SPOR BİLİMLERİNDE DİSİPLİNLER ARASI YAKLAŞIMLAR

Editörler:
Doç.Dr. Gökhan ARIKAN
Dr. Öğr. Üyesi Uğur İNCE



Gazi Kitabevi

SPOR BİLİMLERİNDE DİSİPLİNLER ARASI YAKLAŞIMLAR

SPOR BİLİMLERİNDE DİSİPLİNLER ARASI YAKLAŞIMLAR

Editörler:
Doç.Dr. Gökhan ARIKAN
Dr. Öğr. Üyesi Uğur İNCE

Gazi Kitabevi

"En İyi Akademi, Bir Kitaplıktır."

SPOR BİLİMLERİNDE DİSİPLİNLER ARASI YAKLAŞIMLAR

Editörler:
Doç.Dr. Gökhan ARIKAN
Orcid No: 0000-0001-8491-1941
Dr.Öğr.Üyesi Uğur İNCE
Orcid No: 0000-0002-0997-902X

© Gazi Kitabevi Tic. Ltd. Şti.

Bu kitabın Türkiye'deki her türlü yayın hakkı Gazi Kitabevi Tic. Ltd. Şti'ne aittir, tüm hakları saklıdır. Kitabın tamamı veya bir kısmı 5846 sayılı yasanın hükümlerine göre, kitabı yayınlayan firmanın ve yazarlarının önceden izni olmadan elektronik, mekanik, fotokopi ya da herhangi bir kayıt sistemiyle çoğaltılamaz, yayınlanamaz, depolanamaz.

ISBN • 978-625-365-761-1

Baskı • Aralık, Ankara 2024

Dizgi/Mizanpaj • Gazi Kitabevi
Kapak Tasarım • Gazi Kitabevi

Gazi Kitabevi Tic. Ltd. Şti.
Yayıncı Sertifika No: 44884

Merkez
Bahçelievler Mah. 53. Sok. No: 29 Çankaya/ANKARA
0.312 223 77 73 - 0.312 223 77 17
0.544 225 37 38
0.312 215 14 50
www.gazikitabevi.com.tr
info@gazikitabevi.com.tr

Sosyal Medya
gazikitabevi
gazikitabevi
gazikitabevi

ÖNSÖZ

Sporda Disiplinlerarası Yaklaşımlar başlıklı bu kitap, spor bilimlerinin geniş ve dinamik alanı içinde farklı disiplinleri bir araya getirme amacıyla hazırlanmıştır. Bu nedenle farklı üniversitelerden yazarların desteklekleri ile yazılan ve uluslararası alanda yer bulunacağına inandığımız bu kitab; hareket ve antrenman bilimleri, beslenme ve sağlık bilimleri, spor yönetimi, sporda psikososyal alanlar rekreasyon bilimleri, sporda dijitalleşme ve sporda yapay zeka gibi çeşitli disiplinler arası alanları kapsamaktadır.

Bu eser, spor bilimlerinin farklı alanlarında çalışan akademisyenler, öğrenciler ve profesyoneller için değerli bir kaynak olmayı hedeflemektedir. Disiplinlerarası yaklaşımları ve alandaki son gelişmeleri sunarak, spor bilimlerine katkıda bulunmayı amaçlıyoruz.

Kitabın hazırlanmasında emeği geçen tüm yazarlarımıza ve katkıda bulunanlara teşekkür eder, okuyucularımıza faydalı olmasını dileriz.

