

Spor Bilimleri VI

Editör

Prof. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ



© Copyright 2024

Bu kitabın, basım, yayın ve satış hakları Akademisyen Kitabevi AŞ'ne aittir. Anılan kuruluşun izni alınmadan kitabın tümü ya da bölümleri mekanik, elektronik, fotokopi, manyetik kağıt ve/veya başka yöntemlerle çoğaltılamaz, basılamaz, dağıtılamaz. Tablo, şekil ve grafikler izin alınmadan, ticari amaçlı kullanılamaz. Bu kitap T.C. Kültür Bakanlığı bandrolü ile satılmaktadır.

ISBN	Sayfa ve Kapak Tasarımı
978-625-375-093-0	Akademisyen Dizgi Ünitesi
Kitap Adı	Yayıncı Sertifika No
Spor Bilimleri VI	47518
Editörler	Baskı ve Cilt
Zeynep Filiz DİNÇ ORCID iD:0000-0002-9034-8144	Vadi Matbaacılık
Yayın Koordinatörü	Bisac Code
Yasin DİLMEN	SPO000000
	DOI
	10.37609/akya.3302

Kütüphane Kimlik Kartı

Spor Bilimleri VI / ed. Zeynep Filiz Dinç.
Ankara : Akademisyen Yayınevi Kitabevi, 2024.
259 s. : şekil, tablo, grafik. ; 160x235 mm.
Kaynakça ve İndeks var.
ISBN 9786253750930

GENEL DAĞITIM

Akademisyen Kitabevi AŞ

Halk Sokak 5 / A Yenışehir / Ankara

Tel: 0312 431 16 33

siparis@akademisyen.com

www.akademisyen.com

ÖN SÖZ

Akademisyen Yayınevi yöneticileri, yaklaşık 35 yıllık yayın tecrübesini, kendi tüzel kişiliklerine aktararak uzun zamandan beri, ticarî faaliyetlerini sürdürmektedir. Anılan süre içinde, başta sağlık ve sosyal bilimler, kültürel ve sanatsal konular dahil 3100'ü aşkın kitabı yayımlamanın gururu içindedir. Uluslararası yayınevi olmanın alt yapısını tamamlayan Akademisyen, Türkçe ve yabancı dillerde yayın yapmanın yanında, küresel bir marka yaratmanın peşindedir.

Bilimsel ve düşünsel çalışmaların kalıcı belgeleri sayılan kitaplar, bilgi kayıt ortamı olarak yüzlerce yılın tanıklarındır. Matbaanın icadıyla varoluşunu sağlam temellere oturtan kitabın geleceği, her ne kadar yeni buluşların yörüngesine taşınmış olsa da, daha uzun süre hayatımızda yer edineceği muhakkaktır.

Akademisyen Yayınevi, kendi adını taşıyan “**Bilimsel Araştırmalar Kitabı**” serisiyle Türkçe ve İngilizce olarak, uluslararası nitelik ve nicelikte, kitap yayımlama sürecini başlatmış bulunmaktadır. Her yıl mart ve eylül aylarında gerçekleşecek olan yayımlama süreci, tematik alt başlıklarla devam edecektir. Bu süreci destekleyen tüm hocalarımıza ve arka planda yer alan herkese teşekkür borçluyuz.

Akademisyen Yayınevi A.Ş.

İÇİNDEKİLER

Bölüm 1	10-14 Yaş Grubu Tenisçilerde Life Kinetik Egzersizlerinin Bilişsel ve Motorsal Beceriler Üzerindeki Etkilerinin İncelenmesi (Adana İli Örneği)	1
	<i>Bilgihan BÜYÜKTAŞ</i> <i>Zeynep Filiz DİNÇ</i> <i>Cenab TÜRKERİ</i>	
Bölüm 2	TFF Bölgesel Amatör Lig Futbolcularında Covid-19'a Yakalanma Kaygısının Psikolojik Faktörlere Etkisi.....	31
	<i>Yeliz ERATLI ŞİRİN</i> <i>Oğuz Kaan URUÇ</i>	
Bölüm 3	Sportif Zihinsel Performans.....	51
	<i>Mehmet TOKGÖZ</i>	
Bölüm 4	Öğrenme Güçlüğü Olan Tourette Sendromlu Bireylerde Sporun Etkisi	63
	<i>Nafise Ekin KIZILDAĞ</i> <i>Emire ÖZKATAR KAYA</i>	
Bölüm 5	Üniversite Öğrencilerinin Duygusal Yeme ve Brunel Ruh Halinin İncelenmesi:sağlık Bilimleri Üniversitesi Örneği	71
	<i>Yeliz YOL PEHLİVAN</i> <i>Esra AYDEMİR AMAN</i>	
Bölüm 6	Spor Bilimleri Öğrencilerinin Beğenilme Arzusu ve Beslenme Davranışlarının İncelenmesi	89
	<i>Esra AYDEMİR AMAN</i> <i>Yeliz YOL PEHLİVAN</i>	
Bölüm 7	Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin İncelenmesi (İstanbul İli Örneği).....	107
	<i>Erdal BAL</i> <i>Çiğdem BULGAN ERCİN</i>	
Bölüm 8	İstanbul İlinde Üniversite Okuyan Öğrencilerde Sosyal Medya Bağımlılığı ile Spora Karşı Tutum Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	119
	<i>Çiğdem BULGAN ERCİN</i> <i>Erdal BAL</i>	
Bölüm 9	Amatör Futbolcularda Antrenör-Sporcu İlişkisi Duygusal Kötü Muameleme ve Sporda Sürekli Kendine Güven Düzeyinin Belirlenmesi	135
	<i>Nedim MALKOÇ</i> <i>Mustafa BAŞ</i>	

İçindekiler

Bölüm 10	Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinin Durumluk Sınav Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi.....	159
	<i>Nedim MALKOÇ</i>	
	<i>Mustafa BAŞ</i>	
Bölüm 11	Tarihsel Perspektif Yönüyle Türklerde Beden Eğitimi ve Spor	175
	<i>Ahmet İSLAM</i>	
Bölüm 12	Dijital Çağda Spor Yönetimi: Teknoloji, İnovasyon ve Dijital Dönüşüm	189
	<i>Uğur ÖZER</i>	
Bölüm 13	Elit Ritmik Cimnastik Hakemlerinin Stresle Başa Çıkma Durumları ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri.....	205
	<i>Banu Nurdan ÖZSU</i>	
	<i>Zeynep Filiz DİNÇ</i>	
Bölüm 14	Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Örgüt Kültürü Algılamaları.....	223
	<i>Burhan PARSAK</i>	
	<i>F. Pervin BİLİR</i>	
Bölüm 15	Olimpiyat Oyunları ve Yapay Zekâ	235
	<i>Uğur ÖZER</i>	

YAZARLAR

Arş. Gör. Esra AYDEMİR AMAN

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD

Doç. Dr. Erdal BAL

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD

Arş. Gör. Mustafa BAŞ

İstanbul Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD

Prof. Dr. F. Pervin BİLİR

Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Yönetim Bilimleri AD

Bilgihan BÜYÜKTAŞ

Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Prof. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ

Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Sporda Psikososyal Alanlar AD

Doç. Dr. Çiğdem BULGAN ERCİN

Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD

Doç. Dr. Ahmet İSLAM

Ordu Üniversitesi Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu

Doç. Dr. Emire ÖZKATAR KAYA

Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Rekreasyon AD

Nafiye Ekin KIZILDAĞ

Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor AD

Doç. Dr. Nedim MALKOÇ

İstanbul Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD

Doç. Dr. Uğur ÖZER

Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Spor Yönetimi Programı, Spor Yöneticiliği AD

Öğr. Gör. Banu Nurdan ÖZSU

Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Sporda Psikososyal Alanlar AD

Burhan PARSAK

Doktora Öğrencisi Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Dr. Öğr. Üyesi Yeliz YOL PEHLİVAN

İstanbul Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Spor Bilimleri AD

Doç. Dr. Yeliz ERATLI ŞİRİN

Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği, Spor Yönetim Bilimleri AD

Yazarlar

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet TOKGÖZ

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi
Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri AD

Doç. Dr. Cenab TÜRKERİ

Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,
Hareket ve Antrenman Bilimleri AD

Oğuz Kaan URUÇ

Bölüm 1

10-14 YAŞ GRUBU TENİŞÇİLERDE LİFE KİNETİK EGZERSİZLERİNİN BİLİŞSEL VE MOTORSA BECERİLER ÜZERİNDEKİ ETKİLERİNİN İNCELENMESİ (ADANA İLİ ÖRNEĞİ)

**Bilgihan BÜYÜKTAŞ¹
Zeynep Filiz DİNÇ²
Cenab TÜRKERİ³**

GİRİŞ

Bugün yapılan çoğu çalışmada spor bilimciler, spor hekimleri ve eğitimciler koordine bir şekilde yaptıkları araştırmalarda daha başarılı sporcular yetiştirebilmeyi ve bu yetiştirdikleri sporcuların en az efor ile mevcut performansını çıkarabilecekleri en yüksek seviyeye çıkarmayı hedeflemektedirler (Karagöz, 2008). Genellikle yontemsiz etkinlikler rastlantısal sonuçlar getirir. Bu nedenle başarıya ulaşmak için etkili yöntemler belirlenmelidir. Mevcut sporcu grubuna hitap eden en elverişli ve başarı oranının yüksek olduğu bir yöntemde karar kılınıp uygulandığında varılmak istenen hedefe diğer yöntemlere nazaran oldukça az bir zamanda ulaşılması mümkündür (Ünlü & Aydos, 2007).

Tenis; dayanıklılık, kuvvet, sürat, hareketlilik ve becerinin yoğun bir şekilde kullanıldığı bir spor dalıdır. Bunun bir sonucu olarak tenis ile alakalı konuları öğretme esnasında hazır bulunan ve daha önce edinilmiş olan becerilerin, daha önce tanınmayan ve öğrenimi gerçekleşmesi istenilen beceriye aktarımı negatif veya pozitif yönde bir sonuç almaya sebep olabilir. Bu evrede beceri edinimine etkisi olan transfer, psikolojik faktörler, bireysel farklılıklar, eğitim yöntemi ve tekrar sayısı gibi birçok faktör vardır (Ölçücü & ark. 2007).

* Bu çalışma bir yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

¹ Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, bilgihanbykts10@gmail.com,
ORCID iD: 0000-0002-6816-7275

² Prof. Dr., Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Sporda
Psikososyal Alanlar AD, zdinc@cu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-9034-8144

³ Doç. Dr., Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Çukurova
Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri AD
cturkeri@cu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0003-4850-9810

KAYNAKÇA

- Brickenkamp, R. (1962) Test d2: Aufmerksamkeits-Belastungs-Test.
- Buraczewski, T., Cicirko, L. & Ciupińska, A. (2016) The effectiveness of coordination training of female football players coordination abilities in physical education. In *Coordination Abilities in Physical Education, Sports and Rehabilitation* (Ed., T. Niznikowski, J. Sadowski, W. Starosta), p. 43-55. Poland: International Association of Sport Kinetics Library Series.
- Buraczewski, T., Cicirko, L., and Ciupińska, A. (2016) The effectiveness of coordination training of female football players. *Coordination Abilities in Physical Education, Sports and Rehabilitation*, 39, 43-55.
- Cakir, B. A., Turkkan, M., & Ozer, O. (2020) Effects of Adding Cognitive Motor Coordination Exercise to Soccer Training vs. Soccer Training Alone on Physical Fitness of Pre-pubescent Boys. *International Journal of Applied Exercise Physiology*, 9(6), 234-242.
- Chalmers, P. N., Wimmer, M. A., Verma, N. N., Cole, B. J., Romeo, A. A., Cvetanovich, G. L., & Pearl, M. L. (2017) The relationship between pitching mechanics and injury: a review of current concepts. *Sports Health*, 9(3), 216-221.
- Çoban M. *Life Kinetik: Entegre Edilmiş Multimodel Bilişsel Ve Tüm Beden Motor Koordinasyon Antrenmanının Bazı Motor Ve Psikolojik Parametrelere Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Akdeniz Üniversitesi. Antalya. 2019.
- Demirakca, T., Cardinale, V., Dehn, S., Ruf, M., & Ende, G. (2016) The exercising brain: changes in functional connectivity induced by an integrated multimodal cognitive and whole-body coordination training. *Neural plasticity*, 1-11. <http://dx.doi.org/10.1155/2016/8240894>.
- Genç, S. (2019) Taekwondo Sporcularında (11-14) Yapılan 8 Haftalık Life Kinetik Antrenmanlarının Reaksiyon Süresi Ve Anaerobik Güce Etkisi. Dokuz Eylül Üniversitesi. İzmir.
- Gibson, A. L., Wagner, D., & Heyward, V. (2018) *Advanced Fitness Assessment and Exercise Prescription*, 8E. Human kinetics.
- Hamzei, F., Glauche, V., Schwarzwald, R. ve May, A., (2012) Dynamic gray matter changes within cortex and striatum after short motor skill training are associated with their increased functional interaction, *NeuroImage* 59, 3364– 3372
- Henryk D. (2015) Application Of Life Kinetik In The Process Of Teaching Technical Activities To Young Football Players. *J Kinesiol Exerc Sci*.71(25):53–63.
- Kasap, Ö. Y., & Tunga, M. A. (2017) A polynomial modeling based algorithm in top-N recommendation. *Expert Systems with Applications*, 79, 313-321.
- Karagöz Ş., (2008) 8-10 Yaş arası çocuklarda 12 haftalık tenis antrenmanlarının görsel ve eğitsel reaksiyon zamanına etkisinin incelenmesi. Afyon Kocatepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Afyon,
- Kim, Y., Lee, J. M., Wellsandt, E., & Rosen, A. B. (2020). Comparison of shoulder range of motion, strength, and upper quarter dynamic balance between NCAA division I overhead athletes with and without a history of shoulder injury. *Physical Therapy in Sport*, 42, 53-60.
- Komarudin, K., Nurcahya, Y., Nurmansyah, P., & Kusumah, W. (2020) The Influence of Life Kinetic Training Method and Motor Educability on Improvement of Football Playing Performance. In *4th International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2019)*, February; (pp. 276-279). Atlantis Press.

- Korkmaz, B. (2000) *Pediyatrik Davranış Nörolojisi*. İstanbul: Cerrah Paşa Tıp Fakültesi Yayınları, No: 230.
- Lutz, H. (2010) *Fussball spielen mit life kinetik*. Münih, Blv bucoverlag gmbh co.kg,; 1-143
- Lutz, H. (2011) *LK&wetenschappelijk onderzoek research en samenstelling 1-8*, Germany.
- Lutz, H. (2014) *Summary of Scientific References By Horst Lutz*. November, 2014a; 1-11
- Moreau, D. (2012) *The role of motor processes in three-dimensional mental rotation: Shaping cognitive processing via sensorimotor experience*. *Learning and Individual Differences*, 22, 354-359.
- Mugan G. (2019) *12 Haftalık Life Kinetik Antrenmanlarının 12-14 Yaş Eskrimcilerde Hamle Hareketi Hızı Ve Bazı Kinematik Parametrelere Etkileri.. Yüksek Lisans Tezi*. Gazi Üniversitesi. Ankara.
- Naglieri, JA., DAS, JP. (1997) *Cognitive Assessment System Interpretive Handbook*. Riverside Publishing. Itasca, Illinois.
- Ölçücü, B., Cenikli, A., Ağaoğlu, Y. S., & Erzurumluoğlu, A. (2007) *10-14 Yaş çocuklarda tenis becerisinin gelişimine etki eden faktörlerin değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi, CÜ Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas,.
- Özbay, S., Ulupınar, S., & Özkara, A. B. (2018) *Sporda Çeviklik Performansı*. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 97-112.
- Panse, R., Deshpande, M., Yeole, U., & Pawar, P. (2018) *Effect of brain gym® exercises on balance and risk of fall in patients with diabetic neuropathy*. *International Journal of Science & Healthcare Research*, 3(4), 257-262.
- Peker, A.T. (2014) *Life kinetik antrenmanlarının koordinatif yetenekler üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Peker, A.T., ve Taşkın, H. (2016) *The effect of LK trainings on coordinative abilities*. 27th Proceedings of International Academic Conferences 5306946, 20 Oct., International Institute of Social and Economic Sciences. ISBN 978-80-87927-29-8.
- Penka G., Loschan S., Linder M., Dieterle P. (2009) *Projektbericht Life Kinetik – Gehirnt raining durch Bewegung*, Universität der Bundeswehr München, Fakultät für Pädagogik, Institut für Sportwissenschaft und Sport (unveröffentlicht).
- Pietsch, S., Böttcher, C. & Jansen, P. (2017) *Cognitive motor coordination training improves mental rotation performance in primary school-aged children*. *Mind, Brain and Education*, 11(4),176-180.
- Rehab, H. (2017) *Effect Of Brain Gym On Manipulating Skills And Balance For Beginners In Rhythmic Gymnastics*. *Ovidius University Annals, Series Physical Education & Sport/Science, Movement & Health*, 17(1).
- Sadowski, J., Wołosz, P., Zieliński, J., Niżnikowski, T. and Buszta, M. (2014) *Structure of coordination motor abilities in male basketball players at different levels of competition*. *Poland Journal of Sport Tourism*, 21, 234-239.
- Serin, E. (2015) *Anaerobik dayanıklılık ile dikey sıçrama arasındaki ilişki* (Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Traute, D., Cardinale, V., Dehn, S., Ruf, M. ve Ende, G. (2015) *The exercising brain: changes in functional connectivity induced by an integrated multimodal cognitive and whole-body coordination training*. *Neural Plasticity*, 1, 6-12.
- Türkeri, C., Büyüktaş, B., & Öztürk, B. (2020) *Alt Ekstremit ve Kalça Merkezi Sabit Tutularak Uygulanan Üst Ekstremit Y Dinamik Denge Testi Güvenirlik Çalışması*. *Spor Bilimleri Dergisi*, 31(2), 45-53.

Spor Bilimleri VI

- Türkeri, C., Büyüktaş, B., & Öztür, B. (2020) Alt Ekstremitte Y Dinamik Denge Testi Güvenirlik Çalışması. *Electronic Turkish Studies*, 15(2).
- Us youth soccer, WS. (2017) perform Better With Life Kinetik. Life kinetik presentation nscaa convention, Los Angeles,
- Ünlü, H. ve Aydos, L. (2007) İlköğretim okullarında görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin kullandıkları öğretim yöntemler. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 1(1), 41
- Vural, M.U. Life kinetik antrenmanının genç erkek basketbolcularda denge, reaksiyon süresi ve dikkat üzerine etkisi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor
- Yıldız, S., Gelen, E., Sert, V., Akyüz, M., Taş, M., Bakıcı, D., & Çırak, E. (2018) Çocuk Tenisçilerde patlayıcı kuvvet ile sürat arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(3), 64-67.
- Yıldız, M., Hamdi, A. T. İ. K., Baysal, A., Keleş, G., Kayan, Ö., & Tekin, D. (2017) Kort tenisi ve takım sporlarında sıçrama ile çeviklik ilişkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 8(3), 175-182.

Bölüm 2

TFF BÖLGESEL AMATÖR LİG FUTBOLCULARINDA COVID-19'A YAKALANMA KAYGISININ PSİKOLOJİK FAKTÖRLERE ETKİSİ

**Yeliz ERATLI ŞİRİN¹
Oğuz Kaan URUÇ²**

GİRİŞ

2019 yılı aralık ayında Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan Covid-19 salgını kısa sürede tüm dünyayı etkisi altına almış ve 11 Mart 2020'de Dünya Sağlık Örgütüncü küresel pandemi olarak ilan edilmiştir (Can, 2020). Covid-19 pek çok sektörü etkilediği gibi spor camiasını ve sporcuları da etkilemiştir (Şirin & ark., 2020). Bu etki spor yöneticilerine yeni ve yaratıcı iş teklifleri hakkında düşünceleri için ilham verirken diğer taraftan sporcuları, sahalardan uzak kalması ve salgının doğurduğu panik ve belirsizlik nedeniyle olumsuz etkilemiştir (Metin & Özoruç, 2024). Salgın nedeniyle sporcuların kaygı yaşadıkları anlaşılmaktadır (Şenel, 2021). Futbolun her kademesinde performans ve başarı birbiriyle ilişkili önemli kavramlar olarak kabul edilmekle beraber, salgın nedeniyle sporcuların yaşadıkları bu kaygı onların zihinsel dayanıklılıklarını, başarı güdülerini ve geleceğe ilişkin algılarını etkileyebilecek niteliktedir (Metin & Şirin, 2022).

