadınlar, Etrüsk aristokratları arasında önemli bir konuma sahipti ve aileye mirasın aktarılmasından onlar sorumluydu. Bugün Etrüsk bölgesini işgal eden mezarlarda korunmuş olanları düşünmenin zevkini yaşadığımız sanat eserlerinde, erkek partneri ile kadınların düzenli olarak tüm sanatsal tezahürlerinde temsil edildiğini, dans ettiğini, kocasının yanında ziyafetlerin tadını çıkardığını görüyoruz veya kabartma, heykel ve resimlerde mücevher ve vücut süsleri taşıdıklarını gösteren resimlerde temsil edilmektedir. Bazı karşılaştırmalı sosyal araştırmalar, Etrüsk toplumunun Girit -Miken kültürüne pek çok açıdan benzerlik gösterdiği belirtilir. Örneğin hem hayatı yoğun bir şekilde yaşadıkları, hem de dans etmeyi, müziği, doğayı sevdikleri düşünülmektedir. Çok tanrılı dine sahip oldukları ve sahip oldukları spor kültürü nedeniyle fiziksel egzersizler yapmaları ve sağlıklı olmak için vücutlarını korumaları muhtemeldi. (http://arthistorysummerize). Boks ve savaş arabası yarışları, Etrüsk sanatında en çok temsil edilen iki spordur (https://www.researchgate). Etrüsk atletizm ve rekabete dayalı sporlar hakkındaki bilgilerimiz, elbette, Etrüsk edebi kaynaklarının eksikliği, somut kanıtların çoğunlukla cenaze bağlamları ile sınırlandırılması ve kavram gibi, Etrüsk ile ilgili her şey hakkındaki görüşümüzü etkileyen ve önyargılı olma eğiliminde olan aynı faktörlerden etkilenmektedir. Mezar resimleri, vazo boyamaları, heykel frizleri ve küçük ölçekli heykelciklerden oyunların ve sporcuların günümüze ulaşan bazı Etrüsk yorumlarına bakarak ve bazı antik kaynakların dikkatli bir yorumuyla, atletik olayları çeşitli medyalarda gösterme biçimleri ve aynı zamanda çağdaşlarından çok farklı bir atletik yarışmaya yönelik bir ruh ve

tutum. Etrüsk atletizmine dair en iyi kanıt, dekorasyonlarında sportif sahneler içeren 20 (yaklaşık 200) zengin boyanmış mezardan geliyor. Eski Etrüsk kenti Tarquinia, en çok boyalı mezar odalarıyla ünlüdür (140'tan fazla vardır). Diğer güzel örnekler Chiusi, Cerveteri, Veii, Orvieto ve Vulci'den diğer daha küçük ve izole örneklerle birlikte bilinmektedir. Bu mezarlarda tasvir edilen sahneler, Etrüsklerin Yunanlılar ile aynı olayların çoğuna katıldığını açıkça göstermektedir: savaş arabası ve at yarışı, boks, güreş, koşma, ağırlıklarla atlama, disk ve cirit atma. Mezar resimlerinin çoğu, atletizmle birlikte ziyafet sahneleri ve dans içerir: bunlar, merhumun onuruna düzenlenen cenaze törenlerinin temsilleri olarak yorumlanabilir. Bir dizi mezarda, atletik yarışmaları tasvir eden hem yerel olarak yapılmış hem de Yunan ithalatı vazolar da bulunuyordu. Etrüskler açıkça sporu seviyorlardı ve onları hayatlarının önemli bir parçası olarak görüyorlardı (Brown Vellucci,1985; Karakullukçu ve İmamoğlu,2020). Etrüskler müzik ve dans ile fazlasıyla ilgilenmişlerdir. Duvar resimlerinde çeşitli çalgılar eşliğinde dans ederken betimlenmiş Etrüsk kadın ve erkekleri bunun bir göstergesidir (Orhun,2008). Etrüsklerde spor alanında kadın ve erkek eşitliği olduğu söylenebilir. Barone Mezarı: Mezardaki iki figürün arkalarında kendilerine eşlik eden at üzerinde binicilere ait olduğu belirtilir. Sahnenin merkezindeki kadın, erkek ve erkeğin sarıldığı kız çocuğu figürlerini aile olarak kabul edilir (İmamoğlu ve İmamoğlu,2018). Bighe mezarında da kadınların sahnesi vardır. İki hizmet eden kadın ve bir sanatçısı yer aldığı tasviri vardır. Erkek ve kadın dans eden kişilerin figürleri yan duvar üzerindedir. Şölen sahnesi çok karışıktır. Güreşçiler, boksörler, atletler, atlar ve sürücülerin figürleri yarışma hazırlığı içerisinde resmedilmiştir. Warren, erkeklerin eşliğinde spor izleyen Etrüsk kadınlarının olduğunu belirtir (https://www.nytimes.com). Etrüskler Roma'ya acımasız gladyatör yarışmalarını verirken kadınların sosyal durumunu yükselttiler. Roma'ya dini ritüellerini verdiler ve mühendisleri duvarlar ve lağımlar inşa ettiler ve şehri bir bataklıktan medeni bir başkente dönüştürdüler (http://www.travellinghistorian). Etrüsklerin genetiğinin diğer milletlere göre en çok bugünkü Anadolu Türkleri ile yakınlık gösterdiği ortaya çıkmıştır (Vernesi veark., 2004). Bu görüşü Etrüsklerin atlarla ilgili görselleri ve kadınlara verdikleri sosyal değer (Kadınlar o devirlerde yarışmalara katılmıştır) desteklemektedir. Şekil 7'de bir kadın ve bir erkeğin birbirleriyle dans ettiği görülmektedir. Şekil 8'de kadın dansçı, (Maymun mezarı, Tarquinia) ve Şekil 9'da Milattan önce 520 civarı Aslan mezarında Dansçı kadın (Tarquinia) vardır. Arka duvarda bulunur; onun arkasında Kelt inançlarında olduğu gibi yeniden doğuşla ilgili olan bir vazo ya da kazan yer almaktadır. Şekil 7'da dişi aslan mezarında dans eden çift (Milattan önce 520 civarı, Tarquinia), Şekil 10'de Maymun mezarında dans eden insan resmi vardır. Şekil 11'de Bacchant Mezarından dansçılar (Tarquinia, Milattan önce yaklaşık 510) ve şekil 12'de Maymun

mezarı (Tarquinia, Milattan önce 470) bir enstrüman çalan adam ile dans eden kadın figürleri vardır. Spor aktivitelerini seyredenler arasında kadınlar da olduğu düşünülür. Müziğin fon oluşturduğu mekanlarda şölen sahneleri, spor müsabakaları oldukça yaygınlaşmıştır. Şekil 13'de Baron Mezarı sol duvarında soylu kadın atlarıyla gelen iki genç erkek arasında görülmektedir (İmamoğlu ve İmamoğlu, 2018).