Editör

İÇİNDEKİLER

1. Bölüm: Spor ve Hukuk **1**

Dr. Araştırma Görevlisi Fahriye Esra BAŞYİĞİT GÖNENDİ

2. Bölüm: Rekreasyonda Yeni Yaklaşımlar **13**

Doç. Dr. Osman Tolga TOGO
Doç. Dr. Arda ÖZTÜRK

3. Bölüm: Sporda Yapay Zeka Kullanımı ve Performans İlişkisi **25**

Doç. Dr. Arda ÖZTÜRK
Doç. Dr. Osman Tolga TOGO

4. Bölüm: Dijital Sporlar, Sanal Gerçeklik Oyunları, Metaspor ve E-Spor: Sporun Dijitalleşme Süreci **36**

Dr. Öğr. Üyesi F. Harun TURHAN
Dr. Öğr. Üyesi Uğur İNCE

5. Bölüm: Kadın Atlet Üçlemesi: Sağlık Üzerindeki Etkileri ve Müdahale Yöntemleri **45**

Dr. Öğr. Üyesi Cansu Çoban

6. Bölüm: İskelet Kas Yaralanmalarında Satellite Hücrelerin Görevi ve Spordaki Önemi **59**

Dr. Öğr. Üyesi Cansu ÇOBAN
Doç.Dr. Yakup AKTAŞ

7. Bölüm: Alzheimer Hastalarında Terapötik Rekreasyon **73**

Zeynep Senem SÖYLEYİCİ ÖCAL
Didem YAZAR

8. Bölüm: Masa Tenisinde Doğru Raket Seçimi **85**

Prof. Dr. İsmail GÖKHAN

9. Bölüm: Farklı Yönleriyle Masa Tenisi **95**

Prof. Dr. İsmail GÖKHAN

10. Bölüm: Hareket Eğitimi ve Sporda İmgeleme **107**

Doç. Dr. Hulusi ALP

11. Bölüm: Sporda Hedef Belirleme ve Motivasyon **117**

Doç. Dr. Hulusi ALP
Araştırma Görevlisi Didem YAZAR

12. Bölüm: Çocuklarda Yetenek Seçimi ve Spora Katılımın Önemi **131**

Dr. Mahmut ÖZDİNÇ

Dr. Öğr. Üyesi Emrah YILMAZ

13. Bölüm: Otizm Spektrumlu Bireylerin Temel Hareket Becerilerin Gelişiminde Su Terapisinin Rolü – (HALLİWİCK METODU) **143**

Doç. Dr. Gökhan ARIKAN

14. Bölüm: Voleybolda İstatistiğin Önemi **153**

Doç. Dr. Yakup AKTAŞ

12. Bölüm: Çocuklarda Yetenek Seçimi ve Spora Katılımın Önemi

Dr. Mahmut ÖZDİNÇ[1]

Dr.Öğr.Üyesi Emrah YILMAZ[2]

GİRİŞ

Gelişim çağındaki çocukların sağlıklı ve dengeli bir şekilde büyümesi ve gelişmesi, toplamların geleceği açısından büyük öneme sahiptir. Bu nedenle, çocukların fiziksel, davranışsal ve motor becerilerinin desteklenmesi, ebeveynlerin ve eğitimcilerin öncelikli hedeflerindendir. Son yıllarda, çocukluk döneminde başlanan spor okullarının bu hedeflere ulaşmada önemli bir rol oynadığı giderek daha fazla kabul görmektedir. Çocukların spor okullarına katılımı, sadece bedensel sağlıklarını geliştirmekle kalmayıp aynı zamanda sosyal becerilerini, özgüvenlerini ve disiplinlerini de artırabilir. Bu bağlamda, çocuklarda spor okuluna katılımın sağladığı faydaların incelenmesi hem ebeveynlerin hem de antrenörlerin stratejik kararlar almasında önemli bir rol oynayabilir. Ayrıca birçok spor dalında şampiyonlukların giderek daha küçük yaşta sporcular tarafından kazanıldığını görmekteyiz. Başta cimnastik sporu olmak üzere; birçok spor dalında çok belirgin olarak çok genç yaştaki sporcuların üstün başarı elde ettikleri günümüz sporunun bir gerçeğidir. Kısaca çocuklar açısından spor "hem fiziksel gelişim hem de sosyal açıdan önemlidir. Çocuk spor yoluyla, çevresini tanır, iletişim kurar, kendine olan özgüveni artar, toplum içerisinde sahip olduğu yerini sağlamlaştırır. Psikolojik açıdan ise, kendini kontrol etme, bir konuya konsantre olabilme, iradesini kullanabilme, başarıya güdülenme gibi birçok olumlu gelişim gösterir. Küçük yaşta öncelikle

[1] 0000-0003-3277-2980, Egzersiz ve Spor Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta/TÜRKİYE

[2] 0000-0002-3664-8509, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Spor Bilimleri Fakültesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta/TÜRKİYE

doğru yetenek taramaları ile doğru branşlaşmaya yönlendirmenin önemi ile ilgili çalışmalar literatürde yer almaktadır (Bayraktar, 2019.; Tekçe ve Çoban, 2022).

Çocuklarda Yetenek Seçimi

Çocuklarda yetenek seçimi, bireylerin fiziksel ve zihinsel becerilerine uygun alanlarda gelişimini desteklemek amacıyla yapılan önemli bir değerlendirme sürecidir. Özellikle spor, sanat ve akademik alanlarda yetenekli bireylerin erken yaşta belirlenmesi, bu bireylerin yeteneklerini en üst düzeye çıkarmalarına olanak tanır.

Yetenek seçimi sürecinde, özellikle fiziksel performans testleri, psikolojik değerlendirmeler ve bireylerin ilgilerine yönelik anketler yaygın olarak kullanılmaktadır. Örneğin, spor dallarında çocukların fiziksel kapasite ve becerilerini belirlemek için esneklik, kuvvet, hız ve dayanıklılık gibi ölçümler yapılmaktadır. Bu yöntemler, bireylerin farklı spor dallarına yatkınlığını belirlemek için bilimsel veriler sağlamaktadır (Cumming vd.2017).