Bu çalışmada sporcuların Covid-19 yakalanma kaygılarının gelecek kaygıları, motivasyonları, zihinsel dayanıklılıkları üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırmada ayrıca sporcuların Covid-19 yakalanma kaygılarının, gelecek kaygılarının, motivasyonlarının, zihinsel dayanıklılıklarının onların medeni durum, eğitim düzeyi, yaş, gelir düzeyi, spor tecrübesi, oynanan pozisyona göre farklılaşıp farklılaşmadığı da araştırılmıştır.

* Bu çalışma yazarların "TFF Bölgesel Amatör Lig Futbolcularında Covid-19'a Yakalanma Kaygısının Motivasyon, Gelecek Kaygısı ve Zihinsel Dayanıklılık Üzerine Etkisi" başlıklı Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalında yapılan Yüksek Lisans Tezinden üretilmiştir.

¹ Doç. Dr., Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği, Spor Yönetim Bilimleri AD, yelizsirin75@gmail.com, ORCID iD: 0000-0002-6143-1133

² Oguzkaan07@hotmail.com, ORCID iD: 0009-0000-0938-7908

destek alma tutumlarının gelir durumuna göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı bulunmuştur (Yıldız, 2022). Çetinkayalı ve ark. dijital spor oyunlarına katılan 301 spor bilimleri öğrencisinin motivasyon düzeylerini incelediği araştırmasında sporcuların motivasyonlarının gelir düzeyine göre anlamlı biçimde değişmediği bulunmuştur (Çetinkayalı & ark., 2023).

Araştırmadan elde edilen sonuçlar Covid-19 yakalanma kaygısının sporcuların gelecek kaygısıyla pozitif yönlü bir biçimde ilişkisi olduğunu ve sporcuların gelecek kaygısının Covid-19 yakalanma kaygısının anlamlı bir yordayıcısı olduğunu göstermiştir. Sporcuların Covid-19 yakalanma kaygısı ile zihinsel dayanıklılıkları ve başarıma güduları arasında ise anlamlı bir ilişkinin varlığı tespit edilmemiştir. Sporcuların Covid-19 yakalanma kaygısının medeni duruma, eğitim düzeyine ve aylık gelire göre farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Sporcuların gelecek kaygısının medeni duruma, eğitim düzeyine ve yaşa değiştiği belirlenmiştir. Diğer taraftan sporcuların zihinsel dayanıklılığının ve başarıma güdüsünün demografik özelliklere göre anlamlı bir biçimde farklılaşmadığı saptanmıştır. Bu araştırma Covid-19 yakalanma kaygısı, gelecek kaygısı, zihinsel dayanıklılık ve başarıma güdüsü değişkenlerinin arasındaki ilişkiyi incelemiş ve literatüre değerli bir katkı sunmuştur. Bu araştırma bulguları sporcuların kaygı düzeyini azaltmak ve performanslarını artırmak üzere değerlendirilmelidir.

KAYNAKÇA

- Altıntaş A, Bayar Koruç P. Sporda zihinsel dayanıklılık envanteri'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesi (SZDE). *Spor Bilimleri Dergisi*, 2016, 27(4), 163-171. <https://doi.org/10.17644/sbd.311985>
- Arslan PL. Çalışanların motivasyonu (Serik Devlet Hastanesi Örneği). Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Ana Bilim Dalı Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi, İstanbul, 2013.
- Bozkurt A. Motivasyon ve verimlilik ilişkisi sağlık kurumlarında bir uygulama: (Kahta Devlet Hastanesi örneği). Yüksek Lisans Tezi, Türk Hava Kurumu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Anabilim Dalı İşletme Programı, Adıyaman, 2014.
- Can E. Coronavirus (Covid-19) pandemisi ve pedagojik yansımaları: Türkiye'de açık ve uzaktan eğitim uygulamaları. *Açık Öğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 2020, 6(2), 11-53.
- Chagla Z, Hota S, Khan S, Mertz D. International Hospital and Community Epidemiology Group. Re: It Is Time to Address Airborne Transmission of COVID-19. *Clinical Infectious Diseases: an official publication of the Infectious Diseases Society of America*, 2021, 73(11), e3981– e3982. <https://doi.org/10.1093/cid/ciaa1118>
- Cüceloğlu D. (2008). *İnsan ve davranışı*, (17.Basım) İstanbul: Remzi Yayıncılık.
- Çınargür HE, Erturan G. Altyapı futbol oyuncularının mevkilerine göre problem çözme, dikkat ve motivasyon düzeylerinin incelenmesi. *Spor metre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2023, 21(3), 117-134. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1255645>

- Çetinkayalı G. Karacan Doğan P, Ceyhan S, Akgül MN. Dijital Spor Oyunlarına Katılan Spor Bilimleri Öğrencilerinin Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2023, 2(2), 139-154.
- Dede YE. Elit güreşçilerin zihinsel dayanıklılıklarının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Eğitimi Yüksek Lisans Programı, Aydın, 2019.
- Dinç, Z.F. Relationship Between Achievement Goal Orientation and Physical Self-perception among Students Attending Physical Education Teaching. *World Applied Sciences Journal*, 2010, 11(6), 662-6
- Dinç, Z.F. Social Self Efficacy of Adolescents Who Participate in Individual and Team Sports Social Behavior and Personality. *Social Behavior and Personality*, 2011, 39(1), 1417-1424.68.
- Eser H. (2022). *Türkiye ampute futbol süper liginde oynayan sporcuların zihinsel dayanıklılık ve başarı motivasyonu*. Ankara: İKSAD Yayıncılık.
- Karakuzu A. Sağlık çalışanlarında motivasyon ve motivasyonu etkileyen faktörler (Kırklareli ili örneği). Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Ana Bilim Dalı Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi, İstanbul, 2013.
- Kuru E. (2000). *Sporda psikoloji*. Ankara: Gazi Üniversitesi iletişim Fakültesi Basımevi.
- Malina R, Figueiredo A, Coelho E. Body size of male youth soccer players: 1978-2015. *Sports Medicine*, 2017, 47(10); 1983-92.
- Metin M. Eratlı Şirin Y. (2022). *Spor Zekâsı ve Bileşenlerine Kavramsal Bir Bakış*. Ankara: Gazi Kitapevi.
- Metin, M., & Eratlı Şirin, Y. Jóvenes atletas de liderazgo y percepciones de comunicación efectiva: el caso de la 3ra liga de la Federación Turca de Fútbol. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 2022, 8(3), 348-369. <https://doi.org/10.17979/sportis.2022.8.3.8975>
- Metin M. Özoruç S. (2024). *Sporda Teknolojik Değişim: Dijital Çağın Sporla Buluşması*, Spor & Bilim 2024-I, İstanbul: Efe akademi Yayınları.
- Öztürk B. Covid-19'la yaşamak: *Covid-19 Korkusunu etkileyen faktörler*. Yüksek lisans Tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın, 2022.
- Sarı İ, Sağ S, Pınar Demir A. Sporda zihinsel dayanıklılık: Taekwondo sporcularında bir inceleme, *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2020, 22(4), 131-147.
- Sarkar M, Fletcher D. Psychological resilience in sport performers: a review of stressors and protective factors. *Journal of Sports Sciences*, 2014, 32(15), 1419-1434.
- Sheard M, Golby J, Van Wersch A. Progress towards construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 2009, 25, 186-193.
- Şahinler Y, Ulukan M. Covid-19 sürecinde fiziksel aktivite yapan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi, *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2020, (3)1, 171-184. <https://doi.org/10.38021/asbid.748273>
- Şenel E. *Profesyonel voleybol oyuncularında yeni tip koronavirüse (Covid-19) yakalanma kaygısı ile zihinsel dayanıklılık arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Yüksek lisans tezi, Ordu Üniversitesi, Sağlık bilimleri Enstitüsü, Ordu, 2021.
- Şirin T, Eratlı Sırın Y, Can B, Uruç O. Digital burnout and perceptive failure: The example of physical education teachers during the COVID-19 pandemic. *Baltic Journal of Health And Physical Activity*, 2022,14(1),

- Şirin T, Eratlı Şirin Y, and Aydın Ö. Investigation Effects of Self-Efficacy Levels of Athletes Students on Academic Achievement by Logistic Regression,” *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 2023, 6(1), 64-77.
- Şirin T. The effect of plyometric training on competition period muscle damage in amateur footballers. *Physical Education of Students*, 2022, 26(1),27-34.
- Şirin T., Eratlı Şirin Y., Metin M. «Kriz Zamanlarında Spor Örgüt Yönetimi: Covid-19 Örneği,» *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, vol.3, no.2, pp.331-345, 2020, <https://doi.org/10.38021/asbid.834009>
- Tekkurşun G, Cicioğlu H, İlhan E. Anxiety of catching the novel coronavirus (Covid-19) scale (ACNCS): Validity and reliability study. *Journal of Human Sciences*, 2020, 17(2), 458-468.
- Tellioğlu S. İş güvencesizliğinin gelecek kaygısı üzerindeki etkisi: turizm sektörü çalışanlarına yönelik bir araştırma. *Safran Kültür ve Turizm Araştırmaları Dergisi*, 2021, 4(1): 41-56.
- Tusaie K, Dyer J. Resilience: A historical review of the construct. *Holistic Nursing Practice*, 2004, 18(1), 3-10.
- Yıldız E. *Elit sporcuların yeni tip koronavirüse (Covid-19) yakalanma kaygısı ile psikolojik destek almaya ilişkin tutum düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, On dokuz Mayıs Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Spor Yöneticiliği Ana Bilim Dalı, Samsun, 2022.
- Yıldız SA. Aerobik ve anaerobik kapasitenin anlamı nedir. *Solunum dergisi*, 2012, 14(1), 1-8.
- Yıldız Y. *Bedensel engelli yüzücülerin yeni tip korona virüse yakalanma kaygılarının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, 2021.
- Yılmaz O. *Stresin performans üzerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Isparta, 2006.
- Zaleski Z, Sobol-Kwapinska M, Przepiorka A, Meisner M. Development and validation of the Dark Future scale. *Time & Society*, 2019, 28(1), 107-123.
- Willis J. Three Scales to Measure Competition-Related Motives in Sports. *Journal of Sport Psychology*, 1982, (4), 338-353.

Bölüm 3

SPORTİF ZİHİNSEL PERFORMANS

Mehmet TOKGÖZ¹

1.SPORTİF ZİHİNSEL PERFORMANSLA İLGİLİ KURAMSAL ÇERÇEVE

Sporcuların performanslarını geliştirebilmeleri için, fiziksel ve motor becerilerinin yanı sıra psikolojik açıdan da gelişim göstermeleri önemlidir (Singh, 2021; Akarçeşme & ark., 2004). Sporda zirve performansı elde edebilmekte ki zorlukların yanında rekabet olgusunun da günden güne artması; performansçıları fizyolojik ve fiziksel açıdan etkilemenin yanı sıra psikolojik yönden de tehdit etmektedir. (Yarayan & İlhan, 2018). Spor olgusu somut yönleriyle fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin yanı sıra soyut açıdan da zihinsel süreçler olan sosyal ve psikolojik parametreleri bünyesinde barındıran kavram olarak karşımıza çıkmaktadır. Spor ortamları da özellikle antrenman müsabaka boyutunda zorlu psikolojik ve zihinsel süreçleri (stres, motivasyon, yetersiz konsantrasyon, dikkat eksikliği vb.) içerebilmektedir. Alan yazını ile ilgili araştırmalara bakıldığında; Adling, RB (2017) sporcuların zihinsel verimliliğinin atletik performanslarıyla yakından ilişkili olduğunu, Altıntaş & Akalan, (2008) ise performansçıların zihinsel dayanıklılık seviyelerini geliştirmeleri gerektiğini ve zihinsel antrenmanları; sporculara olumlu katkıda bulunması ve fiziksel antrenmanlarla birlikte uygulamaya dâhil edilmesi açısından son zamanlarda en çok araştırılan psikolojik kavramlar arasında yer almaktadır şeklinde ifade etmiştir. Sporda kupa ve madalya boyutunda başarıyı elde edebilmek, fiziksel performansı zirveye çıkarabilmek gün geçtikçe daha zor bir hal almaktadır. Gelişen teknoloji ve bilim fizyolojik fiziksel performansı en üst noktaya getirmekle beraber kazanmak ve kaybetmek arasında ki performans çizgisi gün geçtikçe azalmaktadır.

Alan yazınına incelendiğinde; spor performans uzmanları, antrenörler, teknik adamlar, kondisyonerler sürekli optimum fiziksel performans verimliliği için zihinsel performans unsurlarını kullanırken, McHenry, Beasley, Zakrajsek,

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Hareket ve Antrenman Bilimleri AD, mtokgoz@mehmetakif.edu.tr ORCID iD: 0000-0002-0676-631X

kritik rolünü vurgulamaktadır. Ayrıca, duygusal durumların etkili bir şekilde yönetilmesi, sporcuların motivasyonunu artırabilir, stresle başa çıkmalarına destek olabilir ve genel performanslarını olumlu bir şekilde etkileyebilir. Bu bağlamda, antrenman programları yalnızca fiziksel becerileri geliştirmekle sınırlı kalmamalı; aynı zamanda bilişsel ve duygusal durumların optimal seviyede tutulmasını hedeflemelidir. Bu bütünsel yaklaşım, sporcuların hem zihinsel hem de duygusal açıdan en iyi duruma gelmelerine katkıda bulunarak maksimum performans elde etmelerine yardımcı olabilir.

Bu çalışma, spor performansının sadece fiziksel becerilerle değil, aynı zamanda zihinsel faktörlerle de doğrudan ilişkili olduğunu vurgulamaktadır. Elde edilen bulgular, sporcuların başarılarını belirleyen etkenler arasında zihinsel performansın önemli bir rol oynadığını göstermektedir. Zihinsel dayanıklılık, odaklanma yeteneği, stres yönetimi ve motivasyon gibi zihinsel beceriler, sporcuların rekabet ortamında üstün bir performans sergilemelerine katkı sağlamaktadır.

Özellikle, sporcuların baskı altında kalmaları ve belirli koşullar altında en iyi performanslarını sergilemeleri gereken rekabetçi atmosferde, zihinsel performansın değeri daha da önem kazanmaktadır. Bu bağlamda, spor psikolojisi alanındaki çalışmaların ve antrenman programlarının zihinsel becerileri geliştirmeye odaklanması, sporcuların potansiyellerini maksimize etmelerine yardımcı olabilir.

Yürütülen bu çalışma, literatür taraması sonucunda antrenörlerin ve spor psikologlarının sadece fiziksel eğitimle değil, aynı zamanda sporcuların zihinsel sağlığını güçlendirmeye yönelik stratejiler geliştirmelerinin önemini vurgulamaktadır. Bu çerçevede, sporda başarıyı etkileyen unsurların tamamlayıcı bir şekilde ele alınması, sporcuların kapsamlı bir gelişimine ve sürdürülebilir bir performans sergilemelerine olanak tanıyabilir. Gelecekteki araştırmaların, sporda zihinsel performansın daha derinlemesine anlaşılması ve geliştirilmesi üzerine odaklanması, sporun hem bireysel hem de takım düzeyinde daha üst seviyelere taşınmasına katkı sağlayabilir.

KAYNAKLAR

- Adling R. B. (2017). Importance of sports psychology in physical education and sports. *International Journal of Yoga, Physiotherapy and Physical Education*, 2(5), 215-218.
- Akandere, M., Aktaş, S. & Er, Y. (2018). Zihinsel Antrenman ve Spor. Çağlar (Ed), Türkiye Barolar Birliği Spor Hukuku Kurulu Özdemir Özok Armağanı. Ankara: Türkiye Barolar Birliği.

- Akarçeşme C, Koruç Z, Yılmaz V. (2004). Voleybol genç bayan milli takımının yarışma öncesi ve sonrası kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(3), 3-12.
- Altıntaş A, Akalan C. (2008). Zihinsel antrenman ve yüksek performans. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 39-43.
- Altıntaş A, Koruç P. B. (2016). Sporda zihinsel dayanıklılık envanteri'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(4), 163-171.
- Aşçı F. H, Çağlar E, Eklund, R. C. (2007). Durumluk ve sürekli optimal performans duygu durum-2 ölçekleri'nin uyarlama çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 182-196.
- Beşiktaş M.Y. (2022). Esporda Zihinsel Antrenman Teknikleri. *Fenerbahçe Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 3-11.
- Boksem M. A, Meijman T. F, Lorist M. M. (2006). Mental fatigue, motivation and action monitoring. *Biological Psychology*, 72(2), 123-132. doi:10.1016/j.biopsycho.2005.08.007.
- Boksem M. A, Tops M. (2008). Mental fatigue: costs and benefits. *Brain research reviews*, 59(1), 125-139.
- Denis M. (1985). "Visual Imagery and The Use of Mental Practice in The Development of Motor Skills." *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 10(4): 4-16.
- Erdoğan N. (2016). Zihinsel dayanıklılık ölçeği (ZDÖ): Türkçe'ye uyarlama, geçerlik ve güvenirlik çalışması. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(2), 652-664.
- Fernández-Lázaro D, Fiandor E.M., García J.F. (2023). β -Alanine Supplementation in Combat Sports: Evaluation of Sports Performance, Perception, and Anthropometric Parameters and Biochemical Markers—A Systematic Review of Clinical Trials. *Nutrients*, 15(17), 3755.
- Fletcher D, Sarkar M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic champions. *Psychology of sport and exercise*, 13(5), 669-678.
- Fletcher D, Sarkar M. (2013). Psychological resilience. *European psychologist*, 18(1).
- Fortes L. S, De Lima-Junior D, Fiorese L. Nascimento-Júnior, J. (2020). The effect of smartphones and playing video games on decision-making in soccer players: A crossover and randomised study. *Journal of Sports Sciences*, 38(5), 552-558.
- Fronso S.D, Robazza C, Bortoli L. (2017). Sporda performans optimizasyonu: psikofizyolojik bir yaklaşım. Motif: *Beden Eğitimi Dergisi*, 23.
- Furley P, Wood G. (2016). Working memory, attentional control, and expertise in sports: A review of current literature and directions for future research. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 5(4), 415-425.
- Gucciardi D. F, Hanton S, Gordon, S. (2015). The concept of mental toughness: Tests of dimensionality, nomological network, and traitness. *Journal of personality*, 83(1), 26-44.
- Gülşen D. B. A, Yarayan Y. E, Yıldız A. B. (2023). Atletik zihinsel enerjiyi uyku davranışları bağlamında tahmin etme. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1), 265-275.
- Güven Ş, Yazıcı A. (2020). Türkiye'de Zihinsel Dayanıklılık Konusunda Yapılmış Araştırmaların Analizi ve İncelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 82-93
- Hardy, L., Jones, G., Gould, D. (2018). *Spor için psikolojik hazırlığı anlamak: Elit sanatçıların teorisi ve pratiği*. John Wiley ve Oğulları.
- Harmison R. J. (2012). A social-cognitive framework for understanding and developing mental toughness in sport. In *Mental Toughness in Sport* (pp. 47-68). Routledge.
- Jones G, Hanton S, Connaughton D. (2007). A framework of mental toughness in the world's best performers. *The sport psychologist*, 21(2), 243-264.