Şekil 7. Dans eden çift



Şekil 8. Kadın dansçı



Şekil 9. Dansçı kadın



Şekil 10. Dansçı



Şekil 11. Dansçılar



Şekil 12. Enstrüman ve dans



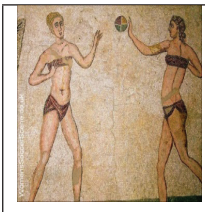
Şekil 13. Barone Mezarı, Tarquinia, sol duvar, soylu kadın atlarıyla gelen iki genç erkek arasında. MÖ. 510 civarı



Şekil 14. Milattan önce 325-250 yıllarında Etrüsklerde çıplak bir kadın akrobat (antik Praeneste, İtalya Bronz şeklinde Cista kolu)

Antik Roma da kadınlarda spor faaliyetleri: Antik Roma'daki spor antik yunandaki sporlardan farklı olduğu belirtilir. Önemli sporlardan bazıları şunları içeriyordu: Gladyatör mücadele, Canavarlara karşı savaş, El ele mücadele (Graeco-Roman güreş) Naumachiae denilen deniz savaşları, Araba Yarışları, Avcılık ve Balıkçılık,Topla oyunları ve yüzme (https://mariamilani.com). Roma'daki en popüler rekreasyon alanlarından biri, Roma gençleri için bir oyun alanı görevi gören geniş bir taşkın yatağı olan Campus Martius'du. Burada atlama, güreş, boks, yarış ve atma

gibi çeşitli spor ve aktivitelerle uğraştılar. Romalı kızlar ve kadınlar genellikle bu faaliyetlere katılmadılar denilsede antik çağda yüzmeyi bilen kadınların bazı hikayeleri vardır. Yine Top oyunlarına katılan kadınlardan bahsedilir (https://www.ancient). İkonografik kaynaklar bazen kadınlar için, yüzme ata binme, top oyunları (Roma'da çok yaygın) gibi yarışma programlarında bulunmayan bazı faaliyetleri belgelemektedir (Carlomagno,2010). Romalılar Yunan sporunu seyirci veya kalabalık için eğlenceye dönüştürdü ve bir yarışma haline getirdiler. Kadınların işleri sadece evde çalışmak veya rahibe olmak ve rahiplerin yanında çalışmak olduğundan, kızların beden eğitimi veya faaliyetlere katılmaları gereksiz görünüyordu. Bir kadının uygulayabileceği tek eğitim ağırlıklı olarak su sporları, akrobasi ve danstı, ancak kısa bir süre için kadınların gladyatör sporlarına katıldığı düşünülüyordu (https://prezi.com). Romalıların 2000 yıldan daha uzun süre futbol topları kullandıkları, bikini kaplı kızların Roma resimlerinde ve mozaiklerde top oyunları oynadıkları belirlenmiştir. Şekil 15'deki figürler Sicilya'da keşfedildi. Bu Milattan sonra yaklaşık 300 yüzyıl olara tarihlenir (Yamaner ve ark., 2019). Romalılar ayrıca hentbolu andıran çeşitli top oynama şekillerine de sahipti. Zar, masa ve kumar oyunları en çok yapılanlardı (https://www.crystalinks.com). Roma sporunda cinsel tacizin imaları çıplak yarışan atletlerin görüntüsünden kaynaklandığı belirtilir. Çünkü bir konsolos oğlu Palfitrius Sura'nın Spartalı bir kızla çıplak güreştiği ileri sürülür. Askere alınan askerler ve gladyatörler için eğitim programından farklı bir tür palestra egzersizinden bahsedilir. Martial, bu özel egzersiz biçimine katılan bir kadından bahseder. Koşu, aynı anda bir çember (trochus) koşup yuvarlamak ve dilsizlerle (yular) çalışmak da kızların ve kadınların yanı sıra erkeklerin ve erkeklerin de en sevdiği oyunlardı. Kadınlar bile güreşe katılırdı, ancak bu daha normal bir erkek aktivitesi idi (White,1985).



Şekil 15. Antik Romada kadın futbolcular, Sicilya



Şekil 16. Tavşanları avlayan ve kuşları yakalamaya çalışan çocuklar; MS 4. yüzyıl mozaiği,



Şekil 17. Spor yapan Romalı Kadınlar (Sicil'deki Piazza Armerina yakınlarındaki Villa Romana del Casale'deki mozaik)

Antik Çağ Cinde Kadınların Spor İlişkisi: Antik çağlarda Çinli kadınların futbolla benzer bir oyun onadığından bahsedilir. Tang Hanedanlığı kayıtları (Milattan sonra yaklaşık 800 yüzyıl) futbolun değişik şekillerini anlatır. Görünüşe göre iki farklı hedef tipi geliştirilmiştir. Biri direkler arasında iken diğeri ise saha ortasında tek bir direk dikilmesi şeklinde idi. Çince kayıtlar 17 yaşındaki bir kızın Çin ordusu askerlerinin birini yendiğini belirtir. Yine aynı zamanda topu nasıl geliştirdiklerini, tüy ile dolu topun deri bir topla değiştirdiklerini de açıklar. Futbol benzeri spor antik çağlarda kadınlar arasında da oynanmıştır (Yamaner ve ark.,2019). Song, Yuan ve Ming hanedanlarında kadınlar profesyonel Cuju takımlarında oynadılar (http://www.chinatraveldepot.com).



Şekil 18. Antik çağ Çin'de kadın futbolcular: Ming Hanedanı ressamı Du Jin tarafından cuju oynayan Çinli bayanlar



Şekil 19. Avustralya'da kadın futbolu



Şekil 20: Kadın futbol topu, Kraliçe topu, İngiltere

Antik Çağlarda Ön Asya topluluklarında Kadınların Sporla ilişkisi:

Dede Korkut destanlarında Türk kavimlerinde kızlarının erkelerle beraber avlanmaya çıktıkları, at bindikleri, güreş, Tepük, kayak sporu yaptıkları, ata binip ok attıkları ve savaşlara katıldıklarından bahsedilir (Aksoy, 2017).Eski Türk Toplumlarında Türk kadınının rolü erkeklerle paralel bir seyir izlemiştir. Toy ve yuğ merasimlerinde erkeklerin yaptığı hertür spor dalında, kadınlar için müsabakalar tertiplenmiştir. Sayış, cirit, Kemankeşlik, güreş vb. oyunlarda bile Türk kadını var olmuştur. Diğer taraftan kadın ile erkeğin rollerinin ortak olduğu ve beraber oynadıkları kız kovuv, kelin kovuv, kız börü, kız uynak, yiğitovka vb.spor oyunlarında ise isimlerinde de anlaşılacağı gibi kadın unsurunun ön planda olduğu görülür (Türkmen,1999; Türkmen ve Okudan,2020a; Türkmen ve Okudan 2020b). Eski Türk kadınları, henüz küçük yaşlarda iken erkek çocuklarla birlikte ok atıp binicilik eğitimi alıyorlardı. Hun ve Göktürk çağlarında senenin belirli günlerinde kız, erkek ve kadın bir araya gelerek toy yapıyorlar ve bu bayramlarda sergilenen sportürlerinde kadınlar ustaca

yarışıyorlardı. Bazen aynı branşlarda erkekleri dahi altedebiliyorlardı. Yine o çağlarda "tepük" (ayak topu) oynayanya da özellikle bunu Türk kız-kadınlarının erkekle birlikte oynadığını Çin kaynaklarında birçok defa geçmektedir. Orta Asyada eski Türkler de bayve bayanların birbiri ile apan küreş ya da kurşak küreş'leri yaptıkları ve kök boru oynadıkları belirtilir (Türkmen, 1999; Yıldıran,1996).



Resim 21. Aslan ve Melek görünümlü kadın tablet, Nimrud, Yeni-Asur dönemi, (Milattan Önce 9. Yüzyıl)



Şekil 22. Kız kovu oyunu



Şekil 23. Altın kadın heykelcik, Altay, Kul Oba.



