



# 2nd International Congress on Exercise and Sport Sciences

*The Book Of Full Text*

*05-07 December 2024  
Samsun / TÜRKİYE*



## *Editors*

*Prof. Dr. Soner ÇANKAYA*

*Assoc. Prof. Dr. Burkay CEVAHİRCİOĞLU*

*Assoc. Prof. Dr. Seda SABAH*

*Dr. Muhammet KUSAN*



[www.uesbk.org](http://www.uesbk.org)



9 786259 812236



## II. ULUSLARARASI EGZERSİZ VE SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ

### EGZERSİZ VE SPOR BİLİMLERİ KONGRESİ KİTABI

## II. INTERNATIONAL CONGRESS ON EXERCISE AND SPORTS SCIENCES

### EXERCISE AND SPORTS SCIENCES CONGRESS BOOK

#### Editörler:

Prof.Dr. Soner ÇANKAYA

Doç.Dr. Burkay CEVAHİRCİOĞLU

Doç.Dr. Seda SABAH

Dr. Muhammet KUSAN

#### *Editörlerin Notu*

*Yazar ve/veya yazarlar bildiri kitabında yer alan görüşlerin, bulguların, sonuçların, tabloların, şekillerin, kullanılan kaynakların ve her türlü içeriğin, ulusal ve uluslararası telif haklarına konu olabilecek her türlü sorumluluğun kendisine ait olduğunu kabul eder.*

**05-07 ARALIK/SAMSUN, TÜRKİYE**



## Yayımcı – Baskı

- Editörler:** Prof.Dr. Soner ÇANKAYA  
Doç.Dr. Burcak CEVAHİRCİOĞLU  
Doç.Dr. Seda SABAH  
Dr. Muhammet KUSAN
- Kapak :** Serkan YALKIN  
**Ünvan :** Ordu Üniversitesi Yayınevi  
**Adres :** ODÜ Cumhuriyet Yerleşkesi  
Uzaktan Eğitim Uygulama ve Araştırma  
Merkezi MSSF Ek Bina 1. Kat  
Altınordu, ORDU
- Telefon :** +90 452 226 52 71  
**E-posta :** yayinevi@odu.edu.tr  
**Web :** <http://yayinevi.odu.edu.tr>
- ISBN :** 978- 625-98122-3-6
- Baskı Tarihi :** Aralık 2024 – 1. Baskı

II. International  
Congresson Exercise  
and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024  
Samsun, Türkiye

**Congress Link for Participation:**

[https://us06web.zoom.us/j/82713503071?pwd=aQlmuqax11eiXqtuAm8N2PPQP878ua.](https://us06web.zoom.us/j/82713503071?pwd=aQlmuqax11eiXqtuAm8N2PPQP878ua.1)

1

**ID: 827 1350 3071**

**Parola: ices2024**



**ISBN: 978- 625-98122-3-6**



## ÖNSÖZ

II.Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresi (UESBK-2024) Ondokuz Mayıs Üniversitesi ev sahipliğinde, Selçuk Üniversitesi, Ordu Üniversitesi, Sinop Üniversitesi ve Giresun Üniversitesi iş birliği ile 05-07 Aralık 2024 tarihleri arasında dünya ve olimpiyat şampiyonu haltercimiz merhum “Naim SÜLEYMANOĞLU” ve saygıdeğer merhum hocamız “Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU” anısına hibrid (çevrimiçi ve yüz yüze) olarak Samsun’da gerçekleştirilmiştir.

Gençlere yatırım, spor ve spor bilimlerine emeği geçenlere vefa sloganı ile çıktığımız bu yolda; saygıdeğer akademisyen öğretim üyelerimizin büyük bir özveri ile hazırladıkları kurslar sayesinde, lisans ve lisansüstü öğrencilerimiz ile genç araştırmacıların bilimsel gelişimine katkıda bulunmayı hedeflediğimiz 2. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresi’nin (UESBK-2024) ilkinin; Dünya ve Olimpiyat Şampiyonu Yaşar Doğu ve merhum Prof. Dr. Mehmet Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL anısına 15 farklı ülkeden araştırmacıların katılımı ile 21-22 Eylül 2023 tarihleri arasında Samsun’da gerçekleştirdik. Bu yıl ikincisini düzenlediğimiz kongremiz 21 farklı ülkeden 74’i yurt dışı olmak üzere toplam 145 Bildirinin katılımı gerçekleşmiştir.

Kongremizin düzenlenmesinde desteğini esirgemeyen Sayın Rektörümüz Prof. Dr. Fatma AYDIN ve üniversite yönetimine, kongre düzenleme kuruluna, kongremiz için Samsun’a gelen Sayın Halil Mutlu, Sayın Prof. Dr. Yalçın Kaya, Sayın Prof. Dr. Halil İbrahim İmamoğlu, Sayın Prof. Dr. Abdurrahim İmamoğlu, Sayın Dr. Öğretim Üyesi Naci İmamoğlu, Sayın Dr. Nafiz İmamoğlu, Hatice İmamoğlu Çelikkanat’a şükranlarımızı sunarım.

Prof. Dr. Soner ÇANKAYA  
Kongre Başkanı



T.C.  
ORDU ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı



Sayı : E-11151409-051-1046577  
Konu : II. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri  
Kongresi

REKTÖRLÜK MAKAMINA

Ondokuz Mayıs Üniversitesi ev sahipliğinde, 05-07 Aralık 2024 tarihleri arasında, Selçuk Üniversitesi, Ordu Üniversitesi, Sinop Üniversitesi ve Giresun Üniversitesi iş birliği ile dünya ve olimpiyat şampiyonu haltercimiz “Naim SÜLEYMANOĞLU” ve saygıdeğer merhum hocamız “Prof. Dr. Faik İMAMOĞLU” anısına hibrit (çevrimiçi ve yüz yüze ) olarak düzenlenecek olan II. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresi (UESBK-2024) düzenleme kuruluna Eş Başkan olarak Fakültemiz öğretim üyesi Prof. Dr. Alparslan İNCE'nin Üniversitemiz temsilcisi olarak görevlendirilmesi hususunda;

Gereğini olurlarınıza arz ederim.

Prof. Dr. Alparslan İNCE  
Dekan

O L U R  
Prof. Dr. Orhan BAŞ  
Rektör

Ek:  
1- Fakülte Yönetim Kurulu Kararı  
2- Dilekçe

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: F9D5A095-7D7B-4E93-8607-FE28004134C2

Belge Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/ordu-universitesi-ebys>

Adres: Cumhuriyet Yerleşkesi 52200 Altınordu/ORDU

Ayrıntılı bilgi için: Hakan ÇELİK

Telefon: 0 452 226 52 49 -3921 / Faks: 0 452 226 52 39

Unvan: Bilgisayar İşletmeni

e-posta: [hakancelik@odu.edu.tr](mailto:hakancelik@odu.edu.tr) / Elektronik Ağ: <http://www.odu.edu.tr/>

KEP : [orduuniversitesi@hs01.kep.tr](mailto:orduuniversitesi@hs01.kep.tr)





T.C.  
SİNOP ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Personel Daire Başkanlığı



Sayı :E-17290880-903.07-288451  
Konu :Görevlendirme (Prof. Dr. Erkal  
ARSLANOĞLU)

13.09.2024

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : 12.09.2024 tarihli ve E-24593206-903.07-288295 sayılı yazınız.

Dünya ve olimpiyat şampiyonu haltercimiz "Naim SÜLEYMANOĞLU" ve saygıdeğer merhum hocamız "Prof. Dr. Faik İMAMOĞLU" anısına Ondokuz Mayıs Üniversitesi ev sahipliğinde; Selçuk Üniversitesi, Ordu Üniversitesi, Sinop Üniversitesi ve Giresun Üniversitesi iş birliği ile 05-07 Aralık 2024 tarihleri arasında hibrid (çevrimiçi ve yüz yüze) olarak Samsun'da düzenlenecek olan II. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresi'nin (UESBK-2024) Üniversitemiz iş birliğinde ve Fakülteniz Dekanı Prof. Dr. Erkal ARSLANOĞLU Eş Başkanlığı'nda düzenlenmesi Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerini ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Şakir TAŞDEMİR  
Rektör

Dağıtım:  
Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığına  
Prof. Dr. Erkal ARSLANOĞLU

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Belge Doğrulama Kodu :BS4KS48LEU Pin Kodu :83182

Belge Takip Adresi : <https://turkiye.gov.tr/ebd?eK=5743&eD=BS4KS48LEU&eS=288451>

Adres:Korucuk Mah. Selanik Cad. 15 Temmuz Yerleşkesi Rektörlük Binası No:21B 57010 Merkez /  
SİNOP  
Telefon:(0 368) 271 57 73 Faks:(0 368) 271 57 74  
e-Posta:personel@sinop.edu.tr Web: www.sinop.edu.tr  
Kep Adresi: sinopuniversitesi@hs01.kep.tr

Bilgi için: Zeynep KÖK GÜRBÜZ  
Unvanı: Şef  
Tel No: 1412



**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**



T.C.  
SELÇUK ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Personel Daire Başkanlığı



Sayı : E-97391123-900-832960  
Konu : Prof.Dr.Erkan Faruk ŞİRİN

20.09.2024

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi : 16.09.2024 tarihli ve E- 29502190- 900- 831332 sayılı yazı.

Üniversitemiz, Ordu Üniversitesi, Sinop Üniversitesi ve Giresun Üniversitesi işbirliği ile Ondokuz Mayıs Üniversitesi ev sahipliğinde 05-07 Aralık 2024 tarihleri arasında hibrid (çevrimiçi ve yüz yüze) olarak gerçekleştirilecek olan II. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresine (UESBK-2024) Fakülteniz Öğretim Üyesi Prof.Dr.Erkan Faruk ŞİRİN'in, eş başkan olarak katılmak üzere görevlendirilmesi uygun görülmüştür.

Gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Hüseyin YILMAZ  
Rektör

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**







T.C.  
G RESUN ÜN VERS TES REKTÖRLÜ Ü  
Genel Sekreterlik



Sayı : E-55447807-000-34210  
Konu : Görevlendirme (Prof. Dr. Mehmet  
TÜRKMEN)

16.09.2024

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : 16.09.2024 tarihli ve E-35387122-000-34185 sayılı yazınız.

Dünya ve olimpiyat şampiyonu haltercimiz "Naim SÜLEYMANOĞLU" ve saygıdeğer merhum hocamız "Prof. Dr. Faik İMAMOĞLU" anısına Ondokuz Mayıs Üniversitesi ev sahipliğinde Selçuk Üniversitesi, Ordu Üniversitesi, Sinop Üniversitesi ve Giresun Üniversitesi iş birliği ile 05-07 Aralık 2024 tarihleri arasında hibrid (çevrimiçi ve yüz yüze) olarak Samsun'da düzenlenecek olan II. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresi'nin (UESBK-2024) Üniversitemiz iş birliğinde ve Fakülteniz Dekanı Prof. Dr. Mehmet TÜRKMEN eş başkanlığında düzenlenmesi Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerini ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Yılmaz CAN  
Rektör

Dağıtım:

Sayın Prof. Dr. Mehmet TÜRKMEN  
SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

**Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.**

Doğrulama Kodu: 365A6419-67FC-48A9-B325-7C0C16C09BF7 Doğrulama Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/giresun-universitesi-ebys>  
Giresun Üniversitesi Rektörlüğü Güne Yeri kesi Gaziler Mah. Prof. Ahmet Taner  
Kıralı Cad. 28200 Merkez / G RESUN Bilgi için: clal EKER ef  
Telefon : 04543101000 Faks: 04543101119 Telefon No:(454) 310 10 84  
E-Posta Adresi: [genelsekreterlik@giresun.edu.tr](mailto:genelsekreterlik@giresun.edu.tr) İnternet Adresi: [www.giresun.edu.tr](http://www.giresun.edu.tr)  
KEP Adresi : [gru@hs01.kep.tr](mailto:gru@hs01.kep.tr)





T.C.  
ONDOKUZ MAYIS ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ  
Rektörlük



Sayı : E-61127492-903.07-2400182396  
Konu : II. Uluslararası Egzersiz ve Spor  
Bilimleri Kongresi (Eş Başkan  
Görevlendirilmesi)

13.09.2024

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığının 11.09.2024 tarihli ve E-80270232-903.07-2400179985 sayılı yazısı.

05-07 Aralık 2024 tarihleri arasında Ondokuz Mayıs Üniversitesi ev sahipliğinde; Selçuk Üniversitesi, Ordu Üniversitesi, Sinop Üniversitesi ve Giresun Üniversitesi iş birliğiyle düzenlenen II. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresi kapsamında Üniversitemiz öğretim üyelerinden; Prof. Dr. Murat ELİÖZ ve Prof. Dr. Soner ÇANKAYA'nın kongre eş başkanı olarak görevlendirmelerine ilişkin ilgede kayıtlı yazı Rektörlüğümüzce uygun görülmüştür.

Bilgilerini ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Selim EREN  
Rektör Yardımcısı

DAĞITIM LİSTESİ

Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı  
Sayın Prof. Dr. Murat ELİÖZ  
Sayın Prof. Dr. Soner ÇANKAYA

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu: A743F4H

Belge Takip Adresi: <https://www.turkiye.gov.tr/ondokuz-mayis-universitesi-ebys>

Adres: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Rektörlük Binası

Bilgi için :

Aybüke Ergül

Telefon No:

Faks No: (0 362) 4576091

Telefon No:

Memur  
(0 362) 3121919 - 7060

e-Posta:

İnternet Adresi:

Direkt Hat:

Kep Adresi: [omu@hs01.kep.tr](mailto:omu@hs01.kep.tr)



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



II.Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresi (UESBK-2024) The 2nd  
International Congress of Exercise and Sport Sciences (ICESS-2024)

### İLGİLİ MAKAMA

05-07 Aralık 2024 tarihlerinde düzenlenen II. Uluslararası Egzersiz ve Spor Bilimleri Kongresi (UESBK-2024)'ne birçok farklı ülkeden araştırmacılar ve akademisyenler katılarak sözlü sunum yapmışlardır. Kongre kapsamında sunumu yapılan 145 bildirinin 71 adeti Türkiye'den katılımcılar tarafından; 74 bildiri ise 20 farklı ülkeden katılımcılar tarafından sunulmuştur.

Bilgi edinilmesi rica/arz olunur.

Prof.Dr.

Soner ÇANKAYA

Prof.Dr.

Erkan Faruk ŞİRİN

Prof.Dr.

Alparslan İNCE

Prof.Dr.

Murat ELİÖZ

Prof.Dr.

Mehmet TÜRKMEN

Prof.Dr.

Erkal ARSLANOĞLU

Congress Web Page / Kongre Web Sayfası : <https://www.uesbk.org/>  
Mail Address / Mail Adresi : [info@uesbk.org](mailto:info@uesbk.org)



**CONGRESS TITLE**

**II. INTERNATIONAL CONGRESS OF EXERCISE AND SPORT SCIENCES**

**DATE AND PLACE**

**05-07 DECEMBER 2024, SAMSUN -TÜRKİYE**

**EDITORS**

**Prof. Dr. Soner ÇANKAYA**  
**Assoc. Prof. Dr. Burcak CEVAHİRCİOĞLU**  
**Assoc. Prof. Dr. Seda SABAH**  
**Dr. Muhammet KUSAN**

**CONGRESS CHAIRMANS**

|                             |                          |
|-----------------------------|--------------------------|
| Prof. Dr. Soner ÇANKAYA     | Ondokuz Mayıs University |
| Prof. Dr. Erkan Faruk ŞİRİN | Selçuk University        |
| Prof. Dr. Alparslan İNCE    | Ordu University          |
| Prof. Dr. Murat ELİÖZ       | Ondokuz Mayıs University |
| Prof. Dr. Mehmet Türkmen    | Giresun University       |
| Prof. Dr. Erkal Arslanoğlu  | Sinop University         |

**CONGRESS SECRETARIAT**

|                                       |                          |
|---------------------------------------|--------------------------|
| Assos. Prof. Dr. Seda SABAH           | Amasya University        |
| Assos. Prof. Dr. Burcak CEVAHİRCİOĞLU | Ordu University          |
| Assos. Prof. Dr. Aydan ERMİŞ          | Ondokuz Mayıs University |
| Dr. Muhammet KUSAN                    | Ondokuz Mayıs University |

**ORGANIZING COMMITTEE**

| Name - Surname        | University               | Country   | Name - Surname               | University                 | Country  |
|-----------------------|--------------------------|-----------|------------------------------|----------------------------|----------|
| Dr. Jamal ABUBSHARA   | Filistin Teknik U.       | Filistin  | Dr. Henrique Pereira NEIVA   | Beira Interior U.          | Portekiz |
| Dr. Tülin AKMAN       | Ondokuz Mayıs U.         | Türkiye   | Dr. Bahjat Abu TAME          | Filistin Teknik U.         | Filistin |
| Dr. Patrik DRID       | Novi Sad U.              | Sırbistan | Genel Sekreter Serkan YALKIN | Ordu U.                    | Türkiye  |
| Dr. Murat ERDOĞDU     | Selçuk U.                | Türkiye   | Dr. Samet Hasan ABACI        | Ondokuz Mayıs U.           | Türkiye  |
| Dr. Ahmet MOR         | Sinop U.                 | Türkiye   | Dr. Ö. Fatih KARAKULLUKÇU    | Ankara Hacı Bayram Veli U. | Türkiye  |
| Dr. Yener AKSOY       | Ondokuz Mayıs U.         | Türkiye   | Dr. Yıldırım KAYACAN         | Ondokuz Mayıs U.           | Türkiye  |
| Dr. Erdal ARI         | Ordu U.                  | Türkiye   | Dr. Fatih KARAKAŞ            | Ondokuz Mayıs U.           | Türkiye  |
| Dr. Cansel ARSLANOĞLU | Sinop U.                 | Türkiye   | Dr. Gökhan İPEKOĞLU          | Ordu U.                    | Türkiye  |
| Dr. Hacı Ali ÇAKICI   | Ordu U.                  | Türkiye   | Dr. Hamza KÜÇÜK              | Ondokuz Mayıs U.           |          |
| Dr. Ali ERDOĞAN       | Karamanoğlu Mehmetbey U. | Türkiye   | Dr. Kaan KARAKUŞ             | Ordu U.                    | Türkiye  |
| Dr. Ali SEVİLMİŞ      | Karamanoğlu Mehmetbey U. | Türkiye   | Dr. Onur ÖZTÜRK              | Ondokuz Mayıs U.           | Türkiye  |

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



|                              |                        |         |                                  |                  |         |
|------------------------------|------------------------|---------|----------------------------------|------------------|---------|
| Dr. Yalçın TAHTALI           | Tokat Gaziosmanpaşa U. | Türkiye | Dr. Ö. Eriñç KUZUCU              | Ondokuz Mayıs U. | Türkiye |
| Dr. Ali TATLICI              | Selçuk U.              | Türkiye | Dr. Abdullah KILCI               | Çukurova U.      | Türkiye |
| Dr. Şaban ÜNVER              | Ondokuz Mayıs U.       | Türkiye | Dr. Yusuf BARSBOĞA               | Selçuk U.        | Türkiye |
| Dr. Mehmet DERELİOĞLU        | Avrasya U.             | Türkiye | Arş. Gör. Recep Nur UZUN         | Ondokuz Mayıs U. | Türkiye |
| Dr. Arif SATICI              | Ondokuz Mayıs U.       | Türkiye | Arş. Gör. M. Tolga BAYRAKTAR     | Ondokuz Mayıs U. | Türkiye |
| Arş. Gör. Özge Orhan AKAR    | Ondokuz Mayıs U.       | Türkiye | Doktora Öğrencisi Faik ÖZ        | Ondokuz Mayıs U. | Türkiye |
| Arş. Gör. Necdet APAYDIN     | Ordu Üniv.             | Türkiye | YL Öğrencisi Abduselimir DEMİRCİ | Ondokuz Mayıs U. | Türkiye |
| Arş. Gör. Hakkı MOR          | Ondokuz Mayıs U.       | Türkiye | YL Öğrencisi Esra SEVİLİR        | Ondokuz Mayıs U. | Türkiye |
| Arş. Gör. Bekir Furkan TÜZEL | Selçuk U.              | Türkiye | YL Öğrencisi Özcan ERCAN         | Ondokuz Mayıs U. | Türkiye |

| SCIENCE AND ADVISORY COMMITTEE |                           |             |                            |                          |           |
|--------------------------------|---------------------------|-------------|----------------------------|--------------------------|-----------|
| Name - Surname                 | University                | Country     | Name - Surname             | University               | Country   |
| Dr. Ahmed ABDELMOEEN           | Benha U.                  | Mısır       | Dr. Recep KÜRKCÜ           | Amasya U.                | Türkiye   |
| Dr. Jamal ABUBSHARA            | Filistin Teknik U.        | Filistin    | Dr. Hamza KÜÇÜK            | Ondokuz Mayıs U.         | Türkiye   |
| Dr. Kürşat ACAR                | Sinop U.                  | Türkiye     | Dr. Mehmet Settar KOÇAK    | Lokman Hekim U.          | Türkiye   |
| Dr. Kostas ALEXANDRIS          | Aristoteles U.            | Yunanistan  | Dr. Sefa LÖK               | Karamanoğlu Mehmetbey U. | Türkiye   |
| Dr. Alvaro Diaz AROCA          | San Antonio U.            | İspanya     | Dr. Angela MAGNANINI       | Roma "Foro Italico" U.   | İtalya    |
| Dr. Yunus ARSLAN               | Pamukkale U.              | Türkiye     | Dr. Hasan Erdem MUMCU      | Tokat Gaziosmanpaşa U.   | Türkiye   |
| Dr. Mert AYDOĞMUŞ              | Karabük U.                | Türkiye     | Dr. Verónica Alcaraz MUÑOZ | Murcia Katolik U.        | İspanya   |
| Dr. Gülfem Sezen BALÇIKANLI    | Gazi U.                   | Türkiye     | Dr. Serhat ÖZDENK          | Sinop U.                 | Türkiye   |
| Dr. Metin BAYRAM               | Sinop U.                  | Türkiye     | Dr. Hüseyin ÖZKAMÇI        | Sinop U.                 | Türkiye   |
| Dr. Fatih BEKTAŞ               | Trabzon U.                | Türkiye     | Dr. İlker ÖZMUTLU          | Tekirdağ Namık Kemal U.  | Türkiye   |
| Dr. Özgür BOSTANCI             | Ondokuz Mayıs U.          | Türkiye     | Dr. Antonio PAOLI          | Padova U.                | İtalya    |
| Dr. Cevdet CENGİZ              | Çanakkale Onsekiz Mart U. | Türkiye     | Dr. Jim PARRY              | Charles U.               | Çekya     |
| Dr. Hacı Ali ÇAKICI            | Ordu U.                   | Türkiye     | Dr. Hamdi PEPE             | Düzce U.                 | Türkiye   |
| Dr. Mehmet Çağrı ÇETİN         | Mersin U.                 | Türkiye     | Dr. Rina POONIA            | Manipal U.               | Hindistan |
| Dr. Hayri DEMİR                | Selçuk U.                 | Türkiye     | Dr. Stevo POPOVIĆ          | Karadağ U.               | Karadağ   |
| Dr. Isidori EMANUELE           | Roma "Foro Italico" U.    | İtalya      | Dr. Serkan REVAN           | Selçuk U.                | Türkiye   |
| Dr. Murat ERDOĞDU              | Selçuk U.                 | Türkiye     | Dr. Seda SABAH             | Amasya U.                | Türkiye   |
| Dr. Marat ERGEŞOV              | Manas U.                  | Kırgızistan | Dr. Özcan SAYGIN           | Muğla Sıtkı Koçman U.    | Türkiye   |
| Dr. Nurtekin ERKMEN            | Selçuk U.                 | Türkiye     | Dr. Gülşah SEKBAN          | Sinop U.                 | Türkiye   |

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



|                        |                            |         |                        |                          |          |
|------------------------|----------------------------|---------|------------------------|--------------------------|----------|
| Dr. Egemen ERMİŞ       | Ondokuz Mayıs U.           | Türkiye | Dr. Abdelmalik SERBOUT | Djelfa U.                | Cezayir  |
| Dr. Roghayeh FAKHRPOUR | Azərbaycan Şahid Madani U. | İran    | Dr. Tarık SEVİNDİ      | Aksaray U.               | Türkiye  |
| Dr. Serdar GERİ        | Yalova Üniv.               | Türkiye | Dr. Halit ŞAR          | Sinop U.                 | Türkiye  |
| Dr. Engin GEZER        | Kafkas U.                  | Türkiye | Dr. Biruta ŠVAGŽ DİENĖ | Litvanya Spor U.         | Litvanya |
| Dr. Serkan İBİŞ        | Niğde Ömer Halisdemir U.   | Türkiye | Dr. Bahjat Abu TAME    | Filistin Teknik U.       | Filistin |
| Dr. Ekrem Levent İLHAN | Gazi U.                    | Türkiye | Dr. Halil TAŞKIN       | Selçuk U.                | Türkiye  |
| Dr. Osman İMAMOĞLU     | Ondokuz Mayıs U.           | Türkiye | Dr. Veysel TEMEL       | Karamanoğlu Mehmetbey U. | Türkiye  |
| Dr. Kürşat KARACABEY   | Aydın Adnan Menderes U.    | Türkiye | Dr. Turhan TOROS       | Mersin U.                | Türkiye  |
| Dr. Bahadır KAYIŞOĞLU  | Karabük U.                 | Türkiye | Dr. Mehmet TÜRKMEN     | Giresun U.               | Türkiye  |
| Dr. Özlem KESKİN       | Sinop U.                   | Türkiye | Dr. Murat TURGUT       | Sinop U.                 | Türkiye  |
| Dr. Osman KUSAN        | Gümüşhane U.               | Türkiye | Dr. Serdar USLU        | Gazi U.                  | Türkiye  |
| Dr. Kazimierz WALUCH   | Maria Curie-Skłodowska U.  | Polonya | Dr. İdris YILMAZ       | Trabzon U.               | Türkiye  |
| Dr. Mustafa YILDIZ     | Akdeniz U.                 | Türkiye | Dr. Songning ZHANG     | Tennessee U.             | USA      |

### ÖNEMLİ AÇIKLAMA (Lütfen okuyunuz)

- ZOOM bağlantısı için yukarıda verilen bağlantıyı veya yine yukarıda verilen giriş bilgilerini kullanabilirsiniz.
- Sunum süresi 10 dakikadır. Sunum sonrası 5 dakikayı geçmeyen soru-cevap, tartışma süresi verilmektedir.
- Kongre resmi dili TÜRKÇE, İNGİLİZCE ve RUSÇA' dır.
- Kameralar, oturum süresince toplam % 70 oranında açık olmak zorundadır.
- Sunum yapan katılımcının kamerası açık olmak zorundadır.
- Sunum yapmak zorunludur. Herhangi bir nedenle sunum yapmamış olan katılımcıya sertifika verilmesi ve çalışmasının yayınlanması sözkonusu olamaz.
- Katılımcı, kendi oturumunda, oturum bitene kadar bulunmak zorundadır.
- Katılımcıların kendi oturumları dışındaki oturumlara katılma zorunluluğu yoktur.
- ZOOM platformunun kapasite sınırı nedeniyle, DİNLEYİCİ, sadece kapasite izin verdiği sürece kabuledilebilmektedir.

### IMPORTANT, PLEASE READ CAREFULLY

- To be able to make a meeting online, login via <https://zoom.us/join> site, enter ID instead of "Meeting ID or Personal Link Name" and solidify the session.
- The official languages of the congress are TURKISH, ENGLISH and RUSSIAN.
- The Zoom application is free and no need to create an account.
- The Zoom application can be used without registration.
- The application works on tablets, phones and PCs.
- Speakers must be connected to the session **10 minutes before** the presentation time.
- All congress participants can connect live and listen to all sessions.
- During the session, your camera should be turned on **at least %70** of session period
- Moderator is responsible for the presentation and scientific discussion (question-answer) section of the session.

### TECHNICAL INFORMATION

- Make sure your computer has a microphone and is working.
- You should be able to use screen sharing feature in Zoom.
- Attendance certificates will be sent to you as pdf at the end of the congress.
- Moderator is responsible for the presentation and scientific discussion (question-answer) section of the session.
- Before you login to Zoom please indicate your name surname and hall number,

II. International  
Congresson Exercise  
and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



CONGRESS ID

CONGRESS TITLE

The 2nd International Congress of Exercise and Sport Sciences (ICESS-2024)

DATE AND PLACE

December 5-7, 2024, Samsun, TÜRKİYE

ORGANIZATION

PARTICIPANTS COUNTRY (21 countries)

Türkiye, Azerbaycan, Bulgaristan, Kırgızistan, Hindistan, Portekiz, Sırbistan, İspanya, Pakistan, Avustralya, Rusya, Moldova, Kazakistan, Özbekistan, Moğolistan, Amerika Birleşik Devletleri, Brezilya, İran, Endonezya, Filistin, Polonya

Total Accepted Article: 145

Accepted Article (Türkiye): \*71

Accepted Article (Other Countries): 74

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU





## II. International Congress Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



# II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



zoom Workplace

Toplantı

GİZEM AKARSU adlı kişinin ekranı

Giriş yapın

Kaydediliyor

muhammet kusan

ICSSS-2024

GİZEM AKARSU

Yusuf Sakar hall-3

Ertan Güven

Burkay Gökhan Avşın

PowerPoint Slayt Gösterisi - [GİZEM-SAMSUN KONGRE] - PowerPoint

## GİRİŞ



**AEROBİK KAPASİTE**



**Aerobik kapasite:** maksimal oksijen transportu ve kas dokusunun oksijen kullanım kapasitesidir (Nagle, 1973).

**Aerobik kapasite:** egzersiz sırasında gerekli enerjiyi oluşturmak için kullanılacak oksijeni kaslara verebilme kapasitesi olarak da tanımlanabilir (McArdle, 2000).

**VO<sub>2max</sub> değeri,** aerobik kapasitenin en iyi, kolay uygulanabilir ve güvenilir bir göstergesidir (Foss, 1998).

Ses

Video

Katılımcılar

Sohbet

Tepki ver

Paylaş

Uygulamalar

Kaydı duraklat/durdur

Daha fazla

Odadan çık

zoom Workplace

Toplantı

ceren SONGÜR adlı kişinin ekranı

Giriş yapın

Kaydediliyor

muhammet kusan

ICSSS-2024

ceren SONGÜR

Özcan Ercan

Yusuf Sakar hall-3

BÜKE AKTOLUN

BÜKE AKTOLUN

spor bilimleri fakültesi öğrenciler

C:\Users\E\_H\_One\Drive\Masaüstü\spor%20bilimleri%20fakültesi%20öğrencilerinin%20mutluluğu%20duyuru%20ve%20benjamin%20narzusu%20arasındaki%20farkların%20incelenmesi%20(1).pdf


## YÖNTEM

### ARAŞTIRMA MODELİ

Çalışmanın desenlenmesi noktasında nicel araştırma yöntemlerinin tekniklerine bağlı olarak tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte görülen ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Önemli olan, onu uygun bir biçimde gözleyip belirleyebilmektir.

### ÇALIŞMA GRUBU

Araştırmanın çalışma grubu, 2023-2024 eğitim öğretim yılı bahar döneminde, Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim görmekte olan 90'ı erkek, 123'ü kadın olmak üzere toplam 213 kişiden oluşmaktadır.



# II. International Congress Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

zoom Workplace Toplantı - Hall 1 - Naim Süleymanoğlu Salonu Kayıt Görüntüle

Ses Video Katılımcılar Sohbet Tepki ver Paylaş Uygulamalar Kaydet Ara odalar Daha fazla Odadan çık

II. International Congress Exercise and Sports Sciences Hybrid Conference in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

**Paradoxical Traditional Sporting Games: A Treasure for 21st Century Physical Education**

Full Professor at National Institute of Physical Education of Catalonia (INEFC) University of Lleida, <http://praxiologiamoc.com>  
President of the European Association of Traditional Games and Games (AEJEST) [www.aejest.com](http://www.aejest.com)  
[plavega@inefc.udl.cat](mailto:plavega@inefc.udl.cat)  
[president@aejest.com](mailto:president@aejest.com)

inefc Generalitat de Catalunya gijam Grup d'Investigació en Activitat Motriu AEJEST

Ses Video Katılımcılar Sohbet Tepki ver Paylaş Uygulamalar Kaydet Ara odalar Daha fazla Odadan çık

# II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Barcelona  
LLEIDA

inefc

LLEIDA

**National Institute of Physical Education of Catalonia, (INEFC) Spain**

Ses Video Katılımcılar Sohbet Tepki ver Paylaş Uygulamalar Kaydet Ara odalar Daha fazla Odadan çık

zoom Workplace Toplantı Pere LAVEGA INEFC, AEIeST adlı

La LÓGICA INTERNA

AS IN MUSIC Laws, Harmony, Rhythm, Sense

A Musical Piece... Staff The musician follows the guidelines of the musical structure

Ses Video Katılımcılar Sohbet Tepki ver Paylaş Uygulamalar Kaydet Ara odalar Daha fazla Odadan çık

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

Hybrid  
Conference



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



## II. International Congress Exercise and Sports Sciences

Hybrid  
Conference



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU




## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



PowerPoint Slayt Gösterisi - [GİZEM-SAMSUN KONGRE] - PowerPoint

## VERİ TOPLAMA SÜRECİ WINGATE ANAEROBİK GÜÇ TESTİ



WAnT testi için Monark 834E bisiklet ergonometresi kullanılmıştır.

WAnT'ta kullanılacak yük genel olarak önerilen şekilde her katılımcı için 75 g/kg olarak ayarlanmıştır.

Katılımcıların 30 saniye boyunca en yüksek mekanik gücü üretmek amacıyla maksimal pedal çevirmeleri istenmiştir.

Test sonlandıktan sonra zirve güç ve ortalama güç değerleri watt (mutlak) cinsinden kaydedilmiştir.

16

## II. International Congress Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

05 Aralık / December 05, 2024 / 17:00 – 19:00 Time zone in Turkey (GMT+3)

Yüz Yüze Oturum / Face-To-Face Session

| Salon  | Moderator  | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title | Authors   | Country   |                        |
|--|--|--|---|---|------------------------|
| Çağrılı Konuşma                                |  | *Nasıl Şampiyon Oldular                    | Prof. Dr. Yalçın KAYA   | Türkiye   |                        |
| HALL / SALON 1 (Yaşar Doğu SBF Seminer Salonu) | Prof. Dr. Tülin AKMAN<br>Doç. Dr. Şaban ÜNVER  | 117  | Ticarileşmiş Sporda Etik Değerler Erozyonu<br>Erosion of Ethical Values in Commercialized Sports  | Necati CERRAHOĞLU   | Türkiye                |
|  |  | 4  | The Effect of Play Attention on Attention Levels and Performance in Weightlifting Athletes Aged 12-14   | Blagoy Kalpaçki<br>H. Erdem MUMCU<br>Levent Ceylan<br>Sibel SELİMOĞLU                   | Bulgaristan<br>Türkiye |
|  |  | 81   | Content Analysis Of Inspiring Sports Movies   | Blagoy Kalpaçki<br>H. Erdem MUMCU<br>Vedat MUTLU<br>Neşe MUMCU<br>Ali Kemal Yiğit FIRAT | Bulgaristan<br>Türkiye |
|  |  | 2  | Effect of Caffeine Consumption on Maximum Sprint Performance in Track and Field Athletes<br><i>Kafein Kullanımının Maksimal Sürate Etkisi</i>   | Doğan ALTUN<br>Selma İŞLER<br>Şaban ÜNVER<br>Tülin AKMAN                                | Türkiye                |
|  |  | 3  | Examination Of Exercise Addiction Levels In Elite Athletes<br>Üst Düzey Sporcuların Egzersiz Bağımlilik Düzeylerinin İncelenmesi  | Begonya Dilara ÇETİNKAYA<br>Selma İŞLER<br>Şaban ÜNVER<br>Tülin AKMAN                   | Türkiye                |
|  |  | 5  | A Review of Studies on The Effect of Kinesio Taping on Protective and Muscle Strength in Athletes   | Saitdin AZIZBAEV<br>Emine KAYA<br>Fatih ÖZGÜL   | Kırgızistan            |
|  |  | 6  | Judo Branşında Görülen Sakatlıklar ve Sakatlık Bölgelerinin İncelenmesi<br>Investigation of Injury and Disability Areas in Judo   | Yağmur Naz AYDIN<br>Selma İŞLER<br>Şaban ÜNVER<br>Tülin AKMAN<br>Anıl Ulaş ATAN         | Türkiye                |
|  |  | 7  | Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile spora özgü başarı motivasyonlarının incelenmesi<br>Examining the personality traits and sport-specific achievement motivation of university students  | Kübra ÖZSANDIKÇI<br>Mustafa BAŞ   | Türkiye                |
|  |  | 12   | Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Sağlık Okuryazarlığı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi (Çanakkale Örneği)<br>Investigation Of Health Literacy Levels Of Sports Sciences Faculty Students According To Some Variables (Çanakkale Sample) | Kaan ACAR<br>Hasan ABANOZ<br>Gökmen ÖZEN  | Türkiye                |
|  |  | 9  | Spor bilimleri fakültesi öğrencilerin boyun eğici davranışları ile kişilik özelliklerinin incelenmesi<br>Examination of personal submissive behaviors and personality traits of the faculty of sports sciences  | Kübra ÖZSANDIKÇI<br>Mustafa BAŞ<br>Burak BAŞ  | Türkiye                |
| 10   | Kadın Sporcularda Menstrual Siklusun Farklı Fazlarının Bazı Performans Parametreleri Üzerine Etkisi<br>The Effect of Different Phases of The Menstrual Cycle on Some Performance Parameters In Female Athletes | Gaye KANIK<br>Ahmet MOR                    | Türkiye   |   |                        |



## II. International Congress Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

05 Aralık / December 05, 2024 / 17:00 – 19:00 Time zone in Turkey (GMT+3)

Yüz Yüze Oturum / Face-To-Face Session

| Salon   | Moderator   | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title  | Authors  | Country |
|---|---|---|--|---------|
| HALL / SALON 1 (Yaşar Doğu SBF 302 Nolu Salonu) | Prof. Dr. Erkal ARSLANOĞLU - Doç. Dr. Hamza KÜÇÜK | 11<br>Geleceğin Spor Yöneticilerinin Yeşil Reklama Yönelik Tutumları<br>Attitudes of Future Sports Managers towards Green Advertising   | Cemal GÜLER  | Türkiye |
|   |   | 13<br>Tekerekli Sandalye Basketbol Oyuncularının Antropometrik Özellikleri İle Oyun Performansları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi<br>Investigation Of The Relationship Between The Anthropometric Characteristics And Game Performance Of Wheelchair Basketball Players | Büşra YÜCEL SOY<br>Cengiz ÖLMEZ                      | Türkiye |
|   |   | 14<br>Tekerekli Sandalye Basketbol Oyuncularının Kaygı Düzeyleri İle Şut Performansı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi<br>The Relationship Between Anxiety Levels And Shooting Performance Of Wheelchair Basketball Players  | Büşra YÜCEL SOY<br>Cengiz ÖLMEZ                      | Türkiye |
|   |   | 15<br>Kalça Kuvveti ve Diz Kuvvet Üretim Zamani Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi<br>Investigation Of The Relationship Between Hip Strength And Knee Strength Production Time  | Şeyma Tuba ACAR<br>Cengiz ÖLMEZ                      | Türkiye |
|   |   | 16<br>Bel Ağrılı Bireylerde Postür, Ağrı Düzeyi Ve Vücut Dengesi Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi<br>Examination of The Relationship Between Posture, Pain Level and Body Balance in Individuals With Low Back Pain   | Şeyma Tuba ACAR<br>Cengiz ÖLMEZ                      | Türkiye |
|   |   | 1<br>Kadın Tenis Sporcularında Whey Protein Takviyesinin Bazı Performans Parametrelerine Etkisi<br><i>The Effect of Whey Protein Supplementation on Some Performance Parameters in Female Tennis Athletes</i>   | Gaye KANIK<br>Zehra KARGIN<br>Halit ŞAR<br>Ahmet MOR | Türkiye |
|   |   | 42<br>Ders Dışı Egzersiz Programına Katılan Ortaokul Öğrencilerinin Okul Aidiyetlerinin İncelenmesi<br>Investigation of School Belonging of Secondary School Students Participating in Extracurricular Exercise Program   | Fatih ÖZGÜL<br>Murat KANGALGİL<br>Ahmet TEMEL        | Türkiye |
|   |   | 8<br>Pilates ve Postür: Denge, Stabilitate ve Postürel Kontrol Katkıları<br>Pilates and Posture: Contributions to Balance, Stability, and Postural Control  | Halime KARA<br>Bade YAMAK<br>Hamza KÜÇÜK             | Türkiye |
|   |   | 19<br>Adolesanlarda Motor Gelişim<br>Motor Development in Adolescents   | İlkay AYDIN<br>Erol DOĞAN<br>Hamza KÜÇÜK             | Türkiye |
|   |   | 133<br>T Çeviklik Testi Öğrenme Eğrisinin Belirlenmesi (Türkçe)<br>Determination Of The Learning Curve Of T Agility Test  | Mürşit AKSOY<br>Davut SEYİTOĞULLARI                  | Türkiye |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

05 Aralık / December 05, 2024 / 17:30 – 19:30 Time zone in Turkey (GMT+3) Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon                                      | Moderator                          | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title | Authors  | Country                                    |                        |
|--|------------------------------------|--|--|--|------------------------|
| HALL 1/ SALON 1 (Naim SÜLEYMANOĞLU Salonu) | Prof. Dr. Osman İMAMOĞLU – Faik ÖZ | 1  | Amatör ve Profesyonel Sporculuk Arasındaki Farklar   | Nurmira ABDYBEKOVA<br>Alperen Kaan DEMİRCİ | Kırgızistan<br>Türkiye |
|  |                                    | 2  | Ortaokul Kız Öğrencilerinin Fonksiyonel Hareket Skorlarının İncelenmesi<br><i>Investigation of Functional Movement Scores of Middle School Female Students</i>   | Abdurrahman ÇILASIN<br>Sinem GÜLDEMİR      | Türkiye                |
|  |                                    | 3  | 2022 FIFA Dünya Kupasında Üst Tura Çıkan ve Çıkamayan Takımların Hücum ve Savunma Takım Boylarının Analizi<br><i>An Analysis of Offensive and Defensive Team Lengths in Teams Advancing to and Eliminated from The 2022 FIFA World Cup</i>               | Necdet APAYDIN<br>Alparslan İNCE           | Türkiye                |
|  |                                    | 4  | Kadın Sualtı Hokeyi Sporcularının Zihinsel Dayanıklılıklarının İncelenmesi<br><i>Investigation of Mental Toughness of Female Underwater Hockey Players</i>   | Gökçe AKIN<br>Duygu KARADAĞ                | Türkiye                |
|  |                                    | 5  | Rekreasyonel Futbolun Yaşlı Erkeklerin Vücut Kompozisyonu Ve Kan Basıncı Üzerindeki Etkileri: Deneysel Bir Çalışma<br><i>The Effects of Recreational Soccer on The Body Composition and Blood Pressure of Elderly Men: An Experimental Study</i>         | Cemal POLAT                                | Türkiye                |
|  |                                    | 6  | Afrika Fantasia ve Türk Atlı Cirit Sporlarının Kültürel ve Tarihsel Perspektiften Karşılaştırılması  | INGA MENDOT<br>Abduselmin DEMİRCİ          | Rusya<br>Türkiye       |
|  |                                    | 7  | Cornish Geleneksel Güreş Ve Günümüz Güreşlerine Yansımaları  | Yelemes A. ALIMKHANOV<br>Fatih KARAKAŞ     | Kazakistan<br>Türkiye  |
|  |                                    | 8  | Geleneksel Sporların Korunması Ve Turizm Aracılığıyla Yeniden Canlandırılması  | Ayten MEHDİYEVA<br>Osman İMAMOĞLU          | Azerbaycan<br>Türkiye  |
|  |                                    | 9  | Kadınların Spor Yönetimindeki Rolü: Topsis Yöntemi İle Bir Değerlendirme<br><i>The Role of Women in Sport Management: An Evaluation with Topsis Method</i>   | Özge ERCAN                                 | Türkiye                |
|  |                                    | 10   | Spor Sektöründe Sürdürülebilirlik ve Çalışan Sağlığının Rolü<br><i>The Role of Sustainability and Employee Health in The Sports Sector</i>   | Cemile Nihal YURTSEVEN                     | Türkiye                |
|  |                                    | 49   | Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Mutluluk Düzeyleri Ve Beğenilme Arzusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi<br><i>Examining The Relationship Between Happiness Levels and The Desire to Be Liked Among Students Of The Faculty Of Sport Sciences</i> | Ceren SONGÜR<br>Elif KUCUR<br>Reşat SADIK  | Türkiye                |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun – Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

05 Aralık / December 05, 2024 / 17:30 – 19:30 Time zone in Turkey (GMT+3) Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon   | Moderator                                      | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title | Authors   | Country  |          |
|---|--|--|---|--|----------|
| HALL 2 / SALON 2 (Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU Salonu) | Doç. Dr. Aydan ERMİŞ - Doç. Dr. Samet H. ABACI | 59   | The Study of Premenstrual Syndrome (PMS) in Adolescent Girls  | Vandana Bisht<br>Shivani Gupta<br>Bindiya Rawat  | India    |
|   |  | 53   | The Influence of Resistance Training in Preventing Falls  | Mafalda Pamplona Pinto<br>Renato Da Costa Machado<br>Henrique Pereira Neiva<br>Mário Cardoso Marques<br>Daniel Almeida Marinho<br>Jorge Estrela Morais | Portugal |
|   |  | 54   | Old Folk Sports, Games and Competitions in Literature, Epic Songs and Legends in The Former Yugoslavia              | Željko Bjeljac,<br>Jovana Brankov  | Serbia   |
|   |  | 55   | Perception after the experience of the adapted sport practice 'Walking Football' with elderly people                | Álvaro Díaz-Aroca<br>Juan Alfonso García-Roca Lourdes<br>Meroño García<br>Verónica Alcaraz-Muñoz Francisca<br>Martínez                                 | Spain    |
|   |  | 56   | Exploring Student Attitudes Toward Traditional Games: Insights from Khyber Pakhtunkhwa's Public Sector Schools      | Abdul Waheed Mughual   | Pakistan |
|   |  | 57   | Gender Difference in Mental Health Among Yoga Practitioners: A Comprehensive Analysis Using Mhi-56                  | Sandeep Saroha<br>Deepak Bangari   | India    |
|   |  | 58   | A Systematic Review and Bibliometric Trends in Yogic Interventions for Premenstrual Syndrome and Menstrual Distress | Shivani Gupta<br>Bindiya Rawat   | India    |
|   |  |  |   |  |          |

## II. International Congress Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun – Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

05 Aralık / December 05, 2024 / 17:30 – 19:30 Time zone in Turkey (GMT+3)

Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon  | Moderator                                | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title  | Authors  | Country   |
|--|--|---|--|---|
| HALL 3 / SALON 3 (Prof. Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİĞİL Salonu) | Doç. Dr. Erol DOĞAN – Dr. Muhammet KUSAN | 111 Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Eğitimde Kültürel Spor Ahlakı Bilinci Kazanma Düzeylerinin İncelenmesi<br>An Investigation of The Levels of Cultural Sport Ethics Awareness Acquired Through Education Among Faculty of Sports Sciences Students  | Yusuf SAKAR<br>Hacı Ali ÇAKICI<br>Burkay CEVAHİRCİOĞLU<br>Kaan KARAKUŞ       | Türkiye   |
|  |  | 112 Adölesan Yaş Grubu Futbol Oyuncularının Algıladıkları Antrenör Davranışlarının Yaş Gruplarına Göre İncelenmesi<br>Examination of Perceived Coaching Behaviors of Adolescent Football Players Based On Athletes' Age Groups  | Ahmet YAPAR  | Türkiye   |
|  |  | 113 Elit Kadın Basketbol Oyuncularında Plantar Basıncın Bazı Spor Performans Testlerine Etkisinin İncelenmesi<br>Investigation of the Effect of Plantar Pressure on Some Sports Performance Tests in Elite Women Basketball Players   | Çağlar Soylu<br>Sinan Seyhan<br>Görkem Açar<br>Hamza Sinen<br>Berkay Üzümcü  | Australia<br>Türkiye<br>Türkiye<br>Türkiye<br>Türkiye |
|  |  | 114 Medeniyetler arası antik sporlar ve oyunlar üzerine tartışmalar<br>Debates between civilizations on ancient sports and games  | Kavris TOSTORBAYEV<br>Erol DOĞAN   | Rusya<br>Türkiye                                      |
|  |  | 115 Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital spor oyunlarına yönelik motivasyon düzeylerinin incelenmesi<br>An analysis of the motivation levels of faculty of sport sciences students toward digital sports games   | Çağrıhan Eren<br>Hacı Ali ÇAKICI<br>Alparslan İNCE<br>Muhammet Emirhan ÇELİK | Türkiye   |
|  |  | 116 Beden eğitimi öğretmeninden algılanan destekleyici ve kısıtlayıcı güdüsel iklimin beden eğitimi dersine yönelik güdülenme ve serbest zamanda fiziksel aktivite davranışı üzerindeki rolü<br>The role of empowering and disempowering motivational climate perceived from physical education teacher on motivation towards physical education class and leisure time physical activity behaviour | Melisa AÇIKEL<br>Nurgül KESKİN AKIN  | Türkiye   |
|  |  | 118 Türk Okçuluğunun Tarihsel ve Kültürel Perspektiften İncelenmesi   | Nadejda TIDIKOVA<br>Mehmet DERELİOĞLU  | Rusya<br>Türkiye                                      |
|  |  | 119 Spor Bilimi Perspektifinden Çözüm Odaklı Problemlerli Ayak Yapılarının İncelenmesi: Pes Planus Ve Pes Cavus   | Kavris TOSTORBAYEV<br>Muhammet DENİZ   | Rusya<br>Türkiye                                      |
|  |  | 120 Koshti Ba Chokhe Geleneksel Güreş Ve Spor Kültürüne Yansımaları   | Marat ERGESHOV<br>Osman İMAMOĞLU   | Kırgızistan<br>Türkiye                                |

## II. International Congress Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

06 Aralık / December 06, 2024 / 10:00 – 12:00 Time zone in Turkey (GMT+3)

Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon                                       | Moderator  | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title   | Authors   | Country                |
|---|--|--|---|------------------------|
| HALL 1 / SALON 1 (Naim SÜLEYMANOĞLU Salonu) | Prof. Dr. Mehmet TÜRKMEN –Dr. Sıymık ARSTANBEKOV | 11<br>Küreselleşme Sürecinde Yerli (Geleneksel / Halk / Etno) Sporlarının Bugünü ve Geleceği Üzerine Bir İnceleme<br>A Review On the Present and Future Of Indigenous (Traditional / Folk / Ethno) Sports in The Globalisation Process                             | Mehmet TÜRKMEN  | Türkiye                |
|   |  | 12<br>Tarihsel ve Kültürel Yönüyle: Kültürün Restorasyon Yollarından Biri Olarak Geleneksel Oyunların Performansı<br>Historical And Cultural Aspects: The Performance of Traditional Games As One of The Ways of Cultural Restoration                              | Mehmet TÜRKMEN<br>Faik ÖZ   | Türkiye                |
|   |  | 13<br>Geleneksel Oyun ve Sporlar Bölümüne “Giriş”<br>“Introduction” to Traditional Games and Sports  | Mehmet TÜRKMEN  | Türkiye                |
|   |  | 92<br>World Nomad Games As New Format of Kyrgyz Republic in The Condition of Digitalization  | Nurmira Abdybekova<br>Erzhan Bolotbekov<br>Eldos Kulzhabaev<br>Munara Kokumbaeva            | Kırgızistan            |
|   |  | 15<br>Rusya’da geleneksel dövüş sanatları habitusu<br>Habitus of traditional martial arts in the Russian   | Khalimakhon KODIROVA  | Uzbekistan             |
|   |  | 93<br>Development and Formation of the Great Nomad Struggle in the Format of The World Nomad Games   | Nurmira Abdybekova<br>Saltanat Mergenbayeva<br>Eldos Kulzhabayev<br>Abdurakhimzhon Myymanov | Kırgızistan            |
|   |  | 18<br>Milli Kimliğinin Gelişiminde Bir Faktör Olarak Geleneksel Spor: Değer-Normatif Bir Yaklaşım<br>Traditional Sport as a Factor in the Development of National Identity: A Value-Normative Approach   | Aiyım TLEPBERGEN<br>Kürşad Han DÖNMEZ   | Kazakistan<br>Türkiye  |
|   |  | 19<br>Günümüz Aşamasında Ulusal Sporların Etnik Kimliğini Koruma Yolları: Yakudistan ‘Mas-Güreşi’ (Mas-Tardıhtı) Örneği<br>Ways of Preserving the Ethnic Identity of National Sports at the Present Stage: Example of ‘Mas-Wrestling’ (Mas-Tardıhtı) in Yakudistan | Halimakhan N. KADIROVA<br>Necati GÜRSES   | Özbekistan<br>Türkiye  |
|   |  | 20<br>Devlet Politikası Çerçevesinde: Tuvalarda Geleneksel Bayramlar<br>In the Framework of State Policy: Traditional Holidays in Tuvas  | Sıymık ARSTANBEKOV<br>Onur ÖZTÜRK   | Kırgızistan<br>Türkiye |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

06 Aralık / December 06, 2024 / 10:00 – 12:00 Time zone in Turkey (GMT+3) Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon   | Moderator                                       | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title  | Authors  | Country |
|---|---|---|--|---------|
| HALL 2 / SALON 2 (Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU Salonu) | Doç. Dr. Hacı ALİ ÇAKICI – Doç. Dr. Osman KUSAN | 31<br>Beyaz ve Mavi Yakalı Çalışan Grupların Serbest Zaman İlgilenimlerinin İncelenmesi<br>Investigation of Leisure Time Barriers and Involvement of White and Blue Collar Working Groups   | Mehmet Fatih GÜLCEMAL<br>Serkan REVAN<br>Şükran İRİBALCI | Türkiye |
|   |   | 32<br>Türkiye Süper Ligi Futbol Takımı Taraftarlarının Özdeşleşme Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi<br>Examining The Identification Levels of Turkish Super League Football Team Fans in Terms of Various Variables  | Sercan KARABACAK<br>Levent ATALI                         | Türkiye |
|   |   | 33<br>Sarkopeni ile İlgili Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Alanında Yapılan Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi<br>Investigation of Postgraduate Theses in the Field of Physiotherapy and Rehabilitation Related to Sarcopenia  | Kübra TUZ<br>Nezhat Özgül ÜNLÜER                         | Türkiye |
|   |   | 34<br>Futbolda devre arası farklı yeniden ısınma protokollerinin sürat, dikey sıçrama ve çeviklik üzerine etkisi<br>The effect of different warm-up protocols on speed, vertical jump and agility at halftime in soccer   | Yunus Emre ASLAN<br>Yasin ERSÖZ                          | Türkiye |
|   |   | 35<br>Beyzbol oyunculari ve oyun dinamikleri için performans analizi ve takip sistemi<br>Performance analysis and tracking system for baseball players and game dynamics  | Gökhan ÇABUK<br>Huriye Acar GÜRTAŞ                       | Türkiye |
|   |   | 36<br>Profesyonel Futbolcularda Fonksiyonel Hareket Test Puanları ile Fiziksel Performans Parametreleri Arasındaki İlişki<br>The Relationship between Functional Movement Test Scores and Physical Performance Parameters in Young Elite Football Players   | Halit EGESOY<br>Aydın İLHAN                              | Türkiye |
|   |   | 37<br>Özel Eğitim Ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Sporda Bireysel Rehabilitasyon; Fizyoterapi Ve Medikal Egzersiz<br>Individual Rehabilitation in Sports At Special Education And Rehabilitation Centers: Physiotherapy and Medical Exercise  | Mürsel Akdenk<br>İbrahim Kurt<br>Sibel Aral              | Türkiye |
|   |   | 38<br>Amatör sporcuların beslenme bilgi düzeyleri ile dopinge yönelik tutumlarının incelenmesi<br>Nutrition information for amateur athletes levels and attitudes towards doping  | Harun KOÇ<br>Hüseyin AYYILDIZ                            | Türkiye |
|   |   | 39<br>Üniversiteli Kick Boks Sporcularında İki Farklı Dinlenme Oranı ile Yapılan Yüksek Şiddetli İnterval Egzersize Kalp Atım Hızı, Algılanan Zorluk Derecesi ve Kas Yorgunluğuna Cevapları<br>Heart Rate, Perceived Exertion and Muscle Soreness Responses to High Intensity Intermittent Exercise with Two Different Rest Ratios in Collegiate Kickboxers | Hasan Basri TAŞKIN<br>Bayram CEYLAN<br>Bilgehan BAYDİL   | Türkiye |
|   |   | 40<br>Görme engelli judocularıda hidrasyon: ön çalışma<br>Hydration in visually impaired judo athletes: a preliminary study   | Bayram CEYLAN<br>Hasan Basri TAŞKIN<br>Bilgehan BAYDİL   | Türkiye |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

06 Aralık / December 06, 2024 / 10:00 – 12:00 Time zone in Turkey (GMT+3) Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon  | Moderator                                     | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title | Authors  | Country   |                  |
|--|---|--|--|---|------------------|
| HALL 3/SALON 3 (Prof. Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL Salonu) | Doç. Dr. Gülşah SEKBAN - Doç. Dr. Şaban ÜNVER | 86   | Samsunspor Taraftarının Fanatiklik Düzeyi ve Futbolda Şiddet Kaynağına İlişkin Görüşleri   | Kenan İlker EKER<br>Muhammet KUSAN<br>Soner ÇANKAYA | Türkiye          |
|  |   | 87   | Geleneksel Sporcuların Geleneksel Sporlara Yönelik Tutumlarının İncelenmesi<br>Examination of Traditional Athletes' Attitudes Towards Traditional Sports   | Yunus Emre MERCAN<br>Seda SABAH<br>Soner ÇANKAYA    | Türkiye          |
|  |   | 44   | Crossfit'in spor yönetimi açısından organizasyonel yapısı<br>The organizational structure of crossfit in terms of sports management  | Eyüp SEKMEN<br>Reşat SADIK                          | Türkiye          |
|  |   | 45   | Ergenlik öncesi süreçteki öğrencilerin beslenme ve sağlıklı yaşam biçimlerine yönelik tutumlarının belirlenmesi<br>Determination of pre-adolescence students attitudes towards nutrition and healthy lifestyles                  | Erkan KONCA<br>Necati Alp ERİLLİ                    | Türkiye          |
|  |   | 46   | Eleştirel pedagoji ve beden eğitimi: bibliyometrik analizi<br>Critical pedagogy and physical education: a biometric analysis   | Oğuzhan ARSLAN<br>Bekir ÇAR<br>Ahmet KURTOĞLU       | Türkiye          |
|  |   | 47   | Düzenli Olarak Spor Yapmayan Ortaokul Öğrencilerinin Bazı Fiziksel ve Motorik Özelliklerinin İncelenmesi<br>Examination of Some Physical And Motoric Characteristics of Secondary School Students Who Do Not Do Sports Regularly | Oğuzhan ARSLAN<br>Bekir ÇAR                         | Türkiye          |
|  |   | 48   | Egzersiz bağımlılığı, spor ve genetik ilişkisinin incelenmesi<br>Investigation of the relationship between exercise addiction, sports and genetics   | Sedat KAHYA   | Türkiye          |
|  |   | 68   | Uluslararası Spor Organizasyonlarının Ülke Turizmine Katkıları: Wimbledon Tenis Turnuvası Örneği<br>The Contributions Of International Sports Organizations To Country Tourism: Example Of Wimbledon Tennis Tournament           | Yunus İşler<br>Cenk Köksal Boğazkesen<br>Mehmet Gül | Türkiye          |
|  |   | 110  | Almokabash Geleneksel Güreş Ve Günümüz Sporlarına Yansımaları  | Zinaida M. KUZNETSOV<br>Fatih KARAKAŞ               | Rusya<br>Türkiye |
|  |   | 50   | The History of Wrestling in Iran   | Sajjad Pashaie<br>Mehmet Gül<br>Hamed Golmohammadi  | Iran<br>Türkiye  |

## II. International Congress Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

06 Aralık / December 06, 2024 / 13:30 – 15:30 Time zone in Turkey (GMT+3)

Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon                                       | Moderator   | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title   | Authors   | Country                   |
|---|---|--|---|---------------------------|
| HALL 1 / SALON 1 (Naim SÜLEYMANOĞLU Salonu) | Prof. Dr. Mehmet TÜRKMEN – Dr. Sıymık ARSTANBEKOV | 21<br>Somut Olmayan Kültürel Miras, UNESCO ve 21. Yüzyılda Atın Kültür Mirası<br>Intangible Cultural Heritage (ICH), UNESCO and the Cultural Heritage of the Horse in the 21st Century   | Saitdin AZİZBAEV<br>Mehmet TÜRKMEN  | Kırgızistan<br>Türkiye    |
|   |   | 22<br>Türk halklarının geleneksel güreş antrenörlerinin sporcular tarafından algılanan pedagojik yeterlilikleri ve fonksiyonları<br>Pedagogical competencies and functions of traditional wrestling coaches of turkish peoples perceived by athletes   | Sıymık ARSTANBEKOV<br>R. BAKTİBEK UULU  | Kırgızistan               |
|   |   | 23<br>Altay Halkının Ulusal Bayramı: El-Oyın<br>National holiday of the Altai people: El-Oyin / People-Game  | Saitdin AZİZBAEV<br>Mehmet TÜRKMEN  | Kırgızistan<br>Türkiye    |
|   |   | 24<br>Halk Folklorunun Çocuğunun Kişilik Gelişimi Üzerindeki Rolü<br>The Role of Folklore on The Personality Development of The Child  | Irina CONSTANTINOVA<br>Mehmet TÜRKMEN   | Moldova<br>Türkiye        |
|   |   | 25<br>Geleneksel Sporlar Aracılığıyla Kültürel Sermaye İnşası İçin Ortak Çaba: TAFİSA ve UNESCO'nun Gayretlerinde  | Mehmet TÜRKMEN  | Türkiye                   |
|   |   | 26<br>Пути формирования общего международного правления путем изучения сходств и различий тюркских народов в этноспортивных играх «Кокпар»<br>Ways to form a common international government by studying the similarities and differences of the Turkic peoples in the ethnosport games "Kokpar" | Yelemes A. Alimkhanov<br>Madieva Galiya Bayanzhanovna,<br>Ustemirov Beibut Talimovich | Kazakistan                |
|   |   | 27<br>Integration of National Cultures in Physical Education for Preschool Children  | Halimakhan N. Kadirova<br>Kürşad Han Dönmez   | Özbekistan<br>Türkiye     |
|   |   | 28<br>Turan – The Hearth of Chess  | Akhrorbek Azamjonovich Azizov<br>Feruz Džumaniyazova                                  | Özbekistan                |
|   |   | 29<br>Dünyada Geleneksel Yay ve Okçuluk: Yüzeysel Perspektiften  | Aiym Tlepbergen<br>Onur Öztürk  | Kazakistan<br>Türkiye     |
|   |   | 30<br>The Importance of Traditional Games and Sports in the Physical and Moral Development of School-Age Children  | Aiym Tlepbergen<br>Sıymık Arstanbekov   | Kazakistan<br>Kırgızistan |



## II. International Congress Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



## The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

06 Aralık / December 06, 2024 / 13:30 – 15:30 Time zone in Turkey (GMT+3)

Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon  | Moderator             | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title | Authors   | Country  |                  |
|--|-----------------------|--|---|--|------------------|
| HALL 2/SALON 2 (Prof. Dr. A. Faik İMAMOĞLU Salonu) | Doç. Dr. Egemen ERMİŞ | 121  | Hint Destanlarında Spor Ve Güreş<br>Sports And Wrestling In Indian Epics  | Zinaida M. KUZNETSOV<br>Erol DOĞAN   | Rusya<br>Türkiye |
|  |                       | 122  | Öğrenci Toplulukları İle Rekreatif Etkinliklere Katılan<br>Üniversite Öğrencilerinin Akademik Başarıları Ve Akademik<br>Motivasyon Düzeylerinin İncelenmesi<br>Examining The Academic Achievement And Academic<br>Motivation Levels Of University Students Participating In<br>Student Societies And Recreational Activities  | Furkan AYKAÇ<br>Mustafa ARICI  | Türkiye          |
|  |                       | 123  | Türk Mitolojisinde Hayvan Sembolizminin Geleneksel<br>Oyunlardaki Tezahürü: Müngüz Müngüz Oyunu Örneği<br>Manifestation Of Animal Symbolism In Turkish Mythology<br>In Traditional Games: The Example Of Müngüz Müngüz<br>Game  | Meryem ÖZDEMİR   | Türkiye          |
|  |                       | 124  | Aerobik Egzersizin Sedanter Kadınlarda Vücut<br>Kompozisyonu Ve Esneklik Üzerine Etkisi<br>Effect Of Aerobic Exercise On Body Composition And<br>Flexibility In Sedentary Women   | Cansel ARSLANOĞLU<br>Gizem KIZILÖRS<br>Ahmet MOR<br>Erkal ARSLANOĞLU                   | Türkiye          |
|  |                       | 125  | Ramp Isinma Protokolü Ve Etkisi<br>Ramp Warm Up And Its Effect  | Gürkan Selim ÇELGİN<br>Gizem KIZILÖRS<br>Cansel ARSLANOĞLU<br>Erkal ARSLANOĞLU         | Türkiye          |
|  |                       | 126  | Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Beslenme Bilgi<br>Düzeylerinin İncelenmesi<br>Investigation Of The Nutritional Knowledge Levels Of<br>Students Of The Faculty Of Sports Sciences  | Şehriban GÜL DEMİR<br>Cihat KORKMAZ  | Türkiye          |
|  |                       | 127  | Taekwondocularda Pertürbasyon Egzersizlerinin Denge Ve<br>Alt Ekstremitte Kuvveti Üzerine Etkisinin İncelenmesi<br>Investigation Of The Effect Of Perturbation Exercise On<br>Balance And Lower Extremity Strength In Taekwondos  | Cansu ATEŞ<br>Yıldırım Gökhan GENCER   | Türkiye          |
|  |                       | 109  | Eski Türk Kağanlıklarında Spor ve Askeri Eğitimde<br>Kadınların Rolü  | Elena CHERKASHİN<br>Semanur BAZ  | Rusya<br>Türkiye |
|  |                       | 128  | Bireysel ve Takım Sporcularda Güdülenme İle Zihinsel<br>Dayanıklılık Arasındaki İlişki<br>The Relationship Between Motivation and Mental Toughness<br>In Individual And Team Athletes   | Esen KIZILDAĞ KALE<br>İpek Tilbe TÜLEK<br>Hatice ÖZDEMİR<br>Çağdaş USTA<br>Mehmet KALE | Türkiye          |
|  |                       | 129  | İzole Gastrocnemius Gerginliği Olan Elit Kadın<br>Hentbolcularda Graston Masajının Kas Mekanik<br>Özelliklerine Ve Sportif Performansa Ani Etkilerinin<br>İncelenmesi<br>Investigation of The Immediate Effects Of Graston Massage<br>On Muscle Mechanical Properties And Sportive Performance<br>In Elite Female Handball Players With Isolated<br>Gastrocnemius Tightness | Nihat SARIALIOĞLU<br>Rıdvan TÜRKERİ<br>Tuğçe NAMAZCI                                   | Türkiye          |
|  |                       | 130  | Takım Sporlarında Yön Değiştirme Açığı Ve Hesaplama<br>Yöntemleri<br>Change Of Direction Deficit And Calculation Methods In<br>Team Sports  | Özcan GÜLEN<br>Onat ÇETİN  | Türkiye          |

## II. International Congress Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

06 Aralık / December 06, 2024 / 13:30 – 15:30 Time zone in Turkey (GMT+3)

Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon   | Moderator  | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title  | Authors  | Country          |
|---|--|---|--|------------------|
| HALL 3 / SALON 3 (Prof. Dr. M. Yalçın TAŞMEKTEPLİGİL Salonu)  | Doç. Dr. Yener AKSOY<br>Doç. Dr. Burkay CEVAHİRCİOĞLU                          | 131<br>Elit Muay Thai Sporcularının Fiziksel Performans Parametrelerinin İncelenmesi<br>Examination Of Physical Performance Parameters Of Elite Muay Thai Athletes  | Gizem AKARSU TAŞMAN                            | Türkiye          |
|   |  | 132<br>Adölesan ve Yetişkin Amatör Futbolcuların Sürat Performanslarının Karşılaştırılması  | Erkan GÜVEN                                    | Türkiye          |
|   |  | 134<br>Sporda Sürdürülebilirlik Ve İnovasyon<br>Sustainability And Innovation In Sports   | Yusuf SAKAR<br>Burkay CEVAHİRCİOĞLU            | Türkiye          |
|   |  | 135<br>Spor Temelli Farkındalık Etkinliği: Akranların Özel Gereksinimli Bireylere Yönelik Görüşlerinin İncelenmesi<br>Sport-Based Awareness Activity: Examining Peers' Perspectives on Individuals with Special Needs                           | Büke AKTOLUN<br>Sibel NALBANT                  | Türkiye          |
|   |  | 86<br>Etik Eğilimlerin Rakibe Saygı Ve Nefret Tutumu Üzerine Etkisi: Futbol Taraftarları Üzerine Bir Uygulama<br>The Effect Of Ethical Tendencies On Attitude Of Rival Respect And Hatred Towards The Opponent: An Application On Football Fans | Hatice DEVECİ ŞİRİN<br>Erkan Faruk ŞİRİN       | Türkiye          |
|   |  | 136<br>Z Kuşağının Geleneksel Türk Sporlarına Yönelik Tutumları   | Çağlar EGEMEN<br>Aydan ERMIŞ<br>Muhammet KUSAN | Türkiye          |
|   |  | 137<br>It Is A Social Responsibility': Coaching Practices Of Youth Goalball Coaches   | Ferhat ESATBEYOGLU                             | Türkiye          |
|   |  | 107<br>Sporun Çocuk Gelişimine Ve Sosyalleşmeye Etkisi  | Nadejda TIDIKOVA<br>Özcan ERCAN                | Rusya<br>Türkiye |
| 140<br>U-19 Futbol Alt Yapı Sporcularına Uygulanan Perküsif Tedavinin Dikey Sıçrama Ve Esneklik Üzerine Akut Etkisi: Pilot Çalışma<br>The Acute Effect Of Percussive Therapy On Vertical Jump And Flexibility In U-19 Football Academy Players: A Pilot Study | Batuhan KAYKUSUZ<br>Rahid KARIMZADA<br>Beyza ÖZVAR ŞENÖZ<br>Büşra KALKAN BALAK | Türkiye   |  |                  |

## II. International Congress Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

06 Aralık / December 06, 2024 / 15:30 – 17:30 Time zone in Turkey (GMT+3)

Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon                                      | Moderator                             | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title | Authors   | Country   |             |
|--|---------------------------------------|--|---|---|-------------|
| HALL 1/ SALON 1 (Naim SÜLEYMANOĞLU Salonu) | Assoc. Prof. Dr. Feruza DJUMANIYAZOVA | 91   | İlkokul Öğrencilerinin Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunlarına Yönelik Değer-Motivasyon Tutumunun Oluşmasında "Ulusal Program"ın Rolü | Halima Kadirova   | Uzbekistan  |
|  |                                       | 102  | Pedagogical Technologies of The National Types of Struggle of The Turkic Peoples  | Sıymık Arstanbekov<br>Ayperı Mambetova<br>Kubat Azizbayev | Kırgızistan |
|  |                                       | 104  | About Kyrgyz Games and Entertainments   | Ertı Sasdı  | Kırgızistan |
|  |                                       | 105  | Traditional Games of Southern Kyrgyz People   | Akhmatova Aynura Naimatovna                               | Kırgızistan |
|  |                                       | 106  | Kimlik Sorunu Çerçevesinde İnsanın Oyun Aracılığıyla Kültürleşmesi  | Abdurasulova Aksana<br>Ikramzhanovna                      | Kırgızistan |
|  |                                       | 96   | Horse Games of Nomads   | Moldaliev E.K<br>Kunguzhinov J.T.                         | Kırgızistan |
|  |                                       | 108  | Integration Of Exercises And Games In The Development Of Movement Activity Of Pre-School Children In Physical Education                   | Ismailova Fotima Sheraliyevna                             | Uzbekistan  |
|  |                                       | 76   | The Role of Coordination Skills In The Skillful Execution Of Conflict Feints And Improvisation Movements In Basketball Players            | Khudoynazarov Navruzjon<br>Bakhodirovich                  | Uzbekistan  |
|  |                                       | 98   | National Sports in The Story of Ch. Aitmatov "Farewell, Gul'sary!" in The Linguomethodological Aspect                                     | Manlikova Minavar Halykovna                               | Kırgızistan |
|  |                                       |  |   |   |             |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

06 Aralık / December 06, 2024 / 15:30 – 17:30 Time zone in Turkey (GMT+3)

**Çevrimiçi Oturum / Online session**

| Salon   | Moderator  | Bildir No ve Başlığı / Paper ID and Title | Authors  | Country   |       |
|---|--|---|--|---|-------|
| HALL 2 / SALON 2 (Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU Salonu) | Assoc. Prof. Dr. Nurmira ABDYBEKOVA  | 103                                       | Methodological Features of Physical Training of Athletes in Mas-Wrestling  | Keman Lyu<br>Iliia Cherkashin<br>Elena Cherkashina                    | Rusya |
|   |  | 101                                       | Ethnopedagogy: A Way to Build Effective Communication With People of Other Ethnic Groups.  | Borisovets Dilbar Rafkatovna  | Rusya |
|   |  | 95  | Organising A Rational Approach to the Health of Junior Schoolchildren Using Tuvan Mobile Games   | Inga. E. Mendot<br>Emma. E. Mendot<br>Ella. E. Mendot                 | Rusya |
|   |  | 97  | Reflection of Kyrgyz National Sports Games in Everyday Life of Kyrgyz People   | Kashmatova Jamilya Ashirovna<br>Tursunbekova Saadat Mikaramovna       | Rusya |
|   |  | 99  | National Sports as Sports and Military Training of a Tuvan Nomad   | Inga. E. Mendot<br>Ella. E. Mendot<br>Emma. E. Mendot                 | Rusya |
|   |  | 100                                       | Traditional Consumer Products in The Food System of The Tuvan People   | Eresa. V. Mendot  | Rusya |
|   |  | 16  | Күресел бариş için күлтүрел чешитлигин спор yoluyla kutlanmasi<br>Celebrating cultural diversity through sport for global peace  | Ilya A. CHERKASHIN<br>Elena CHERKASHIN                                | Rusya |
|   |  | 17  | Geleneksel spor “kemer güreşi”nde bilgi teknolojileri  | Kuznetsova Z. M<br>Kuznetsov A.S.<br>Halikov G.Z.<br>Mutaeva I.Ş.     | Rusya |
|   |  | 14  | ИССЛЕДОВАНИЕ ФАКТОРОВ И УСЛОВИЙ ВНЕДРЕНИЯ ТРАДИЦИОННЫХ ВИДОВ СПОРТА И НАРОДНЫХ ИГР В СИСТЕМУ СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ<br>Study of Factors and Conditions for Introducing Traditional Sports and Folk Games into The Secondary Education System | Kuznetsova Z. M<br>Mutayeva I. SH<br>Khalikov G. Z<br>Ismagilova L. F | Rusya |
| 65  | The cult of the horse as a phenomenon of national sports in the traditional culture of the Buryats | Lydia Dashieva                            | Mongolia   |   |       |

## II. International Congress Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

07 Aralık / December 07, 2024 / 14:30 – 16:00 Time zone in Turkey (GMT+3)

**Çevrimiçi Oturum / Online session**

| Salon                                       | Moderator                                    | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title | Authors   | Country  |                                      |
|---|--|--|---|--|--------------------------------------|
| HALL 1 / SALON 1 (Naim SÜLEYMANOĞLU Salonu) | Doç Dr. Adem KAYA – Prof. Dr. Mehmet TÜRKMEN | 61   | Folk Dances of Dagestan As A Means of Physical And Moral Education Of Young People<br>Gençlerin Fiziksel ve Ahlaki Eğitiminin Bir Aracı Olarak Dağıstan Halk Oyunları   | Adem Kaya<br>Şevki Kolkusisa   | USA<br>Türkiye                       |
|   |  | 62   | The Role of Game in Moral Development   | Adem Kaya<br>Hilal Şöhret  | USA<br>Türkiye                       |
|   |  | 63   | The Role of Game in the Development of the Emotional Sphere   | Adem Kaya<br>Onur Öztürk   | USA<br>Türkiye                       |
|   |  | 64   | Reflection on Traditional Sports and Games as Tools to Foster Belonging and Inclusivity   | Jerono P. Rotich   | USA                                  |
|   |  | 66   | Yakut (Saha) Geleneksel Spor Oyunlarının Isiah Bayramında Yeniden Canlandırılması   | Adem Kaya<br>Mehmet Türkmen  | USA<br>Türkiye                       |
|   |  | 67   | Kuzey'in Yerli Halklarının Geleneksel Oyun ve Müsabakaların Kullanımında Etnopedagogjik Koşullar: Hantılar Örneği   | Adem Kaya<br>Mehmet Türkmen  | USA<br>Türkiye                       |
|   |  | 52   | Tradition and modernity in Marajoara  | Carlos Afonso F.dos Santosa<br>Welison Alan G. Andrade<br>Rogério Gonçalves de Freitas<br>Fábio José Cardias Gomes | Brazil<br>Brazil<br>Canada<br>Brazil |
|   |  | 60   | Paradoxical Traditional Sporting Games: A Treasure for 21st Century Physical Education  | Pere Lavega-Burgués  | Spain                                |
|   |  | 51   | Supporting the safeguarding of traditional wrestling as an intangible cultural heritage of the University: The Emilio Rivero University Chair of Canarian Wrestling at the University of Las Palmas de Gran Canaria | Víctor Lorenzo Alonso Delgado<br>Augusto R. Rodríguez Sánchez<br>George Jennings                                   | Spain<br>United Kingdom              |
|   |  |  |   |  |                                      |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### The 2<sup>nd</sup> International Congress of Exercise and Sport Sciences

December 05 - 07, 2024

Samsun - Türkiye

Meeting ID: 885 7151 8350 Passcode: 202224

07 Aralık / December 07, 2024 / 12:30 – 14:30 Time zone in Turkey (GMT+3) Çevrimiçi Oturum / Online session

| Salon   | Moderator  | Bildiri No ve Başlığı / Paper ID and Title                     | Authors   | Country  |                         |
|---|--|--|---|--|-------------------------|
| HALL 2 / SALON 2 (Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU Salonu) | Doç. Dr. Aydan ERMİŞ   | 71   | Zoorkhaneh and Legacy of Pahlavani: A Symbol of Civilization, History and Rich Culture of Iran  | Sajjad Pashaie<br>Bita Jabbari<br>Mehmet Gül                               | Iran<br>Iran<br>Türkiye |
|   |  | 72   | The Role of a Physical Education Lecturer as Perceived by Students at College Level in Tehsil Khudokhel Buner   | Muhammad Zaib<br>Adnan ul Haq<br>Muhammad Safwan                           | Pakistan                |
|   |  | 73   | Impact of Cultural and Social Influences on Female Sports Participation in Public and Private Universities: A Comparative Analysis in Lahore District | Aqsa Shamim Ahmed  | Pakistan                |
|   |  | 75   | Dhanurveda Influence in Javanese Classical Period Archery   | Irvan Setiawan<br>Dhanisa Restya Agung                                     | Indonesia               |
|   |  | 41   | Türk güreş hakemlerinin öz yeterlik algılarının incelenmesi<br>Examination of self-efficacy perceptions of turkish wrestling referees                 | Tamer KARADEMİR<br>Cengizhan PAKYARDIM<br>Suat Mehmet PAKSOY               | Türkiye                 |
|   |  | 43   | Kanser ve Egzersiz<br>Cancer and Exercise   | Cengizhan PAKYARDIM<br>Teoman ŞAKALAR<br>Tamer KARADEMİR<br>Hüseyin EROĞLU | Türkiye                 |
|   |  | 82   | Education in Peace Through Motor Games to Promote Socioemotional Well-Being in Physical Education   | Paula Pla<br>Unai Sáez de Ocáriz<br>Pere Lavega-Burgués                    | Spain                   |
|   |  | 84   | Filistin'de Batı Şeria'da İsrail işgali uygulamaları altında beden eğitimi alan kız öğrenciler arasında evde eğlence etkinlikleri uygulama gerçeği    | Ali Şeyh İbrahim   | Filistin                |
|   |  | 138  | Türkiye'de Spor Politikalarının Gelişimi ve Etkileri  | Tuğçe AKKUŞ<br>Faik ÖZ<br>Soner ÇANKAYA                                    | Türkiye                 |
|   |  | 139  | Olimpiyat Oyunlarında Geleneksel Sporların Rolü ve Kültürel Çeşitlilik  | Salih Çağrı TAŞMEKTEPLİĞİL<br>Soner ÇANKAYA<br>Faik ÖZ                     | Türkiye                 |
| 85  | Öğrencilerinin Sportmenlik ve Spora Bağlılıklarının İncelenmesi: Spor Yöneticiliği Bölümü Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma<br>Investigation of Sportsmanship and Sports Commitment of Students: A Research on Sports Management Department Students | İsmail A. İbrahim<br>Ali KAYA<br>Görkem AÇAR<br>Okan KILIÇKAYA | Poland<br>Türkiye   |  |                         |



## İÇİNDEKİLER

| Author  | Ülke*       | Başlık   | Sayfa No |
|---|-------------|--|----------|
| Prof. Dr. Yalçın KAYA   | Türkiye     | Çağrılı Konuşma: “Nasıl Şampiyon Oldular”  | 23       |
| Necati CERRAHOĞLU   | Türkiye     | Erosion of Ethical Values in Commercialized Sports   | 30       |
| Blagoy KALPAÇKI<br>H. Erdem MUMCU<br>Levent CEYLAN<br>Sibel SELİMOĞLU                   | Bulgaristan | The Effect of Play Attention on Attention Levels and Performance in Weightlifting Athletes Aged 12-14                              | 31       |
| Blagoy KALPAÇKI<br>H. Erdem MUMCU<br>Vedat MUTLU<br>Neşe MUMCU<br>Ali Kemal Yiğit FIRAT | Bulgaristan | Content Analysis Of Inspiring Sports Movies  | 47       |
| Doğan ALTUN<br>Selma İŞLER<br>Şaban ÜNVER<br>Tülin AKMAN<br>Anıl Ulaş ATAN              | Türkiye     | Effect of Caffeine Consumption on Maximum Sprint Performance in Track and Field Athletes   | 49       |
| Begonya DILARA<br>ÇETİNKAYA<br>Selma İŞLER<br>Şaban ÜNVER<br>Tülin AKMAN                | Türkiye     | Examination Of Exercise Addiction Levels In Elite Athletes   | 56       |
| Saitdin AZIZBAEV<br>Emine KAYA<br>Fatih ÖZGÜL   | Kırgızistan | Review of Studies on The Effect of Kinesio Taping on Protective and Muscle Strength in Athletes                                    | 64       |
| Yağmur Naz AYDIN<br>Selma İŞLER<br>Şaban ÜNVER<br>Tülin AKMAN                           | Türkiye     | Investigation of Injury and Disability Areas in Judo   | 74       |
| Kübra ÖZSANDIKÇI<br>Mustafa BAŞ   | Türkiye     | Examining the personality traits and sport-specific achievement motivation of university students                                  | 87       |
| Kaan ACAR<br>Hasan ABANOZ<br>Gökmen ÖZEN  | Türkiye     | Investigation Of Health Literacy Levels Of Sports Sciences Faculty Students According To Some Variables (Çanakkale Sample)         | 97       |
| Kübra ÖZSANDIKÇI<br>Mustafa BAŞ<br>Burak BAŞ  | Türkiye     | Examination of personal submissive behaviors and personality traits of the faculty of sports sciences                              | 99       |
| Gaye KANIK<br>Ahmet MOR   | Türkiye     | The Effect of Different Phases of The Menstrual Cycle on Some Performance Parameters In Female Athletes                            | 111      |
| Cemal GÜLER   | Türkiye     | Attitudes of Future Sports Managers towards Green Advertising  | 113      |
| Büşra YÜCELİSOY<br>Cengiz ÖLMEZ   | Türkiye     | Investigation Of The Relationship Between The Anthropometric Characteristics And Game Performance Of Wheelchair Basketball Players | 115      |
| Büşra YÜCELİSOY<br>Cengiz ÖLMEZ   | Türkiye     | The Relationship Between Anxiety Levels And Shooting Performance Of Wheelchair Basketball Players                                  | 123      |
| Şeyma Tuba ACAR<br>Cengiz ÖLMEZ   | Türkiye     | Investigation Of The Relationship Between Hip Strength And Knee Strength Production Time   | 130      |
| Şeyma Tuba ACAR<br>Cengiz ÖLMEZ   | Türkiye     | Examination of The Relationship Between Posture, Pain Level and Body Balance in Individuals With Low Back Pain                     | 138      |
| Gaye KANIK<br>Zehra KARGIN<br>Halit ŞAR<br>Ahmet MOR                                    | Türkiye     | The Effect of Whey Protein Supplementation on Some Performance Parameters in Female Tennis Athletes                                | 144      |
| Fatih ÖZGÜL<br>Murat KANGALGİL<br>Ahmet TEMEL   | Türkiye     | Investigation of School Belonging of Secondary School Students Participating in Extracurricular Exercise Program                   | 147      |
| İlkay AYDIN<br>Erol DOĞAN<br>Hamza KÜÇÜK  | Türkiye     | Motor Development in Adolescents   | 159      |
| Mürşit AKSOY<br>Davut SEYİTOĞULLARI   | Türkiye     | Determination Of The Learning Curve Of T Agility Test  | 165      |

\*Bildirideki ilk yazarın ülkesi

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

| Author   | Ülke*       | Başlık  | Sayfa No |
|--|-------------|---|----------|
| Nurmira ABDYBEKOVA<br>Alperen Kaan DEMİRCİ   | Kırgızistan | Amatör ve Profesyonel Sporculuk Arasındaki Farklar  | 167      |
| Abdurrahman ÇILASIN<br>Sinem GÜLDEMİR  | Türkiye     | Investigation of Functional Movement Scores of Middle School Female Students  | 175      |
| Necdet APAYDIN<br>Alparslan İNCE   | Türkiye     | An Analysis of Offensive and Defensive Team Lengths in Teams Advancing to and Eliminated from The 2022 FIFA World Cup   | 183      |
| Gökçe AKIN<br>Duygu KARADAĞ  | Türkiye     | Investigation of Mental Toughness of Female Underwater Hockey Players   | 191      |
| INGA MENDOT<br>Abduselimir DEMİRCİ   | Rusya       | Afrika Fantasia ve Türk Atlı Cirit Sporlarının Kültürel ve Tarihsel Perspektiften Karşılaştırılması   | 193      |
| Yelemes A. ALIMKHANOV<br>Fatih KARAKAŞ   | Kazakistan  | Cornish Geleneksel Güreş Ve Günümüz Güreşlerine Yansımaları   | 200      |
| Ayten MEHDİYEVA<br>Osman İMAMOĞLU  | Azerbaycan  | Geleneksel Sporların Korunması Ve Turizm Aracılığıyla Yeniden Canlandırılması   | 207      |
| Özge ERCAN   | Türkiye     | The Role of Women in Sport Management: An Evaluation with Topsis Method   | 214      |
| Cemile Nihal YURTSEVEN   | Türkiye     | Spor Sektöründe Sürdürülebilirlik ve Çalışan Sağlığının Rolü<br>The Role of Sustainability and Employee Health in The Sports Sector   | 216      |
| Ceren SONGÜR<br>Elif KUCUR<br>Reşat SADIK  | Türkiye     | Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Mutluluk Düzeyleri Ve Beğenilme Arzusu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi<br>Examining The Relationship Between Happiness Levels and The Desire to Be Liked Among Students Of The Faculty Of Sport Sciences | 227      |
| Vandana BISHT<br>Shivani GUPTA<br>Bindiya RAWAT  | India       | The Study of Premenstrual Syndrome (PMS) in Adolescent Girls  | 228      |
| Mafalda Pamplona PINTO<br>Renato Da Costa MACHADO<br>Henrique Pereira NEIVA<br>Mário Cardoso MARQUES<br>Daniel Almeida MARINHO<br>Jorge Estrela MORAIS | Portugal    | The Influence of Resistance Training in Preventing Falls  | 233      |
| Željko Bjeljac,<br>Jovana Brankov  | Serbia      | Old Folk Sports, Games and Competitions in Literature, Epic Songs and Legends in The Former Yugoslavia  | 234      |
| Álvaro Díaz-Aroca<br>Juan Alfonso García-Roca<br>Lourdes Meroño García<br>Verónica Alcaraz-Muñoz<br>Francisca Martínez                                 | Spain       | Perception after the experience of the adapted sport practice 'Walking Football' with elderly people  | 235      |
| Abdul Waheed Mughual   | Pakistan    | Exploring Student Attitudes Toward Traditional Games: Insights from Khyber Pakhtunkhwa's Public Sector Schools  | 236      |
| Sandeep Saroha<br>Deepak Bangari   | India       | Gender Difference in Mental Health Among Yoga Practitioners: A Comprehensive Analysis Using Mhi-56  | 237      |
| Shivani Gupta<br>Bindiya Rawat   | India       | A Systematic Review and Bibliometric Trends in Yogic Interventions for Premenstrual Syndrome and Menstrual Distress   | 238      |
| Yusuf SAKAR<br>Hacı Ali ÇAKICI<br>Burkay CEVAHİRCİOĞLU<br>Kaan KARAKUŞ   | Türkiye     | An Investigation of The Levels of Cultural Sport Ethics Awareness Acquired Through Education Among Faculty of Sports Sciences Students  | 239      |
| Ahmet YAPAR  | Türkiye     | Examination of Perceived Coaching Behaviors of Adolescent Football Players Based On Athletes' Age Groups  | 247      |
| Çağlar Soylu<br>Sinan Seyhan<br>Görkem Açar<br>Hamza Sinen<br>Berkay Üzümcü  | Australia   | Investigation of the Effect of Plantar Pressure on Some Sports Performance Tests in Elite Women Basketball Players  | 254      |
| Kavris TOSTORBAYEV<br>Erol DOĞAN   | Rusya       | Medeniyetler arası antik sporlar ve oyunlar üzerine tartışmalar<br>Debates between civilizations on ancient sports and games  | 256      |
| Çağrıhan Eren<br>Hacı Ali ÇAKICI<br>Alparslan İNCE<br>Muhammet Emirhan ÇELİK   | Türkiye     | An analysis of the motivation levels of faculty of sport sciences students toward digital sports games  | 262      |

\*Bildirideki ilk yazarın ülkesi



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



| Author  | Ülke*       | Başlık  | Sayfa No |
|---|-------------|---|----------|
| Melisa AÇIKEL<br>Nurgül KESKİN AKIN   | Türkiye     | The role of empowering and disempowering motivational climate perceived from physical education teacher on motivation towards physical education class and leisure time physical activity behaviour | 269      |
| Nadejda TIDIKOVA<br>Mehmet DERELİOĞLU   | Rusya       | Türk Okçuluğunun Tarihsel ve Kültürel Perspektiften İncelenmesi   | 271      |
| Kavris TOSTORBAYEV<br>Muhammet DENİZ  | Rusya       | Spor Bilimi Perspektifinden Çözüm Odaklı Problemlerli Ayak Yapılarının İncelenmesi: Pes Planus Ve Pes Cavus   | 276      |
| Marat ERGESHOV<br>Osman İMAMOĞLU  | Kırgızistan | Koshti Ba Chokhe Geleneksel Güreş Ve Spor Kültürüne Yansımaları   | 281      |
| Mehmet TÜRKMEN  | Türkiye     | A Review On the Present and Future Of Indigenous (Traditional / Folk / Ethno) Sports in The Globalisation Process   | 289      |
| Mehmet TÜRKMEN<br>Faik ÖZ   | Türkiye     | Historical And Cultural Aspects: The Performance of Traditional Games As One of The Ways of Cultural Restoration  | 308      |
| Nurmira ABDYBEKOVA<br>Erzhan BOLOTBEKOV<br>Eldos KULZHABAEV<br>Munara KOKUMBAEVA            | Kırgızistan | World Nomad Games As New Format of Kyrgyz Republic in The Condition of Digitalization   | 315      |
| Khalimakhon KODIROVA  | Uzbekistan  | Rusya'da geleneksel dövüş sanatları habitusu<br>Habitus of traditional martial arts in the Russian  | 322      |
| Nurmira ABDYBEKOVA<br>Saltanat MERGENBAYEVA<br>Eldos KULZHABAYEV<br>Abdurakhimzhon MYYMANOV | Kırgızistan | Development and Formation of the Great Nomad Struggle in the Format of The World Nomad Games  | 325      |
| Aiym TLEPBERGEN<br>Kürşad Han DÖNMEZ  | Kazakistan  | Traditional Sport as a Factor in the Development of National Identity: A Value-Normative Approach   | 334      |
| Halimakhon N. KADIROVA<br>Necati GÜRSES   | Özbekistan  | Ways of Preserving the Ethnic Identity of National Sports at the Present Stage: Example of 'Mas-Wrestling' (Mas-Tardih) in Yakudistan   | 341      |
| Sıymık ARSTANBEKOV<br>Onur ÖZTÜRK   | Kırgızistan | In the Framework of State Policy: Traditional Holidays in Tuvas   | 345      |
| Mehmet Fatih GÜLCEMAL<br>Serkan REVAN<br>Şükran İRİBALCI                                    | Türkiye     | Investigation of Leisure Time Barriers and Involvement of White and Blue Collar Working Groups  | 355      |
| Sercan KARABACAK<br>Levent ATALI  | Türkiye     | Examining The Identification Levels of Turkish Super League Football Team Fans in Terms of Various Variables  | 375      |
| Kübra TUZ<br>Nezhat Özgül ÜNLÜER  | Türkiye     | Investigation of Postgraduate Theses in the Field of Physiotherapy and Rehabilitation Related to Sarcopenia   | 377      |
| Yunus Emre ASLAN<br>Yasin ERSÖZ   | Türkiye     | The effect of different warm-up protocols on speed, vertical jump and agility at halftime in soccer   | 386      |
| Gökhan ÇABUK<br>Huriye Acar GÜRTAŞ  | Türkiye     | Performance analysis and tracking system for baseball players and game dynamics   | 388      |
| Halit EGESOY<br>Aydın İLHAN   | Türkiye     | The Relationship between Functional Movement Test Scores and Physical Performance Parameters in Young Elite Football Players  | 390      |
| Mürsel AKDENK<br>İbrahim KURT<br>Sibel ARAL   | Türkiye     | Individual Rehabilitation in Sports At Special Education And Rehabilitation Centers: Physiotherapy and Medical Exercise   | 398      |
| Harun KOÇ<br>Hüseyin AYYILDIZ   | Türkiye     | Nutrition information for amateur athletes levels and attitudes towards doping  | 400      |
| Hasan Basri TAŞKIN<br>Bayram CEYLAN<br>Bilgehan BAYDİL                                      | Türkiye     | Heart Rate, Perceived Exertion and Muscle Soreness Responses to High Intensity Intermittent Exercise with Two Different Rest Ratios in Collegiate Kickboxers  | 402      |
| Bayram CEYLAN<br>Hasan Basri TAŞKIN<br>Bilgehan BAYDİL                                      | Türkiye     | Hydration in visually impaired judo athletes: a preliminary study   | 407      |
| Kenan İlker EKER<br>Muhammet KUSAN<br>Soner ÇANKAYA   | Türkiye     | Samsunspor Taraftarının Fanatiklik Düzeyi ve Futbolda Şiddet Kaynağına İlişkin Görüşleri  | 413      |
| Yunus Emre MERCAN<br>Seda SABAH<br>Soner ÇANKAYA  | Türkiye     | Examination of Traditional Athletes' Attitudes Towards Traditional Sports   | 425      |
| Eyüp SEKMEN<br>Reşat SADIK  | Türkiye     | The organizational structure of crossfit in terms of sports management  | 433      |

\*Bildirideki ilk yazarın ülkesi

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



| Author   | Ülke*       | Başlık  | Sayfa No |
|--|-------------|---|----------|
| Erkan KONCA<br>Necati Alp ERİLLİ   | Türkiye     | Determination of pre-adolescence students attitudes towards nutrition and healthy lifestyles  | 442      |
| Oğuzhan ARSLAN<br>Bekir ÇAR  | Türkiye     | Examination of Some Physical And Motoric Characteristics of Secondary School Students Who Do Not Do Sports Regularly                                    | 444      |
| Oğuzhan ARSLAN<br>Bekir ÇAR<br>Ahmet KURTOĞLU                                  | Türkiye     | Critical pedagogy and physical education: a biometric analysis  | 455      |
| Sedat KAHYA  | Türkiye     | Egzersiz bağımlılığı, spor ve genetik ilişkisinin incelenmesi<br>Investigation of the relationship between exercise addiction, sports and genetics      | 462      |
| Yunus İŞLER<br>Cenk Köksal BOĞAZKESEN<br>Mehmet GÜL                            | Türkiye     | The Contributions Of International Sports Organizations To Country Tourism: Example Of Wimbledon Tennis Tournament                                      | 476      |
| Zinaida M. KUZNETSOV<br>Fatih KARAKAŞ  | Rusya       | Almokabash Geleneksel Güreş Ve Günümüz Sporlarına Yansimasi   | 477      |
| Sajjad PASHAIE<br>Mehmet GÜL<br>Hamed GOLMOHAMMADI                             | Iran        | The History of Wrestling in Iran  | 485      |
| Saitdin AZİZBAEV<br>Mehmet TÜRKMEN   | Kırgızistan | Intangible Cultural Heritage (ICH), UNESCO and the Cultural Heritage of the Horse in the 21st Century   | 486      |
| Sıymık ARSTANBEKOV<br>R. BAKTİBEK UULU   | Kırgızistan | Pedagogical competencies and functions of traditional wrestling coaches of turkish peoples perceived by athletes  | 503      |
| Saitdin AZİZBAEV<br>Mehmet TÜRKMEN   | Kırgızistan | National holiday of the Altai people: El-Oyin / People-Game   | 512      |
| Irina CONSTANTINOVA<br>Mehmet TÜRKMEN  | Moldova     | The Role of Folklore on The Personality Development of The Child  | 518      |
| Mehmet TÜRKMEN   | Türkiye     | Geleneksel Sporlar Aracılığıyla Kültürel Sermaye İnşası İçin Ortak Çaba: TAFİSA ve UNESCO'nun Gayretlerinde   | 525      |
| Yelemes A. ALIMKHANOV<br>Madieva G. BAYANZHANOVA,<br>Ustemirov B. TALIMOVICH   | Kazakistan  | Ways to form a common international government by studying the similarities and differences of the Turkic peoples in the ethnosport games "Kokpar"      | 536      |
| Halimakhon N. KADIROVA<br>Kürşad Han DÖNMEZ                                    | Özbekistan  | Integration of National Cultures in Physical Education for Preschool Children   | 537      |
| Akhrorbek A. AZIZOV<br>Feruza DJUMANIYAZOVA                                    | Özbekistan  | Turan – The Hearth of Chess   | 547      |
| Aiym TLEPBERGEN<br>Onur ÖZTÜRK   | Kazakistan  | Dünyada Geleneksel Yay ve Okçuluk: Yüzeysel Perspektiften   | 562      |
| Aiym TLEPBERGEN<br>Sıymık ARSTANBEKOV  | Kazakistan  | The Importance of Traditional Games and Sports in the Physical and Moral Development of School-Age Children   | 570      |
| Zinaida M. KUZNETSOV<br>Erol DOĞAN   | Rusya       | Sports And Wrestling İn Indian Epics  | 575      |
| Furkan AYKAÇ<br>Mustafa ARICI  | Türkiye     | Examining The Academic Achievement And Academic Motivation Levels Of University Students Participating In Student Societies And Recreational Activities | 581      |
| Meryem ÖZDEMİR   | Türkiye     | Manifestation Of Animal Symbolism In Turkish Mythology In Traditional Games: The Example Of Müngüz Müngüz Game  | 583      |
| Cansel ARSLANOĞLU<br>Gizem KIZILÖRS<br>Ahmet MOR<br>Erkal ARSLANOĞLU           | Türkiye     | Effect Of Aerobic Exercise On Body Composition And Flexibility In Sedentary Women   | 595      |
| Gürkan Selim ÇELGİN<br>Gizem KIZILÖRS<br>Cansel ARSLANOĞLU<br>Erkal ARSLANOĞLU | Türkiye     | Ramp Isinma Protokolü Ve Etkisi<br>Ramp Warm Up And Its Effect  | 597      |
| Şehriban GÜL DEMİR<br>Cihat KORKMAZ  | Türkiye     | Investigation Of The Nutritional Knowledge Levels Of Students Of The Faculty Of Sports Sciences   | 599      |
| Cansu ATEŞ<br>Yıldırım G. GENCER   | Türkiye     | Investigation Of The Effect Of Perturbation Exercise On Balance And Lower Extremity Strength In Taekwondos  | 602      |
| Elena CHERKASHİN<br>Semanur BAZ  | Rusya       | Eski Türk Kağanlıklarında Spor ve Askeri Eğitimde Kadınlarnın Rolü  | 627      |

\*Bildirideki ilk yazarın ülkesi

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



| Author   | Ülke*       | Başlık  | Sayfa No |
|--|-------------|---|----------|
| Esen KIZILDAĞ KALE<br>İpek Tilbe TÜLEK<br>Hatice ÖZDEMİR<br>Çağdaş USTA<br>Mehmet KALE | Türkiye     | The Relationship Between Motivation and Mental Toughness In Individual And Team Athletes  | 635      |
| Nihat SARIALIOĞLU<br>Rıdvan TÜRKERİ<br>Tuğçe NAMAZCI                                   | Türkiye     | Investigation of The Immediate Effects Of Graston Massage On Muscle Mechanical Properties And Sportive Performance In Elite Female Handball Players With Isolated Gastrocnemius Tightness | 645      |
| Özcan GÜLEN<br>Onat ÇETİN  | Türkiye     | Change Of Direction Deficit And Calculation Methods In Team Sports  | 647      |
| Gizem AKARSU TAŞMAN  | Türkiye     | Examination Of Physical Performance Parameters Of Elite Muay Thai Athletes  | 649      |
| Erkan GÜVEN  | Türkiye     | Adölesan ve Yetişkin Amatör Futbolcuların Sürat Performanslarının Karşılaştırılması   | 651      |
| Yusuf SAKAR<br>Burkay CEVAHİRCİOĞLU  | Türkiye     | Sustainability And Innovation In Sports   | 653      |
| Büke AKTOLUN<br>Sibel NALBANT  | Türkiye     | Sport-Based Awareness Activity: Examining Peers' Perspectives on Individuals with Special Needs   | 661      |
| Hatice DEVECİ ŞİRİN<br>Erkan Faruk ŞİRİN   | Türkiye     | The Effect Of Ethical Tendencies On Attitude Of Rival Respect And Hatred Towards The Opponent: An Application On Football Fans  | 672      |
| Çağlar EGEMEN<br>Aydan ERMİŞ<br>Muhammet KUSAN   | Türkiye     | Z Kuşağının Geleneksel Türk Sporlarına Yönelik Tutumları  | 683      |
| Ferhat ESATBEYOGLU   | Türkiye     | It Is A Social Responsibility': Coaching Practices Of Youth Goalball Coaches  | 689      |
| Nadejda TIDIKOVA<br>Özcan ERCAN  | Rusya       | Sporun Çocuk Gelişimine Ve Sosyalleşmeye Etkisi   | 690      |
| Batuhan KAYKUSUZ<br>Rashid KARIMZADA<br>Beyza ÖZVAR ŞENÖZ<br>Büşra KALKAN BALAK        | Türkiye     | The Acute Effect Of Percussive Therapy On Vertical Jump And Flexibility In U-19 Football Academy Players: A Pilot Study   | 697      |
| Halima Kadirova  | Uzbekistan  | İlkokul Öğrencilerinin Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunlarına Yönelik Değer-Motivasyon Tutumunun Oluşmasında "Ulusal Program"ın Rolü   | 699      |
| Sıymık Arstanbekov<br>Ayperı Mambetova<br>Kubat Azizbayev                              | Kırgızistan | Pedagogical Technologies of The National Types of Struggle of The Turkic Peoples  | 702      |
| Ertı Sardi   | Kırgızistan | About Kyrgyz Games and Entertainments   | 706      |
| Akhmatova Aynura Naimatovna  | Kırgızistan | Traditional Games of Southern Kyrgyz People   | 715      |
| Abdurasulova Aksana Ikramzhanovna  | Kırgızistan | Kimlik Sorunu Çerçevesinde İnsanın Oyun Aracılığıyla Kültürleşmesi  | 724      |
| Moldaliev E.K<br>Kunguzhinov J.T.  | Kırgızistan | Horse Games of Nomads   | 728      |
| Ismailova Fotima Sheraliyevna  | Uzbekistan  | Integration Of Exercises And Games In The Development Of Movement Activity Of Pre-School Children In Physical Education   | 733      |
| Khudoynazarov Navruzjon<br>Bakhodirovich   | Uzbekistan  | The Role of Coordination Skills In The Skillful Execution Of Conflict Feints And Improvisation Movements In Basketball Players  | 738      |
| Manlikova Minavar Halykovna  | Kırgızistan | National Sports in The Story of Ch. Aitmatov "Farewell, Gul'sary!" in The Linguomethodological Aspect   | 743      |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

| *Bildirideki ilk yazarın ülkesi  |                                      |   |          |
|--|--------------------------------------|---|----------|
| Author   | Ülke*                                | Başlık  | Sayfa No |
| Keman LYU<br>Ilia CHERKASHIN<br>Elena CHERKASHINA  | Rusya                                | Methodological Features of Physical Training of Athletes in Mas-Wrestling   | 752      |
| Borisovets D. RAFKATOVNA   | Rusya                                | Ethnopedagogy: A Way to Build Effective Communication With People of Other Ethnic Groups.   | 760      |
| Inga. E. MENDOT<br>Emma. E. MENDOT<br>Ella. E. MENDOT  | Rusya                                | Organising A Rational Approach to the Health of Junior Schoolchildren Using Tuvan Mobile Games  | 766      |
| Kashmatova J. ASHIROVNA<br>Tursunbekova S. MIKARAMOVNA   | Rusya                                | Reflection of Kyrgyz National Sports Games in Everyday Life of Kyrgyz People  | 770      |
| Inga. E. MENDOT<br>Ella. E. MENDOT<br>Emma. E. MENDOT  | Rusya                                | National Sports as Sports and Military Training of a Tuvan Nomad  | 775      |
| Eresa. V. Mendot   | Rusya                                | Traditional Consumer Products in The Food System of The Tuvan People  | 777      |
| Ilya A. CHERKASHIN<br>Elena CHERKASHIN   | Rusya                                | Celebrating cultural diversity through sport for global peace   | 784      |
| Kuznetsova Z. M<br>Kuznetsov A.S.<br>Halikov G.Z.<br>Mutaeva I.Ş.  | Rusya                                | Geleneksel spor "kemer güreşi"nde bilgi teknolojileri   | 787      |
| Kuznetsova Z. M<br>Mutayeva I. SH<br>Khalikov G. Z<br>Ismagilova L. F  | Rusya                                | Study of Factors and Conditions for Introducing Traditional Sports and Folk Games into The Secondary Education System   | 791      |
| Lydia DASHIEVA   | Mongolia                             | The cult of the horse as a phenomenon of national sports in the traditional culture of the Buryats  | 798      |
| Adem KAYA<br>Şevki KOLUKISA  | USA                                  | Folk Dances of Dagestan As A Means of Physical And Moral Education Of Young People  | 800      |
| Adem KAYA<br>Hilal ŞÖHRET  | USA                                  | The Role of Game in Moral Development   | 805      |
| Adem KAYA<br>Onur ÖZTÜRK   | USA                                  | The Role of Game in the Development of the Emotional Sphere   | 812      |
| Jerono P. ROTICH   | USA                                  | Reflection on Traditional Sports and Games as Tools to Foster Belonging and Inclusivity   | 817      |
| Adem KAYA<br>Mehmet TÜRKMEN  | USA                                  | Yakut (Saha) Geleneksel Spor Oyunlarının Isiah Bayramında Yeniden Canlandırılması   | 818      |
| Adem KAYA<br>Mehmet TÜRKMEN  | USA<br>Türkiye                       | Kuzey'in Yerli Halklarının Geleneksel Oyun ve Müsabakaların Kullanımında Etnopedagojik Koşullar: Hantılar Örneği  | 826      |
| Carlos Afonso F.dos SANTOSA<br>Welison Alan G. ANDRADE<br>Rogério Gonçalves de FREITAS<br>Fábio José Cardias GOMES | Brazil<br>Brazil<br>Canada<br>Brazil | Tradition and modernity in Marajoara  | 834      |
| Pere Lavega-BURGUÉS  | Spain                                | Paradoxical Traditional Sporting Games: A Treasure for 21st Century Physical Education  | 835      |
| Víctor Lorenzo Alonso DELGADO<br>Augusto R. Rodríguez SÁNCHEZ<br>George JENNINGS                                   | Spain                                | Supporting the safeguarding of traditional wrestling as an intangible cultural heritage of the University: The Emilio Rivero University Chair of Canarian Wrestling at the University of Las Palmas de Gran Canaria | 840      |
| Sajjad PASHAIE<br>Bita JABBARI<br>Mehmet GÜL   | Iran                                 | Zoorkhaneh and Legacy of Pahlavani: A Symbol of Civilization, History and Rich Culture of Iran  | 842      |
| Muhammad ZAIB<br>Adnan ul HAQ<br>Muhammad SAFWAN   | Pakistan                             | The Role of a Physical Education Lecturer as Perceived by Students at College Level in Tehsil Khudokhel Buner   | 847      |
| Aqsa Shamim AHMED  | Pakistan                             | Impact of Cultural and Social Influences on Female Sports Participation in Public and Private Universities: A Comparative Analysis in Lahore District   | 848      |
| Irvan SETIAWAN<br>Dhanisa Restya AGUNG   | Indonesia                            | Dhanurveda Influence in Javanese Classical Period Archery   | 849      |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|  |         |  |            |
|--|---------|--|------------|
| Tamer KARADEMİR<br>Cengizhan PAKYARDIM<br>Suat Mehmet PAKSOY | Türkiye | Examination of self-efficacy perceptions of turkish wrestling referees | <b>850</b> |
|--|---------|--|------------|

\*Bildirideki ilk yazarın ülkesi

| <b>Author</b>  | <b>Ülke*</b> | <b>Başlık</b>  | <b>Sayfa No</b> |
|--|--------------|--|-----------------|
| Cengizhan PAKYARDIM<br>Teoman ŞAKALAR<br>Tamer KARADEMİR<br>Hüseyin EROĞLU | Türkiye      | Cancer and Exercise  | <b>852</b>      |
| Paula PLA<br>Unai Sáez de OCÁRIZ<br>Pere Lavega-BURGUÉS                    | Spain        | Education in Peace Through Motor Games to Promote Socioemotional Well-Being in Physical Education  | <b>854</b>      |
| Ali Şeyh İBRAHİM   | Filistin     | Filistin'de Batı Şeria'da İsrail işgali uygulamaları altında beden eğitimi eğitimi alan kız öğrenciler arasında evde eğlence etkinlikleri uygulama gerçeği | <b>860</b>      |
| Tuğçe AKKUŞ<br>Faik ÖZ<br>Soner ÇANKAYA                                    | Türkiye      | Türkiye'de Spor Politikalarının Gelişimi ve Etkileri   | <b>862</b>      |
| İsmail A. İBRAHİM<br>Ali KAYA<br>Görkem AÇAR<br>Okan KILIÇKAYA             | Poland       | Investigation of Sportsmanship and Sports Commitment of Students: A Research on Sports Management Department Students                                      | <b>868</b>      |
| Salih Çağrı TAŞMEKTEPLİGİL<br>Soner ÇANKAYA<br>Faik ÖZ                     | Türkiye      | Olimpiyat Oyunlarında Geleneksel Sporların Rolü ve Kültürel Çeşitlilik   | <b>870</b>      |
| Halime KARA<br>Bade YAMAK<br>Hamza KÜÇÜK                                   | Türkiye      | Pilates and Posture: Contributions to Balance, Stability, and Postural Control   | <b>876</b>      |

\*Bildirideki ilk yazarın ülkesi



## NASIL ŞAMPİYON OLDULAR

Prof. Dr. Yalçın Kaya

Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Yaklaşık otuz küsur yıldır üniversitemde Sporda Psikososyal Alanlar Anabilim Dalı Başkanım. Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalında Yüksek Lisans yaptım. Psikoloji ve Motivasyon konularında birçok kitaplarım yayınlandı. Bütün bu bilgi ve tecrübelerim ışığında gördüm ki, psikoloji ve motivasyon aşk gibidir. Anlatılmaz. Yaşanır.

Ben te yaşananları araştırmaya karar verdim ve ulaşabildiğim Avrupa Dünya ve Olimpiyatlarda dereceye girmiş farklı branşlardan 130 kadar sporcumuzla birebir yüz yüze mülakatlar, yazılı bilgiler, ses ve görüntü kayıtları şeklinde yaşadıklarımı derledim. Anlattıkları gerçekten altın harflerle yazılacak hazineler kadar değerli idi.

Şampiyon olmanın sırları da al bayrağımızı defalarca Avrupa Dünya Olimpiyat gönderinde dalgalandıran sporcularımızın bizlerle paylaşmış oldukları çok önemli bilgilerdi. Bu bilgiler hep Türk Sporunun motivasyon tarihi niteliğinde idi, hem de sorun ve çözüm tarihi niteliğinde idi.

Araştırmada bu çok değerli sporcularımızı vermiş oldukları çok değerli bilgilerin genç nesillere başarı kültürü oluşturur düşüncesi ile süblime edilerek paylaşıldı

**Anahtar Kelimeler:** Şampiyon, Motivasyon, başarı psikolojisi, spordaki sorun ve öneriler.

### Giriş

Ülkelerin en büyük serveti ve hazinesi, her türlü olumsuzluğa rağmen yılmayan, başarılı insanların (sporcuların) yüreklerindeki kor ateştir, idealleridir, heyecanıdır. Bir kor alevleniyordu yüreklerde, en sert madeni bile eriten. Onlar hiçbir olumsuzluk karşısında pes etmemişlerdi hiçbir zaman. Onlar, atalarından aldıkları üstün özelliklerle dolu genleri ile ağaç kabuklarını kemirerek aldıkları enerjiyle kurtuluş savaşını binlerce işgalci kuvveti tarumar ederek kazandıkları gibi kazanmışlardı yüce onurlarını. Onlar, aldırmadan hiçbir eksikliğe, yüreklerindeki ideal ve heyecan ateşi ile eritmişlerdi bütün olumsuzluk dağlarını.

Onlar, Montreal'de, Seul'da, Atlanta'da, Pekin'de... Hiçbir gücün dikemediği bayrağımızı olimpiyat gönderine dikmişlerdi ve bütün dünya milletlerinin al bayrağımıza saygı duruşunda durmalarını sağlayarak marşımızı dinletmişlerdi.

1999 yılında "Performansta Üçüncü Boyut "HİPNOZ VE SPOR" adlı kitabımı yazarken, bazı şampiyon isimlere bazı sorular sormuştum. Aldığım cevaplar içinde öyle çarpıcı ifade ve yaklaşımlar vardı ki, "**İşte, spor psikolojisi budur**" dedim kendi kendime. Daha sonra çok değerli sporcü üstatlarımın yaşadıklarını araştırmaya başladım.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Çünkü spor da aşk gibidir. Vitrindeki kısmından ziyade, başarının mutfağıdır önemli olan. Anlatmaktan ziyade psikolojinin en önemli gerçeği, yaşanan kısmıdır. Psikoloji kitaplarında daha çok genel anlamdaki tanım ve kavramlar bulunmaktadır. Ancak bu tanım ve kavramların yaşanan olaylarla ilişkilerini kurabilmek oldukça zor olduğu gibi, okuyan bir sporunun okuduklarını direkt yaşamına geçirmesi de pek mümkün olmamaktadır.

Nasıl ki kitaplar, bir yazarın belki 50-60 yıllık hayat deneyimlerinin son noktalarının, deneyim sürecinin başındaki insanlara en olgunlaşmış şekli ile sunulmasıdır.

İşte, dünya spor tarihine adını yazdıracak kadar birikime sahip olmuş, bu ülkede yaşayan 85 milyon insanımızın ve Albayrağ'ımızın yükünü sırtında taşıırken, rakipleriyle girdiği mücadeleyi kazanmış sporcularımızın yaşadıklarının, hissettiklerinin ve elde ettikleri deneyimlerinin doruk noktalarını bizimle paylaşmışlar. Bizler de, onları başarıya götüren bu, hazineler kadar kıymetli olan, onları başarıya götüren düşünce modellerini, daha sade bir ifade ile şampiyon olmanın yollarını; spor deneyimlerinin henüz başında olan genç sporculara, bilimsel temelleriyle sunma fırsatını önemseyerek bir çalışma gerçekleştirdik. Bu çok önemliydi. O, hazinelerden bile kıymetli olan kendi gerçeklerini ve düşünce modellerini bizlerle paylaşan sporcularınıza minnettarız.

Böylece bu çalışmayı okuyan genç sporcular, deneyim sürecinin başında olmasına rağmen, ağabey veya ablalarından aldıkları doruk modellerle, zirvedeki yaşanan tecrübelerinden yararlanarak üst düzeyde başarı kültürü oluşturacaklardır.

Yapılan araştırmada ilginçtir ki, en önemli olmazsa olmazın Şampiyon sporcuların güçlü kişiliğe sahip olmalarıydı. Başarının en önemli olmazsa olmazı güçlü kişilikli olmaktır. Güçlü kişilikli insanların en büyük özelliği, herkesin etkilendiği hatta tir tir titrediği olaylar karşısında, hiçbir olumsuzluktan etkilenmediği gibi her olumsuz olayın negatif etkisinin kendisini pozitif bir sonuca götüreceği düşünce ve reaksiyona dönüştürüyor olmalarıdır (Kaya 2024).

**Bu önemli şampiyonlardan birisi, Mustafa Dağistanlı Güreş. 1956 [Melbourne Olimpiyatlarında Serbest stil 57 Kg da 1. 1960 Roma Olimpiyatlarında Serbest Stil 62 Kg da 1.](#) Türkiye ve Uluslararası şampiyonalarda DÜNYADA YENİLGİSİ OLMAYAN TEK GÜREŞÇİDİR.. Devlet Üstün Hizmet Madalyası sahibidir.**

*Sporcumuz, ilk kez Greko-Romen yaptım Rakiplerimi bir bir yenip finale çıktım. Finalde bir önceki 1948 Londra Olimpiyat Şampiyonu olan Nasuh Akar'ı yendim ve ilk kez katıldığım Türkiye şampiyonasında şampiyon oldum. Diyen yenilgisiz şampiyonumuz, yeteneğin veya niteliğin ne kadar üstün bir özellik olabileceğinin bir örneğini kanıtlamıştır. Zira dört sene önce olimpiyat şampiyonu olan bir sporcuyu bile bazı özellikleri ile yenebileceğini kanıtlamıştır.*

*Benim gibi Samsunlu olan Yaşar Doğu yanıma gelip, sen kimsin? Diye sordu. Ben onu taniyordum, o da beni Şampiyonluğumdan sonra tanıdı. Daha sonra milli takım kampına çağrıldım. Dünya Şampiyonası ve Olimpiyatlara hazırlanmaya başladık. Evet, burada*

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

şampiyonumuz bir şeyi daha göstermiştir ki, bazı üstün meziyetleriniz varsa hemen keşfedilirsiniz ve sizi kimse saf dışı edemez. Diyor.

*1954 yılında Tokyo'da Dünya Şampiyonu olup yurda döndüğümde, askeri bando takımı beni havaalanında karşıladı (Kaya 2016). Umarız bundan sonraki şampiyonlarımızı da halkın ve basın ordusunun yanında devletin gücünü temsil eden resmi bando takımları da karşılar.*

*Olimpiyatlar için Melbourne gittiğimizde, benim 4 kilo fazlam vardı. Takımla beraber saunaya gittik. Takım arkadaşlarım kilosunu düşüp çıktığında benim henüz bir kilo fazlam vardı. Antrenörümüz Yaşar Doğu, ısrarla beni saunadan çıkarmak istiyordu. Yarınki tartıya kadar ağzına hiç bir şey sürmezsen, fazla olan kilonu verirsin dedi. Yaşar Hoca'nın dediğini yaptım ve saunadan çıktım.*

*Ertesi gün tartıya çıktığımda, fazla olan bir kilom, olduğu gibi duruyordu. Ben tekrardan saunaya girdim ve fazla olan kilomu vermeye çalıştım. Ya verecektim, ya da mindere çıkmadan elenecektim.*

*Ben saunadayken Yaşar Doğu yanıma geldi ve vücudumdan çıkan teri silmeye çalıştı. Ben sinirli ve gergin bir şekilde elini çekmesini ve bana karışmamasını söyledim. Daha sonra saunadaki bir Rus sporcu, bana masaj yapacağını ve iyi geleceğini söyledi.*

*Bunu duyan Yaşar Doğu, bana kızarak "bana elimi sürdürmez, elin gâvuruna masaj yaptırır" diyerek bana tepki gösterdi ve ben Şampiyon olana kadar benimle konuşmadı (Kaya 2016). Burada çok önemli bir durum da gözden kaçırılmamalıdır. Yukarıdaki bilgilere göre son derece önemli yetkileri olan ve Türk güreşiyle özdeşleşmiş olan merhum üstat Yaşar Doğu'nun, böyle bir tepki karşısında küçük bir kızgınlık gösterse de, aynı zamanda büyük bir olgunluk gösterdiği görülmektedir. Şu anda bile zaman zaman öyle kızgınlıklar ve öyle intikamlar görülüyor ki, bazen çok önemli bir sporcunun spor hayatının bitirilmesine kadar gidebiliyor.*

Olimpiyat şampiyonu olmadan önce Hamza Yerlikaya'nın da yaşadığını biliyoruz. (Eğer Hamza, küseydi de güreşten uzaklaşırdı; o Hamza'nın şampiyonluklarını, o şampiyonluklardan dolayı Al Bayrağımızın göklerde dalgalanmasını, o İstiklal Marşımızın karşısında tüm dünyanın saygı duruşunda duruşunu göremeyecektik.) Fakat sporun özünü çok iyi bilen Yaşar Doğu, kilo düşen bir sporcunun neler yaşayabileceğini, kilo düşme döneminde normal dışı davranışlar göstermenin ne kadar anlayışla karşılamanın gerekliliğini çok iyi bildiği için, büyük bir olgunlukla ve sabırla davranarak, böylesine bir sporcuyu kaybetmemiştir.

Büyük üstat, öfkesini ve kızgınlığını sineye çekiyor ve o al bayrağın gönderde dalgalanmasını, kendi öfkesinden önde tutuyor ve sabrediyor.

*1960 da ise, Roma Olimpiyatlarına gittik. Yaşar Doğu, Roma Olimpiyatları öncesi kalp krizi geçirdi. Celal Atik ile Roma'ya gittik. Yaşar Doğu, takıma moral vermek için kalp krizi geçirmesine rağmen, bizimle Roma'ya geldi. Yine büyük üstattan, önemli bir örnek görülmektedir. Kalp krizi geçirmesine rağmen, takımı yalnız bırakmamıştır.*



*Yaşar hocanın ısrarlarına rağmen güreşi bırakmaya karar verdim. Çünkü 15 yaşında evlenmiştim ve çocuklarım vardı. Ticarete atılmam gerekiyordu.*

Evet, birçok şeye birçok para harcayan devletin, böylesine önemli, ülkemizin dünya milletleri tarafından hasta adam, ölü adam diye tanımladıkları bir dönemde, Türk Milletinin; ölmediğini, hâlâ yenilmezliğini devam ettirdiğini, dünya milletlerine göstermiş olan sporcularımızın ihtiyaçlarını fazlasıyla karşılaması gerekirdi.

Haliyle yıkılmış bir milletle, batmamak için hiçbir alışveriş yapmayan dünya milletleri, ülkenin yıkılmadığını görerek, Türkiye Cumhuriyetini kabullenmek zorunda kalmışlardır. Buna neden olan şampiyonlarımız da bizim için elbette, ilelebet değerli olacaklardır (Kaya 2002).

Umarım Gençlik ve Spor Bakanlığının girişine **Olimpiyat Şampiyonlarımızın büstleri dikilir, onlara ait bir müze oluşturulur, İngiltere’de olduğu gibi Kraliyet Nişanına benzer bir nişanla ödüllendirilir** ve genç sporcu kardeşlerimize örnek ve model olarak teşhir edilir. Gönüllerde yaşatılır.

**Ahmet Ayık Güreş.** 1964 Olimpiyat Oyunları, Japonya - 97 kg - 2.lik. 1968 Olimpiyat Oyunları, Meksiko City Meksika - 97 kg - 1 lik

*Kar yağmış zaten, gece düğün oluyor, halay çekiliyor, orası buz oluyor. Karın buzun üzerinde 3,5 saat güreştiğimizi hatırlıyorum. Ben buzun üstünde yapılan antrenmanlarla geliştirdim kendimi.1 haftada ellerimizin derilerinin değiştiğini yaşadık. Ellerimizi suyun buharında ısıtıyoruz. Vücudumuz donuyordu. Onları birebir yaşadık. “Yazın sıcağı yakmamışsa yüreğinizi, kışın soğuğu dondurmamışsa bağrınızı, nasıl çelik gibi bir iradeniz olacak ki.” İfadesini birileri söylemiş, fakat çok değerli şampiyonumuz bunu her gün yaşayarak, kendini geliştirmiştir.*

*Alexander Medvedev. Yenilgisiz. 3 Olimpiyat Şampiyonu, 9 Dünya Şampiyonu. Artık onu yenmeye hazırlanıyorum.* Diyor şampiyonumuz.

*Sonra yendim onu da. Çünkü yenerim diye düşündüm. Bilimsel olarak ve zihinsel olarak antrenman yaptım kemdi kendime. Çok değerli sporcumuzdan henüz yeni yeni bilimsel çalışmalarda yerini bulan, tipik bir kendinle konuşma örneği olduğu, bir başka ifade ile oto telkin örneği olduğu görülmektedir (Bayköse 2014).*

*Ben, Japon rakibime yenildim. Tahlillerden biliyorlarmış, Ben sarılığa yakalanmışım fakat o zaman idareciler bize söylemediler. Üç kişiyi tuşla yendim. Şimdi söylersek morali bozulur diye, bana söylememişler. 6 gün önce çok rahat yendiğim Japon güreşçi Sasa, dünya 2. si. Ama çok rahat, açık farkla 2 kere yendim.*

*Yine yenderdim. Ama söyleselerdi ben kendimi ayarlardım. Diyerek şampiyonumuz, her durumun çözümünün mutlaka olduğuna inanarak, mutlaka çözümlerinin bulunabileceğinin mesajını vermektedir. Ümitsizlik, karamsarlık, güvensizlik asla yoktur dünyasında.*

*Sarılık, karaciğerle ilgili olduğu için güçten düşmüşüm. Güç yetmedi. 2. devrede yenildik. Sabaha kadar Mahmut Atalay ile ağladık.* Evet, Merhum Necip Fazıl'ın dediği gibi; "Ağlamayı bilmeyen anlamayı bilemez" Şampiyonumuz da sarılıktan kaynaklanan bir olumsuzluktan dolayı yenildiğinde bile sabaha kadar ağlamışlar ve gerçekten böyle bir durumda neler düşünerek anladığını anlayarak genç sporcularımızla paylaşması, gerçekten son derece kıymetli olacaktır.