- Jones G. (2002). What is this thing called mental toughness? An investigation of elite sport performers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(3), 205-218.
- Kumari S, Kumar J. (2016). Zihin antrenmanı teknikleri ve spor psikolojisi: Optimum performansa ulaşmak için zihinsel becerilere entegre bir yaklaşım. *Uluslararası İleri Araştırma Dergisi*, 4 (3), 523-535.
- Kyllo L.B, Landers D.M. (1995). Spor ve egzersizde hedef belirleme: Tartışmayı çözmek için bir araştırma sentezi. *Spor ve Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 17 (2), 117-137
- Liew G.C, Kuan G, Chin N.S. (2019). Sporda zihinsel dayanıklılık. *Alman Egzersiz ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 49 (4), 381-394.
- Marheni E, Purnomo E, Cahyani F. I. (2019, February). The role of motivation in increasing achievement: Perspective sports psychology. In *2nd International Conference on Sports Sciences and Health 2018 (2nd ICSSH 2018)* (pp. 59-62). Atlantis Press.
- McHenry L.K, Beasley L, Zakrajsek R.A. (2022). Sporda zihinsel performans ve zihinsel sağlık hizmetleri: Mesleklerarası yeterlilik ve işbirliği için bir çağrı. *Mesleklerarası Bakım Dergisi*, 36 (4), 520-528.
- Moen F, Ateşleme K, Wells A. (2016). Sporda dikkat eğitimi tekniklerinin stres ve performans üzerine etkileri. *Uluslararası Uygulamalı Spor Bilimleri Dergisi*.
- Moran, A.P. (2016). *The psychology of concentration in sport performers: A cognitive analysis*. Psychology Press.
- Nuri L, Shadmehr A, Ghotbi N. (2013). Reaction time and anticipatory skill of athletes in open and closed skill-dominated sport. *European journal of sport science*, 13(5), 431-436.
- Patrick T. D, Hrycaiko D. W. (1998). Effects of a mental training package on an endurance performance. *The sport psychologist*, 12(3), 283-299.
- Plakona E, Parcina I, Ludvig A. (2014). Self-confidence in sport. *Sport Science*, 7(1), 47-5.
- Sarı İ, Sağ S, Demir A. P. (2020). Sporda zihinsel dayanıklılık: taekwondo sporcularında bir inceleme. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(4), 131-147.
- Samulski, D. M., Noce, F., & Da Costa, V. T. (2011). Mental preparation. The Paralympic athlete: *handbook of sports medicine and science*, 198-213.
- Singh, R. (2022). *Sports psychology*. K.K Publications.
- Smith D, Wright C. J, Cantwell C. (2008). Beating the bunker: The effect of PETTLEP imagery on golf bunker shot performance. *Research quarterly for exercise and sport*, 79(3), 385-391.
- Thomas, O., Mellalieu, S. D. (2008). Stress management in applied sport psychology. In *Advances in applied sport psychology* (pp. 134-171). Routledge.
- Van Cutsem J, Marcora S, De Pauw K. (2017). The effects of mental fatigue on physical performance: a systematic review. *Sports Medicine*, 47(8), 1569- 1588. doi:10.1007/s40279-016-0672-0
- Weinberg R, Butt J, Culp B. (2011). Coaches' views of mental toughness and how it is built. *International journal of sport and exercise psychology*, 9(2), 156-172
- Xiong J. (2012). The functions and methods of mental training on competitive sports. *Physics Procedia*, 33, 2011-2014.
- Yarayan Y. E, İlhan E. L. (2018). Sporda Zihinsel Antrenman Envanteri'nin (SZAE) uyarılma çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(4), 205- 218.

Spor Bilimleri VI

- Yıldız A. B, Yarayan Y. E, Yılmaz B. (2020). Atletik Zihinsel Enerji Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması Ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(3), 108-119.
- Yılmaz A. (2021). Sporda zihinsel dayanıklılık. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 4(2), 23-42.

Bölüm 4

ÖĞRENME GÜÇLÜĞÜ OLAN TOURETTE SENDROMLU BİREYLERDE SPORUN ETKİSİ

**Nafiye Ekin KIZILDAĞ¹
Emire ÖZKATAR KAYA²**

Tourette sendromu çocukluk döneminde başlayan ani, hızlı, istemsiz ve yineleyici motor-vokal tikler şeklinde görülen nöropsikiyatrik bozukluktur. Etiyolojisi tam olarak bilinmemesine rağmen, bazı beyin görüntüleme çalışmalarında bazal gangliyonlar ve ilişkili kortiko-striatotalamo-kortikal devrede olan yapısal ve işlevsel problemlerin bu bozukluğa neden olabileceği görülmüştür (Özcan & ark., 2011). Tikler, yalnızca birkaç kası ya da basit sesi içeren yapıda olabileceği gibi, birden fazla kas grubunun işe karıştığı hareketler, kopropaksi (el hareketi yapma), ekopaksi (başkalarının hareketlerini taklit), ekolali (başkalarının söylediklerini tekrarlama), palilali (kendi kelime ve sözlerini tekrarlama), koprolali (küfürlü konuşma) şeklinde de olabilir (Şimşek & Fidan, 2018). Epidemiyolojik çalışmalar gösteriyor ki, Tourette sendromu'nun yaşam boyu yaygınlığı 4-5/10000'e kadar çıkıyor ve bu durum erkeklerde kadınlardan 1.5-3 kat daha fazla görülüyor. Bozukluğun karakteristik olarak 2-15 yaş arasında, genellikle ortalama 7 yaşında başladığı ifade edilmesine rağmen, bazı yayınlarda 1 yaş öncesi "infantil" başlangıçlar da gözlemlenmektedir. Örneğin, bir çalışmada, tourette sendromlu iki kardeşin yaklaşık 4. ayda tiklerinin ortaya çıktığı belirtilmektedir. Bu durum, çok erken başlangıcın yanı sıra, motor ve vokal tiklerin geç yaşlarda ortaya çıktığını bildiren yayınlarda da görülmektedir. Bu kişilerin, başlangıç yaşına ek olarak tourette sendromu kriterlerini karşıladığı belirtilmektedir (Bozabalı, 1998). Tourette sendromunun kesin nedeni hala tam olarak anlaşılamamıştır, ancak beyindeki motor hareketlerin düzenlendiği bazal ganglion adı verilen bölgedeki nörokimyasal bir düzensizlikten kaynaklandığı düşünülmektedir. Yapılan araştırmalar, hastalığın kalıtsal olduğunu ortaya koymuştur. Tourette sendromlu

¹ Erciyes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor AD ekinkzldg@gmail.com, ORCID iD: 0009-0008-2927-9830

² Doç. Dr., Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Erciyes Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Rekreasyon AD eozkatar@gmail.com, ORCID iD: 0000-0002-6349-8761

SONUÇ

Sonuç olarak, Tourette sendromu olan bireylerin yaşam kalitelerini artırmak ve sosyal ile akademik başarılarını desteklemek açısından sporun katkısı önemli bir avantaj sunmaktadır. Spor, fiziksel sağlığı iyileştirmekle kalmayıp, aynı zamanda bu bireylerin psikososyal gelişimlerini destekleyerek, duygusal dayanıklılık kazanmalarına da yardımcı olabilir. Düzenli fiziksel aktiviteler, stresin azaltılmasında ve ruh halinin olumlu yönde düzenlenmesinde gözle görülür bir etkiye sahiptir. Aynı zamanda, sporun sağladığı disiplin, dikkat ve konsantrasyon becerilerini geliştirmeye yönelik fırsatlar, bireylerin akademik performanslarını olumlu şekilde etkileyebilir.

Bu bağlamda, toplumda Tourette sendromu hakkında farkındalığın artırılması hayati bir öneme sahiptir. Eğitim kurumları, aileler ve sağlık profesyonelleri, bu sendrom hakkında bilgi sahibi olmanın yanı sıra, bireylerin ihtiyaçlarına uygun destek ve kaynakları sağlamada aktif bir rol üstlenmelidir. Spora yönelik yaklaşımların teşvik edilmesi, bireylerin sosyal entegrasyonunu kolaylaştırabilir ve duygusal zorluklarla başa çıkmalarında etkili bir strateji olarak öne çıkabilir.

Kapsamlı destek sistemlerinin oluşturulması, Tourette sendromu olan bireylerin hayatında kalıcı bir değişim yaratmak için gereklidir. Bu destek sistemleri, spor ile birlikte psikolojik danışmanlık, akademik yardım ve sosyal etkinlikler gibi çeşitli alanları içermeli, bireylerin bütünsel bir şekilde gelişmesine olanak tanımalıdır. İyi planlanmış programlar ve etkinlikler, bireylerin sadece fiziksel yeterliliklerini değil, aynı zamanda sosyal becerilerini ve özgüvenlerini de geliştirmelerine katkıda bulunacaktır.

Spor faaliyetlerine yönlendirilme, Tourette sendromu ile yaşayan bireylerin her alanda karşılaştıkları zorlukları aşmaları için etkili bir müdahale yöntemi olarak önem kazanmaktadır. Bu bağlamda, sporu bir rehabilitasyon yöntemi olarak ele almak, daha kapsayıcı ve duyarlı bir yaklaşımla bireylerin hayat kalitesini artırabilir ve toplumda daha geniş bir perspektif ile bu bireylerin potansiyellerinin ortaya çıkmasına olanak tanıyabilir.

KAYNAKÇA

- Aslan, E. (2019). *Tik bozukluğu olan çocuk ve ergenlerde yaşam kalitesi ve eşlik eden bozukluklar*. (Tıpta Uzmanlık Tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hatalıkları
- Bayındır, S. & Koçyiğit, F. (2017). Gilles De La Tourette Sendromlu Hastaya Anestezi Yaklaşım ve Erken Dönem Postoperatif Deliryum. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 10(2), 212-215. Doi: 10.5505/ptd.2017.04880

- Bozabalı, Ö. G. (1998). *Tourette bozukluğunda etyolojik etkenler*. (Tıpta Uzmanlık Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi. Çocuk Psikiyatrisi Anabilim Dalı. İzmir.
- Bressan, RA., Jones H M, & Pilowsky, LS. (2004). Atypical antipsychotic drugs and tardive dyskinesia: relevance of D2 receptor affinity. *Journal Of Psychopharmacology*. 18(1), 124-7. Doi: 10.1177/0269881104040251
- Çıray, RO. & Mutlu, C. (2019). Çocukluk çağındaki tik bozuklukları. *İstanbul Kanuni Sultan Süleyman Tıp Dergisi*, ek sayı (11), 47-55. Doi: 10.5222/iksstd.2019.02419
- Eren, B.(2012). *Orff yaklaşımına göre hazırlanan müzik etkinlikleri içinde ipucunun giderek azaltılması yöntemi ile yapılan gömülü öğretimin otistik çocuklara kavram öğretmedeki etkililiği*, Yayınlanmış doktora tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Gilbert, D. (2006). Treatment of children and adolescents with tics and Tourette syndrome. *Journal Of Child Neurology*. 21(8), 690-700. Doi: 10.1177/08830738060210080401.
- Görgün, B. & Melekoğlu, MA. (2019). Türkiye’de özel öğrenme güçlüğü alanında yapılan çalışmaların incelenmesi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 83-106. Doi: 10.19126/suje.456198
- Hamidi, F. (2022). Egzersiz ve Sporun, Çocuk ve Gençlerin Ruh Sağlığı Üzerine Etkisi. Vatan Kavak, Yusuf Kenan Haspolat, Sabahattin Ertuğrul (Ed.), *Sağlıklı Yaşam ve Spor* içinde (s. 425-432). Ankara: Orient Yayınları
- Kabasakal, K. (2007). Zihinsel engellilik, zihinsel, ruhsal, duygusal engellilik. Lokomotif Medya, Konya
- Kaya, M., Hazar, K.,&Çelikkbilek, S., (2018). Futbol oyununun eğitilebilir zihinsel engellilerin teknik becerilerine etkisi. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 1933-1939. doi:10.14687/jhs.v15i4.5441
- Kırıcı, İ. (2021). Tourette sendromlu bireylerin eğitim sorunları. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 642-655.
- Koç, D. & Gencer Kıdak, Ö. (2019) Tik Bozukluklarında Prognoz, Prognotik Faktörler ve Erken Tedavinin Etkisi. H. Serpil Erermiş (Ed.), *Çocuk ve Gençlik Çağı Ruhsal Hastalıklarında İzlem ve Süreç: Prognotik Faktörler ve Erken Tedavi Yaklaşımlarının Etkisi* içinde (s. 64-68). Ankara: Türkiye Klinikleri.
- Koç, M., Özkatar Kaya, E., Kaya, M.(2020). Üniversite Öğrencisi Engelli Bireylerin Spor Merkezlerine Yönelme Nedenleri ve Beklentilerinin Gerçekleşme Düzeyleri. *Rol Spor Bilimleri Dergisi*. Cilt 1, Sayı 1.
- Kurlan, R. (2002). Treatment of ADHD in children with tics: a randomized controlled trial. *Neurology*, 58 (4), 527-536. Doi: 10.1212/wnl.58.4.527.
- Küçük, V. & Koç, H. (2004). Psiko-sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (9).
- Medical Park, (2021). Tourette sendromu nedir? Belirti ve tedavi yöntemleri nelerdir? (2024, 08 Ağustos). Erişim adresi <https://www.medicalpark.com.tr/tourette-sendromu/hg-2483>
- Oyal, M. (2018). Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi. (2024, 22 Haziran). Erişim adresi <https://www.mehmetoyal.k12.tr/tourette-sendromu/i/325>
- Özcan, Ö. Yüksel, T. & Cumurcu, B. (2011). Kabakulak meningoensefaliti sonrası gelişen tourette sendromu: bir olgu sunumu. *Journal of Turgut Ozal Medical Center*, 18(1), 44-46.

- Robertson, M M. (2008). The prevalence and epidemiology of Gilles de la Tourette syndrome: part 2: tentative explanations for differing prevalence figures in GTS, including the possible effects of psychopathology, aetiology, cultural differences, and differing phenotypes. *Journal Of Psychosomatic Research*, 65(5), 473-86. Doi: 10.1016/j.jpsychores.2008.03.007.
- Roessner, V. Plessen, KJ. Rothenberger, & A, et al. (2011). European clinical guidelines for Tourette syndrome and other tic disorders. Part II: pharmacological treatment. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 20(4), 173- 96. Doi: 10.1007/s00787-011-0163-7.
- Sur, A. (2023). *Birlikte çalmanın sosyal ve duygusal gelişimlerine etkisine ilişkin iki elin sesi var senfoni orkestrası üyelerinin görüşleri*. (Yüksek Lisans Tezi). Afyon Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Müzik Bölümü. Afyonkarahisar.
- Şimşek, E.G.E. & Fidan S.T. (2018). Tourette sendromu ve ceza sorumluluğu: Bir olgu sunumu. *Journal Of Forensic Medicine*, 32(1), 37-41.u
- Uçar, F. (2016). *Kronik tik bozukluğu ve tourette sendromu olan çocuk ve ergen hastalarda serum S100B, NSE ve PAR-4 protein düzeylerinin ve oksidatif metabolizmanın incelenmesi*. (Tıpta Uzmanlık Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı. Samsun.
- Yavuzer, H. (2013) Ergenlik Dönemi, Haluk Yavuzer (Ed.), *Çocuk Psikolojisi* içinde (s. 263-325). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yetim, A.A., (2006). *Sosyoloji ve Spor*, Morpa Kültür Yayınları, 130-138, İstanbul.

Bölüm 5

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DUYGUSAL YEME VE BRUNEL RUH HALİNİN İNCELENMESİ:SAĞLIK BİLİMLERİ ÜNİVERSİTESİ ÖRNEĞİ

**Yeliz YOL PEHLİVAN¹
Esra AYDEMİR AMAN²**

GİRİŞ

Sağlık, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) tarafından “sadece hastalık veya sakatlığın olmaması durumu değil, fiziksel, zihinsel ve sosyal açıdan tam bir iyilik hali” olarak tanımlanmaktadır. Bu tanım, sağlığın çok boyutlu bir kavram olduğunu ve kişinin sadece fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal durumlarının da iyi olması gerektiğini vurgular (DSÖ, 1947)

Spor, fiziksel, zihinsel ve ruhsal gelişmeyi sağlamaya yönelik faaliyetler veya belli kurallara bağlı olarak gerçekleştirilen yarışmalar olarak tanımlanabilir. (Bal&ark.,2022) Genç yetişkinlerin fiziksel ve zihinsel sağlığı ve gelişimi, spor yapmanın olumlu etkileriyle doğrudan ilişkilidir. Bireylerin optimal fiziksel hazırlığı, güç, kassal dayanıklılığı, aerobik ve anaerobik dayanıklılık, kuvvet gelişim oranı, elastik enerjinin depolanması ve yeniden kullanımı ve esneklik gibi çok sayıda farklı fiziksel kabiliyetin göz önüne alınmasını içerir (Aktüre & ark., 2020). Düzenli spor yapan öğrenciler, fiziksel sağlıklarını korurken aynı zamanda öz disiplin, özgüven ve stres yönetimi gibi önemli zihinsel beceriler geliştirirler (Malkoç, 2020). Ayrıca, spor yapmak, sosyal etkileşimleri artırarak öğrencilerin sosyal becerilerini ve takım çalışması yeteneklerini de geliştirebilir (Fairclough, Stuart &Gareth,2005).

Lise döneminde başlayan fiziksel gelişim süreci, üniversite hayatı boyunca devam eder ve öğrencilerin genel sağlık durumu üzerinde belirleyici bir rol oynar. Bu süreçte düzenli fiziksel aktivite, öğrencilerin hem fiziksel hem de zihinsel sağlığını koruma konusunda kritik öneme sahiptir. Fiziksel aktivite, enerji

¹ Dr. Öğr. Üyesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, yeliz.yol@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-0859-6238

² Arş. Gör, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD, esra.aydemir@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-6745-9196

duygusal yeme eğilimlerini azaltmaya ve ruh hali dalgalanmalarını kontrol altına almalarına yardımcı olabilir. Beslenme eğitiminin önemi de vurgulanmalı, düzenli ve dengeli beslenmenin ruh hali ve duygusal iyilik hali üzerindeki olumlu etkileri öğrencilere anlatılmalıdır. Kadın öğrencilerde daha yaygın olan duygusal yeme eğilimlerini dikkate alarak, cinsiyete özgü müdahalelerin geliştirilmesi ve bu gruba yönelik özel destek programlarının oluşturulması da faydalı olacaktır. Bu öneriler, üniversite öğrencilerinin duygusal yeme ve ruh hali dalgalanmalarıyla başa çıkmalarına katkıda bulunabilir. Bu alanda daha geniş örneklem grubuyla tarama çalışmaları yapılabilir.

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın yürütülmesinde bize destek veren Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü Mezun Öğrencimiz Emre Çabukluk' a çok teşekkür ederiz.

KAYNAKÇA

- Akyol Mutlu, A., İnce, N., & Gökensel Okta, P. (2022). Voleybolcuların Yeme Davranışlarının Belirlenmesi. *Research in Sport Education and Sciences*, 24(3), 87-92. <https://doi.org/10.5152/JPESS.2022.22714>
- Aktüre, K., Bulgan, Ç., Başar, M.A., Odabaşı, S. (2020). Kuvvet Gelişim Oranının Sportif Performans Sırasındaki Fiziki Ve Morfolojik Yönü. *Antrenman Bilimleri. Akademisyen Yayınevi Kitabevi*. Ankara.
- Arhire, L. I., Niță, O., Popa, A. D., Gal, A. M., Dumitrașcu, O., Gherasim, A., Mihalache, L., & Graur, M., & Graur, M. (2021). Validation of the Dutch eating behavior questionnaire in a Romanian adult population. *Nutrients*, 13(11), 3890
- Arslan Kabasakal, S., Güvendi , B., Kaya, S., & Keski n, B. (2024). Emotional Eating and Social Physique Anxiety in Weight-Class Athletes. *Electronic Journal of Social Sciences*, 23(91), 1069–1084. <https://doi.org/10.17755/esosder.1434338>
- Arslandaş, H., Dereboy, F., Yüksel, R., ve İnalkaç, S. (2019). Duygusal yeme ölçeği'nin türkçe çevirisinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 30, 1-10. <https://doi.org/10.5080/u23520>.
- Atar, Ö. (2017). Türkiye tenis federasyonu sınavına bağlı antrenörlerin ruh hali profilleri. *Uluslararası Kalkınma Araştırmaları Dergisi*.
- Bal E, Malkoç N, Baş Mustafa(2022) Spor endüstrisi ve teknoloji sürecinin futbolda kullanım etkileri. (Ed.) Prof. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ. Spor Bilimleri IV.Ankara,Akademisyen Kitabevi.
- Bal E, Bulgan Ecrin Ç, Malkoç N, et al., (2022). Farklı ısınma türlerinin post aktivasyon potansiyeline etkisi. Zeynep Filiz DİNÇ (Ed.), Spor Bilimleri IV, (259 -271), Ankara, Akademisyen Kitabevi.
- Bal E, Malkoç N, Aydemir Aman E. (2023). Su egzersizleri ve iştah mekanizması. Fatih ÖZGÜL (Ed.). Spor Bilimlerinde Uluslararası Çalışmalar. Ankara, Serüven Yayınevi.
- Blascovich, J., ve Mendes, W. B. (2000). Challenge and threat appraisals: The role of affective cues. In J.P. Forgas, (Ed.), *Feeling and thinking: The role of affect in social cognition* (pp. 59-82). Paris: Cambridge University Press

- Bruffaerts, R., Mortier, P., Kiekens, G., Auerbach, R. P., Cuijpers, P., Demyttenaere, K., Green, J. G., Nock, M. K., & Kessler, R. C. (2018). Mental health problems in college freshmen: Prevalence and academic functioning. *Journal of affective disorders*, 225, 97–103.
- Bulgan Ercin, Ç., Baş, M. (2022). 18-40 Yaş Grubu Kadınların 8 Haftalık Pilates Egzersizleri Sonrası Depresyon Durumlarının İncelenmesi. Spor Bilimlerinde Uluslararası Araştırmalar. (Edt.Doç.Dr.Mustafa Altınkçk), Serüven Yayınevi, İzmir.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*: Ankara, Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Şener. (2010) *Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı*, 11. Baskı, Ankara:-Pegem Akademi.
- Dixon, S.K.; Kurpius, S.E.R. (2008). Depression and College Stress Among University Undergraduates: Do Mattering and Self-Esteem Make a Difference? *J. Coll. Stud. Dev.*, 49, 412–424.
- Fairclough, Stuart, and Gareth Stratton. "Physical activity levels in middle and high school physical education: a review." *Pediatric exercise science* 17.3 (2005): 217-236.
- Janssen, I., & Leblanc, A. G. (2010). Systematic review of the health benefits of physical activity and fitness in school-aged children and youth. *The international journal of behavioral nutrition and physical activity*, 7, 40. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-40>
- Kruisselbrink Flatt, A. (2013). A Suffering Generation: Six Factors Contributing to the Mental Health Crisis in North American Higher Education. *Coll. Q.*, 16, n1.
- Kumaraswamy, N. (2013). Academic stress, anxiety and depression among college students—A brief review. *Int. Rev. Soc. Sci. Hum.* 5, 135–143.
- Larsen, J. K., van Strien, T., Eisinga, R., Engels, R. C. (2006). Gender differences in the association between alexithymia and emotional eating in obese individuals. *Journal of Psychosomatic Research*, 60(3), 237–243.
- Lowther, J., ve Lane, A. M. (2002). Relationships between mood, cohesion and satisfaction with performance among soccer players. *Athletic Insight:The Online Journal Sport Pyschology*, 4(3), 57-69.
- Malkoç N. (2020). Egzersiz Bilimi: Anatomik Sistem Yaklaşımı. Zeynep Filiz Dinç (Ed.). *Egzersiz Spor ve Sağlık*. Ankara, Akademisyen Kitabevi.
- Martinsen M, Bahr R, Børresen R, Holme I, Pensgaard AM, Sundgot-Borgen J. Preventing eating disorders among young elite athletes: a randomized controlled trial. *Med Sci Sports Exerc.* 2014; 46(3): 435-47
- Öcal, T., & Göncü, B. S. 2023. Sporda Mücadele ve Tehdit Algısı ile Brunel Ruh Hali Arasındaki İlişki. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1-Cumhuriyet'in 100. Yılı Özel Sayısı), 215-224. <https://doi.org/10.38021/asbid.1344630>
- Özdamar K. *Paket Programlarla İstatistiksel Veri Analizi-1*. 4. Baskı. Eskişehir: Kaan Kitabevi, 2002.
- Ramón-Arбуés, E., Gea-Caballero, V., Granada-López, J. M., Juárez-Vela, R., Pellicer-García, B., & Antón-Solanas, I. (2020). The Prevalence of Depression, Anxiety and Stress and Their Associated Factors in College Students. *International journal of environmental research and public health*, 17(19), 7001. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197001>
- Sarokhani, D., Delpisheh, A., Veisani, Y. et al. Prevalence of Depression among University Students: A Systematic Review and Meta-Analysis Study. *Depress. Res. Treat.* 2013, 2013, 373857.

