

SPOR

BİLİMLERİNDE TEORİ VE ARAŞTIRMALAR

Ekim 2022

EDİTÖR

DOÇ. DR. MUSTAFA ALTINKÖK

Genel Yayın Yönetmeni / Editor in Chief • C. Cansın Selin Temana
Kapak & İç Tasarım / Cover & Interior Design • Serüven Yayınevi
Birinci Basım / First Edition • © Ekim 2022
ISBN • 978-605-4517-78-7

© copyright

Bu kitabın yayın hakkı Serüven Yayınevi'ne aittir.
Kaynak gösterilmeden alıntı yapılamaz, izin almadan hiçbir yolla çoğaltılamaz.
The right to publish this book belongs to Serüven Publishing.
Citation can not be shown without the source, reproduced in any way
without permission.

Serüven Yayınevi / Serüven Publishing

Türkiye Adres / Turkey Address: Yalı Mahallesi İstikbal Caddesi No:6

Güzelbahçe / İZMİR

Telefon / Phone: 05437675765

web: www.seruvenyayinevi.com

e-mail: seruvenyayinevi@gmail.com

Baskı & Cilt / Printing & Volume

Sertifika / Certificate No: 47083

Spor Bilimlerinde Teori ve Araştırmalar

Ekim 2022

Editör

Doç. Dr. Mustafa Altınkök

İÇİNDEKİLER

Bölüm 1

YÜZÜCÜLERE UYGULANAN AEROBİK EGZERSİZLERİN SOLUNUM PARAMETRELERİNE ETKİSİ

İbrahim ATEŞ, Mustafa KAYA..... 1

Bölüm 2

SPORDA SOSYAL PAZARLAMA: PEŞİNDEN KOŞ ÖRNEĞİ

Hamza Kaya BEŞLER, Özlem IŞIK İNAN, Uğur SÖNMEZOĞLU.....21

Bölüm 3

KRİKET GENÇLER TÜRKİYE BİRİNCİLİĞİ ŞAMPİYONASINA KATILAN SPORCULARIN, KRİKET SPORUNU TERCİH ETME NEDENLERİ

Hüsniye ÇELİK, Osman GIDIK.....35

Bölüm 4

15 TEMMUZ DEMOKRASİ VE MİLLİ BİRLİK TÜRKİYE ŞAMPİYONASINA KATILAN U-15 KIZ VE ERKEK HOKEYS SPORCULARININ ORGANİK GIDA TÜKETİM ALGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Osman GIDIK, Hüsniye ÇELİK, Eda ADATEPE53

Bölüm 5

DÜNYA KUPASI ÖN ELEME MAÇLARI OYNAYAN, TÜRKİYE FUTSAL A MİLLİ TAKIMI SPORCULARININ, FUTSAL SPORUNU TERCİH ETME NEDENLERİNİN İNCELENMESİ

Osman GIDIK, Murat KUL, Eda ADATEPE83

Bölüm 6

SPOR KURULUŞLARINDA SÜREÇ PERFORMANS YÖNETİMİ

Feray Küçükbaş Duman.....99

Bölüm 7

İLETİŞİMİN ANTRENÖRLÜK VE LİDERLİKTEKİ ÖNEMİ

Murat YILMAZ 119

Bölüm 8

İTFAİyecİLERDE DENGEnİN ÖNEMİ, STATİK VE DİNAMİK DENGEn TESTLERİ VE PERFORMANS TESTLERİ

Serdar BÜYÜKİPEKÇİ133

Bölüm 9

16-18 YAŞ GRUBU BASKETBOLCULARDA DOMİNANT VE RESESİF EL REAKSİYON FARKLILIKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Çiğdem BULGAN ERCİN, Erdal BAL, Yüksel KARADORUK147

“

Bölüm 1

YÜZÜCÜLERE UYGULANAN AEROBİK EGZERSİZLERİN SOLUNUM PARAMETRELERİNE ETKİSİ*

İbrahim ATEŞ¹

Mustafa KAYA²

”

** Bu kitap bölümü Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hareket ve Antrenman Bilim Dalında Doç. Dr. Mustafa KAYA Danışmanlığında “Yüzücülere Uygulanan Aerobik Egzersizlerin Solunum Parametrelerine Etkisi” başlıklı Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.*

1 Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri. orcid no: 0000-0003-4527-8340

2 Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Kayseri. orcid no: 0000-0002-2438-2678

Sağlıklı bir gelecek ve yaşam için spor etkili bir etkinlik olmaktadır. Verimli bir yaşam sürdürebilmek için spora gereken önemin verilmesi herkes tarafından kabul edilmektedir. İnsan sağlığı için haftada 2-3 defa sistemli bir şekilde gerçekleştirilen çalışmalar, düzenli egzersiz olarak kabul edilmektedir. Bu düzenli egzersiz uygulamaları vücut bütünlüğünü olumlu şekilde değiştirdiği tüm yaş gruplarında gözlenebilmektedir(A-dams,1990;Docherty, 1998;Hetward,1998).

Yüzme dünyada temel sporlar kategorisinde kabul edilmektedir. Gelişmiş ülkelerin spor etkinliklerinde önemli bir yere sahiptir (Bozdoğan,2005). Yüzme sporunda, bireylerin kas kuvvetlerini arttırmaya ihtiyaçları olmaktadır. Çünkü hızlarını arttırabilmeleri için bu önemlidir (Maglischo,1993).

Vücut kontrolünü sağlayabilmek verimliliği arttırmakta ve en az dirençle suya karşı yüksek performans göstermeye yardımcı olmaktadır (Ellenbecker,2007). Bireylerin sağlıklı bir şekilde hayatlarını devam ettirebilmeleri için spor büyük destekçidir (Sevim,2002; Urartu,1995).

Vücut gelişiminde yüzme, hem fiziksel hem sosyal hem de zihinsel gelişim için büyük önem taşımaktadır. Çünkü birey spor aracılığıyla çevresini benimser, özgüveni artar, iletişim kurma becerisi gelişir, arkadaşlık ilişkileri gelişir; esneklik, dayanıklılık, sürat, kuvvet gibi temel motorik gelişimi artarken yarışabilme özelliği kazanır (Sevim,2002; Urartu,1995).

Sportif egzersizler bireylerin beden ve ruhsal olarak daha güçlü olmalarını sağlamakta, sinir-kas koordinasyonu geliştirmekte ve kalp-dolaşım ve solunum sistemlerini güçlenmesini desteklemektedir (Mengütay,2005).

Kalp-dolaşım ve solunum sistemi vücut içerisinde sistemik olarak faaliyet göstermektedir. Yoğunluğu planlanmış ve artarak ilerleyen yüklenmeler, sporcuların maksimum oksijen tüketim performansında büyük ölçüde artış sağlamaktadır (Akgün,1993). Sporcu performans gelişimini gözlemlenirken uygulanacak olan antrenman programları bilimsel çalışmalarla desteklenmelidir (Ediz ve ark,2007).

Maksimum oksijen tüketimi (VO_{2max}), bireyin birim zaman aralığında kullandığı maksimum oksijen miktarıdır. Birim zamanda kullanılan oksijen miktarı ne kadar fazlaysa aerobik kapasite aynı oranda yüksek olmaktadır. Bu ise egzersiz sırasında yorgunluğu geciktirerek egzersize daha uzun devam etmeyi sağlamaktadır (Sönmez,2002). VO_{2max} maksimal aerobik kapasitenin tespit edilmesinde kullanılan en güvenilir ve geçerli yöntemdir. Ayrıca egzersiz sırasında solunan gazların ölçülmesini sağlayan gaz analizörleri ile VO_{2max} 'la ölçülmektedir (Willmore and Costill,2004).

Sporcuların belirlenmiş zaman diliminde vücutuna aldığı oksijen miktarındaki artış, sporcuların aerobik seviyesindeki yükselişi göstermektedir. Yapılan spor branşında aerobik güç, performansı büyük oranda etkilemektedir (Olbrecht, 2000).

Solunum sistemi kapasitesi geliştirilmiş sporcuların antrenman yükünün üstesinden gelmesi çok daha kolay olmaktadır (Öncen, 2018). Performans olarak yapılan yüzme sporu solunum sistemine değişik yükler yüklemektedir. Egzersiz anında artan nefes frekansı solunumu sağlayan kasların oksijeni daha çok kullanmasına neden olur. Dayanıklılık egzersizleri ile gelişen solunum sistemi, soluk sıklığının azalmasına ve oksijenin daha çok kana geçmesine ortam hazırlamaktadır (Bostancı, 2009). Yüzücülerde antrenmanların amacı yarış performansını ve yarış sürelerini iyileştirmektir. Kazanan ve kaybeden arasında çok küçük zaman farkları vardır. Yüzme sporu ile uğraşan antrenör ve sporculara aerobik güç ve solunum parametreleri üzerine etkisinin ortaya konması, yüzme branşındaki performans ve antrenman planlanmasının gelişimi açısından bu çalışma önem arz etmektedir.

Bu çalışmanın amacı, yüzücülerde 8 haftalık aerobik egzersizlerinin aerobik güç (VO2max) ve solunum parametreleri üzerine etkisini ortaya koymak, sporcu performansı ve antrenman periyodlamalarında aerobik antrenmanların önemi hakkında önerilerde bulunabilmektir.

Yüzme Sporu

Yüzme sporu, su içerisinde bir spordur. Vücut ağırlığı iskelet sistemine dik olmadığından ağırlık yönünden bir etkisi bulunmadığı için iskelet bozuklukları gibi bir arızlara rastlanmaz. Bu yüzden ilerlemiş ölkelerde, bu spora küçük yaşlarda başlanmaktadır. Bu spor kalp, akciğer kapasitelerini üst düzeyde geliştirmektedir. Dayanıklılığı ve esnekliği geliştirir. Adalelerinizi geliştirir ve denge sağlar. Birçok profesyonel ve amatör sporcu bu egzersizleri yapar. Kalbi güçlendirir. Fiziksel görünümlünüzü değiştirir. Dolaşımı düzenler (Gökpınar 2010).

Yüzme Stilleri

Serbest Stil

Serbest stil, müsabaka teknikleri içerisinde en hızlı olanıdır. Bir sağ kol, bir sol kol çekilişi ve değişken sayıda ayak vurulmasından oluşmaktadır. 6 ayak vuruşu, 2 ayak vuruşu seçenekleri vardır. Yüzmeyi yeni öğrenen bazı kimseler bakımından bazı zorluklar çıkmasına rağmen, birçok yerde bu stil ilk öğrenilen yüzme stili olmaktadır. Bu stilin doğru uygulanması için nefes alıp vermenin yüzme stiline, vücutun aerodinamik durumunu kol ve bacak hareketlerinin ritmini bozmadan uyması için, yüz, zamanının çoğunda suyun içinde olmalıdır (Gökpınar 2010).

Sırt Üstü

Sırtüstü stilin öğrenilmesi diğer branşlara oranla daha kolaydır. Yüzün su üstünde olması, nefes alışverişinin daha rahat olması sağlar. Bu stil sporcuya avantaj sağlar. Sırtüstü stil de büyük ölçüde esneklik ve dayanıklılığa ihtiyaç duyulmaktadır (Bozdoğan,2005). Sırtüstü stilin mekaniği, serbest stilin mekaniğine çok benzer. Yüzücüler, kollarla değişimli çekiş yaparken, her kol çekişini altı ayak vuruşu tamamlamaktadır (Maglischo, 2003). Sırtüstünde bazı kurallar vardır ve bunların en önemlisi baş pozisyonun sabit olmasıdır (Bozdoğan,2005).

Kurbağalama

Kurbağalama stil, yüzme stilleri arasındaki en yavaş olanıdır. Kurbağalamada yalnızca çıkış ve dönüşlerde bir tam ayak ile kol çekişi boyunca suyun altında kalınmasına izin verilmektedir. Bu süreç haricinde başın tüm kulaç döngüsü boyunca su yüzeyinde kalması gerekmektedir. Diğer yarışma stillerinin kulaç toparlanma süreçlerinde, yüzücüler ileri hızlarının üçte birini kaybetmektedir. Ancak birçok kurbağalama yüzücüsü bacaklarını toparlarken neredeyse durma noktasına gelmektedir. Bu nedenle kurbağalama yüzücüleri, diğer stillerin yüzücülerine oranla yarış hızını yeniden kazanmak için her kulaç döngüsünde vücutlarına ivme kazandırmalıdır. Bu nedenler de kurbağalama stili sert ve yüzülmesi zor bir dal yapar. Kurbağalama stilde her kol döngüsünden bir nefes alınır. Kurbağalama ayak vuruşu da diğer stillerin ayak vuruşuna oranla daha tekniktir (Maglischo, 2003). Dönüşler ve bitirişlerde iki el aynı anda duvara değmez. Dönüşlerde sporcuların su altında bir kol çekişi ve bir dolphin ayak vuruşu hakkı bulunmaktadır (Bozdoğan,2005).

Kelebek

Kelebek stil pek çok yüzücü için yarışma stilleri arasında yüzülmesi en hızlı ikinci stildir. Bu stil, 1930'lu yılların başlarında, kurbağalama stilinden türemiştir. Yüzücülerin kollarının su üzerinde toparlandıklarında daha hızlı ilerleme sağlayabileceklerini anlamaları sonucu ortaya çıkmıştır (Maglischo, 2003).

Yüzme Fizyolojisi

Yüzme sporunu diğer spor branşlarından ayıran önemli iki durum vardır. Bunlardan bir tanesi su içinde olması bir diğeri ise horizontal pozisyonda yapılan bir spor olmasıdır. Yüzme branşının su içinde yapılması solunum üzerinde bir baskı etkisi yaratmaktadır. Bu durum solunumu zorlaştıran bir etkiye sahip olmaktadır. Ayrıca yer çekimi kuvvetini, suyun kaldırma kuvveti karşılamaktadır. Su içinde yapılması hedeflenen hareket için karada yapılan harekete oranla daha fazla dirençle karşı karşıya gelmektedir (Akgün,1993).

Yüzme ve Enerji Sistemi

Yüzme yarışları, genellikle aerobik ve anaerobik diye adlandırılır. Bu da metabolizma aşamalarının sıralı düzen içerisinde hareket ettiğini ve aşamalardan biri bittiğinde bir diğerrinin başladığı izlenimini vermektedir. Oysaki enerji sistemleri egzersizin başından itibaren çalışmaya başlamakta ve her aşamada değişik miktarlarda katkı sağlamaktadır. Sprinterler yüzme sırasında hızlı enerji ihtiyacını ATP yenilenmesinde en önemli katkıyı ATP-CP sistemi ve anaerobik metabolizmadan sağlamaktadır. Aerobik metabolizma çalışıyor olsada yarış sırasında gerekli olan enerjiyi sağlama konusunda yeterince hızlı olmadığı için fazla katkısı olmamaktadır. Az da olsa sprint için küçük miktarda enerjiyi sağlamaktadır. Yarıların mesafesi arttıkça veya sporcu daha yavaş hızlarda yüzerken aerobik katkı daha büyük olur (Maglischo,2003).

Hızlı veya orta hızda yüzme sırasında metabolize olan en önemli yakıt kas glikojenidir. Kullanılmaya hazır konumda kaslarda beklemektedir. Hem aerobik hem de anaerobik olarak metabolize edilmektedir. ATP yenilenmesi için gerekli olan enerji ihtiyacını; yağ, kan glikozu ve proteinlerden sağlayabilmektedir. Yavaş tempoda veya kastaki glikojen tedariki düşük olduğu zamanda enerji katkıları en yüksek aşamadır (Maglischo,2003).

Enerji ihtiyacı için kan glikozu, kas glikojeninden sonra en iyi kaynaktır. Hem anaerobik hem de aerobik olarak metabolize olabilmektedir. Fakat glikozdan enerjiyi açığa çıkarma işlemi daha yavaş gerçekleşmektedir. Çünkü aktifleşebilmesi için önce kan aracılığıyla kasların içine yayılması gerekmektedir. Yağın enerjiye katkısı ise düşük hızlarda olmaktadır. Çünkü yalnızca aerobik olarak metabolize edilmekte ve kaslarda az miktarlarda depolanmaktadır. Protein, kaslarda kullanılmaya hazır olarak beklemektedir. Fakat enerjinin açığa çıkması işlemi biraz yavaş gerçekleşmektedir. Bu işlemin devam edebilmesi için kaslarda bir miktar kullanılabilir glikoza ihtiyaç vardır (Maglischo,2003).

Yüzme ve Dayanıklılık

Dayanıklılık genelde sporcunun fiziki ve fizyolojik yorgunluğa dayanma gücü olarak tanımlanır. Fiziki olarak dayanıklılık; bir yüklenme sonucu kan içerisinde ve ilgili kas gruplarında laktik asit düzeyinin yükselmesiyle yorgunluğun görülmesi, dolayısıyla da yapılması istenilen hareketin yorgunluk nedeniyle durdurulmasına organizmanın karşı gelme özelliğidir ve ikiye ayrılır (Meta 2005).

Genel olarak yorgunluğa karşı direnme niteliği veya yorgunluğa dayanabilme gücü olarak değerlendirilir. Çalışmanın kalitesini düşürmeksizin yüklenmeyi uzun süre kaldırabilme durumudur. Dayanıklılık kısa, orta

ve uzun süreli olarak süre açısından sınıflandırmaktadır (Yüksel 2003).

Bir yüzücü dayanıklılığı suda ve karada geliştirilebilir. Dayanıklılığın geliştirilebilecek iki temel elemanı vardır. Bunlar; bölgesel kas sisteminin dayanıklılığıdır. Dayanıklılık çalışmaları ile kaslar pompa görevi yapmakta ve açılan kılcıl damar sayısı önemli ölçüde artmaktadır. Bunun sonucunda kasların oksijen sağlayabilme özelliği; damar sistemi yüzeyinin büyütülmesi ve kılcıl damarların artmasıyla geliştirilir. Sonuçta, bol oksijen alabilme kas içindeki biyokimyasal değişiklikleri olumlu şekilde etkiler ve dolayısıyla da dayanıklılık özelliği geliştirilmiş olur (Çelebi 2008).

Genel aerobik dayanıklılık kavramı altında mümkün olduğunca uzun bir zaman dayanılması gerekli bir performans özelliği olarak ifade edilmektedir. Bir taraftan performans, yorgunluk ve toparlanma ile bağlantılı diğer yandan enerji, koordinasyon, biyomekanik ve psikolojik alanla ilgili olan dayanıklılık, genelde organizmanın adaptasyonu ya da antrenman durumu. Fonksiyonel yapı ve temel fiziksel özelliği olarak tanımlanmaktadır (Yapıcı 2006).

Dayanıklılığın Max VO₂ Üzerindeki Etkisi

MaxVO₂ dayanıklılık sporlarında performansa etkili, en önemli fizyolojik faktördür. MaxVO₂ dayanıklılık sporlarında oluşumuna katılan aerobik yolun göstergesi olduğundan aerobik güç ile eş anlamlı kullanılmaktadır (Açıkada 2004).

MaxVO₂ genellikle aerobik dayanıklılığın altın standardı olarak görülür (Kara ve Gökbel 1997). Bilindiği gibi, oksijen kullanım kapasitesinin yüksek olması dayanıklılık gerektiren yüzme mesafeleri için çok gereklidir. Oksijen kapasitesi fazla olan yüzücüler, genellikle dayanıklılık gerektiren yarışmalarda daha iyi performans gösterirler (Çelebi 2008). Antrenman ve müsabakalarda kalbin dakika volümü, kanla yeterli oksijen taşınması kaslarda yeterli kapillarizyon gibi dayanıklılık parametrelerinin etkin olduğu sporlarda önemlidir (Sevim 1997). Dayanıklılığın en önemli kriterlerinden biri olan maksimal oksijen tüketimi aerobik dayanıklılığın en iyi göstergesi olarak kabul edilir. Dayanıklılık aktivitelerinde performans MaxVO₂ yüzdelerinin kullanımının egzersizde uzun süre sürdürebilmesine bağlıdır (Köklü vd. 2009). MaxVO₂'yi antrenmanla geliştirmek kolay olmakla birlikte, kazanılan aerobik gücün antrenmansızlık sebebiyle kaybedilmesi de mümkündür. Çocuklarda akciğer volümlerindeki artış 10–12 yaş civarında hız kazanmakta daha sonra yavaşlamaktadır. Büyüme çağında boyun da uzamasıyla birlikte, bu volümlerin artışı paralellik göstermektedir. Öte yandan göğüs kafesi ve solunum kaslarının gelişimi bu volümlerde egzersizlere bağlı değişimlere neden olabilmektedir (Yüksel 2003). Maksimal solunum volümü ve soluk alma sıklığı, çocuklarda

ve yetişkinlerde aerobik antrenmanlarla geliştirilir. Çocuklarda egzersizin Vital kapasite üzerindeki etkisi ile çeşitli bilgiler vardır. Birçok araştırmacı dayanıklılık antrenmanları ile MaxVO_2 'de artış göstermiştir (Sevimli 1999).

Aerobik Güç

Aerobik güç, maksimum oksijen kullanımla ya da kişinin normal koşullarda büyük kas gruplarını kullanarak yaptığı bir dinamik egzersizle ulaştığı en yüksek oksijen (O_2) tüketim miktarıdır (Ekblom, 1986). $\text{VO}_{2\text{max}}$ 'ın belirleyicisi olan en önemli faktör ise dolaşım sisteminin kapasitesidir. İskelet kasına ait olan bazı faktörlerin ise $\text{VO}_{2\text{max}}$ 'ın belirleyicisi olabileceği iddia edilmektedir (Green, 1992).

Bireylerin $\text{VO}_{2\text{max}}$ 'sı ne kadar yüksek olursa, egzersizler için dayanıklılık oranında da bu paralellikte daha uzun sürede destek sağlayabilmektedir. Aerobik güç, bir kilogram vücut ağırlığı için 60 saniyede kullanılan oksijen miktarını göstermektedir. Bireylerin maksimal güç hesaplanması sırasında cinsiyet, yaş ve vücut ölçülerine göre değişkenlik görülmektedir (Wasserman, 2004).

Bireylerin aerobik kapasitesini oksijenli ortamda organizmanın enerji üretebilme kapasitesi belirlemektedir. Vücuttaki oksijen taşıma becerisi ya da oranı aerobik gücü vermektedir. Bu seviye arttıkça anaerobik kapasite desteklenmektedir. Aerobik kapasite arttıkça anaerobik kapasite de artmaktadır. Gelişen aerobik kapasite kişiyi oksijen borcuna uğratmadan uzun süre egzersize devam edebilme imkânı sağlamaktadır. Oksijen borcundan sonra çok kısa bir zaman diliminde toparlanılmaktadır. $\text{VO}_{2\text{max}}$ yağsız vücut kitlesi miktarına göre hesaplandığında kadınlar ve erkeklerdeki aerobik kapasite farkının az olduğu gözlenmektedir. Var olan az miktardaki fark kadınlarda hemoglobin sayısının az oluşundan kaynaklanmaktadır (Martin, 1999).

İhtiyaç duyulan süre ve gerekli şiddetteki antrenmanların, kardiorespiratuar dayanıklılıkta bir gösterge olan $\text{VO}_{2\text{max}}$ 'sı artırdığı bilinmektedir (Stringer, 2010).

Bireylerin $\text{VO}_{2\text{max}}$ 15-17 yaş aralığında erişmekte, 30 yaş ve sonrasında bu güç oranı düşmeye başlamaktadır (Sue, 1984).

Maksimal Oksijen Değeri ($\text{VO}_{2\text{max}}$) Ölçümü

Bu test ölçümü için önceden belirlenmiş bir egzersiz protokolü ile sporcuya/kişiyi yoğunluğu kademeli şekilde arttırılarak uygulanır ve ekspire edilen gazlar metabolik analizle ölçülmektedir. $\text{VO}_{2\text{max}}$ ölçüm şekli iki farklı yöntemle yapılmaktadır;

Direkt yöntemle ölçüm:

Laboratuvarda maksimal yükleme ile ekspirasyon havasındaki O₂ ve CO₂ oranının, O₂ ve CO₂ gaz analizörleriyle ölçülmesi prensibine dayanmaktadır. “Douglas torbaları” ve “Breath by Breath” yöntemi kullanılmaktadır.

Endirekt yöntemle ölçüm:

Submaksimal yüklenme, kalp hızını, yükünü, zamanını, mesafesini vb. parametre değişkenlerinden hesaplanmaktadır. Bu yöntem önceden hazırlanmış test protokolleriyle desteklenerek saha testleri içinde kullanılmaktadır (Akgün,1993).

Solunum Sistemi ve Anatomisi

Solunumun iki temel hedefi vücudun ihtiyacı olan oksijeni sağlamak ve vücuttan karbondioksiti atmaktır. Yaşamsal faaliyetler için bu işlem çok önemlidir. Solunum sistemi gaz değişim organından (akciğerler) ve akciğerlere hava giriş ve çıkış (ventilasyon) sağlayan bir sistemden oluşmaktadır. Bu sistem bir pompa gibi göğüs kafesi, göğüs boşluğu, hacmi arttıran ve azaltan solunum kaslarından, bu kasları beyin sistemine bağlayan sinirler ve kasları denetleyen beyin bölgelerinden oluşmaktadır (Günay,2013).

Vücut fizyolojisi gereği birkaç dakikadan fazla oksijensiz kalamaz. Az bilinen ancak çok önemli olan solunumun başka işlevi de kanın hem asit hem de baz dengesini korumaktır (Maglischo,1993). Solunum sistemi, burun, ağız, yutak (farinks), gırtlak (larinks), soluk borusu (trakea), bronşlar (sağ-sol) ve alveol adı verilen hava keseciklerden oluşmaktadır (Günay,2013). Akciğerler bölümlere ayrılmış bir yapıdan oluşmaktadır. Bu yapıyla kan dolaşımına vücudun dışında oksijen ve hava taşınmasını sağlamaktadır. Solunum yapılırken ağızdan ve burundan havavücuda alınmaktadır. Hava, boğazdan (pharynx) geçerek bronş aracılığıyla geniş iki tüp ile akciğerlerimize ulaşmaktadır.

Akciğerler de daha ince yapıda bulunan kanal sistemi olan bronşlardan geçer ve küçük hava kesecikleri aracılığıyla alveollere ulaşmaktadır (Maglischo,1993). Solunumun nefes alma bölümü, vücudun içindeki havanın bir bölümünü oksijen olarak kullanmaktadır. Verilen nefesle birlikte bir miktar oksijen vücut içinde kalırken, karbondioksit ve vücudun üretmiş olduğu su buharı da vücut dışına atılmaktadır (Maglischo,1993). Egzersizlerle sporcuların maksimumun altında soluma yapabilmeleri; en az efor ile en yüksek dakika hacmini verebilecek nefes alma ritmi edinmelerini sağlamaktadır. Sporcular, soluma tempoları ile tidal hacimleri arasındaki ilişkiyi düzenlemeyi egzersizlerle öğrenmektedir. Yüzücülere, egzersizlerle kulaç ritimlerine uygun olması için daha yavaş ve daha de-

rin soluma iyi öğretilmelidir (Maglischo,1993Solunum sisteminin başlıca görevleri şunlardır;

1. Gazların difüzyonu; O₂ ve CO₂ değişimi
2. Vücut sıcaklığının dengede tutulması
3. Kan asiditesinin kontrolü
4. Su kaybı ve ısı kaybının önlenmesi gibi belli başlı görevleri vardır (Günay, 2013).

Yüzme ve Solunum Fonksiyonları

Yüzme sporuyla uğraşan bir insanda su göğüs üzerinde hidrostatik bir basınç uygulamaktadır. Bu nedenle solunum sisteminde işlev gören kaslara düşen yük miktarı artmaktadır. Su içinde kulaçlarla uyumlu bir şekilde solunum yapılmalıdır. Genel olarak (sırtüstü stil hariç) ekspirasyon, suyun içinde yapılmaktadır. Ayrıca bu sırada oldukça büyük bir basıncın (50–100 mm/H₂O) yenilmesi gerekmektedir. Bu aşamada inspirasyon çoğu zaman kısa olmaktadır (10). Genel olarak yüzme sporunda 12-15 haftalık orta seviyede yapılan antrenmanlar sonucunda zorlu vital kapasiteyi (FVC) ve bu etkiyle bağlı olarak ilk saniyedeki zorlu ekspirasyon hacmini (FEV₁) ve maksimum istemli ventilasyon (MVV) değerini arttırdığı kabul edilmektedir. Yüzücüler su yüzeyine paralel pozisyonda bulundukları için ciğerlerinin üst kısmına hava girmektedir. Bu nedenle yüzücülerde vital kapasite (VC) diğer sporlara oranla daha gelişmiştir. (Akgün,1993; Bjurstrom,1987).

Solunum Sistemi Mekaniği

Akciğerler, iki şekilde genişleyip ve büzülebilmektedir. Göğüs boşluğunu dikine uzatıp ve kısaltıp diyaframı aşağı ve yukarı hareket ettirilmesiyle olurken bir diğeriye göğüs boşluğunun ön arka çapını arttıran ve azaltan, kaburgaların yukarı ve aşağı hareketiyle olmaktadır (Guyton, 1996).

Solunum sisteminin başlıca görevi, dış ortamdaki gaz ile vücut sistemini kontrol etmektir. Daha basit şekliyle solunum sistemi, O₂'nin sağlanmasını ve metabolizma sonucu kanda biriken CO₂'nin dışarı atılmasını yardımcı olur (Sönmez,2002).

Bir dakikada solunan hava miktarına, dakikadaki ventilasyon denilmektedir. Bu işlem iki aşamadan oluşmaktadır; inspirasyon ve ekspirasyon. İnspirasyon ve ekspirasyon gerçekleşmesi akciğerin içinde bulunan basınç değişiklikleri ile meydana gelmektedir. İnspirasyon, göğüs kafesi kasları ve diyaframın aktif katılımı sonucu akciğerlerin genişlemesiyle havanın alveollere ulaşmasıdır. Ekspirasyon ise dinlenme halinde pasif bir durum olmakla birlikte diyafram ile interkostal kasların gevşemesiy-

le gerçekleştirilmektedir (Günay,2013). Ventilasyon ve difüzyon sonucu akciğerler ile kan arasındaki O₂ ve CO₂ değişimi oluşmaktadır. Havanın mekanik bir şekilde akciğerlere girip çıkması işlemine ventilasyon denilmektedir. Difüzyon ise moleküllerin yüksek konsantrasyondan düşük oldukları konsantrasyona doğru yaptıkları hareketlerdir. Ventilasyon ile akciğerlere alınan havadaki O₂ miktarı, venöz kandaki O₂ miktarından daha yüksek olduğu için, O₂ akciğerlerden kana doğru hareket (difüze olur) etmektedir. Diğer yandan, venöz kandaki CO₂ miktarı, akciğerler-dekinde daha fazla olduğu için CO₂ kandan akciğerlere diffüze olur ve ekspirasyon ile dışarı atılır (Sönmez,2002).

Akciğer ventilasyonunun incelenebilmesi için basit bir yöntem olan spirometre kullanılmaktadır. Spirometre ile akciğerlere giriş ve çıkış yapan hava hacimleri kaydedilmektedir. Akciğer ventilasyonunda gerçekleşen değişiklikleri basitçe tanımlayabilmek amacıyla akciğerlerde bulunan hava dört hacim ve kapasiteye ayrılmıştır (Guyton, 1996; Sancak ve Cumhur, 2002).

Akciğer Hacim ve Kapasiteleri

Rezidual volümler ve bunları kapsayan alanlar dışındaki diğer volüm ve kapasiteler spirometre ile ölçülmektedir (Silbernagl, 1989). Solunum volüm ve solunum kapasiteleri iki ana başlık altında incelenmektedir. Bunlar statik ve dinamik akciğer hacimi ve kapasiteleridir.

Statik Akciğer Hacim ve Kapasiteleri;

Solunum volümü (Hacmi): (Respiratory Volume- RV)

Tidal volüm olarak da bilinen solunum volümü, istirahat sırasında inspire veya ekspire edilen hava oranıdır. Genelde ekspire edilen hava miktarıyla belirlenmektedir. Ortalama 500 ml kadardır (Ergen ve ark, 2002).

Soluk alma yedek hacmi: (Inspiratory Reserve Volume- IRV)

Normal inspirasyonda son noktadan sonra alınabilen en yüksek hava miktarıdır. Yaklaşık 3000 ml'dir (Silbernagl, 1989).

Soluk alma kapasitesi: (Inspiratory Capacity- IC)

Solunum volümü ile soluk alma yedek hacimlerinin toplamından elde edilmektedir. Yani bireyin normal ekspirasyon düzeyinden başlanarak akciğerlerin maksimum düzeyde gerilmesiyle yaklaşık olarak alınabilen 3500 ml hava hacmi kadardır (Guyton, 1996).

Tortu Hacmi: (Residual Volume)

Akciğerlerden zorlu ekspirasyonla bile çıkarılamayan diğer bir ifadeyle maksimal bir ekspirasyon sonrasında akciğerler içerisinde kalan havadır. Yaklaşık 1200 ml kadardır (Ergen ve ark, 2002).

Soluk verme yedek hacmi: (Expiratory Reserve Volume- ERV)

bir ekspirasyon sonrası zorlu bir ekspirasyon ile ekstrada çıkarılan hava miktarıdır. Ortalama 1100 ml'dir.

Vital Kapasite: (Vital Capacity- VC)

Maksimal bir inspirasyondan sonra, maksimal oranda ekspirasyon yapılarak çıkarılabilen havayı ifade etmektedir. İspirasyon rezervi, soluk hacmi ve ekspirasyon rezervinin toplamıdır. Yaklaşık olarak 4500-4600 ml kadardır (Ergen ve ark, 2002; Günay ve ark, 2013).

Total Akciğer Kapasitesi: (Total Lung Capacity- TLC)

Akciğerlerin alabileceği maksimum hava miktarıdır. Diğer bir deyişle en zorlu inspirasyondan sonra akciğer içerisinde bulunan hava miktarıdır. Vital kapasite ve residual volümün toplamıdır. Yaklaşık 5700-5800 ml kadardır (Ergen ve ark, 2002; Günay ve ark, 2013; Guyton, 1996).

Dinamik Akciğer Hacim ve Kapasiteleri**Zorlu Vital Kapasite (Force Vital Capacity- FVC)**

Maksimum soluk alımının, zorlanarak maksimum soluk verme ile dışarı çıkan hava miktarının takip etmesidir.

Zorlu Ekspirasyon Hacmi (Force Expiratory Volume- FEV)

FEV bir saniyede çıkarılabilen hava miktarıdır.

Zorlu Ekspirasyon Oranı (FEV1/FVC)

Zorlu ekspirasyon hacmi (FEV) ile zorlu vital kapasite (FVC) oranından elde edilmektedir.

Maksimum İstemli Ventilasyon (Maximum Voluntarily Ventilation- MVV)

Bireyin 60 saniyede en yüksek seviyede yaptığı, hızlı ve derin soluduğu hava miktarıdır. Alınabilen hava miktarı aktivite sırasında daha fazladır (Ergen ve ark, 2002; Günay ve ark, 2013; Guyton, 1996).

GEREÇ ve YÖNTEM**Gönüllü Grupların Seçilmesi**

Çalışmaya düzenli yüzme antrenmanı yapan gönüllü olarak 18-25 yaş arası 24 erkek yüzücü katılmıştır. Katılımcılar rastgele yöntemle deney grubu n=12 ve kontrol grubu n=12 olacak şekilde iki farklı gruba ayrılmıştır. 8 hafta boyunca deney grubuna haftada 3 gün aerobik antrenman protokolü uygulanmıştır. Kontrol grubu aerobik antrenman protokolü uygulanmamıştır. İki grupta normal yüzme antrenmanlarına devam etmiştir. Uygulamadan 1 hafta önce katılımcılara çalışma ile ilgili detaylı bilgi

verilmiştir. Antrenmana başlamadan önce ve antrenman bittikten sonra Vital kapasite (VC), zorlu vital kapasite (FVC), zorlu ekspirasyon volümü (FEV1) ve zorlu ekspirasyon oranı FEV1/FVC ölçümleri yapılmıştır. Gönüllülerin antrenmanlar haricinde yüksek yoğunluklu fiziksel aktiviteler yapmamaları istenmiştir.

Katılımcıların antropometrik ve solunum parametreleri ölçümleri Erciyes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Fizyoloji Laboratuvarı'nda yapılmıştır. Solunum parametreleri spirometre ile ölçülmüştür.

Çalışmanın gerekli Etik Kurul onayı Erciyes Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan alınmıştır (Protokol no: 2021/239).

Uygulanan Aerobik Antrenman Protokolü

Uygulanan Antrenman Protokolü (Egzersiz Programı ve Yoğunluğu): Aerobik egzersizin yoğunluğu Karvonen protokolüne göre belirlenmiştir. Kalp Atım Sayısı (KAS) = $\% 60-70 \text{ KAS (KAS max} - \text{KAS din)} + \text{KAS din}$ Maksimal KAS = $220 - \text{yaş}$ (Özer, 2006). Gönüllülere hedef kalp atım sayılarının $\%60-70$ 'i şiddetinde 8 hafta, haftada 3 gün, aerobik egzersiz olarak ilk 4 dk. 4.8 km kalan 11 dk. 8 km hızla 15 dk koşu programı şeklinde uygulanmıştır.

Verilerin Toplanması

Boy ve Vücut Ağırlıkları

Gönüllülerin vücut ağırlığını 0.1 kg hassaslıktaki bir tartıyla, boy uzunluğu ise elektronik boy ölçer cihazla ölçülmüştür. Gönüllülerden ölçüm alınırken şort, tişört ve çıplak ayakla katılımları sağlanmıştır. Boy cm olarak, vücut ağırlığı kg olarak ölçülmüştür (Fox,2012).

Solunum Parametreleri

VC Ölçümü

Ölçümler sırasında M.E.C. Pocket Spiro USB-100 model cihaz kullanılmıştır. Ölçüm yapılırken deneğin spor ve rahat giysiler giymesi sağlanmıştır. Gönüllülere maksimal efor gerekli olduğu belirtilmiştir. Her gönüllü için ayrı ölçüm ağızlığı kullanılmıştır. Deneğin burnu tıkaç ile kapatılmıştır. Ağız kenarlarında boşluk olmayacak şekilde ağızlık kullanımı sağlanmıştır Ölçüm yapılırken gönüllüler sesli olarak motive edilmiştir. Test için gönüllüler üç defa normal ventilasyon yaptıktan sonra yavaşça en yüksek oranda inspirasyon yaparak akciğerlerini havayla doldurup tekrar yavaş şekilde akciğerlerine almış olduğu havayı ekspirasyon yapılarak ölçüm sonlandırılmıştır (Yaprak, 2004; Günay, Tamer ve Cicioğlu,2013).

FVC Ölçümü

Ölçümler sırasında M.E.C. Pocket Spiro USB-100 model cihaz kullanılmıştır. Ölçümler esnasında katılımcının rahat ve sportif kıyafetler tercih etmesi sağlanmıştır. Gönüllülere katılım sağladıkları test ile ilgili detaylı bilgi verilmiştir. Ölçüm sonuçlarının doğru olabilmesi için maksimal bir çabanın gerektiği söylenmiştir. Gönüllülerin burnu tıkaç ile kapatılmıştır. Ağız kenarlarında boşluk olmayacak şekilde ağızlık kullanımı özenle sağlanmıştır. Ölçüm yapılırken gönüllüler sesli olarak motive edilmiştir. Ölçümlerde gönüllüler üç defa normal solunum yaptıktan sonra derin ve kuvvetli bir maksimal inspirasyon yapıp daha sonra hızlı ve derin ekspirasyon yaparak test sonlandırılmıştır. Bu test ile FVC, FEV1 ve FEV1/FVC (%) değerleri elde edilmiştir (Miller vd,2005).

İstatistiksel Analiz

Ölçümlerin elde edilen verileri analiz etmek için SPSS 25 programı kullanılmıştır. Bu çalışmada ölçümlerle belirlenen değişkenler ortalama ($\bar{X}$) ve standart sapma (SS) olarak belirtilmiştir. Verilen normal dağılımı Shapiro-Wilk normallik testi yapılmıştır. Normallik testinin sonuçlarına göre elde edilen ölçümler normal dağılım göstermiştir. Gruplar arası karşılaştırma testi olarak parametrik testlerden bağımsız iki örneklem testi (independent t-test) kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ alınmıştır.

BULGULAR

Deney ve Kontrol Grubuna Ait İstatistiksel Veriler

Tablo 4. 1. Deney ve kontrol grubu ön test-son test analiz sonuçları

Değişken	Deney Grubu n=12 $\bar{X} \pm SS$	Kontrol Grubu n=12 $\bar{X} \pm SS$
Yaş (yıl)	20,42± 0,58	21,42± 0,68
Boy (cm)	171,92± 1,36	177,08± 0,77
Vücut Ağırlığı (kg)	64,75± 1,59	64,17± 1,07
BKI (kg/boy ²)	21,89± 0,41	20,46± 0,30

Tablo 4.1’de görüldüğü gibi çalışmaya katılan gönüllülerin yaş değerleri deney grubunda ($Ort. = 20.42, S = 0.58$), iken bu değerler kontrol grubunda ($Ort. = 21.42, S = 0.68$) olarak tespit edilmiştir. Boy değerleri incelendiğinde deney grubunda ($Ort. = 171.92, S = 1.36$), iken bu değerler kontrol grubunda ($Ort. = 177.08, S = 0.77$) olarak tespit edilmiştir. Vücut ağırlıkları incelendiğinde deney grubunda ($Ort. = 64.75, S = 1.59$), iken bu değerler kontrol grubunda ($Ort. = 64.17, S = 1.07$) olarak tespit edilmiştir. Vücut kitle indeksi değerlerinde ise deney grubunda ($Ort. = 21.89, S = 0.41$), iken bu değerler kontrol grubunda ($Ort. = 20.46, S = 0.30$) olarak tespit edilmiştir. Çalışmaya katılan gönüllülerin boy uzunlukları kontrol

grubunda daha fazla olması sebebiyle vücut kitle indeksi değerleri deney grubunda daha fazla bulunmuştur.

Deney Grubu ve Kontrol Grubu Verilerinin Karşılaştırılması

Tablo 4. 2. Deney ve kontrol grubunun akciğer hacim ve kapasitelerinin karşılaştırılması

Değişkenler	Deney Grubu $\bar{X} \pm SS$	Kontrol Grubu $\bar{X} \pm SS$	t	p
VC (L)	4,60±0,1	4,70±0,42	-0.865	0.397
FVC (L)	4.70±0,60	4,65±0,6	0.579	0.569
FEV1 (L)	4,14±0,29	4,02±0,20	1.103	0.282
FEV1/FVC%	89,17±0,55	89,41±0,66	-0.274	0.786

VC: Vital Kapasite, **FVC:** Zorlu Vital Kapasite, **FEV 1:** Birinci Saniyedeki Zorlu Ekspiratuar Volüm, **FEV1/FVC:** Tiffeneau indeksi

Spirometre ile yapılan akciğer hacimlerinden VC (L) verileri deney ve kontrol grupları arasında ön test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p=0.397$). FVC (L) verileri deney ve kontrol grupları arasında ön test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p=0.569$). FEV1 (L) verileri deney ve kontrol grupları arasında ön test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p=0.282$). FEV1/FVC (%) verileri deney ve kontrol grupları arasında ön test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p=0.786$).

Tablo 4.3: Deney ve kontrol grubunun akciğer hacim ve kapasitelerinin karşılaştırılması (son test sonuçları)

Değişkenler	Deney Grubu $\bar{X} \pm SS$	Kontrol Grubu $\bar{X} \pm SS$	t	p
VC (L)	4,67±0,89	4,78±0,35	-1.127	0.272
FVC (L)	4,71±0,67	4,75±0,43	-0.553	0.585
FEV1 (L)	4,37±0,25	4,18±0,15	2.204	0.038
FEV1/FVC%	90,02±0,39	89,74±0,27	0.593	0.559

VC: Vital Kapasite, **FVC:** Zorlu Vital Kapasite, **FEV 1:** Birinci Saniyedeki Zorlu Ekspiratuar Volüm, **FEV1/FVC:** Tiffeneau indeksi $p<0.05$

Spirometre ile yapılan akciğer hacimlerinden VC (L) verileri deney ve kontrol grupları arasında son test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p=0.272$). FVC (L) verileri deney ve kontrol grupları arasında son test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p=0.585$). FEV1 (L) verileri deney ve kontrol grupları arasında ön test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmaktadır. Son testlerden elde edilen FEV1 (L) ortalama değeri deney grubunun (4.37), kontrol grubuna (4.18) göre daha yüksek bulunmuştur (**$p=0.038$**). FEV1/FVC (%) verileri deney ve kontrol grupları arasında son test sonuçlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ($p=0.559$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Çalışmaya düzenli yüzme antrenmanı yapan gönüllü olarak 18-25 yaş arası 24 erkek yüzücü katılmıştır. Katılımcılar rastgele yöntemle deney grubu $n=12$ ve kontrol grubu $n=12$ olacak şekilde iki farklı gruba ayrılmıştır. 8 hafta boyunca haftada 3 gün hedef kalp atım sayılarının %60-70'i şiddetinde aerobik egzersiz olarak ilk 4 dk. 4.8 km kalan 11 dk. 8 km hızla toplam 15 dk koşu programı şeklinde uygulanmıştır. Kontrol grubu ise aerobik antrenman uygulamamıştır. Gönüllülere antrenmanlara başlamadan önce ve antrenmanlardan 8 hafta sonrasında demografik özelliklerle birlikte, vital kapasite (VC), zorlu vital kapasite (FVC), zorlu ekspirasyon volümü (FEV1) ve zorlu ekspirasyon oranı FEV1/FVC ölçümleri spirometre ile yapılmıştır. Gönüllülerin seçiminde yaş ve antropometrik özelliklerin birbirine benzer olmasına dikkat edilmiştir.

Yaptığımız bu çalışmada deney grubuna uygulanmış olan solunum kası antrenman programı sonrasında VC, FVC, FEV1 ve FEV1/FVC (%) değerlerinde anlamlılık sadece son test FEV1 (lt) anlamlı bulunurken diğer değerler anlamlı bulunamamıştır.

Fiziksel aktivitelerin, dolaşım ve solunum sistemine yüklenme yapılarak bu sistemlerin daha fazla çalışmasına neden olduğu ifade edilmiştir. Dolayısıyla fiziksel aktiviteler sırasında solunum sistemine binen yük ile birlikte ventilasyonun hızlanarak derinleştiği, kardiyovasküler sistemin ise daha fazla güçlendiği ve hızlı bir şekilde çalıştığı gözlenmiştir (Ardıç,2014). Ancak yapılan çalışmada ön test ve son test değerler arasındaki değerlerin anlamsız bulunması, gerek gönüllülerin sağlıklı olmasından gerekse yüzme antrenmanlarının solunum parametreleri üzerinde, aerobik antrenmanlar kadar etkili olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Araştırmalarda akciğerler üzerinde egzersizlerin olumlu pek çok etkisi olduğu bilinmektedir. Sporcular arasındaki en üst seviyedeki respiratuar kapasite yüzücülere ait olduğu rapor edilmiştir (Mehrotra, 1998).