*"1 yıl önce Yeni Delhi'deki dünya şampiyonasında yendiğim ABD'li bir sporcuyla güreşiyordum. Minderde istediklerimi yapamadım, kondisyonum kalmadı. Bir türlü harekete geçemiyordum. Son dakikalara geldik, minderin dışından içeri girdik. Bu sırada Mahmut Atalay ile göz göze geldik. Dizlerinin üzerine çökmüş, 'Ne yapıyorsun? Ahmet Ayık yenildi diyeceklerine, öldü desinler. Nasıl güreşiyorsun?' diye bağırdı. Bu ergonomik bir motivasyondur (Kaya 2021). O anda kendime geldim. Koltuk altından adamı bastırdım ve güreş bitti. Sonrasında finale kadar gittim ve altın madalya kazandım."*(Kaya 2002).

**Görüldüğü gibi yenilmek, ölmekten bile daha kötüydü.**

*'Allah'ım bizi bir Rus'a, Bulgar'a, Amerikalıya yendireceğime, cenazemi Türkiye'ye gönder' derdik'* ifadesi motivasyonun erişilebilecek en doruk noktası değil midir?

İşte şampiyon olmanın altın harflerle yazılması gereken sırrı...

Motivasyonda bir kural vardır. Hiçbir şey insanın yaşama içgüdüsünden daha etkili bir motiv olamaz (Kaya 1999). Fakat görüldüğü gibi şampiyon üstatlarımızın motivasyonları öyle bir noktaya gelmiştir ki, yenilmemek, şampiyon olmak, al bayrağımızı gönderin en tepesine çektilererek milli marşımızı tüm dünyaya saygı duruşuyla dinletmek, yaşama motivlerinden bile daha baskın hale gelmektedir.

*Güreşte bize bunu öğretmişlerdi, **yenilmek yok.***

**Görüldüğü gibi yenilmek, ölmekten bile daha kötüydü.**

**Tevfik Kış Güreş. 1960 Roma Olimpiyatlarında Greko-Romen 87 Kg da 1.**

*Kadınların ayrı bir bölümü vardır, orada kadınlar güreş tutardı. Bir anımı anlatayım. Diyen şampiyonumuz, bu kültürel birikimin ne kadar ileri boyutlarda olduğunu, yaşadığı bir olayla, son derece çarpıcı bir şekilde anlatmaktadır.*

*Bizim oraların başpehlivanı vardı, GLİK MUSTAFA DERLERDİ. Bir de GIDİK KIZ var; kocası zayıf güçsüz. Her işi kadın yapardı. Pehlivan Mustafa dayı, bir keçi almış. Gıdık kız, soruyor: *Bunu nereden aldın? Sataşacak ya... Bunlara güreş tutalım mı? Diyor. Mustafa pehlivan istemese de.**

*Herkes, “hayır güreşeceksiniz” diyor. Ayağında goca don var gıdık kızın. Donun ayağını bağladı. Beline palaska bağladı. Adam çok kızdı. Kadına birden öfkeyle saldırdı. Kadın, bir çift daldı, kaldırdı, adamı sırt üstü yere vurdu.*

*Kaybetmek bizim için ölüm demektir. Şampiyonumuzun kaybetmeyi ölümle aynı kefeye koyduğu görülmektedir. Biz bu milletin paralarıyla gidiyoruz, buna nasıl haksızlık ederiz derdik. Çok ağladık. Diyen şampiyonumuz, o kadar büyük bir bilinçliliktedir ki, müsabakaya giderken veya antrenmanlarda bu ülkenin parasının harcandığını düşünerek onun anlamını tam olarak idrak etmiş ve bunun hakkını vermek zorunda olduğunu düşünmektedir. Evet, gözler yaşarmazsa gönüllerde gökkuşağı olmazmış. Sporcu ağabeyimizin de gözleri yaşıyor ve gönüllerinde kazanmanın gökkuşağı oluşuyor. Kaybettiğimizde uçakta gelirken, keşke uçak düşse de ölsek derdik.*

### **Müzahir Sille. Güreş. 1960 Roma Olimpiyatlarında Groko-Romen stil 62 Kg da 1**

*Mükemmel geçen müsabakalardan sonra finale çıktım. Finalde Macar Imre Polyak'ı yenerek şampiyon oldum. Şampiyon sporcumuz, röportaj için evine gittiğimizde çay getiren kızını hatırlamıyor “sen kimsin be” diyordu. Bizleri hatırlamıyor. “siz kimsiniz” diyordu. Lakin 1960 ta hangi rakibini nasıl yendiğini adını soyadını ülkesini tek tek hatırlıyordu. Bu motivasyon açısından çok önemliydi. İşte şampiyonumuz sporla öyle özdeşleşmişti ki, güreşten başka her şeyi unutmuş fakat güreş hayatına öyle bir nakş olmuş ki, hastalığı rağmen unutamamış (Kaya 2002).*

### **Bayram Şit. Güreş. 1952 Helsinki Olimpiyatlarında Serbest stil 62 Kg da 1.**

*Tokyo 'da birinci olmama rağmen, o Macar'ı tuşla yenmeme rağmen, önce beni birinci ilan ettiler, o elenince beni ikinci ilan ettiler. **Ciğerim çok yanmıştı o zaman. Bayrağımız nasıl olurda an yüksekte olmazdı. Günlerce düşünüp, düşünüp ağladım** (Kaya 2016). Duygu ve düşünceler organizmayı etkiliyor ve başarı için düzenliyordu (Kaya 2002, Kaya 2022)*

**Naim Süleymanoğlu. Halter.** 1988 Seul olimpiyat 3 altın, 1992 Barselona olimpiyat 3. 1996 Atlanta olimpiyat 3 altın.

Dünyanın **Cep Herkülü** unvanı verdiği ve hayretlerle izlediği olimpiyat rekorlarını alt üst eden **Naim Süleymanoğlu'nun** açıklamaları, halter sporunun öncelikle konsantre sporu olduğu yönündedir.

Şampiyonumuz, sadece halterde şampiyon olmamıştır. Aynı zamanda bilimde de ezber bozan açıklamalar yapmıştır. Bütün dünyada “ heyecan ve stresle başa çıkma” başlıklı çalışmalar yaparken şampiyonumuz; “ben müsabakadan önce şöyle bir kendimi tartarım. Stres ve heyecanım kontrolden çıkmama neden olacak düzeyde ise yabancı sporcularla şakalaşırım, espri yaparım. Fakat heyecanım ve stresim az ise, haltere tekme atarım, bağırırım, kemeri fırlatırım ve kendime yapay stresler oluşturarak organizmanı diri tutarım” (Kaya 1999) diyerek heyecan ve stresin her başarısızlık için günah keçisi yapılmasına rağmen, insan organizması

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

için ne kadar önemli bir aktivatör olduğunu ortaya koymuştur. Bu heyecan ve stresin algılanmasında dönüm noktası oluşturmaktadır.

### LİTERATÜR

Bayköse N. (20014) Sporcularda Kendinle Konuşma Ve İmgeleme Düzeyinin Optimal Performansa Duygu Durumunu Belirlemedeki Rolü. Selçuk Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Basılmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya.

Yalçın Kaya Performansta Üçüncü Boyut “*Hipnoz ve Spor*. Selçuk Üniversitesi Matbaası Konya. 1999. ISBN 975 96780-0-4.

S.D. Kaya, Y. Kaya, A. M. Tiftik, "Hipnozun Stres ve Mutlulukla İlgili Biyokimyasal Parametreler Üzerine Etkileri", *Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 48-56 pp., 2002

Yalçın Kaya Strong Personality and Superior man Psychology Duvar Basın Yayın. İzmir. 2024. 978-625-6183-38-4

Yalçın Kaya NASIL ŞAMPİYON OLDULAR. 2016. Selçuk Üniversitesi Basımevi. Konya Türkiye. 2011. ISBN 978-975-96780-6-7.

Yalçın Kaya Ergonomic and Strategig Training. New Perspectives. Duvar Desing. 2021. İzmir/Türkiye. ISBN 978-625-7502-35-1.

Yalçın Kaya. Duygular ve Motivasyon. Duvar Yayınları. 2022 İzmir/Türkiye. ISBN 9 786258261356



## TİCARİLEŞMİŞ SPORDA ETİK DEĞERLER EROZYONU

Necati CERRAHOĞLU\*

\*Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği  
Bölümü, Çanakkale, Türkiye.  
ORCID:0000-0001-7365-7845  
E-mail: necerrahoglu@gmail.com

### ÖZET

Modern spor Cuobertin öncülüğünde 1894 Paris Kongresi sürecinde yapılandırıldı; "Amatörlük, Fair Play Centilmenlik, Kamu Yararı ve Gönüllülük" kuralları konuldu, sıkı korundu. Sporda yasaklar kesin bir şekilde uygulandı. 1990'lı yıllardan sonra spor – ekonomi birlikteliğine izin verildi. Parasal göstergelerde çok büyük artışlara karşın sportif değerlerde büyük kayıplar yaşandı. Amatörlük başta olmak üzere Fair Play gibi değerlerin hızla aşındığı yanı sıra sporda "ırkçılık – ayrımcılık – yabancı düşmanlığı ve islamafobi" gibi olumsuz gelişmelerin sporu tehdit ettiği bu araştırmanın konusudur.

Başta Irkçılık olmak üzere Kara para aklanması vb gibi olumsuzluklar yaygınlaştığı için Avrupa Birliği konu hakkında rapor yayınlayarak otoritelere önemli tavsiye ve telkinlerde bulundu.

**Anahtar Kelimeler:** Sporda Ticarileşme, Amatörlük, Değerler ve Erozyon



## PLAY ATTENTION UYGULAMASININ 12-14 YAŞ GURUBU HALTER SPORCULARININ DİKKAT VE PERFORMANS DÜZEYLERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Dr. Blagoy Kalpaçki<sup>1</sup>, Dr. H. Erdem MUMCU<sup>2</sup>, Dr. Levent Ceylan<sup>3</sup>, Sibel SELİMOĞLU<sup>2</sup>

South-West University, Bulgaristan<sup>1</sup>  
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Türkiye<sup>2</sup>  
Hitit Üniversitesi, Türkiye<sup>3</sup>

### ÖZET

Bu çalışma 12-14 yaş aralığındaki halter sporcularının dikkat seviyelerini belirleyip buna bağlı performanslarını olumlu yönde etkileyerek geri bildirim almak amacıyla tasarlanmıştır. Bu doğrultuda halter sporcularının antrenman sürelerinden arta kalan zamanlarda zihinsel antrenman metoduna dayalı olarak tasarlanan Play Attention uygulaması kullanılmıştır. Play attention uygulaması beta dalgaları aracılığıyla zayıf olan nörol ağları güçlendirmek için özel olarak tasarlanmış beceri geliştirme protokolüdür. Cihazın çalışma prensibi her seans sonrasında ölçme ve değerlendirmeyi kendisi yapıp raporlamaktadır. Halter sporunda kullanılmasının temel amacı tek yönlü ve kapalı bir beceri olan halter sporunun uygulamadan alınan geri dönütler sonucunda ağırlık kaldırma skorları ile bilişsel süreçlerinin nasıl etkilendiğini tespit etmektedir. Düzenli seanslar sonrasında bireyde dikkat ve koordinasyonda artış, daha iyi organize olma, motivasyon kazanımı, stres ve kaygının azalması, vücut koordinasyonu ve sorumluluk bilincinin artması sağlanmaktadır. Çalışmamızı 5 araştırma grubu, 5 kontrol grubu olmak üzere toplam 10 halter sporcusu oluşturmaktadır. Araştırma grubundaki sporcular antrenmanlarıyla eş zamanlı olarak 20 seans Play Attention programı uygulanmıştır. Araştırmamız 12 haftalık zaman aralığında ön test ve son test olarak hafta da en az iki seans olmak üzere toplam 20 seans üzerinden planlanmıştır. Play Attention uygulamasının dikkat üzerindeki etkilerini test etmek amacı ile d2 Dikkat Testi tüm sporculara uygulanmış ve raporlanmıştır. Her iki gruptaki sporcuların kaldırmış oldukları ağırlık miktarları ön test ve son test olarak alınmıştır. 12 haftalık süreçte yapılan seanslar sonrasında çalışma grubundaki sporcuların skorlarında %43 oranında dikkat eksikliğinin kalkmış olduğu d2 Dikkat testiyle belirlenerek raporlanmıştır. Aynı zamanda kaldırmış oldukları toplam ağırlık miktarlarında kontrol grubunda %10'luk artış gözlenirken, araştırma grubunda %20'lik bir artış oranı yapılan ölçümler sonrasında tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Halter, Play Attention, Dikkat eksikliği.

## THE EFFECT OF PLAY ATTENTION ON ATTENTION LEVELS AND PERFORMANCE IN WEIGHTLIFTING ATHLETES AGED 12-14

Dr. Blagoy Kalpaçki<sup>1</sup>, Dr. Hasan Erdem Mumcu<sup>2</sup>, Dr. Levent Ceylan<sup>3</sup>, Sibel Selimoğlu<sup>2</sup>

South-West University, Bulgaria<sup>1</sup>  
Tokat Gaziosmanpaşa University, Turkey<sup>2</sup>  
Hitit University, Turkey<sup>3</sup>

### ABSTRACT

The objective of this study was to ascertain the attention levels of weightlifting athletes aged 12-14 and to enhance their performance by providing feedback. In this context, the Play Attention application, which is based on a mental training method, was used by the athletes during their free time from training. The Play Attention protocol is a targeted skill development approach that aims to enhance the functionality of underperforming neural networks through the modulation of beta waves. The device is programmed to perform a measurement and evaluation after each session and subsequently report the results. The principal objective of utilising this technology in the context of weightlifting is to ascertain the impact of the feedback provided by the application on the cognitive processes and performance of athletes engaged in this unidirectional and closed skill. Regular sessions have been found to result in increased attention and coordination, better organisation, an increase in motivation, a reduction in stress and anxiety, improved body coordination, and a heightened sense of responsibility. The study comprised a total of 10 weightlifting athletes, divided into five research groups and five control groups. The athletes in the research group participated in 20 sessions of the Play Attention programme concurrently with their training regimen. The research was planned to be conducted over a 12-week period, with a total of 20 sessions, at least two sessions per week, as pre-test and post-test. The d2 Attention Test was administered to all athletes in order to assess the impact of the Play Attention application on attention. The weights lifted by the athletes in both groups were recorded as pre-test and post-test. Following the completion of the 12-week programme, the d2 Attention Test revealed that the athletes in the study group exhibited a 43% reduction in attention deficit. Furthermore, while the control group demonstrated a 10% increase in the total weight lifted, the research group exhibited a 20% increase.

**Keywords:** Weightlifting, Play Attention, Attention Deficit

### GİRİŞ

Dikkat, insan performansının temel unsurlarından biri olarak, hem akademik hem de fiziksel etkinliklerde önemli rol oynar. Spor psikolojisi alanında yapılan araştırmalar, dikkat seviyelerinin bireyin motor beceri performansını ve koordinasyonunu doğrudan etkilediğini göstermektedir (Swanson, Harris ve Graham, 2005). Özellikle, odaklanmanın devamlılığı ve dikkatin yoğunlaştırılması, sporcuların teknik doğruluk ve başarı düzeyini artırmaktadır (Weinstein, 1998). Bu bağlamda, nöroteknolojik uygulamalar bireylerin dikkat seviyelerini modüle etmek için modern çözümler sunmaktadır. Dikkat, sporda önemli bir performans bileşenidir ve sporcuların hem fiziksel hem de zihinsel kapasitesini önemli ölçüde etkiler. Literatürde, dikkat eksikliğinin sporcularda performans düşüşü, motivasyon kaybı ve stres gibi

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

sorunlara yol açtığı belirtilmektedir (Beşiktaş, 2012). Çocukluk ve gençlik döneminde dikkat gelişimini destekleyen uygulamaların, bireylerin hem spor hem de sosyal hayatlarına önemli katkılar sağladığı bilinmektedir (Renk vd., 2020).

Play Attention, nöroteknoloji tabanlı bir uygulama olarak bu konuda öne çıkmaktadır. NASA'nın astronot eğitiminde kullandığı teknolojilerden esinlenerek geliştirilen bu sistem, bireylerin dikkat seviyelerini beta dalgalarını modüle ederek artırmayı hedefler. Bu teknoloji, sporcuların dikkat seviyelerini izlemek ve bu seviyeleri geliştirici geri bildirimler sunmak için etkin bir araç olarak kullanılmaktadır.

Halter, kapalı bir beceriye dayanan ve dikkat gereksinimi yüksek olan bir spor dalıdır. Sporcuların ağırlık altındaki hareketlerini koordineli bir şekilde tamamlamaları ve dikkatlerini sürekli olarak yoğunlaştırmaları gerekmektedir. Bu araştırma, Play Attention uygulamasının halter sporcuları üzerindeki etkilerini araştırarak, dikkatin fiziksel performansla nasıl bir ilişki içerisinde olduğunu ortaya koymayı amaçlamıştır.

Play Attention ve benzeri dikkat geliştirme uygulamalarının spor performansı üzerindeki etkilerini inceleyen çalışmalar, bu teknolojinin dikkat seviyesi ile performans arasındaki ilişkiyi desteklemektedir. Smith ve Farah (2011), nöroteknoloji kullanılan geri bildirim mekanizmalarının sporcuların dikkat seviyelerini artırdığını ve bunun sonucunda fiziksel performansın iyileştiğini göstermiştir.

Buna ek olarak, Weinstein (1998) dikkat kontrolü eğitimlerinin kapalı beceri gerektiren sporlarda motor beceri performansını anlamlı derecede artırdığını belirlemiştir. Bu bulgular, halter gibi dikkat gerektiren spor dallarında uygulanan Play Attention programının etkili olduğuna dair kanıtları desteklemektedir.

Ayrıca, Swanson vd. (2005), dikkat geliştirme uygulamalarının çocuk ve genç yaşta sporcuların performansında uzun vadeli gelişim sağladığını belirtmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgular, dikkat seviyelerinin artmasının sadece antrenman sırasında değil, aynı zamanda rekabet sırasında da performansın sürekliliğini sağladığını ortaya koymuştur.

Bu bulgular, Play Attention'ın halter sporcuları için etkili bir dikkat geliştirme aracı olduğunu desteklemektedir. Dikkat kontrolündeki iyileşme, sporcunun hareket sırasındaki teknik hataları azaltmasına, odaklanmasının sürekliliğini sağlamasına ve fiziksel performansının anlamlı derecede iyileşmesine yardımcı olmaktadır.



## "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

### KATILIMCI 1

#### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>410</b>    | <b>75,8</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>67</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>51</b>     |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>28,78</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>292</b>    | <b>5,5</b>  |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>99</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>20</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı ( algılama hızı ) **normal düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Bireyde **öğrenme güçlüğü olabilir.**

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

#### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>447</b>    | <b>88,5</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>23</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>7</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>6,71</b>   |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>417</b>    | <b>54,0</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>163</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>18</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin **psikomotor hızı iyi düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde belirgin bir dikkat dağınıklığı **bulunmamaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** **Herhangi bir sorun yok.**

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

## "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

### KATILIMCI 2

#### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>427</b>    | <b>93,3</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>113</b>    |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>0</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>26,46</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>314</b>    | <b>15,9</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>67</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>42</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Bireyde **sürdürülebilir dikkat problemi vardır.**

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yoktur.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

#### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>492</b>    | <b>99,4</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>62</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>10</b>     |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>14,63</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>420</b>    | <b>78,8</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>144</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>18</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde belirgin bir dikkat dağınıklığı **bulunmamaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

## "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

### KATILIMCI 3

#### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>329</b>    | <b>50,0</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>21</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>11</b>     |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>9,73</b>   |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>297</b>    | <b>9,7</b>  |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>115</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>20</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin **psikomotor hızı (algılama hızı ) vasat düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yoktur.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

#### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>586</b>    | <b>99,9</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>100</b>    |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>8</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>18,43</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>478</b>    | <b>95,5</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>156</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>10</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin **psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmamaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmamaktadır.**

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

#### KATILIMCI 4

##### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>465</b>    | <b>98,2</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>116</b>    |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>82</b>     |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>42,58</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>267</b>    | <b>3,5</b>  |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>76</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>27</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır**.

**Sürdürülebilir dikkati :** **Sürdürülebilir dikkat problemi vardır.**

**Öğrenme güçlüğü :** Bireyde **öğrenme güçlüğü olabilir.**

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

##### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>486</b>    | <b>99,2</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>65</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>27</b>     |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>18,93</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>394</b>    | <b>65,5</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>139</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>22</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde belirgin bir dikkat dağınıklığı **bulunmamaktadır**.

**Sürdürülebilir dikkati :** Bireyde **sürdürülebilir dikkat problemi vardır.**

**Öğrenme güçlüğü :** Bireyde **öğrenme güçlüğü olabilir.**

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**



## "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

### KATILIMCI 5

#### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>366</b>    | <b>86,4</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>77</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>2</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>21,58</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>287</b>    | <b>30,9</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>75</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>17</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

#### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>400</b>    | <b>95,5</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>22</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>6</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>7,00</b>   |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>372</b>    | <b>86,4</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>145</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>19</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde belirgin bir dikkat dağınıklığı **bulunmamaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

#### KONTROL 1

##### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>634</b>    | <b>99,9</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>192</b>    |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>0</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>30,28</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>442</b>    | <b>65,5</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>96</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>7</b>      |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde belirgin bir dikkat dağınıklığı bulunmamaktadır.

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı bulunmamaktadır.

##### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>483</b>    | <b>98,9</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>12</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>2</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>2,90</b>   |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>469</b>    | <b>94,5</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>189</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>10</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde belirgin bir dikkat dağınıklığı bulunmamaktadır.

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı bulunmamaktadır.

## "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

### KONTROL 2

#### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>576</b>    | <b>99,9</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>166</b>    |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>2</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>29,17</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>408</b>    | <b>72,6</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>89</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>19</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı bulunmamaktadır.

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme gücüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı bulunmamaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.

#### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>575</b>    | <b>99,9</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>128</b>    |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>3</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>22,78</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>444</b>    | <b>87,5</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>127</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>16</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı çok iyi düzeydedir.

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde belirgin bir dikkat dağınıklığı bulunmamaktadır.

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme gücüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı bulunmamaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.



## "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

### KONTROL 3

#### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>367</b>    | <b>72,6</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>116</b>    |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>0</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>31,61</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>251</b>    | <b>2,3</b>  |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>45</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>44</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı (algılama hızı ) **normal düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

#### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>370</b>    | <b>72,6</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>113</b>    |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>0</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>30,54</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>257</b>    | <b>2,9</b>  |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>47</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>33</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı **normal düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde belirgin bir dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

#### KONTROL 4

##### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>381</b>    | <b>78,8</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>93</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>6</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>25,98</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>282</b>    | <b>6,7</b>  |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>70</b>     |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>32</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı (algılama hızı ) **iyi düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

##### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>408</b>    | <b>88,5</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>62</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>3</b>      |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>15,93</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>343</b>    | <b>30,9</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>108</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>19</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı **iyi düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Herhangi bir sorun yok.

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**



## "D2" DİKKAT TESTİ RAPORU

### KONTROL 5

#### ÖN TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>343</b>    | <b>57,9</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>27</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>17</b>     |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>12,83</b>  |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>299</b>    | <b>11,5</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>118</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>18</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı (algılama hızı ) **normal düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** Bireyde **öğrenme güçlüğü olabilir.**

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**

#### ARA TEST

|                               | Öğrenci Puanı | Yüzde       |
|-------------------------------|---------------|-------------|
| <b>TN:</b> Toplam Sayı        | <b>363</b>    | <b>69,2</b> |
| <b>E1:</b> Boş Bırakılan      | <b>18</b>     |             |
| <b>E2:</b> Yanlış İşaretlenen | <b>15</b>     |             |
| <b>E - Hata</b>               | <b>9,09</b>   |             |
| <b>TN - E</b>                 | <b>330</b>    | <b>24,2</b> |
| <b>CP:</b> Doğru Sayısı       | <b>135</b>    |             |
| <b>FR:</b> Oran               | <b>18</b>     |             |

**Psikomotor performansı :** Bireyin psikomotor hızı **normal düzeydedir.**

**Dikkat dağınıklığı :** Bireyde dikkat dağınıklığı **bulunmaktadır.**

**Sürdürülebilir dikkati :** Herhangi bir sorun yok.

**Öğrenme güçlüğü :** **Herhangi bir sorun yok.**

**Dikkat salınımı :** Bireyde dikkat salınımı **bulunmaktadır. Yeni konulara geçişte zorluk yaşayabilir.**



**Tablo:1 Araştırma Grubu Kaldırılan Ağırlık Ön ve Son Test Verileri**

| Katılımcı | Koparma<br>(Ön Test) | Koparma<br>(Son Test) | İyileşme<br>Oranı | Silkme<br>(Ön Test) | Silkme<br>(Son Test) | İyileşme<br>Oranı |
|-----------|----------------------|-----------------------|-------------------|---------------------|----------------------|-------------------|
| 1         | 45kg                 | 60kg                  | +33.3%            | 53kg                | 68kg                 | +28.3%            |
| 2         | 45kg                 | 63kg                  | +40%              | 55kg                | 70kg                 | +27.3%            |
| 3         | 65kg                 | 72kg                  | +15.8%            | 80kg                | 100kg                | +25%              |
| 4         | 60kg                 | 78kg                  | +30%              | 73kg                | 92kg                 | +26%              |
| 5         | 45kg                 | 52kg                  | +15.6%            | 53kg                | 65kg                 | +22.6%            |

En büyük gelişmeyi Katılımcı 2 koparmada göstermiştir (+40%). Silkme kategorisinde tüm katılımcılar pozitif gelişme göstermiştir. Genel olarak, silkme kategorisindeki gelişmeler %22-%28 aralığında yoğunlaşmıştır. Koparma kategorisinde (Katılımcı 3 hariç) %15-%40 arasında gelişme görülmüştür

**Tablo:2 Kontrol Grubu Kaldırılan Ağırlık Ön ve Son Test Verileri**

| Katılımcı | Koparma<br>(Ön Test) | Koparma<br>(Son Test) | İyileşme<br>Oranı | Silkme<br>(Ön Test) | Silkme<br>(Son Test) | İyileşme<br>Oranı |
|-----------|----------------------|-----------------------|-------------------|---------------------|----------------------|-------------------|
| 1         | 50kg                 | 60kg                  | +20%              | 60kg                | 70kg                 | +16.7%            |
| 2         | 53kg                 | 63kg                  | +18.9%            | 63kg                | 72kg                 | +14.3%            |
| 3         | 55kg                 | 65kg                  | +18.2%            | 65kg                | 75kg                 | +15.4%            |
| 4         | 50kg                 | 59kg                  | +18%              | 65kg                | 73kg                 | +12.3%            |
| 5         | 28kg                 | 41kg                  | +46.4%            | 35kg                | 47kg                 | +34.3%            |

En yüksek gelişimi Katılımcı 5 göstermiştir. Hem koparmada (%46,4) hem de silkmede (%34.3) diğer katılımcılara göre daha fazla ilerleme kaydetmiştir. Diğer katılımcıların koparma

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

performansındaki artış %18-20 aralığında, silkme performansındaki artış ise %12-17 aralığında gerçekleşmiştir. Genel olarak koparma gelişimi, silkme gelişiminden daha yüksek oranda gerçekleşmiştir. Katılımcı 5'in başlangıç değerleri diğerlerine göre düşük olduğu için yüzdesel gelişimi daha yüksek görünmektedir. Mutlak artış değerlerine bakıldığında, tüm katılımcılar 9-13 kg arasında gelişim göstermiştir.

### TARTIŞMA

Araştırmada elde edilen bulgular, Play Attention uygulamasının dikkat seviyelerini anlamlı bir şekilde artırdığını ortaya koymuştur. Çalışma grubunda dikkat seviyelerindeki %43 oranındaki iyileşme, bu uygulamanın etkili bir geri bildirim mekanizması sunduğunu göstermektedir. Kontrol grubundaki sporcuların %10'luk performans artışına karşı, çalışma grubunun %20'lik performans artışı, dikkat seviyelerindeki gelişimin fiziksel performans üzerinde de etkili olduğunu desteklemektedir.

Bu bulgular, mevcut literatürdeki çalışmalarla tutarlı bir şekilde, dikkat geliştirici uygulamaların spor performansı üzerindeki etkilerini doğrulamaktadır. Örneğin, Smith ve Farah (2011), nöroteknolojik sistemlerin dikkat seviyelerini artırarak motor beceri performansını geliştirdiğini ve özellikle kapalı beceri gerektiren sporlarda daha yüksek etkiler gösterdiğini vurgulamışlardır. Halter gibi teknik doğruluğun kritik olduğu sporlarda, dikkat gelişiminin fiziksel performans üzerindeki doğrudan etkisi bu çalışmada da gözlemlenmiştir.

Benzer şekilde, Weinstein (1998), dikkat kontrol eğitiminin motor beceri performansında önemli iyileşmeler sağladığını ve bu tür eğitimlerin özellikle koordinasyon ve güç gerektiren hareketlerde faydalı olduğunu belirtmiştir. Kontrol gruplarıyla yapılan karşılaştırmalarda, dikkat seviyesindeki sınırlı artışların fiziksel performans üzerinde minimal etkiler sağladığı, buna karşılık aktif eğitim alan gruplarda belirgin iyileşmeler olduğu görülmüştür.

Swanson, Harris ve Graham (2005), dikkat geliştirme programlarının genç sporcularda uzun vadeli başarı oranlarını artırdığını ve dikkat seviyesindeki gelişimin hem bireysel hem de takım performansına katkıda bulunduğunu ifade etmişlerdir. Çalışma grubunda elde edilen %20'lik fiziksel performans artışı, bu literatürde yer alan bulgularla uyumlu olup, dikkat seviyelerindeki gelişimin fiziksel performansı doğrudan etkilediğini desteklemektedir.

Ayrıca, Gallahue ve Ozmun (2006), motor becerilerin gelişiminde dikkat seviyesinin merkezi bir role sahip olduğunu ve bu gelişimin nöroteknolojik uygulamalarla desteklenebileceğini öne sürmüşlerdir. Özellikle Play Attention gibi nörogeri bildirim tabanlı uygulamaların, sporcuların dikkat hatalarını minimize ettiği ve teknik doğruluğu artırdığı bu çalışmada da doğrulanmıştır.

Araştırmalar, dikkat seviyelerindeki artışın yalnızca fiziksel performansı değil, aynı zamanda zihinsel odaklanmayı da geliştirdiğini göstermektedir. Renk, İbiş ve Aktuğ (2020), oyun temelli dikkat eğitimi programlarının çocuk sporcularda dikkat seviyelerini artırarak performans iyileşmesine katkı sağladığını bulmuşlardır. Halter gibi güç ve teknik gerektiren spor dallarında, dikkat seviyesinin artırılması, sporcuların hareketlerini daha koordineli ve teknik açıdan doğru bir şekilde gerçekleştirmelerini sağlamaktadır.

Bu bulgular, Play Attention uygulamasının etkinliğini doğrulamakla birlikte, daha geniş örneklerle yapılan araştırmalarda sonuçların genellenebilirliğini artırmak için daha kapsamlı çalışmalar yapılması gerektiğini işaret etmektedir.

## SONUÇ

Play Attention uygulaması, halter sporcularının dikkat seviyelerini anlamlı bir şekilde artırarak fiziksel performanslarını geliştirmiştir. Çalışma grubunda elde edilen %43'lük dikkat artışı ve %20'lik performans iyileşmesi, literatürdeki benzer araştırmalarla uyumlu sonuçlar sunmaktadır. Bu tür uygulamaların, hem bireysel hem de takım performansı üzerinde olumlu etkiler sağladığı ve sporcuların teknik doğruluğunu artırdığı görülmüştür. Ancak, gelecekte daha geniş örneklerle farklı spor dallarında yapılacak çalışmalar, bu bulguların genellenebilirliğini artırmak için önemli olacaktır.

## KAYNAKLAR

Beşiktaş, Y. (2012). Sporda Zihinde Canlandırmak. Beyaz Yayınları, İstanbul.

Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2006). Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Adults. McGraw-Hill Education.

Pışkin, N. E., & Alpay, C. B. (2019). The effect of 8-week tennis training on attention development in children aged 10-12. Journal of Physical Education and Sports Science, 13(1).

Renk, M., İbiş, S., & Aktuğ, Z. B. (2020). The effect of play-based activities on the attention development of children aged 10-13. Gaziantep University Journal of Sports Science, 5(2), 181-193.

Smith, M. E., & Farah, M. J. (2011). Are "brain training" programs effective? Psychological Science in the Public Interest, 12(3), 1-43.

Swanson, H. L., Harris, K. R., & Graham, S. (2005). Development of Attention and Motor Skills in Young Athletes. Journal of Educational Psychology, 97(1), 75-86.

Tavacıoğlu, L. (1999). Sport Psychology: Cognitive Evaluations. Bağırhan Publishing House.

Weinstein, C. E. (1998). The impact of attention control training on motor skills in closed sports. Journal of Applied Sport Psychology, 10(2), 85-100.



## İLHAM VEREN SPOR FİMLERİNİN İÇERİK ANALİZİ

Dr. Blagoy Kalpaçki<sup>1</sup>, Dr. H. Erdem MUMCU<sup>2</sup>, Dr. Vedat MUTLU<sup>3</sup>, Neşe MUMCU<sup>2</sup>, Ali Kemal Yiğit FIRAT<sup>2</sup>

South-West Üniversitesi, Bulgaristan<sup>1</sup>  
Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Türkiye<sup>2</sup>  
Rumeli Üniversitesi, Türkiye<sup>3</sup>

### ÖZET

Dijital içerikli film siteleri doküman analizi yöntemiyle taranmıştır. Taramada elde edilen veriler nitel ve nicel içeriklere göre ayrılmıştır. Elde edilen veriler yüzde ve frekans dağılımına göre verilmiştir. Bu araştırmada 1947-2024 yılları arasında yayımlanan ilham veren spor filmlerinin ülke, IMDB puanı yayımlandığı yıl, branş açısından incelenmiştir. Veri setinde toplamda 300 film yer almakta olup, bu filmler farklı branşlar ve ülkeler açısından çeşitlilik göstermektedir. Araştırma sonuçlarına göre, filmlerin yıl aralıklarına dağılımında belirgin bir artış trendi görülmektedir. 2013-2024 aralığı %35.56 ile en yüksek orana sahip olup, bu dönemde spor temalı filmlerin popülerliğinin önemli ölçüde arttığını göstermektedir. 2002-2012 dönemi %10.92 ile ikinci sırada yer alırken, 1991-2001 dönemi %3.7 ile takip etmektedir. 1947-1957 aralığında sadece %0.18'lik bir oran bulunması, bu dönemde spor temalı filmlerin oldukça az olduğunu göstermektedir. 2000'li yıllardan sonra spor temalı film yapımında ciddi bir artış yaşanmıştır. Ülke bazında analizde ise ABD, toplam filmlerin %48.01'i ile açık ara en dominant ülke olduğu görülmüştür. Hindistan (%7.28) ve Türkiye (%5.63) sırasıyla ikinci ve üçüncü sırada yer almaktadır. Çin (%2.98) ve Rusya (%2.32) ilk beşi tamamlıyor. Dikkat çekici şekilde bazı filmler ortak yapım olarak birden fazla ülke tarafından üretilmiş. Filmlerin yaklaşık yarısı ABD yapımı iken, geri kalan yarısı oldukça geniş bir coğrafi çeşitlilik gösteriyor. Bu verilere göre, boks toplam filmlerin %14,85'ini oluşturarak en baskın tema olarak öne çıkmaktadır. Onu %14,19 ile futbol yakından takip etmektedir. Basketbol ise %7,59 ile üçüncü sırada yer alarak sporun sinemadaki önemli varlığını göstermektedir. Orta düzeyde temsil edilen diğer sporlar arasında Amerikan futbolu, beyzbol, kriket ve araba yarışı bulunmaktadır. 31 branş yalnızca bir kez yer almış olup, her biri toplamın %0,33'ünü temsil etmektedir. Bu dağılım, birkaç spor dalının anlatıda baskın olduğunu göstermektedir. E-spor gibi modern kategorilerin, geleneksel ve bireysel sporlarla birlikte dahil edilmesi, spor sinemasının değişen yapısını gözler önüne sermektedir. Genel olarak, bu veri seti yalnızca belirli sporların popülerliğini yansıtmakla kalmamakta, aynı zamanda farklı kültürler ve disiplinlerdeki atletik çabaların zengin çeşitliliğini de vurgulamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Spor Filmleri, Sinema, Spor



## CONTENT ANALYSIS OF INSPIRING SPORTS MOVIES

Dr. Blagoy Kalpački<sup>1</sup>, Dr. H. Erdem MUMCU<sup>2</sup>, Dr. Vedat MUTLU<sup>3</sup>, Neşe MUMCU<sup>2</sup>, Ali  
Kemal Yiğit FIRAT<sup>2</sup>

South-West University, Bulgaristan<sup>1</sup>  
Tokat Gaziosmanpaşa University, Türkiye<sup>2</sup>  
Rumeli University, Türkiye<sup>3</sup>

### ABSTRACT

The document analysis method was employed to examine digital content movie sites. The data obtained from the scan were divided into two categories: qualitative and quantitative content. The data were presented in the form of a percentage and frequency distribution. In this study, an analysis was conducted on a sample of inspiring sports movies released between 1947 and 2024. The analysis considered a range of variables, including the country of origin, the IMDB score, the year of publication, and the genre. The data set comprises a total of 300 movies, which vary in terms of different branches and countries. The research findings indicate a notable upward trend in the distribution of movies by year range. The 2013-2024 period exhibits the highest rate at 35.56%, thereby indicating a notable surge in the popularity of sports-themed movies during this interval. The period between 2002 and 2012 is the second most prevalent, with a rate of 10.92%. The preceding period, between 1991 and 2001, follows with a rate of 3.7%. The observation of a mere 0.18% rate between 1947 and 1957 indicates that there was a paucity of sports-themed films during this period. The production of sports-themed films has increased significantly in recent decades, particularly after the 2000s. In the country-based analysis, the United States of America was the most dominant country, accounting for 48.01% of the total films. Second and third place were occupied by India (7.28%) and Turkey (5.63%), respectively. China (2.98%) and Russia (2.32%) constituted the remainder of the top five. It is noteworthy that some films were the result of co-production between more than one country. While approximately half of the films were produced in the USA, the remaining half demonstrated a considerable geographical diversity. The data indicates that boxing is the most dominant theme, comprising 14.85% of the total films. Football follows closely behind with a percentage of 14.19%. Basketball occupies third place with 7.59%, indicating the significant presence of sports in cinema. Other sports with moderate representation include American football, baseball, cricket and auto racing. A total of 31 sports were featured only once, representing 0.33% of the total. This distribution suggests that a few sports dominate.

**Keywords:** Sports Movies, Cinema, Sports



## EFFECT OF CAFFEINE CONSUMPTION ON MAXIMUM SPRINT PERFORMANCE IN TRACK AND FIELD ATHLETES

Doğan ALTUN<sup>1</sup>, Selma İŞLER<sup>2</sup>, Şaban ÜNVER<sup>3</sup>, Tülin AKMAN<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs University, Graduate School of Education, Department of Coaching  
Education, Samsun, Turkey

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-1434-0619>

E-mail: [altunndogan@gmail.com](mailto:altunndogan@gmail.com)

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs University, Department of Physical Medicine and Rehabilitation, Samsun,  
Turkey

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4353-0226>

E-mail: [fttselma@hotmail.com](mailto:fttselma@hotmail.com)

<sup>3</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching  
Education, Samsun, Türkiye

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7378-596X>

E-mail: [saban.unver@omu.edu.tr](mailto:saban.unver@omu.edu.tr)

<sup>4</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching  
Education, Samsun, Türkiye

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5660-8910>

E-mail: [takman@omu.edu.tr](mailto:takman@omu.edu.tr)

### ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the effect of caffeine consumption on the maximum sprint performance of track and field athletes. The study included 13 athletes (8 males and 5 females) who have been licensed in track and field for at least two years. The participants had a mean age of  $16.92 \pm 1.11$  years, a mean weight of  $58.61 \pm 8.73$  kg, and a mean height of  $171.76 \pm 8.21$  cm. The athletes performed two 60-meter maximum sprint tests, one after consuming caffeine and the other without caffeine. Data analysis was conducted using paired sample t-tests and Pearson correlation tests in SPSS 22 software. According to the results, there was no statistically significant difference between the 60-meter sprint performances with and without caffeine consumption ( $p > 0.05$ ).

In conclusion, the findings indicate that caffeine consumption does not have a significant effect on short-distance sprint performance in young track and field athletes. However, further studies are needed to investigate other variables, such as different dosages, individual differences, or endurance running performance.

**Keywords:** Caffeine, Performance, Speed

### INTRODUCTION

Ergogenic aids and dietary supplements are commonly utilized by athletes as methods to enhance their performance. In addition to their natural abilities and training, athletes employ various substances and materials to support their performance, a practice referred to in the literature as "ergogenic aid" (Dziedzic & Higham, 2014). In this context, the positive effects



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

and safety of certain supportive substances, such as caffeine, on performance have been extensively investigated. Caffeine is preferred for its stimulating effects, which help reduce fatigue, enhance alertness, improve attention, and boost physical performance (Hewlett et al., 2007; Kara, 2014).

The effects of caffeine supplementation have been examined through various forms, such as energy drinks, capsules, or coffee. It has been particularly noted that caffeine taken in capsule form provides greater endurance over longer distances compared to other forms, and the consumption of caffeinated coffee prior to exercise also contributes positively to performance (Graham et al., 1998; McClelland and Bell, 2004; Bayraktar and Taşkıran, 2019). According to studies, an increase in blood caffeine levels is observed within 15-45 minutes after oral consumption, reaching its peak approximately one hour later. These effects have significant impacts not only on the central nervous system but also on the cardiovascular and respiratory systems (Kara et al., 2019).

It has been reported that caffeine-containing beverages improve reaction time, enhance both aerobic and anaerobic endurance, and reduce sleep-related issues in drivers. Additionally, studies have investigated the ergogenic effects of caffeine supplementation before moderate-intensity training sessions (Babu et al., 2008; Curry and Stasio, 2009). According to Haskell et al. (2005), the addition of 64 mg of caffeine to a group of young men was found to reduce reaction time, enhance concentration, and increase the number of correct responses to questions. Daily caffeine consumption of up to 400 mg has been considered safe for healthy individuals and is associated with certain health benefits. However, at high doses, caffeine may cause side effects such as anxiety, headaches, insomnia, and hypertension, potentially leading to a decline in performance (Kaçoğlu, 2019). This consumption habit, particularly common among athletes, has been supported by studies highlighting the effects of caffeine on performance, including its contributions to reaction time, dynamic balance, and cognitive performance (Haskell et al., 2005; Babu et al., 2008).

Speed is defined as the ability to cover a certain distance at high velocity through joint movements (Açıkada and Ergen, 1990; Sevim, 1991). Maximum speed refers to the highest velocity achieved during acceleration. An athlete's speed varies depending on factors such as reaction time, acceleration, average speed, and maximum speed (Sevim, 1991). Maximum speed typically occurs within the 55-60 meter range, although this distance may vary depending on the athlete's physiological characteristics. Nagahara et al. (2018) found that sprinters reach their maximum speed between 30-60 meters, which is associated with running kinematics. Similarly, Mackala (2007) reported that athletes accelerate during the first 30 meters and reach their maximum speed by the 60-meter mark. There are studies in the literature examining the effects of caffeine use on athletic performance. However, research evaluating the impact of caffeine consumption on maximum speed is limited. Athletes generally believe that caffeine enhances performance, but improper use can lead to negative outcomes. This study will investigate the effects of caffeine as an ergogenic aid on maximum speed performance.

## MATERIALS AND METHODS

### Research Design

This study is based on an experimental research design aimed at comparing the 60-meter maximum speed performance of athletes under caffeinated and non-caffeinated conditions. The same athletes were exposed to different conditions (caffeinated and non-caffeinated), and the data obtained were compared. This design focuses on evaluating the effect of the independent

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



variable (caffeine intake) on the dependent variable (maximum speed performance). The research was conducted in a controlled environment, with each athlete subjected to two different test conditions by randomly receiving caffeinated and non-caffeinated capsules.

### Study Group

The study included a total of 13 track and field athletes, comprising 8 males and 5 females, with a mean age of  $16.92 \pm 1.11$  years, weight of  $58.61 \pm 8.73$  kg, and height of  $171.76 \pm 8.21$  cm. All athletes had been actively participating in track and field for at least three years and engaged in regular training sessions at least five days per week. None of the participants had experienced a serious injury in the past year. During the study, the athletes continued their existing training programs, and no additional program was implemented as part of this research.

### 60-Meter Maximum Speed Test

The 60-meter maximum speed test is a measurement tool used to assess athletes' maximum speed performance over short distances. In this study, the 60-meter maximum speed test was conducted using a photocell system to evaluate the athletes' maximum speed performance. During the test, athletes were instructed to complete the designated 60-meter distance by sprinting at maximum speed.

### Study Design

Athletes were tested under two different conditions, caffeinated and non-caffeinated, on separate occasions. On the first test day, athletes arrived at 2:30 PM, and caffeine-containing capsules were randomly distributed to some participants, while others received empty, non-caffeinated capsules. The athletes were not informed about the contents of the capsules and were led to believe they all received caffeine. The allocation of caffeinated and non-caffeinated capsules was recorded by the researchers.

One hour after ingesting the capsules with water, athletes completed their warm-up protocols and underwent the 60-meter maximum speed test. Each athlete was asked to perform two sprints, with a three-minute rest period between runs. The best time recorded from the two sprints was considered the maximum speed test result.

The second test was conducted one week after the first test. In this session, athletes who had received caffeinated capsules in the first test were given non-caffeinated capsules, and vice versa. As before, the capsules were ingested with water, and athletes completed their warm-up protocols one hour before undergoing the 60-meter maximum speed test. Each athlete again performed two sprints, with a three-minute rest period between runs. The best time recorded from the two sprints was noted as the maximum speed test result.

The caffeinated capsules used in the study were 400 mg of Nature's Supreme (Germany) product.

### Data Analysis

The data were analyzed using the SPSS 22 software package. Paired sample t-tests and Pearson correlation tests were employed for the analysis.

## RESULTS

**Table 1. Descriptive statistics of participants' personal characteristics**

|        | n  | Mean   | Std. Deviation |
|--------|----|--------|----------------|
| Age    | 13 | 16.92  | 1.16           |
| Weight |    | 58.62  | 8.73           |
| Height |    | 171.77 | 8.22           |

Table 1 presents the descriptive statistics of participants' personal characteristics.

**Table 2. Comparison of athletes' pre-test and post-test caffeinated and non-caffeinated 60m maximum speed values**

|                          | n  | Mean | Std. Deviation | p     |
|--------------------------|----|------|----------------|-------|
| Caffeinated Run Time     | 13 | 7.65 | 0.64           | 0.156 |
| Non-Caffeinated Run Time | 13 | 7.71 | 0.67           |       |

Table 2 presents the comparison of athletes caffeinated and non-caffeinated 60m maximum speed values. No statistically significant differences were found in the comparison of caffeinated and non-caffeinated pre-test and post-test 60m maximum speed values ( $p > 0.05$ ).

**Table 3. Evaluation of the relationship between athletes caffeinated and non-caffeinated conditions, demographic characteristics, and body composition**

|                          |   | Age   | Weight | Height  |
|--------------------------|---|-------|--------|---------|
| Caffeinated Run Time     | r | -.334 | -.647* | -.721** |
|                          | p | .265  | .017   | .005    |
|                          | n | 13    | 13     | 13      |
| Non-Caffeinated Run Time | r | -.386 | -.665* | -.734** |
|                          | p | .192  | .013   | .004    |
|                          | n | 13    | 13     | 13      |

Table 3 examines the relationships between athletes caffeinated and non-caffeinated run times, demographic characteristics, and body composition. A significant negative correlation was found between caffeinated run time and weight ( $r = -0.647$ ,  $p < 0.05$ ) as well as height ( $r = -0.721$ ,  $p < 0.01$ ). However, the relationship between caffeinated run time and age was not significant ( $r = -0.334$ ,  $p > 0.05$ ).

Similarly, significant negative correlations were observed between non-caffeinated run time and weight ( $r = -0.665$ ,  $p < 0.05$ ) and height ( $r = -0.734$ ,  $p < 0.01$ ). The relationship between non-caffeinated run time and age was also not significant ( $r = -0.386$ ,  $p > 0.05$ ).

## DISCUSSION AND CONCLUSION

Caffeine is commonly found in foods and beverages such as coffee, tea, cocoa, and chocolate, which are frequently consumed in daily life. It affects the central nervous system and cognitive processes (Griffiths et al., 1998; Leonard, 1987; Vaugeois, 2002), raising questions about the conditions under which its effects might become negative or when its positive effects could turn adverse. Excessive intake of caffeine is known to cause physical issues such as anxiety, stomach and headaches, hyperactivity, and elevated heart rate (Akça et al., 2018). The stimulant effect of caffeine on the central nervous system has been reported to help athletes stay more alert and awake (Hewlett and Smith, 2007). Additionally, its effects on the circulatory system are said to induce vasodilation (widening of blood vessels), leading to an increased heart rate.

The potential effects of caffeine have attracted the attention of many athletes and sports clubs aiming to enhance performance. In one study, it was found that at least 68% of athletes regularly consumed coffee (Mellion, 2002). It has been shown that consuming caffeinated coffee before exercise enhances performance, and it has also been noted that the effects of caffeine taken in capsule form are more pronounced (McLellan and Bell, 2004).

The aim of this study is to investigate the effect of caffeine consumption on maximum speed performance. A total of 13 active athletes, including 8 males and 5 females, with an average age of  $16.92 \pm 1.11$  years, body weight of  $58.61 \pm 8.73$  kg, and height of  $171.76 \pm 8.21$  cm, participated in the study. When examining the pre-test and post-test values of our study, no statistically significant difference was found between the caffeinated and non-caffeinated 60m maximum speed values ( $p > 0.05$ ).

Similar to the findings of our study, Brown et al. (2013) reported in their research that caffeine had no effect on certain sprint and repeated sprint tests. Likewise, in Altın's (2022) study titled "The Effect of Caffeine on Vertical Jump and Repeated Sprint Performance" and in the research by Karayiğit et al. (2017) titled "The Effect of Low Dose Caffeinated Coffee on Anaerobic Power in Physically Active Men," it was stated that caffeine consumption did not create a significant difference between caffeinated and non-caffeinated conditions in anaerobic performance and sprint-type activities.

On the other hand, a study by Woolf et al. (2008) found that a group of anaerobic athletes who consumed caffeine (5 mg/kg) showed a significant increase in power output compared to the placebo group. In another study conducted by the same researchers, athletes who consumed a moderate dose of caffeine (5 mg/30 kg) reported achieving higher peak power during the Wingate test. Wiles et al. (1992) in their study stated that caffeine was beneficial for speed performance in athletes with physiological adaptations to high-intensity training.

Hulston and Jeukendrup (2008) evaluated the performance of trained cyclists by administering a 6.4% glucose solution along with 5.3 mg/kg caffeine. The study found that the caffeine-glucose solution improved performance by 9% compared to the placebo, and by 4.6% compared to the glucose solution alone.

In conclusion, this study found no significant effect of caffeine use on 60-meter maximal sprint performance. Consistent with studies in the literature, the impact of caffeine on performance can vary depending on factors such as athletes' individual characteristics, exercise type, and dosage used. While some studies report positive effects of caffeine on anaerobic power production and sprint performance, no significant difference was observed in performance values between the caffeine and non-caffeine conditions in this study. These findings suggest that the effect of caffeine on maximum speed performance may differ for each athlete type and

training condition. Therefore, to better understand the impact of caffeine on performance, it is recommended that studies be conducted with customized approaches based on athletes' specific characteristics.

## REFERENCES

- Akça, F., Aras, D., Arslan, E. (2018). Kafein, etki mekanizmaları ve fiziksel performansa etkileri. *Spormetre*, 16(1), 1-12.
- Açıkada, C., 1990. Ergen E. Bilim ve Spor. Ankara: Büro-Tek. Ofset Matbaacılık, s. 11, 22
- Agopyan, A. (2002). Ritmik Sportif Jimnastikte Morfolojik Özelliklerin Performansa Etkileri. İstanbul, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü ABD, Yüksek Lisans Tezi.
- Altın, B. (2022). Dikey Sıçramaya ve Tekrarlı Sprint Performansına Etkisinin İncelenmesi, s. 1-36.
- Bayraktar, F., & Taşkiran, A. (2019). Kafein tüketimi ve atletik performans. *Journal of Health and Sport Sciences (JHSS)*, 2(2), 24-33.
- Babu, K.M., Church, R., Lewander, W. (2008). Energy Drinks: The New Eye-Opener for Adolescents. *Clinical Pediatric Emergency Medicine*, 9, 35.
- Brown, S.J., Brown, J., Foskett, A. (2013). The effects of caffeine on repeated sprint performance in team sport athletes—a meta-analysis. *Sport Sci Rev*, 22(1–2), 25–32.
- Curry, K., Stasio, M. (2009). The effects of energy drinks alone and with alcohol on neuropsychological functioning. *Human Psychopharmacology Clinical Experimental*, 24, 473.
- Dziedzic, C.E., Higham, D.G. (2014). Performance nutrition guidelines for international rugby seven tournaments. *Int J Sport Nutr Exerc Metab*, 24, 305-14.
- Greer, F., McLean, C., Graham, T.E. (1998). Caffeine, performance, and metabolism during repeated Wingate exercise tests. *Journal of Applied Physiology*, 85(4), 1502-1508.
- Griffiths, R.R., and Woodson, P.P. (1998). Caffeine physical dependence: a review of human and laboratory animal studies. *Psychopharmacology*, 94, 437–451.
- Hewlett, P., Smith, A. (2007). Effects of repeated doses of caffeine on performance and alertness: new data and secondary analyses. *Hum Psychopharmacol*, 22(6), 339–350.
- Haskell, C., Kennedy, D.O., Scholey, A.B., & Wesnes, K.A. (2005). Cognitive and mood improvements of caffeine in habitual consumers and habitual non-consumers of caffeine. *Psychopharmacology*, 179(4), 813–825.
- Hulston, C.J., Jeukendrup, A.E. (2008). Substrate metabolism and exercise performance with caffeine and carbohydrate intake. *Med Sci Sports Exerc*, 40, 2096-2104.
- Kara, M. (2014). Kafein alımının çift yönlü görev sırasında postural kontrole etkisi.
- Kara, Z., Taşkın, H., Erkmen, N., & Baştürk, D. (2019). Kafein takviyesinin kısa süreli yüksek yoğunluklu egzersize etkisi: Kafein alım zamanı. *Journal of Sports and Performance Researches*, 10(1), 31–43.
- Karayığit, R., Yaşlı, B. Ç., Karabıyık, H., Koz, M., & Ersöz, G. (2017). Düşük doz kafeinli kahvenin fiziksel olarak aktif erkeklerde anaerobik güce etkisi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 157-164.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Kaçoğlu, C. (2019). Adölesan kız hentbolcularda, düşük doz kahve tüketiminin anaerobik performansa akut etkileri. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 97-107.
- Leonard, T.K., Watson, R.R., and Mohs, M.E. (1987). The effects of caffeine on various body systems: a review. *J Am Diet Assoc*, 87, 1048–1053.
- Mackala, K. (2007). Optimizing running performance by improving kinematic parameters of the athlete's step cycle. *Journal of Human Kinetics*, 19, 13-29.
- McLellan, T.M., Bell, D.G., Kamimori, G.H. (2004). Caffeine improves physical performance during 24 h of active wakefulness. *Aviat Space Environ Med*, 75(8), 666-72.
- Mellion, M.B., Walsh, W.M., Madden, C. (2002). Team Physieian's Handbook, edn 3. Philadelphia: Lippincott Williams &Wilkins, 186-187.
- Nagahara, R., Matsubayashi, T., Matsuo, A., & Zushi, K. (2018). Kinematics of maximal speed sprinting with different running speed, leg length, and step characteristics. *Frontiers in Sports and Active Living*, 10(1), 1-10.
- Sevim, Y. (1991). Kondisyon Antrenmanı. Ankara: Gazi Büro Kitap Evi, s. 1: 5-54.
- Vaugois, J. M. (2002). Positive feedback from coffee. *Nature*, 418(6899), 734-736.
- Wiles, J.D., Bird, S.R., Riley, M. (1992). Effect of caffeinated coffee on running speed, respiratory factors, blood lactate and perceived exertion during 1500-m treadmill running. *Br J Sports Med*, 26, 116-120.
- Woolf, K., Bidwell, W.K., Carlson, A.G. (2008). The effect of caffeine as an ergogenic aid in anaerobic exercise. *Int J of Sport Nutr Exerc Meta*, 18, 412-429.



## EXAMINATION OF EXERCISE ADDICTION LEVELS IN ELITE ATHLETES

Begonya Dilara ÇETİNKAYA<sup>1</sup>, Selma İŞLER<sup>2</sup>, Şaban ÜNVER<sup>3</sup>, Tülin AKMAN<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs University, Graduate School of Education, Department of Coaching Education, Samsun, Turkey

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-3127-0798>

E-mail: [cetinkaya.begonyaa@gmail.com](mailto:cetinkaya.begonyaa@gmail.com)

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs University, Department of Physical Medicine and Rehabilitation, Samsun, Turkey

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4353-0226>

E-mail: [ftselma@hotmail.com](mailto:ftselma@hotmail.com)

<sup>3</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sports Sciences, Department of Coaching Education, Samsun, Turkey

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7378-596X>

E-mail: [saban.unver@omu.edu.tr](mailto:saban.unver@omu.edu.tr)

<sup>4</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sports Sciences, Department of Coaching Education, Samsun, Turkey

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5660-8910>

E-mail: [takman@omu.edu.tr](mailto:takman@omu.edu.tr)

### ABSTRACT

The aim of this study was to examine the exercise addiction levels of elite athletes and compare them based on certain variables. A total of 307 (170 males, 137 females) athletes from various disciplines, actively training and having competed at least once at the national level, voluntarily participated in the study. The "Exercise Addiction Scale," developed by Demir et al. (2018), was used as the data collection tool. Statistical analyses were performed using the SPSS 21 software package.

The findings revealed that the athletes' average total score on the exercise addiction scale was 65.27, corresponding to the "addicted group" category. Scores ranged between 32 and 85, with some participants falling into the "highly addicted group" category. It was observed that the sub-dimensions of postponing individual social needs and conflict varied significantly by gender ( $p<0.05$ ), with male athletes scoring higher than female athletes. Additionally, the tolerance development and passion sub-dimensions differed based on income level ( $p<0.05$ ), as those reporting higher income than expenses scored higher than those reporting lower income than expenses.

In conclusion, the exercise habits of the elite athletes in this study were found to be close to the addiction level.

**Keywords:** Exercise, addiction, elite athletes.

### INTRODUCTION

Exercise is a subclass of physical activity, planned, applied, desired, continuous activities aimed at improving one or more physical performance. It has been revealed that exercise continues mood hormones, especially endorphin production increases, and as a result, one eye feels happier and better, and becomes independent (Adams, Miller, & Kraus, 2003). However, some records provide data that exercise done at uncontrolled rates can be harmful and can create addiction (Griffits, 2000; Szabo, 2000; Szabo, 1998; Yates, 1991). In order to have the basic key to a healthy and long life, it is necessary not to

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

ignore the fact that the frequency of exercise done cannot be determined and that it can be harmful to the human body if it is overdone. There are studies that many researchers recommend the use of physical exercises in the treatment of depression, as physical exercises reduce individuals' depression levels (Klein, 2005). Exercise has an important role in individuals being physically, mentally, emotionally and socially healthy, but doing it excessively and uncontrolledly can lead to negative results such as exercise addiction instead of the expected benefits (Çetin et al., 2020). One of the important phenomena discussed while indicating the negative effects of exercise on the individual is exercise addiction. Exercise addiction is a mental illness that adversely affects the health of the individual, which is called the “dark side” of exercise (Tekkurşun-Demir and Türkeli, 2019). Addiction: According to Orford, it is defined as 'excessive desire' (Orford, 1985). While exercise addiction or compulsive exercise was used as a general term by Baekeland in the 1970s to describe obsessions and addictions related to sports and movement, today it is called a pathological exercise habit that is severe enough to impair daily functionality, where the individual adheres to a strict exercise program despite the negative physical and psychological consequences, and tolerance and withdrawal symptoms for exercise occur (Rudolph, S. 2018). Exercise addiction is examined positively and negatively. Due to the psychological and physical benefits of exercise, exercise addiction has been primarily addressed positively. In positive dependence; exercise does not dominate the individual's life and makes him/her feel good (Biddle, 1995, p.215). In contrast, according to Allegre, Souville, Therme and Griffiths (2006), Morgan addressed negative dependence. Morgan defined negative dependence as the belief that exercise is needed to cope with daily events and that one cannot survive without exercise every day, experiencing withdrawal symptoms (fatigue, anxiety, etc.) when deprived of exercise and continuing to exercise for whatever reason (occupational, social, health problems) (Allegre et al., 2006). Researchers evaluate exercise addiction in two different forms: negative addiction; when an individual who exercises excessively experiences problems such as anxiety, depression, irritability, and insomnia when unable to exercise, and positive addiction; when an individual exercises excessively to cope with the difficulties they encounter in their life (Glasser, 1976; Hausenblas and Downs, 2002). In light of this information, the purpose of the study is to examine the exercise addiction levels of high-level athletes and compare them according to some variables.

## METHOD

### Research Group

Our research was conducted with the participation of a total of 303 (137 female, 170 male) high-level athletes, 46 of whom were team athletes (football, volleyball, handball) and 257 of whom were individual athletes (athletics, wushu, karate, wrestling, boxing, swimming, archery, fencing, weightlifting, kickboxing, traditional archery, judo, tennis, taekwondo, badminton). The research model is a descriptive scanning design from quantitative research methods.

### Data Collection Tools

The “Exercise Addiction Scale” developed by Demir, Hazar and Cicioğlu (2018) was used as the data collection tool in the study. The scale consists of 17 items and 3 sub-dimensions (Excessive Focus and Emotional Change, Postponement of Individual Social Needs and Conflict and Development of



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Tolerance and Passion) and there is no reverse (negative) item in the scale. The scale is rated with a 5-point Likert-type rating.

### Analysis of Data

SPSS 21.0 package program was used in the analysis of the data. In the statistical evaluation of the data, the normality assumption was first examined with the Kolmogorov-Smirnov test ( $p > 0.05$ ). In the analysis of the data obtained in the study, Student t-test was applied for two groups and One-Way Variance Analysis test was applied for more than two groups. The research findings were accepted as significant at the  $p < 0.05$  level.

## RESULTS

**Table 1. Exercise combinations of top-level athletes**

| Exercise Addiction Scale Sub-Dimension and Total Scores | n   | Mean  | SD    | Min   | Max   |
|---|-----|-------|-------|-------|-------|
| Excessive Focus and Emotional Change                    | 307 | 28.69 | 4.40  | 13.00 | 35.00 |
| Postponement of Individual Social Needs and Conflict    |     | 20.69 | 5.84  | 6.00  | 30.00 |
| Development of Tolerance and Passion                    |     | 15.92 | 3.70  | 4.00  | 20.00 |
| Total   |     | 65.27 | 12.20 | 32.00 | 85.00 |

When Table 1 is examined, the total score average of the Exercise Addiction Scale was determined as 65.27. This value corresponds to the "dependent group" category (between 52-69 points). The minimum total score is 32.00, while the maximum total score is 85.00. This situation shows that there is a difference in the level of exercise addiction among the participants and that some participants are in the "highly dependent group" category. In general, it can be said that the exercise addiction scores of the participants are high and especially the total score average is on the addiction border.

**Table 2. Comparison of exercise addiction levels of top-level athletes by gender.**

| Exercise Addiction Scale Sub-Dimension and Total Scores | Gender | N   | Mean  | SD    | p             |
|---|--------|-----|-------|-------|---------------|
| Excessive Focus and Emotional Change                    | Male   | 170 | 28.73 | 4.35  | 0.866         |
|   | Female | 137 | 28.64 | 4.46  |               |
| Postponement of Individual Social Needs and Conflict    | Male   | 170 | 21.58 | 5.66  | <b>0.003*</b> |
|   | Female | 137 | 19.59 | 5.89  |               |
| Development of Tolerance and Passion                    | Male   | 170 | 16.14 | 3.64  | 0.234         |
|   | Female | 137 | 15.64 | 3.77  |               |
| Total   | Male   | 170 | 66.40 | 11.78 | 0.073         |
|   | Female | 137 | 63.87 | 12.60 |               |

\* $p < 0.05$

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Table 2 examines the comparison of the sub-dimension and total scores of the Exercise Addiction Scale of top-level athletes by gender. No significant difference was found between the average scores of men ( $\bar{x}=28.73$ ) and women ( $\bar{x}=28.64$ ) in the "Excessive Focus and Emotional Change" sub-dimension ( $p>0.05$ ). The average score of men was found to be statistically significantly higher than the average score of women in the "Postponement of Individual Social Needs and Conflict" sub-dimension ( $p<0.05$ ). No significant difference was found between the average scores of men and women in the "Development of Tolerance and Passion" sub-dimension ( $p>0.05$ ). In the total score of the Exercise Addiction Scale, it was determined that men scored higher than women, but this difference was not statistically significant ( $p>0.05$ ). As a result, it is seen that men have significantly higher scores in the "Postponement of Individual Social Needs and Conflict" sub-dimension, and there is no statistical difference between the genders in terms of other sub-dimensions and total scores.

**Table 3. Comparison of exercise addiction levels of top-level athletes according to their income level**

| Exercise Addiction Scale Sub-Dimension and Total Scores | Self-reported income level         | n   | Mean  | SD    | p             |
|---|------------------------------------|-----|-------|-------|---------------|
| Excessive Focus and Emotional Change                    | My income equals my expenses       | 124 | 28.61 | 4.37  | 0.125         |
|   | My income is less than my expenses | 89  | 28.06 | 4.61  |               |
|   | My income is exceeds my expenses   | 93  | 29.38 | 4.14  |               |
| Postponement of Individual Social Needs and Conflict    | My income equals my expenses       | 124 | 20.40 | 5.73  | 0.281         |
|   | My income is less than my expenses | 89  | 20.25 | 6.14  |               |
|   | My income is exceeds my expenses   | 94  | 21.48 | 5.67  |               |
| Development of Tolerance and Passion                    | My income equals my expenses       | 124 | 16.02 | 3.67  | 0.031*<br>3>2 |
|   | My income is less than my expenses | 89  | 15.11 | 3.96  |               |
|   | My income is exceeds my expenses   | 94  | 16.53 | 3.36  |               |
| Total   | My income equals my expenses       | 124 | 65.04 | 12.08 | 0.096         |
|   | My income is less than my expenses | 89  | 63.43 | 12.71 |               |
|   | My income is exceeds my expenses   | 94  | 67.30 | 11.67 |               |

\* $p<0.05$

Table 3 examines the comparison of the sub-dimension and total scores of the Exercise Addiction Scale of high-level athletes according to their income level. No significant difference was found between the

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

groups according to income level in the sub-dimensions of "Excessive Focus and Emotional Change", "Postponement of Individual Social Needs and Conflict" and the total score of the Exercise Addiction Scale ( $p>0.05$ ). However, a significant difference was found between the groups according to income level in the sub-dimension of "Development of Tolerance and Passion" ( $p<0.05$ ). According to the post-hoc analysis results, the average score of the athletes whose "income is higher than my expenses" is significantly higher than the score of the athletes whose "income is lower than my expenses". As a result, the income level of high-level athletes creates a significant difference especially in the sub-dimension of "Development of Tolerance and Passion". Although there was no significant difference in the other sub-dimensions and total score according to income level, it was found that the scores of athletes whose "income is more than my expenses" were generally higher.

## DISCUSSION AND CONCLUSION

This study was conducted to examine the exercise addiction of high-level athletes. It is known that regular exercise has a positive effect on human health physiologically and psychologically. It is stated by researchers that regular exercise plays a major role in the treatment of diseases that cause physical disorders such as coronary heart disease, hypertension, obesity and depression (Cornelissen et al., 2011; Ardiç, 2014; Akgün, 1994). Morgan (1979) suggested in his study that more and more intense exercise than what is considered normal can have negative consequences on individuals. The most important concept discussed when explaining the negative consequences of exercise is exercise addiction. In addition, Morgan (1979) defines exercise addiction as the need for exercise to cope with daily events and the belief that one cannot live without exercise every day, experiencing psychological stress and tension when one is away from exercise and the desire to continue exercising despite the health problems that occur. Considering the damage that exercise addiction can cause to individuals, it was thought that examining the addiction levels of top-level athletes would have an impact on their success and social life. In this context, a total of 303 top-level athletes (137 female, 170 male) participated in the study, 46 of whom were team athletes (football, volleyball, handball) and 257 individual athletes (athletics, wushu, karate, wrestling, boxing, swimming, archery, fencing, weightlifting, kickboxing, traditional archery, judo, tennis, taekwondo, badminton). When the statistical values of the participants' general exercise addiction sub-dimensions were examined, it was determined that the athletes were in the 'addicted' group when the total scores of the 'Excessive Focus and Emotional Change' and 'Postponement of Individual-Social Needs and Conflict, Tolerance Development and Passion' sub-dimensions were examined. According to this finding, it can be said that high-level athletes in individual and team branches are exercise addicts. There are studies in the literature where exercise addiction levels are observed at a high rate (Bavlı et al., 2011; Hausenblaus and Downs 2002; Hausenblas and Fallon, 2002; Vardar 2012; Zırhlıoğlu, 2011). Another finding of the study, when the exercise addiction levels of top-level athletes were compared according to gender, no statistically significant difference was found between the total score averages of the scale sub-dimensions 'Excessive Focus and Emotional Change and Tolerance Development and Passion', while a statistically significant difference was found when the other sub-dimension 'Postponement of Individual Social Needs and Conflict' was examined. When the addiction levels of male and female athletes were examined in the average of the sub-dimensions 'Excessive Focus and Emotional Change and Postponement of Individual Social Needs and Conflict',

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

it was seen that male athletes were more addicted than female athletes when the average values were examined. It has been determined that top-level athletes are in the 'addicted' group according to the total scores of the male and female scales. Considering this perception, when the literature review is conducted, it has been observed that male athletes have a significantly higher risk of exercise addiction than female athletes in terms of gender in terms of exercise addiction total score and continuity sub-dimension. This may be due to the fact that the existing social areas are not at the desired level and are not oriented towards women's interests. When the literature is examined, it is seen that exercise addiction varies according to gender. While some studies show that the risk of exercise addiction is higher in men, some studies show that the risk of exercise addiction is higher in women (Diekhoff & Davis 1984). In a study conducted on athletes, Bingöl found that although the number of women was lower than men, the number of those at risk of exercise addiction was close to men and that gender had no effect on exercise addiction (Bingöl, 2015). In his study, Yeltepe determined that, unlike our study, there was no significant difference in exercise addiction levels in terms of gender (Yeltepe 2005). In another study, it was determined that women had higher exercise addiction scores than men (Pierce EF). In other studies, no significant difference was found between exercise addiction and gender (Pierce. Costa 1997). When the literature review was conducted and the studies were examined, it was thought that the difference from our current study was due to the study groups. When the comparison of the exercise addiction levels of top-level athletes according to their income level was examined, no statistically significant difference was observed in the sub-dimensions of 'Excessive Focus and Emotional Change, Postponement of Individual Social Needs and Conflict', while a statistically significant difference was observed between the options of 'My income is more than my expenses, My income is lower than my expenses' in the other sub-dimension of 'Tolerance Development and Passion'. In the study conducted by Uz, it was seen that the risk of exercise addiction was highest in participants with medium socio-economic income status (Uz. 2015). Similar findings have been found in other studies (Bavlı. 2011, Zırhlıoğlu 2011, Akgöl 2019). Unlike our study, Tekkurşun-Demir and Türkeli (2019) did not find a significant difference in exercise addiction levels according to income. As a result, it was revealed that the exercise habits of the elite athletes participating in the study were close to addiction levels. As a result of the studies, although it was seen that the exercise addiction levels of the athletes and their attitudes towards increasing performance and success levels were positively related, the addiction of the athletes to the exercises they do will have a negative effect on their social lives. It is necessary to make athletes accept that their excessive dependence on exercises and branches they do continue in their personal, social and private lives and that excessive dependence on everything they do, although it has positive effects, will also have negative effects and will cause decreases and changes in their quality of life. The personal characteristics we have, the fact that all the activities we do take place in their own time intervals and are at a normal level will be the pioneers in achieving success in a healthy way in every sense. It is necessary to remember that too much of everything is harmful and that excessive/high dependence will have negative results.

## REFERENCES

Akgöl Ö. Egzersiz yapan yetişkinlerin egzersize olan bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Manisa: Celal Bayar Üniversitesi, 2019.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



- Akgün, N. (1994). Egzersiz ve spor fizyolojisi. (5.Baskı). Ege Üniversitesi.
- Allegre, B., Souville, M., Therme, P. & Griffiths, M. (2006). Definitions and measures of exercise dependence. *Addiction Research and Theory*, 14, 631-646.
- Ardıç, F. (2014). Egzersizin sağlık yararları. *Türk Fizyoterapi Tıp Rehabilitasyon Dergisi*, 60(2), 9-14.
- Bavlı Ö, Kozanoğlu ME, Doğanay A. Düzenli egzersize katılımın egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi* 2011; 13(2): 150-153.
- Bavlı, Ö., Işık, S., Canpolat, O., Aksoy, A., Günar, B.B., Gültekin, K. & Ödemiş, M. (2015). Investigation the exercise dependence symptoms among dancers. *International Journal of Sports, Exercise and Training Science*,1(2).
- Biddle, S.J.H. (1995). *European perspectives on exercise and sport psychology*. UK: Human Kinetics.
- Bingöl E. Farklı branşlardaki sporcuların egzersiz bağımlılık ve psikolojik sağlamlık düzeylerinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Muğla: Muğla Üniversitesi, 2015.
- Cicioğlu, H. İ., Tekkurşun-Demir, G., Bulgay, C. ve Çetin, E. (C). Elit düzeyde sporcular ile spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı düzeyleri. *Bağımlılık Dergisi – Journal of Dependence*, 20(1), 12-20.
- Cornelissen, V.A., Fagard, R.H., Coeckelberghs, E. & Vanhees, L. (2011). Impact of resistance training on blood pressure and other cardiovascular risk factors: a meta-analysis of randomized, controlled trials. *Hypertension*, 58, 950-958.
- Costa S, Cuzzocrea F, Hausenblas HA, et al. Psychometric examination and factorial validity of the exercise dependence scale-revised in Italian exercisers. *J Behav Addict* 2012; 1(4): 186-190.
- Davis C. Weight and diet preoccupation and addictiveness the role of exercise. *Pers. Individ. Dif* 1990; 11(8): 823- 827
- Diekhoff G.M. Running amok: injuries in compulsive runners, *J of Sport Behav* 1984; 7(3): 120-129.
- Downs, D.S., Hausenblas, HA. & Nigg, C.R. (2004). Factorial validity and psychometric examination of the exercise dependence scale-revised. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 8, 183-201.
- Glasser, W. (1976). *Positive addiction*. USA: Harper and Row.
- Griffiths, M. (2000). Does internet and computer “addiction” exist? Some case study evidence. *Cyber Psychology and Behavior*, 3(2), 211-219.
- Hausenblas, H.A. & Downs, D.S. (2000). How much is too much? The development and validation of the exercise dependence scale. *Psychol Health*, 17, 387-404.
- Hausenblas, H.A. & Fallon, E.A. (2002). Relationship among body image, exercise behavior, and exercise dependence symptoms. *Inc. Int Journal Eat Disord*, 32, 179 185.
- Klein, S. (2005). Obezite tedavisi için para ödemek para ediyor mu? *Türkiye Klinikleri*, 1(2): 82-82

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Morgan, W.P. (1979). Negative addiction in runners. *The Physician and Sports Medicine*, 7, 57-77.
- Orford, J. (1985). *Excessive appetites: A psychological view of addictions*. Chichester: Wiley.
- Pierce EF, Rohaly KA, Fritchley B. Sex differences on exercise dependence for men and women in a marathon road race. *Percept Mot Skills* 1997; 84(3): 991-994.
- Rudolph, S. (2018). The connection between exercise addiction and orthorexia nervosa in German fitness sports. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 23(5), 581-586. <https://doi.org/10.1007/s40519-017-0437-2>
- Szabo, A. (1998). Studying the psychological impact of exercise deprivation: Are experimental studies hopeless? *Journal of Sport Behavior*, 21, 139-147.
- Tekkurşun-Demir G, Türkeli A. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı ve zihinsel dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 2018; 4(1): 9-24
- Uz İ. Fitness merkezlerine düzenli katılan bireylerde egzersiz bağımlılığının incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Çanakkale: Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, 2015
- Vardar, E. (2012). Egzersiz bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 21(3),163-173.
- Yeltepe H. Egzersiz bağımlılığının tanımlanması ve Egzersiz Bağımlılığı Ölçeği-21'in geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasının yapılması. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi, 2005. 28.
- Zırhlioğlu, G. (2011). Egzersiz bağımlılığının egzersiz davranış parametrelerine göre incelenmesi: Van il örneği. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 6(4): 214-222.



## SPORCULARDA KİNEZYO BANTLAMA UYGULAMASININ KORUYUCU VE KAS KUVVETİ ÜZERİNE ETKİSİ ALANINDA YAPILAN ARAŞTIRMALARIN İNCELENMESİ

Saitdin AZIZBAEV<sup>1</sup> Emine KAYA<sup>2</sup> Fatih ÖZGÜL<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Kırgız Devlet Beden Eğitimi ve Spor Akademisi, Profesör, Bişkek, Kırgızistan  
ORCID Code: 0009-0002-8584-3009

E-posta: azizbaevsayitdin@gmail.com

<sup>2</sup>Giresun Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı,  
Doktora Öğrencisi, Giresun, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-1346-2381

E-posta: [emnky3@gmail.com](mailto:emnky3@gmail.com)

<sup>3</sup>Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Doçent, Giresun, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-8671-9854

E-posta: [fatih.ozgul@giresun.edu.tr](mailto:fatih.ozgul@giresun.edu.tr)

### ÖZET

**Giriş:** Kinezyo bant, genellikle fizik tedavi ve spor alanlarında kasları ve eklemleri desteklemek, ağrıyı azaltmak, kan dolaşımını iyileştirmek ve kas fonksiyonunu artırarak performansı desteklemek için kullanılan terapötik bir banttır. Kinezyo bantlama, kaslara ve eklemlere daha güvenli bir şekilde hareket etme olanağı sağlar. Böylece sporcuların daha fazla kuvvet ve hız geliştirmelerine olanak tanır. **Amaç:** Sporcular üzerinde uygulanan kinezyo bantlama uygulamalarının koruyucu ve kas kuvvetine olan etkisini incelemektir. **Yöntem:** Bu araştırmada, bilimsel araştırma yöntemlerinden “Narrative review/Anlatısal inceleme” yöntemi kullanılmıştır. Veriler; “DergiPark, Tr Dizin, Google Scholar, Pub Med ve Web of Science” veri tabanları kullanılarak toplanmıştır. Araştırmalar için herhangi bir yıl veya örneklem sınırlaması bulunmamaktadır ve “kas kuvveti”, “kinezyo bant”, “sporcu” veya “muscle strength”, “kinesio tape”, “athlete” anahtar kelimeleri kullanılmıştır. **Bulgular:** Araştırmaya ulusal ve uluslararası alanyazında toplam 14 araştırma makalesi dahil edilmiştir. **Sonuç:** Çalışmaların bazılarında kinezyo bantlama uygulaması sonrasında kas kuvveti ve kas performansında artış görülse de birçoğunda kinezyo bantlamanın kas kuvveti ve kas performansını anlamlı derecede artırıcı etkisi olmadığı sonucuna varılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Kas Kuvveti, Kinezyo Bant, Sporcu



## REVIEW OF STUDIES ON THE EFFECT OF KINESIO TAPING ON PROTECTIVE AND MUSCLE STRENGTH IN ATHLETES

Saitdin AZIZBAEV<sup>1</sup> Emine KAYA<sup>2</sup> Fatih ÖZGÜL<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports, Professor, Bishkek, Kyrgyzstan  
ORCID Code: 0009-0002-8584-3009  
E-mail: [azizbaevsayitdin@gmail.com](mailto:azizbaevsayitdin@gmail.com)

<sup>2</sup>Giresun University, Institute of Health Sciences, Department of Physical Education and  
Sports, PhD Student, Giresun, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-1346-2381  
E-mail: [emnky3@gmail.com](mailto:emnky3@gmail.com)

<sup>3</sup>Giresun University, Faculty of Sport Sciences, Associate professor, Giresun, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-8671-9854  
E-mail: [fatih.ozgul@giresun.edu.tr](mailto:fatih.ozgul@giresun.edu.tr)

### ABSTARCT

**Introduction:** Kinesio tape is a therapeutic tape commonly used in physical therapy and sports to support muscles and joints, reduce pain, improve blood circulation and support performance by increasing muscle function. Kinesio taping allows muscles and joints to move more safely. This allows athletes to develop greater strength and speed. **Objective:** To examine the effect of kinesio taping applications on protective and muscle strength in athletes. **Method:** In this study, "Narrative review" method, one of the scientific research methods, was used. Data were collected using the databases "DergiPark, Tr Index, Google Scholar, Pub Med and Web of Science". There is no year or sample limitation for the studies and the keywords "muscle strength", "kinesio tape", "athlete" or "muscle strength", "kinesio tape", "athlete" were used. **Results:** A total of 14 research articles in national and international literature were included in the study. **Conclusion:** Although some of the studies showed an increase in muscle strength and muscle performance after kinesio taping application, most of them concluded that kinesio taping did not have a significant effect on muscle strength and muscle performance.

**Keywords:** Muscle Strength, Kinesio Tape, Athlete





## GİRİŞ

Kinezyolojik bantlama tekniği ve kinezyo bant 1970’li yıllarda Dr.Kenzo Kase tarafından geliştirilmiştir. 1970’lerden itibaren kullanılmaya başlanmasına rağmen bandın uluslararası düzeyde tanınır olmasını sağlayan olay 2008 Pekin yaz olimpiyatlarında çeşitli branştan birçok sporunun kullanmasıdır. Daha sonra pek çok ünlü profesyonel sporunun maç ve yarışmalar esnasında bu bantları kullanması bandın popülerliğini artırmıştır. Standart bant ve teyp uygulamalarında istenmeyen bir etki olarak karşılaşılan eklem hareketlerinde ve fonksiyonel aktivitelerde oluşan kısıtlanmalara engel olmak ile birlikte eklem ve kas yapılarını desteklemek amacı ile geliştirilmiştir. Metot insan derisinin yapısal özellikleri ve esnekliğine benzer bir bantlama yöntemi ile eklem hareketinin sınırlanmadığı daha başarılı sonuçları hedeflemiştir.

Kinezyo bant, genellikle fizik tedavi ve spor alanlarında yaralı kasları ve eklemleri desteklemek, ağrıyı azaltmak, kan dolaşımını iyileştirmek ve kas fonksiyonunu artırarak performansı artırmak için kullanılan terapötik bir banttır. Kinezyo bant, doğrudan cilde uygulanan, akrilik yapışkanlı, üzerinde dalgalı şekiller bulunan pamuk liflere sarılı polimer elastik liflerden oluşan özellikli bantlardır. Viskozite ile üretilmesi sayesinde havalandırma ve su direnci sunar. Bir yüzü akrilik yapışkanlı olduğu için vücut ısıyla aktifleşir ve cilde daha iyi yapışır. Sporcular için performans artırıcı olanları da mevcuttur. Atletler arasında, tam hareket aralığını sağlarken destek sunma yeteneği nedeniyle popülerdir.

Kinezyo bantlama, kaslara ve eklemlere destek sağlayarak, sporcuların daha güvenli bir şekilde hareket etmelerini sağlar böylece sporcuların daha fazla kuvvet ve hız geliştirmelerine olanak tanır. Bu araştırmanın amacı; sporculara uygulanan kinezyo bantlama uygulamasının koruyucu veya kas kuvvetini ve sportif performansı artırıcı etkisi olup olmadığını incelemektir.

## YÖNTEM

Bu çalışmada, bilimsel araştırma yöntemlerinden “Narrative review/Anlatısal inceleme” kullanılmıştır. Bu yöntem, geleneksel literatür taraması olarak da bilinen, bir konu hakkında geniş, eleştirel ve nesnel bir analizi içerir (Green ve diğ., 2006). Anlatısal inceleme, belirli bir olay veya deneyimi derinlemesine anlamak için kullanılan nitel araştırma yöntemidir. Bir anlatı incelemesi, okuyucunun kavraması için zengin bilgiyi tutarlılık gösteren bir biçimde sunmaktadır (Green ve diğ., 2006). Anlatısal incelemeler, sistematik incelemelere göre kanıt kalitesinin değerlendirilmesiyle daha az ilgili olan ve daha öznel bir bakış açısına sahip bilimsel araştırma yöntemidir. Bu tür yöntemlerin araştırma sonuçlarını ortak bir norma dönüştürmek gibi bir amacı olmadığında literatüre katkı yaptığı düşünülmektedir (Taş ve diğ., 2024). Bu çalışmada, konuyla ilgili ulusal ve uluslararası yapılmış makaleler, DergiPark, Tr Dizin, Google Scholar, Pub Med ve Web of Science veri tabanları kullanılarak incelenmiştir. Makaleler için herhangi bir yıl veya örneklem sınırlaması bulunmamaktadır. Makalelere ulaşmak için şu anahtar kelimeler ve bu kelimelerin kombinasyonları kullanılmıştır; “kas kuvveti”, “kinezyo bant”, “sporcu” veya “muscle strength”, “kinesio tape”, “athlete”. Bu tarama sonucunda 18 çalışmaya ulaşılmış ve yayınlanan 14 makale çalışmaya dahil edilmiştir.



## BULGULAR

Araştırmaya “kas kuvveti”, “kinezyo bant”, “sporcu” veya “muscle strength”, “kinesio tape”, “athlete” anahtar kelimeleri kullanılarak ulaşılan ulusal ve uluslararası alanyazında toplam 14 araştırma dahil edilmiştir.

**Tablo1.** Ulusal ve Uluslararası alanda yapılan çalışmalar

| No | Yazarlar ve Araştırma yılı              | Başlık  | Amaç   | Yöntem                             | Sonuç   |
|----|---|---|--|------------------------------------|---|
| 1  | Arslan AS. (2013)                       | Sporda Koruyucu Ekipman Ve Bandajlama   | Sporda koruyucu ekipmanlar ve bandajlamanın amacı; yaralanmalardan korumak, propriosepsiyonu ve nöromüsküler kontrolü arttırmaktır.                                      | Derleme                            | Sporda uygun ekipmanın sporcuya önerilmesi yaralanmaların önlenmesi ve şiddetinin azaltılması açısından önemlidir.  |
| 2  | Arslanoğlu E, Güzel NA, Çilli B. (2014) | Sağlıklı Bireylerde Kinezyo Bantlama Tekniğinin Kas Kuvveti Üzerine Etkisi                      | Bu çalışmada, sağlıklı bireylerin quadriceps kas grubuna uygulanan kinezyo bantlama tekniğinin bacak kuvveti üzerine etkisini belirlemek amaçlanmıştır.                  | Ön-son test kontrol gruplu çalışma | Quadriceps kas grubuna yapılan kinezyo bantlama tekniğinin, herhangi bir sağlık problemi olmayan kişilerde bacak kuvvetine etkisi yok gibi gözükmektedir. |
| 3  | Ayhan KN, Ayhan MY, Uçar D. (2022)      | Does Kinesiotaping of the Quadriceps Muscle Provide Improvement in Muscle Strength and Balance? | Çalışmamızda sağlıklı gönüllülerde dominant alt ekstremitedeki kuadriseps kasına uygulanan kinezyolojik bantlamanın kas gücü ve denge üzerindeki etkisi araştırılmıştır. | Ön-son test kontrol gruplu çalışma | Kinezyolojik bantlama uygulamasının kas performansında artışa neden olmadığı ancak bazı denge parametrelerinde iyileşme sağladığı sonucuna varılmıştır.   |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|   |   |  |   |                                    |   |
|---|---|--|---|------------------------------------|---|
| 4 | Cai C, Au IPH, An W, Cheung RTH. (2016)                                     | Facilitatory And İnhibitory Effects Of Kinesio Tape: Fact Or Fad?                          | Bu çalışmanın amacı, Kinesio bant (KT) uygulamalarının uyarıcı, engelleyici ve bantsız durumlarda, KT hakkında bilgi sahibi olmayan sağlıklı yetişkinlerde etkisini görmektir.                        | Rastgele aldatici deneme           | Sağlıklı katılımcılar arasında kinezyo bantın uygulama teknikleri arasında kolaylaştırıcı ya da inhibe edici etkiler görülmemiştir.   |
| 5 | Csapoa R, Alegre LM. (2015)   | Effects Of Kinesio Taping On Skeletal Muscle Strength— A Meta-Analysis Of Current Evidence | Bu çalışmanın amacı, Kinesio bantlarının belirli uygulamalarının sağlıklı yetişkinlerde kasılmayı kolaylaştırıp kas gücünü artırıp artırmayacağını test etmektir.                                     | Meta-analiz                        | Kinesio bantlarının uygulamasının bazı terapötik faydaları olsa da, bu bantların kullanımı sağlıklı yetişkinlerde güç artışı sağlamamaktadır.   |
| 6 | Çekmece Ç, Son M, Sade I. (2024)  | Investigation Of The Effect Of Kinesio Tape Application On Athletes On Performance         | Bu çalışmanın amacı; sporculara uygulanan KB'nin denge ve dikey sıçrama kuvvetine olan akut etkisini incelemektir.  | Ön-son test kontrol gruplu çalışma | Çalışmamızda sporculara uygulanan KB ile sıçrama ve denge parametrelerinde olumlu gelişmeler olduğu gözlenmiştir.   |
| 7 | Çeliker R, Güven Z, Aydoğ T, Bağış S, Atalay A, Yağcı HÇ, Korkmaz N. (2011) | Kinezyolojik Bantlama Tekniği ve Uygulama Alanları   | Bu derlemede kinezyolojik bantlamanın kas iskelet sistemi ile sportif rehabilitasyon, pediatrik hastalarda, nörolojik hastalıklarda, vasküler sorunlarda, lenfödemde ve kas iskelet sistemi dışındaki | Derleme                            | Sonuç olarak tüm dünyada giderek artan endikasyonlara ve geliştirilen yeni uygulama tekniklerine karşın kinezyolojik bantlamanın etki mekanizmaları ve etkinliğine ilişkin kanıtlar henüz sayıca yetersizdir. |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|    |  |   |   |                                    |   |
|----|--|---|---|------------------------------------|---|
|    |  |   | kullanımının ve bu konulardaki literatür bilgilerinin gözden geçirilmesi amaçlanmıştır.   |                                    |   |
| 8  | Drouin JL, McAlpine CT, Primak KA, Kissel J. (2013)  | The Effects Of Kinesiotape On Athletic-based Performance Outcomes İn Healthy, Active Individuals: A Literature Synthesis. | Sağlıklı ve aktif bireylerde kinesiotapenin atletik performans sonuçları üzerindeki etkisini inceleyen literatürü sistematik olarak taramak ve kalite değerlendirmesi yapmak.                                   | Sistematik literatür taraması      | Sağlıklı bireylerde atletik performans sonuçlarını iyileştirmek için kinesiotape kullanımını destekleyecek yeterli kanıt bulunmamaktadır.   |
| 9  | Huang CY, Hsieh TH, Lu SC, Su FC. (2011)   | Effect Of The Kinesio Tape To Muscle Activity And Vertical Jump Performance İn Healthy İnactive People.                   | Bu çalışmanın amacı, elastik bantlamanın triceps surae üzerindeki etkisini maksimum dikey sıçrama sırasında araştırmaktır.  | Ön-son test kontrol gruplu çalışma | Kinesio bant uygulandığında dikey yer reaksiyon kuvvetinin arttığını, ancak sıçrama yüksekliğinin yaklaşık olarak sabit kaldığını göstermiştir.   |
| 10 | Mostert-Wentzel K, Sihlali BH, Swart JJ, Cilliers R, Clarke L, Maritz J, Prinsloo E, Steenkamp L. (2012) | Effect Of Kinesio Taping On Explosive Muscle Power Of Gluteus Maximus Of Male Athletes                                    | Bu çalışmanın amacı, erkek atletlerde kinesio bantlamanın patlayıcı gluteus maximus gücü üzerindeki kısa vadeli etkilerini belirlemek ve önerilen bir bantlama uygulama desenini placebo ile karşılaştırmaktır. | Randomize kontrollü çalışma        | Önerilen Kinesio bant uygulama tipi, her iki grupta da erkek atletlerde gluteus maximus kasının patlayıcı gücünü, bantlama hemen sonrasında ve 30 dakika sonra anlamlı bir şekilde artırmada eşit derecede etkili olmuştur. |
| 11 | Nunes GS, Noronha M, Cunha HS, Ruschel C,  | Effect Of Kinesio Taping On Jumping And Balance İn Athletes:Acrossover  | Bu çapraz randomize kontrollü çalışmanın amacı, Kinesio   | Randomize kontrollü çalışma        | KT tekniği, sağlıklı üniversite atletlerinde bazı sporla ilgili hareketlerde  |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|    |  |  |   |                                |   |
|----|--|--|---|--------------------------------|---|
|    | Borges NG. (2013)  | Randomized Controlled Trial  | Bantlaması (KT) uygulamasının, sağlıklı üniversite öğrencisi atletlerde dikey sıçrama (VJ), yatay sıçrama (HJ) ve dinamik denge (DB) sırasında kas performansını artırmaya yönelik etkisini doğrulamaktır.                  |                                | performansı artırmada faydalı bulunmamıştır.  |
| 12 | Poon KY , Li SM, Roper MG, Wong MKM, Wong O, Cheung RTH. (2015)  | Kinesiology Tape Does Not Facilitate Muscle Performance: A Deceptive Controlled Trial              | Amaç; kintape, cilt uyarımını artırarak motor ünite ateşlemelerini kolaylaştırdığı ve dolayısıyla fonksiyonel performansı iyileştirdiği iddialarının gerçek mi yoksa plasebo etkilerinden mi kaynaklandığını araştırmaktır. | Randomize ve kontrollü deneme  | KinTape ile daha önce bildirilen kas kolaylaştırıcı etkilerin plasebo etkilerine bağlı olabileceğini düşündürmektedir.  |
| 13 | Recker JC, Latham L, McGlawn R, Recker MR. (2018)                | Effectiveness Of Kinesiology Tape On Sports Performance Abilities İn Athletes: A Systematic Review | Bu çalışma, kinesiology bantının (KT) spor performansı üzerindeki etkinliğini, diğer bantlar veya hiç bant uygulamaması ile karşılaştırmayı amaçlamaktadır.   | Sistematik derleme             | KT'nin spor performans yetkinliklerini artırmada kullanılmasını destekleyecek güçlü bir kanıt bulunmamaktadır.  |
| 14 | Serra MVGB, Vieira EG, Brunt D, Goethel MF, Gonçalves M, Quemelo | Kinesio Taping Effects On Knee Extension Force Among Soccer Players                                | Bu çalışma, Kinesio bantlamasının (KT) futbolcularda diz ekstansiyon kuvveti üzerindeki etkilerini değerlendirmeyi amaçlamaktadır.  | Klinik deneme çalışma tasarımı | KT, maksimum izometrik gönüllü diz ekstansiyonunda, Micropore uygulamasıyla karşılaştırıldığında, KT uygulandıktan hemen sonra ve 24 saat sonra değerlendirilen |

|  |                |  |  |  |                                       |
|--|----------------|--|--|--|---------------------------------------|
|  | PRV.<br>(2015) |  |  |  | kuvvetle ilgili ölçümleri etkilemedi. |
|--|----------------|--|--|--|---------------------------------------|

## TARTIŞMA

Literatürde bantlamanın doğru pozisyon hissini verme, somato–sensorial bilgide ve kassal aktivasyonda artış sağlama gibi etkilerine dair bulgular yer almasına rağmen Arslanoğlu ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada, sağlıklı kişilere uygulanan kinezyo bantlama tekniği sonucunda quadriceps kas kuvvetinde anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Ayhan ve arkadaşlarının çalışmasında, kinezyo tape bantlama kas gücünü artırıcı etkisini destekleyen veriler yeterli olmamasına rağmen özellikle sporcularda kas gücünü artırmak amacıyla kullanılır. Kinezyolojik bantlama uygulamasının kas performansında artışa neden olmadığı ancak bazı denge parametrelerinde iyileşme sağladığı sonucuna varılmıştır.

Çeliker ve arkadaşlarının çalışmasına göre tüm dünyada giderek artan endikasyonlara ve geliştirilen yeni uygulama tekniklerine rağmen kinezyolojik bantlamanın etkinliğine ilişkin kanıtlar halen sayıca yetersizdir. Bu alanlarda yapılacak ileriye dönük, deney ve kontrol gruplu çalışmaların sayıca artması klinisyenlere ışık olacaktır.

Huang ve arkadaşlarının çalışmasında, kinesio ve plasebo bant uygulamaları arasında farklılıklar gözlemlenmiştir. Sonuçlar, dikey zıplamada kinesio bant uygulandığında dikey zemin reaksiyon kuvvetinin ve medial gastroknemius kasının EMG aktivitesinin arttığını göstermiştir.

Çekmece ve arkadaşlarının çalışmasında, kinezyo bantın sporcuların denge ve dikey sıçrama kuvvetine olan akut etkisini incelemek amaçlanmış ve uygulanan kinezyo bant ile sıçrama ve denge parametrelerinde olumlu gelişmeler olduğu gözlenmiştir.

Arslan çalışmasında, sporda koruyucu ekipmanların propriosepsiyonu artırdığından ve sportif yaralanmalardan korunmak veya yaralanmanın şiddetini azaltmak için öneminden bahsetmiştir. Kinezyo bant da eklemlere stabilizasyon ve tam hareket açıklığı sağlayarak karşılaşılabilecek sakatlanmalardan koruyucu olarak kullanılabilir.

Mostert-Wentzel ve arkadaşlarının kinezyo bantlamanın gluteus maximus kas kuvveti üzerine etkisini incelemek için yaptıkları kontrol gruplu çalışmada temel ölçümlere kıyasla önemli farklılıklar gözlemlenmiştir.

Nunes ve arkadaşlarının çalışmasında, triceps surae kasına uygulanan kinezyo bantın sıçrama ve denge sırasında performansı artırıcı etkisi görülmemiştir.

Csapo ve Alegre'nin çalışmasında, kinesio bant uygulamalarının bazı terapötik faydaları olabile de bu bantların etkilerinin kas grubuna bağlı olmaksızın sağlıklı bireylerde kas kuvvetini artırmadığı sonucuna varılmıştır.

Cai ve arkadaşlarının yapmış oldukları çalışmada, sağlıklı katılımcılar arasında kinezyo bantın uygulama teknikleri arasında kolaylaştırıcı ya da inhibe edici etkiler görülmemiştir. Klinikte kas aktivitesi için alternatif bir yöntem kullanılmalıdır.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Serra ve arkadaşlarının çalışmasında, kinezyo bantlama uygulaması kas kuvveti ve atletik performans ile ilgili ölçümleri etkilememiştir.

Williams ve arkadaşları kinezyo bandın belirli gruplarda kuvvet ve hareket aralığını artırmada küçük bir etkisi olabileceğini belirtse de spor yaralanmalarının önlenmesinde kullanılmasını destekleyecek kaliteli kanıt azdır ve daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

Poon ve arkadaşları çalışmasında, kinezyoloji bandının mekanizması hakkında fazla bilgi sahibi olunmayan terapötik bir bant olduğunu ve kinezyo bandın kas performansını kolaylaştırmadığını belirtmişlerdir.

Drouin ve arkadaşlarının çalışmasına göre kinezyoloji bandının sağlıklı bireylerde sportif performans sonuçlarını iyileştirmek için başarılı bir yöntem olarak kullanılabileceğini destekleyen kanıtlar yetersizdir.

### SONUÇ ve ÖNERİ

Bu araştırmaya dahil edilen çalışmaların bazılarında kinezyo bantlama uygulaması sonrasında kas kuvveti ve kas performansında artış görülse de çoğu çalışmaya göre kinezyo bantlamanın kas kuvveti ve kas performansını anlamlı derecede artırıcı etkisi olmadığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca kinezyo bantlamanın bazı denge parametrelerinde iyileşme sağladığı görülmüştür. Yapılan araştırmalarda alanyazın taramasının kısıtlı yapıldığı yapılan araştırmaların sınırlılıkları olduğu görülmektedir. Bu alanda araştırma yapacak araştırmacıların bu sınırlılıklara çözüm bularak kinezyo bantlama alanına daha nitelikli katkıda bulunulabileceği düşünülmektedir.

### KAYNAKLAR

- Arslan AS. Sporda Koruyucu Ekipman Ve Bandajlama. Spor Hekimliği Dergisi. Cilt: 48, S. 25-34, 2013.
- Arslanoğlu E, Güzel NA, Çilli B. Sağlıklı Bireylerde Kinezyo Bantlama Tekniğinin Quadriceps Kas Kuvveti Üzerine Etkisi. Kafkas Journal of Medicine Sciences. 2014; 4(1):23–26.
- Ayhan KN, Ayhan MY, Uçar D. Does Kinesiotaping of the Quadriceps Muscle Provide Improvement in Muscle Strength and Balance?. Journal of Physical Medicine and Rehabilitation Sciences. 2022;25(2):226-32.
- Cai C, Au IPH, An W, Cheung RTH. Facilitatory and inhibitory effects of Kinesio tape: Fact or fad? Journal of Science and Medicine in Sport 19 (2016) 109-112.
- Csapoa R, Alegre LM. Effects Of Kinesio Taping On Skeletal Muscle Strength—A Meta-Analysis Of Current Evidence. Journal of Science and Medicine in Sport 18 (2015) 450-456.
- Çekmece Ç, Son M, Sade I. Investigation Of The Effect Of Kinesio Tape Application On Athletes On Performance. Acta Medica Nicomedia. Cilt: 7 Sayı: 1 Şubat 2024.
- Çeliker R, Güven Z, Aydoğ T, Bağış S, Atalay A, Yağcı HÇ, Korkmaz N. Kinezyolojik Bantlama Tekniği ve Uygulama Alanları. Türkiye Fiziksel Tıp ve Rehabilitasyon Dergisi. 2011;57:225-35.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Drouin JL, McAlpine CT, Primak KA, Kissel J. The effects of kinesiotope on athletic-based performance outcomes in healthy, active individuals: a literature synthesis. *J Can Chiropr Assoc* 2013; 57(4).
- Green, B. N., Johnson, C. D., and Adams, A. (2006). Writing narrative literature reviews for peer-reviewed journals: secrets of the trade. *Journal of Chiropractic Medicine*, 5(3), 101-117. [https://doi.org/10.1016/S0899-3467\(07\)60142-6](https://doi.org/10.1016/S0899-3467(07)60142-6).
- Huang CY, Hsieh TH, Lu SC, Su FC. Effect Of The Kinesio Tape To Muscle Activity And Vertical Jump Performance İn Healthy İnactive People. *BioMedical Engineering OnLine*. 2011, 10:70.
- Mostert-Wentzel K, Sihlali BH, Swart JJ, Cilliers R, Clarke L, Maritz J, Prinsloo E, Steenkamp L. Effect Of Kinesio Taping On Explosive Muscle Power Of Gluteus Maximus Of Male Athletes. *South African Medical Research Council*. vol. 24 No. 3 2012.
- Nunes GS, Noronha M, Cunha HS, Ruschel C, Borges NG. Effect Of Kinesio Taping On Jumping And Balance In Athletes:Acrossover Randomized Controlled Trial. *Journal of Strength and Conditioning Research*. Volume: 27 Number: 11 November 2013.
- Poon KY , Li SM, Roper MG, Wong MKM, Wong O, Cheung RTH. Kinesiology Tape Does Not Facilitate Muscle Performance: A Deceptive Controlled Trial. *Manual Therapy* 20 (2015) 130-133.
- Reneker JC, Latham L, McGlawn R, Reneker MR. Effectiveness Of Kinesiology Tape On Sports Performance Abilities İn Athletes: A Systematic Review. *Physical Therapy in Sport* 31 (2018) 83-98.
- Serra MVGB, Vieira EG, Brunt D, Goethel MF, Gonçalves M, Quemelo PRV. Kinesio Taping Effects On Knee Extension Force Among Soccer Players. *Brazilian Journal Of Physical Therapy*. 2015 Mar-Apr; 19(2):152-158.
- Taş H, Yolcu O, Hürmeriç-Altunsöz I. Ulusal Alanyazında Yayınlanan Bedensel Okuryazarlık Araştırmalarına Bir Bakış. *Hacettepe Journal of Sport Sciences* 2024,35(2), 102-117.
- Williams S, Whatman C, Hume PA, Sheerin K. Kinesio Taping in Treatment and Prevention of Sports Injuries. *Sports Med* 2012;42(2):153-164.





## INVESTIGATION OF INJURY AND DISABILITY AREAS IN JUDO

Yağmur Naz AYDIN<sup>1</sup>, Selma İŞLER<sup>2</sup>, Şaban ÜNVER<sup>3</sup> Tülin AKMAN<sup>4</sup>, Anıl Ulaş ATAN<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs University, Graduate School of Education, Department of Coaching  
Education. Samsun, Turkey

ORCID: 0009-0009-1184-2012

E- mail: yagmurnaz.aydin@hotmail.com

<sup>2</sup> Ondokuz Mayıs University, Department of Physical Medicine and Rehabilitation, Samsun, Turkey

ORCID: 0000-0002-4353-0226

E-mail: frselma@hotmail.com

<sup>3</sup>Ondokuz Mayıs University, Faculty of Sports Sciences, Department of Coaching Education,  
Samsun, Turkey

ORCID: 0000-0001-7378-596X

E-mail: saban.unver@omu.edu.tr

<sup>4</sup>Ondokuz Mayıs University, Faculty of Sports Sciences, Department of Coaching Education,  
Samsun, Turkey

ORCID: 0000-0001-5660-8910

E-mail: takman@omu.edu.tr

<sup>5</sup>Ondokuz Mayıs University, Faculty of Sports Sciences, Samsun, Turkey

ORCID:0009-0005-4287-4552

E-mail: atananil55@gmail.com

### ABSTRACT

This study aims to identify the most common injury areas and causes of injury in judo athletes and to develop preventive measures. A total of 300 judo athletes, including 177 male and 123 female, with an average of  $5.16 \pm 2.61$  years of active judo experience, voluntarily participated in the research. The data collection tool used was the "Sports Injury Opinions Survey" developed by Koç (2019). Statistical analysis of the data was performed using frequency analysis and Chi-Square test in SPSS software. It was determined that injuries among judo athletes most frequently occur during competitions and competition-related training. The injury rates during these periods were found to be higher compared to other times, with competition intensity and physical contact being the main factors increasing the risk of injury. The most common types of injuries among judokas were sprains, muscle injuries, and bone/joint injuries. Among the causes of injury, individual and external factors such as the opponent's intentional actions, carelessness, lack of motivation, and loss of concentration were identified, in addition to previous injuries, improper technique, lack of protective equipment, and poor-quality materials. Gender differences were observed in terms of injury types and causes. Female athletes had higher rates of facial/nose injuries and ligament/meniscus injuries, while male athletes were more affected by sprains and bone/tendon injuries. Furthermore, differences in injuries were found between age groups. Younger athletes experienced more muscle injuries and sprains, while older athletes had a higher prevalence of tendon and bone injuries. The study emphasizes the importance of developing targeted preventive strategies based on age and gender and adjusting training plans to reduce injury risks. The findings are expected to contribute to the implementation of measures that will protect athlete health and support the development of practices that enhance performance in judo.



## INTRODUCTION

Sport is an activity proposed to help individuals, under the intense pressures of social life, relieve physical and mental tension and adapt physically to their living conditions (Gür, 2001). Additionally, sport involves activities aimed at enhancing a person's physical strength and competitive capacity in a particular sport, enabling them to compete within the limits of the specific rules of the sport, reinforcing their enthusiasm for the discipline, and improving their performance to outperform their opponents (Erkal, 1982).

The term "sport injuries" refers to conditions that occur when the body or a part of it is subjected to a force greater than normal, causing the tissues to exceed their tolerance limits. This term is generally used to describe any kind of damage that occurs during sports activities (Türker et al., 2011). Negative factors that facilitate sport injuries include fatigue resulting from the intensity of the load, inadequate recovery from previous injuries, the type of sport, intentional actions of the opponent, carelessness, motivational issues, improper technique, as well as factors related to muscle stiffness and tightness caused by the intensity, duration, and nature of the activity, muscle atrophy resulting from previous injuries or incorrect training (Kalyon, 1994).

The etymology of the term "Judo" is derived from the combination of two Japanese words: "JU," meaning gentleness or courtesy, and "DO," meaning the way or the principle. In essence, Judo translates to "the way of gentleness." Judo is not only a physical activity but also a way of life (Tegner, 1974).

In Judo competitions, various techniques are employed to achieve victory. Judo is an Olympic martial art that starts with standing techniques within a defined area and then continues on the ground, following specific rules. The rules of the sport have been continuously updated and developed over time (Takagaki & Sharp, 1969). Judo, in its technical essence, aims to defeat an opponent most effectively by using methods that do not resist the opponent's force, but instead turn that force to the practitioner's advantage (Çakıroğlu & Sökmen, 2012).

Today, Judo is considered one of the most popular martial arts worldwide (Gutierrez García et al., 2010). It is known that 85% of Judo injuries occur while both athletes are standing, caused by the initial gripping force applied during the first attack and by the interaction between the opponent's body weight and the ground during the fall (Green et al., 2013; Pierantozzi & Muroli, 2009). The types and locations of injuries that occur during sports competitions or training can vary depending on the gender and age groups of the athletes (Kılıç et al., 2014).

There is limited research in the literature regarding injuries and types of injuries in Judo. Sports injuries are a common occurrence in the Judo discipline. In this context, our study aims to examine the injuries and injury locations observed in Judo.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### MATERIALS AND METHODS

#### Research Model

In this study, which aims to examine the injury locations and causes among athletes involved in the sport of Judo, a quantitative research model was used.

#### Research Group

The study involved a total of 300 voluntary judo athletes, including 177 male and 123 female participants, with an average sport age of  $5.16 \pm 2.61$  years. All participants were actively practicing judo.

#### Data Collection Tools

The data collection tool used in this study is the "Sports Injury Opinion Questionnaire" developed by Koç (2019). The questionnaire consists of four sections. The first section includes questions aimed at determining the demographic information of the athletes, as well as questions related to their sports history and previous sports injuries. The second, third, and fourth sections, which focus on the athletes' opinions about injuries in the judo discipline, are in the form of a five-point Likert scale, ranging from "strongly disagree" to "strongly agree".

#### Data Analysis

The statistical analysis of the data was conducted using frequency analysis and Chi-Square tests in the SPSS 21 software package.

### RESULTS

Table 1. Descriptive Statistics of the Participants

|  | N   | Mean | Std. Deviation |
|--|-----|------|----------------|
| Duration of Judo Practice (Years)      | 300 | 5.16 | 2.61           |
| Number of Training Sessions (Per Week) | 300 | 3.67 | 1.09           |

In Table 1, the averages of the participants' sports age and the number of training days per week are presented.

**Table 2. The percentages of when participants most commonly experience injuries.**

|                                 | Never<br>n (%) | Rarely<br>n (%) | Sometimes<br>n (%) | Often<br>n (%) | Always<br>n (%) |
|---------------------------------|----------------|-----------------|--------------------|----------------|-----------------|
| During warm-up                  | 158 (52.7)     | 58 (52.7)       | 69 (19.3)          | 12 (23.0)      | 3 (4.0)         |
| In competition training         | 17 (5.7)       | 36 (12.0)       | 149 (49.7)         | 75 (25.0)      | 23 (7.7)        |
| In weight-conditioning training | 20 (6.7)       | 19 (6.3)        | 151 (50.3)         | 73 (24.3)      | 37 (12.3)       |
| During competition              | 10 (3.3)       | 1(0.3)          | 75 (25.0)          | 131 (43.7)     | 83 (27.7)       |

In Table 2, the timing of injury occurrence in judokas was analyzed. Upon examining the table, it was found that during warm-up, 52.7% of athletes reported never experiencing an injury, while 19.3% stated they occasionally got injured. However, the percentages of those who reported getting injured frequently (23.0%) or always (4.0%) were relatively low. In competition training, 49.7% of the athletes stated they occasionally got injured, 25.0% frequently got injured, and 7.7% reported always getting injured. The percentage of athletes who reported never getting injured in this context was 5.7%. In strength/conditioning training, 50.3% of the athletes reported occasional injuries, 24.3% frequently got injured, and 12.3% stated they always got injured. Those who reported never getting injured during this phase were found to be 6.7%. During competitions, the highest injury rate was observed. 43.7% of the participants reported frequent injuries, and 27.7% stated they always got injured. In contrast, only 3.3% of athletes reported never experiencing an injury. As a result, it was found that the injury rates during competitions and competition training were higher compared to other phases. Based on this finding, we can conclude that the intensity of the competition and physical contact are among the main factors that increase the risk of injury.

**Table 3. Distribution of Participants' Views on the Frequency of Injury Types in Judo**

|   | Never<br>n (%) | Rarely<br>n (%) | Sometimes<br>n (%) | Often<br>n (%) | Always<br>n (%) |
|---|----------------|-----------------|--------------------|----------------|-----------------|
| Open injuries                             | 154(51.3)      | 52 (17.3)       | 63 (21.0)          | 30 (10.0)      | 1 (0.3)         |
| Closed injuries                           | 10 (3.3)       | 43 (14.3)       | 117 (39.0)         | 81 (27.0)      | 49 (16.3)       |
| Nasal, facial, ocular, and oral injuries  | 28 (9.3)       | 42 (14.0)       | 126 (42.0)         | 77 (25.7)      | 27 (9.0)        |
| Head and neck injuries                    | 49 (16.3)      | 43 (14.3)       | 107 (35.7)         | 79 (26.3)      | 22 (7.3)        |
| Abdominal and chest injuries              | 60 (20.0)      | 44 (14.7)       | 108 (36.0)         | 55 (18.3)      | 33 (11.0)       |
| Muscle injuries                           | 9 (3.0)        | 2 (0.7)         | 106 (35.3)         | 107 (35.7)     | 76 (25.3)       |
| Tendon injuries                           | 38 (12.7)      | 21 (7.0)        | 112 (37.3)         | 65 (21.7)      | 64 (21.3)       |
| Bone and joint fractures and dislocations | 22 (7.3)       | 12 (4.0)        | 104 (34.7)         | 116 (38.7)     | 46 (15.3)       |
| Ligament and meniscus injuries            | 48 (16.0)      | 25 (8.3)        | 124 (41.3)         | 59 (19.7)      | 44 (14.7)       |
| Sprains                                   | 6 (2.0)        | 3 (1.0)         | 51 (17.0)          | 130 (43.3)     | 110 (36.7)      |

The table analyzes the frequency of various types of injuries encountered by judokas. Upon examining the table, it can be observed that sprains, muscle injuries, and bone/joint injuries are the most common types of injuries among judokas. This finding indicates that traumatic and acute injuries are prevalent in the sport of judo.

**Table 4. Analysis of the Proportions of Factors Affecting Injuries Experienced by Judokas**

|   | Never<br>n (%) | Rarely<br>n (%) | Sometimes<br>n (%) | Often<br>n (%) | Always<br>n (%) |
|---|----------------|-----------------|--------------------|----------------|-----------------|
| Previous injuries and inadequate rehabilitation | 14 (4.7)       | 1 (0.3)         | 109 (36.3)         | 130 (43.3)     | 46 (15.3)       |
| Inadequate training facilities                  | 23 (7.7)       | 24 (8.0)        | 112 (37.3)         | 81 (27.0)      | 60 (20.0)       |
| Lack of concentration                           | 7 (2.3)        | 3 (1.0)         | 73 (24.3)          | 145 (48.3)     | 72 (24.0)       |
| Motivation issues                               | 10 (3.3)       | 2 (0.7)         | 50 (16.7)          | 123 (41.0)     | 115 (38.3)      |
| Incorrect technique                             | 9 (3.0)        | 3 (1.0)         | 88 (29.3)          | 118 (39.3)     | 82 (27.3)       |
| Insufficient warm-up exercises                  | 15 (5.0)       | 4 (1.3)         | 109 (36.3)         | 99 (33.0)      | 73 (24.3)       |
| Improper training methods                       | 15 (5.0)       | 11 (3.7)        | 114 (38.0)         | 103 (34.3)     | 57 (19.0)       |
| Characteristics of the sport                    | 20 (6.7)       | 9 (3.0)         | 149 (49.7)         | 72 (24.0)      | 50 (16.7)       |
| Defects in tatami flooring                      | 27 (9.0)       | 32 (10.7)       | 123 (41.0)         | 62 (20.7)      | 56 (18.7)       |
| Inadequate use of protective equipment          | 4 (1.3)        | 26 (8.6)        | 85 (28.2)          | 95 (31.6)      | 90 (29.9)       |
| Use of low-quality materials                    | 4 (1.3)        | 25 (8.3)        | 85 (28.2)          | 101 (33.6)     | 83 (27.9)       |
| Carelessness                                    | 7 (2.3)        | 0 (0)           | 45 (15.0)          | 141 (46.8)     | 107 (35.5)      |
| Deliberate actions by the opponent              | 7 (2.3)        | 0 (0)           | 35 (11.6)          | 89 (29.6)      | 169 (56.1)      |

Table 4 analyzes the factors influencing the injuries experienced by judokas. Upon examining the table, it was found that individual and external factors such as the opponent's intentional actions, carelessness, motivation issues, and lack of concentration were among the most significant causes of injuries in judo athletes. Additionally, factors such as previous injuries,

improper technique, inadequate use of protective equipment, and poor-quality materials were also found to have a significant impact on injury occurrence.

**Table 5. Comparison of Injury Occurrence Frequency by Gender**

|                                 | Gender | Never     | Rarely    | Sometimes | Often     | Always    |               |
|---------------------------------|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------|
| During warm-up                  | Female | 57 (36.1) | 24 (41.4) | 29 (42.0) | 10 (83.3) | 3 (100)   | <b>0.005*</b> |
|                                 | Male   | 101(63.9) | 34 (58.6) | 40 (58.0) | 2 (16.7)  | 0 (0)     |               |
| In competition training         | Female | 7 (41.2)  | 18 (50.0) | 61 (40.9) | 21 (28.0) | 16 (69.6) | <b>0.007*</b> |
|                                 | Male   | 10 (58.8) | 18 (50.0) | 88 (59.1) | 54 (72.0) | 7 (30.4)  |               |
| In weight-conditioning training | Female | 9 (45.0)  | 10 (52.6) | 62 (41.1) | 17 (23.3) | 25 (67.6) | <b>0.001*</b> |
|                                 | Male   | 11 (55.0) | 9 (47.4)  | 89 (58.9) | 56 (76.7) | 12 (32.4) |               |
| During competition              | Female | 4 (40.0)  | 0 (0)     | 28 (37.3) | 57 (43.5) | 34 (41.0) | 0.834         |
|                                 | Male   | 6 (60.0)  | 1 (100)   | 47 (62.7) | 74 (56.5) | 49 (59.0) |               |

In Table 5, an analysis was conducted to examine whether the injury occurrence differs between female and male athletes. Upon reviewing the table, it was found that the frequency of injuries during warm-up, competition training, and strength/conditioning training significantly differed between genders, with this difference being statistically significant ( $p < 0.05$ ). Female athletes reported higher rates of frequent and constant injuries, while male athletes experienced injuries more often in a sporadic manner. However, no statistically significant difference was found between genders during the competition ( $p > 0.05$ ).

**Table 6. Injury Incidence Rates Among Judokas Based on Gender**

|  | Gender | Never     | Rarely    | Sometimes | Often    | Always    | p             |
|--|--------|-----------|-----------|-----------|----------|-----------|---------------|
| Open injuries                            | Female | 65 (42.2) | 12 (23.1) | 24 (38.1) | 21       | 1 (100)   | <b>0.001*</b> |
|  | Male   | 89 (57.8) | 40 (76.9) | 39 (61.9) | 9 (30.0) | 0 (0)     |               |
| Closed injuries                          | Female | 5 (50.0)  | 19 (44.2) | 46 (39.3) | 27       | 26 (53.1) | 0.234         |
|  | Male   | 5 (50.0)  | 24 (55.8) | 71 (60.7) | 54       | 23 (46.9) |               |
| Nasal, facial, ocular, and oral injuries | Female | 7 (25.0)  | 20 (47.6) | 40 (31.7) | 34       | 22 (81.5) | <b>0.001*</b> |
|  | Male   | 21 (75.0) | 22 (52.4) | 86 (68.3) | 43       | 5 (18.5)  |               |
| Head and neck injuries                   | Female | 11 (22.4) | 20 (46.5) | 39 (36.4) | 38       | 15 (68.2) | <b>0.002*</b> |
|  | Male   | 38 (77.6) | 23 (53.5) | 68 (63.6) | 41       | 7 (31.8)  |               |
| Abdominal and chest injuries             | Female | 20 (33.3) | 11 (25.0) | 46 (42.6) | 21       | 25 (75.8) | <b>0.001*</b> |
|  | Male   | 40 (66.7) | 33 (75.0) | 62 (57.4) | 34       | 8 (24.2)  |               |
| Muscle injuries                          | Female | 6 (66.7)  | 2 (100)   | 44 (41.5) | 36       | 37 (48.7) | 0.088         |
|  | Male   | 3 (33.3)  | 0 (0)     | 62 (58.5) | 71       | 39 (51.3) |               |
|  | Female | 10 (26.3) | 10 (47.6) | 50 (44.6) | 27       | 26 (40.6) |               |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|   |        |           |           |           |    |           |        |
|---|--------|-----------|-----------|-----------|----|-----------|--------|
| Tendon injuries                           | Male   | 28 (73.7) | 11 (52.4) | 62 (5.4)  | 38 | 38 (59.4) | 0.355  |
| Bone and joint fractures and dislocations | Female | 9 (40.9)  | 3 (25.0)  | 50 (48.1) | 39 | 22 (47.8) | 0.140  |
|   | Male   | 13 (59.1) | 9 (75.0)  | 54 (51.9) | 77 | 24 (52.2) |        |
| Ligament and meniscus injuries            | Female | 12 (25.0) | 9 (36.0)  | 53 (42.7) | 19 | 30 (68.2) | 0.001* |
|   | Male   | 36 (75.0) | 16 (64.0) | 71 (57.3) | 40 | 14 (31.8) |        |
| Sprains                                   | Female | 1 (16.7)  | 0 (0)     | 18 (35.3) | 53 | 51 (46.4) | 0.235  |
|   | Male   | 5 (83.3)  | 3 (100)   | 33 (64.7) | 77 | 59 (53.6) |        |

Table 6 compares the frequency of injury types encountered by female and male athletes and analyzes the differences between genders. Statistically significant differences were found between genders in open wounds, nasal/face/mouth injuries, head/neck injuries, abdominal/chest injuries, and ligament/meniscus injuries ( $p < 0.05$ ). Female athletes reported a higher incidence of nasal and facial injuries, as well as ligament/meniscus injuries, with a higher frequency of "always" encountering these injuries. In contrast, male athletes experienced sprains, bone/joint injuries, and tendon injuries more frequently. However, these differences did not reach statistical significance ( $p > 0.05$ ).

**Table 7. Comparison of Factors Influencing Injuries Experienced by Judo Athletes According to Gender**

|   | Gender | Never n (%) | Rarely n (%) | Sometimes n (%) | Often n (%) | Always n (%) | P      |
|---|--------|-------------|--------------|-----------------|-------------|--------------|--------|
| Previous injuries and inadequate rehabilitation | Female | 7 (50.0)    | 0 (0)        | 40 (36.7)       | 60 (46.2)   | 16 (34.8)    | 0.385  |
|   | Male   | 7 (50.0)    | 1 (100)      | 69 (63.3)       | 70 (53.8)   | 30 (65.2)    |        |
| Inadequate training facilities                  | Female | 9 (39.1)    | 8 (33.3)     | 47 (42.0)       | 23 (28.4)   | 36 (60.0)    | 0.005* |
|   | Male   | 14(60.9)    | 16(66.7)     | 65 (58.0)       | 58 (71.6)   | 24 (40)      |        |
| Lack of concentration                           | Female | 0 (0)       | 0 (0)        | 31 (42.5)       | 57 (39.3)   | 35 (48.6)    | 0.063  |
|   | Male   | 7 (100)     | 3 (100)      | 42 (57.5)       | 88 (60.7)   | 37 (51.4)    |        |
| Motivation issues                               | Female | 3 (30.0)    | 0 (0)        | 21 (42.0)       | 47 (38.2)   | 52 (45.2)    | 0.533  |
|   | Male   | 7 (70.0)    | 2 (100)      | 29 (58.0)       | 76 (61.8)   | 63 (54.8)    |        |
| Incorrect technique                             | Female | 2 (22.2)    | 2 (66.7)     | 33 (37.5)       | 42 (35.6)   | 44 (53.7)    | 0.51   |
|   | Male   | 7 (77.8)    | 1 (33.3)     | 55 (62.5)       | 76 (64.4)   | 38 (46.3)    |        |
| Insufficient warm-up exercises                  | Female | 6 (40.0)    | 1 (25.0)     | 42 (38.5)       | 31 (31.3)   | 43 (68.9)    | 0.007* |
|   | Male   | 9 (60.0)    | 3 (75.0)     | 67 (61.5)       | 68 (68.7)   | 30 (41.1)    |        |
| Improper training methods                       | Female | 8 (53.39)   | 4 (36.4)     | 49 (43.0)       | 32 (31.1)   | 30 (52.6)    | 0.071  |
|   | Male   | 7 (46.7)    | 7 (63.6)     | 65 (57.0)       | 71 (68.9)   | 27 (47.4)    |        |

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|  |        |          |           |           |           |           |               |
|--|--------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------|
| Characteristics of the sport           | Female | 7 (35.0) | 5 (55.6)  | 55 (36.9) | 22 (30.6) | 34 (68.0) | <b>0.001*</b> |
|  | Male   | 13(65.0) | 4 (44.4)  | 94 (63.1) | 50 (69.4) | 16 (32.0) |               |
| Defects in tatami flooring             | Female | 7 (25.9) | 16 (50.0) | 38 (30.9) | 24 (38.7) | 38 (67.9) | <b>0.001*</b> |
|  | Male   | 20(74.1) | 16(50.0)  | 85 (69.1) | 38 (61.3) | 18 (32.1) |               |
| Inadequate use of protective equipment | Female | 2 (50.0) | 7 (26.9)  | 49 (57.6) | 22 (23.2) | 43 (47.8) | <b>0.001*</b> |
|  | Male   | 2 (50.0) | 19(73.1)  | 36 (42.4) | 73 (76.8) | 47 (52.2) |               |
| <b>Use of low-quality materials</b>    | Female | 4 (100)  | 8 (32.0)  | 38 (44.7) | 42 (40.8) | 31 (37.3) | 0.110         |
|  | Male   | 0 (0)    | 17(68.0)  | 47 (55.3) | 61 (59.2) | 52 (62.7) |               |
| <b>Carelessness</b>                    | Female | 1 (14.3) | 0 (0)     | 21 (46.7) | 60 (42.6) | 41 (38.3) | 0.373         |
|  | Male   | 6 (85.7) | 0 (0)     | 24 (53.3) | 81 (57.4) | 66 (61.7) |               |
| Deliberate actions by the opponent     | Female | 4 (57.1) | 0 (0)     | 12 (34.3) | 36 (40.4) | 71 (42.0) | 0.685         |
|  | Male   | 3 (42.9) | 0 (0)     | 23 (65.7) | 53 (59.6) | 98 (58.0) |               |

Table 7 presents an analysis of the views of female and male judo athletes regarding the causes of injuries, and examines the differences between genders. Upon review of the table, statistically significant differences were found between female and male athletes in relation to factors such as inadequate training facilities, insufficient warm-up, characteristics of the sport, tatami surface defects, and the use of insufficient protective equipment ( $p < 0.05$ ). Male athletes were found to be more affected by the use of insufficient protective equipment and surface defects, while these factors were generally less influential for female athletes.