- Seçer, İ. *SPSS ve LISREL ile Pratik Veri Analizi: Analiz ve Raporlaştırma*, 2.bs., Ankara: Anı Yayıncılık, 2015.
- Soylu, Y., Arslan, E., & Kilit, B. (2022). Yetişkin ve Ergen Sporcular İçin Brunel Ruh Hali Ölçeği: Türkçe Uyarlama Çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(2), 56-67. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1060329>
- Soylu, Y., Turgut, M., Canikli, A., ve Kargün, M. (2021). Fiziksel aktivite, duygusal yeme ve ruh hali ilişkisi: kovid-19 ve üniversite öğrencileri. *Spor Eğitim Dergisi*, 5(2), 88-97.
- Sundgot-Borgen, J., Torstveit, M. K. (2004). Prevalence of eating disorders in elite athletes is higher than in the general population. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 14(1), 25-32.
- Tosevski, D.L., Milovancevic, M.P., Gajic, S.D. Personality and psychopathology of university students. *Curr. Opin. Psychiatry* 2010, 23, 48–52.
- Taşpınar, H. A. (2019). Farklı liglerde oynayan futbolcuların ruh halleri ile motivasyonları arasında ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- van Strien, T. (2005). Handleiding Nederlandse Vragenlijst voor Eetgedrag [Manual Dutch Eating Behavior Questionnaire]. Amsterdam: Boom Test Publishers.
- Yol, Y, Bal E, Malkoç N. (2023). Raket sporlarında besinsel ergojenik yardımcılar. Fatih ÖZGÜL (Ed.). *Spor Bilimlerinde Uluslararası Çalışmalar*. Ankara, Serüven Yayınevi.

Bölüm 6

SPOR BİLİMLERİ ÖĞRENCİLERİNİN BEĞENİLME ARZUSU VE BESLENME DAVRANIŞLARININ İNCELENMESİ

**Esra AYDEMİR AMAN¹
Yeliz YOL PEHLİVAN²**

GİRİŞ

Spor bireyleri fiziksel aktiviteye yönlendiren bir kavramdır. Spor hareketlerinin belirleyicisi olmaktadır. Sporda güç ve görünüş önemli kavramlardır (Filiz, 2002). Spor bireysel bir fiziksel aktivite olduğu kadar kişinin sosyalleşme imkanını arttıran ve aidiyet duygusunu destekleyen bir kavramdır (Elik, 2017). Spor kavramının insanlar üzerinde hem bedensel hem ruhsal olumlu etkileri vardır. Spor insanların çocukluk döneminden başlayıp yetişkinlik dönemi dahil karakter gelişimini olumlu yönde destekler ve kişinin kendisini iyi hissetmesini sağlar (Şahin & ark., 2015). Spor insanların genellikle insanların doğal bir eğilimi olan davranışlarıdır ve sağlık açısından önemlidir. Farklı zamanlar ile mekanlarda gerçekleşen deneyimler, insanların hayatlarını zenginleştirebilir ve onlara çeşitli bakış açıları kazandırabilir. Aynı zamanda, diğer insanlarla iletişim kurmak, farklı kültürleri anlamak, görüş alışverişinde bulunmak ve karşılaşılan zorlukları birlikte aşmak, kişisel gelişimi destekleyen önemli unsurlardır. Bu çalışmanın amacı spor denildiğinde ilk akla gelen kavramlardan olan beslenme tutumu ve yine spor yapan bireylerin önceliği olan bir kavramın, beğenilme arzusunun Spor Bilimleri öğrencilerindeki düzeyini incelemektir.

Spor bilimleri öğrencilerinin beslenme alışkanlıkları hem fiziksel performanslarını hem de genel sağlıklarını doğrudan etkileyen önemli bir faktördür. Bu öğrenciler, sporun gerektirdiği enerji ihtiyacını karşılamak ve optimal performanslarını sürdürebilmek için dengeli ve yeterli beslenmeye dikkat etmek zorundadırlar. Ancak, sporcular arasında ideal vücut kompozisyonuna sahip

¹ Arş. Gör, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD, esra.aydemir@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-6745-9196

² Dr. Öğr. Üyesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, yeliz.yol@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-0859-6238

farklılık tespit edilmemiştir.

Katılımcıların spor yapma durumuna göre SBİTÖ puanları incelendiğinde spor yapanların lehine anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde çalışmamızın sonuçlarını destekler niteliktedir ve spor yapan katılımcıların ölçek sonuçlarının daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur (Alkafaween & Erzeybek, 2022; Akıl & Gürbüz, 2010; Ayhan, 2017; Tekkurşun-Demir & ark., 2021).

SONUÇ VE ÖNERİLER

Spor bilimleri öğrencilerinin sağlıklı beslenme alışkanlıkları geliştirmeleri ve beğenilme arzusunun olumsuz etkilerinden korunmaları için çeşitli adımlar atılmalıdır. Üniversitelerde, öğrencilerin beslenme ve beden imajı konularında bilinçlenmelerini sağlamak amacıyla beslenme eğitimleri ve atölyeler düzenlenmelidir. Aynı zamanda, öğrencilerin fiziksel görünümüne odaklanmak yerine performansa dayalı hedefler belirlemeleri teşvik edilmelidir. Sporcu diyetisyenleri ve psikologlar, öğrencilere hem sağlıklı beslenme stratejileri hem de sosyal baskılarla başa çıkma yolları sunarak destek sağlayabilir. Bu sayede, öğrencilerin spor performanslarını en üst düzeye çıkarırken, beden imajı ile ilgili kaygılarının azaltılması mümkün olacaktır. Bu alanda daha geniş örneklem grupları ve daha çeşitli bölümlerden öğrencilerle yapılacak çalışmalara ihtiyaç vardır.

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın yürütülmesinde bize destek veren Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü Mezun Öğrencimiz Pınar Bayram' a çok teşekkür ederiz.

KAYNAKÇA

- Akıl, M., Gürbüz, Ü. (2010). Atletizm atma branşlarıyla uğraşan sporcuların beslenme bilgi düzeylerinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1).
- Akpolat, İ. (2021). Elit genç atletlerin beslenme durumu, vücut bileşimi ve kuvvet ölçümleri arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans tezi*, Biruni Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Alkafaween, S., Erzeybek, M.S. (2022). Kütahya Dumlupınar Üniversitesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin spor yapma durumuna göre beslenme alışkanlıklarının araştırılması. *International Sport Science Student Studies*, 4(1), 15-21.
- Ayhan C. (2017). Aktif sporcuların rekreatif etkinliklere katılımlarına engel oluşturabilecek faktörlerin yaşam tatmini ve yaşam kalitesi üzerine etkisi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

- Azizi, M., Rahmani-Nia, F., Malaee, M., Malaee, M., Khosravi, N. (2010). A study of nutritional knowledge and attitudes of elite college Athletes In Iran. *Brazilian Journal of Biomotricity*, 4(2), 105–112.
- Çın, A., Akkan, T., Dağdeviren, M., Şengezer, T., & Altay, M. (2022). Obezite hastalarında sağlık okuryazarlığı ile sağlıklı beslenme tutumu ilişkisinin değerlendirilmesi. *Türkiye Aile Hekimliği*, 154.
- Elik, T. (2017). Güneydoğu Anadolu bölgesi futbol takımlarında amatör olarak futbol oynayan sporcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri (Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Ertürk Yaşar, H., Gökçe Şen, K., & Karagöz, Ş. (2024). Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutumlarının İncelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(1), 424–432.
- Filiz, K. (2002). Sporun tanımlanması ve kapsamının belirlenmesi üzerine bir çalışma. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 22(2).
- Göral, K., Yıldırım, D. (2022). Spor Bilimleri Fakültesi'nin Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının branş farklılıklarına göre araştırılması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17 (1) , 58-69.
- Güvenç, B. (2022). Yetişkinlerin Beğenilme Arzusu İle Sanal Ortam Yalnızlık ve Yetersizlik Duygusu İlişkisinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul
- Kahraman, N. (2021). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığının beğenilme arzusu ile ilişkisinin incelenmesi (Yüksek Lisan Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü).
- Kaşıkara, G., & Doğan, U. (2017). Beğenilme Arzusu: Ölçek Geliştirme, Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(2), 51-60. <https://doi.org/10.21666/muefd.345573>
- Rodriguez, N. R., Di Marco, N. M., & Langley, S. (2009). Position of the American Dietetic Association, Dietitians of Canada, and the American College of Sports Medicine: Nutrition and athletic performance. *Journal of the American Dietetic Association*, 109(3), 509-527
- Sadık, R., & Kardaş, N. T. (2018). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sosyal medya kullanımı ve beğenilme arzusunun incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 2(Özel Sayı 1), 39-46.
- Şahin, M. A. (2020). Yelken Sporcularının Beslenme Bilgisi ve Alışkanlıklarının İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gedik Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şahin, M., Baş, M., & Çelik, A. (2015). Öznel iyi oluş ve spor. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 23-31
- Sandıkçı, M. B., Bilgin, S., Koç, H., Turhan, M.Ö. (2022). E amination of the relationship of exercise addictions and orthorexia ner-vosa (obsession with healthy eating) of sports center members, *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 7(20), 2287-2312.
- Sargın, K., Güleşçe, M. (2022). Öğretmenlerin sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumlarının değerlendirilmesi (Van ili örneği) . *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 1-11.

- Sarıgöl, U. (2019). Psikoloji Öğrencilerinin Akıllı Telefon Bağımlılığı Düzeyleri İle Beğenilme Arzusu Ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: İzmir Örneği (Yüksek Lisans Tezi). Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Mersin.
- Taşdelen, V. (2021). Farklı Branşlardaki Genç Sporcuların Beslenme Alışkanlıklarının İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sinop Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Sinop.
- Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Cicioğlu, H. İ. (2021). Takım ve bireysel sporlarda sosyal görünüş kaygısı sağlıklı beslenmeye ilişkin tutumun belirleyicisi midir? . Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 19 (4) , 124-134.
- Tekkurşun-Demir, G., & Cicioğlu, H. İ. (2019). Sağlıklı beslenmeye ilişkin tutum ölçeği (SBİTÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 4(2), 256-274.
- Uluç, S., & Durukan, E. (2021). Spor Yönetimi Bölümünde Öğrenim Gören Öğrencilerin Sağlıklı Beslenmeye İlişkin Tutum Düzeylerinin İncelenmesi. Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi, 4(3), 438-446.
- Vohs, K. D., & Finkel, E. J. (2006). Self and relationships: Connecting intrapersonal and interpersonal processes. *Psychological Review*, 113(3), 470-490.

Bölüm 7

SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İLETİŞİM BECERİLERİNİN İNCELENMESİ (İSTANBUL İLİ ÖRNEĞİ)

**Erdal BAL¹
Çiğdem BULGAN ERCİN²**

GİRİŞ

İletişim, bireyler arasında bilgi, duygu, düşünce ve anlamların aktarılmasını sağlayan bir süreçtir. Bu süreç hem sözlü hem de sözsüz kanallar aracılığıyla gerçekleşebilir ve insanların birbirini anlama, etkileşimde bulunma ve ilişkiler kurma yeteneklerini geliştirir. İletişim, sadece dil kullanımıyla sınırlı kalmayıp beden dili, jestler, mimikler, ses tonu gibi unsurları da içerir. Etkili iletişim, taraflar arasında doğru ve açık bir bilgi akışını sağlarken, yanlış anlaşılmaları ve çatışmaları en aza indirir. Hem kişisel hem de profesyonel yaşamda başarılı ilişkiler kurmanın temeli, güçlü iletişim becerilerine dayanır. Bu nedenle, iletişim, insan ilişkilerinin temel dinamiği ve toplumların gelişiminde önemli bir rol oynayan bir unsurdur (Baran, 1997; Çelik,2019; Silkü, 2008).

Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri, akademik ve sosyal başarıları üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Bu dönemde geliştirilen güçlü iletişim yetenekleri, öğrencilerin akademik performanslarını artırırken, grup çalışmaları ve sunumlar gibi etkinliklerde daha etkin olmalarını sağlar. Ayrıca, sosyal ilişkilerde başarılı olma ve iş hayatına daha iyi hazırlanma açısından da kritik bir rol oynar. İletişim becerilerinin yetersizliği ise öğrencilerde sosyal izolasyon, stres ve akademik başarıda düşüşe yol açabilir. Bu nedenle, üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini geliştirmek hem kişisel hem de profesyonel yaşamlarında başarıya ulaşmaları için önemli bir gerekliliktir (Acaroğlu & Duman, 2014; Akgün& Çetin,2018).

¹ Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD, erdal.bal@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-4927-3945

² Doç. Dr., Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD, cigdem.bulgan@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0003-4357-5333

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın yürütülmesinde bize destek veren Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü Mezun Öğrencimiz Melike Yakar' a çok teşekkür ederiz.

KAYNAKÇA

- Acaroğlu, R., & Duman, D. (2014). Hemşirelik Yüksekokulu Birinci Sınıf Öğrencilerinin Duygusal Zekâ Düzeyleri İle Empati Becerileri Arasındaki İlişki*. *Florence Nightingale Journal of Nursing*, 22(1), 25-32. <https://doi.org/10.17672/fnhd.40555>
- Akçakoyun, Fahri. Tezcan Efe. Ceylan Merve. Mutlu Vedat. 2016, "The Investigation of the Communication Skill Levels of University Students according to Physical Activity Participation", *IntJSCS*, S. 2, ss. 617.
- Akgün, R., & Çetin, H. (2018). Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin ve Empati Düzeylerinin Belirlenmesi. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(3).
- Aydın O, Kul M, Yaşartürk F, Aydın, B. (2018). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Beceri Düzeylerinin İncelenmesi, *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD)*, 4(SI), 37-47.
- Bal E, Bulgan Ercin Ç, Malkoç N, ve ark. (2022a). Farklı Isınma Türlerinin Post Aktivasyon Potansiyeline Etkisi. Zeynep Filiz DİNÇ (Ed.). *Spor Bilimleri IV*. Ankara, Akademi-syen Kitabevi.
- Bal E, Malkoç N, Aydemir Aman E. (2023). Su egzersizleri ve iştah mekanizması. Fatih ÖZGÜL (Ed.). *Spor Bilimlerinde Uluslararası Çalışmalar*. Ankara, Serüven Yayınevi.
- Bal, E., Malkoç, N., & Baş, M. (2022b). Spor Endüstrisi ve Teknoloji Sürecinin Futbolda Kullanım Etkileri. In *Spor Bilimleri IV* (pp. 561–576). Akademi-syen Kitabevi.
- Baran, Aylin G. (1997). *İletişim SOSYOLOJİSİ*. Ankara.
- Bingöl, G. ve Demir, A. (2011). Amasya Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri. *Göztepe Tıp Dergisi*, 26(4), 152-159.
- Bozkurt, N., Serin, O., Emran, B. İlköğretim Birinci Kademe Öğretmenlerinin Problem Çözme, İletişim Becerileri ve Denetim Odağı Düzeylerinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi. 12. Eğitim Bilimleri Kongresi Bildirileri. 1373-1392, Antalya, 2003.
- Bulgan Ercin Ç. Baş M, Bekdemir H. (2022) Üniversite Futsal Takımı Kadın Ve Erkek Oyuncularının Çeviklik, Çabukluk Ve Anaerobik Güç Performanslarının İncelenmesi *Spor Bilimleri IV*.Ankara,Akademi-syen kitabevi (Ed.) Prof. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ
- Bulut, B. N. (2004). İlköğretim Sınıf Öğretmenlerinin İletişim Becerilerine İlişkin Algularının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*. Cilt:2(4), 443-452, 2004
- Çelik, M. A. (2019). Duygusal Zeka ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişki: İktisadi ve İdari Bilimleri Fakültesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Fişne, M. (2009). *Fiziksel Aktivitelere Katılım Düzeyinin, Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarıları, İletişim Becerileri Ve Yaşam Tahminleri Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi), Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erciyes.
- Güven, M. (2022) Spor iletişiminde yeni medyanın kullanımı: Fenerbahçe spor kulübü örneği. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

- İlaslan, Ö. (2001). Orta Öğretim Öğrencilerinin Bazı Özlük Niteliklerinin ve Baskın Ben Durumlarının İletişim Becerileriyle İlişkisi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri A. B. D. Yüksek Lisans Tezi, Konya
- Korkut, F. (2005). Yetişkinlere yönelik iletişim becerileri eğitimi. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 28(28), 143-149.
- Korkut, F. Üniversite Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Değerlendirilmesi. IV. Ulusal Eğitim Bilimleri Kongresi Bildirileri. Anadolu Üniversitesi, 208-218, Eskişehir, 1997.
- Korkut-Owen, F., Bugay, A. (2014). İletişim becerileri ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenirlik çalışması. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 10(2), 51-64.
- Köleşoğlu G. (2009). İlköğretim Öğretmenlerinin Liderlik Özellikleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, İstanbul.
- Özşaker, Murat. 2013, "Evaluation Of Communication Skills And Self Esteem Of The Students Who Studied At The School Of Physical Education And Sports", *IJTASE*, Y. 2, S. 3.
- Silkü, H. A. (2008). Halkla İlişkiler Açısından İletişim Becerileri ve Liderlik. (*Yayımlanmamış Doktora Tezi*). Ege Üniversitesi SBE.
- Tepeköylü Ö, Soytürk M, Çamlıyer H. (2009). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerisi algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *SPOR-METRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 115-124.
- Tiryaki, Ş., Erdil, G., Acar, M., Emlek, Y. (1991). Sporcu ve Sporcu Olmayan Gençlerin Kişilik Özellikleri. *SHD*, 26,; 19-23.
- Yol Y., Bal E., Malkoç N. (2023b). 7-10 Yaş Arası Cimnastik Yapan Kız-Erkek Sporcuların Denge, Sürat ve Esneklik Parametrelerinin Karşılaştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*. 17(3), 385-394.
- Yol Y., Sunay H. (2023). The Relationship Between Eurofit Test Battery Parameters and Freestyle Swimming Times of 7-11 Years Old Swimmers. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 6(1)
- Yol, Y, Bal E, Malkoç N. (2023a). Raket sporlarında besinsel ergojenik yardımcıları. Fatih ÖZGÜL (Ed.). *Spor Bilimlerinde Uluslararası Çalışmalar*. Ankara, Serüven Yayınevi.
- Yol, Y. (2023). Evaluation of FMS Scores of Competitive CrossFit Athletes by Gender. *Int J Disabil Sports Health Sci*;6: 134-141.