33 yüzücü üzerinde yapılan bir araştırmada, FEV1 $4,27\pm0,82$ lt, %FEV1 119 ± 17 , FEV1/%FVC 98 ± 10 , FVC $5,03\pm1,21$ lt ve son olarak %FVC 121 ± 14 hesaplanmaktadır (Pedersen, 2008). Bu değerler incelendiğinde bizim yaptığımız çalışmaya benzer sonuçlar elde edildiği anlaşılmaktadır. Solunum kaslarının performansı zorlu solunum parametrelerini (toraks ve abdominal bölge kaslarını) etkilemektedir. Yüzme ise bu bölge kaslarını aktif şekilde etkilemektedir. Çünkü vücut horizontal pozisyonda performans göstermektedir. Horizontal duruşta önemli olarak görülen solunum kaslarına (m. diaphragm, m. trapezius, m. sternomastoid, m. İntercostalis interni/externi) fayda sağlamakta ve horizontal pozisyonun korunmasına destek olan ve akciğer vertikal antero-posterior çapını arttıran m. erector spinae ve m. Supraspinatus kaslarının güçlenmesini sağlamaktadır.

Bu nedenle yüzme doğal yollarla solunumun iyileşmesini sağlamaktadır (Gupta, 2012). Yapılan çalışmada ön test ve son test değerler arası yakın değerlerin bulunması bu bilgiyle desteklenmektedir.

Yine yapılan başka bir araştırmaya göre yüzme sporuyla ilgilenen aynı yaş grubundaki çocukların sekiz haftalık antrenman periyodu süresinde yapılan FVC, FEV1 ve FEV1/FVC değerlerinin değişmediğinin rapor edilmesi (Hautman, 2000), yapılan bu çalışmayla benzerlik göstermektedir.

Sonuç olarak 8 haftalık aerobik antrenmanların yüzücülerde solunum parametrelerini bu yaş grubunda çok etkilemediği düşünülmektedir. Yine de yüzme sporunda üst düzey performans ve solunum parametrelerinin gelişimi için yüzme antrenmanlarına ek olarak aerobik gücü geliştirmek amacıyla aerobik antrenmanlarının eklenmesi önerilebilir. Bu çalışma farklı yaş ve cinsiyet gruplarında çalışılarak, farklı sonuçlar elde edilmesini sağlayabilir. Ayrıca özellikle solunum rahatsızlığı olan bireylerde yüzme sporunun solunum parameter değerleri başka bir araştırma konusu olabileceği düşünülmektedir.

Yapılan farklı bir çalışmada ise yüzme sporuyla ilgilenen aynı yaş grubundaki çocukların sekiz haftalık antrenman periyodu süresinde yapılan FVC, FEV1 ve FEV1/FVC değerlerinin değişmediği bildirilmiştir (Hautman, 2000).

Kubiak Janczaruk (2005), adolesan yüzücülerde solunum sisteminin spirometrik değerlendirilmesi amacıyla yaşları 10-18 arasında değişen, 7-8 yıl düzenli antrenman yapan elit yüzücüler üzerinde yaptıkları çalışma sonucunda VC, FVC, FEV1 parametrelerinin ön test ve son test değerleri istatistiksel olarak anlamlı bulunduğu belirtilmektedir (Kubiak,2005).

Kesavachandran ve ark.(2001), farklı yüzme stillerine sahip çocuk yüzücülerde akciğer volümlerinin araştırılması amacıyla yapılan çalışmada, yaşları 8-12 arasında değişen yüzücüler üzerinde yapılan 3 aylık çalışma VC, FVC, FEV1 parametreleri ön test ve son test sonuçları istatistiksel olarak anlamlı bulunduğu bildirilmektedir (Kesavachandran, 2001).

Bonnier ve ark (2007), Olimpiyatlarda, Dünya ve Avrupa Şampiyonası'nda yarışmış İsveçli yüzücülerde vital kapasite ortalamaları $7,30 \pm 1,16$ lt, yüzde vital kapasite ise $125,3 \pm 11,7$, son olarak FEV1 $\%118,8 \pm 16,8$ olduğu tespit edilmektedir (Bonnier, 2007).

Sonuç olarak 8 haftalık aerobik antrenmanların yüzücülerde solunum parametrelerini olumlu yönde etkilediği düşünülmektedir. Yüzme sporunda üst düzey performans ve solunum parametrelerinin gelişimi için yüzme antrenmanlarına ek olarak aerobik gücü geliştirmek amacıyla aerobik antrenmanlarının eklenmesi önerilebilir.

KAYNAKLAR

- Açıkada, C. (2004). Çocuk ve Antrenman. Hacettepe Üniversitesi Acta Orthop Traumatol Turc Dergisi. 1 (1), 16-26.
- Adams G.M. Exercise Physiology Laboratory Manual, Wm. C. Brown Publishers, USA: 1990.
- Akgün N. Egzersiz Fizyolojisi, İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi 4. Baskı, 1993: 333- 43, 79, 80, 89-91.
- Ardıç F. Egzersiz Reçetesi. Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi, (Özel Sayı 2)2014: 60, 1-8.
- Bozdoğan A. Yüzme. İstanbul: Morpa Kültür Yayınevi, 2005: s:6-7.
- Bostancı Ö. Elit yüzücülerde ve futbolcularda akciğer hacim oranının stereolojik yöntemle belirlenip solunum parametreleri ile karşılaştırılması. 2009, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 111 sayfa, İstanbul, (Prof. Dr. Bilsen Sirmen, Doç. Dr. Bünyamin Şahin).
- Bonnier MN, Gullstrand L, Klefbeck B, Lindholm P. Effects of Glossopharyngeal Pistoning for Lung Insufflation in Elite Swimmers, Medicine & Science in Sports & Exercise. 2007: p.836 – 841.
- Bjurström RL, Schoene RB. Control of Ventilation in Elite Synchronized Swimmers. Journal of Applied Physiology, 1987: 63, (3):1019-1024.
- Çelebi, Ş. (2008). Yüzme Antrenmanı Yaptırılan 9-13 Yaş Grubu İlköğretim Öğrencilerinde Vücut Yapısal ve Fonksiyonel Özelliklerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Docherty D. Measurement in Pediatric Science. Human Kinetics, USA: 1996:159-183.
- Ediz A, ve ark. Genç futbol oyuncularında saha ve laboratuvar ortamında submaksimal ve maksimal egzersizlere verilen cevapların karşılaştırılması. Ankara: Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi, 2007: 18(2), s. 57-67.
- Eklom B. Factors Determining Maximal Aerobic Power. Acta Physiol Scand.1986.
- Ellenbecker TS, Roetert EP, Sueyoshi T, Riewald S. A descriptive profile of age-specific knee extension flexion strength in elite junior tennis players. British Journal of Sports Medicine, 2007:p.41,728–732.
- Ergen E, ve ark., Egzersiz Fizyolojisi, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 2002: s.39-81.
- Fox EL, Bowers RW, Foss ML. The Physiological Basis of Physical Education and Athletics. 2012.
- Günay M, Tamer K, Cicioğlu Ş. Spor fizyolojisi ve performans ölçümü. 3. Baskı, Ankara: Gazi Kitabevi, 2013:s.45-257.

- Gökpınar, E. (2010). Yüzme Performansına Bacak Çalışmalarının Etkisi. Yayınlanmamış Bitirme Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gupta SS, Sawane MV. A comparative study of the effects of yoga and swimming on pulmonary functions in sedentary subjects. *Int J Yoga* 2012; 5(2):128-33.
- Guyton AC, Hall J. Tıbbi Fizyoloji, (Çeviren Lütfi Çakar, Abidin Kayserilioğlu), İstanbul: Nobel Tıp Kitapevi, 1996.
- Green HJ, Patla AE. Maximal Aerobic Power: Neuromuscular and Metabolic Considerations. *Medicine & Science in Sports & Exercise*. USA: 1992.
- Hautmann H, Hefele S, Schotten K, Huber RM. Maximal inspiratory mouth pressures (PIMAX) in healthy subjects, what is the lower limit of normal. *Respir Med*. 2000; 94(7):689-693.
- Heyward VH. Advanced Fitness Assessment & Exercise Prescription. 3rd Edition, Human Kinetics, USA: 1998.
- Kara, M. ve Gökbek, H. (1997). Maksimal Aerobik Gücü Etkileyen Faktörler. *Genel Tıp Dergisi*. 7 (1), 39-42.
- Kubiak-Janczaruk E. Spirometric evaluation of the respiratory system in adolescent Swimmers. *Ann Acad Med Stetin*, 2005.
- Kesavachandran C, Nair HR, Shashidhar S. Lung volumes in children swimmers performing different styles of swimming. *Indian J. Med. Sci*. 2001; 55(12), p.669-76.
- Köklü, Y., Özkan, A. ve Ersöz, G. (2009). Futbolcularda Dayanıklılık Performansının Değerlendirilmesi ve Geliştirilmesi. *Pamukkale Üniversitesi BESBD Dergisi*. 4 (3), 142-150.
- Maglischo W.E. *Swimming Fastest* Rev.ed. of: *Swimming Even Faster*, Ekin Grup, 1993:p.89-250.
- Maglischo EW. *Swimming fastest*. Human Kinetics. 2003: p.89-123.
- Martin L. Methods of assessing exercise capacity. In: Cherniack NS, Altose MD, HommaI, eds. *Rehabilitation of the patients with respiratory disease*. New York: McGraw- Hill Comp. 1999:217-32
- Mengütay S. *Çocuklarda Hareket Gelişimi ve Spor*, İstanbul: Morpa Kültür Yayıncılık, 2005.
- Meta, B. (2005). 11-13 Yaş Yüzücülerin Hazırlık Periyodunda Yapmış Oldukları End-1 (Dayanıklılık-1), End-2 (Dayanıklılık-2) Antrenmanlarının Max-VO2 Değerleri ve Aerobik Dayanıklılıkları Üzerine Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Mehrotra PK, Varma N, Tiwari S, Kumar P. Pulmonary functions in Indian sportsmen playing different sports. *Indian journal of physiology and pharmacology*. 1998; 42: 412-6.

- Miller MR, Crapo R, Hankinson J, Brusasco V, Burgos F, Casaburi R, General considerations for lung function testing. *European Respiratory Journal*. 2005; 26:153-161.
- Olbrecht J. The Science of Winning: Planning Periodizing and Optimizing Swim Training. Kersen bomenlaan, Belgium: IJS. Published, 2000: 335(4) p. 281-283.
- Öncen S. Antrenman Maskesi ile Yaratılan Normobarik Hipoksi Ortamda Yüksek Yoğunluklu İnterval Antrenmanların Aerobik ve Anaerobik Performans Bileşenleri Üzerine Etkisi. 2018, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora tezi, 74 sayfa, İstanbul, (Prof. Dr. Salih Pınar).
- Özdoğru K. 10-12 Yaş Grubu Erkek Yüzücülerde 8 Haftalık Dinamik Kor Antrenmanının Bazı Motorik Özellikler ile 100m Karışık Stil Yüzme Performansına Etkisi. 2018, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 72 sayfa, İstanbul, (Yrd. Doç. Dr. Kubilay Çimen).
- Özer K, Fiziksel Uygunluk, Nobel Yayın Dağıtım, 2. Baskı, s. 101, Ankara 2006.
- Pedersen L, Lund TK, Barnes PJ, Kharitonov SA, Backer V. Airway Responsiveness and Inflammation in Adolescent Elite Swimmers, *Journal of Allergy Clin Immunol*. 2008; 122(2), p.322-327.
- Sönmez GT. Egzersiz ve spor fizyolojisi. Ankara: Birlikmat, 2002. Yaprak Y. Obez bayanlarda aerobik ve kuvvet çalışmasının oksijen kullanımına ve kalp debisine etkileri. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 2004;2(2):73-80.
- Sevim Y. [Knowledge of training]. Antrenman Bilgisi. 1. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 2002: s.193-4.
- Sevim, Y. (1997). Antrenman bilgisi. 2nci Baskı. Ankara: Tutubay Yayıncılık.
- Sevimli, D. (1999). Farklı Yaş Gruplarındaki Çocuklarda Aerobik Egzersizin Kardiyopulmoner Sistem Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Sönmez GT. Egzersiz ve spor fizyolojisi. Ankara: Birlikmat, 2002.
- Sancak B, Cumhur M. Fonksiyonel Anatomi. 2. Baskı, Ankara: ODTÜ Geliştirme Vakfı Yayıncılık ve İletişim AŞ., 2002: s.97-138.
- Silbernagl S, Despopoulos A. Renkli Fizyoloji Atlası, (Çev. Nuran Hariri). İzmir: Arkadaş Tıp Kitapları, 1989: s.74-79.
- Stringer WW. Cardiopulmonary exercise testing: current applications. *Expert Rev Respir Med*.2010; 4:179-188.
- Sue DY, Hansen JE. Normal values in adults during exercise testing. *Clin Chest Med*. 1984;5, p.89-97.
- Urartu Ü. Yüzme Teknik Taktik ve Kondisyon, İstanbul: İnkılap kitabevi, 1995:s.9-12.

Vargo L, Sanderson S. Compression stockings and aerobic exercise: A Meta-Analysis. *Sport and art*. 2014; 2(4):68-73.

Yüksel, O. (2003). Üniversite Okuyan Erkek Öğrencilere Uygulanan Aerobik ve Anaerobik Egzersizlerin Dolaşım ve Solunum Sistemleri İle Vücut Yağ Oranları Üzerine Etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.

Wasserman K, Hansen JE, Sue DY, Stringer WW, Whipp BJ. Principles of Exercise Testing and Interpretation: Including Pathophysiology and Clinical Applications. 4th ed. Philadelphia, Pa: Lippincott Williams & Wilkins, 2004.

Willmore and Costill, Physiology of Sport And Exercise. 3rd ed. Human Kinetics, 2004.

“

Bölüm 2

SPORDA SOSYAL PAZARLAMA: PEŞİNDEN KOŞ ÖRNEĞİ

Hamza Kaya BEŞLER¹

Özlem IŞIK İNAN²

Uğur SÖNMEZOĞLU³

”

¹ Dr., <https://orcid.org/0000-0002-5317-8991>

² <https://orcid.org/0000-0001-8431-0070>

³ Doç. Dr., <https://orcid.org/0000-0002-6313-1329>

1. Giriş

Pazarlama kavramının ana çıkış noktası, tüketici ihtiyaç ve isteklerinin karşılanmasıdır (Seraslan, 1990: 5). İşte bu hedeften yola çıkarak, pazarlama faktörlerinin ve tekniklerinin doğru şekilde kullanılarak sosyal bir olay, fikir veya davranışın tüketicilerin alışkanlık ve tutumlarında değişiklik yaratma amacıyla kullanılması, sosyal pazarlamanın ortaya çıkışına temel neden oluşturmaktadır (Ünal, 2009: 7-8; Walter, 2011: 18). Kotler ve Andreasen (1996) sosyal pazarlamayı, “Pazarlamanın diğer alanlarından farklı olarak, pazarlamacının elde edeceği fayda için değil, öncelikli olarak hedef kitlenin ve genel toplumun faydası için sosyal davranışları etkilemeye yönelik pazarlama çalışmaları” olarak tanımlamaktadır (Akt; Weinreich, 2006:1). Özellikle yoğun rekabet ortamı ve toplumsal bilinçlenme, işletmeleri sosyal bir kuruluş haline getirmekte ve sosyal fayda yaratacak pazarlama çabalarına yöneltmektedir (Akdoğan, vd. 2012: 2). Bir fikri veya davranışı topluma benimsetmek ve olumlu davranış değişikliği yaratmak amacıyla düzenlenen pazarlama faaliyetleri sosyal pazarlamanın kapsamına girmektedir (Ünal ve Ekici, 2008: 27). Ayrıca şirketlerin sosyal pazarlama faaliyetlerine iş ortağı olmalarındaki diğer bir amaç ise tüketicilerin zihninde olumlu imajlara sahip olabilmektir (Madill ve O'Reilly 2010: 135).

Günümüzde, sosyal pazarlama kavramı, dünyadaki pek çok firmanın uyguladığı son derece önemli bir pazarlama alan haline gelmiştir. Bunun bir sonucu olarak da işletmelerde sosyal pazarlama uygulamalarına odaklanan yabancı çalışmalar, tüketicilerin satın almalarında sosyal pazarlama faaliyetlerine katılan markaları tercih ettiklerini gösteren bulgulara rastlanmaktadır (Kulter, Demirgüneş ve Özdemir, 2014: 1). Bu sonuçlar da Madill ve O'Reilly (2010) çalışmasında bahsedilen ikinci amacı desteklemektedir.

Sosyal pazarlama faaliyetleri için dünyada ve ülkemizde örnek alınabilecek konulara bakıldığında; sigarayı veya alkol bırakma kampanyaları, atıklar ve geri dönüşüm kampanyaları, trafikte kemer takma veya trafik kazalarını önleme kampanyaları, trafikte bisiklet kullanımında kask takmaya yönlendirme kampanyaları, çevre kirliliği ve enerji tasarrufu kampanyaları, sağlıklı beslenme ve obeziteye karşı bilinçlendirme kampanyaları, kızların okula gönderilmesi, mülteci kamplarındaki çocukların eğitilmesi gibi farklı alanlarda toplumsal sorunların çözümü amaçlı ve toplumun dikkatini çeken sosyal pazarlama kampanyaları yapılmaktadır.

Aktan (2017)' de “Sigara Paketlerinde Bulunan Birleşik Sağlık Uyarılarının Etkinliğinin Sosyal Pazarlama Açısından Değerlendirilmesi” çalışması ülkemizde son yıllarda yapılan sağlıklı yaşama teşvik amaçlı sosyal pazarlama kampanyalarından biri olan sigara ile mücadele konu-

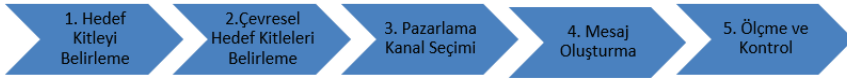
sunda farkındalık yaratmak için önemli bir örnek olarak alınabilir. Aktan bu çalışmasında sigara paketleri üzerine yerleştirilmiş resimli birleşik uyarıların, sosyal pazarlamanın sağlık alanında kullanılmasının etkilerini incelemiştir.

Sosyal pazarlamayla kurumlar, hedef tüketicilere daha sağlıklı bir ortam, yaşanılabilir bir çevre, mutlu bir toplum ve daha kaliteli bir yaşam sağlamayı amaçlamaktadır. Yeni fikir ve düşüncelerin topluma benimsetilmesi, toplumda düşünce ve davranış kalıplarında önemli değişikliklerin yapılabilmesi, geniş kalabalıklara ulaşan sosyal kampanyaların yapılmasını gerektirmektedir (Bayraktaroğlu ve İlter, 2007:117; Ünal, 2009: 9). Sosyal pazarlama ile pazarlamacıya fayda sağlamak yanında, hedef kitlenin sosyal davranışları etkilemeye çalışılmaktadır (Weinreich, 2006: 1). Toplumda sosyal pazarlama projeleri sonrası oluşacak değişim küçük veya büyük boyutlu, önemli veya önemsiz olabilir. Önemli olan değişimin toplum üzerinde yarattığı etkidir (Ünal ve Ekici, 2008: 27). Örneğin kişilerin fiziksel aktiviteye katılımını arttırmak ile spor ile ilgili var olan yanlış düşünceler de değişecek, aynı zamanda toplumda meydana gelen davranış bozukluklarında da olumlu etkiler olabilecektir.

Literatürde sosyal pazarlama unsurları, pazarlama unsurları ile aynı alınmaktadır. Bunlar; Ürün, Fiyat, Dağıtım ve Tutundurmaktır ve pazarlamanın 4P'si olarak ele alınmaktadır. Ancak sosyal pazarlamada bu unsurlara ilave olarak; kamuoyu, ortaklar, politika, fon sağlayanlar olmak üzere 4 ilave ile birlikte sosyal pazarlama karmasını oluşturmaktadır (Weinreich, 2006: 1). Kamuoyu, sosyal pazarlama programlarında Hitap edilen grupları ifade etmektedir. Ortaklık, Spor ve sağlıkla ilgili konuların karmaşık bir yapıya sahip olmasından kaynaklı diğer kurum ve kuruluşlardan alınan destek ile gerçekleştirilen iş birliğidir. Politika, sosyal pazarlama programları hedef kitlenin uzun süreli davranış değişikliğini uzun soluklu olması için oluşturulan program ve planlamalardır. Fon sağlayanlar ise proje için ihtiyaç olunan finansmanın farklı kurum, vakıf ve kaynaklardan karşılanması sonrası finansal destekleyicilerdir. (Weinreich, 2006: 3; Tokay Argan ve Akyıldız, 2010: 47-48).

Günümüzde ekonomik anlamda etkinliklere harcanan paraların büyüklükleri düşünüldüğünde, sosyal pazarlama etkinliklerinin de etkin bir şekilde uygulanabilmesi ve istenen davranış değişikliği hedefine ulaşmak için süreçte karşılaşılabilecek sorunlar göz önünde bulundurulmalı ve gerekli önlemler alınarak sosyal pazarlama programları geliştirilmelidir (Bayraktaroğlu ve İlter, 2007:119). Sosyal pazarlama kampanyalarında istenilen davranış değişiklikleri yaratabilmek ve toplumun genelinde istenilen etkiye ulaşabilmek için özellikle kitlesel iletişim ortamlarından etkin ve çok yönlü bir şekilde yararlanmak gerekmektedir (Akdoğan, vd. 2012: 3). Sosyal pazarlama programlarının istenilen hedefe ulaşması için 5 aş-

malı bir süreç takip edilmelidir (Key ve Czaplewski, 2017: 319). Şekil 1 de bu 5 aşamalı sosyal pazarlama süreci gösterilmektedir.



Şekil 1: Sosyal Pazarlama Süreci (Key ve Czaplewski 2017: 320).

Sosyal pazarlama, geleneksel pazarlamaya göre çok daha zor bir süreçtir. Çünkü, kontrol edilemeyen davranışların değiştirilmesi uzun zamanlı bir süreç gerektirmektedir. Ayrıca genellikle sosyal pazarlama projelerinin kıt kaynaklarla gerçekleştirilmesi ekonomik anlamda da projeleri zorlamaktadır (Kulter, Demirgüneş ve Özdemir, 2014:3). Ancak yapılan araştırmalar geleneksel bilgi yoğun kampanyalar toplumdaki davranış değişikliğini gerçek anlamda sürdürülebilir bir şekilde başarılı olmamaktadır. Bu nedenle sosyal pazarlama projeleri toplumda davranış değişikliği yaratabilmek için alternatif olarak görülmektedir (McKenzie-Mohr, 2000: 546).

Spor, günümüzde din, dil, ırk, cinsiyet, yaş, meslek ve benzeri herhangi biyolojik, sosyal ve kültürel ayrım kabul etmeden, tüm insanları ilgilendiren evrensel bir olgudur. Spor bir eğlence aracı, serbest zaman aktivitesi, sağlıklı olma aracı ya da bir iş olarak görülmektedir (Ekmekçi, 2009: 4-5). Bu nedenle spor, gelişmiş toplumların en yaygın, her zaman ilgi çekici olan ve etkili sosyal pazarlama alanlarından biridir (Eskiler vd. 2016:716). Özellikle kâr amacı gütmeyen spor organizasyonları pazarlama faaliyetleri açısından “Sosyal Pazarlama” faaliyeti olarak nitelendirilmektedir. Ancak bu kâr amacı güden spor kurumları sosyal pazarlama faaliyeti yapamaz anlamına gelmemektedir. Sadece destekledikleri sosyal pazarlama faaliyeti için kâr amacı gütmemektedirler. Ancak isimlerini duyurarak hedef tüketici kitlesine ulaşabilmektedirler ve aynı zamanda toplum refahı için de çalışmaktadırlar (Seraslan, 1990:7-10). Özellikle yapılan spor alanındaki sosyal pazarlama faaliyetleri ile sporun yaygınlaştırılması yanında toplum sağlığının artırılması açısından da önemli bir yer teşkil etmektedir (Eskiler vd. 2016:717).

Sporu Türk insanının ihtiyaç listesine sokabilmek için, devlet, sivil toplum kuruluşları, üniversiteler, özel şirketler ve medyanın, toplumda spor bilincinin artırılması için ortak çalışarak yeni sosyal pazarlama projeleri yürütmeleri gerekmektedir (Ünal ve Ekici, 2008: 36). Türkiye’de son yıllarda spor üzerine yapılmış olan sosyal pazarlama çalışmaları incelenmedi;

Çoknaz ve Özçakır (2011) “Sosyal Pazarlama Penceresinden Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi’nin Spor Kültürü ve Olimpik Eğitim Projesine Bir Bakış” çalışmasında yüz yüze görüşme yöntemi kullanılarak “TMOK

Spor Kültürü ve Olimpik Eğitim Projesi'nin sosyal pazarlama planlaması süreci açısından değerlendirilmiştir. Projede sosyal pazarlama planlaması sürecinin pek çok aşamasını gerçekleştirdiğini ancak bazı noktalarda daha sistematik hareket edilmesine gerek olduğunu sonucuna varılmıştır. Ünal vd. (2014) “Sosyal Pazarlama Yaklaşımı Açısından Bir Uygulama: Yaşlılarda Fiziksel Aktivitenin Yaşam Kalitelerine Etkisi” çalışmasında ise Muğla ilinde ve huzurevinde yaşayan 65 yaş ve üzeri seçilen gönüllü erkek bireylerin sosyal pazarlama kampanyası sonucu fiziksel aktivitenin yaşam kalitelerine etkisi araştırılmıştır. Sosyal Pazarlama Programına katılanların, bedensel, psikolojik ve sağlık durumları, program öncesinde ve sonrası karşılaştırılmış; fiziksel fonksiyon, vücut ağrısı, genel sağlık, sosyal fonksiyon ve fiziksel sağlık değerlerinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Eskiler vd.(2016) “Orta Dönem Çocuk Ergenlerde Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumların Sosyal Pazarlama Bağlamında Değerlendirilmesi” çalışmasında ise orta dönem (13-17 yaş) çocuk ergenlerin fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarını belirlemek amaç alınmıştır. Yaş ve cinsiyet açısından katılımcılar arasında anlamlı fark görülmemesine rağmen öz düzenleme ve kişisel engeller açısından önemli farklar bulunmuş, genç ergenlerin düzenli fiziksel aktiviteye ilişkin olumlu davranış değişikliğinin gerçekleştirilebilmesi için sosyal pazarlama uygulamalarının hayata geçirilmesi gerektiği ifade edilmektedir. Gelişmiş ülkelerde sporun önemini ve topluma olan olumlu etkisini anlayan kurumlar sosyal pazarlama faaliyetlerine gereken önemi göstermektedir. Ancak ülkemize baktığımızda sosyal pazarlamanın etkili bir şekilde kullanımı yeni yeni gelişmektedir (Ünal, 2009: 3).

Ünal (2009)'a göre de spor bilincinin yaygınlaştırılmasında, sosyal pazarlama çalışmaları oldukça önemlidir. Doğal olarak spor alanında birçok sosyal pazarlama projesi görülmektedir. Spor alanında yapılan önemli sosyal pazarlama projelerinden bir tanesi de “Peşinden Koş” projesidir. Bu etkinlik 2016 ve 2017 yıllarında Denizli ilinde Halkın ve Lisanslı sporcuların katılımları ile atletizm branşında gerçekleştirilen yaklaşık 900 civarlarında katılımcısı olan sosyal pazarlama etkinliği olmakla birlikte sürekli düzenlenmesi planlanan önemli bir etkinliktir.

Yukarıdaki bilgiler ışığında bu araştırmanın amacı spor bilimcisinin yaygınlaştırılmasına yönelik farkındalık temelli bir proje olan “Peşinden Koş” isimli programında sosyal pazarlama kavramı bağlamında değerlendirilmesidir.

2. Yöntem

Araştırmada nitel yöntemlerden yarı yapılandırılmış görüşme yöntemi kullanılmış ve veriler 6 katılımcıya önceden hazırlanan 10 adet açık uçlu soru sorularak toplanmıştır.

Araştırmada amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt örneklem yöntemi seçilmiştir. Bu örneklem yönteminin seçilmesinde “peşinden koş” etkinliğine yönelik bu araştırmada derinlemesine bilgi verebilecek düzeyde katılımcılar olarak yönetici ya da destekçiler belirlenmiştir. Verilerin analizinde içerik analizi yönteminden yararlanılmıştır. Görüşme sırasında katılımcılardan izin alınarak ses kaydı alınmıştır. Toplanan veriler düz yazı haline getirilerek deşifre edildikten sonra 3 araştırmacı tarafından analiz edilerek temalar oluşturulmuştur.

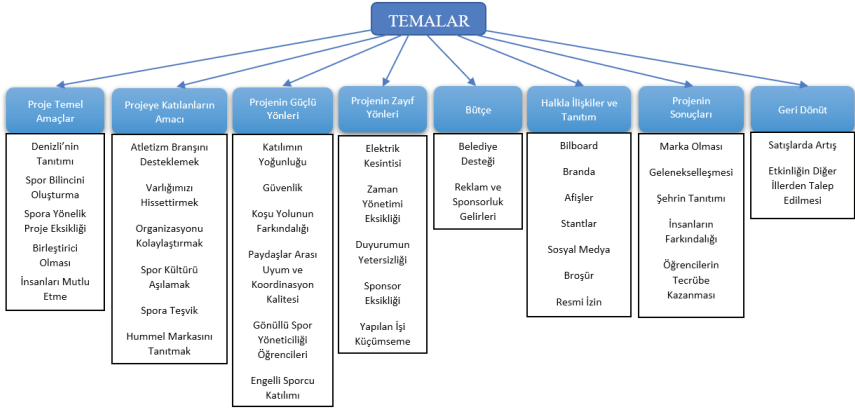
Araştırmanın konusu olan “Peşinden Koş” etkinliği 2016 ve 2017 yıllarında Denizli ilinde halkın ve lisanslı sporcuların katılımları ile atletizm branşında gerçekleştirilen bir sosyal pazarlama etkinliğidir. 2016’da yapılmış olan 1. etkinliğe 960 katılımcı müracaat etmiş, start çizgisine gelen katılımcı sayısı 480 ve yarışı bitiren katılımcı sayısı ise 265’tir. 2017’de yapılmış olan 2. etkinliğe 900 katılımcı müracaat etmiş, start çizgisine gelen katılımcı sayısı 610 ve yarışı bitiren katılımcı sayısı ise 390’dur.

3. Bulgular

Aşağıdaki Tablo 1’de katılımcıların demografik özellikleri yer almaktadır.

	YAŞ	CİNSİYET	YAPILAN SPOR	KURUM İSMİ	PROJEDEKİ GÖREVİ	GÖRÜŞME TARİHİ
YÖNETİCİ	35	Erkek	Düzenli (Kardio-Fitness)	Hummel	Komite Başkanı Ve Proje İsim Hakkı Sahibi	10.04.2018
DESTEKÇİ-1	33	Erkek	Düzenli (Yürüyüş-Fitness- Futbol)	Büyük Şehir Belediyesi	Koordinasyon ve Mali destek	13.04.2018
DESTEKÇİ-2	50	Erkek	Düzenli (Fitness)	Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü	*Antrenör ve Sporcu Sağlama	13.04.2018
DESTEKÇİ-3	40	Erkek	Düzenli (Yürüyüş-Fitness)	Hacı Şerif	Sponsorluk	10.04.2018
DESTEKÇİ-4	33	Erkek	Düzenli	Marco Visa	İletişim	26.04.2018
DESTEKÇİ-5	46	Erkek	Düzenli (Basketbol-Golf- Fitness)	Pamukkale Üniversitesi	Gönüllü Directörü	16.04.2018

Tablo:1 Demografik Bilgiler



Şekil-2: Görüşmelerin Analizi Sonrasında Elde Edilen Temalar Ve Kodlamalar

4. TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmının bulguları dikkate alındığında projenin sonuçlarının toplumsal amaçları doğrultusunda olumlu ve faydalı olduğu görülmektedir. Projenin temel amaçları dikkate alındığında *Denizli'nin Tanıtımı*, *Spor Bilinci Oluşturma*, *Spor Yönelik Proje Eksikliği*, *Birleştirici Olması* ve *İnsanları Mutlu Etme* gibi kavramlar göze çarpmaktadır. Sosyal pazarlama uygulamaları sağlıklı bir nesil ve toplum yaratmayı amaç edindiği düşünüldüğünde, toplumda spor bilincinin oluşturulması hedefleyen “Peşinden Koş” etkinliği sağlıklı bir toplum yetiştirilmesi ve fayda sağlama bağlamında “sosyal pazarlama” kavramıyla örtüşmektedir (MacFadyen vd., 1999; Cheng vd., 2010).

Aynı şekilde projeye katılanlarında amaçları dikkate alındığında sosyal pazarlamanın ilkeleri ile ters düşmediği aksine örtüştüğü görülmektedir. Ancak “*Hummel Markasını Tanıtmak ve Bilinirlik Yaratma*” ifadesi sosyal bir amaçtan ziyade ticari bir amaç olarak nitelendirilebilir. Fakat bu durum sosyal pazarlama programında yer alan kuruluşun ticari faaliyetlerinden ziyade toplumsal refahın gelişmesi gerektiği konusu ile çelişmektedir (Gordon, McDermott, Stead ve Angus, 2006). Ayrıca sosyal pazarlama faaliyetleri geleneksel pazarlamanın kar odaklı amaçlarının tersine toplumsal fayda odaklı amaçlar taşımaktadır (Başaran, 2021).

Projenin Güçlü Yönleri adlı tema dikkate alındığında yönetim ve organizasyonla ilgili kavramlar göze çarpmaktadır. Bu kavramlar sosyal pazarlama süreci kavramı bağlamında değerlendirilebilir (Key ve Czaplewski 2017: 320). Ancak burada dikkat çeken en önemli kavram “*engelli sporcu katılımı*”dır. Unutmamak gerekir ki sosyal pazarlama topluma fayda sağlama, farkındalık yaratma ve davranış değişikliği yaratma gibi

kavramların üzerinde önemle durmaktadır (Weinreich, 2006: 1). Bir sosyal pazarlama programı için benzer hedeflere sahip paydaşların ortaklıklar kurulması projenin başarısında etkilidir. Bu projede de belediye, kamu ve özel firmaların ortaklıklar kurduğu görülmektedir. Dinan ve Sergent (2000) sosyal pazarlama programlarının kamu ve özel sektör kuruluşları açısından yakın çalışma gerektirdiğini ifade etmektedir.

Projenin zayıf yönleri dikkate alındığında “*elektrik kesintisi*” ve “*yapılan işin küçük görülmesi*” proje yöneticilerin kontrolü dışında dışsal bir faktör olarak değerlendirilebilir. Ancak “*zaman yönetimi eksikliği*”, “*duyurumun yetersizliği*” ve “*sponsor eksikliği*” proje yürütücülerin bu noktada yeterli ve doğru adımları atmamaları ile yorumlanabilir. İletişim araçlarının sosyal pazarlama programlarında hedef kitlelere ulaşabilmenin yanı sıra ikna edicilik ve çekicilik stratejisi olarak önemli olduğu bilinmektedir (Çiftçi ve Agocuk, 2021). “Peşinden Koş” etkinliğinde iletişim araçlarının etkin kullanılmamasının duyurumun yetersizliğinin temel nedenlerinden biri olduğu ifade edilebilir. Örneğin duyurumların sosyal medya, afişler ve billboardlar şeklinde farklı kanallardan da yapılması “Peşinden Koş” etkinliğinin başarılı bir sosyal pazarlama örneği olarak ortaya çıkmasına imkân verebilir. Fakat araştırma bulgularına göre “Peşinden Koş” etkinliğinin zayıf yönlerinden biri olarak duyurum eksikliği ortaya çıkmıştır. Bu noktada sosyal pazarlamada paydaşların sahip olduğu network gücü duyurum ve tanıtım anlamında kullanılmasının önemli olduğu düşünüldüğünde (Şentürk, 2020) bu gücün daha fazla kullanılarak “Peşinden Koş” projesinin tanıtım ve farkındalık faaliyetlerinin desteklenmesi sağlanabilir. Dolayısıyla yönetim biliminin en önemli kaynağı olan zamanın iyi yönetilmesi ve pazarlamanın önemli unsuru olan duyurumun iyi yapılması amaçlara ulaşabilmek açısından önem arz etmektedir. Ayrıca bütçe olarak projeyi değerlendirdiğimizde “*belediye desteği*” ve “*reklam ve sponsorluk gelirleri*” ifadeleri dikkat çekmektedir. Her ne kadar projenin zayıf yönleri temasında sponsor sıkıntısından bahsedilse de bütçe temasındaki ifadeler bu bağlamda çok fazla sorun yaşanmadığına dair bir algı oluşturmaktadır.

Toplumsal faydayı temel alan sosyal pazarlama faaliyetlerinin, toplumda yaygınlaşmasını sağlayan en önemli tutundurma bileşeni sosyal reklam olarak karşımıza çıkmaktadır (Yetkin Cılızoğlu, Dondurucu ve Çetinkaya, 2020). Bu bağlamda “Peşinden Koş” etkinliği halkla ilişkiler ve tanıtım açısından billboard, afiş vb. yanı sıra sosyal medya reklamlarının etkili bir şekilde kullanılmasının projenin amaçları açısından olumlu katkısının olduğu belirtilebilir.

Projenin sonuçları isimli tema dikkate alındığında sosyal pazarlamanın tanımına ve amaçlarına uygun bazı kavramlar göze çarpmaktadır. “*İnsanların farkındalığının*” artması teması projenin insanlara ulaşabil-

diğini verilmek istenen mesajın verebildiğini göstermektedir. Bu durum sosyal pazarlamanın toplumsal sorunların çözümünde farkındalık oluşturmaya hedefinin önemli konulardan biri olduğu düşünüldüğünde (Yeşilyurt, 2021) “Peşinden Koş” etkinliğinde bu hedefin gerçekleştirildiği ifade edilebilir. Buna ek olarak “*öğrencilerin tecrübe kazanması*” adlı ifade kişisel gelişim anlamında öğrencilere faydalı olduğuna işaret etmektedir. Ayrıca “*marka olması*” ve “*gelenekselleşmesi*” temaları etkinliğin markalaştığına ve ilerleyen süreçlerde de organize edilecek olan sürdürülebilir bir proje olmasına olanak sağlamıştır. Sosyal pazarlamanın hedef tüketici kitlesine ulaşmak ve toplumun refahı için çalışmak (Seraslan, 1990:7-10) gibi amaçlarının da olduğu göz önünde bulundurulduğunda projenin sonuçlarının olumlu olduğu söylenebilir.

Son tema olan geri dönüte bakıldığında firmaların ticari anlamda da amaçlarına ulaştıkları görülmektedir. Bu durumu “*satışlarda artış*” olarak ifade edilmiştir. Buna ek olarak “*etkinliğin diğer illerden talep edilmesi*” de önemli bir geri dönüttür. Daha önce vurgulandığı üzere proje sürdürülebilir bir formata bürünerek tekrarlanmasının yanında başka illerden de talep görmeye başlamıştır. Sosyal pazarlamada sürdürülebilir bir davranışı teşvik eden programlar ortaya konulması sosyal pazarlama uygulamalarında istenilen davranışı olumlu etkileyeceği düşünülmektedir (Cevher, 2021). Dolayısıyla “Peşinden Koş” etkinliği yerel olmaktan ziyade daha geniş kitlelere ulaşabilme ve sürdürülebilirlik potansiyeli ile sosyal pazarlama anlamında önemli bir etkinlik olduğu ifade edilebilir.

Sonuç olarak sosyal pazarlama bağlamında Peşinden Koş projesine değerlendirildiğinde, spor bilinci yaratılmasında insanlarda bir farkındalık oluşturulmasına katkı sağladığı görülmektedir. Ayrıca sosyal pazarlama programlarında yer alan paydaşların belli amaçlar etrafında ortak hareket edebildikleri, özellikle öğrencilerin gönüllülük faaliyetleri açısından tecrübe kazanarak farkındalıklarının arttığı, sürdürülebilirlik ve markalaşma anlamında kazanımların elde edildiği bir görülmüştür.

5. ÖNERİLER

- Bu araştırma farklı proje yürütücüleri ile yapılabilir.
- Bu araştırma karma bir yöntem kullanılarak yapılabilir.
- Bu tarz projelerin sayısı ülke genelinde artırılarak toplumda farkındalık artırılabilir.
- Sosyal pazarlamada paydaşların ortak çabalarının hedefe ulaşmada olumlu katkısı göz önünde bulundurularak sosyal pazarlama programlarında paydaşlık anlayışının gelişmesi için çalışmalar yapılabilir

-Sosyal pazarlama uygulamalarında toplumsal konularla ilgili çalışmalar yapan sivil toplum örgütlerinin de bu tür etkinliklerde daha fazla yer almasının sağlanması gerekmektedir. Çünkü sivil toplum örgütleri daha hızlı geri bildirim almakta, gönüllülük anlayışı ile hareket etmektedir.

KAYNAKÇA

- Akdoğan, ř. M., oban, S., & ztürk, R. (2012). Medyada Yer Alan Sosyal Pazarlama Kampanyalarına Yönelik Tüketici Değerlendirmeleri: Konya İlinde Bir Uygulama. Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 39, 1-18.
- Aktan, M. (2017). Sigara Paketlerinde Bulunan Birleşik Sağlık Uyarılarının Etkinliğinin Sosyal Pazarlama Açısından Değerlendirilmesi. Business and Economics Research Journal, 8(3), 555-573.
- Bayraktaroğlu, G., & İlter, B. (2007). Sosyal Pazarlama: Engeller ve Öneriler. Ege Akademik Bakış, 7(1), 117-132.
- Başaran, M. (2021). Sosyal Pazarlama Çerçevesinde Bir İnceleme: Covid-19 Kamu Spotları Örneği . Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi Medya ve İletişim Araştırmaları Hakemli E-Dergisi, (9), 50-71 .
- Cevher, M. F. (2021). Kriz Dönemlerinde Sosyal Pazarlama: Covid-19 İncelemesi . Bingöl Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi , Uluslararası İktisadi ve İdari Bilimler Kongresi: Krizler, Belirsizlikler ve Arayışlar Özel Sayısı , 97-116 . DOI: 10.33399/biibfad.1029333
- Cheng H, Kotler P and Lee NR (2010). Social Marketing for Public Health. Global Trends and Success Stories, :1-30.
- Cıftıcı, D. & Agocuk, P. (2021). Kamu Spotlarında Sosyal Pazarlama Ve İkna: Türkiye Radyo Ve Televizyon Kurumu Üzerine Bir İnceleme . Kritik İletişim Çalışmaları Dergisi , 3 (1) , 34-55
- Çoknaz , D., Özbakır Umut, M., & Nurtanış Velioğlu, M. (2016). Sosyal Pazarlamada Hazır Kitleyi Bulmak ve Haritalamak: Baby Boomers’larda Fiziksel Aktiviteye Yönelik Araştırma. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 17(2), 81-105.
- Çoknaz, D., & Özçakır, S. (2011). Sosyal Pazarlama Penceresinden Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi’nin Spor Kültürü ve Olimpik Eğitim Projesine Bir Bakış. Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, XVI(1), 15-26.
- Dinan, C., & Sergent A. (2000). Social Marketing and Sustainable tourism- Is There A Match. International Journal of Tourism Research, 1-14
- Ekmekçi, R. (2009). Spor Yönetimi Kavram ve Özellikler. N. h. Basım, & M. Arğan içinde, spor yönetimi (s. 3-33). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Eskiler, E., Küçükbiş, F., & Gülle, M. (2016). Orta Dönem Çocuk Ergenlerde Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumların Sosyal Pazarlama Bağlamında Değerlendirilmesi. International Congresses on Education 2016 - Book of Proceedings (s. 716-722).
- Gordon, R., McDermott, L., Stead, M. ve Angus, K. (2006). The effectiveness of social marketing interventions for health improvement: What’s the evidence? Public Health, 120(12), 1133–1139. doi:10.1016/j.puhe.2006.10.008

- İlter, B., & Bayraktaroğlu, G. (2007). Kar Amacı Gütmeyen Sosyal İçerikli Pazarlama Uygulamaları: Sosyal Pazarlama. Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi(28), 49-64.
- Key, T., & Czaplewski, A. J. (2017). Upstream social marketing strategy: An integrated marketing communications approach. *Business Horizons*, 60, 325—333.
- Kulter Demirgunes , B., & Özdemir, S. S. (2014). Social Marketing Concept & Application of Social Marketing on Organizations. *International Journal of Advances in Management and Economics*, 3(4), 1-7.
- Madill, J., & O'Reilly, N. (2010). Investigating social marketing sponsorships: Terminology, stakeholders, and objectives. *Journal of Business Research*, 63, 133-139.
- MacFadyen, L., Stead, M., & Hastings, G. (1999). A synopsis of social marketing. *Institute for Social Marketing*, 1-10.
- McKenzie-Mohr, D. (2000). Promoting Sustainable Behavior: An Introduction to Community-Based Social Marketing. *Journal of Social Issues*, 56(3), 543–554.
- Seraslan, Z. M. (1990). Spor Pazarlaması: Sporun Topluma Yaygınlaştırılmasında Pazarlama Tekniklerinden Yazarlanma. İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Fakültesi, Pazarlama Anabilim Dalı, Basılmamış Doktora Tezi, İstanbul.
- Şentürk, T. (2020). Sosyal Pazarlamada Kullanılan Teori ve Modeller . Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu Dergisi , 23 (2) , 603-621 . DOI: 10.29249/selcuksbmyd.785966
- Tokay Argan, M., & Akyıldız, M. (2010). Sporu Yaygınlaştırma (Herkes İçin Spor Perspektifinden) Aracı Olarak Sosyal Pazarlama Yaklaşımı. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 1(3), 39-51.
- Ünal, H. (2009). Spor Bilincinin Yaygınlaştırılmasında Sosyal Pazarlamanın Toplum Tutumuna Etkisi. Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilimdalı, Basılmamış Doktora Tezi, İstanbul.
- Ünal, H., & Ekici, s. (2008). Sosyal Spor Pazarlaması . *Spor Yönetimi ve Bilgi Teknolojileri Dergisi*, 3(2), 27-38.
- Ünal, H., Yıldırım, D., & Babayigit İrez, G. (2014). A Study In Terms Of Social Marketing Approach: The Effects Of Physical Activitiy On Quality Of Life In Elderly. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 8(1), 83-92.
- Walter , W. (2011). Developing more effective social marketing strategies. *Journal of Social Marketing*, 1(1), 17-31.
- Weinreich, N. K. (2006). What Is Social Marketing? 05 2018, 08 tarihinde www.social-marketing.com. adresinden alındı

- Yeşilyurt, . (2021). COVID-19 Pandemi Sürecinin Yönetilmesinde Sosyal Pazarlama Aracı Olarak Kamu Spotlarının İncelenmesi: İçerik Analizi . OPUS International Journal of Society Researches, Pandemi Special Issue , 3470-3500 . DOI: 10.26466/opus.855071
- Yetkin Cılızoğlu, G. , Dondurucu, Z. & etinkaya, A. (2020). Sosyal Pazarlama Bağlamında Covid-19 Salgını Sürecinde GSM Operatörlerinin Youtube Reklamlarının Analizi . Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD) , 6 (1) , 280-299

“

Bölüm 3

**KRİKET GENÇLER TÜRKİYE
BİRİNCİLİĞİ ŞAMPİYONASINA
KATILAN SPORCULARIN, KRİKET
SPORUNU TERCİH ETME NEDENLERİ**

Hüsniye ÇELİK¹

Osman GIDİK²

”

1 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;
<https://orcid.org/0000-0001-8022-4466>

2 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;
<https://orcid.org/0000-0003-0811-9324>

Giriş

Kriket sporu ilk defa 16. yüzyılda İngiltere'nin güneyinde oynanmış ve 18. yüzyıl sonunda İngiltere'nin millî sporu olmuştur. Britanya İmparatorluğu ülke sınırlarını genişleterek sömürgelerinde yaygınlık göstermeye başlamış ve ilk olarak 19. yüzyılda uluslararası boyutta maçlar oynanmıştır. Günümüzde Uluslararası Kriket Konseyinin 10 üyesi vardır ve bu spor branşı Avustralya, Hindistan, İngiltere, Karayipler ve Güney Afrika'da popüler bir spor branşı olarak oynanmaktadır (Anonim, 2022).