**Table 8. Comparison of the Frequency of Injury Occurrence by Category**

|                                 | Age category | Never n (%) | Rarely n (%) | Sometimes n (%) | Often n (%) | Always n (%) | P             |
|---------------------------------|--------------|-------------|--------------|-----------------|-------------|--------------|---------------|
| During warm-up                  | Junior       | 84 (53.2)   | 43(74.1)     | 43 (62.3)       | 6 (50.0)    | 1 (33.3)     | <b>0.043*</b> |
|                                 | Cadet        | 19 (12.0)   | 3 (5.2)      | 2 (2.9)         | 0 (0)       | 0 (0)        |               |
|                                 | Senior       | 55 (34.8)   | 12(20.7)     | 24 (34.8)       | 6 (50.0)    | 2 (66.7)     |               |
| In competition training         | Junior       | 6 (35.3)    | 25(69.4)     | 91 (61.1)       | 45(60.0)    | 10 (43.5)    | <b>0.004*</b> |
|                                 | Cadet        | 6 (35.3)    | 1 (2.8)      | 10 (6.7)        | 5 (6.7)     | 2 (8.7)      |               |
|                                 | Senior       | 5 (29.4)    | 10(27.8)     | 48 (32.2)       | 25(33.3)    | 11 (47.8)    |               |
| In weight-conditioning training | Junior       | 11 (55.0)   | 11 (57.0)    | 100 (66.2)      | 36(49.3)    | 19 (51.4)    | <b>0.001*</b> |
|                                 | Cadet        | 7 (35.0)    | 3 (15.8)     | 11 (7.3)        | 2 (2.7)     | 1 (2.7)      |               |
|                                 | Senior       | 2 (10.0)    | 5 (26.3)     | 40 (26.5)       | 35(47.9)    | 17 (45.9)    |               |
| During competition              | Junior       | 6 (60.0)    | 0 (0)        | 44 (58.7)       | 91(69.5)    | 36 (43.4)    | <b>0.001*</b> |
|                                 | Cadet        | 3 (30.0)    | 1 (100)      | 7 (9.3)         | 7 (5.3)     | 6 (7.2)      |               |
|                                 | Senior       | 1 (10.0)    | 0 (0)        | 24 (32.0)       | 33(25.2)    | 41 (49.4)    |               |



In Table 8, the analysis of when athletes most frequently encounter injuries is presented, categorized by age groups. Upon examining the table, the analysis reveals that younger judoka experience injuries more frequently, especially during competitions and weight-conditioning training ( $p < 0.05$ ). Athletes in the U21 category experience injuries less frequently, while senior athletes are generally more prone to injuries during more intense training sessions (e.g., competitions and weight training). This finding emphasizes the importance of age-specific approaches in training planning and preventive measures.

**Table 9. Injury Incidence Rates Among Judokas Based on Age Categories**

|   | Age    | Never     | Rarely    | Sometimes | Often     | Always    | p      |
|---|--------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------|
| Open injuries                             | Junior | 90 (58.4) | 32 (61.5) | 38 (60.3) | 16 (53.3) | 1 (100)   | 0.590  |
|   | Cadet  | 17 (11.0) | 2 (3.8)   | 2 (3.2)   | 3 (10.0)  | 0 (0)     |        |
|   | Senior | 47 (30.5) | 18 (34.6) | 23 (36.5) | 11 (36.7) | 0 (0)     |        |
| Closed injuries                           | Junior | 5 (50.0)  | 25 (58.1) | 73 (62.4) | 53 (65.4) | 21 (42.9) | 0.017* |
|   | Cadet  | 3 (30.0)  | 3 (7.0)   | 11 (9.4)  | 5 (6.2)   | 2 (4.1)   |        |
|   | Senior | 2 (20.0)  | 15 (34.9) | 33 (28.2) | 23 (28.4) | 26 (53.1) |        |
| Nasal, facial, ocular, and oral injuries  | Junior | 14 (50.0) | 26 (61.9) | 71 (56.3) | 49 (63.6) | 17 (63.0) | 0.454  |
|   | Cadet  | 5 (17.9)  | 5 (11.9)  | 9 (7.1)   | 4 (5.2)   | 1 (3.7)   |        |
|   | Senior | 9 (32.1)  | 11 (26.2) | 46 (36.5) | 24 (31.2) | 9 (33.3)  |        |
| Head and neck injuries                    | Junior | 27 (55.1) | 23 (53.5) | 65 (60.7) | 51 (64.6) | 11 (50.0) | 0.001* |
|   | Cadet  | 12 (24.5) | 1 (2.3)   | 4 (3.7)   | 7 (8.9)   | 0(0)      |        |
|   | Senior | 10 (20.4) | 19 (44.2) | 38 (35.5) | 21 (26.6) | 11 (50.0) |        |
| Abdominal and chest injuries              | Junior | 31 (51.7) | 22 (50.0) | 65 (60.2) | 34 (61.8) | 25 (75.8) | 0.073  |
|   | Cadet  | 8 (13.3)  | 1 (2.3)   | 9 (8.3)   | 6 (10.9)  | 0(0)      |        |
|   | Senior | 21 (35.0) | 21 (47.7) | 34 (31.5) | 15 (27.3) | 8 (24.2)  |        |
| Muscle injuries                           | Junior | 4 (44.4)  | 2 (100)   | 78 (73.6) | 62 (57.9) | 31 (40.8) | 0.001* |
|   | Cadet  | 5 (55.6)  | 0 (0)     | 5 (4.7)   | 10 (9.3)  | 4 (5.3)   |        |
|   | Senior | 0 (0)     | 0 (0)     | 23 (21.7) | 35 (32.7) | 41 (53.9) |        |
| Tendon injuries                           | Junior | 30 (78.9) | 15 (71.4) | 64 (57.1) | 38 (58.5) | 30 (46.9) | 0.004* |
|   | Cadet  | 4 (10.5)  | 3 (14.3)  | 11 (9.8)  | 4 (6.2)   | 2 (3.1)   |        |
|   | Senior | 4 (10.5)  | 3 (14.3)  | 37 (33.0) | 23 (35.4) | 32 (50.0) |        |
| Bone and joint fractures and dislocations | Junior | 12 (54.5) | 10 (83.3) | 69 (66.3) | 69 (59.5) | 17 (37.0) | 0.001* |
|   | Cadet  | 9 (40.9)  | 1 (8.3)   | 6 (5.8)   | 7 (27.9)  | 1 (2.2)   |        |
|   | Senior | 1 (4.5)   | 1 (8.3)   | 29 (27.9) | 40 (34.5) | 28 (60.9) |        |
|   | Junior | 31 (64.6) | 14 (56.0) | 70 (56.5) | 38 (64.4) | 24 (54.5) |        |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|                                |        |          |           |           |           |           |        |
|--------------------------------|--------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|--------|
| Ligament and meniscus injuries | Cadet  | 8 (16.7) | 1 (4.0)   | 7 (5.6)   | 6 (10.2)  | 2 (4.5)   | 0.086  |
|                                | Senior | 9 (18.8) | 10 (40.0) | 47 (37.9) | 15 (25.4) | 18 (40.9) |        |
| Sprains                        | Junior | 5 (83.3) | 1 (33.3)  | 35 (68.6) | 79 (60.8) | 57 (51.8) | 0.001* |
|                                | Cadet  | 1 (16.7) | 1 (33.3)  | 9 (17.6)  | 9 (6.9)   | 4 (3.6)   |        |
|                                | Senior | 0 (0)    | 1 (33.3)  | 7 (13.7)  | 42 (32.3) | 49 (44.5) |        |

In Table 9, the injury incidence rates among athletes in different age categories are examined and compared. Statistically significant differences were found between age categories in terms of injury types ( $p < 0.05$ ). Young athletes were found to experience more frequent injuries such as muscle injuries, sprains, and closed wounds, while senior athletes commonly faced tendon and bone injuries. U23 athletes reported lower injury frequencies overall. Our findings highlight the need for developing age-specific preventive strategies.

**Table 10. Comparison of Factors Influencing Injuries Among Judoka by Age Category**

|   | Age    | Never     | Rarely   | Sometimes | Often     | Always    | p      |
|---|--------|-----------|----------|-----------|-----------|-----------|--------|
| Previous injuries and inadequate rehabilitation | Junior | 6 (42.9)  | 1 (100)  | 78 (71.6) | 75 (57.5) | 17 (37.0) | 0.001* |
|   | Cadet  | 6 (42.9)  | 0 (0)    | 5 (4.6)   | 13 (10.0) | 0 (0)     |        |
|   | Senior | 2 (14.3)  | 0 (0)    | 26 (23.9) | 42 (32.3) | 29 (63.0) |        |
| Inadequate training facilities                  | Junior | 11 (47.8) | 17       | 68 (60.7) | 51 (63.0) | 30 (50.0) | 0.001* |
|   | Cadet  | 9 (39.1)  | 1 (4.2)  | 5 (4.5)   | 7 (8.6)   | 2 (3.3)   |        |
|   | Senior | 3 (13.3)  | 6 (25.0) | 39 (34.8) | 23 (28.4) | 28 (46.7) |        |
| Lack of concentration                           | Junior | 4 (57.1)  | 2 (66.7) | 54 (74.0) | 91 (62.8) | 26 (36.1) | 0.001* |
|   | Cadet  | 2 (28.6)  | 1 (33.1) | 6 (8.2)   | 7 (4.8)   | 8 (11.1)  |        |
|   | Senior | 1 (14.3)  | 0 (0)    | 13 (17.8) | 47 (32.4) | 38 (52.8) |        |
| Motivation issues                               | Junior | 7 (70.0)  | 2 (100)  | 31 (62.0) | 85 (69.1) | 52 (45.2) | 0.001* |
|   | Cadet  | 3 (30.0)  | 0 (0)    | 3 (6.0)   | 9 (7.3)   | 9 (7.8)   |        |
|   | Senior | 0 (0)     | 0 (0)    | 16 (32.0) | 29 (23.6) | 54 (47.0) |        |
| Incorrect technique                             | Junior | 6 (66.7)  | 1 (33.3) | 53 (60.2) | 76 (64.4) | 41 (50.0) | 0.001* |
|   | Cadet  | 2 (22.2)  | 2 (66.7) | 9 (10.2)  | 6 (5.1)   | 5 (6.5)   |        |
|   | Senior | 1 (11.1)  | 0 (0)    | 26 (29.5) | 36 (30.5) | 36 (43.9) |        |
| Insufficient warm-up exercises                  | Junior | 4 (26.7)  | 1 (25.0) | 62 (56.9) | 61 (61.6) | 49 (67.1) | 0.001* |
|   | Cadet  | 9 (60.0)  | 1 (25.0) | 4 (3.7)   | 6 (6.1)   | 4 (5.5)   |        |
|   | Senior | 2 (13.3)  | 2 (50.0) | 43 (39.4) | 32 (32.3) | 20 (27.4) |        |
| Improper training methods                       | Junior | 6 (40.0)  | 6 (54.5) | 69 (60.5) | 64 (62.1) | 32 (56.1) | 0.001* |
|   | Cadet  | 7 (46.7)  | 3 (27.3) | 8 (7.0)   | 2 (1.9)   | 4 (7.0)   |        |
|   | Senior | 2 (13.3)  | 2 (18.2) | 37 (32.5) | 37 (35.9) | 21 (36.8) |        |
|   | Junior | 8 (40.0)  | 8 (88.9) | 92 (61.7) | 43 (59.7) | 26 (52.0) | 0.002* |
|   | Cadet  | 6 (30.0)  | 0 (0)    | 5 (3.4)   | 6 (8.3)   | 7 (14.0)  |        |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|  |        |          |          |           |           |            |               |
|--|--------|----------|----------|-----------|-----------|------------|---------------|
| Characteristics of the                 | Senior | 6 (30.0) | 1 (11.1) | 52 (34.9) | 23 (31.9) | 17 (34.0)  |               |
| Defects in tatami flooring             | Junior | 14(51.9) | 18(56.3) | 68 (55.3) | 41 (66.1) | 36 (64.3)  | <b>0.020*</b> |
|  | Cadet  | 7 (25.9) | 2 (6.3)  | 6 (4.9)   | 4 (66.5)  | 5 (8.9)    |               |
|  | Senior | 6 (22.2) | 12(37.5) | 49 (39.8) | 17 (27.4) | 15 (26.8)  |               |
| Inadequate use of protective equipment | Junior | 4 (100)  | 15(57.7) | 47 (55.3) | 60 (63.2) | 51 (56.7)  | 0.348         |
|  | Cadet  | 0 (0)    | 4 (15.4) | 9 (10.6)  | 7 (7.4)   | 4 (4.4)    |               |
|  | Senior | 0 (0)    | 7 (26.9) | 29 (34.1) | 28 (29.5) | 35 (38.9)  |               |
| Use of low-quality materials           | Junior | 0 (0)    | 17(68.0) | 53 (62.4) | 50 (48.5) | 57 (68.7)  | <b>0.014*</b> |
|  | Cadet  | 0 (0)    | 2 (8.0)  | 9 (10.6)  | 9 (8.7)   | 4 (4.8)    |               |
|  | Senior | 4 (100)  | 6 (24.0) | 23 (27.1) | 44 (42.7) | 22 (26.5)  |               |
| Carelessness                           | Junior | 4 (57.1) | 0 (0)    | 26 (57.8) | 94 (66.7) | 53 (49.5)  | <b>0.045*</b> |
|  | Cadet  | 2 (28.6) | 0 (0)    | 4 (8.9)   | 10 (7.1)  | 8 (7.5)    |               |
|  | Senior | 1 (14.3) | 0 (0)    | 15 (33.3) | 37 (26.2) | 46 (43.0)  |               |
| Deliberate actions by the opponent     | Junior | 1 (14.3) | 0 (0)    | 22 (62.9) | 52 (58.4) | 102 (60.4) | <b>0.001*</b> |
|  | Cadet  | 5 (71.4) | 0 (0)    | 4 (11.4)  | 7 (7.9)   | 8 (4.7)    |               |
|  | Senior | 1 (14.3) | 0 (0)    | 9 (25.7)  | 30 (33.7) | 59 (34.9)  |               |

**Table 10** presents a comparison of the responses to the question "What is the effect of the situation on the injuries experienced?" based on **age categories**. According to the responses, statistically significant differences were observed in most of the injury situations ( $p < 0.05$ ). However, no statistically significant difference was found in the effect of other injury situations based on age categories ( $p > 0.05$ ).

### DISCUSSION AND CONCLUSION

In this study, injuries, injury locations, and potential causes of injuries in athletes participating in judo across Turkey were examined. According to the findings, the most frequent injuries occurred during competition and competition training sessions. The most common types of injuries included sprains, muscle injuries, and bone/joint trauma. The primary causes of injuries were identified as intentional actions by opponents, lack of motivation, carelessness, previous injuries, and insufficient protective equipment. Additionally, it was found that female athletes experienced injuries more frequently than male athletes, who, in contrast, sustained injuries less often. Younger athletes were particularly prone to injuries during competition and weight training, while tendon and bone injuries were more commonly observed in older athletes. These findings emphasize the importance of developing targeted strategies based on age and gender characteristics.

In studies on other combat sports in the literature, it has been found that taekwondo athletes are most prone to injuries during warm-up, while the injury rates are lower during conditioning training (Koç, 2019). However, in our study, the highest injury rates among judo athletes were observed during competition and competition training. This difference may stem from the

unique dynamics of combat sports and their training processes. Kauzlaric's (2007) study reported that combat sports caused injuries to the feet at a lower frequency, with a rate of 3% or less. Fong et al. (2007), in a study involving 70 athletes from 38 countries, stated that ankle sprains were the most common type of injury. The findings in the literature align with our study's results. Özşahin (2002) emphasized the importance of regular health checks to prevent sports injuries. The results of our study highlight the need for the development of age- and gender-specific strategies to prevent injuries, as well as the importance of organizing training programs in a way that reduces the risk of injury.

In the study conducted by Pocecco et al. (2013) up until June 2013, it was reported that the most common types of injuries in judo were sprains and contusions in the knees, shoulders, and fingers, with the primary cause of these injuries being the opponent's throwing techniques. In a study by Yılmaz and Badak (2024), it was found that judo athletes were most commonly injured in the feet and ankles during training, while the knee area was the most frequently injured during competitions. The findings of our study, which also identified the knee and foot-ankle regions as the most commonly injured areas, align with these results. In his study, Şeker (2016) investigated injury locations and types in different team sports, and stated that most injuries occurred during competitions. Hägglund (2007) also indicated that 46% of injuries occurred during competitions, while 54% occurred during training. In the study by Alp and Özdiñç (2020), it was noted that most korfbal players were injured during training. Similarly, Kocaman et al. (2018) found that the majority of archers experienced injuries during training. These findings from the literature are consistent with the results of our study.

In conclusion, this study aims to contribute to the implementation of measures that protect athlete health in the field of judo and the development of practices that enhance athletic performance. Furthermore, it underscores the necessity of establishing specialized health assessments and developing preventive strategies for injuries specifically targeted at judoka.

## REFERENCES

- Alp, M., & Özdiñç, M. (2020). Sports Injuries Seen in Korfbal Players: Assessment of Injuries' Areas and Types. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 22(3), 500-504.
- Çakıroğlu, T., & Sökmen, T. (2012). 12 haftalık judo teknik antrenman ve oyunlarının 8–10 yaş grubu erkek çocuklarda reaksiyon zamanı üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 71-74.
- Erkal, M. (1982). *Sosyolojik Açıdan Spor*, Ankara.
- Fong, D. T., Hong, Y., Chan, L. K., Yung, P. S., & Chan, K. M. (2007). A systematic review on ankle injury and ankle sprain in sports. *Sports Med*, 37(1), 73-94.
- Green, C. M., Petrou, M. J., Fogarty-Hover, M. L., Koop, M., Wolf, M., Miarca, B., et al. (2013). Injuries in Judo. *Br J Sports Med*, 47(18), 1139-1143.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Gutierrez García, C., Perez Gutierrez, M., & Svinth, J. (2010). Judo. In: Green, T., & Svinth, J. (Eds.), *Martial arts of the world. An encyclopedia of history and innovation*. California: ABC-CLIO, Santa Barbara, 1, 27-32.
- Hägglund, M. (2007). *Epidemiology and Prevention of Football Injuries* (Doctoral Dissertation), Linköping University, 35-45.
- Kalyon, T.A. (1994). *Spor hekimliği, sporcu sağlığı ve spor sakatlıkları*, Ankara, 177.
- Kılıç, B., Yücel, A. S., Gümüldağ, H., Kartal, A., & Korkmaz, M. (2014). Spor yaralanmaları üst ekstremitte yaralanmaları kapsamında omuz yaralanmaları ve tedavi yöntemleri. *SSTB*, 12(4), 1-26.
- Koç, F. G. (2019). *Taekwondo Branşında Görülen Sakatlıklar ve Sakatlık Bölgelerinin Belirlenmesi*, Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale.
- Kocaman, G., Atay, E., Alp, M., & Suna, G. (2018). Okçularda spor yaralanmaları bölgelerinin ve türlerinin değerlendirilmesi. *Spor Hekimliği Dergisi*, 53(1), 001-008.
- Kauzlaric, N. (2007). The use of foot orthoses in school children with foot problems due to sports and other physical activities. *Acta Med Croatica*, 61(1), 15-17.
- Pocecco, E., Ruedl, G., Stankovic, N., Sterkowicz, S., Del Vecchio, F. B., & Gutiérrez-García, C., et al. (2013). Injuries in Judo: A systematic literature review including suggestions for prevention. *Br J Sports Med*, 47(18), 1139-1143.
- Pierantozzi, E., & Muroli, R. (2009). Judo high level competitions injuries. *Medit J Musc Surv*, 17, 26-29.
- Şeker, T. (2016). 15-17 Yaş Grubu Okul Takım Sporlarında Faaliyet Gösteren Erkek Öğrencilerde Görülen Spor Yaralanmaları ve Bu Yaralanmaların Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi (Kütahya örneği). *Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı, Doktora Tezi, Konya*.
- Takagaki, S., & Sharp, E.H. (1969). *Die Technik Des Judo*. Germany.
- Tegner, B. (1974). *Complete Book of Judo*. London.
- Türker, T., Necmettin, K., Hakan, İ., Ali Osman, Y., Tayfun, K., Cengizhan, A., & Selim, K. (2011). Tıp fakültesi öğrencilerinin spor yapma alışkanlıkları ve spor yaralanmalarının değerlendirilmesi. *Gülhane Tıp Dergisi*, 53, 94-98.
- Yılmaz, E., & Badak, H. İ. (2024). Ege Bölgesindeki Elit Erkek Judo Sporcularının Spor Sakatlıkları ve Yaralanma Türlerinin İncelenmesi. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 15(1), 38-44.
- Özşahin, A. (2002). Spor Yaralanmalarında Acil Yardım Organizasyonu. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongre Kitabı, Antalya.



## ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ İLE SPORA ÖZGÜ BAŞARI MOTİVASYONLARININ İNCELENMESİ

Kübra ÖZSANDIKÇI<sup>1</sup>

Mustafa BAŞ<sup>1</sup>

kubraozsandikci@trabzon.edu.tr

mustafaabat@trabzon.edu.tr

<sup>1</sup>Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Trabzon

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı; 2023-2024 öğretim döneminde Spor Bilimleri Fakültelerinde okuyan öğrencilerin Kişilik Özellikleri ile Spora Özgü Başarı Motivasyonlarını incelemektir.

Araştırmanın evrenini “Trabzon Üniversitesi” ve “Atatürk Üniversitesi” Spor Bilimleri Fakültelerinde okuyan öğrenciler; örneklemini ise çalışmaya gönüllü olarak katılmak isteyen ve tesadüfi yöntemle belirlenen öğrenciler oluşturmaktadır.

Araştırma, nicel araştırma yaklaşımlarından olan tarama modellerinden ilişkisel tarama modeline dayalı olarak hazırlanmıştır. Verilerin toplanması için, “Kişisel Bilgi Formu”, “Gosling, Rentfrow ve Swann” (2003) tarafından geliştirilen ve “Atak” (2013) tarafından Türk kültürüne uyarlanan “Kişilik Ölçeği” ile “Willis” (1982) tarafından geliştirilen Türkiye’deki geçerlilik ve güvenilirlik çalışması “Tiryaki ve Gödelek” tarafından yapılan (1997) “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği” ’nden yararlanılmıştır. Ölçeklerle elde edilen veriler istatistiksel analiz için SPSS 26.00 (Statistical Package for Social Sciences, Chicago, Illinois, United States) paket programı kullanılmıştır. İstatistiksel analiz olarak verilerin normal dağılım göstermesinden ötürü; ikili gruplar için t-testi, ikiden daha fazla olan gruplar için ise tek yönlü varyans analiz testi (ANOVA); ayrıca ölçekler arasındaki ilişkiyi belirlemek için pearson korelasyon testleri uygulanmıştır. İstatistikî anlamlılık düzeyi ise  $P < 0.05$  alınmıştır.

Sonuç olarak; cinsiyet değişkeni bakımından katılımcıların toplam puanlarına göre kişilik özellikleri açısından anlamlı bir fark gözlemlenirken; diğer bağımsız değişkenler ile kişilik ve spora özgü başarı motivasyonu bakımından anlamlı bir sonuca varılamamıştır. Kişilik ve spora özgü başarı motivasyonu değişkeni ve ölçeklerin alt boyutları arasında pozitif yönde fakat düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir.

**Anahtar:** Sözcükler: Kişilik, Spor, Motivasyon



## EXAMINING THE PERSONALITY TRAITS AND SPORT-SPECIFIC ACHIEVEMENT MOTIVATION OF UNIVERSITY STUDENTS

Kübra ÖZSANDIKÇI<sup>1</sup>

Mustafa BAŞ<sup>1</sup>

kubraozsandikci@trabzon.edu.tr

mustafaabat@trabzon.edu.tr

<sup>1</sup>Trabzon University Faculty of Sports Sciences/Trabzon

### ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the Personality Traits and Sports-Specific Success Motivation of students studying at the Faculty of Sports Sciences in the 2023-2024 academic year.

The universe of the research consists of students studying at the Faculty of Sports Sciences of “Trabzon University” and “Atatürk University”; the sample consists of students who volunteered to participate in the study and were determined by random method.

The research was prepared based on the relational screening model, which is one of the quantitative research approaches. To collect the data, “Personal Information Form”, “Personality Scale” developed by “Gosling, Rentfrow and Swann” (2003) and adapted to Turkish culture by “Atak” (2013) and “Sports Specific Achievement Motivation Scale” developed by “Willis” (1982) and whose validity and reliability study in Turkey was conducted by “Tiryaki and Gödelek” (1997) were used. SPSS 26.00 (Statistical Package for Social Sciences, Chicago, Illinois, United States) package program was used for statistical analysis of the data obtained with the scales. Since the data showed normal distribution for statistical analysis; t-test for paired groups, one-way analysis of variance test (ANOVA) for groups of more than two; and Pearson correlation tests were applied to determine the relationship between the scales. The statistical significance level was taken as  $P < 0.05$ .

As a result; while a significant difference was observed in terms of personality traits according to the total scores of the participants in terms of the gender variable; no significant result was reached in terms of other independent variables and personality and sports-specific success motivation. A positive but low-level relationship was found between the personality and sports-specific success motivation variable and the sub-dimensions of the scales.

**Keywords:** Personality, Sports, Motivation

### GİRİŞ

Bireyin toplum içinde, insanlarla iyi ilişkiler kurabilmesi onun beden, ruhen ve zihin yönüyle sıhhatli olmasına bağlıdır. Spor, bireylere ve topluma saygı kurallarını benimseten, toplumsal birlikteliğe ve sulha inanmış kişilerin yetişmesini sağlayan bir olgudur (Güven, 1999).

Spor etkinliklerinin eğitim-öğretimde kullanılması, büyüme çağındaki öğrencilerin bedensel ve zihinsel gelişimleri açısından önemlidir. Sporun, bireyleri alışlagelmiş yaşantısından ayrı ortamlarda ve farklı bireylerle birlikte aynı çevreyi paylaşmak, onlarla iletişimi geliştirmek amacına hizmet ettiği kabul edilmektedir (Aydın, Çelik & Baş, 2017). Aynı zamanda spor, bireylerin ruh ve beden sağlıklarını açısından kendilerini güvenceye almalarını sağlayan bir olgudur. Sporun bireylerin birçok gelişiminde etkili olduğunu öne süren birçok çalışma bulunmaktadır. Sporun psikolojik yönden kişisel gelişimi

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

olumlu etkilediği anlaşılmaktadır (Kulaksızoğlu, 2000). Bireye ait farklı duygu durum ve davranış şekilleri kişilik olarak tanımlanır (Funk, Sachs, Sato, & Jordan, 2018). Mount vd. (2005) kişiliği; bireylerin zamanla yerleşen duygusal, davranışsal ve bilişsel yapılarının, psikolojilerinin, kısacası kimliklerinin göstergesidir, şeklinde belirtmişlerdir. Hills ve Argyle (1998) de yaptıkları çalışmada; serbest zaman etkinliklerinin kişide oluşturduğu olumlu duygu hâllerini ve bunların kişiliğine etkisini incelemişler ve bu türden serbest zaman etkinliklerinin kişide olumlu duygular oluşturduğunu belirtmişlerdir. Bunun yanı sıra pek çok araştırmacının, spor ve onun bireyin kişiliği üzerinde pozitif etkisi olduğunu belirttikleri bilinmektedir (Pehlivan & Ada, 2011).

Sporda başarıyı getirecek olan psikolojik faktörler arasında önem arz eden bir diğer faktör olan motivasyon ise, insanları bir gaye etrafında toplanmaya sevk eden, iç veya dış bazı etkenler vasıtasıyla meydana gelen durumdur (Genç, 2012). Motivasyon, insanların hâl ve hareketlerine yansiyabilir. Ancak her motivasyon etmeninin her insanda aynı etkiyi göstermediği gözlenebilmektedir. Bu bağlamda, motivasyon tüm boyutlarıyla kişisel bir kavramdır (Kantar, 2013). Bu kavram, sporcular için büyük bir öneme sahiptir, aslında motivasyon spor ve spor psikolojisinden doğmuştur, denilebilir (Terzioğlu, 1992). Motivasyon, sporcunun başarılı olmasına katkı sağlayan faktörler arasında yer almaktadır. Bir sporcunun motivasyonu ile başarısı arasında sıkı bir ilişki vardır. “Başarı Güdülenmesi” kuramına göre; kişi başarısızlık yaşamamak, başarıya çok yakın olmak veya başarmak, güç gösterisinde bulunmak ve başarısızlıktan kaçınmak güdüsüyle motivasyonunu sağlayabilmektedir. Sporcu başarı güdüsüyle içsel motivasyonunu artırabilmektedir. Bu durum da sporcunun kendini yetkin ve güçlü hissetmesi, kendine güveniyle alakalıdır. Bu niteliklere sahip kişiliklerin, tam zıddı yöndeki kişilere göre sosyal ortamlara katılımı daha fazladır (Cox, 1990).

## YÖNTEM

Akademik araştırmalarda model; amaç, hedef, hipotez ve problem durumları faktörlerine yönelik çözümleri belirlemek için kullanılır ve araştırma sürecinde gerçekleştirilecek adımların tanımlanmasıyla sağlanır (McMillan & Schumacher, 2006). Araştırmanın amacı ve problem durumları göz önüne alındığında çalışma kapsamında ilişkisel tarama modelinin en uygun model olduğu düşünülmüştür. İlişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek, değişimin varlığını saptamak ve değişkenler arasındaki değişimin derecesini belirlemek amacıyla kullanılan bir araştırma modelidir (Karasar, 2016). Araştırma kapsamında, üniversitelerin spor bilimleri fakültelerinde öğrenim görmekte olan öğrencilerinin sahip oldukları bazı özelliklerinin kişilik özellikleri ile spora özgü başarı motivasyonları üzerindeki etkisini incelenmesinin amaçlanması ilişkisel tarama modelinin bu araştırma için en uygun yöntem olarak tercih edilmesini sağlamıştır. Araştırmada verilerin toplanması için “Kişisel Bilgi Formu”, “On Maddeli Kişilik Ölçeği” ile “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği”nden verilerin toplanması amacı ile yararlanılmıştır.

Kişilik özelliklerini belirlemek adına Gosling, Rentfrow ve Swann (2003) tarafından geliştirilen ve Atak (2013) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılan, 5 alt boyutu olan “OMKÖ” “On Maddelik Kişilik Ölçeği” kullanılmıştır. Spora özgü başarı motivasyonunu belirlemek için ise Willis (1982) in geliştirdiği, Türkçeye uyarlayan ve güvenilirlik çalışmasını Tiryaki ve Gödelek in yaptığı (1997) üç alt boyuttan oluşan “Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeği” araştırmada veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Verilerin analizinde normallik testi sonucunda veriler normal dağılım gösterdiği belirlenmiş olup ikili gruplar için t-testi ikiden büyük olan gruplar için ise tekyönlü varyans analizi (ANOVA) testlerinden ve iki ölçek arasındaki ilişkiyi belirlemek için ise pearson korelasyon testi uygulanmıştır.



## BULGULAR

Tablo 1. Cinsiyetin Kişilik ve Spora Özgü Başarı Motivasyonuna Etkisi

| Değişken    | Boyut                         | Demografik  | N     | $\bar{x}$ | ss    | t Testi |     |      | $\eta^2$ |   |
|-------------|-------------------------------|-------------|-------|-----------|-------|---------|-----|------|----------|---|
|             |                               |             |       |           |       | t       | SD  | p    |          |   |
| Kişilik     | K_D_Top                       | Kadın       | 145   | 8,79      | 1,95  | 2,77    | 575 | ,006 | ,013     |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 8,27      | 2,25  |         |     |      |          |   |
|             | K_DD_Top                      | Kadın       | 145   | 8,86      | 2,42  | 1,46    | 575 | ,144 | -        |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 8,56      | 2,40  |         |     |      |          |   |
|             | K_DA_Top                      | Kadın       | 145   | 7,83      | 2,33  | -       | 575 | ,197 | -        |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 8,10      | 2,35  |         |     |      |          |   |
|             | K_S_Top                       | Kadın       | 145   | 8,86      | 2,27  | 2,18    | 575 | ,029 | ,008     |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 8,44      | 2,17  |         |     |      |          |   |
|             | K_Y_Top                       | Kadın       | 145   | 8,89      | 2,42  | ,34     | 575 | ,728 | -        |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 8,82      | 2,33  |         |     |      |          |   |
|             | K_Top                         | Kadın       | 145   | 43,25     | 6,48  | 1,68    | 575 | ,093 | -        |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 42,19     | 7,58  |         |     |      |          |   |
|             | Spora Özgü Başarı Motivasyonu | SOM_GGG_Top | Kadın | 145       | 40,82 | 5,71    | -   | 575  | ,085     | - |
|             |                               |             | Erkek | 232       | 41,71 | 5,99    |     |      |          |   |
| SOM_BYG_Top |                               | Kadın       | 145   | 60,59     | 8,66  | ,46     | 575 | ,639 | -        |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 60,23     | 8,96  |         |     |      |          |   |
| SOM_BKG_Top |                               | Kadın       | 145   | 36,10     | 6,60  | ,05     | 575 | ,958 | -        |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 36,07     | 6,76  |         |     |      |          |   |
| SOM_Top     |                               | Kadın       | 145   | 137,52    | 17,33 | -,31    | 575 | ,753 | -        |   |
|             |                               | Erkek       | 232   | 138,01    | 18,38 |         |     |      |          |   |

Tablo 1 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin cinsiyet değişkeninin; “*Kişilik*” değişkeni ve alt boyutlarında; “duygusal dengelik” alt boyutu ( $t=1,46$ ,  $p>,05$ ), “deneyimlere açıklık” alt boyutu ( $t=-1,29$ ,  $p>,05$ ), “yumuşak başlılık” alt boyutu ( $t=,34$ ,  $p>,05$ ) ve “kişilik” değişkeninde ( $t=1,68$ ,  $p>,05$ ) anlamlı farklılık oluşturmadığı görülmektedir. “*dışadönüklük*” alt boyutunda ( $t=2,77$ ,  $p<,05$ ) ve “*sorumluluk*” alt boyutunda ( $t=2,18$ ,  $p<,05$ ) anlamlı farklılık oluşturduğu ve ilgili farklılık kadınlar yönünde olduğu görülmektedir. *Kadınlar* yönünde görülen bu farklılığın etki büyüklüğünü değerlendirme adına yürütülen eta-kare ( $\eta^2$ ) değer hesaplamasında ise “*dışadönüklük*” için değer ,013 olması sebebiyle orta düzeyde; “*sorumluluk*” için ise değer ,008 olması sebebiyle orta düzeyde etki sağladığı tespit edilmiştir.

“*Spora Özgü Başarı Motivasyonu*” değişkeni ve alt boyutlarında; “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda ( $t=-1,72$ ,  $p>,05$ ), “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda ( $t=,46$ ,  $p>,05$ ), “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda ( $t=,05$ ,  $p>,05$ ) ve “spora özgü başarı motivasyonu” değişkeninde ( $t=-,31$ ,  $p>,05$ ) anlamlı farklılık oluşturmadığı görülmektedir.



Tablo 2. Bölümün Kişilik ve Spora Özgü Başarı Motivasyonuna Etkisi

| Değişken                            | Boyut       | Demografik  | N    | $\bar{x}$ | ss   | ANOVA |       | Fark        |
|-------------------------------------|-------------|-------------|------|-----------|------|-------|-------|-------------|
|                                     |             |             |      |           |      | F     | p     |             |
| Kişilik                             | K_D_Top     | Beden E.    | 153  | 8,57      | 2,20 | 1,92  | ,124  | Fark<br>Yok |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 8,42      | 1,81 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 8,27      | 2,27 |       |       |             |
|                                     | K_DD_Top    | Beden E.    | 153  | 8,57      | 2,48 | 3,22  | ,022  | A>B,S       |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 8,67      | 2,40 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 8,69      | 2,28 |       |       |             |
|                                     | K_DA_Top    | Beden E.    | 153  | 7,93      | 2,37 | 3,47  | ,016  | A>S         |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 8,40      | 2,29 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 7,79      | 2,29 |       |       |             |
|                                     | K_S_Top     | Beden E.    | 153  | 8,47      | 2,18 | 2,03  | ,108  | Fark<br>Yok |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 8,81      | 2,17 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 8,54      | 2,24 |       |       |             |
|                                     | K_Y_Top     | Beden E.    | 153  | 8,76      | 2,31 | ,946  | ,418  | Fark<br>Yok |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 8,69      | 2,30 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 9,00      | 2,43 |       |       |             |
| K_Top                               | Beden E.    | 153         | 42,3 | 7,22      | 4,01 | ,008  | A>B,S |             |
|                                     | Antrenörlük | 89          | 43,0 | 7,01      |      |       |       |             |
|                                     | Spor Yön.   | 135         | 42,3 | 7,22      |      |       |       |             |
| Spora Özgü<br>Başarı<br>Motivasyonu | SOM_GGG_Top | Beden E.    | 153  | 41,6      | 5,73 | 1,29  | ,275  | Fark<br>Yok |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 40,6      | 6,36 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 41,6      | 5,77 |       |       |             |
|                                     | SOM_BYG_Top | Beden E.    | 153  | 60,4      | 8,77 | ,998  | ,393  | Fark<br>Yok |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 59,2      | 9,05 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 60,9      | 8,71 |       |       |             |
|                                     | SOM_BKG_Top | Beden E.    | 153  | 36,1      | 6,96 | ,770  | ,511  | Fark<br>Yok |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 36,6      | 6,20 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 35,5      | 6,58 |       |       |             |
|                                     | SOM_Top     | Beden E.    | 153  | 138,2     | 17,7 | ,322  | ,810  | Fark<br>Yok |
|                                     |             | Antrenörlük | 89   | 136,5     | 19,0 |       |       |             |
|                                     |             | Spor Yön.   | 135  | 138,1     | 17,4 |       |       |             |

Tablo 2 incelendiğinde, üniversite öğrencilerinin bölüm değişkeninin; “Kişilik” değişkeni ve alt boyutlarında; “dışadönüklük” boyutu ( $F=1,92$ ,  $p>.05$ ), “sorumluluk” alt boyutu ( $F=2,03$ ,  $p>.05$ ) ve “yumuşak başlılık” alt boyutu ( $F=,946$ ,  $p>.05$ ) anlamlı farklılık oluşturmadığı görülmektedir. “duygusal dengelilik” boyutunda ( $F=3,22$ ,  $p>.05$ ) anlamlı farklılık olduğu anlamlı farklılığın yönü için değerlendirilen “post-hoc” testi sonuçlarına göre antrenörlük bölümü öğrencileri ile beden eğitimi öğretmenliği ve spor yönetimi bölümlerinde öğrenim gören öğrenciler arasında antrenörlük bölümünde öğrenim gören öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir. “deneyimlere açıklık” alt boyutunda ( $F=3,47$ ,  $p>.05$ ) anlamlı farklılık olduğu anlamlı farklılığın yönü için değerlendirilen “post-hoc” testi sonuçlarına göre antrenörlük bölümü öğrencileri ile spor yöneticiliğinde öğrenim gören öğrenciler arasında antrenörlük bölümü öğrencilerinin lehine olduğu tespit edilmiştir. “kişilik” değişkeninde ( $F=4,01$ ,  $p>.05$ ) anlamlı farklılık olduğu anlamlı farklılığın yönü için değerlendirilen “post-hoc” testi sonuçlarına göre antrenörlük bölüm öğrencileri ile beden eğitimi öğretmenliği ve spor öğretmenliği bölümü öğrencileri arasında antrenörlük bölümünde öğrenim gören öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir.

“Spora Özgü Başarı Motivasyonu” değişkeni ve alt boyutlarında; “güç gösterme güdüsü” alt boyutunda ( $F=1,29$ ,  $p>.05$ ), “başarıya yaklaşma güdüsü” alt boyutunda ( $F=,998$ ,  $p>.05$ ), “başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutunda ( $F=,770$ ,  $p>.05$ ) ve “spora özgü başarı motivasyonu” değişkeninde ( $F=,322$ ,  $p>.05$ ) anlamlı farklılık oluşturmadığı görülmektedir.

Tablo 3. Kişilik ve Spora Özgü Başarı Motivasyonu Arası İlişki

|           | K_D_Top |  | K_DD_Top | K_DA_Top | K_S_Top | K_Y_Top | K_Top | SOM_GGG_Top | SOM_BYG_Top | SOM_BKG_Top | SOM_Top |
|-----------|---------|--|----------|----------|---------|---------|-------|-------------|-------------|-------------|---------|
| K_D_Top   | 1       |  | ,330     | ,195     | ,302    | ,240    | ,645  | ,139        | ,156        | ,050        | ,141    |
| K_DD_Top  |         |  | 1        | ,265     | ,260    | ,122    | ,639  | ,165        | ,215        | ,211        | ,238    |
| K_DA_Top  |         |  |          | 1        | ,288    | ,222    | ,633  | ,104        | ,073        | ,116        | ,113    |
| K_S_Top   |         |  |          |          | 1       | ,213    | ,647  | ,078        | ,089        | ,120        | ,114    |
| K_Y_Top   |         |  |          |          |         | 1       | ,578  | ,138        | ,154        | ,099        | ,158    |
| K_Top     |         |  |          |          |         |         | 1     | ,200        | ,220        | ,192        | ,245    |
| SOM_GGG_T |         |  |          |          |         |         |       | 1           | ,644        | ,486        | ,825    |
| SOM_BYG_T |         |  |          |          |         |         |       |             | 1           | ,507        | ,892    |
| SOM_BKG_T |         |  |          |          |         |         |       |             |             | 1           | ,781    |
| SOM_Top   |         |  |          |          |         |         |       |             |             |             | 1       |

Tablo 3 incelendiğinde, “Kişilik” değişkeni K\_D\_Top alt boyutu ile spora özgü başarı motivasyonu değişkeni ve alt boyutları arasında pozitif yönlü düşük düzeyde; K\_DD\_Top alt boyutu ile spora özgü başarı motivasyonu değişkeni ve alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde; K\_DA\_Top alt boyutu ile spora özgü başarı motivasyonu değişkeni ve alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde; K\_S\_Top alt boyutu ile spora özgü başarı motivasyonu değişkeni ve alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde; K\_Y\_Top alt boyutu ile spora özgü başarı motivasyonu değişkeni ve alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde; K\_Top alt boyutu ile spora özgü başarı motivasyonu değişkeni ve alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir.

### TARTIŞMA

Katılımcıların, cinsiyet değişkenlerine göre yapılan değerlendirme sonucunda kişilik ölçeği toplam puanları ile alt boyutlarından duygusal dengelilik, deneyimlere açıklık, yumuşak başlılık alt boyutlarında ve kişilik değişkeninde anlamlı farklılık bulunmamıştır. Dışadönüklük ve sorumluluk boyutlarında ise anlamlı bir farklılık bulunmuş ve ilgili farklılığın kadınlar yönünde etki büyüklüğü açısından orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Yıldız, Bülbül ve Doğu (2021), çalışmasında ragbicilerin kişilik özellikleri ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamış; bulgularının sonuçlarında, ragbi sporcularının cinsiyet değişkenine göre kişilik alt boyutlarının hiçbirinde anlamlı farklılık bulunmamıştır. Özşaker (2024), çalışmasında spor yapan ve yapmayan kişilerin sosyal medya ve internet kullanımı ile sürekli kaygı düzeylerini kişilik özellikleriyle beraber incelemeyi amaçlamış; çalışmanın bulgularında, cinsiyet değişkenine göre kişilik alt boyutlarından deneyime açıklık alt boyutunda erkeklerin algılarının kadınlardan daha yüksek çıktığı sonucuna varmıştır. Kişilik alt boyutlarından

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

duygusal dengelik alt boyutunda ise kadınların algılarının erkeklerden daha yüksek çıktığı sonucuna varmıştır. Deneyime açıklık ve duygusal dengelik kişilik alt boyutları hariç geri kalan alt boyutlarında ise cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Uysal (2022), çalışmasında Spor Bilimleri Fakültesindeki öğrencilerinin kişilik özellikleri ile sportmenlik anlayışlarını incelemeyi amaçlamış; bulgularının sonuçlarında, cinsiyet değişkenine göre kişilik alt boyutlarında erkeklerin kadınlardan daha yüksek puana sahip olduğunu tespit etmiştir. Yıldız, Bülbül ve Doğu (2021), Özşaker (2024), Uysal (2022) çalışmaları, cinsiyet değişkeni açısından bakıldığında çalışmamız ile paralellik göstermemektedir. Bu durumda Yıldız, Bülbül ve Doğu (2021), Özşaker (2024) çalışmaları ile çalışmamızın örneklem grubunun farklı olması, Uysal (2022), çalışması ile çalışmamızın farklı zaman diliminde yapılmış olması cinsiyet değişkenindeki farklılığın nedeni arasında gösterilebilir.

Katılımcıların cinsiyet değişkenlerine göre “spora özgü başarı motivasyonu” ölçeği toplam puanları ile alt boyutlarından güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü” alt boyutlarında ve “spora özgü başarı motivasyonu” değişkeninde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Yetiş, Aytaç ve Koparal (2022), çalışmasında Malatya’da düzenlenen okul sporları gençler basketbol turnuvasına katılan 14-15 yaşındaki kız ve erkek takım sporcularının spora özgü başarı motivasyonlarını incelemeyi amaçlamış; çalışmanın bulgularında, cinsiyet değişkeni açısından spora özgü başarı motivasyonu alt boyutlarının tümünde anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir. Özgün, Yaşartürk, Ayhan ve Bozkuş (2017), hentbolcular ile yapmış oldukları çalışmada; hentbolcuların mutluluk düzeyleri ile spora özgü başarı motivasyonu arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamış; bulgularının sonucunda, cinsiyet değişkeni bakımından “spora özgü başarı motivasyonu” alt boyutlarında anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Aktaş, Çobanoğlu, Yazıcılar ve Er (2006), çalışmasında profesyonel basketbolcularda spora özgü başarı motivasyon düzeyini cinsiyetler açısından karşılaştırmayı amaçlamış; bulgularının sonucunda, cinsiyet değişkeni bakımından spora özgü başarı motivasyonu alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Güç gösterme güdüsü alt boyutu açısından bakıldığında kadınların puanlarının erkeklere göre düşük olduğunu saptamıştır. Başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutu açısından bakıldığında kadınların puanlarının erkeklere nazaran daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Başarısızlıktan kaçınma güdüsü alt boyutu açısından bakıldığında ise anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Yetiş, Aytaç ve Koparal (2022), Özgün, Yaşartürk, Ayhan ve Bozkuş (2017), çalışmaları ile çalışmamız benzerlik göstermektedir. Aktaş, Çobanoğlu, Yazıcılar ve Er (2006), çalışması ile çalışmamız arasındaki farklılık incelendiğinde ise kültürel özelliklerin ve beklentilerin farklı olması nedenler arasında gösterilebilir.

Katılımcıların bölüm değişkenine göre kişilik ölçeği toplam puanları ile alt boyutlarından dışadönüklük, sorumluluk ve yumuşak başlılık alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Duygusal dengelik, deneyimlere açıklık alt boyutlarında ve kişilik değişkeninde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Duygusal dengelik alt boyutunda bölüm değişkeni açısından beden eğitimi, antrenörlük ve spor yönetimi bölümünde okuyan öğrencilere göre, rekreasyon bölümünde okuyan öğrenciler lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Deneyimlere açıklık alt boyutunda rekreasyon bölümünde okuyan öğrenciler ile spor yönetimi bölümünde okuyan öğrenciler arasında rekreasyon bölümünde okuyan öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir. Kişilik değişkeninde ise rekreasyon bölümünde okuyan öğrenciler ile beden eğitimi, antrenörlük ve spor yönetiminde okuyan öğrenciler arasında rekreasyon bölümünde okuyan öğrenciler lehine olduğu tespit edilmiştir. Sezan (2022), çalışmasında spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin boyun eğici davranışları, girişimcilik düzeyleri ve kişilik özelliklerinin bölgelere göre karşılaştırmayı amaçlamış; bulgularında, bölüm değişkenine göre kişilik alt boyutlarının hiçbirinde anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir.

Koç'un (2021) çalışmasında spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin kişilik özellikleri ile teknoloji bağımlılıkları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamış; bulgularında, bölüm değişkenine göre antrenörlük bölümü okuyan öğrencilerin nörotiklik alt boyutu hariç diğer alt boyutların hepsinde en düşük puana sahip olduğunu saptamıştır. Öğretmenlik bölümünde okuyan öğrencilerin ise nörotiklik alt boyutu durumlarının rekreasyon bölümü öğrencilerine göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Kaplan vd. (2017), çalışmasında rekreasyonel bakımdan kayıtlı aktif üniversite öğrencilerinin kişilik tiplerini incelemeyi amaçlamış; çalışmanın sonucunda, bölüm değişkenine göre spor yöneticiliği bölümü okuyan öğrencilerin özdenetim, yumuşak başlılık ve deneyime açıklık alt boyutlarında diğer bölümlere oranla puanlarının daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Antrenörlük bölümü okuyan öğrencilerin ise duygusal dengelik alt boyutunda diğer bölümlere göre daha düşük puanları olduğunu saptamıştır. Sezan (2022), Koç (2021), Kaplan vd. (2017), çalışmaları ile çalışmamız paralellik göstermemektedir. Bunun nedenleri arasında üniversitelerde verilen eğitimin kalitesi ve ölçeklerin farklı olması gösterilebilir.

Katılımcıların bölümlerine göre spora özgü başarı motivasyonu ölçeğinden aldıkları toplam puanları ile alt boyutlarından "güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü, başarısızlıktan kaçınma güdüsü" alt boyutlarında ve spora özgü başarı motivasyonu değişkeninde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Navruz (2018), çalışmasında belirlenen takım sporlarında müsabık olan lise öğrencilerinin müsabaka öncesi durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin motivasyon düzeylerine olan etkisini incelemeyi amaçlamış; bulgularında, spor dalı bakımından spora özgü başarı motivasyonu alt boyutlarının hiçbirinde anlamlı bir farklılık saptamamıştır. Gültekin (2023), yüzme eğitimlerine katılan çocukların algılanan sosyal destek ile spora özgü başarı motivasyonunun incelenmesi adlı çalışmasının bulgularında, eğitim durumu açısından spora özgü başarı motivasyonu alt boyutlarından güç gösterme güdüsü, başarıya yaklaşma güdüsü ve başarısızlıktan kaçınma güdüsü alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit etmiştir. Güç gösterme güdüsü ve başarıya yaklaşma güdüsü alt boyutlarındaki farklılığın 3. sınıf ile 7 ve üzeri sınıf öğrencilerinin birbirleriyle olan farklılıklarından kaynaklandığı sonucuna varmıştır. Başarısızlıktan kaçınma güdüsü alt boyutundaki farklılığın ise 5. sınıf ile 4. sınıf öğrencilerinin birbirleriyle olan farklılıklarının etken olduğunu tespit etmiştir. Navruz (2018), çalışması ile çalışmamız benzerlik göstermektedir. Gültekin (2023), çalışması ise bizim çalışmamızı destekler nitelikte değildir. Çalışmalarımızın farklı zaman diliminde yapılmış olması ve araştırma grubunun yaşça küçük bireylerden oluşması neden olarak düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Aktaş, Z., Çobanoğlu, G., Yazıcılar, İ., & Er, N. (2006). Profesyonel basketbolcularda spora özgü başarı motivasyon düzeyinin cinsiyetler açısından karşılaştırılması. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 55-59.
- Atak, H. (2013). On maddeli kişilik ölçeğinin Türk kültürü'ne uyarlanması. *Nöropsikiyatri Arşivi Dergisi*, 50, 312-319.
- Aydın, E., Çelik, A., & Baş, M. (2017). Beden eğitimi öğretmen adaylarının iletişim düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Uluslararası Stratejik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1(1), 25-34.
- Cox, R. H. (1990). *Sport psychology, concepts and applications*. Dubuque: Wm C. Brown Publishers.
- Genç, N. (2012). *Yönetim ve organizasyon-çağdaş sistemler ve yaklaşımlar*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Gültekin, M. (2023). *Yüzme eğitimine katılan çocukların algılanan sosyal destek ile spora özgü başarı motivasyonunun incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Güven, Ö. (1999). *Türklerde spor kültürü*. Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları.
- Kantar, H. (2013). *İşletmede motivasyon*. İstanbul: Kum Saati Yayınları.
- Kaplan, T., Aktaş, S., Tükel, Y., & Atılgan, D. (2017). Rekreatyonel olarak aktif üniversite öğrencilerinin kişilik tiplerinin incelenmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 8(2), 135-144.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel irade algı çerçevesi ile bilimsel araştırma yöntemi kavramlar ilkeler teknikler*. Ankara: Nobel.
- Koç, A. (2021). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin teknoloji bağımlılıkları ile kişilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). *Ergenlik psikolojisi* (3. bs.). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- McMillan, J. H., & Schumacher, S. (2006). *Evidence-based inquiry: Research in education*. New York: Pearson Education.
- Mount, M. K., Barrick, M. R., Scullen, S. M., & Rounds, J. (2005). Higher-order dimensions of the big five personality traits and the big six vocational interest types. *Personal Psychology*, 58, 447-478.
- Navruz, A. (2018). *Seçili takım sporlarında mücadele eden lise öğrencilerinin müsabaka öncesi durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin motivasyon düzeylerine olan etkisinin incelenmesi* (Ankara ili örneği) (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Isparta.
- Özgün, A., Yaşartürk, F., Ayhan, B., & Bozkuş, T. (2017). Hentbolcuların spora özgü başarı motivasyonu ve mutluluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(Special Issue 2), 83-94.
- Özşaker, C. (2024). *Spor yapan ve yapmayan kişilerde internet ve sosyal medya kullanımı ile sürekli kaygı düzeylerinin kişilik özellikleriyle incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Manisa.
- Pehlivan, Z., & Ada, N. E. (2011). Kişilik gelişimi için beden eğitimi ders uygulamaları. *Van/YYÜ Eğitim Fakültesi Dergisi Özel Sayı*, 83- 95.
- Sezan, T. (2022). *Spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin boyun eğici davranışları, girişimcilik düzeyleri ve kişilik özelliklerinin bölgelere göre karşılaştırılması* (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Terzioğlu, A. E. (1992). Spor eğitiminde motivasyon kavramı. *Atatürk Eğitim Fakültesi Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 11-13.
- Tiryaki, Ş., Gödelek, E. (1997). *Spora Özgü başarı motivasyonu ölçeğinin Türk sporcuları için uyarlanması çalışması*. Ankara: Bağırğan Yayınevi.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Uysal, E. (2022). *Spor Bilimleri fakültesi öğrencilerinin kişilik özellikleri ve sportmenlik anlayışlarının bazı parametrelere göre incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Burdur.
- Yetiş, Ü., Aytaç, K. Y., & Koparal, F. (2022). Malatya okul sporları gençler b basketbol turnuvasına katılan 14-15 yaş kız ve erkek takımlarının spora özgü başarı motivasyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(Özel Sayı 2), 1011-1025.
- Yıldız, A. B., Bülbül, D., & Doğu, G. A. (2021). Ragbi sporcularında duygusal zekâ ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 380-390.



## SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SAĞLIK OKURYAZARLIĞI DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ (Çanakkale Örneği)

Kaan ACAR<sup>1</sup>, Hasan ABANOZ<sup>2</sup>, Gökmen ÖZEN<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Çanakkale, Türkiye

ORCID Code: 0009-0006-1300-1549

E-posta: 23415021002@comu.edu.tr

<sup>2</sup>Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Çanakkale, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-4415-6723

E-posta: [abanoz.hasan@comu.edu.tr](mailto:abanoz.hasan@comu.edu.tr)

<sup>3</sup>Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Çanakkale, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-5756-653X

E-posta: gokmenozen@comu.edu.tr

### ÖZET

**Amaç:** Bu araştırmanın amacı toplum sağlığı ve bireysel sağlık açısından eğitim ve farkındalığın göstergesi olarak ifade edilen sağlık okuryazarlığı düzeyinin gelecekte toplum sağlığı çalışmalarının paydaşı olacak spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde incelenmesidir.

**Yöntem:** Araştırmaya Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde lisans eğitimi alan 65 kadın ve 73 erkek olmak üzere 138 gönüllü öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak demografik bilgi formu ve Türkiye Sağlık Bakanlığı tarafından Okyay ve Abacı (2016) editörlüğünde geliştirilen Türkiye Sağlık Okuryazarlığı Ölçeği (TSOY-32) kullanıldı. TSOY-32 iki alt boyut ve 32 maddeden oluşan 5'li likert yapıda bir ölçme aracıdır. Verilerin analizinde normal dağılım tespit edildiğinden ikili grupların analizinde Bağımsız Gruplarda t Testi ve üç ve daha fazla grupların karşılaştırmasında ANOVA varyans analizi testleri kullanıldı. Analizlerde birinci tip hata payı  $\alpha$ : 0,05 olarak belirlendi.

**Bulgular:** Araştırmada katılımcıların cinsiyet, bölüm, sınıf ve haftalık antrenman durumu bakımından sağlık okuryazarlık skorlarında anlamlı bir farklılık olmadığı belirlendi ( $p>0.05$ ). Sağlık eğitimi alan katılımcıların almayanlara göre tedavi hizmetleri alt boyut ve toplam indeks ortalamalarının ayrıca aktif lisanslı sporcuların ise aktif lisansı olmayanlara göre hastalıklardan korunma/sağlığın geliştirilmesi alt boyut skorlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edildi ( $p<0.05$ ).

**Sonuç:** Araştırmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde cinsiyet, bölüm ve sınıfa göre değişmeksizin sağlık eğitimi almanın ve aktif spor yapmanın sağlık okuryazarlığı düzeyini artıran faktörler olduğu görülmüştür. Bu bağlamda sağlık okuryazarlığı konusunun eğitim müfredatına alınması ve bu konuda ders dışı eğitim faaliyetlerinin yararlı olacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Eğitimi, Farkındalık, Hastalık, Sağlık, Spor





## INVESTIGATION OF HEALTH LITERACY LEVELS OF SPORTS SCIENCES FACULTY STUDENTS ACCORDING TO SOME VARIABLES (Çanakkale Sample)

Kaan ACAR<sup>1</sup>, Hasan ABANOZ<sup>2</sup>, Gökmen ÖZEN<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Çanakkale Onsekiz Mart University, Faculty of Sports Sciences, Graduate School of  
Education, Department of Coaching Education, Çanakkale, Turkey

ORCID Code: 0009-0006-1300-1549

E-mail: 23415021002@comu.edu.tr

<sup>\*2</sup>Onsekiz Mart University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching  
Education, University, Çanakkale, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-4415-6723

E-mail: [abanoz.hasan@comu.edu.tr](mailto:abanoz.hasan@comu.edu.tr)

<sup>3</sup>Çanakkale Onsekiz Mart University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical  
Education and Sports, Çanakkale, Turkey

ORCID Code: 0000-0001-5756-653X

E-mail: gokmenozen@comu.edu.tr

### ABSTRACT

**Aim:** The aim of this study is to investigate the level of health literacy, which is expressed as an indicator of education and awareness in terms of public health and individual health, in students of sports sciences who will be stakeholders in public health studies in the future. **Method:** A total of 138 volunteer students, 65 women and 73 men, who are receiving undergraduate education at Çanakkale Onsekiz Mart University Faculty of Sports Sciences participated in the study. The demographic information form and the Turkish Health Literacy Scale (TSOY-32), developed by the Turkish Ministry of Health under the editorship of Okyay and Abacı (2016), were used as data collection tools in the study. TSOY-32 is a measurement tool with a 5-point Likert structure consisting of two sub-dimensions and 32 items. Since normal distribution was determined in the analysis of the data, Independent Sample t Test was used in the analysis of paired groups and ANOVA variance analysis tests were used in the comparison of three or more groups. The first type of error margin was determined as  $\alpha$ : 0.05 in the analyses.

**Findings:** In the study, it was determined that there was no significant difference in the health literacy scores of the participants in terms of gender, department, class and weekly training status ( $p>0.05$ ). It was determined that the treatment services sub-dimension and total index averages of the participants who received health education were significantly higher than those who did not receive it, and the disease prevention/health promotion sub-dimension scores of the athletes with active licenses were significantly higher than those who did not have an active license ( $p<0.05$ ).

**Conclusion:** In the study, it was observed that receiving health education and being active lisanced athlete were factors that increased the health literacy level of the students of the faculty of sports sciences, regardless of gender, department and class. In this context, it is thought that including the subject of health literacy in the education curriculum and extracurricular educational activities on this subject would be beneficial.

**Keywords:** Physical Education, Awareness, Disease, Health, Sports



## SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİN BOYUN EĞİCİ DAVRANIŞLARI İLE KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

Kübra ÖZSANDIKÇI<sup>1</sup> Mustafa BAŞ<sup>1</sup> Burak BAŞ<sup>1</sup>

kubraozsandikci@trabzon.edu.tr mustafaabat@trabzon.edu.tr

<sup>1</sup>Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi/Trabzon

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı, Trabzon üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencilerin boyun eğici davranışları ile kişilik özelliklerinin bazı değişkenlere göre incelemektir.

Araştırmada, nicel araştırma desenlerinden tarama (survey) modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu 2021-2022 öğretim yılında Trabzon üniversitesi spor bilimleri fakültesinde öğrenimlerine devam eden 118 kadın, 143 erkek toplam 261 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak Savaşır ve Şahin (1997)'in Türkçe'ye uyarlamasını yaptığı boyun eğici davranışlar ölçeği ve Karancı ve ark. (2007) Eysenck Kişilik Envanteri-Gözden Geçirilmiş Kısaltılmış Formunun (EKE- GGK) kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde değişkenler arasındaki farkı tespit etmek için ikili değişkenlerde T testi, ikiden fazla olan değişkenler için One-Way Anova testi uygulanmıştır. Anlamlı sonuçlar için Post-Hoc testinden yararlanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi Alpha  $p < 0,05$  olarak alınmıştır.

Araştırma sonuçlarına göre, boyun eğici davranışlar ölçeği ile Eynescik kişilik ölçeğinde; cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık elde edilmişken; Bölüm, Spor Türü ve Aile yapısı değişkenlerinde anlamlı bir fark elde dilmemiştir ( $p < 0,05$ ).

Cinsiyet değişkenine göre boyun eğici davranışlarda anlamlı bir farkın olduğu ve Farkın kaynağı incelendiğinde cinsiyet değişkeninde erkek öğrencilere ait boyun eğici davranışlar ortalama değeri kadın öğrencilere göre istatistiksel olarak yüksek düzeyde anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre kişilik özellikler açısından anlamlı bir farkın olduğu ve bu farkın kişilik yalan alt boyutunda erkek öğrencilere ait ortalama değerinin kadın öğrencilere nazaran istatistiki açıdan yüksek düzeyde anlamlı olduğu belirlenmiştir.

**Anahtar Sözcükler:** Boyun eğici davranışlar, Eysenck, Kişilik, Üniversite öğrencileri.



## EXAMINATION OF PERSONAL SUBMISSIVE BEHAVIORS AND PERSONALITY TRAITS OF THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES

Kübra ÖZSANDIKÇI<sup>1</sup>

Mustafa BAŞ<sup>1</sup>

Burak BAŞ<sup>1</sup>

kubraozsandikci@trabzon.edu.tr

mustafaabat@trabzon.edu.tr

<sup>1</sup>Trabzon University Faculty of Sports Sciences/Trabzon

### ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the submissive behaviors and personality traits of Trabzon University Sports Sciences Faculty students according to some variables.

In the research, survey model, one of the quantitative research designs, was used. The sample group of the research consists of a total of 261 volunteer students, 118 women and 143 men, who continue their education at Trabzon University Faculty of Sports Sciences in the 2021-2022 academic year. The submissive behaviors scale adapted into Turkish by Savaşır and Şahin (1997) and Karancı et al. were used as data collection tools in the study. (2007) Eysenck Personality Inventory-Revised Shortened Form (EKI-GGK) was used. In the analysis of the data obtained, T test was applied for binary variables and One-Way Anova test was applied for more than two variables to determine the difference between the variables. Post-Hoc and Pearson Correlation tests were used for significant results. Statistical significance level was taken as Alpha  $p < 0.05$ .

According to the results of the research, in the submissive behaviors scale and the Eynescik personality scale; While a significant difference was obtained according to the gender variable; There was no significant difference in the variables of Department, Sport Type and Family Structure ( $p < 0.05$ ).

It was determined that there was a significant difference in submissive behaviors according to the gender variable, and when the source of the difference was examined, the average value of submissive behaviors of male students in the gender variable was statistically higher than that of female students. It was determined that there was a significant difference in terms of personality traits according to the gender variable and that the average value of male students in the personality lie sub-dimension of this difference was statistically highly significant compared to female students.

**Keywords:** Submissive Behavior, Eysenck, Personality, University Students.

### GİRİŞ

Eğitim, doğumdan ölüme kadar süren, aileden başlayarak okul ve sonrasında kültürel, sosyal boyutlarıyla tüm yaşamımızda birlikte olduğumuz bir kavramdır. Bireyin davranışlarında kendi yaşantısı yoluyla kasıtlı olarak istendik değişim meydana getirme sürecine eğitim denir (Ertürk 1994). Eğitimin genel olarak anlamından hareketle yeni nesillerin topluma faydalı bir birey olması için eğitime duyulan ihtiyaç son derece aşikârdır. Çünkü toplumların gelişmişlik düzeyi eğitim ile doğrudan orantılıdır.

İnsan hayatında eğitim süreci, ilk olarak ailede başlar. İlk-orta ve lise eğitiminin ardından üniversite, artık gençlerin kendini özgürleştirdiği, seçtikleri mesleği icra edebilecekleri ilk basamaktır. Üniversite hayatına genellikle başka bir şehirde devam eden öğrenciler, ilk defa

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

ailelerinden uzakta yaşam sürmesinin etkisiyle bir anda kendini yabancı olduğu sosyal ortamda bulmakta ve gün geçtikçe sorumlulukları artmaktadır (Karahana ve ark. 2005). Bunların yanı sıra öğrenciler, akademik aşırı yüklenme, sürekli başarılı olma beklentisi, akranlarla rekabet durumu ve gelecek kaygısı gibi birçok stres kaynağı ile karşı karşıya gelmektedir (Tosevski 2010).

Boyun eğici davranış; karşısındakini kırmamaya, incitmemeye özen gösteren, herkesi memnun etmeye çalışan, iyiliksever olan hoşlanmadığı durumları belirtmekten çekinen, öfkelerini göstermekte zorluk çeken, sürekli onaylanma ihtiyacı duyan, düşüncelerini ve haklarını savunamayan bir kişilik özelliği olarak tanımlanabilir (Göktuna, 2007). Boyun eğici davranışların oluşmasında Çevresel faktörler ve ailenin tutumu son derecede önemli rol oynamaktadır (Gilbert ve Allan 1994).

Kişilik, Cüceloğlu (1996), bireyin iç ve dış çevresi ile kurduğu ayırt edici ve tutarlı bir ilişki biçimidir. Yetişkinlik çağına erişmiş bireylerin kişilik özellikleri çocukluğundan tamamen bağımsızdır. Çocukluk döneminde davranışları daha çok biyolojik içgüdüler yönetirken yetişkinlik döneminde kişiler daha gerçekçi, bilinçli ve gelecek odaklı bir şekilde hareket ederler (Allport 1937). Bu çalışmanın amacı, Spor bilimleri fakültesi Öğrencilerin Boyun Eğici Davranışları ile Kişilik Özelliklerinin bazı değişkenler açısından incelenmesidir.

### YÖNTEM

Bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli; genel olarak var olan bir durumu ya da gerçekliği olduğu gibi araştırıp açıklamayı hedeflemektedir. Nesneye, olguya, olaya bireye vb. ilişkin günümüzdeki ya da geçmişteki verilerin tamamının gözden geçirilmesi mantığına dayanmaktadır (Karasar, 2020).

Araştırmanın evrenini 2021-2022 yılında Trabzon üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencileri; örneklemini ise öğrenimlerine devam eden ve araştırmaya gönüllü katılım sağlayan 118 kadın, 143 erkek toplam 261 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından çalışmanın amacına yönelik kişisel bilgi formu; Özgün adı “Submissive Acts Scale (SAS) olarak bilinen ve 1991 de P. Gilbert ve S. Allan tarafından geliştirilen, Savaşır ve Şahin (1992) tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan “Boyun Eğici Davranışlar” ölçeği ile Eysenck Kişilik Anketi Gözden Geçirilmiş/Kısaltılmış Formu (EKA-GGK; Francis ve ark. 1992), Türkçe’ye Karancı ve ark. (2007) tarafından uyarlanan envanter kullanılmıştır.

Boyun eğici davranışlar ölçeği, 16 maddeden oluşmakta ve her maddede sözü edilen davranışların kişiyi ne kadar iyi tanımladığı sorulmaktadır. Gönüllü katılımcıların verdikleri cevaplar “1. Hiç tanımlamıyor”, “2. Biraz Tanımlıyor”, “3. Oldukça iyi tanımlıyor”, “4. İyi tanımlıyor” ve “5. Çok iyi tanımlıyor” şeklinde verilmektedir. Puanlama 5’li likert’e göre maddeler 1-5 arası olacak şekilde değerlendirilir. Puanı yüksek çıkan katılımcıların boyun eğici davranışları yüksek çıkarken, puanı düşük çıkan katılımcıların boyun eğici davranışları düşük çıkmaktadır. Boyun Eğici Davranışlar Ölçeğinin Cronbach Alfa değeri Ölçeğin Türkiye’ye uyarlanmasında iç tutarlılık.74 olarak bulunmuştur (Savaşır ve Şahin 1997). Bu çalışmada Cronbach Alfa değeri 0,92 olarak hesaplanmıştır.

Eysenck Kişilik Anketi Gözden Geçirilmiş/Kısaltılmış Formu 24 madde; nörotisizm, dışa dönüklük, psikotisizm ve yalan boyutları olmak üzere dört alt boyut ve her alt boyut 6 madde ile değerlendirilmiştir. Kişilik dışa dönüklük alt boyutu ile ilgili maddeler 2, 4, 13, 15, 20, 23, kişilik yalan alt boyutu ile ilgili maddeler 5, 7, 10, 17, 19, 24, kişilik nörotisizm alt boyutu ile ilgili maddeler 1, 9, 11, 14, 18, 21, kişilik psikotisizm alt boyutu ile ilgili maddeler 3, 6, 8, 12, 16, 22 olarak yer almaktadır. 3, 5, 7, 10, 15, 16, 17, 19, 20, 22 maddeleri için Evet = 0, Hayır = 1 şeklinde puanlanmış olup, 1, 2, 4, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 18, 21, 23, 24. maddeler için ise Evet = 1, Hayır = 0 puan olarak puanlanmıştır (Ünüvar ve ark. 2021). İlgili boyutu oluşturan anket maddelerinden alınan puanların aritmetik ortalamaları hesaplanmıştır.

Bu araştırmada Cronbach Alfa değeri kişilik dışa dönüklük alt boyutunda .52, kişilik yalan alt boyutunda .74, kişilik nörotisizm alt boyutunda .73ve kişilik psikotisizm alt boyutunda .56 olarak bulunmuştur.

Araştırmada elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığına çarpıklık ve basıklık (verilerin normal dağılım durumu) değerleriincelenerek karar verilmiştir (Büyüköztürk 2016). Bulgulardan edinilen bilgiye göre veriler normal dağılım göstermiş ve parametrik testler kullanılmıştır. Parametriktestlerin temel varsayımlarının test edilmesinden sonra, verilerin analizi için tekrarlı ölçümler için t- testi, ANOVA, Post-Hoc istatistiki yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmada hata payı 0.05 olarak alınmıştır.

## BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış ve Kişilik Özelliklerine İlişkin T-Testi Sonuçları

| Değişken                         | Cinsiyet | N   | $\bar{X}$ | ss   | df       | t      | p             |
|----------------------------------|----------|-----|-----------|------|----------|--------|---------------|
| Boyun Eğici Davranış             | Kadın    | 118 | 2,14      | 0,57 | 1021,835 | -4,385 | <b>0,000*</b> |
|                                  | Erkek    | 143 | 2,30      | 0,62 |          |        |               |
| <b>Eysenck Kişilik Envanteri</b> |          |     |           |      |          |        |               |
| Kişilik Dışa Dönüklük            | Kadın    | 118 | 0,54      | 0,23 | 1038,795 | -0,138 | 0,790         |
|                                  | Erkek    | 143 | 0,54      | 0,26 |          |        |               |
| Kişilik Yalan                    | Kadın    | 118 | 0,27      | 0,27 | 1026,263 | -6,119 | <b>0,000*</b> |
|                                  | Erkek    | 143 | 0,37      | 0,30 |          |        |               |
| Kişilik Nörotisizm               | Kadın    | 118 | 0,52      | 0,33 | 1079     | -0,599 | 0,520         |
|                                  | Erkek    | 143 | 0,51      | 0,32 |          |        |               |
| Kişilik Psikotisizm              | Kadın    | 118 | 0,43      | 0,23 | 1046,558 | -1,656 | 0,89          |
|                                  | Erkek    | 143 | 0,45      | 0,27 |          |        |               |

Anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$

Tablo 1’de Cinsiyet değişkenine göre boyun eğici davranışlar ölçeği incelendiğinde istatistiki açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Farklılıkların kaynağı incelendiğinde cinsiyet değişkeninde erkeklerin boyun eğici davranış ortalama değerleri kadınlara göre istatistiksel olarak yüksek düzeyde anlamlı olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ).

Cinsiyet değişkenine bağlı olarak yapılan t-testi bulguları incelendiğinde kişilik yalan alt boyutunda erkek öğrencilere ait ortalama değer kadın öğrencilere nazaran istatistiki açıdan yüksek düzeyde anlamlı olduğu tespit edilmiş; kişilik dışa dönüklük, kişilik nörotisizm ve kişilik psikotisizm alt boyutlarında istatistiksel anlamda bir fark gözlenmemiştir ( $p < 0,05$ ).

Tablo 2. Katılımcıların Sınıf Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış ve Kişilik Özelliklerine Ait İstatistik Bulgular.

| Değişken                         | Sınıf   | N  | $\bar{X}$ | ss   | F     | p                 | Fark     |
|----------------------------------|---------|----|-----------|------|-------|-------------------|----------|
| Boyun Eğici Davranış             | 1.sınıf | 78 | 2,20      | 0,58 | 4,856 | <b>0,001</b><br>* | 2>1, 2>4 |
|                                  | 2.sınıf | 73 | 2,35      | 0,62 |       |                   |          |
|                                  | 3.sınıf | 60 | 2,30      | 0,63 |       |                   |          |
|                                  | 4.sınıf | 50 | 2,13      | 0,59 |       |                   |          |
| <b>Eysenck Kişilik Envanteri</b> |         |    |           |      |       |                   |          |
| Kişilik Dönüklük                 | 1.sınıf | 78 | 0,54      | 0,24 | 0,645 | 0,580             |          |
|                                  | 2.sınıf | 73 | 0,55      | 0,25 |       |                   |          |
|                                  | 3.sınıf | 60 | 0,53      | 0,27 |       |                   |          |
|                                  | 4.sınıf | 50 | 0,57      | 0,26 |       |                   |          |
| Kişilik Yalan                    | 1.sınıf | 78 | 0,30      | 0,28 | 5,685 | <b>0,000</b><br>* | 4>1      |
|                                  | 2.sınıf | 73 | 0,33      | 0,30 |       |                   |          |
|                                  | 3.sınıf | 60 | 0,36      | 0,30 |       |                   |          |
|                                  | 4.sınıf | 50 | 0,41      | 0,32 |       |                   |          |
| Kişilik Nörotisizm               | 1.sınıf | 78 | 0,50      | 0,32 | 0,161 | 0,917             |          |
|                                  | 2.sınıf | 73 | 0,52      | 0,32 |       |                   |          |
|                                  | 3.sınıf | 60 | 0,51      | 0,33 |       |                   |          |
|                                  | 4.sınıf | 50 | 0,51      | 0,33 |       |                   |          |
| Kişilik Psikotisizm              | 1.sınıf | 78 | 0,42      | 0,24 | 3,087 | <b>0,018</b><br>* | 4>1      |
|                                  | 2.sınıf | 73 | 0,46      | 0,25 |       |                   |          |
|                                  | 3.sınıf | 60 | 0,44      | 0,28 |       |                   |          |
|                                  | 4.sınıf | 50 | 0,49      | 0,27 |       |                   |          |

Anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$

Tablo 2'ye bakıldığında katılımcıların boyun eğici davranış ölçeğinde sınıf değişkeni bakımından anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Buna göre 2. sınıfların boyun eğici davranış

ortalama puanlarının 1. ve 4. sınıftaki öğrencilere nazaran istatistiksel anlamda yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Sınıf değişkenine göre eysenck kişilik ölçeğine yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonucunda; kişilik psikotizm ve kişilik yalan alt boyutunda 4. sınıf öğrencilere ait ortalama puanların 1. sınıf öğrencilere nazaran yüksek olduğu; kişilik dışa dönüklük ile kişilik nörotizm, boyutlarında istatistiksel bir fark olmadığı belirlenmiştir ( $p<0,05$ ).

**Tablo 3.** Katılımcıların Spor Türü Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış ve Kişilik Özelliklerine Yönelik Bulgular

| Değişken                         | İlgilenilen Spor Türü | N   | $\bar{X}$ | Ss   | df   | t     | p     |
|----------------------------------|-----------------------|-----|-----------|------|------|-------|-------|
| Boyun Eğici Davranış             | Takım                 | 144 | 2,24      | 0,60 | 1079 | 0,110 | 0,841 |
|                                  | Bireysel              | 117 | 2,23      | 0,61 |      |       |       |
| <b>Eysenck Kişilik Envanteri</b> |                       |     |           |      |      |       |       |
| Kişilik Dışa Dönüklük            | Takım                 | 144 | 0,55      | 0,25 | 1079 | 1,416 | 0,089 |
|                                  | Bireysel              | 117 | 0,53      | 0,26 |      |       |       |
| Kişilik Yalan                    | Takım                 | 144 | 0,34      | 0,29 | 1078 | 0,896 | 0,260 |
|                                  | Bireysel              | 117 | 0,32      | 0,29 |      |       |       |
| Kişilik Nörotizm                 | Takım                 | 144 | 0,51      | 0,33 | 1079 | 0,179 | 0,763 |
|                                  | Bireysel              | 117 | 0,51      | 0,32 |      |       |       |
| Kişilik Psikotizm                | Takım                 | 144 | 0,44      | 0,26 | 1079 | 0,108 | 0,843 |
|                                  | Bireysel              | 117 | 0,44      | 0,25 |      |       |       |

Anlamlılık düzeyi  $p<0,05$ .

Tablo 3' te katılımcıların spor türü değişkenine bağlı olarak boyun eğici davranışlar ölçeği ve eysenck kişilik ölçeği alt boyutları açısından istatistiksel açıdan bir farklılığa rastlanmamıştır ( $p<0,05$ ).

**Tablo 4.** Katılımcıların Aileden Ekonomik Destek Alma Değişkenine Göre Boyun Eğici Davranış ve Kişilik Özelliklerine Yönelik Bulgular

| Değişken                        | Ekon. Destek | N   | $\bar{X}$ | ss   | df      | t      | p             |
|---------------------------------|--------------|-----|-----------|------|---------|--------|---------------|
| Boyun Eğici Davranış            | Evet         | 151 | 2,20      | 0,60 | 1079    | -2,099 | <b>0,027*</b> |
|                                 | Hayır        | 110 | 2,28      | 0,60 |         |        |               |
| <b>Eysenck KişilikEnvanteri</b> |              |     |           |      |         |        |               |
| Kişilik Dışa Dönüklük           | Evet         | 151 | 0,53      | 0,25 | 1079    | -1,687 | 0,086         |
|                                 | Hayır        | 110 | 0,56      | 0,26 |         |        |               |
| Kişilik Yalan                   | Evet         | 151 | 0,31      | 0,28 | 889,406 | -2,493 | <b>0,011*</b> |
|                                 | Hayır        | 110 | 0,36      | 0,31 |         |        |               |
| Kişilik Nörotisizm              | Evet         | 151 | 0,49      | 0,32 | 1079    | -2,524 | <b>0,008*</b> |
|                                 | Hayır        | 110 | 0,54      | 0,32 |         |        |               |
| Kişilik Psikotisizm             | Evet         | 151 | 0,43      | 0,25 | 902,609 | -1,805 | 0,069         |
|                                 | Hayır        | 110 | 0,46      | 0,27 |         |        |               |

Anlamlılık düzeyi  $p < 0,05$

Tablo 4'te katılımcıların ailelerinden ekonomik destek alma değişkenine göre boyun eğici davranışlar ölçeğinde istatistiki açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Farkın kaynağı incelendiğinde ailelerinden ekonomik destek almayan katılımcılara ait ortalama değer, ekonomik destek alan katılımcılara nazaran istatistiksel anlamda yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ).

Aileden ekonomik destek alma değişkenine göre yapılan t-testi sonuçlarında, kişilik yalan ve kişilik nörotisizm alt boyutlarında anlamlı bir sonuç elde edilmiş ve puan ortalamalarına göre farkın ekonomik destek almayanların lehine olduğu anlaşılmıştır. Kişilik dışa dönüklük ile kişilik psikotisizm boyutlarında istatistiki bir farka rastlanmamıştır ( $p < 0,05$ ).

### TARTIŞMA

Cinsiyet değişkenine göre boyun eğici davranışlar ölçeğinde kadın ile erkek öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Erkek öğrencilere ait boyun eğici davranışlar ortalama değerinin kadın öğrencilere nazaran yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırmayı destekler nitelikte Bozkurt ve Ark. (2019) spor lisesi öğrencilerine yaptığı çalışmada boyun eğici davranışlar ölçeğinde cinsiyet değişkenine bağlı erkek öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık bulmuşlardır. Koç ve ark. (2010) üniversite öğrencilerine yönelik yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkenine bağlı erkeklerin ortalama değeri kadınlara nazaran yüksek düzeyde anlamlı farklılık bulunmuştur. Tekin ve filiz (2008) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerine yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkeninde erkeklerin lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Kabasakal (2007), üniversite öğrencileri üzerine yaptığı bir çalışmada boyun eğici davranışlar ölçeğinde cinsiyet değişkeninde anlamlı bir fark görülmektedir. Bu durumda erkeklerin boyun eğici davranışlar düzeyinin kadınlardan daha



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

yüksek çıktığı belirtilmiştir. Araştırmadan farklı olarak Yavuz ve Özdemir (2019) ergenler üzerine yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkenine göre kadın öğrencilere ait boyun eğici davranış ortalamalarının erkek öğrencilere nazaran anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bozyiğit ve Çetin (2018) spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada boyun eğici davranışlar ölçeğinde cinsiyet değişkenine bağlı anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Tuzcuoğulları (2014) sporcular üzerine yaptığı benzer bir çalışmada boyun eğici davranışlar ölçeğinde cinsiyet değişkeni açısından kadın sporcuların erkek sporculara göre anlamlı düzeyde daha yüksek çıktığı belirtilmiştir. Cengiz ve ark. (2014) beden eğitimi öğretmenlerine yönelik yaptıkları çalışmada boyun eğici davranışlar ölçeğinde cinsiyet değişkenine bağlı anlamlı farka rastlanmamıştır. Yekeler ve Pehlivan (2014) ergenler üzerine yaptıkları çalışmada boyun eğici davranışların cinsiyete bağlı anlamlı farklılık olmadığını tespit etmişlerdir. Sayar (2012)'ın üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada cinsiyet değişkenine bağlı kadınların lehine anlamlı farklılık ortaya çıkmıştır. Torun ve ark. (2012) hemşirelik öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkenine göre boyun eğici davranışlar ölçeğinde anlamlı bir farklılık görülmemektedir. Tümkaya ve ark. (2011) lise öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada boyun eğici davranışlar ölçeğinde cinsiyet değişkenine bağlı anlamlı farklılık rastlanmamıştır. Tümkaya ve ark. (2010) yoksul ailelerden seçilen ergenler üzerine yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkenine göre kadınların boyun eğici davranışlar ortalama değerleri erkeklere göre daha yüksek düzeyde anlamlı farklılık rastlanmıştır. Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin boyun eğici davranışlarının yüksek çıkması, ülkemizde toplumsal açıdan erkeklere yönelik sorumluluk yüklenmesi, aile kurma ve iş hayatında daha aktif olma beklentisi, erkekleri doğal olarak boyun eğici davranışlar sergilemesinde aktif rol oynamaya sevk ettiği düşünülmektedir.

Cinsiyet değişkenine göre eysenck kişilik envanteri incelendiğinde kişilik dışa dönüklük, kişilik nörotisizm, kişilik psikotisizm boyutlarında istatistiki bir değişim gözlenmezken, kişilik yalan boyutunda istatistiki anlamda bir farklılık gözlenmiştir. Erkek öğrencilere ait ortalama yalan değerinin kadın öğrencilere göre yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya göre farklılıkları olan Ünüvar ve ark.(2021) turizm eğitimi alan öğrencilere yaptıkları çalışmada kişilik yalan alt boyutunda anlamlı fark bulunmuştur. Ganjayeve (2019) farklı bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerine yönelik çalışmada kişilik yalan ve kişilik nörotisizm alt boyutlarında anlamlı farklar saptanmıştır. Sonuç olarak kadın öğrencilerin yalan ve nörotisizm ortalama değerleri erkek öğrencilerden yüksek çıkmıştır. Nas (2018) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerine yönelik çalışmada cinsiyet değişkenine bağlı dışadönüklük alt boyutunda anlamlı farklılık rastlanmıştır. Erkeklerin dışadönüklük puanları kadınlara nazaran yüksek çıkmıştır. Çelik (2017) Türkçe öğretmen adaylarına yönelik çalışmada cinsiyet değişkenine bağlı dışadönüklük, nörotisizm ve psikotisizm alt boyutlarında anlamlı farklar tespit etmiştir. Sonuç olarak dışadönüklük alt boyutunda erkeklerin, nörotisizm alt boyutunda kadınların ve psikotisizm alt boyutunda erkeklerin puanları yüksek çıkmıştır. Tunç ve Kaygas (2016) eğitim fakültesi öğrencilerine yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkenine bağlı dışadönüklük alt boyutunda erkeklerin lehine anlamlı farklılık görülmektedir. Kural ve ark. (2016) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkeninde kişilik yalan alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu belirtilmiştir. Erkeklerin yalan eğilimleri kadınlara göre yüksek çıkmıştır. Tunç ve Aliyev (2015) öğrencilere yönelik çalışmalarında nörotisizm alt boyutunda anlamlı farklılık saptanmıştır. Deniz ve Kesicioğlu (2012) öğretmen adaylarına yaptıkları çalışmada psikotisizm, dışadönüklük ve nörotisizm alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmazken, yalan alt boyutunda anlamlı fark ortaya çıkmıştır. Erkek aday öğretmenlerin puanları kadın aday öğretmenlere göre yüksek çıkmıştır. Ulucan ve Bahadır (2011) halterci sporculara yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkenine bağlı nevroitiklik alt boyutunda anlamlı fark bulunmuştur. Şahin ve Ünüvar (2011) eğitim fakültesinde okuyan

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



üniversite öğrencilerine yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkeninde psikotizm ve kişilik yalan alt boyutlarında, kızların puanları erkeklerden daha yüksek düzeyde anlamlı farklılık çıkmıştır. Erkeklerin psikotik puanları kadınlardan yüksek, kadın öğrenciler ise erkeklere göre daha çok yalan eğiliminde olduğu belirlenmiştir.

Araştırmadan farklı olarak Kuru (2003) beden eğitimi öğrencilerine yönelik çalışmasında cinsiyet değişkeni açısından eysenck kişilik envanterinin herhangi bir alt boyutunda anlamlı farklılık saptanmamıştır. Dreber ve Johannesson (2008) yaptıkları çalışmada cinsiyet üzerine erkeklerin maddi anlamda bir çıkar sağlamak için yalan söyleme eğitimlerinin kadınlara göre fazla olduğunu belirtmiştir. Depaolu ve ark. (1996)'na göre kadınların erkeklere göre daha az yalan söylemelerinin sebebi kendilerine yüklenen sosyal rol gereği insanlar ile olan ilişkilerinde buldukları ortam gereği daha kibar ve mesafeli iletişim kurmaları yalan söylemeye daha az ihtiyaç duymalarından kaynaklanır. Türk toplumunda erkek çocuklarının ayrıcalıklı olması, çocuk yaştan itibaren erkeklerin kusurlarının kapatılması, kız çocuklarının daha çok baskı altında kalması erkeklerin daha çok yalan söyleme özgürlüğünü verdiği düşünülmektedir.

Sınıf değişkenine bağlı boyun eğici davranış ölçeğinde 2. sınıf öğrencilere ait ortalama değer 1. ve 4. sınıftaki öğrencilere göre istatistiksel anlamda daha yüksek düzeyde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Araştırmayı destekler nitelikte Tümkeyave ark. (2011) lise öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada boyun eğici davranışlar ölçeğinde sınıf değişkenine bağlı dördüncü sınıfın birinci sınıftan daha yüksek anlamlı düzeyde farklılık saptanmıştır. Araştırmadan farklı olarak Bozkurt ve Ark. (2019) lise öğrencilerine yönelik yaptığı çalışmada sınıf değişkeninde boyun eğici davranışlar ölçeğinde anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Bozyiğit ve Çetin (2018) spor bilimleri fakültesi öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada boyun eğicidavranışlar ölçeğinde sınıf değişkenine bağlı anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Sayar (2012) üniversite öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada sınıf değişkenine göre boyun eğici davranışlar ölçeğinde anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. Torun ve ark. (2012) hemşire öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada sınıf değişkenine bağlı boyun eğici davranışlar ölçeğinde anlamlı farklılık olmadığı belirtilmiştir. Koç ve ark. (2010) üniversite öğrencilerine yönelik çalışmada sınıf değişkenine göre boyun eğici davranışlar ölçeği açısından anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir. Tekin ve Filiz (2008) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerine yaptıkları çalışmada boyun eğici davranışlar ölçeğinde sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılık rastlanmamıştır. Araştırmanın anket uygulama süreci Çin'in Wuhan kentinde ortaya çıkan ve tüm dünyaya yayılan koronavirüs pandemi salgını dönemine denk gelmiştir. Bu durumda ikinci sınıfta bulunan öğrenciler birinci sınıfları boyunca üniversite eğitimini uzaktan almıştır. Bu durum üniversiteye uyum sağlama sürecini uzattığını ve öğrencilerin bu bağlamda boyun eğici davranışlar sergilemesindeki farklılığa neden olduğu düşünülmektedir.

Sınıf değişkenine bağlı olarak eysenck kişilik envanteri alt boyutlarında kişilik dışa dönüklük, kişilik nörotizm, boyutlarında istatistiksel bir değişim gözlenmezken, kişilik psikotizm ve kişilik yalan boyutunda 4. sınıf öğrencilere ait ortalama değerlerin 1. sınıf öğrencilere nazaran istatistiksel anlamda yüksek olduğu belirlenmiştir. Ganjyeva (2019) üniversite öğrencilerine yaptığı çalışmada sınıf değişkenine bağlı psikotizm alt boyutunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Bu sonuca göre 1. sınıf öğrencilerin ortalama değeri 1, 2 ve 3. sınıflara nazaran anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Şahin ve Ünüvar (2011) üniversite öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada psikotizm alt boyutunda 4. sınıf lehine, dışadönüklük alt boyutunda 4. sınıf lehine ve nörotizm alt boyutunda 4. Sınıf lehine anlamlı farklar bulunmuştur. Araştırmadan farklı olarak Deniz ve Kesicioğlu (2012) öğretmen adaylarına yönelik çalışmasında sınıf değişkenine göre eysenck kişilik envanterinin herhangi bir alt boyutunda anlamlı fark saptanmamıştır. Araştırmanın bu sonucuna göre dördüncü sınıfta öğrenim gören bireylerin mesleki beklentileri, mezuniyet ile beraber gelecekleri KPSS sınavında başarısız olma veya atanamamaya ilişkin kaygı yaşadıkları düşünülmektedir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

İlgilenilen spor türü değişkenine göre öğrencilerin boyun eğici davranışlar ölçeğinde istatistiki anlamda bir fark gözlenmemiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin örnekleme açısından ilgilendikleri spor türünün belirleyici olmadığı düşünülmektedir.

İlgilenilen spor türü değişkenine göre eysenck kişilik envanterinde istatistiki anlamda bir değişim gözlenmemiştir. Bu durumu destekler nitelikte olan Nas (2018) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerine yönelik çalışmasında spor türü değişkenine eysenck kişilik envanterinin herhangi bir alt boyutunda anlamlı farklılık saptanmamıştır. Literatür taraması ve araştırmanın sonuçlarına bakıldığında bireysel veya takım sporları ile ilgilenen öğrencilerin eysenck kişilik envanteri üzerine belirleyici bir faktör olduğu belirlenmiştir.

Ekonomik destek alma değişkenine göre boyun eğici davranış ölçeğinde istatistiki açıdan anlamlı farklılık gözlenmiştir. Ekonomik destek almayan öğrencilerin boyun eğici davranışları daha yüksek çıkmıştır. Bu durum öğrencilerin öğrenimlerini devam ettirebilmeleri için okul dışında kalan zamanı bir yerde iş bulup çalışma ile değerlendirecekleri düşünülmektedir.

Ekonomik destek değişkenine bağlı olarak kişilik dışa dönüklük, kişilik psikotizm boyutlarında istatistiki bir değişim gözlenmezken, kişilik yalan ve kişilik nörotizm boyutunda istatistiksel anlamda bir farklılık tespit edilmiştir. Ekonomik destek almayan öğrencilere ait yalan ve nörotizm ortalama değerlerinin destek alan öğrencilere nazaran istatistiki anlamda yüksek olduğu belirlenmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin tamamının üniversite eğitimi boyunca yaşamlarını rahat, konforlu ve ortalama yaşam standartlarına sahip olmaları gerekirken ekonomik destekten mahrum kalan öğrenci grubunun ekonomik zorluklarla mücadele etme olasılığına ilişkin gelecek kaygısı taşımaları nörotizm ve yalan boyut puanlarının yüksek çıkmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

### KAYNAKLAR

- Allport, G.W. (1937). Kişilik: bir psikolojik yorum. New York, Holt, Rinehart ve Winston.
- Bozkurt, M.T., Demir, T.G., Cicioğlu, İ.H. (2019). Spor lisesi öğrencilerinin boyun eğici davranış düzeyleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 24, 89-99.
- Bozkurt, M.T., Demir, T.G., Cicioğlu, İ.H. (2019). Spor lisesi öğrencilerinin boyun eğici davranış düzeyleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 24, 89-99.
- Bozyiğit, E., Çetin, E. (2018). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boyun eğici davranışlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *İ.Ü Spor Bilimleri Dergisi*, 8, 70-82.
- Bozyiğit, E., Çetin, E. (2018). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin boyun eğici davranışlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *İ.Ü Spor Bilimleri Dergisi*, 8, 70-82.
- Cengiz, R., Arslan, F., Şahin, E. (2014). Beden eğitimi öğretmenlerinin öz-güven ve boyun eğici davranışlarının incelenmesi. *TURJE*, 3, 4-10.
- Çelik, M. (2017). Türkçe öğretmen adaylarının kişilik özellikleri ve mesleki kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Nevşehir.
- Deniz, Ü., Kesicioğlu, S.O. (2012). Okul öncesi öğretmen adaylarının kişilik özelliklerinin bazı değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt 13, 1-13.
- DePaulo, B.M., Kashy, D.A., Kirkendol, S.E., Wyer, M.M. (1996). Lying in everyday life. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70 (5), 979-995.
- Dreber, A., Johannesson, M. (2008). Gender differences in deception. *Economics Letters*, 99, 197-199.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Ganjayeva, N. (2019). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, eysenck'in kişilik envanteri ve özgüven arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul
- Gilbert, P., Allan, S. (1994). Assertiveness, Submissive Behaviour and Social Comparison. British Journal of Clinical Psychology, 33, 295-306.
- Kabasakal, K. (2007). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinde boyun eğici davranışlar ve şiddetle ilişkisi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Karahan, F., Sardoğan, M.E., Özkamalı, E., Dicle, A. (2005). Üniversite 1. sınıf öğrencilerinin üniversiteye uyum düzeylerinin sosyokültürel etkinlikler açısından incelenmesi. Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 2, 63- 71.
- Karancı, N.A., Dirik, G., Yorulmaz, O. (2007). Eysenck kişilik anket-gözden geçirilmiş kısaltılmış formu'nun (eka-ggk) türkiye'de geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Türk Psikiyatri Dergisi, 18, 254-261.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel irade algı çerçevesi ile bilimsel araştırma yöntemi kavramlar ilkeler teknikler*. Ankara: Nobel.
- Koç, M., Bayraktar, B., Çolak, S. (2010). Üniversite öğrencilerinde boyun eğici davranışlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 28, 257-280.
- Kural, S., Türkmen, M., Dilek, N.A. (2016). Bartın üniversitesi besyo öğrencilerinin sosyal medya kullanım alışkanlıkları ile kişilik özellikleri ilişkisinin araştırılması. International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS), 4, 870-881.
- Kuru, E. (2003). Farklı statüdeki beden eğitimi bölümü öğrencilerinin kişilik özellikleri. G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 23, 175-191.
- Nas, K. (2018). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin kişilik özelliklerinin cinsiyet, yaş ve spor türüne olan etkisi. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, Haziran, 11,420-424.
- Savaşır, I., Şahin N.H. (1997). Bilişsel-davranışçı terapilerde değerlendirme. Sık kullanılan ölçekler. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Sayar, B. (2012). Üniversite öğrencilerinin mizah tarzları ile umutsuzluk ve boyun eğici davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Şahin, H., Ünüvar, P. (2011). Eğitim fakültesi öğrencilerinin empatik becerileri ve kişilik özelliklerinin incelenmesi. e-Journal of New World Sciences Academy, 6, 1216-1226
- Tekin, M., Filiz, K. (2008). Beden eğitimi ve spor yüksekokullarının antrenörlük eğitimi ve spor yöneticiliği bölümlerinde öğrenim gören öğrencilerin umutsuzluk ve boyun eğici davranış düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, , VI, 27-37.
- Torun, S., Arslan, S., Nazik, E., Akbaş, M., Yalçın, Ö.S. (2012). Hemşirelik öğrencilerinin benlik saygısı ve boyun eğici davranışlarının incelenmesi. Cumhuriyet Tıp Dergisi, 34, 399-404.
- Tosevski, D. L., Milovancevic, M. P., Gajic, S. D. (2010). Personality and psychopathology of university students. Current opinion in psychiatry, 23(1), 48-52.
- Tunç, E., Aliyev, R. (2015). Lisansüstü öğrencilerinin kişilik özelliklerinin incelenmesi. Gaziantep University Journal of Social Sciences, 14, 949-963.
- Tunç, E., Kaygas, Y. (2016). Eğitim fakültesi öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzları ve psikolojik eğilimlerinin incelenmesi. Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 9, 53-78.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Tuzcuoğulları, T. Ö. (2014). Takım sporlarıyla uğraşan elit genç sporcularda boyun eğici davranışların bazı değişkenler açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Tümkaya, S., Aybek, B., Çelik, M. (2010). Yoksul ailelerden gelen ergenlerde psiko-sosyal bir olgu olarak umutsuzluk ve boyun eğici davranışların incelenmesi. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 7, 970-984.
- Tümkaya, S., Çelik, M., Aybek, B. (2011). Lise öğrencilerinde boyun eğici davranışlar, otomatik düşünceler, umutsuzluk ve yaşam doyumunun incelenmesi. Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 20, 77-94.
- Ulucan, H., Bahadır, Z. (2011). Haltercilerin kişilik özelliklerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi.
- Ünüvar, Ş., Sarı, Ş., Dağhan, M. (2021). Eysenck kişilik özelliklerinin kariyer isteği üzerine etkisi: turizm eğitimi alan öğrenciler üzerine bir araştırma. Turizm ve İşletme Bilimleri Dergisi, 1, 30-49.
- Yavuz, E.Y., Özdemir, H. (2019). Ergenlerin çiftler arası şiddeti kabul ile boyun eğici davranış düzeyleri arasındaki ilişki. International Social Sciences Studies Journal, Vol 5, 1171-1184.
- Yekeler, B., Pehlivan, E. (2014). Malatya'da yarı kırsal bir bölgede ergenlerde boyun eğici davranış ile fiziksel şiddete maruziyet ilişkisi. Medicine Science, 3, 1382-95.



## KADIN SPORCULARDA MENSTRUAL SIKLUSUN FARKLI FAZLARININ BAZI PERFORMANS PARAMETRELERİ ÜZERİNE ETKİSİ

Gaye KANIK<sup>1</sup>, Ahmet MOR<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup> Sinop Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0009-0004-4762-1418

E-posta: 240152001@ogrenci.sinop.edu.tr

<sup>2</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Sinop,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-1181-1111

E-posta: amor@sinop.edu.tr

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, kadın sporcularda menstrual siklusun (MS) farklı fazlarının, bazı performans parametreleri üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Çalışmaya 18-25 yaşları arasında aktif spor yapan 12 kadın sporcu (yaş: 21,58±1,44 yıl; boy uzunluğu: 161,16±7,44 cm; vücut ağırlığı: 56,15±8,05 kg; beden kitle indeksi: 21,62±2,54 kg/m<sup>2</sup>; sporcu yaşı: 10,83±2,12 yıl; antrenman yaşı: 10,66±2,05 yıl; müsabaka yaşı:10,00±2,13 yıl) dâhil edildi. MS'nin erken foliküler fazı, ovulasyon fazı ve luteal fazları arasında, denge, dikey sıçrama, anaerobik güç, esneklik, kuvvet, çeviklik, sürat, görsel reaksiyon (GR) ve işitsel reaksiyon (İR) testleri uygulandı. Her yapılan ölçüm sonrasında algılanan zorluk derecesini (AZD) değerlendirmek için Borg Skalası, ölçümden sonraki gün ise gecikmiş kas ağrısını belirlemek için Görsel Analog Skala (GAS) kullanıldı. Değişkenler arası farklılık repeated-measures ANOVA ile analiz edildi. Fazlar arasında dikey sıçrama, sürat, kuvvet, esneklik, çeviklik, görsel reaksiyon toplam (GRT), görsel reaksiyon ortalama süresi (GRO) ve AZD'de istatistiksel olarak anlamlı farklılık saptandı (p<0,05). Fazlar arası vücut ağırlığı, BKİ, denge, anaerobik güç, İR ve GAS parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı saptandı (p>0,05). Elde edilen bulgulara göre, sporcuların belirli fazlarda performanslarının artmasının veya azalmasının, algılanan zorluk derecesi, hormonal dalgalanmalar, çeşitli fizyolojik tepkiler ve duygu durum değişikliklerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Özellikle, ovulasyon fazında kuvvet performansının arttığı, luteal fazda ise dikey sıçrama, 30 m sürat, esneklik ve çeviklik performansının olumlu yönde etkilendiği gözlemlendi. Buna karşılık, erken foliküler fazın çalışmanın tüm performans parametreleri üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğu tespit edildi.

**Anahtar Kelimeler:** Menstrual siklus, Spor, Sportif Performans, Kadın sporcular



## THE EFFECT OF DIFFERENT PHASES OF THE MENSTRUAL CYCLE ON SOME PERFORMANCE PARAMETERS IN FEMALE ATHLETES

Gaye KANIK<sup>1</sup>, Ahmet MOR<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup>Sinop University, Institute of Graduate Studies, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0009-0004-4762-1418

E-mail: 240152001@ogrenci.sinop.edu.tr

<sup>2</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education,

Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-1181-1111

E-mail: amor@sinop.edu.tr

### ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the effects of different phases of the menstrual cycle (MC) on various performance parameters in female athletes. Twelve active female athletes aged between 18-25 years (age: 21.58±1.44 years; height: 161.16±7.44 cm; body weight: 56.15±8.05 kg; body mass index: 21.62±2.54 kg/m<sup>2</sup>; athlete experience: 10.83±2.12 years; training experience: 10.66±2.05 years; competition experience: 10.00±2.13 years) participated in the study. Tests measuring balance, vertical jump, anaerobic power, flexibility, strength, agility, speed, and visual reaction (VR) – auditory reaction (AR) were conducted across the early follicular, ovulatory, and luteal phases of the MC. The Borg Scale was used to assess the rate of perceived exertion (RPE) after each test, and the Visual Analog Scale (VAS) was used the following day to evaluate delayed onset muscle soreness (DOMS). Differences between variables were analyzed using repeated-measures ANOVA. Statistically significant differences were observed between phases for vertical jump, speed, strength, flexibility, agility, total visual reaction time (TVR), average visual reaction time (AVR), and RPE ( $p<0.05$ ). No statistically significant differences were found between phases for body weight, BMI, balance, anaerobic power, AR, and DOMS parameters ( $p>0.05$ ). Based on the study's findings, significant differences were found across the MC phases in vertical jump, speed, strength, flexibility, agility, TVR, AVR, and RPE. These results suggest that performance changes during specific phases may be influenced by perceived exertion, hormonal fluctuations, physiological responses, and mood changes. Notably, strength performance increased during the ovulatory phase, while vertical jump, 30-meter speed, flexibility, and agility performances were positively affected during the luteal phase. Conversely, the early follicular phase was found to negatively impact all performance parameters.

**Keywords:** Menstrual cycle, Sports, Athletic Performance, Female Athletes



## GELECEĞİN SPOR YÖNETİCİLERİNİN YEŞİL REKLAMA YÖNELİK TUTUMLARI

Cemal GÜLER<sup>1</sup>

<sup>\*1</sup>İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü,  
İstanbul, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-0912-7732

E-posta: cemal.guler@iuc.edu.tr

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin yeşil reklama yönelik tutumlarının incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubunu amaçlı örnekleme yöntemi ile İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi'nin Spor Yöneticiliği bölümünde öğrenim gören 170 gönüllü katılım gösteren birey oluşturmaktadır. Çalışmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formuna ek olarak bireylerin yeşil reklama yönelik tutumlarını belirlemek için Haytko ve Matulich (2008) tarafından geliştirilen Cinnioğlu ve ark. (2016) tarafından kullanılan “Yeşil Reklama Yönelik Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 25 paket programı kullanılmıştır. Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarını belirlemek için yüzde ve frekans değerleri, dağılım tipini belirlemek için skewness ve kurtosis değerleri incelenmiş, verilerin parametrik test koşullarını sağladığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda parametrik testlerden bağımsız örneklem t-testi ve one-way anova testlerinden faydalanılmıştır. Bağımsız t-testi sonucuna göre katılımcıların cinsiyetleri ile yeşil reklama yönelik tutumları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Anova sonuçlarına göre ise katılımcıların sınıflarına ve yaşlarına göre etik olumsuzluk alt boyutu arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sonuç olarak spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireylerin yeşil reklama yönelik tutumları sosyo demografik özelliklerine göre farklılık göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Yeşil Reklam, Üniversite Öğrencileri, Spor Yöneticiliği.





## ATTITUDES OF FUTURE SPORTS MANAGERS TOWARDS GREEN ADVERTISING

Cemal GÜLER<sup>1</sup>

<sup>\*1</sup>Istanbul University-Cerrahpaşa, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports  
Management, İstanbul, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-0912-7732  
E-mail: cemal.guler@iuc.edu.tr

### ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the attitudes of sports management students towards green advertising. The sample group of the research consists of 170 volunteers studying in the Sports Management Department of Istanbul University-Cerrahpaşa Faculty of Sports Sciences, using the purposive sampling method. In addition to the personal information form, the 'Attitude Scale towards Green Advertising' (Haytko & Matulich, 2008), which has previously been employed by Cinnioglu et al. (2016), was utilised to ascertain the attitudes of individuals towards green advertising. The data were analysed using the SPSS 25 package programme. The distribution of participants' personal information was determined through the examination of percentage and frequency values. The distribution type was identified through the examination of skewness and kurtosis values, which indicated that the data met the parametric test conditions. In this context, the independent sample t-test and one-way ANOVA were employed as parametric tests. The results of the independent t-test indicated that there was no significant difference between the attitudes of male and female participants towards green advertising. However, the ANOVA results revealed a significant difference between the ethical negativity sub-dimension and the class and age of the participants. Consequently, it can be concluded that the attitudes of individuals studying in the sports management department towards green advertising are influenced by their socio-demographic characteristics.

**Keywords:** Green Advertisement, University Students, Sports Management.



## TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOL OYUNCULARININ ANTROPOMETRİK ÖZELLİKLERİ İLE OYUN PERFORMANSLARI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ\*

Büşra YÜCEL SOY<sup>1</sup>, Cengiz ÖLMEZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD., Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0009-0005-0607-4726

E-posta: yucelsoybusra1@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD., Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8584-6272

E-posta: cengizolmez@odu.edu.tr

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, tekerlekli sandalye basketbol (TSB) oyuncularının antropometrik özellikleri ile oyun performansları arasındaki ilişkileri incelemektir. Araştırma, 15 gönüllü TSB oyuncusuyla gerçekleştirildi. Antropometrik özelliklerin tespit edilebilmesi için sporcuların vücut ağırlıkları, sandalyeli boy uzunlukları, kulaç ve kol uzunlukları, omuz genişlikleri, üst ve ön kol çevreleri, el uzunlukları ve genişlikleri ölçüldü. Sporcuların oyun performansı ise Tekerlekli Sandalye Basketbol Beceri Testi (TBBT) ile değerlendirildi. Bu test, statik ve dinamik şut performansı, statik ve dinamik top sürati, toplu illinois ve slalom testi ve 5-10-20 m toplu sprint testlerinden oluşmaktadır. Veriler toplandıktan sonra, sporcuların antropometrik özellikleri ile TBBT puanları arasındaki ilişkiler analiz edildi. Yapılan analizler sonucunda, slalom test ile sandalyeli boy uzunluğu ( $r = -0.784$ ), sandalyeli uzanma uzunluğu ( $r = -0.660$ ), omuz genişliği ( $r = -0.665$ ) ve baskın olmayan ön kol çevre ( $r = -0.689$ ) değerleri arasında negatif yönlü ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulundu ( $p = 0.001$ ). Ayrıca, 10 m sprint ile sandalyeli boy uzunluğu ( $r = -0.781$ ), sandalyeli uzanma uzunluğu ( $r = -0.687$ ) ve sandalyeli vücut ağırlığı ( $r = -0.676$ ) değerleri arasında da negatif yönlü ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler bulundu ( $p = 0.001$ ).

Sonuçlar, oyuncuların fiziksel yapılarının oyun performansları üzerinde belirgin bir etkisi olduğunu göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Antropometri, oyun performansı, tekerlekli sandalye basketbol

\*Bu araştırma "Tekerlekli Sandalye Basketbol Oyuncularının Oyun Performansını Belirleyen Faktörler" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.



## INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE ANTHROPOMETRIC CHARACTERISTICS AND GAME PERFORMANCE OF WHEELCHAIR BASKETBALL PLAYERS\*

Büşra YÜCELİSOY<sup>1</sup>, Cengiz ÖLMEZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu University, Institute of Health Sciences, Department of Physical Education and Sports, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0009-0005-0607-4726

E-mail: stuba.acar@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8584-6272

E-mail: cengizolmez@odu.edu.tr

### ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the relationships between anthropometric characteristics and game performance of wheelchair basketball (WB) players. The study was carried out with 15 volunteer TSB players. In order to determine the anthropometric characteristics of the athletes, body weights, chair height, strokes and arm lengths, shoulder widths, upper and forearm circumferences, hand lengths and widths were measured. The game performance of the athletes was evaluated with the Wheelchair Basketball Skill Test (TBBT). This test consists of static and dynamic shooting performance, static and dynamic ball speed, collective Illinois and slalom test and 5-10-20 m collective sprint test. After the data were collected, the relationships between the anthropometric characteristics of the athletes and their TBBT scores were analysed.

As a result of the analyses, it was found that there was a negative and highly significant relationship between the slalom test and chair height ( $r = -0.784$ ), chair reach length ( $r = -0.660$ ), shoulder width ( $r = -0.665$ ) and non-dominant forearm circumference ( $r = -0.689$ ) values ( $p = 0.001$ ). Negative and highly significant relationships were also found between 10 m sprint and chair height ( $r = -0.781$ ), chair reach length ( $r = -0.687$ ) and chair body weight ( $r = -0.676$ ) ( $p = 0.001$ ).

The results show that the physical structure of the players has a significant effect on their game performance.

**Keywords:** Anthropometry, game performance, wheelchair basketball

---

\*This research is derived from the master thesis titled 'Factors Determining the Game Performance of Wheelchair Basketball Players'.

## GİRİŞ

Dinamik, yüksek yoğunluklu ve çok sayıda beceri gerektiren tekerlekli sandalye basketbolu (TSB), engelli bireylerin en çok katılım gösterdiği spor branşları arasında yer almaktadır (IWBF Europe, 2024; Stojanović vd., 2022; Yanci, Granados, vd., 2015). Son yıllarda popüleritesinin artması ve engelli bireyler arasında yaygınlaşması, bu alandaki araştırmaların sayısının önemli ölçüde artmasına yol açmıştır (Hernandez-Beltran vd., 2024; Iturricastillo Urteaga vd., 2022; Özdalyan vd., 2022). Artan ilgi ve profesyonellik düzeyi, sporun daha bilimsel bir perspektiften ele alınmasını gerektirmektedir.

TSB, oyunculara tekerlekli sandalye manevraları (hızlanma, durma ve yön değiştirme) ve top kullanımı (şut, pas, top sürme) gibi çeşitli becerilerini sergileyebileceği bir platform sunar (Gök & Makaracı, 2022; Soylu vd., 2021). Bu beceriler, TSB yüksek performans gösteren bir oyuncunun sahip olması gereken temel yeteneklerdendir (Iturricastillo, 2021). Oyuncuların verimli bir şekilde hareket edebilmesi ve hızlı yön değiştirmeleri, oyunun hızına ve stratejilerine uyum sağlamaları için kritik öneme sahiptir. Bu bağlamda, oyuncuların fiziksel özelliklerinin oyun performansıyla olan ilişkisi, TSB başarısının anlaşılmasında önemli bir araştırma alanı oluşturmaktadır.

Fiziksel özelliklerin ve antropometrik ölçümlerin oyuncu performansına olan etkisi, çeşitli spor dallarında belgelenmiştir ve TSB da benzer şekilde, oyuncuların başarılarını doğrudan etkileyen önemli faktörlerden biridir (Cavedon vd., 2018; Ferraz vd., 2020; Yüksel, 2021). Antropometrik ölçümlerin analizi, hem antrenörler hem de sporcular için oyun performansını artırmak adına önemli veriler sunabilir.

Bu çalışma, TSB oyuncularının antropometrik özellikleri ile oyun performansları arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır. Bu ilişkinin anlaşılması, oyuncuların fiziksel yeteneklerinin ve oyun performanslarının nasıl daha verimli hale getirilebileceği konusunda önemli ipuçları sunabilir. Özellikle, fiziksel parametrelerin oyun stratejilerini nasıl şekillendirdiği ve oyuncuların tekerlekli sandalye ile gerçekleştirdiği manevraların etkinliğini nasıl artırabileceği üzerine yapılacak bir analiz, performans izleme ve antrenman süreçlerinin daha etkili bir şekilde planlanmasına katkı sağlayabilir.

TSB potansiyelini en üst düzeye çıkarmak adına bu tür bir araştırma, sporcuların başarılarını artırmak ve engelli bireylerin yaşam kalitesini iyileştirmek adına kritik bir adımdır. Oyuncuların fiziksel özelliklerine dayalı olarak yapılan stratejik antrenmanlar ve daha verimli tekerlekli sandalye tasarımları, sporu daha erişilebilir ve başarılı hale getirebilir.

## YÖNTEM

### Araştırma Prosedürü

Araştırmanın uygulama aşaması toplam dört aşamada tamamlandı. Birinci aşamada 15 TSB bilgilendirme ve kayıt işlemleri yapıldı. İkinci aşamada sporcular araştırma kapsamında yer alan ölçüm ve testlere tabi tutuldular. Bu aşamada sırasıyla sporcuların antropometrik özellikleri ve TBBT becerileri ve test edildi. Üçüncü aşamada sporcuların antropometrik özellikleri ile TBBT becerileri arasındaki ilişkiler incelendi. Dördüncü aşamada ise analiz sonuçları değerlendirildi, yorumlandı ve öneriler tasarlandı.

### Araştırma Grubu

Araştırma, Ordu Büyükşehir Belediyesi TSB Takımında ve Gazışehir Gaziantep TSB Takımında oynayan 15 oyuncunun (14 erkek, 1 kız) gönüllü katılımıyla gerçekleştirildi. Tüm sporcular ve yasal temsilcileri çalışma hakkında bilgilendirildi, olası riskler açıklandı. Sözlü bilgilendirmenin ardından Helsinki Deklarasyonu'na göre hazırlanmış yazılı bilgilendirilmiş onam formu verildi. Çalışma, Avrupa Konvansiyonu ve Helsinki Bildirgesi'nin etik ilkelerine uygun olarak yürütülmüştür (World Medical Association, 2013). Çalışma için Ordu

Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 29.09.2023 tarihli 2023/244 sayılı kararına göre etik kurul onayı alınmıştır.

## Veri Toplama Araçları

### Antropometrik Özelliklerin Belirlenmesi

Sporcuların antropometrik özelliklerinin tespit edilebilmesi için tekerlekli sandalyeli boy ve uzanma uzunlukları, tekerlekli sandalyeli ve sandalyesiz vücut ağırlıkları, kulaç uzunlukları, kol uzunlukları, omuz genişlikleri, üst ve ön kol çevreleri, el uzunlukları ve genişlikleri ölçüldü. Ölçümlerde kullanılan çap ölçümleri için Harpenden antropometrik set (Holtain Ltd., Crymych, Pembrokeshire, UK), çevre ölçümleri için esnek olmayan mezura kullanıldı.

### Tekerlekli Sandalye Basketbol Becerisinin Değerlendirilmesi

TSB becerisinin tespiti için Tekerlekli sandalye basketbol beceri testi (TBBT) kullanıldı. TBBT, daha önce TSB oyuncularının oyun performanslarını test etmeyi amaçlayan protokollerden esinlenilerek oluşturuldu ve araştırma amacına uygun olarak modifiye edildi (Brasile, 1986, 1990; Vanlandewijck vd., 1999). TBBT, statik ve dinamik şut performansı testi, statik ve dinamik top sürati testi, toplu illinois ve toplu slalom koordinasyon testleri ve toplu sürat testinden oluşmaktadır.

### Verilerin Analizi

İstatistiksel analizler SPSS (SPSS 25.0 versiyonu, Chicago, IL) kullanılarak gerçekleştirildi. Sonuçlar ortalama değerler ( $X \pm$  standart sapma (SD) ve minimum-maksimum (Aralık) olarak raporlandı. Veri normalliği Shapiro-Wilk ve Q-Q grafiği testleri ile değerlendirildi. Pearson korelasyon analizinde,  $>0.30$  zayıf korelasyon,  $0.3-0.6$  orta,  $0.6-0.8$  yüksek ve  $0.8-1.0$  mükemmel korelasyon olarak belirlendi (Akoglu, 2018).

Tüm istatistiksel sonuçlar  $0.05$ 'in altında bir olasılık düzeyinde anlamlı kabul edildi ( $p < 0.05$ ).

## BULGULAR

Sporcuların antropometrik özellikleri ile TBBT performansları arasındaki korelasyon analizi sonuçları aşağıda gösterilmektedir.

Sporcuların tekerlekli sandalyeli boy uzunluğu ile dinamik toplam şut ( $r=0.571$ ;  $p < 0.05$ ), statik top sürati ( $r=0.523$ ;  $p < 0.05$ ), illinois test ( $r=-0.745$ ;  $p < 0.01$ ), slalom test ( $r=-0.784$ ;  $p < 0.01$ ), 10 m sürat ( $r=-0.781$ ;  $p < 0.01$ ) ve 20 m sürat ( $r=-0.743$ ;  $p < 0.01$ ) performansları arasında yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edildi.

Sporcuların tekerlekli sandalyeli uzanma uzunluğu ile illinois test ( $r=-0.591$ ;  $p < 0.05$ ), slalom test ( $r=-0.660$ ;  $p < 0.01$ ), 10 m sürat ( $r=-0.687$ ;  $p < 0.01$ ) ve 20 m sürat ( $r=-0.604$ ;  $p < 0.05$ ) performansları arasındaki ilişkilerin yüksek düzeyde olduğu tespit edildi.

Sporcuların vücut ağırlıkları ile illinois test ( $r=-0.519$ ;  $p < 0.05$ ), slalom test ( $r=-0.588$ ;  $p < 0.05$ ), 10 m sürat ( $r=-0.648$ ;  $p < 0.01$ ) ve 20 m sürat ( $r=-0.590$ ;  $p < 0.05$ ) performansları arasındaki ilişkilerin negatif yönde orta ve yüksek düzeyde anlamlı olduğu tespit edildi.

Sporcuların tekerlekli sandalyeli vücut ağırlıkları ile slalom test ( $r=-0.569$ ;  $p < 0.05$ ), 5 m sürat ( $r=-0.544$ ;  $p < 0.05$ ), 10 m sürat ( $r=-0.676$ ;  $p < 0.01$ ) ve 20 m sürat ( $r=-0.594$ ;  $p < 0.05$ ) performansları arasındaki ilişkilerin negatif yönde orta ve yüksek düzeyde anlamlı olduğu tespit edildi.

Sporcuların kulaç uzunlukları ile slalom test ( $r=-0.621$ ;  $p < 0.05$ ) performansları arasında negatif yönde ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edildi.

Sporcuların dominant ve non-dominant kol uzunlukları ile TBBT performansları arasında anlamlı herhangi bir ilişki bulunamadı.

Omuz genişliği ile TBBT arasındaki ilişkiler incelendiğimizde, statik şut isabet oranı ( $r=0.590$ ;  $p < 0.05$ ), dinamik şut isabeti ( $r=0.523$ ;  $p < 0.05$ ), illinois test ( $r=-0.516$ ;  $p < 0.05$ ;  $p < 0.05$ ), slalom

test ( $r=-0.665$ ;  $p<0.01$ ) ve 20 m sürat ( $r=-0.632$ ;  $p<0.05$ ) performansları arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu tespit edildi.

Sporcuların dominant üst kol çevre ile dinamik şut isabeti ( $r=0.647$ ;  $p<0.01$ ), illinois test ( $r=-0.598$ ;  $p<0.05$ ), slalom test ( $r=-0.628$ ;  $p<0.05$ ) ve 20 sürat ( $r=-0.645$ ;  $p<0.01$ ) performansları arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu tespit edildi. Benzer şekilde sporcuların non-dominant üst kol çevreleri ile dinamik şut isabeti ( $r=0.620$ ;  $p<0.05$ ), illinois test ( $r=-0.588$ ;  $p<0.05$ ), slalom test ( $r=-0.587$ ;  $p<0.05$ ) ve 20 sürat ( $r=-0.639$ ;  $p<0.05$ ) performansları arasındaki ilişkilerin de anlamlı olduğu tespit edildi.

Sporcuların baskın ön kol çevre değerleri ile dinamik toplam şut ( $r=0.546$ ;  $p<0.05$ ), slalom test ( $r=-0.633$ ;  $p<0.05$ ), 10 m sürat ( $r=-0.535$ ;  $p<0.05$ ) ve 20 m sürat ( $r=-0.582$ ;  $p<0.05$ ) performansları arasındaki ilişkilerin orta ve yüksek düzeyde anlamlı olduğu tespit edildi. Sporcuların baskın olmayan ön kol çevre değerleri ile dinamik toplam şut ( $r=0.626$ ;  $p<0.05$ ), slalom test ( $r=-0.689$ ;  $p<0.01$ ), 10 m sürat ( $r=-0.580$ ;  $p<0.05$ ) ve 20 m sürat ( $r=0.639$ ;  $p<0.05$ ) performansları arasındaki ilişkilerin yüksek düzeyde olduğu tespit edildi.

Sporcuların baskın olmayan el uzunlukları ile 10 m sürat ( $r=-0.526$ ;  $p<0.05$ ) performansları arasında negatif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edildi.

Sporcuların baskın el genişlikleri ile statik şut isabet ( $r=0.544$ ;  $p<0.05$ ) ve statik şut isabet oranı ( $r=0.626$ ;  $p<0.05$ ) arasında orta ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edildi. Sporcuların baskın olmayan el genişlikleri ile statik şut isabet oranları ( $r=0.520$ ;  $p<0.05$ ) arasındaki ilişkilerin de orta düzeyde ve pozitif yönde anlamlı olduğu tespit edildi.

## TARTIŞMA

Bu çalışmada, TSB oyuncularının antropometrik özellikleri ile oyun performansları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen bulgular, sporcuların fiziksel özelliklerinin oyun performansları üzerinde önemli etkiler yarattığını göstermektedir. Özellikle, sporcuların tekerlekli sandalye ile ölçülen boy uzunluğu ve uzanma uzunluğu gibi vücut ölçüleri, performans parametreleriyle güçlü ve anlamlı ilişkiler sergilemektedir. Uzun boy ve uzanma uzunluğu, dinamik top sürati ve hızlı sprint süreleriyle ilişkilendirilmiştir. Bu bulgular, boy uzunluğunun TSB performansında kritik bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır; çünkü uzun boylu sporcular daha geniş bir hareket alanına sahip olup, aynı zamanda daha iyi bir görüş açısı sunarak hız ve çeviklik gerektiren testlerde daha başarılı olmaktadır (Cavedon vd., 2018; Stojanović vd., 2022). Ayrıca, sporcuların tekerlekli sandalyeli uzanma uzunluğu ile illinois testi, slalom testi, 10 m ve 20 m sürat performansları arasındaki yüksek düzeydeki ilişkiler, esnekliğin ve uzanma kapasitesinin performans üzerindeki önemli etkisini ortaya koymaktadır. Bu fiziksel özellikler, sporcuların manevra kabiliyetlerini artırarak daha hızlı ve etkili hareket etmelerini sağlamaktadır. Vücut ağırlığı ile yön değiştirme performansları arasındaki negatif yönde anlamlı ilişkiler, vücut ağırlığının TSB performansında önemli bir etken olduğunu göstermektedir. Tekerlekli sandalyeler, yüzeye temas halindeki sürtünmeyi kayma sürtünmesinden yuvarlanma sürtünmesine dönüştürerek ve yuvarlanma direncini azaltarak hareket ettirme için gereken kuvveti önemli ölçüde düşürür (Chua vd., 2010; Nabhan & Rashed, 2018). Bu bağlamda, ağır sporcuların zemine uyguladıkları basınç etkisi, tekerlekli sandalyenin sürtünme katsayısının azalması nedeniyle düşer. Vücut ağırlığının etkisi, tekerlekler sayesinde azalmakta olup, geriye yalnızca sporcuların ağırlıklarıyla ilişkili olan kuvvetler kalır. Bu kuvvetler, sporcuların hızlı tekerlek çevirmelerini sağlayarak sürat ve yön değiştirme performanslarını artırabilir.