Bölüm 8

İSTANBUL İLİNDE ÜNİVERSİTE OKUYAN ÖĞRENCİLERDE SOSYAL MEDYA BAĞIMLILIĞI İLE SPORA KARŞI TUTUM ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

**Çiğdem BULGAN ERCİN¹
Erdal BAL²**

GİRİŞ

Sosyal medya, günümüz gençlerinin yaşamında önemli bir yer tutmakta ve bireylerin sosyal, akademik ve fiziksel aktivitelerini etkilemektedir. Özellikle genç yetişkinler arasında yaygın olan sosyal medya kullanımı, zaman zaman bağımlılığa dönüşebilmekte ve bu durum, bireylerin sosyal hayatlarını ve sağlık alışkanlıklarını olumsuz etkileyebilmektedir (Goodyear & Armour, 2018; Sumadevi, 2023). Spor, fiziksel, zihinsel ve ruhsal gelişmeyi sağlamaya yönelik faaliyetler veya belli kurallara bağlı olarak gerçekleştirilen yarışmalar olarak (Bal & ark., 2022); fiziksel aktivite ise, enerji harcamasını sağlayan vücut hareketi olarak tanımlanmaktadır (Yol, Bal & Malkoç, 2023). Fiziksel aktivitenin sağlık üzerindeki faydaları bilimsel olarak kanıtlanmıştır ve düzenli olarak egzersiz yapan bireylerin, egzersiz yapmayanlara kıyasla daha düşük kronik hastalık riskine, daha düşük sakatlık riskine, daha yüksek psikolojik iyi oluşa ve daha iyi fiziksel performansa sahip oldukları görülmektedir (Malkoç, 2020; Eime & ark., 2013; Bal, Malkoç & Aydemir Aman, 2023; Yol, 2023). Yani fiziksel aktivite ile fizyolojik değişikliklerin yanı sıra biyolojik gelişim, psikolojik ve sosyal gelişimde de değişiklikler meydana geldiği bilinmektedir (Yol & Sunay, 2023).

Son yıllarda yapılan araştırmalar, sosyal medya bağımlılığının bireylerin spor yapma alışkanlıklarını ve spora karşı tutumlarını olumsuz yönde etkileyebileceğini göstermektedir (Leggett-James & Laursen, 2022). Ancak, sosyal medya kullanımının farklı bireylerde farklı etkiler yaratabileceği ve bu

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

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

yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bildirilmiştir. Yapılan başka bir çalışmada, bizim bulgumuzun aksine, sosyal medya bağımlılık düzeyi üniversite öğrencilerinin fiziksel aktivite katılım düzeyleri ile pozitif ilişkili olduğu ifade edilmiştir (Tekindur & ark., 2020).

Dolayısıyla bu çalışma sonuçları ve literatürdeki benzer çalışmalar arasında farklılıklar kısmen de olsa bulunmaktadır. Bu farklılıklar katılımcıların yaşları, meslekleri veya çalışmanın yapıldığı bölgenin sosyoekonomik yapısı gibi durumlardan kaynaklanıyor olabilir.

SONUÇ VE ÖNERİ

Sonuç olarak; sosyal medya bağımlılık düzeylerinin 18-22 yaş arasında olanların 25 yaş ve üzeri olanlara göre, kadınların erkeklere göre ve aktif spor yapmayanların yapanlara göre daha fazla olduğu söylenebilir.

Spora yönelik tutum düzeylerinde erkeklerin kadınlara göre; spor yapanların da yapmayanlara göre daha yüksek puanları olduğunu, yaş açısından bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Sosyal medya bağımlılığı ve spora yönelik tutum arasında ise bir ilişki olmadığı, sadece sporla yaşama alt boyutu ile sosyal medya bağımlılığı arasında negatif yönde çok zayıf ilişki olduğu söylenebilir.

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın yürütülmesinde bize destek veren, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü Mezunu, Öğrencimiz Meryem Melis CİVİLe teşekkür ederiz.

KAYNAKLAR

- Avunduk, Y. (2021). The Relationship between Leisure Satisfaction and Social Media Addictions of Individuals at University. *Journal of Educational Issues*. <https://doi.org/10.5296/JEI.V7I1.18592>.
- Bal E, Malkoç N, Aydemir Aman E. (2023). Su egzersizleri ve iştah mekanizması. Fatih ÖZGÜL (Ed.). *Spor Bilimlerinde Uluslararası Çalışmalar*. Ankara, Serüven Yayınevi.
- Bal E, Malkoç N, Baş Mustafa (2022) Spor endüstrisi ve teknoloji sürecinin futbolda kullanım etkileri. (Ed.) Prof. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ. Spor Bilimleri IV. Ankara, Akademiye Kitabevi.
- Çakır, F., & Sıngın, R. (2019). ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE SPORA YÖNELİK TUTUM VE İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ. Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi. <https://doi.org/10.33468/sbsebd.102>.

- Çakır, V., İlk, C., & Guler, C. (2023). A Study on Social Media Addiction. *European Journal of Educational Sciences*. <https://doi.org/10.19044/ejes.v10no2a281>.
- Doğan K. (2022). Egzersiz Davranışı ve Sosyal Medya Bağımlılığı: Kent Parklarının Aracılık Etkisi. (Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı).
- Eime, R., Young, J., Harvey, J., Charity, M., & Payne, W. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: informing development of a conceptual model of health through sport. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, 98- 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>.
- Goodyear, V., & Armour, K. (2018). Young People, Social Media and Health.. <https://doi.org/10.4324/9781351026987>.
- Leggett-James, M., & Laursen, B. (2022). The Consequences of Social Media Use Across the Transition Into Adolescence: Body Image and Physical Activity. *The Journal of Early Adolescence*, 43, 947- 964. <https://doi.org/10.1177/02724316221136043>.
- Malkoç N. (2020). Egzersiz Bilimi: Anatomik Sistem Yaklaşımı. Zeynep Filiz Dinç (Ed.). *Egzersiz Spor ve Sağlık*. Ankara, Akademisyen Kitabevi.
- Okudan, B., & Karakullukçu, Ö. (2021). The Impact of University Level Sports Education on Social Media Addiction. *Asian Journal of Education and Training*. <https://doi.org/10.20448/JOURNAL.522.2021.71.7.12>.
- Salar, M., & Alp, H. (2021). Investigation of Teachers' Attitudes Towards Sports in Turkey, 1, 20-30. <https://doi.org/10.31949/IJSM.V1I1.967>.
- Subaşı, E. (2021). Lise Öğrencilerinin Okul İklimi Algıları ile Spora Yönelik Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (Muş İl Örneği). Yüksek Lisans Tezi, Muş Alparslan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Muş, 45.
- Subu, M., Al-Yateem, N., Waluyo, I., Aditaruna, D., Rahman, S., Marzooqi, A., Dias, J., & Ahamed, I. (2021). Social Media Use and Physical Activity among Junior High School Students in Indonesia. *2021 IEEE 45th Annual Computers, Software, and Applications Conference (COMPSAC)*, 1394-1396.
- Sumadevi, S. (2023). Impact of social media on Youth: Comprehensive Analysis. *Shodh Sari-An International Multidisciplinary Journal*. <https://doi.org/10.59231/sari7640>.
- Şentürk, H. (2019). The Factors Affecting Faculty of Sport Sciences Students' Attitudes towards Sports. *Universal Journal of Educational Research*, 7, 272-277. <https://doi.org/10.13189/UJER.2019.070135>.
- Tapşın, F., Tapşın, F., Özdemir, E., Selvi, S., Alev, A., & Yenel, İ. (2023). A study on the relationship between attitudes towards sports and self-efficacy levels of individuals doing leisure time activities. *Revista de Gestão e Secretariado (Management and Administrative Professional Review)*. <https://doi.org/10.7769/gesec.v14i10.2935>.
- Tekindur, C., Turğut, M., Özkan, A., & Yağbasan, F. (2020). Determination of the relationship between the participation level of university students to physical activity and their social media addiction. *International journal of Science Culture and Sport*. <https://doi.org/10.14486/intjscs.2020.588>.
- Togo, O, T, Öztürk, A. SPOR ORGANİZASYONLARINA KATILAN ÇALIŞANLARIN SPORA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ: ŞİRKETLER LİGİ ÖRNEĞİ. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi *Journal of Sports and Performance Researches* 2020;11(1):55-64

Spor Bilimleri VI

- Tükel, Y. (2018). Sportif Rekreasyon Faaliyeti Olarak Masa Tenisi Oynayan Sporcuların Spora Yönelik Tutumlarının Cinsiyete ve Medeni Duruma Göre Değerlendirilmesi. *Sportive*, 1(1), 12-18.
- Yanik, M. (2018). Attitudes of University Students towards Sport.. *Journal of education and training studies*, 6, 111-117. <https://doi.org/10.11114/JETS.V6I5.3047>.
- Yol, Y, Bal E, Malkoç N. (2023). Raket sporlarında besinsel ergojenik yardımcıları. Fatih ÖZGÜL (Ed.). *Spor Bilimlerinde Uluslararası Çalışmalar*. Ankara, Serüven Yayınevi.
- Yol, Y. (2023). Evaluation of FMS Scores of Competitive CrossFit Athletes by Gender. *Int J Disabil Sports Health Sci*;6: 134-141
- Yol, Y. & Sunay H. (2023). The Relationship Between Eurofit Test Battery Parameters and Freestyle Swimming Times of 7-11 Years Old Swimmers *Mediterranean Journal of Sport Science*. 6(1).

Bölüm 9

AMATÖR FUTBOLCULARDA ANTRENÖR-SPORCU İLİŞKİSİ DUYGUSAL KÖTÜ MUAMELEME VE SPORDA SÜREKLİ KENDİNE GÜVEN DÜZEYİNİN BELİRLENMESİ

Nedim MALKOÇ¹
Mustafa BAŞ²

GİRİŞ

Günümüzde spor, sağlık durumunu geliştirmek ve bu gelişmiş sağlığı korumak amacıyla yapılan hareketler olarak tanımlanmaktadır. Spor yapmak, sağlığın korunması için zorunluluk haline gelmiştir (Ergun & Baltacı, 1997). Spor kavramı evrensel bir kavram olarak insanlar tarafından her zaman saygınlıkla karşılanmış bir olgudur (Bal, 2020) Gelişen rekabet dünyasında her geçen gün yaşanan gelişmeler performans düzeylerinde olumlu gelişimlerin yaşanmasını sağlamaktadır. Atletlere uygulanan sportif özel performans teknikleri, beslenme alışkanlıkları, teknolojik gelişmeler ve antrenman çeşitliliği gibi etmenlerin bunda önemli derecede etkisi olmuştur. Seviyeyi daha ileri taşıma arzusu ile, spor bilimi insanların çalışmalarını arttırdığı görülmektedir (Bal & ark. 2022) Sporda performans parametrelerinin tanımlanması ve belirlenmesi sporcuların sadece başarılarını değil aynı zamanda doğru bir uygulamanın içinde olup olmadığına yönelik bilgiler elde edilmesi için de önemlidir (Bulgan ve ark., 2020). Ayrıca sporcuların uzun periyot süresince, yaralanma olasılıklarını azaltmak, kasların koordinasyondaki düzensizliği veya zayıflığı gidermek için de çok önemlidir (Yol, 2023). Sporcuların müsabakadaki davranışlarının anlaşılması ve gelecekte elde edilecek sonuçların belirlenip iyileştirilmesinin önemli olduğu; bu şekilde sporcuların performans analizlerinin bilimsel açıdan objektif olarak yapılmasının önemli olduğu da belirtilmektedir (Bulgan Ercin & ark., 2022).

¹ Doç. Dr., İstanbul Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD, nedim.malkoc@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0003-4599-3547

² Arş.Gör., İstanbul Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD, mustafa.bas@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-4753-9754

KAYNAKÇA

- Abakay U., Kuru E. (2011). Profesyonel ve Amatör Futbolcuların Antrenörleri ile Olan İletişim Düzeyi Farklılıklarının Karşılaştırılması. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 13(1), 125-131.
- Acar, M.F., Yapıcıoğlu, B, Arıkan, N., Yalçın, S., Ateş, N., Ergün, M. (2009). Analysis Of Goals Scored in
- Acet M. (2005). Sporda saldırganlık ve şiddet. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.Akademisyen Yayın Evi, Ankara
- Akgönül, E. K., Özen, G., & Dilekçi, U. (2023). Amatör Futbolcularda Sportif Sürekli Kendine Güven Düzeyinin Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 3(3), 137-149.Alanlar, Akademisyen Yayın Evi, Ankara
- Arabacı, N., & Çıtak, Ş. (2017). Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Oyun ve Açık Alan (Bahçe)Etkinlikleri İle İlgili Görüşlerinin İncelenmesi ve Örnek Bir Bahçe Düzenleme Çalışması. Mediterranean Journal of Educational Research, 11(21), 28-43.
- Aşçı, A. (2009). Futbolcularda Kuvvet Performansının Değerlendirilmesi. 3. Ulusal Futbol Bilim Kongresi,Bildiri Kitabı s:27
- Aydın, N. (1989). Futbol I. Ankara: Başkent Yayınevi.
- Bakker, F.C., H.T.A. Whiting, H van der Brug (1995), Sport Psychology: Concepts and Applications, John Wiley & Sons Ltd. England.
- Bal E. (2021). Spor Yönetiminde Kriz ve Stres Yönetimi, Dinç Z. (Ed.). Spor Bilimleri II.
- Bal E.(2020). Spor Hizmetlerinde Kalite Yönetimi, Dinç Z.F. (Ed.) Sporda Psiko-Sosyal
- Bal E., Malkoç N., Baş M. (2022). Farklı Isınma Türlerinin Post Aktivasyon Potansiyeline Etkisi,Dinç Z.F. (Ed). Spor Bilimleri IV, Akademisyen yayın Evi, Ankara
- Bal E., Malkoç N., Baş M. (2022). Spor Endüstrisi ve Teknoloji Sürecinin Futbolda Kullanım
- Bal, E., Sunay, H., Uyar, Y., Kaya, B., & Bianco, A. N. T. O. N. I. N. O. (2020). The Başer E. Uygulamalı Spor Psikolojisi, Bilimsel Spor Yayınları, Ankara, (1986)
- Bayraktar, B., Kurtoğlu, M. (2009). Sporda Performans, Etkili Faktörler, Değerlendirilmesi ve Artırılması. Klinik Gelişim Dergisi,16-24.
- Bulgan Ercin, Ç., Kistak, B., Kesepara, F. (2020). 13-15 Yaş Grubu Erkek Sporcuların 200m Serbest Stil Yüzme Performans Özelliklerinin Belirlenmesi. Antrenman Bilimleri. (Edt. Prof.Dr.Zeynep Filiz Dinç), Akademisyen Kitabevi A.Ş, Ankara.
- Büyüköztürk, Şener. (2010) Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı, 11. Baskı, Pegem Akademi, Ankara
- Carpenter B (2004). The First Olympics: The Early Greek Games Were Not as Pristine as We Like to Imagine. U.S. News & World Report. In: American Management Association.
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.)Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Côté, J. (2006). The development of coaching knowledge. International journal of sports science and coaching, 1(3), 217-222.
- Cushion C., Jones R. (2006) Power, discourse, and symbolic violence in professional youth soccer: The case of Albion Football Club. Sociology of Sport Journal 23(2), 142-161.35
- Çetin, E. (2022). Antrenör-Sporcu İlişkisi Duygusal Kötü Muamele Ölçeği'nin (Asidkmö) Türkçeye Uyarlanması. Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 20(4), 142-156.

- Çeyiz S. Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dallı, Yüksek Lisans Tezi, Adana, (2007).
- Çoban, M. S. (2019). Antrenör-sporcu ilişkisini etkileyen faktörler (Türkiye hentbol 1. lig örneği) (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Demir, A. G. M., & Biçer, T. (2021). Amatör Futbolcuların İletişim Beceri Düzeyleri ve Sürekli Sportif Kendine Güven Düzeyleri Arasındaki İlişki FuÖz. The Journal of Academic Social Science, (109), 258-269.
- Doğan O. (2004). Spor Psikolojisi Ders Kitabı, Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları, Sivas,
- Duffy, P. (2008). Implementation of the Bologna process and model curriculum development in coaching. Higher Education in Sport in Europe. From labour market demand to training supply, 80-108.
- E., Bulgan, Ç., Bingül, B. M., & Tan, H. (2021). Determining the Somato-type Characteristics of Turkish Male National Boxers: Determining the Somato-type Characteristics. International Journal of Curriculum and Instruction, 13(1), 400-410.
- effect of regular physical activity on women's self-confidence levels: An exploratory
- Ercin, C. B., Altan, B. K., Basar, M. A., & Bingül, B. M. (2022). The Relationships between Squat and Countermovement Jump Heights and Knee/Ankle Angles of 15-17 Age Swimmers. International Journal of Curriculum and Instruction, 15(1), 783-790.
- Erdoğan, İ. (2008). Futbol ve Futbolu İnceleme Üzerine Bir Araştırma. İletişim kuram ve araştırma dergisi Sayı 26 Kış-Bahar, s.1-58. 26 Kış-Bahar, s.1-58.
- Ergun, N. Ve Baltacı, G. (1997). Spor Yaralanmalarında Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Prensipleri. H. Ü. Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Yüksek Okulu Yayınları. Merdiven Tanıtım- Reklam. Ankara Etkileri, Dinç Z.F. (Ed). Spor Bilimleri IV, Akademisyen yayın Evi, Ankara
- Fişek K., (1980). Devlet Politikası ve Toplumsal Yapıyla İlişkileri Açısından Spor Yönetimi, AÜ Siyasal Bilgiler Fakültesi Yayınları; 8, 350.
- Fişek, K. (1985). 100 soruda Türkiye spor tarihi. İstanbul: Gerçek Yayınevi.
- Gezgin, M. F. ve Amman, T. (1993). Temel eğitimde yararlılık açısından spor olgusu. Eğitim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor II. Ulusal Sempozyumu, Manisa, 234- 237.
- Göksel, A.G., Pala, A., Caz, Ç. (2016). Futbol Hakemlerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Tercihleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi (UHIVE), 11, 15-28
- Hekim, M. (2016). Çocuklarda Beden Eğitimi, Spor Ve Oyun Etkinliklerine Katılımın Kemik Gelişimi Üzerine Etkilerinin Değerlendirilmesi. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 5(2), 66– 71.
- Heper, E., Koca, C., Ertan, H., Kale, M., Terek, S., Karabudak, E., & Ertan, H. (2012). Spor Bilimleri ile İlgili Kavramlar ve Sporun Tarihsel Gelişimi. H. Ertan (Ed.), Spor Bilimlerine Giriş (1. Baskı, ss. 11–12). Eskişehir: Anadolu Üniversitesi.
- Irwin, G., Hanton, S., Kerwin, D. (2004). Reflective practice and the origins of elite coaching knowledge. Reflective practice, 5(3), 425-442.
- İmamoğlu, O. (1991), Sporcu ve Seyirci sağlığı, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi. İstanbul.
- Kale M, Aktürkoğlu K, Yol Y, et al. (2023). Acute responses to repeated sprints on a non-motorized treadmill on dominant- and non-dominant leg sprint parameters. Physical Education of Students. 27(5):230-7. <https://doi.org/10.15561/20755279.2023.0502>