Şekil 24. Uygur kadının at binmesi

Eski Türklerde Aslanlar krallar tarafından öldürülerek güç gösterisi için kullanılırdı. New York Metropolitan Sanat Müzesi'ndeki engin ve etkileyici serginin önemli özelliği Asur kralının durumu idi. Çünkü "Klasik Çağın Şafağında İberia'ya Asur" adlı gövdesi aslan başı kadın ve kanatları ile meleği andıran bir heykeldir. Bu tasvirde aslan figürü ve melek birlikte tasvir edilmiştir. Kadınlar aslan figürlerine eklenerek güçlü olmak yanında kanat takılarak melek konumuna yükseltilmiş olabilirler (Koca

ve İmamoğlu,2019). Eski Türklerde kadınların da çeşitli spor aktiviteleri içerisinde yer aldıkları belirlenmektedir. Bunlar arasında en önemlileri ata binme, ok atma ve çevgan oynama olarak sayılabilir. İlk Türklerde yapılan koşular genel itibariyle dini özellik taşır. Kırgızlarda çocukların doğumunda, kadınların da katıldığı koşular-yürüyüşler (265 kmlik bir mesafe üzerinden geleneksel yürüyüş) düzenlenmiştir (https://www.tarihbilimi.gen). Eski Türklerde Kız-Börü çok yaygındı Bu spor evlilik törenlerinde kesilmiş hayvan, kız tarafından kaçırılır ve damat tarafı gelini kovalardı. Bir diğer spor ise Beyge (Babiga) olarak tarihte yerini almıştır. Bu sporda at üzerinde düğün törenlerinde kız ve erkeğin bir mesafe içinde karşılıklı olarak oynanır. Başka bir sporda Çöğen idi. Bu sporda Tibet dilinde top anlamına gelen Pulu'dan alınarak Polo denilen atlı hokey oyununun ilk şeklidir (https://www.aybilgi.net/makaleler). Kadınlar, Orta Asada milattan önce 500 yıllarından itibaren atlara binmeye başlamışlardır (Okutan ve İmamoğlu,2020).Eski Türklerde kadınlar erkekler gibi ata binip ok atar, top oynar, güreş yapar ve savaşlara katılırlardı (Kafesoğlu, 2012). Eski Türklerde kadınların heykelleri yapılacak kadar sporla iç içe olduklarını görülür. Şekil 23'de görülen iskit kadın savaşçılar ok atar pozisyondadır. Milattan önce 400 yıllarına ait olduğu bildirtilmektedir. Altay, Kul Oba kurganında bulunan altından kadın heykelcik şu anda St Petersburg Hermitage müzesinde bulunmaktadır. Saçları arkada topuz yapılmıştır. Güçlü ve kaslı bir vücut imajı taşımaktadırlar. Şekil 24'de Uygur kadının at binmesi görülmektedir. Milattan sonra yaklaşık 600 yıllarında T'ang Hanedanlığı dönemine mal edilmektedir (Okudan ve İmamoğlu,2020).

Eski çağlarda kadınlarda spor hareketleri antic Yunan medeniyetine bağlansada Antik Yunan dışındaki medeniyetlerdede kadınların spor yaptıkları ve sporla ilgilendikleri söylenebilir.

KAYNAKLAR

Aksoy İ. (2017). Toplumsal ve Siyasal Süreçte Türk Kadını, Yasama Dergisi, sayı 32, sh 7-19

Burmaoğlu G.E.,İmamoğlu G. (2018).Girit-Minos Uygarlığında Sporlar Ve Görsellerdeki Yansımaları, Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi**,** Cilt: 20, ISSN: 1302-2040

Brown Vellucci, Karen (1985).”Etruscan Athletics” Expedition Magazine 27.2 (1985): n. pag. Expedition Magazine. Penn Museum, 14 Mar 2021 <http://www.penn.museum/sites/expedition/?p=5693

Carlomagno N. (2010). Female Motor Activity in Ancient Times Methodological Aspects in Female Athletic Training in Ancient Times, International Quarterly of Sport Science**,**26-39

Demirtaş Ö., İmamoğlu G. (2018). Interpretation of Gymnastics, Dance, Top Games and Visuals in Ancient Egypt, *The Journal of International Social Research,11(59),484-491*

Eisen, G. (1976). “The Role of Women in Ancient Fertility Cults and the Origin of Sports”. *4th Annual Convention of North American Society for Sport History*. Eugene, Oregon. http://arthistorysummerize.info/ArtHistory/woman-in-etruscan-sociate

Ermiş E.,İmamoğlu G.,İmamoğlu O. (2018). Antik Yunanda Atletizm Etkinlikleri ve Görsellere Yansımaları, Akşemseddin Uluslararası İnsan, Toplum ve Spor Bilimleri Sempozyumu Tam Metin Kitabı, (Editörler: Faruk Yamaner – Sami Baskın), Yayın No.: 06, ISBN: 978-605-81236-5-6, Çorum ,580-589

https://www.penn.museum/sites/expedition/etruscan-athletics

https://www.aybilgi.net/makaleler/Spor/Eski-Turk-Kadinlari-Ne-Sporu-Yapmistir.

https://www.ancient.eu/article/98/athletics-leisure-and-entertainment-in-ancient-rom.

https://en.wikipedia.org/wiki/Women%27s_sports.

https://www.crystalinks.com/romesports.html.

https://mariamilani.com/ancient_rome/ancient_roman_sports.htm.

https://prezi.com/zzclism8vcmd/physical-education-in-ancient-rome.

https://www.ancient.eu/article/1036/games-sports--recreation-in-ancient-egypt

https://www.historyforkids.net/ancient-egyptian-sports-and-pastimes.html.

https://www.ancient-egypt-online.com/ancient-egypt-sports.html.

https://givemehistory.com/ancient-egyptian-sports.

https://mentalitch.com/learn-about-ancient-sports-in-egypt.

https://www.tarihbilimi.gen.tr/ilk-turk-devletlerinde-spor-faaliyetleri.

http://www.chinatraveldepot.com/C253-Ancient-Chinese-Football-(cuju).

İmamoğlu M.,İmamoğlu G. (2018). Etruscan's Sports Activities, Turkish Studies Social Sciences Volume 13(26), 725-744

İmamoğlu, G., Koca, F.(2018a). Eski Çağ Mısırda Boks, Güreş ve Eskrim İle İlgili Figürler Üzerine Yorumlar. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi,* Cilt: 11 Sayı: 59, sh.555-559

İmamoğlu O., Koca F. (2018b). Sport History if Countries other Africa Of Except Ancient Egypt, *The Journal of International Social Research,11(61),1291-1304.*

Joshua A. Senne. (2020). Examination of Gender Equity and Female Participation in Sport, The Sport Journal,41(2), http://thesportjournal.org/article/examination-of-gender-equity-and-female-participation-in-sport/

Kafesoğlu İ. (2012). Türk Millî Kültürü, İstanbul: Ötüken Neşriyat

Karakullukçu Ö.F.,İmamoğlu O. (2020). Antik Çağlarda Ağırlık Kaldırma ve Halter Sporu, Sporda Bilimsel ve Akademik Yaklaşımlar 4., (Editörler: Zeynep Yıldırım-Mine Turğut),Gece kitaplığı, Birinci basım, Ankara sh. 1-20

Koca F. İmamoğlu G., İmamoğlu O. (2018). Hunting, Horse Riding and Archery Sports in Ancient Egypt and Interpretation Of Their Depictions, *The Journal of International Social Research, 11(59),1490-1497*

Koca F. , İmamoğlu G. (2019). Interpretation of Struggle With Lion Figures in Ancient Times, International Conference on Sports for all and Wellness Full Text Book, Editors: Mehmet Ali Öztürk-Süleyman Gönülateş), Antalya, ss.274-279

Korkmaz, S. (2013). Spor Müzelerinin İşlevleri ve Bir Spor Müzesi Taslağının Yönetsel Açıdan Oluşturulması, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müze Yönetimi Programı Yüksek Lisans Tezi

Koichi T. (2011). Women and sports in the ancient world. Japan J. Phys. Educ. Hlth. Sport Sci. 56: 19-30.