Kriket, iki takım arasında, 11'er kişiden oluşan sopa ve topla oynanan bir spor dalıdır. Oyun alanının merkezi üzerinde 20 m uzunluğunda dikdörtgen bir saha birde dairemsi bir alan bulunur. Dikdörtgen sahanın bir ucunda yer alan atıcı olarak bilinen oyuncu topu, vurucu olarak bilinen oyuncunun bulunduğu diğer uca doğru fırlatarak vurucu oyuncusunun arkasında bulunan kale benzeri düzeneğe (wicket) değdirmeye çalışır, vurucu oyuncusu ise topun wicketa değmesini engellemek için sopa yardımıyla topa vurmaya çalışır. Başarılı bir vuruş gerçekleştirildikten sonra atıcı oyuncular topu yakalamaya çalışırken, sahada yer alan vurucu oyuncusu da karşısındaki wicketa doğru koşar. Oyunda Run ve Over adı verilen sistemler vardır. Bu sistemlerden Run, top oyun alanı dışına çıkmadan yakalanmasına verilen addır. Over'da ise her 6 atışta bir oyuncunun değıştırilmesi gerekir ve oyun dışında kalan oyuncu yerine başka bir oyuncunun girmesi zorunludur. Kriket müsabakalarının uluslararası boyutta kullanılan üç ana formatı vardır. Bu üç formattan ilki Twenty20 formatıdır. Twenty20 formatında iki takımda 20'ser over yapmalıdır ve ilk 20 overın yapılmasından sonra takımların görevleri değışir. Eğer ki takım oyuncularından 10 vurucu oyun dışında kalır ise takımlar 20 overa ulaşmasa bile takımların görevleri değıştırılır. Bu iki devreden oluşan her bir bölüme innings adı verilmektedir. Yapılan bir günlük maç içerisinde iki takım 50'ser over gerçekleştirmektedir. Beş gün süren deneme uygulamasındaki bir maçta ise her iki takımın 2'ser innings hakkı bulunmaktadır ve bu inningsler için over sınırlaması bulunmamaktadır. Son inningste vurucu görevindeki takım, rakip takımın toplam run sayısına ulaşamamışsa aradaki run sayı farkına bakılır ve daha çok runı olan takım, aradaki sayı farkı kadar runla kazanmış olur. Maçın sonunda vurucu görevindeki takımın sayısı, rakip takımın run sayısını geçmişse, 10 sayısından maç toplamında elde ettiğı wicket sayısı çıkarılır ve kalan sayı kadar wicketla maçı kazanmış olur. Takımların elde ettiğı skor sayıları run/wicket şeklinde ele alınmaktadır (Anonim, 2022).

Kriket sporcuları antrenman süreçlerinde bu sporu yapma nedenleriyle karşılaşabilmektedirler. Bunların başında zorluklara karşı direnç gösterme, stres ve baskı altında pozitif düşünebilme gibi özellikler vardır. Sporcular bu sporu tercih etme durumlarında bireysel kazanım ya da

kaybetmelerle ilgili doğrudan tecrübelerinden, diğer kişileri izleyerek edindikleri dolaylı tecrübelerden, fizyolojik ve duygusal durumlardan etkilenmektedir. Sporcuların başarılı tecrübeleri, bir işin üstesinden gelebilmek ve başarabilme inancını artırmaktadır. Bunun yanında sporcuların bir işlevde yetkin olduklarına dair teşvik edilmeleri, etrafında ki kişilerin başarılı tecrübelerini modellemeleri de bu sporu tercih etme düzeylerini de artırmaktadır.

Farklı bir şekilde spor, fiziksel, zihinsel, psikolojik, sosyal, kültürel, ekonomik, eğitim, politik ve teknoloji gibi birçok alanın çeşitli yönlerden gelişmelerini sağlayan yarışmalı veya yarışmasız olarak yapılabilen doğal, eğlenceli olmanın yanı sıra planlı ve programlı bilimsel hareketlerin bütünüdür (Özmen, 1979). Öte yandan spor yapılan bir ortamda sporcu hem becerilerini hem de rakiplerinin becerilerini de tanımaktadır. Aynı zamanda eşit şartlarda yarışmayı, kaybettiği zamanlarda kaybetmeyi kabul ederek başkalarını tebrik edebilmeyi kazandığı zamanlarda ise mütevazı olabilmeyi, başkalarına yardım etmeyi, zamanla ve doğayla yarışarak hem zamanını hem de başarı seviyesini en uygun şekilde kullanmayı öğrenmektedir. Bu anlamda spor insanı birçok yönden yaşama hazırlamayı hedefleyen modern eğitim sisteminin önemli bir parçasıdır (Öztürk, 1998). Düzenli olarak yapılan spor bireylerin hareketsiz yaşantılarından daha hareketli yaşama geçebilmesi için gereken motivasyonu sağlamanın başlıca yollarındandır (Çeker ve ark., 2013). Örnek bir çalışmada bireylerin sağlık, kilo kontrolü, kas gelişimi, fiziksel görünüş, eğlenmek, psikolojik nedenler, başkalarıyla bir arada olmak fiziksel imaj gibi nedenlerle güdülendikleri belirlenmiştir (Hausenblas ve ark., 2004). Kuşkusuz spor kişinin bedensel olarak koordinasyonu geliştirmeyi hedefleyen oyun, yarışma ve mücadeleleri de içinde barındıran bedensel faaliyetlerdir (Konter, 2010). Aynı zamanda takım oyunları veya bireysel olarak gerçekleştirilebilmesi nedeniyle bir taraftan bireyin kendi kendine rekabet dış fiziksel hareketlerini de içerebilmekte diğer taraftan kurallar çerçevesinde rekabet ortamında gerçekleştirilmektedir (Yetim, 2006). Sporcuların gerek eğitim süreçlerinde gerek sosyal yaşamlarında mutlu ve huzurlu olabilecekleri alanların oluşturulması ve onların fizyolojik, psikolojik ve sosyal olarak rahatlamalarını sağlayacak etkinliklere katılmaya ihtiyaçları vardır. Spor ile uğraşan sporcuların egzersize katılım mutluluklarının ve motivasyon düzeylerinin artmakta olduğu da bilinmektedir. Zira kriket sporuna katılım bireyde, arkadaşlık ilişkileri kurmakta, yeni tecrübeler kazanma, başarıya duygusu, fiziksel dayanıklılık, zihinsel güçleri kullanma, duygusal tecrübe ve dinlenme gibi birçok özelliği geliştirmektedir (Tezcan, 1994). Kriketin, geniş kitleler tarafından kolayca oynanabilecek bir spor olması ve sporcuların farklı birçok yönden gelişmesine olanak sağlaması açısın-

dan yaygınlaştırılması ve kriket sporunun tercih edilme nedenlerinin belirlenmesine yönelik inceleme önemli görülmektedir.

Bu çalışmanın amacı; 2021-2022 yılı Okul Sporları Kriket Gençler Türkiye Birinciliği Şampiyonasına katılan sporcuların kriket sporunu tercih etme nedenlerinin belirlenmesidir.

YÖNTEM

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada; 2021-2022 eğitim öğretim yılı okul sporları Kriket Gençler Türkiye Birinciliği Şampiyonasına katılan sporcuların kriket sporunu tercih etme nedenlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada mevcut durumu ortaya çıkartmak için tarama modeli kullanılmıştır. Karasar'a (2014), göre tarama modeli "geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekli ile betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır." olarak tanımlanmaktadır.

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu 2021-2022 yılı Okul Sporları Kriket Gençler Türkiye Birinciliği Şampiyonasına katılan, 175 Kız ve 245 Erkek toplam 420 kriket sporcusu oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada, araştırmacılar tarafından hazırlanan demografik bilgi formu ve sporcuların kriket sporunu tercih etme nedenlerini belirlemek için Gülbahçe (2011), tarafından geliştirilen "Spor Yapma Nedenleri Ölçeği" kullanılmıştır.

Demografik Bilgi Formu

Çalışmada kullanılacak demografik bilgilerin (cinsiyet, doğum yılı, okul sınıf düzeyi, oynadıkları mevki, spor yaşı, aile destek durumu, babanızın mesleği, annenizin mesleği) ve değişkenlerin tespit edilmesi amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği

Gülbahçe (2011), tarafından geliştirilen "Spor Yapma Nedenleri Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek 5 alt boyuttan ve toplamda 16 sorudan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları; "Çevreyi etkileme" (soru maddesi; 8; 9), Sosyal çevre edinmek için" (soru maddesi; 15; 16), "Çevreden etkilenme" (soru maddesi; 3; 4; 6; 7), "Yakın çevrenin etkisi" (soru maddesi; 1; 2; 5; 14) ve "Sporun yararına inanma"

(soru maddesi; 10; 11; 12; 13) olarak isimlendirilmiş ve ölçeğin alt boyutlarından alınacak en yüksek puanın spor yapma nedeninin karşılığı olabileceği olarak açıklanmıştır. Ölçeğin madde işaretlemeleri “Evet” ve “Hayır” şıkları ile işaretlenmektedir. “Spor Yapma Nedenleri Ölçeği” sorunlu madde bulundurmamakta ve ölçekteki alt boyutların 16 maddesine göre Cronbach’s Alpha katsayısının 0,76 olduğu bilinmektedir.

Verilerin Analizi

Veri analizlere yapılmadan önce, veri analizleri ile ilgili normallik, homojenlik gibi varsayımlara bakılarak istatistiksel bilgiler oluşturulmalıdır. Araştırmacı bu bilgiler doğrultusunda hangi analiz tekniklerini kullanacağını belirlemelidir (Tozoğlu ve Dursun, 2020).

Araştırmada, öncelikli olarak ölçek aracılığı ile elde edilen verilerin kayıt edilmesi ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Analizde ilk olarak, sporcuların doldurduğu kişisel bilgi formu ve “Spor Yapma Nedenleri Ölçeği” detaylı bir şekilde kontrol edilmiştir. Daha sonra araştırmaya uygun olan veriler, elektronik ortama aktarılıp ve verilerin analizinde değerlendirilmeye alınmıştır. Verilerin analizinde SPSS 26,00 paket programı kullanılmıştır. Veriler analiz edilirken öncelikle tanımlayıcı analiz teknikleri kullanılmıştır. Normal dağılım gösteren verilerde parametrik testlerden, iki farklı bağımsız değişkenler ile Spor Yapma Nedenleri Ölçeği arasındaki farklılaşmayı belirlemek için “Bağımsız Örneklemeler için T-testi” ve ikiden fazla farklı değişken ile Spor Yapma Nedenleri Ölçeği arasındaki farklılaşmayı belirlemek için “Tek Yönlü Varyans Analizi” yapılarak sonuçlar $p<0,05$ önem düzeyine göre değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmadaki Sporcuların Kişisel Değişkenlerine İlişkin Dağılımı

Değişkenler		n	%
Cinsiyet	Kız	175	58,3
	Erkek	245	41,7
Doğum Yılı	2005 Doğumlu	158	37,6
	2006 Doğumlu	129	30,7
	2007 Doğumlu	133	31,7
Kaçınıcı Sınıfta Okuyorsunuz?	9. Sınıf	68	16,2
	10. Sınıf	124	29,5
	11. Sınıf	117	27,9
	12. Sınıf	111	26,4
Oynadığınız Mevki	Kaleci	29	6,9
	Atıcı	189	45,0
	Vurucu	202	48,1

Kaç Yıldır Kriket Sporunu Yapıyorsunuz?	1-2 Yıl	166	39,5
	3-4 Yıl	135	32,1
	5 Yıl ve Üstü	119	28,3
Aileniz Kriket Sporunu Yapmanızı Destekliyor Mu?	Evet	283	67,4
	Hayır	137	32,6
Baba Meslek	Çalışmıyor	35	8,3
	Çiftçi	88	21,0
	Memur	115	27,4
	İşçi	103	24,5
	Serbest Meslek	79	18,8
Anne Meslek	Ev Hanımı	204	48,6
	Çiftçi	53	12,6
	Memur	97	23,1
	İşçi	66	15,7
Toplam		420	%100

Araştırma 175 kız ve 245 erkek toplam 420 sporcu üzerinde yapılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların doğum yılına bakıldığında; 158'inin 2005 doğumlu, 129'unun 2006 doğumlu, 133'ünün 2007 doğumlu grupta yer alırken sporcuların okudukları sınıf düzeylerinin 68'inin 9.sınıf, 124'ünün 10.sınıf, 117'sinin 11.sınıf ve 111'nin de 12. sınıf olduğu tespit edilirken sporcuların oynadıkları mevkilere bakıldığında 29'unun kaleci, 189'unun atıcı ve 202'sinin vurucu olduğu bulunmuştur. Sporcuların spor yaşlarına baktığımızda ise; 166'sının 1-2 yıl, 135'inin 3-4 yıl ve 119'unun 5 yıl ve üstü grupta yer aldığı bulunmuştur. Sporcuların aile destek durumuna bakıldığında; 283'ünün desteklediğini ve 137'sinin desteklemediği görülmektedir. Sporcuların baba meslekleri; 35'inin çalışmadığı, 88'inin çiftçi, 115'inin memur, 103'ünün işçi ve 79'u serbest meslek grubunda iken anne meslekleri; 204'ü ev hanımı, 53'ünün çiftçi, 97'sinin memur ve 66'sı işçi grupta yer almaktadır.

Tablo 2. Spor Yapma Nedenleri Ölçeğinin Güvenirlilik Dağılımları (Genel)

Cronbach's Alpha Katsayısı	Soru Sayısı
0,873	16

Araştırmamızda kullanılan spor yapma nedenleri ölçeği güvenilirlik dağılımı sonuçlarına göre; Cronbach's Alpha katsayı değeri 0,873 bulunmuştur. Bu değer $0.80 < R^2 < 1.00$ değerleri arasında olduğundan yapılan ölçeğin yüksek güvenilirlikte olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca çalışmamızda kullanılan "spor yapma nedenleri ölçeği alt boyutlarının", çevreyi etkilme alt boyutunun güvenilirliği 0,575 değeri ile düşük güvenilirlikte, sosyal çevre edinme alt boyutunun güvenilirliği 0,652 değeri ile düşük güvenilirlikte, çevreden etkilenme alt boyutunun güvenilirliği 0,686 değeri ile oldukça güvenilir, yakın çevrenin etkisi alt boyutunun güvenilirliği 0,452 değeri ile

düşük güvenilirlikte ve sporun yararına inanma alt boyutunun güvenilirliğinin ise 0,748 değeri ile oldukça güvenilir düzeylerinde bulunmuştur.

Tablo 3. *Kriket Sporcularının Cinsiyet ile Spor Yapma Nedenleri Ölçeği T-Testi Sonuçları*

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği Alt Boyutları	Cinsiyet	n	x	ss	sd	t	p
Genel	Erkek	245	1,340	0,259	399,216	2,839	0,005*
	Kız	175	1,271	0,230			
Çevreyi Etkileme	Erkek	245	1,320	0,384	393,938	2,223	0,027*
	Kız	175	1,240	0,350			
Sosyal Çevre Edinme	Erkek	245	1,322	0,407	403,612	2,141	0,033*
	Kız	175	1,242	0,350			
Çevreden Etkilenme	Erkek	245	1,346	0,345	408,208	3,542	0,000*
	Kız	175	1,237	0,287			
Yakın Çevrenin Etkisi	Erkek	245	1,478	0,251	418,000	2,812	0,005*
	Kız	175	1,411	0,225			
Sporun Yararına İnanma	Erkek	245	1,213	0,319	418,000	0,535	0,593
	Kız	175	1,197	0,281			

**p<0,05 düzeyinde anlamlı*

Sporcuların cinsiyetleri ile spor yapma nedenleri ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda sporcuların cinsiyetleri ile spor yapma nedenleri ölçeği alt boyutlarından çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilene ve yakın çevre etkisine göre anlamlı bir farklılık olduğu bulunurken sporun yararına inanma alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 4. *Kriket Sporcularının Aile Destek Durumu ile Spor Yapma Nedenleri Ölçeği T-Testi Sonuçları*

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği Alt Boyutları	Aileniz Kriket Sporunu Yapmanızın Destekliyor mu?	x	ss	sd	t	p
Genel	Evet	283	1,300	0,232	-1,218	0,224
	Hayır	137	1,334	0,281		
Çevreyi Etkileme	Evet	283	1,284	0,361	248,397	0,851
	Hayır	137	1,291	0,395		
Sosyal Çevre Edinme	Evet	283	1,279	0,366	236,921	0,464
	Hayır	137	1,310	0,425		
Çevreden Etkilenme	Evet	283	1,299	0,325	264,333	0,878
	Hayır	137	1,304	0,331		
Yakın Çevrenin Etkisi	Evet	283	1,431	0,229	418,000	0,018*
	Hayır	137	1,490	0,265		
Sporun Yararına İnanma	Evet	283	1,189	0,279	224,204	0,136
	Hayır	137	1,240	0,347		

**p<0,05 düzeyinde anlamlı*

Sporcuların aile destek durumları ile spor yapma nedenleri ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda sporcuların aile destek durumu ile spor yapma nedenleri ölçeği alt boyutlarından yakın çevre etkisi alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu bulunurken diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 5. *Kriket Sporcularının Spor Yapma Nedenleri Ölçeği ile Doğum Yılı Değişkeni Karşılaştırılması (One- Way Anova)*

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği Alt Boyutları	Doğum Yılı	n	x	ss	f	p	Tukey
Genel	2005 Doğumlu	158	1,361	0,259			2005
	2006 Doğumlu	129	1,302	0,205	6,237	0,002*	Doğumlu>2007 Doğumlu
	2007 Doğumlu	133	1,260	0,267			
Çevreyi Etkileme	2005 Doğumlu	158	1,379	0,388			2005
	2006 Doğumlu	129	1,248	0,343	8,419	0,000*	Doğumlu>2006 Doğumlu, 2007 Doğumlu
	2007 Doğumlu	133	1,214	0,360			
Sosyal Çevre Edinme	2005 Doğumlu	158	1,357	0,399			2005
	2006 Doğumlu	129	1,286	0,389	5,339	0,005*	Doğumlu>2007 Doğumlu
	2007 Doğumlu	133	1,210	0,354			
Çevreden Etkilenme	2005 Doğumlu	158	1,351	0,325			2005
	2006 Doğumlu	129	1,294	0,293	3,679	0,026*	Doğumlu>2007 Doğumlu
	2007 Doğumlu	133	1,248	0,351			
Yakın Çevrenin Etkisi	2005 Doğumlu	158	1,481	0,253			
	2006 Doğumlu	129	1,439	0,227	2,118	0,122	-
	2007 Doğumlu	133	1,424	0,244			
Sporun Yararına İnanma	2005 Doğumlu	158	1,246	0,331			2005
	2006 Doğumlu	129	1,209	0,266	3,261	0,039*	Doğumlu>2007 Doğumlu
	2007 Doğumlu	133	1,156	0,299			

**p<0,05 düzeyinde anlamlı*

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile doğum yılı değişkeni için yapılan varyans analizine göre doğum yılı (yaş) değişkeni ile ölçek alt boyutlarından çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilenme ve sporun yararlarına inanma boyutlarında anlamlı bir farklılık olduğu bulunurken yakın çevre edinme alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 6. *Kriket Sporcularının Spor Yapma Nedenleri Ölçeği ile Okudukları Sınıf Düzeyi Değişkeni Karşılaştırılması (One- Way Anova)*

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği Alt Boyutları	Kaçıncı Sınıfta Okuyorsunuz?	n	x	ss	f	p	Tukey
Genel	9. Sınıf	68	1,399	0,249	9,731	0,000*	9. Sınıf>10. Sınıf, 12. Sınıf 11. Sınıf>12. Sınıf
	10. Sınıf	124	1,299	0,220			
	11. Sınıf	117	1,358	0,279			
	12. Sınıf	111	1,221	0,218			
Çevreyi Etkileme	9. Sınıf	68	1,352	0,386	5,973	0,001*	9. Sınıf>12. Sınıf 10. Sınıf>11. Sınıf 11. Sınıf>12. Sınıf
	10. Sınıf	124	1,237	0,321			
	11. Sınıf	117	1,380	0,408			
	12. Sınıf	111	1,202	0,352			
Sosyal Çevre Edinme	9. Sınıf	68	1,375	0,389	3,658	0,013*	9. Sınıf>12. Sınıf
	10. Sınıf	124	1,310	0,396			
	11. Sınıf	117	1,307	0,387			
	12. Sınıf	111	1,193	0,357			
Çevreden Etkilenme	9. Sınıf	68	1,426	0,320	12,950	0,000*	9. Sınıf>10. Sınıf, 12. Sınıf 10. Sınıf>12. Sınıf 11. Sınıf>12. Sınıf
	10. Sınıf	124	1,280	0,301			
	11. Sınıf	117	1,378	0,363			
	12. Sınıf	111	1,166	0,261			
Yakın Çevrenin Etkisi	9. Sınıf	68	1,540	0,257	6,968	0,000*	9. Sınıf>10. Sınıf, 12. Sınıf 11. Sınıf>12. Sınıf
	10. Sınıf	124	1,439	0,243			
	11. Sınıf	117	1,476	0,249			
	12. Sınıf	111	1,380	0,204			
Sporun Yararına İnanma	9. Sınıf	68	1,268	0,321	3,175	0,024*	9. Sınıf>12. Sınıf
	10. Sınıf	124	1,203	0,282			
	11. Sınıf	117	1,237	0,344			
	12. Sınıf	111	1,139	0,260			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile okudukları sınıf düzeyi değişkeni için yapılan varyans analizine göre ölçek alt boyutlarından çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilenme, yakın çevrenin etkisi ve sporun yararlarına inanma boyutlarında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 7. *Kriket Sporcularının Spor Yapma Nedenleri Ölçeği ile Oynadığı Mevki Değişkeni Karşılaştırılması (One- Way Anova)*

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği Oynadığınız Alt Boyutları	Mevki	n	x	ss	f	p	Tukey
Genel	Kaleci	29	1,280	0,196			
	Atıcı	189	1,295	0,249	1,265	0,283	-
	Vurucu	202	1,331	0,256			
Çevreyi Etkileme	Kaleci	29	1,258	0,287			
	Atıcı	189	1,298	0,381	0,219	0,803	-
	Vurucu	202	1,316	0,376			
Sosyal Çevre Edinme	Kaleci	29	1,344	0,403			
	Atıcı	189	1,251	0,374	1,730	0,179	-
	Vurucu	202	1,316	0,394			
Çevreden Etkilenme	Kaleci	29	1,267	0,298			
	Atıcı	189	1,273	0,317	1,704	0,183	-
	Vurucu	202	1,331	0,338			
Yakın Çevrenin Etkisi	Kaleci	29	1,387	0,206			
	Atıcı	189	1,436	0,237	2,131	0,120	-
	Vurucu	202	1,472	0,251			
Sporun Yararına İnanma	Kaleci	29	1,163	0,234			
	Atıcı	189	1,195	0,308	0,691	0,501	-
	Vurucu	202	1,222	0,309			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile oynadıkları mevki değişkeni için yapılan varyans analizine göre ölçek alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 8. *Kriket Sporcularının Spor Yapma Nedenleri Ölçeği ile Spor Yaşı Değişkeni Karşılaştırılması (One- Way Anova)*

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği Alt Boyutları	Kaç Yıldır Kriket Sporunu n Yapıyorsunuz?	x	ss	f	p	Tukey
Genel	1-2 Yıl	166	1,394	0,229		
	3-4 Yıl	135	1,306	0,267	23,089	0,000*
	5 Yıl ve Üstü	119	1,201	0,211		1-2 Yıl>3-4 Yıl, 5 Yıl ve Üstü 3-4 Yıl>5 Yıl ve Üstü
Çevreyi Etkileme	1-2 Yıl	166	1,388	0,390		
	3-4 Yıl	135	1,274	0,370	14,014	0,000*
	5 Yıl ve Üstü	119	1,159	0,304		1-2 Yıl>3-4 Yıl, 5 Yıl ve Üstü 3-4 Yıl>5 Yıl ve Üstü
Sosyal Çevre Edinme	1-2 Yıl	166	1,406	0,383		
	3-4 Yıl	135	1,266	0,399	16,620	0,000*
	5 Yıl ve Üstü	119	1,151	0,322		1-2 Yıl>3-4 Yıl, 5 Yıl ve Üstü 3-4 Yıl>5 Yıl ve Üstü

Çevreden Etkilenme	1-2 Yıl	166	1,417	0,323	21,741	0,000*	1-2 Yıl>3-4 Yıl, 5 Yıl ve Üstü
	3-4 Yıl	135	1,268	0,321			
	5 Yıl ve Üstü	119	1,176	1,176			
Yakın Çevrenin Etkisi	1-2 Yıl	166	1,515	0,237	16,629	0,000*	1-2 Yıl>5 Yıl ve Üstü
	3-4 Yıl	135	1,457	0,261			
	5 Yıl ve Üstü	119	1,352	0,193			
Sporun Yararına İnanma	1-2 Yıl	166	1,250	0,305	7,130	0,001*	1-2 Yıl>3-4 Yıl, 5 Yıl ve Üstü
	3-4 Yıl	135	1,229	0,330			
	5 Yıl ve Üstü	119	1,119	0,251			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile spor yaşı değişkeni için yapılan varyans analizine göre ölçek alt boyutlarından çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilenme, yakın çevrenin etkisi ve sporun yararlarına inanma boyutlarında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür.

Tablo 9. *Kriket Sporcularının Spor Yapma Nedenleri Ölçeği ile Baba Mesleği Değişkeni Karşılaştırılması (One- Way Anova)*

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği Alt Boyutları	Baba Mesleği	n	x	ss	f	p	Tukey
Genel	Çalışmıyor	35	1,255	0,176	1,165	0,326	-
	Çiftçi	88	1,316	0,224			
	Memur	115	1,313	0,234			
	İşçi	103	1,292	0,290			
	Serbest Meslek	79	1,353	0,266			
Çevreyi Etkileme	Çalışmıyor	35	1,185	0,322	1,280	0,277	-
	Çiftçi	88	1,267	0,355			
	Memur	115	1,308	0,360			
	İşçi	103	1,271	0,388			
	Serbest Meslek	79	1,341	0,404			
Sosyal Çevre Edinme	Çalışmıyor	35	1,214	0,304	0,500	0,735	-
	Çiftçi	88	1,301	0,390			
	Memur	115	1,308	0,378			
	İşçi	103	1,271	0,418			
	Serbest Meslek	79	1,303	0,387			
Çevreden Etkilenme	Çalışmıyor	35	1,235	0,242	1,871	0,115	-
	Çiftçi	88	1,284	0,289			
	Memur	115	1,304	0,318			
	İşçi	103	1,271	0,355			
	Serbest Meslek	79	1,382	0,362			
Yakın Çevrenin Etkisi	Çalışmıyor	35	1,385	0,195	1,269	0,282	-
	Çiftçi	88	1,480	0,249			
	Memur	115	1,445	0,238			
	İşçi	103	1,434	0,273			
	Serbest Meslek	79	1,474	0,217			

Sporun Yararına İnanma	Çalışmıyor	35	1,200	0,060	0,314	0,868	-
	Çiftçi	88	1,218	0,288			
	Memur	115	1,193	0,286			
	İşçi	103	1,191	0,339			
	Serbest Meslek	79	1,234	1,234			

**p<0,05 düzeyinde anlamlı*

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile baba mesleği değişkeni için yapılan varyans analizine göre ölçek alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir.

Tablo 10. *Kriket Sporcularının Spor Yapma Nedenleri Ölçeği ile Anne Mesleği Değişkeni Karşılaştırılması (One- Way Anova)*

Spor Yapma Nedenleri Ölçeği Alt Boyutları	Anne Mesleği	n	x	ss	f	p	Tukey
Genel	Ev Hanımı	204	1,328	0,241	0,595	0,618	-
	Çiftçi	53	1,303	0,225			
	Memur	97	1,294	0,271			
	İşçi	66	1,292	0,261			
Çevreyi Etkileme	Ev Hanımı	204	1,301	0,362	0,607	0,610	-
	Çiftçi	53	1,245	0,361			
	Memur	97	1,304	0,398			
	İşçi	66	1,250	0,374			
Sosyal Çevre Edinme	Ev Hanımı	204	1,318	0,392	1,109	0,345	-
	Çiftçi	53	1,216	0,317			
	Memur	97	1,268	0,389			
	İşçi	66	1,287	0,411			
Çevreden Etkilenme	Ev Hanımı	204	1,335	0,329	1,658	0,175	-
	Çiftçi	53	1,254	0,279			
	Memur	97	1,286	0,342			
	İşçi	66	1,253	0,326			
Yakın Çevrenin Etkisi	Ev Hanımı	204	1,459	0,231	0,290	0,833	-
	Çiftçi	53	1,457	0,258			
	Memur	97	1,440	0,254			
	İşçi	66	1,431	0,253			
Sporun Yararına İnanma	Ev Hanımı	204	1,207	0,287	1,371	0,251	-
	Çiftçi	53	1,268	0,305			
	Memur	97	1,164	0,310			
	İşçi	66	1,215	0,339			

**p<0,05 düzeyinde anlamlı*

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile anne mesleği değişkeni için yapılan varyans analizine göre ölçek alt boyutlarında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmemiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada; 2021-2022 yılı okul sporları Kriket Gençler Türkiye Birinciliği Şampiyonasına katılan sporcuların kriket sporunu tercih etme nedenlerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırma 175 kız ve 245 erkek toplam 420 sporcu üzerinde yapılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların doğum yılına bakıldığında; 158'inin 2005 doğumlu, 129'unun 2006 doğumlu, 133'ünün 2007 doğumlu grupta yer aldığı tespit edilmiştir. Araştırmamızdaki sporcuların okudukları sınıf düzeylerinin 68'inin 9.sınıf, 124'ünün 10.sınıf, 117'sinin 11.sınıf ve 111'nin de 12. sınıf olduğu tespit edilirken sporcuların oynadıkları mevkilere bakıldığında 29'unun kaleci, 189'unun atıcı ve 202'sinin vurucu olduğu bulunmuştur. Sporcuların spor yaşlarına baktığımızda ise; 166'sının 1-2 yıl, 135'inin 3-4 yıl ve 119'unun 5 yıl ve üstü grupta yer aldığı bulunmuştur. Sporcuların aile destek durumuna bakıldığında; 283'ünün desteklediğini ve 137'sinin desteklemediği görülmektedir. Sporcuların baba meslekleri; 35'inin çalışmadığı, 88'inin çiftçi, 115'inin memur, 103'ünün işçi ve 79'u serbest meslek grubunda iken anne meslekleri; 204'ü ev hanımı, 53'ünün çiftçi, 97'sinin memur ve 66'sı işçi grupta yer almaktadır. Karaman (2019), milli boksörlerin boks sporuna başlama nedenleri ve beklentileri üzerine yaptığı çalışmasına 104 boksör katılmıştır. Sporcuların cinsiyetini 44 kadın, 60 erkek oluşturmaktadır. Çalışmaya katılan sporcuların yaşlarına baktığımızda ise 29'unun 13 yaşında, 28'inin 14 yaşında, 26'sının 15 yaşında ve 21'ininde 16 yaşında olduğu görülmektedir. Kul ve Gıdık (2022), hokey milli takım aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerinin, hokey sporunu tercih etme nedenleri adlı çalışmalarında 58 kişi değerlendirmeye alınmıştır. Katılımcıların cinsiyetini, 35 erkek, 23 kadın oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcuların oynadıkları mevki değişkeninde 7'sinin kaleci, 22'sinin defans, 8'inin orta saha ve 21'inin forvet olduğu, spor yaşlarına baktığımızda ise 8'inin 1-2 yıl, 19'unun 3-4 yıl, 15'inin 5-6 yıl ve 162'sinin 7 yıl ve üstü spor yaşı grubunda olduğu baba mesleği değişkenine baktığımızda 21'inin serbest meslek, 19'unun işçi ve 18'inin diğer meslek grubunda yer aldığı çalışmadaki anne meslek değişkeninde ise 47'sinin ev hanımı ve 11'inin diğer meslek grubunda yer aldığı bulunmuştur.

Sporcuların cinsiyetleri ile spor yapma nedenleri ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda sporcuların cinsiyetleri ile spor yapma nedenleri ölçeği alt boyutlarından çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilenme ve yakın çevre etkisi sonuçlarında anlamlı bir farklılık olduğu bulunurken sporun yararına inanma alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Emniyet (2018), rafting ve kano sporcularının spora başlama nedenleri ve beklentileri üzerine yaptığı tezinde spor yaparak sağlıklı olmanın etkisi erkek sporcularda daha fazla olduğu ve iyi bir fiziki görünüme sahip olunması durumu, erkek sporcular daha önemli olduğunu tes-

pit etmişlerdir. Gıdık ve Kul (2022), yapmış oldukları çalışmalarında ise cinsiyet değişkenine anlamlı farklılıkların bulunduğunu tespit etmişlerdir. Öktem ve ark., (2020) ve Şipal ve ark., (2020), yapmış oldukları çalışmalarında anlamlı farklılıkların olmadığını bildirmişlerdir.

Sporcuların aile destek durumları ile spor yapma nedenleri ölçeği t testi sonuçlarına baktığımızda sporcuların aile destek durumu ile spor yapma nedenleri ölçeği alt boyutlarından yakın çevre etkisi alt boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu bulunurken diğer alt boyutlar arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Çalışmamıza benzer olarak İlkım, (2019), yüzme sporunun tercih edilme nedenleri üzerine yaptığı çalışmasında, aile ve akrandan etkilenme, sporcuların psikolojik ve fiziksel iyi hissetmeleri ve sosyo-ekonomik durumun tercih etmede etkili olması ve aynı zamanda can güvenliği için bu sporu seçtikleri sonucuna ulaşmışlardır.

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile doğum yılı değişkeni varyans analizine göre 2005 doğumlu sporcular ile ölçek alt boyutlarından çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilenme ve sporun yararlarına inanma boyutlarında anlamlı bir farklılık olduğu bulunurken yakın çevre edinme alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Kaplan ve Ardahan (2013), doğa sporcuları üzerine yaptığı çalışmalarında yaş grupları karşılaştırıldığında aileye iyi örnek olma, yeni bir çevreye girme, doğayla bütünleşme ve yalnızlık hissi gibi durumlarda anlamlı bir farklılık bulmuşlardır.

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile okudukları sınıf düzeyi değişkeni varyans analizine göre ölçek alt boyutlarından çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilenme, yakın çevrenin etkisi ve sporun yararlarına inanma boyutlarında anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile anne ve baba mesleği değişkeni varyans analizine göre ölçek alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Çalışmamızdan farklı olarak Ayılğan, (2017), kadın sporcuların belirli branşlara katılımları üzerine yaptığı tezinde katılımcıların eğitim durumları ile fiziksel, sosyo-ekonomik ve çevresel etki düzeylerinde farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Aynı çalışmada anne ve baba meslekleri ile fiziksel, sosyo-ekonomik ve çevresel etki düzeyleri arasında da anlamlılık olduğu bulunmuştur.

Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile oynadıkları mevki değişkeni varyans analizine göre ölçek alt boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Sporcuların spor yapma nedenleri ölçeği ile spor yaşı değişkeni varyans analizine göre ölçek alt boyutlarından çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilenme, yakın çevrenin etkisi ve sporun yararlarına inanma boyutlarında anlamlı bir farklılık görülmüştür. Kul ve Gıdık (2022), hokey milli takım aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve ant-

renörlerinin, hokey sporunu tercih etme nedenleri adlı çalışmalarında spor yaşı değişkeni ile spor yapma nedenleri ölçeği arasındaki sonuçları incelediğimizde ($p<0,05$) düzeyinde anlamlı farklılıkların olmadığı belirlenmiştir. Aynı çalışmada katılımcıların oynadığı mevki değişkeni ile spor yapma nedenleri ölçeği arasında da ($p<0,05$) düzeyinde anlamlı farklılıkların olmadığı belirlenmiştir. (Kul ve ark., 2021; Kul ve Gıdık, 2022). Adatepe ve ark., (2021), yaptıkları çalışmalarında, mevki değişkeninin de anlamlı farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir. Kul ve Gıdık (2022), yaptıkları çalışmalarda, sporcuların oynadıkları mevki değişkeninde anlamlı farklılıkların bulunduğunu belirlemişlerdir. Ayrıca literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde, mevki değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğunu bildiren araştırmaların olduğu görülmüştür (Evli ve ark., 2020; Kul ve ark., 2021; Çelik ve Gıdık 2022; Gıdık ve ark., 2022).

Sonuç olarak; kriket sporcularının kriket sporunu tercih etme nedenlerinin belirlenmesi adlı çalışmamızda, sporcuların cinsiyetinin, aile destek durumunun, doğum yılının, okudukları sınıf düzeyinin ve spor yaşlarının sporu tercih etme nedenlerinde önemli rol oynadığı ortaya çıkartılmıştır. Çelik ve ark., (2021), cinsiyet değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Sporcuların kriket sporunu tercih etme nedenlerinde çevreyi etkileme, sosyal çevre edinme, çevreden etkilenme, yakın çevrenin etkisi ve sporun yararına inanma gibi birçok özelliğin etkili olduğu görülmüştür. Bu sebeple çalışmamızın daha sonra yapılacak olan çalışmalarla sporcuların sporu tercih etme ve spora başlama nedenleri gibi çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

TEŞEKKÜR

Türkiye Kriket Federasyonuna, Türkiye Kriket Federasyonu Milli Takım Antrenörlerine, aynı zamanda Türkiye Kriket Federasyonunun bünyesinde bulunan tüm sporculara, teknik heyetlere ve bütün çalışanlara desteklerinden dolayı çok teşekkür ediyorum.

Araştırmacıların Katkı Oranlarının Beyanı

Araştırmanın yazarları araştırmaya eşit oranda katkı sağladıklarını beyan ederler.

Araştırmacıların Çıkar Çatışmasının Beyanı

Araştırma yazarları aralarında herhangi bir çıkar problemi olmadığını beyan ederler.

KAYNAKÇA

- Adatepe, E., Kul, M., Şipal, O., Adatepe, S., Şipal, Ö., & Demirezen A. E. (2021). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin hedonik tüketim davranışlarının incelenmesi: Bayburt Besyo Örneği. s-51-66. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Anonim, (2022). Kriket tarihçesi, <https://kriketturkiye.com/kriketin-tarihi>, (Erişim tarihi: 10.09.2022).
- Anonim, (2022). Kriket nedir, nasıl oynanır, <https://kriketturkiye.com/kriket-nedir-nasil-oynanir>, (Erişim tarihi:10.09.2022).
- Ayılğan, E. (2017). Kadın sporcuların seçilmiş bazı branşlara (güreş, halter, boks, taekwondo) katılım nedenleri ve beklentilerinin incelenmesi. Aksaray Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Aksaray.
- Çelik, H., Demirel, N., & Şam, C. T. (2021). Relationship between anxiety levels and exercise addiction of higher school students studying in the field of sports sciences during Covid-19 Pandemic Process. P J M H S Vol. 15, No.10, Oct.
- Çelik, H., & Gıdık, O. (2022). Hokey sporcularının liderlik öz-yeterlik durumlarının belirlenmesi, Gece Kitaplığı. Ankara. 287-303.
- Çeker, A., Çekin, R., & Ziyagil, M.A. (2013). Farklı yaş gruplarındaki kadın ve erkeklerin düzenli fiziksel aktiviteye katılım davranışının değişim basamakları. CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 8(1).
- Emniyet, N. (2018). Türkiye’deki rafting ve akarsu kano slalom sporcularının spora başlama nedenleri ve beklentilerinin belirlenmesi. Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Erzurum.
- Evli, F., Gıdık, O., & Cerit, E. (2020). Anxiety levels of footballers in regional amateur and professional leagues during pandemic process. Ambient Science, 2020: Vol. 07(Sp1); 81-85.
- Gıdık, O., Kul, M., Elbir, T., & Gıdık, B. (2022). Hokey Milli takım aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerinin organik gıda tüketim algı düzeyleri. Kadirli Uygulamalı Bilimler Fakültesi Dergisi, 2(1): 69-92.
- Gıdık, O., & Kul, M. (2022). Türkiye Milli Hokey takımı aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerin Kovid-19 korku düzeyleri. s.275-296. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Gıdık, O., Çelik, H., & Kul, M. (2022). 15 Temmuz Demokrasi ve Milli Birlik Türkiye şampiyonasına katılan U-15 kız ve erkek Hokey5s sporcularının Kovid-19 korku düzeyleri. s.167-183. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Gülbahçe, Ö. (2011). Üniversite öğrencilerinin sportif aktivitelerde bulunma tercihlerinin bazı psiko-sosyal değişkenler açısından incelenmesi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Erzurum.

- Hausenblas, H.A., Brewer, B.W., & Raalte, J. (2004). Self-Presentation And Exercise. *Journal Of Applied Sport Psychology*, 16(1), 3-18.
- İlkım, E. (2019). Bireylerin yüzme sporunu tercih etmelerinin nedenleri (Malatya İli Örneği). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Hareket ve Antrenman Bilimleri Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Kaplan, A., & Ardahan, F. (2013). Doğa sporları yapan bireylerin profilleri, doğa sporu yapma nedenleri ve elde ettikleri faydalar: Antalya Örneği. *Karadeniz Sosyal Bilimler Dergisi*, 5 (8), 93-114.
- Karaman H. (2019). Türk Milli takımında yer alan boksörlerin boks sporuna başlama nedenleri ve beklentilerinin belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul 2019, 78.
- Karasar, N. (2014). Bilimsel araştırma yöntemi, Nobel Yayınları, Ankara.
- Konter, E. (2010). Sporda stres ve performans, kuramlar ve kontrol etme teknikleri. İzmir: Baş saray Basımevi.
- Kul, M., Ceyhan, M. A., Adatepe, E., Şipal, O., Aksoy, Ö. F., & Boz, E. (2021), An investigation of high school students' continuous anxiety towards physical education and sports course. In: *Education Quarterly Reviews*, Vol.4 Special Issue 1: Primary and Secondary Education, 449-456.
- Kul, M., & Gıdık, O. (2021). Covid-19 sürecinde amatör lig futbolcu ve antrenörlerinin sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi: Çanakkale ili örneği. *Gece Kitaplığı*. Ankara.
- Kul, M., Gıdık, B., Gıdık, O., Şipal, O., & Şipal. Ö. (2021). Organic food nutrition knowledge level of Olympic Boxers in Turkey. *Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*; 4(3): 250-260.
- Kul, M., & Gıdık, O. (2022). Hokey Milli takım aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerinin, hokey sporunu tercih etme nedenleri. *Kadirli Uygulamalı Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(1): 15-38.
- Öktem, T., Şipal, O., Kul, M., & Dilek, A. N. (2020). Olimpiyat oyunlarına katılmaya aday boksörlerin Covid-19 kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 7(62), 3620-3627.
- Özmen, Ö. (1979). Çağdaş sporda eğitim üçgeni. Ankara: Bağırğan Yayınevi.
- Öztürk, F. (1998). Toplumsal boyutlarıyla spor. Ankara: Bağırğan Yayınevi.
- Şipal, O., Kul, M., Ceylan, M. A., Dilek, A. N., & Aksoy, Ö. F. (2020). Sporcu algılarına göre boks antrenörlerinin etik dışı davranışlarının incelenmesi. s-29-42. *Gece Kitaplığı*. Ankara.
- Tezcan, M. (1994). Boş zamanların değerlendirilmesi sosyolojisi. Atilla Kitabevi, Ankara.
- Tozoğlu, E., & Dursun, M. (2020). Spor bilimlerinde bilimsel araştırma süreci, Editör; Gökmen, Ö. Spor & Bilim, Efe Akademi Yayınevi. İstanbul. S.7-23.
- Yetim, A., (2006). Sosyoloji ve spor. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

“

Bölüm 4

**15 TEMMUZ DEMOKRASİ VE MİLLİ
BİRLİK TÜRKİYE ŞAMPİYONASINA
KATILAN U-15 KIZ VE ERKEK
HOKEY5S SPORCULARININ ORGANİK
GIDA TÜKETİM ALGI DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

Osman GIDIK¹

Hüsniye ÇELİK²

Eda ADATEPE³

”

1 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;
<https://orcid.org/0000-0003-0811-9324>

2 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;
<https://orcid.org/0000-0001-8022-4466>

3 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;
<https://orcid.org/0000-0003-1254-9300>

Spor; belli kurallar çerçevesinde yapılan, kişilerin gelişimlerine katkıları sağlayan, sosyal yaşam sürecini hedefleyen, boş zamanlarda yapılabilen sportif aktivitelerin bütünüdür. Diğer bir anlamı da, bireylerin fiziksel, sosyal etkileşimlerine katkılar sağlayan ve motorik becerilerine olumlu etkileri olan sportif aktivitelerdir (Çankaya, 2001). Spor yapan bireylerin, sporun doğasında bulunan barışçıl, hoşgörü, mutlu, hak sahibi, erdemli, hukuk kurallarına saygılı, eşitlik ilkesine bağlı, disiplinli, haz alabilme, saygı ve sevgi duygularını benimseyebilmelidirler. Bunların yanında hüznün, heyecan, keder ve stres gibi kavramlara da her zaman bağlı olmalıdırlar (Pehlivan, 2004; Gümüş, 2019). Eski yıllardan bu yana sporun; insanların daima ilgisini çektiği görülmektedir. Amatör ve profesyonel düzeylerde yapılan sportif aktiviteler zamanla insanların vazgeçilmezi haline gelmiştir (Yatkın, 2006). Spor ile birlikte, bireylerin içinde bulundukları durumlarda, kendilerini daha rahat ve özgür şekilde ifade edebildikleri, bireysel veya takım halinde yaptıkları sportif aktiviteler ile birlikte, dil, din, ırk ve cinsiyet ayrımı yapılmaksızın rekabet içerisinde ve belirli kurallar çerçevesinde yaptıkları da görülmektedir (Anonim, 1994; Gürten, & Erenel, 2012). Günümüzde spor artık insanların ayrılmaz bir parçası olmakla birlikte bireylerin daha mutlu olabilmelerindeki en önemli faktörlerin başında geldiği, aynı zamanda bireylerin fiziksel görünüş ve bilişsel gelişimlerine olumlu katkılarının olduğu da görülmektedir. Spor bilimsellik ile birleştiğinde sportif aktiviteler ve reaksiyonel beceriler ile birlikte bireylerin oyun oynamalarının dışına çıkamayacağı da görülmektedir. Eski dönemlerde sporu yapan insanlar avlanmak, savaşa hazırlanmak, oyun, eğlence ve vücudu zinde tutabilmek için yaptıkları bilinmektedir (Çumralıgil ve ark., 2007). Sürekli spor yapan kişilerin sağlık, bedensel ve zihinsel yönden gelişimler gösterdiği bilinirken aynı zamanda mental ve motorik açıdan da olumlu ilerlemeler gösterdiği aynı zamanda bireylerin davranışları bakımından da gelişimler gösterebildiği bilinmektedir (Yetim, 2014). Her yaşa ve meslek grubuna hitap eden sporun çok geniş kitlelerce yapıldığı görülmektedir. Sağlıklı olmak için insanların ayrılmaz bir parçası olan sporun, beden, kilo ve yaş açısından bireylerin üzerinde birçok faydasınında olduğu görülmüştür. Sporun genel olarak amacına bakıldığında, bireylerin vücut denge bütünlüğünü sağlayabilmesi, zinde kalmayı sağlayabilme, daha sağlıklı bir yaşa sürdürebilme, yeterli ve düzenli hale gelebilme, mutlu ve daha sağlıklı bir hayat sürdürebilme olduğu bilinmektedir (Tatar, 1995). Bireylerin yaptıkları spor branşlarında, daha başarılı ve yüksek tempolara çıkmayı hedefleyen sporcuların bilinçli, programlı antrenman ve sağlıklı ek besin takviyeleri ile birlikte daha yüksek performans seviyelerine çıkabileceği de bilinmektedir (DPT, 1972; Karaküçük, 1989; Yaşınkaya, 1993).