- Koçer, M. (2012). Futbol Derneklerine Üye Olan Taraftarların Şiddet Ve Holiganizm Eğilimlerinin Belirlenmesi: Kayseri örneği. Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 1(32), 111-135.
- Konter E. Bir Lider Olarak Antrenör. 1. Baskı, Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, (1996).36
- Kunter H. B.: Eski Türk Sporları Üzerine Araştırmalar. Cumhuriyet Matbaası, İstanbul, 1938.
- Kuru, E. (2000). Sporda psikoloji. Ankara: Gazi Üniversitesi İletişim Fakültesi Basımevi
- Kuyucu, M. (2014). Futbol Endüstrisinde Sosyal Medya Pazarlama Uygulamaları Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi, Yıl: 2, Sayı: 7, Aralık 2014, s. 161-175.
- Küçük, V. (1990). Amatör ve Profesyonel Sporcuların Bazı Kişilik Özellikleri. İstanbul: M.Ü. Sağlık Bilimleri Enst.,Yüksek Lisans Tezi
- Lepharter, S. M., Pincivero, D. M., Rozzi, S.L. (1998). Proprioception of the ankle and knee. Sports Med, 25, 149-155
- Lyle J (2002). Sports Coaching Concepts a Framework for Coaches' Behaviour. Routledge Published: New Fetter Lane, London.
- Martens, R. (2012). Successful coaching. Human Kinetics.
- Mathey, E. (1969). This thing culled sport. Journal of Health Physical, 40(2), 1-38.
- Miçoçoğulları, B. O., & Kirazcı, S. (2010). Sporda kendine güven kaynakları ölçeğinin Türk popülasyonuna uyarlanması. Spor Bilimleri Dergisi, 21(4), 154-163.
- Milistetd, M., Ciampolini, V., Salles, W. D. N., Ramos, V., Galatti, L. R., Nascimento, J. V. D. (2016). Coaches' development in Brazil: Structure of sports organizational programmes. Sports Coaching Review, 5(2), 138-152.
- Özdamar K. Paket Programlarla İstatistiksel Veri Analizi-1. 4. Baskı. Eskişehir: Kaan Kitabevi, 2002.
- Öztürk, F. (1998). Toplumsal boyutlarıyla spor. Ankara: Bağırğan Yayınevi.
- Petry, K., Froberg, K., Madella, A. (2006). Thematic network project AEHESIS. Report Of The Third Year. Cologne: IESF research. Acta Medica, 36, 3607.
- Rui, R., Hugo, S., William, F., Isabel, M., Juan, F. (2014). Coach education in volleyball: a study in five countries. Journal of Physical Education and Sport, 14(4),475.
- Saka, T., Yıldız, Y., Tekbaş, Ö. F., & Aydın, T. (2008). Genç Eerkeklerde Spor Okulu Eğitim Programlarının Bazı Antropometrik ve Fonksiyonel Testler Üzerine Etkisi. Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2(1), 1-8.
- Salmela Jh (1996). Great Job Coach! Getting the Edge from Proven Winners. Ottawa, On:Potentium. In: Cote J,
- Savaş, M., & Yazıcı, M. (2019). Okul Sporlarına Katılan Öğrencilerin İmgeleme Becerileri İle Sportif Güven Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Kastamonu Education Journal, 27(5), 2347-2354.
- Schiff, M. A. (2007) Soccer injuries in female youth players. J Adolesc Health, 40, 369-371.
- Sevim Y, Tuncel F, Erol E, Sunay H (2001). Antrenör Eğitimi ve İlkeleri. Gazi Kitapevi: Ankara.
- Singh, P, Lamba, P. S. (2019). Influence Of Crowdsourcing, Popularity And Previous Year Statistics İn Market Value Estimation Of Football Players. Journal of Discrete Mathematical Sciences and Cryptography, 22(2), 113-126
- Sökmen M. T.: Eski Türk Toplumlarında Beden Eğitimi-Spor ve Geleneksel Türk Sporları. G. Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1987. (Danışman: Doç. Dr. E. G. İspir).

- Sunay, H., Saracalođlu, S.A. (2003). Türk Sporcusunun Spordan Beklentileri İle Spora Yönelten Unsurlar. Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Yayın Sayı: 1 Cilt: 1 Yayınlandığı Sayfalar: 43-48 Yayın Niteleme Bilgileri: 1304-284X <http://acikarsiv.ankara.edu.tr/browse/910/1346.pdf>
- Şekertekin M.Ali (2003), Spor Eğitiminin Uyum, Kişiler Arası İlişkiler Tarzı Ve Saldırganlık Üzerine Etkileri, Yayımlanmamış Doktora Tezi, Erzurum Atatürk Üniversitesi. TDK (Türk Dil Kurumu). Erişim Adresi: <http://tdk.gov.tr/> Erişim tarihi: 22.02.2019
- Tezel A., 2015. <http://www.alitezal.com/tezel/index.php?sid=yazi&id=1714>, (Erişim Tarihi:20.02.2023).
- Tolukan, E., & Akyel, Y. (2019).Futbolda Antrenör –Sporcu İlişkisi ve Sürekli Sportif Kendine Güven Üzerine Bir Araştırma .Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 17(1), 103-112.
- Türkçe Sözlük (1988). Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Yayınları.
- Uysal L.C. (2005). 1894'ten 2004'e olimpiyatlar tarihi. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Wong, P., Hong, Y. (2005). Soccer injuries in the lower extremities. Br J Sports Med, 39, 473-482
- Wright, T., Trudel, P., Culver, D. (2007). Learning how to coach: the different learning situations reported by youth ice hockey coaches. Physical education and sport pedagogy, 12(2), 127-144.
- Yamaner. Faruk(2004),Beden Eğitimi ve Spora Giriş, Emek Matbaacılık, Kdz. ERE.89
- Yol Y., Bal E., Malkoç N. (2023). 7-10 Yaş Arası Cimnastik Yapan Kız-Erkek Sporcuların Denge, Sürat ve Esneklik Parametrelerinin Karşılaştırılması. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 17(3), 385-394.
- Yol Y., Sunay H. (2023). The Relationship Between Eurofit Test Battery Parameters and Freestyle Swimming Times of 7-11 Years Old Swimmers. Mediterranean Journal of Sport Science, 6(1)
- Yol, Y, Bal E, Malkoç N. (2023). Raket sporlarında besinsel ergojenik yardımcıları. Fatih ÖZGÜL (Ed.). Spor Bilimlerinde Uluslararası Çalışmalar. Ankara, Serüven Yayınevi.
- Yol, Y. (2023). Evaluation of FMS Scores of Competitive CrossFit Athletes by Gender. Int J Disabil Sports Health Sci;6: 134-141

Bölüm 10

SPOR YAPAN VE YAPMAYAN LİSE ÖĞRENCİLERİNİN DURUMLUK SINAV KAYGI DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

**Nedim MALKOÇ¹
Mustafa BAŞ²**

GİRİŞ

Egzersiz, zihinsel ve bedensel olarak kazançlar getiren olumlu bir davranış olarak açıklanır (Güler, 2020). Spor, fiziksel, ruhsal, zihinsel gelişmeyi sağlamaya yönelik

faaliyetler veya yarışmalar şeklinde icra edilen sistemli ve kurallar içerisinde gerçekleştirilen beden hareketleri şeklinde tanımlanmaktadır (Bal & ark. 2022). Bir diğer açıklamaya göre ise egzersiz planlı ve programlı, enerji tüketimine neden olan ve bireylerin bedensel uygunluğunu iyi hale getirmeyi hedefleyen uygulamalardır (Özer, 2019; Yol, & ark, 2023a). Egzersiz uygulamaları kilo uygunluğunu sağlama, sürekli tekrar eden hastalıkları en aza indirmeye (hipertansiyon, kalp rahatsızlıkları, kemik erimesi, diyabet, felç, stres, depresyon gibi), sakatlık önleme, kas içi ve kaslar arası koordinasyonu düzene sokma ve bunların dışında eğlence, kişisel gelişim ve sosyalleşme gibi sebeplerden dolayı uygulanmaktadır (Yol, 2023). Elit sporcular için gerek bireysel gerek takım sporlarında temel biyomotor (sürat, çeviklik, dayanıklılık vs.) becerilerini geliştirmede etkilidir (Kale & ark., 2023; Yol & Sunay, 2023; Yol, & ark.,2023b). Egzersizin insanlar üzerinde bedensel ve zihinsel yönden faydaları olduğu gözükmemektedir (Salar&ark., 2012). Egzersiz, insanlara olumlu fiziksel etkinin dışında canlılık katabilir, özgüvenlerini yükseltebilir ve pozitif düşünceler kazanmalarını sağlayabilir (Karaağaç, 2020).

Bireyler gündelik hayatlarında imtihan, ameliyat ve yarış gibi durumlarla karşı karşıya kalabilir. Bu gibi durumlarda kendilerini korkmuş ve tedirgin hissetmeleri normaldir. Bunlar gibi duygular bireylerin yaşam kalitesini düşürmeye, uyku düzensizliğine ve rutin uygulamalarından uzaklaşmalarına sebep olabilir (Özgür,

¹ Doç. Dr., İstanbul Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD nedim.malkoc@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0003-4599-3547

² Arş.Gör, İstanbul Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Yaşam Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, Egzersiz ve Spor Bilimleri AD mustafa.bas@sbu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-4753-9754

KAYNAKÇA

- Alyaprak, İ. (2006). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav kaygısını etkileyen faktörlerin incelenmesi. Unpublished master's thesis, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Anagnostis, P., Dimopoulou, C., Karras, S., Lambrinouadaki, I., & Goulis, D. G. (2015). Sarcopenia in post-menopausal women: Is there any role for vitamin D. *Maturitas*, 82(1), 56-64.
- Bacanlı, F., Sürücü, AGM (2006). İlköğretim 8.sınıfların sınav kaygıları ve karar verme oranları arasındaki farkların incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 45 (45), 7-35.
- Bal E. (2021). Spor Yönetiminde Kriz ve Stres Yönetimi, Dinç Z. (Ed.). Spor Bilimleri II. Akademisyen Yayın Evi, Ankara
- Bal E.(2020). Spor Hizmetlerinde Kalite Yönetimi, Dinç, Z.F. (Ed.) Sporda Psiko-Sosyal Alanlar, Akademisyen Yayın Evi, Ankara
- Bal E., Ercin Ç.B., Malkoç N.,Bilgiç S.. (2022). Farklı Isınma Türlerinin Post Aktivasyon Potansiyeline Etkisi, Dinç Z.F. (Ed). Spor Bilimleri IV, Akademisyen yayın Evi, Ankara
- Bal E., Malkoç N., Baş M. (2022). Spor Endüstrisi ve Teknoloji Sürecinin Futbolda Kullanım Etkileri, Dinç Z.F. (Ed). Spor Bilimleri IV, Akademisyen yayın Evi, Ankara
- Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (2005). Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective. New York, NY, US: Basic Books.
- Biddle, S. (1995). European perspectives on exercise and sport psychology. *Human Kinetics*. Bodas, J. & Ollendick, T. H. (2005). Test anxiety: A cross-cultural perspective. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 8(1), 65-88.
- Civil, Ş. (2008). İstanbul ili Anadolu yakası Kadıköy İlçesinde resmi ve özel ilköğretim 8. Sınıf öğrencilerine uygulanacak olan OKS sınavının öğrenciler üzerinde oluşturduğu sınav kaygısının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Cüceloğlu, Doğan. İnsan ve Davranışı. Psikolojinin Temel Kavramları. İstanbul: Remzi Kitabevi,1994.
- Çetinkaya, B. (2018). Hayat bir sınavdır, sınav kaygısı ve motivasyon. Ankara: Pegem Yayınevi.
- Dalkıran, O. (2012). Dershane öğrencilerinin fiziksel aktivitede bulunma değişkenine göre sürekli kaygı, sınav kaygısı ve sosyal beceri düzeyleri ile sınav performanslarının değerlendirilmesi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.
- Dalkıran, O., & Tuncel, F. (2007). Ortaöğretim kurumlarında beden eğitimi dersinin seçmeli ders olarak işlenmesinin öğrenciler gözüyle değerlendirilmesi. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 37-42.
- Doğan O (2005). Spor Psikolojisi. İkinci Baskı. Adana: Nobel Kitabevi 24
- Elçin, H. (2016). KKTÇ'de Eğitim Gören İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Matematik Kaygı Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Master's thesis, Eastern Mediterranean University (EMU)-Doğu Akdeniz Üniversitesi (DAÜ)).
- Fedewa, AL, & Ahn, S. (2011). Fiziksel aktivite ve fiziksel zindeliğin çocukların başarıları ve bilişsel çıktıkları üzerindeki etkileri: bir meta-analiz. *Egzersiz ve spor için üç aylık araştırma*, 82 (3), 521-535.

- Gençdoğan, B. (2006). Lise öğrencilerinin sınav kaygısı ile boyuneğicilik düzeyleri ve sosyal destek algısı arasındaki ilişkiler. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(1); 153-164.
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference, 17.0 update (10a ed.)* Boston: Pearson
- Güler, F. (2020). Temel Psikolojik İhtiyaçlar ile Egzersiz Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Kişisel Eğitimci ile Çalışan Yetişkinler Örneği. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Gündoğdu, M. (1994). The relationship between helpless explanatory style, test anxiety, and academic achievement among sixth grade basic education students. (Unpublished master thesis). The Graduate School of Social Science of Middle East Technical University, Ankara
- İkiz, E.F. & Uygur, S.S. (2019). Sınav kaygısıyla başa çıkmada bilinçli farkındalık temelli programlarının etkililiği: Sistematik bir derleme. *Journal of Human Sciences*, 16(1), 164-191.
- İkizler, C. (1993). Sporda başarıyı etkileyen psikolojik faktörler ve psikolojik antrenman. Yayınlanmamış Doktora Tezi Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü: İstanbul.
- Kale M, Aktürkoğlu K, Yol Y, et al. (2023). Acute responses to repeated sprints on a non-motorized treadmill on dominant- and non-dominant leg sprint parameters. *Physical Education of Students*. 27(5):230-7. <https://doi.org/10.15561/20755279.2023.0502>
- Karaağaç, G. (2020). Spor salonlarına giden bireylerin sağlıklı beslenme tutumları ve sosyal görünüş kaygı düzeylerinin belirlenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Kılıçgil E. (1998). *Sosyal Çevre-Spor İlişkileri*, Bağırhan Yayınevi, Ankara
- Mücevher, M. H., Demirgil, Z., & Erdem, R. (2016). Sportif aktivitelerin akademik başarı üzerindeki etkisi: SDÜ İİBF öğrencileri üzerine bir araştırma. V. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi-Bildiriler Kitabı I, 119-132.
- Öner, N. (1990). Sınav kaygısı envanteri el kitabı. İstanbul: Yöret Yayınları.
- Öner, N. ve Le Compte, A. (1985). Durumluk – Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı. (2. Baskım). İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları.
- Özçakır, S (2017). Tarih Temeller; Eski Çağlarda Spor. Mirzeoğlu N (Ed.), Spor Bilimlerine İriş. İkinci Baskı. Ankara: Spor Yayınevi.
- Özdamar K. Paket Programlarla İstatistiksel Veri Analizi-1. 4. Baskı. Eskişehir: Kaan Kitabevi, 2002.
- Özer K. Fiziksel Uygunluk 1.Baskı. Ankara: Nobel Yayınları; 2001
- Özgür, T. (2018). Futbol okullarında eğitim alan gençlerin lisanslı futbolcu olabilmeleriyle ilgili kaygı düzeylerinin belirlenmesi (Master's thesis, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Özguven, İ.E. (2000). Psikolojik testler, Pdrem Yayınları: Ankara
- Öztürk, M. O., & Uluşahin, A. (2018). Ruh sağlığı ve bozuklukları. Nobel Tıp Kitabevleri.
- Paksoy, S. M. (2021). Spor Bilimleri Alanında Öğrenim Gören Üniversite Öğrencilerinin Egzersiz Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi (Kahramanmaraş İli Örneği). Yüksek 61 Lisans Tezi. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kahramanmaraş. 27
- Putwain, D. W., Woods, K. A., & Symes, W. (2010). Personal and situational predictors of test anxiety of students in post-compulsory education. *British Journal of Educational Psychology*, 80(1), 137-160.

- Rahimi Asiabi, S. (2012). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinde fiziksel aktivite alışkanlıkları ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının akademik başarı ile ilişkisi. Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Salar B, Hekim M, Tokgöz M. (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi. 4(6):123-135.
- Sarıkaya, S. Gemalmaz, A. (2021). Sınav kaygısını etkileyen faktörler. Jour Turk Fam Phy, 12(2), 99-107.
- Saygılı, G., Atay, E., Eraslan, M., & Hekim, M. (2015). Investigation of the relationship between personality features and academic achievement of students doing and don't sport regularly. Kastamonu Education Journal, 23(1), 161-170.
- Spielberger, C. D. (1972). Review of profile of mood states.
- Spor Şurası. (1990). Sporda Eğitim ve Öğretim Komisyonu Raporu, Ankara
- Sunay, H. (2010) Sporda Organizasyon, Ankara: Gazi Kitabevi, Türkel, Ç.
- Sunay, Y., Sunay, H., (1996), Lise Öğrencilerinin Beden Eğitimi Dersinden Beklentileri ve Beklentilerin Gerçekleşme Düzeyi, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt I, sayı : 4, s. 35-53, Ankara.
- Şahin, A. (2019). Durumluk sınav kaygısı ölçeği (DUSKÖ): Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Trakya Eğitim Dergisi, 9(1), 78-90.
- Tekkanat, Ç. (2008). Öğretmenlik bölümünde okuyan öğrencilerde yaşam kalitesi ve fiziksel aktivite düzeyleri (Master's thesis, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
- Trudeau, F., & Shephard, R. J. (2008). Is there a long-term health legacy of required physical education?. Sports Medicine, 38, 265-270.
- Türkel, Ç., "İlköğretim Öğrencilerinin Sportif Faaliyetlere Katılım Düzeyi İle Sosyal Uyum ve İletişim Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi". Yüksek Lisans Tezi. Erciyes Üniversitesi SBE, 2010.
- Yasar, O. M., & Turgut, M. (2019). Sport Science College Students and Career Stress. Cypriot Journal of Educational Sciences, 14(4), 580-589.
- Yasar, O. M., & Turgut, M. (2020). Unemployment Anxiety of Last Year College Students. Cypriot Journal of Educational Sciences, 15(1), 56-64.
- Yavuzer, H. (2004). Ana- Baba ve Çocuk. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yıldız, H.Y. (2007). Sınav kaygısı anne baba tutumları ve mükemmeliyetçilik arasındaki ilişkinin incelenmesi, Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık, Ankara
- Yol Y. (2023). Evaluation of FMS Scores of Competitive CrossFit Athletes by Gender. Disabil. Sports Health Sci. 6(1):134-141
- Yol Y., Bal E., Malkoç N. (2023b). 7-10 Yaş Arası Cimnastik Yapan Kız-Erkek Sporcuların Denge, Sürat ve Esneklik Parametrelerinin Karşılaştırılması. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi. 17(3), 385-394.
- Yol Y., Sunay H. (2023). The Relationship Between Eurofit Test Battery Parameters and Freestyle Swimming Times of 7-11 Years Old Swimmers. Mediterranean Journal of Sport Science, 6(1)
- Yol, Y, Bal E, Malkoç N. (2023a). Raket sporlarında besinsel ergojenik yardımcılar. Fatih ÖZGÜL (Ed.). Spor Bilimlerinde Uluslararası Çalışmalar. Ankara, Serüven Yayınevi.

Bölüm 11

TARİHSEL PERSPEKTİF YÖNÜYLE TÜRKLERDE BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR

Ahmet İSLAM¹

İnsanoğlu dünyada var olduğundan beri beden eğitimi ve spordan uzak olmamıştır. İlkel kabilelerde bile vücutlarını hazır tutarak zorunlu bir şekilde beden kültürünü yaşamlarının bir parçası haline getirdiklerini görmekteyiz. Kendinden hızlı olan bir hayvandan kaçmak ve bir av hayvanı yakalamak amacıyla dayanıklı, kuvvetli ve çabuk olması bir zorunluluktur. Yaşanılan yerleşim yerlerinin sarp ve engebeli durumu, ağaçlara, kayalara tırmanma, sıçrama, uzanma gibi beden hareketleri için dayanıklılık gücü, patlayıcı kuvvetin yerine getirilmesiyle sağlanabilirdi. Buradan da beden eğitimi ve sporun: eski zamanlarda öncelikle hayatta kalma, araziye uyum sağlama, dinsel törenler, eğlence ve keyifli zaman geçirmek şeklinde belirtmek olarak açıklandığı görülmektedir. Beden eğitimi ve sporun ise günümüzde çoğunluk ile spor ile ilintili faaliyetlere dönük olduğu görülür. Modern olimpiyatların başlaması ile birlikte 19 yy. itibaren spora olan ilginin artarak devam ettiğini söylenebilir (Bilgin, 1996). Beden eğitimi “etkinlik” olarak adlandırılmaktadır. İnsan vücudunu eklem ile kasların yapısını dengeli olarak geliştirmeyi, yapılan faaliyetlerde kullanılan fiziksel kuvvetin ekonomik olarak yerine getirmeyi ve bunun için de organlarını kontrolünü sağlamak için sistemli olarak hareket etmesini sağlayan bir metot olarak belirtilebilir. Oyun ise, insanların performanslarını üst düzeye çıkararak boş zamanlarını en iyi şekilde değerlendirmek amacıyla yaptıkları bedensel egzersiz ve sportif amaçlı çalışmalar şeklinde söylenebilir (Aracı & Aracı, 2014).