Kyle, D.G. (2014). Sport and Spectacle in the Ancient World, John Wiley & Sons, Ltd, The Atrium, Southern Gate, Chichester, West Sussex.

Memiş U.A. , Yıldıran İ. (2011). Batı Kültürlerinde Kadınların Spora Katılımlarının Tarihsel Gelişimi, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, XVI(3), 17-26

Nergiz C.,İmamoğlu G. (2018). Kuzey Doğu Akdeniz Uygarlığında Tarihi Sporlar ve Görsellerdeki Yansımaları, Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları-III Bildiri Kitabı, ISBN 978-9967-9144-0-7,Bişkek, 217-233

Okudan B., İmamoğlu O. (2020). Eski Türklerde Kadınlarda Spor Faaliyetleri, Sporda Bilimsel ve Akademik Yaklaşımlar 4., (Editörler: Zeynep Yıldırım-Mine Turğut),Gece kitaplığı, Birinci basım, Ankara sh.83-98

Orhun, M. (2008). Etrüsk Kültürü ve Roma Kültürüne Tesiri, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eski Çağ Anabilim Tarihi Bilim Dalı, Ankara.

Pfister, G. (2000). The Role of Women in Traditional Games and Sports, Olympic Review, 31, 38-45.

Takahashi, K. (2011). Women and Sports in the Ancient World. Japan J. Phys. Educ. Hlth. Sport Sci. 56: 19-30.

Türkmen M. (1999). Türk Spor Geleneğinde Kadın Unsuru I. Spor Kongresi,Erzurum/Türkiye, ss: 24-30.

Türkmen M., İmamoğlu O. (2018). Antik Ön Asya Medeniyetlerinde Spor, III Uluslararası Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları sempozyumu, 519-538. (Tam Metin Bildiri/Sözlü Sunum)(Yayın No:4622668).

Türkmen, M., & Alimov, U. (2019). Devinimsel yönleriyle: Orta asya Türkleri'nde cambı atış. Journal of International Social Research, 12(66). http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3678

Türkmen M., Okudan B. (2020a). Buryat Traditional Wrestling with Past and Present Codes: Buhe Barildaan, Turkish Studies - History, 15(4), 1181-1192.

Türkmen, M., & Okudan, B. (2020b). Buhe-barıldaan: Buryat traditional wrestling with cultural codes. European Journal of Physical Education and Sport Science, 6(8), 91-103. http://dx.doi.org/10.46827/ejpe.v6i8.3411

White, Donald (1985). "Roman Athletics" Expedition Magazine 27.2 (1985): n. pag. Expedition Magazine. Penn Museum, 1985 Web. 14 Mar 2021 <http://www.penn.museum/sites/expedition/?p=5698>

Yamaner F.,İmamoğlu G., Deryahanoğlu G., Yamaner E.. (2019). Football Images and Women's Football ın Ancient Countries, International Conference on Sports for all and Wellness Full Text Book, Editors: Mehmet Ali Öztürk-Süleyman Gönülateş), Antalya, 570-577

Yıldıran, İ. (1996). "Uygulama Nedenleri ve Fonksiyonları Bakımından Türk Kültürünün Erken Devirlerinde Bazı Sportif Aktivitelerin Görünümü", G. Ü. BESYO, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, C. 1. S. 2., s. 47-51



Bölüm 11

SPORDA ÖĞRENME VE GERİBİLDİRİM*

İbrahim Efe ETİLER[1]

Turhan TOROS[2]

1 Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
2 Prof.Dr., Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

**** Danışmanlığını Prof.Dr.Turhan Toros'un yaptığı, İbrahim Efe ETİLER'in yüksek lisans tezinden üretilmiştir.***

Öğrenme kavramı, ilk defa 1800'lü yılların sonlarına doğru yapısalcılık ve işlevselcilik çalışılmalarında önem kazanmıştır. Her iki yaklaşımında birbirinden farklı olduğu görülse de iki kuramda da aynı eksik nokta üzerinde durulmaktaydı. İnsanlardan kendilerini dinlemeleri ve ne düşündükleri konusunda bilgi vermeleri istenmekteydi. İçe bakış olarak da bilinmekte olan bu yöntemin eksiliği araştırma yöntemleri olarak görülmekteydi. Araştırmaların daha nesnel olması gerekliliğinin vurgulanması 1900 yılların başlarında kendini göstermeye başlamıştı. Takip eden yıllarda öğrenme kavramı çok daha fazla yapıcı eleştiri alıp, insanlığın öğrenme ihtiyacının artarak ilerlediği günümüzde öğrenme kuramlarının her ne kadar insanlığa öğrenme kavramını tam olarak anlatamasa da birbiri ile bağı ve gelecekte insanoğlunun karşılaşacağı öğrenme ihtiyacı için tekrardan düzenlemeler ile insanlığın yardımcıları olacaklardır (Ormrod, 2013; Sönmez, 2015).

Geçmişten günümüze insanlık türünün devamlılığını sağlayan ve içinde bulunduğu durum ile bütünleşebilmesini ve ortama uyum sağlayabilmesine olanak tanıyabilmesindeki etkin rolün öğrenmenin üzerinde olduğu görülmektedir. Öğrenme kavramı insanlara geçmişi hatırlatarak gelecekte yapacak olduğu davranışlarda yol göstermektedir (Howe, 2001).

Eğitmenler çeşitli öğretim teknikleri düzenler, uygulayıcılar ise kendileri için en iyi olduğunu düşündükleri yöntemleri bulmaya çalışırlar. Yeni bir işe başlamış kişiye, iş ile ilgili becerilerin hızlı bir şekilde kazandırılmasının istenmesi de öğrenmenin hayatın her yerinde insanlar ile birlikte senkronize olmasını tekrar göstermektedir. Sadece yukarıdaki örneklerde bilgiye ulaşmak adına yapılan işlerin öğrenme kavramı için yeterli olmadığı görülmektedir. İnsanoğlu gündelik işleri için öğrenmeye çabalarken, kendisi ile ilgili bilgi sahibi olmak yani kendini anlayabilmeyi istemesi de öğrenme kavramının açıklanmasına katkı sağlamaktadır (Çelen, 1999).

Öğrenme görüldüğü üzere birçok yerde ve birçok şekilde gerçekleşebilmektedir. Kimi insan kendini gösterebilmek için, kimi insan para kazanmak için ya da kimi insan meşhur olabilmek gibi dışsal ve maddi konular için öğrenmeyi isterken, kimi insan derslerinde, işinde veya maddi bir beklentisi olamadan bir ağacı yetiştirebilmeyi öğrenmek gibi hayatının herhangi bir anında içsel duygularının doyumu için öğrenmeyi gerçekleştirmek ister (Ormrod, 2013).

Öğrenme çok değişik şekillerde tanımlanmasının yanında bazı örnekler ile birlikte genel olarak, kişinin genetik özelliklerinden bağımsız ve çevresinden etkilenme süreci sonucunda sahip olduğu sürekli değişiklikler olarak tanımlandırırken (Çelen, 1999; Fidan, 2012), yaşantılar ve tekrar sonucunda davranışta sürekliliğin görülmesi (Güney, 2014) veya

kişinin yaşantılarıyla sinir sisteminde ve dolayısı ile davranışlarında değişiklik meydana gelmesi ile açıklanması da örnekler arasında gösterilebilmektedir (Carlson, 2011).