Beslenmenin insan sağlığında en önemli etkenlerden olduğu bilinirken, aynı zamanda gelişim ve büyüme gösteren bireylerin daha düzenli,

dengeli ve sağlıklı olarak tükettikleri besinlerin tümü olarak bilinmektedir. Yaşam faaliyetlerini sürdüren insanların fiziksel aktiviteden uzak kalması ile birlikte bilinçsiz ve düzensiz beslenme ile kişilerde oluşabilecek stres faktöründe etkili olduğu görülürken, yapılacak olan düzenli ve yeterli beslenmeler ile birlikte vücutta oluşabilecek problemlerin daha kolay onarılacağı, sağlıklı çalışma hayatı sürdürebileceği, büyüme olayının daha kolay ve sağlıklı olabileceği de görülmektedir (Demirezen ve Coşansu, 2005; Baysal, 2011; Şenbakar, 2021). Amatör ve profesyonel spor dallarında son zamanlarda daha başarılı sporcular yetiştirmek ve yüksek performans seviyelerine çıkmak için spor kulüplerinin yarış halinde olduğu ve bunları yapmak içinde en önemli etkenin beslenme ile olabileceği görülmektedir (Pulur ve Cicioğlu, 2001). Sporcuların ihtiyaç duydukları enerji ihtiyaçları yaptıkları spor branşına ve aldıkları süreye bağlı olarak, fiziksel aktivite yapmayan kişilere oranla 2-3 kat daha aratabileceği görülmektedir. Yapılan spor branşının süresi ve şiddeti beslenme yöntemlerinin seçilmesinde önemli bir faktör olarak görülmektedir.

Dünya tarihinin en eski ve en köklü sporların başında geldiği ve 4000 yıllık spor geçmişi olduğu bilinen hokey sporunun, günümüzde 120 ülkede spor aktivitelerinde bulunduğu ve taraftar kitlesi bakımından daima ilk üçte yer aldığı bilinmektedir. İlk kez Olimpiyat oyunlarında 1908 yılında oynanmaya başlandığı görülmektedir. Hokey Federasyonu'nun Türkiye'de 2002 yılında kurulmasıyla birlikte ülkemizde hızlı şekilde geliştiği de görülmektedir. Hokey sporunun dört türü vardır bunlar; su altı hokeyi, salon hokeyi (pist), çim hokeyi ve buz hokeyi olduğu bilinmektedir. Ucu kıvrak sopalar (stick) ile oynanan, topun veya diskin rakip kaleye girmesini amaçlayan bir spor dalıdır (Anonim, 2022). Son zamanlarda sağlıklı beslenme, organik beslenme, katkı maddesi içermeyen ürünler ve sağlıklı yaşam kavramaları bireylerin hayatlarında çok önemli bir etkiye sahiptirler. Hokey sporunda daha başarılı olmayı amaçlayan sporcular müsabaka, antrenman, beslenme ve dinlenme zamanlarını daha programlı yapmaları gerekmektedir (Bratman ve Knight, 2000; Zengin ve ark, 2003). Çevre hassasiyeti, sporcu sağlığı ve sağlıklı yaşam bilincine sahip olması gereken sporcuların, organik gıdalara yönelik beslenme tercihlerinin daha sağlıklı olabilmelerinde daha etkili olabileceği düşünülmektedir.

Birçok faydası olduğu bilinen organik ürünlerin, en önemli faydasının, çevre ile daha uyumlu olması ve asla çevre şartlarına zarar vermemesidir. Bu ürünler yetiştirilirken her aşamasında üçüncü bireyler tarafından kontrol edildiği, belgelendirildiği ve kimyasal maddeyi hiçbir şekilde içermediği, kişilere asla zarar vermediği, sürdürülebilir yöntemlerle ve ihtiyaca göre üretildiği bilinmektedir. Yapılan bütün bu uygulamaların neticesinde elde edilen gıdaların beslenme haline ise organik beslenme denildiği görülmektedir. Biyodinamik tarım ile ilk kez 1924 yılında tanın-

mış ve kökeninde biyolojik ve organik tarım ile eski yıllara kadar dayandığı bilinmektedir (Ertan, 2005; Gündüz ve Kaya, 2007; Anonymous 2017). Organik ürünlerin tüketildiği yerler ve yaptığı faydalar göz önüne alındığında sporcuların performans seviyelerinde olumlu etkilerinin olabileceği bilinen organik ürünlerin; hokey sporcularının doğru ve düzenli şekilde alması ile doğrudan bağlantılı olabileceği de düşünülmektedir.

Bu çalışmanın amacı; 2019 yılında yapılan, 15 Temmuz Demokrasi ve Milli Birlik Türkiye Şampiyonasına katılan U-15 kız ve erkek hokey5s sporcularının, organik gıdalara yönelik dezavantaj algısı, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı ve organik gıdalara yönelik tutumlarını belirlemektir.

Materyal ve Metod

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu; 2019 yılında yapılan, 15 Temmuz Demokrasi ve Milli Birlik Türkiye Şampiyonasına katılan U-15 kız ve erkek hokey5s sporcuları oluşturmaktadır. Çalışma; 113 kız ve 193 erkek sporcu olmak üzere toplam 306 kişiden oluşmaktadır. Araştırma; kolayda örnekleme yöntemi kullanılarak yapılmıştır (Coşkun ve ark., 2017).

Veri Toplama Aracı

Çalışmamızda; “Organik ürün tüketimini etkileyen faktörler ve tutumları” (Sarıkaya, 2007) ve “Erciyes Üniversitesi iktisadi ve idari bilimler akademik ve idari personeli ile iktisadi ve idari bilimler işletme bölümünde öğrenim gören gündüz ve ikinci öğretim öğrencilerinin organik ürünleri algılamaları” (Kacur, 2009) ölçeklerine yer verilmiştir. Çalışmada kullandığımız ölçek üç alt bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm; turizm işletmeciliğinde organik gıdaya yönelik farkındalık düzeylerinin ölçülmesi ve 20 maddeden oluşmaktadır. İkinci bölümde; turizm işletmeciliğinde organik gıdaya yönelik dezavantaj algısını ölçmek için 6 madde bulunmaktadır. Üçüncü bölümde ise; turizm işletmeciliğinde organik gıdalara yönelik tutum düzeylerini ölçmek için 4 madde bulunmaktadır. Cronbach’s Alpha güvenirlik testi sonuçlarına bakıldığında; Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı ölçeğinin 0,912, organik gıdalara yönelik dezavantaj algısı ölçeğinin 0,733 ve organik gıdalara yönelik tutum ölçeğinin ise 0,755 düzeylerinde olduğu belirlenmiştir. Bu ölçekler, bazı sorularında değişiklik yapılarak revize edilmiş şekli ile kullanılmıştır. Kullanılan ölçeklerin 5’li likert tipinde; “(1) kesinlikle katılmıyorum”, “(2) katılmıyorum”, “(3) kararsızım”, “(4) katılıyorum” ve “(5) kesinlikle katılıyorum” olduğu bilinmektedir.

Verilerin Toplanması

Katılımcılardan elde edilen veriler internet aracılığıyla yapılan anket formu ile ulaşılmıştır. Çalışmaya dahil edilen sporcuların tümüne araştırmanın amacı, önemi ve yöntemi hakkında bilgilendirme çalışmaları yapılmıştır. Araştırmaya katılan sporcuların isimlerinin sadece bu çalışma için kullanılacağı isimlerinin kesinlikle başka bir yerde paylaşılmayacağı bilgisi verilmiştir.

Verilerin Analizi

Çalışmada elde ettiğimiz veriler, SPSS 26.0 sürüm paket programında istatistiksel olarak değerlendirilmiştir. Sonrasında ise Cronbach's Alpha güvenirlik katsayısı testi, ikili karşılaştırmalar için T testi, ikiden fazla grupta karşılaştırmalar için tek yönlü varyans Anova testi ve Tukey testi analizleri yapılarak sonuçlar istatistiksel olarak $p < 0,05$ düzeyine göre değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Cronbach's Alpha güvenirlik testi

Ölçekler	Cronbach's Alpha Katsayısı	Soru Sayısı
Organik Gıdaların Farkındalık Düzeyi Algısı	0,916	14
Organik Gıdaya Yönelik Dezavantaj Algısı	0,916	6
Organik Gıdaya Yönelik Tutum	0,882	4
Ölçeğin Genel Güvenirliği	0,771	24

Cronbach's Alpha güvenirlik testi sonuçlarına (Tablo 1.) bakıldığında, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı; yüksek güvenirlik düzeyinde, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı; yüksek güvenirlik düzeyinde, organik gıdaya yönelik tutum; yüksek güvenirlik düzeyinde ve ölçeklerin genel ortalamasının da oldukça yüksek güvenirlik düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Araştırmamızda kullanılan ölçeğin güvenilir düzeyde olduğu belirlenmiştir.

Tablo 2. Hokey sporcularının demografik verileri

DEĞİŞKENLER	N	%
Cinsiyet	Erkek	193 63,1
	Kadın	113 36,9
Kaç yıldır lisanslı hokey oynuyorsunuz (Spor Yaşı)	1-2	95 31,0
	3-4	174 56,9
	5-6	35 11,4
	7 Yıl ve Üstü	2 0,7

Oynadığınız mevki	Kaleci	62	20,3
	Defans	91	29,7
	Orta Saha	76	24,8
	Forvet	77	25,2
Aylık gelir	500-1000 TL	51	16,7
	1001-2000 TL	93	30,4
	2001-3000 TL	100	32,7
	3001 TL ve Üstü	62	20,3
Yaşadığınız yer	Büyükşehir	54	17,6
	Şehir	115	37,6
	İlçe	94	30,7
	Köy	43	14,1
Baba eğitim durumu	İlkokul ve Ortaokul	129	42,2
	Lise	108	35,3
	Lisans	68	22,2
	Lisansüstü	1	0,3
Anne eğitim durumu	İlkokul ve Ortaokul	178	58,2
	Lise	95	31,0
	Lisans	32	10,5
	Lisansüstü	1	0,3
Babanızın mesleği	Serbest Meslek	64	20,9
	İşçi	49	16,0
	Esnaf	73	23,9
	Memur	87	28,4
	Diğer	33	10,8
Annenizin mesleği	Ev Hanımı	173	56,5
	İşçi	67	21,9
	Memur	47	15,4
	Diğer	19	6,2
Ailenizde spor yapanlar (Siz Hariç)	Yok	136	44,4
	Baba	48	15,7
	Anne	13	35,6
	Kardeşler	109	4,2
Kronik bir hastalığınız var mı?	Var	23	7,5
	Yok	283	92,5

	Evet	218 71,2
Beslenmenize dikkat eder misiniz?	Bazen	85 27,8
	Hayır	3 1,0
Organik ürünler hakkında bilgi sahibi misiniz?	Evet	263 85,9
	Hayır	43 14,1
Satın aldığınız organik ürün grubu hangisidir?	Tıbbi Bitkiler	39 12,7
	Bitkisel Çaylar	38 12,4
	Baharatlar	83 27,1
	Bitkisel Yağlar	23 7,5
	Kuru Meyveler	123 40,2
Organik ürün alışverişinizi genelde nereden yapıyorsunuz?	Organik Semt Pazarlarından	95 31,0
	Marketlerin Organik Ürün Reyonlarından	101 33,0
	Organik Ürün Üreticilerinden	39 12,7
	Yöresel Ürünlerin Satıldığı Mağazalardan	21 6,9
	Çiftlik ve Bahçelerden	50 16,3
Organik ürünler, organik olmayanlara göre daha sağlıklı olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz?	Evet	288 94,1
	Hayır	18 5,9
Organik ürünlerin çevre dostu olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz?	Evet	289 94,4
	Hayır	17 5,6
Organik ürünlerin, organik olmayanlara göre daha besleyici olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri tercih ediyorsunuz?	Evet	291 95,1
	Hayır	15 4,9
Organik ürünlerin güvenilir olduğunu düşündüğünüz için mi satın alıyorsunuz?	Evet	287 93,8
	Hayır	19 6,2
Çevrenizdeki insanların, organik ürünleri tercih ettikleri için mi sizde organik ürünleri tercih ediyorsunuz?	Evet	254 83,0
	Hayır	52 17,0
Organik ürünlerin sağlığınıza daha faydalı olduğunu bildiğiniz için mi organik ürünleri satın alıyorsunuz?	Evet	293 95,8
	Hayır	13 4,2
Hangi sıklıkta organik gıdaları tüketiyorsunuz?	Hiçbir Zaman	4 1,3
	Nadiren	9 2,9
	Bazen	55 18,0
	Sıklıkla	102 33,3
	Her Zaman	136 44,4
Kullandığınız organik gıdaların sertifikalı olup olmadığını bakıyor musunuz?	Evet	178 58,2
	Hayır	128 41,8

Tablo 3. *Araştırmadaki sporcuların, kaç yıldır lisanslı hokey oynuyorsunuz? (spor yaşı) değişkeninin, Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları*

Kaç Yıldır Lisanslı Hokey Oynuyorsunuz? (Spor Yaşı)							
Ölçek	Spor Yaşı	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	1-2 Yıl	95	4,121	0,522	10,129	0,000*	1-2 Yıl>5-6 Yıl, 7 Yıl ve Üstü
	3-4 Yıl	174	4,064	0,599			
	5-6 Yıl	35	3,608	0,671			3-4 Yıl>5-6 Yıl, 7 Yıl ve Üstü
	7 Yıl ve Üstü	2	2,750	1,060			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	1-2 Yıl	95	1,733	0,767	13,370	0,000*	1-2 Yıl>5-6 Yıl
	3-4 Yıl	174	1,753	0,826			
	5-6 Yıl	35	2,642	0,666			3-4 Yıl>5-6 Yıl
	7 Yıl ve Üstü	2	2,166	0,707			
Organik gıdaya yönelik tutum	1-2 Yıl	95	4,168	0,944	16,423	0,000*	1-2 Yıl>5-6 Yıl, 7 Yıl ve Üstü
	3-4 Yıl	174	4,300	0,692			
	5-6 Yıl	35	3,378	0,694			3-4 Yıl>5-6 Yıl, 7 Yıl ve Üstü
	7 Yıl ve Üstü	2	2,500	1,414			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “kaç yıldır lisanslı hokey oynuyorsunuz? (spor yaşı)” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 4. *Araştırmadaki sporcuların, mevki değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları*

Mevki							
Ölçek	Mevki	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Kaleci	62	4,229	0,472	6,564	0,000*	Kaleci>Forvet
	Defans	91	4,043	0,702			Defans>Forvet
	Orta Saha	76	4,062	0,436			
	Forvet	77	3,788	0,682			Orta Saha>Forvet
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Kaleci	62	1,583	0,756	3,581	0,014*	Kaleci>Forvet
	Defans	91	1,833	0,983			
	Orta Saha	76	1,905	0,720			
	Forvet	77	2,036	0,776			
Organik gıdaya yönelik tutum	Kaleci	62	4,495	0,722	4,814	0,003*	Kaleci>Defans, Orta Saha, Forvet
	Defans	91	4,060	1,019			
	Orta Saha	76	4,023	0,706			
	Forvet	77	4,071	0,750			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “mevki” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında $p<0,05$ düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 5. Araştırmadaki sporcuların, aylık gelir değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları

Aylık Gelir							
Ölçek	Aylık Gelir	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	500-1000 TL	51	3,476	0,708	29,526	0,000*	500-1000 TL>1001-2000 TL, 2001-3000 TL, 3001 TL ve Üstü
	1001-2000 TL	93	4,294	0,389			
	2001-3000 TL	100	4,157	0,603			1001-2000 TL>3001 TL ve Üstü
	3001 TL ve Üstü	62	3,839	0,472			2001-3000 TL>3001 TL ve Üstü
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	500-1000 TL	51	2,607	0,783	35,565	0,000*	500-1000 TL>1001-2000 TL, 2001-3000 TL, 3001 TL ve Üstü
	1001-2000 TL	93	1,430	0,584			
	2001-3000 TL	100	1,658	0,783			1001-2000 TL>3001 TL ve Üstü
	3001 TL ve Üstü	62	2,174	0,760			2001-3000 TL>3001 TL ve Üstü
Organik gıdaya yönelik tutum	500-1000 TL	51	3,598	0,793	23,773	0,000*	500-1000 TL>1001-2000 TL, 2001-3000 TL
	1001-2000 TL	93	4,637	0,528			
	2001-3000 TL	100	4,097	0,921			1001-2000 TL>2001-3000 TL, 3001 TL ve Üstü
	3001 TL ve Üstü	62	3,919	0,735			

* $p<0,05$ düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “aylık gelir” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında $p<0,05$ düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 6. *Araştırmadaki sporcuların, yaşadığınız yer değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları*

Yaşadığınız Yer							
Ölçek	Yer	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Köy	43	3,795	0,553	2,301	0,077	-
	İlçe	94	4,059	0,623			
	Şehir	115	4,063	0,667			
	Büyükşehir	54	4,045	0,484			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Köy	43	2,364	0,819	6,860	0,000*	Köy>İlçe, Şehir, Büyükşehir
	İlçe	94	1,719	0,841			
	Şehir	115	1,772	0,769			
	Büyükşehir	54	1,842	0,856			
Organik gıdaya yönelik tutum	Köy	43	4,023	0,828	1,829	0,142	-
	İlçe	94	4,305	0,780			
	Şehir	115	4,065	0,791			
	Büyükşehir	54	4,115	1,016			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “yaşadığınız yer” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı arasında p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılıkların olduğu görülürken, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır.

Tablo 7. *Araştırmadaki sporcuların, baba eğitim durumu değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları*

Baba Eğitim Durumu							
Ölçek	Eğitim	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	İlkokul ve Ortaokul	128	3,879	0,654	5,274	0,001*	İlkokul ve Ortaokul>Lise, Lisans, Lisansüstü
	Lise	108	4,167	0,611			
	Lisans	68	4,069	0,461			
	Lisansüstü	1	3,214	-			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	İlkokul ve Ortaokul	128	2,179	0,941	13,856	0,000*	İlkokul ve Ortaokul>Lise, Lisans, Lisansüstü
	Lise	108	1,597	0,684			
	Lisans	68	1,617	0,608			
	Lisansüstü	1	3,000	-			

Organik gıdaya yönelik tutum	İlkokul ve Ortaokul	128	3,905	0,976	6,494	0,000*	İlkokul ve Ortaokul>Lise, Lisans, Lisansüstü
	Lise	108	4,291	0,788			
	Lisans	68	4,360	0,451			
	Lisansüstü	1	3,750	-			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “baba eğitim durumu” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 8. Araştırmadaki sporcuların, anne eğitim durumu değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları

Anne Eğitim Durumu							
Ölçek	Eğitim	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	İlkokul ve Ortaokul	178	3,966	0,596	2,141	0,095	-
	Lise	95	4,075	0,651			
	Lisans	32	4,191	0,551			
	Lisansüstü	1	3,214	-			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	İlkokul ve Ortaokul	178	2,010	0,892	6,506	0,000*	İlkokul ve Ortaokul>Lise, Lisans, Lisansüstü
	Lise	95	1,654	0,700			
	Lisans	32	1,520	0,674			
	Lisansüstü	1	3,000	-			
Organik gıdaya yönelik tutum	İlkokul ve Ortaokul	178	4,050	0,879	2,977	0,032*	İlkokul ve Ortaokul>Lise, Lisans, Lisansüstü
	Lise	95	4,194	0,822			
	Lisans	32	4,507	0,525			
	Lisansüstü	1	3,750	-			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “anne eğitim durumu” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum ölçeği arasında p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılıkların olduğu görülürken, organik gıdaların farkındalığında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 9. *Araştırmadaki sporcuların, baba mesleği değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları*

Baba Mesleği							
Ölçek	Meslek	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Serbest Meslek	64	3,978	0,555	20,849	0,000*	Serbest Meslek>İşçi, Esnaf, Diğer
	İşçi	49	3,616	0,799			
	Esnaf	73	4,335	0,448			İşçi>Esnaf, Memur
	Memur	87	4,192	0,461			Esnaf>Diğer
	Diğer	33	3,560	0,465			Memur>Diğer
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Serbest Meslek	64	2,135	1,033	26,829	0,000*	Serbest Meslek>Esnaf, Memur
	İşçi	49	2,360	0,748			İşçi>Esnaf, Memur
	Esnaf	73	1,454	0,605			Esnaf>Diğer
	Memur	87	1,452	0,566			Memur>Diğer
	Diğer	33	2,479	0,547			Serbest Meslek>İşçi, Memur
Organik gıdaya yönelik tutum	Serbest Meslek	64	4,160	0,779	33,092	0,000*	İşçi>Memur, Diğer
	İşçi	49	3,234	0,940			Esnaf>Diğer
	Esnaf	73	4,428	0,712			Memur>Diğer
	Memur	87	4,548	0,427			
	Diğer	33	3,750	0,720			

* $p<0,05$ düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “baba mesleği durumu” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında $p<0,05$ düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 10. *Araştırmadaki sporcuların, anne mesleği değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları*

Anne Mesleği							
Ölçek	Meslek	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Ev Hanımı	173	3,982	0,609	11,575	0,000*	Ev Hanımı>Memur, Diğer
	İşçi	67	4,142	0,619			İşçi>Diğer
	Memur	47	4,255	0,423			
	Diğer	19	3,372	0,543			Memur>Diğer

Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Ev Hanımı	173	1,984	0,875	13,807	0,000*	Ev Hanımı>İşçi, Memur, Diğer
	İşçi	67	1,641	0,746			
	Memur	47	1,379	0,528			İşçi>Diğer
	Diğer	19	1,984	0,875			Memur>Diğer
Organik gıdaya yönelik tutum	Ev Hanımı	173	4,013	0,917	10,797	0,000*	Ev Hanımı>Memur
	İşçi	67	4,276	0,728			
	Memur	47	4,638	0,447			İşçi>Diğer
	Diğer	19	3,618	0,561			Memur>Diğer

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “anne mesleği durumu” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 11. Araştırmadaki sporcuların, ailenizde spor yapanlar var mı? değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları

Ailenizde Spor Yapanlar (Siz Hariç)							
Ölçek	Spor	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Yok	136	3,775	0,601	19,851	0,000*	Yok>Baba, Kardeşler, Anne
	Baba	48	4,455	0,367			
	Kardeşler	109	4,106	0,613			
	Anne	13	4,280	0,074			Baba>Kardeşler
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Yok	136	2,170	0,842	16,289	0,000*	Yok>Baba, Kardeşler
	Baba	48	1,326	0,709			
	Kardeşler	109	1,694	0,760			Baba>Kardeşler
	Anne	13	1,782	0,432			
Organik gıdaya yönelik tutum	Yok	136	3,968	0,720	7,025	0,000*	Yok>Baba
	Baba	48	4,593	0,530			
	Kardeşler	109	4,169	1,001			Baba>Kardeşler
	Anne	13	4,057	0,908			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “ailenizde spor yapanlar (siz hariç)” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 12. *Araştırmadaki sporcuların, beslenmenize dikkat eder misiniz? değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları*

Beslenmenize Dikkat Eder misiniz?							
Ölçek	Beslenme	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	218	4,202	0,521	46,432	0,000*	Ev<Bazen, Hayır
	Bazen	85	3,603	0,577			
	Hayır	3	2,738	0,648			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	218	1,630	0,764	34,226	0,000*	Ev<Bazen, Hayır
	Bazen	85	2,368	0,751			
	Hayır	3	3,277	0,346			
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	218	4,342	0,720	25,967	0,000*	Ev<Bazen, Hayır
	Bazen	85	3,664	0,916			
	Hayır	3	3,083	0,629			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “beslenmenize dikkat edermisiniz?” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 13. *Araştırmadaki sporcuların, satın aldığınız organik ürün grubu hangisidir? değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları*

Satın Aldığınız Organik Ürün Grubu Hangisidir?							
Ölçek	Ürün	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Tıbbi Bitkiler	39	4,064	0,822	2,180	0,041*	Bitkisel Yağlar>Kuru Meyveler
	Bitkisel	38	3,926	0,800			
	Çaylar	83	4,022	0,501			
	Baharatlar	23	3,714	0,730			
	Bitkisel Yağlar	23	3,714	0,730			
	Kuru Meyveler	123	4,094	0,493			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Tıbbi Bitkiler	39	1,773	0,951	1,081	0,366	-
	Bitkisel	38	1,886	1,013			
	Çaylar	83	1,849	0,756			
	Baharatlar	23	2,181	0,543			
	Bitkisel Yağlar	23	2,181	0,543			
	Kuru Meyveler	123	1,806	0,835			
Organik gıdaya yönelik tutum	Tıbbi Bitkiler	39	4,397	0,850	3,165	0,014*	Tıbbi Bitkiler>Bitkisel Yağlar
	Bitkisel	38	3,940	0,961			
	Çaylar	83	4,244	0,691			
	Baharatlar	23	3,739	0,837			
	Bitkisel Yağlar	23	3,739	0,837			
	Kuru Meyveler	123	4,130	0,860			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “satın aldığınız organik ürün grubu hangisidir?” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı arasında $p<0,05$ düzeyinde anlamlı farklılıkların olduğu görülürken, organik gıdaya yönelik tutum arasında $p<0,05$ düzeylerinde anlamlı farklılıkların olmadığı sonucuna rastlanmıştır.

Tablo 14. Araştırmadaki sporcuların, organik ürün alışverişinizi genelde nereden yapıyorsunuz? değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları

Organik Ürün Alışverişinizi Genelde Nereden Yapıyorsunuz?							
Ölçek	Alışveriş	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik Gıdaların Farkındalık Düzeyi Algısı	Organik Semt Pazarlarından	95	3,963	0,693			Organik Semt Pazarlarından>Organik Ürün Üreticilerinden
	Marketlerin Organik Ürün Reyonlarından	101	3,975	0,628			Marketlerin Organik Ürün Reyonlarından>Organik Ürün Üreticilerinden
	Organik Ürün Üreticilerinden	39	4,399	0,456	4,648	0,001*	
	Yöresel Ürünlerin Satıldığı Mağazalardan	21	3,860	0,501			Organik Ürün Üreticilerinden>Yöresel Ürünlerin Satıldığı Mağazalardan, Çiftlik ve Bahçelerden
	Çiftlik ve Bahçelerden	50	3,998	0,460			
Organik Gıdaya Yönelik Dezavantaj Algısı	Organik Semt Pazarlarından	95	4,021	0,613			Organik Semt Pazarlarından>Organik Ürün Üreticilerinden
	Marketlerin Organik Ürün Reyonlarından	101	1,884	0,886			Marketlerin Organik Ürün Reyonlarından>Organik Ürün Üreticilerinden
	Organik Ürün Üreticilerinden	39	1,947	0,891	6,020	0,000*	
	Yöresel Ürünlerin Satıldığı Mağazalardan	21	1,269	0,423			Organik Ürün Üreticilerinden>Yöresel Ürünlerin Satıldığı Mağazalardan, Çiftlik ve Bahçelerden
	Çiftlik ve Bahçelerden	50	1,912	0,731			

Organik Gıdaya Yönelik Tutum	Organik Semt Pazarlarından	95	3,821	1,001	9,917	0,000*	Organik Semt Pazarlarından>Marketlerin Organik Ürün Reyonlarından, Organik Ürün Üreticilerinden, Çiftlik ve Bahçelerden
	Marketlerin Organik Ürün Reyonlarından	101	4,200	0,796			
	Organik Ürün Üreticilerinden	39	4,717	0,610			Marketlerin Organik Ürün Reyonlarından> Organik Ürün Üreticilerinden
	Yöresel Ürünlerin Satıldığı Mağazalardan	21	3,916	0,593			
	Çiftlik ve Bahçelerden	50	4,280	0,483			Organik Ürün Üreticilerinden>Yöresel Ürünlerin Satıldığı Mağazalardan

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “organik ürün alışverişinizi genelde nereden yapıyorsunuz?” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 15. Araştırmadaki sporcuların, hangi sıklıkta organik gıdaları tüketiyorsunuz? değişkenine göre Tek Yönlü Anova-Tukey Test sonuçları

Hangi Sıklıkta Organik Gıdaları Tüketiyorsunuz?							
Ölçek	Sıklık	n	x	ss	f	p	Tukey
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Hiçbir Zaman	4	2,946	0,370	31,627	0,000*	Hiçbir Zaman>Sıklıkla, Her Zaman
	Nadiren	9	3,071	0,547			
	Bazen	55	3,557	0,626			Nadiren>Sıklıkla, Her Zaman
	Sıklıkla	102	4,049	0,458			Bazen>Sıklıkla, Her Zaman
	Her Zaman	136	4,282	0,513			Sıklıkla>Her Zaman
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Hiçbir Zaman	4	2,791	0,438	17,750	0,000*	Hiçbir Zaman>Her Zaman
	Nadiren	9	2,685	0,428			
	Bazen	55	2,354	0,825			Nadiren>Sıklıkla, Her Zaman
	Sıklıkla	102	1,934	0,872			Bazen>Sıklıkla, Her Zaman
	Her Zaman	136	1,503	0,652			Sıklıkla>Her Zaman

Organik gıdaya yönelik tutum	Hiçbir Zaman	4	2,625	0,968	30,875	0,000*	Hiçbir Zaman>Her Zaman
	Nadiren	9	3,222	0,666			Nadiren>Sıklıkla, Her Zaman
	Bazen	55	3,404	0,881			
	Sıklıkla	102	4,237	0,662			
	Her Zaman	136	4,474	0,667			Bazen>Sıklıkla, Her Zaman

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “hangi sıklıkta organik gıdaları tüketiyorsunuz?” değişkenine göre yapılan Tek Yönlü Anova-Tukey Testi analiz sonuçlarına göre, organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 16. Araştırmadaki sporcuların, cinsiyet değişkenine göre T-Test sonuçları

Cinsiyet							
Ölçek	Cinsiyet	n	x	ss	sd	t	p
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Erkek	193	3,964	0,655	304,000	-2,122	0,035*
	Kadın	113	4,118	0,522			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Erkek	193	1,967	0,874	304,000	3,193	0,002*
	Kadın	113	1,654	0,734			
Organik gıdaya yönelik tutum	Erkek	193	4,116	0,820	304,000	-0,695	0,488
	Kadın	113	4,185	0,874			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “cinsiyet” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı ve organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı arasında p<0,05 düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunurken, organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıkların olmadığı sonucuna rastlanmıştır.

Tablo 17. Araştırmadaki sporcuların, kronik bir hastalığınız var mı? değişkenine göre T-Test sonuçları

Kronik Bir Hastalığınız var mı?							
Ölçek	Hastalık	n	x	ss	sd	t	p
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Var	283	3,992	0,603	304,000	-2,915	0,004*
	Yok	23	4,375	0,638			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Var	283	1,904	0,827	27,248	4,503	0,000*
	Yok	23	1,210	0,700			
Organik gıdaya yönelik tutum	Var	283	4,088	0,831	28,156	-4,945	0,000*
	Yok	23	4,804	0,652			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “kronik bir hastalığınız var mı?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında $p < 0,05$ düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 18. Araştırmadaki sporcuların, organik ürünler hakkında bilgi sahibi misiniz? değişkenine göre T-Test sonuçları

Organik Ürünler Hakkında Bilgi Sahibi misiniz?							
Ölçek	Bilgi	n	x	ss	sd	t	p
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	263	4,095	0,572	304,000	5,470	0,000*
	Hayır	43	3,568	0,667			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	263	1,767	0,830	304,000	-4,494	0,000*
	Hayır	43	2,368	0,692			
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	263	4,289	0,733	51,591	7,304	0,000*
	Hayır	43	3,238	0,896			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “organik ürünler hakkında bilgi sahibi misiniz?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında $p < 0,05$ düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 19. Araştırmadaki sporcuların, organik ürünler, organik olmayanlara göre daha sağlıklı olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz? değişkenine göre T-Test sonuçları

Organik ürünler, organik olmayanlara göre daha sağlıklı olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz?							
Ölçek	Sağlık	n	x	ss	sd	t	p
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	288	4,088	0,546	304,000	8,458	0,000*
	Hayır	18	2,952	0,643			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	288	1,792	0,817	21,719	-7,090	0,000*
	Hayır	18	2,796	0,564			
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	288	4,218	0,779	304,000	6,838	0,000*
	Hayır	18	2,916	0,848			

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “organik ürünler, organik olmayanlara göre daha sağlıklı olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında $p < 0,05$ düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 20. *Araştırmadaki sporcuların, organik ürünlerin çevre dostu olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz? değişkenine göre T-Test sonuçları*

Organik Ürünlerin Çevre Dostu Olduğunu Bildiğiniz İçin mi Sizde Organik Ürünleri Satın Alıyorsunuz?								
Ölçek	Çevre Dostu	n	x	ss	sd	t	p	
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	289	4,074	0,567	304,000	6,720	0,000*	
	Hayır	17	3,113	0,673				
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	289	1,793	0,817	21,524	-8,120	0,000*	
	Hayır	17	2,843	0,494				
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	289	4,212	0,794	304,000	6,453	0,000*	
	Hayır	17	2,941	0,693				

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “organik ürünlerin çevre dostu olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 21. *Araştırmadaki sporcuların, organik ürünlerin, organik olmayanlara göre daha besleyici olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri tercih ediyorsunuz? değişkenine göre T-Test sonuçları*

Organik Ürünlerin, Organik Olmayanlara Göre Daha Besleyici Olduğunu Bildiğiniz İçin mi Sizde Organik Ürünleri Tercih Ediyorsunuz?								
Ölçek	Besleyici mi?	n	x	ss	sd	t	p	
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	291	4,076	0,563	304,000	7,448	0,000*	
	Hayır	15	2,961	0,599				
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	291	1,800	0,818	17,582	-7,229	0,000*	
	Hayır	15	2,855	0,534				
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	291	4,208	0,795	304,000	6,506	0,000*	
	Hayır	15	2,850	0,639				

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “organik olmayanlara göre daha besleyici olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri tercih ediyorsunuz?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 22. Araştırmadaki sporcuların, organik ürünlerin güvenilir olduğunu düşündüğünüz için mi satın alıyorsunuz? değişkenine göre T-Test sonuçları

Organik Ürünlerin Güvenilir Olduğunu Düşündüğünüz İçin mi Satın Alıyorsunuz?							
Ölçek	Güvenilir	n	x	ss	sd	t	p
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	287	4,077	0,572	304,000	6,687	0,000*
	Hayır	19	3,169	0,589			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	287	1,778	0,808	33,641	-12,962	0,000*
	Hayır	19	2,964	0,340			
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	287	4,207	0,805	304,000	5,519	0,000*
	Hayır	19	3,157	0,750			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “organik ürünlerin güvenilir olduğunu düşündüğünüz için mi satın alıyorsunuz?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 23. Araştırmadaki sporcuların, çevrenizdeki insanların, organik ürünleri tercih ettikleri için mi sizde organik ürünleri tercih ediyorsunuz? değişkenine göre T-Test sonuçları

Çevrenizdeki insanların, organik ürünleri tercih ettikleri için mi sizde organik ürünleri tercih ediyorsunuz?							
Ölçek	Çevre	n	x	ss	sd	t	p
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	254	4,151	0,507	62,641	7,525	0,000*
	Hayır	52	3,388	0,693			
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	254	1,654	0,719	304,000	-10,628	0,000*
	Hayır	52	2,814	0,702			
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	254	4,289	0,754	67,449	6,658	0,000*
	Hayır	52	3,423	0,873			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “çevrenizdeki insanların, organik ürünleri tercih ettikleri için mi sizde organik ürünleri tercih ediyorsunuz?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 24. *Araştırmadaki sporcuların, organik ürünlerin sağlığınıza daha faydalı olduğunu bildiğiniz için mi organik ürünleri satın alıyorsunuz? değişkenine göre T-Test sonuçları*

Organik Ürünlerin Sağlığınıza Daha Faydalı Olduğunu Bildiğiniz İçin mi Organik Ürünleri Satın Alıyorsunuz?								
Ölçek	Faydalı	n	x	ss	sd	t	p	
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	293	4,060	0,586	304,000	5,604		0,000*
	Hayır	13	3,131	0,533				
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	293	1,803	0,820	17,570	-9,864		0,000*
	Hayır	13	2,935	0,376				
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	293	4,192	0,804	304,000	5,122		0,000*
	Hayır	13	3,019	0,892				

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “organik ürünlerin sağlığınıza daha faydalı olduğunu bildiğiniz için mi organik ürünleri satın alıyorsunuz?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

Tablo 25. *Araştırmadaki sporcuların, kullandığınız organik gıdaların sertifikalı olup olmadığına bakıyor musunuz? değişkenine göre T-Test sonuçları*

Kullandığınız Organik Gıdaların Sertifikalı Olup Olmadığına Bakıyor musunuz?								
Ölçek	Sertika	n	x	ss	sd	t	p	
Organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı	Evet	178	4,220	0,625	303,029	7,551		0,000*
	Hayır	128	3,745	0,475				
Organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı	Evet	178	1,616	0,874	303,370	-6,429		0,000*
	Hayır	128	2,179	0,657				
Organik gıdaya yönelik tutum	Evet	178	4,338	0,831	304,000	5,005		0,000*
	Hayır	128	3,869	0,777				

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Hokey sporcularının, “kullandığınız organik gıdaların sertifikalı olup olmadığına bakıyor musunuz?” değişkeninin, T-Testi analiz sonuçlarını incelediğimizde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutum arasında p<0,05 düzeylerinde anlamlı farklılıklara rastlanmıştır.

TARTIŞMA

Bu çalışmada; hokey sporcularının, spor yaşları 1 ile 7 yıl ve üstünde değiştiği belirlenmiştir. Yapılan bu çalışmada spor yaşı ile sporcuların organik gıdaların farkındalık düzeyi, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutumları arasında p<0,05 seviyesinde anlamlı farklılıkların olduğu görülmüştür (Tablo 3). Literatürdeki çalışmalar ince-

lendiğinde; spor yaşı değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğunu bildiren çalışmaların olduğu belirlenmiştir (Göktaş 2010; Gıdık ve ark., 2022; Çelik ve Gıdık 2022; Gıdık ve ark., 2022; Kul ve Gıdık 2022). Acar (2008), yaptığı araştırmasında, spor yaşı değişkeninde anlamlı farklılıkların olmadığını tespit etmiştir. Kul ve ark., (2021) ve Tozoğlu (2003), yaptıkları araştırmalarında, spor yaşı değişkeninde anlamlı farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir. Sporcuların aylık gelirleri ile organik gıdaların farkındalık düzeyi, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutumları arasında yapılan Kruskal-Wallis H Test sonuçlarına göre $p < 0,05$ seviyesinde anlamlı farklılıkların olduğu görülmüştür (Tablo 5). Daha önce yapılan benzer çalışmalarda, aylık gelir düzeylerinin, organik gıdalara yönelik tutum ve farkındalık düzeyleri üzerinde etkili olduğu görülmüştür (Sayın ve ark., 2005; İnal, 2008; İnci ve ark., 2017; Öktem ve ark., 2020; Adatepe ve ark., 2021). Aylık gelir düzeylerinin incelendiği çalışmalarda, Kul ve Gıdık (2021) ve Tozoğlu ve ark., (2022), anlamlı farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Sandallıoğlu (2014), yaptığı araştırmasında, aylık gelir düzeylerinde anlamlı farklılıkların olmadığını bildirmiştir. Gıdık ve Kul (2022), yaptıkları çalışmalarında, aylık gelir düzeylerinde anlamlı farklılıkların bulunmadığını belirlemişlerdir. Sporcuların yaşadıkları yerlere bakıldığında; köy, ilçe, şehir ve büyükşehir oldukları belirlenirken, organik gıda tercihleri üzerinde yaşanan yerin etkisinin olduğu belirlenmiştir (Tablo 6). Hokey sporcularının anne ve baba eğitim durumları ilkökul ve ortaokul ile lisansüstü arasında değişirken bu durum sporcu ailelerinin eğitim durumlarında organik gıdaların farkındalık düzeyi, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutumları üzerinde etkili olduğu görülmüştür (Tablo 7-8.). Sayın ve ark. (2005), çalışmalarında, organik gıda tüketim tercihlerinde eğitim durumunun önemli bir değişken olduğunu, eğitim durumu ile organik gıda tercihleri arasında anlamlı farkların olduğunu bildirmişlerdir. Daha önce yapılan araştırmaların, anne ve baba eğitim durumları ile organik ürün tüketimi arasında anlamlı farklılıkların olduğunu bildirmişlerdir (Stobbelaar ve ark., 2007; Hassan ve ark., 2009; Eryılmaz ve ark., 2015; İnci ve ark., 2017). Şipal ve ark., (2020), yaptıkları araştırmalarında anlamlı farklılıkların olmadığını belirlemişlerdir. Araştırmaya katılan hokey sporcularının, organik ürün alışverişinizi genelde nereden yapıyorsunuz? değişkenine bakıldığında; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutumları ile anlamlı farklılıklara rastlanmıştır (Tablo 14). Araştırmaya katılan hokey sporcularının organik ürünleri genellikle, organik semt pazarlarından, marketlerin organik ürün reyonlarından, organik ürün üreticilerinden, yöresel ürünlerin satıldığı mağazalardan ve çiftlik ve bahçelerden temin ettikleri belirlenmiştir. İnci ve ark., (2017), yaptıkları araştırmalarında, organik ürün alışverişi yapılan yerler ile organik ürün tüketimi arasında anlamlı farklılıkların olmadığını belirlemiştir. Çalışmaya katılan hokey sporcularının cinsi-

yet değişkenleri incelendiğinde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutumları karşılaştırıldığında her iki grubun birbirine benzer olduğu belirlenmiştir (Tablo 16). Daha önce bu konuda yapılan bazı çalışmalar incelendiğinde çalışmamızda elde ettiğimiz sonuçlar ile paralel olduğu görülmüştür (Corley ve ark. 1990; Özçelik ve Sürücüoğlu, 2000; Bozkurt 2001; Akıl 2004; Çongar ve Özdemir, 2004; Acar, 2008; İnci ve ark., 2014; Evli ve ark., 2020). Çelik ve ark., (2021) ve Kul ve ark., (2021), yaptıkları çalışmalarında, cinsiyet değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğunu bildirmişlerdir. Cinsiyet değişkeninin incelendiği araştırmalarda, anlamlı farklılıkların olmadığını bildiren çalışmaların olduğu da belirlenmiştir (Özden 1986; Süel ve ark., 2006; Aksoydan ve Camcı 2009; Yüksek 2013). Çalışmaya katılan hokey sporcularının organik ürünler, organik olmayanlara göre daha sağlıklı olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz? değişkeni incelendiğinde; organik gıdaların farkındalık düzeyi algısı, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutumları ile anlamlı farklılıklara rastlanmıştır (Tablo 19). Literatürde yapılan çalışmalar incelendiğinde; organik ürünler, organik olmayanlara göre daha sağlıklı olduğunu bildiğiniz için mi sizde organik ürünleri satın alıyorsunuz? değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğunu bildiren çalışmalara rastlanmıştır (Armağan ve Özdoğan 2005; Sarıkaya 2007; Karabaş ve Gürler 2012; İnci ve ark., 2014; İnci ve ark., 2017).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Sonuç olarak; bu çalışmaya katılan hokey sporcularının demografik değişkenler ile organik gıdaların farkındalık düzeyi, organik gıdaya yönelik dezavantaj algısı ve organik gıdaya yönelik tutumlarında $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı farklılıkların olduğu belirlenmiştir. Hokey sporcularının yeterli, dengeli ve organik beslenmeleri konusunda tüm spor branşlarına örnek olabilecekleri görülmektedir. Yapılan bu çalışma, tüm spor branşlarına uygulandığında çok etkili sonuçların ortaya çıkabileceği düşünülmektedir.

Hokey sporcularının, beslenme konusunda uzman kişilerce verilen konferans, seminer gibi faaliyetler ile birlikte daha da kapsamlı bilgi alabilecekleri düşünülmektedir.

TEŞEKKÜR

Türkiye Hokey Federasyonu Başkanı; Sadık Karakan'a, Türkiye Hokey Federasyonu Başkanvekili; Bayram Yüksel'e, Türkiye Hokey Federasyonu Teknik Kurul Başkanı; Mustafa Çakır'a, U14-U16 Türkiye Hokey Federasyonu Milli Takım antrenörleri Mustafa Çilkız'a, Serdar Celasun'a ve Gökhan Kaya'ya, aynı zamanda Türkiye Hokey Federasyonunun bünyesinde bulunan tüm sporculara, teknik heyetlere ve bütün çalışanlara desteklerinden dolayı çok teşekkür ediyorum.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyan Özeti

Yazarlar makaleye eşit oranda katkı sağlamış olduklarını beyan ederler.

Çıkar Çatışması Beyanı

Makale yazarları aralarında herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan ederler.