Bununla birlikte, bazı araştırmalar kas ve vücut kütleindeki artış ile kuvvet arasında pozitif bir ilişki olduğunu bildirmektedir (Chen vd., 2013; Iturricastillo vd., 2015). Kısa sürede yer değiştirme performansının test edildiği protokoller ise güç ile ilişkilidir ve güç, kuvvet gelişimi ile artmaktadır (Marszalek & Molik, 2019; Tachibana vd., 2019; Yanci, Iturricastillo, vd.,

2015). Bu bulgular, vücut ağırlığının, özellikle yön değiştirme performansında, önemli bir faktör olduğunu ortaya koymakla birlikte, vücut ağırlığı ile performans arasındaki ilişkinin yalnızca ağırlığın etkisiyle sınırlı olmadığını, aynı zamanda kas gücü ve kuvvet gelişimi gibi diğer faktörlerle de etkileşimde olduğunu göstermektedir. Gelecekteki araştırmalar, bu karmaşık ilişkinin daha ayrıntılı şekilde incelenmesine olanak sağlayarak, sporcuların vücut kompozisyonunu optimize etmeye yönelik daha kapsamlı stratejiler geliştirilmesine katkı sağlayabilir.

Bulgular ayrıca, omuz genişliği ve üst kol çevresi gibi üst ekstremitte vücut ölçülerinin şut isabeti ve dinamik şut performansı ile pozitif ilişkiler gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bu sonuçlar, sporcuların fiziksel yapılarının ve belirli antropometrik özelliklerinin TSB performanslarını önemli ölçüde etkilediğini ve bu özelliklerin, sporcuların çeşitli performans parametrelerinde başarılı olmalarında kritik bir rol oynadığını göstermektedir. Daha önce yapılan çalışmalar, antropometrik özelliklerin TSB oyuncularındaki performansı etkileyen önemli göstergeler olduğunu vurgulamıştır (Granados vd., 2015; Molik vd., 2010). Ayrıca, performansı artırmak için uygun antropometrik özelliklere sahip olmanın önemi büyüktür (Ferraz vd., 2020; Lima-Borges vd., 2022). Boy uzunluğu ve vücut ağırlığı gibi fiziksel özellikler, TSB gibi elit seviyede rekabet edilen sporlarda başarı için temel kriterlerdir (Zarić vd., 2020). Gök and Makaracı (2022) tarafından yapılan bir araştırmada, artan boy uzunluğunun 20 m sprint ve slalom becerilerini olumlu şekilde desteklediği rapor edilmiştir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonuçları, fiziksel özelliklerin performans üzerinde önemli bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Boy uzunluğu ve uzanma uzunluğu gibi vücut ölçüleri, hız ve çeviklik gerektiren testlerde başarılı olmayı sağlayacak şekilde dinamik top sürati ve sprint süreleriyle güçlü ilişkiler göstermektedir. Ayrıca, vücut ağırlığı ile yön değiştirme performansı arasındaki negatif ilişki, ağır sporcuların vücut ağırlıklarını avantajlarına dönüştürebileceklerini göstermektedir. Çalışma, üst ekstremitte vücut ölçülerinin, özellikle şut performansı üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu ve uygun antropometrik özelliklerin TSB gibi yüksek performans gerektiren sporlarda başarı için kritik olduğunu vurgulamaktadır. Artan vücut ağırlığının, bazı durumlarda performansı olumsuz etkileyebileceği, ancak doğru teknikle bu ağırlığın avantaj sağlama potansiyeli olduğu belirtilmiştir.

Sonuç olarak, bu çalışma, TSB oyuncularının performansını artırmak için vücut kompozisyonunun optimize edilmesi gerektiğini ve teknik becerilerle fiziksel özelliklerin dengeli bir şekilde geliştirilmesinin önemini ortaya koymaktadır. Gelecekte yapılacak araştırmalar, bu faktörlerin performans üzerindeki etkilerini daha ayrıntılı inceleyerek çok yönlü bir antrenman yaklaşımının gerekliliğini vurgulamaktadır.

Gelecekteki araştırmalarda, TSB oyuncularının antropometrik özelliklerin, performans üzerindeki etkilerinin daha derinlemesine incelenmesi, antrenörlerin ve sporcuların uygun fiziksel yapıyla performanslarını optimize etmelerine yardımcı olacaktır.

## KAYNAKÇA

- Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine*, 18(3), 91-93. <https://doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001>
- Brasile, F. M. (1986). *Wheelchair basketball skills proficiencies versus disability classification*. 3(1), 6-13. <https://doi.org/10.1123/apaq.3.1.6>
- Brasile, F. M. (1990). *Performance evaluation of wheelchair athletes: More than a disability classification level issue in: Adapted physical activity quarterly*. 7(4), 289-297. <https://doi.org/10.1123/apaq.7.4.289>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Cavedon, V., Zancanaro, C., & Milanese, C. (2018). Anthropometry, body composition, and performance in sport-specific field test in female wheelchair basketball players. *Frontiers in Physiology, 9*, 568. <https://doi.org/10.3389/fphys.2018.00568>
- Chen, L., Nelson, D. R., Zhao, Y., Cui, Z., & Johnston, J. A. (2013). Relationship between muscle mass and muscle strength, and the impact of comorbidities: A population-based, cross-sectional study of older adults in the United States. *BMC Geriatrics, 13*(1), 74. <https://doi.org/10.1186/1471-2318-13-74>
- Chua, J., Fuss, F., & Subic, A. (2010). Rolling friction of a rugby wheelchair. *Procedia Engineering, 2*(2), 3071-3076. <https://doi.org/10.1016/j.proeng.2010.04.113>
- Ferraz, R., Branquinho, L., Loupo, R., Neiva, H., & Marinho, D. A. (2020). The relationship between anthropometric characteristics and sports performance in national-level young swimmers. *European Journal of Human Movement, 45*. <https://doi.org/10.21134/eurjhm.2020.45.2>
- Gök, E., & Makaracı, Y. (2022). *The influence of competitive level on the sports-specific performances of wheelchair basketball players*. 28, 117-135. <https://doi.org/10.52165/kinsi.28.3.117-135>
- Granados, C., Yanci, J., Badiola, A., Iturricastillo, A., Otero, M., Olasagasti, J., Bidaurrazaga-Letona, I., & Gil, S. M. (2015). Anthropometry and performance in wheelchair basketball. *Journal of Strength and Conditioning Research, 29*(7), 1812-1820. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000817>
- Hernandez-Beltran, V., Ibanez, S. J., Espada, M. C., & Gamonales, J. M. (2024). Sports analysis of wheelchair basketball game statistics. *Applied Sciences-Basel, 14*(7), 2923. <https://doi.org/10.3390/app14072923>
- Iturricastillo, A., Granados, C., & Yanci, J. (2015). Changes in body composition and physical performance in wheelchair basketball players during a competitive season. *Journal of Human Kinetics, 48*, 157-165. <https://doi.org/10.1515/hukin-2015-0102>
- Iturricastillo Urteaga, A., Fuentes Azpiroz, M., Lizundia Cortazar, M., & Granados Dominguez, C. (2022). Relationship between rate perceived exertion and anthropometric and physical changes in wheel chair basket ball. *E-BALONMANO COM, 18*(1), 45-54.
- IWBF Europe. (2024). *Wheelchair basketball*. <https://www.iwbf-europe.org/introduction/>
- Lima-Borges, D. S., Portilho, N. O., Araújo, D. S., Ravagnani, C. F. C., & Almeida, J. A. (2022). Anthropometry and physical performance in swimmers of different styles. *Science & Sports, 37*(7), 542-551. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2021.07.007>
- Marszalek, J., & Molik, B. (2019). Reliability of measurement of active trunk movement in wheelchair basketball players. *PLoS ONE, 14*(11), e0225515. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225515>
- Molik, B., Kosmol, A., Laskin, J., Morgulec-Adamowicz, N., Skučas, K., Dabrowska, A., Gajewski, J., & Ergun, N. (2010). Wheelchair basketball skill tests: Differences between athletes' functional classification level and disability type. *Fizyoterapi Rehabilitasyon, 21*, 11-19.
- Nabhan, A., & Rashed, A. (2018). Modeling and simulation of friction of wheelchair sliding on floors. *Journal of Egyptian Society of Tribology, 15*, 51-62. <https://doi.org/10.21608/JEST.2018.79400>
- Özdalyan, firat, Mancı, E., Gencoglu, C., Gümüş, H., & Kosova, S. (2022). Comparison of the shooting angles and shooting accuracy in wheelchair basketball and basketball players. *Journal of Human Movement Studies, 48*, 35-45. <https://doi.org/10.21134/eurjhm.2022.48.4>
- Soylu, C., Yildirim, N. U., Akalan, C., Akinoglu, B., & Kocahan, T. (2021). The relationship between athletic performance and physiological characteristics in wheelchair basketball athletes. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 92*(4), 639-650. <https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1762834>



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Stojanović, T., Zdražnik, M., Božić, D., Aleksic-Veljkovic, A., Markovic, A., & Stamenković, A. (2022). Anthropometric characteristics and agility of wheelchair basketball players: Differences and relationship with functional classification. *SportLogia*, 18, 68-77. <https://doi.org/10.5550/sgia.221801.en.szba>
- Tachibana, K., Mutsuzaki, H., Shimizu, Y., Doi, T., Hotta, K., & Wadano, Y. (2019). Influence of functional classification on skill tests in elite female wheelchair basketball athletes. *Medicina*, 55(11), 740. <https://doi.org/10.3390/medicina55110740>
- Vanlandewijck, Y. C., Daly, D. J., & Theisen, D. M. (1999). Field test evaluation of aerobic, anaerobic, and wheelchair basketball skill performances. *International Journal of Sports Medicine*, 20(8), 548-554. <https://doi.org/10.1055/s-1999-9465>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/JAMA.2013.281053>
- Yanci, J., Granados, C., Otero, M., Badiola, A., Olasagasti, J., Bidaurrazaga-Letona, I., Iturricastillo, A., & Gil, S. M. (2015). Sprint, agility, strength and endurance capacity in wheelchair basketball players. *Biology of Sport*, 32(1), 71-78. <https://doi.org/10.5604/20831862.1127285>
- Yanci, J., Iturricastillo, A., Lozano, L., & Granados, C. (2015). Physical fitness analysis according the functional classification in national wheelchair basketball players. *Ricyde-Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 11(40), 173-185. <https://doi.org/10.5232/ricyde2015.04006>
- Yüksel, M. F. (2021). Biomotor and technical features of wheelchair basketball players by classification: A pilot study. *Türk Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Dergisi*, 32(3), 95-102. <https://doi.org/10.21653/tjpr.862640>
- Zarić, I., Kukić, F., Jovičević, N., Zarić, M., Marković, M., Toskić, L., & Dopsaj, M. (2020). Body height of elite basketball players: Do taller basketball teams rank better at the FIBA World Cup? *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 3141. <https://doi.org/10.3390/ijerph17093141>



## TEKERLEKLİ SANDALYE BASKETBOL OYUNCULARININ KAYGI DÜZEYLERİ İLE ŞUT PERFORMANSI ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ\*

Büşra YÜCELİSOY<sup>1</sup>, Cengiz ÖLMEZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor ABD., Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0009-0005-0607-4726

E-posta: yucelsoyubusra1@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD., Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8584-6272

E-posta: cengizolmez@odu.edu.tr

### ÖZET

Kaygı, sporcuların performansını etkileyebilecek en önemli psikolojik faktörlerden biri olarak kabul edilmektedir. Özellikle yüksek düzeyde kaygı, bir oyuncunun konsantrasyonunu bozabilir, motor becerilerini olumsuz yönde etkileyebilir ve genel performansını düşürebilir. Tekerlekli sandalye basketbolu (TSB) gibi dinamik ve hızlı tempolu bir sporda, kaygının oyuncuların şut performansı üzerindeki etkisi daha belirginleşebilir. Bu çalışmanın amacı, TSB oyuncularının kaygı düzeyleri ile şut performansları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırma, 15 gönüllü TSB oyuncusuyla gerçekleştirildi. Sporcuların kaygı düzeyleri, 1990 yılında Smith ve arkadaşları tarafından geliştirilen ve 2006 yılında güncellenen Spor Kaygı Ölçeği-2 (SÖK-2) kullanılarak değerlendirildi. Şut performansı ise statik ve dinamik şut testleri ile ölçüldü. Bu testlerde, sporcuların toplam şut ve isabetli şut sayıları kaydedildi.

Yapılan analizler sonucunda, kaygı düzeyleri ile statik şut performansları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edildi ( $r=0.580$ ;  $p<0.05$ ). Elde edilen bulgular, TSB oyuncularının kaygı düzeylerinin şut performanslarını etkileyebileceğini göstermektedir. Sonuç olarak, kaygı düzeyleri ile statik şut performansları arasında orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edildi.

**Anahtar Kelimeler:** Kaygı, tekerlekli sandalye basketbol, şut performansı

---

\*Bu araştırma "Tekerlekli Sandalye Basketbol Oyuncularının Oyun Performansını Belirleyen Faktörler" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.



## THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY LEVELS AND SHOOTING PERFORMANCE OF WHEELCHAIR BASKETBALL PLAYERS\*

Büşra YÜCELİSOY<sup>1</sup>, Cengiz ÖLMEZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu University, Institute of Health Sciences, Department of Physical Education and Sports, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0009-0005-0607-4726

E-mail: yucelsoybusra1@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8584-6272

E-mail: cengizolmez@odu.edu.tr

### ABSTRACT

Anxiety is recognised as one of the most important psychological factors that can affect athletes' performance. Especially high levels of anxiety can impair a player's concentration, negatively affect motor skills, and decrease overall performance. In a dynamic and fast-paced sport such as wheelchair basketball, the effect of anxiety on players' shooting performance may be more pronounced. The aim of this study was to investigate the relationship between anxiety levels and shooting performance of wheelchair basketball players. The study was conducted with 15 volunteer wheelchair basketball players. Anxiety levels of the athletes were assessed using the Sports Anxiety Scale-2 (SAS-2), which was developed by Smith et al. in 1990 and updated in 2006. Shooting performance was measured by static and dynamic shooting tests. In these tests, the total number of shots and the number of accurate shots of the athletes were recorded.

As a result of the analyses, a positive and moderately significant relationship was found between anxiety levels and static shooting performance ( $r=0.580$ ;  $p<0.05$ ). The findings indicate that anxiety levels of wheelchair basketball players may affect their shooting performances.

As a result, it was found that there was a moderate relationship between anxiety levels and static shooting performance.

**Keywords:** Anxiety, shooting performance, wheelchair basketball

---

\*This research is derived from the master thesis titled 'Factors Determining the Game Performance of Wheelchair Basketball Players'.

## GİRİŞ

TSB, dünya genelinde artan sporcu sayısı ve popülerliğiyle dikkat çeken bir modifiye paraspondur (Iturricastillo vd., 2015; IWBf, 2016, 2018; Yanci vd., 2015). Engelli bireylerin yaşam kalitesini artırma çabaları, sporun bu süreçteki kritik rolünü vurgulamaktadır. TSB rekabetçi yapısı, sporcuların fiziksel becerilerinin yanı sıra psikolojik ve duygusal durumlarının da performanslarını etkileyen önemli faktörler arasında yer almaktadır (Puce vd., 2023). Bu bağlamda, kaygı, sporcuların performansını etkileyen kritik bir psikolojik faktör olarak öne çıkmaktadır (Vancini vd., 2019). Özellikle takım sporlarında, oyuncuların ruhsal durumları ve oyun içindeki stratejik yaklaşımları, kaygı nedeniyle derinden etkilenebilir (Fiorilli vd., 2013). Kaygı, bilişsel ve duygusal düzeyde çeşitli reaksiyonlara yol açarak, bireylerin dikkat, odaklanma ve karar verme süreçlerini olumsuz yönde etkileyebilir (Bosma & Van Yperen, 2020). Bu durum, özellikle şut performansı gibi kritik anlarda daha belirgin hale gelebilir. Statik ve dinamik şut performansı, TSB temel becerilerindedir ve oyuncuların kaygı düzeylerinin etkisi altında farklılaşabilir.

Bu çalışma, TSB oyuncularının kaygı düzeyleri ile şut performansı arasındaki ilişkinin incelenmesini amaçlamaktadır.

## YÖNTEM

### Araştırma Modeli

Araştırma, nicel araştırma desenlerinden tanımlayıcı ve ilişki arayıcı türde tasarlanmıştır (Özmen ve Karamustafaoğlu, 2023).

### Araştırma Grubu

Araştırma, Ordu Büyükşehir Belediyesi TSB Takımında ve Gazışehir Gaziantep TSB Takımında oynayan 15 oyuncunun (14 erkek, 1 kız) gönüllü katılımıyla gerçekleştirildi. Tüm sporcular ve yasal temsilcileri çalışma hakkında bilgilendirildi, olası riskler açıklandı. Sözlü bilgilendirmenin ardından Helsinki Deklarasyonu'na göre hazırlanmış yazılı bilgilendirilmiş onam formu verildi. Çalışma, Avrupa Konvansiyonu ve Helsinki Bildirgesi'nin etik ilkelerine uygun olarak yürütülmüştür (World Medical Association, 2013). Çalışma için Ordu Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 29.09.2023 tarihli 2023/244 sayılı kararına göre etik kurul onayı alınmıştır.

### Veri Toplama Araçları

#### Kaygı Düzeyinin Belirlenmesi

Sporcuların kaygı düzeyleri, Smith ve arkadaşları tarafından 1990 yılında geliştirilen ve 2006 yılında yenilenen Spor Kaygı Ölçeği-2 (SAS-2) kullanılarak incelendi (Smith vd., 1990, 2006). 4'lü likert tipte ve 15 maddeden oluşan SAS-2, her biri 5 maddeden oluşan somatik kaygı, endişe ve konsantrasyon bozukluğu alt boyutlarından oluşmaktadır. 2., 6., 10., 12. ve 14. maddeler somatik kaygı boyutunu, 3., 5., 8., 9., ve 11. maddeler endişe boyutunu ve 1., 4., 7., 13. ve 15. maddeler konsantrasyon bozukluğu boyutunu oluşturmaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği, Karadağ and Aşçı (2015) tarafından yapılmıştır. Kaygı düzeyinin zaman ya da mekan gibi kontrol değişkenlerinden etkilenmemesi için ölçümler, aynı zaman diliminde ve mekanda yapıldı. Sporcuların kaygı düzeyleri, şut performansı testinin hemen öncesinde, çevrimiçi veri toplama yöntemi (Google Forms) ile uygulandı.

#### Statik ve Dinamik Şut Performansının Belirlenmesi

Statik ve dinamik şut performansı testlerinin amacı, 24 sn içerisinde başarılabilen toplam şut ve isabetli şut performansını ölçebilmektir. Testlerin güvenilirlikleri, test tekrar test yöntemi ile

tespit edildi. Testlerin güvenilirliklerine ait sonuçlar, statik toplam şut ( $r= 0.738$ ), statik isabetli şut sayısı ( $r= 0.949$ ), dinamik toplam şut ( $r= 0.911$ ) ve dinamik isabetli şut sayısı ( $r= 0.853$ ) testlerinin yüksek düzeyde güvenilir olduklarını gösterdi ( $p<0.05$ ).

Statik şut performansı testi, serbest şut atış çizgisinden gerçekleştirildi. Sporcu, elinde topla hazır bir pozisyonda beklerken istediği anda testi başlatıldı. Test başladıktan sonra bir test asistanı süreyi kontrol ederken, diğer test asistanı her şuttan sonra sporcuya top beslemesi yaptı.

Dinamik şut performansı testi, statik şut performansı testine benzer şekilde serbest atış çizgisinden başladı. Ancak sporcu, ilk şuttan itibaren serbest olup sınırlı alan içerisinde istediği noktadan şut atışı yapabildi. Her atıştan sonra sporcuya top beslemesi yapıldı.

WB oyuncularının statik ve dinamik şut performanslarına ait isabet oranları, “[isabetli şut/toplam şut)x100]” formülü ile hesaplandı.

### Verilerin Analizi

İstatistiksel analizler SPSS (SPSS 25.0 versiyonu, Chicago, IL) kullanılarak gerçekleştirildi. Sonuçlar ortalama değerler ( $X$ )  $\pm$  standart sapma (SD) ve minimum-maksimum (Aralık) olarak raporlandı. Veri normalliği Shapiro-Wilk ve Q-Q grafiği testleri ile değerlendirildi. Pearson korelasyon analizinde,  $>0.30$  zayıf korelasyon,  $0.3-0.6$  orta,  $0.6-0.8$  yüksek ve  $0.8-1.0$  mükemmel korelasyon olarak belirlendi (Akoglu, 2018). Tüm istatistiksel sonuçlar  $0.05$ 'in altında bir olasılık düzeyinde anlamlı kabul edildi ( $p<0.05$ ).

### BULGULAR

Araştırmaya katılan TSB oyuncularının sporcuların kaygı düzeyleri ile şut performansı arasındaki korelasyon analizi sonuçları gösterilmektedir.

Tablo 1. Sporcuların Kaygı Düzeyleri ile Şut Performansı Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

|          |         | Somatic Anxiety | Worry  | Concentration Disorder | General Anxiety |        |
|----------|---------|-----------------|--------|------------------------|-----------------|--------|
| Shooting | Static  | Total Shot      | 0.063  | -0.003                 | 0.251           | 0.108  |
|          |         | Hits            | -0.075 | 0.509                  | 0.478           | 0.413  |
|          |         | Rate (%)        | -0.163 | <b>0.580*</b>          | 0.469           | 0.417  |
|          | Dynamic | Total Shot      | -0.180 | -0.272                 | -0.381          | -0.339 |
|          |         | Hits            | -0.379 | 0.181                  | 0.034           | -0.021 |
|          |         | Rate (%)        | -0.307 | 0.292                  | 0.188           | 0.117  |

Sporcuların kaygı puanları ile TBBT performansları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, endişe puanları ile statik şut isabet oranları arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edildi ( $r=0.580$ ;  $p<0.05$ )

### TARTIŞMA

Elde edilen bulgular, sporcuların kaygı düzeylerinin şut performansları üzerinde önemli etkiler yarattığını göstermektedir. Özellikle, kaygının belirli bir düzeyde ve doğru bir şekilde yönetildiğinde, sporcuların statik şut performanslarını artırabileceği bulunmuştur. Statik şut gibi dikkat ve odaklanma gerektiren becerilerde, kaygının motive edici bir etki yaratabileceği ve sporcuların performanslarını iyileştirebileceği gözlemlenmiştir. Bu da kaygının, belirli performans parametreleri üzerinde olumlu etkiler yapabileceğini göstermektedir.

Bu bulgulara paralel olarak, kaygı ve endişe gibi psikolojik faktörlerin, kontrol edilemez düzeylere ulaşması durumunda, spor performansını olumsuz yönde etkileyebileceği literatürde

de belirtilmiştir (Bosma & Van Yperen, 2020; Gruda & Ojo, 2023). Aşırı kaygı, performansı düşürerek sporcuların zihinsel ve fizyolojik durumlarını olumsuz etkileyebilmektedir (Adi vd., 2023). Örneğin, hızlı kalp atışı, terleme, kas gerginliği gibi fizyolojik problemler ve olumsuz içsel konuşmalar, dikkat dağınıklığı gibi bilişsel zorluklar meydana gelebilir (Desai vd., 2022; Vaughan vd., 2023). Bu durum, performans üzerinde negatif bir etki yaratabilir (Henning vd., 2020; Reardon vd., 2024).

Kaygının etkilerini açıklayan Ters-U hipotezi'ne göre, orta düzeydeki kaygı, performansı artırırken, yüksek düzeydeki kaygı aşırı fizyolojik ve bilişsel yanıtlarla performansı düşürebilir (Arent & Landers, 2003). Ayrıca, anksiyete yaralanma riskini artırabilir ve rehabilitasyon sürecini geciktirebilir (Iverson vd., 2022; Li vd., 2017). Stresli durumlara verilen yetersiz tepkiler, yaralanma riskini etkileyebilir ve bu durum, sporcuların rehabilitasyon süreçlerinde olumsuz etkiler yaratabilir (Ford vd., 2017; Passarotto vd., 2023).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, kaygı, belirli bir düzeyde ve doğru yönetildiğinde, sporcuların şut performansını olumlu yönde etkileyebilir. Özellikle dikkat ve odaklanma gerektiren statik şutlarda, kaygı motivasyon kaynağı olabilir ve şut performansını artırabilir

Sporculara kaygı yönetimi konusunda eğitim verilmelidir. Bu eğitimler, sporcuların kaygıyı motive edici bir faktör olarak kullanmalarına yardımcı olabilir. Sporculara düzenli olarak psikolojik destek sağlanmalıdır. Bu destek, sporcuların kaygı düzeylerini kontrol etmelerine ve performanslarını iyileştirmelerine yardımcı olabilir. Sporcuların bireysel kaygı düzeylerine göre özelleştirilmiş antrenman programları geliştirilmelidir. Bu programlar, sporcuların kaygı yönetimi becerilerini geliştirmelerine ve performanslarını optimize etmelerine yardımcı olabilir. Gelecekteki çalışmalar, farklı yaş ve deneyim seviyelerindeki sporcular üzerinde yapılmalı ve kaygının şut performansı üzerindeki etkileri daha ayrıntılı incelenmelidir. Bu öneriler, TSB oyuncularının şut performanslarını artırmak ve kaygı yönetimi stratejilerini geliştirmek için önemli bilgiler sunmaktadır.

## KAYNAKÇA

- Adi, S., Aliriad, H., Kusuma, D., Arbanisa, W., & Winoto, A. (2023). Athletes' stress and anxiety Before the match. *Indonesian Journal of Physical Education and Sport Science*, 4, 11-21. <https://doi.org/10.52188/ijpess.v4i1.535>
- Arent, S. M., & Landers, D. M. (2003). Arousal, anxiety, and performance: A reexamination of the Inverted-U hypothesis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74(4), 436-444. <https://doi.org/10.1080/02701367.2003.10609113>
- Bosma, N., & Van Yperen, N. W. (2020). A quantitative study of the impact of functional classification on competitive anxiety and performance among wheelchair basketball athletes. *Frontiers in Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.558123>
- Desai, U., Shetty, A. D., M, T., A, A. S., Nekar, G., & B, S. (2022). Detection of anxiety in psychiatric patients using physiological signals. *2022 IEEE 19th India Council International Conference (INDICON)*, 1-5. <https://doi.org/10.1109/INDICON56171.2022.10040142>
- Fiorilli, G., Iuliano, E., Aquino, G., Battaglia, C., Giombini, A., Calcagno, G., & di Cagno, A. (2013). Mental health and social participation skills of wheelchair basketball players: A controlled study. *Research in Developmental Disabilities*, 34(11), 3679-3685. <https://doi.org/10.1016/j.ridd.2013.08.023>
- Ford, J. L., Ildefonso, K., Jones, M. L., & Arvinen-Barrow, M. (2017). Sport-related anxiety: Current insights. *Open Access Journal of Sports Medicine*, 8, 205-212. <https://doi.org/10.2147/OAJSM.S125845>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Gruda, D., & Ojo, A. (2023). All I do is win, win, win no matter what? Pre-game anxiety and experience predict athletic performance in the NBA. *Current Research in Behavioral Sciences*, 5, 100120. <https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2023.100120>
- Henning, M., Subic-Wrana, C., Wiltink, J., & Beutel, M. (2020). Anxiety disorders in patients with somatic diseases. *Psychosomatic Medicine*, 82(3), 287. <https://doi.org/10.1097/PSY.0000000000000779>
- Iturricastillo, A., Granados, C., & Yanci, J. (2015). Changes in body composition and physical performance in wheelchair basketball players during a competitive season. *Journal of Human Kinetics*, 48, 157-165. <https://doi.org/10.1515/hukin-2015-0102>
- Iverson, G. L., Greenberg, J., & Cook, N. E. (2022). Anxiety is associated with diverse physical and cognitive symptoms in youth presenting to a multidisciplinary concussion clinic. *Frontiers in Neurology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fneur.2021.811462>
- IWBF. (2016, Temmuz 28). Our Game. *IWBF - International Wheelchair Basketball Federation*. <https://iwbf.org/the-game/>
- IWBF. (2018, Ocak 11). History of wheelchair basketball. *IWBF - International Wheelchair Basketball Federation*. <https://iwbf.org/the-game/history-wheelchair-basketball/>
- Karadağ, D., & Aşçı, F. (2015). *The reliability and validity of the Sport Anxiety Scale-2 for adolescent athletes*.
- Li, H., Moreland, J. J., Peek-Asa, C., & Yang, J. (2017). Preseason anxiety and depressive symptoms and prospective injury risk in collegiate athletes. *The American Journal of Sports Medicine*, 45(9), 2148-2155. <https://doi.org/10.1177/0363546517702847>
- Passarotto, E., Worschech, F., & Altenmüller, E. (2023). The effects of anxiety on practice behaviors and performance quality in expert pianists. *Frontiers in Psychology*, 14. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1152900>
- Puce, L., Biz, C., Cerchiaro, M., Scapinello, D., Giarrizzo, L., Trompetto, C., Marinelli, L., Trabelsi, K., Samanipour, M. H., Bragazzi, N. L., & Ruggieri, P. (2023). Young para-athletes display more hedonic well-being than people with disabilities not taking part in competitive sports: Insights from a multi-country survey. *Frontiers in Psychology*, 14, 1176595. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1176595>
- Reardon, C. L., Gorczyński, P., Hainline, B., Hitchcock, M., & Rice, S. (2024). Anxiety disorders in athletes. *Clinics in Sports Medicine*, 43(1), 33-52. <https://doi.org/10.1016/j.csm.2023.06.002>
- Smith, R., Smoll, F., Cumming, S., & Grossbard, J. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The sport Anxiety Scale-2. *Journal of sport and Exercise Psychology*, 28, 479-501. <https://doi.org/10.1123/jsep.28.4.479>
- Smith, R., Smoll, F., & Schutz, R. (1990). Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: The Sport Anxiety Scale. *Anxiety Stress and Coping - ANXIETY STRESS COPING*, 2, 263-280. <https://doi.org/10.1080/08917779008248733>
- Vancini, R. L., Gomes, A. A., de Paula-Oliveira, H., de Lira, C., Rufo-Tavares, W., Andrade, M. S., Sarro, K. J., Sampaio, M. M., Viana, R. B., Nikolaidis, P. T., Rosemann, T., & Knechtle, B. (2019). Quality of Life, Depression, Anxiety Symptoms and Mood State of Wheelchair Athletes and Non-athletes: A Preliminary Study. *Frontiers in Psychology*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01848>
- Vaughan, P., Tewson, A., Morgan, P., & Boydell, K. (2023). "Chains Weigh Heavy": Body mapping embodied experiences of anxiety. *The Qualitative Report*, 28(2), 583-606. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2023.5712>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Yanci, J., Granados, C., Otero, M., Badiola, A., Olasagasti, J., Bidaurrezaga-Letona, I., Iturricastillo, A., & Gil, S. M. (2015). Sprint, agility, strength and endurance capacity in wheelchair basketball players. *Biology of Sport*, 32(1), 71-78. <https://doi.org/10.5604/20831862.1127285>





## KALÇA KUVVETİ VE DİZ KUVVET ÜRETİM ZAMANI ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Şeyma Tuba ACAR<sup>1</sup>, Cengiz ÖLMEZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD., Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0009-0007-2536-1143

E-posta: stuba.acar@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD., Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8584-6272

E-posta: cengizolmez@odu.edu.tr

### ÖZET

Taekwondo tekmelerinin oluşumunda diz fleksiyon ve ekstansiyon hareketleri temel unsurlar gibi gözükse de tekme hızının artırılması ve vuruş gücünün maksimize edilmesinde diz ve kalça eklemlerinin koordinasyonu, kas gücü ve hareket açıklığı büyük önem taşır. Bu çalışmanın amacı, kalça fleksör ve ekstansörlerinin üretebildiği zirve tork ile diz fleksör ve ekstansörlerinin zirve torka ulaşma süresi arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Araştırma, yarışmacı durumundaki 20 elit taekwondo sporcusunun gönüllü katılımı ile gerçekleştirildi. Sporcuların izokinetik kuvvet performansları, Cybex (Humac Norm) izokinetik kuvvet dinamometresi (CSMI, Stoughton, MA) kullanılarak incelenmiştir. Sporcuların diz izokinetik kuvvet ölçümleri 60°/sn, 180°/sn ve 300°/sn açısal hızlarda; kalça izokinetik kuvvet ölçümleri ise 60°/sn ve 180°/sn açısal hızlarda değerlendirilmiştir. Yapılan incelemede, sporcuların 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki baskın (B) ve baskın olmayan (BO) izokinetik kalça FLX ve EXT zirve torkları ile, 180°/s ve 300°/s açısal hızlardaki izokinetik diz EXT ve FLX zirve torka ulaşma süreleri arasındaki ilişkilerin orta ve yüksek düzeyde anlamlı olduğu tespit edildi ( $p<0.05$ ). Ayrıca elde edilen bulgular, 60°/s ve 180°/s açısal hızlardaki kalça kuvvetinin, genellikle BO diz EXT ve FLX zirve torka ulaşma süreleri ile ilişkili olduğunu gösterdi. Sonuç olarak, sporcuların artan kalça FLX ve EXT kuvveti, diz FLX ve EXT zirve torka ulaşma sürelerini kısaltarak hareketin hızını artırmaktadır. Bu durum, taekwondo için hayati önemde olan tekme süratini doğrudan etkileyerek, sporcuların etkili vuruşlar yapabilmesini sağlamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Taekwondo, Güç, Tekme Sürati, Kuvvet Performansı



## INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN HIP STRENGTH AND KNEE STRENGTH PRODUCTION TIME

Şeyma Tuba ACAR<sup>1</sup>, Cengiz ÖLMEZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0009-0007-2536-1143

E-mail: stuba.acar@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8584-6272

E-mail: cengizolmez@odu.edu.tr

### ABSTRACT

Although knee flexion and extension movements seem to be the basic elements in the formation of taekwondo kicks, coordination, muscle strength and range of motion of the knee and hip joints are of great importance in increasing the kicking speed and maximizing the kicking power. The aim of this study was to investigate the relationship between the peak torque produced by hip flexors and extensors and the time to peak torque produced by knee flexors and extensors. The study was conducted in 20 elite taekwondo athletes with voluntary participation. The isokinetic strength performances of the athletes were analyzed using Cybex (Humac Norm) isokinetic strength dynamometer (CSMI, Stoughton, MA). Knee isokinetic strength measurements of the athletes were evaluated at angular velocities of 60°/sec, 180°/sec and 300°/sec; hip isokinetic strength measurements were evaluated at angular velocities of 60°/sec and 180°/sec. It was found that the relationships between the dominant (D) and non-dominant (ND) isokinetic hip FLX and EXT peak torques at angular velocities of 60°/s and 180°/s and the isokinetic knee EXT and FLX peak torque reaching times at angular velocities of 180°/s and 300°/s were moderate and highly significant ( $p < 0.05$ ). The findings also showed that hip strength at angular velocities of 60°/s and 180°/s were generally related to the time to reach peak torque of ND knee EXT and FLX. In conclusion, the increased strength in hip flexion and extension reduces the time to reach peak torque in knee flexion and extension, thereby increasing the speed of movement. This directly impacts kick speed, which is crucial for taekwondo, enabling athletes to execute effective strikes.

**Keywords:** Taekwondo, Power, Kick Speed, Strength Performance



## GİRİŞ

Kuvvet ve güç, taekwondo sporcularının performansını belirleyen temel fiziksel özellikler arasında yer almaktadır (Hammami, Ouergui, Zinoubi, Zouita Ben Moussa, & Ben Salah, 2014; Ölmez, 2021, 2023). Sporcular, rakiplerine üstünlük sağlayarak puan kazanabilmek için hızlı ve etkili tekmeler sergilemek durumundadır. Tekme hızı ve süresinin, sporcunun alt ekstremite kuvveti ve özellikle kalça çevresindeki kas gruplarının gücü ile doğrudan ilişkili olduğu gösterilmiştir (Casolino vd., 2012).

Olimpik taekwondo müsabakalarına yönelik teknik analizler, tekmenin yarışmalarda birincil saldırı becerisi olduğunu vurgulamaktadır. Bu durum, tekmelerin hem hedef alınabilecek alanının genişliği hem de bacakların sağladığı daha uzun menzil avantajı ile açıklanabilir. Ayrıca, kalça kaslarının ürettiği yüksek kuvvet, tekmelerin rakibe yumruklara kıyasla daha fazla kinetik enerji aktarabilmesini mümkün kılmaktadır (Casolino vd., 2012). Bu bağlamda, kalça kuvvetinin geliştirilmesi, tekme hızını ve etkinliğini artırarak taekwondo performansını optimize edebilir.

Taekwondo sporunda kalça kuvvetinin tekme performansı ile olan ilişkisi, uzun yıllardır araştırmacıların dikkatini çeken bir konu olmuştur. Bu bağlamda, Moreira ve arkadaşları (2021) tarafından yürütülen bir çalışmada, kalça kuvveti ile taekwondo tekme performansları arasında pozitif bir ilişki olduğu rapor edilmiştir. Ancak, literatürde diz fleksör ve ekstansörlerinin zirve torca ulaşma süreleri ile kalça fleksör ve ekstansörlerinin üretebildiği zirve tork arasındaki ilişkilerin yeterince incelenmediği görülmektedir. Bu nedenle, çalışmamızın amacı, bu eksikliği gidermek adına, kalça fleksör ve ekstansörlerinin zirve tork üretimi ile diz fleksör ve ekstansörlerinin zirve torca ulaşma süreleri arasındaki ilişkilerin araştırılmasıdır.

## MATERYAL VE METOT

### Tasarım ve Prosedürler

Bu çalışma, kalça fleksör ve ekstansör kaslarının üretebildiği zirve tork ile diz fleksör ve ekstansör kaslarının zirve torca ulaşma süreleri arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla tasarlanmıştır.

Tablo 1. Araştırma akış şeması

|  |
|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>➤ Kayıt ve bilgilendirme işlemleri</li><li>➤ Antropometrik ölçümler<br/>İzokinetik kuvvet cihazında yapılacak testlerin tanıtılması</li><li>➤ Diz EXT-FLX<br/>Dinlenme</li><li>➤ Kalça EXT-FLX</li><li>➤ Toplanan verilerin analizi</li><li>➤ Yorumlama ve sonuç raporunun yazılması</li></ul> |
|--|

Araştırma, Tablo 1'de detaylandırılan akış şemasına göre toplam altı aşamada yürütülmüştür. İlk olarak, katılımcıların kaydı ve bilgilendirilmesi gerçekleştirilmiş, ardından fiziksel özelliklerinin ölçümü tamamlanmıştır. Sonraki aşamada ise antropometrik ve motorik ölçümler yapılmıştır. Verilerin toplanması ve test süreçlerinde, sporcuların optimal düzeyde toparlanabilmesi için gerekli süre sağlanmış ve bu süreçte yorucu fiziksel aktivitelerden kaçınılması istenmiştir.



## Katılımcılar

Araştırma, yarışmacı durumundaki 20 elit taekwondo sporcusunun (yaş: 14,25±1,07; boy: 156,19±13,61 cm; vücut ağırlığı: 52,62±6,25 kg; VKİ: 21.68±4.74 kg/m<sup>2</sup>) gönüllü katılımı ile gerçekleştirildi. Tüm sporcular ve yasal temsilcileri çalışma hakkında bilgilendirildi, olası riskler açıklandı. Sözlü bilgilendirmenin ardından Helsinki Deklarasyonu'na göre hazırlanmış yazılı bilgilendirilmiş onam formu verildi. Çalışma, Avrupa Konvansiyonu ve Helsinki Bildirgesi'nin etik ilkelerine uygun olarak yürütülmüştür (World Medical Association, 2013).

## Veri Toplama Sürecinde Uygulanan Ölçüm ve Testler

Sporcuların izokinetik kuvvet performansları, Cybex (Humac Norm) izokinetik kuvvet dinamometresi (CSMI, Stoughton, MA) kullanılarak incelendi. Her sporcu için, ölçüm yapılacak ekstremitenin ve kaldıraç kolunun ağırlığı hesaplandı. Bu yöntemle, bilgisayar yazılımı kullanılarak yerçekimi etkisi hesaplanmış ve tork değerleri belirlenmiştir.

Diz fleksiyon ve ekstansiyon kuvveti ölçümleri, 0-90 derecelik hareket açıklığında ve 60°/s, 180°/s ile 300°/s açısal hızlarda gerçekleştirilmiştir. Kalça fleksiyon ve ekstansiyon kuvveti ölçümleri ise 0-120 derecelik hareket açıklığında ve 60°/s ile 180°/s açısal hızlarda yapılmıştır. Setler arasında 60 saniyelik dinlenme süresi tanınmıştır. Testlerden önce, sporculara 60°/s açısal hızda 10 tekrardan oluşan bir deneme seti yaptırılarak hem ısınmaları hem de test sürecine adaptasyonları sağlanmıştır. Her açısal hız öncesinde, yüklenmeye alışmaları için 3 tekrarlı kısa bir deneme seti daha uygulanmıştır. Tüm ölçümler, konsantrik protokol (con/con) ile gerçekleştirilmiştir.

## İstatistiksel Analiz

İstatistiksel analizler SPSS (SPSS 25.0 versiyonu, Chicago, IL) kullanılarak gerçekleştirildi. Sonuçlar ortalama değerler ± standart sapma olarak raporlandı. Veri normalliği Shapiro-Wilk ve Q-Q grafiği ile incelendi. Sporcuların tüm ölçüm ve testlerine ait ortalama ve standart sapmalar tanımlayıcı istatistikler ile, değişkenler arasın ilişkiler ise pearson korelasyon analizi ile incelendi.

Tüm istatistiksel sonuçlar 0,05'in altında bir olasılık düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir (p<0,05). Korelasyon analizinde >0,30 zayıf korelasyon, 0,3-0,5 orta, 0,6-0,8 yüksek ve 0,8-1,0 mükemmel korelasyon olarak belirlenmiştir (Akoglu, 2018).

## BULGULAR

Sporcuların, 60°/s açısal hızdaki kalça izokinetik zirve torku ile diz zirve torka ulaşma süreleri arasındaki ilişki (Tablo 1.) ile 180°/s açısal hızdaki kalça izokinetik zirve torku ile diz zirve torka ulaşma süreleri arasındaki ilişkiler (Tablo 2.) incelendi.



Tablo 1. 60°/s Açısal Hızdaki Kalça İzokinetik Zirve Torku İle Diz Zirve Torka Ulaşma Süreleri Arasındaki İlişki

|                      | 60°/s  |        |        |        | 180°/s |        |         |        | 300°/s |        |        |         |
|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|---------|
|                      | B      |        | BO     |        | B      |        | BO      |        | B      |        | BO     |         |
|                      | EXT    | FLX    | EXT    | FLX    | EXT    | FLX    | EXT     | FLX    | EXT    | FLX    | EXT    | FLX     |
| EXT ZT (Nm)          | -0,034 | -0,241 | -0,200 | -0,113 | -0,110 | -0,113 | -0,334  | -0,012 | -0,205 | -0,297 | -,477* | -,526*  |
| EXT ZT (%BW) (watts) | -0,109 | -0,440 | -0,079 | -0,300 | -0,160 | -0,102 | -0,239  | -0,125 | -0,238 | -0,182 | -0,441 | -,514*  |
| FLX ZT (Nm)          | 0,054  | 0,203  | -0,193 | 0,181  | -0,075 | -0,215 | -0,416  | 0,098  | -0,112 | -0,187 | -0,292 | -0,279  |
| FLX ZT (%BW) (watts) | 0,031  | 0,030  | -0,017 | -0,051 | -0,149 | -0,284 | -0,394  | -0,078 | -0,203 | -0,083 | -0,288 | -0,321  |
| EXT ZT (Nm)          | -0,143 | -0,050 | -0,338 | 0,284  | 0,033  | -0,065 | -0,312  | 0,296  | -0,268 | 0,008  | -,470* | -0,180  |
| EXT ZT (%BW) (watts) | -0,168 | -0,226 | -0,137 | 0,056  | 0,003  | -0,068 | -0,188  | 0,153  | -0,328 | 0,166  | -0,403 | -0,165  |
| FLX ZT (Nm)          | -0,100 | 0,097  | -0,270 | 0,050  | -0,190 | -0,369 | -,630** | -0,161 | -0,317 | -0,318 | -0,440 | -,552*  |
| FLX ZT (%BW) (watts) | -0,157 | -0,089 | -0,111 | -0,185 | -0,263 | -0,439 | -,580** | -0,349 | -0,404 | -0,219 | -0,416 | -,607** |

\*p<0.05; \*\*p<0.01; B : Baskın; BO: Baskın Olmayan; EXT-ZT: Extansiyon Zirve Tork; FLX-ZT: Flexsiyon Zirve Tork; %BW: Zirve Tork Vücut Ağırlığına Göre Normalleştirilmiş Hali

Çalışma verilerine göre sporcuların, 60°/sn açısal hızda kalça izokinetik baskın EXT zirve torku ile diz baskın olmayan 300°/sn açısal hızdaki EXT ve FLX zirve torka ulaşma süreleri arasında negatif yönlü, orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (r =-0.477,-0.526; p <0.05). Ayrıca, kalça baskın EXT zirve torkunun vücut ağırlığına göre normalleştirilmiş değeri ile diz baskın olmayan 300°/sn açısal hızdaki fleksiyon zirve torkuna ulaşma süreleri arasında negatif yönlü, orta düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edildi (r =-0.514; p <0.05).

Kalça baskın olmayan EXT zirve torkuna ulaşma süreleri ile diz baskın olmayan 300°/sn açısal hızdaki EXT zirve torkuna ulaşma süresi arasında da negatif yönlü, orta düzeyde anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir (r =-0.470; p <0.05).

Kalça baskın olmayan FLX zirve torku ile diz baskın olmayan 180°/sn açısal hızdaki EXT ve 300°/sn açısal hızdaki FLX zirve torklarına ulaşma süreleri arasında negatif yönlü, orta ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edildi (r =-0.630,-0.552; p <0.05).

Son olarak, kalça baskın olmayan FLX zirve torkunun vücut ağırlığına göre normalleştirilmiş değeri ile diz FLX zirve torkuna ulaşma süreleri arasında baskın olmayan 180°/sn açısal hızda EXT ve 300°/sn açısal hızda FLX zirve torklarına ulaşma süreleri arasında negatif yönlü, orta ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edildi (r =-0.580,-0.607; p <0.05).

Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir (p> 0.05).



Tablo 2. 180°/s Açısal Hızdaki Kalça İzokinetik Zirve Torku ile Diz Zirve Torka Ulaşma Süreleri Arasındaki İlişki

|                         | 60°/s  |        |        |        | 180°/s |        |         |        | 300°/s |        |        |        |
|-------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|--------|--------|--------|--------|--------|
|                         | B      |        | BO     |        | B      |        | BO      |        | B      |        | BO     |        |
|                         | EXT    | FLX    | EXT    | FLX    | EXT    | FLX    | EXT     | FLX    | EXT    | FLX    | EXT    | FLX    |
| EXT ZT (Nm)             | -0,091 | -0,369 | -0,300 | -0,021 | -0,061 | -0,102 | -0,288  | 0,067  | -0,230 | -0,233 | -,536* | -,474* |
| EXT ZT (%BW)<br>(watts) | -0,071 | -,475* | -0,171 | -0,126 | -0,033 | -0,092 | -0,187  | 0,014  | -0,225 | -0,120 | -,470* | -0,435 |
| FLX ZT (Nm)             | -0,041 | 0,000  | -0,310 | 0,183  | -0,090 | -0,224 | -,563** | 0,031  | -0,232 | -0,217 | -,495* | -0,343 |
| FLX ZT (%BW)<br>(watts) | -0,012 | -0,209 | -0,082 | -0,023 | -0,074 | -0,234 | -,444*  | -0,096 | -0,241 | -0,044 | -0,428 | -0,311 |
| EXT ZT (Nm)             | -0,101 | -0,330 | -0,123 | -0,115 | -0,076 | -0,217 | -0,259  | -0,005 | -0,263 | -0,134 | -0,437 | -,505* |
| EXT ZT (%BW)<br>(watts) | -0,099 | -0,430 | 0,010  | -0,230 | -0,058 | -0,233 | -0,173  | -0,067 | -0,253 | -0,016 | -0,366 | -,467* |
| FLX ZT (Nm)             | -0,114 | 0,039  | -0,270 | 0,159  | -0,140 | -0,407 | -,588** | -0,164 | -,454* | -0,259 | -0,404 | -,516* |
| FLX ZT (%BW)<br>(watts) | -0,102 | -0,089 | -0,079 | -0,006 | -0,135 | -,461* | -,520*  | -0,298 | -,493* | -0,130 | -0,335 | -,512* |

\*p<0.05; \*\*p<0.01; B : Baskın; BO: Baskın Olmayan; EXT-ZT: Extansiyon Zirve Tork; FLX-ZT: Flexsiyon Zirve Tork; %BW: Zirve Tork Vücut Ağırlığına Göre Normalleştirilmiş Hali

Çalışma verilerine göre, sporcuların kalça izokinetik baskın 180°/s açısal hızdaki EXT zirve torkları ile diz baskın olmayan 300°/s açısal hızdaki EXT ve FLX zirve torklarına ulaşma süreleri arasında negatif yönlü, orta düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (r =-0.536,-0.474; p <0.05). Ayrıca, kalça baskın EXT zirve torkunun vücut ağırlığına göre normalleştirilmiş değeri ile diz baskın 60°/s açısal hızda baskın FLX zirve torkuna ulaşma süreleri arasında pozitif yönlü, orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edildi (r =-0.475; p <0.05).

Benzer şekilde, kalça izokinetik baskın EXT zirve torkunun vücut ağırlığına göre normalleştirilmiş değeri ile diz baskın olmayan 300°/s EXT zirve torkuna ulaşma süreleri arasında negatif yönlü, orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edildi (r =-0.470; p <0.05).

Kalça izokinetik baskın fleksiyon zirve torkları ile diz 180°/s açısal hızda EXT ve 300°/s açısal hızda EXT zirve torklarına ulaşma süreleri arasında negatif yönlü, orta ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur (r =-0.563,-0.495; p <0.05). Son olarak, kalça baskın FLX zirve torkunun vücut ağırlığına göre normalleştirilmiş değeri ile diz EXT baskın olmayan zirve torkuna ulaşma süreleri arasında negatif yönlü, orta düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (r =-0.444; p <0.05).

Kalça izokinetik baskın olmayan EXT zirve tork değerleri ile diz baskın olmayan 300°/s FLX zirve torka ulaşma süreleri arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (r =-0.505; p <0.05).

Kalça izokinetik baskın olmayan EXT zirve torkunun vücut ağırlığına göre normalleştirilmiş değeri ile diz baskın olmayan 300°/s FLX zirve torka ulaşma süreleri arasında negatif yönlü anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (r =-0.476; p <0.05).

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Kalça izokinetik baskın olmayan FLX zirve tork değerleri ile diz baskın 180°/s açısız hızda EXT, baskın 300°/s açısız hızda EXT ve 300°/s açısız hızda FLX zirve torka ulaşma süreleri arasında negatif yönlü orta ve yüksek düzeyli anlamlı ilişki tespit edildi ( $r = -0.588, -0.454, -0.516$ ;  $p < 0.05$ ).

Kalça izokinetik baskın olmayan FLX zirve torkunun vücut ağırlığına göre normalleştirilmiş değeri ile diz baskın 180°/s açısız hızda FLX ve baskın olmayan EXT, baskın 300°/s EXT ve baskın olmayan 300°/s açısız hızda FLX zirve torka ulaşma süreleri arasında orta ve yüksek düzeyli anlamlı ilişkiler olduğu tespit edildi ( $r = -0.461, -0.520, -0.493, -0.512$ ;  $p < 0.05$ ).

Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ( $p > 0.05$ ).

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın bulguları, 60°/sn açısız hızda kalça izokinetik EXT ve FLX zirve torkları ile diz 180°/sn ve 300°/sn açısız hızdaki EXT ve FLX zirve torka ulaşma süreleri arasında orta ve yüksek düzeyde negatif yönlü anlamlı ilişkiler olduğunu ortaya koymaktadır ( $p < 0.05$ ). Bu durum, kalça bölgesindeki zirve tork üretiminin artmasının, özellikle yüksek açısız hızlarda dizin zirve torka ulaşma süresini kısalttığını göstermektedir.

Kalça ve diz eklem kaslarının güç ve hız ilişkisine yönelik bu bulgular, literatürdeki önceki çalışmalarla uyumludur. Moreira ve arkadaşlarının (2021) çalışmasında da kalça kuvveti ile tekme performansı arasında pozitif ilişkiler olduğu bildirilmiştir. Benzer şekilde, kalça bölgesindeki artan kuvvet kapasitesinin, alt ekstremitte kinetik zinciri üzerinde pozitif etkiler yaratarak diz eklem hareketlerini optimize ettiği söylenebilir.

Bu çalışmada, özellikle yüksek açısız hızlarda (180°/sn ve 300°/sn) kalça izokinetik zirve tork değerlerinin, sporcuların zirve torka ulaşma sürelerini kısaltması dikkat çekicidir. Bu bulgu, dinamik ve hızlı hareketlerde kalça kaslarının gücünün önemini vurgulamaktadır. Özellikle yüksek performans gerektiren spor dallarında, kalça bölgesinin kuvvet kapasitesinin artırılması, diz eklem hareketlerinde zamanlama avantajı sağlayabilir. Bu durumda sporcuların kalça kuvvetleri ile baskın yöndeki diz zirve torka ulaşma süreleri arasındaki ilişkileri optimize etmek için sporcuları antrenmanlarda diğer guard üzerinde çalışmalarını önerilebilir.

Sonuç olarak, 60°/sn ve 180°/sn açısız hızlarda üretilen kalça izokinetik zirve torku, taekwondo sporcularının genellikle 180°/sn ve 300°/sn açısız hızlardaki diz FLX ve EXT zirve torka ulaşma sürelerini kısaltmaktadır. Bu durum, taekwondo için hayati önemde olan tekme süratini doğrudan etkileyerek, sporcuların etkili vuruşlar yapabildiğini sağlayabilir.

### KAYNAKÇA

- Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine*, 18(3), 91-93. <https://doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001>
- Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine*, 18(3), 91-93. <https://doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001>
- Casolino, E., Cortis, C., Lupo, C., Chiodo, S., Minganti, C., & Capranica, L. (2012). Physiological versus psychological evaluation in taekwondo elite athletes. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 7(4), 322-331. <https://doi.org/10.1123/ijsp.7.4.322>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/JAMA.2013.281053>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Hammami, N., Ouergui, I., Zinoubi, B., Zouita Ben Moussa, A., & Ben Salah, F.-Z. (2014). Relationship between isokinetic and explosive strength among elite Tunisian taekwondo practitioners. *Science & Sports*, 29(3), 150-155. <https://doi.org/10.1016/j.scispo.2013.07.013>
- Moreira, P. V. S., Falco, C., Menegaldo, L. L., Goethel, M. F., de Paula, L. V., & Gonçalves, M. (2021). Are isokinetic leg torques and kick velocity reliable predictors of competitive level in taekwondo athletes? *PLoS ONE*, 16(6), e0235582. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0235582>
- Ölmez, C. (2021). Determining the motor skills affecting the distance to the opponent in taekwondo. *Pakistan Journal of Medical and Health Sciences*, 15(10), 2999-3003. <https://doi.org/10.53350/PJMHS2115102999>
- Ölmez, C. (2023). Taekwondo Sporcularının Kuadriseps ve Hamstring Kuvvet Performanslarının İncelenmesi: Metaanaliz Çalışması. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 15(2), 202-213. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2022-93959>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/JAMA.2013.281053>





## BEL AĞRILI BİREYLERDE POSTÜR, AĞRI DÜZEYİ VE VÜCUT DENGESİ ARASINDAKİ İLİŞKİLERİN İNCELENMESİ

Şeyma Tuba ACAR<sup>1</sup>, Cengiz ÖLMEZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD., Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0009-0007-2536-1143

E-posta: stuba.acar@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor ABD., Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8584-6272

E-posta: cengizolmez@odu.edu.tr

### ÖZET

Postüral hizalama ve vücut dengesi, fiziksel uygunluk ve genel sağlık açısından kritik öneme sahiptir. Bu unsurların iyileştirilmesi, bireylerde hareket verimliliğinin artmasına, günlük yaşam aktivitelerinin daha rahat gerçekleştirilmesine ve özellikle bel ağrısı gibi yaygın sorunların hafifletilmesine yardımcı olabilir. Bu araştırmanın amacı, postüral hizalanma, vücut dengesi arasındaki ve bel ağrısı düzeyi arasındaki ilişkilerin incelenmesidir. Araştırma, sedanter 11 kadın gönüllünün katılımıyla gerçekleştirilmiş olup, bu katılımcıların postür, denge performansı ve ağrı düzeyi analiz edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda, postür ön pelvis hizası ile sağ ayak statik denge medio-lateral sapma değerleri arasında negatif yönlü ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlendi ( $r = -0.603$ ;  $p = 0.050$ ). Katılımcıların postür ön diz değerleri ile sağ ayak statik denge ileri-geri sapma ( $r = -0.770$ ;  $p = 0.006$ ) ve sağ ayak statik denge elips alanı ( $r = -0.648$ ;  $p = 0.031$ ) değerleri arasında da benzer şekilde negatif yönlü ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler tespit edildi. Ayrıca, katılımcıların postür ön ayak hizalanma değerleri ile sol ayak statik denge ileri-geri sapma değerleri arasında negatif yönlü ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptandı ( $r = -0.639$ ;  $p = 0.034$ ). Katılımcıların postür ön hizalanma değerleri ile sağ ayak statik denge medio-lateral sapma ( $r = -0.637$ ;  $p = 0.035$ ), sol ayak statik denge basınç merkezi sağa-sola hareketi ( $r = 0.693$ ;  $p = 0.018$ ), sol ayak statik denge ileri-geri sapma ( $r = -0.627$ ;  $p = 0.039$ ), sol ayak statik denge ileri-geri sapma ortalaması ( $r = -0.638$ ;  $p = 0.035$ ) ve sol ayak statik denge elips alanı ( $r = -0.605$ ;  $p = 0.049$ ) değerleri arasında da negatif yönlü ve yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Katılımcıların ağrı puanları ile denge performansları arasında yapılan incelemede ise, ağrı değerlendirme ölçeği puanları ile Y eksenindeki sapma puanları arasındaki ilişkilerin pozitif yönde ve yüksek düzeyde anlamlı olduğu tespit edildi ( $r = 0.681$ ;  $p = 0.021$ ). Sonuç olarak, bel ağrısı ve postüral bozukluklar, vücut dengesi olumsuz etkileyen faktörler olabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Bel Ağrısı, Denge, Postüral Bozukluk, Ağrı Değerlendirilmesi



**EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP  
BETWEEN POSTURE, PAIN LEVEL AND  
BODY BALANCE IN INDIVIDUALS WITH  
LOW BACK PAIN**

Şeyma Tuba ACAR<sup>1</sup>, Cengiz ÖLMEZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0009-0007-2536-1143

E-mail: stuba.acar@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8584-6272

E-mail: cengizolmez@odu.edu.tr

**ABSTRACT**

Postural alignment and body balance are critical for physical fitness and general health. Improving these elements can help individuals to increase movement efficiency, perform activities of daily living more comfortably and alleviate common problems such as low back pain. The aim of this study was to examine the relationships between postural alignment, body balance and low back pain level. The study was conducted with the participation of 11 sedentary female volunteers, and posture, balance performance and pain level of these participants were analyzed. The analysis revealed a significant negative and high-level relationship between anterior pelvic alignment and the static medio-lateral sway values of the right foot ( $r = -0.603$ ;  $p = 0.050$ ). Similarly, significant negative relationships were found between anterior knee alignment and the static anterior-posterior sway ( $r = -0.770$ ;  $p = 0.006$ ) and ellipse area ( $r = -0.648$ ;  $p = 0.031$ ) of the right foot. Additionally, a significant negative and high-level relationship was identified between anterior foot alignment and the static anterior-posterior sway values of the left foot ( $r = -0.639$ ;  $p = 0.034$ ). Further analysis showed significant negative relationships between anterior alignment and several balance parameters, including right foot static medio-lateral sway ( $r = -0.637$ ;  $p = 0.035$ ), left foot center of pressure X displacement ( $r = -0.693$ ;  $p = 0.018$ ), left foot static anterior-posterior sway ( $r = -0.627$ ;  $p = 0.039$ ), left foot average anterior-posterior sway ( $r = -0.638$ ;  $p = 0.035$ ), and left foot static ellipse area ( $r = -0.605$ ;  $p = 0.049$ ). In the analysis between the pain scores and balance performances of the participants, it was found that the relationship between the pain assessment scale scores and the Y-axis deviation scores was positive and highly significant ( $r=0.681$ ;  $p=0.021$ ). In conclusion, low back pain and postural disorders emerge as critical factors that adversely affect body balance.

**Keywords:** Low Back Pain, Balance, Postural Disorders, Pain Assessment

## GİRİŞ

Postüral hizalanma ve vücut dengesi, fiziksel uygunluk ve genel sağlık açısından kritik öneme sahiptir. Bu unsurların iyileştirilmesi, bireylerde hareket verimliliğinin artmasına, günlük yaşam aktivitelerinin daha rahat gerçekleştirilmesine ve özellikle bel ağrısı gibi yaygın sorunların hafifletilmesine yardımcı olabilir. İdeal bir postür ve dengeli bir vücut yapısı, kas-iskelet sistemi üzerindeki yük dağılımını optimize ederek, hareket verimliliğinin artırılmasına olanak tanır. Bu durum, günlük yaşam aktivitelerinin daha rahat ve güvenli bir şekilde gerçekleştirilmesine katkı sağlar. Özellikle, postüral hizalamadaki bozuklukların neden olabileceği bel ağrısı, kas dengesizliklerinin önlenmesi, bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik sağlıklarını olumlu yönde etkileyebilir. Bu bağlamda, postür ve dengenin iyileştirilmesine yönelik müdahalelerin, yaşam kalitesini artırmada ve yaygın kas iskelet sistemi problemlerinin önlenmesinde önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir (Leivas vd., 2022). Bu araştırmanın amacı, postüral hizalanma, vücut dengesi ve bel ağrısı düzeyi arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

## MATERYAL VE METOT

### Tasarım ve Prosedürler

Araştırma, Tablo 1'de detaylandırılan akış şemasına göre toplam beş aşamada yürütülmüştür. İlk olarak, 1. Gün katılımcıların kayıt işlemleri gerçekleştirilmiş ve süreç hakkında bilgi verilmiştir. 2. Gün katılımcıların bel bölgelerinde hissettikleri ağrı şiddetini belirlemek için Sayısal Ağrı Değerlendirme Ölçeği (NPRS) kullanılmıştır. Ardından 2. Gün denge ölçümü tamamlanmıştır ve sonraki aşamada postür analizleri yapılmıştır. Verilerin toplanması ve test süreçlerinde, katılımcıların optimal düzeyde toparlanabilmesi için gerekli süre sağlanmış ve bu süreçte yorucu fiziksel aktivitelerden kaçınmaları istenmiştir.

Tablo 1. Araştırma akış şeması

| Aşama                 | Gün    | Açıklama  |
|-----------------------|--------|---|
| 1. Kayıt              | 1. Gün | Katılımcının bilgileri alındı ve kayıt işlemleri tamamlandı.                              |
| 2. Bilgilendirme      | 1. Gün | Katılımcıya süreç, ölçüm yöntemleri ve amaçları hakkında bilgi verildi.                   |
| 3. Ağrı Değerlendirme | 2. Gün | Katılımcıların bel ağrı düzeyi için, Sayısal Ağrı Değerlendirme Ölçeği (NPRS) kullanıldı. |
| 4. Denge Ölçümü       | 2. Gün | Katılımcının denge durumu değerlendirildi; statik ölçümü tamamlandı.                      |
| 5. Postür Ölçümü      | 2. Gün | Katılımcının postür analizi yapıldı; postürel bozukluklar değerlendirildi.                |

### Katılımcılar

Araştırma, sedanter 11 kadın gönüllünün katılımıyla gerçekleştirilmiş olup, bu katılımcıların postür, denge performansı ve ağrı düzeyi analiz edildi. Tüm katılımcılar çalışma hakkında bilgilendirildi, olası riskler açıklandı. Sözlü bilgilendirmenin ardından Helsinki Deklarasyonu'na göre hazırlanmış yazılı bilgilendirilmiş onam formu verildi. Çalışma, Avrupa Konvansiyonu ve Helsinki Bildirgesi'nin etik ilkelerine uygun olarak yürütülmüştür (World Medical Association, 2013).



## Veri Toplama Sürecinde Uygulanan Ölçüm ve Testler

Statik denge ölçümleri için TecnoBody Prokin 252N (Pk-Manop-05-en-01 Bergamo, İtalya) cihazı kullanıldı. Araştırma öncesi katılımcıların 3 kez cihaza uyum amaçlı deneme yapmalarına izin verildi ve 5 dk'lık dinlenme süresinden sonra test gerçekleştirildi.

Katılımcıların bel bölgelerinde hissettikleri ağrı şiddetini belirlemek için NPRS kullanıldı. Bu yöntem, hastaların ağrılarını sayısal olarak ifade etmelerini sağlar. NPRS'de "0" ağrının olmadığını, "10" ise en yüksek ve dayanılmaz ağrıyı temsil eder (Eti Aslan, 2002).

Postür değerlendirmesi, Apece-AI Postür Değerlendirme ve Düzeltme Sistemi® (New Body Technologies SAS, Grenoble, Fransa) isimli mobil uygulama kullanılarak, katılımcıların ayakta duruş pozisyonlarındaki görüntüleri elde edilerek yapıldı. Postür analizi sırasında, yanlış referans konumlandırması kaynaklı önyargıları en aza indirmek amacıyla katılımcıların en az kıyafetle analizi tabii olmaları sağlandı. Aynı sebeple, uzman tarafından katılımcıların vücutlarına, uygulamanın belirlediği referans noktalarına karşılık gelen işaretleyiciler yerleştirildi (Trovato vd., 2022).

## İstatistiksel Analiz

İstatistiksel analizler SPSS (SPSS 25.0 versiyonu, Chicago, IL) kullanılarak gerçekleştirildi. Sonuçlar ortalama değerler ( $X$ )  $\pm$  standart sapma (SD) olarak raporlandı. Veri normalliği Shapiro-Wilk ve Q-Q grafiği ile incelendi. Sporcuların tüm ölçüm ve testlerine ait ortalama ve standart sapmalar tanımlayıcı istatistikler ile, değişkenler arası ilişkiler ise Pearson korelasyon analizi ile incelendi. Tüm istatistiksel sonuçlar 0,05'in altında bir olasılık düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Korelasyon analizinde  $>0,30$  zayıf korelasyon, 0,3-0,5 orta, 0,6-0,8 yüksek ve 0,8-1,0 mükemmel korelasyon olarak belirlenmiştir (Akoglu, 2018).

## BULGULAR

Katılımcıların, postür ve sağ ayak statik denge parametreleri arasındaki ilişkiler (Tablo 1) ile postür ve sol ayak statik denge parametreleri arasındaki ilişkiler (Tablo 2) incelendi.

Tablo 1. Postür ve sağ statik denge parametreleri arasındaki ilişkiler

| SAĞ      | COPX   | COPY   | AP      | ML     | Elips alan |
|----------|--------|--------|---------|--------|------------|
| Kulak    | 0,258  | 0,358  | -0,445  | -0,067 | -0,267     |
| Omuz     | -0,027 | 0,526  | -0,212  | -0,174 | -0,243     |
| Kalça    | 0,383  | 0,256  | -0,213  | -,603* | -0,518     |
| Diz      | 0,298  | -0,124 | -,770** | -0,386 | -,648*     |
| Ayak     | 0,060  | 0,576  | -0,382  | -0,364 | -0,496     |
| Ön Hiza  | 0,577  | 0,029  | -0,139  | -,637* | -0,485     |
| Yan Hiza | -0,544 | -0,138 | 0,206   | 0,420  | 0,353      |

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; COPX: Sağa-Sola Yöntünde Basınç Merkezi, COPY: Öne-Arkaya Yöntünde Basınç Merkezi, AP: Anterior-Posterior, ML: Medio-Lateral, ELİPS ALAN: Basınç merkezinin hareket ettiği bölge

Postür ve sağ ayak statik denge parametreleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi sonucunda, postürün ön kalça hizası ile dengeye ilişkin medio-lateral değerler arasında negatif yönlü, yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki tespit edildi ( $r = -0,603$ ;  $p < 0,05$ ).

Postür ve sağ ayak statik denge parametreleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde, postürün ön diz hizası ile dengeye ilişkin anterior-posterior ve elips alan değerleri arasında negatif yönlü, yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edildi ( $r = -0.770, -0.648$ ;  $p < 0.05$ ).

Son olarak, postür ve sağ ayak statik denge parametreleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi sonucunda, genel ön hizalanma ve dengeye ilişkin medio-lateral değerler arasında negatif yönlü, yüksek düzeyde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir ( $r = -0.637$ ;  $p < 0.05$ ).

Tablo 2. Postür ve sol statik denge parametreleri arasındaki ilişkiler

| SOL      | COPX   | COPY   | AP     | ML     | Elips alan |
|----------|--------|--------|--------|--------|------------|
| Kulak    | 0,379  | 0,220  | -0,265 | -0,187 | -0,216     |
| Omuz     | -0,201 | 0,334  | -0,403 | 0,207  | -0,165     |
| Kalça    | -0,150 | 0,246  | -0,578 | -0,151 | -0,406     |
| Diz      | 0,179  | 0,254  | -0,547 | -0,368 | -0,508     |
| Ayak     | -0,209 | 0,465  | -,639* | -0,180 | -0,503     |
| Ön Hiza  | ,693*  | 0,581  | -,627* | -0,457 | -,605*     |
| Yan Hiza | -0,540 | -0,460 | 0,505  | 0,346  | 0,449      |

\* $p < 0,05$ ; \*\* $p < 0,01$ ; COPX: Sağa-Sola Yönünde Basınç Merkezi, XOPY: Öne-Arkaya Yönünde Basınç Merkezi, AP: Anterior-Posterior, ML: Medio-Lateral, ELİPS ALAN: Basınç merkezinin hareket ettiği bölge

Postür ve sol ayak statik denge parametreleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi sonucunda, postürün ön ayak hizası ve denge değerleri arasında anterior-posterior değerleri arasında negatif yönlü yüksek düzeyli anlamlı ilişkiler olduğu tespit edildi ( $r = -0.639$ ;  $p < 0.05$ ).

Postür ön hizalanma ve sol ayak denge sağ-sol yönde basınç merkezi değerleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyli anlamlı ilişkiler olduğu tespit edildi ( $r = -0.693$ ;  $p < 0.05$ ).

Özellikle postür ön hizalanma ve denge değerleri arasında anterior-posterior ve elips alan değerleri arasında negatif yönlü yüksek düzeyli anlamlı ilişkiler olduğu tespit edildi ( $r = -0.627, -0.605$ ;  $p < 0.05$ ).

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma, postüral bozukluklar ile vücut denge parametreleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi sonucunda, postürdeki bozulmalar ile anterior-posterior, medio-lateral ve sağ-sol yönde basınç merkezi sapmalarında yüksek düzeyli anlamlı ilişkilerin olduğunu ortaya koymuştur. Postüral hizalamadaki bozulmalar, vücut dengesini sağlamak için çeşitli adaptasyonlara yol açabilir. Bu adaptasyonlar, dengeyi sürdürebilmek adına vücudun farklı düzeylerdeki mekanik ve nöromüsküler stratejiler geliştirmesine olanak tanıyabilir. Ancak, insan vücudunun kinetik bir zincir olduğu göz önünde bulundurulduğunda, bu adaptasyonlar farklı kas iskelet problemlerine yol açabilir. Dolayısıyla, postür bozuklukları ve denge arasındaki ilişkiyi anlamak, yalnızca dengeyi iyileştirmeye yönelik müdahalelerin değil, olası yan etkilerin de göz önünde bulundurulması gerektiğini göstermektedir. Bu durumların daha iyi anlaşılabilmesi ve sağlıklı adaptasyonların geliştirilmesi için daha detaylı araştırmalar ve incelemeler gerekmektedir. Sonuç olarak, bel ağrısı ve postüral bozukluklar, vücut dengesi olumsuz etkileyen faktörler olabilir.

## KAYNAKÇA

Akoglu, H. (2018). User's guide to correlation coefficients. *Turkish Journal of Emergency Medicine*, 18(3), 91-93. <https://doi.org/10.1016/j.tjem.2018.08.001>

Eti Aslan F. (2002) Ağrı değerlendirme yöntemleri. C.Ü Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi. 6(1):9-16.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Leivas, E. G., Corrêa, L. A., & Nogueira, L. A. C. (2022). The relationship between low back pain and the basic lumbar posture at work: A retrospective cross-sectional study. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 95(1), 25-33. <https://doi.org/10.1007/s00420-021-01778-9>
- Trovato, B., Roggio, F., Sortino, M., Zanghì, M., Petrigna, L., Giuffrida, R., & Musumeci, G. (2022). Postural Evaluation in Young Healthy Adults through a Digital and Reproducible Method. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 7(4), Article 4. <https://doi.org/10.3390/jfmk7040098>
- World Medical Association. (2013). World Medical Association Declaration of Helsinki: Ethical principles for medical research involving human subjects. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. <https://doi.org/10.1001/JAMA.2013.281053>



## KADIN TENİS SPORCULARINDA WHEY PROTEİN TAKVİYESİNİN BAZI PERFORMANS PARAMETRELERİNE ETKİSİ

Gaye KANIK<sup>1</sup>, Zehra KARGIN<sup>2</sup>, Halit ŞAR<sup>3</sup>, Ahmet MOR<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Sinop Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0009-0004-4762-1418

E-posta: 240152001@ogrenci.sinop.edu.tr

<sup>2</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0009-0002-1005-1226

E-posta: zkargin@sinop.edu.tr

<sup>3</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-9866-5403

E-posta: hsar@sinop.edu.tr

<sup>4</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-1181-1111

E-posta: amor@sinop.edu.tr

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, kadın tenis sporcularında Whey Protein tüketiminin performans üzerine akut etkilerini incelemektir. Bu çalışmaya 18-25 yaş grubu, aktif ve antrenmanlı 12 kadın tenisçi (yaş:  $21,66 \pm 1,43$  yıl; spor yaşı:  $9,41 \pm 3,14$  yıl; boy uzunluğu:  $160,25 \pm 0,74$  cm; vücut ağırlığı:  $56,93 \pm 14,89$  kg; beden kitle indeksi (BKİ):  $22,08 \pm 4,58$  kg/m<sup>2</sup>) gönüllü olarak katıldı. Çalışma, tek kör, çapraz-döngülü ve karşıt dengeli deneysel dizayn olarak tasarlandı ve üç test gününde 48 saatlik aralıklarla gerçekleştirildi. Sporculara whey protein (30 g + 300 ml su), plasebo (kalorisiz tatlandırıcı + 300 ml su) ve 300 ml su (kontrol) verildi. Her katılımcıya, üç test gününde suplementasyondan 30 dakika sonra, dikey sıçrama, görsel reaksiyon zamanı, T çeviklik testi, 10-20 m sürat testi, el kavrama kuvveti ve top hızı performans testleri uygulandı. Her yapılan ölçüm sonrasında Algılanan Zorluk Derecesini (AZD) değerlendirmek için Borg Skalası, ölçümden sonraki gün ise gecikmiş kas ağrısını belirlemek için Görsel Analog Skala (GAS) kullanıldı. Ayrıca gastrointestinal sistem bozukluklarında sıklıkla görülen semptomları değerlendirmek için Gastrointestinal Symptom Değerlendirme Ölçeği (GSDÖ) uygulandı. Çalışmada elde edilen verilere uygulanacak olan testlerin seçimi öncesinde hata terimlerinin normal dağılım gösterip göstermediğini kontrol etmek amacı ile Shapiro-Wilk normallik testi yapıldı. Değişkenler arası farklılık repeated-measures ANOVA ile analiz edildi. Testler sonucunda dikey sıçrama, anaerobik güç, pençe kuvveti, top hızı (Servis-Backhand-Forehand), AZD, GSDÖ, görsel reaksiyon toplam, görsel reaksiyon ortalama ve görsel reaksiyon en yavaş değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı fark olmadığı tespit edildi ( $p>0,05$ ). Bunun yanında, 10-20 m sürat, T çeviklik testi, GAS, görsel reaksiyon en hızlı ve görsel reaksiyon son değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edildi ( $p<0,05$ ). Bu bulgular, whey proteininin özellikle antrenman öncesi dönemde kas protein sentezini destekleyerek kasların enerji verimliliğini artırdığı ve kas yorgunluğunu geciktirdiğine dair mevcut literatürü desteklemektedir. Ayrıca, reaksiyon süresindeki iyileşmeler, amino asitlerin nörotransmitter sentezine katkı sağlayarak sporcuların hızlı karar alma yeteneklerini geliştirdiğini göstermektedir. Sonuç olarak, çalışmamız, whey protein tüketiminin sürat ve görsel

reaksiyon zamanı performans parametreleri üzerinde olumlu akut etkiler sağladığını ortaya koymuştur. Buna ek olarak, çalışma bulguları değerlendirildiğinde, sporcular üzerinde plasebonun da etkili olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Besin Takviyesi, Whey Protein, Sportif Performans, Tenis

## THE EFFECT OF WHEY PROTEIN SUPPLEMENTATION ON SOME PERFORMANCE PARAMETERS IN FEMALE TENNIS ATHLETES

Gaye KANIK<sup>1</sup>, Zehra KARGIN<sup>2</sup>, Halit ŞAR<sup>3</sup>, Ahmet MOR<sup>4</sup>

<sup>\*1</sup>Sinop University, Institute of Graduate Studies, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0009-0004-4762-1418

E-mail: 240152001@ogrenci.sinop.edu.tr

<sup>2</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0009-0002-1005-1226

E-mail: zkargin@sinop.edu.tr

<sup>3</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-9866-5403

E-posta: hsar@sinop.edu.tr

<sup>4</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education, Sinop, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-1181-1111

E-mail: amor@sinop.edu.tr

### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the acute effects of whey protein intake on performance in female tennis athletes. Twelve active and trained female tennis players aged between 18 and 25 years (age:  $21.66 \pm 1.43$  years; sports experience:  $9.41 \pm 3.14$  years; height:  $160.25 \pm 0.74$  cm; body weight:  $56.93 \pm 14.89$  kg; body mass index (BMI):  $22.08 \pm 4.58$  kg/m<sup>2</sup>) voluntarily participated in this study. The study was designed as a single-blind, counterbalanced, and cross-over experimental design and conducted over three test days with 48-hour intervals. Athletes were given whey protein (30 g + 300 ml water), a placebo (calorie-free sweetener + 300 ml water) and 300 ml of water (control). On each of the three test days 30 minutes after supplementation, participants underwent a series of performance tests, including vertical jump, visual reaction time, T-agility test, 10-20 m sprint tests, handgrip strength, and ball speed tests. After each test, the Borg Scale was used to assess perceived exertion (PE), and on the following day, a Visual Analog Scale (VAS) was used to measure delayed-onset muscle soreness (DOMS). Additionally, a Gastrointestinal Symptom Assessment Scale (GSAS) was administered to evaluate symptoms commonly associated with gastrointestinal disorders. Before determining which tests to apply to the collected data, the Shapiro-Wilk normality test was conducted to check for the normal distribution of error terms. Differences among variables were analyzed using repeated-measures ANOVA. The results indicated no statistically significant differences in vertical jump, anaerobic power, handgrip strength, ball speed (Serve-Backhand-Forehand),



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

perceived exertion, GSAS, total visual reaction time, average visual reaction time and slowest visual reaction time ( $p>0.05$ ). However, statistically significant differences were observed in the 10-20 m sprint, T-agility test, DOMS, fastest visual reaction time, and final visual reaction time values ( $p<0.05$ ). These findings support existing literature suggesting that whey protein, particularly when consumed before training, may enhance muscle protein synthesis, increase energy efficiency in muscles, and delay muscle fatigue. Furthermore, improvements in reaction time indicate that amino acids may contribute to neurotransmitter synthesis, enhancing athletes' rapid decision-making abilities. In conclusion, our study found that whey protein intake has positive acute effects on performance parameters such as speed and visual reaction in female tennis players. In conclusion, our study demonstrated that whey protein intake has positive acute effects on performance parameters such as speed and visual reaction time. contributed to the results observed in the athletes.

**Keywords:** Whey Protein, Performance, Acute, Tennis



## DERS DIŞI EGZERSİZ PROGRAMINA KATILAN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN OKUL AİDİYETLERİNİN İNCELENMESİ

Fatih ÖZGÜL<sup>1</sup> Murat KANGALGİL<sup>2</sup> Ahmet TEMEL<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,  
Giresun, Türkiye

ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0002-8671-9854> E-posta:  
fatih.ozgul@giresun.edu.tr

<sup>2</sup>Dokuz Eylül Üniversitesi, Necati Hekkon Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi  
Bölümü, İzmir, Türkiye ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0002-7480-199X> E-  
posta: mkangalgil@gmail.com

<sup>3</sup>Milli Eğitim Bakanlığı, Aksaray, Türkiye

ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0001-9215-6106> E-posta:  
dr.ahmettemel@gmail.com

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı, ders dışı egzersiz programına katılan ortaokul öğrencilerinin okul aidiyet durumlarının incelemektir. Araştırma 12 haftalık ön test – son test kontrol gruplu yarı deneysel modelde tasarlanmıştır. Çalışma grubunu 2023 – 2024 eğitim öğretim yılında Aksaray’da öğrenimlerine devam eden 616 öğrenci oluşturmuştur. Deney grubu öğrencileri beden eğitimi dersi için haftalık 6 saat egzersiz çalışmasına katılırken kontrol grubuna herhangi bir müdahale uygulaması yapılmamıştır. Veriler “Okul Aidiyet Duygusu Ölçeği” yardımıyla toplanmıştır. Verilerin analizinde, tanımlayıcı istatistikler, aritmetik ortalama, t testi, paired samples t testi ve ANOVA testi yapılmıştır. Araştırma bulgularında deney ve kontrol grubundaki öğrencilerin olumlu okul aidiyet duygusuna sahip oldukları görülmüştür. Deney grubundaki öğrencilerin okula bağlılık, reddedilmişlik boyutlarında ve ölçeğin genelinde son test lehine anlamlı okul aidiyet duygusu gelişimi kaydedilmiştir. Kontrol grubundaki öğrencilerin okula bağlılıkları anlamlı olarak artarken, reddedilmişlik boyutu ve ölçeğin genelinde anlamlı bir gelişme izlenmemiştir. Deney grubundaki öğrencilerin okul aidiyet duygusu gelişimi kontrol grubuna kıyasla anlamlı olarak yükseliş göstermiştir. Araştırmanın sonucunda ders dışı beden eğitimi egzersiz çalışmalarına katılan öğrencilerin süreç içerisinde daha olumlu okul aidiyet duygusu geliştirdiği tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Beden Eğitimi ve Spor, Ders Dışı Egzersiz, Okul Aidiyeti, Ortaokul, Öğrenci



## INVESTIGATION OF SCHOOL BELONGING OF MIDDLE SCHOOL STUDENTS PARTICIPATING IN EXTRACURRICULAR EXERCISE PROGRAM

Fatih ÖZGÜL<sup>1</sup> Murat KANGALGİL<sup>2</sup> Ahmet TEMEL<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Giresun University, Faculty of Sport Sciences, Coaching Education Department,  
Giresun, Türkiye

ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0002-8671-9854> E-posta: fatih.ozgul@giresun.edu.tr

<sup>2</sup>Dokuz Eylül University, Necati Hepkon Faculty of Sport Sciences, Physical Education  
Department, İzmir, Türkiye ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0002-7480-199X> E-  
posta: mkangalgil@gmail.com

<sup>3</sup>Milli Eğitim Bakanlığı, Aksaray, Türkiye

ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0001-9215-6106> E-posta:  
dr.ahmettemel@gmail.com

### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the school belonging status of middle school students participating in an extracurricular exercise program. The research was designed in a quasi-experimental model with a 12-week pre-test - post-test control group. The study group consisted of 616 students continuing their education in Aksaray in the 2023-2024 academic year. While the experimental group students participated in a 6-hour weekly exercise study for physical education class, no intervention was applied to the control group. Data were collected with the help of the "Sense of School Belonging Scale". Descriptive statistics, arithmetic mean, t test, paired samples t test and ANOVA test were used to analyze the data. The findings of the study showed that the students in the experimental and control groups had a positive sense of school belonging. The students in the experimental group showed a significant improvement in the sense of school belonging in the dimensions of school attachment, rejection and the overall scale in favor of the post-test. While the school engagement of the students in the control group increased significantly, no significant improvement was observed in the rejection dimension and the overall scale. The development of the sense of school belonging of the students in the experimental group showed a significant increase compared to the control group. As a result of the study, it was determined that students who participated in extracurricular physical education exercise activities developed a more positive sense of school belonging in the process.

**Keywords:** Physical Education and Sports, Extracurricular Exercise, School Belonging, Secondary School, Student

\* Bu araştırma Giresun Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından SAĞ-BAP-A-290224-16 numaralı proje numarasıyla desteklenmektedir.

## GİRİŞ

Aidiyet duygusu, öğrencilerin okuldaki arkadaşları ve öğretmenleri ile bütünleşme düzeylerini ifade etmektedir (Cueto, Guerrero Sumimaru ve Zevallos, 2010). Okula aidiyet temelinde ise; öğrencinin bireysel olarak okuldaki diğerleri tarafından ne kadar onaylandığı, ne denli saygı duyulduğu, farklı gruplara ne sıklıkla dâhil edildiği ve sosyal olarak ne ölçüde desteklendiği inancına yönelik öznel duygu durumudur (Goodenow, 1992a; Goodenow ve Grady, 1993). Okula aidiyet duygusu her yaş grubunda önem arz etse de, özellikle ergenlik döneminde daha da büyük önem taşımaktadır. Bireyler bir topluluğa ait hissettiklerinde kendilerini önemli hissetmekte ve topluluğun diğer üyelerine güvenebilmektedirler (Hamm ve Faircloth, 2011). Aidiyet duygusundan beslenen bu güven duygusu da ergenlik döneminde hem günlük sosyal yaşamda hem de okul yaşamında çok stratejik bir yere sahiptir. Aidiyet duygusu, olumsuz psikososyal sonuçların (riskli davranışlar) oluşmasına karşı bir koruyucu faktör olabilmektedir (Nichols, 2008).

Zamanlarının önemli bir bölümünü okulda geçiren öğrencilerin okula aidiyet duygusu geliştirmeleri, birbirlerine olan bağlılıkları, kendilerini okulda daha mutlu, huzurlu ve güvende hissetmelerini sağlamaktadır. Ayrıca öğrencilerin akademik, sosyal ve psikolojik gelişimleri açısından oldukça önemli bir role sahiptir. Literatür incelendiğinde; öğrencilerin okula aidiyet duygusunun (Akar ve diğ., 2013; Bellici, 2015; Cemalcılar, 2010; Sarı, 2012) incelendiği çalışmalar yer almaktadır. Ancak doğrudan beden eğitimi ve spor ders dışı egzersiz çalışmalarına katılan ortaokul düzeyindeki öğrencilerle gerçekleştirilen araştırmaya rastlanılmasa da spor yapma durumuna göre okul aidiyetinin incelendiği az sayıda araştırmaya rastlanılmaktadır (Yanık, 2018; Kangalgil ve diğ., 2024). Bu açıdan bu araştırmanın alan yazına bu yöndeki boşluğu doldurmak adına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın amacı, beden eğitimi ve spor ders dışı egzersiz programına katılan ortaokul öğrencilerinin katılmayan öğrencilere göre bazı değişkenler açısından incelenmesidir. Bu amaçla bu araştırmada aşağıdaki sorularının yanıtları aranmıştır:

- Örneklem gurubunda yer alan ortaokul öğrencilerinin okul aidiyet puan ortalamaları hangi düzeydedir?
- Deney gurubunda yer alan ortaokul öğrencilerinin kontrol gurubunda yer alan öğrencilere göre okul aidiyet puan ortalamaları anlamlı ölçüde değişmekte midir?
- Deney gurubunda yer alan ortaokul öğrencilerinin kontrol gurubunda yer alan öğrencilere göre okul aidiyet puan ortalamaları cinsiyet ve sınıf değişkenleri açısından anlamlı ölçüde değişmekte midir?

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada ön test – son test kontrol gruplu yarı deneysel modelinin ilkeleri izlenmiştir. Eğitim kurumlarında öğrencilerin özel yeteneklerini geliştirmek amacıyla ve öğrencilerin gönüllü katılımıyla egzersiz çalışmaları uygulanmaktadır. Aksaray’da beden eğitimi dersi egzersiz çalışmalarına katılım sağlayan veya sağlamayan öğrencileri standart gruplara ayıramayacağımızdan deney ve kontrol grupların oluşumunda yansız atama mümkün olmamaktadır. Dolayısıyla hazır gruplar üzerinde müdahale yaklaşımı uygulanmıştır. Yansız atama yapılmamasına karşın ön test grup puanlarının homojenliği mutlaka kontrol edilir (Büyüköztürk vd., 2020: 203-205; Can, 2019: 14). Homojenlik varsayımı t testi ile kontrol

edilmiş ve ölçeğin genelinde egzersiz çalışmalarına katılan ve katılmayan gruplar arasında anlamlı fark olmadığından ( $p>.37$ ) deney ve kontrol grubunun birbirine denk olduğu varsayılmıştır.

### Örneklem Grubu

Çalışma grubunu Aksaray'da öğrenimlerine devam eden 616 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Çalışmaya dâhil edilen öğrenciler, amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve maksimum çeşitlilik tekniğine göre seçilmiştir. Beden eğitimi egzersiz çalışmalarına katılım durumu ölçüt olarak alınırken, örneklemin geniş tutulmasıyla kendi içinde benzeşik farklı durumların ortaya çıkarılması amaçlanmıştır (Büyüköztürk vd., 2020: 93-94). Deneysel çalışmalarda eşlenik verisi bulunan 30 katılımcının olması genel kabul görürken anket çalışmalarında 384 katılımcının güvenilir sonuçlar verdiği bilinmektedir (Büyüköztürk vd., 2020: 97, 99). Buradan hareketle araştırmada eşlenik veri seti bulunan 616 katılımcının yeterli olduğu kabul edilmiştir.

**Tablo 1.** Öğrencilerin demografik özellikleri

| Değişken                   | Alt Kategoriler                      | f   | %    | Toplam |
|----------------------------|--------------------------------------|-----|------|--------|
| Deney grupları             | Deney grubu (Egzersize katılan)      | 288 | 46.8 |        |
|                            | Kontrol grubu (Egzersize katılmayan) | 328 | 53.2 |        |
| Cinsiyet                   | Erkek                                | 286 | 46.4 |        |
|                            | Kız                                  | 330 | 53.6 |        |
| Sınıf                      | 5. sınıf                             | 162 | 26.3 | 616    |
|                            | 6. sınıf                             | 144 | 23.4 |        |
|                            | 7. sınıf                             | 150 | 24.4 |        |
|                            | 8. sınıf                             | 160 | 26.0 |        |
| Egzersiz durumu ve içeriği | Egzersize katılmayan                 | 328 | 53.2 |        |
|                            | Atletizm                             | 24  | 3.9  |        |
|                            | Badminton                            | 22  | 3.6  |        |
|                            | Basketbol                            | 21  | 3.4  |        |
|                            | Futbol                               | 72  | 11.7 |        |
|                            | Masa tenisi                          | 23  | 3.7  |        |
|                            | Voleybol                             | 126 | 20.5 |        |

### Deneysel Tasarım

Deney grubu 12 hafta boyunca okul ders saatleri dışında haftalık 6 saat olmak üzere beden eğitimi egzersiz çalışmalarına katılmıştır. Araştırmaya gönüllü katılım sağlayan öğrencilerin spor branşları voleybol, futbol, basketbol, atletizm, badminton ve masa tenisi şeklindedir. Kontrol grubuna ise herhangi bir müdahale yaklaşımı uygulanmamıştır. Gruplar üzerinde ders dışı egzersiz çalışmalarının okul aidiyeti üzerine etkisi incelenmiştir.

### Veri Toplama Aracı

#### Okul Aidiyet Duygusu Ölçeği

Araştırmada Goodenow (1993) tarafından geliştirilen ve Sarı (2015) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan "Okul Aidiyet Duygusu Ölçeği" kullanılmıştır. 5'li likert tipindeki ölçeğin okula

bağlılık ve reddedilmişlik duygusu olmak üzere 2 boyutu bulunmaktadır. Ölçekte 13 olumlu, 5 olumsuz ifade (3, 6, 9, 12 ve 16. madde) toplamda 18 madde yer almaktadır. Ölçekten toplam puanlar üzerinden 18-90, ortalamalar kullanıldığında ise 1-5 arasında puan alınabilmektedir. Ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları okula bağlılık boyutunda .84, reddedilmişlik duygusu boyutunda .78 ve ölçeğin genelinde .84' dür. Faktörlerin öz değerlerinin açıkladığı varyans %38,49'dur. Ölçek faktör yükleri .45 - .75 arasında değişim göstermektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar okula aidiyet duygusunun olumlu olduğunu ifade etmektedir.

### Verilerin Toplanması

Ön test ölçümleri dağıtım topla yöntemiyle 12.02.2024 tarihinde alınmaya başlanmış ve bunun ardından 12 hafta beden eğitimi dersi egzersiz çalışması yürütülmüştür. 27.05.2024 tarihinden itibaren aynı yöntemle son test ölçümleri alınarak veri toplama aşaması tamamlanmıştır.

### Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin analizinde SPSS (Ver: 24.0) programı kullanılarak tanımlayıcı istatistikler, aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri dikkate alınmıştır. Karşılaştırma testlerinden önce veri setleri normallik sınamasına tabi tutulur ve burada amaç verilerde aşırı sapma olup olmadığını test etmektir. Normallik testinde basıklık ve çarpıklık katsayıları incelenir ve katsayıların  $\pm 1$  aralığında olması verilerin normal dağıldığını göstermektedir (Büyüköztürk, 2007: 40).

**Tablo 2.** Normallik analizi

| Okul Aidiyet Duygusu Ölçeği | Ön test | Son test |
|-----------------------------|---------|----------|
| Çarpıklık                   | -,560   | -,485    |
| Basıklık                    | -,306   | -,703    |

Tablo 2'de yer alan normallik test analizleri incelendiğinde ön test ve son test ölçümlerinin normal dağılım gösterdiği görülmüş ve analizlerde parametrik testler kullanılmıştır. Independent-Samples t test, Paired-Samples t test ve One Way ANOVA testleri yapılmış .05 anlamlılık düzeyi dikkate alınmıştır.

**Tablo 3.** Grupların ön test ölçümlerinin t testi ile homojenlik kontrolü

| Ölçek boyutları | Gruplar | n   | $\bar{x}$ | Ss   | t      | p    |
|-----------------|---------|-----|-----------|------|--------|------|
| Bağlılık        | Deney   | 288 | 3.70      | ,408 | 1.712  | .087 |
|                 | Kontrol | 328 | 3.63      | ,501 |        |      |
| Reddedilmişlik  | Deney   | 288 | 3.66      | ,598 | -1.078 | .282 |
|                 | Kontrol | 328 | 3.72      | ,683 |        |      |
| Ölçeğin bütünü  | Deney   | 288 | 3.69      | ,370 | .880   | .379 |
|                 | Kontrol | 328 | 3.66      | ,472 |        |      |

Tablo 3'de egzersize katılan ve egzersize katılmayan öğrencilerin ön test okul aidiyet duygularının ölçümlerinde ( $p>.37$ ) birbirine benzer durumda oldukları tespit edilmiş ve deney sürecine devam edilmiştir. Deneysel araştırmalarda, uygulanan müdahalenin etki düzeyini belirlemek amacıyla ön test - son test sonuçları arasında fark puanları incelenmektedir (Can, 2019: 258). Öğrencilerin, son test puanlarından ön test puanları

çkarılarak fark puanları elde edilmiş ve karşılaştırmalar fark puanı üzerinden gerçekleştirilmiştir.

**Etik Beyan:** Giresun Üniversitesi Sosyal Bilimler Fen ve Mühendislik Bilimleri Bilimsel Araştırmaları Etik Kurulundan (11.12.2023 tarih ve 11/23 sayılı) etik izin; Aksaray Valiliğinden (28.12.2023 tarih ve E-76490249-605.01-93114090 sayılı) araştırma uygulama izni alınarak çalışma yürütülmüştür.

## BULGULAR

**Tablo 4.** Öğrencilerin grup içi ön test - son test okul aidiyet duygusu puanlarının eşlenik t testi ile karşılaştırılması

| Grup    | Boyutlar                | n   | $\bar{x}$ | Ss   | t       | p      |
|---------|-------------------------|-----|-----------|------|---------|--------|
| Deney   | Ön test bağıllık        | 288 | 3.70      | ,408 | -17.734 | .000** |
|         | Son test bağıllık       |     | 4.16      | ,565 |         |        |
|         | Ön test reddedilmişlik  | 288 | 3.66      | ,598 | -14.973 | .000** |
|         | Son test reddedilmişlik |     | 4.19      | ,606 |         |        |
|         | Ön test ölçeğin bütünü  | 288 | 3.69      | ,370 | -22.959 | .000** |
|         | Son test ölçeğin bütünü |     | 4.17      | ,492 |         |        |
| Kontrol | Ön test bağıllık        | 328 | 3.63      | ,501 | -2.047  | .041*  |
|         | Son test bağıllık       |     | 3.67      | ,521 |         |        |
|         | Ön test reddedilmişlik  | 328 | 3.72      | ,683 | .263    | .793   |
|         | Son test reddedilmişlik |     | 3.71      | ,706 |         |        |
|         | Ön test ölçeğin bütünü  | 328 | 3.66      | ,472 | -1.671  | .096   |
|         | Son test ölçeğin bütünü |     | 3.68      | ,511 |         |        |

\*\*( $p<.00$ ), \*( $p<.05$ )

Ön test ölçümlerinde deney grubu ve kontrol grubu öğrencilerinin okula bağıllık, reddedilmişlik boyutlarında ve ölçeğin bütününde olumlu okul aidiyet duygusuna sahip oldukları tespit edilmiştir. Son test ölçümlerinde de benzer şekilde öğrencilerin olumlu manada okul aidiyet duygularının olduğu görülmüştür.

Deney grubu öğrencilerin okul aidiyet duyguları son test ölçümlerinde anlamlı olarak yükseliş göstermiştir ( $p<.00$ ). Kontrol grubu öğrencilerinin okula bağıllık boyutunda puanlarının anlamlı olarak yükseldiği görülürken ( $p<.05$ ), reddedilmişlik ve ölçeğin genelinde anlamlı bir duygu değişiminin olmadığı tespit edilmiştir ( $p>.05$ ).

**Tablo 5.** Öğrencilerin gruplar arası okul aidiyet duygusu fark puanlarının t testi ile karşılaştırılması

| Boyutlar                                     | Grup    | n   | $\bar{x}$ | Ss   | t      | p      | $\eta^2$ |
|--|---------|-----|-----------|------|--------|--------|----------|
| Son test – ön test bağıllık fark puanı       | Deney   | 288 | .461      | ,441 | 13.311 | .000** | ,224     |
|  | Kontrol | 328 | .038      | ,344 |        |        |          |
| Son test – ön test reddedilmişlik fark puanı | Deney   | 288 | .534      | ,606 | 11.285 | .000** | ,172     |
|  | Kontrol | 328 | -.008     | ,587 |        |        |          |
| Son test – ön test ölçeğin bütünü fark puanı | Deney   | 288 | .481      | ,355 | 17.789 | .000** | ,340     |
|  | Kontrol | 328 | .025      | ,278 |        |        |          |

\*\*( $p<.00$ )

Uygulanan müdahale yaklaşımının etkisini görebilmek amacıyla son test – ön test puanları arasındaki fark karşılaştırmasında deney grubu öğrencilerinin okul aidiyet duygusu, kontrol

grubu öğrencilerine kıyasla anlamlı olarak artış göstermiştir. Bu artışın etkisi  $.14 < \eta^2$  değerinden (Cohen, 1988) büyük olduğu için geniş bir etkiye sahiptir. Okul dışı beden eğitimi dersi egzersiz çalışmalarına katılım okul aidiyet duygusunu olumlu etkilemiştir.

**Tablo 6.** Öğrencilerin cinsiyetine göre okul aidiyeti fark puanlarının t testi ile karşılaştırılması

|  | Grup    | Cinsiyet | n   | $\bar{x}$ | Ss   | t     | p    |
|--|---------|----------|-----|-----------|------|-------|------|
| Son test – ön test<br>ölçeğin bütünü fark<br>puanı | Deney   | Erkek    | 123 | .470      | .406 | -.464 | .643 |
|  |         | Kız      | 165 | .489      | .314 |       |      |
|  | Kontrol | Erkek    | 163 | .038      | .286 | .801  | .423 |
|  |         | Kız      | 165 | .013      | .271 |       |      |

Tablo 6’da öğrencilerin yer aldığı gruplarda cinsiyete göre son test – ön test arasındaki değişim fark puanlarının incelemesi yapılmıştır. Okul aidiyet duygularının gelişiminde her iki grup için de cinsiyete göre anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ( $p > .05$ ). Kız ve erkek öğrencilerin benzer okul aidiyet duygusuna sahip olduğu görülmüştür.

**Tablo 7.** Öğrencilerin sınıfına göre okul aidiyeti fark puanlarının ANOVA testi ile karşılaştırılması

|  | Grup    | Sınıf  | n     | $\bar{x}$ | Ss   | F     | p    | $\eta^2$ | Fark  |       |
|--|---------|--------|-------|-----------|------|-------|------|----------|-------|-------|
| Son test – ön test<br>ölçeğin bütünü<br>fark puanı | Deney   | 5      | 86    | .518      | .406 | 1.753 | .156 |          |       |       |
|  |         | 6      | 60    | .534      | .242 |       |      |          |       |       |
|  |         | 7      | 65    | .409      | .314 |       |      |          |       |       |
|  |         | 8      | 77    | .459      | .395 |       |      |          |       |       |
|  |         | Toplam | 288   | .481      | .355 |       |      |          |       |       |
|  | Kontrol | 5      | 76    | .064      | .309 | 3.446 | .017 |          | .031* | 8 < 6 |
|  |         | 6      | 84    | .081      | .288 |       |      |          |       |       |
|  |         | 7      | 85    | .000      | .270 |       |      |          |       |       |
| 8  |         | 83     | -.040 | .231      |      |       |      |          |       |       |
|  | Toplam  | 328    | .025  | .278      |      |       |      |          |       |       |

\*( $p < .05$ )

Tablo 7’de öğrencilerin sınıf seviyesine göre okul aidiyet duyguları karşılaştırılmıştır. Deney grubunda yer alan öğrencilerin sınıf seviyesine göre okul aidiyet duygularında anlamlı farklılığa rastlanmamıştır ( $p > .05$ ). Kontrol grubu öğrencilerinin puanlarında bakıldığında ise 6. sınıf öğrencilerinin okula aidiyeti gelişimi 8. sınıf öğrencilerine kıyaslandığında daha olumlu olmuştur. Bu değişimin etki büyüklüğü küçük ölçekli olmuştur ( $\eta^2 = .031$ ). Diğer sınıflar arasında anlamlı bir farklılık görülmemiştir ( $p > .05$ ).

## TARTIŞMA

Bu çalışmada ortaokul öğrencilerinin okul aidiyet duygularının artırılmasında ders dışı egzersiz programlarına katılımın etkisi incelenmiştir. Deneysel olarak tasarlanan çalışmanın deney ve kontrol grubunda ön test – son test ölçümleri için okul aidiyet duygularının olumlu olduğu görülmüştür. Erken ergenlik risk grubunda yer alan öğrencilerin okula yönelik güçlü



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

bir bağ içerisinde olması son derece kıymetlidir. Bu sonuç, okul aidiyet duygusunun öğrencilerin hem duygusal hem de sosyal gelişimindeki kritik rolünü bir kez daha ortaya koymaktadır. Elde edilen sonuç ile alanda yapılan çalışmalar büyük oranda uyuşmaktadır. Firouzjah vd., (2024), okul içinde ve okullar arası spor müsabakalarına katılan öğrencilerin hem okul aidiyet duygusunun hem de yeterlilik algısının yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Okul egzersizi, çocukların ve ergenlerin fiziksel ve duygusal sağlığı için hayati bir faktördür. Jones vd., (2020)'nin araştırmalarında okul sporlarına katılım ile okul aidiyeti arasında pozitif ilişki görülmüştür. Öğrencilerin okul sporlarına katılımı ve spor yeterlilikleriyle de ilişkili olarak okul aidiyet duyguları olumlu yönde değişiklik göstermiştir. Spor yeteneğinin, yeterliliğin gelişiminde tekrar yapılması yani spor katılımı esastır. Bununla ilişkili olarak yeterliliği okul ortamında gelişen öğrencilerin okula yönelik güçlü bir aidiyet duygusu hissedecektir. Gelişime fırsat yaratan okul, herkes tarafından beğenilen statü arasında yerini alacaktır. Okul öğrencilere birçok spor branşı öğrenme, uygulama ve sporcu duygularını öğrenme fırsatı vermektedir. Bu fırsatlar sayesinde öğrenciler farklı spor becerilerini uygulayarak spor müsabakalarına katılım heyecanı yaşamaktadırlar. Bu doğrultuda Bang vd., (2024), bireysel veya takım temelli sporlara katılımın depresif septomları azalttığını ve okul aidiyet duygusunu olumlu etkilediğini tespit etmişlerdir. Özellikle takım sporları öğrencilerin güçlü bağ kurmasında etkili olmuştur. Takım içerisinde kendisine uygun bir rolü bulan öğrenci hayatta olduğu gibi kendi olabilmiştir. Yaşamına yakın olan spor ortamında olumlu duygular besleyerek okula yönelik sevgi geliştirmiştir. Bu sonuçlar ders dışı egzersiz çalışmalarına katılımın niteliğiyle ilişkili olarak çalışma bulgularını desteklemektedir.

Ders dışı beden eğitimi ve spor aktivitelerinde bir diğer amaç öğrencilerin fiziksel aktivite ihtiyacını karşılamaktır. İhtiyacını karşılayan öğrenciler okula yönelik olumlu duygular geliştirebilir. Bununla ilişkili olarak Temel vd., (2024) tarafından yürütülen çalışmada, 16 hafta boyunca geleneksel çocuk oyunları oynayan öğrencilerin, fiziksel aktivite ihtiyaçlarının karşılandığı, okul sevgisinin artırdığı ve lise çağındaki risk gruplarında anlamlı gelişim sağladığı görülmüştür. Olumlu okul duygusunun gelişimine paralel olarak spor ortamında istendik sporcu davranışları gösteren öğrenciler, okul temelli hazırlanan geleneksel çocuk oyunları programının amaca hizmet ettiğini göstermektedir. Benzer şekilde Wu vd., (2024) fiziksel aktivite yoluyla ortaokul öğrencilerinin okula uyum sağladıklarını, olumsuzluklara başa çıkabildiklerini ve duygusal dayanıklılıklarını artırdıkları sonucuna ulaşmışlardır. Düzenli yapılan fiziksel aktivite ortaokul çağındaki öğrencilere duygusal destek görevi görmektedir. Fiziksel aktiviteye teşvik edilen ortam bireyler üzerinde olumlu duygulara yol açmıştır. Araştırma bulgularımızda okul aidiyet duygusunun yüksek olması, fiziksel aktiviteye teşvikin en yüksek olduğu ders dışı egzersiz programlarında olması literatür ile benzerlik göstermektedir.

Okul aidiyet duygusunun, öğrencilerin akademik ve sosyal uyumlarında önemli bir role sahip olduğu, geçmiş araştırmalarla da vurgulanmıştır. Goodenow ve Grady (1993), düşük okul aidiyet duygusunun yetersiz motivasyon ve okul terki ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Araştırmamız, bu eğilimi tersine çevirebilecek etkinliklerin, örneğin ders dışı egzersiz programlarının, önemli bir müdahale aracı olabileceğini göstermektedir. 12 hafta boyunca haftada 6 saat olarak yürütülen ve farklı spor etkinliklerine yer verilen ders dışı etkinlikler öğrencilerin okul bağını güçlendirmiştir. Ayrıca, Ma vd., (2024) tarafından ifade edilen ihtiyaç temelli programların, öğrenci sorumluluğunu ve okul sevgisini artırdığı bulgusu, ders dışı egzersiz programının benzer bir etkiye sahip olduğunu düşündürmektedir.

Goodenow ve Grady'nin (1993) görüşüne karşın Rosin (2024) akademik başarı ile okul aidiyet duygusunun doğrudan ilişkili olmadığını savunmaktadır. Rosin, ders dışı etkinlikleri

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

akademik başarıdan ziyade okul aidiyet duygusu ile ilişkilendirmiştir. Literatürden farklı olarak ders dışı etkinliklerin okul aidiyet duygusunu geliştirdiğini savunmamıştır. Rosin'e göre öğrenci okula aidiyet hisseder ise ders dışı etkinliklere katılır. Okula aidiyet duygusu etkilenen bir durumdan çok etkileyen değişken olarak ele almıştır. Bu farklı görüş, araştırmamızın sonuçlarını anlamada ve okul aidiyeti üzerindeki etkileri daha kapsamlı bir şekilde tartışmada dikkate alınmalıdır.

Ders dışı etkinlik programlarına katılım durumuyla ilişkili olarak öğrencilerin cinsiyetine göre okul aidiyet duygularında anlamlı farklılık görülmemiştir. Wei ve Chen'in (2010) araştırmasında okulunda öğretmen ve akranından sosyal destek alan öğrencilerin okula bağlanmalarında cinsiyete göre farklılık görülmemiştir. Bang vd., (2024) araştırmalarında takım veya bireysel sporlara katılan kız ve erkek öğrencilerin, spora katılmayan kız ve erkek öğrencilerden daha düşük depresif ruh hali ve daha iyi okul bağlılık duygusu hissettiklerini tespit etmişlerdir. Spora katılım durumu cinsiyetten bağımsız olarak daha güçlü bir değişken olarak karşımıza çıkmıştır. Yetenek gelişimi için fırsat sağlayan okullar, istendik eğitim çıktıları alınması konusunda öğrencilere destek olmaktadır. Yanık (2018) da benzer olarak ders dışı spor etkinliklerin okul aidiyet duygusu kazandırmada etkili olduğunu ve cinsiyetin önemli bir değişken olmadığını tespit etmiştir. Bu sonuçlardan farklı olarak akademik yeterliği iyi olan kız öğrencilerin (Canbulat vd., 2017) ve sportif yeteneği baskın erkek öğrencilerin (Yılmaz, 2019) okul aidiyet duygusunun daha iyi olduğunu bulgulayan çalışmalara da rastlanmıştır. Alanyazından da anlaşılacağı üzere cinsiyet değişkenini farklı değişkenlerle incelediğimizde anlamlı bir yorum yapabiliriz. Okul aidiyet duygusu kız ve erkek öğrencilerde benzer düzeyde gerçekleşmektedir. Okula yönelik farklı bir yetkinliği bulunan öğrenci grubu daha olumlu okul bağı kurabilmektedir. Akademik başarı ve spor yeteneği gibi durumlar en çok karşımıza çıkan konu olmuştur. Önemli olan husus ise ders dışı etkinliklere katılım durumunun kız ve erkek öğrencileri olumlu düzeyde etkilemiş olmasıdır.

Ders dışı etkinlik programlarına katılan öğrencilerin sınıf seviyelerine göre okul aidiyet duygularında anlamlı farklılık görülmemiştir. Ders dışı etkinlik programına katılmayan grupta ise 8. sınıf öğrencilerinin puanları 6. sınıf öğrencilerinden düşük olduğu görülmüştür. Neel ve Fuligni'nin (2013) çalışmasında öğrencilerin okul aidiyet duygularının değiştiği ve bu değişimin akademik başarı ve güdülenme ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Lise kademesine geçişin olduğu 8. Sınıf öğrenciler için bir dönüm noktasıdır. Akademik başarısı doğrultusunda Fen Lisesi, Sosyal Bilimler Lisesi ve Anadolu lisesi gibi nitelikli okullara gidebilmektedir. Okulda hiçbir etkinliğe katılım göstermeyen ve akademik başarısının düşük olması nedeniyle lise öğrenimi de sıkıntıya düşecek olan öğrenci okula yönelik olumlu bir bağ kuramayabilir. Kontrol grubunun 8. sınıfında yer alan öğrencilerin bu doğrultuda okul bağının düştüğü düşünülebilir. Öğrencilerin öz yeterliklerini ve gelecek beklentilerini artırarak okul aidiyet duygusunu geliştirebiliriz (Atabey, 2020). Okul ortamı, öğrencilerin öğrenme deneyimlerine katkı sağladığında, akran desteği sunduğunda ve eğlenme fırsatı verdiğinde kuvvetli okul bağı kurulmaktadır (Cornell vd., 2016; Conner vd., 2022). Araştırmada ele alınan ders dışı egzersiz programı öğrencilerinin sınıf seviyelerine göre okul bağını koruması anlamlı bir sonuçtur. Akademik başarı veya sportif yeteneğiyle okula tutunan öğrenci eğitim hedefleri doğrultusunda çalışmaya gayret gösterecektir. Hiçbir gruba dahil olmayan öğrenci grupları için olası tüm riskler tehdit olarak eğitim paydaşlarını beklemektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırma sonucunda, ortaokul öğrencilerinin olumlu okul aidiyet duygusuna sahip oldukları bulunmuştur. Beden eğitimi ve spor ders dışı egzersiz programlarına katılan deney grubundaki öğrencilerin okul aidiyet duyguları son test lehine gelişim göstermiştir. Egzersiz programına dahil olmayan kontrol grubundaki öğrencilerin okul aidiyet duygusunda anlamlı değişim görülmemiştir. Deney grubunun okul aidiyet duygusu gelişimi, kontrol grubuna kıyasla daha iyi düzeyde gerçekleşmiştir. Ders dışı etkinlik programlarına katılım durumuyla ilişkili olarak öğrencilerin cinsiyetine göre okul aidiyet duygularında anlamlı farklılık görülmemiştir. Deney grubu öğrencilerinin sınıf seviyesine göre okul aidiyetinde farklılık görülmemiştir. Kontrol grubunda ise 6. sınıf öğrencilerinin okul aidiyet duygusu 8. sınıf öğrencilerinden yüksek bulunmuştur. Ders dışı egzersiz programlarına katılan öğrencilerin süreç içerisinde daha olumlu okul aidiyet duygusu geliştirdiği tespit edilmiştir. Çalışma sonuçlarından hareketle, öğrencilerin ders dışı egzersiz programlarına katılımlarının desteklenmesi tavsiye edilmektedir.

## KAYNAKLAR

- Akar-Vural, R., Yılmaz-Özelçi, S., Çengel, M. & Gömleksiz, M. (2013). The development of the Sense of Belonging to School Scale. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 53, 215-230.
- Atabey, N. (2020). Future expectations and self-efficacy of high school students as a predictor of sense of school belonging. *Eğitim ve Bilim*, 45(201), 125-141. <http://dx.doi.org/10.15390/EB.2020.8315>
- Bang, H., Chang, M., & Kim, S. (2024). Team and individual sport participation, school belonging, and gender differences in adolescent depression. *Children and Youth Services Review*, 159, 107517. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107517>
- Bellici, N. (2015). Ortaokul öğrencilerinde okula bağlanmanın çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 15(1), 48-65.
- Booker, K. C. (2006). School belonging and the African American adolescent: What do we know and where should we go?. *The High School Journal*, 89(4), 1-7. <https://www.jstor.org/stable/40364222>
- Büyüköztürk, Ş. (2007). Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı istatistik, araştırma deseni, spss uygulamaları ve yorum. 8. Baskı. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2020). *Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri*. 28. Edition. Ankara: Pegem Akademi.
- Can, A. (2019). *Spss ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. 8. Edition. Ankara: Pegem Akademi.
- Canbulat, T., Cipevizeci, U., Kalfa, B., & Fahlioğulları, E. (2017) Kesintili zorunlu eğitimden etkilenen ilkökul öğrencilerinin okula bağlanma ve akademik özyeterlik düzeylerinin değerlendirilmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 18(1), 105-123. <https://doi.org/10.12984/egeefd.328378>
- Cemalcılar, Z. (2010). Schools as socialisation contexts: Understanding the impact of school climate factors on student's sense of school belonging. *Applied Psychology: An International Review*, 59(2), 243-272.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Conner, J., Posner, M. & Nsowaa, B. (2022). The relationship between student voice and student engagement in urban high schools. *The Urban Review*, 54, 755–774. <https://doi.org/10.1007/s11256-022-00637-2>
- Cornell, D., Shukla, K., & Konold, T. R. (2016). Authoritative school climate and student academic engagement, grades, and aspirations in middle and high schools. *AERA Open*, 2(2), 1-18. <https://doi.org/10.1177/2332858416633184>
- Firouzjeh, M.H., Arazm, M., Homayouni, A., & Dalasm, R. A. (2024). Comparative investigation of feelings of belonging and competence perception in students competing in sports intramurals (IM) and Interscholastic (IS). *Sport Sciences Health*, <https://doi.org/10.1007/s11332-024-01268-8>
- Goodenow, C. (1993). The psychological sense of school membership among adolescents: Scale development and educational correlates. *Psychology in the Schools*, 30(1), 79-90. [https://doi.org/10.1002/1520-6807\(199301\)30:1<79::AID-PITS2310300113>3.0.CO;2-X](https://doi.org/10.1002/1520-6807(199301)30:1<79::AID-PITS2310300113>3.0.CO;2-X)
- Goodenow, C., & Grady, K. E. (1993). The relationship of school belonging and friends' values to academic motivation among urban adolescent students. *The Journal of Experimental Education*, 62(1), 60-71. <https://doi.org/10.1080/00220973.1993.9943831>
- Jones, G. J., Hyun, M., Edwards, M. B., Casper, J., Bocarro, J. N., & Lynch, J. (2020). Is “school sport” associated with school belongingness? Testing the influence of school sport policy. *Sport Management Review*, 23(5), 925-936. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.12.003>
- Kangalgil, M., Temel, A., Ateş, N., Yüksel, E. N., Özgül, F. (2024). Ortaokul Öğrencilerinin Spor Yapma Durumlarına Göre Okula Aidiyet Duygularının İncelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(2), 96-108. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1392861>
- Ma, J., Zhang, Y., & Huang, H. (2024). Enhancing early adolescents' sense of responsibility: The roles of different needs-based support in teaching practices. *European Journal of Education*, e12783. <https://doi.org/10.1111/ejed.12783>
- Neel, C. G. O., & Fuligni, A. (2013). A longitudinal study of school belonging and academic motivation across high school. *Child Development*, 84(2), 678-692. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2012.01862.x>
- Rosin, V. (2024). Examining the relationship between extracurricular activities, school belonging, classroom inclusiveness, algebra 1 state exam and academic success in somerset academy brooks school. *Master of Science in Mathematics*. 94. [https://digitalcommons.shawnee.edu/math\\_etd/94](https://digitalcommons.shawnee.edu/math_etd/94)
- Sarı, M. (2012). Sense of school belonging among elementary school students. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 41(1), 1-11.
- Sarı, M. (2015). Adaptation of the psychological sense of school membership scale to turkish. *Global Journal of Human-Social Science: G Linguistics & Education*, 15(7), 58-64. <https://socialscienceresearch.org/index.php/GJHSS/article/view/1546>

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Temel, A., Mamak, H., Kangalgil, M., Kılıçer, İ., Erdem, C., Çapar, T., Özkan, A., & Uz, S. (2024). Investigation of the sense of school belonging and sportspersonship behavior of students playing traditional children's games. *BMC Psychology*, 12, 656. <https://doi.org/10.1186/s40359-024-02155-0>
- Wei, H. S., & Chen, J. K. (2010). School attachment among taiwanese adolescents: The roles of individual characteristics, peer relationships and teacher wellbeing. *Social Indicators Research*, 95(3), 421-436. <https://www.jstor.org/stable/40542302>
- Wu, X., Liang, J., Chen, J., Dong, W., & Lu, C. (2024). Physical activity and school adaptation among Chinese junior high school students: Chain mediation of resilience and coping styles. *Frontiers in Psychology*, 15, 1376233. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1376233>
- Yanık, M. (2018). Ortaöğretimde yapılan okul sporlarının öğrencilerin okula bağlılık düzeyine etkisi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1), 73-78. [https://doi.org/10.1501/Sporm\\_0000000344](https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000344)
- Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2018). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. 11. Baskı. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Yılmaz, A. (2019). Lise öğrencilerinin ders dışı sportif etkinliklere yönelik tutumları ile okula bağlanma durumlarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 50-63. <https://doi.org/10.31680/gaunjss.518094>



## ADOLESANLARDA MOTOR GELİŞİM

İlkay AYDIN<sup>1</sup>, Erol DOĞAN<sup>2</sup>, Hamza KÜÇÜK<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı; [ilkaydin5555@gmail.com](mailto:ilkaydin5555@gmail.com), 0009-0002-1826-9422

<sup>2</sup> Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği; [erol.dogan@omu.edu.tr](mailto:erol.dogan@omu.edu.tr), 0000-0001-9986-0366

<sup>3</sup> Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği; [hamza.kucuk@omu.edu.tr](mailto:hamza.kucuk@omu.edu.tr), 0000-0002-9912-9909

### ÖZ

Adolesan dönemi, bireyin çocukluktan yetişkinliğe geçtiği ve çok fazla sayıda değişimin yaşandığı bir dönemdir. Bu değişimler fiziksel, bilişsel, psikososyal ve motor gelişim yönünde olmaktadır. Bu dönemde motor gelişim, büyümenin etkisinde ve nöromüsküler sistemdeki değişikliklerle yakından ilişkilidir. Motor beceriler, bireyin çevresiyle etkileşim kurmasını, spor ve fiziksel aktivitelerde bulunmasını sağlayan önemli bir unsurdur. Adolesanlarda motor gelişim, kaba motor beceriler (koordinasyon, güç, denge) ve ince motor beceriler (el-göz koordinasyonu, hassas hareketler) açısından değerlendirilebilir. Hızlı boy ve kas kütlesi artışı gibi fiziksel değişimler motor performansı etkileyebilir. Örneğin, büyüme sırasında uzuvların boyutlarındaki hızlı artış, koordinasyon becerilerinde geçici bir düşüşe neden olabilir. Bununla birlikte, düzenli fiziksel aktivite ve spora katılım, motor becerilerin gelişimine olumlu katkıda bulunur. Bu süreçte bireylerin motor gelişimini desteklemek için fiziksel aktivitelerin bireysel yetenek ve ihtiyaçlara göre uyarlanması önemlidir. Aynı zamanda, motor beceri gelişimi yalnızca fiziksel değil, psikolojik ve sosyal faktörlerden de etkilenir. Kendine güven, grup etkileşimi ve motivasyon gibi unsurlar, bu dönemdeki motor performansı üzerinde belirleyici rol oynar. Aynı şekilde başarılı yürütülen motor gelişim süreci de sosyal ve psikolojik süreçler için önemli bir etkidir. Sonuç olarak, adolesan dönemindeki motor gelişim, biyolojik değişimlerle birlikte çevresel ve sosyal etkileşimin bir ürünü olarak karşımıza çıkar. Bu sürecin anlaşılması ve desteklenmesi sağlıklı fiziksel ve psikososyal gelişim için etkilidir.

**Anahtar kelimeler:** Adolesan, motor gelişim, fiziksel aktivite



## MOTOR DEVELOPMENT IN ADOLESCENTS

### ABSTRACT

The adolescent period is a transitional phase from childhood to adulthood, characterized by numerous physical, cognitive, psychosocial, and motor developmental changes. During this stage, motor development is closely linked to the effects of growth and changes in the neuromuscular system. Motor skills, which include interacting with the environment and participating in sports and physical activities, are vital components of this development. Motor development in adolescents can be evaluated regarding gross motor skills (coordination, strength, balance) and fine motor skills (hand-eye coordination, precise movements). Physical changes such as rapid height and muscle mass increases may influence motor performance. For example, sudden growth in limb length can temporarily disrupt coordination. However, regular physical activity and participation in sports positively contribute to developing motor skills. Physical activities must be tailored to individual abilities and need to support motor development during this period. Additionally, motor skill development is influenced not only by physical but also psychological and social factors. Self-confidence, group interaction, and motivation are crucial in adolescent motor performance. Similarly, a successfully managed motor development process significantly impacts social and psychological well-being. In conclusion, motor development in adolescence is shaped by biological changes and environmental and social interactions. Understanding and supporting this process is essential for promoting healthy physical and psychosocial development.

**Keywords:** Adolescent, motor development, physical activity

### GİRİŞ

Motor davranış duyuşal bir uyarın olmadan ortaya çıkabilir. Motor davranış, çeşitli nöral yolların bir motor eyleme aracılık edebileceği çoklu ağların sürekli etkileşiminin net ürünüdür.

Motor kontrolünün nasıl organize edildiğine dair iyi bir örnek, lokomosyon, solunum, emme ve çiğneme gibi ritmik hareketlerin kontrolüdür. Bu hareketlerin kontrolü, Merkezi Model Oluşturucular (Central Pattern Generators, CPGs) olarak adlandırılan bir sisteme bağlıdır. Bu patern, genellikle omurilikte veya beyin sapında bulunan ve birçok kasın aktivitesini segmental duyuşal veya supraspinal bilgi olmadan otonom olarak koordine edebilen sinir ağlarıdır (Frigon, 2017; Grillner ve ark., 2005).