Öğrenmenin temel formlarına bakıldığında, ilişkisel öğrenme, uyarıcı-tepki öğrenmesi, algısal öğrenme ve motor öğrenme olarak dört şekilde sınıflandırıldığı görülmektedir. İnsan yaşantısının birçok aşamasında öğrenmenin tüm formları karşımıza çıkarken spor ortamı incelendiğinde öğrenmenin temel formlarının tamamının spor ortamında da kullanıldığı görülmektedir. Motor öğrenme, temel öğrenme formları içerisinde diğerlerinden biraz farklılık göstermektedir. Yeni bir hareket ya da yeni bir davranışın öğrenilmesi sırasında beyin motor sisteminde diğer formlara göre çok daha fazla nöral döngünün oluşmasına sebep olması nedeniyle diğer öğrenme formlarından ayırılmaktadır (Carlson, 2011). Motor öğrenme kavramı farklı şekillerde açıklanmasının yanında temel olarak, kişinin herhangi bir hareketi yapabilmesi için, içinde bulunduğu anda kişinin kapasitesini göstermesi halidir (Schmidt & Wrisberg, 2012).

Psiko-motor davranışlar, yaşantının her anında kişiye kolaylık sağlayan kas ve zihnin koordineli bir şekilde çalışması ile örüntüleri birleştirerek bir bütün oluşturulmasına imkan tanıyan davranışların tümüdür. Psiko-motor davranışların, doğru, hızlı ve seri bir şekilde yapılmış olan örüntülerinin tümü ise beceri olarak tanımlandırılmaktadır (Fidan, 2012). Bir becerinin öğrenilmesi aşamasında, beceriyi uygulayan kişi öğrenmeyi gerçekleştirebilmek için karışık ve birçok nedene bağlı olan uzun bir program sonucunda hedefine ulaşabilmektedir. Eğitmenler beceri öğretiminde çeşitli yöntemler kullanarak uygulayıcının beceriyi öğrenmesini sağlamaya çalışmaktadırlar. Bu süreçte eğitmenlerin en çok kullandıkları yardımcı ise uygulayıcıya verilen geribildirimdir (Schmidt & Wrisberg, 2012).

Geribildirim, bir beceriyi uygulayan kişiye hareket anında veya hareketin sonunda uyguladığı beceri hakkında verilen her türlü duyusal bilgi olarak kabul edilmektedir. Schmidt'e (2012) göre geribildirimi, kişinin performansı sırasında veya sonrasında sergilediği performans hakkında bilgi almasıdır. Singer'e (1975) göre geribildirim, kişinin kendi kendine hareketin sonucu hakkında duyu reseptörlerinden aldığı bilgilerdir. Genel anlamda geribildirim, uygulanan becerinin durumu ile hedef beceri arasındaki karşılaştırma olarak görülmektedir.

Öğrenme aşamasında geribildirim iki şekilde karşımıza çıkmaktadır. Doğal duyusal bilgi olarak da tanımlanan proprioseptif duyulardan yani beden duyumundan kaslardan, eklemlerden veya tendonlardan gelen bilgiler olarak beceriyi uygulayan kişinin kendi kendine dışardan bir desteğe ihtiyaç duymadan duyularından devamlı alabildiği içsel geribil-

dirim (Magill, 2010). Diğeri ise, öğretim aşamasında eğitmenler tarafından sıklıkla kullanılan, beceriyi uygulayan kişinin yapmış olduğu hareket ile ilgili içsel geribildirimin yeterli olmadığı durumlarda hareketin detayı veya kalitesi ile ilgili bilgilerin hareketi yapan kişiye dış kaynaklardan sağlanmasıdır. Antrenör veya öğretmenin verdiği sözlü ve sözlü olmayan şekil veya kronometre, video gibi cihazlar ile geribildirim verilmesi dışsal geribildirim olarak kullanılmaktadır. Öğrenme aşamasının çok önemli yardımcılarından geribildirim verilme şekillerinden dışsal geribildirim birçok çalışmada önemli bir öğretim yardımcısı olarak gösterilmektedir (Zelaznik, 1996).

Dışsal geribildirim iki kategoride çok sık kullanılmaktadır. Bunlardan biri hareket ile ilgili sonuç bilgisi, kişinin uygulamış olduğu becerinin hedefindeki başarısına ne kadar ulaştığı veya ulaşamadığının bilgisini verirken diğeri ise, tüm eğitmen ve antrenörler tarafından beceriyi uygulayan kişiye yapmış olduğu hareketin tekniği, hızı, akışı gibi hareketin kinematiği ile ilgili verilen geribildirim olarak açıklanmaktadır (Schmidt & Wrisberg, 2004). Dışsal geribildirimin verilme şekillerine bakıldığında en çok kullanılan şeklinin sözel ifadeler ve görsel sunumlar olduğu çalışmalarda belirtilmektedir (Coker, 2004). Sözel geribildirim veriliş şekillerine göre çeşitlilik göstermektedir. Mosston ve Ashworth'e (2000) göre sözel geribildirim veriliş şekilleri, düzeltici ifadeler, değer ifadeleri, yansız ifadeler ve belirsiz ifadeler olmak üzere dört ana başlıkta toplanmıştır.

Performans bilgisi, kişiye sözel verilen geribildirimin yanında günümüzde teknolojinin ilerlemesi ile çeşitli aletlerin kullanımı sayesinde kişiye uygulamış olduğu hareketin kinematiği hakkında bilgi vererek yapmış olduğu hareketin nasıl daha etkili olabileceğini görmesine olanak sağlamak için video kayıt kullanılarak da geribildirim verilebilmektedir. Dışsal geribildirimi sözel olarak ya da görsel olarak yalnız vermek yerine hem sözel hem de görsel olarak vermek yapılan çalışmalarda hedef hareket için daha etkili olduğu görülmüştür (Magill, 2010).

Antrenörler, sporcuların uygulamış oldukları beceride başarılı olmaları için dışsal geribildirimi, belirli bir program dahilinde, yeni başlayanlara fazla, tecrübe kazanmış sporculara daha sınırlı bir geribildirim programı uygulamaktadırlar. Dışsal geribildirimin bu süreçte çeşitli fonksiyonlarının olduğu görülmektedir.

Bir beceri öğrenme sürecinde, sporcular çok tekrarlı, uzun süren ve dolayısıyla sıkıcı bir hal alan antrenmanları, zevkli ve daha eğlenceli bir sürece sokabilmek için geribildirimin motivasyonel özelliği ile çabayı artırabilmektedir. Aynı davranışı veya hareketi başka bir zaman tekrar yapması pekiştireç özelliği olarak görülürken, davranış yoğunluğu düşüyor ya da tamamen ortadan kalkıyor ise ceza olarak algılanmasını sağlamakta-

dır (Sönmez, 2015). Dışsal geribildirimin diğer bir fonksiyonu ise hareket örüntüleri hakkında sporcuya bilgi aktarımını yapan bilgilendirme özelliğidir. Devamlı verilen dışsal geribildirim, sporcuda uygulamış olduğu hareket ile ilgili içsel geribildirimi engellemiş olmaktadır. Bu durum zamanla sporcularda bağımlılık yaratarak, her zaman bir dışsal geribildirim istemelerine sebep olamaktadır (Schmidt, Wrisberg, 2012).

Dışsal geribildirimin spor ortamında sıklıkla kullanılması yapılan araştırmalar'da görülmektedir. Bir becerinin öğretiminde birçok değişkenin olduğu araştırmalar tarafından belirtilirken, davranışın veya hareketin öğretilmesinde, geribildirim ile birlikte kişinin uygulamış olduğu beceriyi başarabilmeye istekli olması, karmaşık, zor veya yeni bir beceriyi uygulayan sporcunun kendine inanması ve çalışmaya devam etmesi ile daha ileri bir hedef belirlemeye olanak sağlayan özyeterlik algısı olarak görülmektedir (Bandura, 1997, 2000; Pajares, 2001).