KAYNAKÇA

- Acar, G. (2008). Boksörlerin beslenme bilgi ve alışkanlıklarının belirlenmesi. Konya, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek lisans Tezi.
- Adatepe, E., Kul, M., Şipal, O., Adatepe, S., Şipal, Ö., & Demirezen A. E. (2021). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin hedonik tüketim davranışlarının incelenmesi: Bayburt Besyo Örneği. s-51-66. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Akıl, M. (2004). Atletizmin atma branşlarıyla uğraşan sporcuların beslenme bilinç düzeylerinin belirlenmesi ve değerlendirilmesi, Konya, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek lisans Tezi.
- Aksoydan, E., & Camci, N. (2009). Prevalence of orthorexia nervosa among Turkish performance artists. *Eat Weight Disord*, 14(1): 33-37.
- Anonim, (1994). AnaBritanica genel kültür ansiklopedisi. İstanbul: Ana Yayıncılık.
- Anonim. (2022). Hokey tarihçesi, <https://www.turkhokey.gov.tr/sayfalar/2/tarihce>, (Erişim tarihi: 15.09.2022).
- Anonymous. (2017). Organic farming in Germany, Federal Ministry of Food and Agriculture.
- Armağan, G., & Özdoğan, M. (2005). Ekolojik yumurta ve tavuk etinin tüketim eğilimleri ve tüketici özelliklerinin belirlenmesi. *Hayvansal Üretim*, 46(2): 14-21.
- Baysal, A. (2011). Hatiboğlu, 13'üncü baskı, Ankara.
- Bratman, S, & Knight, D. (2000). Health food junkies, Overcoming the obsession with healthful eating. New York, Broadway Books.
- Bozkurt, İ. (2001). Beden eğitimi ve spor yüksek okullarında okuyan ve halen aktif spor yapan öğrencilerin beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. Yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya.
- Corley, G., Demarest-Litfort, M., & Bazzarre, T. L. (1990). Nutrition knowledge and dietary practices of college coaches, *J Am Diet Assoc*, 90, 705-709.
- Çankaya, C. (2001). Spor tesisleri işletmeciliği ve planlamacılık ders notları.
- Çelik, H., & Gıdık, O. (2022). Hokey sporcularının liderlik öz-yeterlik durumlarının belirlenmesi. s. 287-303. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Çelik, H., Demirel, N., & Şam, C. T. (2021). Relationship Between Anxiety Levels and Exercise Addiction of Higher School Students Studying in the Field of Sports Sciences During Covid-19 Pandemic Process. *P J M H S* Vol. 15, No.10, Oct.

- Coşkun, R., Altunışık, R., & Yıldırım, E. (2017). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri SPSS uygulamalı, Sakarya Yayıncılık, Güncellenmiş 9. Baskı, Sakarya.
- Çongar, O., & Özdemir, L. (2004). Sivas il merkezinde beden eğitimi öğretmenlerinin genel beslenme ve sporcu beslenmesi ile ilgili bilgi düzeyleri, C.Ü. Tıp Fak Derg, 26, 123-118.
- Çumralıgil, B., & Görücü, A. (2007). Örgütlenme yönetim biçimleriyle spor, Selçuk Üniversitesi Yayını, Konya.
- Demirezen, E., & Coşansu, G. (2005). Adölesan çağı öğrencilerde beslenme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. STED, 14(8), 174-178.
- DPT. (1972). Beş yıllık kalkınma planı gençlik ve spor özel ihtisas komisyonu raporu, DPT. Müsteşarlığı Yayınları, Ankara.
- Ertan, S. (2005). Sağlık personelinin organik gıdaları tüketmedeki görüşlerinin saptanması. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Eryılmaz, A. G., Demiryürek, K., & Emir, M. (2015). Avrupa Birliği ve Türkiye’de organik tarım ve gıda ürünlerine karşı tüketici davranışları. Anadolu Tarım Bilimleri Dergisi, 30: 199- 206.
- Evli, F., Gıdık, O., & Cerit, E. (2020). Anxiety levels of footballers in regional amateur and professional leagues during pandemic process. Ambient Science, 07(Sp1): 81-85.
- Gıdık, O., & Kul, M. (2022). Türkiye Milli Hokey takımı aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerin Kovid-19 korku düzeyleri. s.275-296. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Gıdık, O., Kul, M., Elbir, T., & Gıdık, B. (2022). Hokey milli takım aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerinin organik gıda tüketim algı düzeyleri. Kadirli Uygulamalı Bilimler Fakültesi Dergisi, 2(1): 69-92.
- Gıdık, O., Çelik, H., & Kul, M. (2022). 15 Temmuz Demokrasi ve Milli Birlik Türkiye şampiyonasına katılan U-15 kız ve erkek Hokey5s sporcularının Kovid-19 korku düzeyleri. s.167-183. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Göktaş, Z. (2010). Aktif milli sporcuların beslenme alışkanlıkları ve sıklıkla kullandıkları beslenme destek ürünlerinde kontaminasyon ve pozitif doping risk değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Gündüz, Y., & Kaya, M. (2007). Avrupa Birliği tarım politikası ve Türkiye’de organik tarımın geliştirilmesi üzerine olası etkisi. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi. 6 (21), 305-330.
- Gümüş, H. (2019). X kuşağında sportmenlik yönelimi. OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 10(17), 738-755.

- Gürten, K., & Erenel, S. E. (2012). LexSportiva: Spor hukukunun küreselliği, İnönü Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi, 3 (1), 297.
- Hassan, D., Monier, D. S., Nich le, V., & Simioni, M. (2009). Organic food consumption patterns in France. Pre- Conference Workshop, Dietand Obesity: Role of Prices and Policies August 16.
- İnci, H., Karakaya, E., Söğüt, B., & Şengül, T. (2014). Organic product consumption and customer preferences in urban sections of Bingöl province. Türk Tarım ve Doğa Bilimleri Dergisi 1(2): 255-261.
- İnci, H., Karakaya, E., & Şengül, A. Y. (2017). Organik ürün tüketimini etkileyen faktörler (Diyarbakır ili Örneği). KSÜ Doğa Bil. Dergisi, 20(2): 137-147.
- İnal, E., Murat, A., Recep, Ç., & Murat, T. (2008). “Tüketicilerin organik gıdalara ilişkin inançları, demografik özellikleri ve bireysel değerleri arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik bir araştırma”, 13. Ulusal Pazarlama Kongresi, Sürdürülebilirlik ve Pazarlama Bildiri Kitabı, 30 Ekim-1 Kasım, Adana, ss. 195-213.
- Kacur, L. L. (2009). Erciyes Üniversitesi İİBF akademik ve idari personeli ile İİBF işletme gündüz ve ikinci öğretim öğrencilerinin organik ürünleri algılamaları. Erciyes Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, Sayı: 33, Temmuz-Aralık 2009, ss.249-277.
- Karaküçük, S. (1989). Beden eğitimi öğretmeninin eğitimi, Ankara, Gazi Üniversitesi Yayınları, (24).
- Karabaş, S., & Gürler, Z. A. (2012). Organik ürün tercihinde tüketici davranışları üzerine etkili faktörlerin logit regresyon analizi ile tahminlenmesi. Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 5 (10): 129-156.
- Kul, M., Ceyhan, M. A., Adatepe, E., Şipal, O., Aksoy, Ö. F., & Boz, E. (2021), An investigation of high school students' continuous anxiety towards physical education and sports course. In: Education Quarterly Reviews, Vol.4 Special Issue 1: Primary and Secondary Education, 449-456.
- Kul, M., & Gıdık, O. (2021). Covid-19 sürecinde amatör lig futbolcu ve antrenörlerinin sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi: Çanakkale ili örneği. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Kul, M., Gıdık, B., Gıdık, O., Şipal O., & Şipal, Ö. (2021). Organic food nutrition knowledge level of olympic boxers in Turkey. Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 4(3): 250-260.
- Kul M., & Gıdık, O. (2022). Hokey milli takım aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerinin, hokey sporunu tercih etme nedenleri. Kadirli Uygulamalı Bilimler Fakültesi Dergisi, 2(1): 15-38.
- Öktem, T., Şipal, O., Kul, M., & Dilek, A. N. (2020). Olimpiyat oyunlarına katılmaya aday boksörlerin Covid-19 kaygı düzeylerinin incelenmesi. Journal of Social and Humanities Sciences Research, 7(62), 3620-3627.

- Özçelik, A. Ö., & Sürücüoğlu, S. M. (2000). Tıp doktorlarının beslenme bilgi düzeyleri üzerine bir araştırma, *Beslenme ve Diyet Derg.* 29, 11–16.
- Özden, M. (1986). Profesyonel futbolcuların sporcu beslenmesi konusundaki bilgi ve alışkanlıklarının belirlenmesi. Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Pehlivan, Z. (2004). Fair-play kavramının geliştirilmesinde okul sporunun yeri ve önemi. *Sporometre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 2(2),49-53.
- Pulur, A., & Cicioğlu, İ. (2001). Bayan basketbolcuların beslenme bilgisi ve alışkanlıkları. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2):44-47.
- Sandallıoğlu, A. (2014). Adana ilinde organik tarım ürünleri tüketimi ve tüketici eğilimleri. Çukurova Üniversitesi. Fen Bilimleri Enstitüsü, Tarım Ekonomisi Anabilim Dalı Doktora Tezi, Adana.
- Sarıkaya, N. (2007). Organik ürün tüketimini etkileyen faktörler ve tutumlar üzerine bir saha çalışması, *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Kocaeli, 2(14), 110-125.
- Stobbelaar, D. J., Casimir, G., Borghuis, J., Marks, I., Meijer, L., & Zebeda, S. (2007). A adolescents' attitudes toward organic food: a survey of 15 to 16 year old school children. *Intentional Journal of Consumer Studies*, 31(4): 349-356.
- Sayın, C., Nisa, M., Burhan, Ö., & Robin, G. B. (2005). "The Organic Farming Movement In Turkey", *Hortechology*, October-December, Vol. 15, No. 4, ss. 1-8.
- Süel, E., Şahin, İ., Karakaya, M. A., & Savucu, Y. (2006). Elit seviyedeki basketbolcuların beslenme bilgi ve alışkanlıkları. *Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi*, 20(4): 271- 275.
- Şenbakar, K. (2021). Çocuklar ve fiziksel aktivite. *Spor Eğitim Dergisi*. Cilt 5, Sayı 1, 22-28.
- Şipal, O., Kul, M., Ceylan, M. A., Dilek, A. N., Aksoy, Ö. F., (2020). Sporcu algılarına göre boks antrenörlerinin etik dışı davranışlarının incelenmesi. s-29-42. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Tatar, C. (1995). *Hava kuvvetleri dergisi*, Şubat Sayı 320, Hava Kuvvetleri Basımevi, s.88-92, Ankara.
- Tozoğlu, E. (2003). Farklı spor dallarında görev alan antrenörlerin liderlik özellikleri ve bu özelliklerinin bazı değişkenlerle ilişkileri, Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Tozoğlu, B., Polat, Ş., Celik, H., & Mazlumoglu, B. (2022). Examination of Obesity Awareness Levels of University Students in Terms of Different Variables. *Journal of Health and Medical Sciences*, 5(2), 133-142.

- Yalçınkaya, M., Saraçoğlu, A. S., & Varol, S. (1993). Üniversite öğrencilerinin spora ilişkin görüşleri ve beklentileri. Spor Bilimleri Dergisi, C:4 (2), s.12-26.
- Yatkın, M. C. (2006). Türkiye’de sporcuların vergilendirilmesi (Yüksek lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi’nden edinilmiştir (Tez No. 214590).
- Yetim, A. (2014). Sosyoloji ve spor, Berikan Yayınevi, Ankara.
- Yüksek, M. (2013). Amatör ve profesyonel milli takım futbolcularında beslenme alışkanlıkları ve bilgi düzeylerinin incelenmesi. Yüksek lisans tezi, Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Zengin, B., Yılmaz, S., Gülmez, İ., Ramazanoğlu, N., Soykan, A., & Demir, A. (2003). Elit genç bayan judocularında müsabaka öncesi hızlı kilo vermenin genel kuvvet üzerine etkilerinin incelenmesi. İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 123-126.

“

Bölüm 5

**DÜNYA KUPASI ÖN ELEME MAÇLARI
OYNAYAN, TÜRKİYE FUTSAL A
MİLLİ TAKIMI SPORCULARININ,
FUTSAL SPORUNU TERCİH ETME
NEDENLERİNİN İNCELENMESİ**

Osman GIDIK¹

Murat KUL²

Eda ADATEPE³

”

1 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;
<https://orcid.org/0000-0003-0811-9324>

2 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;
<https://orcid.org/0000-0001-6391-8079>

3 Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, 69000 Bayburt, Türkiye;
<https://orcid.org/0000-0003-1254-9300>

GİRİŞ

Spor; insanların sağlıklı olmaları bakımından bedensel, zihinsel, mental ve motorik açıdan kendilerini geliştirebildiği, toplumsal davranışları bakımından ilerleme sağladığı sosyolojik bir olgu olarak bilinmektedir (Yetim, 2014). Günümüzde, insanlar açısından önemli bir yere sahip olan sporun, her yaş kitlesi bakımından yapılabildiği ve geniş kitlelerce tercih edildiği görülmektedir. Sağlıklı bir yaşam ve birçok faydası olması bakımından, sporun her meslek grubunca yapıldığı görülmektedir. Bireyler spor aktivitelerini kilo, yaş ve beden durumlarını göz önüne alarak yapmalıdırlar. İnsanlar sporu yaparken; vücudun denge bütünlüğünün sağlanması, yeterli hale gelebilmesi, vücudun zinde kalması, neşeli ve mutlu olma isteği ve hayatı daha sağlıklı yaşama amacı ile yaptıkları görülmektedir (Tatar, 1995). Eski dönemlerde spor; oyun, eğlence, avlanmak, savaşa hazırlık ve vücudun daha zinde olmasını sağlamak için yapıldığı ve o günlerden günümüze kadar gelen spor, belirli kurallar ve farklı formlar adı altında, kişisel gelişimleri sağlamak, sosyal bir çevreye sahip olmak ve boş zaman aktiviteleri için yapılan etkinliklerin tümü olduğu görülmektedir (Çumralıgil ve ark., 2007). Motorik becerilerin, sosyal ve fiziksel gelişimlerin tümünün spor aktiviteleri ile en iyi şekilde yapıldığı görülmektedir (Çankaya, 2001). Sporun doğasında bulunan haz, disiplin, barış, erdemli olma, hak, hoşgörü, hukuk, eşitlik, mutlu olma, saygı ve sevgi gibi duyguların yanında hüznün, keder, stres ve heyecan gibi kavramlarında bulunduğu bilinmektedir (Pehlivan, 2004; Gümüş, 2019).

Futsal'ın kapalı salon futbolu olarak bilindiği, uluslararası düzeylerde oynandığı, UEFA ve FIFA organizasyonları tarafından desteklendiği ve en çok tanınan spor dallarından biri olduğu aynı zamanda Brezilya, Güney Amerika, İtalya, Doğu Avrupa ve İspanya ülkelerinde popüler şekilde oynandığı görülmektedir. Bu sporun, az sıçrayan, az seken, dört numaralı deri bir top ile dar ve küçük bir alanda oynandığı bilinmektedir. Sporcuların hızlı düşünme, hızlı karar verme yeteneklerini ve serbest alan yaratma becerileri geliştirdiği görülmektedir. Futsal sporunun, Güney Amerika'da 1920 yıllarında ortaya çıktığı, yetenek ve oyun stilleri bakımından Brezilya futbolu ile uyum sağladığı görülürken, oyunun sürekli akış halinde olmasından dolayı sporcularda mevkisel düşünce, oyun okuma, top kontrolü, çabuk düşünme, reaksiyon hızı, oyun zekası, isabetli pas oranlarında olumlu açıdan gelişim gösterdiği, hareketli ve hızlı oyun olmasından dolayı da seyir zevkinin çok yüksek seviyelerde olduğu görülmektedir. Alt yapılarıdaki sporcuların, futsal sporunu çok tercih ettikleri bilinmektedir. Oyun akışındaki sert temasın ve tehlikeli kaymaların faul ile cezalandırıldığı göz önüne alındığında, sakatlanma oranlarının çok düşük seviyelerde olduğu görülmektedir. Ülkemizde futsal'ın çok hızlı gelişmesi ile birlikte, takım, maç ve sporcu sayılarındaki artışın Türkiye Futbol Federasyonu

tarafından bu spora olan ilginin ne kadar üst seviyelerde olduğunu göstermektedir. Futsal A Milli Takımlarının, farklı yaş kategorilerinde mücadele ettiği, Avrupa ve Dünya Şampiyonalarında mücadele ettiği görülmektedir (Anonim, 2022).

Bireylerin yaşamlarını devam ettirebilmeleri, mutlu olmaları ve sürekli olarak gelişim gösterebilmeleri için daima hareket halinde oldukları bilinmektedir. İnsanlar, çocukluktan itibaren giyinirler, yemek yerler, nefes alırlar, koşarlar, yürürler, kendilerini tanıyıp yeteneklerini ve hayatı keşfederler ve sürekli olarak hareket halinde olurlar, yapılan bütün bu eylemlerin her birine “hareket” denildiği bilinmektedir (Tüfekçioğlu, 2002).

Araştırmanın amacı; 2022 yılında, 5-8 Nisan tarihlerinde Litvanya’da düzenlenen Dünya Kupası ön eleme maçlarında oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takımında bulunan tüm sporcuların, futsal sporunu tercih etme nedenlerini incelemektir.

MATERYAL ve METOD

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Çalışmaya; 2022 yılında 5-8 Nisan tarihleri arasında, Litvanya’da düzenlenen Dünya Kupası ön eleme maçlarında oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takımında bulunan tüm sporcular araştırmaya dahil edilmiştir. Litvanya’da düzenlenen Dünya Kupası ön eleme maçlarında oynayan toplam 15 futsal sporcusu çalışmaya gönüllü olarak katılmışlardır. Araştırmada kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Kolayda örnekleme yöntemi; araştırmacıların ulaşabileceği sporcuların tümünün çalışmaya gönüllü olarak katılması olarak bilinmektedir (Coşkun ve ark., 2017).

Veri Toplama Aracı

Araştırma; 8 sorudan oluşan demografik değişkenler ile Gülbahçe (2011), tarafından geliştirilen 11 sorudan oluşan “Spor Yapma Nedenleri Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek, toplamda 16 sorudan ve 5 alt boyuttan oluştuğu ve bu alt boyutların; “Yakın çevrenin etkisi” (soru maddesi; 1; 2; 5; 14), “Çevreden etkilenme” (soru maddesi; 3; 4; 6; 7), “Çevreyi etkileme” (soru maddesi; 8; 9), “Sporun yararına inanma” (soru maddesi; 10; 11; 12; 13) ve Sosyal çevre edinmek için” (soru maddesi; 15; 16) olduğu görülürken, ölçeğin alt boyutlarından elde edilecek en yüksek puanın spor yapma nedenlerinin karşılığı olacağı ve ölçekte madde işaretlemelerinin “Evet” ve “Hayır” şıklarıyla yapılabileceği belirtilmiştir. “Spor Yapma Nedenleri Ölçeği” sorunlu madde içermezken, alt boyutlarındaki 16 soruya göre Cronbach’s Alpha katsayısının 0,76 olduğu belirlenmiştir (Gülbahçe, 2011).

Verilerin Toplanması

Veriler elde edilirken; internet ortamında, anket sisteminden yararlanılarak sorular tüm Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularına ulaştırılıp sonuçlar elde edilmiştir. Çalışmamıza katılan Futsal sporcularının tümüne yapılan araştırmanın amacı, yöntemi ve önemi ile ilgili bilgilendirme çalışması yapılmıştır. Araştırmaya katılan tüm Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularına, isimlerinin kesinlikle hiçbir yerde paylaşılmayacağı ve sadece araştırma amacı ile kullanılacağı bilgisi verilmiştir.

Verilerin Analizi

Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularından elde ettiğimiz veriler, SPSS 26.0 analiz programında analizleri yapılarak istatistiksel olarak değerlendirilmiştir. Analiz programında, Cronbach's Alpha güvenilirlik testi, Kruskal-Wallis H testi ve Mann Whitney U testleri yapılarak araştırmanın sonuçlarına ulaşılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularından elde edilen Cronbach's Alpha güvenilirlik testi sonuçları

Cronbach's Alpha Katsayısı	Soru Sayısı
0,833	16

Tablo 1'i incelediğimizde; elde edilen Cronbach's Alpha güvenilirlik katsayısı değerlerinin 0,833 olduğu görülmüştür. Elde edilen bu değer, çalışmada kullanılan spor yapma nedenleri ölçeğinin yüksek güvenilirlik düzeyinde olduğunu göstermektedir.

Tablo 2. Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının demografik veri dağılımları

DEĞİŞKENLER		N	%
Yaş	18-22 Yaş	5	33,3
	23-27 Yaş	3	20,0
	28 Yaş ve Üstü	7	46,7
Eğitim Durumu	Lise	2	13,3
	Üniversite	13	86,7
Aylık Gelir	500-1500 TL	2	13,3
	1501-3000 TL	4	26,7
	3001-4500 TL	2	13,3
	4501 TL ve Üstü	7	46,7
Mevki	Kaleci	3	20,0
	Defans	4	26,7
	Orta Saha	6	40,0
	Forvet	2	13,3
Lisanslı olarak Kaç Yıldır Futsal Oynuyorsunuz?	1-5 Yıl	7	46,7
	6-10 Yıl	5	33,3
	11 Yıl ve Üstü	3	20,0

Kaç Yıldır Futsal Milli Takımında Oynuyorsunuz?	1-2 Yıl	5	33,3
	3-4 Yıl	4	26,7
	5-6 Yıl	2	13,3
	7 Yıl ve Üstü	4	26,7
Futsal Milli Takımında Kaç Kez Oynadınız?	1-10 Kez	6	40,0
	11-20 Kez	2	13,3
	31-40 Kez	3	20,0
	41 Kez ve Üstü	4	26,7
Kendi Kulübünüzde Kaç Kez Oynadınız?	1-10 Kez	3	20,0
	31-40 Kez	1	6,7
	41 Kez ve Üstü	11	73,3

Tablo 3. Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, eğitim durumları değişkeninin, Mann Whitney U testi analiz sonuçları

Ölçek	Eğitim Durumu	n	Sıra Toplamı	Sıra Ortalaması	Mann Whitney U	z	p
Spor Yapma Nedenleri Ölçeği	Lise	2	9,000	4,500	6,000	-1,199	0,231
	Üniversite	13	111,000	8,540			

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Dünya Kupası ön eleme maçları oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, eğitim durumlarını incelediğimizde; yapılan Mann Whitney U testi analiz sonuçlarına göre, spor yapma nedenleri ölçeğinde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 3).

Tablo 4. Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, yaş değişkeninin, Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçları

Ölçek	Yaş	n	Mean Rank	Test Statistics	
Spor Yapma Nedenleri Ölçeği	18-22 Yaş	5	5,800	Kruskal-Wallis H	2,034
	23-27 Yaş	3	8,170	df	2
	28 Yaş ve Üstü	7	9,500	p	0.362

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Dünya Kupası ön eleme maçları oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, yaş değişkenini incelediğimizde; yapılan Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçlarına göre, spor yapma nedenleri ölçeğinde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 4).

Tablo 5. *Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, aylık gelir değişkeninin, Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçları*

Ölçek	Aylık Gelir	n	Mean Rank	Test Statistics
Spor Yapma Nedenleri Ölçeği	500-1500 TL	2	3,500	Kruskal-Wallis H 4,436
	1501-3000 TL	4	9,000	df 3
	3001-4500 TL	2	12,500	p 0.218
	4501 TL ve Üstü	7	7,430	

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Dünya Kupası ön eleme maçları oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, aylık gelir değişkenini incelediğimizde; yapılan Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçlarına göre, spor yapma nedenleri ölçeğinde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 5).

Tablo 6. *Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, mevki değişkeninin, Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçları*

Ölçek	Mevki	n	Mean Rank	Test Statistics
Spor Yapma Nedenleri Ölçeği	Kaleci	3	8,833	Kruskal-Wallis H 6,718
	Defans	4	8,250	df 3
	Orta Saha	6	5,250	p 0.081
	Forvet	2	14,500	

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Dünya Kupası ön eleme maçları oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, mevki değişkenini incelediğimizde; yapılan Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçlarına göre, spor yapma nedenleri ölçeğinde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 6).

Tablo 7. *Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, lisanslı olarak kaç yıldır futsal oynuyorsunuz? değişkeninin, Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçları*

Ölçek	Lisanslı olarak Kaç Yıldır Futsal Oynuyorsunuz?	n	Mean Rank	Test Statistics
Spor Yapma Nedenleri Ölçeği	1-5 Yıl	7	6,790	Kruskal-Wallis H 4,765
	6-10 Yıl	5	6,700	df 2
	11 Yıl ve Üstü	3	13,000	p 0,092

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Dünya Kupası ön eleme maçları oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, lisanslı olarak kaç yıldır futsal oynuyorsunuz? değişkenini incelediğimizde; yapılan Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçlarına göre, spor yapma nedenleri ölçeğinde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 7).

Tablo 8. *Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, kaç yıldır Futsal A Milli Takımında oynuyorsunuz? değişkeninin, Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçları*

Ölçek	Kaç Yıldır Futsal Milli Takımında Oynuyorsunuz? ⁿ	Mean Rank	Test Statistics
Spor Yapma Nedenleri Ölçeği	1-2 Yıl	5 4,800	Kruskal-Wallis H 6,588
	3-4 Yıl	4 7,130	df 3
	5-6 Yıl	2 9,250	p 0,086
	7 Yıl ve Üstü	4 12,250	

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Dünya Kupası ön eleme maçları oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, kaç yıldır futsal milli takımında oynuyorsunuz? değişkenini incelediğimizde; yapılan Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçlarına göre, spor yapma nedenleri ölçeğinde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 8).

Tablo 9. *Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, Futsal A Milli Takımında kaç kez oynadınız? değişkeninin, Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçları*

Ölçek	Futsal Milli Takımında Kaç Kez Oynadınız? ⁿ	Mean Rank	Test Statistics
Spor Yapma Nedenleri Ölçeği	1-10 Kez	6 6,080	Kruskal-Wallis H 6,034
	11-20 Kez	2 9,250	df 3
	31-40 Kez	3 5,333	p 0,110
	41 Kez ve Üstü	4 12,250	

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Dünya Kupası ön eleme maçları oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, futsal milli takımında kaç kez oynadınız? değişkenini incelediğimizde; yapılan Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçlarına göre, spor yapma nedenleri ölçeğinde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir (p<0,05) (Tablo 9).

Tablo 10. *Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, kendi kulübünüzde kaç kez oynadınız? değişkeninin, Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçları*

Ölçek	Kendi Kulübünüzde Kaç Kez Oynadınız? ⁿ	Mean Rank	Test Statistics
Spor Yapma Nedenleri Ölçeği	1-10 Kez	3 8,000	Kruskal-Wallis H 2,222
	31-40 Kez	1 6,000	df 2
	41 Kez ve Üstü	11 8,180	p 0,895

*p<0,05 düzeyinde anlamlı

Dünya Kupası ön eleme maçları oynayan, Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, kendi kulübünüzde kaç kez oynadınız? değişkenini incelediğimizde; yapılan Kruskal-Wallis H testi analiz sonuçlarına göre, spor yapma nedenleri ölçeğinde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir ($p < 0,05$) (Tablo 10).

TARTIŞMA

İnsanların sürekli iletişim için olması, sosyalleşmesi ve çevresi ile olan etkileşiminin en iyi olabileceği yer spor organizasyonlarıdır. Yapılan spor aktiviteleri sayesinde, kişilerin daha fazla iletişim içinde olabildiği, değişimler gösterdiği ve gösterilen bu değişimler ile birlikte iç dünyalarında yaşanan mutsuzluktan uzaklaşıp, dış dünyadan edinilecek yeni arkadaşlıklar ve yeni bir çevre ortamında olabilecekleri bilinmektedir. Bireylerin ilgilendiği spor branşının türü, düzeyi ve yaşı spora olan ilginin o derece artabileceğini göstermektedir. Fiziksel uygunluğa ulaşmak ve daha sağlıklı olmak isteyen bireylerin sürekli spor aktiviteleri içinde bulundukları ve kendilerini daha da geliştirdikleri görülmektedir. Ülkeler arasında fiziksel aktivite yapan kişilerin oranlarına bakıldığında; Türkiye'nin fiziksel aktivitelere katılım oranının %3,5 düzeylerinde olduğu ve ülkeler arasında en düşük seviyeye sahip olduğu bilinmektedir. Dünya genelindeki başka ülkeler incelendiğinde ise; Hollanda %56 oranı ile en yüksek seviyelerde olurken, Almanya %53, İngiltere %41, Fransa %39, İtalya %35 ve İspanya'nın %28 oranı ile en düşük seviyelerde olduğu görülmektedir (Akçakoyun ve ark., 2016; Bottenburg, 2011).

Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, eğitim durumlarını incelediğinde, yapılan Mann Whitney U analizlerinden elde ettiğimiz sonuçlarda, $p < 0,05$ düzeylerinde anlamlı farklılıkların olmadığı belirlenmiştir (Tablo 3). Yapılan araştırmalarında, cinsiyet değişkeninde anlamlı farklılıkların bulunmadığını belirleyerek bizim çalışmamız ile paralel sonuçlar elde edildiği görülmüştür (Develi 2006; Doğan ve Eygü 2018; Öktem ve ark, 2020; Şipal ve ark., 2020; Taşkın 2021). Yoka ve ark., (2021), ve Dayıcan (2021), eğitim durumlarını inceledikleri çalışmalarında, anlamlı farklılıkların bulunduğunu belirleyerek çalışmamızdan farklı sonuçlar elde etmişlerdir. Literatürdeki yapılan bazı çalışmalarda da anlamlı farklılıkların bulunduğu belirlenmiştir (Vurgun ve ark, 2003; Yücel 2003; Ak ve Kaya 2017; Aygün ve Öztaşyonar 2019; Evli ve ark., 2020).

Türkiye Futsal A Milli Takım sporcularının, yaş değişkeni (Tablo 4), aylık gelir (Tablo 5), mevki (Tablo 6), lisanslı olarak kaç yıldır futsal oynuyorsunuz? (Tablo 7), kaç yıldır Futsal A Milli Takımında oynuyorsunuz? (Tablo 8), Futsal A Milli Takımında kaç kez oynadınız? (Tablo 9) ve kendi kulübünüzde kaç kez oynadınız? (Tablo 10), incelendiğinde yapılan Kruskal-Wallis H analizlerinden elde ettiğimiz sonuçlarda, $p < 0,05$ düzey-

lerinde anlamlı farklılıkların olmadığı belirlenmiştir. Yapılan bazı çalışmalara bakıldığında, yaş değişkeninde anlamlı farklılıkların bulunmadığı belirlenmiştir (Tekkoyun 2008; Aktaş 2009; Karabulut ve Mavi-Var 2019; Çelik ve ark., 2021; Tozoğlu ve ark., 2022). Doğan ve Eygü (2018), Nevruz, (2018) ve Kul ve ark., (2021), yaş değişkenini inceledikleri araştırmalarında, anlamlı farklılıkların bulunduğunu bildirerek çalışmamızdan farklı sonuçlar ortaya koymuşlardır. Kardaş (2018) ve Gıdık ve Kul (2022), aylık gelir düzeylerini inceledikleri araştırmalarında, anlamlı farklılıkların bulunmadığını belirleyerek çalışmamız ile paralel sonuçlar elde etmişlerdir. Ak ve Kaya (2017), Kabeloğlu ve Günay (2021) ve Kul ve Gıdık (2021) aylık gelir değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğunu bildirmişlerdir. Kesilmiş ve ark., (2020), çalışmalarında mevki değişkeninde anlamlı farklılıkların bulunmadığını belirlerken, Abakay ve Kuru (2010), yaptıkları araştırmalarında, anlamlı farklılıkların olduğunu belirlemişlerdir. Yapılan bazı çalışmalarda mevki değişkeninde anlamlı farklılıkların olduğu bildirerek yaptığımız çalışmadan farklı sonuçlar elde etmişlerdir (Adatepe ve ark., 2021; Aksoy 2021; Su ve ark., 2021; Kul ve Gıdık 2022). Spor yaşı değişkeni incelendiğinde; Kul ve ark., (2021), Yoka ve ark., (2021), spor yaşı değişkenlerini inceledikleri çalışmalarında, anlamlı farklılıkların bulunmadığını ortaya koymuşlardır. Buna ek olarak, literatürde anlamlı farklılıkların bulunduğunu bildiren çalışmalara da rastlanmıştır (Pangrazi ve Corbin 1990; Tozoğlu 2003; Koç 2004; Yeltepe ve İkizler 2007; Cerit ve ark., 2013; Costa ve ark., 2013; Hacıcaferoğlu ve ark., 2015; Namlı ve ark., 2018; Var ve ark., 2018; Balcı 2019; Çetintaş 2019; Orhan ve ark., 2019; Tekkurşun ve İlhan 2019). Literatürde bakıldığında, spor yaşı değişkeninin incelendiğinde araştırmalarda, anlamlı farklılıkların bulunduğunu bildiren çalışmaların olduğu da görülmüştür (Başaran ve ark., 2009; Bingöl ve Doğan 2010; Gıdık 2021; Gıdık ve ark., 2022; Akyüz ve Karavelioğlu 2022; Çelik ve Gıdık 2022; Gıdık ve ark., 2022).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışma, 2022 yılında 5-8 Nisan tarihleri arasında, Litvanya'da düzenlenen Dünya Kupası ön eleme maçlarında oynayan, Türkiye Futsal A Milli Futsal Takımında yer alan tüm sporcuların, futsal sporunu tercih etme nedenlerini belirlemek amacı ile yapılmıştır. Çalışmada elde ettiğimiz sonuçlarda; yaş, eğitim durumu, aylık gelir, oynadığımız mevki, spor yaşları gibi birçok değişken ile futsal sporunu tercih etme nedenleri arasında $p < 0.05$ seviyesinde anlamlı farklılıkların olmadığı belirlenmiştir.

Dünya'da ve Türkiye'de çok geniş kitlelere hitap eden futsal sporunun daha farklı kategori ve yaş gruplarındaki müsabakaların oynanabilmesi futsal sporunun daha da gelişmesine yardımcı olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmamızda sadece Türkiye Futsal A Milli Takım oyuncuları yer aldığından, bu çalışmanın Türkiye Futsal A Milli Takımında yer alan farklı alt yaş kategorilerine de yapılabilmesi futsal sporunun daha fazla ilerlemesine yardımcı olacağı düşünülmektedir.

Çalışmada yer alan Türkiye Futsal A Milli Takım erkek oyuncularının yanı sıra, Türkiye Futsal A Milli Takımı kadın sporcularının da yer aldığı farklı çalışmaların olmasının daha iyi olabileceği düşünülmektedir.

TEŞEKKÜR

Türkiye Futbol Federasyonu ve Futsal Milli Takım bünyesinde bulunan tüm sporculara, teknik heyetlere ve bütün çalışanlara desteklerinden dolayı çok teşekkür ediyorum.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyan Özeti

Yazarlar makaleye eşit oranda katkı sağlamış olduklarını beyan ederler.

Çıkar Çatışması Beyanı

Makale yazarları aralarında herhangi bir çıkar çatışması olmadığını beyan ederler.

KAYNAKLAR

- Abakay, U., Kuru, E. (2010). Profesyonel ve amatör futbolcuların statü değişkeni açısından başarı motivasyonu farklılıkları. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3): 186-191.
- Adatepe, E., Kul, M., Şipal, O., Adatepe, S., Şipal, Ö., & Demirezen A. E. (2021). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin hedonik tüketim davranışlarının incelenmesi: Bayburt Besyo Örneği. s-51-66. Gece Kitaplığı. Ankara.*
- Ak E. & Kaya İ. (2017). İzmir 1. amatör kümede mücadele eden futbol takımlarındaki oyuncuların süreklilik ve durumluluk kaygılarının belirlenmesi. *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)* 3(2): 68-79.
- Akçakoyun, F., Tezcan, E., Ceylan, M., & Mutlu, V. (2016). The investigation of the communication skill levels of university students according to physical activity participation. *IntJSCS*, 2, 617.
- Aksoy, R. (2021). Futbolcular ile taekwondocuların zihinsel antrenman beceri düzeylerinin karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. İstanbul.
- Akyüz, Ö., & Karavelioğlu, M. B. (2022). Spor bilimleri fakültesinde okuyan aktif sporcuların liderlik özelliklerinin belirlenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 8 (1), 231-245
- Anonim, (2022). Futsal tarihçesi. <https://www.tff.org/default.aspx?pageID=733>. (Erişim: 15.09.2022).
- Aktaş, S. (2009). Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin belirlenmesi (Yüksek lisans tezi). Maltepe Üniversitesi, İstanbul.
- Aygün, M., & Öztaşyoner, Y. (2019). Buz hokeyi sporcularının sportif sürekli kendine güven özelliklerinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 202-212.
- Balcı, B. M. (2019). Takım sporcularının algılarına göre antrenörlerin liderlik davranışlarının incelenmesi (Aydın il Örneği), Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Muğla.
- Başaran, M. H., Taşkın, Ö., Sanioğlu, A., & Taşkın, A. K. (2009). Sporcularda durumluluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 21.
- Bingöl, A., & Doğan, A. A. (2010). Spor merkezlerine devam eden bireylerin spordan ve spor merkezlerinden beklentilerinin karşılanma düzeyi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 12 (3): 199–203 *Selçuk University Journal Of Physical Education And Sport Science*.
- Bottenburg, M. (2011). Sport participation in the EU: trends and differences. p:19.

- Cerit, E., Gümüşdağ, H., Evli, F., Şahin, S., & Bastık, C. (2013). Elit kadın basketbol oyuncularının yarışma öncesi kaygı düzeyleri ile performansları arasındaki ilişki. *Sport Sciences*, 8(1), 26-34.
- Costa, S., Hausenblas, H. A., & Oliva, P. (2013). The role of age, gender, mood states and exercise frequency on exercise dependence. *J Behav Addict*, 2 (4): 216-23. doi: 10.1556/JBA.2.2013.014.
- Coşkun, R., Altunışık, R., & Yıldırım, E. (2017). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri SPSS uygulamalı, Sakarya Yayıncılık, Güncellenmiş 9. Baskı, Sakarya.
- Çankaya, C. (2001). Spor tesisleri işletmeciliği ve planlamacılık ders notları.
- Çelik, H., & Gıdık, O. (2022). Hokey sporcularının liderlik öz-yeterlik durumlarının belirlenmesi. s. 287-303. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Çelik, H., Demirel, N., & Şam, C. T. (2021). Relationship Between Anxiety Levels and Exercise Addiction of Higher School Students Studying in the Field of Sports Sciences During Covid-19 Pandemic Process. *P J M H S* Vol. 15, No.10, Oct.
- Çetintaş, Y. (2019). Karate antrenörlerinin liderlik önelimlerinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Çumralıgil, B., Görücü, A. (2007). Örgütlenme yönetim biçimleriyle spor. Selçuk Üniversitesi Yayını, Konya.
- Dayıcan, Y., & Demiray, E. (2021). Türkiye masa tenisi liglerinde oynayan sporcuların liderlik yönelimleri ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6 (2), 257-268. DOI: 10.25307/jssr.892620.
- Develi, E. (2006). Konya’da ilköğretim okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin sürekli kaygı durumlarının incelenmesi. Yayımlanmış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü: Konya.
- Doğan, E. K., & Eygü, H. (2018). Kış sporları yapan sporcuların yarışma kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt 2, Sayı 2.
- Evli, F., Gıdık, O., Cerit, E. (2020). Anxiety levels of footballers in regional amateur and professional leagues during pandemic process. *Ambient Science*, 07(Sp1): 81-85.
- Gıdık, O. (2021). Bölgesel amatör ve profesyonel lig futbolcularının transfer şartları ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi, Bayburt Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi.
- Gıdık, O., & Kul, M. (2022). Türkiye Milli Hokey takımı aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerin Kovid-19 korku düzeyleri. s.275-296. Gece Kitaplığı. Ankara.

- Gıdık, O., Kul, M., Elbir, T., & Gıdık, B. (2022). Hokey milli takım aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerinin organik gıda tüketim algı düzeyleri. *Kadirli Uygulamalı Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(1): 69-92.
- Gıdık, O., Çelik, H., Kul, M. (2022). 15 Temmuz Demokrasi ve Milli Birlik Türkiye şampiyonasına katılan U-15 kız ve erkek Hokey5s sporcularının Covid-19 korku düzeyleri. s.167-183. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Gıdık, O., Çelik, H., Kul, M. (2022). 15 Temmuz Demokrasi ve Milli Birlik Türkiye şampiyonasına katılan U-15 kız ve erkek Hokey5s sporcularının Covid-19 korku düzeyleri. s.167-183. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Gülbahçe, Ö. (2011). Üniversite öğrencilerinin sportif aktivitelerde bulunma tercihlerinin bazı psiko-sosyal değişkenler açısından incelenmesi. Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, Erzurum.
- Gümüş, H. (2019). X kuşağında sportmenlik yönelimi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17): 738-755.
- Hacıcaferoğlu, S., Hacıcaferoğlu, B., & Seçer, M. (2015). Halk oyunları branşına katılan sporcuların yarışma öncesi kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Science Culture And Sport (Intjcs)*, 3(4), 288-297.
- Kabeloğlu, V., & Günay, G. (2021). Covid-19 Investigation of sleep quality and associated social psychological factors during the covid-19 outbreak. *Journal of Turkish Sleep Medicine*. 8,(2), 97-104.
- Karabulut, E. O., & Mavi-Var, S. (2019). Taekwondocuların durumluk ve sürekli kaygılarının müsabaka performansı ve yaralanma durumu ile ilişkisi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 47-54.
- Kardaş, N. T. (2018). 13-16 Yaş arası altyapı futbolcularının müsabaka dönemindeki durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5 (2), 109-117.
- Kesilmiş, İ., Taştan, Z., & Toros, T. (2020). Futbolcularda algılanan motivasyonel iklimin ve ödüllendirici davranışın mevkilere göre karşılaştırılması. *Spor Eğitim Dergisi*, 4(1), 115-122.
- Koç, H. (2004). Profesyonel futbolcularda durumluk kaygı düzeylerini etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi (Yüksek lisans tezi). Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya. Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi'nden edinilmiştir. (Tez No. 145873).
- Kul, M., Ceyhan, M. A., Adatepe, E., Şipal, O., Aksoy, Ö. F., & Boz, E. (2021), An investigation of high school students' continuous anxiety towards physical education and sports course. In: *Education Quarterly Reviews*, Vol.4 Special Issue 1: Primary and Secondary Education, 449-456.
- Kul, M., Gıdık, B., Gıdık, O., Şipal, O., Şipal, Ö. (2021). Organic food nutrition knowledge level of Olympic Boxers in Turkey. *Osmaniye Korkut Ata Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*; 4(3): 250-260.

- Kul, M., & Gıdık, O. (2021). Covid-19 sürecinde amatör lig futbolcu ve antrenörlerinin sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi: Çanakkale ili örneği. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Kul M., & Gıdık, O. (2022). Hokey milli takım aday kadrosunda bulunan U14-U16 sporcularının ve antrenörlerinin, hokey sporunu tercih etme nedenleri. Kadirli Uygulamalı Bilimler Fakültesi Dergisi, 2(1): 15-38.
- Namlı, S., Demir, G. T., & Cicioğlu, H. İ. (2018). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Akademik Odaklanma Düzeyleri. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 20(4):43-51.
- Nevruz, A. (2018). Seçili takım sporlarında mücadele eden lise öğrencilerinin müsabaka öncesi durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin motivasyon düzeylerine olan etkisinin incelenmesi (Ankara ili ölçekli). Yüksek Lisans Tezi. Süleyman Demirel Üniversitesi. Isparta.
- Orhan, S., Yücel, A. S., Gür, E., & Karadağ, M. (2019). Spor merkezlerinde egzersiz bağımlılığının incelenmesi. Turkish Studies. Volume 14 Issue 2, p. 669-678.
- Öktem, T., Şipal, O., Kul, M., & Dilek, A. N. (2020). Olimpiyat oyunlarına katılmaya aday boksörlerin Covid-19 kaygı düzeylerinin incelenmesi. Journal of Social and Humanities Sciences Research, 7(62), 3620-3627.
- Pangrazi, R. P., & Corbin, C. B. (1990). Age as a factor relating to physical fitness test performance. Res Quart Exerc Sport.;61:410-414.
- Pehlivan, Z. (2004). Fair-play kavramının geliştirilmesinde okul sporunun yeri ve önemi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(2): 49-53.
- Su, N., Arslan, O., & Çar, B. (2021). Pandemi Sürecinde Kadın Futbolcuların Yeni Tip Koronavirüse Yakalanma Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. International Journal of Contemporary Educational Studies. 7(1).
- Şipal, O., Kul, M., Ceylan, M. A., Dilek, A. N., Aksoy, Ö. F., (2020). Sporcu algılarına göre boks antrenörlerinin etik dışı davranışlarının incelenmesi. s-29-42. Gece Kitaplığı. Ankara.
- Taşkın, A. (2021). Egzersizin yaşam kalitesi ve uyku kalitesine etkisi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Sakarya.
- Tatar, C. (1995). Hava kuvvetleri dergisi. Şubat Sayı 320, Hava Kuvvetleri Basımevi, s.88-92, Ankara.
- Tekkoyun, M. (2008). Sınıftaki öğrenci sayısının ilköğretim birinci kademe öğretmenlerinin stres ve kaygısı üzerine etkisinin K. Çekmece ilköğretim okulları örneğinde incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Tekkurşun, D. G. & İlhan, E. L. (2019). Spora katılım motivasyonu: Görme engelli sporcular üzerine bir araştırma. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 4(1), 157-170.

- Tozoğlu, E. (2003). Farklı spor dallarında görev alan antrenörlerin liderlik özellikleri ve bu özelliklerinin bazı değişkenlerle ilişkileri, Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Tozoğlu, B., Polat, Ş., Celik, H., & Mazlumoglu, B. (2022). Examination of Obesity Awareness Levels of University Students in Terms of Different Variables. *Journal of Health and Medical Sciences*, 5(2), 133-142.
- Tüfekçioğlu, U. (2002). Çocukta hareket, oyun gelişimi ve öğretilimi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayını No:1295, Açıköğretim Fakültesi Yayını, No:715.
- Var, L., Karabulut, E. O. & Atasoy, M. (2018). Examination of social appearance anxiety levels of senior taekwondo athletes studying at university, *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 9 (33), 1434-1451.
- Vurgun, N., Gündüz, N., Bereket, S., & Çamlıyer, H. (2003). Bayan hentbolcuların durumluk ve sürekli kaygılarının sportif başarılarına olan etkisinin araştırılması. *Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi*, 10-11 Ekim 2003 Ankara. Sim Matbaacılık. Ankara.
- Yeltepe, H., & İkizler, H. C. (2007). Bağımlılık ölçeği. *Journal of Dependence*, 8(1): 29-35.
- Yetim, A. (2014). Sosyoloji ve spor. Berikan Yayınevi, Ankara. S. 54-56.
- Yoka, K., Yoka, O., Turan, M. B., & Atalayın, S. (2021). Covid-19 pandemi sürecinde sporcuların koronavirüs anksiyete durumu ve uyku kalitesinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15 (3), 454-469.
- Yücel, O. (2003). Taekwondo'cuların durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ve müsabakalardaki başarılarına etkisi (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Ankara.

“

Bölüm 6

SPOR KURULUŞLARINDA SÜREÇ PERFORMANS YÖNETİMİ

Feray KÜÇÜKBAŞ DUMAN

”

Küreselleşme ve teknolojik gelişmelerin etkisi ile günümüzde işletmeler yoğun bir rekabet ortamında varlıklarını sürdürmeye çalışmaktadırlar. Bu durum, işletmeleri yenilikleri takip ederek bu gelişmeleri kendi bünyelerine adapte etmeye zorlamaktadır.

Süreç Kavramı

Süreç, girdilerin katma değer katan faaliyetler sonucunda hedeflenen çıktıya dönüşmesidir. Başka bir ifade ile süreç; müşteriler için bir değer oluşturabilmek amacıyla, girdilerin kullanılarak katma değer kazanmış çıktıların elde edilmesini amaçlayan faaliyetler dizisidir. Birbiri ile bağlantı içinde bulunan girdiler genel olarak beş kategoride gruplandırılabilir. Bunlar;

- İnsan,
- Teçhizat,
- Malzeme,
- Yöntem,
- Çevre

şeklinde sıralanabilir (Deste ve Berber, 2018).