### Motor Gelişim Mekanizmaları

Son yıllarda bilim insanları erken motor gelişimi sırasında meydana gelen gözlemlenebilir değişiklikleri daha iyi ve daha ayrıntılı bir şekilde açıklamayı başardılar. Bununla birlikte, bu gelişimsel değişikliklerin sinir sistemi tarafından nasıl meydana getirildiği daha az anlaşılmıştır. Bu bilgi boşluğu, motor gelişimin gelişimsel mekanizmalarını açıklayan çok sayıda teorik modelin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Geçtiğimiz yüzyılın büyük bir bölümünde Nöral Olgunlaşma Teorileri gelişimsel düşünceye rehberlik etmiştir (örneğin, Peiper, 1963). Bu teoriler motor gelişimi temelde doğuştan gelen, olgunlaşma süreci olarak görüyordu. Ancak bir önceki yüzyılın son yirmi yılında motor gelişimin büyük ölçüde

deneyimden etkilendiği ortaya çıktı. Günümüzde Dinamik Sistemler Teorisi (DST; Smith ve Thelen, 2003; Spencer vd., 2011) ve Nöronal Grup Seçimi Teorisi (NGST; Hadders-Algra, 2010) olmak üzere iki teorik çerçeve bu elişimi açıklamaya hakimdir. Bu çerçeveler, motor gelişimin geçiş aşamaları olan doğrusal olmayan bir süreç olduğu ve bu sürecin birçok faktörden etkilendiği görüşünü paylaşmaktadır. Bu faktörler, çevresel olarak ifade edilebilecek, oyuncaklardan alıştırma olanaklarına kadar farklı alanlarda kendisini gösterebilir. Bununla birlikte vücut ağırlığı, kas gücü veya kalp rahatsızlığının varlığı gibi çocuğun kendisine ait özellikler ile de oluşmaktadır. Başka bir deyişle, her iki teori de deneyim ve bağlamın önemini kabul etmektedir. Ancak bu iki teori, genetik olarak belirlenen nörogelişimsel süreçlerin rolü konusundaki görüşlerinde farklılık göstermektedir. Genetik faktörler DST'de yalnızca sınırlı bir rol oynarken, NGST'de genetik bilgi, epigenetik basamaklar ve deneyim eşit derecede önemli roller oynamaktadır (Hadders-Algra, 2000). Bu açıdan bakıldığında motor gelişimin çevresel unsurlarla olumlu yönde etkilenebileceği ifade edilebilir.

### **Çocukluk Döneminde Motor Gelişim**

Çocuklarda motor gelişim, çocuğun hareketle ilgili beceriler kazanması ve bu becerileri çevresel gereksinimlere uyacak şekilde kullanabilmesi süreci olarak ifade edilebilir. Motor davranış olarak ifade edilen süreçte bu gelişim sürecinin dışı vurumu olarak tanımlanabilir; yani, çocuğun fiziksel ve nörolojik gelişimle uyumlu şekilde gerçekleştirdiği kontrollü hareketlerdir. Motor öğrenme süreci bebeklik döneminden başlayan bir süreçtir. Bebeklerin başkalarıyla, örneğin bakıcı veya kardeşlerle oyun oynadığında etkilidir. Bebek sadece kendi deneme yanılma girişimlerinden öğrenmekle kalmaz, aynı zamanda nöral yansıtma mekanizmaları sayesinde başkaları tarafından gerçekleştirilen eylemlerden de faydalanır (Meltzoff ve ark., 2009). Bu mekanizmalar, sınırlı ölçüde de olsa, yeni doğan bebeklerde bulunmaktadır (Burzi et al., 2015; Meltzoff et al., 2017). Doğum sonrası ilk yıl boyunca, yansıtma kapasiteleri başkalarının eylemlerine göre daha fazla ayarlanır (Natale ve ark., 2014; Turati ve ark., 2013).

Sinir sisteminin değişken doğası ve çeşitli ortamlarla sürekli etkileşimi, motor gelişimin çocuklarda ortaya çıkma biçiminde çeşitliliğe yol açmaktadır. Motor gelişim sadece görevlerin yerine getirilme şeklindeki çeşitlilikle (mevcut repertuar temelinde) değil, aynı zamanda gelişimsel süreçte birey içi ve bireyler arası değişkenliklerle de karakterize edilir. Sonuç olarak, motor görev süreçlerine ulaşılan yaşlar kültürler arasında da geniş bir dağılım göstermektedir ve bu çeşitlilik yaş ilerledikçe artmaktadır (Mendonça ve ark., 2016).

### **Kaba Motor Gelişimi**

Kaba motor gelişimi, vücut pozisyonunu koruma ve vücut pozisyonunu veya yerini değiştirerek hareket ettirme yeteneğini içerir. Bu, postüral kontrolün çok önemli bir rol oynadığı anlamına gelir. Postüral kontrol öncelikle yerçekimi kuvvetlerine karşı baş ve gövdenin dikey duruşunun korunmasını amaçlar, çünkü bu görüş ve hedefe yönelik hareketlilik için en uygun durumu oluşturur (Massion, 1998). Kaba motor gelişimindeki birincil değişkenlik uyum sağlamak için sınırlı kapasitelere sahip çeşitli davranışlardır. Örneğin, bebeğin başını gövdesi üzerinde sabitleme becerisi sınırlıdır. Üçüncü ve dördüncü aydan itibaren ikincil değişkenlik aşaması gelişir. Bebek başını gövdesi üzerinde sabitlemeyi ve kendini çevreye doğru itmeyi öğrenir. Sürekli keşif ve deneme yanılma yoluyla öğrenme süreci sayesinde bebek, repertuarından en iyi motor stratejileri seçme becerisini geliştirir. Bebek, görsel keşif ve sosyal etkileşim sonucunda dik duruşlar (oturma, ayakta durma ve yürüme) talep eden motor becerilerde giderek daha fazla ustalaşır. Buna ek olarak, bebek, özellikle dik hareketin ilk aylarında, postüral aktivitesini tahmin etmeyi giderek daha fazla öğrenir (Hadders-Algra, 2018).



### İnce Motor Gelişim

İnce motor fonksiyonu, nesnelere uzanma, onları kaldırma, taşıma ve manipüle etme yeteneğini içerir. Tipik olarak bu eylemler üst ekstremiteler tarafından gerçekleştirilir. Genellikle eli başlangıç pozisyonundan nesneye doğru hareket ettiren bir taşıma bileşeni (uzanma) ve nesnenin kavrandığı bir manipülasyon bileşeni (manipülasyon) içerirler. Yetişkin kişilerde her iki bileşen de yüksek oranda koordine edilir (Jeannerod, 1998).

### Adölesanlarda Motor Gelişim

Adölesanlık, çocukluktan yetişkinliğe geçişte fiziksel, bilişsel ve duygusal değişimlerin yoğun olarak yaşandığı bir dönem olduğundan, motor gelişimin bu süreçte desteklenmesi büyük önem taşır. Motor yeterlilik sosyal (Payne ve ark., 2013), duygusal (Hill ve ark., 2011) ve davranışsal (Green ve ark., 2006) gelişimde önemli bir rol oynar. Motor yeterlilik bireyin lokomotor, vücut yönetimi ve manipülatif becerileri yetkin bir şekilde yerine getirme becerisi olarak tanımlanır (Gallahue ve Ozmun, 2002). Motor becerilerini iyi seviyede yerine getiren adölesanlar sosyal çevreden daha fazla kabul görebilir (Ullrich-French & Smith, 2009), böylece olumlu bir benlik duygusu (Rose ve ark., 2015) ve potansiyel olarak daha sağlıklı bir kimliğe sahip olmaları muhtemeldir. Öte yandan, motor becerileri yerine getiremeyen adölesanlar sportif etkinliklere katılma konusunda isteksiz olabilir (Cairney ve ark., 2005; Payne ve ark., 2013). Bu sebeple adölesan dönemde motor gelişim önemli bir unsurdur. Olumlu yönde etkileri olabileceği gibi olumsuz etkileri de oluşabilir.

### Cinsiyetin Etkisi

Ergenlik döneminde erkekler ve kadınlar arasındaki kimlik gelişimini göz önünde bulundurmamak önemlidir (Sinclair ve Carlsson, 2013). Bu durum kısmen fiziksel aktiviteye katılım düzeyleri ve motor yeterlilikler tarafından yönlendirilebilir (MacPherson ve ark., 2016). Batı kültürlerinde erkekler, sosyal ilişkileri genellikle fiziksel rekabet ve kazanmaya dayalı olduğu için takım sporlarına katılmaya istekli olabilir (Cairney ve ark., 2012). Hands ve ark., (2015) 14 yaşındaki erkeklerin fiziksel aktiviteyi rekabet etme, kazanma ve arkadaşlarıyla vakit geçirme şansı açısından önemli bulduklarını ifade etmiştir. Öte yandan, kadınlar genellikle rekreasyon faaliyetleri içeren sanat gibi daha hareketsiz faaliyetlere katılmaktadır. Kadınlar yakın arkadaşlıklar geliştirmeye daha fazla önem vermekte ve bu nedenle rekabetçi ortamlara kıyasla daha fazla boş zaman veya eğlence faaliyetlerinde sosyalleşmektedir (Hands ve ark., 2015; Perry ve Pauletti, 2011). Kadınların fiziksel aktiviteye katılımı genellikle ergenlik döneminde azalır (Okely ve ark., 2001) ve çoğu erkeklere kıyasla düşük yoğunluklu aktivitelere katılırlar (Hands ve ark., 2016).

### Sonuç

Bu dönemde kazanılan motor beceriler, yetişkinlikte aktif bir yaşam tarzı sürdürme alışkanlığını şekillendirebilir. Özellikle adölesan dönem etkinliklerin iyi ayarlanması gerekmektedir. Destekleyici aktiviteler bu sürecin önemli parçasıdır. Adölesanlar, motor gelişimlerinin desteklenmesi sayesinde yetişkinlikte düzenli fiziksel aktiviteye daha açık olabilirler. Fiziksel aktivitelere ve spora katılım, adölesanların riskli davranışlara yönelmesini engelleyebilir. Bu aktiviteler, zaman yönetimi, özdisiplin ve hedef belirleme gibi olumlu alışkanlıklar kazandırabilir. Motor beceriler, bireyin fiziksel aktivitelere katılımını doğrudan etkiler. Adölesanlıkta yeterli motor gelişim, spor ve fiziksel aktivitelere başarıya katkı sağlarken, obezite ve hareketsiz yaşam tarzı gibi sağlık sorunlarının önlenmesine de yardımcı olur. Motor beceriler, adölesanların özgüvenini, özsaygısını ve sosyal becerilerini güçlendirir. Spor veya takım oyunlarına katılım, arkadaşlık bağlarını güçlendirir ve sosyal kabulü artırır.



## KAYNAKLAR

- Burzi, V., Marchi, V., Boyd, R. N., Mazziotti, R., Moscarelli, M., Sgherri, G., ... & Guzzetta, A. (2015). Brain representation of action observation in human infants. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 57, 26-30.
- Cairney, J., Hay, J., Faught, B., Mandigo, J., & Flouris, A. (2005). Developmental coordination disorder, self-efficacy toward physical activity, and play: Does gender matter? *Adapted Physical Activity Quarterly*, 22(1), 67–82. doi:10.1123/apaq.22.1.67
- Cairney, J., Kwan, M. Y. W., Hay, J. A., & Faught, B. E. (2012). Developmental coordination disorder, gender, and body weight: Examining the impact of participation in active play. *Research in Developmental Disabilities*, 22, 1566–1573. doi:10.1016/j.ridd.2012.02.026
- Frigon, A. (2017). The neural control of interlimb coordination during mammalian locomotion. *Journal of neurophysiology*, 117(6), 2224-2241.
- Gallahue, D. L., & Ozmun, J. C. (2002). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (5th ed.). Dubuque, IA: McGraw-Hill.
- Green, D., Baird, G., & Sugden, D. (2006). A pilot study of psychopathology in developmental coordination disorder. *Child: Care, Health and Development*, 32(6), 741–750. doi:10.1111/j.1365-2214.2006.00684.x
- Grillner, S., Markram, H., De Schutter, E., Silberberg, G., & LeBeau, F. E. (2005). Microcircuits in action—from CPGs to neocortex. *Trends in neurosciences*, 28(10), 525-533.
- Hadders-Algra M. (2018). Early human motor development: From variation to the ability to vary and adapt. *Neuroscience and biobehavioral reviews*, 90, 411–427. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.05.009>
- Hadders-Algra, M. (2000). The neuronal group selection theory: a framework to explain variation in normal motor development. *Developmental medicine and child neurology*, 42(8), 566-572.
- Hadders-Algra, M. (2010). Variation and variability: key words in human motor development. *Physical therapy*, 90(12), 1823-1837.
- Hands, B., Parker, H., Rose, E., & Larkin, D. (2015). Gender and motor competence affects perceived likelihood and importance of physical activity outcomes among 14 year
- Hill, E. L., Brown, D., & Sorgardt, S. K. (2011). A preliminary investigation of quality of life satisfaction reports in emerging adults with and without developmental coordination disorder. *Journal of Adult Development*, 18(3), 130–134. doi:10.1007/s10804-011-9122-2
- Jeannerod, M. (1988). *The neural and behavioural organization of goal-directed movements*. Clarendon Press/Oxford University Press.
- MacPherson, E., Kerr, G., & Stirling, A. (2016). The influence of peer groups in organized sport on female adolescents' identity development. *Psychology of Sport & Exercise*, 23, 73–81. doi:10.1016/j.psychsport.2015.10.002
- Massion, J. (1998). Postural control systems in developmental perspective. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 22(4), 465-472.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Meltzoff, A. N., Kuhl, P. K., Movellan, J., & Sejnowski, T. J. (2009). Foundations for a new science of learning. *science*, 325(5938), 284-288.
- Meltzoff, A. N., Murray, L., Simpson, E., Heimann, M., Nagy, E., Nadel, J., ... & Ferrari, P. F. (2018). Re-examination of Oostenbroek et al.(2016): Evidence for neonatal imitation of tongue protrusion. *Developmental science*, 21(4), e12609.
- Mendonça, B., Sargent, B., & Fetters, L. (2016). Cross-cultural validity of standardized motor development screening and assessment tools: A systematic review. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 58(12), 1213-1222.
- Natale, E., Senna, I., Bolognini, N., Quadrelli, E., Addabbo, M., Cassia, V. M., & Turati, C. (2014). Predicting others' intention involves motor resonance: EMG evidence from 6- and 9-month-old infants. *Developmental cognitive neuroscience*, 7, 23-29.
- Okely, A. D., Booth, M. L., & Patterson, J. W. (2001). Relationship of physical activity to fundamental movement skills among adolescents. *Medical Journal of Science Sports Exercise*, 33(11), 1899–1904. doi:10.1097/00005768-200111000-00015
- olds. *Child Care Health and Development*, 42(2), 1–8. doi:10.1111/cch.12298
- Payne, S., Ward, G., Turner, A., Taylor, M. C., & Bark, C. (2013). The social impact of living with developmental coordination disorder as a 13-year-old. *British Journal of Occupational Therapy*, 76(8), 362–369. doi:10.4276/030802213X13757040168315
- Payne, S., Ward, G., Turner, A., Taylor, M. C., & Bark, C. (2013). The social impact of living with developmental coordination disorder as a 13-year-old. *British Journal of Occupational Therapy*, 76(8), 362–369. doi:10.4276/030802213X13757040168315
- Peiper, A. (1963). Cerebral function in infancy and childhood. (*No Title*).
- Perry, D. G., & Pauletti, R. E. (2011). Gender and adolescent development. *Journal of Research on Adolescence*, 21(1), 61–74. doi:10.1111/j.1532-7795.2010.00715.x
- Rose, E., Larkin, D., Parker, H., & Hands, B. (2015). Does motor competence affect self-perceptions differently for adolescent males and females? *SAGE Open*, 5(4), 1–9. doi:10.1177/2158244015615922
- Sinclair, S., & Carlsson, R. (2013). What will I be when I grow up? The impact of gender identity threat on adolescents' occupational preferences. *Journal of Adolescence*, 36(3), 465–474. doi:10.1016/j.adolescence.2013.02.001
- Smith, L. B., & Thelen, E. (2003). Development as a dynamic system. *Trends in cognitive sciences*, 7(8), 343-348.
- Spencer, J. P., Perone, S., & Buss, A. T. (2011). Twenty years and going strong: A dynamic systems revolution in motor and cognitive development. *Child development perspectives*, 5(4), 260-266.
- Turati, C., Natale, E., Bolognini, N., Senna, I., Picozzi, M., Longhi, E., & Cassia, V. M. (2013). The early development of human mirror mechanisms: evidence from electromyographic recordings at 3 and 6 months. *Developmental Science*, 16(6), 793-800.
- Ullrich-French, S., & Smith, A. L. (2009). Social and motivational predictors of continued youth sport participation. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 87–95. doi:10.1016/j.psychsport.2008.06.007



## T ÇEVİKLİK TESTİ ÖĞRENME EĞRİSİNİN BELİRLENMESİ

Mürşit AKSOY<sup>1</sup>, Yusuf Dilbilir<sup>2</sup>, Davut Seyitoğulları<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup>Hakkari Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,  
Hakkari, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-5936-7606

E-posta: [mursitaksoy@hakkari.edu.tr](mailto:mursitaksoy@hakkari.edu.tr)

<sup>2</sup>Hakkari Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Tıbbi Hizmetler Ve  
Teknikler Bölümü , Hakkari, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-4569-251X

E-posta: [yusufdilbilir@hakkari.edu.tr](mailto:yusufdilbilir@hakkari.edu.tr)

<sup>3</sup> Hakkari Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim  
Dalı, Egzersiz ve Spor Bilimleri Tezli Yüksek Lisans Programı

ORCID Code: 0009-0000-1139-7785

E-posta: [davutseyit14@gmail.com](mailto:davutseyit14@gmail.com)

### ÖZET

Bu araştırmada T çeviklik testinin öğrenme eğrisinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Sürekli tekrarların ardından kaçınıcı tekrardan sonra, aşinalığın da getirmiş olduğu katkı ile otonom bir şekilde dışardan geri bildirim almadan protokolün yerine getirildiği ve optimum değer aldığı saptanmıştır. Çalışmaya Hakkari Üniversitesinden yaşları 18-25 yaş arasında 12 erkek öğrenci gönüllü olmuştur. Testten önce katılımcılara uygulanılacak protokoller hakkında bilgiler verildi ve tekrarlar arası deneklerin dinlenmesi sağlandı. Tekrarlanan ölçümler ANOVA, test skorlarında tekrarlar arası farklılıklar olduğunu gösterdi. Dördüncü başarılı tekrar ile birlikte bilişsel süreçlerin ağır bastığı düşünülerek öğrenmenin gerçekleştiği, altıncı ve sonraki tekrarlardan itibaren de herhangi bir geri bildirim ihtiyacı duymadan otonom bir şekilde öğrenmenin gerçekleştiği görülmüştür. Daha önce hiç T çeviklik testi uygulamayan biri için 5 başarılı tekrardan sonra ölçümlerin alınması gerektiği tavsiye edilir.

**Anahtar Kelimeler:** T Test, Öğrenme Eğrisi, Çeviklik



## DETERMINATION OF THE LEARNING CURVE OF T AGILITY TEST

Mürşit AKSOY<sup>1</sup>, Yusuf Dilbilir<sup>2</sup>, Davut Seyitoğulları<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup>Hakkari University, Faculty of Sports Sciences, Department of Coaching  
Education, Hakkari, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-5936-7606

E-mail: [mursitaksoy@hakkari.edu.tr](mailto:mursitaksoy@hakkari.edu.tr)

<sup>2</sup>Hakkari University, The Vocational School of Health Services, Department of  
Medical Services and Techniques, Hakkari, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-4569-251X

E-mail: [yusufdilbilir@hakkari.edu.tr](mailto:yusufdilbilir@hakkari.edu.tr)

<sup>3</sup> Hakkari University, Institute of Graduate Education, Department of Physical  
Education and Sports, Exercise and Sports Sciences Master's Program

ORCID Code: 0009-0000-1139-7785

E-mail: [davutseyit14@gmail.com](mailto:davutseyit14@gmail.com)

### ABSTRACT

This aim of this study was determine the learning curve of the T agility test. After continuous repetitions, it was determined that after how many repetitions, with the contribution of familiarization, the protocol was performed autonomously without receiving external feedback and the optimum score was obtained. 12 male students between the ages of 18-25 from Hakkari University volunteered for the study. Before the test, the participants were informed about the protocols to be applied and rest was provided between trials. Repeated measures ANOVA showed that the completion time of the test differed between repetitions. It was observed that cognitive processes prevailed with the fourth successful repetition, and learning occurred autonomously without the need for any feedback including the sixth repetition and onwards. It is recommended that measurements should be taken as the test score after the 5th successful repetition for participants who has never applied the T agility test before.

**Keywords:** T Test, Learning Curve, Agility



## AMATÖR VE PROFESYONEL SPORCULUK ARASINDAKİ FARKLAR

Nurmira ABDYBEKOVA<sup>1</sup>, Alperen Kaan DEMİRCİ<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>PhD. Kyrgyz State Ac. of Ph. Cult. and Sport Unv, Bishkek /Kırgızistan,  
E-posta: paulaplapla98@gmail.com

<sup>2</sup>Öğretim Görevlisi, Avrasya Üniversitesi, Trabzon/ Türkiye  
E-posta: alperendemirci@avrasya.edu.tr

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı, amatör ve profesyonel sporculuk arasındaki motivasyon, rekabet psikolojisi ve kariyer sonrası yaşama geçiş süreçlerinin bireylerin psikolojik sağlığı üzerindeki etkilerini incelemektir. Çalışmada, amatör sporcuların spor yapma motivasyonlarının sağlık, sosyal etkileşim ve eğlence gibi içsel nedenlere dayandığı ve bu sporcuların kariyer sonrasında yaşamlarına kolayca adapte olabildiği gözlemlenmiştir. Amatör sporcular, spor hayatlarını sonlandırdıklarında kimlik kaybı veya uyum sorunu yaşamamaktadır. Profesyonel sporcularda ise yüksek performans, rekabet baskısı ve başarı odaklı motivasyon ön planda olup, emeklilik dönemine geçişte adaptasyon ve kimlik bunalımı gibi sorunlar sıklıkla görülmektedir. Özellikle profesyonel sporculuk kariyerinin sonlanması, sporcuların kendilerini yeniden tanımlamaları gereken bir süreç olarak öne çıkmakta ve psikolojik zorluklara yol açabilmektedir. Araştırmanın bulgularına göre, amatör sporcular için spor sonrası yaşam, daha dengeli ve uyumlu bir geçiş sağlarken, profesyonel sporcular için emeklilik dönemi psikolojik destek gerektiren bir süreçtir. Profesyonel sporcuların emeklilik döneminde karşılaştıkları zorlukların üstesinden gelmeleri için mental dayanıklılık kazanmaları, sosyal destek almaları ve yeni uğraş alanlarına yönelmeleri önemlidir. Kariyer sonrası kimlik kaybı yaşamamak için sporla ilgili mentorluk veya antrenörlük gibi alanlara yönelmeleri önerilmektedir. Bu çalışma, profesyonel sporcuların emeklilik sonrası uyum sürecini kolaylaştırmak adına psikolojik destek, sosyal çevre genişletme ve yeni kariyer planlamaları gibi alanlarda destekleyici programların geliştirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Böylece sporcular, kariyer sonrasında kendilerini değerli hissetmeye devam edebilir, sosyal çevrelerinde aktif bir rol üstlenebilir ve sağlıklı bir geçiş yapabilirler.

**Anahtar Kelimeler:** Psikolojik uyum, kimlik bunalımı, spor sonrası geçiş, sosyal destek



## DİFFERENCES BETWEEN AMATEUR AND PROFESSIONAL ATHLETES

Nurmira ABDYBEKOVA<sup>1</sup>, Alperen Kaan DEMİRCİ<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>PhD. Kyrgyz State Ac. of Ph. Cult. and Sport Unv, Bishkek / Kyrgyzstan

E-mail: paulaplpla98@gmail.com

<sup>2</sup>Avrasya University, Trabzon/ Türkiye

E-mail: alperendemirci@avrasya.edu.tr

### ABSTRACT

The purpose of this research is to examine the psychological effects of motivation, competition psychology, and post-career transition processes on amateur and professional athletes. The study observed that amateur athletes are motivated by intrinsic factors such as health, social interaction, and enjoyment, which allow them to adapt smoothly to life after their sports career. Amateur athletes do not experience identity loss or adjustment difficulties upon ending their sports activities. In contrast, professional athletes are driven by high performance, competition pressure, and achievement-oriented motivation, leading to adaptation and identity crises during retirement. The end of a professional sports career often necessitates a redefinition of self and presents significant psychological challenges. Findings indicate that while life after sports provides a more balanced and adaptable transition for amateur athletes, the retirement period for professional athletes is a process that often requires psychological support. Developing mental resilience, seeking social support, and exploring new interests are essential for overcoming challenges faced by professional athletes post-career. Redirecting towards mentorship or coaching roles within sports is recommended to help mitigate identity loss after retirement. This study emphasizes the need for supportive programs to facilitate the adaptation process for professional athletes post-retirement, including psychological support, expanding social networks, and career planning. Through these measures, athletes can continue to feel valued, play an active role in their social environment, and achieve a healthy transition.

**Keywords:** Psychological Adaptation, Identity Crisis, Post-Sport Transition, Social Support

### GİRİŞ

Spor, bireylerin fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerinde önemli etkiler bırakan bir etkinlik olup amatör ve profesyonel düzeyde farklı nitelikler ve beklentiler içermektedir. Ülkemizde spor, amatör, profesyonel ve gizli profesyonellik olmak üzere üç boyutta gerçekleştirilmektedir (Tekin ve ark., 2016). Amatör sporcular genellikle sporu bir hobi, sosyal etkinlik ya da sağlıklı yaşam amacıyla gerçekleştirirken, profesyonel sporcular, sporun yanı sıra kariyerlerinde de hedeflerine ulaşmak için yüksek düzeyde performans göstermeyi amaçlarlar. Amatör sporcuların motivasyon kaynağı genellikle keyif alma ve tatmin gibi içsel faktörler olurken, profesyonel sporcular için ödüller ve maddi kazanç gibi dışsal motivasyon unsurları daha etkili olabilmektedir. Atkinson'un başarı motivasyonu teorisi, bireylerin başarı yönelimlerinin güdülenme düzeylerine ve dışsal teşviklere bağlı olarak şekillendiğini öne sürmektedir. Bu teori, sporcuların farklı düzeylerdeki motivasyonel kaynaklarını anlamada önemli bir çerçeve sunar (Abakay ve ark., 2010). Bu iki sporculuk türü, bireyler üzerinde farklı psikolojik etkiler yaratmakta ve farklı yaşam biçimleri gerektirmektedir. Özellikle profesyonel sporculuk, performans baskısı, rekabet ortamı ve

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

yüksek beklentiler gibi faktörler nedeniyle sporcuların ruhsal sağlığını ve sosyal yaşamını derinden etkileyebilir. Amatör ve profesyonel sporcuların yaşadığı bu psikolojik etkiler, motivasyon, stres düzeyleri, sosyal ilişkiler ve zihinsel sağlık gibi konulara göre farklılık göstermektedir. Amatör sporcular için spor, genellikle keyif verici bir aktivite olarak görülürken; profesyonel sporcular için başarı, kazanç ve itibar gibi faktörler önemli hale gelir. Bu durum, profesyonel sporcuların yüksek düzeyde bir stres yaşamasına yol açabilir ve bu stres yönetimi gerekliliğini ortaya çıkarır. Yapılan çalışmalar, profesyonel sporcularda özellikle rekabet ve kazanmaya yönelik baskının, ruhsal sağlık üzerinde olumsuz etkilere yol açtığını ortaya koymaktadır. Profesyonel sporcularda görülen baskı ve stres, mental dayanıklılık ve psikolojik destek ihtiyacını gündeme getirirken, amatör sporcularda bu tür baskıların daha az yaşanması bireylerin sporla olan ilişkisini daha pozitif hale getirebilmektedir. Spor psikolojisi alanında yapılan araştırmalar, profesyonel sporculukta karşılaşılan rekabetin bireylerin sosyal yaşamlarını da etkileyebileceğini ve sosyal ilişkilerde zorluklar yaratabileceğini vurgulamaktadır. Ayrıca, profesyonel sporcularda kariyer sonrası dönem ve sporu bıraktıktan sonraki adaptasyon süreci, bireylerin ruhsal sağlığı açısından önem arz etmektedir. Amatör sporcularda ise bu süreç daha kolay atlatılmakta ve spor sonrası yaşam genellikle daha sorunsuz bir geçişle sürdürülebilmektedir.

### **Amatör ve Profesyonel Sporculuğun Tanımı ve Kapsamı**

Amatör ve profesyonel sporculuk, spora yönelik farklı amaç ve beklentiler doğrultusunda şekillenen iki temel düzey olarak tanımlanabilir. Türk Dil Kurumu'nun Türkçe Sözlüğü'ne göre, "amatör," bir işi maddi kazanç amacı gütmeyen, yalnızca ilgi ve keyif için yapan kişiyi ifade ederken, "profesyonel" ise bu işi meslek olarak sürdüren birey olarak tanımlanmıştır (TDK, 2024). Amatör sporculuk, spora katılımın daha çok kişisel ilgi, sağlık, sosyal çevreyle etkileşim ve kendini geliştirme gibi nedenlere dayandığı bir etkinlik türüdür. Amatör sporcular, genellikle kazanç elde etme amacı olmaksızın sporu yaşamlarının bir parçası haline getirirler ve genellikle diğer mesleki uğraşlarının yanında spora vakit ayırırlar. Amatör sporun temel amacı, kişinin fiziksel sağlığını koruması, sosyal çevresi ile etkileşim kurması ve günlük yaşamın stresinden arınmasıdır. Sporun bir meslek olarak görülmesi, sporcuların diğer meslek gruplarındaki bireyler gibi tüm sosyal haklardan yararlanmasını gerektirir. Bu, sporcuların sosyal güvenceler ve iş güvencesi gibi haklara erişimini sağlamak açısından önemlidir (Orhan, 2009). Sporcuların ekonomik ve sosyal haklarını güçlendirmek, sporun yalnızca fiziksel bir etkinlik değil, aynı zamanda profesyonel bir alan olduğunu ortaya koyar. Profesyonel sporculuk ise bireylerin, spor faaliyetlerini bir kariyer olarak benimseyip bu alanda maddi kazanç elde etmeyi hedefledikleri bir spor türüdür. Profesyonel sporcular, belirli kurallar çerçevesinde sürekli performans sergileyerek bu alanda uzmanlaşırlar ve çoğu zaman sosyal yaşamlarını spor çevresine entegre ederler. Bu düzeyde, sporcuların fiziksel ve mental olarak yüksek standartlarda olması beklenir. Sporcular müsabaka süreleri ve antrenman süreleri boyunca yüksek performans sergileyip çaba gösterip enerji harcamaktadırlar (Uzundiz ve ark., 2022). Profesyonel sporcuların kariyerlerinde başarı elde edebilmek için yoğun antrenman süreçleri geçirdiklerini ve performanslarını en üst düzeye çıkarabilmek amacıyla sürekli olarak bir rekabet ortamında bulduklarını belirtmektedir. Profesyonel sporculukta başarı, yalnızca bireysel gelişim değil, aynı zamanda finansal gelir ve toplumsal saygınlık gibi unsurları da içeren bir yapıdadır.

Amatör ve profesyonel sporculuk arasındaki en belirgin farklardan biri yasal ve finansal düzenlemelerdir. Amatör sporcularda finansal kaygıların olmaması, sporun kişinin günlük yaşantısına uyumlu bir biçimde yapılabilmesine olanak tanırken, profesyonel sporculuk, sporcu sözleşmeleri, sponsorluk anlaşmaları ve lig kuralları gibi yasal çerçevelerle düzenlenir. Profesyonel sporcuların, çeşitli yasal düzenlemeler kapsamında hak ve yükümlülüklerle sahip olduklarını, amatör sporcularda ise bu tür sınırlamaların genellikle



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

bulunmadığı ifade edilebilir. Profesyonel sporcular, aynı zamanda federasyonlar ve kulüpler tarafından belirlenen kurallar çerçevesinde faaliyet gösterirken, amatör sporcular bu tür yükümlülüklerle sahip değildir. Profesyonellik, sporun iş ilişkileri çerçevesinde değerlendirildiği bir alanı ifade eder. Türkiye’de, amatör sporcuların iş kanunları kapsamı dışında bırakılması, sosyal güvenceler açısından önemli bir ayırım yaratır (Küçükgüngör, 1999).

Finansal açıdan bakıldığında, profesyonel sporculuk bireylere gelir sağlayan bir meslek olarak konumlanırken, amatör sporculukta maddi kazanç yoğunlukla söz konusu değildir. Profesyonel sporcular, maaş, prim, sponsorluk ve reklam anlaşmaları yoluyla gelir elde ederler, bu da onların spor yaparken ekonomik olarak bağımsız bir yaşam sürmelerini sağlar. Profesyonel sporculuğun sporcuya kazanç sağlarken amatör sporculuğun daha çok hobi ve sağlık amaçlı yapıldığını ifade etmek doğrudur. Bu fark, amatör ve profesyonel sporcuların sporla olan ilişkilerini de derinden etkiler; amatörler için spor daha çok zevk ve sosyalleşme amacına hizmet ederken, profesyoneller için başarı odaklı ve performans temelli bir uğraştır. Özetle, amatör ve profesyonel sporculuk arasında, sporun yapılış amacı, yasal çerçeve ve finansal kazanımlar açısından belirgin farklılıklar bulunmaktadır. Amatör sporcular sporu hayatın bir parçası olarak görüp bu alanda kendini geliştirmeyi hedeflerken, profesyonel sporcular spor aracılığıyla bir kariyer inşa ederler ve bu uğraşlarıyla sosyal ve ekonomik kazanımlar elde ederler. Bu bağlamda, amatör ve profesyonel sporculuk arasındaki farkların bireyin sporla ilişkisini ve bu ilişki sonucunda edindiği yaşam deneyimini şekillendirdiği söylenebilir.

### **Motivasyon ve Hedefler**

Başarı motivasyonu, bir işi en iyi şekilde gerçekleştirme, mükemmele ulaşma, zorlukları aşma ve diğerlerinden üstün bir performans sergileme arzusu olarak tanımlanır. (Lawrence, 1996). Aynı zamanda, bu motivasyon türü, başarısızlıktan kaçınma ve belirli bir görevi tamamlama amacıyla çaba gösterme olarak da ifade edilebilir. (Cox, 1990). İnsanlar genellikle kendilerini tatmin eden, huzur sağlayan durumları tercih ederken, rahatsızlık yaratan durumlardan uzak durma eğilimi gösterir (Tiryaki Ş, Gödelek 1997). Amatör ve profesyonel sporculuk, bireylerin spor yaparken güdülenme şekillerinde belirgin farklılıklar yaratır. Amatör sporculukta motivasyon genellikle sağlıklı yaşam, eğlenme ve sosyal çevreyle iletişimi sürdürme gibi nedenlere dayanır. Amatör sporcuların çoğu, sporu sağlıklı bir yaşam sürdürme, sosyal ilişkilerini güçlendirme ve yaşam kalitesini artırma aracı olarak görür. Amatör sporcular için spor, aynı zamanda stresin azalmasına, günlük yaşamın monotonluğundan uzaklaşmaya ve yaşamdan daha fazla keyif almaya yardımcı olan bir araçtır. Sağlık ve sosyal iletişimi sürdürme gibi amaçlarla sporu benimseyen amatör sporcular, sportif faaliyetlerden daha çok zevk almak ve kendilerini geliştirmek amacı güderler. Bu nedenle amatör sporcularda başarının bir zorunluluk olarak görülmemesi, sporun bireyler üzerindeki baskısını azaltır.

Profesyonel sporculukta ise motivasyon unsurları çok daha çeşitli ve yoğun bir yapıya sahiptir. Profesyonel spor alanında başarı elde etmek için de profesyoneller tarafından güncel sistemler ve yaklaşımlar kullanılmaktadır (Özdemir ve Cömert, 2023) Profesyonel sporcular, başarı elde etme, kariyerlerini geliştirme ve ekonomik kazanç sağlama gibi hedefler doğrultusunda spor yaparlar. Başarıya odaklanan profesyonel sporcular, performanslarını en üst seviyeye çıkarabilmek için yoğun bir çaba sarf ederler ve spor, yaşamlarının merkezine yerleşir. Bu doğrultuda, profesyonel sporculukta rekabet, hedefler ve başarıya ulaşma baskısı çok daha belirgindir; profesyonel sporcular hem kişisel hem de finansal olarak yüksek standartlara ulaşma beklentisi içerisindedirler. Profesyonel sporcularda kariyer gelişimi ve ekonomik kazanç motivasyonunun, bireylerin yaşam tarzını şekillendiren ve zaman zaman onların üzerindeki baskıyı artıran önemli bir faktör olduğu bilinmektedir. Günümüzde spor

kitleleri peşinden sürükleyen büyük bir küresel endüstri haline gelmiştir. Bu nedenle sporda üst düzeyde mücadele eden sporcuların biyolojik yaşları da gittikçe düşmeye başlamıştır. Sporun kitleler tarafından bu derece ilgi çekmesi sporcuların profesyonelliğe geçiş sürecini de hızlandırmıştır (Eggleston vd., 2020).

Amatör ve profesyonel sporculuk arasındaki motivasyon farklılıkları, sporcuların psikolojik durumları üzerinde çeşitli sonuçlar doğurur. Amatör sporcularda, hedeflerin daha içsel motivasyon kaynaklı olması, bireylerin sporla kurdukları ilişkinin daha sağlıklı ve sürdürülebilir olmasını sağlar. Sosyal çevreyle etkileşime geçme ve kendini geliştirme gibi hedeflere dayanan amatör sporculukta, bireyler üzerinde performans baskısı azaldığından, stres düzeyleri genellikle düşüktür. Ancak, profesyonel sporculukta performansa dayalı dışsal motivasyon unsurları yoğun olduğundan, sporcuların yaşadığı baskı ve stres düzeyleri daha yüksektir. Bu durum, profesyonel sporcularda ruhsal sorunlara yatkınlığı artırabilir ve spor psikolojisi alanında ele alınan en önemli konulardan birini oluşturur. Profesyonel sporcularda hedeflerin başarısızlık durumunda değer kaybetme riski taşıması, motivasyonun azalmasına ve bireyde kaygı ve stres gibi psikolojik zorlukların ortaya çıkmasına neden olabilir.

### **Yarışma ve Rekabet Psikolojisi**

Yarışma ve rekabet, sporcuların motivasyonlarını etkileyen ve psikolojilerini şekillendiren önemli unsurlar arasında yer alır. Amatör sporculukta rekabet, genellikle keyif alma, beceri geliştirme ve sosyal etkileşim gibi içsel motivasyonlara dayanır. Amatör sporcular için yarışma, çoğu zaman belirli bir baskı oluşturmaktan ziyade, eğlenme ve kendini geliştirme fırsatı sunar. Bu nedenle amatör düzeyde rekabetin yoğunluğu, profesyonel spora kıyasla daha düşüktür ve başarısızlık durumunda ortaya çıkan hayal kırıklığı, genellikle kısa süreli ve düşük düzeyde olur. Amatör sporcularda yarışmanın getirdiği baskı daha sınırlıdır ve başarının zorunlu olarak görülmemesi, onların psikolojik rahatlığını artırır. Bu durum, amatör sporcuların spor yaparken daha çok eğlenmelerine ve yarışmayı kişisel gelişim aracı olarak görmelerine katkı sağlar. Sportif deneyim, bireyin strese karşı dayanıklılığını belirleyen önemli bir faktördür. Deneyimsiz bir sporcu için performansı olumsuz etkileyebilecek bir durum, deneyimli bir sporcu tarafından performansı artırmak için bir araç olarak kullanılabilir. Bu, deneyim seviyesinin stresle başa çıkma stratejileri üzerindeki etkisini vurgular (Davies, 1995). Profesyonel sporcularda ise rekabet, kazanmaya ve sürekli yüksek performans sergilemeye dayalı bir mentaliteyi gerektirir. Profesyonel sporcuların yarışmalarda başarı göstermesi, kariyerlerinin devamlılığı açısından büyük önem taşır; dolayısıyla bu seviyede rekabetin yoğunluğu oldukça yüksektir. Profesyonel sporcular, performanslarını geliştirmek ve rakiplerinden üstün olmak için yoğun bir çaba harcarlar, bu da üzerlerindeki baskıyı artırır. Profesyonel sporcuların sürekli rekabet halinde olmalarının ve kazanmaya odaklanmalarının onların stres ve anksiyete düzeylerini artırdığını belirtmektedir. Kazanmaya yönelik bu mentalite, profesyonel sporcularda yalnızca fiziksel olarak değil, aynı zamanda zihinsel olarak da üstünlük sağlama çabasını doğurur. Bu süreç, onların yoğun bir şekilde hedef odaklı yaşamalarına ve başarısızlık ihtimali karşısında daha fazla baskı hissetmelerine neden olur. Rekabetin sporcular üzerindeki etkileri duygusal ve mental açıdan da dikkate değerdir. Amatör sporcularda yarışma baskısının düşük olması, onların spor yaparken stres düzeylerinin nispeten düşük olmasını sağlar ve bu durum genel psikolojik iyilik hallerini olumlu yönde etkiler. Amatör sporcular başarısızlık durumunda kendilerine daha az yüklenir, bu da onların spor yaparken kendilerini daha iyi hissetmelerine katkıda bulunur. Buna karşın profesyonel sporcular için rekabetin yarattığı baskı, zamanla tükenmişlik sendromu gibi duygusal zorluklara yol açabilir. Profesyonel sporcuların başarısızlıkla başa çıkmada daha fazla zorluk yaşadığını ve bu durumun onların özsaygılarını

olumsuz etkileyebilir. Bu zorlu süreç, profesyonel sporcularda ruhsal çöküntü ve stresle başa çıkma becerilerini güçlendirme gerekliliğini de beraberinde getirir.

### **Kariyer Sonrası Yaşam ve Emeklilik Dönemi**

Ülkemizde emeklilik yaşının değişen kanunlar ve yasalar doğrultusunda ortalama bir yaş belirlenmiştir. Ancak bu süreler sporun doğası gereği belirlenen yaş aralıklarına kadar sporunun aktif spor yaşantısının sürdürebilmesi imkânsız gibi görülmektedir (Öztürk, 2022). Sporculuk kariyerini sonlandırma süreci, amatör ve profesyonel sporcular için farklı zorluk ve uyum gereksinimlerine yol açar. Amatör sporcular açısından kariyer sonrası yaşam, genellikle sporun bir meslek olarak görülmemesi nedeniyle daha kolay bir geçiş süreci sağlar. Amatör sporcular spor yapmayı hobi ve sosyal etkileşim aracı olarak gördüğünden, kariyer değişiminde kimliklerini yeniden yapılandırma zorunluluğu daha azdır. Amatör sporcular, spor yaşamlarını sonlandırdıklarında genellikle günlük yaşamlarına kolayca uyum sağlayabilir ve sosyal çevrelerinde yer edindikleri diğer kimliklere odaklanabilirler. Bu sayede, amatör sporculardan elde edilen sosyal ve fiziksel kazanımlar, hayatlarının geri kalanında onları destekleyici bir unsur olarak kalır. Sporla edindikleri arkadaşlıklar ve fiziksel dayanıklılık, spor sonrası dönemde kendilerini olumlu hissetmelerini sağlayan faktörlerdendir.

Buna karşın, profesyonel sporculuk sonrası yaşam, sporcuların kimliklerinde ve günlük alışkanlıklarında önemli değişikliklere yol açabilir ve bu geçiş süreci zorlayıcı olabilir. Profesyonel sporcular, kariyerleri boyunca yoğun bir şekilde spor yaparak fiziksel ve mental olarak yüksek performans sergilemeye odaklanır ve kimliklerini büyük ölçüde bu meslek üzerinden inşa ederler. Profesyonel kariyerin sonlanması, onların yaşam rutinlerinde ve kimlik algılarında derin bir değişim gerektirir. Özellikle kariyerlerini genç yaşta sonlandırmak zorunda kalan profesyonel sporcularda, ani bir boşluk ve kimlik bunalımı yaşanabilir.

Profesyonel sporcuların emeklilik sonrası karşılaştığı zorluklardan bir diğeri ise adaptasyon sürecidir. Sporcular, profesyonel sporculuk döneminde belirli bir rutin ve başarı odaklı yaşam sürdürdükleri için, bu tempoyu kaybettiklerinde boşluk hissi yaşayabilirler. Emeklilik döneminde, profesyonel sporcular bu boşluğu doldurmak amacıyla yeni kariyer fırsatları arayabilir ya da eğitim ve mentorluk gibi spora bağlı farklı alanlara yönelme çabası gösterebilirler. Ancak yeni bir kariyer yoluna adapte olma süreci, sporcuların mental ve duygusal olarak zorlanmalarına neden olabilir (Lewis, 1997), Profesyonel sporcuların emeklilik sonrasında sporla doğrudan ilgili olmayan bir alanda çalışmayı zor bulduklarını ve yeni bir kimlik geliştirme sürecinde psikolojik destek almalarının önemli olduğunu ifade etmektedir.

Kariyer sonrası kimlik değişimi, özellikle profesyonel sporcular için önemli bir psikolojik etkiye sahiptir. Sporcuların emeklilikleri genellikle gözden kaçırılan önemli bir dönüm noktasıdır. Dolayısıyla spor emekliliği bütün sporcular için kaçınılmazdır (Zaichkowsky 1993). Sporcular, yıllarca kimliklerini performansları ve başarıları üzerine inşa ettiklerinden, spor kariyerlerinin sona ermesiyle birlikte kendilerini yeniden tanımlamak zorunda kalabilirler. Bu süreç, sporcuların özgüveninde düşüşe ve hayatlarındaki anlam kaybına yol açabilir. Özellikle profesyonel sporculuk döneminde toplum tarafından tanınan, başarılı bir figür olarak öne çıkan sporcular için emeklilik dönemi, kaybettikleri kimliği yeniden yapılandırma zorunluluğu getirebilir. Her sporunun yeni hayata geçiş sürecinde yeni kimliğini ve emeklilik gerçeğini anlaması bir bakıma aktif spordan emekli olmanın spor hayatında kaçınılmaz bir durum olduğunu bilmesi ile mümkündür (Bayrak ve Tunçkol, 2012). Sporcuların kariyer sonrasında yeni bir kimlik geliştirememesi durumunda, psikolojik sıkıntılar ve tükenmişlik gibi olumsuz durumlar yaşama ihtimali artar. Bu nedenle, emeklilik sonrası dönemde profesyonel sporcuların destek alarak sosyal çevrelerini

genişletmeleri ve yeni uğraş alanlarına yönelmeleri, adaptasyon sürecini olumlu yönde etkileyebilir.

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Amatör ve profesyonel sporculuk arasındaki motivasyon, rekabet psikolojisi ve kariyer sonrası yaşama geçiş süreçleri, bireylerin psikolojik sağlığını önemli ölçüde etkileyen temel unsurlar olarak öne çıkmaktadır. Amatör sporculuk, bireylerin spor yaparken keyif alması, sosyal ilişkilerini güçlendirmesi ve sağlıklı yaşam sürdürmesi gibi daha içsel motivasyonlara dayanır. Bu sayede amatör sporcular, spor hayatlarının sonrasında sosyal çevrelerine ve günlük yaşamlarına daha kolay adapte olabilirler. Spor bir meslek değil, bir hobi olarak gören amatör sporcular, spor yapmayı sürdürülebilir bir yaşam tarzı olarak benimserler ve kariyerleri sona erdiğinde kimlik kaybı yaşamazlar. Bu durum, amatör sporcuların kariyer sonrası süreçte daha düşük düzeyde stres ve uyum sorunları yaşamasına katkıda bulunur. Profesyonel sporculuk ise yüksek performans gerektiren, yoğun rekabet içeren ve başarı odaklı bir yapıya sahiptir. Profesyonel sporcular, spor kariyerleri boyunca başarıya ulaşmak, rekabet etmek ve kariyerlerini ilerletmek gibi hedeflerle motive olurlar. Bu motivasyonlar, onların kazanmaya odaklanmasını sağlar ve sporcu kimliklerini güçlendirir. Ancak bu durum, profesyonel sporcular için kariyerlerinin sonlanmasının ardından bir adaptasyon zorluğu yaratabilir. Özellikle yoğun rekabet baskısı altında yaşayan profesyonel sporcular, emeklilik dönemine geldiklerinde günlük yaşamlarında boşluk ve kimlik bunalımı yaşayabilirler. Spor kariyeri boyunca toplum tarafından tanınan ve başarılarıyla öne çıkan profesyonel sporcular, emeklilik dönemine geçtiklerinde sosyal statü ve kimlik kaybı gibi zorluklarla karşılaşabilirler. Kariyer sonrası yaşamda profesyonel sporcular için yeni bir kimlik geliştirmek, sosyal çevrelerini genişletmek ve hayata yeni bir anlam katmak gereklidir. Bu bağlamda, profesyonel sporcuların emeklilik dönemine uyum sağlamalarını kolaylaştıracak öneriler geliştirmek gereklidir. Öncelikle, sporcuların kariyerleri boyunca emeklilik sonrası döneme hazırlanabilmeleri için psikolojik destek almaları önemlidir. Spor kariyerlerinin sonlanmasından önce mental dayanıklılık kazanmaları, onları kariyer sonrasındaki geçiş sürecine daha iyi hazırlayabilir. Aynı zamanda, sporculara emeklilik sonrasında sporla ilgili mentorluk, antrenörlük ya da yorumculuk gibi alanlara yönelmeleri konusunda teşvik edici programlar sağlanmalıdır. Bu sayede sporcular, sahip oldukları bilgi ve deneyimi aktararak kendilerini değerli hissetmeye devam edebilirler. Bunun yanında, sporcuların sosyal çevrelerini genişletmelerine yardımcı olacak aktiviteler ve sosyal destek gruplarının oluşturulması, onların emeklilik döneminde yalnızlık hissini azaltmaya katkı sağlayacaktır. Profesyonel sporcuların kariyer sonrası dönemlerinde yeni ilgi alanları ve sosyal etkileşimler bulmaları, kendilerini toplum içinde yeniden tanımlamalarına ve farklı bir kimlik geliştirmelerine olanak tanır. Ayrıca, sporcuların kariyer sonrasında finansal planlamalarını yapmalarını desteklemek amacıyla eğitim programları düzenlenmesi, onların ekonomik olarak bağımsız kalmalarını sağlayarak kariyer sonrasında daha az stres yaşamalarına yardımcı olabilir. Sonuç olarak, amatör ve profesyonel sporculuk arasındaki temel farklılıklar, sporcuların kariyerlerini sonlandırdıktan sonra uyum sağlama süreçlerini doğrudan etkiler. Amatör sporcularda spor sonrası yaşam daha rahat bir geçiş sağlarken, profesyonel sporcular için emeklilik sonrası uyum süreçleri çok daha karmaşık ve zorlayıcıdır. Profesyonel sporcuların kariyer sonrasında psikolojik destek alarak, yeni bir kimlik geliştirme sürecine yönlendirilmeleri, bu süreci daha sağlıklı geçirmeleri için önemlidir. Emeklilik sonrası dönemde sporcuların kendilerini değerli hissedecekleri yeni roller bulmaları ve bu süreçte sosyal destek alarak uyum sağlamaları, onların psikolojik iyi oluş hallerini korumalarına katkı sağlar. Bu doğrultuda, sporculuk kariyerinin başlangıcından itibaren uzun vadeli bir planlama yaparak, kariyer sonrası yaşamı da

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



kapsayan bir destek süreci sunulması, sporcuların daha dengeli ve sağlıklı bir geçiş yapmalarına olanak tanır.

### KAYNAKÇA

- Abakay, U., & Kuru, E., (2010) Profesyonel ve amatör futbolcuların statü değişkeni açısından başarı motivasyonu farklılıkları Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi Cilt 4, Sayı 3, 2010 186-191
- Bayrak, M., & Tunçkol, H. M. (2012). Sporda emeklilik olgusu ve emeklilik uyum modelleri.
- Cox, R. H. (1990). Sport psychology: Concepts and applications (2nd ed.). Dubuque, IA: Wm. C. Brown Publishers
- Davies, D. (1995). Psychological factors in competitive sports (pp. 78–82). London, UK: The Palmer Press.
- Eggleston, D., Hawkins, L. G., & Fife, S. T. (2020). As the lights fade: A grounded theory of male professional athletes' decision-making and transition to retirement. *Journal of Applied Sport Psychology*, 32(5), 495- 512. <https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1626514>
- Lawrence, A. P. (1996). The science of personality. New York, NY: John Wiley & Sons.
- Lewis LE. A Career Profile of Professional Athletes: A study of the Effect of Professional Football on Support Career Perceptions and Expectations and Preretirement Planning. PhD Thesis. Minnesota: University of Minnesota, 1997.
- Küçükgüngör, G. (1999). Amatör ve profesyonel sporculuk üzerine bir değerlendirme. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 183-188.
- Özdemir, D., & Cömert, I. T. (2023). Profesyonel Sporcularda Tükenmişlik Sendromu ve Depresyon Hakkında Bir Derleme Çalışması. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 9(2), 27-47.
- Orhan S (2009): Sporcular İçin Sosyal Güvenlik Rehberi, <https://www.vergiburosusu.com/basin/sporcular-icin-sosyal-guvenlik-rehberi-1-sadettin-orhan> (10.10.2024)
- Öztürk, O. (2022). Amatör spor branşlarına sahip milli sporcularda kariyer planlama süreçlerinin incelenmesi. *Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 1-15.
- Tekin, Y., Mucuk, B., & Sunay, H. (2016). Türkiye’de amatör sporcu olmak. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 183-190.
- Tiryaki Ş, Gödelek (1997 ) E. Spora Özgü Başarı Motivasyonu Ölçeğinin Türk Sporcuları İçin Uyarılama Çalışması. 1.Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu Bildirileri. 1.Baskı. Ankara: Bağırhan Yayınevi;
- Uzundiz, K., Sezer, S. Y., & Taşkıran, M. Y. (2022). Profesyonel sporcuların beslenme alışkanlıklarının incelenmesi. *Sağlık ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 7-16.
- Zaichkowsky L. Kane M.A. Blann W. Hawkins, K. Career Transition Needs of Athletes: A Neglected Area of Research in Sport Psychology. *Proceedings: 8th World of Sport Psychology, Lisbon, Portugal, 1993; 785-787.*
- [http://tdk.gov.tr/?option=com\\_karsilik&view=karsilik&kategori=abecesel&kelime2=A](http://tdk.gov.tr/?option=com_karsilik&view=karsilik&kategori=abecesel&kelime2=A), (11.10.2024).



## ORTAOKUL KIZ ÖĞRENCİLERİNİN FONKSİYONEL HAREKET SKORLARININ İNCELENMESİ

Abdurrahman ÇILASIN<sup>1</sup>, Sinem GÜLDEMİR<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Trabzon Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Bölümü, Trabzon,  
Türkiye

ORCID Code: 0009-0003-2234 -6379

E-posta: abdrhmnclsn.24@gmail.com

<sup>2</sup>Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi, Fen Bilgisi  
Öğretmenliği Bölümü, Rize, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-0020-1238

E-posta: sinem\_guldemir15@erdogan.edu.tr

### ÖZET

Fonksiyonel Hareket Analizi (FMS) insan hareketinde temel oluşturan parametrelerin belirli koşullara göre puanlanmasını esas alan bir sistemdir. Bu sistem duruş değerlendirmesi yapılarak, bireye özel hareket kalıplarının, hareket sınırlılıklarının ve kısıtlılıklarının belirlenmesini amaçlamaktadır. Özellikle hareket asimetrisi, gövde stabilizasyonu, hareket açıklığı, denge, kuvvet ve esneklik gibi faktörlere bakılarak ortaokul çağındaki çocuklarda yaralanmaları önlemede yararlı bir araç olarak görülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, ortaokul kız öğrencilerinin Fonksiyonel Hareket Skorlarını(FMS) incelemektir. Araştırmada yöntem olarak durum çalışması türlerinden açıklayıcı durum çalışması benimsenmiştir. Araştırmanın örneklem grubunu Erzincan Çayırılı ilçesinde merkez ortaokullarında öğrenim gören 5. ve 6. Sınıf kız öğrencileri olmak üzere toplam 35 (20 5.sınıf, 15 6.sınıf) öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada FMS Test Skorları ölçeği kullanılmış olup vücut mobilizasyon (deep squat, hardle step , mlıne lunge, shoulder mobility , active straight – leg raise, trunk stability push-up , rotary stability) değerleri gözlemlenmiştir. Elde edilen ölçümler SPSS programı ile analiz edilmiştir. Analiz sonucunda vücut mobilizasyonlarının düzeyleri norm değerleri ile karşılaştırılmış olup 5.sınıf kız çocuklarının değerlerinin 6.sınıf kız çocuklarının değerlerinden düşük olduğu görülmüştür. Aynı zamanda 5. sınıf kız öğrencileri kendi içlerinde karşılaştırılınca değerlerin birbirlerine yakın olduğu, iki öğrencinin yaşlarına göre boy uzunluklarının fazla olmasından dolayı FMS değerleri yüksek olduğu tespit edilmiştir. 6. Sınıf kız öğrencileri kendi içlerinde karşılaştırılınca değerler arasında farklılıkların olduğu görülmüştür. Bunun sebebi olarak kız öğrenciler arasında boy, kilo ölçümlerinin ve gelişim özelliklerinin etkisi olduğu gösterilebilir. Bu bulgular ortaokul çocuklarının fiziksel gelişimlerini izlemek için önemli bir rehber sağlamanın yanında beden eğitimi ve spor derslerinde detaylı egzersiz programlarına yer verilmesi gerektiği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Fonksiyonel Hareket, Vücut Mobilizasyonu



## INVESTIGATION OF FUNCTIONAL MOVEMENT SCORES OF MIDDLE SCHOOL FEMALE STUDENTS

Abdurrahman ÇILASIN<sup>1</sup>, Sinem GÜLDEMİR<sup>2</sup>

\*Trabzon University, Sport Sciences, Coaching Department, Trabzon, Türkiye

ORCID Code: 0009-0003-2234 -6379

E-posta: abdrhmnclsn.24@gmail.com

<sup>2</sup>Recep Tayyip Erdoğan University, Educational Sciences Faculty, Science Teaching,  
Rize, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-0020-1238

E-posta: sinem\_guldemir15@erdogan.edu.tr

### ABSTRACT

Functional Movement Analysis (FMS) is a system based on scoring the parameters that form the basis of human movement according to certain conditions. This system aims to determine individual-specific movement patterns, movement limitations and restrictions by performing posture assessment. It is seen as a useful tool in preventing injuries in middle school children by especially considering factors such as movement asymmetry, trunk stabilization, range of motion, balance, strength and flexibility. In this context, the purpose of the research is to examine the Functional Movement Scores (FMS) of middle school girls. In the research, the explanatory case study, one of the case study types, was adopted as the method. The sample group of the research consists of a total of 35 (20 5th grade, 15 6th grade) 5th and 6th grade girls studying in central middle schools in Erzincan Çayırılı district. The FMS Test Scores scale was used in the study and body mobilization (deep squat, hardle step, inline lunge, shoulder mobility, active straight – leg raise, trunk stability push-up, rotary stability) values were observed. The obtained measurements were analyzed with the SPSS program. As a result of the analysis, body mobilization levels were compared with norm values and it was seen that the values of 5th grade girls were lower than the values of 6th grade girls. At the same time, when 5th grade girls were compared among themselves, it was determined that the values were close to each other and that the FMS values of two students were high because they were taller than their peers. When 6th grade girls were compared among themselves, it was seen that there were differences between the values. The reason for this can be shown to be the effect of height, weight measurements and developmental characteristics among girls. In addition to providing an important guide for monitoring the physical development of middle school children, it is thought that detailed exercise programs should be included in physical education and sports lessons.

**Keywords:** Functional Movement, Body Mobilization

## GİRİŞ

FMS, bireylerin temel hareket kalıplarını değerlendiren, taşınabilir ve kolay uygulanabilir bir sistemdir. Sağ ve sol taraftaki mobilizasyon ve stabilizasyonu (nöromusküler ve motor kontrol dahil) test ederken, temel hareket kalıplarının kalitesini değerlendirir ve dengeyi ölçer (Gökdemir, 2024). Basit, taşınabilir bir tarama sistemi olan FMS, vücudun hareket yeteneğini gözlemlemek için tasarlanmıştır. Bununla birlikte Fonksiyonel hareketler, bir hareket sırasında mümkün olduğunca çok eklem katılımını hedefler (Yılmaz, 2022). Kaslar ve kas grupları birden fazla eklem hareketine uyum sağladığında, hareket kalıpları daha işlevsel hale gelir. Ayakların zeminle temas ettiği pozisyonda gerçekleştirilen bu hareketler, araştırmacılar tarafından karakteristik fonksiyonel hareketler olarak tanımlanmıştır. Bu yaklaşım, bireyleri engellerden korurken aynı zamanda kuvvet, güç ve denge özelliklerinin gelişmesine yardımcı olur. Bireyler, herhangi bir egzersizi farklı hızlarda, farklı tutuşlarla, duruşlarla ve hareket planlarıyla uygulayarak çeşitli varyasyonlarda gerçekleştirebilirler. Örneğin, deadlift egzersizini barbell ile yapmak, tek bacak üzerinde kettlebell kullanarak yapmak veya kaldırılan ağırlığı farklı yönlerde doğru hareket ettirmek gibi farklı aksiyonlar, fonksiyonel hareketin çeşitliliğini sergiler (Yılmaz, 2024). Bireyin, çeşitli varyasyonlarla ve ekstra yüklerle hareketleri gerçekleştirebilmesi, fonksiyonel hareketlerdeki çeşitliliği ifade eder. Bu, hareketlerin çeşitli yollarla ve farklı koşullarda gerçekleştirilerek vücudun farklı fonksiyonel yeteneklerini kullanma ve geliştirme esnekliğini gösterir. Aynı zamanda Fonksiyonel Hareket Analizi (FMS) insan hareketinde temel oluşturan parametrelerin belirli koşullara göre puanlanmasını esas alan bir sistemdir. Bu sistem duruş değerlendirmesi yapılarak, bireye özel hareket kalıplarının, hareket sınırlılıklarının ve kısıtlılıklarının belirlenmesini amaçlamaktadır (Şensoy, 2023). Özellikle hareket asimetrisi, gövde stabilizasyonu, hareket açıklığı, denge, kuvvet ve esneklik gibi faktörlere bakılarak ortaokul çağındaki çocuklarda yaralanmaları önlemede yararlı bir araç olarak görülmektedir. Fonksiyonel hareket çeşitliliğinin yetersiz olması, 5 ve 6. Sınıf aralığındaki çocukların gelişimini düşürmekle kalmaz, aynı zamanda yaşamsal kalitesini de olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Bu nedenle, fonksiyonel kapasitenin geliştirilmesi için öncelikle fonksiyonel hareket çeşitliliğinin artırılması ve sağlam bir temel oluşturulması önemlidir. Bu yaklaşım, olası sakatlık risklerini azaltırken bireylerin görevlerini daha etkili bir şekilde yerine getirmesine olanak tanır. Elde edilen bilgilere yönelik bu çalışma ortaokul çağındaki çocukların gelişimini FMS yöntemiyle incelenmesi açısından önemli görülmektedir.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Bu çalışmada araştırma yöntemi olarak, 5.sınıf ve 6.sınıf kız öğrencilerinin fonksiyonel hareket skorlarının (FMS) incelenmesine yönelik durum çalışması benimsenmiştir. Durum çalışması, karmaşık bir konu hakkında ayrıntılı bilgi vermeyi, araştırılan konuya dair açıklamalar getirmeyi ve durumu değerlendirmeyi hedefleyen bir araştırma yöntemidir (Punch, 2005). Bununla birlikte durum çalışmalarında, araştırılan durum ya da olay kendi doğal ortamı içerisinde incelenmekte ve araştırma sonrasında elde edilen veriler genelleme olmadan sadece araştırma problemine özel ortaya konulmaktadır (Yin, 2003; Metin, 2015). Yin (2003), durum çalışmalarını özelliklerine göre; keşfedici durum çalışması, betimleyici durum çalışması ve açıklayıcı durum çalışması olarak ayırmıştır.

□□*Keşfedici Durum Çalışması*; yapılan etkinin değerlendirilmesinde tek bir sonucun olmadığı durumlarda kullanılır.



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

□□ *Betimleyici Durum Çalışması*; ortaya çıkan olgunun gerçek hayata etkisini açıklamak için kullanılır.

□□ *Açıklayıcı Durum Çalışması*; araştırılan konunun bir yönünün derinlemesine incelenmesine olanak tanır (Yıldırım ve Şimşek, 2011; Çepni, 2012).

Bu bağlamda çalışmada, durum çalışması türlerinden açıklayıcı durum çalışması benimsenmiştir. Açıklayıcı durum çalışmasını diğer durum çalışmalarından ayıran en önemli özelliği, nitel ve nicel veri kaynaklarından beslenmesi ile elde edilecek sonuçların birbirini desteklemesi, araştırılan konuya ilişkin zengin ve açıklayıcı bilginin oluşturulabilmesini sağlamasıdır (Gillham, 2017).

### Araştırma Grubu

Bu araştırmanın örneklem seçiminde, 5.sınıf ve 6.sınıf kız öğrencilerinin ortaokul seviyesinde olması aranan özelliklerden bazıları olup bundan ötürü bu çalışmada örneklem grubu seçiminde olasılığa dayalı olmayan (yargısal) örneklem seçim yöntemi kullanılmıştır. Bu bağlamda araştırmanın örneklem grubunu Erzincan Çayırılı ilçesinde merkez ortaokullarında öğrenim gören gönüllülük esasına bağlı olmak üzere toplam 35 öğrenci oluşturmaktadır. Öğrenciler belirlendikten sonra okul müdürlerine ve velilere; yapılacak araştırmanın amacı, içeriği ve süreci hakkında bilgilendirme yapılmıştır.

Tablo 1. İletişim Becerileri Değerlendirme Ölçeğinin Faktör Analizi

| SINIF   | ÖĞRENCİ |
|---------|---------|
| 5.SINIF | 22      |
| 6.SINIF | 13      |

### Veri Toplama Araçları

Nicel veri toplama aracı olarak çalışmada Fonksiyonel Hareket Skorları (FMS) ölçeği kullanılmıştır. FMS ölçeğinde vücut mobilizasyon (deep squat, hardle step , inline lunge, shoulder mobility , active straight – leg raise, trunk stability push-up , rotary stability) değerleri gözlemlenmiştir. Kullanılan ölçekte her bir kategoride minimum 0 maksimum 3 puan toplamda ise minimum 0 maksimum 21 puan verilmektedir. 0 ile 7 puan arası düşük, 7 ile 14 arası orta, 14 ile 21 arası ise yüksek hareket kabiliyetini göstermektedir.

### Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen ölçümler SPSS programı ile analiz edilmiştir. Çalışmada elde edilen verilerin normallik dağılımını incelemek amacıyla Shapiro – Wilk testi kullanılarak tüm verilerin normal dağılım gösterdikleri tespit edildi. Çalışmada ölçülen parametrelere ait verilerin ortalama ve standart sapma değerleri hesaplandı. Cinsiyet ve spor yapma değişkenlerine göre FMS test skorları arasında farklar “Independent Samples T-Test” ile incelendi.

**Etik Beyan:** Çalışma için Trabzon Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu 11/10/2024 tarihli 2024- 10/ 1.1 sayılı kararına göre etik kurul onayı alınmıştır.

### BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde verilerin analiz sonuçlarına ilişkin bilgiler yer almaktadır.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Tablo 2. 5.sınıfa ve 6. sınıfa Yönelik Boy, Kilo, VKİ Bulguları

| SINIF   |                | KİLO    | BOY    | VKİ     |
|---------|----------------|---------|--------|---------|
| 5.SINIF | Mean           | 34,0000 | 1,4409 | 16,3227 |
|         | N              | 22      | 22     | 22      |
|         | Std. Deviation | 6,27163 | ,05887 | 2,53883 |
| 6.SINIF | Mean           | 34,4615 | 1,4531 | 16,1385 |
|         | N              | 13      | 13     | 13      |
|         | Std. Deviation | 7,28715 | ,08835 | 1,90155 |
| Total   | Mean           | 34,1714 | 1,4454 | 16,2543 |
|         | N              | 35      | 35     | 35      |
|         | Std. Deviation | 6,56410 | ,07022 | 2,29467 |

5.sınıfa ve 6. sınıfa yönelik Boy, Kilo, VKİ değerlerinden elde edilen bulgulara göre; 5.sınıf kız öğrencilerinin kilo ortalamalarının 34, boy ortalamalarının 1,44 ve VKİ ortalamalarının ise 16,32 olduğu, 6.sınıf kız öğrencilerinin kilo ortalamalarının 34,46, boy ortalamalarının 1,45 ve VKİ ortalamalarının 16,13 olduğu görülmektedir.

Tablo 3. 5.sınıfa ve 6. sınıfa Yönelik Fonksiyonel Hareket Skorları Ölçeğinden Elde Edilen Bulgular

| SINIF   |                | DEEPSQUAT | HURDLESTEP | INLİNELUNGE | SHOULDERMO<br>BİLİTY | LEGRAİSE | PUSHUP | ROTARYSTABI<br>LİTY |
|---------|----------------|-----------|------------|-------------|----------------------|----------|--------|---------------------|
| 5.SINIF | Mean           | 2,0455    | 2,0909     | 1,8636      | 1,8636               | 1,8636   | 1,1818 | 1,1364              |
|         | N              | 22        | 22         | 22          | 22                   | 22       | 22     | 22                  |
|         | Std. Deviation | ,72225    | ,29424     | ,46756      | ,46756               | ,56023   | ,66450 | ,46756              |
| 6.SINIF | Mean           | 1,9231    | 2,2308     | 1,6154      | 1,5385               | 2,2308   | 1,2308 | 1,1538              |
|         | N              | 13        | 13         | 13          | 13                   | 13       | 13     | 13                  |
|         | Std. Deviation | ,27735    | ,43853     | ,65044      | ,51887               | ,43853   | ,72501 | ,37553              |
| Total   | Mean           | 2,0000    | 2,1429     | 1,7714      | 1,7429               | 2,0000   | 1,2000 | 1,1429              |
|         | N              | 35        | 35         | 35          | 35                   | 35       | 35     | 35                  |
|         | Std. Deviation | ,59409    | ,35504     | ,54695      | ,50543               | ,54233   | ,67737 | ,42997              |

Araştırmaya dahil edilen 5. sınıf kız öğrencilerin fonksiyonel hareket skorlarına bakıldığında Deep Squat, Hurdle Step, Shoulder Mobility, Activite Straight Leg Raise, Inline Lunge değerlerinin minimum 1 maximum 3 olduğu görülmektedir. Rotary Stability ve Trunk Stability Push Up değerinin minimum 0 maximum 2 olduğu saptanmıştır. Araştırmaya dahil edilen 6. sınıf kız öğrencilerin fonksiyonel hareket skorlarına bakıldığında Deep Squat, Shoulder Mobility ve Rotary Stability değerlerinin minimum 1 maximum 2 olduğu görülmektedir. Hurdle Step ve Activite Straight Leg Raise değerlerinin minimum 2 maximum 3 olduğu görülmektedir. Inline Lunge ve Trunk Stability Push Up değerlerinin minimum 1 maximum 3 olduğu görülmektedir.

Tablo 3. 5.sınıfa ve 6. sınıfa Yönelik Fonksiyonel Hareket Skorları Ölçeğinden Elde Edilen Bulguların Karşılaştırılması

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



|                 | SINIF            |                | Statistic      | Bias    | Std. Error |        |  |
|-----------------|------------------|----------------|----------------|---------|------------|--------|--|
| DEEPSQUAT       | 5.SINIF          | N              | 22             |         |            |        |  |
|                 |                  | Mean           | 2,0455         | -,0030  | ,1493      |        |  |
|                 |                  | Std. Deviation | ,72225         | -,02148 | ,08276     |        |  |
|                 | 6.SINIF          | N              | 13             |         |            |        |  |
|                 |                  | Mean           | 1,9231         | -,0010  | ,0737      |        |  |
|                 |                  | Std. Deviation | ,27735         | -,06329 | ,16312     |        |  |
|                 | HURDLESTEP       | 5.SINIF        | N              | 22      |            |        |  |
|                 |                  |                | Mean           | 2,0909  | -,0007     | ,0608  |  |
|                 |                  |                | Std. Deviation | ,29424  | -,03367    | ,11956 |  |
| 6.SINIF         |                  | N              | 13             |         |            |        |  |
|                 |                  | Mean           | 2,2308         | -,0033  | ,1200      |        |  |
|                 |                  | Std. Deviation | ,43853         | -,03498 | ,11365     |        |  |
| INLINELUNGE     |                  | 5.SINIF        | N              | 22      |            |        |  |
|                 |                  |                | Mean           | 1,8636  | ,0011      | ,0992  |  |
|                 |                  |                | Std. Deviation | ,46756  | -,01476    | ,09384 |  |
|                 | 6.SINIF          | N              | 13             |         |            |        |  |
|                 |                  | Mean           | 1,6154         | -,0102  | ,1763      |        |  |
|                 |                  | Std. Deviation | ,65044         | -,03660 | ,11007     |        |  |
|                 | SHOULDERMOBILITY | 5.SINIF        | N              | 22      |            |        |  |
|                 |                  |                | Mean           | 1,8636  | ,0009      | ,0953  |  |
|                 |                  |                | Std. Deviation | ,46756  | -,02339    | ,09484 |  |
| 6.SINIF         |                  | N              | 13             |         |            |        |  |
|                 |                  | Mean           | 1,5385         | -,0088  | ,1378      |        |  |
|                 |                  | Std. Deviation | ,51887         | -,01988 | ,04151     |        |  |
| LEGRAISE        |                  | 5.SINIF        | N              | 22      |            |        |  |
|                 |                  |                | Mean           | 1,8636  | ,0058      | ,1175  |  |
|                 |                  |                | Std. Deviation | ,56023  | -,01837    | ,09197 |  |
|                 | 6.SINIF          | N              | 13             |         |            |        |  |
|                 |                  | Mean           | 2,2308         | -,0072  | ,1230      |        |  |
|                 |                  | Std. Deviation | ,72501         | -,05637 | ,19479     |        |  |
|                 | PUSHUP           | 5.SINIF        | N              | 22      |            |        |  |
|                 |                  |                | Mean           | 1,1818  | ,0044      | ,1443  |  |
|                 |                  |                | Std. Deviation | ,66450  | -,02296    | ,13217 |  |
| 6.SINIF         |                  | N              | 13             |         |            |        |  |
|                 |                  | Mean           | 1,2308         | -,0045  | ,1903      |        |  |
|                 |                  | Std. Deviation | ,72501         | -,05637 | ,19479     |        |  |
| ROTARYSTABILITY |                  | 5.SINIF        | N              | 22      |            |        |  |
|                 |                  |                | Mean           | 1,1364  | ,0011      | ,1026  |  |
|                 |                  |                | Std. Deviation | ,46756  | -,02085    | ,09526 |  |
|                 | 6.SINIF          | N              | 13             |         |            |        |  |
|                 |                  | Mean           | 1,1538         | -,0034  | ,1072      |        |  |
|                 |                  | Std. Deviation | ,37553         | -,05404 | ,15262     |        |  |

Araştırmaya katılan 5.sınıf ve 6.sınıf kız öğrencilerin fonksiyonel hareket skorlarının karşılaştırılmasına bakıldığında; Deep Squat, Inline Lunge, Shoulder Mobility hareketlerinde 5. sınıf öğrencilerinin 6.sınıf öğrencilerine göre yüksek değerlere sahip olduğu görülmektedir. Hurdle Step, Leg Raise, Push Up, Rotary Stability hareketlerinde 6. sınıf öğrencilerinin 5.sınıf öğrencilerine göre yüksek değerlere sahip olduğu görülmektedir.

### TARTIŞMA

Çalışmanın bu kısmında fonksiyonel hareket skorlarının incelenmesine yönelik bulgular literatür ışığında tartışılmasına yer verilmiştir. Araştırmaya katılan 5.sınıf ve 6.sınıf öğrencilerinin antropometrik özelliklerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler incelendiğinde boy uzunluğu, kilo ve vücut kitle indeksi değerlerinin değişkenlik göstermesi açısından ergenlik döneminde görülen büyüme süreci farklılığı, gelişim özellikleri farklılığı, çevresel faktörlerin etkileri olduğu söylenebilir. Gökdemir 2024 ve Yılmaz vd., 2022 çalışmalarında elde ettiği sonuçlar ile yapılmış olan çalışma arasında benzerlik olduğu görülmektedir. Bu çalışmada kızlarda boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve vücut kitle indeksi değerlerinin değişkenlik gösterdiği belirlenmiştir (Gökdemir, 2024; Yılmaz vd., 2022). Araştırmaya katılan 5.sınıf ve 6.sınıf öğrencilerinin sınıfsal olarak ve aynı zamanda kendi aralarında fonksiyonel hareket skorlarına bakıldığında farklılıklar olduğu söylenebilir. Brouwer vd., 2021 fonksiyonel hareket değerlerinin değişebildiği sonucuna varmıştır (Brouwer vd., 2021). Söğüt vd., 2021 yaptığı çalışmada ise gençlerin spor geçmişinin Fonksiyonel Hareket Skorlarına etkisi olduğu sonucuna ulaşmıştır (Söğüt vd., 2021).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmadaki verilere yönelik elde edilen sonuçlara bakıldığında; 5.sınıfa ve 6. sınıfa yönelik Boy, Kilo, VKİ değerlerinden elde edilen bulgulara göre; 5.sınıf kız öğrencilerinin boy, kilo ve VKİ değerlerinin değişkenlik gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Aynı zamanda 5.sınıf kız öğrencilerin fonksiyonel hareket skorlarına bakıldığında Deep Squat, Hurdle Step, Shoulder Mobility, Activite Straight Leg Raise, Inline Lunge değerlerinin Rotary Stability ve Trunk Stability Push Up değerlerine göre daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. 6. sınıf kız öğrencilerin fonksiyonel hareket skorlarına bakıldığında ise Deep Squat, Shoulder Mobility, Inline Lunge ve Trunk Stability Push Up ve Rotary Stability değerlerinin Hurdle Step ve Activite Straight Leg Raise değerlerine göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonuçlarına yönelik öneriler;

- Öğrencilerin anatomik ve fizyolojik özelliklerinin incelenmesi ve beden eğitimi ders içeriklerini bu özelliklere göre uyarlanması,
- Kız öğrencilere özgü eğitim ve destek vermek adına, düzenli FMS testlerinin yapılması ve düzeltici aktiviteleri planlanması,
- Öğrencilerin gelişimleri göz önünde bulundurularak antrenörlerin ve beden eğitimi öğretmenlerinin iş birliği içinde çalışması bilgi ve uygulamaların geliştirilmesi,
- 5.sınıf ve 6.sınıf düzeyinde yapılmış olan çalışma ilköğretim kademesini içine alacak şekilde genişletilmesi ve her yıl gelişimlerin gözlemlenmesi,
- Spor yapmayan bireyler ilgi alanları doğrultusunda spora yönlendirilmesi ve gelişimlerin gözlemlenmesi, önerilebilir.

## KAYNAKÇA

- Brouwer, Rm, Schutte, J., Janssen, R., Boomsma, Dı, Hulshoff Pol, He Ve Schnack, Hg (2021). Ergen Beyin Yaşının Gelişim Hızı Cinsiyete Bağlıdır Ve Genetik Olarak Belirlenir. Serebral Korteks , 31 (2), 1296-1306.
- Çepni, S., 2012. Araştırma ve Proje Çalışmalarına Giriş. Trabzon: Üçyol Kültür Merkezi.
- Gillham, M., Jagoda, P., Fabiyi, C., Lyman, P., Hill, B., Bouris, A., 2017. Alternate reality games as an informal learning tool for generating STEM engagement among underrepresented youth. Qualitative Evaluation of the Source, Journal of Science Education and Technology, 3, 295-308.
- Gökdemir, E., 2024. Ergenlik Dönemi Sporcularda Morfolojik Özelliklerin Fonksiyonel Hareket (Fms) Skorları Üzerindeki Etkilerinin Çoklu Regresyon Analizi ile İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Metin, M., 2015. Eğitim Bilimleri Araştırma Yöntemleri (2. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Punch, K.F., 2005. Sosyal araştırmalara giriş nicel ve nitel yaklaşımlar. Siyasal Kitabevi, Bayrak D., Arslan B., Akyüz Z. (Ç. Ed.), 45- 67.
- Şensoy, C., 2023. Spor Yaralanmalarının Fonksiyonel Hareket Taramasına (FMS) Göre İncelenmesi, Doktora Tezi, , Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Söğüt, M., Yapıcı, H. Leonardo Go Luz, Bruno Giudicelli, Filipe Manuel Clemente, Doğan A. A. 2021. Maturity-Associated Variations İn Anthropometry, Physical Fitness, And

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Sport-Specific Skills Among Young Male And Female Futsal Players. Human Movement. Cilt; 23 Sayı:4.

Yin, R.K., 2003. Case Study Research: Design and Methods (3rd Ed.). London: Sage Publications, 32-36.

Yıldırım, A., Şimşek, H., 2011. Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Seçkin Yayıncılık, 67-70.

Yılmaz, R. 2022. Ergenlik Dönemindeki Bireylerin Beslenme Ve Düzenli Spor Yapma Alışkanlıkları Üzerine Araştırma. Eurasian Education & Literature Journal, (16), 67-75.

Yılmaz, B., 2024. Kor Antrenman Programının Postural Salınım, Dikey Sıçrama Ve Fms (Fonksiyonel Hareket Tarama) Skorlarına Etkisi, Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.



## 2022 FIFA DÜNYA KUPASINDA ÜST TURA ÇIKAN VE ÇIKAMAYAN TAKIMLARIN HÜCUM VE SAVUNMA TAKIM BOYLARININ ÖNEMİ

Necdet APAYDIN<sup>1</sup>, Alparslan İNCE<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-8930-3205

E-posta: necdetapaydin@odu.edu.tr

<sup>2</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-1617-4809

E-posta: aince@odu.edu.tr

### ÖZET

Bu araştırma, 2022 FIFA Dünya Kupası grup müsabakaları sonucunda ilk iki sırada yer alarak üst tura yükselme başarısı gösteren takımlar ile üst tura çıkamayan takımların hücum takım boyları (1.bölge, 2.bölge, 3.bölge) ve savunma takım boyları (1.bölge, 2.bölge, 3.bölge) arasında farklılık olup olmadığını incelemek amacıyla yapıldı. Turnuvanın grup aşamasında oynanan 48 maç araştırmanın örneklem grubu olarak incelendi. İncelenen maçlarda takımların hücum ve savunma yaparken ki 1.bölge, 2.bölge ve 3.bölge derinlik/genişlik mesafe ortalamaları kaydedildi. Elde edilen verilerin normal dağılım sergileyip sergilemedikleri Kolmogorov-Smirnov testi kullanılarak tespit edildi. Üst tura çıkan ve çıkamayan takımlar arasındaki farklılık bağımsız örneklem T-testi ile analiz edildi. Analiz sonuçları incelendiğinde, üst tura çıkan ve çıkamayan takımlar arasında hücum takım boyları bakımından 3.bölgedeki ortalama derinlik mesafesi hariç farklılık olmadığı görüldü ( $p>0.05$ ). Takımların 1, 2 ve 3.bölgedeki savunma boylarına bakıldığında ise 1.bölgedeki savunma genişliği hariç tüm derinlik ve genişlik ortalama mesafelerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma olduğu görüldü ( $p<0.05$ ). Sonuç olarak, topa sahip olan takımın 3.bölgedeki derinlik mesafesindeki kısalmanın başarıya etki edebilecek bir taktiksel anlayış olduğu görülmektedir. Takımların savunma yaparken ise hem derinlik hem de genişlik mesafelerindeki kısalmanın daha kompakt bir savunma duruşu sağlayarak başarıya etki edebileceği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Dünya kupası, futbol, analiz



**AN ANALYSIS OF OFFENSIVE AND DEFENSIVE TEAM  
LENGTHS IN TEAMS ADVANCING TO AND  
ELIMINATED FROM THE 2022 FIFA WORLD CUP**

Necdet APAYDIN<sup>1</sup>, Alparslan İNCE<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sport, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-8930-3205

E-mail: necdetapaydin@odu.edu.tr

<sup>2</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sport, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-1617-4809

E-mail: aince@odu.edu.tr

**ABSTRACT**

This study aimed to examine whether there were differences in the offensive team lengths (zones 1, 2, and 3) and defensive team lengths (zones 1, 2, and 3) between the teams that secured a spot in the knockout stage by finishing in the top two positions in the group stage of the 2022 FIFA World Cup and those that failed to progress. The sample group of the study consisted of 48 matches played during the tournament's group stage. For each match, the average depth and width distances of the teams in zones 1, 2, and 3 during offensive and defensive play were recorded. The Kolmogorov-Smirnov test was employed to determine whether the collected data exhibited normal distribution. Differences between the teams advancing to the knockout stage and those that did not were analyzed using the independent samples t-test. The analysis revealed no significant differences in offensive team lengths between the advancing and non-advancing teams, except for the average depth distance in zone 3 ( $p>0.05$ ). However, when examining defensive team lengths in zones 1, 2, and 3, statistically significant differences were observed in all average depth and width distances except for the defensive width in zone 1 ( $p<0.05$ ). In conclusion, the shorter depth distances in zone 3 for the team in possession of the ball appear to reflect a tactical approach that can influence success. Additionally, shorter depth and width distances during defensive play are thought to contribute to a more compact defensive structure, potentially enhancing team performance.

**Keywords:** World cup, football, analysis

## GİRİŞ

Dört yılda bir gerçekleştirilen FIFA Dünya Kupası dünyanın en prestijli futbol organizasyonudur. İlk Dünya Kupası, Fransız Jules Rimet'in öncülüğünde 1930 yılında Uruguay'da düzenlenmiştir. Güney Amerika'da başlayan bu organizasyon, daha sonra Avrupa'ya taşınarak ikinci kez İtalya'da yapılmıştır. 1938'de Fransa'da düzenlendikten sonra, 2. Dünya Savaşı nedeniyle 1942 ve 1946 yıllarında ara verilmiş, savaşın bitimiyle birlikte 1950 yılında Brezilya'da yeniden düzenlenmeye başlanmıştır. 1970 yılına kadar Jules Rimet adına düzenlenen organizasyon, bu tarihten itibaren "FIFA Dünya Kupası" adıyla yapılmaya başlanmıştır (Mızrak, 2019). Ulusal düzeydeki en başarılı futbolculardan oluşan milli takımlar, uluslararası arenada en iyi performanslarını sergilemeye çalışmaktadır. Bu bağlamda, Dünya Kupası'ndaki maçlarda gerçekleşen aksiyonlar, sekanslar ve goller, oyunun geldiği noktayı yansıtmaktadır. Çünkü futbol, sürekli olarak tez ve anti-tez şeklinde gelişmektedir. Örneğin, topa sahip olma (pas oyunu) stratejisine karşı önde baskı, önde baskıya karşı uzun top oyunu ve uzun top oyununa karşı geçiş oyunu gibi yeni oyun anlayışları ortaya çıkmıştır (Tütüncü, 2022). Takımların oyun stratejilerini analiz etmek, modern futbolun temel unsurlarından biridir. Geçmişte maç analizleri, kâğıt ve kalemle yapılan el notasyonu yöntemiyle yapılırken, günümüzde bu analizler teknolojik araçlar, bilgisayarlar ve video kayıtları ile gerçekleştirilmektedir (Carling vd., 2005). İyi tasarlanmış analiz programları, antrenörlere ve eğitmenlere doğru ve güvenilir bilgiler sunarak, takımın sonraki performansını iyileştirme konusunda önemli bir rol oynamaktadır. Oyuncu ve takım performansını geliştirme sürecinde, antrenmanlar sırasında verilen geri bildirimler de oldukça kritik bir parametre haline gelmektedir. Bu nedenle, performans parametrelerinin doğru şekilde analiz edilmesi, başarıya ulaşmanın en önemli faktörlerinden biridir (Clemente vd., 2012).

Takım boyu analiz parametreleri, takımın derinlik ve genişlik mesafelerini belirleyen en önemli ölçütlerden biri olarak kabul edilir. Futbol oyununda, takım boyunun daha kısa olması, futbolcuların topun arkasına daha hızlı geçebilmesini sağlar ve top kazanımı artırır. Bu, hücum çıkış süresini kısaltarak daha fazla gol fırsatı yaratır ve topa sahip olma şansını artırır. Örneğin, 40 metre takım boyu ortalamasına sahip bir takım, 60 metre olan bir takıma göre daha az yorulur ve topa sahip olma şansı daha yüksektir. Önceki araştırmalar, futbolculara yapılan analizlerin, takım performansı ve başarı ile güçlü bir ilişki oluşturduğunu göstermektedir (Sönmeyenmakas, 2008). Duarte vd. (2013) yaptıkları araştırmada, İngiltere Premier Lig maçlarında ev sahibi takımların daha yüksek derinlik ve genişlik mesafelerine sahip olduğunu raporlamıştır. Castellano ve Casamichana (2015), lig sıralamasında daha alt sıralarda olan takımların üst sıra takımlarıyla karşılaştırıldığında, daha üst sıralarda yer alan takımların genellikle sahada derinlik olarak daha kısa, genişlik olarak ise enine daha fazla alan kapladıklarını belirtmiştir.

Bu araştırmanın amacı 2022 FIFA Dünya Kupası grup müsabakaları sonucunda ilk iki sırada yer alarak üst tura yükselme başarısı gösteren takımlar ile üst tura çıkamayan takımların hücum takım boyları (1.bölge, 2.bölge, 3.bölge) ve savunma takım boyları (1.bölge, 2.bölge, 3.bölge) arasında farklılık olup olmadığını incelemektir.

## YÖNTEM

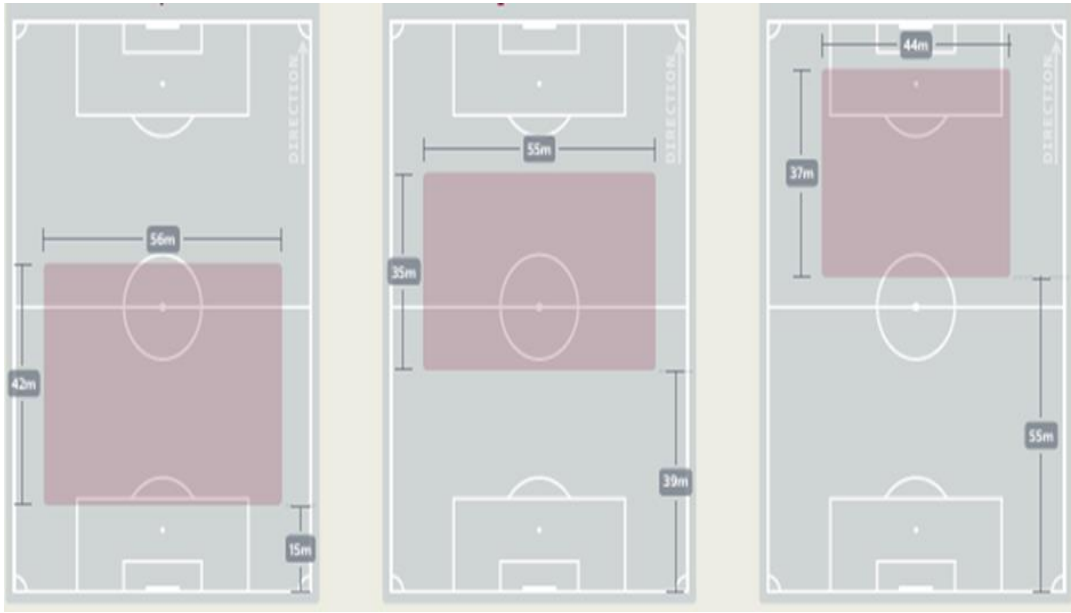
### Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, tarama yöntemiyle yürütülmüştür. Tarama araştırmaları, belirli bir olay ya da durumu (geçmişteki ya da mevcut zamandaki) herhangi bir müdahaleye gerek kalmadan olduğu şekilde inceleyen araştırma türleridir (Karasar, 2012).

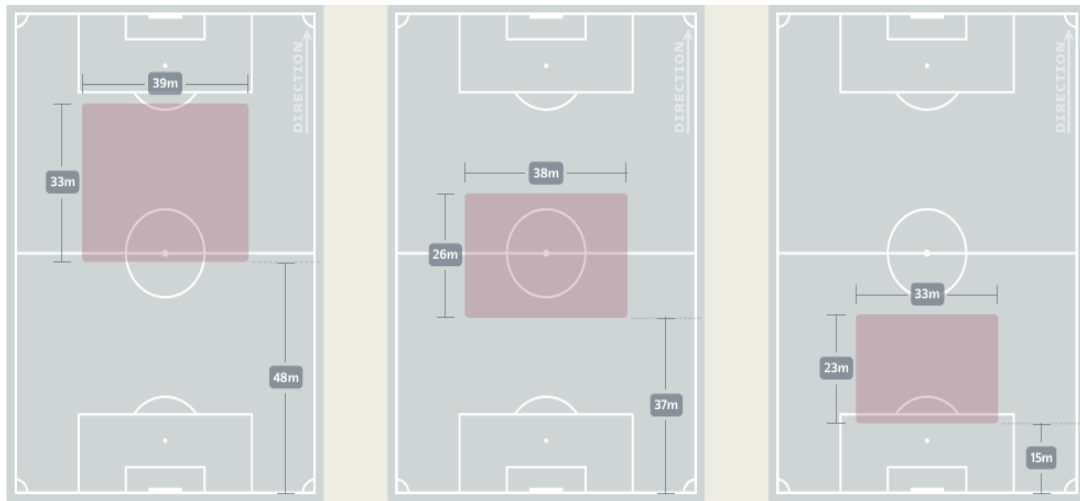


## Verilerin Toplanması

Araştırma kapsamında, 2022 FIFA Dünya Kupası'nda oynana grup müsabakaları analiz edildi. Ulusal bazda düzenlenen en üst organizasyon olan FIFA Dünya Kupası'nın grup aşamasında oynanan 48 maç araştırmanın örneklem grubu olarak incelendi. İncelenen maçlarda üst tura yükselen ve yükselmeyen takımların hücum ve savunma yaparken ki 1.bölge, 2.bölge ve 3.bölge derinlik/genişlik mesafe ortalamaları ayrı ayrı kaydedildi. Üst tura yükselen ve yükselmeyen takımların derinlik ve genişlik mesafeleri, FIFA'nın resmi internet sayfasında yer alan ve açık erişime sahip olan analiz raporlarından (FIFA, 2022) elde edilerek Microsoft Office Excel 365 (Office 365, Microsoft Corporation, Redmond, Washington, USA) paket programına kaydedildi.



Şekil 1. Hücum derinlik ve genişlik mesafelerine ilişkin örnek görsel



Şekil 2. Savunma derinlik ve genişlik mesafelerine ilişkin örnek görsel.

## Verilerin Analizi

Üst tura yükselen ve yükselmeyen takımların hücum ve savunma anındaki ortalama derinlik ve genişlik mesafelerine ait veriler, tanımlayıcı değerler olarak tablolar ile sunuldu (Ortalama, standart sapma, minimum, maksimum). Verilerin normal dağılıma uygunluğu, Kolmogorov-Smirnov testi ile incelendi ve normal dağılıma uygun oldukları görüldü. Bir üst tura yükselmeyi başaran ve yükselmeyen takımların hücum ve savunma anındaki derinlik/genişlik mesafeleri bağımsız örneklem T-testi ile analiz edildi. Varyans homojenliği, Levene testi ile incelendi. Analizler, SPSS istatistik paket programında yapıldı (SPSS 21.0, IBM Corporation, Armonk, NY). Tüm analizlerde istatistiksel anlamlılık seviyesi  $p < 0.05$  olarak kabul edildi.

## BULGULAR

Tablo 1. Gruptan çıkan ve çıkamayan takımlara ait tanımlayıcı veriler

|                                   |                        | Ort±SS          | Min.       | Mak. |    |
|-----------------------------------|------------------------|-----------------|------------|------|----|
| Gruptan Çıkan Takımlar (n=48)     | Hücum Takım Boyu (m)   | <b>1. Bölge</b> |            |      |    |
|                                   |                        | Derinlik        | 39,41±1,96 | 33   | 43 |
|                                   |                        | Genişlik        | 53,91±3,30 | 44   | 60 |
|                                   |                        | <b>2. Bölge</b> |            |      |    |
|                                   |                        | Derinlik        | 33,00±2,21 | 26   | 37 |
|                                   |                        | Genişlik        | 54,93±2,21 | 49   | 60 |
|                                   | Savunma Takım Boyu (m) | <b>3. Bölge</b> |            |      |    |
|                                   |                        | Derinlik        | 35,79±2,36 | 27   | 40 |
|                                   |                        | Genişlik        | 43,81±2,14 | 40   | 49 |
|                                   |                        | <b>1. Bölge</b> |            |      |    |
|                                   |                        | Derinlik        | 24,66±3,34 | 17   | 32 |
|                                   |                        | Genişlik        | 35,54±2,07 | 31   | 40 |
| Gruptan Çıkamayan Takımlar (n=48) | Hücum Takım Boyu (m)   | <b>2. Bölge</b> |            |      |    |
|                                   |                        | Derinlik        | 26,56±2,29 | 20   | 31 |
|                                   |                        | Genişlik        | 39,45±2,21 | 36   | 46 |
|                                   |                        | <b>3. Bölge</b> |            |      |    |
|                                   |                        | Derinlik        | 36,16±1,83 | 31   | 40 |
|                                   |                        | Genişlik        | 39,87±2,26 | 36   | 46 |
| Gruptan Çıkamayan Takımlar (n=48) | Savunma Takım Boyu (m) | <b>1. Bölge</b> |            |      |    |
|                                   |                        | Derinlik        | 39,10±1,78 | 35   | 44 |
|                                   |                        | Genişlik        | 54,20±3,38 | 48   | 61 |
|                                   |                        | <b>2. Bölge</b> |            |      |    |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Savunma Takım Boyu (m)

|                 |            |    |    |
|-----------------|------------|----|----|
| Derinlik        | 33,02±1,69 | 29 | 37 |
| Genişlik        | 55,10±2,91 | 49 | 60 |
| <b>3.Bölge</b>  |            |    |    |
| Derinlik        | 36,68±1,89 | 33 | 40 |
| Genişlik        | 44,20±2,66 | 39 | 50 |
| <b>1. Bölge</b> |            |    |    |
| Derinlik        | 26,16±3,54 | 19 | 32 |
| Genişlik        | 35,95±2,11 | 31 | 41 |
| <b>2. Bölge</b> |            |    |    |
| Derinlik        | 27,75±2,98 | 19 | 36 |
| Genişlik        | 40,72±2,27 | 36 | 44 |
| <b>3.Bölge</b>  |            |    |    |
| Derinlik        | 37,35±2,25 | 29 | 41 |
| Genişlik        | 41,47±2,01 | 36 | 46 |

Tablo 1’de bir üst tura yükselen ve yükselmeyen takımların hücum ve savunma yerleşimindeki derinlik ve genişlik mesafe ortalamalarına ilişkin tanımlayıcı veriler sunulmaktadır.

Tablo 2. Gruptan çıkan ve çıkamayan takımları hücum ve savunma takım boyları arasındaki farka ilişkin T-testi sonuçları.

|                          | Ortalama Farkı | t      | p            |
|--------------------------|----------------|--------|--------------|
| 1.Bölge Hücum Derinlik   | ,31250         | ,814   | ,417         |
| 1.Bölge Hücum Genişlik   | -,29167        | -,427  | ,671         |
| 2.Bölge Hücum Derinlik   | -,02083        | -,052  | ,959         |
| 2.Bölge Hücum Genişlik   | -,16667        | -,313  | ,755         |
| 3.Bölge Hücum Derinlik   | -,89583        | -2,051 | <b>,043*</b> |
| 3.Bölge Hücum Genişlik   | -,39583        | -,802  | ,424         |
| 1.Bölge Savunma Derinlik | -1,50000       | -2,135 | <b>,035*</b> |
| 1.Bölge Savunma Genişlik | -,41667        | -,975  | ,332         |
| 2.Bölge Savunma Derinlik | -1,18750       | -2,184 | <b>,031*</b> |
| 2.Bölge Savunma Genişlik | -1,27083       | -2,774 | <b>,007*</b> |
| 3.Bölge Savunma Derinlik | -1,18750       | -2,828 | <b>,006*</b> |
| 3.Bölge Savunma Genişlik | -1,60417       | -3,669 | <b>,000*</b> |

\* $p < 0.05$

Gruptan çıkan ve çıkamayan takımların hücum ve savunma derinlik/genişlik mesafelerindeki farklılaşmaya dair istatistiksel analiz sonuçları Tablo 2’de verilmektedir. Hücum anındaki derinlik ve genişlik mesafeleri incelendiğinde yalnızca 3.bölge derinlik mesafesinin gruptan çıkan takımlar lehine istatistiksel olarak farklılık yarattığı görülmektedir ( $p<0.05$ ). Savunma anındaki derinlik ve genişlik mesafelerine bakıldığında ise 1.bölgedeki genişlik mesafesi hariç tüm parametrelerde üst tura yükselen takımların istatistiksel olarak farklılık sergilediği tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

## TARTIŞMA

Bu araştırma 2022 FIFA Dünya Kupası gruplarında başarılı olarak üst tura yükselmeye hak kazanan takımlar ile üst tura yükselmemeyen takımların derinlik/genişlik mesafeleri bakımından farklılaşp farklılaşmadığını analiz etmek amacıyla yapıldı. Elde edilen veriler analiz edildiğinde, hücum eden takımların 3.bölge derinlik mesafelerinin takım başarısı üzerinde etkili olabileceği görüldü. Savunma yerleşiminde ise 1.bölge derinlik, 2.bölge derinlik, 2.bölge genişlik, 3.bölge derinlik ve 3.bölge genişlik takım boyu ortalamalarının takım başarısına etki edebileceği belirlendi.

Folgado vd. (2014)’nin yapmış olduğu çalışmada, derinlik ve genişlik mesafelerinin taktiksel performansı ölçmede önemli bir parametre olduğu ifade edilmiştir. Kurak ve Açıık (2018), 2016 Avrupa Futbol Şampiyonası’ndaki en başarılı 4 milli takımı inceledikleri çalışmada, takımların genel olarak takım boyunu fazla açmadan hücum ve savunma yaptıklarını ve bu durumu 90 dakikaya yaydıklarını ifade etmiştir. Milli Takımlar düzeyinde oynanan ikinci en büyük organizasyon olan Avrupa Şampiyonası’nda elde edilen sonuçlar bu çalışmayı destekler niteliktedir. Kartal ve Ergin (2019)’in 2018 Dünya Kupası şampiyonu Fransa Milli Takımı’nı incelediği çalışmada, Fransa’nın sahip olduğu ortalama derinlik mesafesinin başarı üzerinde olumlu bir etkisinin olduğu vurgulanmaktadır. Kahraman (2019)’ in yaptığı çalışmada Türkiye Süper Lig takımlarının sahip olduğu çeşitli parametreler analiz edilmiştir. İncelenen analiz parametrelerinden birisi olan takım boyu (derinlik) mesafesinin, takımların topa sahip olma oranları ve takım başarısı üzerinde bir farklılığa sebep olmadığı raporlanmıştır. Polat ve Gürkan (2020)’in 2016/2017 Türkiye Süper Lig müsabakalarını incelediği çalışmada 18 takımın takım boylarına dair sezon ortalamasının 31.9 m olduğu belirlenmiştir. Ligi şampiyon olarak tamamlayan Beşiktaş’ın ise 32.1 m takım boyu mesafesine sahip olduğu raporlanmıştır. En kısa takım boyu ortalamasına sahip olan takımın 30 m ile Konyaspor, en uzun takım boyu ortalamasına sahip takımın ise 34.8 m ile Antalyaspor olduğu görülmektedir. Şampiyon olan Beşiktaş’ın ortalamasının üzerinde bir takım boyu ortalamasına sahip olması, derinlik ortalamasının başarı üzerinde doğrudan bir etken olmayabileceğini düşündürse de Castellano vd. (2013)’nin araştırmasındaki “iyi takımlar kendilerine göre zayıf olan rakipler ile oynarken derinlik mesafe ortalaması artabilir” düşüncesi bu durumu farklı bir bakış açısı ile incelemenin faydalı olabileceğini düşündürmektedir. Ancak Kahraman (2019) ve Polat ve Gürkan (2020)’in araştırmalarındaki sonuçlar yine de bu çalışmanın sonuçları ile çelişmektedir. Bu farklılaşmanın turnuvalar arası farktan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Söz konusu araştırmalar uzun lig maratonunu içermektedir. Dünya Kupası ise grup aşamasında her bir takım için daha kısa süreli 3 hedef maçın oynandığı bir statüye sahiptir. Dolayısıyla takımların oyun anlayışlarının değişiklik sergileyebileceği düşünülmektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, topa sahipken 3.bölge set hücumlarında derinlik mesafelerini düşüren takımların, top rakipte iken ise hem derinlik hem de genişlik ortalama mesafelerini azaltan takımların başarıya daha yakın olabilecekleri söylenebilir. Günümüz futbolunda tek maç

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



usulü oynanan büyük turnuvalarda hem topa sahipken hem de top rakipteyken kompakt kalabilmenin önemi anlaşılmaktadır.

### KAYNAKÇA

- Acak, M., & Kurak, K. (2016). 2016 Avrupa Futbol Şampiyonasında en başarılı dört takımın oyun sistemleri ile hücum varyasyonlarının incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(3), 71-91.
- Carling, C., Williams, A. M., ve Reilly, T. (2005). *Handbook of soccer match analysis: A systematic approach to improving performance*. (1st Edition). Psychology Press.
- Castellano, J., & Casamichana, D. (2015). What are the differences between first and second divisions of Spanish football teams?. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 15(1), 135–146.
- Castellano, J., Álvarez, D., Figueira, B., Coutinho, D., & Sampaio, J. (2013). Identifying the effects from the quality of opposition in a Football team positioning strategy. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 13(3), 822-832.
- Clemente, F., Couceiro, M., Martins, F., ve Mendes R. (2012). Team's performance on FIFA U17 World Cup 2011: study based on notational analysis. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(1), 13-17.
- Duarte, R., Araújo, D., Folgado, H., Esteves, P., Marques, P., & Davids, K. (2013). Capturing complex, non-linear team behaviours during competitive football performance. *Journal of Systems Science and Complexity*, 26(1), 62-72.
- FIFA (2023). Post Match Summary Reports, <https://www.fifatrainingcentre.com/en/fwc2022/post-match-summaries/post-match-summary-reports.php>
- Folgado, H., Lemmink, K. A., Frencken, W., & Sampaio, J. (2014). Length, width and centroid distance as measures of teams tactical performance in youth football. *European journal of sport science*, 14, S487-S492.
- Kahraman, A. S. (2019). *Süper lig futbol takımlarının performans verilerine göre lig sıralamasının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (24. basım). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Kartal, A., & Ergin, E. (2019). 2018 FIFA Dünya Kupası Şampiyonu Fransa Milli Takımının Başarı Analizi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 382-393.
- Polat, B., & Gürkan, O. (2020). Türkiye spor toto süper liginin fiziksel performans parametrelerinin analiz edilmesi ve değerlendirilmesi. *International Sport Science Student Studies*, 2(1), 48-59.
- Sönmeyenmakas A. (2008). *UEFA Şampiyonlar Liginde Atılan Gollerin Analizi* (Yüksek Lisans Tezi). Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Tütüncü, O., (2022). *Futbolda Maç ve Performans Analizi, Performansı Geliştirmek İçin Sistemik Bir Yaklaşım*. Ötüken Yayınları. İstanbul.



## KADIN SUALTI HOKEYİ SPORCULARININ ZİHİNSEL DAYANIKLIKLARININ İNCELENMESİ

Gökçe AKIN<sup>1</sup>, Duygu KARADAĞ<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Haliç Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Spor Yöneticiliği (İng) Bölümü, İstanbul,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8619-2493

E-posta: [gokceakin@halic.edu.tr](mailto:gokceakin@halic.edu.tr)

\*<sup>2</sup>Haliç Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Antrenörlük Eğitimi Bölümü, İstanbul,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-6896-9307

E-posta: [duygukaradag@halic.edu.tr](mailto:duygukaradag@halic.edu.tr)

### ÖZET

Çalışmanın amacı kadın sualtı hokeyi sporcularının zihinsel dayanıklılıklarının spor düzeyi ve spor deneyimine göre incelenmesidir. Çalışmaya ulusal ve uluslararası düzeyde mücadele eden ve en az 2 yıl spor deneyimine sahip 100 kadın ( $\bar{X}$ yaş =20,99±4,04) sualtı hokeyi sporcusu gönüllü olarak katılmıştır. Sporculara “Kişisel Bilgi Formu” ile “Sporda Zihinsel Dayanıklılık Ölçeği” uygulanmıştır. Veriler, Bağımsız Örneklem T-Testi ile analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular SPSS ile kadın sualtı hokeyi sporcularının zihinsel dayanıklılık puanlarında spor düzeyine göre anlamlı fark bulunmazken ( $p>0.05$ ), spor deneyimlerine göre anlamlı fark bulunmuştur ( $t_{(98)}= 1,43$ ;  $p<0,05$ ). 7 yıl ve üzeri spor deneyimine sahip sporcularda ( $\bar{X}=6,14\pm0,86$ ) zihinsel dayanıklılık puan ortalamaları, 2-6 yıl arası spor deneyimine sahip sporcuların ( $\bar{X}=5,90\pm1,31$ ) puan ortalamalarından yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak kadın sualtı hokeyi sporcularının zihinsel dayanıklılık puanlarında spor düzeylerine (milli- milli olmama) göre anlamlı bir farklılık olmadığı söylenebilir. Bununla birlikte spor deneyim arttıkça kadın sualtı hokeyi sporcularının zihinsel dayanıklılık düzeylerinin arttığı ortaya konmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Zihinsel Dayanıklılık; Sualtı Hokeyi, Spor Deneyimi; Spor Düzeyi



## INVESTIGATION OF MENTAL TOUGHNESS OF FEMALE UNDERWATER HOCKEY PLAYERS

Gökçe AKIN<sup>1</sup>, Duygu KARADAĞ<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Halic University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sport Management  
(Eng), İstanbul, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-8619-2493

E-mail: [gokceakin@halic.edu.tr](mailto:gokceakin@halic.edu.tr)

\*<sup>2</sup>Halic University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education,  
İstanbul, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-6896-9307

E-mail: [duygukaradag@halic.edu.tr](mailto:duygukaradag@halic.edu.tr)

### ABSTRACT

The aim of the study was to examine the mental toughness of female underwater hockey athletes according to sport level and sport experience. The sample of this study included 100 female ( $M_{age} = 20,99 \pm 4,04$ ) underwater hockey athletes who competed at national and international level and had at least 2 years of sport experience participated in the study voluntarily. “Personal information form” and “Mental Toughness Questionnaire” were administered to athletes. Data were analyzed by Independent Sample T-Test. According to findings, no significant difference was found in the mental toughness scores of female underwater hockey players according to their sport level ( $p > 0,05$ ), while a significant difference was found according to their sport experience ( $t_{(98)} = 1,43$ ;  $p < 0,05$ ). In athletes with 7 years and more sport experience ( $\bar{X} = 6,14 \pm 0,86$ ) the mean scores of mental toughness were higher than the mean scores of athletes with 2-6 years of sport experience ( $\bar{X} = 5,90 \pm 1,31$ ). As a result, it can be said that there is no significant difference in the mental toughness scores of female underwater hockey players according to their sport level (national or non-national). In addition to, it was revealed that the mental toughness levels of female underwater hockey players increased as the sport experience increased.

**Keywords:** Mental Toughness; Underwater Hockey Players; Sport Level; Sport Experience



## AFRİKA FANTASİA VE TÜRK ATLI CİRİT SPORLARININ KÜLTÜREL VE TARİHSEL PERSPEKTİFTEN KARŞILAŞTIRILMASI

Inga MENDOT<sup>1</sup>, Abduselım DEMİRCİ<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup>Tuvan State University, Kyzyl – Tyva, Russia

E-posta: inga-mendot@yandex.ru

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği  
Bölümü, Samsun, Türkiye

E-posta: a.selim.demirci55@gmail.com

### ÖZET

Atlı cirit ve fantasia, köklü kültürel geçmişlere sahip olan, atlı sporlar arasında yer almaktadır. Atlı cirit, Türk toplumunun geleneklerini yansıtırken, fantasia ise Kuzey Afrika ülkelerinin kültürel mirasını temsil etmektedir. Her iki spor, bireysel yeteneklerin yanı sıra takım çalışması, strateji ve sosyal dayanışmayı ön plana çıkararak oyunculara ve izleyicilere dinamik bir deneyim sunar. Bu sporların takım yapısı, oyuncuların bireysel yeteneklerini ortak bir hedef doğrultusunda birleştirerek toplumsal bağlılığı artırmaktadır. Aynı zamanda, fiziksel ve zihinsel becerilerin geliştirilmesine katkıda bulunarak, oyuncuların reflekslerini, denge ve koordinasyonlarını pekiştirmektedir. Her iki spor, estetik ve görsel performanslar sunarak toplumsal etkinliklerde önemli bir yer edinmekte ve izleyicilere eğlenceli bir deneyim sağlamaktadır. Ancak, fiziksel riskler göz önünde bulundurularak güvenlik önlemlerinin artırılması gerekmektedir. Gelecekte, bu sporların daha geniş kitlelere ulaşabilmesi için yerel festivallerde sergilenmesi ve eğitim programları aracılığıyla genç nesillere öğretilmesi önem taşımaktadır. Ayrıca, bu sporlara yönelik akademik araştırmaların artırılması ve uluslararası düzeyde tanıtım yapılması, kültürel etkileşimi pekiştirebilir. Genel olarak, atlı cirit ve fantasia, sadece spor olarak değil, aynı zamanda kültürel mirasın bir parçası olarak da korunmalı ve geliştirilmelidir.

**Anahtar Kelimeler:** Atlı cirit, fantasia, kültürel miras, sosyal dayanışma

### A COMPARISON OF AFRICAN FANTASİA AND TURKİSH EQUESTRIAN JEREED SPORTS FROM A CULTURAL AND HISTORICAL PERSPECTIVE

Inga MENDOT<sup>1</sup>, Abduselım DEMİRCİ<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup>Tuvan State University, Kyzyl – Tyva, Russia

E-mail: inga-mendot@yandex.ru

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of  
Sports Management, Samsun, Türkiye

E-mail: a.selim.demirci55@gmail.com

### ABSTRACT

Equestrian javelin and fantasia are equestrian sports with deep cultural backgrounds. While equestrian javelin reflects the traditions of Turkish society, fantasia represents the cultural heritage of North African countries. Both sports emphasize individual skills as well as teamwork, strategy, and social solidarity, providing players and spectators with a dynamic experience. The team structure of these sports enhances social cohesion by combining the individual talents of players towards a common goal. Additionally, they contribute to the development of physical and mental skills, strengthening players' reflexes, balance, and coordination. Both sports occupy a significant place in social events by offering aesthetic



and visual performances, providing an entertaining experience for the audience. However, considering the physical risks involved, it is necessary to increase safety measures. In the future, it is essential to showcase these sports at local festivals and teach them to younger generations through educational programs to reach broader audiences. Furthermore, increasing academic research on these sports and promoting them internationally can enhance cultural interaction. In general, equestrian javelin and fantasia should be preserved and developed not only as sports but also as a part of cultural heritage.

**Keywords:** Equestrian javelin, fantasia, cultural heritage, social solidarity.

## GİRİŞ

Tarih boyunca spor, farklı dönemlerde ve kültürlerde önemli bir rol oynamış, özellikle savaşların fiziksel güce dayandığı zamanlarda, savaşa hazırlık ve fiziksel dayanıklılığı artırma amacıyla icra edilmiştir. Türk tarihine at yarışları, cirit, gülle atma, güreş, doğancılık (yırtıcı kuşlarla avlanma) gibi sporlar ise bireyleri mücadeleye hazırlayan faaliyetlerdir. (Kafesoğlu ve ark., 1995) Sportif faaliyetler toplumların kültürlerinde bir parçasıdır. Tarihte yaşamış bütün milletler kendi kültürlerini, yaşadıkları coğrafyanın özelliklerini sporlarıyla birleştirmiş ve kendilerine has bir spor kültürü oluşturmuşlardır (Karcıoğlu, 2017). Kültürel değerler, geçmiş ile gelecek arasındaki köprüyü oluşturan milli ve manevi unsurlardır. Türkler, bozkır hayatı ve zorlu doğa koşulları altında hayatta kalma mücadelesi verirken at yarışları, güreş ve cirit gibi sporlar geliştirmişlerdir. Bu mücadele oyunları, halk tarafından benimsenerek nesilden nesile aktarılmış ve böylece geleneksel sporlar ortaya çıkmıştır. Toplumlarda geçmişte uygulanmış ve bazı coğrafi, geleneksel, kültürel özellikler taşıyan, milletlerin yaşama biçimlerini yansıtan bilinçli hareketler -folk games, traditional sports, geleneksel sporlar- eğlence ve oyunlar sokularak günümüze kadar taşınmış kültürel miraslardandır (Karahüseyinoğlu, 2007). Türkiye'de geleneksel sporlar, geniş bir kültürel mirasın parçası olarak varlığını sürdürmektedir. Dünya genelindeki birçok spor ve oyun, Türkler tarafından şekillendirilmiş, bazıları zamanla değişim geçirerek günümüze ulaşmış, bazıları ise unutulma tehlikesiyle karşı karşıya kalmıştır. Türkiye'de geleneksel sporlar iki farklı düzeyde uygulanmaktadır: Düğünler ve özel günlerde halk arasında yapılan faaliyetler ile federasyonlar tarafından organize edilen resmi etkinlikler.

## Türk Atlı Cirit Tarihçesi

Tarih boyunca atlar, insan toplulukları için hem ulaşım hem de savaş aracı olarak büyük bir öneme sahip olmuştur. Özellikle eski çağlarda savaşlar atlarla yapılırken, barış zamanlarında ise atlar spor ve eğlence amacıyla kullanılmıştır. Atlı cirit, diğer adıyla Çavgan, Türklerin yüzyıllardır oynadığı, insan zekâsı ve becerisiyle bütünleşen, eski savaş taktiklerini canlandıran çok yönlü bir spor dalıdır. Orta Asya'da yaşayan Türkler, barış dönemlerinde askerlerinin ve atlarının zinde kalması, halkın fiziksel ve ruhsal olarak eğitilmesi amacıyla atlı cirit oynamışlardır (Koçan, 2007). Bu sporun en dikkat çekici özelliklerinden biri, rakibi bağışlama davranışının vurgulandığı erdemli yapısıdır. Bu yönüyle, spor ve ahlakın birleştiği nadir spor dallarından biridir (Kafesoğlu, 1996). Atlı cirit, Osmanlı döneminde de büyük bir önem kazanmış ve 19. yüzyılda Osmanlı saraylarının en popüler tören ve gösteri oyunu haline gelmiştir. Padişahlar, sarayların içinde ya da çevresinde mutlaka cirit oyununa uygun alanlar yaptırmışlardır. Ancak II. Mahmud, 1816 yılında bir oyuncunun cirit sırasında aldığı darbe sonucu hayatını kaybetmesi üzerine, 1826 yılında bu oyunu bir süre yasaklamıştır (Kafesoğlu, 1996). 17. yüzyıldan itibaren cirit, Fransa, Almanya, İran, Afganistan ve Türkistan gibi farklı coğrafyalarda da oynanmaya başlanmıştır. Günümüzde ise Anadolu'nun birçok ilinde büyük bir ilgiyle izlenen, sportmenliği, cesareti ve tarihi bir araya getiren geleneksel bir spor olarak varlığını sürdürmektedir (<http://www.atasporlari.gen.tr>, 2006).

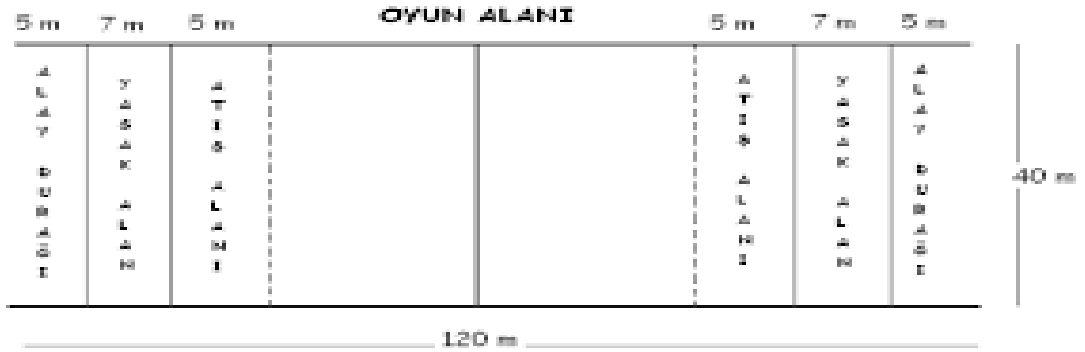
Görsel 1. Padişah huzurunda, Mehteran eşliğinde cirit oyunu gösteren temsili resim.



### Atlı Cirit Sportu Kuralları

Atlı cirit, 7'şer kişiden oluşan iki takımın karşı karşıya geldiği ve 35 dakikalık iki devreden oluşan, toplamda 70 dakika süren bir spordur. Oyunda kullanılan "cirit", 100 cm uzunluğunda ve 3 cm çapında olup, diğer uca doğru 2 cm çapa kadar incelenen, kurutulmuş meşe veya soyulmuş hurma ağacından yapılmış düz ve ucu küt bir değnektir. Oyun alanı ise, eni 30-50 metre, boyu 90-160 metre arasında olan ve 15 cm genişliğinde beyaz çizgilerle belirlenmiş düz bir sahadan oluşur.

Görsel 2. Oyun alanı



Atlı cirit oyununda, her iki takımın atlarının dizi halinde durduğu alanlara "alay durağı" denir. Bu duraklar, 6 metre derinliğinde olup oyunun stratejik noktalarından birini oluşturur. Alay durağı ile atış alanı arasında yer alan, 7 metre genişliğinde ve düz çizgilerle belirlenmiş bölge ise "yasak alan" olarak adlandırılır. Yasak alanın ardından, orta çizgiye kadar uzanan 10 metrelik bir alan bulunur ve bu alan, kesik çizgilerle işaretlenmiştir. Sporcular, ciritlerini bu alandan hedeflerine doğru fırlatmak zorundadırlar; yani hücum eden ciritçi, yasak alanı geçip atış alanına girerek cirit atmak durumundadır ([http://www.gsgm.gov.tr/yonetmelik, 2006](http://www.gsgm.gov.tr/yonetmelik,2006)). Bu sporda kullanılan atlar ise genellikle dört ila beş yaşlarında eğitime başlanır. Atlar, binicilerinin yaptığı hareketlere içgüdüsel olarak uyum sağlayacak şekilde eğitilir ve bu eğitim sonucunda binicinin komutlarına anında yanıt verecek seviyeye gelirler. At tercihlerinde ise çoğunlukla orta boylu Arap ve Türkmen atları tercih edilir, çünkü bu atlar hız ve çeviklik bakımından ideal özelliklere sahiptirler (<http://www.atasporlari.gen.tr>, 2006).



**Tablo 1:** Cirit sporunda puan alınan ve puan kaybettiren hareketler

|   |         |
|---|---------|
| Alay durağında ve oyun esnasında isabetli her türlü cirit vurmaya | +6 PUAN |
| Rakibi kesme, yakalayıp bağışlama, at üzerinde eğer boşaltma      | +3 PUAN |
| Atılan cirit sopasını oyun alanında tutmak                        | +3 PUAN |
| Atılan cirit sopasını alay durağında tutmak                       | +1 PUAN |
| 5 metreden yakın mesafede ve yasak sahada rakibe cirit atmak      | -3 PUAN |
| Atını ve cirit sopasını rakip atlıya kasten vurmaya               | -3 PUAN |
| Atış sahası dışından ve yasak alandan atış                        | -1 PUAN |
| Cirit atma hakkını 45 sn. içinde kullanmama                       | -1 PUAN |
| Erken ve çift çıkış, yan çizgi ihlali, izinsiz attan inme         | -1 PUAN |
| Attan düşme, karşı alaya kasten dalma                             | -3 PUAN |
| İkinci kez attan düşme  | -6 PUAN |
| Yasak sahada üç veya daha fazla oyuncu bulundurma                 | -1 PUAN |
| Hamle hakkı doğan sporcunun yan çizgiden oyuna girmesi            | -1 PUAN |
| Ciritini atış alanında düşürmek, ikiden fazla cirit bulundurma    | -1 PUAN |

Atlı cirit oyunu, iki takımın karşı karşıya geldiği ve büyük bir stratejiyle oynanan bir geleneksel Türk sporudur. Takımlar, 70 ila 120 metre genişliğindeki sahada karşılıklı olarak yerleşirler ve her takım, 6, 8 ya da 12 kişiden oluşur. Oyuncular, bölgesel kıyafetlerini giyip atlarına binerler ve sağ ellerinde attıkları cirit, sol ellerinde ise yedek ciritler bulunur. Oyuncuların biri öne çıkarak rakip takımdan bir oyuncuyu meydana davet eder ve ardından ciritini ona doğru savurur. Rakip oyuncu ise ciriti atan kişiyi hızla takip eder ve kendi ciritini ona geri fırlatır. Bu süreç, diğer oyuncuların da dahil olduğu bir kovalamaca şeklinde devam eder. Her takımda bulunan oyuncuların yerleşim düzeni, stratejileri belirlemede önemli rol oynar. Takımlar, 5 kişiden oluştuğunda "bölük", 7 kişiden oluştuğunda ise "alay" olarak adlandırılır. Her takımın başında, oyun düzenini ve stratejiyi belirleyen bir "kolbaşı" bulunur. Kolbaşı, takımın oyun sırasında takındığı taktikten sorumludur ve oyuncuların çıkışlarını ve pozisyonlarını yönetir. Oyun sırasında rakibe yapılan isabetli cirit atışı, takımına 3 puan kazandırır; ancak atın isabet alması durumunda puan kaybı yaşanır. Cirit oyununda yapılan stratejik hamlelerden biri, "bağışlama"dır. Bir ciritçi, rakibini yakalayıp cirit atmak yerine onu bağışlarsa 3 puan kazanır; ancak eğer bağışlamaz ve cirit atarsa 3 puan kaybeder. Bağışlama, oyunda sporun centilmenlik tarafını öne çıkaran önemli bir unsur ve fair-play kavramının gün geçtikçe daha fazla önem kazandığı son yıllarda, söz konusu hareketin fair-play kavramının daha fazla kabul görmesi, yaygınlaşması ve benimsenmesine de katkı sağladığı söylenebilir (Güllü, 2018) Aynı zamanda, ciriti havada yakalayabilen oyuncu da takımına 3 puan kazandırır. Cirit oyununda oyuncuların düşmesi veya attan inmesi cezalandırılır. Attan düşen bir oyuncu 3 puan kaybeder ve tekrar düşmesi durumunda oyundan ihraç edilir. Ayrıca, atın kasıtlı olarak rakibe çarptırılması veya rakibin atına kasten cirit atılması da puan kaybına neden olur. Cirit, genellikle bahar ve sonbahar aylarında oynanır; ancak kış mevsiminde, kar üstünde de oynandığı olur.