Beden eğitimi, insandaki davranış değişikliği hareket ve durum tepkileri potansiyeli olarak ortaya çıkan eğitim durumunun bir bölümüdür (Nixon, 1969:56). Kişilerin ruhen, bedenlen ve fikir olarak gelişmesi, vücut bütünlüğünü dengeli olarak gelişmesini sağlayan, kişinin hem kendine hem de içinde yaşadığı topluma faydalı bir şekilde katkı sağlayan etkinlikler olarak söylenebilir. İnsanların fikren gelişmesini, vücudun bütünlüğünü zarar vermeden dengeli olarak

¹ Doç. Dr., Ordu Üniversitesi Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulu, ahmetislam@odu.edu.tr,
ORCID iD: 0000-0001-6735-1583

1864 yılında ilk olarak “Harbiye ve Askeri İdadilerde beden eğitimi dersinin” verilmesi, akabinde Bahriye mektebinde 1884 ile Medrese ve Rüştîyelerde ise 1914 yılıyla birlikte beden eğitimi dersinin bir zorunluluk olarak koyulması ile gündeme gelmiştir.

Eğitim sistemimizdeki Fransızların etkisinden dolayı spor eğitimimizde etkilendiği, ilk olarak cimnastik etkinliklerine Avrupa tarzında eğitim vermekte olan Harbiye Mektebi’nde “Riyazat-ı bedeniye” dersi ile girdiği tespit edilmiştir. Jimnastik sporunun Türkiye’de yaygınlaşması ise “Beden Eğitimi Öğretmeni M. Mouroux” ve onun öğrencisi olan “Faik (Üstünidman) Bey” sayesinde olduğu anlaşılmaktadır. İlk beden eğitimi ve spor öğretmeni “Mekteb-i Sultani’de Moiroux” adlı Fransızdır. Türk spor tarihinde 1903-1907 yılları sporun hızla dernekler kanununun çıkarılmasıyla birlikte “beden eğitimi ve spor” anlayışından çıkarılarak okul çevresinden uzaklaşmasına ve kendi teşkilat oluşturarak 1923 yılında Ankara’da “Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı (TİCİ)” şeklinde örgütlendiği görülmektedir.

Türkiye’de sporun bilimsel temelleri Gazi Beden Terbiyesi Mektebi’nin 1930’lu yıllarda kurulmasıyla atılan, beden eğitimi öğretmeni yetiştirmek ve “ülke sporunu kalkındırmak amacıyla 1974 yılında Gençlik ve Spor Akademileri” açılmıştır. Sporumuzun yönlendiren “Beden Terbiyesi ve Spor Genel Müdürlüğü” 1986 yılı - 3289 sayılı kanunu ve 1989’dan itibaren de “Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü” kanunu olarak devam etmiştir (Sümer, 1990). 16 Ağustos 1997’de “sekiz yıllık kesintisiz eğitimin” başlamasıyla beden eğitimi dersi, 2013-2014 eğitim öğretim yılında itibaren de “Talim Terbiye Kurulu Başkanlığı’nın” kararı ile Ortaokulda (5-6-7-8. Sınıflar) Beden Eğitimi ve Spor dersi zorunlu olarak haftada 2 saat yerine getirilmekte olduğu anlaşılmaktadır (MEB, 2013).

KAYNAKÇA

- Abalı, A. (1974). *Cumhuriyetimizin 50. Yılında Gençlik ve Spor*. Ankara: T.C. Gençlik ve Spor Bakanlığı Yayını
- Açak, M. (2006). *Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı*. Morpa Kültür Yayınları Ltd. Ş. İstanbul, s. 9.
- Altuntaş, H. (2019). *Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Türk Eğitim Sistemindeki Yeri*, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı, Kırıkkale
- Akyüz, Y. (1985). *Türk Eğitim Tarihi*, Ankara: A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayını. , s. 86.
- Aracı, H. & Aracı, Ş. (2014). *Spor Bilimleri Öğretimi*. (1.Basım). Ankara, s. 2
- Atabeyoğlu, C. (1972). *Spor Ansiklopedisi*, İstanbul: Yeni İstanbul Gazetesi Yayını, s. 179
- Atabeyoğlu, C. (1985). *Tanzimat’tan cumhuriyete Türkiye ansiklopedisi*, İstanbul: İletişim Yayınları

- BTUM, (1943). XX. *Cumhuriyet Yılında Beden Eğitimi ve Spor*, Ankara: Çankaya Matbaası, s. 11-40.
- Bilge, N. (1988). “*Beden Eğitimi Etkinliklerinde Karşılaşılan Başlıca Sorunlar. Orta Öğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Sorunları*”, Ankara: Türk Eğitim Derneği Yayınları, 70-82.
- Bilge, N. (1989). *Türkiye de Beden Eğitimi Öğretmeninin Yetiştirilmesi*, Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları: 1095, Kültür Eserleri Dizisi, 137
- Bilgin, S. (1996). *Temel Beden Eğitimi ve Spor Alıştırmaları*. İzmir: Medikal Yayınları; s-1-14-15.
- Cicioğlu, H. (1985). *Türkiye Cumhuriyeti'nde İlk ve Orta Öğretim*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları. Hâkimiyet-i Milliye, 8 Nisan 1927.
- Çağatay, N. (1976). *Bir Türk Kurumu Olan Ahilik*, Ankara, s. 202
- Çeliksoy, M.A., & Çelik, V.O. (2015). Türkiye’de Cumhuriyet Sonrası İlkokul Öğretim Programları İçerisinde Beden Eğitimi Ders Süresinin İncelenmesi, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(13), 369-391
- Dağlaroğlu, R. (1957). *Fenerbahçe Tarihi*, İstanbul: İstanbul Matbaası, s. 178-180
- Ergin, N., O. (1977). *Türk Maarif Tarihi*, İstanbul: Eser Matbaası.
- Fişek, K. (1985). *Yüz Soruda Türkiye Spor Tarihi*, İstanbul: Gerçek Yayınevi 43-97
- Fişek, K. (2003). *Devlet politikası ve toplumsal yapıyla ilişkileri açısından spor yönetimi: dünyada-Türkiye’de*. İstanbul: YGS Yayınları.
- Ergün, M.(1982). *Atatürk Devri Türk Eğitimi*, Ankara, , s. 44
- Güven, İ. (2014). *Türk eğitim tarihi*. Ankara: Pegem Akademi
- Hiçyılmaz, E. (1974). *Türk Spor Tarihi*. İstanbul: GSB Yayını. s. 95
- İmamoğlu, F. (2011). *Türkiye’de Sporun Yönetel Yapısı İçinde Spor Federasyonları, Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, XVI(2), 3-10
- Kahraman, A. (1995). *Osmanlı devletinde spor*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları
- Kyle, D. (1983). Directions in ancient sport history. *Journal of Sport Tourism*, 10(1), 7-34.
- Kafesoğlu, İ. (1984). *Türk Milli Kültürü*, İstanbul: Boğaziçi Yayınları
- Karaküçük, S. (1989). *Beden Eğitimi Öğretmeninin Eğitimi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Yayın No: 146, 45-50.
- Körmükçü, Y. (2006). *İlköğretim I.Kademe Beden Eğitimi Derslerinin Program ve Uygulamalarındaki Sorunlar*, 9.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi, 3-5 Kasım, Muğla,659-661
- Kurt, T., Kıvanç, C. & Kılıç, M. (2017). *Türk Spor Tarihi*. Devlet Kitapları.
- Milli Eğitim Bakanlığı (MEB,). (2013). *Beden Eğitimi ve Spor dersi öğretim programı kılavuzu*. Ankara: Devlet Kitapları Müdürlüğü Milli Eğitim Bakanlığı (2006). İlköğretim beden eğitimi dersi (1-8. sınıflar) öğretim programı. <http://tkb.meb.gov.tr/www/ogretim-programlari/icerik/72> sayfasından erişilmiştir.
- Nixon, J. (1969). *An Introduction to Physical Education*. Philadelphia, W.B. Saunders Co
- Öngel, B. (2001). *Türk Kültür Tarihinde Spor*. Ankara: Kültür Bakanlığı Kültür Eserleri, Erek Matbaası ;s-1-2.
- Resmi Gazete, (RG,). (1938, Haziran). 3961 sayılı ve 29 Haziran 1938 kabul tarihli *Beden terbiyesi kanunu*. (Resmî Gazete ile neşir ve ilâm : 16/VII/1938 - Sayı: 3961) Erişim: 24.09.2023.https://www5.tbmm.gov.tr/tutanaklar/KANUNLAR_KARARLAR/kanunbtmmc018/kanunbtmmc018/kanunbtmmc01803530.pdf

Spor Bilimleri VI

- Soyer, F. (2004). Osmanlı Devletinde (1839-1908 Tanzimat Dönemi) Beden Eğitimi ve Spor Alanındaki Kurumsal Yapılanmalar ve Okul Programlarındaki Yeri Konusunda Bir İnceleme, *GÜ, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 24 (1), 209-225.
- Sümer, R. (1990). *Türkiye’de Spor Yönetiminin Tarihsel Gelişimi ve Sporda Demokrasi* (3.Baskı). Ankara: Güven Kitabevi.
- Türkiye İdman Cemiyeti İttifakı (TİCİ.), (1923). *Teşkilatı ve Nizamat-ı Umumiye*, Tici Yayınları, Ahmet İhsan Matbaası.
- Tel, M. (2007). Atatürk’ün Beden Eğitimi Ve Spora Bakışı, *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 173-176
- Tekil, S. (1975). *Galatasaray Tarihi 1905–1985*, İstanbul, 1986, s.5; Kenan Okan, Türk Spor Tarihi, Ankara s.37
- Turhan, M. (1969). *Kültür değişimleri*. İstanbul: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Unat, F. R. (1964). *Türk Eğitim Sisteminin Gelişmesine Tarihi Bir Bakış*. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Uluskan, S. (2010). *Atatürk’ün Sosyal ve Kültürel Politikaları*, Ankara: Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Atatürk Araştırma Merkezi Yayınları, s.49; Vakit, “Halkevlerinin Çalışma Kolları”, 13/02/1932
- Ülkütaşır, M. Ş. (1967). *Gökbörü Oyunu*, *Türk Spor Dergisi*, 1,(16),6.
- Yetim, A. (2014). *Sosyoloji ve Spor*. (6. Baskı). Ankara: Berikan Yayınevi.
- Yıldız, D. (1979). *Türk Spor Tarihi*. İstanbul.. s. 3

Bölüm 12

DİJİTAL ÇAĞDA SPOR YÖNETİMİ: TEKNOLOJİ, İNOVASYON VE DİJİTAL DÖNÜŞÜM

Uğur ÖZER¹

GİRİŞ

Teknoloji, inovasyon ve dijital dönüşümün hız kazandığı günümüzde, spor sektörü de gelişmelerden ve değişimden büyük ölçüde etkilenmektedir. Daha önceleri sadece saha içi başarı ve atletik performans ön plandayken, artık sporda başarı için çok daha karmaşık ve çok yönlü süreçler ön plana çıkmaktadır. Dijital teknolojiler, sporda yönetim süreçlerinden performans takibine, sporcuların antrenman yöntemlerinden müsabaka analizlerine, gelir modellerini şekillendirmekten sponsorluk anlaşmalarını daha verimli hale getirmeye, taraftarla olan etkileşimden seyirci deneyimlerine kadar geniş bir yelpazede ortaya çıkmakta ve bu alanlarda dönüşüm ihtiyacını zorunlu kılmaktadır. Ayrıca teknoloji spor etkinliklerinin daha geniş kitlelere ulaşmasına da olanak tanımaktadır. Spor organizasyonlarının da dijital çağı yakalayabilmek için, teknolojiyi yönetim süreçlerine etkili bir şekilde entegre edebilmek, inovasyon ihtiyacı ortaya çıktığında bunu hızla gerçekleştirebilmek ve her zaman değişime uyum sağlama gerekliliği vardır. Özellikle büyük spor organizasyonları ve spor kulüpleri için teknolojiyi yönetim stratejilerinin bir parçası haline getirmek zorunluyken, küçük ölçekli spor kurumlarının da dijital dönüşüme ayak uydurması onların gelişimi adına önemlidir.

Dijital çağda, sporda yönetim kademelerinin görevi sadece dijital teknolojiyi kullanmakla kalmamakta, aynı zamanda yenilikleri takip edip etkin bir şekilde organizasyona entegre etmeyi sağlayarak rekabet avantajı elde etmeyi de gerektirmektedir. Dijital dönüşümü başarılı bir şekilde gerçekleştiren spor organizasyonları, hem iç operasyonlarını optimize edebilir hem de tüm yönetim süreçlerini geliştirebilir. Dijital teknoloji ile planlama ve karar alma süreçleri daha etkili bir şekilde gerçekleştirilebilirken, faaliyetlerin yürütülmesi, koordinasyonu ve

¹ Doç. Dr., Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Spor Yönetimi Programı, Spor Yöneticiliği AD, uguozer84@hotmail.com, ORCID iD: 0000-0002-3899-3429

KAYNAKÇA

- Barnhill, C. R., & Smith, N. L. (2023). Organizational behavior and digital transformation in sport. In M. L. Naraine, T. Hayduk, & J. P. Doyle (Eds.), *The Routledge handbook of digital sport management* (pp. 7-21). Abingdon: Routledge.
- Kerwin, S. (2023). Human resource management and digital technology. In M. L. Naraine, T. Hayduk, & J. P. Doyle (Eds.), *The Routledge handbook of digital sport management* (pp. 22-36). Abingdon: Routledge.
- Kinsky, B., & Huth, C. (2023). Sport innovation. In M. L. Naraine, T. Hayduk, & J. P. Doyle (Eds.), *The Routledge handbook of digital sport management* (pp. 368-383). Abingdon: Routledge.
- Langer, A. M. (2018). *Information technology and organizational learning: Managing behavioral change in the digital age*. Boca Raton: CRC Press.
- Martínez, J. M. G., & Medina, R. P. (2022). Analysis of the efficiency of digitalization in European Union countries. In J. M. G. Martínez & R. P. Medina (Eds.), *Digitalization in business: On the road to a sustainable world* (pp. 1-27). New York: Nova Science Publishers.
- Peppard, J., & Ward, J. (2016). *The strategic management of information systems: Building a digital strategy* (Fourth edit). Hoboken: Wiley.
- Ratten, V. (2019). *Sports technology and innovation: Assessing cultural and social factors*. Cham: Springer.
- Schmidt, S. L. (2020). How technologies impact sports in the digital age. In S. L. Schmidt (Ed.), *21st century sports: How technologies will change sports in the digital age* (pp. 3-14). Cham: Springer.
- Stone, S. M. (2019). *Digitally deaf: Why organizations struggle with digital transformation*. Cham: Springer.
- Thompson, A., & Parent, M. M. (2023). Digital transformation in not-for-profit sport organizations. In M. L. Naraine, T. Hayduk, & J. P. Doyle (Eds.), *The Routledge handbook of digital sport management* (pp. 62-75). Abingdon: Routledge.

Bölüm 13

ELİT RİTMİK CİMNASTİK HAKEMLERİNİN STRESLE BAŞA ÇIKMA DURUMLARI VE STRESLE BAŞA ÇIKMA STRATEJİLERİ

Banu Nurdan ÖZSU¹
Zeynep Filiz DİNÇ²

GİRİŞ

Spor alanında stresin yoğun olarak hissedildiği mesleklerden bir tanesi de hakemliktir (Can, Çoban & Soyer, 2011). Hakemlerin karşılaştıkları stres kaynaklarının tespit edilmesi ve uygun başa çıkma yöntemlerinin geliştirilmesi, müsabakaların daha iyi yönetilmesine ve adil olma konusunda hakemlere yol gösterecektir (Ekmekçi, 2007).

Ritmik cimnastik, estetik ve sanatsal bileşenleri birleştiren, vücut hareketlerinin ve alet tekniğinin yüksek zorluk seviyesi ile karakterize edilir. Üst düzey performanslarda bu karmaşıklık değerlendirmeyi ve değerlendirmenin doğruluğunu zorlaştırır (Bobo, 2002).

Ritmik cimnastik hakemlerinin yarışma öncesinde, sırasında ve sonrasında karşılaştıkları çeşitli olumsuzluklar karşısında stres kaynakları ve stres kaynakları ile başa çıkma yöntemlerinde olumlu stratejileri kullanmaları görevlerini başarıyla yerine getirmeleri açısından önem arz etmektedir. Bu çalışmada elit ritmik cimnastik hakemlerinin stres kaynakları ve stresle başa çıkma yöntemleri incelenmiştir.

* Bu çalışma yazarların “Elit Ritmik Cimnastik Hakemlerinin Stresle Başa Çıkma Durumları ve Stresle Başa Çıkma Stratejileri Üzerine Nitel Bir Çalışma” başlıklı Yüksek Lisans Tezinden üretilmiştir.

¹ Öğr. Gör. Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Sporda Psikososyal Alanlar AD., banunurdan28@gmail.com, ORCID iD: 0009-0003-6069-1368

² Prof. Dr., Çukurova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Sporda Psikososyal Alanlar AD, zdinc@cu.edu.tr, ORCID iD: 0000-0002-9034-8144

Sonuç olarak elit düzey ritmik cimnastik hakemlerinin müsabakalar esnasındaki hissettikleri stresin sporcuya adil ve hakkaniyetli sonuç notu vermek konusunda hassasiyetlerinden kaynaklandığı anlaşılmaktadır. Kural kitapçığına hâkim olmak ve pratik yapmak en çok benimsedikleri ve streslerini yönetmek için en çok başvurdukları yöntemlerdendir.

Spor federasyonlarının hakemlik mesleğinin yapılandırılması, geliştirilmesi ve değer kazandırılması için yapacağı uygulamalar daha verimli ve daha başarılı organizasyonların temelini oluşturabilir. Çalışmanın sonuçları hakemlik mesleğini daha kurumsal hale getirme, katılımı sağlama ve iletişimi geliştirme konularında daha verimli bir yapı kurulmasını sağlayabilir.

Spor hakemliğinin stres kaynakları ve bunları önlemeye yönelik farklı branşlardan hakemlerin katıldığı daha geniş katılımlı bir çalışma yapılabilir. Aynı çalışmanın üst düzey hakemler ile uzman sayısı artırılarak gerçekleştirilebilir. Bu çalışma daha sonra belirli aralıklarla tekrarlanıp hakemlerin stres kaynaklarındaki değişimler ve uygulanan eğitim programlarının ne derece işe yaradığı kontrol edilebilir.

KAYNAKLAR

- Agopyan, A. Ritmik Cimnastik Sporuna Kısa Bir Bakış. *Türkiye Cimnastik Federasyonu Bülten*, 2015; (2); 10.
- Balcı A. *Çalışanlarda Stres Kaynakları, Stresle Başa Çıkma Yöntemleri ve Sağlık Sektörü*. Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Yönetimi Anabilim Dalı, Hastane ve Sağlık Kurumları Yönetimi Bilim Dalı, İstanbul, 2014.
- Barreiros P, Franco D, Barreiros N, Stress in Rhythmic Gymnastics Refereeing: A Systematic Review. *SciELO-Scientific Electronic Library Online*. (<https://www.sci.elo.br/j/refuem/a/yQk6mmBX83q3grBF3QN6wzy/abstract/?lang=en#>) Erişim Tarihi 16.02.2022.
- Bobo M. *El Juicio Deportivo en Gimnasia Rítmica. Una Propuesta de Evaluación Basada en Indicadores de Rendimiento*. PHD Thesis, Universidad da Coruña, Instituto Nacional de Educación Física de Galicia, Coruña, 2002.
- Boen F, Hoye K, Auweele YV, Open Feedback in Gymnastic Judging Causes Conformity Bias Based on Informational Influencing. *Journal Of Sports Sciences*, 26:6, 621-628, 2008.
- Bogdan R, Biklen SK. Foundations of Qualitative Research in Education. Qualitative Research in Education: *An Introduction to Theory and Methods*, 1998.
- Brennan J.S. *Coping Methods of Male and Female NCAA Division Basketball Referees Under Stressful Game Conditions*. For the Degree of Doctor of Philosophy, University of Nebraska, Lincoln, Nebraska, 2001.
- Can Y, Çoban Ü, Soyer F. Negatif Duygusallığın Stres Üzerindeki Etkisi: Faal Futbol Hakemleri Üzerinde Bir Araştırma. *Niğde Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2011; 5 (2): 165-174.