Süreç, nihai ürüne değer katan bir dönüşümü ifade etmektedir. Bu sebeple, bu dönüşümün verimliliği kaynakların kullanım verimliliği ile de yakından ilişkilidir. Süreçler, girdilerin çıktılarına dönüştüğü, birbiri ile ilişkili işlem zincirlerini kapsamaktadır. Süreç tanımı içerisine aşağıdaki özellikleri de dahil etmek mümkündür (Soydan, 2006);

- Girdileri bulunan ve bunlara müşteriler için değer katarak çıktı üreten faaliyetleri içerir.

- Belirli bir çıktının (bu çıktı bir ürün ya da hizmet olabilir) elde edilebilmesi için insan, malzeme, ekipman, yöntem ve çevrenin etkileşimi gerekmektedir.

- İşletme girdilerini çıktıya dönüştüren etkinlikler toplamıdır.
- Süreçler üç ana faaliyeti içermektedir. Bunlar;
 - o Değer yaratan faaliyetler,
 - o İş akışını sağlayan faaliyetler,
 - o Kontrol faaliyetleri

- Organizasyonel bir süreç başlangıcı ve sonu olan bir işi ifade etmektedir. Kısaca, bir işin yapılabilmesi için ihtiyaç duyulan alt işlerin ve detay işlerin bir kümesidir.

- Yalın bir ifade ile süreçler bir işletmenin müşterileri adına yaptığı işlemlerdir.
- Bir ya da birden çok girdinin müşteri için değer oluşturan bir çıktıya dönüşümü bir iş sürecini oluşturmaktadır.
- Süreçler birbirini takip eden durum farklılığı sonucunda oluşurlar. Bir başka ifade ile; bir ya da birden çok varlığın durumu değişerek girdiler çıktılarına dönüşmektedir.

Süreç Özellikleri

Bir sürecin beş temel özelliği bulunmaktadır. Bunlar kısaca aşağıdaki gibi özetlenebilir (Gaga, 2009);

- **Tanımlanabilirlik:** Sürecin tanımlanabilir olması ile kastedilen sürece ait;

- o Tedarikçilerin,
- o Girdilerin,
- o Çıktıların,
- o Müşterilerin,
- o Müşteri ihtiyaç ve beklentilerinin,
- o Süreci oluşturan faaliyetlerin,
- o Süreç performans parametrelerinin

tanımlı olması ve belgelenebilmesi anlamına gelmektedir.

- **Ölçülebilirlik:** Sürecin kontrol altında tutulabilmesi için sürece ait performans parametrelerinin ölçülerek izlenebilmesidir. Süreç;

- o İstatistiksel olarak kontrol edilebilmelidir.
- o Belirlenen parametreler içerisinde çalışılmalıdır.

- **Yinelenebilirlik:** Sürecin tekrarlanabilir olmasıdır. Sürece ait girdilerin işlenmesi ile oluşan çıktının müşteri ihtiyaç ve beklentilerini her defasında karşılayabilmesidir.

- **Kontrol Edilebilirlik:** Süreçten sorumlu kişilerin sürecin performansı konusunda her zaman haberdar olması ve gerekli durumlarda düzeltici/ önleyici faaliyetler başlatmasıdır.

- **Katma Değer Oluşturabilirlik:** Sürecin girdileri kullanarak katma değer oluşturma ve müşteri isteklerine uygun ürün sunmasıdır.

Süreçleri üç ayrı kategoride sınıflandırmak mümkündür. Bunlar (Soydan, 2006);

1. Temel Süreçler: Dış müşterilerden gelen talepler ile başlayan ve ürün ya da hizmetin sunulmasını sağlayan süreçlerdir.

2. Yönetim Süreçleri: Kuruluştaki tüm süreçlerin kuruluş hedefleri doğrultusunda planlanması, süreçlere ait performans göstergelerinin düzenli olarak gözden geçirilmesi ve raporlanmasını kapsayan süreçlerdir.

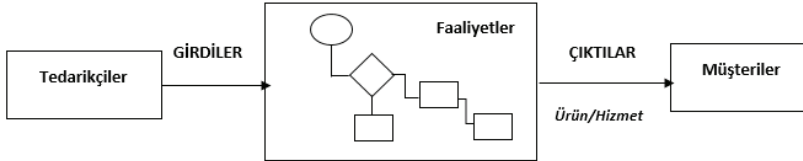
3. Destek Süreçler: Kuruluşun kaynaklarının en verimli şekilde kullanımının sağlanması amacıyla aynı çatıda toplanmış farklı uzmanlık alanlarından oluşan süreçlerdir.

Süreçlerin Tanımlanması

Süreçlerin tanımlanması, süreç yönetiminin ilk adımını oluşturmaktadır. Süreç yönetiminin başarı ile yürütülebilmesi için sürecin detaylı bir şekilde tanımlanması büyük önem taşımaktadır. Sürece ait performansların belirlenmesi ve iyileştirmelerin başarı ile takip edilebilmesinde sürecin doğru bir şekilde tanımlanması önemli bir rol oynamaktadır.

Süreçlerin tanımlanması birincil süreçlerin misyonunun geliştirilmesi açısından büyük öneme sahiptir. Birincil süreçlere ait müşterilerin, tedarikçilerin ve ihtiyaç duyulan diğer kaynakların belirlenmesi ile ikincil süreçler oluşturulur (Özan, 2021).

Şekil 1: Süreçlerin Tanımlanması



Kaynak: TÜBİTAK, t.y.

Süreçler belirlenirken aşağıda belirtilen noktaların göz önünde bulundurulması gerekir (Miles ve Snow, 1994);

- İlk olarak işletmeye ait ana hedefler ve ana süreçler tespit edilmelidir.

- Belirlenen her bir sürece ait hedefler ayrı ayrı tanımlanmalı ve süreç hedefleri ile kuruluş ana hedefleri arasında bir koordinasyon sağlanmalıdır.

- Belirlenen her sürecin ve sürece ait alt süreçlerin kuruluş ana hedeflerine olan katkısı belirlenmelidir.

- Her bir sürecin başlangıcı ve sonu belli olmalıdır.

- Ana süreçlerin diğer süreçlerle olan ilişkisi net bir şekilde ortaya konulmalıdır.
- Süreç içerisinde bulunan faaliyetlerin birbiri ile olan ilişkileri de belirtilmelidir.

Süreçler tanımlanırken (Selimoğlu, 2005);

- Sürece ait girdiler,
- Sürecin çıktıları,
- Tedarikçiler,
- Müşteriler,
- Sürecin başlangıç etkinliği,
- Sürecin bitiş etkinliği,
- Süreç sahipleri,
- Sürecin performans göstergeleri

belirlenmeli ve belgelenmelidir. Böylece sürecin kapsamı net bir şekilde belirtilmiş ve süreçler arası ilişkiler de netlik kazanmış olur. Ayrıca, süreçte neye ne şekilde müdahale edileceği de ortaya konulmuş olur. Bu durum, süreç yönetimini ve sürecin iyileştirilmesini kolaylaştıracaktır.

Süreç Yönetimi

Yoğun bir rekabetin yaşandığı günümüzde şirketler ayakta kalabilmek ve sürdürülebilir başarı sağlamak için sürekli gelişme göstermek zorundadır. Kuruluşları bu duruma zorlayan sebepler genel olarak aşağıdaki gibi belirtilebilir (Erten, 2010);

Kuruluş Dışı Nedenler

- Küreselleşme,
- Bilgi teknolojilerinde yaşanan gelişmeler,
- Dünya üzerinde rekabetin giderek artması ve bu rekabetin imhacı bir yapıya dönüşmesi,
- Politik ve ekonomik değişiklikler,
- Müşteri beklentilerinde yaşanan değişim,
- Ürün/ hizmet teknolojilerinde meydana gelen gelişmeler,
- Yönetim alanındaki değişim ve gelişmeler.

Kuruluş İçi Nedenler

- Müşteri beklentilerini kuruluşun karşılayamaması,

- Müşterilerin istek ve taleplerine karşı gereken duyarlılığın gösterilememesi,
- Müşteri şikayetlerinin artması,
- Ürün/ hizmet kalitesinde düşüş yaşanması,
- Ürün/ hizmet verimliliğinde ve etkinliğinde yaşanan azalma,
- Kalite maliyetlerinin artması,
- Kuruluş hedef ve politikasında geleceğe hazırlık sebebi ile değişim,
- Finansal göstergelerde meydana gelen bozulma,
- Çalışanlarda motivasyon düşüklüğü,
- Çalışan beklentilerinde artış,
- Performans göstergelerinin bozulması,
- Planlamada yaşanan aksaklıklar,
- Hantal ve yavaş ilerleyen organizasyonel yapılar.

Geleneksel yapıdan kaynaklanan kısıtlamaları ortadan kaldırarak (Erten, 2010);

- Müşteri odaklılığı,
- Tedarikçi işbirliğini,
- Çalışan katılımını,
- Çalışanların geliştirilmesini,
- Verilerle yönetimi,
- Sürekli öğrenmeyi,
- Yenilikçilik ve iyileştirmeyi,
- Liderlik ve amaç arasındaki tutarlılığı,
- Sonuçlara ulaşmayı

kapsayan yönetim anlayışı, şirketleri süreç odaklı bir bakış açısına yönleltmektedir.

Süreç yönetimi, süreçlerin düzenli ve sürekli olarak izlenerek geliştirilmesinin garanti altına alınması için gerçekleştirilen faaliyetlerdir. Süreçlerin belirlenmesi, sürdürülmesi, sürekli analiz edilerek değerlendirilmesi ve geliştirilmesini kapsayan bir çevrimdir (Korkmaz, 2004).

Süreç yönetimi, kuruluşların iş yapma yöntemlerini hiyerarşik yapıya göre değil, süreçlerin ilerleyiş şeklini esas alarak tasarlayan bir yönetim anlayışıdır. Bu anlayışta işleyişteki katma değer oluşturmaya adanmış adımların ortadan kalkması sağlanmaktadır. Bu sayede kaynaklar daha verimli ve etkili kullanılırken, maliyetlerde azalma ve kar elde edilmesi de sağlanır. Süreç yönetiminde müşteri ihtiyaç ve beklentilerinin en iyi şekilde karşılanması için girdi ve çıktılar arasındaki ilişkinin doğru bir şekilde belirlenmesi önem taşımaktadır (Ertuğrul ve Tekin, 2016).

Süreç yönetimi ile organizasyonlarda uzun vadede katma değer sağlayacak beş aktiviteye odaklanılmaktadır. Bunlar (Selimoğlu, 2005);

- **Süreç esaslı bir kültürün teşvik edilmesi:** Kültür bir kuruluş için organizasyonun nasıl işlediği ile ilgilidir. Kuruluşta çalışanların işlerini yaparken nasıl düşündükleri ve bunu işlerine nasıl yansıttıkları ile ilgilidir.

- **Peş peşe gelen süreçlerin yönetimi:** Fonksiyonlar arasındaki yatay bir bakış açısı ile organizasyonlarda maliyet ve çevrim sürelerinde iyileştirme, ürün ve hizmet kalitesine odaklanma sağlanmaktadır.

- **Müşteri ihtiyaçlarının karşılanmasını anlamak:** Kuruluşların ilk olarak müşterilerinin istek ve beklentilerini anlamaları gereklidir. Böylece, müşteri ihtiyaçlarını istenen düzeyde karşılayabilir ve müşteri ile birlikte beklentilerin karşılanması için birlikte gelişim sağlayabilirler.

- **Farklı fikirlerin süreç yaklaşımına entegre edilmesi:** Birçok fikir organizasyonda görünmeyecek şekilde süreçlere bağlıdır. Bu fikirlerin organizasyondaki değerinin anlaşılması ve organizasyona dahil edilmesi gereklidir.

- **Nedenlerin ve maliyetlerin süreç performansı için ilişkilendirilmesi:** Müşteriye değer katan süreçlerin doğru uygulanması sonucunda sağlanan maliyetten yöneticilerin farkında olmasıdır.

Süreç yönetimi bir defada uygulanıp bitirilecek bir proje olmayıp süreklilik isteyen bir olgu ve yönetimin ayrılmaz parçalarındandır. Bu nedenle bir kuruluşta süreç iyileştirme uygulanmak isteniyorsa bu uygulamanın tek seferlik olmadığı, kuruluştaki herkesin katılmasını gerektiren ve süreklilik arz eden bir çalışma olduğu bilinmelidir. Süreç yönetimi (Gaga, 2009);

- Bir algılama değil verilere dayanan bir çalışmadır.
- Tek başına yapılacak bireysel bir faaliyet değildir.
- Yalnızca süreç iyileştirmeyi içermemektedir.
- Kuruluşta yalnızca bir fonksiyonun işi değildir.

Süreç Yönetiminin Amaçları

Kuruluşların varlıklarını sürdürmek ve rekabet üstünlüğü sağlamak için müşteri ihtiyaç ve beklentilerini karşılamaları gerekir. Süreç yönetiminin amaçlarına bakıldığında aslında müşteri memnuniyetine odaklanıldığı görülmektedir. Bu amaçları aşağıdaki gibi belirtmek mümkündür (Selimoğlu, 2005);

- Müşteri odaklı bir yönetimin oluşmasını sağlamak,
- Kuruluş hedeflerine sistematik bir yaklaşım oluşturmak,
- Kuruluşa katma değer sağlamayan faaliyetleri belirlemek,
- Kuruluş kaynaklarının etkin ve verimli kullanılmasını teşvik etmek,
- İyileştirme olanaklarını tespit etmek,
- Hızlı karar almayı sağlayabilmek,
- Sorumlulukların açık bir şekilde belirlenmesini sağlamak.

Süreçlerin İyileştirilmesi

Küreselleşmenin de etkisi ile işletmeler yoğun bir rekabet ortamında yer almaktadır. Tüketicilerin ürün ya da hizmet çeşitlerine kolaylıkla ulaşabilmesi, beğenmedikleri işletmeleri değiştirebilmesi gibi sebepler işletmeleri müşteri istek ve beklentilerini karşılamaya itmektedir. İşletmelerin çağın gerekliliklerini takip ederek bunları bünyelerine adapte etmeleri, rakiplerine karşı güçlü duruma geçmeleri açısından önem taşımaktadır.

Kuruluşlar hedeflerini gerçekleştirebilmek için iş süreçlerine odaklanmalıdır. İş süreçlerinin daha etkin ve verimli bir şekilde yönetilebilmesi için süreçlerin belirlenmesi önemlidir. Süreç yönetimi ile (Deste ve Berber, 2018);

- İnsan,
- Zaman,
- Teknoloji,
- Diğer kaynaklar

etkin bir şekilde kullanılarak bilgiye ulaşmada ve verilere dayanılarak karar almada kolaylık sağlanmaktadır. Süreçlere odaklanılması sayesinde sorunlar kaynağında tespit edilerek iyileştirme çalışmaları gerçekleştirilebilmektedir.

Süreç iyileştirme ile sürecin performans göstergeleri doğrultusunda gerekli iyileştirmeler hayata geçirilmektedir. İyileştirmeler sayesinde (Erten, 2010);

- İş süreçleri ölçülebilir hedefler kazanır.
- İş akışları uygulanabilir hedefler doğrultusunda yürütülür.
- Süreç maliyetlerinde iyileşme sağlanır.
- Ekip verimliliği artar.
- Süreçlerdeki aksamalar ve darboğazlar kontrol altına alınır.

Süreç iyileştirme ile ilgili farklı yöntemler kullanılmakta olup bunlardan bazıları aşağıdaki gibidir;

1- Toplam Kalite Yönetimi (TKY)

TKY, kalite yönetimine sistemsel bir bakıştır (Talib, 2013). TKY, daha iyiyi arama süreci olarak tanımlanabilir. Bu kavramı oluşturan kelimeler ayrı ayrı incelendiğinde (Küçükbaş Duman, 2020);

- **Toplam:** Bir bütünü ifade etmektedir.
- **Kalite:** Müşteri talep ve beklentilerinin eksiksiz karşılanmasıdır.
- **Yönetim:** Kalitenin yönetilerek gerçekleştirilebileceğidir.

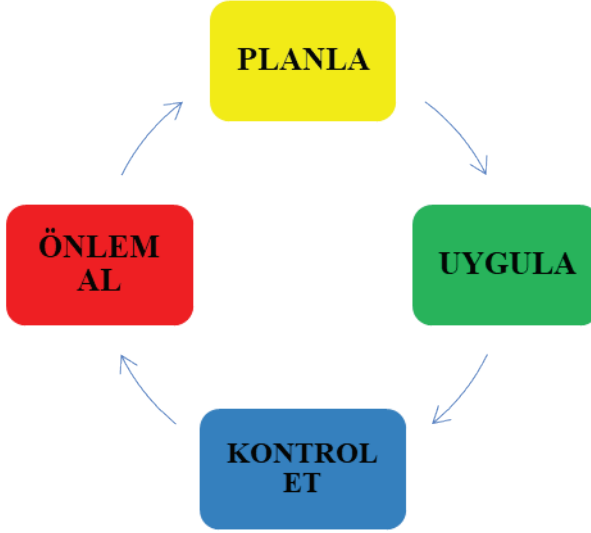
Yukarıdaki tanımlardan yola çıkılarak TKY'nin başarı ile uygulanabilmesi için bir kuruluştaki tüm çalışanların katılımının sağlanarak kurumun bütününe uygulanması gerektiği söylenebilir.

İyileştirme çalışmaları “sürekli gelişme” ya da “toplam iyileşme” olarak tanımlanabilir. İyileştirme çalışmaları ile kuruluştaki tüm faaliyetlerin geliştirilmesi ve iyileştirilmesi hedeflenmektedir. PUKÖ döngüsü TKY çalışmalarının ayrılmaz bir parçasıdır. Planla, Uygula, Kontrol et ve Önlem al adımlarından oluşan bu döngü, yapılan iyileştirmelerin sürekliliğini öngörmektedir (Bumin ve Erkutlu, 2002).

PUKÖ döngüsü ve basamakları aşağıdaki gibi açıklanabilir (Sokovic ve ark., 2010);

- **Planla:** Mevcut durumun ayrıntılı olarak analiz edilmesi sonucunda uygulama planının hazırlandığı aşamadır.
- **Uygula:** Hazırlanan planın uygulandığı aşamadır.
- **Kontrol Et:** Uygulama sonrası oluşan sonuçların izlendiği ve değerlendirildiği aşamadır.
- **Önlem Al:** Elde edilen sonuçların olumsuz olması durumunda gerekli düzeltici-önleyici önlemlerin alındığı, olumlu sonuçların ise standart haline getirildiği aşamadır.

Şekil 2: PUKÖ Döngüsü



2- Altı Sigma

Altı Sigma, bir kuruluşta müşteri memnuniyeti, rekabet gücü, karlılık gibi kuruluşun güçlü bir konuma taşınmasını sağlayacak kapsamlı bir çabadır. Altı Sigma ile çıktılar üzerine yoğunlaşarak süreçlerdeki yanlışlıkların, hata ya da başarısızlıkların nedenleri ve bunların nasıl ortadan kaldırılacağı üzerine çalışmalar yürütülmektedir. Böylece süreçlerdeki sapmaların azaltılması, ürün, hizmet ve işlemsel süreçlerdeki hataların ortadan kaldırılması amaçlanmaktadır (Devecioğlu ve Yücel, 2012).

Altı Sigma, kritik süreçlerin optimize edilmesi ve problemler için ölçülebilir çözümler üretilmesi yaklaşımına sahiptir. Bu metodolojinin uyarlanması ve uygulanması iş performansında ve karlılıkta belirgin iyileşmeler sağlamaktadır. Bu yöntem üç ana alana odaklanmaktadır. Bunlar (Çalışkan, 2006);

- Çevrim süresinin azaltılması,
- Hataların azaltılması,
- Müşteri memnuniyetinin sağlanması.

Mevcut sürecin iyileştirilmesinde üç yöntem kullanılmaktadır. Bunlar (Öztürk ve ark., 2011);

1. Yöntem (DMAIC): Bu yöntem aşağıda belirtilen aşamalardan oluşmaktadır.

a. Tanımlama (Define): İyileştirme gerektiren sürecin belirlenmesi.

b. Ölçme (Measure): Süreci en fazla etkileyen ana faktörlerin belirlenerek bunların nasıl ölçüleceğine karar verilmesi.

c. Analiz (Analyse): İyileştirmeleri belirlemek için sürecin analiz edilmesi.

d. İyileştirme (Improvement): Süreç için etkili çözümün tasarlanması ve uygulanması.

e. Kontrol (Control): Yapılan iyileştirmelerin başarısını doğrulamak amacıyla kontrol edilerek iyileştirme sürecinden emin olunması.

2. Yöntem (DMADV): Bu yöntem mevcut sürecin müşterinin beklentisini karşılamadığı durumlarda kullanılır. Ürün ya da hizmet tasarımını geliştirmede sıklıkla kullanılmaktadır. Bu yöntemin 1. yöntemden farkı iyileştirme aşaması yerine tasarım (design) ve kontrol aşaması yerine doğrulama (verify) aşamalarını kapsamasıdır.

3. Yöntem (DMAICR): Üçüncü yöntem ise 1. yöntemden farklı olarak raporlama aşamasını da içermektedir.

3- İstatistiksel Mühendislik

Süreç iyileştirmede en önemli adımlardan birisi süreç çıktılarındaki değişkenliğin azaltılmasıdır. Değişkenliğin azaltılması ile ürün/ hizmet fonksiyonlarının iyileşmesinin yanı sıra maliyetlerde azalma ve müşteri memnuniyetinde artış sağlanmaktadır. Değişkenliğin fazla olması durumunda hurda ve yeniden işleme maliyetleri artarken ürün/ hizmet fonksiyonlarında zayıflama, güvenilirlikte azalma gibi sonuçlarla karşılaşılır. İstatistiksel mühendislik, süreç değişkenliğinin azaltılmasında kullanılan bir algoritmadır (Tanık ve Özler, 2014).

İstatistiksel Mühendislik, sistematik bir yaklaşımı içermektedir. Bu yaklaşım süreç değişkenliğinin nedeninin bulunarak giderilmesini amaçlamaktadır. Değişkenlik sebeplerinin bulunması ve çözüme kavuşturulması, gözlemsel verilerin etkin kullanımına bağlıdır. Süreç verilerinin sisteme hatasız bir şekilde girilmesi ve verilerin güvenilir olması önem taşımaktadır. İstatistiksel Mühendisliğin iyileştirme adımları şu şekilde sıralanabilir (Öztürk ve ark., 2011);

- Problemin tanımlanması,
- Problemin ölçülerek rakama dökülmesi,
- Problemin geçmişteki durumunun ortaya konulması,
- İpuçlarının üretilmesi,
- Nedenlerin doğrulanması amacıyla uygun deneylerin tasarlanması,
- Toleransların oluşturulması,

- Süreç iyileştirmeye odaklanma,
- Süreci belgelendirme,
- İstatistiksel süreç kontrolünden yararlanarak kazanç elde etme.

Süreç Yönetiminin Sağladığı Faydalar

Kuruluşlarda süreç yönetiminin uygulanması ile elde edilen faydalar aşağıdaki gibi sıralanabilir (Ertuğrul ve Tekin, 2016);

- Var olan süreçlere tam bir şekil vererek iyileştirmelerin tespitine yardımcı olur.
- Süreç akışlarında etkinlik sağlar. Süreç yetkinliklerinde yaşanan belirsizliklerin giderilmesini mümkün kılar.
- Üretkenliği artırır.
- Mevcut sorunların çözümünde kolaylık sağlar.
- İşletmelerin düzenli, uyumlu ve denetlenebilir süreçler oluşturmalarını sağlar.

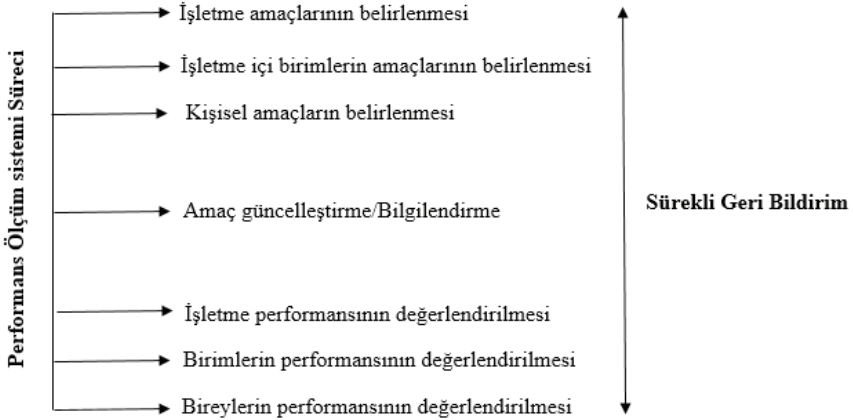
Süreç Performansının Belirlenmesi ve Ölçümü

Günümüz işletmeleri yoğun bir rekabet ortamında faaliyetlerini gerçekleştirmeye çalışmaktadır. Bu ortamdan alınan geri bildirimler sistemin ya da organizasyonun sürekli iyileştirilmesi açısından büyük öneme sahiptir. Zamanında ve doğru bir şekilde geri bildirim alınamadığında mevcut durum tespitinin yapılması, hataların ve fırsatların tanımlanması zorlaşmaktadır. Geri bildirim araçlarından birisi olan performans ölçümü sonuçları, kuruluşlar için önemli bilgiler sağlamakta ve kontrolün sağlanmasına katkıda bulunmaktadır. Ölçülemeyen bir şeyin yönetilmesi zor olduğundan işletmeler açısından performans ölçümü önemli bir role sahiptir. Performans yönetimi, işletmenin hedefleri doğrultusunda ilerleyip ilerlemediğini gösteren önemli unsurlardandır (Cavlak, 2021).

Bir sistemin belirli bir zamandaki çıktısı ya da çalışma sonucu o sisteme ait performansını göstermektedir. Bu sonuç aynı zamanda işletme hedeflerine ulaşma derecesini de göstermektedir. Bu sebeple, bir kuruluşun performansı işletme hedeflerine ulaşmak için gösterilen çabanın bir değerlendirmesi olarak da tanımlanabilir. Performans ölçüm sistemleri, yöneticiler ve çalışanlar arasındaki iletişimi güçlendirerek kişisel gelişimi de arttırmaktadır. Bu açıdan değerlendirildiğinde performans ölçümü hem işletme hedeflerinin gerçekleştirilmesini hem de yapılan işin “iyi” bir şekilde sapılmasını sağlayan bir kontrol mekanizmasıdır. Kuruluşlarda performans ölçüm sistemini oluşturulurken aşağıda belirtilen adımlar takip edilebilir (Zerenler, 2005);

- İşletme misyonunun belirlenmesi,
- Hedeflerin belirlenmesi,
- Kuruluştaki her ana birim ve alt birim için hedeflerin ve eylem planlarının belirlenmesi,
- Çalışanlar için işleri ile ilgili bireysel hedeflerin belirlenmesi,
- Hem işletme içi hem de işletme dışındaki faaliyetler için ölçüm kriterlerinin belirlenmesi,
- Kuruluşa uygun performans ölçüm sisteminin oluşturulması,
- Performans ölçüm sistemine ait sonuçların izlenerek oluşabilecek sorunların çözülmesi,
- Hem kurumsal hem de bireysel gelişmelerin değerlendirilmesi.

Şekil 3: İşletmelerin Performans Ölçüm Belirleme Süreci



Kaynak: Zerenler, 2005

Kuruluşlar performansların izlenmesi sırasında yapılan izleme, ölçme, analiz ve değerlendirme çalışmalarında aşağıda belirtilen konuları netleştirmelidir (TSE, 2016);

- Kuruluşta neyin izlenip ölçüleceği,
- İhtiyaç duyulan izleme, ölçme, analiz ve değerlendirmede kullanılacak yöntemleri,
- İzleme ve ölçmenin ne zaman ve hangi aralıklarla yapılacağı,
- İzleme ve ölçme sonuçlarının ne zaman yapılacağı.

Performans ölçümünün etkin bir şekilde yapılabilmesi için aşağıda

belirtilen özelliklere sahip olması gerekir (Zerenler, 2003);

- **Bilgi verici olmalıdır:** Performans ölçümü şirketin hem iç hem de dış çevresi performansı hakkında bilgi verici olmalıdır.
- **Gelişme sağlayıcı olmalıdır:** Performans ölçümü kuruluşların mevcut durumunda iyileştirme sağlayıcı bir rol oynamalıdır.
- **Anlaşılır olmalıdır:** Performans ölçüm sistemi, bilgiyi kullanan kişiler tarafından kolay bir şekilde anlaşılır olmalıdır.
- **Güncel ve zamanlı olmalıdır:** Performans ölçümü sonucunda elde edilen bilgi ihtiyaç duyulduğunda güncel bir şekilde ulaşılabilir olmalıdır. Bu sebeple düzenli ve sürekli bir yapıda olmalıdır.
- **Anlamlı olmalıdır:** Performans ölçümünün oluşan değişimi gerçekçi bir şekilde yansıtabiliyor olması gerekir. Bu sebeple belirlenen göstergelerin ölçüm yapılacak alanlara uygun olması gerekir.
- **Esnek olmalıdır:** Performans ölçümü kuruluşların iç ve dış yapısındaki değişime karşı esnek, duyarlı ve dinamik bir yapıya sahip olmalıdır. Yaşanan sorunlar karşısında kısmi düzeltme yapılması yerine değişen koşullara uyum sağlayacak yapılanma çalışmalarına önem verilmelidir.
- **Uygun olmalıdır:** Performans sistemi kuruluşların yapılarına, hedef ve amaçlarına uygun bir şekilde belirlenmelidir.

Spor Kuruluşlarında Süreç ve Performans Yönetimi

Süreç Yönetimi

Günümüzde spor, dünya üzerinde toplumların ayrılmaz birer parçası durumunda olup pek çok insan günlük spor etkinliklerini yaşamlarına dahil etmektedir. Bunun yanında bireyler taraftar izleyici ya da taraftar olarak da sporun içinde yer alabilmektedir. Küreselleşmenin de etkisi ile spor endüstrileşerek, ticarileşerek ve bilimselleşerek gelişimini sürdürmektedir (Çeyiz ve Özbek, 2014).

Yaşadığımız yüzyılda spor ve sporla ilgili unsurlar ekonomik yapı içerisinde önemli bir yere sahiptir. Günümüz dünyasının rekabet ortamından ayrı tutulamayacak derecede büyük ve önemli bir endüstri kolu olan sporun toplumlar için vazgeçilmez bir unsur olduğunu söylemek mümkündür. Yaşanan teknolojik gelişmelerin de etkisi ile Dünya üzerinde büyük bir değişim ve dönüşüm yaşanmaktadır. Bu etkiler spor kuruluşlarını da etkilemekte ve önemli değişikliklere yol açmaktadır. Spor sektörünün bu gelişmeleri takip ederek bu gelişmeler doğrultusunda yapısını düzenlemesi, spor kuruluşlarının sürdürülebilir bir başarı sağlamaları açısından önem taşımaktadır (Küçükbaş Duman, 2020).

Spor kuruluşlarının varlıklarını sürdürebilmeleri, faaliyetlerini etkin bir şekilde yerine getirebilmeleri, değişen iç ve dış koşullara hızlı bir biçimde uyum sağlayabilmeleri için iyi bir yönetime sahip olmaları gerekmektedir (Devecioğlu ve Yücel, 2012).

Teknolojik gelişmelerle birlikte hızlı bir değişimin yaşandığı günümüzde spor, biçimsel olarak da gelişme göstermektedir. Bu gelişmeler sonucunda sporun kuralları değişmese de hızlı ve farklı şekillerde değerlendirilmesini sağlayan bir yönetim anlayışına olan ihtiyacı ortaya koymaktadır.

Spor, yaşadığımız yüzyılın modern toplumlarının kültür ve refah düzeylerinin göstergesi olarak görülen ve sosyal hayatı etkileyen önemli bir olgu olup, sosyal görev ve işlevleri de bulunmaktadır (Yetim, 2000). Sporun bu işlevlerini başarı ile gerçekleştirebilmesi iyi bir yönetim ve organizasyon ile mümkündür. Ülkelerin spor yönetimleri, çağın gereklilikleri doğrultusunda uyum sağlamak üzere değişmek zorundadır. Spor hizmetleri, müşteri memnuniyetini sağlamak amacıyla hizmet kalitesini arttırarak dünya üzerinde uygulanan bir kalite yönetim sistemi ilkelerini benimsemesi gereken, ağırlıklı olarak hizmet üreten işletmelerdir (Devecioğlu ve Yücel, 2012).

Spor kuruluşları genel olarak hizmet sektöründeki yerlerinden dolayı müşteri merkezlidir. Bu özellikleri sebebi ile müşteri memnuniyeti her zaman göz önünde bulundurulmalıdır. Müşteriler aldıkları hizmetten memnun kaldıkları sürece aynı hizmeti almayı tercih etmektedirler. Bu sebeple spor işletmelerinde verilen hizmet kalitesi büyük önem taşımaktadır. Bu noktada süreç yönetiminin de önemi ortaya çıkmaktadır. Süreç yönetimi, müşteri ihtiyaç ve beklentilerinin en iyi şekilde karşılanması için girdiler ve çıktılar arasındaki ilişkilerin en etkin şekilde belirlenmesi esasına dayanmaktadır (Şendikici, 2009).

İşletmelerin dikey yapılanmaya göre yönetilmesi departmanlar arasında iletişim sorunlarına ve gereksiz rekabetin yaşanmasına sebep olurken süreç yönetiminde ise sistemli bir yaklaşım ile iletişim kolaylaşmaktadır. Süreç yönetimi ile (Samur, 2018);

- Süreçler belirlenmekte,
- Süreçler tanımlanarak mevcut durum ortaya konulmakta,
- Süreç sahipleri belirlenmekte,
- Süreçler arası ilişkiler tanımlanmakta,
- Kilit süreçler ortaya konulmakta,
- Süreç performans göstergeleri belirlenmektedir.

Spor kuruluşlarında spor hizmetlerini oluşturan tüm adımların

net bir şekilde tanımlanması, bunların etkin çalışıp çalışmadığının kontrol edilmesi, ihtiyaç duyulan noktalarda iyileştirme çalışmalarının başlatılarak izlenmesi, iş başarısının yanı sıra müşteri memnuniyetinin sağlanmasında da önemli bir yere sahiptir.

Süreç yönetimi, girdilerin işletme çıktılarına dönüştüğü etkinliklerdir. Sportif organizasyonlarda hem ürün hem de hizmet üretimini sağlayan iş süreçleri yer almaktadır. Bu süreçlerde iş gücü, araç-gereç, sermaye gibi birçok girdi aracılığı ile gerçekleştirilen faaliyetler, düzenli ve sistematik bir akışı gerekli kılmaktadır. Spor kuruluşlarında süreç yönetimi, yürütülen faaliyetlerin sürekliliğine katkı sağlayacaktır. Böylece, yatay bir sistemle işleyen yapıdan ve bu yapı ile sağlanan bilgi havuzundan yararlanılarak doğru kararların alınması, dış çevrede oluşan değişime hızlı adapte olma ve standart bir yapıya ulaşan mal ve hizmet üretimi sayesinde sorunların çözümü hız kazanacaktır (Samur, 2018).

Süreç Performans Yönetimi

Stratejiler doğrultusunda hareket edilmesini destekleyen süreçlerin etkinliği göstergeler yardımı ile belirlenebilir. Stratejilerin hayata geçirilmesinde önemli bir rol oynayan süreçlerin belirlenmesi, tanımlanması ve yapılandırılarak göstergeler yardımı ile gözden geçirilmesi, süreçlerin başarı ile yönetilmesinde büyük önem taşımaktadır (Soydan, 2006). Diğer kuruluşlarda olduğu gibi spor kuruluşlarında da kuruluş stratejilerinin hayata geçirilmesinde süreç bazlı yönetim, sorunların tespiti ve iyileştirmelerin hızlı yapılmasında etkili bir yönetim yaklaşımı olacaktır. Her bir sürece ait performans göstergelerinin belirlenmesi, sürecin kontrol altında tutulması ve aksamanın oluştuğu noktaların tespitinde yol gösterici bir role sahiptir.

Etkinliğin istenen hedefe ulaşma ölçüsü olarak da tanımlanabilecek olan performans ölçümü, hedeflerin başarılması ile ilgilidir. Organizasyonun ve süreç sorumluluklarının istenilen sonuçlara ulaşım sağlandığını yansıtmaktadır (Saraç, 2009).

Performans ölçütleri, ürün, hizmet ve bunların üretilmesini sağlayan süreçlerle ilgili bilgiler verir. Bu bilgiler organizasyonu anlamaya, yönetmeye ve geliştirmeye yardımcı olmaktadır. Performans ölçütleri sayesinde (Coşkun, 2009);

- İşin iyi bir şekilde yapılıp yapılmadığı,
- Hedeflere ne derece ulaşılabilirdiği,
- Müşteri tatmin düzeyi,
- Süreçlerin istatistiksel olarak kontrol altında olup olmadığı,
- Geliştirilmesi gereken noktaların neler olduğu

ile ilgili bilgi sağlanmaktadır.

Spor kuruluşlarında süreçler için belirlenecek performans göstergeleri ile aksama yaşanan noktalar tespit edilerek hızlı mler retilenmektedir. Ayrıca, kuruluş hedeflerinin durumu da performans göstergeleri yardımı ile takip edilebilecektir.

Sonuç

Teknolojik gelişmelerin de etkisi ile değişen Dünya dinamikleri kuruluşları i ve dış çevrelerindeki gelişmeleri yakından takip etmeye ve bu gelişmelere hızlı bir şekilde adapte olmaya zorlamaktadır. Bu dönüşümü zamanında gerçekleştirmeyen kuruluşlar, rakipleri karşısında zayıf duruma düşmekte ve varlıklarını sürdürmekte zorluk yaşamaktadırlar. Bu sebeple, spor kuruluşlarının gelişmeleri yakından takip ederek yapılarına bu gelişmeleri adapte etmesi, sürdürülebilir bir başarı sağlamaları açısından önemlidir.

Gerçekleştirdiği faaliyetler itibari ile genel olarak değerlendirildiğinde hizmet sektöründe yer alan spor işletmelerinde üretim ve tüketim eş zamanlı gerçekleşmektedir. Bu durum, müşteri memnuniyetinin sağlanması hata riskinin minimize edilmesi gerektiğini de gözler önüne sermektedir. Olası hataların tespit edilmesi ve proaktif bir yaklaşımla hata oluşmadan önlem alınması, süreç esaslı yönetim sayesinde kolaylaşmaktadır. Ayrıca, mevcut durumun ortaya konması ve yapılacak iyileştirmelere esas oluşturması açısından performans ölçümü yapılması büyük önem taşımaktadır. Spor kuruluşlarında süreçlerin belirlenerek her sürece ait performans göstergelerinin oluşturulması, bu göstergelerin ölçümü ve takip edilmesi kuruluşta sürekli iyileştirmenin sağlanması etkin bir rol oynayacaktır.

KAYNAKLAR

- 1- Bumin, B. ve Erkutlu, H. (2002). Toplam Kalite Yönetimi ve Kıyaslama (Benchmarking) İlişkileri. *Gazi Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 1/2002, 83-100.
- 2- Cavlak, H. (2021). Temel Performans Göstergeleri İle Kritik Başarı Faktörleri İlişkisi: Bir Havayolu İşletmesi Uygulaması. *Marmara Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 43 (1), 78-99.
- 3- Coşkun, F. (2009). *Süreç Performans Parametrelerinin Oluşturulması ve İzlenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisan Tezi). İstanbul Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- 4- Çalışkan, G. (2006). Altı Sigma ve Toplam Kalite Yönetimi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(17), 60-75.
- 5- Çeyiz, S., Özbek, O. (2014). Küreselleşme ve Spor Etkileşimi. *International Journal of Science Culture and Sport*, Temmuz 2014, Özel Sayı, 487-495.
- 6- Deste, M., Berber, G. (2018). Süreç İyileştirme Uygulamaları Üzerine Bir Literatür Araştırması. *Uluslararası Ekonomi, İşletme ve Politika Dergisi*, 2 (2), 213-230.
- 7- Devecioglu, S., Yücel, A. S. (2012). Spor Sektörü ve Altı Sigma Yönetim Modeli. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, X (1), 17-24.
- 8- Erten, S. (2010). *Lojistik Süreç Yönetimi Bir Kamu Kurumu Analizi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Ana Bilim Dalı, İzmir.
- 9- Ertuğrul, İ., Tekin, B. (2016). Meslek Kuruluşlarında Süreç Yönetimi: Denizli Ticaret Odası'nda Uygulanması. *İşletme ve Bilişim Yönetimi Dergisi*, 3(1), 11-26.
- 10- Gaga, O. (2009). *Süreç Analizi ve Süreç İyileştirme Metodolojisi ve Kısıtlar Teorisi Yöntemiyle Süreç Analizi Uygulaması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Yıldız Teknik Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- 11- Korkmaz, P. (2004). *İşletmelerde Süreç Yönetimine Geçiş ve Bir Uygulama Örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- 12- Küçükbaş Duman, F. (2020). *Spor Kulüplerinde Kalite Yönetim Sistemi* (Yayımlanmamış Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi- Cerrahpaşa Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- 13- Miles, R. E., Snow, C.C. (1994). *Fit, Failure, and the Hall of Fame: How Companies Succeed or Fail*. Maxwell Macmillan International, New York, s. 166-167.

- 14- Özcan, M. (2021). Süreç Yönetimi ve Süreç İyileştirmenin İşletme Performansına Etkilerinin Analizi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 13 (2), 1144-1161.
- 15- Öztürk, A., Arıkan, V. S., Öztürk, M. U. (2011). Süreç İyileştirme Yöntemleri ve Yöneylem Araştırması. *Atatürk Ü. İİBF Dergisi*, 10. Ekonometri ve İstatistik Sempozyumu Özel Sayısı, 391-405.
- 16- Samur, S. (2018). Futbol Yönetiminde Organizasyon Tasarımı ve Süreç Yönetimi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 8 (2), 30-47.
- 17- Saraç, M. (2009). *Stratejik Yönetim ve Performans Ölçüm Aracı Olarak Performans Karnesi ve EFQM Mükemmellik Modelinin Uyumlaştırılarak Birlikte Kullanılabilirliği ve Bir Araştırma* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- 18- Selimoğlu, N. (2005). *Süreç Yönetimi ve Süreç İyileştirmede Bilgi Yönetiminin Rolü ve Uygulamaya İlişkin Bir Araştırma* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- 19- Sokovic, M., Pavletic, D. ve Pipan, K.K. (2010). Quality Improvement Methodologies –PDCA Cycle, RADAR Matrix, DMAIC and DFSS. *Journal Of Achievements In Materials And Manufacturing Engineering*. 43 (1), 476-483.
- 20- Soydan, S. (2006). *Süreç Yönetimi ve İyileştirilmesi Üzerine Bir Uygulama* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- 21- Şendikici, P. (2009). *Süreç Yönetimi ve Hizmet Sektöründe Bir Uygulama* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- 22- Talib, F. (2013). An Overview Of Total Quality Management: Understanding The Fundamentals In Service Organization. *International Journal of Advanced Quality Management*, 1 (1), 1-20.
- 23- Tanık, M., Özler, C. (2014). İstatistiksel Mühendislik Algoritmasının Altı Sigma Projelerinde Kullanılması Üzerine Bir Araştırma. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 32, 1-15.
- 23- TÜBİTAK (t.y.). Süreç Yönetimi (05.09.2022 tarihinde <https://tusside.tubitak.gov.tr/tr/yetkinliklerimiz/kurumsal-sistem-yapilandirma/Surec-Yonetimi> adresinden ulaşılmıştır).
- 23- TSE (2016). *TS EN ISO 9001:2015 Kalite Yönetim Sistemi Temel Eğitimi*. Türk Standartları Enstitüsü Eğitim Dairesi Başkanlığı.
- 23- Yetim, A. (2000). Sporun Sosyal Görünümü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi (Gazi BESBD)*, 5 (1), 63 – 72.
- 23- Zerenler, M.(2003). *Kriz Dönemlerinde İşletmelerde Üretim Süreci Esnekliğinin Şirketlerin Performans ve Yaşam Sürelerine Etkileri* (Yayın-

lanmamış Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

- 23- Zerenler, M. (2005). Performans Ölçüm Sistemleri Tasarımı ve Üretim Sistemlerinin Performansının Ölçümüne Yönelik Bir Araştırma. *Ekonomik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1, 1-36.

“

Bölüm 7

İLETİŞİMİN ANTRENÖRLÜK VE LİDERLİKTEKİ ÖNEMİ

Murat YILMAZ¹

”

¹ Dr. Murat YILMAZ, Adıyaman Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Adıyaman/Türkiye, ORCID:
<https://0000-0003-1027-0664>, muratyilmaz4442@gmail.com

İletişimin tanımı

Dilimize Fransızca'dan gelen ve Fransızca okunuşuyla gelen “communication” kelimesi Latince “communitio” kelimesinin karşılığıdır. Bunun temelindeki “communis” kavramı, birden fazla kişiye ya da bir nesneye ait olabilen ve ortak yapılan anlamlara sahiptir. Başka bir deyişle, iletişim kelimesinin basit bir mesaj alışverişinden ziyade bir sosyal etkileşim, paylaşım ve değiş-tokuş içerdiğini söyleyebiliriz (Zıllıoğlu, 2003). İletişim, insan yaşamının her anını kapsamaktadır. İnsanların ilişkilerini sürdürebilmek ve anlaşabilmeleri için gereklidir. Sosyal yapıda iletişimin olmadığı hiçbir alan bulunmamaktadır. Hatta iletişim, bireyin sosyalleşmesinin bir yansımasıdır (Nazik, 2005). Tüm kişiler arası ilişkiler iletişime dayalıdır. Bu nedenle sağlıklı iletişim ilişkilerin anlamlı, derin ve tatmin edici olabilmelerini sağlarken, sağlıklı iletişim anlaşılma hissi veya istenmeyen yalnızlık gibi çok daha derin sorunlara yol açabilecek durumlara yol açabilmektedir (Korkut, 1996). İletişim, iki birimin kendi arasında birbirleriyle ilişkili mesajların değiş tokuşu olarak tanımlanmıştır (Cüceloğlu, 2006). İletişim, kısaca Dökmen (2004) tarafından “bilgiyi üretme, aktarma ve anlamlandırma süreci” olarak tanımlanmaktadır. Bir iletişimin gerçekleşebilmesi için iki sistemin de var olması gerektiğini vurgulanmaktadır. Tek yöne doğru bilgi akışı “bilgi” olarak da ifade edilmektedir. Demirel (1999) iletişimin genel olarak toplumlar, gruplar ve bireyler arasındaki kelimeler, yazılar, görüntüler, el, kol, hareketler vb. semboller aracılığıyla düşünce, istek ve duyguların karşılıklı iletişime girmelerinde etkili olan etkileşim süreci şeklinde tanımlanmıştır. Daha basit bir ifadeyle, iletişim iki birim arasında var olan mesaj alışverişidir.