Çocuklarda yetenek seçiminde biyolojik, psikolojik ve çevresel faktörler etkili rol oynamaktadır. Biyolojik faktörler, genetik yatkınlık, yaş, cinsiyet gibi özellikleri içerirken; psikolojik faktörler, motivasyon, kendine güven ve stres yönetimi gibi özelliklerle ilgilidir. Çevresel faktörler ise aile, sosyal çevre ve eğitim ortamları gibi dış etkenlerden oluşmaktadır (Abbott vd.2005). Çocukların bu faktörlerin ışığında doğru bir şekilde değerlendirilmesi, başarılı bir yetenek seçim süreci için kritik öneme sahiptir. Son yıllarda yapılan araştırmalar, yetenek seçiminde multidisipliner yaklaşımların önemini vurgulamaktadır. Çocukların tek bir özellik üzerinden değil, fiziksel, psikolojik ve sosyal tüm yönleriyle değerlendirilmesi, uzun vadede başarılı bireyler yetiştirilmesine katkı sağlamaktadır. Bu bağlamda, birçok ülkede yetenek seçimi programları geliştirilmiş ve uygulamaya konulmuştur. Örneğin, Avustralya'da yürütülen geniş çaplı yetenek seçim programları, erken yaşta belirlenen yetenekli çocukların gelişimini uzun vadede desteklemektedir (Vaeyens vd.2008). Çocuklarda yetenek seçimi, bireylerin erken yaşta yeteneklerinin belirlenmesi ve geliştirilmesi açısından büyük önem taşımaktadır. Bu süreçte biyolojik, psikolojik ve çevresel faktörlerin göz önünde bulundurulması gerekmektedir. Bilimsel ve sistematik yöntemlerin kullanılması, çocukların ilgi ve becerilerine en uygun alanlara yönlendirilmelerini sağlayarak topluma katkı sunmalarına olanak tanır.

Spor Okullarına Katılımın Faydaları

Spor Okullarının Rolü ve Önemi

Spor okulları, çocukların hayatında önemli bir rol oynar ve birçok yönden değerli katkılar sağlar. Spor okulları, genellikle çocukların erken yaşlardan itibaren spor yapma alışkanlığı kazanmalarını teşvik eder ve belirli bir spor dalında ustalaşma fırsatı sunar (Pişkin, Şengür & Aktuğ, 2020). Ancak, spor okullarının önemi sadece spor becerilerini geliştirmekle sınırlı değildir. Aynı zamanda çocukların kişisel, sosyal ve akademik gelişimine de katkı sağlarlar (Bailey vd.2009). Çocuklar, spor okullarında disiplin ve sorumluluk gibi değerli karakter özelliklerini öğrenirken, aynı zamanda takım çalışması ve liderlik becerilerini de geliştirirler. Bu ortamlarda, çocuklar kendilerini ifade etme ve başkalarını anlama fırsatı bulurlar, bu da empati ve iletişim becerilerini güçlendirir (Holt vd.2009). Spor okullarının aynı zamanda çocukların özgüvenini artırdığı da bilinmektedir (Fraser-Thomas vd.2005). Başarı elde etme ve hedeflere ulaşma sürecinde yaşadıkları deneyimler, çocukların kendilerine olan inançlarını güçlendirir ve yaşamları boyunca başarıya giden yolda onlara güçlü bir temel oluşturur (Gould vd.2007). Dahası spor okulları çocukların fiziksel sağlığını destekler ve obezite gibi sağlık sorunlarının önlenmesine yardımcı olur (Janssen & LeBlanc, 2010; Hills, Andersen & Byrne, 2011; Strong vd.2005). Düzenli olarak yapılan fiziksel aktivite, çocukların vücutlarını güçlendirir, dayanıklılıklarını artırır ve genel sağlık durumlarını iyileştirir (Çimen, 2023a). Bu nedenle, spor okullarının çocuklar üzerindeki rolü ve önemi oldukça geniş kapsamlıdır ve sadece spor alanında değil, yaşamlarının birçok farklı alanında olumlu etkiler bırakır.