- Creswell JW, Plano CV, Gutmann ML, Advanced Mixed Methods Research Designs. Handbook of Mixed Methods in Social and Behavioral Research, 2003.
- Ekmekçi R. Basketbol Hakemlerinin Stres Kaynakları ve Başa Çıkma Yolları. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2007; 2: 19.
- Ekmekçi R. *Basketbol Hakemlerinin Stres Kaynakları ile Stresle Başa Çıkma Yöntemlerinin Tespiti ve Önleyici Yöneltil Uygulamaların Geliştirilmesi*. Doktora Tezi, Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu, 2008.
- Erdem, T. *Güreş hakemlerinin Stres Kaynakları ve Başa Çıkma Yöntemleri*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya, 2015.
- Ergin A, Uzun SU, Bozkurt Aİ. Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Stresle Başa Çıkma Yöntemleri ve Bu Yöntemlerin Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi. *Pamukkale Üniversitesi, Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Fırat Tıp Dergisi*, 2014; 19(1): 31-37 Denizli.
- Flessas K, Mylonas D, Panagiotaropoulou G, "Judging the Judges' Performance in Rhythmic Gymnastics. *Article in Medicine and Science in Sports and Exercise*, June 2014. DOI: 10.1249/MSS.0000000000000425.
- Gündoğan B, Yetim AA. Cimnastik Branşında Antrenör ve Hakem Olarak Görev Yapan Bireylerin İş Yaşamındaki Mutluluk Seviyelerinin İncelenmesi. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2021 5.1:64-76.
- Gürpınar B. Sources of Stress and the Coping Methods of Wheelchair Basketball Referees. *Mediterranean Journal of Humanities, mjh.akdeniz.edu.tr* V/1, 2015, 259-268.
- Kanbay Y, Üstün B. Kars ve Artvin İllerinde Hemşirelerin İş Ortamı ile İlgili Stresörleri ve Kullandıkları Başetme Yöntemlerinin İncelenmesi, *DEÜ Hemşirelik Yüksekokulu E-Dergi*, C:2, S:4, İzmir, 2009, s.155
- Koç H. Cimnastik Federasyonunun İdari ve Mali Yapısı, Sporcu, Antrenör, Hakem Malzeme Yönünden İncelenmesi: Bolu İli Örneği. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Marmara Üniversitesi, İstanbul, 1996.
- Leandro C, Ávila-Carvalho L, Sierra-Palmeiro E, The Evaluation Rules in the View of the Rhythmic Gymnastics Judges. *Journal of Sports Science* 4, 2016; 232-240 doi: 10.17265/2332-7839/2016.04.007.
- Öztürk, B. *Halk Oyunları Hakemlerinde Mobbing Kavramının Varlığı ve Stresle Başa Çıkma Tarzları Arasındaki İlişkinin Araştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum, 2020.
- Öztürk M. (2003). *Fonksiyonları Açısından İşletme ve Yönetim*. İstanbul: Papatya Yayıncılık,
- Punch, KP. (2005). *Sosyal Araştırmalara Giriş Nicel ve Nitel Yaklaşımlar* (Çeviri: Bayrak D, Arslan HB, Akyüz Z). Ankara: Siyasal Kitapevi.
- Şahin NH. İş Yerinizdeki Kronik Stres Kaynakları, Stresle Başa Çıkma- Olumlu Bir Yaklaşım. *Türk Psikologlar Derneği Yayınları*: 2, Ankara, 1994.
- Tansu M. *Örgütsel Stres Kaynakları ve İş Tatmini Arasındaki İlişkinin İncelenmesi ve Sağlık Sektöründe Bir Uygulama*. Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2009
- Yaşar M. An Ethnographic Case Study of Educational Drama in Teacher Education Settings: Issues of Resistance, Community and Pover. Yayınlanmamış Doktora Tezi, the Ohio State University, 2006.
- Zhu D, Zhang Z, Chen M, Perspective on Rhythmic Gymnastics Performance Analysis Powered by Intelligent Fabric. *Donghua University, Shanghai, China* 2022. <https://doi.org/10.1007/s42765-022-00197-w>.

Bölüm 14

BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENLERİNİN ÖRGÜT KÜLTÜRÜ ALGILAMALARI

**Burhan PARSAK¹
F. Pervin BİLİR²**

GİRİŞ

Örgüt, ortak bir amacı gerçekleştirmek için bir araya gelmiş bireylerden oluşan topluluklar olarak tanımlanmaktadır (Schein, 1985). Örgütlerin de toplumlar gibi kendilerine özgü davranışları, inançları ve değerleri olduğu, tüm bu özelliklerin örgüt kültürünü oluşturduğu ve örgütün yönetim tarzını belirlediği vurgulanmaktadır (Şahin, 2010). Schein (1985) yaptığı araştırmalarda örgütü anlamının öncelikle kültürü anlamayı gerektirdiğini öne sürmüştür. Bunun yanı sıra Deal ve Peterson (1991) da kültür kavramının; örgütün davranış biçimlerinin ne olduğunu, nasıl meydana geldiğini ve örgütün performansını nasıl etkilediğini anlamamız için önemli olduğunu vurgulamıştır. Tylor (1873) kültür bilimi adlı çalışmasında kültürün, etnografik açıdan ele alındığında toplumun üyesi olarak bireyin bilgi, inanç, sanat, ahlak, kanun, gelenek ve diğer tüm yeteneklerini ve alışkanlıklarını içeren karmaşık bir yapı olduğunu söylemektedir (akt. Erickson & Murphy, 2013). Buradan yola çıkarak aslında kültürün herkesi çevreleyen bir olgu olduğu görülmektedir. Örgüt kültürünün ise bir örgüte mensup bireylerin düşünce ve davranışlarını şekillendiren normlar, değerler, inançlar ve alışkanlıklar sistemi olduğu ve örgütleri birbirinden ayıran en önemli özelliğin amaçlar olduğu, her örgütün farklı bir amacı gerçekleştirmek üzere kurulduğu vurgulanmaktadır (Dinçer, 2013; Güçlü, 2003; Toprakçı, 1995). Eğitim örgütleri ise hem toplumun hem de bireylerin ihtiyaçlarını karşılamak üzere oluşturulmuştur. Buradan yola çıkarak eğitim örgütlerinin amacı; beden, zihin, ahlak, ruh ve duyu bakımlarından dengeli ve sağlıklı şekilde gelişmiş bir kişiliğe ve karaktere sahip bireyler yetiştirmek, onları ilgi ve yeteneklerini geliştirerek gerekli bilgi, beceri,

¹ Doktora Öğrencisi, Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, burhanparsak@gmail.com, ORCID iD: 0000-0001-5007-1286

² Prof. Dr., Çukurova Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Spor Yönetim Bilimleri AD, fatmapervinbilir@gmail.com, ORCID iD: 0000-0001-5413-3712

edilmiştir. Öğretmenlik deneyimi 10 yıl ve daha az olan beden eğitimi öğretmenleri ile öğretmenlik deneyimi 11 yıl ve daha fazla olan beden eğitimi öğretmenlerinin örgüt kültürü alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı, hem öğretmenlik deneyimi 10 yıl ve daha az olan öğretmenlerin hem de öğretmenlik deneyimi 11 yıl ve daha fazla olan beden eğitimi öğretmenlerinin “Güç kültürü”, “Rol kültürü”, “Başarı kültürü” ve “Destek kültürü” alt boyutlarının görev yaptıkları okullarda birbirine benzer ve orta düzeyde var olduğu belirlenmiştir.

Örgüt kültürünün oluşumunda yöneticiler etkin rol aldığı için eğitim örgütlerinde görev yapan yöneticilerin örgüt kültürü konusunda bilgilendirilmesi, çeşitli etkinliklerin yapılması farkındalığı artırarak öğretmenlerin daha güçlü bir örgüt kültürü algısının oluşmasına yardımcı olacaktır.

Bundan sonra yapılacak araştırmalarda; kamu kurumunda görev yapan beden eğitimi öğretmenleri ile özel kurumlarda görev yapan beden eğitimi öğretmenlerinin örgüt kültürü düzeyleri karşılaştırılabilir. Beden eğitimi öğretmenlerinin yönetici olduğu okullardaki örgüt kültürünün belirlenmesi için çalışmalar yapılabilir. Aynı okulda görev yapan beden eğitimi öğretmenleri ile farklı branştaki öğretmenlerin örgüt kültürü algıları, okullarda örgüt kültürünün nasıl oluştuğuna dair araştırmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Altahayneh, Z. L., & Wezermes, I. (2008). The relationship between transformational leadership and organizational culture in colleges of physical education in Jordan. *Journal of Educational & Psychological Sciences*, 9(01).
- Arslan, M. M., & Atasayar, H. H. (2008). Ideas of the provincial managers of the Ministry of National Education about localization. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 41(2), 59-79.
- Azadi, A., Farsani, M. E., Rizi, R. M., & Aroufzad, S. (2013). Relationship between organizational culture and organizational learning among employees in physical education organizations. *European Journal of Sports and Exercise Science*, 2(1), 12-16.
- Balay, R., Ahmet, K., & Cülha, A. (2013). Örgüt kültürü ve örgütsel sinizm ilişkisi. *Cumhuriyet Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 14(2), 123-144.
- Bilir, P., Ay, Ü., & Çelik, G. T. (2003). Beden eğitimi ve spor yüksekokullarında örgüt kültürü. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 117-128.
- De Brentani, U., & Kleinschmidt, E. J. (2004). Corporate culture and commitment: Impact on performance of international new product development programs. *Journal of Product Innovation Management*, 21(5), 309-333.
- Deal, T. E., & Peterson, K. D. (1991). *The principal's role in shaping school culture*. US Department of Education, Office of Educational Research and Improvement, Programs for the Improvement of Practice.

- Demirhan, G., Bulca, Y., Altay, F., Şahin, R., Güvenç, A., Aslan, A., ... & Açıkada, C. (2008). Beden eğitimi öğretim programları ve programların yürütülmesine ilişkin paydaş görüşlerinin karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 19(3), 157-180.
- Demirhan, G., Bulca, Y., Saçlı, F., & Kangalgil, M. (2014). Beden eğitimi öğretmenlerinin uygulamada karşılaştıkları sorunlar ve çözüm önerileri. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(29-2), 57-68.
- Dinçer, Ö. (2013). *Stratejik yönetim ve işletme politikası*. İstanbul: Alfa Yayınları.
- Erickson, P. A., & Murphy, L. D. (Eds.). (2013). *Readings for a history of anthropological theory*. Toronto: University of Toronto Press.
- Eskiler, E., Ekici, S., Soyer, F., & Sari, I. (2016). The relationship between organizational culture and innovative work behavior for sports services in tourism enterprises. *Physical Culture and Sport Studies and Research*, 69(1), 53-64.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2011). *How to Design and Evaluate Research in Education* (Eighth Edit). United State of America: Mc Graw Hill Companies, Inc.
- Güçlü, N. (2003). Örgüt kültürü. *Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 23(2), 61-85.
- Haerens, L., Kirk, D., Cardon, G., & De Bourdeaudhuij, I. (2011). Toward the development of a pedagogical model for health-based physical education. *Quest*, 63(3), 321-338.
- İnce, M. L. ve Ok, A. (2005). Moving prospective physical education teachers to learner-centered teaching: Can it be stimulated in a traditional context. *Journal of International Council for Health, Physical Education, Sport and Dance*, 41(1), 6-12.
- İpek, C. (1999). *Resmi liseler ile özel liselerde örgütsel kültür ve öğretmen-öğrenci ilişkisi (Yayımlanmamış doktora tezi)*. Ankara Üniversitesi.
- İpek, C. (2012). Öğretmen algılarına göre ortaöğretim kurumlarında örgütsel kültür ve örgütsel vatandaşlık davranışı. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 3(3), 399-434.
- Kıran, H. (2001). Milli Eğitim Bakanlığı taşra örgütü yöneticilerinin eğitimde yerinden yönetime ilişkin tutumları. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(9), 1-9.
- Korkut, A., & Hacıfazlıoğlu, Ö. (2011). Öğretmenlerin okul kültürünü algılama düzeyleri: Büyükçekmece örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(37), 135-152.
- Mahdiyeh, M., Nakhaei, H., & Kebriaei, A. (2016). Impact of organizational culture on productivity: A study among employees of ministry of youth and sports, Iran. *International Journal*, 3(3).
- Milli Eğitim Bakanlığı (1973). *Milli Eğitim Temel Kanunu*. 7 Ocak 2022 tarihinde <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.5.1739.pdf> internet adresinden erişim sağlanmıştır.
- Parsak, B., & Saraç, L. (2021). Health-related physical activity report card applications: An initial examination of physical education teachers'views. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 12(3), 21-40.
- Savran, M. (2009). *Ankara merkez resmi ve özel ortaöğretim okullarında çalışmakta olan beden eğitimi öğretmenlerinin örgüt içindeki çatışma yönetim stratejilerinin incelenmesi (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi)*. Ankara Üniversitesi.
- Schein, E. H. (1985). Defining organizational culture. *Classics of Organization Theory*, 3(1), 490-502.
- Sönmez, M. A. (2006). Meslek liselerinde örgüt kültürü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 45(45), 85-108.
- Şahin, A. (2010). Örgüt kültürü-yönetim ilişkisi ve yönetsel etkinlik. *Maliye Dergisi*, (159), 21-35.

Spor Bilimleri VI

- Taşar, H. H. (2009). Merkeziyetçi yönetim yapısının kamu okulları üzerinde bıraktığı olumsuz etkiler. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (2), 108-119.
- Terzi, A. R. (2005). İlköğretim okullarında örgüt kültürü. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 43(43), 423-442.
- Toprakçı, E. (1995). Okul örgütünün amaçlar açısından kendine özgü yönleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 1(1), 113-120.
- Ulucan, H., Türkçapar, Ü., & Cihan, B. (2012). Beden eğitimi öğretmenlerinin meslekte karşılaştıkları sorunların incelenmesi Kırşehir ili uygulaması. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(2), 265-277.
- Ural, A. ve Kılıç, İ. (2006). *Bilimsel araştırma süreci ve spss ile veri analizi: SPSS 10.0-12.0 For Windows*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- World Medical Association. (2001). World medical association declaration of Helsinki. Ethical principles for medical research involving human subjects. *Bulletin of the World Health Organization*, 79(4), 373.
- Yalçınkaya, M. (2004). Okul merkezli yönetim. *Ege Eğitim Dergisi*, 5(2).
- Yıldırım, S. (2012). *Üniversitelerin beden eğitimi ve spor ile ilgili akademik birimlerinde dönüşümcü liderlik ve örgüt kültürü tipleri arasındaki ilişkinin analizi (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi)*. Hacettepe Üniversitesi.

Bölüm 15

OLİMPİYAT OYUNLARI VE YAPAY ZEKÂ

Uğur ÖZER¹

GİRİŞ

Olimpiyat oyunları, modern spor dünyasının en prestijli etkinliklerinden biri olarak, yalnızca fiziksel performansın değil, aynı zamanda teknolojik yeniliklerin de sahnesi haline gelmiştir. Bu çerçevede, son yıllarda yapay zekâ teknolojilerinin spor ve özellikle olimpiyat oyunları üzerindeki etkisi, hem sporcuların performansının iyileştirilmesinde hem de organizasyonların yönetiminde köklü değişikliklere yol açmıştır. Yapay zekâ, büyük veri analitiği, makine öğrenimi ve diğer akıllı teknolojiler aracılığıyla sporcuların bireysel performanslarının değerlendirilmesinden yaralanmaların önlenmesine, hakemlik süreçlerinde adaletin sağlanmasından izleyici deneyimlerini geliştirmeye kadar geniş bir yelpazede kullanılmaktadır. Olimpiyat oyunları'ndaki bu dijital dönüşüm, sporun evrimine önemli bir katkı sağlayarak, diğer spor dallarında da yeniliklerin önünü açmıştır.

Yapay zekânın spor dünyasındaki hızlı yükselişi, Paris 2024 Olimpiyat Oyunları'nın da dijital bir organizasyon haline gelmesini sağlamıştır. Paris Olimpiyatları'nda yapay zekânın spora entegrasyonunun en yeni örnekleri denenmiş ve gelecek organizasyonların daha fazla yapay zekâdan faydalanmasının provaları yapılmıştır. Buradan hareketle bu bölümde, yapay zekâ teknolojilerinin olimpiyat oyunları'ndaki rolü ve bu teknolojilerin sporda nasıl bir dönüşüm sağladığı ele alınmıştır.

YAPAY ZEKÂNIN TANIMI VE GELİŞİMİ

Bütün insan faaliyetleri insan zekâsıyla gerçekleştirilir. Satranç, yarışmalar, problem çözme, bilmeceleri tahmin etme, tartışma, planlama ve bilgisayar programları yazma ve hatta araba ve bisiklet sürme gibi birçok insan faaliyeti zekâ gerektirir. Eğer bir makine böyle bir görevi yerine getirebiliyorsa, o makinenin zaten bir tür yapay zekâya sahip olduğu düşünülebilir. Farklı bilimsel veya disiplinler geçmişlere

¹ Doç. Dr., Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Meslek Yüksekokulu, Spor Yönetimi Programı, Spor Yöneticiliği AD, uguozer84@hotmail.com, ORCID iD: 0000-0002-3899-3429

katkı sağlayacaktır. Bu bağlamda, yapay zekânın olimpiyat oyunlarına entegrasyonu, sporun evrimi açısından bir dönüm noktası olarak kabul edilebilir.

KAYNAKÇA

- Bennet, A. (2024). *How artificial intelligence revolutionized the 2024 Paris Olympics*. (17.09.2024 tarihinde <https://www.promegaconnections.com/how-artificial-intelligence-ai-revolutionized-the-olympics/> adresinden ulaşılmıştır).
- Cai, Z., Liu, L., Chen, B., & Wang, Y. (2021). *Artificial intelligence: From beginning to date*. Singapore: World Scientific.
- IOC. (2023). *Olympic AI agenda*. (20.09.2024 tarihinde <https://stillmed.olympics.com/media/Documents/International-Olympic-Committee/AI/Olympic-AI-Agenda.pdf> adresinden ulaşılmıştır).
- IOC. (2024). *AI and tech innovations at Paris 2024: A game changer in sport*. (20.09.2024 tarihinde <https://olympics.com/ioc/news/ai-and-tech-innovations-at-paris-2024-a-game-changer-in-sport> adresinden ulaşılmıştır).
- Kapuscinski, M. (2024). *How was AI used at the Paris 2024 Olympic Games?* (22.09.2024 tarihinde <https://tms.com/how-was-ai-used-at-the-paris-2024-olympic-games/> adresinden ulaşılmıştır).
- Koltsakis, E., Klontzas, M. E., & Karantanas, A. H. (2023). Introduction to artificial intelligence. In M. E. Klontzas, S. C. Fanni, & E. Neri (Eds.), *Introduction to artificial intelligence* (pp. 1-11). Cham: Springer.
- Kulkarni, S. (2024-August). Three ways AI is changing the 2024 Olympics for athletes and fans. *Nature*, 632 (20). Doi: 10.1038/d41586-024-02427-0
- Lloyd-Smith, M. (2024). *AI at the 2024 Paris Olympics*. (21.09.2024 tarihinde <https://www.mindport.ca/insights/Artificial-intelligence-at-the-2024-Paris-Olympics> adresinden ulaşılmıştır).
- Machaiiah, P. (2024). *AI technology at the Paris Olympics 2024: A new era for sports and global events*. (18.09.2024 tarihinde <https://medium.com/@poonacha/ai-technology-at-the-paris-olympics-2024-a-new-era-for-sports-and-global-events-4bd93f297ab0> adresinden ulaşılmıştır).
- Özer, U. (2023). Uluslararası spor organizasyonlarında dijital teknolojinin kullanımı ve etkileri. H. Kula (Ed.), *Sporda inovasyon ve yeni nesil teknolojiler içinde* (s. 81-102). İstanbul: Efe Akademi.
- Paaß, G., & Hecker, D. (2024). *Artificial Intelligence: What Is Behind the Technology of the Future?* Cham: Springer.
- Rana, R., & Bhutani, A. (2022). Artificial intelligence: The need of the hour. In N. D. Dewani, Z. A. Khan, A. Agarwal, M. Sharma, & S. A. Khan (Eds.), *Handbook of research on cyber law, data protection, and privacy* (pp. 332-344). Hershey: IGI Global.
- Yablonsky, S. (2022). AI-Driven innovation: Towards a conceptual framework. In S. Taney & H. Blackburn (Eds.), *Artificial intelligence and innovation management* (pp. 97-116). London: World Scientific.