İletişimin Önemi ve Amacı

İnsanlar ister tek başlarına isterse de toplumla birlikte yaşasın, iletişim yardımıyla amaçlarını ulaşabilirler. İletişim ister eğitmek, ister bilgiyi yaymak, eğlendirmek hatta basitçe anlamak olsun, asıl amaç diğerini bilgilendirmek ve onu etkileyebilmektir. Özellikle grup ve örgütsel iletişiminde iletişim, bir arada çalışan kişilerin davranışlarını kontrol edebilmek hatta onları belirli bir amaca yönlendirmek için vazgeçilmez bir araçtır. Bu açıdan iletişim, sadece bir mesaj alışverişi değil, insanın sosyalleşme sürecindeki ortak bir faaliyet biçimidir (Tutar, 2003). İletişim günümüzde daha önemli hale geliyor. Tüm insanların ihtiyaç duyduğu bir olgudur ve anlayabilmek ve anlaşılabilme arzusu iletişimin önemli olduğunu gösteren özelliktir. Fakat iletişimin etkili olabilmesi için hem mesajı gönderen kişinin hem de mesajın iletilecek alıcı tarafından iletişimi olabildikçe verimli kullanması gerekir. Çünkü iletişim istendik ve doğru şekilde olmazsa, istenilen iletişim samimi ve içten olmayacak ve bireyler arasında kopukluklara yol açacaktır.

İLETİŞİM TÜRLERİ

Sözel İletişim Becerileri

Sosyal hayatta, meslek hayatında ve koşulsuz her alanda bütün insanların kullanmasını kaçınılmaz kılan iletişimin bir türü olan sözel iletişim, bir anda oluşması ve geribildirim hızı ve kolay olmasından kaynaklı iş hayatında ve günlük yaşamda olumlu bir iletişim kanalı olmasına yol açmıştır (Yetim, 2010). İletişim uzmanları günlük yaşantımızda iletişiminizin %75 ini sözlü iletişimin oluşturduğunu ve insanların yazmaktan, konuşmaktan ve okumaktansa dinleme faaliyetlerini daha fazla gerçekleştirdiklerini belirtmişlerdir (Tabak ve Sığı, 2014).

Antrenörlerin konuşmalarının sporcular arasında büyük bir etki bıraktığı görülmüştür. Bu sebeple antrenör, ikna edici ve etkileyici konuşmalıdır. Antrenör, sporcularına karşı lider rolü üstlenip, etkili bir iletişim becerilerini kullanarak onları motive ve ikna edebilmelidir (Kabadayı, 2010). Grubun etkilenebilmesi ve bu etkilerin yaratılabilmesi için aynı şeyler abartılmadan tekrarlanmadan söylenmelidir (Freud, 2014).

Antrenör iyi bir konuşmacı olarak;

- Belirlediği konuşma alanında kendi tecrübelerinden ve bilgisinden faydalanır.
- Konuşmasını anlaşılabilir bir tonlama ile aktarabilmesi.
- Sporcularının sorunlarını bilir onları yakından tanır.
- Sporcularıyla bire bir iletişim kurmaktadır.
- Ahlaksal sorumluluklarını ve etik kuralları bilir hatta bunları aklından çıkarmamalıdır. Çünkü bir düşünce ne kadar önemli ise o düşüncenin nasıl ve ne şekilde ifade edilişi de önemlidir (Yetim, 2010).

Sözsüz İletişim Becerileri

Sözsüz iletişim; beden dili ve mimikler kullanarak, herhangi bir anlamlı kelime ve söz olmaksızın oluşan bir iletişim türüdür. Bu iletişim çeşidine örnek olarak el-kol hareketi, tokalaşma, kaş çatma vb. hareketler gösterilebilir (Koç, 2012). Tarih olarak eski çağlara dayanmasına rağmen ve günlük hayatta sürekli kullanılmasına karşın önceleri sözlü olmayan iletişim türünün değeri bilinmemiştir (Koç, 2012; Cangil, 2004).

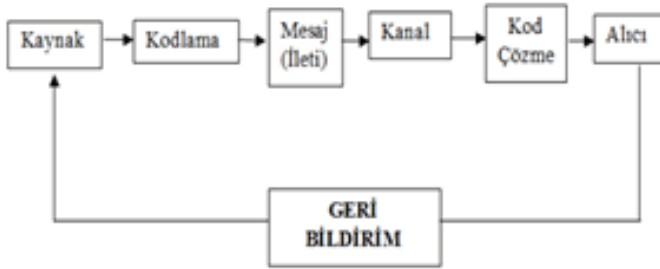
Sözsüz iletişimin temel unsurları beden duruşu, duruş mesafesi hareketleri, ses tonu ve göz teması olarak tanımlanmıştır. Ayrıca sözsüz iletişimin iletilen mesajı tamamlama özelliği bulunmaktadır. Bu özelliğinin yanı sıra kültürden kültüre, toplumdan topluma farklılık göstermektedir. Böylece hem kültürel hem de evrensel bir dildir (Tabak, 2014).

İletişim Süreci ve Öğeleri

İletişim, düşünce, görüş, bilgi ve duyguların ortak bir dil veya davranışlar dizisi aracılığıyla bir kişiden diğerine aktarıldığı bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Guthrie ve Reed, 1991).

İletişim aslında süreçler zinciridir (Paksoy, Acar, ve Özalp, 1998). İletişim süreci yedi (kaynak (gönderen), kodlama, mesaj, kanal, kod çözme, alıcı ve geri bildirim) öğeden oluşmaktadır (Selimhocaoglu, 2004; Gibson, Ivancehich, ve Donnelly, 1997).

Bu temel elemanlar şematik olarak aşağıdaki gibi temsil edilmektedir.



Şekil. İletişim Sürecinde Var Olan Temel Öğeler (Paksoy, Acar, ve Özalp, 1998).

Kaynak

Kaynak, kendisine ulaşılan bilgi, fikir ve duygulara göre mesaj olarak iletmek istediği düşünceleri geliştirerek bu düşünceleri kelimelere, sayılara, şekillere, kısaca sembollere dönüştürür. Bunları belirlediği bir iletişim kanalı üzerinden alıcıya gönderir. İletilmek istenen herhangi bir olguyu söz, hareket, ses, yüz ifadesi, rapor ve diğer yollarla diğer kişiye aktaran kişi, grup veya kuruluş, iletişim sürecinde kaynak olma işlevini üstlenebilir (Tikici, 2005).

Kanal

İletişim sürecinde bir mesajın göndericisinde alıcısına ulaşmasını sağlayan araca denilmektedir. Mesajın alıcıya ulaşabilmesi amacıyla alıcının duyu organlarından en az birine ulaşması gerekmektedir. Bu anlamda mesajın alıcıya ulaştığı araçlar yani kanal, metin, ses, resim, mimikler.

İleti

Kaynağın ileteceği duygu, bilgi ve düşünce mesajın içeriğini oluşturmaktadır. İçerik, kod gibi öğelere ve yapıya sahiptir. İletişimde işlenecek bilgilerin, düşüncelerin ve duyguların seçimi bu noktalardan ilkinin oluş-

turmaktadır. Öncelikle mesajı oluşturacak içeriğin açık ve anlaşılır bir şekilde belirlenmiş olması gerekmektedir. Daha sonra bu içerik, hedeflenen alıcının özellikleri dikkate alınarak kolayca anlaşılır hale getirilmelidir (Gürgen, 1997).

Kodlama

Kodlama, bir düşünce mesajının iletilmek üzere sembollere ve sembollere dönüştürülmesidir. Simgeler ve semboller; resimler, kelimeler, hareketler ve sayılardan oluşabilir (Paksoy, Acar, ve Özalp, 1998).

Alıcı

Alıcıya mesajın iletilebilmesi için iletişim sürecinin başlaması yeterli değildir (Bolat, 1996). Kaynaktan gelen mesajları çözmek ve bu mesajlara tepki vermek Alıcı (hedef)'nin görevidir (Zıllıoğlu, 1998). İletişim sürecinde istendik tepkilerin göstermesi alıcıdan beklenmektedir. İnsanlar arasında olumlu veya başarılı bir iletişimin varlığından söz etmek için birinin yazdığını okuması, birinin söylediğini dinlemesi gerekir (Aydın, 2005).

Geri bildirim

Alıcının mesajı deşifre edip sembollerin anlamlarını deşifre ettikten sonra mesajın tekrardan iletişim sürecine dahil edilmesidir. Böylece alıcının, aldığı mesajı nasıl yorumladığı hatta iletişimi genel olarak nasıl değerlendirdiği konusunda göndericiye bilgi verir.

Antrenör

Antrenörler, sporcularını fiziksel-fizyolojik olarak hazırlayan bireyler olmasının yanında aynı zamanda psikolojik-zihinsel olarak hazırlayan ve mutlu eden kişilerdir. Sporcuların teknik-taktik becerilerine ek olarak, hayatlarının her alanında bir öğretmen, lider, rol model, mentör ya da psikolog/rehber olarak var olmaktadır (Onağ ve ark., 2013). Antrenörlüğün bir liderlik sanatı olduğu ifade edilmektedir. Çünkü antrenörlük karşılıklı etkileşim ve iletişim sürecinde başkalarını etkileyerek onları yönlendirmeye olanak tanımaktadır. Etkili bir antrenör olabilmek hatta başarılı sporcular yetiştirebilmenin ön koşulu liderlik yaptığı ekip ile doğru ve kuvvetli bir şekilde gerçekleştirdiği iletişimden geçmektedir (Başer, 1994).

Antrenör-Sporcu İletişimi

Antrenör-sporcu iletişiminin son zamanlarda sonuçlar ve performans açısından önemli bir rolü bulunmaktadır (Bayrak ve Nacar, 2015). Akademik olarak son zamanlarda yapılan çalışmalar antrenör-sporcu arasındaki iletişimin önemli bir olgu olduğunu görmeyi mümkün kılmıştır. Antrenörün daima olumlu bir görüşe sahip olması gerektiğini, somut olmanın yanında konu bakımından da iyi olması antrenör-sporcu arasındaki ilişkide

önemlidir (Nacar, Gacar, Bayrak Ayaş, Öner, 2018). Bu konuda antrenörlerin sporculara yönelik davranışları hem görsel medyada hem de yazılı basında yer almaktadır. Bu tarz haberler ülke gündeminde yer almaktadır. Bu konuyla alakalı 22 Ocak 2008 tarihli “Kız Güreşçiye Tokat Şiddet Değildi” manşetli haberde: Türkiye Genç Bayanlar Serbest Son maçında antrenörün rakibine yenilen bir bayan sporcuya tokat atılmasının şiddet içerdiğini iddia etti. Güreş Şampiyonası şiddet için değildi. Her halükarda antrenörün bu davranışı örnek antrenör davranışlarına dahil edilmemelidir. Özellikle kadın sporcu yetiştiren antrenörlerin bu konuda duyarlı olmalıdır (Akkaya, 2008). Bir diğer haberde 16 Şubat 2008 tarihli günlük gazetelerde yer almaktadır. “İlkokullar arası kızlar basketbol maçında sporcularının hata yapmasına kızan bir antrenörün, bir bayan sporcunun kulağını çekip diğer sporcunun koluna tokat atması, olumsuz bir antrenörlük davranışı olarak yorumlandı. Antrenörün bu davranışlarına karşı maçın hakemi sadece antrenörü uyarmıştır (Demirci, 2008; Arduç, 2008). Bu olay bize tüm koçların aynı davranışı uyguladığını düşündürüyor. Ancak tüm antrenörlerin bu şekilde davrandığını genellemek yanlış olur. Ancak antrenörler, başarılı olmanın yolunun sadece teknik ve taktiklerden geçmediğini unutmamalıdır. Teknik ve taktiklerin yanı sıra antrenörün sporcu ile iyi bir iletişim kurması da gereklidir

Antrenör-Lider - Sporcu İlişkisi

Sporcu, belirli kurallar dahilinde ister araçlı ister araçsız, ister bireysel ister toplu olarak spora kendini veren, sporu daha ileri bir aşamada profesyonelleştiren rekabet, dayanışma ve kültürel bir fenomenin içinde yer alan, bedenen ve işlerinden maddi ve manevi doyum sağlama aracıdır (Temel, 2010; Erkal, 1081). Bir sporcunun antrenörü ile açık bir şekilde iletişim kurmalıdır. Bu iletişim sonucunda antrenör sporcularının özel sorunlarıyla da ilgilenmeli hatta bu sorunları çözmeye çalışmalıdır. Bu durum sporcular için önemli bir konudur çünkü sporcu bunun sonucunda takımıyla kurduğu bağı geliştirir, oyuna olan konsantrasyonu ve performansı yükselmektedir (Gacar, Nacar, Bayrak Ayaş ve Elaltunkara, 2018).

Antrenör, psikolog ve sporcu arasındaki ilişki, sporcunun başarısını etkileyen unsurların başında gelmektedir. Sporcunun yoğun rekabet stresi altında iradesi, dikkatine paralel olarak sürekli dalgalanır. Bu tarz dalgalanmalar yüzünden sporcuların her anında tepkileri değişir. Aslında beyinde muhakeme/karar verme ve heyecan/duygu kesişir... Beynin içinde, muhakeme ve hedefe yönelik düşünebilme ve karar verme sürecindeki tepki seçiminden kaynaklı sistemler topluluğu bulunmaktadır. Beyinde yer alan bu sistemler topluluğu hem heyecan hem de duygularla ilişkilidir. Duygular ve heyecan, akıl yürütme üzerinde kuvvetli bir etkiye sahiptir. Bu durumda duyguların önemli ve öncelikli bir yerinin olduğunu görülebilmektedir. Duygular zihinsel yaşama hükmeder ve beynin geri kalanını

ve algı işlevlerini etkiler. Kişisel gücü yüksek insanlar, akıl ve sezgi veya kalp ve kafa arasında tercih yapamazlar, ancak yaparlarsa, seçim tek ayak üzerinde yürümek veya tek gözle görmeye çalışmaktan başka bir şey olmayacaktır (Cooper, 1997). Empati; Toplumsal duyarlılık, toplumsal algı gibi terimlerle de ifade edilir. Sosyal zekâ olarak tanımlanan zekâ türü, bir tür empati olarak da değerlendirilebilir. Empati, sporcunun dünyasını ona görüldüğü gibi görmektir. Bazı araştırmacılar empatinin doğuştan geldiğini, bazıları ise sonradan kazanılan ve eğitim yoluyla geliştirilebilen bir olgu olduğunu savunmaktadır. Bu da bireyin empati kurma aşamasının ilkokuldan başlayıp üniversiteye kadar devam ettiğini göstermektedir. Empati ister doğuştan gelsin isterse de sonradan kazanılsın spor camiasında yer alan kişilerin empatik eğilimleri yüksek olmalıdır. Çünkü geleceğin spor yöneticileri, antrenörleri ve öğretmenleri bir takım halinde çalışmalarını sürdürmek zorundadır. Empati, ekibin veya grubun başarısının devam etmesi hatta grubun bütünlüğünün devamlılığını sağlamak için vazgeçilemeyecek bir olgudur (Bayrak Ayaş ve ark., 2016) Spor müsabakaları sırasında ve özellikle spor ortamında sporcuların empatik özelliklerinin etkisi büyüktür. Bireysel sporlarda ve daha çok takım sporlarında oyuncunun vicdani zekâsını ve empatik becerilerini takım arkadaşlarına, kendi antrenörüne ve rakip takım oyuncularına karşı kullanması; Takım ruhunun ortaya çıkmasında veya buna bağlı olarak takımın başarısında, başkalarının nasıl davranacağını tahmin etmede büyük önem taşımaktadır (Yılmaz ve Bayrak Ayaş, 2021). Empati, insan ilişkilerinin daha sağlam olabilmesine yardımcı olmaktadır. Bu nedenden dolayı empatik eğilim becerisi, spor sektöründe de önemli bir konudur (Bayrak Ayaş ve Çoban, 2018).

Empati, sporcunun tüm hayatını, duygularını, değerlendirmelerini, motivasyonunu vb. yansıtır, sporcunun kendi değerlendirmeleriyle değil, değerlendirmelerine bakmaktır. Sonrasında sporcuyla tam empati kurulduğunda istenilen yaklaşımlarla sporcunun verimliliğine katkı sağlamak mümkün olabilmektedir. Bu duruma içsel bakış açısı denilmektedir.

Empatinin bilişsel ve duyuşsal yönlerine değinilmiştir. Empatinin bilişsel yönü diğer kişinin düşüncelerini anlamak, duygusal yönü ise duyguları anlamaktır. Koç için duygusal tatmin, empatiden daha önemlidir. Sporcunun duygu dünyasına kendini aktarmak ve duygularını hissetmek antrenörün hayalidir. Empati, Türkçe’ye çevrilirken “Eşduyum” şeklinde çevrilmiştir. Bu terim, antrenör ve sporcunun duygusal olarak birbirlerini yansıttığını ve empati sırasında duygu alışverişinde bulunduğunu ifade eder. Ancak antrenör duygunun kendisine değil sporcuya ait olduğunu unutmamalıdır (Kaya, 1999; Bayrak Ayaş ve Kartal, 2021). Antrenörün aynı zamanda liderlik özellikleri bulunmaktadır. Lider, başkalarını belirli amaçlar doğrultusunda hareket etmeye yönlendiren kişidir. Başka bir deyişle lider, sorunu net bir şekilde tanımlayabilen, sınırlamaları ve olasılık-

ları belirleyen, doğru uygulamalar için gerekli kriterleri belirleyen, sorunu çözmek ve hedefe ulaşmak için birçok alternatif üreten kişidir. Diğer bir deyişle lider, grup faaliyetlerine ilişkin çalışmaları koordine eden ve grup içinde yönlendirme çalışmalarını yürüten kişidir (Nacar, Gacar ve Bayrak Ayaş, 2017) Takım içerisinde bütün faaliyetlerin etkili ve verimli gerçekleşmesi için yine iletişim devreye girmektedir.

Antrenör sporcuyla en fazla etkileyecek kişidir. Çünkü bir takımın antrenörü o takımın lideri hatta yöneticisi konumundadır. Bu sebepten dolayı liderin ve yöneticinin görevi aynı zamanda antrenörün görevleridir (Gacar, Nacar ve Bayrak Ayaş, 2017)

Liderliğin, belirlenen hedefler doğrultusunda bireyleri etkileme süreci olduğu kabul edilirse, bu etkileme süreci, lider ile astları arasında kurulan iletişim aracılığıyla gerçekleştirilebilir. Lider, başkalarını harekete geçirmek ve amaçlanan hedeflere ulaşmak için bilgi ve fikirlerini paylaşmak zorundadır. Bir lider, mesajını astlarına açıkça iletemiyor ve onları motive edemiyorsa, liderin bu mesajı alıp almaması önemli değildir. Ancak lider, mesajını net bir şekilde veriyorsa ve belirlenen hedeflerin gerçekleştirilmesinde aslarını etkiliyorsa, bu liderin başarısının bir göstergesidir. Bu başarının altında yatan en büyük faktörün iletişim olduğu göz ardı edilmemelidir. Etkili bir lider olmak için iyi iletişim becerilerine sahip olmak gerekir. Çünkü liderin konumunu kaybetmemesi için iletişim gereklidir. Lider, iletişim yoluyla fikirlerini ortaya çıkarma, paylaşma ve değerlendirme fırsatı bulur (Bayrak Ayaş, 2018).

Antrenörde Bulunması Gereken İletişim Becerileri

Antrenörlüğün her alanı kişiler arası iletişim gerektirdiğinden, yani başka bir ifadeyle antrenörlük yapmak iletişim kurmak anlamına gelmektedir (Büyükonat, 1998). Antrenörlükte iletişimin karşılıklı ve etkili bir biçimde sporcuları bilgilendirici ve yönlendirici bir liderlik sanatı olarak tanımlanması, bu mesleğin sosyal bir etkinlik olarak insan topluluklarıyla birlikte yaşanılan olumlu veya olumsuz deneyimleri, duygu ve düşüncelerini özellikle sporcularıyla paylaşma ihtiyacı da göz önüne alındığında iletişimin, antrenörler için vazgeçilmez bir unsur olduğunu ortaya çıkarmaktadır (Yetim ve Cengiz, 2010).

Dinleme Becerisi

Dinlemeye karar vermek, bu nedenle dinleme süreciyle ilgili konsantrasyonu dağıtabilecek durumları ortadan kaldırarak sürecin odağına konuşmacıyı yerleştirerek karşımızdaki kişiye dinleme konusunda istekli olduğumuzu sezdirmek ve konu ile alakalı sorular sormak etkili bir şekilde dinlemeye katkı sağladığı düşünülmektedir (Gibson ve ark., 1997).

Empati Kurma Becerisi

Kısaca empati başkasının yerine kendini koyma diye ifade edilmektedir. Bu başkasının yerine koyma şekli onun bakış açısı ve onun ruh haline bürünerek olayları görebilme becerisidir. Antrenörün empati becerisine sahip olması sporcusunu yada sporcularını daha iyi tanımasına olanak verdiği gibi onları istediği gibi yönlendirebilmesinde de etkili olmaktadır. Empati becerisine sahip olmayan bir antrenör bu beceriye sahip olan antrenörden daha başarısız olabilmektedir. Bunun sebebi empatinin sporcuların ilgi, istek, eğilim ve gereksinimlerini anlama ve tanıma olanağı sunmasıdır. Empati etkin bir lider olabilmenin gerekliliği olduğu gibi sporcu motivasyonunda da yeri önemlidir (Konter, 1996).

Etkileyici Konuşma ve İkna Becerisi

Antrenörlerin takım lideri konumunda olmaları, kendilerini ifade etmeleri, düşüncelerini açıkça anlatabilmeleri etkileyici ve ikna kabiliyetlerinin yüksek olması takım üyelerine nerede nasıl tutum sergileyeceklerini sunabilmektedir (Nelson ve Quik, 1995).

Geribildirimde Bulunma Becerisi

Antrenör için geri bildirimin, etkili iletişimi garantilemek, mesajların alınma ve anlaşılma derecesini belirlemek açısından önemli rol oynadığı söylenebilir (Gibson ve ark., 1997).

Pozitif Yaklaşımla İletişim Kurma Becerisi

Pozitif yaklaşım, antrenöre saygı, değerlik ve saygınlık kazandırırken aynı zamanda sporcuların bireyler olarak kendilerine değer vermelerine yardımcı olur. Negatif yaklaşım, sporcunun başarısızlık korkusunu yükseltirken, kendilerine saygılarını azaltır ve güvenlerinin yok olmasına neden olur (Konter, 2004).

Eğitici-Öğreticilik (Bilgilendirici) Becerisi

Hâkim veya yargıçlık yapan bireylerden çok daha etkili bir öğretme becerisine sahip olan bireylere başarılı antrenörler diyebiliriz. Çünkü; sporcuların neyi yanlış yaptıklarından ziyade, yanlış yaptıkları şeyi nasıl doğru yapacaklarını anlatan özel bilgiye ihtiyaç duymaktadırlar. Bu bilgileri onlara en iyi iletecek olanlar ise antrenörleridir (Konter, 2006).

İletişimde Zamanlama Becerisi

Antrenörler iletişimde zamanlama konusunda dikkatli davranmalıdırlar çünkü; mesajın iyi bir şekilde zamanlanması iletişimin etkin olma durumunu arttırabileceği gibi kötü yapılan bir zamanlama da yanlış anlamalara sebep olabilir. Antrenörlerin önemli mesajları göndermek için sporcuların iletişime başladıkları bir zaman dilimi olan sabahın erken sa-

atlerini seçmesi, güne yeni başlarken algılarının daha açık olduğu düşüncesi etkilidir, aksi düşünülürse günün geç saatlerinde alıcıların mesajları uygun şekilde çözebilecek zihinsel performansa ve zamana bazen sahip olamayacakları söylenebilir (Siger, 1990).

Beden Dilini Etkili Kullanma Becerisi

Bir antrenör konuşma sırasında yaşamış olduğu duygu ve heyecanını çok fazla el-kol ve mimiklere başvurabilmektedir. Konuşma dili ve yazı diliyle beden dilini kıyasladığımızda beden dili daha evrenseldir. Ancak bedensel dil de kültürlerde hatta kişiler arasındaki ilişkilerde farklı anlamlar ifade edebilmektedir (Gökçe, 1998). Bu nedenden dolayı bir antrenörün beden dilini çok iyi bir şekilde yorumlaması gerekmektedir. Çünkü antrenör farklı kültür ve dil ortamında yetişmiş kişilerle çalışmak zorunda olacağı durumlar olabilmektedir.

KAYNAKÇA

- Akkaya İ. (2008). Kız Güreşçiye Atılan Tokat Şiddet Amaçlı Değilmiş. Hürriyet Gazetesi, s.4, sü: 1-2.
- Arduç K. (2008). Basketi Kaçırđı Diye Tokatladı. Sabah Gazetesi, s.6, sü: 1.
- Aydın M. (2005). Eğitim yönetimi. Ankara: Hatiboğlu Yayınları.
- Başer E. (1994): Futbolda psikoloji ve başarı. İstanbul:Yayınevi Yayıncılık. Antrenör-Sporcu İletişimi.
- Bayrak Ayaş E., İnan H., Kartal M. ve Gacar A. (2016). Spor Eğitimi Alan Üniversite Öğrencilerinin Empati Düzeylerinin Farklı Değişkenler Açısından Karşılaştırılması, International Journal of Social Science, 53, p. 459-466.
- Bayrak Ayaş, E. ve Çoban, B. (2018). Bireysel Spor Branşı ile İlgilenen Sporcuların Empatik Eğilim Düzeylerinin İncelenmesi, Türk ve İslam Dünyası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 16, s. 420-429.
- Bayrak Ayaş, E. ve Kartal M. (2021). Sporda Etkili İletişim, Spor Yönetimi Kitabı (Bölüm 5), Efe Akademi Yayınevi, 1. Basım, s. 87.
- Bayrak Ayaş, E. (2018). Liderlik ve Empati, *Journal of History School (JOHS)*, Issue XXXVII, pp.156-173.
- Bayrak E. ve Nacar E. (2015). Profesyonel Takım Sporlarında Görev Yapan Antrenörlerin İletişim Beceri Düzeylerinin Araştırılması, Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, 14, s. 391-405.
- Bolat S. (1996). Eğitim örgütlerinde iletişim - Hacettepe Eğitim Fakültesi Uygulaması. Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, 12/75-80.
- Cangil BE. (2004). Beden dili ve kültürlerarası iletişim, İstanbul Üniversitesi Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi, 2(2): 69-78.
- Cooper RK, and Sawaf A. (1997). Liderlikte Duygusal Zekâ-EQ. İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Cüceloğlu D. (2006). Yeniden İnsan İnsana. İstanbul: Remzi Kitapevi, Otuz beşinci basım.
- Demirci R. (2008). Kulak Çeken Antrenör. Posta Gazetesi, s.4, sü:1-3.
- Demirel Ö. (1999). Planlamadan Değerlendirmeye Öğretme Sanatı. Ankara: Pegem A Yayıncılık, Birinci basım.
- Dökmen Ü. (2004). İletişim Çatışmaları ve Empati. İstanbul: Sistem Yayıncılık, Yirmi sekizinci basım.
- Erkal EM. (1981). Sosyolojik Açıdan Spor. İstanbul: Filiz Kitapevi, s. 119.
- Freud S. (2014). Group Psychology and the Analysis of the Ego, Çeviri: Ökten M. Grup Psikolojisi ve Ego Analizi, 1. Baskı. Ankara, Tutku Yayınevi, 17.

- Gacar A., Nacar E. ve Bayrak Ayaş E. (2017). Plaj Hentbolu Antrenörlerin Liderlik Tarzlarının İncelenmesi, sosyal bilimler dergisi, 15, s. 53-65.
- Gacar A., Nacar E. Bayrak Ayaş E. ve Elaltunkara C. (2018). Sporcu Algıları Çerçevesinde Taekwondo Antrenörlerinin İletişim Beceri Düzeylerinin İncelenmesi, Sosyal Bilimler Dergisi, 25, s. 48-56.
- Gibson JL, Ivancehich JM, and Donnelly JH. (1997). Organizations: Behavior structure processes. 9th Edition, Boston: McGraw-Hill Companies.
- Gökçe O. (1998). İletişim Bilimine Giriş. Ankara: Turhan Kitabevi, 3.Basım.
- Guthrie WJ. and Reed JR. (1991). Educational administration and policy. Allyn and Bacon.
- Gürgen H. (1997). Örgütlerde İletişim Kalitesi. İstanbul: Der Yayınları, ss. 9-10-20.
- Kabadayı Ş. (2010). Hentbol Antrenörlerinin İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi (Hentbol Süper Lig Örneği), Sosyal Bilimler Enstitüsü, İletişim Anabilim Dalı, Doktora tezi, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Kaya Y. (1999). Performansta Üçüncü Boyut-Hipnoz ve Spor. Konya: Selçuk Üniversitesi Basımevi.
- Koç H, ve Topaloğlu M. (2012). İşletmeciler İçin Yönetim Bilimi, 2. Baskı. İstanbul, Seçkin Yayıncılık, 188-195.
- Konter E. (1996). Bir Lider Olarak Antrenör, İstanbul: Alfa Basım Yayım Dağıtım.
- Konter E. (2004). Antrenörlük ve Takım Psikolojisi. Ankara: Palme Yayıncılık, 1.baskı.
- Konter E. (2006). Spor Psikolojisi El Kitabı. Ankara: Nobel Yayınları, 6.baskı.
- Korkut F. (1996). İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi: Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışmaları. Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, Cilt:2(7), 18-23.
- Nacar E., Gacar A. ve Bayrak Ayaş E. (2017). Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Liderlik Özelliklerinin Demografik Özellikler Açısından İncelenilmesi, Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, 51, 492-501.
- Nacar E., Gacar A., Bayrak Ayaş E. ve Öner İ. (2018). Farklı Branşlardaki Sporcular Gözüyle Antrenörlerin Liderlik Tarzlarının İncelenmesi, Sosyal Bilimler Dergisi, 25, s. 35-47.
- Nazik MH, Bayazıt A. (2005). İnsan İlişkiler ve İletişim. İstanbul: Ya-Pa yayınları, s.97.
- Nelson DL, and Quick JC. (1995). Organizational Behavior Foundations. Realities and Challenges, 2nd Edition. New York: West Publishing Company.

- Onağ ZG, Güzel P ve Özbey S. (2013). Futbol antrenörlerinin görüşlerine göre, takım başarısını etkileyen faktörler: Nitel bir araştırma. Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi, 4(2), 125-145.
- Paksoy M, Acar AC, ve Özalp İ. (1998). Örgütsel iletişim. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Rainer M. Successful Coaching, Çeviri: Büyükonat T. (1998). Başarılı Antrenörlük, 1. Baskı. İstanbul, Beyaz Yayıncılık, 12-44.
- Selimbocaoğlu A. (2004). İletişim ve sınıf içi iletişimin önemi. İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı, Malatya, 6-9 Temmuz.
- Singer MG. (1990). Human Resource Management, Boston: PSW-KENT Publishing, S.67.
- Tabak A, ve Sığrı Ü. (2014). Liderlik. İçinde: Sığrı Ü, Gürbüz S (editör). Örgütsel Davranış, 4. Baskı. İstanbul, Beta Yayınları, 386-540.
- Tabak A, Sığrı Ü. (2014). Liderlik. İçinde: Sığrı Ü, Gürbüz S (editör). Örgütsel Davranış, 4. Baskı. İstanbul, Beta Yayınları, 386-540.
- Temel V. (2010). Konya İline Ait Bireysel Ve Takım Spor Antrenörlüğü Yapan Bireylerin Liderlik Tarzlarının Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi: Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Karaman.
- Tikici M. (2005). Örgütsel Davranış Boyutlarından Seçmeler. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, s.224.
- Tutar H. (2003). Örgütsel İletişim. Ankara: Seçkin Yayıncılık, s.44-48-76.
- Yetim A, ve Cengiz R. (2010). İletişim ve Spor, Ankara, Berikan Yayınevi, 13-160.
- Yılmaz, M. ve Bayrak Ayaş, E. (2021). Sporcu öğrenciler üzerine bir araştırma: Vicdani zekâ ve empati. Kesit Akademi Dergisi, 7 (29), 60-71.
- Zıllıoğlu M.(1998). İletişim bilgisi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Zıllıoğlu M.(2003). İletişim Nedir? İstanbul: Cem Yayınevi, İkinci basım.

“

Bölüm 8

**İTFAİYECİLERDE DENGİNİN ÖNEMİ,
STATİK VE DİNAMİK DENGE TESTLERİ
VE PERFORMANS TESTLERİ**

Serdar BÜYÜKİPEKÇİ¹

”

¹ Dr.Öğr. Üyesi Serdar BÜYÜKİPEKÇİ, Necmettin Erbakan Üniversitesi,
Meram Meslek Yüksekokulu, sbuyukipekci@erbakan.edu.tr, ORCID: 0000-
0001-8724-5374

İtfaiyecilerde denge oldukça önemlidir. Görev itibarıyla tehlikeli meslek sınıfında yer almaktadır. Yangına müdahale, arama kurtarma faaliyetleri gibi birçok alanda faaliyet göstermektedirler. Oluşan doğal afetlere müdahale noktasında binaların yanı sıra doğal alanlarda oluşan afet, kaza gibi durumlarda koruyucu kıyafetleri ile birlikte koşulların oldukça güç olduğu mekanlarda fiziksel olarak olaylara müdahale etmektedirler. Hareket kabiliyeti noktasında temel motorik özelliklerden kuvvet, sürat, dayanıklılık, esneklik ve denge gibi parametre düzeylerinin oldukça iyi olması beklenir. Şartlar ne olursa olsun, kendilerinin ve çevrenin güvenliğini sağlayan itfaiyeciler, yaşanan zorluklara karşı cansiperane bir şekilde çalışmaktadırlar.

İtfaiyeciler; yüksek yapılarda merdivenden malzeme çıkartmak, su verilmiş bir yangın hortumunu ileri götürmek, kapıları, duvarları, tavanları ve çatıları kırmak yada açmak, merdivenli araçlarda yüksekte çalışmak, yüksek yapıların pencerelerinden iplerle ekipmanları çıkartıp indirmek, ekipmanları itfaiye arabasından yangın yerine uzun mesafelerde taşımak gibi faaliyetlerde bulunmaktadır.

Kuvvet ile ilgili olarak, itfaiyecilerin alt ve üst ekstremité kaslarının kuvvetli olması gerekir. Kullanılan ayırıcı, kesici, delici hidrolik aletlerin ağırlığı 25-30 kg arasında olabilmektedir. Bu da dakikalarca bu yük ile çalışmalarını gerektirmektedir. Özellikle trafik kazaları ya da deprem gibi doğal afetlerde, yaralıların hızlı bir şekilde kurtarılmasını sağlamada bu aletler ile çalışmaktadırlar. Hem yangının olduğu hem de yaralıların olduğu bir ortamda kendi koruyucu kıyafetlerinin yanında kullanmış oldukları ekipmanların ağırlığını da ekler isek, ciddi bir kuvvet kazanımının olması beklenir. Bu nedenle itfaiyecilerin kuvvet antrenmanlarını aksatmadan düzenli olarak yapması gerekir. Sadece kuvvet antrenmanı değil, sürat, dayanıklılık, esneklik ve denge çalışmalarını da haftalık olarak programlarına eklemelilerdir. Kuvvette devamlılık kazanımı için mutlaka dayanıklılık çalışmalarının da yapılması elzemdir.

Dünya genelinde itfaiyeciler mülakata çağrılıp yetenek sınavları ile ilgili kadrolara alınmaktadır. Dünyada geçerli olan “Candidate Physical Ability Test” (CPAT) itfaiyeci aday fiziksel yetenek testi personel alımlarında uygulanmaktadır. Ülkemizde de benzer yetenek testleri ile personel alımı yapılmaktadır. Bölgesel olarak bu testler değişebilmektedir. Koordinasyon parkuru olarak ta ifade edilen bu testlerde, denge aletinden hortumlar ile geçiş testi de yapılmaktadır. Koruyucu ekipman ile yapılan bu denge testi, itfaiyeci adayının zorlu koşullarda vücut dengelerini sağlayabilmelerinin değerlendirilmesinde önemli bir yere sahiptir.

Yangın söndürme, bireye önemli fizyolojik baskı uygulayan fiziksel olarak zor olan bir meslektir (Al-Zaiti, 2015) (Colburn, 2011). Amerika

Birleşik Devletleri Çalışma İstatistikleri Bürosu'na göre 2016 yılında her 100 tam zamanlı yangından korunma çalışanı için 9,5'lik ölümcül olmayan yaralanma insidansı ile yangınla mücadele ile ilişkili yaralanma oranı diğer mesleklerin çoğundan daha yüksektir. Ulusal Yangından Korunma Derneği'nin (UYKD) tahminlerine göre 62.000 ila 100.000 itfaiyeci Amerika Birleşik Devletleri'nde her yıl yaralanmaktadır ve yaralanmaların çoğu yangın yeri operasyonları sırasında meydana gelmektedir (Haynes, 2017).

Yaş, kuvvet ve yorgunluk gibi içsel faktörler ve itfaiyeciler tarafından kullanılan veya giyilen ekipman ve çevresel koşullar gibi dış faktörler dahil olmak üzere, yangın alanında kaymaları ve düşmeleri etkileyebilecek birçok faktör vardır (Kong, A review of risk factors of accidental slips, trips, and falls among firefighters, 2013). İtfaiyeciler ağır koruyucu giysiler giyerler, ekipman taşır ve yangın söndürme sırasında yorgunluk ve hipertermiye neden olan nispeten yüksek yoğunluklarda çalışırlar (Colburn, 2011). Fiziksel uygunluk, özellikle yorgunken, yaralanmaya katkıda bulunan fonksiyonel dengesi de etkileyebilir (Park, 2011).

Yangınla mücadele koruyucu teçhizatı, ağır pantolon ve palto, çelik burunlu çizmeler, aleve dayanıklı başlık, eldivenler, yüz maskesi ve 24 kg veya daha fazla ağırlığa sahip bağımsız solunum cihazı (BSC) dahil olmak üzere termal koruyucu giysilerden oluşur. BSC grubu, hava silindiri, regülatörü ve bir yüz maskesini taşımak için bir sırt çantası çerçevesi içerir. Bu koruyucu ekipman, zorlu şartlarda güvenli bir şekilde çalışmak için gereklidir ancak aynı zamanda dengesi değiştirir ve yorgunluğu arttırabilir (Park, 2011). BSC, kütle merkezini değiştirir ve termal koruyucu ceket ve pantolon, hareketliliği sınırlar (Hur, 2015). BSC'nın sırtta yerleştirilmesi, kütle merkezini değiştirir, bu da postürel ve fonksiyonel dengesi etkileyebilir ve daha fazla düşme veya düşme olasılığına neden olabilir (Punakallio A. L., 2003). Tökezlemeler ve düşmeler, yangın yerindeki yaralanmaların yaygın bir nedeni olduğundan, yaralanmayı önlemek için değiştirilme potansiyeline sahip düşme nedenlerine yönelik ek araştırmalar kullanılabilir. Çalışmalar, Termal Koruyucu Giysi + BSC giyen fonksiyonel dengede değişiklikler olduğunu bildirmiş olsa da, Termal Koruyucu Giysinin postürel denge ölçümleri ve salınım üzerindeki etkileri hakkında daha az tutarlı bilgi vardır (White, 2017).

İtfaiyeciler çalışırken Termal Koruyucu Giysi ve BSC takmaya alışkındır ve bu koşullarda aynı teçhizatı giymeye alışkın olmayan kişilere göre daha iyi bir dengeye sahip olabilirler (Rosengren, 2014). Koruyucu giysilerle ilgili deneyimin derecesi dengesi önemli ölçüde etkiliyorsa, bu, özellikle itfaiyecilerin ekipman ve BSC takmayabileceği daha düşük çağrı hacmine sahip departmanlarda eğitime dahil edilebilir.

İtfaiyeciler sokak kıyafetlerine kıyasla Termal Koruyucu Giysi ve BSC giydiğinde postüral dengenin ön-arka sallanma hızını arttırdığı bulunmuştur ve bu daha yaşlı itfaiyecilerde daha belirgindir (Punakallio A. L., 2003). Ekipman giymenin basınç merkezini etkilediğini, atletik kıyafet giymeye kıyasla gözler açık ve kapalı statik ayakta durmaya neden olduğunu bulmuşlardır (Son, 2014).

Zorunlu yangın koruyucu giysi, ayakkabı ve aksesuarları takarken yangınla mücadele çalışmaları yapmak, itfaiyecinin fiziksel, zihinsel ve duruşsal taleplerini artırır. Spesifik olarak, bu zorlu çalışma ortamlarında, postüral instabilitenin düşme olayları ve potansiyel yaralanma için artan bir risk faktörü olduğu belirtilmiştir (Böhm, 2010). Ayrıca, fiziksel (örneğin, bilinmeyen ortamlarda denge ve ambulasyon) ve zihinsel (örneğin, gözlem ve değerlendirme) görevleri birlikte gerçekleştirme yeteneğinin, zihinsel bir görevin yürütülmesinde bir düşüşe neden olduğu ve doğrudan fiziksel stresin büyüklüğüne bağlı olduğu gösterilmiştir (Bridger, 1991). Çalışma ortamları ve mesleki faaliyetler arasında bir paralellik çizen araştırmalar, düşme olasılıklarının artmasının dengedeki azalmalarla ilişkili olduğunu ve bu düşmelerin genellikle yaralanmalar ve sakatlıklar için birincil bir sonuç faktörü olduğunu ve bu düşmelerin %45'inin uygunsuz ayakkabılara atfedildiğini ileri sürmüşlerdir (Menant J. C., 2008a).

İtfaiyeci botları, çalışma etkinliği ve kişisel güvenlik açısından kritik bir rol oynar. Mesleki Güvenlik ve Sağlık İdaresi (MGSI), “bacaklar için koruma sağlayan tamamen uzatılmış botlar veya koruyucu ayakkabılar veya koruyucu pantolonlarla birlikte giyilen botlar” olarak tanımlanan uygun ayak ve bacak korumasını gerektirir (Administration, 1970). Bu koruyucu ayakkabı, topuğun altından en az 12,7 cm yukarıda suya dayanıklı olmalı ve kaymaz dış tabanlarla donatılmış olmalıdır.

Ayakkabı, insan vücudu ile destekleyici yüzey arasında bir arayüz görevi görür. Ayakkabı tasarımının topuk yüksekliği, topuk-yaka yüksekliği, taban sertliği, topuk ve orta taban geometrisi ve dış tabanın kayma direnci gibi farklı özellikleri ile birlikte ayakkabı özellikleri, farklı ayakkabı özellikleri ile insan performansını önemli ölçüde etkileyebilir (Menant J. C., 2008a). Ayakkabıların/botların yüksek tabanları, ayak bileği hareket açıklığı üzerinde bir etkiye sahiptir ve bu da, ayak bileği eklemine tahrik için güç üretiminde değişikliğe yol açar. Yüksek çizme tabanı, ayak bileğine destek ve stabilite sağlama avantajına sahiptir (Böhm, 2010), ancak orta taban sertliğinin dinamik denge kontrol sistemini bozduğu gösterilmiştir (Perry, 2007). Vücut sallanması, maksimum denge aralığı, koordineli stabilite ve seçim-adım reaksiyon süresi Menant ve arkadaşları tarafından değerlendirildi (Menant J. C., 2008b), 4,5 cm yüksek topuğun dengeyi önemli ölçüde bozduğunu, buna karşın sert bir ayakkabı tabanı-

nın ve yüksek topuk yakasının yaşlı insanlarda dengeyi artırabileceğini bildirmiştir.

Sürekli olarak istikrarsızlaştırıcı bozulmalara maruz kalan itfaiyeciler ve inşaat işçilerinin postüral kontrolü ve fonksiyonel dengesi Punakallio (2005) tarafından değerlendirilmiştir (Punakallio A. , 2005) . Daha genç ve orta yaşlı deneklerin denge testlerinde önemli ölçüde daha iyi performans gösterdiği ve itfaiyecilerin inşaat işçilerine göre önemli ölçüde daha zayıf fonksiyonel dengeye sahip olduğu gösterildi (Punakallio A. , 2005). Bu, itfaiyecilerin, günlük olarak istikrarsız bir ortamda çalışan inşaat işçilerine kıyasla, meydana gelen yangın alarmlarının ve olaylarının sayısına bağlı olarak mesleki aşına olmayan ortamlara çok daha az maruz kalmalarıyla açıklanmıştır (Punakallio A. , 2005). İtfaiyeciler arasındaki yaralanma oranlarını azaltmak amacıyla yangın koruyucu teçhizat veya katılım teçhizatı zorunlu hale getirilmiştir. Ancak, denge kontrolünde bir azalma için kendileri ek riskler oluşturabilirler (Sobeih, 2006).

Sobeih et al. (2006) , solunum cihazı olan veya olmayan koruyucu ekipmanın aslında postüral kontrolü iyileştirdiğini buldu (Sobeih, 2006). Bununla birlikte, uzun bir çalışma periyodu ile birleştiğinde, postüral önlemler beraberinde bir dejenerasyona sahipti. Ek ağırlık nedeniyle COG'nin genel olarak düşürölmesi ve itfaiyecinin postural kasların daha iyi kasılması deneyiminin yanı sıra koşullu bir refleksin tetiklenmesi, bu çelişkili sonuçların olası nedenleri olarak sonuçlandırılmıştır (Sobeih, 2006). Bu çalışmaya benzer şekilde, kişisel koruyucu ekipman giyen çalışanların göz açık ve kapalı duruş koşullarında ve dinamik koşullarda dengeyi koruma yeteneği araştırıldı. Ancak, daha önceki çalışmanın aksine, postüral stabilitenin kişisel koruyucu ekipmanla değiştirildiği gösterilmiştir (Kincl, 2002).

Punakallio ve meslektaşları (Punakallio A. , 2005), lastik çizmeleri içeren yangından korunma ekipmanının (FPE) itfaiyecilerin denge yetenekleri üzerindeki etkisini analiz ettiler; burada FPE'nin, gözler kapalı koşullarda denge yeteneklerinde yaşa bağlı bir düşüşe ek olarak, denge performansını bozduğu bulunmuştur (Punakallio A. , 2005). Singh et al. ayak bileğindeki lokalize kas yorgunluğunun postüral kontrolü etkilediği gösterilmiş, ancak akut alt ekstremitte proprioseptif farkındalığı olan katılımcılar için çevresel basınçla uygulanan ayak bileğinde artırılmış bir destek yoluyla hafifçe hafifletilebilmektedir (Singh, 2009).

Önceki çalışmalara dayanarak, farklı ayakkabılarla postüral stabilitenin azaldığı gösterilmiştir (Perry, 2007). Denge önlemlerinde benzer azalmalar, özel itfaiyeci botlarını içeren koruyucu ekipmana sahip itfaiyecilerde de bulunduğu belirtilmiştir (Kincl, 2002). şu anda, itfaiyeciler tarafından giyilen iki farklı bot tipinin postüral kontrol önlemleri üzerin-

deki etkilerini karşılaştıran bir literatür azlığı bulunmaktadır. Farklı ayak-kabıllarla yürüyüşün zamansal-mekansal parametreleri üzerine yapılan önceki çalışmalar, adım ve adım uzunluklarında ve duruş ve sallanma evrelerinin sürelerinde önemli farklılıklar göstermiştir (Nurse, 2005). Yürüyüşün zamansal-mekansal parametreleri, iki farklı itfaiyeci botu (kauçuk ve deri) için özel bir önemle değerlendirilmemiştir. Diğer araştırmalar, bir yüz maskesi ve BSC içeren yangından korunma ekipmanının (FPE) dahil edilmesinin, yaş sınırı olmaksızın fonksiyonel dengeyi önemli ölçüde bozduğunu göstermiştir (Punakallio A. L., 2003).