**Görsel 3.** Türk toplumunda cirit turnuva örnekleri      **Görsel 4.** Cirit yarışma esnası  
**Fantasia Atlı Sporu**

Fantasia, Kuzey Afrika'nın zengin kültürel mirasının bir parçası olarak öne çıkan geleneksel bir atlı spordur. Özellikle Fas, Cezayir ve Tunus gibi ülkelerde kökleri derinlere inen bu spor, tarih boyunca savaşçıların ve atların cesaretini ve becerisini sergilediği bir gösteri biçimi olarak gelişmiştir. Fantasia, Berberi ve Arap savaşlarının izlerini taşıırken, aynı zamanda toplulukların tarihsel ve sosyal bağlarını da gözler önüne sermektedir. Fantasia gösterisi, genellikle atlı savaşçıların bir araya geldiği büyük organizasyonlarla gerçekleştirilir. Her atlı, Fas'ta fantasia, geleneksel bol beyaz pantolonlar, beyaz gömlekler ve pelerinler giymiş, barutlu tüfeklerle silahlanmıştır (Talley, 2015). Atların da çeşitli süslemelerle donatılması, gösterinin görsel zenginliğini artırır. Gösterinin en dikkat çekici anı, atlıların belirli bir hızda ilerleyerek ateşli silahlarla ateş açtıkları bölümdür. Bu an, izleyiciler için büyük bir heyecan kaynağıdır; her atlı, atının kontrolünü sağlamak ve ateş açmak için yüksek bir beceri gerektirir (Smith, 1979). Fantasia'nın oynanışı, belirli bir düzen ve kurallara bağlıdır. Oyun, genellikle birkaç atlıdan oluşan gruplar halinde gerçekleştirilir. Atlılar, belirli bir mesafeden koşarak bir araya gelirler ve ateş açmadan önce belirli bir noktaya ulaşmak zorundadırlar. Fantasia'nın güzelliği ve zorluğu senkronizasyondur, tüm atların birlikte hücum etmesi ve tüfeklerin aynı anda ateşlenmesi, böylece sadece tek bir yüksek sesli atış duyulur, bu ses bir topun ateşlenmesine benzer. Silahın boşaltılmasından sonra, biniciler atlarını birlikte sertçe dizginler ve bitiş çizgisinde önlerindeki seyircilerden birkaç santim uzakta dramatik bir şekilde dururlar (Talley, 2015). Fantasia'daki her atlı, atını ve kendisini mükemmel bir uyum içinde hareket ettirmek için yoğun bir disiplin ve antrenman sürecinden geçer. Fantasia'nın kökenleri, geleneksel savaşların ritüellerine dayanmaktadır. Savaş taktiği olarak kullanıldığında, bu atlı grubu öncü kuvvet olarak hareket etmektedir (Cook, 1994). Bu spor, atlıların nişan alma yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olurken, aynı zamanda cesaretlerini de test eder. Fantasia, yalnızca bir spor etkinliği değil, aynı zamanda toplumsal bağları güçlendiren bir gelenektir. Yerel topluluklar, bu tür etkinliklerde bir araya gelirken, geçmişin izlerini günümüze taşıyarak, kültürel kimliklerini kutlama fırsatı bulurlar. Bu gelenek, yerel festivallerde ve özel günlerde büyük bir coşku ile kutlanır. Fantasia, sadece bir yarışma olmaktan öte, izleyicilere bir hikâye anlatma fırsatı sunar; atların zarif hareketleri ve atlıların cesareti, izleyicileri derin bir kültürel deneyime sürükler. Sömürge sonrası dönemde spor, "politik bir gelişme" ve kitleleri motive etmek için bir araç haline geldi. "Politik sistem için sosyal denge ve istikrarı korurken" ve kolektif bir kimlik oluşturdu (Amara, 2012). Fantasia, bölgedeki sosyal ve kültürel bağların güçlenmesine katkıda

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

bulunurken, aynı zamanda genç nesillere geleneklerini aktarma fırsatı sunar. Fantasia'nın eğitim süreci, atlıların ve atların disiplinli bir şekilde yetiştirilmesini gerektirir. Genç atlılar, deneyimli ustalar tarafından eğitilir ve atların cesaretini, dayanıklılığını ve zekâ düzeyini artıracak şekilde yetiştirilir. Bu eğitim süreci, atlıların kendine güvenlerini artırırken, atların da güvenli bir şekilde yönetilmesine olanak tanır. Fantasia, atların ve atlıların eşit derecede önemli olduğu bir spordur; bu da onu diğer atlı spor türlerinden ayıran önemli bir unsurdur. Fantasia, modern dünyada da önemini korumaktadır. Geleneksel unsurların yanı sıra, sporun tanıtımında ve yaygınlaştırılmasında medya ve sosyal medya platformları önemli bir rol oynamaktadır. Fantasia etkinlikleri, yerel ve uluslararası düzeyde büyük bir ilgiyle izlenmektedir. Böylece, bu geleneksel spor, gelecekte de yaşatılmaya devam edecektir.

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Atlı cirit ve fantasia, her ikisi de köklü geleneklere sahip, dinamik ve rekabetçi atlı sporlardır. Bu sporlar, yalnızca fiziksel yetenekleri değil, aynı zamanda strateji, takım çalışması ve kültürel değerleri de ön plana çıkararak oyunculara ve izleyicilere eşsiz bir deneyim sunmaktadır. Atlı cirit, Türk toplumunun tarihî ve kültürel kimliğini yansıtırken, fantasia da birçok Kuzey Afrika ülkesinin zengin kültürel mirasını temsil etmektedir. Her iki spor, toplulukları bir araya getirerek sosyal dayanışmayı güçlendirmekte ve kültürel değerlerin korunmasına katkıda bulunmaktadır. Sporların takım temelli yapısı, oyuncuların bireysel yeteneklerini ekip ruhu ile birleştirerek, ortak bir hedef doğrultusunda hareket etmelerini teşvik ederken, toplumsal bağlılık ve dayanışma duygusunu artırmaktadır. Fiziksel ve zihinsel becerileri geliştiren bu sporlar, oyuncuların reflekslerini, denge ve koordinasyonlarını artırmakta ve stratejik düşünme yeteneklerini pekiştirmektedir. Estetik ve görsel bir performans sunarak izleyicilerin ilgisini çeken bu oyunlar, toplumsal etkinliklerde önemli bir yer tutmakta ve izleyicilere eğlenceli bir deneyim sunmaktadır. Geleneksel sporların daha geniş kitlelere ulaşabilmesi için yerel festivallerde ve etkinliklerde sergilenmesi teşvik edilmelidir. Eğitim programları aracılığıyla genç nesillere bu sporların öğretilmesi ve okullarda müfredata dâhil edilmesi önem taşımaktadır. Ayrıca, her iki spor üzerine daha fazla akademik araştırma yapılması ve bu sporların uluslararası alanda tanıtılması için etkinlikler düzenlenmesi, kültürel etkileşimi artıracaktır. Fiziksel riskleri göz önünde bulundurarak güvenlik önlemlerinin artırılması, sporların daha güvenli bir şekilde icra edilmesini sağlarken, katılımcıların bu sporlara olan ilgisini de artırabilir.

### KAYNAKÇA

- Amara, Mahfoud 2012 Sport, Politics, And Society İn The Arab World. London: Palgrave Macmillan.
- Cook Jr., Weston F 1994 The Hundred Years War For Morocco. Boulder, Co: Westview Press.
- Güllü, S., & Şahin, S. (2018). Milli Güreşçilerin Sportmenlik Yönelim Düzeyleri Üzerine Bir Araştırma. *Electronic Turkish Studies*, 13(18).
- Kafesoğlu, İ. (1996). *Türk Millî Kültürü*, İstanbul: Boğaziçi Yay.
- Karahüseyinoğlu, M. F. (2007). *Küreselleşme ve geleneksel Türk sporları* (Doctoral dissertation, Marmara Üniversitesi (Turkey)).
- Karcıoğlu, U. (2017). Türk Kültüründe Atın Önemi Ve Ata Sporlarımızdan Atlı Cirit Oyunu. *Anasay*, (2), 167-198.
- Koçan, N. (2007). Geleneksel Sporlarımızdan Ciritin Rekreasyon Amacı İle Günümüze Uyarlanması. *Spor Yönetimi Ve Bilgi Teknolojileri*, 2(1), 31-39.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Smith, G. Rex 1979 Medieval Muslim Horsemanship: A Fourteenth-Century Arabic Cavalry Manual. London: British Library Board

Talley, G. U. J. (2015). Fantasia: Performing Traditional Equestrianism as Heritage Tourism in Morocco. University of California, Los Angeles.

<http://www.gsgm.gov.tr/yönetmelik>, 2006

Atasporları.gen, Cirit oyunu, Cirit atı, <http://www.atasporlari.gen.tr>, 2006,



## CORNİSH GELENEKSEL GÜREŞ VE GÜNÜMÜZ GÜREŞLERİNE YANSIMALARI

Yelemes A. ALIMKHANOV<sup>1</sup>, Fatih KARAKAŞ<sup>2</sup>,

<sup>1</sup>PhD., Al-Farabi Kazakh National Univ, Alma-Ata,  
Almaata/Kazakistan, [elemes2050@gmail.com](mailto:elemes2050@gmail.com)

<sup>2</sup>Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun/Türkiye,  
[fatih.karakas@omu.edu.tr](mailto:fatih.karakas@omu.edu.tr)

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı Cornish geleneksel güreş ve günümüz güreşlerine yansımalarının araştırılmasıdır. Çalışma yapılırken literatür taraması yapılmıştır. Cornish güreşi Cornwall ilçesinde popüler olan Britanya Adaları'nın en eski güreş stillerinden biridir. Güreşin başlangıcı Milattan Önce 1829 yılına dayanan Tailteann oyunlarına dayandırılır. Güreşçilerin amacı rakibi ayakta durma konumundan yere atmak veya düşürmektir. Bu güreşte yerde boğuşmaya, tekme atmaya veya yerde tutmaya izin verilmez. Bir maç, rakipler birbirlerinin ceketlerini ' aksama ' olarak adlandırılan yaka veya kollarla kavradığında başlar. Cornish güreşçileri basit şortlarla birlikte yalınayak veya çorap giyerek güreşirler. Mücadele sırasında, rakipler kıyafetler üzerinde çeşitli tutuşlar yaparlar, ancak sadece belin üstünde, rakibin bacaklarını elleriyle tutmak yasaktır. Sonuç: Kornish güreşi İngilizlerin yaptığı geleneksel bir güreştir. Türk karakucak güreşine benzerlikleri vardır. Cornish Güreşi, kültürel ve geleneksel bir bağlamda öne çıkarken, genel güreş daha yaygın ve uluslararası bir spor dalıdır. Cornwall güreşi sadece varlığını sürdürmekle kalmamış aynı zamanda bugün de küçük bir grup tutkulu taraftar tarafından yaşatılmaya devam ediyor. Bu güreşin günümüzdeki diğer sporlar karşısındaki mevcut durumunun analiz edilmesi önerilir.

**Anahtar kelimeler:** Gelenek, Güreş, Cornish, Cornwall, Kültür

## CORNISH TRADITIONAL WRESTLING AND ITS REFLECTIONS ON MODERN WRESTLING

### ABSTRACT

The aim of this study is to investigate Cornish traditional wrestling and its reflection in today's wrestling. A literature review was conducted during the study. Cornish wrestling is one of the oldest wrestling styles in the British Isles, popular in the county of Cornwall. The beginning of wrestling is based on the Tailteann games dating back to 1829 BC. The aim of the wrestlers is to throw or knock the opponent to the ground from a standing position. Grappling, kicking or holding on the ground is not allowed in this wrestling. A match begins when the opponents grab each other's jackets by the collar or arms, called 'aksama'. Cornish wrestlers wrestle barefoot or wearing socks, along with simple shorts. During the fight, the opponents make various holds on the clothes, but it is forbidden to hold the opponent's legs with their hands, only above the waist. Conclusion: Cornish wrestling is a traditional wrestling practiced by the English. It has similarities to Turkish karakucak wrestling. Cornish Wrestling stands out in a cultural and traditional context, while general wrestling is a more widespread and international sport. Cornish wrestling has not only survived, but continues to be kept alive today by a small group of passionate fans. It is recommended to analyse the current status of wrestling against other sports today.

**Anahtar kelimeler.** Tradition, Wrestling, Cornish, Cornwall, Culture

## GİRİŞ VE AMAÇ

Her milletin tarihten gelen, sosyal yapıları ve yaşayış şekillerinden kaynaklı, spor ve egzersiz kültürü anlayışları oluşmaktadır (Türkmen ve ark.,2006,77-94; İmamoğlu ve ark.,1997: 139-144). Güreş eski ve köklü medeniyetlerin hemen hepsinin hayatında kendine yer edinmiştir (Carroll,1988: 122).Cornish güreşi veya Wrasslin, Cornwall ilçesinde popüler olan Britanya Adaları'nın en eski güreş stillerinden biridir. Bazı İngiliz tarihçilerin araştırmalarına göre, bu mücadele Kelt kabileleri arasındaki eski mücadeleden kaynaklanmaktadır. "Cornish mücadelesinin" ilk kaydedilen sözü 1139'a kadar uzanır ve "Historia Regum Britanniae"de verilmiştir (Mandziak ve Artemenko,2010:230-232). Güreş, günümüze kadar ayakta kalan ayrı bir Cornish geleneğidir. Cornish güreşi, İngiltere'nin Cornwall kontluğunun ulusal sporudur; üç bin yıldan uzun süredir nesilden nesile aktarıldığı iddia edilmektedir. Cornish güreşi, yerde oyunu olmayan ve güreşmeden ayakta yapılan güreş stildir. Kazanmak için güreşçiler rakiplerini yere atmalı ve omuzları ile kalçalarını yere değıdirmelidir; bu dört vücut parçasından üçü aynı anda yere değımelidir (Tripp, 2009). Cornwall kasaba ve köylerinde farklı kurallar vardı. 1923'te kurulan sporun yönetim organı olan Cornish Güreş Derneğı, tüm bölgeler için ortak kurallar dizisi oluşturdu. Cornwall güreşi, güreşçilerin tüm tutuşların yerleştirilmesi gereken kısa, bol bir ceket giymesi bakımından en benzersiz olanıdır. Maç çimde gerçekleşir ve çeşitli kilo ve yaş grupları vardır (Lee ve Lauwaert,201).

Ekonomi geliştiğinde, Cornwall güreşi, çok sayıda güreşçinin kazançlı ödüller için çok sayıda turnuvaya katıldığı ve büyük kalabalıklar tarafından izlendiğı zaman popülerliğinin zirvesindeydi. Aynı zamanda sporun Londra'da geliştiğı zamandı. Bu dönemde önde gelen güreşçi, nispeten kısa bir kariyerde Cornwall, Devon ve Londra'daki turnuvaların çoğunu kazanan ve sonuç olarak önemli miktarda para ödülü toplayan Tom Gundry'di. Öneme rağmen, zaman zaman rakipleriyle maç ayarlama veya 'eşcinsellik' yapmaya başvuruyordu. Ancak, on dokuzuncu yüzyılın ikinci yarısında, Cornwall güreşi üzerinde olumsuz bir etkisi olan bir ekonomi çöküşü yaşandı ve güreşçi, turnuva, para ödülü ve seyirci sayısında azalma oldu. Spor ayrıca Londra'dan kayboldu. On dokuzuncu yüzyıl boyunca devam eden ortak nokta 'farklılığın devamıdır. Cornwall'un tarihi deneyimi Britanya'nın geri kalanından farklıydı ve bu farklılık zaman içinde devam etti ve benzersiz bir kimliğe yol açtı. Cornwall güreşi bu kimliğin inşasına katkıda bulundu. Güreşin popüler olmasının sebebinin, yerel kültüre bu kadar yerleşmiş olması ve Cornwall kimliğinin bir göstergesi olması olduğı, öyle ki başka yerlerde popüler olan diğer sporların onu yerinden edememesi olduğı söylenebilir. On dokuzuncu yüzyılın ilk yarısında popülerliğinin zirvesine ulaştı (Tripp,2023:137-165).

Bu çalışma Cornish Güreşi ve günümüze yansımalarının araştırılması amacı ile yapılmıştır.

## GELİŞME VE SONUÇ

**Cornish güreşin tarihi:** Güreşin tarihi zamanın kaybolduğı kadar geriye gider. Celtic Wrestling'in ilk sözü, Leinster'in eski kitabında, MÖ en az 1829 yılına dayanan Tailteann Oyunlarına dâhil edilen spora atıfta bulunur. Güreşin Roma işgalinden önce Cornwall'da kurulduğunu ve Halvager Moor ile ilgili Cornish toplantılarının karanlık çağlarda yapıldığını biliyoruz. Güreş, babadan oğula kesintisiz bir zincirden teslim edilen atalarımızla doğrudan yaşayan bir bağlantı olan Cornwall'daki ulusal spordur, 3.000 yıldan fazla bir süredir kardeşten kardeşe ve arkadaştan arkadaşta. Çoğu zaman, Cornish Güreşçileri



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

kahramanlıklarını kraliyet izleyicisinden önce gösterdiler. Kral II. Charles, Aptal Adaları'na giderken Bodmin'deki bir turnuvaya katıldıktan sonra Cornish'in güreş sanatında “ usta olduğuna inanıyordu. Saltanatı sırasında Cubert'ten Tomas Hawken, “ tüm İngiltere ” 'in şampiyon güreşçisi olduğunu iddia eden Lyttleton Weynorth'u attı. Cornwall ( 1602 ) araştırmasıyla ünlü Richard Carew, yaklaşık 1590'da Breton komşularının bile Güreş sanatında Cornish ile eşleşmediğini söyledi. Hayatın her kesiminden erkekler spora katıldı. 17. yüzyılın en tanınmış güreşçilerinden biri Truro Gramer okulunun baş ustası Richard Stevens; mucit Richard Trevithick başka biriydi. Bilginin daha kolay elde edilebildiği 18. ve 19. yüzyıllarda, Cumartesi ve Pazar günleri yarı finallere ve finallere katılacak ayakta duran adamları bulmak için bir hafta süren turnuvaların kayıtlarını görüyoruz. Bu tür finaller veya büyük isim meydan okuma maçları için 10.000'den fazla kalabalıkla, büyük miktarda para genellikle el değiştirdi (URL,1). 2004 yılında Cornish Güreş Derneği İngiliz Güreş Derneği'ne bağlandı. Cornish ve Breton (Fransa) güreşçileri arasında, biri 1402'ye kadar uzanan asırlık bir güreş maçı geleneği vardır. Birkaç kez, bu maçlar balıkçılık hakları konusundaki anlaşmazlıkları çözenin bir yolu olarak hizmet etti. Cornwall'da her yıl halk festivalleri ve takvim tatillerinde güreş turnuvaları düzenleniyordu. Eski zamanlardan, en azından Orta Çağ'dan kalma Cornish güreşçileri büyük bir üne sahipti ve yenilmez olarak ünlüydü. Bunun çarpıcı bir örneği şu tarihsel gerçektir: 25 Ekim 1415'te Agincourt köyü yakınlarında gerçekleşen Yüz Yıl Savaşı sırasında İngiliz ve Fransız orduları arasındaki ünlü savaşta, Cornish savaşçılarının bayrağı, Cornish tarzının geleneksel kavrama özelliğinde iki güreşçiyi tasvir etti. Tarihçilere göre, bir güreşçilerin görüntüsü, Cornwall ilçesinin yerlilerinin bu bayrak altında yürüdüğünü anlamak için yeterliydi. XVIII. Yüzyılda, Cornish güreşi, Nottingham yakınlarındaki mülkünde hem en sıradan bilinmeyen güreşçilerin hem de birçok ünlünün katıldığı yarışmalar düzenleyen bir asilzade olan Sir Thomas Parkyns'in şahsında büyük bir patron edildi. Parkyns (1680-1741) sadece bir hayran değil, aynı zamanda gerçek bir güreş fanatığıydı. En iyi güreşçileri diğer bölgelerden güreşçilerle rekabet etmeleri için gönderdi. Ayrıca ilçedeki en iyi güreşçiye şampiyon unvanının verilmesine yardımcı oldu. Parkyns, 1713'te yayınlanan "The Inn-Play" adlı kitabında, geliştirdiği bu dövüş sanatının kurallarını belirleyen ilk kişi olmasıyla da bilinir. Parkyns'in ölümünden sonra, 1810 yılına kadar 70 yıl daha kendi alanında güreş turnuvaları düzenlenmeye devam etti. Cornwall'da, halk festivalleri ve çok sayıda takvim tatili sırasında her yıl güreş turnuvaları düzenlendi. Bu yarışmaların prestiji o kadar büyüktü ki, çoğu zaman katılmak isteyen çok sayıda insan ve binlerce seyirciden oluşan bir kalabalık toplandı ve turnuvalar birkaç gün boyunca yapıldı. Örneğin, 1811'de 4000'den fazla seyircinin huzurunda düzenlenen bu turnuvalardan birinde, dövüşlerden biri sadece ay ışığıyla aydınlatılan gece yarısına kadar sürdü (Kent,1996:7-25).

Birçok açıdan, Cornwall güreşi modernite tarafından etkilenmemiş gibi görünmekte ve daha önceki bir dönemden birçok özelliğini korumaktadır. Örneğin, on dokuzuncu yüzyılın sonlarında spor yerel kapsamda kalmaya devam etti ve yerel güreş komiteleri haftanın ortasında, genellikle ziyafetlere ve panayırlara eşlik eden turnuvalar düzenlemeye devam etti, ancak sayıları çok azaldı. Resmi, standartlaştırılmış yazılı kurallar dizisi yoktu; sabit zaman sınırları yoktu, zafer ne zaman gerçekleşirse gerçekleşsin ilk geri dönen tarafından dikte ediliyordu; düzenli bir fikstür takvimi yoktu; Cornwall güreşi yirminci yüzyılın sonlarına kadar spor kulüplerinde hiç yapılmadı; ve güreşin standartlaştırılmış ve uzmanlaşmış alanlara ihtiyacı yoktu - bir çiftçi veya meyhane sahibi tarafından sağlanan herhangi bir düz çim parçası uygundu (Tripp,2023:137-165).

**Genel kurallar:** Güreşçilerin amacı rakibi ayakta durma konumundan yere atmaktır. Bu güreşte yerde boğuşmaya, tekme atmaya veya yerde tutmaya izin verilmez. Bir maç, rakipler birbirlerinin ceketlerini ‘ aksama ’ olarak adlandırılan yaka veya kollarla kavradığında başlar. Kazanmak için rakibin omuzlarına ve kalçalarına yere atmak gerekir. Dört noktadan en az üçü aynı anda yere değmelidir. Bir güreşçi geri sırtüstü düştüğünde yarışma sona erer. Cornish güreşi, oldukça geniş bir hareket özgürlüğü ve çeşitli tekniklerle karakterize edilmiştir. Mücadele sırasında, rakipler kıyafetler üzerinde çeşitli tutuşlar yaparlar, ancak sadece belin üstünde, rakibin bacaklarını elleriyle tutmak yasaktır. Güreş tekniği, bacakların rakibin bacakları üzerindeki etkisi ile çok çeşitli bacak sarmaları, geziler, süpürmeler ve diğer tekniklerle ayırt edilir. Popülerliğinin ilk aşamalarında, Cornish güreşi bazı yumrukların yanı sıra tekmeler de içeriyordu (dizlerin üstünde değil). (Payton,2007:1-10; Mandziak ve Artemenko,2010:230-232).

**Kıyafetler:** Cornish güreşçileri basit şortlarla birlikte yalınayak veya çorap giyerek güreşirler. En önemli kıyafetleri, geçmiş zamanlarda bazen yelken örtüsü veya hatta çuvaldan yapılmış, öne bağlanmış ve bol yarım kollu kanvas ceketlerdir. Dayanıklı olması gereken vazgeçilmez bir öğedir; yarışmacıların birbirlerini sadece ceketle tutmasına izin verilir. ‘ uçan kısrak ’ gibi uzman hareketler, rakibinizin ceket iplerini tutmayı, onu dengede ve yere sallamayı içerir.

**Yasak hareketler:** Deneyim kazandıkça, Cornish güreşçileri kendi hareketlerini ve sayaçlarını geliştirirler, ancak bazı yöntemlere izin verilmez. Parmak veya bilek bükme yasaktır; boğaz tutuşları, ayağımızı rakibinizin dizinin üstünde kullanmak veya ceketini belin altında tutmak da dışarıda, havada akmamak için yere elinizle veya dizinizle dokunmak gibi.

**Güreşlerin yapıldığı zamanlar ve süreler:** Güreş maçları esas olarak yaz aylarında, açık havada çim üzerinde gerçekleşir; 6 metrelik yarıçaplı bir halka, izleyicilerin giremeyeceği bir dış ‘ hiç kimsenin arazisi ’ ile birlikte işaretlenir. Tipik olarak, kıdemli rakipler için üç hakem tarafından denetlenen 10 dakikalık bir tura izin verilir. Bu hakemler genellikle eski güreşçilerdir; gerektiğinde kuralları uygulamak için geleneksel olarak kullanılan bastonlar taşırlar (James,1994;32-47;URL1 ve URL-2).

**Güreşte ödüller:** Yarışmaları kazananlar kural olarak, değerli ödüllerle ödüllendirilir. Bunlar şapka, pantolon, şamdan vb olabilir.

**Güreşte bazı ritüeller:** Türkiyede yağlı ve karakucak güreşinde birçok ritüel vardır (İmamoğlu ve ark.,2018:907-912). Bu ritüellerin benzerleri bu güreş türünde de vardır. Çıplak ayakla ya da bazen olduğu gibi yün çoraplarla mücadele etmekte gelenekseldir. Asırlık bir gelenek tarafından kurulan bir dizi ritüelin yerine getirilmesinden sonra, mücadelenin kendisi başladı. Cornish'in kavgasını böyle anlattı. "Cornwall Araştırması" nda (1602), şahsen ve bir kereden fazla gözlemleyen Richard Carew: "İlk başta bir dostluk işareti olan bir el sıkışma, sonra kendilerini bir öfke (tahriş) durumuna soktular. Herkes rakibi en büyük avantaja sahip olacak şekilde yakalamak istedi. Amaç, rakibi sırtı veya bir omzu ve karşı topuğu ile yere degecek şekilde devirmektir, bu durumda kaybeden olarak kabul edildi (Mandziak ve Artemenko,2010:230-232). Cornwall genelinde düzenlenen turnuvalar ve meydan okuma maçlarıyla gerçek anlamda ülke çapında bir spor olan Cornwall güreşi, güreşçilerin ve seyircilerin serbest olduğu haftanın ortasında, Whitsuntide ve cemaat bayramları gibi büyük tatillerde ve fuarlar ve Binicilik gibi diğer etkinliklerde yapılırdı ve

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

genellikle bir günden fazla sürerdi. Kanıtlar ayrıca güreşi izlemek için toplanan büyük kalabalığın büyük ölçüde iyi huylu olduğunu ve bu durumun dönem boyunca spora saldıran Metodistlerin büyük üzüntüsüne yol açtığını gösteriyor. Dönemin önemli bir özelliği, bağımsızlık ve bireysellik duygusu da dâhil olmak üzere endüstriyel beceriye dayalı, kendine güvenen, iddialı, güçlü bir kimliğin geliştirilmesiydi. Cornwall'lular, derin metal madenciliğinde dünya liderleri olarak ünlerinden gurur duyuyorlardı ve bunun, özellikle Devonshire tekmeçilerine karşı düzenlenen turnuvalarda ve meydan okuma maçlarında elde ettikleri başarılarından duydukları gurura yansıdığı ileri sürülüyordu ve bu, Cornwall'un kendine özgü stiline, teknik yelpazesi ve beceri seviyesi bakımından diğerlerinden üstün olduğunu gösteriyordu (Stoyle,2002:111-112;Tripp,2009:1-310).

### **Cornish güreşinin Karakucak Güreşi ile benzerlikler:**

Avrupa'da geleneksel olan bu spor Türkiye'de karakucak güreşine benzemektedir. Benzer yanları şunlardır;

- Çim sahada yapılması
- Tekniklerin benzerlikleri
- Kıyafetlerden tutulması
- Puan durumu
- Seyircilerin hayranla seyretmesi
- Yaz aylarında yapılması.
- Müsabakaya başlamadan el sıkışmaları
- Kazanan sporculara ödül verilmesi

Karakucak güreşinde tutulması gereken yer "pırpıt" denen belden diz altına kadar olan giysiden tutulur. Tutma benzerlikleri bu şekilde de benzemektedir.

### **Cornish güreşinin Türk Karakucak güreşi İle Farkları**

- Karakucak güreşinde bel üstü çıplak olarak güreşilir.
- Cornish Güreşinde üst kıyafetlerden tutulurken karakucak güreşinde "pırpıt" denilen giysiden tutulur.
- Çorap giyilmez
- Çalgı ekibi ve cazgır olur
- Boğaz tutuşları tekniğe bağlı serbesttir.





## Cornish Güreşi ve Genel Güreş Karşılaştırması:

**1. Köken ve Tarih:** *Cornish Güreşi:* Cornish Güreşi, İngiltere'nin Cornwall bölgesine özgü geleneksel bir güreş türüdür. Tarihi, yerel festivaller, fuarlar ve tarım gösterilerine dayanmaktadır. 1500'lü yıllara kadar uzanan köklü bir geçmişi vardır. *Genel Güreş:* Genel güreş, farklı kültürlerde tarihi kökenlere sahip bir spor dalıdır (Yıldırım ve ark,2002:28-34). Greko-Romen güreş Antik Yunan dönemine kadar uzanırken, serbest güreş daha modern bir formu temsil eder.

**2. Amaç:** *Cornish Güreşi:* Amaç, rakibi yere düşürmek veya omuzları yere değdirmektir. Puanlar genellikle düşürme sayısına veya belirli bir teknikle kazanılır. *Genel Güreş:* Amaç, rakibi kontrol etmek, puan almak veya rakibi yere düşürmek üzerinedir. Greko-Romen güreşte üst vücut kullanılırken, serbest güreşte bütün vücut temas içindedir.

**3. Teknik ve Kurallar:** Cornish Güreşi, belirli tekniklere ve kurallara sahiptir. Güreşçiler genellikle bel, kollar ve omuzları kullanarak rakiplerini devirmeye çalışır. Özel giyim ve belirli hareket kısıtlamaları vardır. Genel Güreş farklı güreş stilleri, farklı teknikleri içerir. Güreşçiler, rakiplerini yere düşürmek veya puan kazanmak için çeşitli teknikleri kullanır. Belirli giyim ve hareket kuralları vardır.

**4. Popülerlik ve Katılım:** Cornish Güreşi, özellikle Cornwall bölgesinde popülerdir. Yerel festivallerde ve etkinliklerde sıkça görülür, ancak genel güreş kadar geniş bir katılıma sahip değildir. *Genel Güreş:* Genel güreş, birçok ülkede popülerdir. Ulusal ve uluslararası düzeyde düzenlenen büyük yarışmalar ve olimpiyatlar gibi etkinliklerle geniş bir katılıma sahiptir.

**5. Giyim ve Ekipman:** Cornish Güreşi, özel giyim içerir. Güreşçiler genellikle belirli bir giysi ve ayakkabı giyerler. Bu giyim, güreşin geleneksel karakterini yansıtır. *Genel Güreş:* Güreşin farklı stilleri farklı giyim ve ekipman gereksinimleri içerir. Genellikle özel bir güreş kıyafeti, ayakkabı ve bazen koruyucu ekipmanlar kullanılır.

**Sonuç:** Cornish güreşi İngilizlerin yaptığı geleneksel bir güreştir. Türk karakucak güreşine benzerlikleri vardır. Cornish Güreşi, kültürel ve geleneksel bir bağlamda öne çıkarken, genel güreş daha yaygın ve uluslararası bir spor dalıdır. Cornwall güreşi sadece varlığını sürdürmekle kalmamış aynı zamanda bugün de küçük bir grup tutkulu taraftar tarafından yaşatılmaya devam ediyor. Bu güreşin günümüzdeki diğer sporlar karşısındaki mevcut durumunun analiz edilmesi önerilir.

### KAYNAKLAR

Carroll, S. T. (1988). "Wrestling in Ancient Nubia". *Journal of Sport History*, 15(2): 121-137.

İmamoğlu O.,Çebi M.,İslamoğlu İ.,Yamak B. (2018). Sport Tekkes And Institutionalization in Ottoman Empire, *The Journal of International Social Research*, 11(58), 907-912.  
www.sosyalarastirmalar.com

İmamoğlu. O., Taşmektepligil. M. Y., Türkmen. M. (1997). Türk Kültüründe Spor, *Ondokuzmayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*,10:139-144.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- James R.M (1994). Defining the group: nineteenth-century Cornish on the North American mining frontier, in Payton, P. (ed.) *Cornish Studies: Two*, University of Exeter Press, Exeter, pp. 32-47
- Kent A.M.(1996). Art Thou of Cornish Crew?‘ Shakespeare, Henry V and Cornish Identity, in Payton, P. (ed.) *Cornish Studies: Four*, University of Exeter Press, Exeter, pp. 7-25
- Lee K., Lauwaert N. (2021). World Martial Arts, Changhyun Park, chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.sportanddev.org/sites/default/files/2023-07/WorldMA-compressed.pdf
- Mandziak A., Artemenko O. (2010 ). *The World Encyclopedia of Wrestling*, MINSK,p.230-232
- Payton P.(2007). Introduction, in Payton, P. (ed.), *Cornish Studies: Fifteen*, University of Exeter Press, Exeter, pp. 1-10
- Stoyle M. (2002). Re-discovering Difference: the recent historiography of early modern Cornwall, in Payton, P. (ed.), *Cornish Studies: Ten*, University of Exeter Press, Exeter, p. 111-112
- Tripp M. (2009). Persistence Of Difference: A History Of Cornish Wrestling, the University of Exeter as a thesis for the degree of Doctor of Philosophy, Volume 1 of 2, *A\_HISTORY\_OF\_CORNISH.pdf*.
- Tripp M. (2023). Cornish wrestling in the nineteenth century, *Sport in History*, 43(2),137-165, <https://doi.org/10.1080/17460263.2022.2101022>
- Türkmen M. İmamoğlu, O. Ziyagil M.A. (2006). Popularity of the Wrestling sport in Turkey and it's comparison with the selected sports, *Researches About The Turks All Around The World*,163: 77-94.
- Yıldırım,Y., İmamoğlu,O., Türkmen, M. (2002). Osmanlı Devletinde Sporun Surnamelere Yansıması, *Güneyde Kültür Dergisi*, 13(136):28-34.

### İnternet kaynakları:

URL-1: “Cornish Wrestling”, <http://www.cornishwrestling.co.uk/category/history/>

URL-2: “Europa”,<https://www.traditionalsports.org/traditional-sports/europe/cornish-wrestling-england.html>



## GELENEKSEL SPORLARIN KORUNMASI VE TURİZM ARACILIĞIYLA YENİDEN CANLANDIRILMASI

Ayten MEHDIYEVA<sup>1</sup>, Osman İMAMOĞLU<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup> PhD. Azer. State Pedg. Univ. Gen. History and TTT

E-posta: [ayten-69@mail.ru](mailto:ayten-69@mail.ru)

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği  
Bölümü, Samsun, Türkiye

E-posta: [osmani55@hotmail.com](mailto:osmani55@hotmail.com)

### ÖZET

Bu çalışma, turizmin geleneksel sporlar üzerindeki etkisini kültürel, ekonomik ve çevresel boyutlarıyla incelemeyi amaçlamaktadır. Geleneksel sporların modernleşmesi ve dönüşümünde turizmin oynadığı rol, özellikle ekonomik kalkınma ile kültürel özgünlük arasında bir denge kurma gerekliliği açısından ele alınmıştır. Çalışma, turizmin geleneksel sporların sürdürülebilirliğine nasıl katkı sağladığını ve bu süreçte karşılaşılan zorlukları analiz etmektedir. Kültürel mirasın korunması, yerel toplulukların ekonomik olarak desteklenmesi ve çevresel sürdürülebilirlik bu incelemenin temel odak noktalarını oluşturmuştur. Geleneksel sporlar, toplumsal kimliğin korunmasında önemli bir rol oynarken, turizm bu sporların uluslararası görünürlük kazanması ve ekonomik kaynaklar yaratması için güçlü bir araç olarak öne çıkmaktadır. Ancak bu süreç, geleneksel sporların ticarileşmesi ve özgünlük kaybı risklerini de beraberinde getirmektedir. Bu nedenle, araştırma hem ekonomik büyümeyi teşvik eden hem de kültürel kimliği koruyan stratejilerin belirlenmesi açısından kritik öneme sahiptir. Çalışmanın bulguları, turizmin geleneksel sporları tanıtmaya, sürdürülebilirliklerini sağlama ve ekonomik faydalar yaratma potansiyelini ortaya koymaktadır. Ancak bu süreçte, geleneksel sporların kültürel anlamlarını kaybetmemesi için yerel toplulukların kontrolü elinde tutması gerektiği vurgulanmaktadır. Sorumlu turizm yönetimi, hem kültürel zenginliği koruma hem de ekonomik kalkınmayı destekleme açısından kilit bir rol oynamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Geleneksel Sporlar, Turizm, Kültürel Miras, Sürdürülebilirlik



## PRESERVING TRADITIONAL SPORTS AND REVITALIZING THROUGH TOURISM

Ayten MEHDİYEVA<sup>1</sup>, Osman İMAMOĞLU<sup>2</sup>

<sup>1</sup>PhD. Azer. State Pedg. Univ. Gen. History and TTT  
E-mail: [ayten-69@mail.ru](mailto:ayten-69@mail.ru)

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of  
Sports Management, Samsun, Türkiye  
E-mail: [osmani55@hotmail.com](mailto:osmani55@hotmail.com)

### ABSTRACT

This study examines the impact of tourism on traditional sports in cultural, economic, and environmental dimensions. The role of tourism in the modernization and transformation of traditional sports is analyzed, particularly focusing on the need to balance economic development and cultural authenticity. The research explores how tourism contributes to the sustainability of traditional sports while addressing the challenges encountered. Key focus areas include cultural heritage preservation, economic support for local communities, and environmental sustainability. Traditional sports play a vital role in preserving social identity, while tourism emerges as a powerful tool to enhance their international visibility and generate economic resources. However, this process also poses risks of commercialization and loss of authenticity. Therefore, the study is crucial for identifying strategies that promote economic growth while safeguarding cultural identity. The findings reveal that tourism has significant potential to promote, sustain, and economically benefit traditional sports. However, the preservation of their cultural meaning requires local communities to maintain control over these practices. Responsible tourism management is highlighted as a key factor in protecting cultural richness while supporting economic development.

**Keywords:** Traditional Sports, Tourism, Cultural Heritage, Sustainability

### GİRİŞ

Turizm, geleneksel sporların geleceğini şekillendiren önemli bir güç haline gelmiş, yalnızca bu sporların uygulanışını değil, aynı zamanda kültürel önemini ve ekonomik sürdürülebilirliğini de etkilemiştir. Geleneksel sporlar heyecan ve hareketi buluşturan, başlangıç ve bitişte uygulanan kendine özgü ritüelleri ile kültürel bir süreçtir (Nalcıoğlu, 2019). Ancak, geleneksel sporların turizm ile kesişimi hem fırsatlar hem de zorluklar sunmaktadır. Bir yandan, turizm kültürel alışveriş için güçlü bir platform görevi görebilir, yerel sporlara küresel ilgi getirerek onların korunmasını teşvik edebilir. Örneğin, geleneksel sporların turizm stratejilerine entegrasyonu, ziyaretçileri çekerek konaklama, yeme içme ve etkinlik katılımı gibi alanlarda katkı sağlayarak yerel ekonomileri canlandırdığı gösterilmiştir (Pasaco-González vd., 2023). Benzer şekilde, UNESCO bu uygulamaların korunmasının önemini vurgulamış ve geleneksel sporları tanıtmak ile onların özgünlüklerini korumak arasında bir denge kurulması gerektiğini, böylece ticarileşme risklerinin önüne geçilmesi gerektiğini belirtmiştir (Morfoulaki vd., 2023). Ancak, turizm ile geleneksel

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

sporlar arasındaki ilişki, karmaşıklıklardan yoksun değildir. Bu sporların ticarileştirilmesi, orijinal biçim ve anlamlarının değiştirilmesine yol açabilir, onları öncelikle turist eğlencesine yönelik gösterilere dönüştürebilir. Amacın bu şekilde değişmesi, bu uygulamaların kültürel anlamını seyreltmış olabilir, örneğin Avrupa'da şövalyelik dövüşleri ve Orta çağ reenaktmanlarında olduğu gibi, tarihi sporların turist beklentilerine hitap etmek için değiştirilmesi gibi. Bu tür dönüşümler sıklıkla geleneksel unsurlardan çok, gösteriyi ön plana çıkararak kültürel bağlamın kaybolmasına yol açabilir (MacCannell, 1999). Bazen, büyüyen küresel turizm endüstrisi, geleneksel sporların homojenleşmesine neden olmuş ve benzersiz yerel uygulamaları, kitle tüketimine yönelik standartlaştırılmış etkinliklere dönüştürmüştür. Örneğin, sumo güreşi veya kabaddi gibi sporların küresel popülaritesi, bu sporların uluslararasılaşmasına yol açmış ve kültürel ritüellerin yanı sıra bölgesel farklılıklar, sporları daha geniş bir izleyici kitlesine sunabilmek için sıklıkla göz ardı edilmiştir. Bu zorluklara rağmen, turizm aynı zamanda geleneksel sporların sürdürülebilirliğine olumlu katkılarda bulunabilir. Spor turizminden elde edilen ekonomik faydalar, yerel topluluklara ekonomik faaliyetlerini çeşitlendirme fırsatları sunarak, geleneksel turizmin sınırlı olduğu kırsal alanlarda büyük bir gelir kaynağı sağlar. Ayrıca, turizm sorumlu bir şekilde yönetildiğinde, çevresel sürdürülebilirliği teşvik edebilir. Birçok geleneksel spor, doğal ortamlarda yapılır ve bu manzaraların korunması ve hem sporun hem de ekosistemin uzun ömürlü olmasını sağlamak için etkinlikler sırasında çevre dostu uygulamaların hayata geçirilmesi çok önemlidir. Dahası, turizm, topluluk katılımını teşvik ederek ve nesiller arası katılımı destekleyerek sosyal bağları güçlendirebilir. Gran Canaria gibi yerlerde, spor turizmi yerel algılar üzerinde olumlu bir etki yaparak, sosyal uyumu artırmış ve yerel halk ile turistler arasında kültürel alışverişi kolaylaştırmıştır (González-García vd., 2022). Özetle, turizmin geleneksel sporlar üzerindeki etkisi çok yönlüdür ve hem ekonomik büyüme hem de kültürel koruma unsurlarını kapsamaktadır. Turizm, geleneksel sporları tanıtmak ve yerel ekonomileri canlandırmak için önemli fırsatlar sunsa da aynı zamanda bu uygulamaların ticarileşmesine ve dış izleyicilere yönelik performanslara dönüşmesine yol açma riski taşır. Zorluk, geleneksel sporların küreselleşen bir bağlamda gelişmesine izin verirken kültürel özlerinin korunmasını sağlayacak bir denge bulmaktır. Sorumlu turizm yönetimi, bu sporların köken aldığı toplulukları yansıtmaya devam etmelerini sağlamak ve kültürel zenginlik ile ekonomik faydalar sunarken özgünlüklerini tehlikeye atmamak için çok önemlidir.

Bu çalışmanın amacı, geleneksel sporların modernleşmesi ve dönüşümünde turizmin rolünü, özellikle kültürel, ekonomik ve çevresel etkileri açısından incelemektir. Turizmin, geleneksel sporların sürdürülebilirliği ve kültürel bütünlüğü üzerindeki etkilerini ayrıntılı bir şekilde analiz ederek, kültürel mirası korurken ekonomik kalkınmayı teşvik etme stratejilerine dair değerli bilgiler sunmayı amaçlamaktadır. Ayrıca, bu çalışma, yerel toplulukların, turizm ve geleneksel sporların kesişiminden kaynaklanan zorluklar ve fırsatlarla nasıl etkili bir şekilde başa çıkabileceklerini inceleyerek, bu uygulamaların uzun vadeli geçerliliğini ve özgünlüğünü nasıl güvence altına alabileceklerini araştıracaktır.

### **Turizmin Geleneksel Sporların Kültürel Kimliği Üzerindeki Etkisi**

Turizm, küresel bir endüstri olarak, birçok topluluğun sosyal dokusu ve kimliğiyle derinden bağlantılı olan kültürel uygulamalar üzerinde önemli etkiler yaratmaktadır. Geleneksel sporlar belirli bir halk kültürüne doğrudan bağlı, çoğunlukla fiziksel oyun ve sınırlı veya profesyonel değişkenleri olmayan oyun benzeri unsurlarla rekabet eden spor faaliyetleri olmakla beraber modern sporlardan daha fazla ritüel içermektedir (Korkmaz, 2023). Bundan dolayı geleneksel sporlar kültürel turizmin önemli bir unsuru haline gelmiştir. Bir yandan, turizm bu sporların korunması ve canlandırılması için ekonomik teşvikler ve küresel görünürlük sağlayarak fırsatlar sunmuştur. Örneğin, Japonya ve İrlanda gibi ülkelerde, sumo



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

güreşi ve hurling gibi geleneksel sporlar, uluslararası etkinlikler aracılığıyla tanıtılmış ve bu, yerel gururun yeniden canlanmasına ve bu sporların daha geniş bir kitle tarafından tanınmasına yol açmıştır (Smith, 2018). Bu görünürlük, yalnızca bölgesel ekonomik kalkınmayı desteklemekle kalmaz, aynı zamanda bu kültürel uygulamaların, aksi takdirde unutulup yok olma tehlikesiyle karşılaşabilecek olan önemini de vurgular.

Ancak, turizmin geleneksel sporlar üzerindeki etkisi tamamen olumlu değildir. Bu sporlar, turistler için ticarileştirildiğinde, anlamları ve önemi genellikle değişir ve sıklıkla kültürel uygulamalardan ziyade eğlence amacıyla düzenlenen performanslara dönüşür (MacCannell, 1999). Geleneksel sporların ticarileşmesi, bunların özgün biçim ve bağlamlarının seyreltmesine neden olabilir; bu sporlar, yerel kültürel ifadelerden ziyade turizmin taleplerine hizmet eden bir şeye dönüşebilir. Bu dönüşümün iyi bilinen bir örneği, Avrupa'daki atlı dövüşler ve Orta Çağ yeniden canlandırmalarının ticarileşmesidir; burada tarihi uygulamalar, turistlerin ilgisini çekmek amacıyla uyarlanmış ve bu da sporların özgünlüğünü zedelemiştir. Bu değişiklikler, genellikle turistlerin "gerçekten" egzotik veya kültürel olarak ne bekledikleri konusundaki beklentilerine uygun deneyimler sunma baskısından kaynaklanmaktadır (Cohen, 1988). Ayrıca, küresel turizmin artışı, kültürel ifadelerin homojenleşmesine yol açmıştır; bu durumda, özgün ve bölgesel olarak spesifik sporlar, kitlesel tüketim için standartlaştırılmaktadır. Bu homojenleşme, kültürel ifadelerin çeşitliliğini azaltır ve özgün yerel sporların, tek tip, küresel ölçekte tanınan çekiciliklere dönüşme riskini taşır. Örneğin, Hindistan'daki kabaddi veya Kerala'daki kalari gibi geleneksel sporlar, bir zamanlar yerel anlam taşıyan ve önemli olan bu sporların, küresel pazar için uluslararasılaştırılmış ve ticarileştirilmiş biçimlerinin artış gösterdiği görülmektedir. Bu süreç gelir sağlasa da genellikle bu sporlarla ilişkilendirilen daha derin kültürel pratiklere, örneğin topluluk ritüellerine veya bölgesel varyasyonlara, odaklanılmadan sadece ekonomik amaçlara yönelir. Oysa ki bu unsurlar, sporların özgün anlamını oluşturan unsurlardır.

Bu endişelere rağmen, turizm, doğru bir şekilde yönetildiğinde, bu sporların korunmasında önemli bir rol oynamaktadır. Geleneksel sporların, bir bölgenin somut olmayan kültürel mirası olarak tanınması, onları koruma amaçlı önlemlere yol açabilir. UNESCO gibi uluslararası kuruluşlar, geleneksel sporların somut olmayan kültürel miras olarak tanınması ve korunması konusunda adımlar atmaya başlamış, bunların ticarileştirilme baskısı altında kaybolmalarını engellemeye yönelik çalışmalar yapmaktadır (Timothy, 2011). Ancak burada önemli olan, turizmin sağladığı ekonomik faydalar ile bu sporların özgünlüğünü ve kültürel anlamını koruma ihtiyacı arasındaki dengeyi sağlamaktır. Yerel topluluklar, kendi sporlarının sunumu ve ticarileştirilmesi üzerinde kontrolü elinde bulundurduklarında, pratiklerinin köklerine sadık kalmasını sağlayabilirler. Turizm geleneksel sporların tanıtımı ve yeniden canlandırılmasında önemli fırsatlar sunarken, aynı zamanda özgünlük ve kültürel koruma açısından zorluklar da yaratmaktadır. Geleneksel sporların küresel tüketime yönelik gösterilere dönüşmesi, kültürel anlamlarının seyrelmesine yol açabilir. Ancak doğru bir şekilde yönetildiğinde, turizm kültürel pratikleri korumada güçlü bir araç olabilir, geleneksel sporların kültürel kimliklerini kaybetmeden evrimleşmesini sağlayabilir. Bu nedenle, ekonomik gelişim ile kültürel özgünlük arasında dikkatli bir denge kurulması, turizmin sunduğu faydaların, tanıtmak istedikleri geleneklerin bedeli olmaması için esastır.

### **Turizmin Geleneksel Sporları Modernize Etme veya Dönüştürme Potansiyeli**

Turizm, giderek daha fazla geleneksel sporların gelişiminde dönüştürücü bir güç haline gelmiştir; sadece bu sporların uygulanışını değil, aynı zamanda kültürel anlamlarını da etkilemektedir. Uzun zamandır yerel toplulukların sosyal dokusuna derinden yerleşmiş olan geleneksel sporlar, turizm sektörüyle etkileşime girdikçe hem fırsatlar hem de zorluklarla

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

karşı karşıya kalmaktadır. Turizmin en belirgin etkilerinden biri, bu sporları küresel bir izleyici kitlesinin beklentilerine uyacak şekilde modernize etme veya dönüştürme kapasitesidir. Bu süreç her zaman basit bir değişimden ibaret değildir; aksine, kültürel korunma ile çağdaş taleplere uyum sağlama arasında karmaşık bir etkileşim içerir. Örneğin, bir zamanlar öncelikle yerel sosyalizasyon veya ritüel biçimleri olarak işlev gören yerli oyunlar, hala özgün biçimlerinin bazı yönlerini koruyarak, turistler için daha çekici hale getirilmiş küresel şovlara dönüşebilir. Bu tür sporların ticarileştirilmesi, genellikle kurallarda, uygulama biçimlerinde ve hatta temeldeki kültürel anlamlarında önemli değişikliklere yol açar. Birçok durumda, bu dönüşüm, turistlerin özgün ancak sindirilebilir deneyimler arayışına bir yanıt olarak görülebilir (Cohen, 1988). Örneğin, İspanya'daki Boğa Koşusu veya Japonya'daki sumo güreşi gibi etkinliklerin küresel popüleritesi, geleneksel sporların, başlangıçta bölgesel geleneklerle iç içe olan, nasıl uluslararası ilgiyi çekmek için uyarlanarak daha büyük ve daha organize etkinlikler haline geldiğini gösterir (Cohen, 2012). Bu bağlamda, turizm, geleneksel sporların uluslararasılaşmasını teşvik eden ve yapılarını modern duyarlılıkları karşılayacak şekilde dönüştüren bir değişim katalizörü işlevi görür. Bazıları bunun özgünlüğün kaybolmasına yol açtığını savunsa da diğerleri bu değişimlerin, hızlı bir şekilde küreselleşen dünyada bu sporların hayatta kalması için gerekli olduğunu ileri sürmektedir. Geleneksel sporlar, giderek daha fazla kitlesel turizmin rekabetçi mantığına ve beklentilerine uyacak şekilde dönüştürülmekte, burada vurgu, sporların kültürel pratiklerinden çok görselliğe yapılmaktadır. Arjantin'deki polo veya İspanya'daki boğa güreşi gibi örnekler, bu sporların nasıl yoğun bir şekilde ticarileştirildiğini ve sıklıkla yerel kültürel ifadelerden çok kitlesel izleyici kitlelerine hitap edecek şekilde düzenlendiğini göstermektedir. Bazı durumlarda, modernleşme süreci, sporla ilişkilendirilen geleneksel değerlerin basitleştirilmesine veya kaybolmasına yol açabilir. Bu eğilim, bir zamanlar topluluk odaklı etkinlikler olan sporların, şimdi kârlı turist çekim merkezlerine dönüşmesiyle özellikle belirgindir. Ayrıca, turizm yoluyla geleneksel sporların dönüşümü, bu sporların nasıl uygulandığı ve tüketildiği üzerinde etkisi olan teknolojik yenilikleri de kapsamaktadır. Canlı yayınlar ve etkileşimli sanal deneyimler gibi yeni medya ve teknolojilerin entegrasyonu, geleneksel sporların daha geniş bir izleyici kitlesine ulaşmasını sağlamıştır; ancak bu aynı zamanda bu yeniliklerin, sporların özgünlüğü ve geleneksel uygulamaları üzerinde nasıl bir etkisi olduğu konusunda soruları gündeme getirmektedir. Örneğin, bir zamanlar yerel topluluklarla sınırlı olan geleneksel oyunların yayınlanması, geniş bir izleyici kitlesi için daha fazla görünürlük sağlama fırsatı olarak görülebilir, ancak aynı zamanda sporun özgünlüğüne bir meydan okuma olarak da değerlendirilebilir. Köy yarışları veya geleneksel güreş etkinlikleri gibi, başlangıçta yerel bağlamlarda yapılan sporlar, şimdi sıklıkla küresel ortamlarda sahnelenmekte ve izleyici kitlesi, sporun orijinal topluluk temelli köklerinden çok uzaktadır. Bu değişim, ekonomik açıdan faydalı olsa da, bu sporların özünün yalnızca eğlenceye dönüşme riski taşır; burada yerel kültürel bağlamlar genellikle küresel eğlence trendleri tarafından gölgede bırakılmaktadır (Ritzer, 2010).

Öte yandan, turizm odaklı dönüşümler, geleneksel sporların hayatta kalması ve sürdürülebilirliği için bir strateji olarak da görülebilir. Dikkatli bir şekilde yönetildiğinde, bu sporlar kültürel köklerini koruyarak modern pazarlama stratejilerinden faydalanacak şekilde evrilebilir. Örneğin, kültürel festivaller sırasında geleneksel sporların yıllık kutlaması, eski ile yeniyi birleştiren bir köprü işlevi görebilir; sporun özünü korurken daha geniş bir izleyici kitlesine hitap etmek amacıyla modern unsurlar da eklenebilir. Stratejik uyum süreci, özellikle Güneydoğu Asya gibi bölgelerde belirgin bir şekilde görülmüştür; burada Tayland'daki Muay Thai ve Malezya'daki Silat gibi geleneksel dövüş sanatları, uluslararası turnuvalara uygun şekilde yeniden tanımlanmış ve hala tarihsel ve kültürel mirası yansıtmaktadır. Bu uyarlamalar genellikle kuralların değiştirilmesi, uluslararası yarışma

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

standartlarının dahil edilmesi ve sporcuların profesyonelleşmesi gibi unsurlar içerir; bu da daha geniş ve daha çeşitli bir izleyici kitlesi çekebilir.

Ancak, turizm yoluyla geleneksel sporların dönüşümü, kültürel kimliğin korunmasına ilişkin kritik soruları gündeme getirmektedir. Akademisyenler, bu sporların modernleşmesinin, küreselleşen baskılara karşı onları korumaya yardımcı olabileceğini savunsa da bunun aynı zamanda ticarileşmelerine yol açabileceğini ve bu sporların ilk başta tanımlanan derin anlamlarının ve topluluk bağlantılarının kaybolmasına neden olabileceğini ileri sürmektedirler (Mowforth vd, 2015). Bu bağlamda, turizm hem kültürel iletim aracı hem de kültürel aşınmanın potansiyel bir aracı olarak hizmet eder. Politikacılar ve uygulayıcılar için temel zorluk, turizmin ekonomik potansiyelini, geleneksel sporların içindeki sosyal ve kültürel değerlerin korunmasıyla dengelemektir. Bu dengeyi yönetmek, yerel toplulukların kültürel pratiklerinin turizm amacıyla nasıl uyarlanacağı üzerinde söz sahibi olmalarını sağlamak ve bunların yalnızca gösterilere dönüşmesini engellemek için ince bir yaklaşım gerektirir.

Sonuç olarak, turizm, geleneksel sporları modernize etme ve dönüştürme konusunda önemli bir potansiyele sahiptir, bu sporların gelecekteki yönelimlerini şekillendirirken kültürel koruma ve özgünlük hakkında önemli soruları gündeme getirmektedir. Küresel izleyici kitlesi ve modern teknolojilerin tanıtılması, geleneksel sporları canlandırabilir ve ekonomik faydalar sağlayabilirken, aynı zamanda bu kültürel ifadelerin ticarileşen performanslara dönüşme riskini taşımaktadır. Zorluk, turizmin geleneksel sporların uzun ömürlü olmasına katkıda bulunabileceği, ancak temsil ettikleri kültürel değerleri zayıflatmadan sürdürülebilir bir model bulmaktır.

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, turizmin geleneksel sporlar üzerindeki kültürel, ekonomik ve çevresel etkileri çok yönlü bir perspektifle ele alınmıştır. Turizmin, geleneksel sporların modernleşme ve dönüşüm süreçlerinde hem fırsatlar hem de tehditler sunduğu belirlenmiştir. Turizmin geleneksel sporlar üzerindeki olumlu etkileri arasında ekonomik kalkınmaya katkı, küresel görünürlük, yerel gururun yeniden canlanması ve kültürel koruma gibi unsurlar yer almaktadır. Örneğin, Japonya'daki sumo güreşi veya Tayland'daki Muay Thai gibi sporların uluslararası turnuvalar aracılığıyla tanıtılması, bu sporların küresel bir izleyici kitlesine ulaşmasını sağlamakta ve ekonomik değer yaratmaktadır. Ancak, bu tür modernizasyon süreçleri genellikle kültürel özgünlük ve yerel anlamın kaybolması riskini de beraberinde getirmektedir. Geleneksel sporların turizm yoluyla ticarileştirilmesi, çoğu zaman bu sporların köklerine zarar verebilir. Özellikle turistlerin ilgisini çekmek amacıyla özgün ritüellerin ve uygulamaların göz ardı edilmesi, bu sporları kültürel bağlamlarından uzaklaştırabilir. Avrupa'daki Orta Çağ dövüşleri veya Hindistan'daki kabaddi gibi örneklerde, yerel toplulukların mirası olan bu sporların, kitlesel tüketim amacıyla standartlaştırıldığı ve bu sürecin kültürel çeşitliliği azalttığı gözlemlenmiştir. Aynı şekilde, teknolojik yenilikler ve medya entegrasyonu, geleneksel sporları daha geniş bir kitleye sunma potansiyeli taşısa da bu süreç, sporun yerel topluluklar için taşıdığı anlamı azaltabilir ve özgün deneyimleri görselliğin arka planına itebilir. Öte yandan, turizmin doğru yönetilmesi halinde, geleneksel sporların sürdürülebilirliği ve modernizasyonu için bir araç olabileceği anlaşılmıştır. Kültürel festival formatında düzenlenen etkinlikler, eski ve yeni unsurları birleştirerek hem yerel hem de küresel izleyici kitlesine hitap edebilecek bir denge kurma potansiyeli taşımaktadır. Bu bağlamda, yerel toplulukların etkinliklerin yönetiminde söz sahibi olması, kültürel mirasın korunması ve sürdürülebilir ekonomik faydaların sağlanması açısından kritik önemdedir. UNESCO gibi uluslararası kuruluşların, somut olmayan kültürel miras olarak tanıdığı geleneksel sporların korunmasına yönelik çabaları, bu sporların özgün kimliklerini koruma çabalarına önemli katkılar sağlamaktadır. Sonuç

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

olarak, turizmin geleneksel sporlar üzerindeki etkileri karmaşık bir ilişki ağını temsil etmektedir. Turizm, geleneksel sporların tanıtımı ve ekonomik kalkınmaya katkı sağlama konusunda güçlü bir araç olmakla birlikte, özgünlük ve kültürel değerlerin korunmasına yönelik riskler taşımaktadır. Bu nedenle, ekonomik büyüme ile kültürel özgünlük arasında bir denge kurulması gereklidir. Turizm sektörü, geleneksel sporların kültürel köklerine sadık kalarak küresel pazarlarda yer edinmesine destek olmalı ve bu süreçte yerel toplulukların söz hakkını güçlendirmelidir. Gelecekte yapılacak çalışmalar, turizmle ilişkili modernleşme süreçlerinde geleneksel sporların kültürel anlamını ve topluluk bağlantılarını nasıl koruyabileceğini daha derinlemesine incelemelidir. Ayrıca, sorumlu turizm uygulamalarının geliştirilmesi ve yerel aktörlerin karar alma süreçlerine daha fazla dahil edilmesi, geleneksel sporların uzun vadeli sürdürülebilirliğini ve kültürel kimliğini güvence altına almak için kritik bir öneme sahiptir.

### KAYNAKÇA

- Cohen, E. (1988). *Authenticity and commoditization in tourism*. *Annals of Tourism Research*, 31(3), 780–798.
- Cohen, E. (2004). *Authenticity and commoditization in tourism*. *Annals of Tourism Research*, 31(3), 780–798.
- González-García, R. J., Martínez-Rico, G., Bañuls-Lapuerta, F., & Calabuig, F. (2022). *Residents' Perception of the Impact of Sports Tourism on Sustainable Social Development*. *Sustainability*, 14(3), 1232.
- Korkmaz, A., & Kızanlıklılı, M. M. (2023). *Geleneksel Spor Oyunlarının Turizme Etkileri Üzerine Bir Araştırma: Kırgızistan Örneği*. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(3), 1193-1208.
- Kozak, M. A., Evren, S., ve Çakır, O. (2013). *Tarihsel süreç içinde turizm paradigması*. *Anatolia: Turizm Araştırmaları Dergisi*, 24(1), 7 - 22.
- MacCannell, D. (1999). *The tourist: A new theory of the leisure class*. University of California Press.
- Morfoulaki, M., Myrovali, G., Kotoula, K.-M., & Karagiorgos, T. (2023). *Sport Tourism as Driving Force for Destinations' Sustainability*. *Sustainability*, 15(3), 2445.
- Mowforth, M., & Munt, I. (2015). *Tourism and sustainability: Development, globalization, and new tourism in the third world* (3rd ed.). Routledge.
- Nalcioğlu, Z. S. (2019). *Geleneksel sporların ve oyunların müzelenmesi*. C. Buyar, M. Türkmen, ve N. Useev içinde, *Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları VIII Bildiri Kitabı* (s. 127-140). Kahramanmaraş: Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi ve Kahramanmaraş Belediyesi Yayını.
- Pasaco-González, B. S., Campón-Cerro, A. M., Moreno-Lobato, A., & Sánchez-Vargas, E. (2023). *The Role of Demographics and Previous Experience in Tourists' Experiential Perceptions*. *Sustainability*, 15(4), 3768.
- Ritzer, G. (2010). *The McDonaldization of society* (6th ed.). Pine Forge Press.
- Smith, M. K. (2018). *Issues in cultural tourism studies* (2nd ed.). Routledge.
- Timothy, D. J. (2011). *Cultural heritage and tourism: An introduction*. In *Cultural heritage and tourism: An introduction* (pp. 1-16). Channel View Publications.



## KADINLARIN SPOR YÖNETİMİNDEKİ ROLÜ: TOPSIS YÖNTEMİ İLE BİR DEĞERLENDİRME

Özge ERCAN

\* İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü,  
İstanbul, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-6271-8347

E-posta: ozge.ercan@iuc.edu.tr.

### ÖZET

Kadınların spor yönetiminde temsil edilmesi, organizasyonel performansın gelişimi ve toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması açısından önemlidir. Ancak kadın liderler, önyargılar ve sınırlı fırsatlar nedeniyle bu alanda yeterince yer bulamamaktadır. Bu çalışmada, Türkiye'deki spor federasyonlarında görev yapan kadın liderlerin performansı TOPSIS (Technique for Order of Preference by Similarity to Ideal Solution) yöntemiyle değerlendirilmiştir. Araştırmanın amacı, kadın liderlerin spor yönetimindeki güçlü ve zayıf yönlerini ortaya koymak ve çözüm önerileri geliştirmektir. Araştırma kapsamında Türkiye Kano Federasyonu, Türkiye Atletizm Federasyonu, Türkiye Yüzme Federasyonu ve Türkiye Basketbol Federasyonu'ndan dört kadın lider incelenmiştir. Performansları, yönetim performansı, yenilikçilik, kapsayıcılık, karar alma süreçlerinde etkinlik ve liderlik stili olmak üzere beş kriter üzerinden değerlendirilmiştir. Kriterler, literatür ve uzman görüşlerine dayalı olarak ağırlıklandırılmıştır. TOPSIS yöntemiyle yapılan analizde, Aday 2 pozitif ideal çözüme en yakın lider olarak birinci sırada yer alırken, Aday 4 ikinci sırada gelmiştir. Sonuçlar, kadın liderlerin yenilikçilik ve kapsayıcılık gibi alanlarda güçlü yönleri sahip olduğunu ancak karar alma süreçlerinde etkinlik ve liderlik yetkisi gibi konularda daha fazla desteklenmeleri gerektiğini göstermiştir. Kadın liderlerin spor organizasyonlarında stratejik roller üstlenebileceği ve ekip içi kapsayıcılığı artırarak organizasyonel performansa katkı sağlayabileceği ortaya konulmuştur. Çalışma, kadın liderlerin spor yönetimindeki rollerini değerlendirmek için TOPSIS yönteminin uygulanabilirliğini göstermiştir. Gelecekte farklı federasyonlar ve spor dallarındaki kadın liderlerin incelenmesi, bu alandaki literatürü zenginleştirecektir. Kadın liderlerin desteklenmesi ve liderlik kapasitelerinin artırılması, daha kapsayıcı ve yenilikçi spor yönetim modelleri geliştirilmesine olanak sağlayabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Kadın liderler, Spor yönetimi, TOPSIS yöntemi



## THE ROLE OF WOMEN IN SPORT MANAGEMENT: AN EVALUATION WITH TOPSIS METHOD

Özge ERCAN

\* Istanbul University Cerrahpaşa Faculty of Sport Sciences, Department of Recreation,  
Istanbul, Turkey

ORCID Code: 0000-0002-6271-8347

E-mail: ozge.ercan@iuc.edu.tr.

### ABSTRACT

The representation of women in sport management is important for improving organizational performance and ensuring gender equality. However, women leaders are underrepresented in this field due to prejudices and limited opportunities. In this study, the performance of women leaders working in sports federations in Turkey was evaluated using TOPSIS (Technique for Order of Preference by Similarity to Ideal Solution) method. The aim of the research is to reveal the strengths and weaknesses of women leaders in sport management and to develop solutions. Within the scope of the research, four female leaders from the Turkish Canoe Federation, Turkish Athletics Federation, Turkish Swimming Federation and Turkish Basketball Federation were analyzed. Their performance was evaluated on five criteria: management performance, innovation, inclusiveness, decision-making effectiveness and leadership style. The criteria were weighted based on the literature and expert opinions. In the TOPSIS analysis, Candidate 2 ranked first as the leader closest to the positive ideal solution, while Candidate 4 ranked second. The results showed that women leaders have strengths in areas such as innovation and inclusiveness, but need more support in areas such as effectiveness in decision-making and leadership authority. It was revealed that women leaders can assume strategic roles in sport organizations and contribute to organizational performance by increasing team inclusiveness. The study demonstrated the applicability of the TOPSIS method to assess the role of women leaders in sport management. In the future, examining women leaders in different federations and sports will enrich the literature in this field. Supporting women leaders and enhancing their leadership capacity can enable the development of more inclusive and innovative sport management models.

**Keywords:** Women Leaders, Sport Management, Topsis Method



## SPOR SEKTÖRÜNDE SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK ve ÇALIŞAN SAĞLIĞININ ROLÜ

Cemile Nihal YURTSEVEN<sup>1</sup>

<sup>\*1</sup>İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği  
Bölümü, İstanbul, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0001-8201-0752  
E-posta: nihalyurtseven@iuc.edu.tr

### ÖZET

Spor sektörü, sadece fiziksel sağlığın teşvik edilmesiyle kalmayıp, aynı zamanda ekonomik büyüme ve sosyal etkileşim açısından kritik bir rol oynamaktadır. Son yıllarda sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı kavramları giderek daha fazla önem kazanmıştır. Sürdürülebilirlik, çevresel etkiyi azaltmayı, kaynakların etkin bir şekilde kullanılmasını ve toplumsal sorumlulukların yerine getirilmesini ifade eder. Aynı zamanda, çalışan sağlığı kavramı, organizasyon içindeki profesyonellerin fiziksel ve psikolojik iyilik halleri ile doğrudan ilgilidir; bu da onların dayanıklılıklarını ve genel iş verimliliklerini artırmaktadır. Bu çalışma, spor sektöründe sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı konularına odaklanarak, bu iki alanın nasıl birleştirilebileceği üzerine literatür taraması yapmaktadır. Literatür taraması, mevcut uygulamaları ve karşılaşılan zorlukları kapsarken, dünya genelinde ve Türkiye’de yapılan örnek uygulamalara da yer verilmiştir. Ayrıca, spor sektöründeki mevcut durum araştırılarak, en iyi uygulamaların tartışılması sağlanacak ve bu bağlamda hem ulusal hem de uluslararası düzeyde spor faaliyetlerinin geleceği için bir yol haritası sunulacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Sürdürülebilirlik, Spor Yönetimi, Çalışan Sağlığı, Verimlilik



## SUSTAINABILITY AND THE ROLE OF EMPLOYEE HEALTH IN THE SPORTS SECTOR

Cemile Nihal YURTSEVEN<sup>1</sup>,

<sup>\*1</sup> Istanbul University-Cerrahpaşa , Faculty of Sport Sciences, Department of Sport  
Management, Istanbul, Turkey

ORCID Code: 0000-0001-8201-0752

E-mail: nihalyurtseven@iuc.edu.tr

### ABSTRACT

The sport sector not only promotes physical health, but also plays a critical role in terms of economic growth and social interaction. In recent years, the concepts of sustainability and employee health have become increasingly important. Sustainability refers to reducing environmental impact, using resources efficiently and fulfilling social responsibilities. At the same time, the concept of employee health is directly related to the physical and psychological well-being of professionals within the organisation; which increases their resilience and overall work productivity. This study focuses on sustainability and employee wellbeing in the sport sector and provides a literature review on how these two areas can be combined. The literature review will cover current practices and challenges, as well as case studies from around the world and in Turkey. Furthermore, the current situation in the sports sector will be explored and best practices will be discussed, providing a roadmap for the future of sports activities at both national and international level.

**Keywords:** Sustainability, Sport Management, Employee Health, Productivity





## GİRİŞ

Spor sektörü, bireylerin fiziksel sağlıklarını geliştirmek üzere aktif bir alan olmanın yanı sıra, önemli bir ekonomik faaliyet ve sosyal etkileşim platformu sunmaktadır (Kumar ve Bansal, 2021). Spor, bireylerin fiziksel sağlıklarını artırmanın yanında, toplumsal dayanışmanın ve sosyal bağların güçlenmesine de katkıda bulunarak sağlıklı yaşam tarzlarının teşvik edilmesine yardımcı olmaktadır (Baker ve Mangan, 2019). Günümüzde sağlıklı yaşam bilincinin artması, spor etkinliklerine ve spor organizasyonlarına olan ilgiyi her zamankinden daha fazla artırmakta; bu durum, spor endüstrisinin bir bütün olarak kapsamını ve önemini de gözler önüne sermektedir. Gelişen teknoloji, dijitalleşme ve artan bilinçle birlikte, spor organizasyonları artık yalnızca sporcuların değil, aynı zamanda çalışanlarının sağlık ve mutluluğunu da göz önünde bulundurmak zorundadır (Hancox ve Jago, 2020). Çalışan sağlığının desteklenmesi, performans artışı, iş tatmini ve iş yerinde bağlılık gibi birçok olumlu çıktıyı beraberinde getirmektedir. Araştırmalar, sağlıklı olan bireylerin çalışma hayatında iş verimliliğinin arttığı ve stres düzeylerinin de azaldığını göstermektedir (Snyder vd., 2020). Dolayısıyla, çalışan sağlığı, spor organizasyonlarının sürdürülebilirlik hedefleri ile de bu bağlamda doğrudan bağlantılıdır.

Sürdürülebilir gelişme kavramını ele aldığımızda, eko sistemleri, doğal kaynakları, toplumları, insan haklarını, yoksulluk, herkes için eğitim, cinsiyet eşitliği, insan güvenliği, sağlık gibi birçok konul ile ilgili sorunları bir araya getirip harmanlayan bir kalkınma görüşünden ibarettir (Koçak vd., 2013). Son yıllarda, sürdürülebilirlik kavramı spor sektöründe bir öncelik haline gelmiş; çevresel, ekonomik ve sosyal sorumluluklar bütünleşik bir şekilde ele alınmaya başlanmıştır (Hancox ve Jago, 2020). Sürdürülebilirlik ilkeleri, doğal kaynakların korunması, çevre dostu uygulamaların benimsenmesi ve spor organizasyonlarının topluma olan etkilerinin azaltılması ile yakından ilişkilidir (Müller vd., 2019). Özellikle spor sektörü, etkinlikler sırasında karbon ayak izinin azaltılması, atık yönetimi, enerji tasarrufu ve sosyal sorumluluk projeleriyle bu sürdürülebilirlik hedeflerine ulaşmayı amaçlamaktadır. Sürdürülebilirlik, ayrıca çalışan sağlığının desteklenmesi ile de ilgili bir kavramdır; çünkü organizasyonların sağlıklı bireyler yetiştirmesi, uzun vadede sürdürülebilir bir iş modeli için gereklidir (Kahn, 2017). Yani, çalışanların fiziksel ve mental sağlıklarını destekleyen programların uygulanması, sadece sektördeki profesyonellerin performansını artırmakla kalmayıp, aynı zamanda spor organizasyonlarının sürdürülebilirlik hedeflerine ulaşmalarında da önemli bir rol oynamaktadır (Yurtseven, 2015; Müller vd., 2019). Sürdürülebilir uygulamalar aynı zamanda bir şirketin itibarını ve imajını geliştirerek çevreye duyarlı tüketicilerin ilgisini çekebilir ve müşteri sadakatini artırmaya da sağlayabilen özelliğe sahiptir (Jamil ve Rasheed, 2023). Bu çalışma, spor sektöründe sürdürülebilirlik ve çalışan sağlık konularına odaklanarak, bu iki önemli alanın nasıl birleştirilebileceği üzerine literatür taraması yapmaktadır (Yurtseven, 2012). Ayrıca, Türkiye ve dünyayı kapsayan örneklerle bu adımların atılan adımları ve zorluklar ele alınacaktır. Sektördeki mevcut durumun ve en iyi durumun tartışılması, hem ulusal hem de

uluslararası düzeyde spor faaliyetlerinde gelecekte yapılacaklar için bir yol haritası sunmaktadır.

## YÖNTEM

Çalışmada, nitel araştırma yöntemi uygulanarak, kaynakların içerik analizi yapılmıştır. İçerik analizi yöntemi ile spor sektöründe sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı konuları ele alınmış ve bu iki alanın nasıl birleştirilebileceğine dair literatür taraması gerçekleştirilmiştir. Belirli temaların, kavramların ve kalıpların metin içeriği üzerinden sistematik olarak değerlendirilmesine olanak sağlayan içerik analizi, elde edilen verilerin yorumlanmasını kolaylaştırmaktadır. İçerik analizi; nesnel, ölçülebilir, doğrulanabilir bilgilere ulaşmak amacıyla doküman, metin ve evrak gibi pek çok farklı materyali belli kurallar dahilinde analiz etmeyi amaçlayan nitel araştırma yöntemi içerisinde yer alan bir tekniktir (Metin ve Ünal, 2022).

### Veri Toplama Araçları Ve Analizi

Araştırmamızda veri toplama süreci, doküman analizi yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda, 01.10.2024- 08.11.2024 tarihleri arasında spor sektöründeki sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı uygulamalarına dair mevcut literatürde araştırmalar, akademik makaleler, raporlar ve spor organizasyonlarının politikaları gibi kaynaklar web ortamında incelenmiştir. Ayrıca, spor kuruluşlarına ilişkin çevrimiçi veri tabanları, resmi web siteleri ve sürdürülebilirlik raporları da veri kaynakları olarak kullanılmıştır. Bu materyaller, temaların ve kavramların belirlenmesi ve derinlemesine analiz edilmesine olanak tanımaktadır. Web ortamında aranan anahtar kelimeler çerçevesinde web ortamında en çok içeriği olan ilk altı kurum ve kuruluş seçilmiştir. İncelenen dokümanlar üzerinden belirli temaların, kavramların ve içeriklerin sistematik bir biçimde belirlenmesi amaçlanmıştır. İçerik analizi ile elde edilen bulgular, sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı arasındaki ilişkinin belirlenmesine yönelik derinlemesine bir bakış açısı sunmaktadır.

Analiz süreci, belirlenen temaların ve ilişkilerin literatürdeki mevcut bilgi birikimi ile karşılaştırılmasını da kapsamaktadır. Bu bağlamda, spor sektöründeki farklı örnekler ışığında, elde edilen verilerin sektörel uygulamaları ve karşılaşılan zorluklar üzerinde durulmuş; sonuç olarak hem ulusal hem de uluslararası düzeyde spor faaliyetlerine yönelik öneriler geliştirilmiştir.

## BULGULAR

Bu bölümde, spor sektöründe sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı konularındaki uygulamaların dünya genelinde ve Türkiye'deki örnekleri detaylı bir şekilde ele alınmıştır. Araştırmanın amacı doğrultusunda, hem uluslararası hem de yerel düzeyde en iyi uygulamalar incelenmiş, bu uygulamaların genel eğilimleri ve sonuçları açıklanmıştır. Spor organizasyonları, sürdürülebilirlik uygulamaları aracılığıyla çevresel etkilerini azaltmaya çalışırken, aynı zamanda çalışan sağlıklarını destekleyerek iş verimliliği ve çalışan

bağlılığını artırmayı hedeflemektedir. Aşağıda, spor sektöründe sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığına dair somut örnekler ve bu uygulamaların etkileri sunulacaktır.

Bu bağlamda, dünya genelinden ve Türkiye özelinden çeşitli spor organizasyonlarının gerçekleştirdiği projeler ve uygulamalar, bu iki alanın entegrasyonunun önemine ilişkin çıkarımlar sağlanarak değerlendirilecektir. Bu bulgular, spor sektörünün gelecekteki yönelimlerinde ve stratejik karar alma süreçlerinde göz önünde bulundurulması gereken önemli unsurlar olarak öne çıkmaktadır.

## Spor Sektöründe Sürdürülebilirlik Uygulamaları

### Dünya Genelinde Örnekler Kurum ve Kuruluş Faaliyetleri

- 1. Manchester City FC (İngiltere):** Manchester City, stadyumunun enerji verimliliğini artırmayı silahı olarak yenilenebilir enerji kaynaklarına yönelmiştir. Kulüp, sürdürülebilir bir ulaşım planı geliştirerek, taraftarlarının toplu taşıma kullanımını teşvik eden projelere imza atmıştır. Ayrıca, geri dönüşüm oranlarını artırmak amacıyla kapsamlı atık yönetimi programları uygulamaktadır.
- 2. Wimbledon Tenis Turnuvası (İngiltere):** Wimbledon, çevresel sürdürülebilirliği hedefleyen uygulamalara yönelmiş, enerji verimliliğini artırmak için stadyumlarında güneş panelleri kullanmaya başlamıştır. Bağışlanan gıda ve malzemelerin geri dönüştürülmesi, turnuva süresince çevresel etkiyi azaltma çabalarının bir parçasıdır.
- 3. Formula E (Uluslararası):** Formula E, tamamen elektrikli araçlarla düzenlenen bir motor sporları serisidir. Bu organizasyon, karbon ayak izini en aza indirmek için şehir içi yarışlar düzenlemekte ve sürdürülebilir ulaşımı teşvik etmektedir. Ayrıca, organizasyon çekimlerinin yanına ağaçlandırma projeleri entegre edilmektedir.
- 4. Seattle Mariners (ABD):** Seattle Mariners, stadyumlarında sıfır atık hedefi ile çalışmakta, atıkların %90'ından fazlasının geri dönüştürülmesini sağlamaktadır. Organik atıkların kompostlanması, su tasarrufu için gelişmiş teknolojilerin uygulanması da bu hedefler arasında yer almaktadır.
- 5. Nike (ABD):** Nike, sürdürülebilir malzemeler kullanımı ve atık yönetimi alanında liderlik yapmaktadır. Şirket, çevresel etkileri azaltmak adına üretim süreçlerinde geri dönüştürülmüş malzemelerin kullanımını artırmakta ve enerji verimliliği hedefleri belirlemektedir.
- 6. Bayern Münih (Almanya):** Bayern Münih, sürdürülebilirlik hedefleri doğrultusunda stadyumlarının enerji tüketimini azaltmak için çeşitli önlemler almış ve hava kalitesini iyileştirmek amacıyla temiz enerji kaynaklarına yönelmiştir. Kulüp ayrıca, toplumsal sorumluluk projeleri ile çevre bilincini artırmaya yönelik çalışmalar yapmaktadır.

## Spor Sektöründe Sürdürülebilirlik Uygulamaları

### Türkiye Özelinde Örnekler Kurum ve Kuruluş Faaliyetleri

- 1. Beşiktaş JK:** Beşiktaş, stadyumlarında enerji verimliliğini artırmak adına çeşitli sürdürülebilir uygulamalar gerçekleştirmekte, atık yönetimi projeleri ve su tasarruf sistemleri kurmaktadır. Ayrıca sosyal sorumluluk projeleri aracılığıyla çevre konusunda farkındalık yaratmaktadır.
- 2. Fenerbahçe Spor Kulübü:** Fenerbahçe, çevre dostu projelerle tanınır ve stadyumunda yenilenebilir enerji sistemleri kurarak enerji verimliliğini artırmaya çalışmaktadır. Kumbaram uygulaması ile taraftarların geri dönüşüme katkıda bulunması teşvik edilmiştir.
- 3. Türk Milli Takımı:** Türk Milli Takımı, uluslararası organizasyonlarda çevreci yaklaşımları benimsemek amacıyla atıkların azaltılması ve geri dönüşüm uygulamaları hakkında eğitimler almıştır.
- 4. Anadolu Efes Spor Kulübü:** Anadolu Efes, sürdürülebilirlik stratejileri geliştirmekte ve bu bağlamda çevresel yönetim sistemleri oluşturmayı amaçlamaktadır. Kulüp, girişimlerini topluma sosyal fayda sağlamak ve çevre sorunlarına çözüm bulmak üzerine şekillendirmiştir.
- 5. Türkiye Futbol Federasyonu (TFF):** TFF, kulüplerin çevre dostu uygulamalara geçişini sağlamak amacıyla eğitim programları düzenlerken, çevresel etkileri azaltmayı hedefleyen projelere fon sağlamaktadır.
- 6. Türkiye Basketbol Federasyonu (TBF):** TBF, sürdürülebilirlik hedefleri doğrultusunda organizasyonlarında atık yönetimi ve çevre koruma aktivitelerini artırmakta, gençleri çevre bilinci konusunda eğitmek amacıyla çeşitli programlar sunmaktadır.
- 7. Spor Toto Teşkilatı:** Spor Toto, spor tesislerinde enerji verimliliğini artırmak amacıyla çevre dostu malzemelerin kullanımı ve sürdürülebilir tarım uygulamalarının desteklenmesi gibi projelere yatırım yapmaktadır.

## Spor Sektöründe Çalışan Sağlığı Üzerine Gerçekleştirilen Uygulamalar

### Dünya Geneline Örnekler Kurum ve Kuruluş Faaliyetleri

- 1. International Olympic Committee (IOC):** IOC, sporcuların ve spor alanında çalışanların sağlık ve iyi oluşlarını desteklemek amacıyla çeşitli programlar geliştirmiştir. Özellikle mental sağlık kapsamında oluşturulan "Olympic Mental Health" programı, sporcular ve çalışanlar için eğitimler ve destek hizmetleri sunmakta; ayrıca stres yönetimi ve ruhsal iyilik halinin artırılması için kaynaklar sağlamaktadır.
- 2. NHL (National Hockey League) (ABD):** NHL, hem oyuncular hem de çalışanlar için bir "Hastalık ve Mental Sağlık Programı" geliştirmiştir. Bu program, çalışanların mental sağlık ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik psikolojik danışmanlık ve destek hizmetlerini içermekte, ayrıca sağlıklı yaşam tarzı konusunda farkındalık artırmayı sağlamaktadır.
- 3. FC Barcelona (İspanya):** FC Barcelona, çalışanları için düzenli olarak sağlık taramaları yapmakta ve psikolojik destek hizmetleri sunmaktadır. Ayrıca, çalışanların stres yönetimi ve fiziksel sağlıklarını artıran etkinlikler düzenleyerek onların genel iyilik hallerini desteklemektedir.



**4. NFL (National Football League) (ABD):** NFL, oyuncular ve çalışanları için kapsamlı bir sağlık programı sunmakta, mental sağlık desteği sağlamaktadır. NFL, bu bağlamda çalışanlarının ihtiyaçlarına yönelik özelleştirilmiş danışmanlık ve terapi hizmetleri sunmaktadır.

**5. Manchester United FC (İngiltere):** Manchester United, çalışanlarının fiziksel ve ruhsal sağlığını artırmaya yönelik çeşitli girişimlerde bulunmaktadır. Kulüp, çalışanlar için esnek çalışma saatleri, sağlıklı yaşam programları ve destekli şekilde rehberlik hizmetleri sunmaktadır. Bu uygulamalar, çalışan memnuniyetini ve genel verimliliği artırmaktadır.

**6. AFL (Avustralya Futbol Ligi):** AFL, oyuncular ve çalışanlar için kapsamlı bir sağlık ve iyilik programı sunmakta; bu program, fiziksel sağlık, psikolojik destek ve beslenme danışmanlığı gibi unsurları içermektedir. Ligdeki kulüpler, çalışanlarına mental sağlık seminerleri ve atölyeleri ile destek sunmaktadır.

## Spor Sektöründe Çalışan Sağlığı Üzerine Gerçekleştirilen Uygulamalar

### Türkiye Özelinde Örnekler Kurum ve Kuruluş Faaliyetleri

**1. Türkiye Futbol Federasyonu (TFF):** TFF, çalışanlarının sağlıklarını artırmak ve korumak için çeşitli sağlık ve fitness programları başlatmış; ayrıca mental sağlık konularında eğitimler düzenleyerek çalışanlarının bilinçlenmesini hedeflemiştir.

**2. Türkiye Basketbol Federasyonu (TBF):** TBF, çalışanları için sağlıklı yaşamı teşvik eden programlar ve aktiviteler organize etmekte, çalışanların mental ve fiziksel sağlıklarına yönelik destek hizmetleri sunmaktadır.

**3. Millî Olimpiyat Komitesinin Sağlık Projeleri:** Millî Olimpiyat Komitesi, sporcular ve çalışanlar için sağlık taramaları ve mental sağlık desteği sunmakta; sağlıklı yaşam bilincini artırmak için çeşitli etkinlikler ve programlar gerçekleştirmektedir.

**4. Galatasaray Spor Kulübü:** Galatasaray, çalışanlarının sağlıklarını desteklemek amacıyla düzenli sağlık taramaları yapmakta ve sporculara yönelik özel beslenme programları sunmaktadır. Ayrıca, psikolojik destek hizmetleri ile çalışanların mental sağlıklarını korumaya yönelik programlar geliştirilmiştir.

**5. Fenerbahçe Spor Kulübü:** Fenerbahçe, çalışanları için sağlıklı yaşam programları düzenlemekte, spor etkinlikleri ve fitness seansları organize etmektedir. Kulüp, çalışanların mental sağlıklarını destekleyen seminerler ve atölyeler de düzenlemektedir.

**6. Anadolu Efes Spor Kulübü:** Anadolu Efes, çalışanlarının fiziksel sağlığını desteklemek amacıyla düzenli sağlık kontrolleri, spor aktiviteleri ve sağlıklı yaşam seminerleri gerçekleştirmektedir. Kulüp, çalışanlarına yönelik mental sağlık destek programları da sunmaktadır.



## TARTIŞMA

Yukarıda belirtilen bulgular, spor sektöründe sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı konularındaki uygulamaların dünya genelinde ve Türkiye'de nasıl bir gelişim gösterdiğini ortaya koymaktadır.

Spor organizasyonları, sürdürülebilirlik hedeflerini gerçekleştirmek amacıyla çevresel etkilerini minimize eden projelere yönelirken, çalışanların sağlığını destekleyen uygulamalarla da hem bireysel hem de kurumsal verimliliği artırmayı hedeflemektedir. Dünya genelinde başarılı örnekler, spor sektöründeki sürdürülebilirlik uygulamalarının çevresel ve toplumsal etkilerini gözler önüne sererken, Türkiye'deki uygulamalar da benzer bir bilinç ve sorumluluk çerçevesinde ilerlemektedir.

Çalışan sağlığı uygulamaları açısından incelenen örnekler ise, spor organizasyonlarının çalışanlarının sağlıklarına olan yatırımlarının, iş tatmini ve bağlılığını artırdığını göstermektedir.

Spor sektöründe sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığının korunması açısından dünya genelinde ve Türkiye'de yapılan uygulamalar arasında bazı benzerlikler ve farklılıklar mevcuttur. Bu benzerlik ve farklılıkları başlıklar halinde ele alırsak;

### Benzerlikler

**Amaç ve Hedefler:** Hem dünya genelindeki spor organizasyonları hem de Türkiye'deki spor kuruluşları, sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı alanında benzer hedeflere sahiptir. Her iki düzeyde de, çalışanların fiziksel ve ruhsal sağlığını desteklemek, enerji tüketimini azaltmak ve çevresel etkileri minimize etmek amacı güdülmektedir. Bu hedefler, spor organizasyonlarının uzun vadeli başarısını ve sürdürülebilirliğini sağlamayı amaçlamaktadır.

**Profesyonel Gelişim ve Eğitim:** Türkiye'deki spor kuruluşları gibi dünya genelindeki pek çok spor organizasyonu, çalışanlarına sürdürülebilirlik ve sağlık konularında eğitim ve gelişim fırsatları sunmaktadır. Çalışanların bilinçlendirilmesi, sağlıklı yaşam biçimlerinin benimsenmesi ve iş sağlığına yönelik atölye çalışmaları düzenlenmesi, her iki düzeyde de gözlemlenen yaygın uygulamalardır.

**Bütüncül Yaklaşımlar:** Hem uluslararası hem de yerel düzeyde, spor organizasyonları çalışan sağlığı ve sürdürülebilirlik arasında bütüncül bir anlayış benimsiyor. Örneğin, spor etkinlikleri sırasında çevre dostu malzemelerin kullanımı, atık yönetimi ve geri dönüşüm uygulamaları gibi sürdürülebilirlik adımları, çalışanların sağlığına yönelik uygulamalarla entegre edilmektedir.

### Farklılıklar

**Kaynak ve Destek Seviyesi:** Dünya genelindeki spor organizasyonları, genellikle daha fazla kaynak ve mali destek bulabilmektedir. Özellikle büyük ligler ve uluslararası federasyonlar, çalışan sağlığını destekleyen kapsamlı programlar ve sürdürülebilirlik projeleri için gerekli finansmanı sağlayabilmektedir. Türkiye'deki spor kuruluşları ise çoğunlukla sınırlı bütçelerle bu hedefleri gerçekleştirmeye çalışmakta ve bu durum, uygulamaların kapsamını kısıtlayabilmektedir.

**Politikaların ve Düzenlemelerin Etkisi:** Gelişmiş ülkelerdeki spor organizasyonlarında, sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı konularında daha fazla düzenleme ve politika geçerlidir. Avrupa Birliği gibi yapıların etkisi, spor organizasyonlarının sürdürülebilirlik hedeflerini destekleyen yasal düzenlemeler getirmekte ve bu konuda teşvikler sunmaktadır. Türkiye'de bu tür düzenlemeler henüz daha gelişim aşamasında olduğu için uygulamaların tutarlılığı ve uzun vadeli etkisi sınırlı kalabilmektedir.

**Toplumsal Farkındalık ve İlgiyi Destekleme:** Dünya genelinde sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı konularında toplumsal bilincin artırılması amacıyla geniş kapsamlı kampanyalar ve projeler yürütülmektedir. Spor organizasyonları, toplulukları da dahil ederek, sağlık ve çevresel konular üzerinde farkındalık yaratmayı hedeflemektedir. Türkiye'de bu bilinç ve katılım henüz istenilen düzeyde olmayabilir ve spor toplulukları bu konularda daha fazla eğitime ihtiyaç duyabilir.

**Uygulama Çeşitliliği:** Dünya genelindeki spor organizasyonları arasında sürdürülebilirlik uygulamaları için daha çeşitli ve yenilikçi yöntemler kullanılmaktadır. Örneğin, zero waste uygulamaları, yenilenebilir enerji kullanımı ve sürdürülebilir ürün tüketimi gibi gelişmiş yöntemler, birçok uluslararası düzeyde öncü spor organizasyonu tarafından benimsenmiştir. Türkiye'deki organizasyonlar ise genellikle daha geleneksel yöntemlerle sınırlı kalmakta ve yenilikçi yaklaşımları benimsemekte daha yavaş hareket etmektedir.

## SONUÇ

Bu bulgular eşliğinde spor sektöründe sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığının sağlıklı bir şekilde entegre edilmesinin, yalnızca bireyler için değil, genel olarak sektör için de önemli yararlar sağladığını vurgulamaktadır. Böylece, spor endüstrisi hem de çevresinde tüm ihtiyaçlara cevap verebilir hem de sosyal sorumluluklarını yerine getiren bir yapı haline dönüşebilir. Sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı konularındaki bu bulgular, spor organizasyonlarının sadece ekonomik başarı peşinde koşmaktan öte, toplumsal ve çevresel etkilere duyarlılık göstermeleri gerektiğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, spor sektörü profesyonellerinin bu alanlarda uygulamaları entegre etmesi ve iyileştirmeleri için önemli bir fırsat bulunmaktadır.

Sonuç olarak, spor sektöründeki sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı uygulamaları, dünya genelinde ve Türkiye'de benzer hedefler gütmesine rağmen kaynak, politika geliştirme, toplumsal bilinç ve uygulama çeşitliliği açısından önemli farklılıklar göstermektedir.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Türkiye'deki spor organizasyonları, dünya örneklerini dikkate alarak daha koordine ve etkili bir yaklaşım geliştirebilir, böylece hem çalışanlarının hem de çevresinin sağlığını koruyarak sürdürülebilirlik hedeflerine ulaşabilirler. Bu çalışma, spor sektörü profesyonellerinin, benzer uygulamaları benimsemeleri ve uygulama süreçlerini geliştirmeleri için önemli bir temel sunmaktadır.

### ÖNERİLER

Gelecekte, Türkiye'deki spor organizasyonlarının sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığı konularına daha fazla kaynak ayırması, bu alanlarda uluslararası standartları karşılayacak şekilde gelişmeler sağlaması önemlidir. Mevcut uygulamaların güçlendirilmesi, toplumsal bilincin artırılması ve yenilikçi programların geliştirilmesi, hem sektör için avantajlar sunacak hem de topluma genel fayda sağlayacaktır. Bu tür adımlar, Türkiye'nin global spor arenasındaki konumunu pekiştirecek ve sürdürülebilir bir spor ekosistemi oluşturulmasına katkıda bulunacaktır.

Spor sektörü profesyonellerinin, dünya genelindeki en iyi uygulamaları örnek alarak kendi stratejilerini oluşturmaları önerilmektedir. Bu bağlamda, aşağıdaki stratejik adımlar dikkate alınabilir:

**Kaynak Yönetimi:** Sürdürülebilirlik projeleri için gerekli mali kaynakları temin etmek için iş birlikleri ve sponsorluklar geliştirilmelidir.

**Eğitim ve Bilinçlendirme:** Çalışanlara yönelik düzenli eğitim programları ve farkındalık kampanyaları organize edilerek, sağlık ve çevre konularında bilinç artırılmalıdır.

**Politika Geliştirme:** Sürdürülebilirlik ve çalışan sağlığına yönelik açık politikalar ve standartlar belirlenerek, bu alanda yapılacak çalışmalar sistematik hale getirilmelidir.

**İnovatif Uygulamalar:** Yeni teknolojiler ve yaklaşımlar benimsenerek, çevresel etkiler minimize edilmeli, çalışan sağlığına yönelik yenilikçi programlar geliştirilmelidir.

**Takip ve Değerlendirme:** Uygulamaların etkinliğini ölçmek için düzenli takip ve değerlendirme mekanizmaları kurulmalı ve elde edilen veriler ruhsatlandırma süreçlerinde kullanılmalıdır.

Bu öneriler, spor sektörünün sürdürülebilirliğini ve çalışan sağlığını artırmak adına önemli adımlar olarak değerlendirilebilir. Uzun vadede, bu stratejilerle birlikte sağlıklı ve sürdürülebilir bir spor ekosistemi oluşturulması hedeflenmelidir.

### KAYNAKÇA

Baker, P., & Mangan, J. (2019). The Role of Sport in Promoting a Healthy Lifestyle . International Journal of Sport and Exercise Science, 7 (1), 23-35.

Hancox, J., & Jago, R. (2020). Sustainable Practices in Sport Management: A Review of the Literature . Journal of Sport Management, 34 (4), 301-313.



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Jamil, M., Rasheed, A. (2023). How Does Corporate Social Environment Contribute To Firm Sustainability. *RISUS*, 1(14), 77-86. <https://doi.org/10.23925/2179-3565.2023v14i1p77-86>
- Kahn, W. A. (2017). Psychological Conditions of Personal Engagement and Disengagement at Work . *Academy of Management Journal*, 33 (4), 692-724.
- Kumar, N., & Bansal, S. (2021). Impact of Employee Wellbeing on Organizational Performance: A Study of Sports Institutions . *European Journal of Sports Management*, 8 (2), 89-102.
- Koçak, F., Tuncel, F., & Tuncel, S. (2013). Sporda sürdürülebilirliğin boyutlarının belirlenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 113-129. [https://doi.org/10.1501/Sporm\\_0000000245](https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000245)
- Metin, O. ve Ünal, Ş. (2022). İçerik analizi tekniği: İletişim bilimlerinde ve sosyolojide doktora tezlerinde kullanımı. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 22(Özel Sayı 2), 273-294.
- Müller, J., Sachsenhauser, D., & Stöcklin, M. (2019). Sustainability in Sports: A Global View . *International Review for the Sociology of Sport*, 54 (1), 34-50.
- Snyder, R. G., Waddell, L., & Wilkins, J. (2020). Employee Health and Organizational Performance: The Role of Health-Oriented Programs in Sports , *Sports Business Management*, 10 (1), 45-56.
- Yurtseven E et al., Assessment of Knowledge and Attitudes Toward Complementary And Alternative Medicine (Cam) Amongst Turkish Medical Faculty Students. *Afr J Tradit Complement Altern Med*. (2015) 12(5):8-13.
- Yurtseven E et al., An Assessment of Indoor Pm2.5 Concentrations at a Medical Faculty in Istanbul, Turkey. *Environment Protection Engineering*, cilt.38, sa.1, ss.115-127, 2012



## SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN MUTLULUK DÜZEYLERİ VE BEĞENİLME ARZUSU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Ceren SONGÜR<sup>1</sup>, Elif KUCUR<sup>2</sup>, Reşat SADIK<sup>3</sup>

### ÖZET

Her insanın mutlu olmaya ihtiyacı olduğu kadar beğenilmeye de ihtiyaç duyabilir. Bu ihtiyaç özellikle gençler arasında araştırmaya değer konular arasında bulunmaktadır. Yapılan çalışmada amaç, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin beğenilme arzusunu ve mutluluk düzeyini çeşitli değişkenler açısından incelemektir. Bu amaç doğrultusunda Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim görmekte olan 213 gence, Kaşıkara ve Doğan (2017) tarafından geliştirilen “Beğenilme Arzusu” ve Doğan ve Çötök (2011) tarafından geliştirilen “Oxford Mutluluk Ölçeği” uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS programına aktarılmıştır. Yapılan analizler sonrasında, değişkenler öğrencilerin en çok kullandığı sosyal medya ağının Instagram olduğu ve ayrıca Instagram’ı sıklıkla kullananlarda beğenilme arzusunun daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmada spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin mutlulukları arttıkça beğenilme arzularının da arttığı saptanmıştır. Araştırma sonunda çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, Sporcu, Mutluluk, Beğenilme, Beğenilme Arzusu

## EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN HAPPINESS LEVELS AND THE DESIRE TO BE LIKED AMONG STUDENTS OF THE FACULTY OF SPORT SCIENCES

### ABSTRACT

Every person needs to be liked as much as they need to be happy. This need is particularly worth exploring among young people. The purpose of this study is to examine the desire for appreciation and the happiness levels of students in the Faculty of Sports Sciences in terms of various variables. For this purpose, ‘Desire to be liked’ developed by Kaşıkara and Doğan (2017) and ‘Oxford Happiness Scale’ developed by Doğan and Çötök (2011) were applied to 213 young people studying at the Faculty of Sport Sciences. The data obtained were analyzed using the SPSS software. The analysis revealed that Instagram was the most frequently used social media platform among the students. Moreover, students who frequently used Instagram demonstrated higher levels of the desire for appreciation. It was also found that as the happiness levels of the students increased, their desire for appreciation also increased. The study concludes with various recommendations based on the findings.

**Keywords:** Sports, Athlete, Happiness, Desire To Be Liked, Admired



## THE STUDY OF PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) IN ADOLESCENT GIRLS

Vandana BISHT<sup>1</sup>, Dr. Bindiya RAWAT<sup>2</sup>, Shivani GUPTA<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup> Manipal University Jaipur, PhD Scholar of Physical Education, Sport, and Yoga,  
Jaipur,  
Rajasthan

ORCID Code: 0009-0009-9873-657X

E-mail: [vandanabisht1084@gmail.com](mailto:vandanabisht1084@gmail.com)

<sup>2</sup> Manipal University Jaipur, Assistant Professor, Faculty of Physical Education,  
Sport, and Yoga, Jaipur, Rajasthan

ORCID Code: 0009-0000-2452-8764

E-mail: [bindiya.rawat@jaipur.manipal.edu](mailto:bindiya.rawat@jaipur.manipal.edu)

\*<sup>1</sup> Manipal University Jaipur, PhD Scholar of Physical Education, Sport, and Yoga,  
Jaipur,  
Rajasthan

ORCID Code: 0009-0009-9873-657X

E-mail: [guptashivani593@gmail.com](mailto:guptashivani593@gmail.com)

### ABSTRACT

Premenstrual syndrome (PMS) is a prevalent disorder affecting adolescent girls and middle-aged women, characterized by various physical, emotional, and behavioral symptoms that manifest one to two weeks before the onset of menstruation. This study aimed to investigate the occurrence and severity of PMS symptoms among adolescent girls in urban and rural areas. 200 girls aged 13–17 were selected from rural and urban schools and voluntarily participated in the study. Data were collected using the Premenstrual Symptoms Screening Tool (PSST-A) questionnaire, which consists of 19 items and evaluates the occurrence and degree of disturbance caused by PMS symptoms. The reliability of the first and second parts of the PSST was 0.96 and 0.61, respectively. Descriptive statistics were used to analyze the data, revealing a mean of 22.05, a median of 22, a mode of 14, and a standard deviation of 7.96. The results showed that 45% of the girls experienced severe symptoms, 35% moderate symptoms, and 15% mild symptoms. The findings highlight the significant impact of PMS on adolescent girls' autonomic function and psychological status. Further research is needed to develop effective interventions and management strategies to alleviate the burden of PMS among this population.

**Keywords:** PMS symptoms, adolescent girls, physical symptoms, emotional symptoms, behavioral symptoms, urban areas, rural areas, and premenstrual symptoms screening tool PSST-A.

## INTRODUCTION

"Premenstrual tension" or "PMT" is a term introduced by Frank in 1931 to describe a relationship between hormonal changes during the menstrual cycle and recurring psychological manifestations, such as depression and irritability (4b). In 1953, Dalton and Greene introduced the term "premenstrual syndrome" or "PMS" for at least 150 cyclically recurring symptoms for which incidence, number, and severity, along with sequential resolution, are temporally related to hormonal fluctuations experienced during the two phases of the menstrual cycle. Many adolescent girls suffer from premenstrual syndrome after the menarche, a prevalent disorder marked by several physical, emotional, and behavioral symptoms that manifest one or two weeks preceding the onset of the menstrual cycle. A symptom recognized primarily by cyclic changes associated with the luteal phase. It occurs 7 to 14 days before menstruation and is more frequently encountered in adolescent girls and middle-aged women. Premenstrual syndrome significantly alters the autonomic function and psychological status of teenage girls. There are many different symptoms, including weight gain, sadness, urinary tract infection, headaches, dyspnea, nasal congestion, fluid retention, bloating, body pain, muscle pain, vomiting, mood swings, and a tendency to conjunctivitis. According to facts developed, the diagnostic criteria for PMS mainly include the presence of any one symptom during the 5 days before menses in each of the three previous cycles. These identified are affective symptoms (depression, angry outbursts, irritability, anxiety, confusion, and social withdrawal) and somatic symptoms (breast tenderness, abdominal bloating, headache, and swelling of extremities) Though their specific cause is unsure, hormonal imbalances are thought to be a contributing factor in PMS. The phases of the menstrual cycle are caused by changes in hormone levels. The exchanges between These hormones serve as a highly coordinated system of regulation mechanisms for negative feedback. These controls work similarly to thermostats in managing heating systems. even though the female reproductive system's regulatory mechanisms are far more complex. A little area located deep within the brain called the hypothalamus starts each menstrual cycle. Gonadotropin-releasing hormone (GnRH) is secreted by hypothalamic regions in pulses. After traveling to the pituitary gland, which is a nearby s, the gonadotropins, follicle-stimulating hormone (FSH), and luteinizing hormone (LH) are released. The ovary is the target organ for FSH and LH action, where they promote the two menstrual cycle stages. The follicular phase consists of two processes. The ovaries' release of estrogen is the first. To get the uterus ready for the expected implantation of a fertilized ovum, estrogen acts on it. The second is the growth of many follicles, each bearing a single ovum, at the same time. All of these follicles go through a process of degeneration that ends in resorption, while one of them becomes dominant and matures. The release of the fertile ovum from the ovary during ovulation marks the end of the follicular period. FSH regulates the processes involved in follicular development, but LH has a role in the reconstitution of the postovulatory follicle into the corpus luteum. The corpus luteum's function defines the luteal phase as it. There are some studies related to PMS, so I got an idea to survey PMS symptoms. According to that, I will be able to find the solution to the problem of PMS symptoms.

## MATERIAL AND METHODS

The survey focused on the occurrence and degree of disturbance of general symptoms of PMS, the occurrence of the regularity of disruption caused by acknowledged symptoms of PMS, and the overall degree of disruption caused by recognized symptoms of PMS. A researcher wants to investigate the PMS-suffered girls. This study was conducted on adolescent girls who belong to urban and rural areas. The age of girls, 13–17 years, was

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

selected from rural and urban schools, and the total number of participants were 200. All the girls who participated voluntarily. The data were taken by filling out the questionnaire Premenstrual Symptoms Screening Tool (PSST-A) which was given by Steiner et. al (2011). It has two parts to evaluate. It consists of 19 items. The reliability of the first part of PSST was 0.96, the second part was 0.61 and the data were taken online and offline as well. the design used a simple random design.

### Inclusion criteria

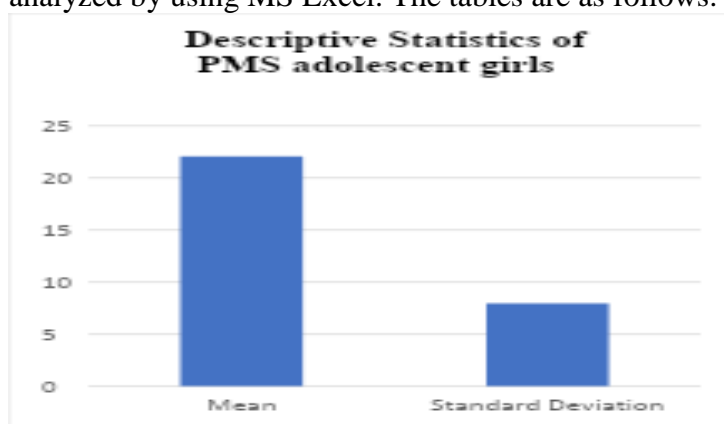
1. No past medical or mental illness history.
2. There is no history of bone, muscle, joint, or medical emergency.
3. Throughout three menstrual cycles, there was no medication or mineral supplementation.
4. They have reached on menarche.

### Exclusion criteria

1. Not able to tolerate physical exercise.
2. Professional athletes.
3. Chronic disease: diabetes, hypertension, cardiac disease, infectious disease.
4. Irregular and infrequent menstrual cycle.

### Result and findings

The collected data was analyzed based on Descriptive statistics. the collected data was analyzed by using MS Excel. The tables are as follows.



| Descriptive Statistic |                 |
|-----------------------|-----------------|
| Mean                  | <b>22.04569</b> |
| Median                | 22              |
| Mode                  | 14              |
| Standard Deviation    | <b>7.961191</b> |
| Range                 | 49              |
| Minimum               | 0               |
| Maximum               | 49              |
| Sum                   | 4343            |
| Count                 | 197             |

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|                          |          |
|--------------------------|----------|
| Confidence Level (95.0%) | 1.118621 |
|                          |          |

The data provided in the table pertains to PMS adolescent girls, and it includes the mean, median, mode, standard deviation, range, minimum, maximum, sum, and count. The mean is approximately 22.05, the standard deviation is around 7.96, and the median is close to the mean, indicating a relatively symmetric distribution. The mode is 14, which indicates a concentration of values around this number. The range indicates the presence of values both close to zero and the maximum of 49, and the standard deviation indicates a substantial spread around the mean. A confidence interval can be used to estimate the sample-based population mean with a reasonable degree of accuracy.

### DISCUSSION

Premenstrual syndrome (PMS) has garnered widespread recognition as a significant issue for numerous women. This is evidenced by the extensive medical literature reviewed in this article. In a study conducted by a researcher, 200 subjects were evaluated, and it was observed that 45% of the girls experienced severe symptoms, 35% moderate symptoms, 15% mild symptoms, and 5% did not encounter PMS symptoms. It is noteworthy that the majority of the girls experienced PMS symptoms. Bearing this issue in mind, a researcher aims to propose potential solutions based on a literature review. The practice of certain yoga poses, such as the butterfly pose, the bow pose, and the forward bent asana, along with maintaining a healthy lifestyle, obtaining adequate sleep, adhering to a balanced diet, and making minor adjustments to one's daily routine may offer effective remedies for PMS symptoms.

### CONCLUSION

Based on descriptive statistics, it is likely that many girls are experiencing some level of Premenstrual Syndrome (PMS). This conclusion is supported by the fact that the mean and median scores are significantly higher than the minimum value, indicating that the majority of the data points are above zero. However, it should be noted that not all girls are affected by PMS. The presence of a minimum score of 0 indicates that there are girls who do not experience PMS symptoms. Despite this, given the sample size of 197, it can be reasonably concluded that most girls are experiencing some degree of PMS. The mean and median scores suggest that the central tendency of the data is above zero, implying that the majority of girls have some level of PMS symptoms.

### REFERENCE

- Agwa, E., Naeem, W., Negm, A., & Shebl, E. (2023). Impacts of Dysmenorrhea and Premenstrual Syndrome on Academic Performance and its Relationship with Body Mass Index among Students Attending Benha Faculty of Medicine. *The Egyptian Journal of Community Medicine*, 0(0), .  
<https://doi.org/10.21608/ejcm.2023.198249.1250>
- Chacko, B. (2012). Effectiveness of cognitive behavioral nursing strategies on premenstrual syndrome (PMS) among adolescent girls.  
<http://hdl.handle.net/10603/17912>

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Davis, C. B., & Davis, M. L. (1993). The effects of premenstrual syndrome (PMS) on the female singer. *Journal of Voice*, 7(4), 337–353. [https://doi.org/10.1016/s0892-1997\(05\)80257-7](https://doi.org/10.1016/s0892-1997(05)80257-7)
- Dolly, D. S. A. (2021). Effects of yogic interventions on the menstrual attitude and lifestyle pattern of females with symptoms of premenstrual disorders. <http://hdl.handle.net/10603/383291>
- Kaur, H., Kaur, N., Akula, G. R., & Kodidala, S. R. (2023). Effect of meditation on premenstrual syndrome in female medical students. *European Journal of Clinical and Experimental Medicine*, 21(3), 529–533. <https://doi.org/10.15584/ejcem.2023.3.18>
- Kumar, A. S. (2021). Prevalence of Premenstrual Syndrome and Effect of Foot Reflexology on It among Adolescent Girls. <http://hdl.handle.net/10603/471454>
- Lohan, U. (2019). Effects of yoga and aerobic training on pre-menstrual syndrome amongst college girls. <http://hdl.handle.net/10603/277242>
- M, C. R. (2021). Premenstrual Syndrome and Its Effect on Quality of Life and Mental Health of the Adolescent Girls. <http://hdl.handle.net/10603/443815>
- M, R. K. a. M. (2011). A study on dysmenorrhea among adolescent girls of selected schools in Chennai. <http://hdl.handle.net/10603/334355>
- T. D. (2019, May 8). Effect of nutrition intervention on symptoms of premenstrual syndrome among women of reproductive age 20 to 45 years. <http://hdl.handle.net/10603/241351>
- Tsai, S. (2016). Effect of Yoga Exercise on Premenstrual Symptoms among Female Employees in Taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(7), 721. <https://doi.org/10.3390/ijerph13070721>
- Vaghela, N., Mishra, D., Sheth, M., & Dani, V. B. (2019). To compare the effects of aerobic exercise and yoga on Premenstrual syndrome. *Journal of Education and Health Promotion*, 8(1), 199. [https://doi.org/10.4103/jehp.jehp\\_50\\_19](https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_50_19)



## THE INFLUENCE OF RESISTANCE TRAINING IN PREVENTING FALLS

Mafalda Pamplona PINTO<sup>1,2</sup>, Renato DA COSTA-  
MACHADO<sup>1,2</sup>, Henrique Pereira NEIVA<sup>1,2</sup>, Mário  
Cardoso MARQUES<sup>1,2</sup>, Daniel Almeida  
MARINHO<sup>1,2</sup>, Jorge Estrela MORAIS<sup>3,4</sup>

<sup>1</sup>Department of Sport Sciences, University of Beira Interior, Covilhã, Portugal;  
0000-0002-1194-3755 ([mafalda.maria.pinto@ubi.pt](mailto:mafalda.maria.pinto@ubi.pt)); 0009-0006-3405-9053  
([renato.ac.machado@ubi.pt](mailto:renato.ac.machado@ubi.pt)); 0000-0001-9283-312X ([hpn@ubi.pt](mailto:hpn@ubi.pt)); 0000-0002-5812-1580  
([mariomarques@mariomarques.com](mailto:mariomarques@mariomarques.com)); 0000-0003-2351-3047 ([marinho.d@gmail.com](mailto:marinho.d@gmail.com)).

<sup>2</sup>Research Centre in Sports, Health and Human Development (CIDESD), Covilhã,  
Portugal;

<sup>3</sup>Department of Sport Sciences, Instituto Politécnico de Bragança, Bragança, Portugal;  
0000-0002-6885-0648 ([morais.jorgestrela@ipb.pt](mailto:morais.jorgestrela@ipb.pt)).

<sup>4</sup>Research Centre for Active Living and Wellbeing (LiveWell), Instituto Politécnico de  
Bragança, Bragança, Portugal.

### ABSTRACT

The aging process is often described as a decline in physical strength and balance due to biological and psychological factors, leading to an increased risk of falls among the elderly. This brief review aims to resume on a solid basis the influence of resistance training on the risk of falling in elderly people. Seven studies were analyzed regarding the impact of resistance training in preventing falls. They included topics such as the comparison of home-based lower limb and upper limb exercise interventions, fall prevention programs, dual-task exercise programs, balance and functional strength training programs, and neurofeedback training. The results indicated no clear benefits from home-based exercise programs for older people with low vision or blindness, and dual-task exercises showed higher fall risks over the multicomponent group during the intervention and a greater risk during the 12-month follow-up. Parkinson's physiotherapy program didn't reduce falls. On the other hand, it appears that a model of service delivery to teach older adults about balance and functional strength training and methods to increase protein intake is feasible. Neurofeedback and physical activity improved fall and postural stability, with neurofeedback showing superior benefits for fall risk and postural stability in healthy elderly women. Intensive cognitive-coupled balance training improved balance and reduced falls in cerebellar ataxia patients. The success of fall prevention strategies can differ based on the specific group they're designed for and the nature of the intervention.

**Keywords:** Older Adults, Exercise, Parkinson, Cognitive Impairment, Resistance Training Programs.

This work was supported by the Portuguese Foundation for Science and Technology (FCT), I.P., under project number UIDB/DTP/04045/2020 and grant number UIDP/04045/2020.





## OLD FOLK SPORTS, GAMES AND COMPETITIONS IN LITERATURE, EPIC SONGS AND LEGENDS IN THE FORMER YUGOSLAVIA

Dr Željko Bjeljac, Dr Jovana Brankov

Geographical Institute “Jovan Cvijić” Serbian Academy of Sciences and Arts, Belgrade,  
Serbia

### ABSTRACT

During the Middle Ages, South Slavic tribes settled on the territory of the Balkan Peninsula, bringing their own culture, style of life and specific economy, as well as their own traditional sports and games. Until the first half of the 20th century, they gradually inhabited the entire geographical area of the former Yugoslavia. The diverse physical geographical space and extensive agriculture also influenced the appearance of numerous old sports and games, gradually becoming folk competitions. Turbulent historical events in this area caused by the influence of Byzantium, the Ottoman Empire, the Habsburg Monarchy, the Hungarian Monarchy, and the Republic of Venice – as conquerors, also affected the cultural and religious intertwining, because the conquerors brought with them old folk sports and competitions originating from their countries. The old folk sports, games and competitions, due to their diversity and traditions, are part of the cultural heritage observed through literature, epic storytelling, legends and oral storytelling. Evliya Çelebi, from Turkey (during his travel across Balkan Peninsula) and Konstantin Jiriček from Austro Hungary, travel writers in these areas also described those sports. The Serbian (also present in the regions of Montenegro and parts of Bosnia and Herzegovina and Croatia) and Bosniak epic stories about national heroes (Marko Kraljević, haiduks, uskoks, Djerzelez Alija). Which are observed through legends and stories about their competitions (so called megdani), through folk songs (Vuk Stefanović Karadžić, Konstantin Hörmann, etc.); but also through the literary works of numerous South Slavic writers (Janko Veselinović, Simo Matavulj, Ivan Mažuranić, Branislav Nušić, etc.).

The paper aims to determine the importance of South Slavic literature, epic storytelling, legends and stories for the preservation of old folk sports, games and competitions in the territory of the former Yugoslavia.

**Keywords:** Old Folk Sports, Games And Competitions, Literature, Epic Poems, Legend, Former Yugoslavia



## PERCEPTION AFTER THE EXPERIENCE OF THE ADAPTED SPORT PRACTICE ‘WALKING FOOTBALL’ WITH ELDERLY PEOPLE

Álvaro Díaz-Aroca<sup>1</sup>, Juan Alfonso García-Roca<sup>2</sup>, Lourdes Meroño García<sup>2</sup>, Verónica Alcaraz-Muñoz<sup>3</sup>, Francisca Martínez<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Facultad de Deporte, UCAM Universidad Católica de Murcia, España

<sup>2</sup> Facultad de Deporte, UCAM Universidad Católica de Murcia, España

<sup>3</sup> Facultad de Educación, UCAM Universidad Católica de Murcia, España

<sup>4</sup> Observatorio Municipal de la Actividad Física y la Salud del Ayuntamiento de Cartagena, Cartagena, España

e-mail: [adiaz@ucam.edu](mailto:adiaz@ucam.edu)

### ABSTRACT

The gradual increase in the population of older people in our society, together with various studies that highlight that active ageing through the regular and adapted practice of physical-sports activities contributes to greater health in this group (WHO, 2022), makes it necessary to create new proposals that are attractive to older people. With the purpose of collaborating in the achievement of this need, a pilot test was carried out where the implementation of an innovative activity for older people based on an adapted football programme called ‘Walking Football’ was launched. It is based on a sport adapted to the characteristics of older people where physical contact, running or hitting the ball at high speed is not allowed. The main objective of the proposal was to find out the perception of participants in the Walking Football programme. The study participants were 17 people (9 men and 8 women) over 50 years of age. Throughout the intervention, 6 municipal football sports facilities were used and two training sessions of approximately 45 minutes per week were carried out during the season (five months). The activity was coordinated by a monitor from a sports club associated with the facility and supervised by two researchers. Participation in the Walking Football programme seems to be an effective strategy for the promotion of physical activity of older people. Participants, irrespective of gender, reported a positive appraisal mainly of the well-being associated with physical activity. On the other hand, the female gender alluded to social interactions and the male gender to achievements in the game itself. In conclusion, the importance of fostering practice environments that facilitate participation and benefit both the physical and emotional health of adult participants is highlighted.

**Keywords:** Active ageing; Physical activity and sport; Older people; Walking Football.

**Conference Topics:** Physical Activity and Health



## EXPLORING STUDENT ATTITUDES TOWARD TRADITIONAL GAMES: INSIGHTS FROM KHYBER PAKHTUNKHWA'S PUBLIC SECTOR SCHOOLS

Prof Dr Abdul Waheed Mughual  
Dean, Faculty of Arts, Social Sciences & Education,  
Sarhad University Peshawar  
[dean.ss@suit.edu.pk](mailto:dean.ss@suit.edu.pk)

### ABSTRACT

This study aimed to investigate into the perceptions of public sector high secondary school students regarding traditional games, utilizing an attitude assessment framework based on attitude theory. By examining the influence of factors such as grade level and gender, we gathered insights from a diverse sample of 1,000 students in the 10<sup>th</sup>, 11<sup>th</sup>, and 12<sup>th</sup> grades. The results indicated that, overall, students expressed a positive attitude toward traditional games, appreciating their cultural significance and potential for fostering social connections. However, an intriguing trend emerged: as students progressed to higher grade levels, there was a notable decline in their attitude scores. This decrease suggests that older students may prioritize modern activities over traditional games, reflecting changing interests and influences. Understanding these dynamics can provide valuable insights for educators and policymakers aiming to promote cultural heritage and traditional play among youth, ensuring that these games continue to hold relevance in an increasingly digital world.

**Keywords:** Perceptions of Traditional Games, High Secondary School Students, Public Sector



## GENDER DIFFERENCE IN MENTAL HEALTH AMONG YOGA PRACTITIONERS: A COMPREHENSIVE ANALYSIS USING MHI-56

*Mr. Sandeep Saroha<sup>1</sup>, Dr. Deepak Bangari<sup>2</sup>*

*<sup>1</sup>Research Scholar <sup>2</sup>Assistant Professor  
Manipal University Jaipur,  
Jaipur-Ajmer Express Highway, Dehmi Kalan, Near GVK Toll plaza, Jaipur Rajasthan  
303007*

*E-mail: [s.saroha@icloud.com](mailto:s.saroha@icloud.com)*

### ABSTRACT

Yoga has reached significant attention for its positive impact on mental health and physical well-being. This study investigates gender differences in mental health outcome using the Mental Health Inventory (MHI-56) constructed by Dr. Jagdish and Dr. A K Srivastav. among a sample of 100 yoga practitioner (50 males and 50 females) between the age 18 to 60. The study explores gender-based differences across six dimensions: Positive Self-Evaluation (PSE), Perception of Reality (PR), Integration of Personality (IP), Autonomy (AUTNY), Group-Oriented Attitude (GOA), and Environmental Mastery (EM). Independent t-test revealed significant differences, in the integration Personality dimension, with female practitioner scoring higher ( $p=0.030$ ). Although other dimensions did not show statistically significant differences, analysis of trends across age groups provides insights into how mental health evolves with age. These findings emphasize the importance of gender and age interventions in yoga practice for optimized mental health benefits.

**Keywords:** Yoga, Mental Health, MHI-56, Well-being



## A SYSTEMATIC REVIEW AND BIBLIOMETRIC TRENDS IN YOGIC INTERVENTIONS FOR PREMENSTRUAL SYNDROME AND MENSTRUAL DISTRESS

Shivani GUPTA<sup>1</sup>, Dr. Bindiya RAWAT<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup>manipal University Jaipur, Research Scholar of Department of Physical Education, Sports and Yoga, Jaipur, Rajasthan  
ORCID Code: 0009-0006-9145-9205  
E-mail: Shivani.gupta@jaipur.manipal.edu

<sup>\*1</sup>manipal University Jaipur, Assistant Professor (senior scale) of Department of Physical Education, Sports and Yoga, Jaipur, Rajasthan  
ORCID Code: 0009-0006-9145-9206  
E-mail: Bindiya.rawat@jaipur.manipal.edu

### ABSTRACT

Yoga, an ancient Indian practice, has gained worldwide popularity for its potential to address various health conditions, including PMS (premenstrual syndrome) and menstrual distress. This study aims to analyze the bibliometric trends and efficacy of yogic interventions in managing PMS symptoms among adolescent girls and young women. A systematic review following PRISMA guidelines was conducted, searching databases such as Ovid Web of Science, Scopus, PubMed, MEDLINE, and ScienceDirect for studies published between 2015 and 2024. The search strategy included keywords such as bibliometrics, PMS, menstrual distress, yogic intervention, and yoga. Out of 422 records retrieved, 20 studies met the inclusion criteria, focusing on yogic interventions such as asanas, meditation, pranayama, laughter therapy, acupressure, and aerobic training. Data analysis using VOS viewer revealed a significant increase in publications, especially between mid-2022 and the end of 2023, with the highest number of publications in 2023. Co-authorship analysis highlighted collaborative research efforts in this field. The study's findings suggest a growing acceptance of yogic interventions for managing PMS and menstrual distress, indicating a shift towards non-pharmacological approaches. However, limitations such as the possibility of missing non-English language studies and the lack of dual data extraction should be considered. Future research should focus on the effectiveness and implementation of various non-pharmacological interventions to improve patient care and advance knowledge in this field.