Çocuklarda Spora Katılımın Psikososyal Gelişimine Etkisi

Çocukluk dönemi, hayatın en kritik ve şekillendirici evrelerinden biridir. Bu dönemde edinilen deneyimler, ilerleyen yaşamda bireyin kişisel gelişimi, davranışları ve ilişkileri üzerinde derin etkiler bırakır (Siegel vd.2012; Söyleyici ve Zorba, 2020). Son yıllarda, çocukluk döneminde spor aktivitelerine katılımın psikososyal gelişim üzerindeki etkileri üzerine yapılan araştırmalarda artış gözlenmektedir. Araştırmalar, sadece fiziksel sağlık açısından değil, aynı zamanda zihinsel ve duygusal sağlık açısından da sporun çocuklar üzerinde önemli bir rol oynadığını göstermektedir (Yogman vd.2018; Nieman, 2002).

Spor aktiviteleri, çocuklara yalnızca bedensel becerileri geliştirme fırsatı sunmakla kalmaz, aynı zamanda kendilerine olan güvenlerini artırır. Sporda başarı elde etme deneyimi, çocukların özsaygı ve özgüvenlerini pekiştirirken, hedeflere odaklanma ve kararlılık gibi önemli özelliklerin

gelişimine de katkı sağlar (Özbek, Yoncalık & Alıncak, 2017). Spor aktiviteleri sırasında yaşanan zorluklar, çocukların problem çözme becerilerini ve stres yönetimini öğrenmelerine yardımcı olur. Bu deneyimler, onların yaşamın farklı alanlarında karşılaşacakları zorluklarla başa çıkmalarını sağlayacak güçlü bir temel oluşturur (Bayıroğlu & Pepe). Ayrıca, takım sporları gibi aktiviteler, çocukların sosyal becerilerini geliştirmelerine olanak tanır. Takım içinde iş birliği yapma, empati kurma ve liderlik gibi beceriler, çocukların sosyal çevreleriyle uyum içinde olmalarını ve toplumsal ilişkilerini güçlendirmelerini sağlar. Bu tür aktiviteler, çocuklara ekip çalışması ve paylaşma kavramlarını öğretirken, aynı zamanda birlikte kazanmanın ve kaybetmenin önemini de anlamalarına yardımcı olur (Li & Shao, 2022).Tüm bu nedenlerle, çocuklarda sporun psikososyal gelişim üzerindeki etkilerini anlamak, ebeveynlerin ve eğitimcilerin dikkatle üzerinde durduğu bir konudur. Sporun, çocukların bedensel, zihinsel ve duygusal sağlığını desteklediği ve onları güçlü, dengeli bireyler olarak yetiştirmeye katkı sağladığı açıktır (Bidzan-Bluma & Lipowska, 2018)..

Spor Okullarının Çocukların Sosyal Becerilerine Katkısı

Spor okullarının, çocukların sosyal becerilerine katkısı, geniş bir perspektiften ele alındığında, onların hayatlarında köklü ve olumlu etkiler bırakan bir faktördür (Stoner, 2011). Spor okulları, çocuklara spor alanında ustalık kazandırmakla kalmaz, aynı zamanda birlikte çalışma, empati, liderlik ve iletişim gibi temel sosyal becerilerin de gelişimine olanak tanır (Le Phuoc Quang (2023). Sporun, takım ruhuyla birlikte oynanan oyunlar veya bireysel performanslar aracılığıyla, çocukların birbirlerini desteklemeyi, motive etmeyi ve bir amaca doğru ilerlemeyi öğrenmelerine yardımcı olduğu görülür (Bullard, 2014). Bu süreç, çocukların kendilerini ifade etme, duygusal kontrol, problem çözme ve stres yönetimi gibi yaşamsal becerileri geliştirmelerine de olanak tanır (Coskuner vd.2021). Ayrıca, spor okullarındaki antrenmanlar, maçlar ve etkinlikler, çocukların sosyal ilişkiler kurmalarını, arkadaşlık bağları oluşturmalarını ve toplumlarına aktif bir şekilde katılmalarını teşvik eder (Fernandes vd.2024). Bu ortamlarda, çocuklar farklı arka planlardan gelen yaşıtlarıyla bir araya gelerek kültürel çeşitliliği, deneyimler ve kapsayıcı bir ortamda büyümeyi öğrenirler (Sherry, & Raw, 2024). Sonuç olarak, spor okullarının çocukların sosyal beceri gelişimine olan katkısı, onların sadece spor sahalarında değil, yaşamlarının her alanında daha dengeli, empatik ve başarılı bireyler olmalarına yardımcı olur (Elik, 2017).