Spor psikoloji, içinde beceri öğrenimi, bilişsel ve duyuşsal alanları da içeren çok yönlü bir alandır. Sporcuların niteliklerini arttıran, tüm dünyada birçok araştırmaya konu olan ve becerilerin öğrenilmesinde büyük paya sahip olduğu düşünülen sözel geribildirim önemlidir. Bu nedenle beceri öğreniminde, becerilerin en doğru şekilde öğrenilmesi gerekmektedir.

KAYNAKLAR

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. Macmillan.

Bandura, A. (2000). Exercise of human agency through collective efficacy. *Current Directions in Psychological Science*, *9*(3), 75-78.

Carlson, N. R. (2011). *Fizyolojik psikoloji*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Coker, C. A. (2004). *Motor learning and control for practitioners*. McGraw-Hill Humanities/Social Sciences/Languages.

Çelen, N. (1999). *Öğrenme psikolojisi kuramları.* Ankara: İmge Kitabevi.

Fidan, N. (2012). *Okulda öğrenme ve öğretme*. Ankara: Pegem Akademi.

Güney, S. (2014). *Davranış bilimleri*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Howe, M. J. (2001). *Öğrenme psikolojisi* (E. Kılıç, Çev.). İstanbul: Alfa Yayınları.

Magill, R. A. (2010). *Motor learning and control: concepts and applications*. Boston: McGraw-Hill, 2010.:111.

Mosston, M., & Ashworth, S. (2000). *Beden eğitimi öğretimi,* (E. Tüzemen, Çev.). Ankara: Bağırgan yayımevi.

Ormrod, E. J. (2013). *Öğrenme psikolojisi* (M. Baloğlu, Çev.). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Pajares, F. (2001). Toward a positive psychology of academic motivation. *The Journal of Educational Research*, *95*(1), 27-35.

Schmidt, R. A., & Wrisberg, C. A. (2004). Motor learning and performance.

Schmidt, R. A., Wrisberg, C. A. (2012). *Motor öğrenme ve performans* (Z. Koruç, N. Arsan, S. Kağan, Çev.). Ankara: Anı Yayıncılık.

Singer, R. N. (1975). *Motor learning and human performance: An application to physical education skills*. Macmillan.

Sönmez, V. (2015). *Program geliştirmede öğretmen el kitabı*. Ankara:Anı Yayıncılık.

Sönmez, V. (2015). *Program geliştirmede öğretmen el kitabı*. Ankara:Anı Yayıncılık.

Zelaznik, H. N. (1996). *Advances in motor learning and control*. Human Kinetics.



Bölüm 12

GERİBİLDİRİM VERME ŞEKİLLERİ*

İbrahim Efe ETİLER[1]

Turhan TOROS[2]

1 Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

2 Prof.Dr., Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

**** Danışmanlığını Prof.Dr.Turhan Toros'un yaptığı, İbrahim Efe ETİLER'in yüksek lisans tezinden üretilmiştir.***

Dışsal geribildirim çeşitli şekillerde verilmektedir. Sporcuya hareket ile ilgili becerinin sonuç bilgisi verilebildiği gibi hareketin kinematiği ile ilgili de bilgi verilebilmektedir. Hareketin sonucu veya sporcunun uygulamış olduğu hareketin kalitesi, yönü, hızı gibi bilgilerin kişiye sözel ve görsel olarak verilmesi motor öğrenme kuramcılarının üzerinde durduğu ve antrenörlerin sıklıkla kullandıkları geribildirim çeşitlerindendir (William, 2016).

Birçok antrenör sözel geribildirimi, sonuç bilgisinden daha çok becerinin tekniği, kalitesi gibi kinematik bilgi ve içsel geribildirimle elde edemeyecek, performans bilgisini içeremesinden dolayı, tercih etmektedir (Magill, 2010). Performans bilgisini sözel verirken bazı sorunlarla karşılaşılmaktadır. Karmaşık bir beceriyi öğrenen sporcuya eğitmen veya antrenörler tarafından verilen her sözel bilgi, performansı olumlu veya olumsuz etkilemesine sebep olabilir. Bu sebepten antrenörler uygulanan becerinin tekniğini çok detaylı bilmeleri gerekmektedir. Antrenörler sözel geribildirim kullanırken, genel veya özel geribildirim olarak sporcunun yapmış olduğu hareket ile ilgili bilgi verme işlemini yapabilmekledirler. Antrenörler genel geribildirim kullandıklarında beceriyi yeni öğrenen sporcu tam anlamıyla geribildirimi anlayamamaktadır. Genel geribildirimde çoğunlukla antrenörün "iyiydi" veya "bravo" gibi kısa kelimler ile yetinmesi sonucunda bile sporcu kendisi ile ilgilenildiği, onu izleyen bir antrenörün olması gibi ihtiyaçlarını karşılar. Bu durumdan sporcu her ne kadar memnun olsa da becerinin öğrenilmesi motor öğrenme uzmanlarına göre yeterli olmamaktadır. Özel geribildirimi antrenörler, sporcunun yapmış olduğu hareket doğrultusunda becerinin hızı, yönü, kalitesi gibi teknik örüntüleri ile ilgili bilgiyi aktarabilirler. Bir basketbolcuya göğüs pası becerisinin öğretim aşamalarında antrenör, pası verdikten sonra sporcuya "bravo, iyiydi" veya "afferin" gibi kısa sonuç bilgileri verebilmektedir. Sporcu bu genel geribildirimleri hareketin onaylanması için beklemektedir. Aynı çalışma içerisinde antrenör, sporcusuna göğüs pası becerisinin uygulanması sırasında kolun topun arkasından uzanması ya da pası verdikten sonra el bileklerinin dış yana doğru açılması ile ilgili, "pastan sonra bileklerini dış yana düşürmelisin" gibi daha detay ve teknik konu barındıran bilgileri özel geribildirim açıklamaktadır (Magill, 2007).

Dışsal geribildirim, sözel geribildirim ile hem nitel hem de nicel olarak hareketi yapan kişiye verilebilir. Dışsal geribildirim performansla ilgili sayısal değerler içeriyorsa bu geribildirimler nicel bilgi aktarımı olmaktadır. Diğer taraftan dışsal geribildirim içerisinde sayısal değerler içermeyen hareketin doğası ve kalitesi gibi konular ile ilgili bilgileri aktarıyorsa, nitel geribildirim olarak açıklanmaktadır.

Bir antrenör basketbol antrenmanında sporcusuna dripling becerisini öğretirken dışsal geribildirimi sözel olarak "topu yanında yere doğru vur,

biraz daha güç uygula top elinin altında kalıyor, kolunu yay gibi çalıştır, top sektirirken karşıya bak, dripling sırasında topa bakma" gibi sözel ifadeler kullanarak beceriyi uygulayan sporcuya nitel özellikleri ile bilgi sağlayabilmektedir. Yine aynı antrenör pas beceresi öğretiminde yerden sektirme pasın uygulanması sırasında sporcusuna "pası takım arkadaşına sektirirken 1/3 oranında yere vurdurmalısın, pas verirken ayağını öne 30 cm uzatmalısın" gibi nicel sayısal değer ifade eden sözel geribildirimler kullanabilmektedir (Magill, 2010).