**Keywords;** Bibliometrics, Yogic Intervention, PMS, and Menstrual Distress, etc.



## SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN EĞİTİMDE KÜLTÜREL SPOR AHLAKI BİLİNCİ KAZANMA DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Yusuf SAKAR<sup>1</sup>, Hacı Ali ÇAKICI<sup>2</sup>, Burkay  
CEVAHİRCİOĞLU<sup>3</sup>, Kaan KARAKUŞ<sup>4</sup>

\*<sup>1</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0009-0003-3814-0973

E-posta: yusufsakar.1212@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-9439-1118

E-posta: cakicihaciali@gmail.com

<sup>3</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-6281-9079

E-posta: burkaycevahircioglu@hotmail.com

<sup>4</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-1568-7816

E-posta: kaan.krks01@gmail.com

### ÖZET

Çalışmanın amacı spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin eğitimde kültürel spor ahlaki bilinci kazanma düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmada betimsel tarama modeli uygulanmıştır. Araştırmanın evreni, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklemde ise Ordu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler arasından tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilen 103 öğrenci bulunmaktadır. Çalışmada “Kişisel Bilgi Formu” ile “Eğitimde Kültürel Spor Ahlakı Bilinci Kazanma Amacına Erişim Düzeyi Ölçeği” kullanılmıştır. Yiğit (2021) tarafından geliştirilen eğitimde kültürel spor ahlaki bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği 16 maddeden oluşmaktadır. Araştırmanın analizinde normallik varsayımları sonuçlarına göre; ikili karşılaştırmalardan Student t-testi, çoklu kıyaslamalarda ise ANOVA testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre yaş, spor yaşı ve spor türü değişkenlerinde herhangi bir anlamlı farklılık görülmezken; bölüm ve sınıf değişkeninde tüm alt boyutlar ve toplam puan, cinsiyet değişkeninde ise ahlaki tutum alt boyutu ile eğitimde kültürel spor ahlaki bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgularda spor yöneticiliği bölümü ve 1. Sınıf erkek öğrencilerin puan ortalamalarının diğerlerine göre yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak, spor bilimleri fakültesi öğrencilerine yönelik birlikte hareket etme duygusunu kazandıracak faaliyetler düzenlenmesi önerilebilir. İlaveten, adil davranma ve sportmenlik anlayışlarının gelişmesine katkı sağlayacak derslerin daha etkili işlenmesi büyük önem arz edecektir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, eğitim, ahlak



## AN INVESTIGATION OF THE LEVELS OF CULTURAL SPORT ETHICS AWARENESS ACQUIRED THROUGH EDUCATION AMONG FACULTY OF SPORTS SCIENCES STUDENTS

Yusuf SAKAR<sup>1</sup>, Hacı Ali ÇAKICI<sup>2</sup>, Burkay CEVAHİRCİOĞLU<sup>3</sup>, Kaan KARAKUŞ<sup>4</sup>

<sup>\*1</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management,  
Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0009-0003-3814-0973

E-posta: yusufsakar.1212@gmail.com

<sup>2</sup> Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management,  
Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-9439-1118

E-posta: cakiciahacali@gmail.com

<sup>3</sup> Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management,  
Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-6281-9079

E-posta: burkaycevahircioglu@hotmail.com

<sup>4</sup> Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management,  
Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-1568-7816

E-posta: kaan.krks01@gmail.com

### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the levels of awareness of cultural sport ethics acquired through education among Faculty of Sports Sciences students. A descriptive survey model was employed in the research. The study population consists of students enrolled in the Faculty of Sports Sciences, while the sample includes 103 students randomly selected from Ordu University Faculty of Sports Sciences. The study utilized a "Personal Information Form" and the "Scale for Assessing the Level of Achievement of the Goal of Acquiring Cultural Sport Ethics Awareness in Education," developed by Yiğit (2021). This scale consists of 16 items. For data analysis, based on normality assumptions, a Student's t-test was used for pairwise comparisons, and an ANOVA test was applied for multiple comparisons. The analysis results showed no significant differences in variables such as age, sports experience, and type of sport. However, significant differences were found in the department and class variables across all subdimensions and total scores, and in the gender variable for the moral attitude subdimension and the total score of the cultural sport ethics awareness scale. The findings revealed that male first-year students and those in the Sports Management department had higher average scores compared to other groups. As a result, it is recommended to organize activities that foster a sense of teamwork among students in the Faculty of Sports Sciences. Additionally, it is crucial to more effectively teach courses that contribute to the development of fairness and sportsmanship.

**Keywords:** Sports, Education, Ethics



## GİRİŞ

Spor, bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimine katkı sağlayan evrensel bir olgu olarak, toplumların kültürel yapıları ve değer sistemleri ile ilişkili bir kavramdır (Çankaya, 2001). Toplumların spor anlayışı, sadece fiziksel performans odaklı bir süreç değil, aynı zamanda ahlaki değerlerin ve etik ilkelerin kazandırılmasında önemli bir araçtır. Kültürel spor bilinci, bireylerin ait oldukları toplumun spor kültürünü, geleneklerini ve değerlerini içselleştirmesi ve bunları spor faaliyetlerinde sergilemesi ile ilişkilidir. Söz konusu unsurlar, sporcuların hem bireysel gelişimlerine hem de toplumsal sorumluluklarına yönelik önemli bir çerçeve sunmaktadır.

Eğitim, kültürün genç kuşaklara aktarılmasında bir araç olarak nitelendirilebilir (Ültanır, 2023). Bu yönüyle eğitim, spor ahlakı ve kültürel bilincin kazandırılmasında temel bir rol oynamaktadır. Okul öncesi dönemden başlayarak yükseköğretime kadar uzanan süreçte, spor eğitimi yoluyla bireylere ahlaki değerlerin kazandırılması ve bireylerin yaşam boyu sürdürebilecekleri davranış kalıplarını şekillendirmeleri sağlanmaktadır. Spor ahlakı “sportif faaliyetlerde uyulması ahlâkî kurallar” olarak ifade edilmektedir. Spor ahlakına uygun davranışlara, din, dil, ırk ayrımı gözetmemek, dürüstlük, rakibe saygı ve adalet gibi birçok davranış kalıbı örnek gösterilebilir (Tanrıverdi, 2012). Benzer şekilde spor ahlakı, “bireylerin rekabet ortamında etik kurallara uyması, fair play anlayışını benimsemesi ve sporun evrensel değerlerine saygı göstermesi” olarak tanımlanabilir (Şahin, 2014). Spor ahlakı, bireyin sportif faaliyetlere hangi rolde katılırsa katılsın (seyirci, sporcu, antrenör, hakem vb.) etik davranış kalıplarına uymasını gerektirmektedir. Sporda ahlak çerçevesinde gerçekleştirilen faaliyetler, sevgi, saygı, adalet, eşitlik ve erdem gibi ahlaki tutum ve davranışları kazandırmaktadır (Akandere ve ark., 2009). Buna karşılık sportif faaliyetlerde etik olmayan birçok tutum ve davranışla karşılaşılabilir. Sporda fair play ruhundan uzaklaşarak, kazanmak uğruna olumsuz davranışlar sergilenebilmektedir. Bu nedenle sporda şiddetin ve etik dışı davranışların etkileri görülebilmektedir (Temel ve ark., 2020; Akt.; Yiğit, 2021). Sporda ahlaki yönden verilen bu tavizler, bireyin üzüntü, kıskançlık, stres ve acı gibi olumsuz duygulara kapılmasına neden olabilmektedir (Akandere ve ark., 2009). Bu nedenle spor eğitimi, spor ahlakının özümsemesinde önemli rol oynamaktadır. Sporda sevgi, dostluk ve kardeşlik yerine kin, öfke ve nefret duyguları açığa çıkabilmektedir (Tanrıverdi, 2012).

Sporcuların ahlaki değerleri nasıl içselleştirdiğini, bu değerlerin spor kültürü ile nasıl bütünleştiğini ve eğitim süreçlerinin bu bilinç üzerindeki etkilerinin ortaya konulmasının önemli olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, spor ve ahlak ilişkisi bilimsel bir perspektifle ele alınarak, sporcuların bireysel ve toplumsal katkılarının daha iyi anlaşılmasına katkı sağlanması amaçlanmaktadır. Sporcuların eğitim süreçlerinde, spor ahlakı ve kültürel bilinç kazanma düzeylerinin incelenmesi, bireylerin sadece başarılı bir sporcu değil, aynı zamanda etik değerlerle donatılmış birer rol model olarak yetiştirilmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Literatürde spor ahlakı ve fair play konulu birçok araştırmaya rastlanmıştır (Yapan, 1992; Tanrıverdi, 2012; Şahin, 2014, Başaran ve ark., 2017, Şeker ve Uslu, 2020; Yıldız ve Yıldız, 2020; Uzun ve ark., 2021). Buna karşılık eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyinin incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür (Buyrukoğlu ve ark., 2023). Bu çalışmanın amacını sporcuların eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma düzeylerinin incelenmesi oluşturmaktadır.





## ARAŞTIRMA VE BULGULAR

### Araştırmanın modeli

Çalışmada betimsel özelliği bulunan tarama modeli uygulanmıştır. Tarama modeli, mevcut veya geçmişte olan bir durumun betimlemeyi hedefleyen araştırma yaklaşımıdır (Karasar,2011).

### Evren ve Örneklem

Çalışmanın evreni Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Ordu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler arasından tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilmiş 103 katılımcıdan oluşmaktadır.

### Veri toplama araçları

Çalışmada “Kişisel Bilgi Formu” ve “Eğitimde Kültürel Spor Ahlakı Bilinci Kazanma Amacına Erişim Düzeyi Ölçeği” kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda; cinsiyet, yaş, spor yaşı, sınıf, bölüm ve spor türü değişkenleri oluşturmaktadır.

Yiğit (2021) tarafından geliştirilen eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği 16 maddeden 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; sporda ahlaki tutum benimseme ve sporda öz denetimli olma alt boyutlarıdır. Ölçeğin cronbach alfa katsayıları incelendiğinde, sporda ahlaki tutum benimseme alt boyutu 0,86, sporda öz denetimli olma alt boyutu 0,79 ve eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam değeri ise 0,88 olarak bulunmuştur.

### Verilerin Analizi

Çalışmada veri toplama işlemi gerçekleşmeden önce katılımcılara çalışma hakkında bilgi verilmiştir. Bu süreçte katılımcılara herhangi bir süre kısıtlaması yapılmamıştır. Araştırmada ölçek maddelerinin Cronbach alfa katsayıları analiz edilmiştir. Sporda ahlaki tutum benimseme alt boyutu 0,820, sporda öz denetimli olma alt boyutu 0,795 ve eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam değeri ise 0,879 olarak hesaplanmıştır. Araştırmada Normallik Varsayımının sonucuna erişebilmek için skewness ve kurtosis değerleri incelenmiştir. Çıkan sonuca göre cinsiyet, spor türü ve bölüm değişkenlerinde student t testi; yaş, spor yaşı ve sınıf değişkenlerinde ise tek yönlü varyans analizi ve Tukey çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır. Tüm istatistik hesaplamalarda SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır.

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Kültürel Spor Ahlakı Kazanma Amacına Erişim Düzeyleri

| Ölçek             | Cinsiyet | N  | Ortalama | Ss   | P     |
|-------------------|----------|----|----------|------|-------|
| Ahlaki Tutum      | Erkek    | 59 | 39,40    | 5,90 | 0,002 |
|                   | Kadın    | 44 | 42,79    | 4,52 |       |
| Öz Denetimli Olma | Erkek    | 59 | 23,59    | 3,57 | 0,077 |
|                   | Kadın    | 44 | 24,90    | 3,85 |       |
| Toplam puan       | Erkek    | 59 | 63,00    | 8,77 | 0,005 |
|                   | Kadın    | 44 | 67,70    | 7,57 |       |



Araştırmada cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile ahlaki tutum alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Kültürel Spor Ahlakı Kazanma Amacına Erişim Düzeyleri

| Ölçek             | Yaş         | N  | Ortalama | Ss   | P     |
|-------------------|-------------|----|----------|------|-------|
| Ahlaki Tutum      | 18-20       | 41 | 40,87    | 5,42 | 0,883 |
|                   | 21-23       | 48 | 40,64    | 5,62 |       |
|                   | 24 ve üzeri | 14 | 41,50    | 6,34 |       |
| Öz Denetimli Olma | 18-20       | 41 | 23,92    | 3,93 | 0,862 |
|                   | 21-23       | 48 | 24,25    | 3,61 |       |
|                   | 24 ve üzeri | 14 | 24,50    | 3,81 |       |
| Toplam puan       | 18-20       | 41 | 64,80    | 8,42 | 0,898 |
|                   | 21-23       | 48 | 64,89    | 8,55 |       |
|                   | 24 ve üzeri | 14 | 66,00    | 9,58 |       |

Araştırmada yaş değişkenine göre incelendiğinde, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin Spor Türü Değişkenine Göre Kültürel Spor Ahlakı Kazanma Amacına Erişim Düzeyleri

| Ölçek             | Spor Türü | N  | Ortalama | Ss   | P     |
|-------------------|-----------|----|----------|------|-------|
| Ahlaki Tutum      | Bireysel  | 52 | 40,86    | 5,45 | 0,984 |
|                   | Takım     | 51 | 40,84    | 5,78 |       |
| Öz Denetimli Olma | Bireysel  | 52 | 24,21    | 3,69 | 0,878 |
|                   | Takım     | 51 | 24,09    | 3,82 |       |
| Toplam puan       | Bireysel  | 52 | 65,07    | 8,33 | 0,936 |
|                   | Takım     | 51 | 64,94    | 8,88 |       |

Araştırmada spor türü değişkenine göre incelendiğinde, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.



Tablo 4. Sporcuların Bölüm Değişkenine Göre Kültürel Spor Ahlakı Kazanma Amacına Erişim Düzeyleri

| Ölçek             | Bölüm                              | N  | Ortalama | Ss   | P     |
|-------------------|------------------------------------|----|----------|------|-------|
| Ahlaki Tutum      | Spor yöneticiliği                  | 78 | 41,94    | 5,25 | 0,000 |
|                   | Beden eğitimi ve spor öğretmenliği | 25 | 37,40    | 5,32 |       |
| Öz Denetimli Olma | Spor yöneticiliği                  | 78 | 25,14    | 3,40 | 0,000 |
|                   | Beden eğitimi ve spor öğretmenliği | 25 | 21,08    | 3,02 |       |
| Toplam puan       | Spor yöneticiliği                  | 78 | 67,08    | 8,02 | 0,000 |
|                   | Beden eğitimi ve spor öğretmenliği | 25 | 58,52    | 6,86 |       |

Araştırmada cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile ahlaki tutum ve öz denetimli olma alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Sporcuların Spor Yaşı Değişkenine Göre Kültürel Spor Ahlakı Kazanma Amacına Erişim Düzeyleri

| Ölçek             | Spor Yaşı  | N  | Ortalama | Ss   | P     |
|-------------------|------------|----|----------|------|-------|
| Ahlaki Tutum      | 1-3        | 25 | 40,20    | 6,31 | 0,717 |
|                   | 4-6        | 28 | 41,46    | 4,70 |       |
|                   | 7 ve üzeri | 50 | 40,84    | 5,74 |       |
| Öz Denetimli Olma | 1-3        | 25 | 23,48    | 3,96 | 0,566 |
|                   | 4-6        | 28 | 24,21    | 3,48 |       |
|                   | 7 ve üzeri | 50 | 24,46    | 3,78 |       |
| Toplam puan       | 1-3        | 25 | 63,6800  | 9,35 | 0,664 |
|                   | 4-6        | 28 | 65,6786  | 7,17 |       |
|                   | 7 ve üzeri | 50 | 65,3000  | 8,96 |       |

Araştırmada spor yaşı değişkenine göre incelendiğinde, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 6. Sporcuların sınıf değişkenine göre kültürel spor ahlakı kazanma amacına erişim düzeyleri

| Ölçek             | Sınıf   | N  | Ortalama | Ss    | P     |
|-------------------|---------|----|----------|-------|-------|
| Ahlaki Tutum      | 1.sınıf | 10 | 43,80    | 3,64  | 0,001 |
|                   | 2.sınıf | 41 | 38,29    | 4,94  |       |
|                   | 3.sınıf | 21 | 41,14    | 6,71  |       |
|                   | 4.sınıf | 31 | 43,09    | 4,75  |       |
| Öz Denetimli Olma | 1.sınıf | 10 | 26,20    | 2,65  | 0,002 |
|                   | 2.sınıf | 41 | 22,56    | 3,28  |       |
|                   | 3.sınıf | 21 | 24,38    | 4,70  |       |
|                   | 4.sınıf | 31 | 25,45    | 3,09  |       |
| Toplam puan       | 1.sınıf | 10 | 70,00    | 6,09  | 0,000 |
|                   | 2.sınıf | 41 | 60,85    | 7,01  |       |
|                   | 3.sınıf | 21 | 65,52    | 10,50 |       |
|                   | 4.sınıf | 31 | 68,54    | 7,36  |       |

Araştırmada sınıf değişkenine göre incelendiğinde, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile ahlaki tutum ve öz denetimli olma alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

## SONUÇ

Çalışmada yaş, spor yaşı ve spor türü değişkenlerinde herhangi bir anlamlı farklılık bulunmazken; cinsiyet, sınıf ve bölüm değişkenlerinde ise bazı alt boyutlar ve ölçek toplam puanda anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Araştırmada cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile ahlaki tutum alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Yapılan analizde kadınların erkeklere göre puan ortalamasının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum, kadınların erkeklere göre daha olumlu davranışlar sergilediklerini ve ahlaki yönlerinin daha yüksek düzeyde olduğunu göstermektedir. Yaş değişkeninde eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ve alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılık görülmemektedir. Çıkan sonuç, Yaş değişkeninin öğrencilerin kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeylerine etkisi olmadığı şeklinde yorumlanabilir. Spor türü değişkenine göre incelendiğinde eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılık bulunmuştur. Bölüm değişkeninde ise eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile ahlaki tutum ve öz denetimli olma alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Elde edilen bulgularda, spor yöneticiliği bölümünde yer alan öğrencilerin beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümdeki öğrencilere göre puan ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Spor yöneticiliği bölümünde öğrenim gören öğrencilerin sportmence ve fair play çerçevesinde hareket ettikleri söylenebilir. Spor yaşı değişkenine göre incelendiğinde, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ve alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılık görülmemektedir. Sınıf değişkeninde ise, eğitimde kültürel spor ahlakı bilinci kazanma amacına erişim düzeyi ölçeği toplam puanı ile ahlaki tutum ve öz denetimli olma alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yapılan analizde, 1. sınıf öğrencilerinin diğerlerine göre puan ortalamalarının yüksek olduğu saptanmıştır. Bu durum, üniversite eğitimine yeni başlayan öğrencilerin daha olumlu ve yapıcı davranışlar sergilediklerine yönelik ifade edilebilir. Sonuç olarak, spor bilimleri fakültesi öğrencilerine yönelik birlikte hareket etme duygusunu kazandıracak faaliyetler düzenlenmesi önerilebilir. İlaveten, adil davranma ve sportmenlik anlayışlarının gelişmesine katkı sağlayacak derslerin daha etkili işlenmesi büyük önem arz edecektir.

## KAYNAKLAR

- Akandere, M., Baştuğ, G., & Güler, E. D. (2009). Orta Öğretim Kurumlarında Spora Katılımın Çocuğun Ahlaki Gelişimine Etkisi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 59-68.
- Başaran, Z., Erdoğan, R. B., Körmükçü, Y., & Adalı, H. (2017). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Fair-Play Anlayışlarının İncelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 35-43.
- Buyrukoğlu, E., Özen, N., Börekçi, T.B., Can, U., Gerçek, E. (2023). Halk Eğitim Bünyesinde Spor Eğitimi Alan İlkokul Öğrencilerinin Eğitim Kültüründe Spor Ahlakı

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Bilinci Kazanma Amacına Erişim Düzeylerinin İncelenmesi. 5. Akdeniz Bilimsel Araştırmalar Kongresi, 22-24 Aralık 2023, Alanya, Antalya-Türkiye.

- Çankaya, C. (2001). Spor tesisleri işletmeciliği ve planlamacılık. Bursa: Ders Notları.
- Karasar, N. (2011). Bilimsel Araştırma Yöntemleri. Ankara: Nobel Yayınları.
- Şahin, M. (2014). Spor Ahlakı ve Sorunları. Evrensel Basım Yayın.
- Şeker, İ., & Uslu, T. (2020). Spor Yapan ve Spor Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri, Saldırganlık ve Spor Ahlakı Düzeylerinin İncelenmesi: Harran Üniversitesi Örneği. Spor Eğitim Dergisi, 4(2), 172-189.
- Tanrıverdi, H. (2012). Spor Ahlakı ve Şiddet. The Journal Of Academic Social Science Studies. Publication Of Association Esprit, Société Et Rencontre Strasbourg/FRANCE, 5(8), 1071-1093.
- Temel, A., Ekiz, M. A., & Yıldırım, İ. (2020). Fair Play Davranışlarını Sergileme Sıklığı Ölçeğinin Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 4(2), 74-85.
- Uzun, R. N., Karakuş, K., Barut, Y., & Çebi, M. (2021). Sporda Ahlaksal Değerler: Fair Play. Journal Of ROL Sport Sciences, 2(2), 93-102.
- Ültanır, G. (2003). Eğitim ve Kültür İlişkisi Eğitimde Kültürün Hangi Boyutlarının Genç Kuşaklara Aktarılacağı Kaygısı. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 23(3), 291-309.
- Yapan, H. T. (1992). Spor Ahlakı: Beden Eğitimi Dersinde Ahlakı Eğitim. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Yıldız, Ö., & Yıldız, M. (2020). Futbol Hakemlerinin Sporun Ahlakı İklimine İlişkin Görüşleri. Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi, 6(2), 357-378.
- Yiğit, Y. (2021). Eğitimde Kültürel Spor Ahlakı Bilinci Kazanma Amacına Erişim Düzeyi Ölçeği: Geçerlik Güvenirlik Çalışması. Pamukkale Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 8(2), (2021), 709-732.



## ADÖLESAN YAŞ GRUBU FUTBOL OYUNCULARININ ALGILADIKLARI ANTRENÖR DAVRANIŞLARININ YAŞ GRUPLARINA GÖRE İNCELENMESİ

Ahmet YAPAR<sup>1</sup>

\*<sup>1</sup>Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük  
Eğitimi Bölümü, Çanakkale, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-2854-3093  
E-posta: yapara@gmail.com

### ÖZET

Antrenörlük ortamı antrenör, sporcu ve spor ortamı arasındaki ilişkiler örüntüsü olarak görülür ve sporcuların gelişimi üzerine antrenörlerin etkilerini inceleyen yaklaşımlar bu üç temel değişkeni merkeze alan modeller üzerinden hareket eder (Challdurai, 1984; Cote et al., 1995; Smoll ve Smith 1984). Bu örüntüler sosyal ve dinamik bir yapıya sahip olduğundan dolayı karmaşıktır ve anlaşılması özel bir çaba gerektirir (Mallet, 2007). Yakın geçmişimize kadar antrenör başarıları genellikle kazanılan müsabaka, madalya sayısı, üst liglere veya milli takımlara gönderilen oyuncu sayıları gibi çıktılar üzerinden değerlendirilirken güncel yaklaşımlar antrenörlerin niteliklerini değerlendirirken sadece başarı veya başarısızlık üzerinden yapılan değerlendirmenin etkili bir değerlendirme yöntemi olmadığını, daha bütüncül yaklaşan değerlendirmelerin kullanılması gerekliliği ortaya çıkmıştır (Mallet ve Cote, 2006). Bu yaklaşımla antrenörler sadece sporcuların performans gelişimleri ve başarıları ile değil süreç içerisinde antrenörün sorumlu olduğu; antrenman planlaması ve kondisyon gelişimi, teknik beceri öğretimi, zihinsel hazırlık, hedef belirleme, yarışma stratejisi oluşturma ve sporcu ile olan olumlu/olumsuz etkileşimi sırasındaki davranışlarının da buldukları spor ortamları hesaba katılarak değerlendirilmesi gerektiği ifade edilmiştir.

Bu çalışmanın amacı U13,U14,U15,U16 yaş kategorilerinde görev yapan altyapı futbol antrenörlerinin davranışlarının incelenmesidir. Çalışmaya Çanakkale ve Kocaeli ilinde futbol oynayan 11-17 yaş aralığında toplam 476 erkek futbolcu katılmıştır. Antrenör davranışlarını belirlemek için katılımcılara Sporcular için Antrenör davranışlarını Değerlendirme Ölçeği (SADDÖ, Yapar, İnce; 2014) uygulanmıştır. Elde edilen veriler tek yönlü varyans analizi ile incelenmiş ve yaş grupları arasında algılanan antrenör davranışları arasında fark incelenmiştir. Çalışmanın bulguları incelendiğinde yaş grupları arasında algılanan antrenör davranışlarından “antrenman planlaması ve kondisyon gelişimi, teknik beceri öğretimi, hedef belirleme, yarışma stratejisi oluşturma ve sporcu ile olan olumlu davranışlar, olumsuz antrenör davranışları alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark gözlenmezken algılanan zihinsel hazırlık alt boyutunda anlamlı bir fark gözlenmiştir [ $F(3, 472) x = 5,36, p = .37$ ]. Post-Hoc analizi ile farklılığın hangi yaş grupları arasında olduğu incelendiğinde zihinsel hazırlığa yönelik algılanan antrenör davranışlarının U11 ( $x=5,11, Ss= 1,62$ ) ile U16 ( $x=5,56 Ss= 1,37$ ) arasında farklılaştığı gözlenmiştir ( $p=.047$ )

Çalışma bulguları incelendiğinde olumsuz davranışlar alt boyut dışında 4 farklı yaş grubu alt yapı futbol antrenörlerinin davranışları birbiri ile benzerlik göstermiş, zihinsel hazırlığa yönelik algılanan antrenör davranışları alt boyutunda ise algılanan antrenör davranışının yaş kategorisi arttıkça daha çok arttığı ve U11 ile U16 arasında istatistiksel olarak farklılaştığı gözlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Antrenör davranışı, Futbol, Adölesan



## EXAMINATION OF PERCEIVED COACHING BEHAVIORS OF ADOLESCENT FOOTBALL PLAYERS BASED ON ATHELTES' AGE GROUPS

Ahmet YAPAR<sup>1</sup>

\*<sup>1</sup>Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi  
Bölümü, Çanakkale, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-2854-3093  
E-mail: yapara@gmail.com

### ABSTRACT

The coaching environment is conceptualized as an inter-personal system comprising the coach, the athlete and the sporting context. Approaches that examine the influence of coaches on the growth of athletes are predicated on models that focus on these three core variables (Challdurai, 1984; Cote et al., 1995; Smoll ve Smith 1984). Given that these patterns are social and dynamic, they are inherently complex and require a dedicated effort to fully comprehend (Mallet, 2007). In the recent past, coaching achievements were typically assessed based on quantifiable outcomes such as the number of competitions won, the number of medals secured, and the number of players promoted to higher leagues or national teams. However, contemporary approaches have demonstrated that solely relying on success or failure to evaluate coaching qualifications is an inadequate assessment method. Instead, more comprehensive and nuanced evaluation frameworks are necessary (Mallet & Côté, 2006). This approach requires coaches to assume responsibility for the performance development and achievements of athletes, as well as their behaviors during training planning and conditioning development, technical skill teaching, mental preparation, goal setting, competition strategy creation and positive/negative interaction with the athlete. Additionally, they must consider the sports environment in which they are located.

The objective of this study is to examine the behaviors exhibited by youth football coaches in the U13, U14, U15 and U16 age categories. A total of 476 adolescent male soccer players between the ages of 11 and 17, engaged in soccer activities within the Çanakkale and Kocaeli provinces, were included in the study. In order to assess the behaviors exhibited by the coaches, the Coaching behavior scale for sports (CBSS; adapted by Yapar & İnce, 2014) was employed to evaluate the participants. The data were analyzed using one-way analysis of variance, with the objective of examining the differences in perceived coach behaviors between the age groups. The findings indicated that , no statistically significant difference was observed between the age groups in the sub-dimensions of "Physical training and conditioning", "technical skill" , , "goal setting", "competition strategy", perceived positive and negative coach behaviors" sub dimensions of scale. However, a significant difference was observed in "mental preparation" the sub-dimension of [ $F(3, 472) x = 5,36, p = .37$ ]. A post-hoc analysis of the data revealed that there was a statistically significant difference in the perceived coach behaviours towards mental preparation between the U11 ( $x=5.11, SD=1.62$ ) and U16 ( $x=5.56, SD=1.37$ ) age groups ( $p=.047$ ).

**Keywords:** Coaching behaviors, Soccer, Adolescent.

## GİRİŞ

Antrenörlük ortamı, antrenör, sporcu ve spor ortamı arasındaki çok yönlü ilişkilerin bir örüntüsü olarak ele alınmakta ve sporcuların fiziksel, zihinsel ve duygusal gelişiminde kritik bir rol oynamaktadır. Bu bağlamda, antrenörlerin sporcular üzerindeki etkilerini inceleyen yaklaşımlar, genellikle antrenör, sporcu ve spor ortamı arasındaki etkileşimleri analiz eden modeller üzerinden şekillenir (Challadurai, 1984; Côté ve ark., 1995; Smoll ve Smith, 1984). Antrenörlük süreci, yalnızca bireyler arası ilişkileri değil, aynı zamanda bireylerin performans ve gelişimlerini etkileyen sosyal ve çevresel faktörleri de içeren, dinamik ve karmaşık bir yapı olarak değerlendirilir (Mallett, 2007).

Geleneksel değerlendirme yaklaşımları, antrenörlük başarısını genellikle elde edilen madalya sayısı, kazanılan müsabakalar ve millî takımlara gönderilen sporcu sayıları gibi ölçütler üzerinden ele almıştır. Bu sonuç odaklı yaklaşım, antrenörlerin uzun vadeli etkilerini göz ardı ederek yalnızca kısa vadeli başarıya odaklanmıştır. Ancak, son yıllarda antrenörlük alanında daha bütüncül değerlendirme yöntemlerine olan ihtiyaç giderek artmıştır. Bu bağlamda, modern yaklaşımlar, antrenörlerin sadece sonuçlara yönelik performanslarını değil, aynı zamanda sporcuların genel gelişim süreçlerine katkılarını da değerlendirme sürecine dahil etmektedir (Mallett ve Côté, 2006).

Güncel literatürde, antrenörlerin etkilerinin yalnızca sporcuların fiziksel performansı ile sınırlı olmadığı, aynı zamanda psikolojik ve sosyal gelişimlerinde de belirleyici olduğu vurgulanmaktadır (Horn, 2002; Mageau ve Vallerand, 2003). Antrenörlerin etkili iletişim becerileri, motivasyon stratejileri ve bireysel farklılıkları gözeten liderlik tarzları, sporcuların özgüvenlerini artırmada, motivasyonlarını güçlendirmede ve spor yaşamlarına dair tatmin düzeylerini yükseltmede kritik öneme sahiptir (Deci ve Ryan, 1985; Nicholls, 1989). Özellikle, sporcuların özerklik, yeterlilik ve aidiyet ihtiyaçlarını destekleyen liderlik stilleri, hem bireysel performansı hem de takım içindeki uyumu artırıcı etkiler yaratmaktadır (Ryan ve Deci, 2000).

Antrenörlerin sporcularla olan ilişkileri ve etkileşimleri, aynı zamanda sporcuların uzun vadeli gelişim hedeflerini şekillendiren temel bir yapı taşıdır. Bu süreçte, antrenman planlaması, kondisyon gelişimi, teknik beceri öğretimi, zihinsel hazırlık, hedef belirleme, yarışma stratejisi oluşturma ve spor ortamının yönetimi gibi çok yönlü sorumluluklar öne çıkar (Côté ve Gilbert, 2009). Ayrıca, spor ortamının pozitif bir şekilde yapılandırılması, sporcuların sadece performans hedeflerine ulaşmasını değil, aynı zamanda sporun psikolojik ve sosyal faydalarından da yararlanmasını sağlamaktadır.

Bu çalışma, antrenörlerin sporcular üzerindeki etkilerini daha bütüncül bir yaklaşımla değerlendiren literatüre katkıda bulunmayı amaçlamaktadır. Özellikle, antrenörlerin davranışlarını, sporcuların hem bireysel hem de kolektif gelişimleri üzerindeki etkilerini ve bu etkileşimlerin sonuçlarını inceleyen literatür, antrenörlük sürecini daha derinlemesine anlamak için bir temel oluşturmaktadır. Bu kapsamda, antrenör-sporcu etkileşimlerinin detaylı bir şekilde ele alınması ve bu ilişkinin performans, motivasyon ve genel gelişim üzerindeki etkilerinin incelenmesi önem arz etmektedir.

Bu çalışmanın amacı Çanakkale ve Kocaeli illerinde futbol oynayan 11-17 yaş aralığındaki erkek bireylerin algıladıkları antrenör davranışlarının U13-U14-U15 ve U16 yaş kategorileri arasındaki farklılığın incelenmesidir.



## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Araştırma nicel araştırma türündedir ve kesitsel tarama modeline göre yapılmıştır. Kesitsel tarama modeli ise bir durumun, bir örneklem üzerinden mevcut hâliyle betimlenmesini amaçlar. Bu yöntem, araştırmacılara belirli bir zaman dilimindeki durumları analiz etme fırsatı sunar. Genel tarama modelleri içerisinde yer alan bu model, özellikle çok sayıda katılımcıyı kapsayan çalışmalarda tercih edilir ve geçmiş veya günümüzdeki bir durumun olduğu şekliyle betimlenmesini sağlar (Karasar, 2005, 2011)

### Araştırma Grubu

Çalışmaya Çanakkale ve Kocaeli ilinde futbol oynayan 11-17 yaş aralığında toplam 476 erkek futbolcu katılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmada, altyapı futbol oyuncularının algıladıkları antrenör davranışlarını incelemek için k Côté ve arkadaşları tarafından (1999) geliştirilen ve Yapar ve İnce (2014) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan Sporcular için Antrenör Davranışlarını Değerlendirme Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek toplamda 47 madde ve 7 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin altı alt boyutunu olumlu kişisel anlayış boyutları oluştururken bir alt boyutunu ise olumsuz kişisel anlayış boyutu oluşturmaktadır. Olumlu kişisel anlayış 1) antrenman ve kondisyon, 2) teknik beceri öğretimi, 3) zihinsel hazırlık, 4) hedef belirleme, 5) yarışma stratejileri ve 6) olumlu antrenör davranışları boyutlarını içerirken; 7) olumsuz antrenör davranışları boyutu antrenörün sporcular üzerinde yarattığı olumsuz davranışları içermektedir. Ölçek, 1 (hiçbir zaman) ile 7 (her zaman) arasında değişen 7'li Likert ölçek üzerinden değerlendirilmektedir.

### Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin çarpıklık/basıklık testleri ile normalliği ve Levene testi ile homojenliği kontrol edilmiştir. Normallik varsayımı için incelenen çarpıklık ve basıklık değerleri  $\pm 1.5$  değeri arasında olduğu gözlenmiş olduğu için verilerin bağımsız değişken gruplarında normal dağıldığı varsayılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2015). Levene testi bulgularının ise her bir yaş grubu için 0.05 den büyük değerler almış olması verilerin homojenliği varsayımının karşılandığını göstermektedir. Verilerin parametrik test yapmaya uygun olmasından dolayı yaş grupları arasında algılanan antrenör davranışları arasında fark tek yönlü varyans analizi ile incelenmiştir. Gruplar arası farklılıkları incelemek için post hoc analizleri yapılmıştır.

### BULGULAR

Elde edilen veriler tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile incelenmiş ve yaş grupları arasında algılanan antrenör davranışları arasında fark aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

**Tablo 1. SADDÖ ANOVA Sonuçları**

|                        | Ortalama | SS   | F     | p     | $\eta^2$ |
|------------------------|----------|------|-------|-------|----------|
| Antrenman ve Kondisyon | 5.10     | 1.46 | 1.264 | .286  | .001     |
| Teknik Beceri          | 5.42     | 1.47 | .153  | .927  | .009     |
| Zihinsel Antrenman     | 5.36     | 1.59 | .159  | .036* | .124     |
| Hedef Belirleme        | 5.38     | 1.52 | .507  | .678  | .001     |
| Yarışma Heyecanı       | 5.43     | 1.49 | .599  | .616  | .026     |
| Olumlu Davranışlar     | 5.46     | 1.57 | .412  | .744  | .032     |
| Olumsuz Davranışlar    | 5.78     | 1.06 | .277  | .842  | .004     |

**Tablo 2. SADDÖ Post-Hoc Sonuçları**

| Zihinsel Antrenman | Ortalama | SS   | <i>p</i> |
|--------------------|----------|------|----------|
| U-13               | 5.11     | 1.62 |          |
| U-14               | 5.22     | 1.46 | .165     |
| U-15               | 5.31     | 1.65 | .308     |
| U-16               | 5.56     | 1.57 | .047*    |

Çalışma bulguları incelendiğinde ölçek alt boyutlarının ortalama skorlarının her bir alt boyut için yüksek değere sahip oldukları görülmektedir. ANOVA analizi bulguları incelendiğinde zihinsel hazırlık alt boyutu dışında 4 farklı yaş grubu için algılanan antrenör davranışları birbiri ile benzerlik göstermiştir. Ölçek alt boyutlarına verilen yanıtların ortalamaları arasında sadece zihinsel hazırlık alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (Tablo 1). Bu farklılığın hangi yaş grupları arasında olduğunu hesaplamak için yapılan post-hoc analizi bulguları farklılığın U13 yaş grubu ile U16 yaş grubu arasında olduğunu göstermiştir (Tablo 2).

## TARTIŞMA

Algılanan antrenör davranışları çeşitli unsurlardan etkilenebilir. Bu unsurlardan bir tanesi de bireyin gelişim durumudur. Bilişsel gelişim göz önüne alındığında küçük yaşlarda soyut düşünme becerisinin henüz tam olarak olgunlaşmadığını görürüz (Senemoğlu,2018).

Bu çalışma, 11-17 yaş aralığındaki futbolcuların algıladıkları antrenör davranışlarının farklı yaş kategorileri arasındaki değişimini incelemiştir. Bulgular, genel olarak algılanan antrenör davranışlarının tüm alt boyutlarda yüksek değerler aldığını göstermektedir. Ancak, yalnızca zihinsel hazırlık alt boyutunda anlamlı bir fark bulunmuş ve bu farklılık U13 ve U16 yaş grupları arasında belirginleşmiştir.

Zihinsel hazırlık boyutundaki bu farklılık, yaş gruplarının gelişimsel ve deneysel farklılıklarından kaynaklanıyor olabilir. Alanyazın incelendiğinde, yaşın ilerlemesiyle birlikte sporcuların zihinsel becerilere daha fazla ihtiyaç duyduğu ve bu konuda antrenörlerden daha fazla destek beklediği belirtilmektedir (Horn, 2002; Mageau ve Vallerand, 2003). U13 yaş grubundaki sporcuların, zihinsel hazırlık konusundaki farkındalıklarının henüz tam gelişmemiş olması ve U16 yaş grubundakilere kıyasla daha az deneyim kazanmaları, bu boyuttaki algısal farkın temel nedenlerinden biri olabilir. Ryan ve Deci'nin (2000) öne sürdüğü özerklik, yeterlilik ve aidiyet ihtiyaçları çerçevesinde, U16 yaş grubundaki sporcuların daha karmaşık ve rekabetçi ortamlarda bulunması, zihinsel hazırlık alt boyutunda daha yüksek bir algıya yol açmış olabilir.

Bunun yanında, diğer alt boyutlarda anlamlı bir farkın bulunmaması, antrenörlerin genel olarak tüm yaş gruplarına benzer liderlik tarzları ve davranışlar sergilediklerini düşündürmektedir. Bu durum, antrenörlerin her yaş grubuna yönelik tutarlı bir yaklaşım benimsediğini veya sporcuların bu davranışları benzer şekilde algıladığını göstermektedir. Bununla birlikte, olumlu ve olumsuz davranışlar boyutlarında herhangi bir anlamlı farkın bulunmaması, antrenörlerin genel olarak olumlu bir etkileşim kurmaya odaklandığının bir göstergesi olabilir (Deci ve Ryan, 1985; Côté ve Gilbert, 2009).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç olarak, bu çalışma, antrenörlerin sporcuların algısındaki etkilerini anlamak için önemli veriler sunmaktadır. Özellikle zihinsel hazırlık alt boyutunda ortaya çıkan farklılık, antrenörlerin yaş gruplarına göre farklı stratejiler benimsemesi gerektiğine işaret etmektedir. U13 yaş grubundaki sporcular için daha temel seviyede zihinsel hazırlık çalışmaları yapılabilirken, U16 grubundakilere yönelik daha karmaşık ve stratejik hazırlıklar planlanabilir. Antrenörlerin, sporcuların gelişimsel düzeylerine uygun şekilde bireyselleştirilmiş yaklaşımlar

benimsemeleri, hem performans hem de psikolojik gelişim açısından olumlu sonuçlar doğuracaktır.

Bu çalışmanın bulguları, antrenörlük süreçlerinin sporcu gelişimi üzerindeki etkilerini daha kapsamlı bir şekilde anlamak için yeni çalışmalar yapılmasını teşvik etmektedir. Özellikle, farklı spor branşları ve geniş yaş gruplarını kapsayan araştırmalarla bu alandaki literatürün zenginleştirilmesi önerilir.

## KAYNAKÇA

- Challadurai, P. (1984). *Leadership in sports*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307–323. <https://doi.org/10.1260/174795409789623892>
- Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. (1995). *The development of skill in sport*. In D. Elliott & T. W. Baltes (Eds.), *Advances in sport psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Côté, J., Salmela, J. H., Trudel, P., Baria, A., & Russell, S. (1995). The coaching model: A grounded assessment of expert gymnastic coaches' knowledge. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 1–17. <https://doi.org/10.1123/jsep.17.1.1>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Springer.
- Horn, T. S. (2002). *Coaching effectiveness in the sport domain*. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (2nd ed., pp. 309–354). Human Kinetics.
- Karasar, N. (2005). Bilimsel araştırma yöntemi (15. Baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemi* (22. Baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Levene, H. (1960). Robust tests for equality of variances. *Contributions to Probability and Statistics: Essays in Honor of Harold Hotelling*, 278–292. Stanford University Press.
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Sciences*, 21(11), 883–904. <https://doi.org/10.1080/0264041031000140374>
- Mallett, C. J. (2007). Social and dynamic factors in the coaching process. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 2(1), 25-39.
- Mallett, C. J. (2007). Social influences on sport expertise. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 735–752). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9781118270011>
- Mallett, C. J., & Côté, J. (2006). Beyond winning and losing: Guidelines for evaluating high-performance coaches. *The Sport Psychologist*, 20(2), 213–221. <https://doi.org/10.1123/tsp.20.2.213>
- Nicholls, J. G. (1989). *The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Smoll, F. L., & Smith, R. E. (1984). Leadership research in youth sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 1(2), 101-110.
- Smoll, F. L., & Smith, R. E. (1984). Leadership research in youth sports. In J. M. Silva & R. S. Weinberg (Eds.), *Psychological foundations of sport* (pp. 371–386). Human Kinetics.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2015). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Yapar, A., & İnce, M. L. (2014). Sporcular için antrenör davranışlarını değerlendirme ölçeği: Türkçe uyarlama çalışması. Spor Bilimleri Dergisi, 25(2), 89–102.  
<https://doi.org/10.17644/sbd.98889>



## ELİT KADIN BASKETBOL OYUNCULARINDA PLANTAR BASINCIN BAZI SPOR PERFORMANS TESTLERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Çağlar Soylu<sup>1</sup>, Sinan Seyhan<sup>2</sup>, Görkem Açar<sup>3</sup>, Hamza Sinen<sup>4</sup>, Berkay Üzümcü<sup>5</sup>.

<sup>1</sup>Australian Catholic University, Melbourne, Avustralya.

ORCID Code: [0000-0002-1524-6295](https://orcid.org/0000-0002-1524-6295)

E-posta: [casoylu@acu.edu.au](mailto:casoylu@acu.edu.au)

<sup>2</sup>Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Manisa, Türkiye. ORCID Code: [0000-0002-4979-7992](https://orcid.org/0000-0002-4979-7992)

E-posta: [sinanseyhan@gmail.com](mailto:sinanseyhan@gmail.com)

<sup>3</sup>Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Bilimleri, Manisa, Türkiye

ORCID Code: [0000-0002-0970-8625](https://orcid.org/0000-0002-0970-8625)

E-posta: [gorkemacar2@gmail.com](mailto:gorkemacar2@gmail.com)

<sup>4</sup>İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon, İstanbul, Türkiye.

ORCID Code: [0009-0009-3411-6945](https://orcid.org/0009-0009-3411-6945)

E-posta: [hamzasinen34@gmail.com](mailto:hamzasinen34@gmail.com)

<sup>5</sup>Berton Robotik Teknoloji ve Sağlık Aş. Şti., İstanbul, Türkiye.

ORCID Code: [0000-0002-6519-6273](https://orcid.org/0000-0002-6519-6273)

E-posta: [berkayuzumcu59@gmail.com](mailto:berkayuzumcu59@gmail.com)

### ÖZET

Bu çalışma, elit kadın basketbol oyuncularında plantar basıncın sportif performans testlerine (sprint, sıçrama ve denge) etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmaya 14 elit kadın basketbolcu dahil edildi. Değerlendirme öncesi 15 dakikalık ısınma egzersizleri yaptırıldı. Değerlendirmede, pedobarografi cihazı ile (Analiz Sistem, İstanbul, Türkiye) statik bipedal pozisyonda plantar basınç analizi (%), 10 metre sprint (sn), countermovement jump testi [cmj] (cm) ve davies testi (sn) uygulandı. Her test arasında iki dakikalık pasif dinlenme yapıldı. Ayrıca her test üçer defa uygulandı ve en iyi sonuç çalışmaya dahil edildi. Çalışmada istatistiksel olarak Shapiro-Wilk testi ile homojenliğine ve Pearson korelasyon testi uygulandı. Çalışmaya dahil edilen elit basketbolcuların yaşları  $25.21 \pm 2.992$  yıl ve BMI değerleri  $20.78 \pm 1.313$  kg/m<sup>2</sup> bulundu. Shapiro-Wilk testi sonucuna göre veriler homojen dağılım gösterdiği saptandı ( $p > 0.05$ ). Pearson korelasyon testi sonucunda, bipedal pozisyonda plantar basınç sol arka ayak ile 10m sprint testi arasında pozitif yönde zayıf korelasyon bulundu ( $r = ,575$ ). Ancak sıçrama, denge ve sprint testleri arasında anlamlı korelasyon bulunamadı. Literatür incelendiğinde, elit basketbol oyuncularında sıçrama ve denge arasında net bir ilişkinin olmadığı ve tartışma konusu olduğu bulunmuştur. Ayrıca yapılan diğer plantar basınç ve denge testleri arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu ve bu ilişkiye bağlı olarak sporcuların yaralanma riskinin daha az olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Basketbol, Plantar Basıncı, Sıçrama, Denge



## INVESTIGATION OF THE EFFECT OF PLANTAR PRESSURE ON SOME SPORTS PERFORMANCE TESTS IN ELITE WOMEN BASKETBALL PLAYERS

Çağlar Soylu<sup>1</sup>, Sinan Seyhan<sup>2</sup>, Görkem Açar<sup>3</sup>, Hamza Sinen<sup>4</sup>, Berkay Üzümcü<sup>5</sup>.

<sup>1</sup>Australian Catholic University, Melbourne, Australia.

ORCID Code: [0000-0002-1524-6295](https://orcid.org/0000-0002-1524-6295)

E-mail: [casoylu@acu.edu.au](mailto:casoylu@acu.edu.au)

<sup>2</sup>Manisa Celal Bayar University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education, Manisa, Turkey.

ORCID Code: [0000-0002-4979-7992](https://orcid.org/0000-0002-4979-7992)

E-mail: [sinanseyhan@gmail.com](mailto:sinanseyhan@gmail.com)

<sup>3</sup>Manisa Celal Bayar University, Graduate School of Education, Department of Sport Sciences, Manisa, Turkey.

ORCID Code: [0000-0002-0970-8625](https://orcid.org/0000-0002-0970-8625)

E-mail: [gorkemacar2@gmail.com](mailto:gorkemacar2@gmail.com)

<sup>4</sup>Istanbul Gelisim University, Graduate School of Education, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Istanbul, Turkey.

ORCID Code: [0009-0009-3411-6945](https://orcid.org/0009-0009-3411-6945)

E-mail: [hamzasinen34@gmail.com](mailto:hamzasinen34@gmail.com)

<sup>5</sup>Berton Robotic Technology and Health Inc., Istanbul, Turkey.

ORCID Code: [0000-0002-6519-6273](https://orcid.org/0000-0002-6519-6273)

E-mail: [berkayuzumcu59@gmail.com](mailto:berkayuzumcu59@gmail.com)

### ABSTRACT

The objective of this study is to examine the influence of plantar pressure on the performance of elite female basketball players in sprinting, jumping and balance tests. The study cohort comprised 14 elite female basketball players. Prior to the evaluation, the participants engaged in a 15-minute warm-up exercise regimen. In the evaluation, plantar pressure analysis was conducted, expressed as a percentage, along with a 10-meter sprint (sec), a countermovement jump test [CMJ] (cm), and a Davies test (sec). These tests were performed in a static bipedal position with the use of a pedobarography device (Analiz Sistem, Istanbul, Turkey). A two-minute period of passive rest was observed between each test. Furthermore, each test was conducted three times, and the most optimal result was included in the study. Statistical analysis was conducted using the Shapiro-Wilk test for homogeneity and the Pearson correlation test. The elite basketball players included in the study exhibited a mean age of  $25.21 \pm 2.992$  years, with a mean BMI value of  $20.78 \pm 1.313$  kg/m<sup>2</sup>. The results of the Shapiro-Wilk test indicated that the data exhibited a homogeneous distribution, with a p-value greater than 0.05. The results of the Pearson correlation test indicated a weak positive correlation between plantar pressure in the left hindfoot in a bipedal position and the 10-meter sprint test ( $r = 0.575$ ). Nevertheless, no significant correlation was identified between the jump, balance and sprint tests. A review of the literature revealed an absence of a discernible correlation between jumping and balance in elite basketball players, a topic that remains a subject of debate. Furthermore, it can be posited that there is a notable correlation between other plantar pressure and balance assessments, which may contribute to a reduced risk of injury in athletes.

**Keywords:** Basketball, Plantar Pressure, Jump, Balance



## MEDENİYETLER ARASI ANTİK SPORLAR VE OYUNLAR ÜZERİNE TARTIŞMALAR

PhD. Kavis TOSTORBAYEV<sup>1</sup>, Erol DOĞAN<sup>2</sup>

Hakas Devlet Üniversitesi, Archeology dprt, Hakasya/Rusya, [kavis77@yandex.ru](mailto:kavis77@yandex.ru)  
Ondokuz Mayıs Üniversitesi Samsun/ Türkiye, [erol.dogan@omu.edu.tr](mailto:erol.dogan@omu.edu.tr)

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı Antik Dönem deki Bazı milletlerde sporun önce çıkış şekillerinin veya günümüzde algılanış durumlarının incelenmesidir. Literatür taraması yapılmıştır.

Mezopotamya ve geniş anlamda Ön Asya kurallı sporun ilk doğduğu yer olarak algılanır. Özellikle güreş ve boksun doğduğu yerdir. Antik Mısırda Fravunlarında spor yapması ve bir çok sporun mezar görsellerinde yer alması sporun Firavunların mirası olarak algılanmasına neden olmuştur. Rekabetçi ruhun, sporda rüşvet ve şikenin doğduğu yer olarak antik Yunan medeniyeti ön plana çıkar. Sporun eğlenceyle ve kan ile bulunduğu durum Roma medeniyeti olarak görülür. Beden ve zihnin dengelenmesi Antik dönem Cin, maneviyatın sporla bulunduğu yer (Spor felsefesi olarak Hindistan ön plana çıkar. Maya ve Aztek spor uygulamalarında güç ve kurban ritüelleri vardı. Binicilik becerisi ve okçuluk mükemmelliğinde İran ve Orta Asya Türkleri ön plandadır.

Sonuç Medeniyetlerin sosyo-kültürel yaşamları ve amaçları doğrultusunda bazı sporlar ön plana çıkarken o medeniyetlerdeki spora bulaştırılan olumsuzluklar hep göz ardı edilmiştir. Bundan sonraki çalışmalarda Değişik Medeniyetlerin spor içerisine soktukları olumsuzluklarında ayrıca incelenmesi önerilir.

**Anahtar Kelimeler:** Antik dönem, Medeniyet, Spor, Oyun



## DEBATES BETWEEN CIVILIZATIONS ON ANCIENT SPORTS AND GAMES

### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the way sports first emerged in some nations in the Ancient Period or their perception today. A literature review was conducted.

Mesopotamia and, in a broad sense, Asia Minor are perceived as the first birthplace of regulated sports. It is especially the birthplace of wrestling and boxing. The fact that Pharaohs in Ancient Egypt practiced sports and many sports were featured in tomb images caused sports to be perceived as the heritage of the Pharaohs. Ancient Greek civilization stands out as the birthplace of the competitive spirit, bribery and match-fixing in sports. The situation where sports meet with entertainment and blood is seen as Roman civilization. Balancing the body and mind Ancient China, the place where spirituality meets sports (India comes to the fore as a sports philosophy. There were power and sacrifice rituals in Mayan and Aztec sports practices. Iranian and Central Asian Turks are at the forefront in horsemanship skills and archery excellence. Conclusion While some sports come to the fore in line with the socio-cultural lives and purposes of civilizations, the negativities associated with sports in those civilizations have always been ignored. It is recommended that future studies also examine the negativities that different civilizations have introduced into sports.

**Keywords:** Antiquity, Civilization, Sports, Games

### GİRİŞ

İnsanoğlunun spora ve oyunlara olan hayranlığı tarihin yıllıklarına kadar uzanır ve medeniyetler arasında kültürel, toplumsal ve rekreasyonel öneme sahip bir doku örer. Mezopotamya'dan antik Çin'e ve Roma'nın büyük arenalarından Hindistan'ın manevi alanlarına kadar her uygarlık kendine özgü sportif hünerlerini ve keyifli uğraşlarını ortaya çıkardı. Spor çeşitli milletlerin kültürel gelişimine uygun olarak uygulanır ve gelişir. Sportif faaliyetlerin ortaya çıkışında antik dönemlerde dinsel törenler ve çeşitli festival önemli rol oynamıştır (Doğan ve İmamoğlu,2023). Antik çağda Tüm gelişmiş milletlerde vücut ve ruhu da güzelleştiren spora çok değer gösterilmiştir (Aksu ve Bıyık,2022). Antik sporlar ve oyunlar yalnızca fiziksel aktiviteler değildir; geçmiş dönemlerin değerlerini, inançlarını ve özelemlerini sergileyerek medeniyetlerin ruhunu somutlaştırırlar. Bu faaliyetler, tanrıları onurlandırmaktan topluluk bağlarını güçlendirmeye, bireysel beceri ve cesareti sergilemeye kadar çeşitli roller üstleniyordu (<https://history-verse.online/exploring>).Antik çağlardan itibaren toplumların yaşamında eğlence, oyun ve spor önemli faaliyet olarak görülmüştür. Sporla ilgili mitolojik öğeler kendini göstermiştir. Halkların yeniden toparlanma ve millet olmasında da geleneklerin büyük rolü olmuştur (Türkmen ve ark., 2017).

### GELİŞME VE SONUÇ

#### I. Mezopotamya Çağı: Sporun Köklendiği Yer

Medeniyetin beşliğinde Mezopotamya rekabetçi faaliyetlerin özünü doğurdu. Mezopotamya sporları sadece oyun değildi; bunlar günlük yaşamın içine örülmüş ritüellerdi. Prestijli Ur Kraliyet Oyunundan güreş ve okçuluktaki fiziksel becerilerin sergilendiği gösterilere kadar bu yarışmalar yalnızca eğlence amaçlı değildi, aynı zamanda dini ve kültürel öneme de sahipti. Mezopotamya sporları, Ur Kraliyet Oyununun ötesinde çok çeşitli etkinlikleri kapsıyordu. Atletizm güreşte, okçulukta, boksta ve araba yarışlarında gelişti. Bu yarışmalar yalnızca fiziksel



gösteriler değil, aynı zamanda dini ve toplumsal önemi bünyesinde barındıran ritüellerdi ( <https://history-verse.online/exploring>).

**Güreşin doğduğu yer:** Güreşin tarihi Milattan 5000 yıl öncesi Sümerler devrine kadar gider. “Gılgamış Destanı” ilk hakemli müsabakaları ortaya çıkaran önemli bir kaynak olarak görülür (Korkmaz,2013). Gılgamış Destanı Tufandan ve Nuh’un gemisinden çok daha önce ortaya çıkmıştır (Rao, 2000).

### II. Mısır Sportif Gelenekleri: Firavunların Mirası

Nil boyunca yolculuk yapan antik Mısır, benzersiz spor etkinlikleriyle zenginleşti. Piramitlerin ihtişamının ortasında eski bir masa oyunu olan Senet, bir eğlenceden daha fazlasıydı; manevi ve sembolik değer taşıyordu. Dini törenler sırasında sergilenen atletizm, fiziksel yetenek ile ilahi lütuf arasındaki bağlantı hakkında çok şey anlatıyordu. Senet’in ötesinde Mısırlılar sayısız sporla uğraşıyordu. Atletik uğraşları yüzme, kürek çekme, cirit atma ve yüksek atlama yarışmalarını kapsıyordu. Bu faaliyetler dini törenlerle iç içe geçerek fiziksel ve ruhsal dengeye vurgu yapıyordu. Krallar veya firavunlar spor yapıyorlar ve spor gösterilerine katılıyorlardı. Eski Mısırda spor kültürün değerlerini yansıtıyordu. Bunun yanında sporun kişiyi fiziksel olarak zinde tutması ve oyunların rahatlatma ve dikkat dağıtma sağlama gibi bir kişinin ruhunu iyileştirmeyi de amaçlıyordu. Spor, eski Mısır eğlence ve boş zamanlarının önemli bir parçasıydı ve günlük kültüründe önemli bir rol oynadı. Eski Mısırlılar, mezar duvarlarını spor yaptıklarını gösteren figürleri çizmişlerdir. Organize sporlara katılan eski Mısırlılar takım sporları yaptılar ve kendilerine özgü formları vardı. Yarışmayı kazananlar, günümüzün altın gümüş ve bronz madalyaları ödüllendirme uygulamasına benzer şekilde, yerleştirildikleri yere renkli olarak işaretlendi. Avcılık popüler bir spordur ve Mısırlılar, avlanmak için köpekleri de kullanırlardı (İmamoğlu,2023; Yamaner ve ark.,2021).

### III. Yunan Etkisi: Rekabetçi Ruhun Doğduğu Yer- Sporda Rüşvet ve şikenin doğduğu yer

Olimpiyat Oyunlarının beşiği olan Yunanistan, atletik hünere yönelik ateşli bir tutkuyu besledi. Olimpiyat Oyunları, Pythian, Nemean ve Isthmian Oyunları sadece yarışmalardan ibaret değildi; bunlar fiziksel mükemmelliğin kutlamalarıydı ve atletizm, sanat ve maneviyatın birliğinin bir kanıtıydı. Yunan spor ortamı Olimpiyat Oyunlarının çok ötesine uzanıyordu. Etkinlikler arasında disk atma, cirit atma, uzun atlama ve araba yarışı yer alıyordu. Bu yarışmalar sadece fiziksel yetenekle ilgili değildi; beden, zihin ve ruhun uyumunu kutladılar ( <https://history-verse.online/exploring>).

**Yunanda çıplak yarışmalar:** MÖ 720'de düzenlenen 15. Olimpiyatlarda kısa mesafe koşusunu kazanan Orsippos adlı bir koşucu beline dolanan bir kumaş bant nedeniyle koşarken düştüğü ve zaferinden sonra sporcuların bundan böyle çıplak yarışmaları gerektiğine karar verilmiştir (John,2018). Tarihçisi Thucydies çıplaklığın kendi zamanında (MÖ 5. yüzyıl ) gerçekleştiğini ileri sürer. Ona göre sportif çıplaklık, Yunanistan'ın doğusundaki Pers düşmanları tarafından sergilenen barbarlık karşısında bir nezaket gösterisi idi. Spartalı kadınların bile çıplak spor yaptığı belirtilir. Erkekler gibi, Spartalı kızlar da erkeklerin önünde çıplak olarak geçit töreni yaptılar. Arkaik Yunanistan'daki Panhellenik yarışmalar genellikle çıplak erkek Yunan vücudunun güzelliğini sergiliyordu (Ermiş ve ark.,2023a). Antik Yunanda olimpiyat da erkekler çıplak olarak yarışmalara katılırken Hera oyunlarında kadınlar giysili olarak yarışmışlardır. Çıplak olarak yarışmak Olimpiyatlar 8. yüzyılda başlamış ve birkaç yıl boyunca bir gelenek haline gelmiştir (Çetin ve Ece,2021; Takahashi,2011).

**Sporda Rüşvet ve şikenin doğduğu yer:** Antik Yunanistan'da ve olimpiyatlarda sporda şike, hile ve yolsuzluklar başladığı belirtilir. Milattan önce yaklaşık 322 yıllarında Callippus adında bir pentatloncu yarışmayı kaybetmeleri için rakiplerine para teklif etmiştir. Genel olarak sporcular arasında anlaşmalar yapılmış olsa da, antrenörler, hakemler ve hatta sporcularının akrabaları da şike ve hileye bulaşmışlardır. Şike yapan sporcuların isimleri yazıtlara yazılarak engellenmeye çalışılmıştır (Ermiş ve ark.,2023b). Olympia'da Zanes adı verilen özel bir sıra

heykel olduğu ve bunların şike yapmış sporcuların ödediği para cezalarıyla dikilen Zeus heykelleri olduğu belirtilir. Pausanias, Milattan önce 388 yılında boksör Eupolus'un Olympia'da üç rakibine rüşvet verdiğini yazmıştır (Hrisopoulos,2021).

#### IV. Roma performansı: Sporun Eğlenceyle ve Kan ile Buluştuğu Yer

Roma'nın amfiteyatrolarında sporlar görkemli gösterilere dönüştü. Gladyatör yarışmaları yalnızca savaşlardan ibaret değildi; toplumsal algıları ve siyasi anlatıları şekillendiren, kan ve cesaretle kazanmış performanslardı. Roma oyunlarının çeşitliliği imparatorluğun çok yönlü doğasını yansıtıyordu. Roma spor gösterileri yalnızca gladyatör yarışmalarını değil aynı zamanda araba yarışlarını, boks, güreşi ve vahşi hayvan avlarını da içeriyordu. Bu olayların büyüklüğü kitleleri eğlendirirken aynı zamanda toplumsal güç ve kudret algısını da etkiledi ( <https://history-verse.online/exploring>).

**Spor arenasında en kanlı mücadeleler:** Spor alanlarında İtalya'da Etruskler'de Roma öncesi dönemde Akdeniz dünyasında yaygın olan bir gösteri vardı. Bu insanların boğalara karşı verdiği mücadeleden oluşuyordu ama kullanılan hileler nedeniyle şansın hayvanın aleyhine olduğu günümüzün boğa güreşinden çok farklıydı. Bunlar, çoğu zaman öldürüldükleri erkeklere benzer dövüşlerdi. Bu antik ritüellerin belirsiz izleri, Pamplona'daki (İspanya) boğaların gösterişli koşusunda varlığını sürdürüyor. Daha sonraları boks maçlarında kanlı dövüşler ve ölümler gerçekleşti. Ama spor alanında Gladyatör oyunları daha tehlikeli bir şeydi: Onlar profesyonellerdi; genellikle ölüme mahkum edilen ya da sırf eğlence olsun diye satın alınan kölelere karşı savaşırlardı. Gerçek Gladyatörler, "sponsorların" Gladyatör Okulu Sahibine ölümüne dövüş için para ödediği önemli gösteriler dışında, çatışmalarda ölmek için değil, insanları eğlendirmek için yargılanıyordu. Bu aşırı derecede pahalıydı ve yalnızca istisnai törenlerde (büyük zaferleri ve bunun sonucunda ortaya çıkan muazzam ganimeti kutlamak için oynanan oyunlar gibi) uygulanırdı. Bu, ölümüne dövüşlerin olmadığı anlamına gelmiyor, sadece iki savaşıdan birinin çok kısa bir eğitimden sonra katledilmek üzere satın alındığı anlamına geliyor (Napolitano,2024).

**Pankreas sporu ve ölüm:** Boks ve güreş sporunun eksiltilmiş tekniklerinin alındığı bir karışım olan pankreas Yunan tarihinde 'dövüş sporları' olarak adlandırılmıştır. Pek çok kültürde, katılımcılardan birini öldürebilecek dövüş sporları veya dövüş sanatları vardı, ancak ölümcül sonucun kesin olduğu çok az kültür var. Örneğin Yunan Olimpiyatları, katılımcıları oldukça sık öldüren bir karma dövüş sanatları dövüşü olan pankreas sporcusunu içeriyordu. Bu spor Roma döneminde de devam etmiştir (Aras ve İmamoğlu,2020a,b).

#### V. Antik Çin: Beden ve Zihnin Dengelenmesi

Çin'in eski spor gelenekleri yalnızca fiziksel değildi; beden, zihin ve ruh arasındaki dengeyi somutlaştırdılar. Dövüş sanatlarından Wei-Chi(Go) ve Xiangqi gibi stratejik masa oyunlarına kadar bu etkinlikler uyum ve disiplini vurgulayan felsefi bir derinliğe sahipti. Çin spor gelenekleri Kung Fu, Tai Chi ve Kendo gibi dövüş sanatlarını kapsıyordu. Bunların yanı sıra Go, Mahjong ve Jianzi gibi stratejik masa oyunları zihinsel beceriyi ve stratejik düşünmeyi sergiliyordu ( <https://history-verse.online/exploring>).

#### VI. Hindistan'ın Spor Felsefesi: Maneviyatın Sporla Buluştuğu Yer

Antik Hindistan'ın kalbinde spor maneviyattan ayrı değildi; iç içe geçmişlerdi. Fiziksel ve zihinsel bir egzersiz olan Yoga, salt bedensel hareketleri aşarak kendini gerçekleştirilmeye yönelik ruhsal arayışı yansıtıyordu. Fiziksel uygunluk sadece bir uğraş değil aynı zamanda Hint felsefi öğretilerinin ayrılmaz bir parçasıydı. Hint sporları güreş, okçuluk ve binicilik gibi fiziksel disiplinlerden Chaturanga (satrancın atası) ve Pachisi (günümüz oyununa benzer) gibi entelektüel oyunlara kadar çeşitlilik gösteriyordu. Bu faaliyetler manevi ilkeleri ve toplumsal değerleri simgeliyordu ( <https://history-verse.online/exploring>).

#### VII. Maya ve Aztek Atletik Uygulamaları: Güç ve Kurban Ritüelleri

Orta Amerika sporları sadece yarışmalardan ibaret değildi; ritüeller ve kurbanlarla doluydular. Orta Amerika Top Oyunu yalnızca sporla ilgili değildi; toplumsal ve ruhsal alanları etkileyen sonuçlarıyla kozmik dengeyi yansıtıyordu. Orta Amerika sporları yalnızca ikonik Orta Amerika Top Oyununu değil aynı zamanda hentbol, taş yuvarlama yarışmaları ve ritüel yarışlar gibi etkinlikleri de kapsıyordu. Bu yarışmaların sonuçları ve sonuçları, salt fiziksel rekabetin ötesine geçerek, derin manevi ve toplumsal önem taşıyordu ( <https://history-verse.online/exploring>).

### VIII. İran Sporları: Binicilik Becerisi ve Okçuluk Mükemmelliği

Antik İran'da ve orta Asyada spor, cesaret ve becerinin bir yansımasıydı. Kökeni Pers biniciliğinden gelen polo, sadece atletik yetenekleri değil aynı zamanda binicilik manevralarındaki sanatı da sergiliyordu. Okçuluk yarışmaları, Pers kültürünün özünü temsil eden hassasiyeti ve stratejik ustalığı simgeliyordu. İran sporları yalnızca polo ve okçuluğu değil aynı zamanda at yarışı, halter ve hatta Tavla ve Nard gibi masa oyunlarını da kapsıyordu. Bu faaliyetler Perslerin fiziksel beceriye ve stratejik düşünmeye olan ilgisini ortaya koydu ( <https://history-verse.online/exploring>). Orta Asya'da Binicilik ve okçuluk en gelişmiş spor faaliyetleri içerisinde sayılılardı.

### KAYNAKLAR

- Aksu A., Bıyık K. (2022). Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite ve Rekreatif Faaliyetlere Katılımda Boş Zaman Engellerinin Araştırılması, Bölüm Sayfaları:60 -71, (Editör: Gamze YILDIRIM ARAZ-Aşkın ŞENTÜRK), Basım sayısı:1, Sayfa sayısı:127, Duvar Kitabevi.
- Aras L., İmamoğlu O. (2020a). Violence Factors in Antique Pancreas Sports. The Journal of International Social Research, 13(71), 350-358.
- Aras L., İmamoğlu O. (2020b). Rules and Techniques of Antique Sports Pancrea, The Journal of International Social Research, 13(72), 367-376 .
- Doğan E., İmamoğlu O. (2023). Antik Olimpiyatlardan Günümüze Spor ve Dini Ritüeller, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Yıl: 11, Sayı: 141, Haziran 2023, s. 70-83
- Ermiş E., Ermiş A., İmamoğlu O. (2023a). Antik Oyunlarda Sporcuların Çıplak Yarışması Üzerine Görüşler, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Yıl: 11, Sayı: 140, Mayıs 2023, s. 69-76, ISSN: 2148-2489 Doi Number: <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.69090>
- Ermiş A., Ermiş E., İmamoğlu O. (2023b). Sporda Şike, Teşvik ve Yolsuzlukların Başlangıcı Üzerine Düşünceler, *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Yıl: 11, Sayı: 141, Haziran 2023, s. 50-57 ISSN: 2148-2489 Doi Number: <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.69092>
- Hrisopoulos F.(2021). Corruption in Sport Existed Even at the Olympics in Ancient Greece, <https://greekreporter.com/2021/07/19/corruption-sport-olympics-ancient-greece/>
- İmamoğlu O. (2023). Equestrian Sport of Ancient Egypt Pharaohs Period and Its Reflections; Chapter 11, pp: 217-242, (Editor: Adem Kaya-Mehmet Türkmen), Applications of Traditional Equestrian Sports in World, Inc. <https://novapublishers.com/shop/applications-of-traditional-equestrian-sports-in-the-world/>
- John G. (2018). What Did the First Ancient Olympians Wear in the Games? <https://classroom.synonym.com/did-first-ancient-olympians-wear-games-11018.html>
- Korkmaz S. (2013). Spor Müzelerinin İşlevleri ve Bir Spor Müzesi Taslağının Yönetmelik Açısından Oluşturulması, İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müze Yönetimi Programı Yüksek Lisans Tezi.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Napolitano G.(2024). Did other Mediterranean cultures (besides Rome) have gladiators or other public bloodsports? <https://www.quora.com/Did-other-Mediterranean-cultures-besides-Rome-have-gladiators-or-other-public-bloodsports>

Rao, V. (2000) Physical Education: APH Publishing.

Takahashi K.(2011). Women and sports in the ancient world. Japan J. Phys. Educ. Hlth. Sport Sci. 56: 19-30

Türkmen, M. Ömer Kaynar, Nurmira Abdybekovan, (2017) “General perspective Ottoman pehlivan / wrestling lodges and Greek Gymnasion / palaistra’s a glance”, Dene tarbiya jhana sport zharshysy vestnik No: 2 (17), ISSN 1694-6707: 49-53.

Yamaner F., İmamoğlu O., Ünlü Ç., Yamaner Y. (2021). “Eski Mısır Sporları Hakkında Bazı Gerçekler Ve Skyball Oyunu” 14. Uluslararası Güncel Araştırmalarla Sosyal Bilimler Kongresi Tam Metinleri, Antalya, (Etidörler: Hatem Fahd Hno - Ömer Bozkurt - Sid Ahmed Soufiane) VI.Cilt, Sh. 1716-1720, : <https://www.recentsocialstudies.org/tr/>

<https://history-verse.online/exploring-ancient-sports-and-games/>



## SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL SPOR OYUNLARINA YÖNELİK MOTİVASYON DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Çağrıhan Eren<sup>1</sup>, Hacı Ali ÇAKICI<sup>2</sup>, Alparslan İNCE<sup>3</sup>, Muhammet Emirhan ÇELİK<sup>4</sup>

<sup>\*1</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ordu, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0007-7449-126X

E-posta: cagri.eren48@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ordu, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0001-9439-1118

E-posta: cakicihaciali@gmail.com

<sup>3</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ordu, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-1617-4809

E-posta: ftrbesyo@hotmail.com

<sup>4</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Ordu, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-9419-4242

E-posta: Emrhncik53@gmail.com

### ÖZET

Çalışmanın amacı spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin dijital spor oyunlarına yönelik motivasyon düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmada betimsel tarama modeli uygulanmıştır. Araştırmanın evreni spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Örneklem ise Ordu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören öğrenciler arasından tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilen 62 erkek 39 kadın katılımcı oluşturmaktadır. Çalışmada "Kişisel Bilgi Formu" ile "Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği" kullanılmıştır. Tekkurşun Demir ve ark. (2018) tarafından geliştirilen Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği 19 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Araştırmanın analizinde normallik varsayımları sonuçlarına göre; ikili karşılaştırmalarda Student T-testi, çoklu kıyaslamalarda ise tek yönlü varyans analizi ve Tukey çoklu karşılaştırma testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonuçlarına göre, yaş, sınıf, bölüm değişkenlerinde anlamlı farklılık olmadığı saptanmıştır. Cinsiyet değişkeninde başarı ve canlanma alt boyutunda, oyun süresi değişkeninde ise başarı ve canlanma ile merak ve sosyal kabul alt boyutları ile dijital oyun oynama motivasyonu ölçeği toplam puanında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Elde edilen bulgularda, erkek katılımcılar ile günlük 5 saat ve üzeri kategorisinde olan öğrencilerin puan ortalamalarının yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak kadın öğrencilere yönelik dijital oyun platformlarına yönlendirilmesi ve genel olarak dijital oyun tanıtımlarının artırılması büyük önem arz etmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, dijital oyun, motivasyon



## AN ANALYSIS OF THE MOTIVATION LEVELS OF FACULTY OF SPORT SCIENCES STUDENTS TOWARD DİĞİTAL SPORTS GAMES

Çağrıhan Eren<sup>1</sup>, Hacı Ali ÇAKICI<sup>2</sup>, Alparslan İNCE<sup>3</sup>, Muhammet Emirhan ÇELİK<sup>4</sup>

<sup>\*1</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Ordu  
ORCID Code: 0009-0007-7449-126X

E-posta: cagri.eren48@gmail.com

<sup>2</sup> Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Ordu,  
Türkiye ORCID Code: 0000-0001-9439-1118

E-posta: cakicihaciali@gmail.com

<sup>3</sup> Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports,  
Ordu, Türkiye ORCID Code: 0000-0003-1617-4809

E-posta: ftrbesyo@hotmail.com

<sup>4</sup> Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports,  
Ordu, Türkiye ORCID Code: 0000-0002-9419-4242

E-posta: Emrhnlk53@gmail.com

### ABSTRACT

The aim of the study is to examine the motivation levels of sports sciences faculty students toward digital sports games. A descriptive survey model was employed in the research. The population of the study consists of students studying at the faculty of sports sciences, while the sample includes 62 male and 39 female participants selected using a random sampling method from students at Ordu University Faculty of Sports Sciences. The "Personal Information Form" and the "Digital Game Motivation Scale" were used in the study. The Digital Game Motivation Scale, developed by Tekkurşun Demir et al. (2018), consists of 19 items and three sub-dimensions. In the analysis of the study, based on the results of normality assumptions, the Student T-test was used for binary comparisons, while one-way ANOVA and Tukey's multiple comparison tests were applied for multiple comparisons. According to the results, no significant differences were found in the variables of age, class, and department. However, significant differences were observed in the achievement and revitalization sub-dimensions for the gender variable, and in the achievement and revitalization, curiosity, and social acceptance sub-dimensions, as well as in the total score of the Digital Game Motivation Scale for the gaming duration variable. The findings indicated that male participants and students in the "5 hours or more daily" category had higher mean scores. As a result, it is highly recommended to encourage female students to engage with digital game platforms and to increase general promotional activities for digital games.

**Keywords:** Sports, Digital Games, Motivation

## GİRİŞ

Dijital spor oyunları, günümüzün dijital eğlence dünyasında önemli bir yer tutmaktadır. Teknolojinin hızla ilerlemesi ve internetin yaygınlaşması, spor oyunlarının sanal ortamlarda oynanmasına olanak sağlamış, bu oyunlar dünya çapında milyonlarca oyuncuya ulaşmıştır. Dijital spor oyunları, gerçek dünyadaki sporların dijital ortama aktarılmasıyla oluşturulmuş sanal platformlardır. Futbol, basketbol, tenis gibi geleneksel sporların dijital versiyonları bu kategoriye dahil olup, oyunlar sadece eğlence aracı olarak değil, aynı zamanda profesyonel organizasyonlar ve rekabetçi turnuvalar için de bir alan oluşturmuştur. FIFA, NBA 2K, eFootball gibi oyunlar, milyonlarca oyuncu tarafından oynanmakta ve e-spor turnuvaları düzenlenmektedir (Karakuş, 2022).

Dijital spor oyunlarının bu denli yaygınlaşması ve popülerleşmesinin ardında, oyuncuların bu oyunlara olan motivasyonlarının önemli bir rol oynadığı düşünülmektedir. Motivasyon, bireylerin bir hedefe ulaşma yönünde gösterdikleri çaba ve ilgiyi tanımlar. Psikolojik açıdan, motivasyon bireylerin davranışlarını yönlendiren temel bir güçtür ve dijital spor oyunları gibi etkileşimli platformlarda motivasyonun önemi daha da artmaktadır. Bu oyunlar, yalnızca eğlence değil, aynı zamanda oyuncuların rekabetçi bir ortamda yeteneklerini sergileyebileceği bir alan sunar. Bu bağlamda, oyuncuların oyunlara katılımını ve oyunlardaki devamlılıklarını etkileyen çeşitli psikolojik faktörler bulunmaktadır (Ural 2008).

Motivasyon teorileri, bireylerin davranışlarını ve etkinliklere katılımlarını açıklamada önemli bir araçtır. Dijital spor oyunlarına yönelik motivasyon, sadece eğlence arayışı veya kazanç sağlama isteğiyle sınırlı değildir. Oyuncular, oyunlar aracılığıyla başarıya ulaşma, sosyal etkileşimlerde bulunma, rekabetçi bir ortamda yer alma ve kişisel becerilerini geliştirme gibi farklı hedeflere sahip olabilirler. Özellikle e-spor dünyasının yükselişi ile profesyonel oyuncuların kazandıkları ödüller ve uluslararası düzeyde tanınma, dijital spor oyunlarına olan ilgiyi daha da artırmıştır (Erathlı Şirin ve ark. 2023).

Bununla birlikte, dijital spor oyunları sadece genç oyuncularla sınırlı kalmamış, her yaş grubundan bireyler bu oyunlarla etkileşime girmeye başlamıştır. Bu durum, oyunlara olan motivasyon düzeylerinin yaş, cinsiyet, kültürel farklılıklar ve sosyal çevre gibi faktörlere bağlı olarak değişebileceğini göstermektedir. Motivasyonun bu çeşitliliği, dijital spor oyunları ve oyuncu deneyimi üzerine yapılan araştırmaların artmasına neden olmuştur. Ancak, dijital spor oyunlarına yönelik motivasyon düzeylerinin nasıl şekillendiği, hangi faktörlerin etkili olduğu ve bu motivasyonun oyuncu davranışlarını nasıl yönlendirdiği konusunda yapılacak araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır (Gulam 2016).

Bu çalışmanın amacı, dijital spor oyunlarına yönelik motivasyon düzeylerini derinlemesine inceleyerek, oyuncuların bu oyunlara katılımını etkileyen psikolojik, sosyo-kültürel ve çevresel faktörleri analiz etmektir. Ayrıca, dijital spor oyunları üzerinden elde edilen motivasyon verilerinin, oyun tasarımcılarına ve organizatörlerine oyun deneyimini geliştirmek, oyuncu katılımını artırmak ve oyun içi etkileşimi güçlendirmek adına sunulabilecek stratejiler hakkında önerilerde bulunmayı hedeflemektedir. Çalışma, dijital spor oyunlarına yönelik motivasyonun sadece bireysel oyun performansını değil, aynı zamanda oyunların kültürel, ticari ve sosyal dinamikler üzerindeki etkilerini de incelemeyi amaçlamaktadır.

Bu bağlamda, dijital spor oyunlarına yönelik motivasyon düzeylerinin anlaşılması, bu oyunların tasarımından oyuncu davranışlarına kadar geniş bir alanda etkili olabilecek önemli sonuçlar doğuracaktır. Bu çalışma, mevcut literatürdeki bilgi boşluklarını doldurarak, dijital spor oyunlarına yönelik motivasyon teorilerinin ve oyuncu deneyimlerinin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlamayı hedeflemektedir.

## ARAŞTIRMA VE BULGULAR

### Araştırmanın Modeli

Çalışmada betimsel özelliği bulunan tarama modeli uygulanmıştır. Tarama modeli, mevcut veya geçmişte olan bir durumun betimlemeyi hedefleyen araştırma yaklaşımıdır (Karasar 2011).

### Evren ve Örneklem

Çalışmanın evreni Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerden oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Ordu Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören öğrenciler arasından tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilmiş 101 katılımcıdan oluşmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmada “Kişisel Bilgi Formu” ve “Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği” kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda; cinsiyet, yaş, sınıf, bölüm ve oyun süresi değişkenleri oluşturmaktadır.

Demir ve Hazar (2018) tarafından geliştirilen Dijital Oyun Oynama Motivasyonu Ölçeği 19 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar; Başarı ve Canlanma, Merak ve Sosyal Kabul ve Oyun İsteğinde Belirsizlik alt boyutlarıdır.

Verilerin Analizi: Çalışmada veri toplama işlemi gerçekleşmeden önce katılımcılara çalışma hakkında bilgi verilmiştir. Bu süreçte katılımcılara herhangi bir süre kısıtlaması yapılmamıştır. Araştırmada ölçek maddelerinin Cronbach alfa katsayıları analiz edilmiştir. Başarı ve Canlanma alt boyutu 0,860, Merak ve Sosyal Kabul alt boyutu 0,961, Oyun İsteğinde Belirsizlik alt boyutunda 0,931 olarak bulunmuştur. Çalışmada normallik varsayımının incelenmesi için skewness-kurtosis değerleri incelenmiştir. Elde edilen sonuca göre, ikili karşılaştırmalarda Student-t testi, çoklu kıyaslamalarda ise tek yönlü varyans analizi ve Tukey çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılmıştır.

Tablo 1. Öğrencilerin Cinsiyet Değişkenine Göre Dijital Oyun Oynama Düzeyi

| Ölçek                      | Cinsiyet | N  | Ortalama | Ss    | P     |
|----------------------------|----------|----|----------|-------|-------|
| Başarı ve Canlanma         | Erkek    | 62 | 14,46    | 5,22  | 0,050 |
|                            | Kadın    | 39 | 12,53    | 4,37  |       |
| Merak ve Sosyal Kabul      | Erkek    | 62 | 28,91    | 10,68 | 0,141 |
|                            | Kadın    | 39 | 25,76    | 9,91  |       |
| Oyun İsteğinde Belirsizlik | Erkek    | 62 | 15,46    | 5,52  | 0,294 |
|                            | Kadın    | 39 | 16,69    | 5,90  |       |
| Toplam Puan                | Erkek    | 62 | 58,85    | 14,91 | 0,207 |
|                            | Kadın    | 39 | 55,00    | 14,73 |       |

Araştırmada cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, başarı ve canlanma alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 2. Öğrencilerin Yaş Değişkenine Göre Dijital Oyun Oynama Düzeyi

| Ölçek                      | Yaş         | N  | Ortalama | Ss    | P     |
|----------------------------|-------------|----|----------|-------|-------|
| Başarı ve Canlanma         | 18-20       | 55 | 12,90    | 4,76  | 0,136 |
|                            | 21-23       | 35 | 15,05    | 4,72  |       |
|                            | 24 ve üzeri | 11 | 13,54    | 6,29  |       |
| Merak ve Sosyal Kabul      | 18-20       | 55 | 26,14    | 9,61  | 0,076 |
|                            | 21-23       | 35 | 30,91    | 10,56 |       |
|                            | 24 ve üzeri | 11 | 25,27    | 12,61 |       |
| Oyun İsteğinde Belirsizlik | 18-20       | 55 | 16,12    | 6,02  | 0,856 |
|                            | 21-23       | 35 | 15,51    | 5,50  |       |



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|             |             |    |       |       |       |
|-------------|-------------|----|-------|-------|-------|
|             | 24 ve üzeri | 11 | 16,36 | 4,73  |       |
| Toplam puan | 18-20       | 55 | 55,18 | 13,08 | 0,129 |
|             | 21-23       | 35 | 61,48 | 15,45 |       |
|             | 24 ve üzeri | 11 | 55,18 | 19,78 |       |

Araştırmada yaş değişkenine göre incelendiğinde, dijital oyun oynama motivasyonu ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin Bölüm Değişkenine Göre Göre Dijital Oyun Oynama Düzeyi

| Ölçek                      | Bölüm                              | N  | Ortalama | Ss    | P     |
|----------------------------|------------------------------------|----|----------|-------|-------|
| Başarı ve Canlanma         | Spor Yöneticiliği                  | 78 | 13,64    | 5,03  | 0,763 |
|                            | Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği | 23 | 14,00    | 4,88  |       |
| Merak ve Sosyal Kabul      | Spor Yöneticiliği                  | 78 | 27,30    | 10,59 | 0,487 |
|                            | Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği | 23 | 29,04    | 10,09 |       |
| Oyun İsteğinde Belirsizlik | Spor Yöneticiliği                  | 78 | 16,19    | 5,82  | 0,415 |
|                            | Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği | 23 | 15,08    | 5,17  |       |
| Toplam Puan                | Spor Yöneticiliği                  | 78 | 57,14    | 14,17 | 0,781 |
|                            | Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği | 23 | 58,13    | 17,46 |       |

Araştırmada bölüm değişkenine göre incelendiğinde, dijital oyun oynama motivasyonu ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 4. Öğrencilerin Sınıf Değişkenine Göre Göre Dijital Oyun Oynama Düzeyi

| Ölçek                      | Sınıf   | N  | Ortalama | Ss    | P     |
|----------------------------|---------|----|----------|-------|-------|
| Başarı ve Canlanma         | 1.sınıf | 27 | 12,25    | 4,16  | 0,167 |
|                            | 2.sınıf | 35 | 13,57    | 4,46  |       |
|                            | 3.sınıf | 18 | 15,55    | 6,02  |       |
|                            | 4.sınıf | 21 | 14,28    | 5,52  |       |
| Merak ve Sosyal Kabul      | 1.sınıf | 27 | 23,96    | 8,06  | 0,167 |
|                            | 2.sınıf | 35 | 28,48    | 10,04 |       |
|                            | 3.sınıf | 18 | 30,27    | 12,34 |       |
|                            | 4.sınıf | 21 | 29,00    | 11,56 |       |
| Oyun İsteğinde Belirsizlik | 1.sınıf | 27 | 16,88    | 5,11  | 0,643 |
|                            | 2.sınıf | 35 | 15,45    | 5,93  |       |
|                            | 3.sınıf | 18 | 16,50    | 7,32  |       |
|                            | 4.sınıf | 21 | 15,04    | 4,34  |       |
| Toplam Puan                | 1.sınıf | 27 | 53,11    | 11,49 | 0,233 |
|                            | 2.sınıf | 35 | 57,51    | 15,54 |       |
|                            | 3.sınıf | 18 | 62,33    | 15,25 |       |
|                            | 4.sınıf | 21 | 58,33    | 16,76 |       |

Araştırmada sınıf değişkenine göre incelendiğinde, dijital oyun oynama motivasyonu ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin Oyun Süresi Değişkenine Göre Göre Dijital Oyun Oynama Düzeyi

| Ölçek                      | Oyun süresi | N  | Ortalama | Ss    | P     |
|----------------------------|-------------|----|----------|-------|-------|
| Başarı ve Canlanma         | 1-2 saat    | 63 | 13,00    | 4,92  | 0,009 |
|                            | 3-4 saat    | 24 | 13,45    | 4,64  |       |
|                            | 5 ve üzeri  | 14 | 17,42    | 4,43  |       |
| Merak ve Sosyal Kabul      | 1-2 saat    | 63 | 26,26    | 10,67 | 0,019 |
|                            | 3-4 saat    | 24 | 27,29    | 9,51  |       |
|                            | 5 ve üzeri  | 14 | 34,85    | 8,52  |       |
| Oyun İsteğinde Belirsizlik | 1-2 saat    | 63 | 15,46    | 5,79  | 0,491 |
|                            | 3-4 saat    | 24 | 17,08    | 4,36  |       |
|                            | 5 ve üzeri  | 14 | 16,14    | 7,09  |       |
| Toplam puan                | 1-2 saat    | 63 | 54,73    | 14,94 | 0,007 |
|                            | 3-4 saat    | 24 | 57,83    | 12,63 |       |
|                            | 5 ve üzeri  | 14 | 68,42    | 13,90 |       |

Araştırmada sınıf değişkenine göre incelendiğinde, dijital oyun oynama motivasyonu ölçeği toplam puanı, başarı ve canlanma ile merak ve sosyal kabul alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

## SONUÇ

Araştırmada yaş, bölüm ve sınıf değişkenlerinde herhangi bir anlamlı farklılık bulunmazken; cinsiyet ve oyu süresi değişkenlerinde ise bazı alt boyutlar ve ölçek toplam puanda anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Çalışmada cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, başarı ve canlanma alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Yapılan analizde erkeklerin kadınlara göre puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu durum, erkeklerin dijital oyun oynama noktasında daha aktif olduklarını göstermektedir. Alan yazın incelendiğinde, Demir ve Cicioğlu (2019) tarafından yapılan çalışma ile mevcut araştırma kısmen benzerlik göstermektedir. Yaş, spor yaşı ve sınıf değişkenleri incelendiğinde ise, dijital oyun oynama motivasyonu ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. Demir ve Cicioğlu (2019)'nun çalışmasında sınıf değişkenine göre oyun isteğinde belirsizlik alt boyutu ile ölçek toplam puanında anlamlı farklılık olduğu belirtilmiştir. Bu sonuç ile araştırma sonucu uyuşmamaktadır. Araştırmada sınıf değişkenine göre incelendiğinde, dijital oyun oynama motivasyonu ölçeği toplam puanı, başarı ve canlanma ile merak ve sosyal kabul alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Elde edilen bulgular neticesinde, 5 saat ve üzeri olanların puan ortalamaları yüksek olduğu bulunmuştur. Bu durum, oyun oynama süresi fazla olanların motivasyon düzeylerinin de fazla olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak kadın öğrencilere yönelik dijital oyun platformlarına yönlendirilmesi ve genel olarak dijital oyun tanıtımlarının artırılması büyük önem arz etmektedir.

## KAYNAKLAR

- Demir, G.T., Cicioğlu, H. İ. (2019). Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu iLE dijital oyun oynama motivasyonu arasındaki ilişkinin incelenmesi. SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 17(3), 23-34.
- Demir, G.T., Hazar, Z. (2018). Dijital oyun oynama motivasyonu ölçeği: geçerlik ve güvenirlik çalışması. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 12(2), 128-139.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Eratlı Şirin, Y., Şeker, İ., Can, B., & Uzunca, C. (2023). Z kuşağı sporcu-öğrencilerin e-spor katılım motivasyonlarının akademik başarıları üzerine etkisi: tanımlayıcı araştırma. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 15(3).

Gulam, A. (2016). Recreation–need and importance in modern society. *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*, 1(2), 157-160.

Karakuş, K. (2022). Espor Oyuncularının Sporcu Kimlikleri ile Etkili İletişim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 5(2), 241-253. <https://doi.org/10.38021/asbid.1117316>.

Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.

Ural, O. (2008). Futbolda takım performansına etki eden motivasyonel faktörlerin belirlenmesine yönelik bir uygulama (Gençlerbirliği Spor Kulübü Örneği) (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).



## BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİNDEN ALGILANAN DESTEKLEYİCİ VE KISITLAYICI GÜDÜSEL İKLİMİN BEDEN EĞİTİMİ DERSİNE YÖNELİK GÜDÜLENME VE SERBEST ZAMANDA FİZİKSEL AKTİVİTE DAVRANIŞI ÜZERİNDEKİ ROLÜ

\*<sup>1</sup>Melisa AÇIKEL, <sup>2</sup>Nurgül KESKİN AKIN

\*<sup>1</sup>Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ağrı, Türkiye

E-posta: acikelmelisa06@gmail.com

<sup>2</sup>Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ağrı, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-0286-051X

E-posta: nurgulkeskin28@gmail.com

### ÖZET

**Amaç:** Araştırmanın amacı ortaokul öğrencilerinde beden eğitimi öğretmeninden algılanan destekleyici ve kısıtlayıcı güdüsel iklimin beden eğitimi dersine yönelik güdülenme ve serbest zamanda fiziksel aktivite (SZFA) davranışı üzerindeki yordayıcı etkisinin incelenmesidir.

**Yöntem:** Araştırmaya, devlete bağlı ortaokullarda öğrenim görmekte olan 307 kız ( $\bar{X}_{yaş}=12,34\pm0,97$ ) 293 erkek ( $\bar{X}_{yaş}=12,41\pm0,92$ ) yaş ortalamaları  $\bar{X}=12,37\pm0,95$  yıl olan toplamda 600 öğrenci katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu, Beden Eğitimi Öğretmeninden Algılanan Destekleyici ve Kısıtlayıcı Güdüsel İklim Ölçeği, Beden Eğitiminde Durumsal Güdülenme Ölçeği ve Haftalık Fiziksel Aktivite Anketi kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS AMOS 24 aracılığıyla yapısal eşitlik modellenmesi (YEM) kullanılmıştır.

**Bulgular:** YEM analizi ile incelenen doğrudan ve dolaylı etkilerin test edildiği modelin uyum değerleri ( $\chi^2/df=2,00$  RMSEA=0,04, CFI=0,90, TLI=0,90, IFI=0,90, SRMR=0,05) yeterli uyuma sahip olduğunu göstermiştir. Çalışma sonuçları, beden eğitimi öğretmeninden algılanan destekleyici güdüsel iklimin beden eğitimi dersine içsel güdülenmenin pozitif belirleyicisi olduğunu göstermektedir ( $\beta=0,31$ ;  $p<0,001$ ). Beden eğitimi öğretmeninden algılanan kısıtlayıcı güdüsel iklimin beden eğitimi dersine içsel güdülenmenin üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır ( $\beta=0,03$ ;  $p>0,05$ ). Destekleyici güdüsel iklimin serbest zamanda fiziksel aktivite davranışı üzerinde anlamlı etkisi bulunmazken ( $\beta=0,06$ ;  $p>0,05$ ), kısıtlayıcı güdüsel iklimin pozitif etkisi vardır ( $\beta=0,17$ ;  $p<0,01$ ). Hem destekleyici hem de kısıtlayıcı güdüsel iklimin içsel güdülenme aracılığıyla serbest zamanda fiziksel aktivite davranışı üzerindeki dolaylı etkisi ise anlamlı değildir ( $p>0,05$ ).

**Sonuç:** Sonuç olarak, beden eğitiminde algılanan destekleyici güdüsel iklimin içsel güdülenmeyi arttırdığı ve kısıtlayıcı güdüsel iklimin serbest zamanda fiziksel aktivite davranışını arttırdığı söylenebilir. Araştırma sonuçlarının öğrencilerin serbest zamanda fiziksel aktivite davranışlarının hem durumsal hem de öğretmenden kaynaklı olarak dışsal nedenlerinin anlaşılmasına katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

**Anahtar sözcükler:** Destekleyici ve kısıtlayıcı güdüsel iklim, beden eğitimi dersi, güdülenme, serbest zamanda fiziksel aktivite

**NOT:** Bu araştırma TÜBİTAK 2209-A - Üniversite Öğrencileri Araştırma Projeleri Destekleme Programı 2023 yılı 1. dönem çağrısı kapsamında desteklenmiştir. TÜBİTAK'a teşekkür ederiz.



**THE ROLE OF EMPOWERING AND DISEMPOWERING MOTIVATIONAL  
CLIMATE PERCEIVED FROM PHYSICAL EDUCATION TEACHER ON  
MOTIVATION TOWARDS PHYSICAL EDUCATION CLASS AND LEISURE TIME  
PHYSICAL ACTIVITY BEHAVIOUR**

\*<sup>1</sup>Melisa AÇIKEL, <sup>2</sup>Nurgül KESKİN AKIN

\*<sup>1</sup>Ağrı İbrahim Çeçen University, Faculty of Sports Science, Ağrı, Türkiye

E-mail: acikelmelisa06@gmail.com

<sup>2</sup>Ağrı İbrahim Çeçen University, Faculty of Sports Science, Ağrı, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-0286-051X

E-mail: nurgulkeskin28@gmail.com

**ABSTRACT**

**Aim:** The aim of the study was to investigate the predictive effect of empowering and disempowering motivational climate perceived from physical education teacher on motivation towards physical education (PE) class and leisure time physical activity behaviour in secondary school students.

**Method:** A total of 600 students, 307 female ( $\bar{X}_{yas}=12,34\pm 0,97$ ) and 293 male ( $\bar{X}_{yas}=12,41\pm 0,92$ ) students, with an average age of  $\bar{X}=12,37\pm 0,95$ , who were studying in public secondary schools participated in the study. Personal Information Form, The Teacher Created Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire in Physical Education, Situational Motivation Scale in Physical Education and Weekly Physical Activity Questionnaire were used as data collection tools. Structural equation modelling (SEM) was used to analyse the data using SPSS AMOS 24.

**Results:** The fit values ( $\chi^2/df=2.00$  RMSEA=0.04, CFI=0.90, TLI=0.90, IFI=0.90, SRMR=0.05) of the model, in which direct and indirect effects were tested by SEM analysis, showed that it had an adequate fit. The results of the study show that the empowering motivational climate perceived from the PE teacher is a positive determinant of intrinsic motivation for PE ( $\beta=0.31$ ;  $p<0.001$ ). The disempowering motivational climate perceived from the PE teacher had no significant effect on intrinsic motivation for PE ( $\beta=0.03$ ;  $p>0.05$ ). Empowering motivational climate had no significant effect on leisure-time physical activity behaviour ( $\beta=0.06$ ;  $p>0.05$ ), while disempowering motivational climate had a positive effect on leisure-time physical activity behaviour ( $\beta=0.17$ ;  $p<0.01$ ). The indirect effect of both empowering and disempowering motivational climate on leisure-time physical activity behaviour through intrinsic motivation was not significant ( $p>0.05$ ).

**Conclusion:** It can be said that the perceived empowering motivational climate increases intrinsic motivation in PE and disempowering motivational climate in PE class increase students' leisure-time physical activity behaviour. The results of this research contribute to the understanding of both the situational and external causes of students' leisure time physical activity behaviors.

**Keywords:** Empowering and disempowering motivational climate, physical education class, motivation, leisure time physical activity

**NOTE:** This research was supported by TÜBİTAK 2209-A - University Undergraduate Research Projects Support Program 2023 1st Call. We would like to thank TÜBİTAK for their support.



## TÜRK OKÇULUĞUNUN TARİHSEL VE KÜLTÜREL PERSPEKTİFTEN İNCELENMESİ

PhD. Nadejda TIDIKOVA<sup>1</sup>, Dr.Öğr.Üyesi Mehmet DERELİOĞLU<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Gorno-Altayskiy State University, Altay / Rusya, [ntydykova@mail.ru](mailto:ntydykova@mail.ru)

<sup>2</sup>Avrasya Üniversitesi, Trabzon/ Türkiye,

[mehmetderelioglu61@hotmail.com](mailto:mehmetderelioglu61@hotmail.com)

### ÖZET

Bu araştırma, Türk okçuluğunun tarihsel gelişimini, kültürel ve askeri önemini, özellikle atlı okçuluğun oynama şekli ve etkilerini incelemektedir. Türk okçuluğu, Orta Asya'dan Osmanlı İmparatorluğu'na uzanan süreçte hem savaş hem de spor amacıyla kullanılmış, Osmanlı döneminde teknik ve ritüelistik açıdan zirveye ulaşmıştır. Araştırma bulgularına göre, Türk okçuluğu, sadece askeri bir strateji değil, aynı zamanda Türk kültürünün sosyal ve ritüel hayatında önemli bir yer edinmiştir. Osmanlı'daki Okmeydanı gibi merkezler, okçuluğun yaygınlaştırılmasında ve bir spor dalı olarak kalıcı hale gelmesinde kritik bir rol oynamıştır. Günümüzde, Türk okçuluğu ve özellikle atlı okçuluk, geleneksel sporların canlandırılması kapsamında yeniden ilgi görmektedir. Araştırma, bu mirasın korunmasının ve modern toplumla entegre edilmesinin önemine vurgu yapmaktadır. Türk okçuluğu, fiziksel becerilerin yanı sıra kültürel kimliğin devamlılığına hizmet eden bir araç olarak değerlendirilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Türk Okçuluğu, Atlı Okçuluk, Kültürel Miras, Osmanlı Dönemi

## HISTORICAL AND CULTURAL PERSPECTIVES ON TURKISH ARCHERY

### ABSTRACT

This study examines the historical development, cultural and military significance of Turkish archery, focusing on the playing style and impacts of mounted archery. Turkish archery, utilized for both warfare and sport from Central Asia to the Ottoman Empire, reached its peak during the Ottoman period in terms of techniques and rituals. Findings reveal that Turkish archery was not merely a military strategy but also held a significant place in the social and ritual life of Turkish culture. Centers such as Okmeydanı in the Ottoman era played a pivotal role in popularizing archery and establishing it as a permanent sport. Today, Turkish archery, particularly mounted archery, is regaining interest as part of efforts to revive traditional sports. The study emphasizes the importance of preserving this heritage and integrating it into modern society. Turkish archery is regarded as a tool that serves not only physical skills but also the continuity of cultural identity.

**Keywords:** Turkish Archery, Mounted Archery, Cultural Heritage, Ottoman Era

### GİRİŞ

Türk okçuluğu, Türk toplumunun tarihsel gelişiminde derin bir yer tutan önemli bir spordur. Orta Asya'dan Anadolu'ya kadar uzanan süreçte, Türkler okçuluğu bir savaş sanatı ve avlanma aracı olarak kullanmış, aynı zamanda bu sporun kültürel bir simge hâline gelmesine katkı sağlamışlardır. Türk okçuluğu, özellikle Osmanlı İmparatorluğu döneminde, geliştirilmiş teknikleri ve ritüelleri ile dikkat çekmiş, birçok okçuluk alanında dünya çapında bir prestij kazanmıştır. Sultan Orhan'ın Bursa'da Atıcılar meydanından başlayarak Osmanlı şehrinde birçok ok atışı yapılan ok meydanı tespit edilmiştir Yönel ve Türkmen, (2019). Bu sporda kullanılan yaylar, diğer kültürlerdeki okçuluk sporlarında kullanılan yaylardan farklı olarak

hem daha kısa hem de daha kıvrıktır. Bu tasarım, hareket hâlindeki bir at üzerinden ok atmayı kolaylaştırdığı için, Türk okçuluğuna hız ve isabet kabiliyeti kazandırmıştır. Türk okçuluğu ve yay yapımı en mükemmel dönemini Osmanlılarla yaşadı. Takriben 15. ve 16. Yüzyıllar arasında dönemin savaş teknolojileri baz alınarak yapılan Osmanlı yayları ve okları, kullanan için üst düzey bir manevra yetisi sağlayarak en az ağırlığa ve en kısa uzunluğa (90 cm. civarlarına) sahip olacak şekilde geliştirilmiştir Metina ve ark., (2018). Türk okçuluğunun en bilinen formlarından biri "atlı okçuluk"tur. Bu spor savaşlarda ve eğlencelerde kullanılan bir beceri olarak görülmüştür. Okçular, özellikle Osmanlı döneminde büyük saygı görmüş, İstanbul'daki Okmeydanı gibi yerlerde okçuluk meydanları kurulmuştur. Okçular için düzenlenen yarışmalar ve törenler, Türk kültüründe bu sporun önemini ortaya koyar. Osmanlı Sultanı II. Mahmud döneminde kurulan okçuluk tekkeleri, Türk okçuluğunun disiplinli bir spor dalı olarak kalıcı olmasını sağlamıştır. Türk okçuluğu, aynı zamanda bir savaş sanatı olarak da gelişmiş ve Osmanlı ordusunda etkin bir şekilde kullanılmıştır. Osmanlı askerleri, seferlerde gösterdikleri at üzerindeki hızlı ve isabetli ok atma yetenekleriyle büyük bir üne sahip olmuştur. İlk Türk topluluklarının ortaya çıkışından itibaren okçuluk, Türk kültürü ve savaş tarihinde en önemli ve köklü geleneklerden biri olmuştur Atalay ve Akbulut, (2013).

### **Türk Okçuluğunun Tarihsel Gelişimi**

Türkler ise Hz. Âdem'den sonra ilk defa ok yapıp atanın İsfendiyar isimli bir Türk olduğuna inanırlardı Özkafa, (2018). Türk okçuluğu, tarihsel olarak Türk toplumunun askeri ve kültürel kimliğinde önemli bir yer tutmuştur. Türklerin okçulukla ilgisi, Orta Asya'da göçebe yaşam tarzı sürdürdükleri dönemlere kadar uzanır. İlk Türk kavimlerinin atlı okçulukta gösterdiği başarı, sadece av<sup>5</sup>lanma becerisi değil, aynı zamanda savaş stratejilerinin de ayrılmaz bir parçası olmuştur. Bu dönemde ok ve yay, Türklerin hareketli yaşam tarzına uygun, taşınabilir ve etkili bir silah olarak büyük bir değer kazanmıştır. Orta Asya'dan itibaren Türk okçuluğu, özellikle at üzerinde ok atma kabiliyeti ile öne çıkmış ve Türklerin savaş alanlarında üstünlük kurmalarında belirleyici rol oynamıştır. Göçebe yaşam tarzının getirdiği sürekli hareket halinde olma durumu, Türk okçularını hem at üzerinde hem de yaya olarak büyük bir çeviklik ve beceri ile ok atma yeteneğine yönlendirmiştir. Bu dönemde kullanılan yaylar, Asya tipi kompozit yaylar olup, kemik, tahta ve boynuzun birleştirilmesi ile yapılan esnek ve güçlü yaylar olarak bilinir. Türk okçuluğu, Osmanlı İmparatorluğu döneminde zirveye ulaşmış ve bir sanat haline gelmiştir. Osmanlılar, okçuluğu bir spor dalı ve askeri eğitim aracı olarak kullanmış, aynı zamanda okçuluk alanında çeşitli yarışmalar ve törenler düzenlemiştir. Özellikle İstanbul'daki Okmeydanı, okçuluğun gelişiminde önemli bir merkez haline gelmiş ve burada okçular için

<sup>5</sup> Resim1. Geriye ok atan Türk atlı okçu, 16. Yy. Kazvin (tsm. H. 2165, v, 42b)..

eğitim ve müsabakalar yapılmıştır. Bu dönemde okçular, sadece savaş için değil, aynı zamanda çeşitli sosyal ve dini törenlerde de gösteriler yaparak toplumsal bir rol oynamışlardır.

Osmanlı İmparatorluğu'nun son dönemlerine doğru ise modern ateşli silahların yaygınlaşmasıyla okçuluğun askeri önemi azalmış, ancak kültürel bir miras olarak varlığını sürdürmüştür. Osmanlı'da okçuluk, iki temel kategoride uygulanıyordu: hedef atışları ve menzil atışları. Hedef atışlarında, "puta" adı verilen özel bir hedefe nişan alındığı için bu tür atışlara "puta atışı", bu atışlarla gerçekleştirilen yarışmalara ise "puta koşusu" adı verilirdi Acar ve Özveri, (2017). İslam'dan sonra Türklerde, ok-yay, dinî çerçevede yorumlanmaya ve dinî temellere oturtulmaya gayret gösterilmiştir. Bu gayret çerçevesinde Türklerde ok-yay, Allah'ın bizzat gönderdiği cennetten gelen kutsal bir emanet, eşya biçiminde algılanmıştır Küçük, (2018). Günümüzde Türk okçuluğu, yeniden canlanarak geleneksel sporlar arasında önemli bir konuma ulaşmış ve kültürel mirasın değerli bir parçası olarak kabul görmüştür. Bu nedenle, Türk okçuluğunun tarihsel süreci, hem askeri hem de kültürel anlamda Türk toplumunun kimliğini şekillendiren temel unsurlardan biri olarak öne çıkmaktadır. Ancak, 16. yüzyılın sonlarına doğru ok ve yayın askeri alandaki önemini yitirmesiyle birlikte, atlı okçulara duyulan ihtiyaç azalmış ve bu doğrultuda atlı okçuluk zayıflama sürecine girmiştir Özgen, (2010).



### Atlı Okçuluğun Oynama Şekli ve Kültürel Etkisi

Atı ehlileştiren ve dünya uygarlığına kazandıran toplulukların Proto Türkler (ön türkler) oldukları yerli ve yabancı kaynaklarda belirtilmektedir (Türkmen, 1996). Atlı okçuluk, Türk toplumunun tarihsel süreçte geliştirdiği ve bir askeri strateji unsuru olarak kullandığı bir spor dalıdır. Türkler, Orta Asya'dan başlayarak farklı bölgelere göç etmiş ve hayvanları için yeni otlaklar ile kendileri için özgürce yaşayabilecekleri topraklar aramışlardır. Bu sürekli hareketlilik içinde, rakiplerine karşı üstünlük sağlamak amacıyla atı çeşitli amaçlarla kullanmışlardır. Özellikle, at üzerindeyken hareket halindeyken geriye dönerek ok atabilme yetenekleri dikkat çekmiştir Polatcan, (2022). Türk atlı okçuluğu, Orta Asya'da başlayarak

Osmanlı döneminde zirveye ulaşmış, modern dönemde ise yeniden canlanmıştır. Atlı okçuluk, sadece bir spor ya da askeri eğitim aracı değil, aynı zamanda kültürel ve ritüel bir etkinlik olarak da Türk toplumunda önemli bir yer tutmuştur. Oynama şekli, at üzerinde hareket halindeyken hedeflere ok atmayı içerir. Atın hareketliliği ve okçunun çevikliği, oyunun merkezinde yer alır. At üzerindeki okçu, okunu yayına yerleştirirken hızla hareket eden bir hedefe doğru nişan alır ve okunu fırlatır. Bu süreç, atın kontrolünü sağlamayı ve hedefi başarıyla vurmaya gerektirdiği için büyük bir beceri ve denge yeteneği gerektirir. Atlı okçulukta temel amaç, düşmana hızla yaklaşarak saldırı yaparken aynı hızla uzaklaşmaktır. Bu, Türk savaş taktiklerinin bir parçası olarak yüzyıllar boyunca kullanılmıştır. Atlı okçuluk, Türk toplumunda sadece askeri bir yetenek olarak değil, aynı zamanda sosyal ve kültürel yaşamın bir parçası olarak da önemli bir yer bulmuştur. Osmanlı döneminde saray ve halk arasında okçuluk yarışmaları düzenlenmiş, Okmeydanı gibi yerler okçuluk eğitiminin yapıldığı önemli merkezler haline gelmiştir. Bu alanlar, aynı zamanda okçuluk sporunun ritüelleştiği ve çeşitli dini ve kültürel törenlerle birleştirildiği yerler olarak bilinir. Modern dönemde, atlı okçuluk sporunun yeniden canlandırılması, geleneksel Türk sporlarının kültürel miras olarak korunması çabalarının bir parçasıdır. Geleneksel yöntemlerle eğitilen atlı okçular, yarışmalar ve gösterilerde performans



sergileyerek, bu mirası yaşatmaya devam etmektedirler. Bu tür etkinlikler, yerel halk için bir eğlence ve de genç nesiller için bir eğitim aracı olarak önem taşır.

### Sonuç Öneriler

Türk okçuluğu, tarih boyunca Türk toplumunun hem askeri hem de kültürel kimliğini şekillendiren önemli bir unsur olmuştur. Osmanlı okçularının kırdığı atış rekorları, yakın zamana kadar Avrupalı okçular tarafından aşılmayı başaramamıştır. Bu başarının ardındaki en önemli etken, Türklerin kullandığı bileşik yaylardı. Yapımı 5 ila 10 yıl süren bu yaylar, ahşap, boynuz ve sinir tabakalarının bir araya getirilmesiyle üretiliyordu Köksal, (2001). Orta Asya'dan başlayarak Osmanlı döneminde zirveye ulaşan Türk okçuluğu, özellikle atlı okçuluk gibi dinamik bir formuyla hem savaş hem de spor alanında etkileyici bir miras bırakmıştır. Bu miras, günümüzde geleneksel sporların korunması ve yaşatılması kapsamında yeniden canlanmaktadır. Okçuluğun toplum içindeki önemi ve yaygınlığı, zorunlu askerî ve ekonomik alan dışında sosyal hayatta da okçuluk uygulamalarının gelişmesine, ulaşılan ve bireye sosyal statü kazandıran performansın yarışma ortamlarında başkalarıyla kıyaslanmasına yol açmıştır Yıldırım . Türk okçuluğunun modern dönemdeki önemi, yalnızca bir fiziksel aktivite veya rekabet unsuru olmasından değil, aynı zamanda kültürel bir kimlik taşıyıcısı olmasından kaynaklanmaktadır. Osmanlı döneminde Okmeydanı gibi mekânlarda düzenlenen müsabakalar ve törenler, bu sporun sosyal bağlarını güçlendirmiş ve toplumun geniş kesimlerine ulaşmasını sağlamıştır. Bugün bu tür etkinlikler, kültürel mirasın korunmasında ve genç nesillere aktarılmasında önemli bir rol oynamaktadır. Ancak Türk okçuluğunun askeri önemini kaybetmesi, modern dönemlerde bu sporun görünürlüğünü bir ölçüde azaltmıştır. Bu durum, geleneksel sporların dijitalleşme ve popülerleştirme stratejileriyle yeniden ele alınmasını gerektirmektedir (Küçük, 2018). Atlı okçuluk, modern toplumda hem kültürel hem de estetik açıdan dikkat çeken bir alan olma potansiyeline sahiptir; çünkü bu spor, hem üst düzey bir yetenek gerektirir hem de ritüelistik özellikler taşır (Türkmen, 1996).

Sonuç olarak, Türk okçuluğu yalnızca geçmişin bir mirası değil, aynı zamanda kültürel devamlılığı sağlayan bir araç olarak değerlendirilmektedir. Sporun tarihi ve kültürel boyutları üzerine yapılan araştırmalar, bu mirasın korunmasına ve yeniden canlandırılmasına yönelik stratejiler geliştirilmesi açısından önem taşımaktadır. Böylelikle Türk okçuluğu, geçmiş ile gelecek arasında bir köprü kurarak ulusal kimliğin şekillenmesine katkı sağlayacaktır.

### KAYNAKÇA

- Türkmen, M., & Buyar, C. (2019). Osmanlı Devleti'nde Atlı Avcılıktan Bir Kesit. *Journal Of International Social Research*, 12(66).
- Yönel, G., & Türkmen, M. (2019). Türk Kültür Yaşamında Okçuluk. *The Journal Of Academic Social Science*, 55(55), 523-533.
- Atalay, Ö. G. A., & Akbulut, A. K. (2013). Türk Spor Kültürünün Eşsiz Örneği: Okçular Tekkesi. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergi*, 1(18), 144-154.
- Küçük, M. A. (2018). İslâm Öncesinden Sonrasına Türk Geleneğinde Bir Yaşam Stili: "Okçuluk". *Uluslararası Kültürel Ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(1), 178-191.
- Türkmen, M. (1996). Türklerde Geleneksel Atlı Sporların Yapılışı, Kaynağı Ve Bilinmeyen Yeni Boyutları. Yayımlanmamış Doktora Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
- Polatcan, İ. (2022). Geçmişten Günümüze Türklerde Sportif Ve Kültürel Bağlamda Atlı Okçuluk. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim (Teke) Dergisi*, 11(3), 1346-1363
- Özgen, M. (2010). Osmanlı Şenliklerinde Bir Gösteri Sporu: Kabak Oyunu. *Acta Turcica Çevrimiçi Tematik Türkoloji Dergisi*, 2(1), 378-393.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Acar, Ş., & Özveri, M. (2017). Bir İstanbul okçuluk menzilhâmesi. *Osmanlı Bilimi Araştırmaları*, 18(2), 24-58.
- Özkafa, F. (2018). Okçuluk ve Hat Sanatı. *İnsan Ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 7(3), 1642-1672. <https://doi.org/10.15869/itobiad.418883>
- Köksal, M. F. (2001). “Divan Şiirinde Okçuluk Terimleri” ne Ekler. *Türklük Bilimi Araştırmaları*, (10).



## SPOR BİLİMİ PERSPEKTİFİNDEN ÇÖZÜM ODAKLI PROBLEMLİ AYAK YAPILARININ İNCELENMESİ: PES PLANUS VE PES CAVUS

Kavris TOSTORBAYEV<sup>1</sup> Muhammet, DENİZ<sup>2</sup>

PhD, Hakas Devlet Üniversitesi, Archeology dprt.  
kavris77@yandex.ru

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi,  
muhammetdeniz540@gmail.com

### ÖZET

Bu çalışmada pes planus (düz tabanlılık) ve pes cavus (çukur tabanlılık) ayak problemlerini spor perspektifinden inceleyerek, egzersiz odaklı çözüm sunulması amaçlanmaktadır. Pes planus ve pes cavus sporcuların performansını, sakatlanma riskini ve genel sağlık durumunu etkileyen yaygın ayak deformiteleridir. Bu deformiteler, ayak biyomekaniğini bozarak hareket sırasında enerji verimliliğinin azalmasına, alt ekstremitelerde artan yüke ve uzun vadede diz, kalça ve bel eklemlerinde aşırı yüklenme nedeniyle ağrı ve sakatlıklara yol açabilir. Pes planus, mediyal longitudinal kemerin çökmesi ile karakterize edilir ve genellikle aşırı pronasyon ile ilişkilidir. Bu durum, yetersiz mekanik destek nedeniyle alt ekstremitte boyunca denge sorunlarına ve tekrarlayan stres yaralanmalarına neden olabilir. Pes cavus ise, kemerin aşırı yüksek olduğu, rijitlik ve yetersiz şok absorpsiyonu ile karakterize edilen bir durumdur. Bu deformite, özellikle darbeye duyarlı spor aktivitelerinde ayak ve alt ekstremitelerde artan sakatlık riskiyle ilişkilidir. Her iki deformite, yalnızca ayakta değil, kinetik zincirin diğer bileşenlerinde de sorunlara neden olabilir. Örneğin, pes planus, ayak bileği ve dizde artan pronasyon yükleriyle bağlantılı iken, pes cavus, metatarsal stres kırıkları ve kronik plantar fasiit gibi durumlara yol açabilir. Bu sorunların etkisi sadece fiziksel sakatlıklarla sınırlı kalmayıp, spor performansının düşmesine ve antrenmanların kesintiye uğramasına da neden olabilir. Sporcuların bireysel ihtiyaçlarına yönelik ayakkabı seçimi, özelleştirilmiş ortopedik tabanlıklar ve deformitelere özgü egzersiz programlarının önemi vurgulanmaktadır. Sonuç olarak, pes planus ve pes cavus durumlarının sporcular üzerindeki etkilerini anlamak, bireysel performansı artırmanın ve sakatlanma riskini azaltmanın temel unsurlarından biridir. Bu deformitelerin spor bilimi perspektifinden detaylı bir şekilde incelenmesi, sporcuların performanslarını optimize etmelerine olanak tanıırken, aynı zamanda spor sırasında uzun vadeli sağlıklarını korumalarına da katkılar sağlayabileceği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor bilimi, Pes planus, Pes cavus, Biomekanik, Spor sakatlıkları

### ABSTRACT

In this study, it is aimed to examine pes planus (flat feet) and pes cavus (hollow feet) foot problems from a sports perspective and to provide exercise-oriented solutions. Pes planus and pes cavus are common foot deformities that affect athletes' performance, injury risk and general health. These deformities can impair foot biomechanics, leading to decreased energy efficiency during movement, increased load on the lower extremities and, in the long term, pain and disability due to overloading of the knee, hip and low back joints. Pes planus is characterized by collapse of the medial longitudinal arch and is usually associated with excessive pronation. This can lead to balance problems and repetitive stress injuries along the lower limb due to insufficient mechanical support. Pes cavus is a condition in which the arch is excessively high, characterized by rigidity and inadequate shock absorption. This deformity is associated with an

increased risk of injury to the foot and lower extremities, especially in impact-sensitive sports activities. Both deformities can cause problems not only in the foot but also in other components of the kinetic chain. For example, pes planus is linked to increased pronation loads at the ankle and knee, while pes cavus can lead to conditions such as metatarsal stress fractures and chronic plantar fasciitis. The impact of these problems is not only limited to physical injuries, but can also lead to reduced sports performance and interrupted training. The importance of shoe selection for the individual needs of athletes, customized orthopedic insoles and deformity-specific exercise programs are emphasized. In conclusion, understanding the effects of pes planus and pes cavus on athletes is one of the key elements to improve individual performance and reduce the risk of injury. A detailed study of these deformities from a sports science perspective may allow athletes to optimize their performance, while at the same time contributing to the maintenance of their long-term health during sports.

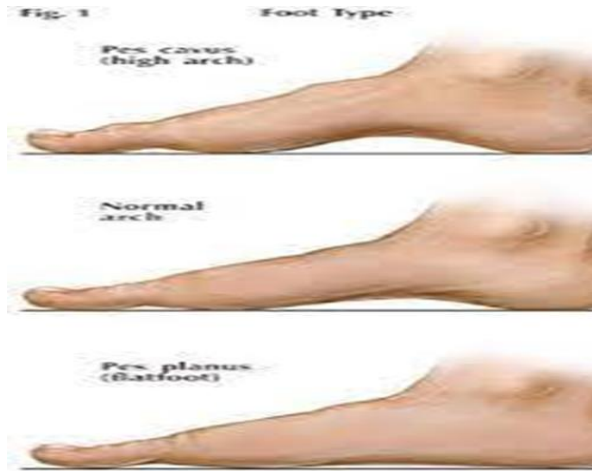
**Keywords:** Sports science, Pes planus, Pes cavus, Biomechanics, Sports injuries

## GİRİŞ

Ayak yapıları, insan hareketinin temel unsurlarından biridir ve sporcularda performans, denge ve sakatlık riskini doğrudan etkileyen faktörler arasında yer alır. Ayak, yürüme, koşma, sıçrama ve yön değiştirme gibi hareketlerin verimliliğini belirleyen karmaşık bir anatomik yapıya sahiptir. Ayak yapısındaki deformiteler, bu biyomekanik sistemi etkileyerek hareket paternlerinde bozulmalara ve alt ekstremitte boyunca oluşabilecek sakatlıklara zemin hazırlar (McPoil & Cornwall, 1996). Pes planus (düz tabanlık) ve pes cavus (çukur tabanlık) olarak adlandırılan ayak deformiteleri, sporcularda sıkça karşılaşılan ve biyomekanik açıdan önemli sonuçlara yol açabilen durumlar arasında yer alır. Pes planus, mediyal longitudinal kemerin çökmesiyle karakterize edilen bir deformitedir ve genellikle aşırı pronasyon ile ilişkilidir. Bu durum, ayak bileği ve diz eklemine yük dengesizliklerine yol açarak plantar fasiit, medial tibial stres sendromu ve aşil tendinopatisi gibi sorunlara neden olabilir (Williams et al., 2001). Ayrıca, koşu veya sıçrama gibi tekrarlayan hareketlerde enerji kaybını artırarak hareket ekonomisini olumsuz etkileyebilir (Mundermann et al., 2001). Pes cavus ise mediyal kemerin aşırı yüksek olduğu, rijitlik ve yetersiz şok absorpsiyonu ile karakterize edilen bir durumdur. Çukur tabanlık, ayağın sert bir yapıya sahip olması nedeniyle darbelere karşı daha az tolerans gösterir ve metatarsal stres kırıkları, plantar fasiit ve peroneal tendinit gibi sakatlıklarla ilişkilendirilmiştir (Burns et al., 2005; Mickle et al., 2006). Bu iki deformitenin özellikle sporcularda sıklıkla karşılaşılan alt ekstremitte sakatlıklarıyla doğrudan ilişkisi bulunmaktadır. Spor performansı sırasında ayakta oluşan biyomekanik dengesizlikler, yalnızca ayağı değil, kinetik zincirin diğer bileşenlerini de etkileyerek diz, kalça ve bel bölgesinde sekonder sorunlara neden olabilir (Buldt et al., 2013).

Pes planus ve pes cavus'un etkileri, sporcunun tercih ettiği spor dalına ve yaptığı hareketlere göre değişiklik göstermekle birlikte, özellikle koşu, sıçrama ve ani yön değişiklikleri gerektiren spor dallarında daha belirgin hale gelmektedir (Cavanagh et al., 1987). Bu durum, sporcularda performansın düşmesine, antrenman sürekliliğinin bozulmasına ve uzun vadede spora katılımın azalmasına neden olabilir. Spor bilimi açısından, pes planus ve pes cavus durumlarının yönetimi, sporcuların performansını optimize etme ve sakatlıkları önleme adına kritik öneme sahiptir. Ayakkabı seçimi, bireyselleştirilmiş ortopedik destekler, özelleştirilmiş rehabilitasyon protokolleri ve sporcuların hareket mekaniğini iyileştirmeyi hedefleyen egzersiz programları, bu deformitelerin etkilerini azaltmak için kullanılan başlıca yöntemler arasında yer almaktadır (Teyhen et al., 2011). Bu çalışmada, pes planus ve pes cavus'un spor performansına olan etkileri ele alınıp biyomekanik özellikleri ve sakatlıklarla ilişkisi incelenerek egzersiz odaklı çözüm sunulmuştur. Ayrıca, bu deformitelerin yönetimine yönelik öneriler sunularak, sporcuların

sağlıklı bir şekilde performanslarını sürdürebilmeleri için gerekli olan bilimsel temelli yaklaşımlar önerilmiştir.



**Görsel 1.** Ayağın yandan görünümü (URL-1)  
(URL-2)



**Görsel 2.** Ayağın her açıdan görünümü

### **Pes Planus'un Spor Performansına Etkileri**

Düz tabanlılık, koşucular için enerji dönüşümünde kayıplara neden olabilir. Pronasyon kontrolünü sağlayan destekleyici ayakkabılar, spor performansını iyileştirebilir ve sakatlık riskini azaltabilir (Mundermann et al., 2001). Pes planus, özellikle koşucular için enerji dönüşümünde kayıplara neden olabilir. Ayak kemerinin yetersizliği, yürüme veya koşma sırasında topuktan ayağın ön kısmına doğru enerji transferini etkileyerek hareket verimliliğini azaltabilmektedir. Bu durum, sporcularda enerji tüketiminin artmasına ve dayanıklılık gerektiren spor aktivitelerinde erken yorgunluğa yol açabilir (Williams et al., 2001). Basketbol, futbol ve tenis gibi ani yön değişiklikleri, hızlanma ve sıçrama gerektiren sporlarda ise düz tabanlılık sporcuların denge ve hareket kontrolünü olumsuz etkileyebilir. Basketbol gibi ani yön değişiklikleri gerektiren sporlarda ise ayakkabı seçimi ve tabanlılık kullanımı büyük önem taşır (Nawoczenski & Ludewig, 1999)

### **Pes Cavus'un Spor Performansına Etkileri**

Çukur tabanlılık, özellikle sert zeminlerde koşu gibi aktivitelerde sakatlık riskini artırır. Yastıklamalı ayakkabılar ve ortopedik tabanlıklar, şok emilimini artırarak bu olumsuz etkileri azaltabilir (Teyhen et al., 2011). Ayak kemerinin yüksekliği nedeniyle zeminle temas alanı azalır ve darbe kuvvetleri, ayak kemikleri ve yumuşak dokular üzerinde yoğunlaşır. Bu biyomekanik dezavantaj, özellikle sert zeminlerde gerçekleştirilen koşu, sıçrama veya ani duruş-gidiş aktivitelerinde sakatlık riskini önemli ölçüde artırır (Burns et al., 2005). Yüksek kemerli yapının bir diğer önemli dezavantajı, dengeyi olumsuz etkilemesidir. Ayak tabanı ile zemin arasındaki azalan temas yüzeyi, özellikle hızlı yön değişiklikleri gerektiren spor dallarında stabiliteyi zorlaştırır ve sporcuları burkulmalar veya diğer akut yaralanmalara daha yatkın hale getirir (Teyhen et al., 2011).