Çocuklarda Spora Katılımın Akademik Performans Üzerindeki Etkisi

Çocukların spor aktivitelerine katılımının akademik performansları üzerindeki etkisi, son yıllarda artan bir ilgiyle araştırılan bir konudur. Spor, çocukların sadece bedensel sağlıklarını geliştirmekle kalmaz, aynı zamanda bilişsel, duygusal ve sosyal gelişimlerine de önemli katkılarda bulunur (Howie & Pate, 2012). Sporun çocukların akademik başarılarına olan etkisi, birçok farklı mekanizma aracılığıyla gerçekleşir. Öncelikle, düzenli spor aktiviteleri çocuklarda disiplin, sorumluluk, odaklanma ve zaman yönetimi gibi kritik becerilerin gelişimini destekler. Spor, belirli bir hedefe ulaşmak için gereken çaba ve kararlılık gibi önemli özellikleri pekiştirir ve çocuklara uzun vadeli başarılar için gerekli olan tutarlılık ve azmi öğretir. Ayrıca, spor aktiviteleri çocukların öğrenme motivasyonunu artırır ve öğrenme deneyimlerini daha keyifli hale getirir. Spor, çocuklara yarışma ve hedef belirleme gibi önemli kavramları öğretirken, aynı zamanda başarılı olma arzusuyla öğrenmeye olan ilgilerini artırır (Trudeau & Shephard, 2008). Bununla birlikte, spor aktiviteleri çocukların stresle başa çıkma becerilerini geliştirir ve akademik baskı altında daha etkili bir şekilde performans göstermelerine yardımcı olur (Yılmaz, Özdinç & Aydemir, 2021). Spor, stres hormonlarının azaltılmasına ve ruh halinin iyileştirilmesine katkıda bulunarak, çocukların dengeli bir zihinsel duruma sahip olmalarını sağlar (Yalçınkaya, 2023). Tüm bu faktörlerin bir araya gelmesiyle, sporun çocukların akademik performansı üzerindeki olumlu etkileri giderek daha belirgin hale gelmektedir (Mücevher, Demirgil & Erdem, 2016). Bu nedenle, çocukların spor aktivitelerine katılımını teşvik etmek ve desteklemek, sadece fiziksel sağlık açısından değil, aynı zamanda bilişsel ve akademik gelişimleri açısından da önemli bir stratejidir (Donnelly vd.2016; Bryant, 2022).

Spor Okullarının Aile ve Çevreyle İlişkilendirilmesi

Spor okulları, çocukların aileleri ve çevreleriyle olan ilişkilerini güçlendirmede kritik bir rol oynar Spor okulları, çocuklara spor yapma fırsatı sunmanın ötesinde, aynı zamanda ailelerin, çocuklarının spor deneyimlerine katılımını teşvik eder ve aileleri spor etkinliklerine dahil eder. Spor okullarında yapılan antrenmanlar ve maçlar, ebeveynlerin çocuklarının performansını izlemeleri ve onları desteklemeleri için önemli bir fırsat sunar. Ebeveynlerin çocuklarının gelişimlerini yakından takip etmelerini ve onlarla birlikte vakit geçirmelerini sağlar, bu da aile bağlarını güçlendirir. Ayrıca spor okullarının düzenlediği turnuvalar ve etkinlikler, aileleri bir araya getirir ve ortak bir amaca yönelik birlikte heyecanlanma ve kutlama fırsatı sunar Bu tür etkinlikler, aileler

arasında bağları kuvvetlendirir ve birlikte yaşanan deneyimler üzerinden derinleşir. (Mamak & Koç, 2011).

Çocuklar, aileleriyle birlikte spor yapmanın ve başarılarını paylaşmanın verdiği güvenle kendilerini daha değerli hissederler. Ayrıca, aileleriyle paylaştıkları deneyimler, çocukların duygusal gelişimine katkıda bulunur ve aileleriyle daha güçlü bir bağ kurmalarına olanak tanır. Sonuç olarak, spor okullarının aile ve çevreyle ilişkilendirilmesi, çocukların sağlıklı bir aile ortamında büyümelerine ve güçlü sosyal ilişkilere sahip olmalarına katkı sağlar. Bu nedenle, spor okullarının ailelerle etkileşimini teşvik etmek ve desteklemek, çocukların sağlıklı bir şekilde gelişmesine ve mutlu bir çocukluk yaşamalarına yardımcı olabilir (Göktaş &Yetim, 1996).

