

BİREYSEL VE TAKIM SPORCULARININ SPORDA İMGELEME DÜZEYLERİ

Ali Kerim YILMAZ¹, Menderes KABADAYI¹, M. Hakan MAYDA¹

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZET

Giriş: İmgeleme, herhangi bir fiili alıştırma yapılmaksızın, yalnızca planlı ve yoğun bir şekilde hayal ederek (zihinde canlandırarak) yeni bir hareketin öğrenilmesi ya da zaten bilinen bir hareketin mükemmelleştirilmesi sürecidir

Amaç: Araştırmanın amacı, bireysel ve takım sporcularıyla uğraşan sporcuların sporda imgeleme düzeylerini belirlemektir.

Yöntem: Araştırmaya Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesinde 2017-2018 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören ve aktif olarak bireysel veya takım sporları ile uğraşan 300 öğrenci (130 kadın, 17 erkek) gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formuna ek olarak sporcuların hayal etme düzeyini ölçmek için, Hall ve arkadaşlarının (1998) geliştirdiği sporda hayal etme envanteri kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel analizi SPSS 20.0 paket programı kullanılarak yapılmıştır.

Bulgular: Araştırmamız sonuçlarına göre yaş, cinsiyet, profesyonellik durumu ve spor yaşı değişkenleri bakımından istatistiksel açıdan anlamlı farklılıklara rastlanırken ($p<0,01$), diğer değişkenlerde herhangi bir farklılık tespit edilememiştir ($p>0,05$).

Sonuç: Sonuç olarak bireysel ve takım sporlarında imgeleme düzeylerinin farklılık göstermediği ancak sporcuların spor yapma sürelerinin ve profesyonel olma durumlarının imgeleme düzeylerine etki ettiğini görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sporda İmgeleme, Bireysel Sporcu, Takım Sporcu, Hayal Etme

KAYNAKLAR

1. İkizler, H. C. (1993). *Sporda Başarının Psikolojisi*. Alfa Basım Yayın.
2. İkizler, H. C. (1994). Sporda Başarının Psikolojisi,(2. Baskı). *Alfa Basım Yayın Dağıtım, İSTANBUL*, 7.
3. Erduğan, H., Aysel, V., Dural, B., Akgül, R., Balıkcı, Ö., Miçoçoğulları, C., & Akgül, F. (2009). A New Record For Caulerpa Mexicana Sonder Ex Küztzing From Eastern Mediterranean Coast Of Turkey. *Journal Of The Black Sea/Mediterranean Environment*, 15(1).
4. Kızıldağ, E., & Tiryaki, M. Ş. (2012). Sporda İmgeleme Envanterinin Türk Sporcular İçin Uyarlanması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 13-23.
5. Kolayış, H., İhsan, S. A. R. I., & Özge, K. Ö. L. E. Takım Sporlarıyla Uğraşan Kadın Sporcuların İmgeleme, Güdülenme Ve Kaygı Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.
6. Vurgun, N. (2010). Sporda İmgeleme Anketinin Türkçeye Uyarlanması Ve Sporda İmgelemenin Yarışma Kaygısı İle Sportif Güven Üzerindeki Etkisi.
7. ALDEMİR, Y. G., BİÇER, T., & KALE, E. K. (2014). FUTBOLCULARDA İMGELEME ÇALIŞMALARININ PROBLEM ÇÖZME ÜZERİNE ETKİSİ. *Spor Ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 5(2), 37-45.
8. KIZILDAĞ, E., & TIRYAKI, M. Ş. (2012). SPORDA İMGELEME ENVANTERİNİN TÜRK SPORCULAR İÇİN UYARLANMASI. *Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 13-23.
9. Kartal, Z., Güvendi, B., Türksoy, A., & Altıncı, E. E. Takım Sporcularının İmgeleme Kullanımları İle Başarı Motivasyonları Arasındaki İlişki. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 41-53.
10. Sarıkol, E., Öçalan, M., Öztürk, M.A. (2017). Türk Silahlı Kuvvetleri Bünyesinde Yer Alan Subay, Astsubay ve Uzman Erbaşların Fiziksel Aktivitelere Katılım Motivasyonlarının Belirlenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 14-30.