DENGE TESTLERİ

TEK BACAK DURUŞ TESTİ

AMAÇ: tek bacak üzerinde dengede kalabilme yeteneğini değerlendirmek.

Ekipman: Düz, Kaymayan bir zemin, kronometre, kağıt, kalem.

Prosedür:

- İtfaiyeciye ayakkabılarını çıkarması ve ellerini kalçasına veya çapraz şekilde arkasına yerleştirmesi söylenir.
- İtfaiyeciden dominant olmayan bacağının yerden kaldırması istenir. Dominant olmayan bacağın dominant baktan destek almadığından emin olunur.
- İtfaiyeciye 1 dakika deneme süresi verilir.
- Dominant olmayan bacak zeminden ayrıldığında kronometre başlatılır.
- Denge kaybı meydana gelebileceğinden dolayı güvenlik açısından kişinin arkasında durulur.
- Eller kalçadan ayrıldığında, dominant ayak döndüğünde veya yön değiştirdiğinde, dominant olmayan bacak, dominant bacağa değdiğinde, test sonlandırılır.
- İtfaiyecinin denge puanı olarak, dengede kaldığı zaman kaydedilir.

Analiz ve verilerin yorumu:

Üç denemeden en iyisi kaydedilir. Karşılaştırma için yan yana değerlendirmeler yapılır (Reiman & Manske, 2018).

STATİK DENGE: STORK TESTİ

AMAÇ: Parmak ucu üzerinde dengede kalabilme becerisini değerlendirmek.

Ekipman: Düz, Kaymayan bir zemin, kronometre, kağıt, kalem.

Prosedür:

- İtfaiyeciye ayakkabılarını çıkarması ve ellerini kalçasına yerleştirilmesi söylenir.
- İtfaiyeciden destek almadığı bacağını destek bacağının dizinin iç kısmına yerleştirilmesi istenir.
- İtfaiyeciye 1 dakika deneme süresi verilir.
- İtfaiyeciye topuğunu yükseltmesi ve parmak ucunda dengede kalması söylenir.
- Topuğu yükseldiğinde kronometre başlatılır.
- Güvenlik açısından, denge kaybı olabileceğinden ve geriye düşebileceğinden, itfaiyecinin arkasında durulur.
- Eller kalçadan ayrıldığında, dominant ayak döndüğünde veya yön değiştirdiğinde, dominant olmayan ayağın diz ile teması kesildiğinde veya destek ayağının topuğu yere değdiğinde test sonlandırılır.
- İtfaiyecinin denge puanı olarak, dengede kaldığı zaman kaydedilir.

Analiz ve Verilerin yorumu:

Üç denemeden en iyisi kaydedilir. Karşılaştırma için yan yana değerlendirmeler yapılır (Reiman & Manske, 2018).

YAN ADIM TESTİ

Amaç: itfaiyecinin yana atabildiği adımla dengeli bir şekilde katettiği mesafeyi değerlendirmek. Yan adımlama büyük denge ve koordinasyon gerektirir.

Ekipman: Başlangıç çizgisi belirlemek için bant ve 10 metrelik düz bir yer belirlenmelidir.

Prosedür:

- İtfaiyeci başlangıç çizgisinde bacakları ve ayakları kapalı şekilde durur, prensip olarak kişinin ayakları bitişik olmalıdır.
- İtfaiyeciye beş tane yana doğru adımlama yapması söylenir. Bu adımlar mümkün olduğunca geniş olmalıdır.
- İtfaiyeciye, kolları ile vücudundan destek almaması ve sıçramaması söylenir.

Analiz ve verilerin yorumu

Maksimum yan adım uzunluğu ölçülür ve alınan toplam mesafe yan adım sayısına bölünür. Maksimum yan adım uzunluğu standardize edilir, bacak uzunluğuna bölünür (anterior superior iliac spine ile medial malleolus arasındaki mesafe) (Reiman & Manske, 2018).

YILDIZ DENGİ TESTİ

Amaç: dinamik bir testle denge ve postüral kontrolü belirlemek. Bu fonksiyonel testte, itfaiyecinin postüral kontrolü, kuvveti, hareket aralığı ve proprioseptik becerilerini görmek için, alt ekstremitenin sekiz yönlü bir dizi görevleri gerçekleştirmesi beklenir.

Ekipman: Çapraz olarak yerleştirilmiş atletik bant veya fonksiyonel test malzemesi.

Prosedür:

- İtfaiyeciden, bir bacağı üzerinde dengede iken diğer bacağı ile ileri doğru uzanması istenir.
- Bu uzanmaları, 45 derecelik açı ile sekiz farklı yöne yapması söylenir.
- İtfaiyeciden ayağının en uzak noktasıyla uzanabildiği kadar uzağa doğru erişmesi beklenir.
- Doğru postür duruşu bozulmadan, ulaşılabilen en uzak noktaya ulaşması tekrar edilir.
- İtfaiyeciden denge pozisyonu devam ederken ve her yöne uzanma sağlandıktan sonra tekrar dik ve doğru postür duruşuna geri dönmesi istenir.
- Orijinal pozisyonunda duran ayağın hareket etmemesi söylenir.
- Hem dominant hem de dominant olmayan bacak için test uygulanır.

Analiz ve verilerin yorumu:

Bu testte ulaşılan mesafe, sonuç olarak kabul edilir. Daha yüksek bir puan, daha iyi denge, hareket açıklığı, kuvvet ve propriosepsiyon becerisine göre belirlenir. Eğer puan farklılığı var ise daha ileri uzanma becerisine sahip olan taraf daha iyi denge, kuvvet ve harekete sahiptir.

MODİFİYE YILDIZ DENGİ TESTİ

Bu testte, yıldız denge testi protokolüne ek olarak itfaiyecilerin alev almayan kıyafetleri ile botlarını giyerek aynı hareketleri tekrarlamaları istenir. Bu testin amacı, itfaiye kıyafeti ile normal kıyafet ile yapılan denge testinin kıyaslanmasıdır. Bu sayede, itfaiyecilerin itfaiye kıyafetleri

ile hareket kabiliyetlerinin kısıtlanması ile birlikte, dengelerini nasıl sağladıklarının saptanması uygun olacaktır. Kıyafetlerin ergonomik olarak tasarlanmış olması eklem hareket genişliğini artırarak itfaiye kıyafetleri ve botları ile daha geniş alanda hareket etmelerini sağlayabilecektir.

DÖRT KÖŞE BASAMAK TESTİ

Amaç: denge ve vestibular fonksiyon bozukluğunu tanımlamak için tasarlanmış bir testtir. Test hızlı bir şekilde geri, öne ve yana adımlar içerir, bu hareketler vestibular bozukluğu olan insanlar için zor olabilir.

Ekipman: Düz bir zemin, dört adet koni, kronometre

Prosedür:

- Dört adet koni, zemine birbirine 90 derece açı yapacak şekilde konur.
- İtfaiyeci ayakkabısı ile, doğrudan öndeki kareyi görebilecek şekilde, bir karede bekletilir.
- İtfaiyeciden saat yönünde artı işareti yapacak şekilde, önce öne düz, sonra sağa, sonra geriye ve sonra sola adım atması istenir. Bu sırada gövdede herhangi bir yön değişimi yada rotasyon gerçekleşmez.
- İtfaiyeciden, sırasıyla bu sefer saat yönünün tersine olacak şekilde geri gitmesi istenir.
- Her iki ayağında her bir kareye temas ettiğinden emin olunur.
- İtfaiyecinin mümkün olduğunca hızlı bir şekilde konilere dokunmadan parkuru tamamlaması beklenir.
- İtfaiyeciye gerekirse tüm test süresince yüzünün karşıya bakması gerektiği söylenir.
- Parkur tamamlandıktan sonra zaman kaydedilir.

Analiz ve verilerin yorumu

Üç denemeden en iyi skor kayıt edilir (Reiman & Manske, 2018).

PERFORMANS TESTLERİ

ŞINAV TESTİ

Amaç: Üst ekstremitenin kassal kuvvet ve dayanıklılığını değerlendirmek.

Prosedür:

- İtfaiyeci yüzüstü pozisyonunda, elleri omuz genişliğinde açık ve alt vücut ağırlığının tamamı ayak parmaklarında olacak şekilde durur.

- İtfaiyeciye, başını, omuzlarını, sırtını, kalçasını, dizlerini ve ayaklarını düz bir çizgide tutarken, kolları ileri doğru uzanmış bir pozisyonda başlaması söylenir.

- İtfaiyecinin üst kolu yere paralel yada aşağıdaki pozisyondan daha alçakta ise, kollar yukardaki pozisyonda tamamen uzatılmış durumdaysa ve gövdenin düz bir dizilimi varsa çekilen sınav sayısı kaydedilir.

Analiz ve Verilerin Yorumu:

1 dakika içinde yapılan sınav adetleri sayılarak puan verilir. Puanlar kaydedilir.

MEKİK KOŞUSU TESTİ

Bu testin amacı, itfaiyecilerde iki nokta arasındaki hızlanma ve yön değiştirme yeteneğini belirlemektir.

Malzeme:

9.14m koşu parkuru

2 adet tahta blok 5x5x10 cm

Kronometre

Protokol:

- İtfaiyeci koşuya başladıktan sonra 9.14 m uzaklıktaki tahtayı alıp başlama noktasına getirir ve daha sonra ikinciye almak için geri döner, ikinciye alıp başlama noktasına getirir.

- Kronometre başla komutu ile başlatılır, itfaiyeci ikinci tahtayı getirdikten sonra başlama çizgisini geçince durdurulur.

- Tahta düşürülmemeli ve başlama çizgisinin arkasına bırakılmalıdır.

Değerlendirme:

- 3 kez tekrar edilmelidir.

En iyi süre kaydedilmelidir (Günay, Tamer, Cicioğlu, & Şıktar, 2018)

ŞINAV TESTİ (60 SN)

Testin Amacı; Üst gövde kuvvetinin değerlendirilmesi.

Malzeme: Egzersiz minderi, Kronometre

Uygulanma; itfaiyeci elleri ve ayak parmakları üzerinde sınav pozisyonu alır. Kollar düz ve vücuda dik açılı olmalıdır. Sonra yere temas edecek kadar yaklaştırılır ve tekrar başlangıç pozisyonuna dönlür. Bu işlem mümkün olduğu kadar çok tekrarlanır. Yerde sınav hareketi esnasında,

yalnızca göğüs yere temas ettirilmelidir. 60sn süre ile her sınavla birlikte kollar tamamen vücuda dik açılı pozisyonda olmalıdır. Sınav esnasında vücut tamamen dik tutulmalıdır.

Değerlendirme; skor 60sn de kurala uygun yapılan sınavların toplamı olarak belirlenir.

DENGE ALETİNDE YÜRÜME TESTİ

Testin Amacı; itfaiyecinin görevleri sırasında dar bir hat üstünde tam ekipmanla yürümesi simülasyonunun yapılması amacıyla tasarlanmıştır. Bu test, baskı altındayken adayın dengesini ve koordinasyonunu ölçmektedir.

Malzeme; standart ölçüdeki (5m uzunluk 1.10 yerden yüksekliğinde) denge aleti ve kronometre.

Uygulama; bu hat üzerinden bitiş noktasına kadar itfaiyeci durmadan yürümelidir, dengesini kaybeder ve düşerse yürüme hattının başına dönerek tekrar denemesi gerekir. Mümkün olduğunca çabuk ve emniyetli bir şekilde hareket etmesi gerektiği söylenir.

Değerlendirilmesi; deneğin test parkurunun başlangıç ve bitiş noktaları arasında ki süre, saniye cinsinden alınır ve 0.1 saniye hassasiyetiyle kayıt edilir.

MERDİVEN TIRMANMA

Testin amacı; merdiven tırmanma testi, itfaiyecinin yüksek- noktalara tırmanma becerisini ölçmektedir ve akrofobiye (yükseklik korkusu) sahip adayları tespit etmeye yönelik bir ölçümdür. Bu görev, adayın aerobik kapasitesini, üst vücut kas gücünü ve dayanıklılığını, alt vücut kas gücünü ve dayanıklılığını, kavrama gücünü, kavrama direncini, dengesini ve anaerobik gücünü test etmektedir.

Malzeme; duvara dayalı olarak 7.3m uzunluğunda açılabilir merdiven, şerit bant ve kronometre.

Uygulama; itfaiyeci, çıkışa geçmeye başlamadan önce her iki ayağı yerde olmalıdır. İtfaiyeci, inişe geçmeye başlamadan önce her iki ayağını da son basamağa koymalıdır. Çıkılan mesafe, itfaiyeciye yardımcı olunması için tarafımızdan sesli olarak söylenecektir. İtfaiyeciye sesli komutla hız kazandırmamak için yalnızca çıkılan mesafe söylenmelidir. İtfaiyeci kendi hızını kendi belirlemelidir. Yukarı tırmanırken ellerini nerelere yerleştireceğine konsantre olmalı. Yumuşak, emniyetli ve sürekli bir şekilde hareket etmesi gerektiğinin üstünde durulmalıdır. Deneğin devam edemeyeceğinin hissedilmesinin ardından aşağı inmesine yardım edilecektir. Tırmanma sırasında durmasına ya da mola vermesine izin verilmeyecektir. İtfaiyeci bu merdiveni üç kez inip çıkacaktır.

Değerlendirilmesi; bu teste itfaiyeci merdivene 3 kez inip çıkacaktır. Deneğin test parkurunun başlangıç ve bitiş noktaları arasında ki süre, saniye cinsinden alınır ve 0.1 saniye hassasiyetiyle kayıt edilir (Lusa S, 1994) .

MEKİK TESTİ (60SN)

Testin Amacı; abdominal kuvvet ve kuvvette devamlılığını belirlemek

Malzeme; egzersiz minderi, kronometre.

Uygulama; 60 sn süreyle, dizler 90° bükülü, kollar ensede birleşmiş ve sırt üstü yatar pozisyonda test uygulanır ve eneğin ayakları uygulayıcı tarafından sabitlenir.

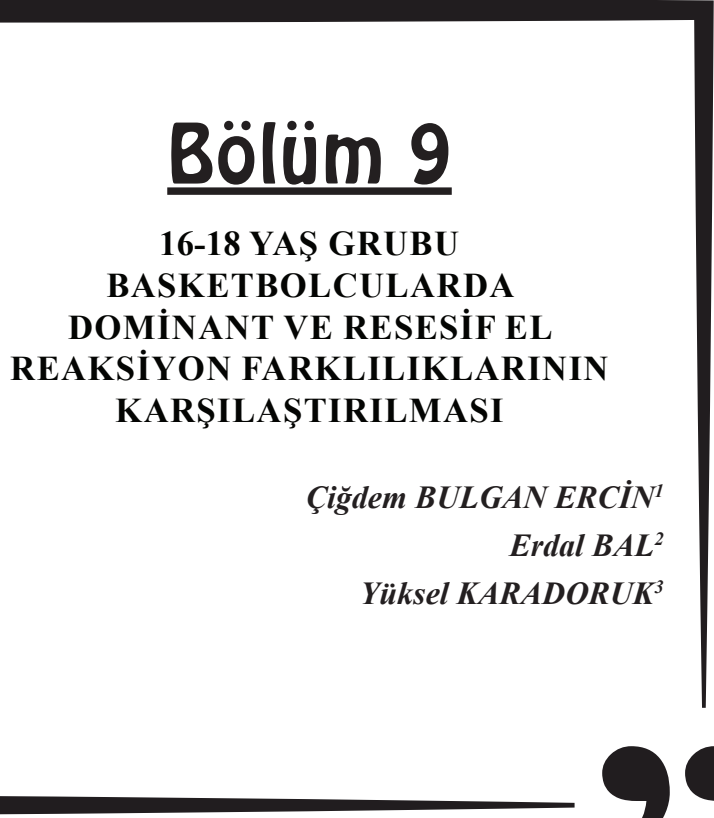
Değerlendirilmesi; skor 60 sn. de kurala uygun yapılabilen mekik tekrarı toplamı olarak belirlenir.

KAYNAKÇA

- Administration, O. S. (1970). Occupational Safety and Health Standards 1910. Fire protection (1910.156)—fire brigades. *Approved*, 29.
- Al-Zaiti, S. R. (2015). Electrocardiographic responses during fire suppression and recovery among experienced firefighters. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 57(9), 938-942.
- Böhm, H. &. (2010). Effect of boot shaft stiffness on stability joint energy and muscular co-contraction during walking on uneven surface. *Journal of Biomechanics*, 43(13), 2467-2472.
- Bridger, R. S. (1991). Some fundamental aspects of posture related to ergonomics. *International Journal of Industrial Ergonomics*, 8(1), 3-15.
- Colburn, D. S. (2011). A comparison of cooling techniques in firefighters after a live burn evolution. *Prehospital Emergency Care*, 15(2), 226-232.
- Günay, M., Tamer, K., Cicioğlu, İ., & Şıktar, E. (2018). *Spor Fizyolojisi ve Performans Ölçüm Testleri*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Haynes, H. J. (2017). United states firefighter injuries-2016. . *National Fire Protection Association. Research, Data and Analytics Division*.
- Hur, P. P.-W. (2015). Effects of air bottle design on postural control of firefighters. *Applied ergonomics*, 48, 49-55.
- Kinl, L. D. (2002). Postural sway measurements: a potential safety monitoring technique for workers wearing personal protective equipment. *Applied occupational and environmental hygiene*, 17(4), 256-266.
- Kong, P. W. (2013). A review of risk factors of accidental slips, trips, and falls among firefighters. *Safety science*, 60, 203-209.
- Kong, P. W. (2013). A review of risk factors of accidental slips, trips, and falls among firefighters. *Safety science*, 60, 203-209.
- Lusa S, L. V. (1994). Are the job demands on physical work capacity equal for young and aging firefighters? . *Journal Occup. Med.* , 36, 70–74.
- Menant, J. C. (2008a). Effects of shoe characteristics on dynamic stability when walking on even and uneven surfaces in young and older people. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 89(10), 1970-1976.
- Menant, J. C. (2008b). Effects of footwear features on balance and stepping in older people. . *Gerontology*, 54(1), 18-23.
- Nurse, M. A. (2005). Changing the texture of footwear can alter gait patterns. *Journal of electromyography and kinesiology*, 15(5), 496-506.
- Park, K. R.-W. (2011). Assessing gait changes in firefighters due to fatigue and protective clothing. *Safety science*, 49(5), 719-726.

- Perry, S. D. (2007). Influence of footwear midsole material hardness on dynamic balance control during unexpected gait termination. *Gait & posture*, 25(1), 94-98.
- Punakallio, A. (2005). Balance abilities of workers in physically demanding jobs: With special reference to firefighters of different ages. *Journal of Sports Science and Medicine*, 4(8), 1-47.
- Punakallio, A. L. (2003). Protective equipment affects balance abilities differently in younger and older firefighters. *Aviation, space, and environmental medicine*, 74(11), 1151-1156.
- Reiman, M., & Manske, R. (2018). *İnsan Performansında Fonksiyonel Testler*. (Ç. Bulgan, & M. A. Başar, Çev.) İstanbul: İstanbul Tıp Kitabevleri.
- Rosengren, K. S.-W. (2014). Fighting fires without falling: Effects of equipment design and fatigue on firefighter's balance and gait. *Ecological Psychology*, 26(1-2), 167-175.
- Singh, N. B. (2009). Evaluation of circumferential pressure as an intervention to mitigate postural instability induced by localized muscle fatigue at the ankle. *International Journal of Industrial Ergonomics*, 39(5), 821-827.
- Sobeih, T. M. (2006). Postural balance changes in on-duty firefighters: effect of gear and long work shifts. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 68-75.
- Son, S. Y. (2014). Comparison of firefighters and non-firefighters and the test methods used regarding the effects of personal protective equipment on individual mobility. *Applied ergonomics*, 45(4), 1019-1027.
- White, S. C. (2017). The effect of firefighter protective garments, self-contained breathing apparatus and exertion in the heat on postural sway. *Ergonomics*, 60(8), 1137-1145.

“



Bölüm 9

16-18 YAŞ GRUBU BASKETBOLCULARDA DOMİNANT VE RESESİF EL REAKSİYON FARKLILIKLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Çiğdem BULGAN ERCİN¹

Erdal BAL²

Yüksel KARADORUK³

”

1 Doç.Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, cigdem.bulgan@sbu.edu.tr, 0000-0003-4357-5333

2 Doç.Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, erdal.bal@sbu.edu.tr, 0000-0002-4927-3945

3 Öğrenci (Mezun), Haliç Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, karadorukyüksel@gmail.com

Giriş

Reaksiyon hızı başarıya giden süreç içinde bulunan etkenlerden en önemlilerinden birisidir. Özellikle yetenek seçimi taramalarında, kulüp seçmelerinde belirleyici kriterlerin başında gelmektedir (Menevşe, 2011). Reaksiyon zamanı, aniden ortaya çıkan ve önceden yapılmamış bir sinyalin ulaşmasından, bu sinyale verilen cevaba (davranım) kadar geçen sürenin miktarıdır. Basketbol gibi dikkat ve çabukluğun büyük önem taşıdığı bir spor dalında reaksiyon hızı, hızlı hücumlarda (fastbreak), savunma pozisyonlarında, rakip veya takım arkadaşı tarafından atılan pas esnasında ve bunlar gibi pek çok pozisyonlarda oldukça önemlidir. Dikkat, motivasyon, doping, sürat antrenmanı, ısınma, eğitim düzeyi ve zeka, reaksiyon zamanını olumlu yönde etkileyen faktörler olup, alkolizm, yetersiz antrenman, yorgunluk, yaş uyarının cinsi, solaklık ve psiko-fizyolojik faktörler reaksiyon zamanını olumsuz yönde etkileyen faktörlerdir (Akgün, 1986). Basketbol, el dominant oynanan bir oyun olduğundan, ellerin reaksiyon hızı önemlidir. Özellikle sporcunun iki elini de kullanabilme yeteneği reaksiyon hızı için oldukça değerlidir. Pozisyonlar esnasında sporcular genellikle dominant ellerini reaksiyon zamanlarında daha fazla kullanmaktadır.

Çoğunlukla tek bir yapı olarak düşünülen beyin, aslında iki beyin küresinden oluşmaktadır. Bu iki beyin yarım küresi, çok iyi korunmuş olarak kafatası içine yerleşmiştir. İki beyin yarım küresi birbirine sinir lifi demetleri ile bağlanmıştır (Atan, 2019). Bu iki beyin küreleri birbirleri ile sinir lifi demetleri ile bağlanmışlardır. Vücudun temel hareket ve duyu kontrolü gerçekleştiren beyin yarım küreleri bu kontrollünü çapraz bağlantılarla sağlamaktadır (Gündoğan, 2007). İnsan beyni sağ ve sol hemisfer olarak ikiye ayrılmıştır. Bu hemisferler farklı türde bilgileri işlemekle birlikte karşılıklı bir uyum içerisinde işlevlerini yerine getirmektedir. Sol hemisfer vücudun sağ yarısını ve sağ hemisfer ise sol yarısını kontrol etmektedir. Her bir hemisfer farklı fonksiyonların merkezi olmasına rağmen belli fonksiyonlar sırasında beynin birçok bölgesi aynı anda koordinasyon içinde çalışmaktadır (Yorulmaz, 2011). Sağ elimizi sol beyin, sol elimizi de sağ beyin yönetmektedir. O halde sağlaklar da sol beyin; solaklarda ise sağ beyin baskındır. Bu nedenle, solaklarda sol elin sağ ele göre üstün becerisinin sağ beyne; sağlaklar da sağ elin sol ele göre üstün becerisinin sol beyne bağlı olduğu rahatlıkla söylenebilir (Pençe, 2000).

Dominant el halk arasında “sağlaklık ve solaklık” olarak bilinen ve yaygın olarak kullanılan el tercihi kavramının, kesin bir tanımı bulunmamaktadır. Ancak sıklıkla başvurulanan tanımı üzerinden gidilecek olursa, bir insanın günlük yaşantısı içerisinde öncelikli olarak tercih ettiği el ve ayak kullanımıdır (Doğar, 2019). Dane’in ifadesiyle el tercihi, iş yaparken elin birini diğerine tercih etmek olarak tanımlanabilir.

Hayatımızın her bir alanında rolü bulunan ellerin spor aktivitelerinde de önemi oldukça büyüktür. Günümüz popüler spor dallarının hepsinde bu ekstremitelerimiz yoğun olarak kullanılmaktadır. Özellikle basketbol branşında, oyun içinde kararı veren ve pozisyonlar esnasında kararı gerçekleştiren ve fiile döken organlar direkt olarak ellerdir. Sporcular sıklıkla el becerilerini hızlı oyun değişikliklerine uyarlamak zorunda kalırlar ve genellikle belirli bir hareket becerisinin her iki elle de esnek bir şekilde yürütülmesini gerektirir (Stöckel, 2012). Sporcular hareketler esnasında ilk olarak dominant ele başvurma eğilimindedirler. Bu yüzden resesif el kullanımı oldukça düşüktür. Resesif el, baskın olan elin ters tarafta olanıdır. Maçlarda veya antrenmanlarda karşılaşılan resesif elin tercih edilmemesi ya da resesif elde başarılı olamama durumu üst düzey sporcularda dahi görülmektedir. Bu çalışmanın amacı, farklı düzeylerde olan 16-18 yaş grubu basketbolcularda dominant ve resesif elleri arasındaki reaksiyon süre farklılıklarının incelenmesidir.

Reaksiyon Zamanı

Reaksiyon zamanı, aniden ortaya çıkan ve öncellenmemiş olan bir sinyalin ulaşmasından, bu sinyale cevaba (davranım) kadar geçen sürenin miktarıdır. Uyarılar işitsel, görsel ve dokunsal olabilir (Çolakoğlu, 1993). Kasın bir uyarana karşı refleks (istem dışı) olarak tepki vermesidir.

Reaksiyon süresi, üst merkezlere ve sinir iletim ağı bu uyarıyı ne kadar vakitte ulaştırdığı ile ilgilidir. Fizyolojik tarafından baktığımızda reaksiyon süresi oluşumunun beş bölümü bulunmaktadır. Bunlar;

- Üst merkezlere uyarının iletilmesi.
- Kasın uyarılması sonucu harekete geçme durumu.
- Sinyalin kasa ulaşma aşaması.
- Sinirler aracılığıyla gönderilen uyarının, sinyal üretmesi.
- Uyarının meydana gelmesi şeklinde verilebilmektedir.

Reaksiyon Zamanı Çeşitleri

a- Basit Reaksiyon Zamanı

Bireyin bir uyarının karşısında yanıt üretme aşamasını içeren süredir. Örnek olarak, bilinen bir konumu işaretleme, gördüğün bir yeri işaretleme, işittiğin sese verilen yanıt vb. verilebilir. Merkezi sinir sisteminin tek bir uyarıya odaklanması sebebiyle çok hızlı yanıt oluşturabilmektedir. Antrenman veya çalışma yardımıyla basit reaksiyon zamanını tecrübe elde etmek, üstüne koymak oldukça zordur (Sevim, 2010). Yapılan çalışmalar incelendiğinde, Binboğa ve arkadaşlarının 2007'de yaptığı araştırmasında, reaksiyon süresinin şiddetinin fazla olması anlamlı olarak küçüldüğü

ve sıklık değişiminde anlamlı neticeler çıktığı şeklinde yorumlanmıştır (Binboğa ve ark. 2007).

b- Hatırlatma Reaksiyon Zamanı

Bireyin yanıt verip vermemesini şartlayan başka özellikteki uyarıları içermektedir. Kişi için ayırım yapma kümesi bulunmaktadır; ama yalnızca uygun olan bir uyarı ortaya çıkarılmalıdır. Örnek verecek olursak bir durumda tek bir çarenin faydalı olmasını anımsamak ve daha sonradan onu uygulamak gibi örnekler verilebilir.

c- Seçimsel Reaksiyon Zamanı

Kişi, kendisine gelen uyarana karşılık, tepkiyi doğru bir şekilde oluşturabilmelidir. Ancak önemli olan tek seferlik değil, her zaman aynı hızda aynı düğmeye basabilmektir. E-spor üzerinden gidilecek olursa, e-sporcunun kullanmak istediği becerisine karşılık gelen tuşa dokunması buna örnek olarak verilebilir.

Kosinski'nin 2006'da yaptığı çalışmasında üniversitelilerde ortalama reaksiyon süresinin, ışıklı uyarılarda 190ms (0.19 n); sesli uyarılarda 160ms (0.16sn) şeklinde olduğunu gözlemlemiştir. Yapılan bu çalışmada basit reaksiyon süresi, anımsatılan reaksiyon süresine kıyasla, kısa bulunurken, seçimsel reaksiyon süresinde ise diğer çalışmalara göre daha uzun sürede reaksiyon verildiği gözlemlenmiştir (Kosinski, 2006). Bu çalışmaların aksine yapılan başka bir çalışmada, tepki zamanının üç reaksiyon çeşidinde de aynı olduğunu gözlemlenmiş ve oluşabilecek farkların işlem aşamalarından kökenli olduğunu söylemişlerdir (Miller ve ark., 2001).

d- Kombine Reaksiyon Zamanı

Birden çok uyarının olduğu ve buna karşı bir yanıt oluşturulmasına verilen isimdir. Normal durumlarda merkezi sinir sisteminin yanıt verme süresi uzundur. Ancak bu süre, antrenmanlarla iyileştirilebilmektedir. Örnek olarak, bir takım savaşı durumunda destek rolünü üstlenen bir e-sporcunun, taşıyıcı rolünü üstlenen kişiyi koruyabilmesini sağlamak, iyi ve kaliteli bir antrenmanlarla %30-40 oranında iyileştirilebileceği yapılan çalışmalarda gözlemlenmiştir (Sevim, 2010).

Reaksiyon Zamanını Etkileyen Faktörler

Reaksiyon zamanını etkileyen birçok parametre bulunmaktadır.

- Yaş
- Cinsiyet
- Tekrar sayısı
- Uyarının Şiddeti

- Konsantre Olma
- Uyaran-Tepki Uyumu
- Seçeneklerin Sayısı
- Dikkat
- Önsezi
- Yükseklik
- Dominant El
- Isınma
- Zekâ
- Alkol
- Yetersiz Antrenman
- Yorgunluk
- Motivasyon
- Alışkanlık ve Tetikte Olma
- Obezite (Akay, 2018)

Dominant El ve Reaksiyon Zamanına Etkisi

İnsan beyninin iki yarı küresinde, beynin sol yarı küresi bedenın sağ tarafındaki duyuşal ve motorik işlevlerini kontrol ederken, sağ yarı küresi de bedenın sol tarafındaki duyuşal ve motorik işlevleri kontrol eder (Çemç, 2018). Bir insan her iki beyin küresini de iyi kullanabilir fakat bir taraf diğerk tarafa göre daha baskındır.

Vücudumuzun sağ ve sol taraf arasındaki farka veya bir fonksiyonun bir tarafta daha fazla olması durumuna lateralizasyon denir. Lateralizasyon, vücudun sol ya da sağ tarafında bulunan el, ayak, göz ve kulak gibi organlardan birinin kullanılma önceliğı veya tercihi olarak isimlendirilmektedir (Çemç, 2018). Lateralizasyonun kabaca anlaşılmasında el tercihinin belirlenmesi gerekmektedir. El dominansı ile hemisfer dominansı arasında, doğrudan bir ilişki vardır (Soysal, 2007). Böylece baskın olan beyin bölgesi saptanmış olur.

Bir elin diğerk elden belirgin bir şekilde beceri farklılığı göstermesi ya da yapılan iş esnasında daha rahat yapılması durumuna el dominansı denir. El dominantlığı; sağlaklık, solaklık ve her iki elini kullanabilme olarak görölmektedir. Tercih edilen el faaliyetler esnasında daha doğru ve daha hızlı bir şekilde gerçekleştirmelerine olanak sağlar. Arnet'e göre insanların %90'ının sağ eli, %10'unun ise sol eli baskındır (Tolunay, 2019).

El dominansı, basketbol ve hentbol gibi el ile oynanan spor branşlarında oldukça önemlidir. Sporcuların her iki ellerini de kullanabilme yeteneği bu tür branşlarda oldukça önemlidir. Branşlar içerisinde bulunan fırlatma, yakalama, yön değiştirme gibi hareketleri sporular genellikle baskın olan elleri ile yapma eğilimindedirler.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırma deneysel bir araştırma modeli olarak planlanmıştır.

Katılımcılar

Çalışmanın evrenini, İstanbul ilinde bulunan spor kulüplerinde basketbol sporu ile ilgilenen ve basketbol egzersiz modellerini uygulayabilen genç erkekler oluşturmuştur. Çalışmanın örneklem grubunu ise; elit, sub-elit ve amatör düzeylerde basketbol oynayan 16-18 yaş grubu 45 erkek (yaş, $16,60 \pm 1.34$ yıl; boy, $184 \pm 8,90$ cm; kilo $73,30 \pm 5,6$ kg) sporcudan oluşturulmuştur. Çalışma öncesinde katılımcılara araştırmanın olası riskleri ve detayları hakkında bilgi verilerek kendilerine ve ailelerine gönüllü rıza formu imzalatılmıştır. Araştırmaya dahil edilen basketbolcular için; hareketlerini kısıtlayıcı herhangi bir yaralanması, ortopedik engeli ve kronik hastalığı olmaması kriter olarak eklenmiştir. Ayrıca test gününden önce normal diyetlerine devam etmişlerdir. Alkol, kafein içeren besinler ve ergojenik yardımlardan uzak durmuşlardır.

Veri Toplama Yöntemi ve Araçları

Araştırmaya katılan basketbolcular, haftalık antrenman sayılarına göre Elit, Sub-elit ve Amatör olarak 3 farklı gruba ayrılmışlardır. Çalışmanın birinci aşamasında, çalışmaya katılan sporculardan, yaş, boy ve kilo gibi demografik bilgileri alınmıştır. Sporcuların test öncesi demografik bilgileri Tanita BC-730 baskül ve Fisco Şerit Metre ile hesaplanmıştır. Buna ek olarak sporcuların branşlarıyla ilgili sorular içeren bir form (spora uğraştıkları süre, haftalık antrenman süreleri) doldurulmuştur.

İkinci aşamada ise, sporcuların reaksiyon süreleri test edilmiştir. Katılımcıların reaksiyon süreleri akıllı cihazlar ile kontrol edilebilen, kablo-suz ışık kürelerinden oluşan Blazepod Flash Reflex Training™ Sistemi ile gerçekleştirilmiştir (Şekil 1). Test protokolü, 5 adet kablo-suz ışık küresinde bulunan uyaranlara karşı sporcuların verdiği reaksiyon temas sürelerini elde edecek şekilde planlanmıştır.



Şekil 1. Işıklı Reaksiyon Cihazı

Her bir sporcudan iki dominant el ve iki resesif el olmak üzere toplamda dört geçerli test sonucu alınmıştır. Teste giren sporcular, bir ellerin de basketbol topu varken diğer elleri ile 5 adet kukanın üstüne yerleştirilmiş olan kablosuz ışık kürelerine dokunmuştur. Küreler, kukaların üstüne sabit konumlandırılmıştır. Kukalar, belirlenen başlangıç noktasından 40cm aralıklarla ve merkezden 100cm aralıklarla yerleştirilmiştir (Şekil 2).



Şekil 2. Işıklı Reaksiyon Test Alanı

Test esnasında sporculardan, elleri temastan sonra merkeze dönme zorunluluğu istenmemiştir. Test esnasında sporcular basketbol toplarını durmadan sektirerek devam etmişlerdir, olası bir topun kaçması durumunda test durdurulmuş ve tekrardan başlatılmıştır. Sporcuların test es-

nasındaki top sektirme hızı doğal top sektirme hızları olarak planlanmıştır. Basketbol topunun sektirilmesi, sporcuların istediği rastgele seçtikleri ellerine göre yapılmıştır. Test sonunda her iki el için elde edilen veriler bilgisayar ortamına analiz için kaydedilmiştir.

Verilerin Analizi

Çalışmada elde edilen veriler, SPSS v.23.0 (SPSS Inc., Chicago, IL, USA) programı kullanılarak hesaplanmıştır. Tüm verilerin aritmetik ortalamaları ve standart sapmaları hesaplanmıştır. Verilerin normallik analizi Kolmogorov Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Normal dağılım gösterdiği belirlendikten sonra tüm grupların dominant el ve resesif el performanslarının analizi için Independent Simple T-test uygulanmıştır. Üç farklı grup arasındaki farklılıkların tespiti için ise varyans analizi uygulanmıştır. Anlamlı farklılıkların olduğu durumlarda ise ikili karşılaştırmalar T-testi ile belirlenmiştir. Çalışmada kullanılan istatistiksel analizler %95 güven aralığında 0.05 hata düzeylerinde gerçekleştirilmiştir.

Bulgular

Çalışmaya katılan tüm sporcuların tanımlayıcı istatistikleri Tablo 1'de verilmiştir. Buna göre, elit basketbolcuların sağ el ortalama reaksiyon süresi 582,30ms iken, sol el süresi 585,69 olarak kaydedilmiştir. Sub-elit basketbolcuların sağ el ortalama reaksiyon süresi 656,37ms iken, sol el süresi 662,31 olarak bulunmuştur. Amatör basketbolcuların ise sağ el ortalama reaksiyon süresi 780,00ms iken, sol el süresi 776,00 olarak tespit edilmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. Denek ve Kontrol Grubunun Ön ve Son Test Tanımlayıcı İstatistikleri

Gruplar		N	Min.	Max.	Arit.Ort.	Std.S
Elit	Sağ_Ortalama Reaksiyon Süresi (ms)	13	489,00	694,00	582,30	63,26
	Sol_Ortalama Reaksiyon Süresi (ms)	13	478,00	802,00	585,69	94,79
	Sağ_Toplam İsabet	13	40,00	56,00	47,84	4,89
	Sol_Toplam İsabet	13	33,00	57,00	47,76	7,02
Sub-elit	Sağ_Ortalama Reaksiyon Süresi (ms)	16	516,00	790,00	656,37	71,21
	Sol_Ortalama Reaksiyon Süresi (ms)	16	479,00	966,00	662,31	105,12
	Sağ_Toplam İsabet	16	35,00	52,00	42,00	4,81
	Sol_Toplam İsabet	16	27,00	49,00	41,18	5,58
Amatör	Sağ_Ortalama Reaksiyon Süresi (ms)	16	515,00	780,00	641,12	74,79
	Sol_Ortalama Reaksiyon Süresi (ms)	16	496,00	776,00	648,06	70,25
	Sağ_Toplam İsabet	16	36,00	53,00	43,37	4,97
	Sol_Toplam İsabet	16	36,00	55,00	42,50	4,84

Tablo 2. Tüm Grupların Dominant ve Resesif El Reaksiyon Sürelerinin Karşılaştırılması

	P değeri	Ortalama Fark	Standart Hata Farkı
Ort Reaksiyon Süresi	,759*	-5,55556	18,04315
Toplam Vuruş	,616*	,62222	1,23495

*p>0.05

Ölçümlere katılan tüm grupların dominant el ve resesif el reaksiyon süreleri karşılaştırmasına bakıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (p>0.05) (Tablo 2).

Tablo 3. Gruplararası Karşılaştırma Varyans Analizi Sonuçları

		Kareler Toplamı	df	Ortalama Kare	F	Sig.
Sağ_Ortalama Reaksiyon Zamanı	Gruplar Arasında	42670,842	2	21335,421	4,308	,020*
	Grup İçinde	208024,269	42	4952,959		
	Toplam	250695,111	44			
Sol_Ortalama Reaksiyon Zamanı	Gruplar Arasında	46271,300	2	23135,650	2,795	,072
	Grup İçinde	347633,144	42	8276,980		
	Toplam	393904,444	44			
Sağ_Toplam Vuruş	Gruplar Arasında	261,135	2	130,568	5,443	,008*
	Grup İçinde	1007,442	42	23,987		
	Toplam	1268,578	44			
Sol_Toplam Vuruş	Gruplar Arasında	338,366	2	169,183	5,030	,011*
	Grup İçinde	1412,745	42	33,637		
	Toplam	1751,111	44			

*p<0.05

Elit, Sub-elit ve Amatör gruplar arasındaki reaksiyon farkı karşılaştırılmıştır. Bu karşılaştırma gruplar arasında (Elit ve Sub-elit) (Elit ve Amatör) istatistiksel olarak anlamlı bir sonuç vermiştir (p<0.05) (Tablo 3).

Elit ve Sub-elit gruplarının dominant ve resesif el reaksiyon süreleri karşılaştırılmıştır. Bu gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (p<0.05) (Tablo 4).

Tablo 4. Elit ve Sub-elit Gruplar Arasında İkili Karşılaştırma T-test Analizi Sonuçları

		P değeri	Ortalama Fark	Standart Hata Farkı
Sağ_Ortalama Reaksiyon Süresi	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,007*	-74,06731	25,31487
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,006	-74,06731	24,99701
Sağ Toplam Vuruş	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,003*	5,84615	1,81179
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,003	5,84615	1,81499
Sol Ortalama Reaksiyon Süresi	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,050*	-76,62019	37,58697
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,049	-76,62019	37,17410
Sol Toplam Vuruş	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,009*	6,58173	2,34040
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,012	6,58173	2,39764

*p<0.05

Elit ve Amatör grupların dominant ve resesif el reaksiyon süreleri karşılaştırılmıştır. Bu gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir (p<0.05) (Tablo 5).

Tablo 5. Elit ve Amatör Gruplar Arasında İkili Karşılaştırma T-test Analizi Sonuçları

		P Değeri	Ortalama Fark	Standart Hata Farkı
Sağ_Ortalama Reaksiyon Hızı	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,033*	-58,81731	26,10303
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,030	-58,81731	25,64275
Sağ Toplam Vuruş	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,022*	4,47115	1,84533
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,022	4,47115	1,84205
Sol Ortalama Reaksiyon Hızı	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,050*	-62,37019	30,64627
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,061	-62,37019	31,61927
Sol Toplam Vuruş	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,024*	5,26923	2,20822
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,032	5,26923	2,29423

*p<0.05

Tablo 6. Sub-elit ve Amatör Gruplar Arasında İkili Karşılaştırma T-test Analizi Sonuçları

		P Değeri	Ortalama Fark	Standart Hata Farkı
Sağ_Ortalama Reaksiyon Hızı	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,559	15,25000	25,81953
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,559	15,25000	25,81953
Sağ Toplam Vuruş	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,433	-1,37500	1,73175
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,433	-1,37500	1,73175
Sol Ortalama Reaksiyon Hızı	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,655	14,25000	31,60923
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,656	14,25000	31,60923
Sol Toplam Vuruş	Eşit Varyanslar Varsayıldı	,483	-1,31250	1,84892
	Eşit varyanslar Varsayılmadı	,483	-1,31250	1,84892

*p>0.05

Sub-elit ve Amatör grupların dominant ve resesif el reaksiyon süreleri karşılaştırılmıştır. Bu gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir ($p>0.05$) (Tablo 6).

Tartışma ve Sonuç

Bu çalışmada basketbolcuların dominant ve resesif elleri arasındaki reaksiyon farkı, ışıklı reaksiyon sistemi ile değerlendirilmiştir. Literatüre bakıldığında basketbolcularda yapılan farklı reaksiyon tepsi sürelerine yönelik çalışmalar bulunmaktadır. Yapmış olduğumuz çalışma sonucunda tüm gruplar arası T-test sonuçlarına baktığımızda dominant el ve resesif el reaksiyon süreleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Gilles'in yaptığı çalışmada elde edilen verilerde dominant elin reaksiyonunun çok daha iyi olduğu gözlemlenmiştir (Gignac, 2004). Doğar ve ark. (2019)'nın çalışmasında el tercihlerine göre reaksiyon zamanlarının farklılık gösterdiği görülmüştür (Doğar, 2019). Çatıkkaş ve ark. yapmış oldukları çalışmada mücadele sporcuları arasında judocular hariç diğer bütün sporcuların sağ el ve sol el reaksiyon farkları arasında anlamlı bir fark olmadığını göstermişlerdir (Çatıkkaş, 2011).

Algısal beceriler, karmaşık bilişsel süreçlerde olduğu kadar etkili bir yanıt için bir uyarı tahmin etme ve ona tepki verme yeteneği için de önemlidir. Görsel sistemin çevreden bilgi edinmeye yardımcı olduğu ve uygun motor görevlerin yerine getirilmesinde temel teşkil ettiği ve sporcuların uygun motor becerileri yürütmek için çevreden başta görsel olmak üzere çok fazla bilgiyi hızlı bir şekilde toplamaları gerektiği bilinmektedir (Ergin ve Kartal, 2021). Özellikle basketbol gibi oyun akışının hızlı olduğu, hücum ve savunma takımlarının ikisi içinde pozisyonların hızlı gerçekleştiği bir branşta sporcu başta görsel olmak üzere birçok bilgiyi hızlı bir şekilde toplamalı ve sahaya aktarması gerekmektedir. Ani bir fastbreak (hızlı hücum) sırasında, ribaund mücadelesine kadar her bir pozisyon esnasında sporcu durumu analiz etmeli, görsel bilgiyi hızlı bir şekilde toplayıp harekete geçmelidir.

Fox ve arkadaşları yaptıkları çalışmada maç ve antrenman performansı yüksek olan sporcuların reaksiyon zamanlarının daha iyi olduğunu belirtmişlerdir (Fox ve ark., 1999). Bu çalışmada, elit gruplardaki sporculara bakıldığında maç ve antrenman performansının reaksiyon zamanına paralel olduğu görülmektedir. Yine, More ve arkadaşları yaptıkları çalışmada, maç ve antrenman performansı yüksek olan sporcuların reaksiyon zamanlarının diğer takım arkadaşlarına göre daha kısa olduğunu fakat aradaki bu farkın performans düzeyleriyle direkt olarak bağlantılı olmadığını söylemişlerdir (More ve ark.1992).

Dündar, reaksiyon süresinin yapılan antrenmanlarla 0.12ms kadar iyileşebileceğini belirtirken (Dündar, 1998), Bompa, reaksiyon zamanının

düzenli antrenmanlarla geliştirilebileceğini vurgulamıştır (Bompa, 1998). Yapmış olduğumuz çalışmada Elit grubun diğer gruplara göre daha fazla reaksiyon antrenmanı yapması sonucunda, istatistiksel olarak gözüktüğü üzere daha iyi reaksiyon zamanına sahip oldukları görülmüştür. Çolakoğlu ve arkadaşlarının da yapmış olduğu çalışmaya baktığımızda uzun süreli yapılan fiziksel antrenmanlar sonucunda reaksiyon zamanının iyileşebileceği görülmüştür. (Çolakoğlu,1993).

Sonuç olarak, sporcuların antrenman seviyelerine göre ve antrenman çeşitliliklerine göre dominant ve resesif elleri arasındaki reaksiyon zamanlarının farklılık gösterdiğiidir. Basketbol oyuncularının reaksiyon seviyelerinin iyileştirilmesine yönelik çalışmaların antrenman programlarına dahil edilmesi önerilmektedir.