Antrenörler bir becerinin uygulanması sonrasında performansın kendisi ile ilgili verileri topladıktan sonra beceriyi uygulayan kişiye geribildirim verebilmektedir. Farklı formlarda verilebilen geribildirim; antrenörün bir hareketi, sporcuya temas etmesi veya sözel olarak verilebilmektedir.

Geribildirim verilme şekilleri dört alt başlıkta incelenmektedir (Mosston, 2000).

- Düzeltici ifadeler
- Değer ifadeleri
- Yansız ifadeler
- Belirsiz ifadeler

Düzeltici İfadeler

Antrenör, beceriyi uygulayan sporcusunun performansındaki hatayı net bir şekilde gördüğünde sözel olarak verilebildiği bir geribildirim şeklidir. Düzeltici ifadeler için iki durum söz konusu olmaktadır.

- Beceriyi uygulayan kişinin hatasının ne olduğunu belirtir bir açıklama yapılması
- Beceriyi uygulayan kişiye performans ile ilgili doğru şeklini anlatır ifadeler içermesi

Düzeltici ifadelerin uygulayan kişilere çok fazla verilmesi, hareketi ileride uygulamama gibi problemler çıkartır. Hareketin yanlış yapılmasından kaynaklanan temel konular içererek hatanın nedeninin antrenör tarafında verilmesinin gerekliliği vurgulanmaktadır (Mosston, 2000).

Değer İfadeleri

Eğitmenlerin değer ifadelerini kullanırken genellikle kullandıkları sözel geribildirimler; "çok iyi, bravo, çok kötü, fevkalade veya berbat" gibi kelimeler olarak belirtilmektedir.

- Son atışın çok iyiydi.
- Birinci periyot yapmış olduğun bloklar mükemmeldi.

- Yediğin gol berbattı.
- Savunman için bravo, gibi örnekler görülmektedir.

Düzeltici geribildirimler sporcuda, harekin kalitesi veya performans açısından incelemesi ile geribildirim sunar. “Kolunu biraz daha uzat, son adımını biraz daha ileri at” gibi performansın düzeltilmesi ile ilgilenirken, değer ifadelerinde beceriyi uygulayan kişiyi etkileyebilmek asıl hedef olarak görülmektedir.

Değer ifadeleri olumlu ve olumsuz olarak verilebilir. Olumlu ya da olumsuz olması kişinin uygulamış olduğu hareket ile ilgili eğitmenlerin düşüncelerini yansıtmaktadır.

Değer ifadelerini veren eğitmenlerin geribildirim sıklığına ve veriliş şekline dikkat etmeleri gerektiği belirtilmektedir (Mosston, 2000).

Yansız İfadeler

Eğitmenler herhangi bir değer ifadesi kullanmadan sporcuya veya uygulayıcıya yapmış olduğu hareketin performansını iletmesidir. Yansız geribildirim verilirken düzeltici bir ifade de kullanılmamalıdır. Yansız geribildirim verilirken ses tonu veya vücut hareketleri geribildirimi bozabilmektedir.

- Serbest atışta 5 atış isabetin var.
- Merdivenleri 15 saniyede çıktın.
- Amuda kalktığını gördüm, gibi cümleler ile yansız geribildirimler kullanılmaktadır.

Yansız geribildirim fazla kullanıldığı zaman beceriyi uygulayan kişi düzeltilmeyi bir miktar beklediği için kendini beceriyi öğrenirken yalnız olarak görebilmektedir (Mosston, 2000).

Belirsiz İfadeler

Belirsiz geribildirim kullanılması, beceriyi uygulayan kişide performansı ile ilgili yeterince anlaşılabilir ifadeler olarak görülmemektedir. Bir hareket sonrası, sporcuya, “fena değildi, idare eder, bir daha dene” gibi geribildirimler verildiğinde, hareketi uygulayan kişide sergilediği performansın doğru mu ya da yanlış mı gibi sorularına cevap bulunamamasına sebebiyet vererek uygulayıcının performansının gelişimine olumsuz olarak yön verebilmektedir (Mosston, 2000).

Spor Alanında Yapılmış Geribildirim Araştırmaları

Sözel ve görsel geribildirimin hentbolde smaç erişişi üzerine etkisinin incelendiği araştırmada, ilköğretimde öğrenim gören 38 öğrencinin katılımı ile ön test-son test deney deseni kullanılmıştır. Verileri toplamak

için bilişsel alanda çoktan seçmeli test, devinişsel alanda dereceleme ölçeği kullanılmış, grupların bilişsel ve devinişsel alan erişi puanları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Sonuç olarak, görsel geribildirim ve materyal kullanımının, hentbolde sıçrayarak atış becerisinin öğretiminde anlamlı bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir (Mutlu, 2004).

Beden eğitimi ve spor derslerinde geribildirim kullanımının 2827 öğretmenin değerlendirilmesini inceleyen bir araştırmada, cinsiyetin, yaşın geribildirim veriliş şekilleri, geribildirim ifadeleri, geribildirim özellikleri alt boyutlarında ve hizmet yılına göre geribildirim veriliş şekilleri ve geribildirim ifadeleri alt boyutlarında geribildirim kullanımındaki farkların anlamlı çıktığını belirtilmiştir (Kangalgil, 2013).

Görsel ve sözel geribildirimin voleybolda smaç tekniğinde 30 kız ve 30 erkek öğrencinin katılımı ile erişi üzerine etkisini görmek amacıyla dört hafta süre ile görsel geribildirim ve sözel geribildirim kullanarak voleybolda smaç tekniğinin öğretilmesinde geribildirim kullanılmamasından daha etkili olduğu belirtilmektedir (İlker ve Koruç, 2009).

Beden eğitimi derslerinde istenmeyen öğrenci davranışları, öğretmenlerin sözel geribildirim biçimi ve geribildirim biçiminin öğrenci başarı güdüsüne olan etkisini inceleyen araştırmada; 24 beden eğitimi öğretmeni ve 255 öğrencinin katılımıyla, beden eğitimi öğretmenleri derste ilk sırada öğrencilerin derse uygun olmayan kıyafetle gelmelerini istenmeyen öğrenci davranışı olarak görüp olumsuz tepki vermektedirler. Öğrencilerin %20'si istenmeyen davranışlar karşısında öğretmenlerin olumsuz geribildirim verdiklerini, öğretmenler sözel geribildirim verirken en fazla "geri zekalı, salak, dengesiz, özürlü, soytarı, serseri" biçiminde ifadeler kullandıkları belirtilmiş olup öğretmenlerin istenmeyen öğrenci davranışları karşısında verdikleri geribildirim biçimleri ile başarı güdüsü puanı arasında anlamlı bir fark olduğu belirtilmiştir (Pehlivan, 2012).

Beden eğitimi derslerinde kullanılan farklı geribildirimlerin erişi ve kalıcılığa etkisinin incelendiği bir araştırmada, 8. sınıfta sözel, görsel, sözel+görsel ve kontrol grupları olarak oluşturulan gruplarda 80 öğrenci ile basketbolda turnike ve sıçrayarak şut becerilerinin incelenmesi sonucunda, bilişsel alanda, sözel ve kontrol, görsel ve kontrol grupları arasındaki farklar anlamlı bulunmazken diğer gruplar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur. Devinişsel alan sıçrayarak şut erişi puanlarında, görsel ve kontrol, sözel ve görsel gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmazken diğer gruplar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur. Turnike erişi puanlarında görsel ve kontrol grubu arasındaki fark anlamlı bulunmazken diğer gruplar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur. Sıçrayarak şut kalıcılık puanlarında, sözel ve görsel gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmazken diğer gruplar arasındaki farklar anlamlı bulunmuştur. Turnike kalıcılık

puanlarında tüm gruplar arasındaki fark anlamlı bulunmuştur. Sonuçta, beden eğitimi derslerinde kullanılan farklı tür geribildirimin başarıya etkisinin olduğu, en fazla etkinin sözel+görsel geribildirim grubunda olduğu çalışmada belirtilmiştir (Kangalgil ve Demirhan, 2013).