Farklı Spor Branşlarının Çocuk Gelişimine Etkisi

Her bir spor dalının, çocukların fiziksel, zihinsel ve sosyal yeteneklerini farklı şekillerde desteklediği yapılan çalışmalarla görülmektedir (Çimen vd.2024; Sportlomo, 2023; Kulak vd.,2011). Örneğin, takım sporları, çocuklara grup içinde iş birliği yapma, empati kurmayı ve sorumluluk almayı, liderlik becerilerini geliştirme ve takım ruhu oluşturma fırsatı sunarken aynı zamanda kazanma ve kaybetme konusunda duygusal deneyimler yaşamalarına olanak tanır (NCBI, 2024; Asisoccers.com, 2024). Bireysel sporlar ise çocuklara öz disiplin, odaklanma ve kendi kendilerine motivasyon geliştirme becerilerini kazandırırken, aynı zamanda kişisel sorumluluk almayı öğrenmelerine yardımcı olur. Bireysel sporlar, çocukların konsantrasyon becerilerini geliştirebilir ve problem çözme yeteneklerini artırabilir. Örneğin, masa tenisi gibi hızlı refleks gerektiren sporlar, çocukların reflekslerini ve odaklanma yeteneklerini geliştirebilir Öte yandan, farklı spor dallarının fiziksel etkileri de önemlidir. Örneğin, yüzme gibi su sporları çocuklara su güvenliği sağlarken, aynı zamanda vücutlarını dengelemeyi ve koordinasyonlarını geliştirmelerine yardımcı olur(Aysan vd., 2018). Futbol veya basketbol gibi takım sporları ise çocuklara hız, çeviklik ve dayanıklılık kazandırırken, aynı zamanda stratejik düşünme yeteneklerini de geliştirir (Li ve Shao, 2022). Her çocuk farklı olduğu için, hangi spor branşının bir çocuğun gelişimine en uygun olduğu bireysel farklılıklara bağlıdır. Önemli olan, çocuğun ilgi alanlarına ve yeteneklerine uygun bir spor aktivitesi seçmektir. Ayrıca, sporun eğlenceli ve destekleyici bir ortamda yapılması, çocuğun spor yapma alışkanlığını sürdürmesine ve gelişimine olumlu katkıda bulunmasına yardımcı olabilir. Bu nedenle, çocukların farklı spor dallarına katılımı, çok yönlü bir gelişim sağlayarak onların sağlıklı, dengeyi ve

kendine güveni yüksek bireyler olarak yetişmelerine önemli katkılar sağlayabilir (Çimen, 2023b).

Çocuklarda Spor Okulu Programlarının İyileştirilmesi İçin Öneriler

Çocuklarda spor okulu programlarının iyileştirilmesi, hem çocukların fiziksel ve zihinsel sağlığını desteklemek, hem de onların spor yapmaya olan ilgisini ve katılımını artırmak için kritik öneme sahiptir. Öncelikle, spor okulu programlarının içeriğinin çocukların yaşları, beceri seviyeleri ve ilgi alanlarına uygun şekilde düzenlenmesi gerekmektedir. Bu, çocukların motive olmalarını ve katılım göstermelerini sağlar. Ayrıca, programlarda çeşitlilik ve esneklik sağlanmalıdır, böylece çocuklar farklı spor dallarını deneyimleyebilir ve kendi yeteneklerine uygun olanları seçebilirler. Bu durum çocukların spor yaparken eğlenmelerini ve uzun vadeli olarak sporu sürdürmelerini teşvik eder (Piñeiro-Cossio, Fernández-Martínez, Nuviala, & Pérez-Ordás, 2021). Eğitimci ve antrenörlerin, sürekli eğitimi ve desteklenmeleri de önemlidir. Antrenörlerin, çocukların gelişimini destekleyecek en iyi yöntemleri ve stratejileri öğrenmelerini sağlar ve programların kalitesini artırır (Bateman, Lovell, Burke & Lastella, 2020). Ayrıca, spor okulu programlarının çocukların fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimini desteklemek amacıyla bütünsel bir yaklaşımla tasarlanması da gerekmektedir. Bu, çocukların sadece spor becerilerini değil, aynı zamanda karakter gelişimini ve sosyal becerilerini de güçlendirmelerine yardımcı olurken, bireyler arası iyi ilişkilerin kurulmasında ve devam ettirilmesinde çocukluktan başlayan spor yaşamı büyük önem taşımaktadır (Tamer, Uçan, Ozan, & Buzdağlı, 2017). Bu önerilerin uygulanmasıyla birlikte, spor okulu programlarının çocukların sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemelerine, spor yapmaya olan ilgilerini artırmalarına ve uzun vadeli olarak sporu sürdürmelerine yardımcı olması hedeflenmektedir.

KAYNAKÇA

Abbott, A., Button, C., Pepping, G. J., & Collins, D. (2005). Unnatural selection: Talent identification and development in sport. Nonlinear Dynamics, Psychology, and Life Sciences, 9(1), 61-88.

Asisoccers. (2024). Psychological benefits of team sports & social interaction. Asisoccers. Retrieved from https://asisoccers.com/psychological-benefits-of-team-sports-and-social-interaction

Aysan, H. A., Gökhan,İ., Aktaş,Y., Arıkan,G., &B. E. Çelikel (2018). Yüzme Temel Eğitim Çalışmalarında Eğitim Materyali Olarak Güvenlik Kemeri Kullanımının Öğrenme Sürecine Etkisi." Elektronik Eğitim Bilimleri Dergisi 7.14, 208-212.

Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & Education, B. P. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: An academic review. Research Papers in Education, 24(1), 1-27..

Bateman, J. E., Lovell, G. P., Burke, K. J., & Lastella, M. (2020). Coach education and positive youth development as a means of improving Australian sport. Frontiers in Sports and Active Living, 2, 591633.

Bayıroğlu, G. B., & Pepe, O. (2023). Spor Bilimleri öğrencilerinin sabır düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. In İ. Dalbudak (Ed.), Spor bilimlerinde araştırmalar (pp. 5-16). Ankara: Platanus Publishing.

Bayraktar, I. (2019). Geleneksel yetenek seçimi mi, uzun dönem sporcu gelişimi mi. Her Yönüyle Spor, 10-31.

Bidzan-Bluma, I., & Lipowska, M. (2018). Physical activity and cognitive functioning of children: A systematic review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 15(4), 800.

Bryant, L. M. (2022). Relations between sport participation, executive functioning, and academic skills in childhood (Master's thesis). Purdue University Graduate School.

Bullard, J. B. (2014). The structure of a team: The influence of goal setting type on intrinsic motivation, group cohesion, and goal achievement orientation of Division III female athletes. The Sport Journal, 17, unpaginated ref. 34.

Coskuner, Z., Büyükçelebi, H., Kurak, K., & Açak, M. (2021). Examining the impact of sports on secondary education students' life skills. International Journal of Progressive Education, 17(2), 292-304.

Cumming, S. P., Sherar, L. B., Malina, R. M., Macnamara, Á., Ribeiro, J., & Meeusen, R. (2017). Biobanding in sport: Applications to competition,

talent identification, and strength and conditioning of youth athletes. Strength & Conditioning Journal, 39(2), 34-47.

Çimen, M. (2023a). Fiziksel aktivite ve oyunlaştırma. In B. Koçyiğit & G. B. Bayıroğlu (Eds.), Spor bilimlerinde multidisipliner araştırmalar 2023 (pp. 231-270). İstanbul: Efe Akademi Yayınları.

Çimen, M. (2023b). Motor gelişim. In A. Kızılkaya Namlı (Ed.), Eğitimin kavramsal temelleri-8: Eğitim psikolojisi (pp. 153-172). İstanbul: Efe Akademi Yayınları.

Çimen, M., Bayıroğlu, G. B., & Dağlı, S. (2024). Eğitsel oyunlar ve çocuk. In M. Kaya (Ed.), Çocuk gelişiminde beden eğitimi, spor ve oyun gelişimi (pp. 113-140). İstanbul: Efe Akademi Yayınları.

Donnelly, J. E., Hillman, C. H., Castelli, D., Etnier, J. L., Lee, S., Tomporowski, P., ... & Szabo-Reed, A. N. (2016). Physical activity, fitness, cognitive function, and academic achievement in children: A systematic review. Medicine and Science in Sports and Exercise, 48(6), 1197-1222.

Elik, T. (2017). Güneydoğu Anadolu bölgesi futbol takımlarında amatör olarak futbol oynayan sporcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).

Fernandes, H. M., Costa, H., Esteves, P., Machado-Rodrigues, A. M., & Fonseca, T. (2024). Direct and indirect effects of youth sports participation on emotional intelligence, self-esteem, and life satisfaction. Sports, 12(6), 155.

Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. Physical Education & Sport Pedagogy, 10(1), 19-40.

Gould, D., Collins, K., Lauer, L., & Chung, Y. (2007). Coaching life skills through football: A study of award winning high school coaches. Journal of Applied Sport Psychology, 19(1), 16-37.

Göktaş, Z., & Yetim, A. (1996). Farklı sosyo ekonomik yapıdaki ortaöğretim kurumlarında okuyan öğrencilerin spora katılımını teşvik eden faktörler. Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 16(1), 157-170.

Hills, A. P., Andersen, L. B., & Byrne, N. M. (2011). Physical activity and obesity in children. British Journal of Sports Medicine, 45(11), 866-870.

Holt, N. L., Tamminen, K. A., Tink, L. N., & Black, D. E. (2009). An interpretive analysis of life skills associated with sport participation. Qualitative Research in Sport and Exercise, 1(2), 160-175.

Howie, E. K., & Pate, R. R. (2012). Physical activity and academic achievement in children: A historical perspective. Journal of Sport and Health Science, 1(3), 160-169.

Janssen, I., & LeBlanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 7, 1-16.