Pekiştireç ve geribildirim ile işlenen serbest cimnastik ve halk oyunları ünitelerinin bilişsel ve devinişsel alanlardaki erişi düzeylerine etkisini incelemek için yapılan araştırmada, 11 hafta süren beden eğitimi derslerinin sonucunda, araştırma grubuna pekiştireç ve geribildirim ile hazırlanan halk oyunları ve serbest cimnastik program uygulanırken, kontrol grubuna ise geribildirim verilmemiştir. Kontrol ve araştırma gruplarının her ikisinde de bilişsel ve devinişsel alanda anlamlı düzeyde gelişim gösterdiğini, her iki grubun serbest cimnastik ve halk oyunları ünitelerinde devinişsel alan erişi düzeyleri karşılaştırıldığında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark elde edildiğini, bunun yanında bilişsel alanda iki ünitede de istatistiksel açıdan anlamlı bir farkın olmadığını belirtilmiştir (Mirzeoğlu, 2007).

Çocuklarda çeşitli görsel geri bildirim gecikme sürelerinin motor beceri edinimi ve hatırlamaya etkisine yönelik diğer bir çalışmada, farklı zaman aralıklarıyla uygulanan görsel geri bildirim gecikmelerinin 8'i kız 32 sağlıklı ergenlik öncesi çocukta, motor beceri edinimi ve hatırlamaya etkisine yönelik yapılan araştırma sonucunda, edinim aşamasında grupların tamamında zamana bağlı olarak çalışma ilerledikçe anlamlı fark saptanmış olup sadece 6sn gecikmeli geribildirim verilen grubun 12 dakika sonraki hatırlama testlerinde sergilediği performans düşüşü anında geri bildirim verilen grupla karşılaştırıldığında anlamlı olarak daha az çıkmıştır. Araştırma grubundaki çocukların beceri öğrenimi için uygun geri bildirim gecikmesi aralığının 6sn olduğu açıklanmıştır (Karlı ve Koruç, 2002).

Sözel geribildirimin ve öz denetimin temel basketbol beceri öğrenimi üzerine etkisinin incelendiği bir çalışmada, ilköğretim okulu 4. ve 5. sınıf öğrencilerinden toplamda 75 öğrenci ile yapılmıştır. Sözel geribildirim grubu, bireysel değerlendirme alan grubu ve hem bireysel değerlendirme alan hem de sözel geribildirim alan grubu ile kontrol grubu olmak üzere dört gruba ayrılmıştır. Alıştırma aşamasında bireysel değerlendirme alan öğrenciler diğer öğrencilere göre en kötü performansı sunmuşlardır. Kalıcılık aşamasında ise, sözel geribildirim alan öğrencilerin top sürme ve turnike sayıları diğer gruplarda bulunan öğrencilerden çok daha iyi olduğu belirtilmiştir (Müftüler, 2005).

İşitsel, görsel+sözel ve görsel geribildirimin, top sürme ve turnike becerilerinin öğrenimine etkisini inceleyen araştırmada, ilköğretim 3. sınıf öğrencilerinden rastgele gruplar oluşturularak 24 erkek ve 21 kız öğrenci

ile toplamda 45 öğrencinin katılımıyla 8 gün süre ile yapılmıştır. Çalışma sonunda katılımcıların hatırlama testi verilerine göre, görsel+sözel geribildirim grubundaki kalıcılık, sadece görsel ve sadece sözel geribildirim alan gruplardan, aynı zamanda sözel geribildirim grubu görsel geribildirim grubundan anlamlı olarak daha yüksek çıktığını belirterek, toplamdaki ön test ve son test verileri gruplarda görsel-sözel grubun en üstün gelişimi gösterdiğini bunun yanında sadece görsel geribildirim alan grubun ise en az gelişmeyi gösterdiği de ayrıca belirtilmiştir (Akıncı, 2004).

Voleybol öğretiminde geribildirimin smaç ve blok becerileri gelişimine etkisinin incelendiği bir çalışmada, 36 erkek ve 52 kadın olarak toplamda 88 öğrencinin katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Görsel geribildirim alan gruptaki katılımcıların sözel, görsel+sözel, kontrol grubuna göre daha başarılı olduğu görülmektedir. Voleybol öğretiminde öncelikle görsel geribildirimin daha sonrada video ve eğitmen tarafından verilen görsel+sözel geribildirimin blok ve smaç becerilerinin gelişimine etkisi olduğu belirtilmektedir (Çelenk, 2014).

KAYNAKLAR

Akıncı, Y. (2004). *Effects of visual, verbal, visual verbal feedback on learning of dribbling and lay up skill.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Orta Dogu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Çelenk, B. (2014). *Voleybol öğretiminde geribildirimin smaç ve blok becerileri gelişimine etkisi.* Yayımlanmış doktora tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

İlker, A. & Koruç, Z. (2009). Sözel ve görsel geribildirimlerin voleybolda smaç erişisi üzerine etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, *20*(3), 90-96.

Kangalgil, M. (2013). Beden eğitimi ve spor derslerinde dönüt kullanımının öğretmen boyutuyla değerlendirilmesi. *Eğitim ve Bilim*, *38*(170).

Kangalgil, M., & Demirhan, G. (2013). Beden eğitimi derslerinde kullanılan farklı tür dönütlerin erişi ve kalıcılığa etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *44*(44), 189-197.

Karlı, Ü., Koruç, Z. ve Aslan, A. (2002). Çocuklarda çeşitli görsel geri bildirim gecikmesi sürelerinin motor beceri edinimi ve hatırlamaya etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, *13*(3), 02-13.

Magill, R. A. (2010). *Motor learning and control: concepts and applications*. Boston: McGraw-Hill, 2010.:111.

Magill, R. A., & Anderson, D. (2007). *Motor learning and control: Concepts and applications* (Vol. 11). New York: McGraw-Hill.

Mirzeoğlu, D. E., Palas, İ., Özcep, C. ve Aparslan, S. (2007). Pekiştireç ve dönüt ile işlenen serbest cimnastik ve halk oyunları ünitelerinin bilişsel ve devinişsel alanlardaki erişi düzeylerine etkisi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, *5*(1), 29-36.

Mosston, M., & Ashworth, S. (2000). *Beden eğitimi öğretimi,* (E. Tüzemen, Çev.). Ankara: Bağırgan yayımevi.

Mutlu, Ş., Demirhan, G. ve Şahin, R. (2004). Hentbolde sıçrayarak atış tekniğinin öğretiminde görsel dönüt ve materyal kullanımının erişiye etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *26*(26).

Müftüler, M. (2005). *Effects of verbal feedback and self-evaluation on learning fundamental basketball skills.* Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Orta Dogu Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Pehlivan, Z. (2012). Beden eğitimi derslerinde istenmeyen öğrenci davranışları, öğretmenlerin sözlü dönüt biçimi ve dönüt biçiminin ögrenci başarı güdüsüne etkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, *23*(3), 144-158.

William, D. (2016). The secret of effective feedback. *Educational Leadership*, (7), 10.

SPOR VE BİLİM - 3

gece kitaplığı

www.gecekitapligi.com

/gecekitapligi
/gecekitapligi
/gecekitap

9 786257 793285