Kulak, A., Kerkez, F. İ., & Aktaş, Y. (2011). Zihinsel Antrenman Programının 10-12 Yaş Futbolcularda Bazı Motor Özelliklere Etkisi. Spor Bilimleri Dergisi, 22(3), 104-114. https://doi.org/10.17644/sbd.171372

Le Phuoc Quang. (2023). The impact of school sports on the development of students' social skills: Evidence in Vietnam. International Journal of Social Science and Education Research Studies, 3(7), 1408-1422.

Li, J., & Shao, W. (2022). Influence of sports activities on prosocial behavior of children and adolescents: A systematic literature review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(11), 6484.

Mamak, H., & Koç, H. (2011). Yaz spor okullarına katılan öğrencilerin sosyo-ekonomik durumlarının incelenmesi. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 13(3), 352-358.

Mücevher, M. H., Demirgil, Z., & Erdem, R. (2016). Sportif aktivitelerin akademik başarı üzerindeki etkisi: SDÜ İİBF öğrencileri üzerine bir araştırma. V. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi-Bildiriler Kitabı I, 119-132.

National Center for Biotechnology Information (NCBI). (2024). The role of team sports in developing social skills. NCBI. Retrieved from https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1234567/

Nieman, P. (2002). Psychosocial aspects of physical activity. Paediatrics & Child Health, 7(5), 309-312.

Özbek, S., Yoncalık, M. T., & Alıncak, F. (2017). Sporcu ve sedanter lise öğrencilerinin özgüven düzeylerinin karşılaştırılması (Kırşehir İli örneği). Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 2(3), 46-56.

Piñeiro-Cossio, J., Fernández-Martínez, A., Nuviala, A., & Pérez-Ordás, R. (2021). Psychological wellbeing in physical education and school sports: A systematic review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18(3), 864.

Pişkin, N. E., Şengür, E., & Aktuğ, Z. B. (2020). Çocuklarda yaz spor okullarının motor beceri üzerine etkisinin incelenmesi. İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 7(1), 25-37.

Sherry, E., & Raw, K. (2022). Sport, social inclusion, and development. In L. A. Wenner (Ed.), The Oxford Handbook of Sport and Society (online edn, 21 Sept. 2022). Oxford Academic.

Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., ... & Wood, D. L. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. Pediatrics, 129(1), e232-e246.

Söyleyici Z. S., & Zorba E. (2020). Üniversite Öğrencilerinde Sağlıklı Yaşam Biçimi Davranışları. 17 Meldrum Street, Beau Bassin 71504, Mauritus, Lap Lambert Academic Publishing. ss. 120. ISBN: 978-620-2-67209-2.

SportLoMo.(2023).The role of sports in child development.SportLoMo. https://www.sportlomo.com/the-role-of-sports-in-child-development/

Stoner, J. (2011). Social skills development: The impact of sports participation. University of Wisconsin-La Crosse, College of Liberal Studies Department of Psychology/School Psychology Graduate Program, May, 1-66.

Strong, W. B., Malina, R. M., Blimkie, C. J., Daniels, S. R., Dishman, R. K., Gutin, B., ... & Trudeau, F. (2005). Evidence based physical activity for school-age youth. The Journal of pediatrics, 146(6), 732-737.

Tamer, K., Uçan, İ., Ozan, M., & Buzdağlı, Y. (2017). The effects of an 8-week basketball training on some physical and physiological parameters in 11-14 year old children. Asian Academic Research Journal of Multidisciplinary, 4(12), 1-10.

Tekçe, H. K., & Çoban, O. (2022). Ailelerin çocuklarını taekwondo/kick boks branşına yönlendirmedeki beklentileri. Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 5(2), 46-64.

Trudeau, F., & Shephard, R. J. (2008). Physical education, school physical activity, school sports and academic performance. International journal of behavioral nutrition and physical activity, 5, 1-12.

Vaeyens, R., Lenoir, M., Williams, A. M., & Philippaerts, R. M. (2008). Talent identification and development programmes in sport: Current models and future directions. Sports Medicine, 38(9), 703-714. https://doi.org/10.2165/00007256-200838090-00001

Yalçınkaya, N. (2023). Boksörlerde kuvvet antrenmanı ile birlikte alınan magnezyumun vücut kompozisyonu, sportif performans, nörotransmitter ve stres hormonu üzerine etkisi (Master's thesis). Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi, Sakarya.

Yılmaz, E., Özdinç, M., & Aydemir, R. (2021). Genç hentbolcularda stres ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi. International Social Sciences Studies Journal, 7(80), 1209-1216.

Yogman, M., Garner, A., Hutchinson, J., Hirsh-Pasek, K., Golinkoff, R. M., Baum, R., ... & Committee On Psychosocial Aspects Of Child And Family Health. (2018). The power of play: A pediatric role in enhancing development in young children. Pediatrics, 142(3).