### **Egzersiz Tavsiyeleri**

#### **a. Kas Güçlendirme Egzersizleri**

Towel Curl (Havlu Toplama): Ayak altına serilen bir havlu parmaklarla toplanır. Bu hareket, ayak intrinsik kaslarını güçlendirerek ayak kemerini destekler.

Thera-Band ile Dorsifleksiyon: Elastik bir bant kullanılarak ayağın dorsifleksiyon hareketi yapılır. Bu egzersiz tibialis anterior kasını güçlendirir ve ayak stabilitesini artırır.

### b. Proprioseptif Eğitim ve Denge Çalışmaları

Düz tabanlık ve çukur tabanlılık nedeniyle zayıflayan dengeyi geliştirmek için proprioseptif egzersizler önemlidir (Mickle et al., 2006).

Tek Ayak Duruşu: Sporcu yumuşak bir yüzey üzerinde tek ayak üzerinde dengede durmaya çalışır. İlerleyen aşamalarda gözler kapatılarak egzersiz zorlaştırılabilir.

Denge Topu Üzerinde Hareketler: BOSU topu üzerinde squat yapma gibi hareketler, ayak bileği stabilitesini artırır.

### c. Esneme Egzersizleri

Aşıl tendonu, plantar fasya, baldır kaslarının esnekliğini artırmak, pes cavus ve pes planus sporcuları içinde önem arz etmektedir.

Plantar Fasya Esnetme: Ayağın parmakları elle yukarı doğru çekilerek plantar fasyanın gerilmesi sağlanır. Bu hareket koşu öncesi ve sonrası yapılmalıdır.

Aşıl Tendonu Germe: Ayakta dururken bir bacak geride tutulur ve topuk yere basılı kalırken vücut öne eğilir. Bu hareket, baldır kaslarının ve aşıl tendonunun esnemesine yardımcı olur (Cowan et al., 1996).

Ayak Masajı ve Top Kullanımı: Her iki deformite için de ayak altına yerleştirilen bir masaj topu ile yuvarlama hareketi yapılabilir. Bu, plantar fasya gevşemesine ve kas rahatlamasına yardımcı olur.

Pilates ve yoga: Ayak bileği ve ayak kaslarını güçlendirmek ve esnekliği artırmak için önerilmektedir (Cavanagh & Rodgers, 1987). Özellikle ayak tabanında proprioepsiyonu geliştiren hareketler, her iki durumda da faydalıdır.

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Pes planus ve pes cavus, doğru şekilde ele alındığında sporcuların performansını artıran ve sakatlık riskini azaltan unsurlar olarak yönetilebilir. Bu deformitelerin etkili yönetimi, kişiselleştirilmiş ayakkabı ve tabanlık seçimi, bireye özgü egzersiz programları ve multidisipliner bir yaklaşım gerektirmektedir. Bu deformitelerin yönetiminde en etkili strateji, bireyselleştirilmiş yaklaşımların benimsenmesidir. Ayak yapısına uygun ayakkabı seçimi, ortopedik tabanlık kullanımı ve deformitelere yönelik spesifik egzersiz programlarının uygulanması, sporcuların hareket dengesini iyileştirmek için kritik öneme sahiptir. Destekleyici ayakkabılar ve tabanlıklar, biyomekanik dengesizlikleri düzeltmede önemli bir rol oynamaktadır. Örneğin, düz tabanlık için tasarlanan pronasyon kontrolü sağlayan ayakkabılar, aşırı yüklemeyi azaltarak alt ekstremitte sakatlıklarını önleyebilir. Çukur tabanlılıkta ise yastıklamalı tabanlıklar ve esnek ayakkabılar, şok emilimini artırarak darbeye bağlı yaralanmaları engelleyebilir.

Egzersiz programları da yönetim stratejisinin önemli bir parçasıdır. Ayak ve alt ekstremitte kaslarını güçlendirmeye yönelik egzersizler, hem pes planus hem de pes cavus deformitesine sahip sporcularda hareket verimliliğini artırabilir. Ayrıca, proprioseptif eğitim ve denge çalışmaları, sporcularda stabiliteyi geliştirmeye ve performansı optimize etmeye yardımcı olabilir. Bu tür bireyselleştirilmiş yaklaşımlar, sporcuların biomekanik uyumunu artırarak spor sırasında yaralanma riskini en aza indirebilir. Bu çalışma, spor bilimi perspektifinden ayak yapılarının önemini vurgulamaktadır. Sporcuların performansını optimize etmek ve sakatlıkları önlemek için multidisipliner bir yaklaşımın benimsenmesi gerekmektedir. Spor hekimleri, fizyoterapistler, antrenörler ve spor bilimciler arasında etkili bir iş birliği, bu tür ayak deformitelerinin doğru yönetimi için esastır. Ayrıca, ayak yapısına özgü stratejilerin sporcunun disiplinine göre adapte edilmesi gerektiği unutulmamalıdır. Örneğin, koşucular için enerji dönüşümünü artırmaya yönelik ayakkabılar tercih edilirken, basketbol gibi ani yön değiştirme gerektiren sporlarda stabiliteyi artıran ayakkabı ve tabanlıklar önceliklendirilmelidir.



## KAYNAKÇA

- Burns, J., Crosbie, J., Ouvrier, R. A., & Hunt, A. (2005). Effective orthotic therapy for the painful cavus foot: A randomized controlled trial. *Journal of the American Podiatric Medical Association*.
- Buldt, A. K., Murley, G. S., Butterworth, P., Levinger, P., Menz, H. B., & Landorf, K. B. (2013). The relationship between foot posture and lower limb kinematics during walking: A systematic review. *Gait & Posture*.
- Cavanagh, P. R., & Rodgers, M. M. (1987). The arch index: A useful measure from footprints. *Journal of Biomechanics*.
- Cowan, D. N., Robinson, J. R., & Jones, B. H. (1996). Foot morphologic characteristics and risk of exercise-related injury. *American Journal of Sports Medicine*.
- McPoil, T. G., & Cornwall, M. W. (1996). The relationship between subtalar joint neutral position and rearfoot motion during walking. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*.
- Mickle, K. J., Munro, B. J., Lord, S. R., Menz, H. B., & Steele, J. R. (2006). Foot shape and its effect on balance and functional performance in older adults. *Journal of the American Podiatric Medical Association*.
- Mundermann, A., Nigg, B. M., Humble, R. N., & Stefanyshyn, D. J. (2001). Foot orthotics affect lower extremity kinematics and kinetics during running. *Clinical Biomechanics*.
- Nawoczenski, D. A., & Ludewig, P. M. (1999). The effect of foot structure on the three-dimensional kinematic coupling behavior of the leg and rear foot. *Physical Therapy*.
- Teyhen, D. S., Stoltenberg, B. E., Collinsworth, K. M., Giesel, C. L., Williams, D. G., & Kardouni, J. R. (2011). Dynamic plantar pressure parameters associated with static arch height index during gait. *Clinical Biomechanics*.
- Williams, D. S., McClay, I. S., & Hamill, J. (2001). Arch structure and injury patterns in runners. *Clinical Biomechanics*.

## İnternet Kaynakları

URL-1 Ayak ve bilek problemleri, <https://www.slideshare.net/slideshow/new-foot-and-ankle-joint-injury-rehabilitation-pptx/270693457#3>

URL-2 Supinasyon ve Pronasyon, <https://www.facebook.com/fullortopedi/posts/pronasyoni%C3%A7e-basma-supinasyond%C4%B1%C5%9Fa-basma-nedirpronasyon-pronasyon%C3%BCr%C3%BCy%C3%BC%C5%9F-ya-da-k/130748402170128/>



## KOSHTİ BA CHOKHE GELENKSEL GÜREŞ VE SPOR KÜLTÜRÜNE YANSIMALARI

Marat ERGESHOV<sup>1</sup>, Osman İMAMOĞLU<sup>2</sup>

<sup>1</sup>PhD, MKMÜ İletişim Fakültesi rd, tv, snm. Tekno, Bişkek /Kırgızistan,  
[marat.ergeshov@manas.edu.kg](mailto:marat.ergeshov@manas.edu.kg)

<sup>2</sup>Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun/ Türkiye,  
[osmani55@hotmail.com](mailto:osmani55@hotmail.com)

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı Koshti Ba Chokhe geleneksel güreş ve spor kültürüne yansımalarının araştırılmasıdır. Literatür taraması yapılmıştır. Ba chokhe veya Ba cuxe denilen bu geleneksel güreş İran'ın horasan bölgelerinde yapılmaktadır. Geçmişte Kürt güreşi olarak da bilinir. İran'da kültürel ve şampiyonluk ritüeli olarak da halkın yaşamını etkileyen geleneklerinden biridir. Nevruz veya diğer resmi tatiller gibi özel etkinliklerde ve ayrıca düğün törenlerinde Horasan ilindeki birçok şehirde yapılmaktadır. Güreşçiler, dizlerine kadar uzanan belirli bir pantolon veya bacaklarını dizlerine kadar kıvıran yerel uzun bir pantolon gibi belirli kıyafetler giyerler. Günümüzde bu spor güreş minderlerinde de yapılmaktadır. Bu güreş, uluslararası spor olarak resmen tescil edilmiş tek İran geleneksel ve yerel güreş biçimidir.

Sonuç: 'Ba Chokhe' veya 'Cuxe' (yünlü giysi) güreşi, İran'daki en eski ve en popüler sporlardan biridir. İlk olarak İran'ın kuzeydoğusundaki Horasan eyaletinde ortaya çıkan sporun popüleritesi zamanla güneye doğru giderek yayılarak Horasan'ın her yerinde yaygınlaşmıştır. Bu güreşin birçok yerel varyasyonu ve stili vardır. Ba chokhe üst ve alt kıyafetleri ve kuşakları ile daha çok judoya benzemektedir. Ba chokhe güreşinde yalın ayakla mücadele edilmesi yağlı güreş ve judo müsabakalarındakine benzer. Gelecekteki araştırmalar, bā cuxe güreşinin daha incelikli tekniklerini ve ayrıca eğitim yöntemlerini daha ayrıntılı olarak incelemelidir.

**Anahtar kelimeler:** Ba Chokhe, Ba Cuxe, Güreş, Spor, Horasan

## KOSTHI BA CHOKHE TRADITIONAL WRESTLING AND ITS REFLECTIONS ON SPORTS CULTURE

### ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the reflections of Ba Chokhe traditional wrestling and sports culture. A literature review has been conducted. This traditional wrestling called Ba chokhe or Ba cuxe is performed in the Khorasan regions of Iran. It was also known as Kurdish wrestling in the past. It is one of the traditions that affect the lives of the people as a cultural and championship ritual in Iran. It is performed in many cities in Khorasan province on special events such as Nevruz or other official holidays and also in wedding ceremonies. Wrestlers wear certain clothes such as a certain trouser that extends to their knees or a local long trouser



that rolls up their legs to their knees. Today, this sport is also performed on wrestling mats. This wrestling is the only Iranian traditional and local wrestling form that is officially registered as an international sport.

Conclusion: 'Ba Choukhe' or 'Cuxe' (woolen garment) wrestling is one of the oldest and most popular sports in Iran. The sport first emerged in the Khorasan province in northeastern Iran, and over time its popularity spread southwards, becoming widespread throughout Khorasan. There are many local variations and styles of wrestling. Ba choukhe resembles judo more with its upper and lower garments and belts. The barefoot wrestling in ba choukhe wrestling is similar to oil wrestling and judo competitions. Future research should examine the more subtle techniques of bā çuxe wrestling, as well as its training methods, in more detail.

**Keywords:** Ba Choukhe, Ba Cuxe, Wrestling, Sports, Khorasan

## GİRİŞ VE AMAÇ

Spor çok eski zamanlardan beri insan uygarlığının bir ögesi olmuştur. Güreş sporu ise genel anlamda geleneksel olarak Türk halkına mal olmuş bir spordur. Orta Asya halklarında ortaya çıktığı kabul görmüştür: özellikle geleneksel olarak Türk halklarında popüler bir h durumdadır (İmamoğlu ve ark.,2018:907-912; Güney ve İmamoğlu,2024:283-297; Türkmen ve ark.,2006:77-94). Antik devirler de de güreş faaliyetleri yaşamda kalma, tanrıyı memnun etmek ve iktidarı sürdürmek içinde yapılmıştır (Doğan ve İmamoğlu,2023; 140-156). İnsanlığın en eski sporlarının çoğu, erken insanların hayatta kalması için kullanılan etkinliklerden ve ekipmanlardan gelişti. Bugün katıldığımız sporların çoğunun başlangıcı, on binlerce yıl önce dünyanın en eski uygarlıklarından bazıları sırasında gelişti (Yazıcı ve İmamoğlu,2023:2810-2817).

Çukhe güreşi, bā çuxe güreşi Koshti ba chukhe, İran'ın Horasan bölgesinde ortaya çıkan geleneksel güreş stillerinden biridir. Çoğunlukla, Horasan eyaletinin farklı şehirlerindeki Kürt aşiretleri tarafından resmi tatillerde ve düğün törenleri gibi özel günlerde uygulanır (Abbāsi 1995; Khorasani, 2014). Her şehir kendi yarışmasını düzenler ve şehirlerarasında güreşte şampiyonları belirleyen bir şampiyona vardır (Ziyārat ve Hušmand, 2004). İran'daki bu yarışmaları Bā çuxe güreşi organizasyonu yönetir. Güreşçiler genellikle çıplak ayaktır ve bir maça dizlerinin üzerine katlanmış bir ceket ve siyah pantolon giyerler. Maça ayakta başlarlar ve uygun bir teknik kullanmak için birbirlerinin gücünü test ederler. Zaman sınırı olmayan geçmişin aksine, maç birkaç dakika sürer ve arada iki dakikalık bir ara vardır. Bir güreşçi, diğerinin omuzu/omuzları yere değerse zafer kazanır. Ba chukhe güreşinin judoya benzediği, ayakta güreş olduğu ve yerde dövüş ve boğma içermediği bilinmektedir (Khorasani 2014). Ba choukhe güreşi İran'ın horasan bölgelerinde yapılmaktadır. Aynı zamanda Ba cuxe de denilebilir. Bir zamanlar 'Ba choukhe' güreşi sadece Kuzey Horasan'da yaygındı, ancak zamanla spor yavaş yavaş ilin güneyine yayıldı. Bugün geleneksel güreş, güneyde hararetli bir desteğin olduğu bir Pan-Horasan sporudur (URL-1,2). Bā çuxe adı verilen güreş sanatlarından biri, derin bir ayakta durma pozisyonuyla tutma ve fırlatma tekniklerinin vurgulandığı savaş alanı hazırlık tekniklerine dayanmaktadır. Bā çuxe terimi, bā (ile) ve çuxe (geleneksel bir ceket türü) kelimelerinden oluşur (Khorasani,2014). Horasan'ın 3 ilinde Ba-Choukhe stili veya Kürt güreşidir. Kürt güreşi veya Çouhe güreşi, İran'ın Horasan'ın kuzey kesimlerinde oynanan en eski ve en popüler geleneksel ve kırsal sporlardan biridir. Geçmişte Kürt güreşi olarak bilinen Çouhe güreşi, Horasan'ın kuzeyinde yaşayan Kürt halkının sadece bir spor olarak değil, aynı zamanda kültürel ve şampiyonluk ritüeli olarak da halkın yaşamını etkileyen geleneklerinden biridir. Bu güreş türü, bölge halkının yiğitlik, kahramanlık, birlik ve şampiyonluk ruhunu çağırıştırır ve genellikle köylerde ve oba yerleşim yerlerinde açık havada, çim veya yumuşak toprak üzerinde törenlerde,

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

düğünlerde ve bayramlarda yapılır ve bu sporun ihtişamı Farvardin'in 13 ve 14. caddelerindeki Esfarayen'de görülebilir (URL-1).

Bu çalışmanın amacı Ba Chokhe geleneksel güreş ve spor kültürüne yansımalarının araştırılmasıdır.

### GELİŞME VE SONUÇ

Bā çuxe, esas olarak Horasan'da yaşayan Kürt aşiretleri tarafından icra edilmektedir (Abbāsi, 1995). Bu tür güreş, Quçān, Bojnord, Asfariyān, Farimān ve Čenārān şehirlerinde (hepsi Horasan bölgesinde) yapılmaktadır (Qezel, 2000). Bu nedenle, bā çuxe güreşi, Pers Yeni Yılı kutlamaları Nevruz veya diğer resmi tatiller gibi özel etkinliklerde ve ayrıca düğün törenlerinde Horasan ilindeki birçok şehirde yapılmaktadır. İran tarihi, bā çuxe güreşinin verimliliği hakkında raporlar verir. Kaçar döneminden ünlü Pehlevān Ekber Horasāni bu tarzın uygulayıcılarından biriydi. Diğer birçok şampiyon güreşçi gibi, o da güç evlerinde (zurxāne) uygulanan geleneksel Palavāni güreş stillerinin güreşçisiydi. Pehlevān Ekber Horasāni'nin bir keresinde güreşmek için Meşhed'den Tahran'a seyahat ettiği ve yenildikten sonra umutsuzluk içinde geri döndüğü bildirilmektedir. Antrenörü ona, bacak düşürme tekniklerinde usta oldukları ve bu tekniklerin onu başarılı kılacağı için, altı ay boyunca Čeşme Gilās'taki bā çuxe güreşçileriyle çalışmasını önerdi. Pehlevān Ekber Horasāni'nin mülkünü satın altı ay boyunca orada eğitim aldığı, her gün eğitim aldığı ve stilde ustalaştığı ve herkesi yenebildiği bildiriliyor. Sonra öğrendiği yeni teknikleri göstermek için Meşhed'e geri döndü. Sonra ustası ona Tahran'ın büyük şampiyonu Pehlevān Yezdi'ye meydan okumasını tavsiye etti. Rakipleri ona sakpā (köpek bacağı - köpek niteliği bir şeyin sertliğini belirtmek için kullanılır) diyordu (Moqqadam ve Abāsqli, 2004).

**Güreşin tarihi:** 'Ba chokhe' veya 'Cuxe' güreşi, İran'ın en eski ve en popüler yerel sporlarından biridir. 'Cuxe' yünlü giysi anlamına gelir. Bu güreş şekli ilk olarak Horasan'ın kuzey bölgelerinde ortaya çıktı. 'Ba chokhe' büyük bir kültürel zenginliğe sahip olmasının yanı sıra her yıl on binlerce ilgili izleyiciyi Esfarāyen şehrinde bir araya getiriyor (URL-1,2). Bu güreş, "Goarsh", "Golash", "Alish" gibi farklı isimlerle Özbekistan, Kazakistan ve Tataristan gibi diğer ülkelerde de yaygındır. Kürt aşiretinin yanı sıra, Horasan'ın kuzeyinde Türk, Fars, Afgan ve Beluç gibi diğer aşiretler de yaşar ve Çoukh güreşi bunlar arasında da yaygındır. Ancak Çoukh güreşinin kökeni Kuzey Horasan'dır, Horasan, Gorgan ve Kerman halkı arasında da yaygındır. İran'ın diğer bölgelerinde Horasan, Kochan, İsfarayen vb. şehirlerde farklı türde güreş arenaları vardır, bunların en eskisi Farouj ilçesindeki "Emam Morshed" ve stadyumların Roma döneminde inşa edildiği İsfayen'deki diğer arenadır (URL-1).

**Kurallar:** Chokhe güreşinin güzelliği 10 metre çapındaki yuvarlak bir meydanda çok sayıda taraftarın varlığı, davul ve Sorena sesi ve yerel danslarla geleneksel biçiminde görülebilir (URL-1). Bā çuxe'de rakibi bir bacağından veya dizinin altındaki yerde bacağından tutarak yere indirmek yasaktır. Omzu yere değen güreşçi maçı kaybeder. Bu maçın Japon jujutsu veya judo'suna önemli ölçüde benzediğini görmek ilginçtir. Bā çuxe'deki dövüşçüler dik bir pozisyonda güreşir, rakibinin çuxe'sini tutar ve dengesini bozmaya çalışır. Bu tür güreşin fırlatma hareketleri, rakiplerin yakın güreşte dengesini kaybetmesi sağlanır. İran'daki Horasan'daki Kürt aşiretleri çuxe güreşini yapmaktadır, ancak bu İran genelinde yayılmaktadır. Güreşçiler maçlardan önce ritüel ve dini abdest alır ve Tanrı'ya dua eder ve doğrudan yıldızlara doğru yürümeye çalışırlar, çünkü bu hareketleri yapmazlarsa kaybetmelerine yol açacağına inanırlar (Abbāsi, 1995). Bu güreş türünün kuralları basit ve açıktır. Güreşçiler 4 veya 5 sıklite ayrılarak spor sahasını veya güreş minderini öperek meydana gelirler, ardından yarışmacılar el

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

sıkışıp birbirlerinin yanaklarını öptükten sonra 10 dakika arayla müsabaka başlar. Choukhe güreşi, klasik güreşler gibi yerde ve ayakkabısız oynanan oldukça sert bir spordur ve gerçek bir kahramanlık mücadelesidir. Ayak bu güreşte önemli bir rol oynar ve yarışmacılar farklı teknikler kullanarak kazanırlar. Bu sporun hakemleri, bu tür yarışmalarda profesyonel olan yaşlılardır (URL-1).

**Güreşçilerin çağırılması:** Bir güreşçi, 3 kez anons yaptıktan sonra spiker tarafından çağırıldığında mindere gelmezse müsabakayı kaybeder (URL-2).

### Yarışmanın süresi:

\*5 dakika (bazen köylerde 10 dakika + 2 dakika dinlenmenin ardından 5 dakika ekstra süre).

\*Sonuç beraberlik olması durumunda 30 saniyelik aradan sonra 3 dakikalık ek süre eklenecektir.

\*Uzatma süresinde ilk puanı alan güreşçi kazanır. 8 dakika sonunda sonuç hala beraberlik ise her iki güreşçi de tartılır. Müsabakanın galibi daha hafif olan güreşçi olacaktır.

\*Yakın geçmişte zaman ve ağırlık sınırı yoktu.

\*Bâ çuxe güreşçileri bir köyden diğerine seyahat ediyor, mücadele maçları talep ediyor, bazen de Türkmen köylerine gidiyorlardı. Kuzey Horasan Türkmenleri güreş müsabakalarını özellikle düğün törenlerinde yaparlardı. Geleneksel güreş tarzlarına goraş (Kurash) diyorlardı.

**Önemli kural:** Güreşçilerin rakibin bacağına diz altı kısmına dokunmasına izin verilmez (bu, bacağın üst kısmından tutulabileceği anlamına gelir).

**Kazanma:** Kazanmak için üç olasılık vardır: Düşüşten sonra, daha yüksek bir sahnedan (gölgeden) sonra, hakemin cezasından sonra (URL-2).

### Puanlama:

- Rakibi "par terre" pozisyonuna (eller ve dizler yerde) getiren doğru bir tutuşa 1 puan verir.
- Minderin güreş alanı içinde başlayan bir atış, minderin dışında bir sonuçla bittiğinde, bu 2 puan verir. Düşüş minderin içindeyse, bu 1 puan verir.
- Bir güreşçi kalçasının üzerine atıldığında ve kendini iki elinin avuç içi + bir dirsek üzerine alırsa, 1 puan alır.
- Bir atıştan sonra omuzlar belden daha yere yakın olduğunda. (URL-2)

**“Vuruş” ile kazanma:** Kazanan düşüş: Rakibin bir (veya iki) omzunun üzerine yere atılması. “Vuruş”: Atıştan sonra her iki avuç içi ve her iki dirsek yere değerse maç “Vuruş” ile bitirilir. Sadece bir avuç içi ve dirsek varsa sonuç olmaz. Teknik “Vuruş” veya Farsça sāye andāxtan, havada omuz eksenini etrafında dönerek “gölgeyi yakalamak” anlamına gelen bir ifade. Rakibi şu pozisyona sokan herhangi bir atış: sırt çizgisi dikey veya yere paralel olarak 90 dereceden fazla büküldüğünde (sırt çizgisi ile bacaklar arasında) ve bu pozisyondayken, vücut yerde gölge yaptığında. (Not: Bu son kural İranlı olmayan biri için çok açık değildir, ancak daha genel olarak bir güreşçi, rakibi tarafından yerden kaldırıldığında tehlike altındadır) (URL-2).

### Hatalar:

\*Atak yaparken bacakların alt kısımlarına (dizden itibaren) dokunmak.

\*Pasiflik ve kaçma (bir güreşçinin sürekli atak yapması ve rakibinin sadece kaçması durumunda rakibinin teknik üstünlüğü nedeniyle mağlup olacaktır).

\*Rakibin boğazını tutmak.

\*Ceketin her iki yakasını bir elle ön taraftan (boğaza yakın) tutmak.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

\* Rakibin bileğini yakalamak ve tutmak.

\*Parmakların yanlış şekilde bükülmesi.

\* Kasıtlı olarak vurmak veya iki elle boynunu tutmak.

**Not:** Birinci ve ikinci uyarılar yalnızca minderin başhakemi tarafından verilir”. 3. turda üç hakemin anlaşması gerekir ve ardından Jüri onaylar (URL-6).

**Ağırlık kategorileri (kıdemli ve genç seviye için):** -65kg; -75kg; -85kg; -95kg; +95kg (URL-2).

**Güreşin alanı:** Resmi maçlar 10x10 (korumalarla birlikte 12x12) matlarda oynanacaktır. Yaz aylarında çim sahada veya yumuşak kumlu toprakta da (geleneksel yöntem) yapılabilir (URL-2).



### Kostüm:

Güreşçiler, dizlerine kadar uzanan belirli bir pantolon veya bacaklarını dizlerine kadar kıvrıran yerel uzun bir pantolon gibi belirli kıyafetler giyerler. Choukhe adı verilen, kolsuz yün veya yerel pamuklu bir palto - normal paltolardan daha uzun - bele kadar bağlanan Şal ile ünlü bir kumaş; spor, Choukhe paltosunun kullanılması nedeniyle Choukhe güreşiyle ünlüdür (URL-1).

- Güreşçi özel bir Choukhe kostümü giymelidir. Bu bir tişört, özel bir ceket ve bir şorttan oluşur.

- Gömlek kalçanın arkasını örtmelidir. Gömleğin kolları dirseğe kadar uzanmalıdır.

Maç sırasında kolların üst kısmına kadar kıvrılmalıdır.

- Spor pantolonu dizlere kadar olmalı ve maç sırasında kısa paçalar bacakların üst kısmına kadar kıvrılmalıdır.

- 5 cm'lik güçlü bir şal (veya kemer) ceketin üzerinden, kemer seviyesinde vücudu sarar ve arkada sabitlenir. Hakem maç sırasında elbiseyi ve şalı kontrol eder.

- Güreşçiler çıplak ayakla yarışmalıdır.

Başlangıçta, bā çuxe güreşçileri günlük kıyafetlerini kollarını sarmak ve güreşmek için şallarını bellerine bağlamak için kullanırlardı. 1950'den itibaren güreşçiler dizlere kadar uzanan pantolon ve kolsuz bir ceket giymeye başladılar. Bu ceket \_uxe (koyunyünü veya deve yünü) adı verilen çok sert yünden yapılmıştır. Ayrıca kemer olarak bir şal da kullandılar. 1962'den itibaren yün yerine hala bā çuxe ceketinin malzemesi olan keten kullanmaya başladılar (URL2).

**Oyunun hakemleri:** Maçı üç hakem yönetiyor. İki köşelerde, biri ortadadır. Beyaz tişört, beyaz ayakkabı ve mavi pantolon giyorlar. Korner hakemleri “paspasın başı” ve “matın hakemidir”. Orta hakem müsabaka öncesi sporcuları kontrol etmekle görevlidir. Köşe

hakemlerinden en az birinin onaylaması gereken kararını verir. Zaman hakemi olarak dördüncü bir hakem eklenebilir (URL-2).



**Oyunun jürileri:** 3 ila 5 eski güreşçiden oluşan ve “Rogavran” olarak adlandırılan Jüri şunları kontrol eder ve denetler: Hakem takımları. Herhangi bir kafa karıştırıcı sonuç (örneğin, maçın videosunu inceleyerek). 3. uyarıdan sonra diskalifiye. En iyi teknik fuar oyuncusunun seçilmesi Maç sırasında her türlü anlaşmazlık veya protesto(URL-2).

**Oyunun müziği:** Tüm müsabakalar davul ve jurna olmak üzere iki enstrümanla icra edilen müzik eşlik eder (URL-2).

**Terk etmek:** Başka bir yarışmacı lehine vazgeçme hakkı yoktur (URL-2).

**Ödüller:** Ba Choukhe güreşinin ödülleri, geleneksel ve ulusal yapısı nedeniyle farklıdır ve kazananın ödülü yerel geleneklere dayalı bir koçtur. Ödül anlamında ise Ba choukhe sporunda ödül olarak koç, kısrak, süt ineği verilir. Günümüzde yetişkinlerde birinciye kısrak, ikinciye süt ineği, üçüncüye ise koç verilecek. Gençlerin ilk üç sırasına altın madalya verilir (URL-1 ve URL-2).

**Yaralanmalar:** Yaralandığında veya sert bir düşüşten sonra güreşçinin toparlanması için en fazla 2 dakika süre vardır. Yarışma, resmi sürede hiçbir yarışmacı kazanmazsa 2 dakikalık aradan sonra 5 dakika daha devam eder (URL-2).

**Güreşin şu anki durumu:** İlk Uluslararası "Ba Choukhe" Güreş Festivali, 31 Mart - 3 Nisan 2014 tarihleri arasında İran'ın Kuzey Horasan Eyaleti, "İsfarayan"de gerçekleşti. Her yıl binlerce insan Ba Choukhe güreşini izlemek için bu kasabada toplanıyor. Festival, İran Yeni Yılından birkaç gün sonra düzenleniyor. Örneğin Nisan 2018'deki müsabakalara 10 il ve 37 ilden 45 takımla toplam 220 güreşçi katıldı. 66, 74, 84, 96 ve artı 96 kg olmak üzere beş kategoride güreştiler. Sonunda Mojtame Folaad Esfrayen, Sabak sazan shargh ve Asansor shargh Tehran'dan oluşan takımlar sırasıyla altın, gümüş ve bronz madalya kazandı. Yarışmacılara toplam 650 milyon Rial tutarında nakit ödül verildi(URL-2).

**Güreşin önemi:** Bu bölgede 'Ba choukhe' güreşi sevilen bir spor, sportif bir egzersizi ve her şeyden önce yerel yaşamın içine yerleşmiş kültürel bir törendir. Festivaller, tatiller ve düğün partileri sırasında Kuzey Horasan'ın yerel sakinleri, değer verdikleri bir gelenek olan bu eski sporu icra ediyorlar. Güreşlerle geçmiş günlerin erkeklik ve kahramanlık ruhunu canlı tutuyorlar. İran'ın ulusal “Ba choukhe” güreşi şampiyonası her yıl İran takviminin ilk ayı olan Farvardin ayında on dört kez yapılır (URL-2). Günümüzde bu spor güreş minderlerinde de yapılmaktadır. Bu güreş, uluslararası spor olarak resmen tescil edilmiş tek İran geleneksel ve yerel güreş biçimidir. Birçok bā çuxe güreşçisi judo şampiyonalarına başarıyla katılıyor. Bu güreş stiline gövde teknikleri konusunda yazarlar arasında bir

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

fikir birliği olmadığı, ancak yalnızca şu an için benzerlikler kurulabileceği unutulmamalıdır (Khosarani,2014).

**Güreşin benzer olduğu sporlar:** Gürcistan'ın Chidaoba'sına ve Bretanya'nın Gouren'ine benzer ceketli bir güreş stilidir. Burada da bu stil günlük kıyafetlerden güçlü bir şekilde etkilenmiştir çünkü 'Choukhe' Kürtçede yelek anlamına gelir. Bu nedenle Ba-Choukhe, Türkmenistan'daki gibi kumaş bir kemerle tutulan, açık yün veya keten ceketli bir güreş stilidir. Pantolon diz altına inmemelidir. Bu kıyafet, İngiliz Cornwall güreşine ve İrlanda kuzeni olan Yaka ve Dirsek güreşi stiline çok yakındır. Düğün kutlamaları ve takvim festivalleri de köyün etrafındaki yumuşak zeminde düzenlenen turnuvalarla bir araya gelmek için bir fırsattı (URL-3). Ba Choukhe, günümüzde Horasan halkları ve İran ülkesi için kültürel zenginliğini ve önemini korumaktadır. Her yıl on binlerce ilgili seyirci, güçlü atışlar ve bacak çelmeleriyle bilinen bir güreş tarzında katılımcıların mücadelesini izlemek için Esfrayen şehrine akın etmektedir. 'Cuxe' kelimesi yünlü giysi anlamına gelir ve Ba Choukhe güreşçilerinin üniforması "Choke" olarak adlandırılır, güreşçiler kısa bir mantoyu beyaz renkli bir şal ile sıkıca bağlarlar (Dawamia,2022). Bolur (1975), Jahāni (1998), Ziyārat ve Huşmand (2004), güreş ve judo arasında birçok teknik benzerlik olduğunu öne sürmektedir. Örneğin, ba chukhe güreşi, judodaki ushiro goshi'ye eşdeğer olan kandan'ı (arka kalça atışı) kullanır. Leng-e vasat (iç uyluk atışı) da judodaki uchi mata'ya benzemektedir (Mandziak ve Artemenko,2010:110-111).

Sonuç: 'Ba Choukhe' veya 'Cuxe' (yünlü giysi) güreşi, İran'daki en eski ve en popüler sporlardan biridir. İlk olarak İran'ın kuzeydoğusundaki Horasan eyaletinde ortaya çıkan sporun popüleritesi zamanla güneye doğru giderek yayılarak Horasan'ın her yerinde yaygınlaşmıştır. Bu güreşin birçok yerel varyasyonu ve stili vardır. Ba choukhe üst ve alt kıyafetleri ve kuşakları ile daha çok judoya benzemektedir. Ba choukhe güreşinde yalın ayakla mücadele edilmesi yağlı güreş ve judo müsabakalarındakine benzer. Gelecekteki araştırmalar, bā çuxe güreşinin daha incelikli tekniklerini ve ayrıca eğitim yöntemlerini daha ayrıntılı olarak incelemelidir.

### KAYNAKLAR

- Abbāsi M. (1995). Tārīxe Koštīye Irān [The History of Wrestling in Iran]. Second Volume. Tehrān: Enteshārāt-e Ferdos.
- Dawamia M. (2022). "Traditional wrestling of Ba Choukhe in N Khorasan" <https://en.mehrnews.com/photo/185239/Traditional-wrestling-of-Ba-Choukhe-in-N-Khorasan>
- Doğan E., İmamoğlu O. (2020). Güreş Sporunun Kökenleri Ve Bazı Ülkelerde Antik Güreş, Sporda Bilimsellik ve Akademik Yaklaşımlar-2, (Ed. Ali Türker, Tuba Fatma Karadağ), Birinci Basım, Ankara, Sh.174-188, web: [www.gecekitapligi.com](http://www.gecekitapligi.com)
- Güney G. & İmamoğlu, O. (2024). "Sports Investigation of the Fights of Kings with Lions in the Ancient Period", *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 10(2),283-297. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.10897974>
- İmamoğlu O.,Çebi M.,İslamoğlu İ.,Yamak B. (2018). Sport Tekkes And Institutionalization in Ottoman Empire, *The Journal of International Social Research*, 11(58), 907-912. [www.sosyalarastirmalar.com](http://www.sosyalarastirmalar.com)
- Khorasani M.M. (2014). Bā çuxe wrestling: a traditional wrestling art from Iran, *Revista de Artes Marciales Asiáticas* Volumen 9(2), 116-129.<http://revpubli.unileon.es/ojs/index.php/artesmarciales>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Mandziak A., Artemenko O. (2010 ). The World Encyclopedia of Wrestling, MINSK,p.110-111

Moqqadam Z., Abāsqli H. (2004). Tārixe Moxtasare Koštiye Bā Čuxe (A Short History of Bā Čuxe Wrestling). Tehran: Sepās.

Qezel Āyāq S. (2000). Rāhnamāye Bāzihāye Irān [A Guide to Iranian Games]. Tehran: Daftar Pajuheshhaye Farhangi.

Türkmen M. İmamoğlu, O. Ziyagil M.A. (2006). Popularity of the Wrestling sport in Turkey and it's comparison with the selected sports, Researches About The Turks All Around The World,163, 77-94

Yazıcı, Y. & İmamoğlu, O. (2023). “Ancient Greek Wrestling and Its Reflections on Other Nations”, Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences, 9(64):2810-2817. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/JOSH AS.69548>

### İnternet kaynakları:

**URL-1:** “Wrestling with Choukhe (Kurdish Wrestling)”, <https://www.visitiran.ir/attraction/wrestling-choukhe-kurdish-wrestling>

URL-2: “Asia” <https://www.traditionalsports.org/traditional-sports/asia/ba-choukhe-iran.html>

URL-3: “Guy Jaouen, Traditional wrestling in Iran”, <https://www.traditionalsports.org/more-about-tsg/articles/guy-jaouen-traditional-wrestling-in-iran.html>



## KÜRESELLEŞME SÜRECİNDE YERLİ (GELENEKSEL / HALK / ETNO) SPORLARININ BUGÜNÜ VE GELECEĞİ ÜZERİNE BİR İNCELEME

Mehmet TÜRKMEN\*

\*Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun/Türkiye  
E-posta: [dr.turkmenmehmet@gmail.com](mailto:dr.turkmenmehmet@gmail.com) ; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5926-7522>

### ÖZET

Bu çalışma, hareket kültürlerinin kaderi aracılığıyla yerli, geleneksel ve halk sporlarının dünya görüşlerini ve epistemolojilerini yeniden öne çıkarıyor. Benliğin yerel anlatılarını yansıtmaya devam eden küresel hegemonik spor kompleksinin sınırlarında yer alan spor kültürlerini tanımlamayı amaçlıyor. Bu çalışmanın dört bölümünde de belirtileceği gibi, yerli spor kültürlerinin moderniteyle senkretik etkileşiminden kaynaklanan bazı göze çarpan dinamikleri eleştirel bir şekilde değerlendirildi: kimliğin miraslaştırılması, geleneğin ulusallaştırılması, yerlinin modernleştirilmesi ve modernin yerleştirilmesi. Bu sporlardan bazıları, kimliğin metalaşması, etnik kökenin yeniden özleştirilmesi ve görünürlük ve prestij karşılığında yerel aktörlerin küresel miras rejimlerine teslim edilmesi ikilemlerinin ortaya çıkardığı sonuçlarla birlikte son zamanların "miras takıntısının" bir parçası haline geldi. Diğer geleneksel sporlar, devleti sağlamlaştırmaya yönelik siyasi çabalarda ulusal semboller haline geldi. Yine de diğer sporlar, hayatta kalma, daha fazla çağdaş ilgi veya Olimpiyat Oyunları gibi kanonlarda kabul görme çabalarında belirsiz sonuçlarla birlikte modernleşme ve sporlaşma sürecinden geçmiştir. Sonuç olarak, bazı geleneksel sporların eski mitleri ve değerleri, modern kimliklerin inşasına yardımcı olmak için benimsenmiş; geleneksel ve halk sporlarının kontrol ve özgürleşme, yeniden diriliş ve gerileme, dışlama ve dahil etme, kültür ölümü ve kültürel canlanma, kimlik oluşumu ve bastırılması rejimlerinin olduğu görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Madunluk, Post-kolonyalizm, Dekolonyal, Homojenleştirme, Modernleştirme.

### A REVIEW ON THE PRESENT AND FUTURE OF INDIGENOUS (TRADITIONAL / FOLK / ETHNO) SPORTS IN THE GLOBALISATION PROCESS

#### ABSTRACT

This study brings forward the worldviews and epistemologies of indigenous, traditional, and folk sports through the fate of movement cultures. It aims to define the sports cultures located on the boundaries of the global hegemonic sports complex that continue to reflect local narratives of the self. As outlined in the four sections of this study, we will critically assess some prominent dynamics that arise from the syncretic interaction of indigenous sports cultures with modernity: the heritagization of identity, the nationalization of tradition, the modernization of the indigenous, and the indigenization of the modern. Some of these sports have become part of the recent "heritage obsession," with the consequences of identity commodification, the re-essentialization of ethnicity, and the dilemma of local actors submitting to global heritage regimes in exchange for visibility and prestige. Other traditional sports have become national symbols in political efforts to consolidate the state. Still, other sports have undergone processes of modernization and sportification with ambiguous outcomes in their efforts for survival, greater contemporary interest, or acceptance within canons such as the Olympic Games. Consequently, the ancient myths and values of some traditional sports have been adopted to



assist in constructing modern identities; it has been observed that traditional and folk sports exist in regimes of control and emancipation, revival and decline, exclusion and inclusion, cultural death and cultural revival, identity formation and suppression.

**Keywords:** Subalternity, Post-colonialism, Decolonial, Homogenization, Modernization.

## GİRİŞ

Bu çalıma, çeşitli şekillerde yerel, geleneksel ve halk sporları (ve bazı bağlamlarda etnosporlar) olarak adlandırılan sporları ve spor kültürlerini sunmaktadır. Her ne kadar postkolonyal (6) yerleşimci sömürgeci, ulus-devlet ya da ulus-altı bağlamlar dahil olmak üzere çeşitli siyasi ve tarihsel arka planlardan gelseler de hepsinin iki temel ortak noktası var. Birincisi, küresel spor kompleksinin sınırlarında yer almaları nedeniyle bir madunluk durumunu paylaşıyorlar. Yerli, geleneksel ve halk sporları, ana akım sporlara ve diğer hegemonik modernliklere göre çevresel bir azınlık konumuna sahiptir. İkincisi, bu spor kültürleri, Batı sporlarının ortaya çıkışı ve yayılmasında hayatta kalmış ve yalnızca modernitenin evrenselleştirici hamlelerine rağmen değil, aynı zamanda ona tepki olarak da kendilerini sağlamlaştırmışlardır. Yerel, ulusal ve küresel arasındaki çatlaklarda yer alan; arkaik ile modern arasında, Ritüel ve kayıt arasında bu spor kültürleri, modernliğin ve küreselleşmenin güçleriyle iç içe geçmiştir. Yeni anlamlar üstlenirken ve modernitenin zorluklarını ve karmaşıklıklarını bedenselleştirirken, dönüşümün sınırlayıcı bir alanında yaşıyorlar ve birkaç bağlamda yaşatılmaya çalışılıyor.

Batı sporları modernliğin, imparatorluğun ve ulusun bilgi ve fantezilerinin başlıca taşıyıcıları olmuştur; hegemonik konumlarını tam olarak onlarla özdeşleşmelerine borçludurlar (Besnier ve Brownell, 2012). Spor tarihinin baskın anlatısı, modern sporların sanayileşen ve modernleşen Britanya ve Avrupa'dan dünyanın geri kalanına yayılmasıyla ilgilidir (MacAloon, 1981; Mangan, 2013). "İmparatorluğun mahrem bir parçası" olarak spor, "modernist vücut pratiğinin bir biçimidir" (MacLean, 2019, 190) ve bu nedenle sömürge misyonu için hayati önem taşıyordu. Bu yayılcı paradigmayı yerleşimci sömürgeciliğin mantığı üzerinden kavramak mümkündür: Kriket, ragbi ya da futbol gibi modern sporlar nereye giderse gitsin, geleneksel spor ve hareket kültürlerini değiştirmiş, azaltmış ya da ortadan kaldırmışlar ve kalıcı olmuşlardır. Yerli sporların değeri düşürüldü veya yerini batı sporları ve spor felsefeleri aldı (Osmond, 2019).

"Yayılcı efsane yaratma" (MacLean, 2019, 191), modern sporların yerli ve geleneksel spor kültürleriyle karşılaşmasını, hareket eden beden epistemolojilerini ve oyun ahlakını dikkate alma ve inceleme konusunda çoğunlukla başarısız oldu. Bu çalışmadaki bölümler, egemen anlatıların yeniden incelenmesi ve ana akım tarih, sosyoloji ve spor antropolojisine alt kültür (madun) seslerinin dahil edilmesi yönündeki bir çağrıya yanıt vermektedir. Çalışma, hegemonik spor kompleksinin yerleşimci sömürgeci mantığının arka planında yerli, geleneksel ve halk sporlarını inceliyor ve bunların katılımının senkretik karakterini vurguluyor. Bazen burada sunulan halk tabakasının spor tarihleri, Avrupa merkezli ve sömürgeci modernitelerin

(6) Postkolonyalizm, "kolonileşme sonrası", bir başka deyişle "sömürgecilik sonrası" demektir. Avrupa devletlerinin başını çektiği büyük devletlerin, II. Dünya Savaşı sonrası da çeşitli yollarla sömürgeci politikalarını gizleyerek sürdürdüğü döneme Postkolonyal dönem adı verilmiştir. Postkolonyalizm sömürgeciliğin bıraktığı mirası sorunsallaştıran bir dizi felsefi, sosyolojik, psikolojik, edebi teoriyi içine alır. Bir edebiyat kuramı ve eleştirel yaklaşım olarak post-kolonyalizm, bir zamanlar başka devletlerin, özellikle de Avrupa'nın büyük sömürgeci güçleri Britanya, Fransa ve İspanya'nın sömürgeleri olan ülkelerde üretilen edebi eserleri irdeler; hâlâ kolonyal düzenlemeleri bulunan ülkeleri (Kanada, Avustralya vb.) de ayrıca kapsar. Bunun yanında, postkolonyal edebiyat sömürgeci ülkelerin vatandaşları tarafından yazılan, sömürülen ülkeleri ve insanlarını ana konusu yapan eserleri de içine alır. Sömürge ülkelerden, özellikle de İngiliz İmparatorluğu'nun sömürgelerinden insanların Britanya'daki üniversitelere gelmeleri, burada kendi topraklarında mevcut olmayan bir eğitimi almaları, postkolonyalizmin, çoğunlukla edebiyatta, özellikle de romanda yeni bir eleştiri anlayışı olarak ortaya çıkmasını sağlamıştır. Postkolonyal teori 1970'lerde eleştiri alanının bir parçası haline gelmiştir. Postkolonyalizmle ilgilenen birçok düşünür, Edward Said'in *Oryantalizm* isimli kitabını bu teorinin baş eseri olarak kabul eder. G. Huggan, *The Postcolonial Exotic: Marketing the Margins*. London and New York: Routledge, 2001, s. 73.

çerçevelerini bozdu ve yerlilerin yeniden dirilişinin, ulus-altı kimlik inşasının, uzlaşmanın veya farklılık politikalarının alanları haline geldi. Bazen de bu modernliklerle gizli anlaşmalar yaptılar ve imparatorlukların, ulus devletlerin veya küresel miras rejimlerinin elinde boyun eğdirme yada manipülasyon alanları haline geldiler. Zaman zaman, beden-değer-yer bağlantılarının tarihsel kökleri aracılığıyla ulusal veya etnik kimliklerin özelleştirilmesine de hizmet ettiler. Yerli, geleneksel ve halk sporları, modernitenin bütünleştirici hamlelerini çeşitli şekillerde benimsemiş veya bunlara karşı çıkmıştır: ulus devlet inşası, Weberci rasyonalizm, sekülerleşme ve kapitalist genişleme.

Yerli, geleneksel ve halk sporları, diğer yolların yanı sıra batı sporları tarafından kurulan hegemonik modernitelerin sınırlarındaki madun tarihlerini incelemek için buluşsal bir araç olarak alınabilir. Bu makaledeki bölümler, hareket kültürlerinin kaderi aracılığıyla yerli, geleneksel ve halk dünya görüşlerini ve epistemolojilerini yeniden öne çıkarıyor. Benliğin yerel anlatılarını yansıtmaya devam eden küresel hegemonik spor kompleksinin sınırlarında yer alan spor kültürlerini tanımlamaya çalışacağız. Bu spor kültürlerini yerli ve eski bilme ve deneyimleme yolları olarak, solan, ortaya çıkan veya tartışmalı anlamların epistemolojileri ve ontolojileri olarak ele alıyoruz. Küreselleşmenin homojenleştirici mantığına ve modernitenin evrenselleştirici varsayımlarına karşı, bu sporların yirmi birinci yüzyılda hayatta kalmasını, hatta yükselişini sağlayan faktörleri inceleyecektir. Bu nedenle, temel bir soru soracaktır: Küresel spor (ve diğer) modernliklerle karşılaşmaları sonucunda yerli seslere ve bilgilere ne oldu? Bu çalışmanın dört bölümünde de belirtileceği gibi, yerli spor kültürlerinin moderniteyle senkretik etkileşiminden kaynaklanan bazı göze çarpan dinamikleri eleştirel bir şekilde değerlendireceğiz: (1) kimliğin miraslaştırılması, (2) geleneğin ulusallaştırılması, (3) yerlinin modernleştirilmesi ve (4) modernin yerlileştirilmesi. Bu sporlardan bazıları, kimliğin metalaşması, etnik kökenin yeniden özelleştirilmesi ve görünürlük ve prestij karşılığında yerel aktörlerin küresel miras rejimlerine teslim edilmesi ikilemelerinin ortaya çıkardığı sonuçlarla birlikte son zamanların “miras takıntısının” bir parçası haline geldi. Diğer geleneksel sporlar, devleti sağlamaştırmaya yönelik siyasi çabalarda ulusal semboller haline geldi. Yine de diğer sporlar, hayatta kalma, daha fazla çağdaş ilgi veya Olimpiyat Oyunları gibi kanonlarda kabul görme çabalarında belirsiz sonuçlarla birlikte modernleşme ve sporlaşma sürecinden geçmiştir. Ve son olarak, bazı sporların eski mitleri ve değerleri, modern kimliklerin inşasına yardımcı olmak için benimsenmiştir. *Kısacası bu çalışmada yerli, geleneksel ve halk sporlarının kontrol ve özgürleşme, yeniden diriliş ve gerileme, dışlama ve dahil etme, kültür ölümü ve kültürel canlanma, kimlik oluşumu ve bastırılması rejimleri olduğu görülecektir.*

### **Küresel sporun taşralaştırılması ve sömürgeleştirilmesi**

Modern sporların yayılmasına ilişkin hegemonik anlatılar genellikle bunların kökenlerini endüstriyel Büyük Britanya'ya bağlar. Ancak burada seçilen sporlar, zamanla daha geriye gidiyor ya da bu yayılcı paradigmanın sınırlarında evrimleşiyor. Oyuna yönelik farklı motivasyon dizilerini, örneğin etnik ve yerli beden uygulamalarının ritüel ve dini anlamlarını ve bunların ata kavramlarıyla bağlantısını ortaya çıkarabilirler. Spor kültürlerinin moderniteye tarihsel dönüşümleri ve tepkileri, sporun geçmişini ve varlığını, ayrıca hareket eden beden ve onun siyasetiyle olan ilişkimizi anlama biçimimizi aydınlatabilir ve ince ayrıntılar sağlayabilir. Yerli, geleneksel ve halk sporlarının incelenmesi, küresel hegemonik spor kompleksini “taşralaştırarak” (Chakrabarty, 2000) ve sömürgecilikten arındırarak, modernitenin marjinallerden kaynaklanan çekişmelerini açığa çıkarır. Chakrabarty, Marx'tan yola çıkarak iki tür tarih arasında ayırım yapıyor: sermaye tarafından ortaya konanlar ve sermayenin yaşam sürecinin dışında kalanlar. Tarih 1: küresel kapitalizmin analitik tarihini, sömürgeci yayılmayı, modernitenin temel varsayımlarını ve ulus devletin teşvikini içerir. Tarih 2: sermayenin küreselleştirici hamlelerine tabi olan duygulanım tarihlerini ve belirli yaşam dünyalarını içerir. Tarih 1, modernitenin doğrusal ilerleyişini varsayan evrensel bir dildir; gelen “Batı”dır. Tarih

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

2'ler, modernitenin ayrıcalıklı taşıyıcıları ve kanunları tarafından kabul edilmek üzere tarihin hayali bekleme odasında "henüz sıkışmamış" olan "geri kalanlardır". Tarih 2'ler modernitenin Ötekileridir: madun, köylü, halk, yerliler ve modern olmayanlar. Tarih 2'ler Tarih 1'den ayrı değildir. Aslına bakılırsa, çoğu zaman kapitalist genişlemeden önce gelirler ve onunla düşmancadan tarafsıza ve iyi huyluya kadar çeşitli şekillerde ilişki kurmaya devam ederler.

Küresel hegemonik spor kompleksini modernitenin Tarih 1'i, yerli, geleneksel ve halk sporlarını ise madunluğun Tarih 2'leri olarak görmek mümkün. Batı sporu, kapitalist modernitenin yayılmasından fazlasıyla yararlandı ve katkıda bulundu. Tarih 1'in ayrılmaz bir parçası olarak batı sporu, modernitenin efsanevi standartlarını yayıyor: büyü bozulmuş mekân, laik zaman, rasyonellik, ulus-devletin önceliği ve insan egemenliğine ilişkin bazı varsayımlar. Sporda bu varsayımlar İngiliz devlet okullarında geliştirilen bir ahlak sistemiyle tamamlandı. Bu, sporun karakteri, sportmenliği, erkekliği, çileciliği ve sağlıklı bir mücadele iştahını inşa ettiği ideolojydi. Sömürge sporunun, Musküler Hıristiyanlığın, Young Men's Christian Association / Genç Erkekler Hıristiyan Derneği (YMCA) ve "rasyonel rekreasyoncular", sporun yerlileri, köylüleri, halkı ve yerli halkı "uygar", "modern" ve Hıristiyan insanlara dönüştürme kabiliyetine olan inancına dayanıyordu.

Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) veya FIFA gibi kuruluşlar tarafından yönetilen küresel hegemonik spor kompleksinin yayılması, genel olarak modernitenin evrenselleştirici, bütünleştirici dürtülerinin bir parçasıydı. Modern sporlar gittikleri her yerde yerel fiziksel pratikleri ortadan kaldırdı ve onun yerini aldı ve çevrelerini rasyonel modernitenin varsayımlarına göre dönüştürmek için orada kaldılar. Çinli spor akademisyeni Lu Yuanzhen'in sözleriyle, Batı spor kültürü, "bir çim biçme makinesi gibi, dünya sporunun kültürel çeşitliliğini temiz ve düzenli sıralara ayırdı" (aktaran Besnier et al., 2018, 50). Küresel kompleksle karşılaşmaları sırasında yerel spor uygulamaları ortadan kaybolmuş, rasyonelleştirilmiş ve sportifleştirilmiş ya da direniş ve canlanma alanları haline gelmiş olabilir.

Bu çalışma, Tarih 2'ye ait olan, hegemonik spor kompleksinin kenarlarında var olan ancak seçkinlerin Tarih 1'i üzerinde etkilerini bırakmaya devam eden yerli, geleneksel ve halk sporlarını araştırıyor. Bu spor kültürlerinin ana akım sporların küresel anlatılarının dışında yaşadıkları düşünülemez. Küresel sporun güçleriyle rekabet edemezler veya onlardan kaçamazlar, Tarih 1. Bununla birlikte, farklılık politikalarının da yattığı küresel kapitalist modernitenin bütünleyici dürtülerini kesintiye uğratabilir ve noktalayabilirler. Bu çalışma, madun spor tarihlerinin hegemonik moderniteyle nasıl bir araya geldiğini, farklı yaşam dünyalarının ve çoğu zaman yüzyılların aynı anda var olduğu eşsiz manzaralar yarattığını araştırıyor. Bu haliyle bu sporlar "tarihin gerçekçiliğine direnen estetik an(lar)" olarak görülebilir (Chakrabarty, 2000, 178). Spor sermayesinin hegemonik anlatılarını bozuyor, farklılığı ifade ediyor ve sporun tekil, büyüleyici boyutlarını koruyorlar. Hayali bekleme salonundan çıkıp modern spor kompleksine girmeye çalıştıklarında bile maduniyetin izlerinden asla tamamen kurtulamayacaklar.

Küresel sporun yerelleştirilmesi, onu kenarlardan veya köşelerden yenilemek anlamına gelir. Yerli, geleneksel ve halk sporları tarihleri, batı sporlarının hegemonik bilgi iddialarını sömürgecilikten kurtarabilir. Sömürgecilikten kurtulma yaklaşımlarının özgürleştirici hedefleri, başka türlü hegemonik olan tahakküm bağlamlarına madun yapma, düşünme ve var olma yollarını ekleyebilir (Vaczi and Bairner, 2024, 4). Bilginin sömürgecilikten arındırılması ve Yerli halkın dünya görüşlerinin eski haline getirilmesi, geleneksel hareket kültürlerinin ve spor etkinliklerinin yeniden canlandırılması ve desteklenmesi yoluyla gerçekleşebilir. Bu çalışmanın dekolonyal (decolonial) yaklaşımı iki ana boyutta karşımıza çıkıyor. Birincisi, Batı sporlarını oynayan Yerli halklar veya kırsal topluluklar yerine yerli, geleneksel ve halk sporlarına odaklanıyor; bu hareket kültürlerini, yerel bilme ve deneyimleme yollarının ifadeleri olarak alır. Sömürgecilikten kurtulmaya yönelik bilimsel çabalar, Batı yazılarını Yerli epistemolojilerinin

araştırılmasında bir çıkış noktası olarak aldıkları için eleştirildi. Batı sporları da böyle bir senaryo olarak görülebilir. Buna karşılık, geleneksel beden pratiğine odaklanmak madun ontolojilerini, epistemolojilerini ve seslerini daha özgün bir şekilde yansıtabilir. İkincisi, eğer batı sporunun hegemonyası yerleşimci sömürgeci bir yapı olarak görülebilirse, bu araştırma, hareket kültürlerinin hikayelerine değinerek Yerlilerin seslerine, ahlaklarına ve dünya görüşlerine yer vererek sömürgecilikten kurtulmaya katkıda bulunuyor (Vaczi and Bairner, 2024, 4).

### **Mirasın yeniden keşfedilmesi: kimlik ve etnopolitik**

Yerli, geleneksel ve halk sporları yeniden diriliş yaşayabilir veya efsanevi bir geçmişe yönelik romantikleştirilmiş bir nostalji veya tarihsel kökleri ve varsayılan özgünlükleri nedeniyle topluluk "özlerinin" vücut bulmuş hali olarak kullanılabilir. Ulusal ve küresel miras rejimlerinin (UNESCO - Somut Olmayan Kültürel Miras tanımı gibi) kurulmasıyla birlikte topluluklar, geleneksel sporlarını bu çerçevelere yerleştirerek görünürlük arayışına girebilirler. Bu tür adlandırmalar eski ve ölmekte olan uygulamalara enerji kazandırmaya yardımcı olabilirken, aynı zamanda popüler uygulamaların kurumsal çerçeveler içerisinde dondurulması veya bunların turistlere ve küresel medyaya ticari ürünler olarak paketlenmesi tehlikesi de bulunmaktadır. Liderlik, kültürel komisyonculuk ve kültürel formların sahipliği konusunda topluluk içi gerilimler, yerel veya geleneksel sembollerin ve değerlerin pazarlama, kurumsal ve politik amaçlar ve turizmi canlandırmak için benimsenmesiyle ortaya çıkabilir; bu da eylemlilik ve özgünlük sorunları doğurur.

Pek çok yerli, geleneksel ve halk sporu, çeşitli şekillerde "kimlik takıntısı" (Mugnaini, 2016, 31), "miras patlaması" (Vaczi, 2024, 262) veya "etnisitenin yeniden dirilişi" (Hann, 2024, 39). UNESCO'nun Somut Olmayan Miras listesi koruma ve koruma sağlamayı ve hepsinden önemlisi, turizm ve uluslararası markalaşma dünyasında el üstünde tutulan bir meta haline gelen yerel "özgünlüğün" tanınmasını amaçlamaktadır. 2005 yılına gelindiğinde 90 başyapıt UNESCO listesinde yer alıyordu; 2022'de listede, çoğu geleneksel sporlar veya yerli vücut ve hareket kültürü biçimleri olan toplam 140 ülkeden 677 unsur yer alıyordu. Belirli bir geleneksel spora ve bağlama bağlı olarak, bir miras tanımı bir finansal patlama, gurur ve kimlik kaynağı ya da bir topluluğun sürdürmesi gereken bir yük olabilir; ya da pek fazla dikkat çekmeyen bir şey olabilir (Foster, 2015, 152). Çoğu durumda, bir miras başlığı, marjinal insanların (halk, köylü, yerliler) eskiden kenarda kalan uygulamalarının sembolik olarak merkezi hale geldiği anlamına gelir.

Yerel aktörlerin tanınmasını sağlama niyetine rağmen, çiçek açan "miras manzarası" (Di Giovine, 2008), yukarıdan aşağıya operasyonları, uluslararası karar alma süreçleri ve nihayetinde iktidarı ortadan kaldıran devlet bürokrasilerinin güçlendirilmesi nedeniyle basitçe eşitsizlikleri yeniden üretebilir. International Council for Harmonisation (ICH) / Uluslararası Uyumlaştırma Konseyi'nin "temsili" teriminin kendisi sorunludur, çünkü belirli bir tahakküm perspektifinden arzu edilenin ve korunmaya değer olanın dayatılması olabilir. Miras rejimleri hangi uygulamanın "temsili" olduğuna karar verirken hegemonik bir kültür anlayışı yaratırlar. "Temsilcilerin" seçimi, UNESCO'nun "kendi metakültürel vizyonlarına uyacak şekilde" bir miras manzarasını şekillendirdiği bir araç haline gelir (Foster, 2015, 148). Bu, Batı kültür emperyalizminin bir başka biçimi olarak görülebilir.

Buradaki sorun, beden ve hareket kültürleri de dahil olmak üzere bazı geleneksel dünya görüşlerinin ve bilgilerin, "temsil edilemez", "sunulamaz" veya başka bir şekilde küresel koruma ve ilgiye layık görülmemeleri nedeniyle kaçınılmaz olarak susturulacak olmasıdır. Dolayısıyla UNESCO yönergeleri, yukarıda belirtildiği gibi, hegemonik batı sporunun başardığı şeyin aynısını başarabilir: "Çeşitliliğin çimlerinin düz çizgiler halinde biçilmesi." Miras rejimleri, küresel bir kurumun resmi dünya anlayışının özel gereksinimlerine uyacak şekilde yaşam pratiğini herkese uyan tek boyutlu, temizlenmiş modellere ve sterilize edilmiş

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

ürünlere hizalamaya teşvik edebilir. Bu nedenle, ironik bir şekilde, gelenekler, alışkanlıklar, zevkler, eğlenceler ve ifadeler kendilerinin kurumsal temsilleri haline geldikçe özgünlük arayışı sıklıkla özgünlüğün kaybına yol açar. Yaşam pratikleri miras olarak dondurulurken ve folklor küresel (batı) zevklere uyacak şekilde cilalanırken, uygulayıcılar bu süreçte ihmal ediliyor: bilgi taşıyıcıları, kültürel ürünlerden daha az metalaştırılabilir oldukları için bilginin kendisinden daha az önemli hale gelirler (Mugnaini, 2016, 33).

Bu ihmalin bir belirtisi, küresel miras rejimleri, ulus devletler ve yerel kültür komisyoncularının uygulamanın tanımlarını ve yönlerini devralması nedeniyle uygulayıcıların güç kaybıdır. Gerçek madunlar, köylüler, halk ve yerli halkların miras hakları hakkında çok az fikirleri olabilir ve belge hazırlama ve sunma konusunda temel zorluklar yaşayabilirler. Eyaletlerinin kültür ofisleri ve miras rejimi yetkilileriyle bağlantı kurmak için okuryazar uzmanlara ve yerel kültür komisyoncularına güvenebilirler (Seeger, 2015). Yerel karar alma sürecinin bir kısmı veya büyük bir kısmı bu “küresel Solomonlara / bilginlere” (Noyes, 2006) aktarılıyor, bu da yukarıdan aşağıya süreçleri güçlendiriyor ve uygulayıcılar ile miras oluşturucular arasındaki daha fazla eşitsizliği düzeltiyor (Hafstein, 2015). Korumanın bir parçası olarak, yerel aktörlerden kendi uygulamalarının kontrolünü uzmanlara, konseylere ve yöneticilere devretmeleri isteniyor, böylece uygulayıcılar, yerel halk ve onların uygulamaları arasındaki ilişki değiştiriliyor. Miraslaştırma, yabancılaşmaya, büyüün bozulmasına, metalaşmaya ve en tehlikelisi, yerel uygulayıcıların kendi uygulamalarına olan ilgisinin kaybolmasına neden olabilir. “Tanınma eşitliğin yerini tutmaz; Miras özerkliğin yerini tutmaz” (Noyes, 2016, 358) diye uyarıyor Noyes ve modern olmayan spor kültürlerinin bu temel çıkmazı üretken bir gerilime dönüştürmesi gerekiyor.

Miras patlamasının önemli bir sonucu, ulusal politika, kimlik veya kâr arayışında ilkel anlamların ve kimliklerin yeniden canlanması oldu. Bedenin kimlik, bilgi ve deneyim arasında geçiş yaptığı sporda özelleştirmenin cazibesi özellikle mevcuttur. *Senegal güreşi, Türk yağlı güreşi ve Orta Asya'nın geleneksel sporları, kimliğin belirli bir yeniden etnikleşmesini ve yeniden özelleşmesini, etnik kökenlere ve ilkel atalara yeni bir değer verilmesini ortaya koyuyor.* Ancak Katalonya'nın insan kuleleri örneğinde olduğu gibi hiçbir etnik özelleştirmenin gerçekleşmediği durumlarda bile spor, beden-değer-mekân bağlantıları yoluyla ulusal cisimleşmelere dönüşebilir. Miras projeleri genellikle hükümetlerin ve miras ofislerinin işbirliğiyle yukarıdan tasarlanan, aynı zamanda etnik ve ulusal projelerdir. Etnik (ya da ulusal) bir sporun yönetimi, tarihin, hafızanın ve bilginin yönetimi anlamına geldiğinden, hükümetler miras patlamasından hemen haberdar oluyor. Geleneksel sporların “yumuşak güç motiflerindeki piyonlar” (Fabian, 2024, 61) olarak yönetilmesi gözden kaçırılmamalıdır.

Geleneksel sporlar aracılığıyla gerçekleşen bu etnik canlanmaların, genellikle bir gruba yönelik geçmişteki etnik tanımlamalarla tam olarak aynı olmadığını belirtmek gerekir; etnisitenin yeniden dirilişi, mevcut ihtiyaçlara uyacak şekilde uyarlanmış veya seçilmiş geçmiş anlamların bir tür sentezidir. Örneğin, Senegal'deki hiçbir güreşçi, bu ciltte dedikleri gibi, güreşin "kanda aktığına" ciddi olarak inanmadığı gibi, bir sporcunun *Joola* veya *Sereer* soyundan dolayı geleneksel güreşin "etnik olarak yönlendirilen bir kader" olduğuna da gerçekten inanmıyor. Daha ziyade güreşçiler, farklılık yaratmak, kendilerini egzotikleştirmek ve nihayetinde "neoliberal pazarlama ve metalaştırma mantığı doğrultusunda" kişisel markalarını oluşturmak için ataların sembolik güçlerini ritüel veya söylemsel olarak çağrıştırıyorlar (Hann, 2024, 41). Bu, etnisite ve kimlik gizeminin, şeyleri ve uygulamaları ürüne dönüştürmek için harekete geçirildiği daha geniş bir sürecin parçasıdır. Etnik (veya bazen "dünya") yiyecekler, müzik, giyim ve spor, gerçek "özler" yerine egzotik belirteçlerin amacına hizmet etmeye başladı. Etnik kökenin Senegal güreşleriyle birlikte yeniden canlanması, bizi hibrit moderniteler ve kentsel dönüşümler hakkında yaygın olarak kabul edilen varsayımları sorgulamaya sevk etmelidir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Orta Asya'da geleneksel sporlar aracılığıyla etnik metalaşma ve ulus inşası süreci yaşanıyor. Geleneksel sporlar ya da bu bölgede sıklıkla ifade edilen şekliyle “etnosporlar” (Kylasov, 2015), Kazakistan, Kırgızistan, Tacikistan, Türkmenistan ve Özbekistan'ın yanı sıra bazen Afganistan, Azerbaycan, İran, Moğolistan ve Türkiye'yi de kapsadığına inanılan Orta Asya'da özel bir canlanma yaşanıyor. Tom Fabian'ın sözleriyle geleneksel sporların bu bölgede yeniden canlanması “çağdaş miras takıntımızın bir örneğidir” (2024, 65). On iki Orta Asya oyunu 2003 UNESCO Sözleşmesi tarafından koruma altına alınmıştır. Bu sporlar genellikle üst düzey politikacılar ve güç figürleri tarafından desteklenen cömert konferanslarla olağanüstü hükümet desteğinden yararlanır.

Orta Asya bozkırlarındaki ortak göçebe kimliğinin nostaljisi ve romantizmi, "ulusun kültürel mirası" “Pan-Türk gelenekleri”, “halk oyunları”, “ulusal gurur” ve “etnik kimlik” gibi hükümet onaylı etiketlere ilham kaynağı oldu. Etnosun ilksel ideallerine yapılan çağrılar yalnızca ulus inşasına değil aynı zamanda miras turizmine de hizmet etmektedir: Bozkırların eski geleneksel sporları, festivallerde ve muhteşem görüntülerle küresel medya organlarında ikinci bir hayata kavuşuyor. Melez kentsel modernitelere bir yanıt olarak Senegallilerin yeniden etnikleşmesi gibi, Orta Asya'da geleneksel oyunların yeniden canlandırılması da, Sovyet yönetiminin bu örneğinde, eski yukarıdan aşağıya modernleşme çabalarına bir yanıttır. Bu sporlar aracılığıyla Orta Asya ülkeleri, ortak coğrafi manzaraları, bozkırları ve buna karşılık gelen göçebe yaşam tarzını yeniden birleştirmenin yanı sıra kendilerini farklılaştırmaya da çalışıyorlar.

Türk yağlı güreşleri milletin tarihi derinliğiyle yeniden bağlantı kurmayı hedeflemiştir. Bu, geleneksel ritüel unsurların önemli ölçüde kaybına yol açmayan bir miraslaştırma ve bazı sporlaştırma örneğidir. Kökleri 700 yıl öncesine Osmanlı'ya kadar uzanan bir “ata sporu”dur. Coğrafi yayılmaları, kültürel ödünç almaları ve kabilesel kökleri, Sultan ordusundaki dövüş sanatları ve Osmanlı saraylarındaki eğlence gösterisi gibi geçmiş kimliklerden yararlanan bir dizi “ritüelleştirilmiş uygulamalar ve efsanevi hayaller” üretti (Krawietz, 2024, 25). Spor, Edirne'de yeniden yapılandırıldı ve yeniden keşfedildi ve yirminci yüzyılda neo-liberalizm, turizmin büyümesi, devlet tarafından onaylanması ve aracılık eden küresel gösterileşmenin kesişme noktalarında istikrar kazandı. Türk yağlı güreşinin yirminci yüzyıl hikayesi, geleneksel sporların yumuşak gücünü iki şekilde sergiliyor: 2010 yılında alınan UNESCO Somut Olmayan Miras unvanı aracılığıyla uluslararası tanınırlık elde ederek ve güreş yarışmalarını “her ne pahasına olursa olsun savunulması gereken dokunulmaz ulusal toprağın bir vekili” olarak gören kültürün devlet destekli devletleştirilmesiyle (Krawietz, 2024, 32).

Yüzlerce erkek, kadın ve çocuğun nefes kesen atletizm ve kolektif çabayla insan kuleleri inşa etmek için bir araya geldiği geleneksel bir spor olan Katalonya'nın kaleleri veya insan kuleleri, büyüyen bir sosyal tabanın organik, aşağıdan yukarıya yeniden dirilişi olması bakımından geleneksel spor canlanmalarının çoğundan farklıdır. Castells'in temel amacı nesiller arası, düşük maliyetli eğlence sunarak mahalle entegrasyonudur. Yeniden dirilişi, Franco sonrası demokratik Geçiş yıllarında başladı: 1975'te yalnızca altı takım vardı ve bugün 100'den fazla takım var. Franco sonrası yıllar, homojenleştirici diktatörlüğün ardından İspanya'nın bölgelerinin yeniden millileştirilmesiyle karakterize edilirken, Katalonya milliyetçiliğinin etnik yerine kültürel ve sivil biçimlerine bağlı kaldı. Castell'lerin Katalonya kırsalında 200 yıllık kökleri olsa da sosyal açıdan düşük prestijli unsurlarla ilişkilendiriliyordu ve 19. yüzyıl milliyetçi elitinin dikkatini çekmedi. Spor, kadınların ve orta sınıfların entegrasyonu yoluyla sosyal tabanını genişlettikten sonra, çağdaş bağımsızlık özelemlerinin ulusal bir sembolü haline geldi (Vaczi, 2023). Diğer birçok geleneksel sporun aksine, siyasetin onaylanması ve 2010 UNESCO unvanı, Casteller'in özerk yeniden dirilişi nedeniyle büyük bir canlanma gücünden ziyade ek bir avantajdı. Gerçekten de Casteller'in resmi siyaset tarafından ele geçirilmesi gerçek bir endişe ve toplumsal yansımanın konusudur.

### Geleneksel Ulusallaştırmak

Yöresel, geleneksel ve halk sporları, ulusal ya da ulus-altı bilincin oluşmasında bir araç olabilir. Milliyetçiliğin yaratılması için halk unsurlarına ulaşmak 19. yüzyıldan kalma iyi bilinen bir stratejidir. Genel olarak yirmi birinci yüzyılda sporun kültürel gücü ve popüleritesi göz önüne alındığında, onların folklorik çeşitlerine geri dönmek, çağdaş ulus inşası ve etnopolitik için benzer şekilde başarılı bir strateji olabilir. Hatta bazı durumlarda, makul bir şekilde geleneksel veya yerli olarak tanımlanabilecek sporlar, gelenek ve görenek (fiili) veya kanun (de jure) yoluyla ulusal hale bile gelmiştir. Siyasi seçkinler, geleneksel veya yerli sporun kültürel unsuru aracılığıyla daha geniş siyasi çerçevelere girmek için kitlelere Nairn'in (1975, 12) "davetiye" adını verdiği şeyi yazabilirler. Ulusluğun rekabetçi ve hegemonik formülasyonları ve onu en iyi ifade eden sporlar nelerdir? Tabandan uygulayıcılar, kökenleri ve anlamları ile spor kültürünün siyasallaşması arasındaki gerilimler ve uyumsuzluklar nelerdir?

Ulusal spor kavramının tartışılması, bu alandaki ana tartışmalara bazı referanslar gerektirmesi nedeniyle daha genel olarak milliyetçilik çalışmaları açısından özel bir değere sahiptir (Morgan, 1997; Goksöyr, 1998; Bairner ve Han, 2022). Örneğin ulusların kökenlerine ilişkin ilkel bir yorum, ulusal sporların meşru tarihi ulusluk olarak algılanan çeşitli kriterlere (kan bağları, dil, topografya, toprak vb.) bağlı olma ihtimaline izin verecektir. *Milliyetçiliğin yükselişini modernleşmenin gerekliliklerine bağlayan teorilere göre, ulusal sporlar, ulus devleti meşrulaştırmaya hizmet eden unsurlar dizisinin bir parçasıdır.* Buna ek olarak, "hayali topluluk" (Anderson, 1983) ve "icat edilmiş gelenek" (Hobsbawm ve Ranger, 1992) gibi kavramlara, esasen var olan şeylere tarihsel bir meşruiyet kazandırma çabalarının nasıl yapıldığını açıklamak amacıyla başvurulabilir. Belirli politik ve sosyoekonomik zorunluluklara modern yanıtlar. Ayrıca, ulusal sporun gerçek aidiyetle ilgili olduğu, ulus içinde oynanan diğer sporların ise sivil ulusu oluşturan şeylerle ilişkilendirilebileceği iddiasını ilerletmek için etnik ve sivil milliyetçilik arasındaki ayrıma da başvurulabilir, ya da daha doğru bir ifadeyle sivil ulus devlettir ancak özgünlük damgasından yoksundur. Ancak gerçekte hiçbir yaklaşım belirli sporların nasıl ulusal önem kazandığını tam olarak açıklayamaz.

Niceliksel bir yaklaşım benimseyerek, bir sporun ulusal olduğunu tespit etmeye çalışırken sıklıkla başvuru ilk kriter popülerliktir. Her ne kadar bazı yararları olmasa da, bu yaklaşım, en fazla sayıda katılımcıyı cezbeden etkinliklerin ulusal spor olarak adlandırılma hakları konusunda sıklıkla tartışılması nedeniyle sorunlu hale gelmektedir. Kriketin Bangladeş'te *kabaddi*'den çok daha fazla oyuncusu ve hayranı olmasına rağmen, kabaddi fiilen ulusal spor olarak belirlenmiştir (Rahman & Akter, 2024, 103). Tersine, fırlatma hem Gal hem de federasyon futbolundan daha düşük katılım oranlarına sahip olsa da en azından İrlandalı milliyetçiler tarafından "ulusal oyun" olarak kabul edilen şey Gal futboludur (Rouse, 2024, 131).

Hurling'in statüsü birçok kişi için hem kanıtlarla hem de efsanelerle güvence altına alındı. Bununla birlikte, ulusal temsili takımlara sahip sporlara yönelik kitlesel seyirci rakamlarıyla birlikte yüksek düzeyde katılım, bu kriterlere göre futbolun dünyadaki ülkelerin büyük çoğunluğunun ulusal sporu olduğu gerçeğini açıklayan başka bir konu olabilir. Bu nedenle, 1953'te hukuki statü verilen pato'nun futbol değil, Arjantin'in ulusal sporu olduğuna çok az kişi inanır. Ancak futbolun ulusal bir spor olarak tanımlanmasının neredeyse tüm benzersizlik iddialarını dışlaması ve potansiyel olarak ulusal spor ile belirli bir ulus arasındaki ilişki hakkında anlamlı açıklamalar yapmayı neredeyse imkânsız hale getirmesi sorunu burada yatmaktadır.

İkinci bir kriter ise öncelik veya buluş kriteridir. Bir spor, ilk kez belirli bir ülkede oynanmış olması nedeniyle ulusal olarak tanımlanabilir. Thompson'ın (2024, 113) belirttiği gibi, "sumo kendisini daha çok geleneksel bir spor olarak sunuyor" ve "1.500 yılı aşkın bir tarihe" sahip olduğu söyleniyor. Spor tarihçileri, birçok modern sporun kesin kökenini belirlemenin oldukça zor olduğu gerçeğini doğrulayacaklardır. Örneğin, modern sporun kökenleri genellikle

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

İngiltere'de olmasına rağmen futbol konusunda hem Çin hem de İtalya'nın bir durumu var. Güçlü etnik karakteriyle dikkate alınan "mükemmel ulusal oyun" olan Bask pelota bile Fransız *jeu de paume* top ve kort oyunlarıyla (tenis) olası kökenleri paylaşıyor olabilir. Bununla birlikte, lakrosun ilk kez Yerli Amerikalılar tarafından oynandığı açıktır ve aslında onun modern tezahürleri, Iroquois'e uluslararası rekabette bir ulus olarak statüleri için bir temel bile vermiştir (Taylor ve Bairner, 2024, 203). Buna ek olarak, Fin pesäpallu'sunun (veya beyzbolun) inkâr edilemez bir şekilde bir Fin buluşu olduğu (Meinander, bu cilt), ancak yıllar geçtikçe Finliler, hiçbiri yalnızca Fin'e özgü olmayan diğer sporlarda da dikkate değer başarılar elde etti.

Sadece bu sebepten ötürü, bir sporun ulusal olarak kabul edilmesinin sebebinin sadece belirli bir ulus içinde oynanması olduğu ve bu ulusun sınırlarının diaspora topluluklarını (örneğin İrlandalı veya Finli) kapsayacak şekilde genişletilmesi olduğu düşünülerek benzersizlik kategorisinin eklenmesi istenebilir. Ancak, icat kriteriyle ilgili bir sorun, çok az ulusun herhangi bir modern sporun kökeninin kendisi olduğunu iddia edebilmesi, buna karşın Britanya'nın ve daha spesifik olarak İngiltere'nin, düzenlenmiş ve bürokratikleştirilmiş biçimleriyle, kendisini meşru bir şekilde bu tür birçok sporun doğum yeri olarak gösterebilmesidir; bu nedenle her birini bir İngiliz ulusal sporu olarak tanımlamak, kavramı bir kez daha anlamsız hale getirecektir.

Diğer kriterler de mevcuttur. Örneğin, başlangıçta belirli bir sporun icadından sorumlu olmayan ülkeler, o sporda büyük başarılar elde etmiş olabilir ve/veya sporun sonraki gelişimi üzerinde önemli bir etki yaratmış olabilir. Genellikle birbirine bağlı olan bu faktörlerin her ikisi de, bir sporun belirli bir ülkede ulusal statüsünü garanti altına almaya hizmet edebilir. Burada akla Yeni Zelanda'daki ragbi birliği (Patterson, 1999) ve Brezilya'daki (Bellos, 2002) ve Arjantin'deki (Archetti, 2020) futbol gelir.

Ayrıca benimsenebilecek en az iki tane daha birbiriyle ilişkili kriter vardır; ilk kriter, belirli ulusların yerel ürünleri pazarlama ve turizmi teşvik etme amaçları için sunulma biçimiyle bağlantılıdır ve ikinci kriter, belirli sporların ulusal manzaralarla yakından ilişkilendirilme biçimleriyle ilgilidir (Bairner, 2009). Örneğin, kros kayağı ve kayakla atlama Finlandiya'ya özgü olmasa da, kışın Finlandiya manzarası fikriyle kesinlikle örtüşüyorlar.

"Ulusal" sporların en yaygın olarak benimsenen kategorisi, belirli uluslara özgü olan veya bu uluslarda icat edildiği düşünülen faaliyetlerden oluşur. Peki bu tür sporları uluslar ve milliyetçilik anlayışımızla ilişkili olarak ilginç kılan nedir? Bu sporların "ulusal" statüsü, münhasırlıkları ve öncelikleri tarafından sınırlandırılmıştır. Burada etnik milliyetçiliğin yankıları vardır. Bu tür ulusal sporlar ve oyunlar, gerçek kökenleri ulus öncesi veya en azından ulus devletlerin ortaya çıkmasından önce olsa bile, bir anlamda söz konusu ulusların özü olduğu düşünülen şeyle bağlantılıdır. Sivil ulusu ve/veya ulus devleti oluşturan insanların çoğunun ilgisini çekmede açıkça başarısız olmuş olmalarına rağmen, ulusu sembolik olarak temsil ederler.

Örneğin, büyük yarışmalar yalnızca aralıklı olarak gerçekleşmesine ve tartışmasız olarak beyzbol ve futbola çok daha fazla ilgi olmasına rağmen sumo bir Japon sporu olarak kabul edilir. Ancak Thompson'a (bu cilt) göre, sumo liderleri "popülerliğini artırmak, tanınırlık ve meşruiyet kazanmak için geleneksel geçmişine yapılan çağrılara güvendiler." Bunu büyük ölçüde kendi geleneklerini icat ederek yaptı (Thompson, 2024, 118; Hobsbawn ve Ranger, 1992). Yine de milliyetçilerin gözünde gerçek anlamda ait olan kişiler tarafından oynanıyor ve izleniyorlar, ulusal varlıklar olarak özgünlükleri sorgulanmaya açık olanlar tarafından değil.

Ulusal spora dair bu özel görüş, uzun zamandır İrlanda'nın en büyük spor organizasyonu olan ve 1884'te ülkenin geleneksel oyunlarını ve eğlencelerini -hurling ve Gal futbolu dahil- korumak için özel bir yetkiyle kurulan Gaelic Athletic Association (GAA) tarafından ileri sürülmüştür. Hurling, *Bord Fáilte*'nin (İrlanda Turizm Kurulu) veya *stout* ve *viski* dahil olmak üzere çeşitli İrlanda ürünlerini satmaktan sorumlu reklam yöneticilerinin gözünde sıklıkla tercih



edilen spordur. Yine de hurling'in popülaritesi bir ilçeden ve hatta bir mahalleden diğerine önemli ölçüde değişirken, Gaelic futbolu örüntüsü 32 ilçede varlığı açısından daha eşittir (King, 1998; Humphries, 1996; Rouse, 2024, 127). Bununla birlikte, ülkenin hurling'e yenildiği izole cepleri vardır. Dahası, herhangi bir Gal oyununa "ulusal statü" atanma hakkı, sadece bazı İrlanda milliyetçilerinin ragbi birliği ve futbol gibi diğer sporları tercih etmesi nedeniyle değil, aynı zamanda İrlanda'nın kuzeyindeki Protestan toplumunun ezici çoğunluğunun kararlı bir şekilde tüm Gal oyunları hareketine karşı çıkması nedeniyle de önemli ölçüde zayıflamıştır. Bu zorluğu, bu insanları sözlerinde tutarak ve kendilerini gerçek anlamda İrlandalı olarak görmedikleri için spor tercihlerinin İrlanda ulusal sporunu neyin oluşturduğu veya oluşturmadığı üzerinde herhangi bir etkisi olması gerektiğini kabul ederek göz ardı etmek kolay görünebilir. Ancak bu, yalnızca Katolikleri değil, Protestanları ve Muhafızları da tutarlı bir şekilde kucaklamaya çalışan İrlanda cumhuriyetçi ideolojisinin temel ilkelerini görmezden gelmek olacaktır (English, 2007; Bairner, 2021).

Geleneksel sporları ulusallaştırma süreci boyunca, kadınlar genellikle ulusal varlıklar olarak yok olmuşlardır. İrokualar ve diğer Amerikan yerlileri halklarında var olan cinsiyet dengesi modern öncesi kökenlere sahiptir ve modern ulus olma anlayışlarına çok az şey borçludur veya hiçbir şey borçlu değildir (Taylor ve Bairner, 2024, 207). İrlanda'daki kadınların, erkek muadili olan ve kadınlar ve erkekler tarafından oynanan Gal futbolu bir yana, çok daha az medya ilgisi gören camogie adlı kendi hurling versiyonları vardır (Rouse, 2024, 126). Japonya'da Sumo Federasyonu, kadınlar için yerel, ulusal ve uluslararası yarışmalar düzenler, ancak esas olarak sumoyu Olimpik bir spor yapma çabalarını desteklemek için (Thompson, 2024, 105). Bu nedenle, pesäpello'nun Finlandiya'daki en popüler kadın top sporu olduğu iddia edilmesi ve son zamanlarda bağımsızlık yanlısı ulus inşasının bir sembolü olan Katalonya'nın insan kulesinin bugün kadın katılımıyla gelişip yükseltilmesi ilginçtir (Meinander, 2024, 145). Ancak kesin olan bir şey var ki, bir sporun gerçekten ulusal olarak kabul edilmesi için, ağırlıklı olarak erkek sporu olması gerekir. Ulus inşasının yolu budur.

### Modernleşen Yerli: Kurtuluşlar ve Hayal Kırıklıkları

Spor modernitesinin yerel sporlarla karşılaşmasının en önemli sonuçlarından biri, yerel hareket kültürlerinin modernleşmesiydi. Bu, büyük ölçüde yerel hareket kültürlerinin rasyonalizasyonu, düzenlenmesi ve standartlaştırılması anlamına geliyordu; batı sporunun küresel gelişmeleriyle uyum sağlaması amaçlanıyordu. Mazlumun, köylünün, halkın ve Yerli'nin bedeni, batılı medenileştirme misyonları için her zaman bir zorluk olmuştur. Yerli beden, "modernitenin ve evrensel bir bilgi, anlam ve duyumsama sistemi anlayışının temellerini tehdit eden epistemolojik olarak yabancı bir beden" olarak görülmekteydi (MacLean, 2019, 202). Yeni dünyalarda çıplak Ötekilerle karşılaşmak, sömürgeci öznelleştirme sürecinin bir parçasıydı; yerli bedenleri hem hayranlık hem de tiksinti duyulan bir konu olarak sürekli bir özne olmuştu (Hacke ve Musselwhite, 2017). Benzer şekilde, köylü ve halk, "modernitenin yakın Ötekileri" olmuştur (Noyes, 2016, 14): kokular, beden yakınlığı, dokunuş ve bakış, uzun süredir burjuva sınıfının alt sınıflarla ilgili kalıplaşmış imgeleri olmuştur (Stallybrass ve White, 1986). Kentli elitler, nostalji ve kır yaşamı arayışıyla onlara yönelseler bile, aynı zamanda onların geri kalmışlıkları ve modernlik karşıtlıkları nedeniyle şüpheyle yaklaşmaktadırlar.

Sporlar, sık sık "modernleştirme" ve "uygarlık" çabalarında dirençli, modern olmayan bedenleri dönüştürmek amacıyla kullanılmıştır. Kaslı Hristiyanlık, YMCA ve "rasyonel rekreasyoncular" gibi hareketler, "aşağı" ve "ilkel" olarak görülen kesimlerin dürtüselliğini, sporlar aracılığıyla öz-kontrollü, modern insanlara dönüştürmeyi amaçlamışlardır; bu sporların, Britanya kamu okullarının etiği olan Hristiyan etiği, adil oyun, sportmenlik, asil mücadele ve asetik yaşam tarzını öğreteceğine inanmışlardır (MacAloon, 1981; Mangan, 2013). Bu süreç, "yerli elitlerin modernitenin inceliklerini benimsemesini" (Besnier et al., 2018, 53) de içermekte olup, bu

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

elitler yerel kültür aracılarının güçlenmesine ve genel olarak toplumun sağlığını, zindeliğini ve karakterini geliştirme çabasında yeni eşitsizliklerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Kısacası, yerli, geleneksel ve halk sporları, Batı emperyalizmi ve kapitalizmiyle olan karşılaşmalarında üç şekilde tepki vermiştir: yok olabilirler; küresel düzene karşı direniş alanları haline gelebilirler; ya da küresel turizm endüstrisine girebilmek, UNESCO Somut Olmayan Kültürel Miras unvanını kazanmak veya resmi Olimpiyat sporu olmak amacıyla rasyonelleştirilmiş ve "hazmedilebilir" hale getirilmiş olabilirler.

Ancak, bu strateji izlendiğinde bile, hegemonik merkeze kabul edilmek zor olabilir ve modernleşme, örneğin wushu'da olduğu gibi, kendi hayal kırıklıklarını doğurma tehlikesi taşır. Çin dövüş sanatları, çeşitli modalitelerin, anlamların ve isimlerin yüzlerce, hatta belki de binlerce yıl boyunca organik olarak geliştiği kadim bir tarihe sahiptir. Yirminci yüzyıl Çin milliyetçiliği, Çin Cumhuriyeti (daha sonra Tayvan'da yerleşen) ve Çin Halk Cumhuriyeti olarak adlandırılan otoriteler tarafından yukarıdan yönetilen bir süreçte, Çin dövüş sanatlarını sınıflandırma, düzenleme, kurumsallaştırma ve sporsallaştırma yoluna gitmiş ve bunları içsel bir gurur, ulusal güven, modernleşme ve uluslararası tanınma amacıyla diplomatik bir araç olarak kullanmayı hedeflemiştir. Bu süreçte artık "wushu" olarak adlandırılan Çin dövüş sanatlarının Olimpiyat programına dahil edilme çabaları, Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) nezdinde yapılan yoğun lobi faaliyetlerine rağmen şimdiye kadar başarısız olmuştur. Bazıları bu durumu "Batı odaklı" bir önyargıya bağlarken, diğerleri ise Oyunların hacminin yeni girişleri zorlaştırdığını belirtmektedir; başka bir kesim ise wushu'nun sporsallaştırılmasının sorunun kaynağı olduğunu öne sürmektedir (Park ve Bairner, 2024, 177). Wushu rutinlerini modernleştirme ve Olimpik standartlara uyum sağlama çabası, wushu'nun kendine özgü otantikliğini ve benzersizliğini kaybetme tehlikesiyle karşı karşıya bırakabilir – ve dolayısıyla küresel spor kompleksi içinde katabileceği ek değeri yitirme riski taşımaktadır. Wushu'nun hikayesi, modernizasyon ile geleneksel formların ve anlamların korunması arasındaki ikilemin, neyi tercih ederlerse etsinler cezalandırılacakları bir "Catch-22" çıkmazı olabileceğini göstermektedir. Bu ikilemin ironisi, wushu'nun (ve aşağıda tartışılacak olan lakros'un da) en ana akım ve geleneksel sporlar kanonuna (örneğin Olimpiyat etkinliklerine) girmeyi amaçlaması, aynı zamanda kendilerini diğerlerinden ayıran özelliklerini ve yerli köklerini öne çıkararak markalaşmak zorunda olmalarıdır. Bu çabanın çıkmazı, MacLean'in (2029, 195) "rasyonel poetizasyon" olarak adlandırdığı olguda, sporu hem rasyonalize etmek hem de egzotikliğini korumak yönündeki zıt beklentilerde yatmaktadır.

İsveç bandy hikayesi de gösterdiği gibi, kurtuluş ve hayal kırıklığı arasındaki denge oyunu özellikle hassastır. Bandy, hokeye benzetilen geleneksel bir spor olarak, başlangıçta aristokrasi ve entelektüel elitler arasında bir üst sınıf sporu olarak başlamıştır. Bugün, çalışan sınıfların seyrek nüfuslu bölgelerini temsil eder hale gelmiştir; öyle ki, "bir muhafazakâr hayatta kalma kültürü" olarak bandy'nin kaderi, çoğu zaman köylü sınıfının kaderiyle iç içe hayal edilmektedir: "Her ikisi de yakında yok olacaklarına dair kehanetlere meydan okumuş, her ikisi de kaptisli doğanın insafına kalmıştır" (Andersson, bu kitapta). 1900'ler civarında İsveç'te kök salan *bandy*, İsveç'in doğa kültürünün bir sembolü haline gelmiş, romantik, doğaya dönüş ve medeniyet karşıtı felsefeler ve daha basit zamanlara duyulan nostaljik bir özlem içermiştir. Yirminci yüzyıldaki *bandy*'nin modernizasyonu, sporun donmuş göller ve nehirlerden yapay açık hava ve ardından kapalı mekanlara geçişini gördü. Bu modernizasyon ayrıca elektrikli ışıkların, oyun alanının etrafındaki panoların ve televizyon yayınlarının tanıtımını da içeriyordu. Bu önlemler, hava durumunun spor üzerindeki aşırı etkisini ortadan kaldırdı, sezonların uzamasını sağladı ve oyunu daha hızlı hale getirdi – bu özellikler taraftarlar arasında hayal kırıklığı yarattı. İsveç Şampiyonası finallerini hava durumunun insafına bırakmak, Chakrabarty'nin (2000, 242) "modern sporun taşralılaştırılması" ya da yeniden büyülenmesi olarak adlandıracağı bir şeydir: Bu, sekülerleşmiş, modern bir ortamda "bedensiz aracıya" ve

dolayısıyla şansa olan “devam eden bağlılığı” gösteriyordu. Modernleşmiş bandy’ye karşı duyulan hayal kırıklığı ve sporun doğaya dönüş isteği, rasyonalize edilmiş modern sporların sıradan akışlarını – veya Walter Benjamin (1940) ile “homojen, boş zamanı” – şiirsel unsurlarla doldurma arzusunun arttığını gösteriyor (Vaczi, 2022).

Bazı sömürge karşılaşmalarında, yerel toplumsal cinsiyet düzenlemeleri, sömürgeciliğin sportif beden toplumsal cinsiyeti hakkındaki fikirleriyle sorunsuz bir şekilde kaynaşmıştır; örneğin Kenya’nın uzun mesafe koşuları yalnızca erkekler için teşvik edilmiştir ve bu durum hem yerel kültür hem de sömürge kültürü tarafından desteklenmiştir (Sikes, 2019). Ancak bazı durumlarda, örneğin Çin halk sporlarında, modern ve feminist talepler, özellikle devlet tarafından yukarıdan aşağıya doğru itildiğinde, yerel muhafazakâr geleneklerin otoritesiyle çatışabilir. Toplumsal cinsiyet ayrımı, Çin’in geleneksel hareket kültürlerinin karakteristik bir özelliğiydi. Ancak 1980’lerden bu yana toplumsal cinsiyet ilişkilerinin modernizasyonu, Çin devletinin başlıca politika hedeflerinden biri haline gelmiştir.

Bu hedef, sosyal, siyasi ve ekonomik kaygılar kadar Somut Olmayan Kültürel Mirası Koruma Yönergeleri tarafından da yönlendirilmiştir. Çin yerel yönetimleri, devlet ve küresel miras rejimleri, kapsayıcılığı teşvik ederken, yerel aktörler halk sporları için çift taraflı bir alan yaratmıştır: Yerel eğlence için yapılan etkinlikler toplumsal cinsiyet tabularını sürdürerek kadınları dışlarken, devlet eğitimi, UNESCO, turistler ve Olimpiyatlar gibi küresel gösteri etkinlikleri için yapılan etkinlikler kadınları dahil etmektedir. Uygulayıcılar, onları turistik gösteriler için işe alan ticari kurumlara yanıt olarak kadın katılımını sağlamaktadırlar; ancak “turistler dağıldığında ve Maogus Tujia halkının dini yaşamına geri döndüğünde, toplumsal cinsiyet ayrımı norm olarak kalmaya devam etmektedir” (Xiong and Han, 2024, 158).

Lacrosse örneğinde olduğu gibi, modern feminizmin talepleri, bazı durumlarda başka bir tür batı emperyalizmi olarak görülebilir. Lacrosse, Iroquois<sup>7</sup> Ulusları Konfederasyonu olan Haudenosaunee’nin geleneksel sporudur ve yerleşimci sömürgeciliği ve batı modernitesi ile karşılaşmasında birçok çatışma yaşamıştır. Bir dini tören olarak başlamış olan lacrosse, geleneksel dünya görüşlerini ve öğretileri içermektedir. Ancak günümüzde 50 ülkede varlık göstermekte ve çeşitli uluslararası kurumlar tarafından temsil edilmektedir. Uluslararası şampiyonalarda ve üniversiteler arasında yarışmakta, milyonlarca dolarlık sponsor anlaşmalarına sahiptir ve Olimpiyat sporu olarak kabul edilme çabasıdadır. Lacrosse’un hegemonik spor kompleksine gömülmüş olması ve bunun sonucu olarak ortaya çıkan çatışmalar, sporun taşıdığı Yerli dünya görüşlerini özellikle önemli kılmaktadır. Haudenosaunee, lacrosse’un "Yaratıcı" için, "Yaratıcı'nın zevki" için oynandığını ve topluluk içi çatışmaları yönlendirmek amacıyla yapıldığını iddia etmektedir. Bu durum, modern sporların bireyci, rekabetçi ve kâr odaklı yapısıyla zıtlık teşkil etmektedir. Cinsiyet rejimlerine

<sup>7</sup> **Iroquois (Haudenosaunee) Konfederasyonu:** New York eyaletinin yukarı kesimlerinde bulunan beş (daha sonra altı) Kızılderili kabilesinin konfederasyonudur ve 17. ve 18. yüzyıllarda Kuzey Amerika’nın hakimiyeti için Fransızlar ve İngilizler arasındaki mücadelede stratejik bir rol oynamıştır. İlk beş Iroquois ulusu Mohawk (yerli adı: Kanien’kehá [“Çakmaktaşı Halkı”]), Oneida (yerli adı: On’Ayote?a:ká [“Dikili Taş Halkı”]), Onondaga (yerli adı: Onoñda’gega’ [“Tepelerin Halkı”]), Cayuga (yerli adı: Gayogohó o’ [“Büyük Bataklık Halkı”]) ve Seneca (yerli adı: Onödowa’ga:’ [“Büyük Tepenin Halkı”]) idi. Tuscarora kabilesinin (yerli adı: Skarü-ré? [“Gömlek Halkı”]) 1722 yılında katılımıyla, konfederasyon İngilizler tarafından "Altı Ulus" olarak tanınmış ve Albany, New York’ta (1722) resmen kabul edilmiştir. Genellikle dünyanın en eski katılımcı demokrasilerinden biri olarak nitelendirilen konfederasyon, 21. yüzyıla kadar varlığını sürdürmüştür. **Ayrıca şöyle de bilinir:** *Beş Ulus, Haudenosaunee, Iroquois Birliği, Beş Ulus Birliği, Altı Iroquois Ulusu, Altı Ulus.*

**Konfederasyonun kökenleri ve gelişimi:** Iroquois geleneğinde anlatılan Barışçı’nın hikâyesi, konfederasyonun 1570 ile 1600 yılları arasında kurulmasını Huron doğumlu Dekanawidah’a (Barışçı) dayandırır. Dekanawidah’ın, Mohawklar arasında yaşayan bir Onondaga olan Hiawatha’yı, "barış, sivil otorite, doğruluk ve büyük yasa"yı konfederasyonun temeli olarak kabul etmeye ikna ettiği söylenir. İstilaya karşı birlikte durma istekleriyle birleşen kabileler, klan ve köy şeflerinden oluşan ortak bir mecliste bir araya geldiler; her kabilenin bir oyu vardı ve kararlar için oybirliği gerekiyordu. Büyük Barış Yasası (Gayanesshagowa) uyarınca, 50 barış şefinin, bilinen diğer adıyla sachem ya da hodiayahnehsonh’un, ortak yetki alanı tüm kabileler arası sivil meseleleri kapsıyordu. Kendi adı: Haudenosaunee (“Uzun Ev Halkı”); Ayrıca adlandırılır: Iroquois Birliği, Beş Ulus veya (1722’den itibaren): Altı Ulus; Tarih: yaklaşık 1570 - yaklaşık 1784; Müdahil Olduğu Alanlar: Iroquois; İlgili Kişiler: Hiawatha Samuel Kirkland, Sir William Johnson, 1’si. Baronet. Lotha, Gloria (2024). Add new Web site: “*Smithsonian-National Museum of the American Indian- Haudenosaunee Guide for Educators*”. Feb 27, 2024, *Written and fact-checked by The Editors of Encyclopaedia Britannica.* URL: <https://www.britannica.com/topic/Iroquois-Confederacy>

dair Yerli kavramlar, “farklı ve eşit” ilkesine dayanmaktadır: lacrosse'da erkekler oynar ve kadınlar izler. Bu, Haudenosaunee kadınlarının belirli rollerinin olduğunu anlamayan batılı feminist görüşlerle çatışabilir; oysa bu roller geleneksel olarak erkek rollerine kıyasla aşağı veya güçsüzleştirici olarak görülmemiştir. Aksine, kadınlar, lacrosse oyunlarında da gözlemledikleri karakter tiplerine dayanarak kabile liderlerini seçmişlerdir. 2010 yılındaki “pasaport krizi” de bu yanlış anlaşılmanın bir örneğidir; Iroquois milli takımı, batılı ülkelerin onların Yerli pasaportlarını tanımaması nedeniyle dünya kupasına seyahat edememiştir. Bu olay, batı modernitesinin bir başka ürünü olan devlet ve onun özel vatandaşlık anlayışının dayatmalarına işaret etmektedir.

### Modernin Yerlileştirilmesi: Mit, Ethos<sup>(8)</sup> ve Sembol Arayışı

Hegemonik modernliğin, egemen olmayan alt sınıflar ve yerli Ötekiler üzerinde yarattığı dönüşüm eğiliminin her zaman tek yönlü olduğunu düşünmek hata olur; bu süreçte kendisi de değişmiş ve değişmeye çalışmıştır. Modernin yerlileşmesi, tarihsel olarak önemli köklere sahiptir ve yukarıda tartışılan “etnik” ve “egzotik” olanın ticari patlamasıyla daha da şiddetlenmiştir. Tarihsel olarak, yerleşimci sömürgeciliğin önemli hedeflerinden biri “yerleşimcileri yerli hale getirmektir” (MacLean, 2019, 192) ve egemen elitler, kendileri için yeni kimlikler oluşturmak amacıyla sıklıkla yerli ve halk kültürlerinden faydalanmışlardır. Stallybrass ve White’ın belirttiği gibi, modern dönüşümlere rağmen geleneğin sembolizmi “yüksek” kültürde olağanüstü derecede önemli kalmıştır. Elitler, halk ve yerli uygulamaları ve ritüelleri eleştirip küçümseseler bile, genellikle “kendi amaçları için bu sembolleri, imgeleri ve hayal dünyalarını” benimserler (Stallybrass ve White, 1986, 107). Bu tür benimsemelerde, “yüksek” kültür, “aşağı Öteki”ne karşı ironik bir psikolojik bağımlılık sergiler (Stallybrass ve White, 1986); böylece alt sınıflar, seküler olmayanlar, kırsal kesim ve yerli Tarih 2'ler, Tarih 1 üzerinde iz bırakabilirler (Chakrabarty, 2000, 11). Elit, politik üstünlük kazanmanın bedeli olarak kendini mahrum bıraktığı yerli yaşam ve bakış tarzlarını içine katar ve evrensel olarak üstün olmayı hedeflediği yerli arzu alanlarını sahiplenir. Geleneksel sporlar, yaratılış hikayelerinde köklere sahip olabilir ve modern bireyler tarafından arzulanan geleneksel bilgelikleri, ahlakları, algıları ve epistemolojileri barındırabilir. Bu bölümde, geleneksel sembolleri, etnosu ve mitleri modern kimliklerin inşasında benimsenen yerli spor kültürlerini sunuyoruz.

İlk olarak köleler tarafından uygulanan, ardından yasaklanan ve düşük sınıf sokak dolandırıcılarıyla ilişkilendirilen capoeira, günümüzde 150'den fazla ülkede yaygın olarak icra edilmekte ve çeşitli ve coşkulu bir hayran kitlesini kendine çekmektedir. Afrika'daki şarkılar ve dans ritüellerinden doğan capoeira, Brezilya'da dövüş sanatlarına dönüşmüş ve en marjinal unsurlarla ilişkilendirilmiştir: "Bir yandan siyah direnişin bir sembolü, diğer yandan Brezilya sokak yaşamındaki serseri ya da *malandro* figürünün bir göstergesiydi" (Forline, 2024, 253). Bir sporun, sömürge altındaki halklar için bir direniş alanı haline gelebileceği sıklıkla söylenir; Brezilya'daki Afrikalı kölelerin capoeirası için bu anlam oldukça kelimesi kelimesineydi, zira bu, köle avcılarının ormanda pusu kuran kölelerin sporuydu. Capoeira, bir dövüş olarak, köle ticaretinin ve köle endüstrisinin acımasızlığına bir yanıtı. Uzun süre yasadışı kılınma, gizli faaliyet gösterme ve şeytanlaştırılmanın ardından, capoeira zamanla orta ve üst sınıflar tarafından keşfedildi ve melez bir yerleşimci kimliğinin inşasının parçası haline geldi. Afro-Brezilyalıların zorla kültürel asimilasyonu ve entegrasyonunun bir amacı, ana akım toplumu "Afrikalılaştırmak"tı. Capoeira, "Brezilya'daki egemen sınıf üyelerinin, mutfak kültüründen dilsel ifadelerle, tarım ürünlerinden tropikal ortamlarla uyuma, müzikten dine ve kültürel

(8) İlkçağ Yunan felsefesi içerisinde *Ethos* kavramı: (karakter-kişilik) ve (âdet-alışkanlık) manalarında kullanımı tercih edilen kelime güzergahının alışkanlıklarına odaklı bir biçimde ilerlenmesine *ethos* ifadesi verilmiştir. Ünlü filozof olan *Aristoteles*'e göre *Ethos*: Bireyin düşünsel yönünden daha çok ahlâk yönünün bir temsili olmaktadır. *Felsefede Ethos* kavramı: etik kelimesi içerisinde türemiş olarak "değerler" manasına gelmektedir ve de erdem olgusunun temsildir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

ifadelere kadar Afro-Brezilyalılardan birçok geleneği edindiği" (Forline, 2024, 245) karmaşık bir yapının parçası haline geldi.

Asya ejderha botu yarışları, geleneksel değerlerin ve sembollerin modern kurumsal kimlikler için kullanılmasına bir örnektir. *Duanwu Festivali*'nde her yıl düzenlenen ejderha botu yarışlarının kökeni, günümüzde büyük bir başarıya ulaşmıştır: 1987'de 19 üyesi olan Singapur Ejderha Botu Birliği, bugün 100'den fazla üye sayısına ulaşmıştır. Mitler ve ritüellerle derinden bağlantılı olan ejderha botu, takım çalışması yoluyla moral ve performansı olumlu yönde etkilediği düşünüldüğünden büyük bir kurumsal spor haline gelmiştir. Ejderha botunun Asya etnosunun kullanımı, Batı kapitalist stereotiplerine karşı bir duruş sergiler. Birincisi, spor rekabetten ziyade ilişkileri vurgular, çünkü ejderha botunun kültürleri ve insanları bir araya getirdiğine (ve hatta Kuzey Kore gibi ülkelerle bağlar oluşturduğuna) inanılır. İkincisi, bir uzantı olarak, Konfüçyüsçü sosyal uyum ve bireyin kolektife boyun eğmesi değerleri, Batı kapitalizminin bireycilik ve acımasız rekabet özelliklerini askıya almak için seferber edilir. Üçüncüsü, ejderha botu bir sosyal dengeleyici ve çeşitliliğin bir kutlaması olarak kullanılır; bu bağlamda statü ve cinsiyet önemsiz hale gelir ve herkes, "CEO'dan temizlikçiye kadar" (Brooke, 2024, 229) eşit derecede önemli kabul edilir. Ejderha botu, Asya değerlerinin sembolü olarak çok uluslu kurumsal kültür tarafından kullanıldığında, yerli kültürün Benettonlaşması (iyi niyetli-leşmek) riskini taşır: yani yerli kültürün, görünürde para kazanma amacıyla değer kazanması. Kurumsal ejderha botu yarışları, Batılı kurumsal kimliklerin alt üst edilmesi ve Asya yerli değerlerinin bir tür karnaval havasında yükseltilmesi olarak görülebilirken, aynı zamanda basitleştirilirler çünkü nihai kurumsal hedefin kâr etmek ve iş verimliliğini artırmak olduğu konusunda kimse yanılmamalıdır.

Sâmi halkı<sup>(9)</sup>, Kuzey Calotte'nin yerli halkı olarak, geleneksel sembolizmin benimsenmesi ve müdahalesinin potansiyel olarak felç edici etkilerini gösteren "ren geyiği siyaseti"ne maruz kalmaktadır. Hayvanlar, birçok yerli halkın dünya görüşlerinde merkezi bir rol oynamaktadır. Ren geyiği, Sâmi halkı için bir "anahtar sembol" olup, bu sembolün kültürel açılımı sanayi, turizm, eğitim ve spor gibi farklı toplumsal sektörlerde kendini göstermiştir. Norveç hükümeti, anayasasının yerli kültür, dil ve toplum taahhüdü kapsamında ren geyiğiyle ilgili her şeyi, geleneksel ren geyiği yarışı ve kement atma sporları dahil, aktif olarak desteklemektedir. Ancak, "ren geyiği siyaseti" Sâmi kimliği açısından indirgemeci bir nitelik kazanmıştır; bu siyaset, Sâmi kimliğini özcü, basitleştirici ve dışlayıcı bir şekilde tanımlamıştır. Ren geyiği ile Sâmi arasında "bire bir ilişki" kurulmuş ve bu ilişki, ren geyiği yetiştiricisinin "tipik ya da baskın – bazen de tek – Sâmi bireyi anlayışı" olarak algılanmasına yol açmıştır (Skille ve Sam, 2024, 214). Ren geyiği endüstrilerine ve bu hayvanla ilgili kültürel faaliyetlere öncelik verilmesi, yerli halklar arasında hiyerarşik bir yeniden yapılanma yaratmıştır. Bu durum, kaynaklara ve imkanlara erişimdeki farklılıklar nedeniyle Sâmi halkı arasında iç bölünmelere ve eşitsizliklere neden olmuştur. Devlet sübvansiyonlarının bu faaliyetlerin uygulayıcılarına öncelik vermesi, diğerlerini ihmal etme riski taşımaktadır, oysa Sâmi halkı içsel olarak çeşitlidir ve sadece "platoda ren geyiği" değildir (Skille and Sam, 2024, 215).

Basque *pelota*'nın hikayesi, sporun yayılmasıyla ilgili İngiltere merkezli doğrusal tarihleri şaşırtan bir Tarih 2'dir. Aynı zamanda hegemonik Batı spor kompleksinin, etnik etnosu modern

<sup>(9)</sup> Samiler, Kuzey İskandinavya'da çok uzun yıllardan beri yerleşik olan etnik bir grubu temsil ediyorlar. Ural dil ailesinin *Fin-Ugor* koluna bağlı dilleri konuşan yerel halk günümüzde yoğun olarak Norveç, İsveç, Finlandiya ve Rusya'nın kuzeyinde yaşıyor. Yaklaşık 4000 yıl önce *Vikinglerden* kaçan Samilerin bu bölgelere yerleştiği biliniyor. Ortaçağda bu bölgedeki en kalabalık nüfusu oluşturan Samiler ile Vikingler arasındaki mücadele zamanla yerini ticari bir dostluğa bırakmış. Günümüzde 80.000-100.000 arası nüfusa sahip Samilerin yarısından fazlası Norveç'te yaşıyor.

Samiler aynı zamanda 'Lapon' veya 'Lapyali' olarak da adlandırılıyor. Yama anlamına gelen 'Lapp' kelimesinden türetilen bu kelime Samilerin giydiği rengarenk giysilerden esinlenerek kullanılmaya başlanmış. Ancak, yerel halk bu tabiri aşağılayıcı bir ifade olarak algıladığından kullanılmasını istemiyorlar.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

kapitalizmin gerekleriyle uyumsuz olduğu için gelişen bir geleneksel sporu nasıl ezdiğinin canlı bir örneğidir. Futbol ve diğer sporlar Avrupa'da yayılmadan ve yerleşmeden önce bile, *pelota* İspanya ve ötesinde ticari bir spor haline gelmişti. Oyunun Amerika Birleşik Devletleri'ndeki *jai alai* versiyonu zirve noktası olan olağanüstü uluslararası yolculuğu, "Bask oyununun güçlü etnik karakteri" ile Amerikan kapitalizmi arasındaki bir çatışma ile kesintiye uğradı. Geleneksel olarak *pelota*, mücadele, amansız karşılaşma, sertlik ve *indarra* (eril yaşam gücü) ile ilişkilendirilmiştir. Amerika Birleşik Devletleri'ndeki *jai alai*, oyuncuların %85'inden fazlasının Bask kökenli olması nedeniyle güçlü bir etnik bileşene sahipti. 1980'lerde *pelota* oyuncuları daha iyi çalışma koşulları talep etmek için greve gittiklerinde, eşitlikçilik, kolektivizm, dernekçilik ve toplu eylemi vurgulayan kültürel ve sosyal etnosları, Amerikan kapitalizmi, bireycilik ve sendikacılığa karşı çıkış ile karşı karşıya geldi. Kapitalizmin Tarih 1'i ile bu eski, etnikleşmiş Bask oyununun Tarih 2'si arasındaki bu özel çatışma, *jai alai*'nin küresel sahneden düşüşüne ve nihayetinde ortadan kaybolmasına neden oldu.

### SONUÇ

Küresel hegemonik spor kompleksini modernitenin Tarih 1'i, yerli, geleneksel ve halk sporlarını ise madunluğun Tarih 2'leri olarak görmek mümkün. Batı sporu, kapitalist modernitenin yayılmasından fazlasıyla yararlandı ve katkıda bulundu. Tarih 1'in ayrılmaz bir parçası olarak batı sporu, modernitenin efsanevi standartlarını yayıyor: büyü bozulmuş mekân, laik zaman, rasyonellik, ulus-devletin önceliği ve insan egemenliğine ilişkin bazı varsayımlar. Sporda bu varsayımlar İngiliz devlet okullarında geliştirilen bir ahlak sistemiyle tamamlandı. Bu, sporun karakteri, sportmenliği, erkekliği, çileciliği ve sağlıklı bir mücadele iştahını inşa ettiği ideolojydi. Sömürge sporunun, Musküler Hıristiyanlığın, Young Men's Christian Association / Genç Erkekler Hıristiyan Derneği (YMCA) ve "rasyonel rekreasyoncular", sporun yerlileri, köylüleri, halkı ve yerli halkı "uygar", "modern" ve Hıristiyan insanlara dönüştürme kabiliyetine olan inancına dayanıyordu.

Sporlar, sık sık "modernleştirme" ve "uygarlık" çabalarında dirençli, modern olmayan bedenleri dönüştürmek amacıyla kullanılmıştır. Kaslı Hıristiyanlık, YMCA ve "rasyonel rekreasyoncular" gibi hareketler, "aşağı" ve "ilkel" olarak görülen kesimlerin dürtüselliğini, sporlar aracılığıyla öz-kontrollü, modern insanlara dönüştürmeyi amaçlamışlardır; bu sporların, Britanya kamu okullarının etiği olan Hıristiyan etiği, adil oyun, sportmenlik, asil mücadele ve aetik yaşam tarzını öğreteceğine inanmışlardır. Bu süreç, "yerli elitlerin modernitenin inceliklerini benimsemesini" de içermekte olup, bu elitler yerel kültür araçlarının güçlenmesine ve genel olarak toplumun sağlığını, zindeliğini ve karakterini geliştirme çabasında yeni eşitsizliklerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Kısacası, yerli, geleneksel ve halk sporları, Batı emperyalizmi ve kapitalizmiyle olan karşılaşmalarında üç şekilde tepki vermiştir: yok olabilirler; küresel düzene karşı direniş alanları haline gelebilirler; ya da küresel turizm endüstrisine girebilmek, UNESCO Somut Olmayan Kültürel Miras unvanını kazanmak veya resmi Olimpiyat sporu olmak amacıyla rasyonelleştirilmiş ve "hazmedilebilir" hale getirilmiş olabilirler.

Öneri bağlamında, geleneksel sporların modernitenin talepleriyle mücadele ettiği bir diğer alan, toplumsal cinsiyet kapsayıcılığı ve cinsiyet ayrımcılığının sona erdirilmesi olmuştur. Tarihsel derinlikleri ve kültürel olarak korunma zorunluluğu nedeniyle, geleneksel sporlar, kadınların entegrasyonuna karşı özellikle dirençli olabilirler, çünkü bu sporlar erkeklerin ve kadınların rollerine, yerlerine ve bedenlerinin yeteneklerine dair geleneksel görüşler üzerine inşa edilmiştir. Kadınlar, uzun bir süre boyunca ulusal, etnik veya yerli bedenleşme gibi sembolik çerçevelere girmelerinin önünde engellerle karşılaşmışlardır. Bu bağlamda kesişimsel yaklaşımlar oldukça önemli olabilir, çünkü kadınlar hem kendi topluluklarının hem de egemen siyasal oluşumların kenarlarında, kadınlar olarak ve etnik azınlıklar veya yerli kadınlar olarak konumlanabilirler.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### REFERANSLAR

- Anderson, Benedict. *Imagined Communities: Reflections on the Origins and Spread of Nationalism*. Verso, 1983.
- Archetti, Eduardo P. *Masculinities: Football, Polo and the Tango in Argentina*. Routledge, 2020.
- Bairner, Alan, and Peizi Han. "Sport, Nationalism, and National Identities" in *The Oxford Handbook of Sport and Society* (pp. 86–103), edited by Lawrence Wenner. Oxford University Press, 2022.
- Bairner, Alan. "National Sports and National Landscapes: In Defence of Primordialism," *National Identities* 11, no. 3 (2009): 223–239.
- Bairner, Alan. "Sport and the Unfinished Irish Revolution" in *Sport and Secessionism* (pp. 22–38), edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. Routledge, 2021.
- Bellos, Alex. *Futebol. The Brazilian Way of Life*. Bloomsbury, 2002.
- Benjamin, Walter. *On the Concept of History*. 1940. Available at <https://www.marxists.org/reference/archive/benjamin/1940/history.htm>.
- Besnier, Niko, and Susan Brownell. "Sport, Modernity, and the Body." *Annual Review of Anthropology*. 41 (2012): 443–459.
- Besnier, Niko, Susan Brownell, and Thomas F. Carter. *The Anthropology of Sport: Bodies, Borders, Biopolitics*. University of California Press, 2018.
- Brooke, Mark. "Dragon boat A traditional Asian sport with a modern flair". Chapter 14, *Indigenous, Traditional, and Folk Sports* (pp. 227-242), edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-19>
- Chakrabarty, Dipesh. *Provincializing Europe: Postcolonial Thought and Historical Difference*. Princeton University Press, 2000.
- Chibber, Vivek. *Post-Kolonyal Teori ve Kapitalizmin Hayaleti*, İstanbul: İletişim Yayınları, 1. Baskı, 89, 2016.
- Di Giovine, Michael A. *The Heritage-Scape: UNESCO, World Heritage, and Tourism*. Lexington Books, 2008.
- English, Richard. *Irish Freedom: A History of Nationalism in Ireland*. Macmillan, 2007.
- Fabian, Tom. "The revival of traditional games in Central Asia - Heritage, spectacle, and ethnos." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 3, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk). (pp. 57-69), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-5>
- Forline, Louis. "The meanders of capoeira as a martial art and cultural expression." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 15, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk), (pp. 243-259), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-20>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Foster, Michael Dylan. "UNESCO on the Ground." *Journal of Folklore Research: An International Journal of Folklore and Ethnomusicology*. 52, no. 2–3 (2015): 143–156.
- Goksøyr, Matti. "The Popular Sounding Board: Nationalism, 'the People' and Sport in Norway in the Inter-war Years" in *The Nordic World. Sport in Society* (pp. 100–114), edited by Henrik Meinander and J. A. Mangan. London: Frank Cass, 1998.
- Hacke, Daniela, and Paul Musselwhite. "Introduction: Making Sense of Colonial Encounters and New Worlds" in *Empire of the Senses: Sensory Practices of Colonialism in Early America* (pp. 1–32), edited by Daniela Hacke and Paul Musselwhite. Brill, 2017.
- Hafstein, Valdimar. "Learning to Live with ICH: Diagnosis and Treatment," in *UNESCO on the Ground: Local Perspectives on Intangible Cultural Heritage* (pp. 143–160), edited by Michael Dylan Foster and Lisa Gilman. Indiana University Press, 2015.
- Hann, Mark. "Senegalese wrestling and the "rediscovery" of ethnicity." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 2, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk). (pp. 1-20), 2024, DOI: [10.4324/9781003317685](https://doi.org/10.4324/9781003317685)
- Hobsbawm, Eric, and Terence Ranger (eds). *The Invention of Tradition*. Cambridge University Press, 1992.
- Huggan, G. *The Postcolonial Exotic: Marketing the Margins*. London and New York: Routledge, 2001.
- Humphries, Tom. *Green Fields, Gaelic Sport in Ireland*. Weidenfeld and Nicolson, 1996.
- King, Seamus J. *The History of Hurling*. Gill and Macmillan, 1998.
- Krawietz, Birgit. "Oil over Turkey UNESCO's Kirkpınar wrestling in Edirne." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 1, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk). (pp. 23-36), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-3>
- Kylasov, Alexey. *Ethnosport: The End of Decline*. LIT Verlag Münster, Vol. 29, 2015.
- MacAloon, John J. *This Great Symbol: Pierre de Coubertin and the Origins of the Modern Olympic Games*. University of Chicago Press, 1981.
- MacLean, Malcolm. "Engaging (with) Indigeneity: Decolonization and Indigenous/Indigenizing Sport History." *Journal of Sport History* 46, no. 2 (2019): 189–207.
- Mangan, James Anthony. *The Games Ethic and Imperialism: Aspects of the Diffusion of an Ideal*. Routledge, 2013.
- Meinander, Henrik. "Finnish pesäpallo: The modernization and indigenization of a Northern European bat-and-ball game." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 8, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk), (pp. 139-151), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-11>
- Morgan, William J. "Sports and the Making of National Identities: A Moral View." *Journal of the Philosophy of Sport* 24, no. 1 (1997): 1–20.
- Mugnaini, Fabio. "The Haunted Discipline: On the Political Nature of Folklore and the Political Destiny of Its Study." *Narodna umjetnost: hrvatski časopis za etnologiju i folkloristiku* 53, no. 1 (2016): 15–41.



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Nairn, Tom. "The Modern Janus." *New Left Review* 94, no. 1 (1975): 3–29.
- Noyes, Dorothy. "The Judgment of Solomon: Global Protections for Tradition and the Problem of Community Ownership." *Cultural Analysis* 5 (2006): 27–56.
- Noyes, Dorothy. *Humble Theory: Folklore's Grasp on Social Life*. Indiana University Press, 2016.
- Osmond, Gary. "Decolonizing Dialogues: Sport, Resistance, and Australian Aboriginal Settlements." *Journal of Sport History* 46, no. 2 (2019): 288–301.
- Park, Cindy and Alan Bairner. "Traditional Chinese martial arts: The naming and development of wushu." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 10, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk), (pp. 1-20), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-14>
- Patterson, Brad (ed.). *Sport, Society and Culture in New Zealand*. Stout Research Centre, Victoria University, 1999.
- Rahman, K. Mahmudur and Akter, Marufa. "The construction and deconstruction of kabaddi, the national sport of Bangladesh - A tale of its identity and decline." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 5, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk), (pp. 1-20), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-8>
- Rouse, Paul. "Ireland's hurling - The making of a national culture." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 5, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk). (pp. 1-20), 2024, DOI: [10.4324/9781003317685-10](https://doi.org/10.4324/9781003317685-10)
- Seeger, Anthony. "Understanding UNESCO: A Complex Organization with Many Parts and Many Actors." *Journal of Folklore Research: An International Journal of Folklore and Ethnomusicology* 52, no. 2–3 (2015): 269–280.
- Sikes, Michelle. "Enduring Legacies and Convergent Identities: The Male-Dominated Origins of the Kenyan Running Explosion." *Journal of Sport History* 46, no. 2 (2019): 273–287.
- Skille, E. Åsrum and Michael Sam. "Reindeer sports among the Sámi people in Norway". Chapter 13, *Indigenous, Traditional, and Folk Sports* (pp. 213-226), Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-18>
- Stallybrass, Peter, and Allon White. *The Politics and Poetics of Transgression*. Cornell University Press, 1986.
- Taylor, Travis and Alan Bairner. "Playing for the Creator: Understanding the Indigenous roots of lacrosse," *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 12, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk), (pp. 199-210), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-16>
- Thompson, Lee. "A tale of two sumos: A traditional sport of Japan." *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 6, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk), (pp. 107-123), 2024, DOI: [10.4324/9781003317685-9](https://doi.org/10.4324/9781003317685-9)

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Vaczi, Mariann and Alan Bairner. “Introduction”. *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 16, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk). (pp. 1-20), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-1>
- Vaczi, Mariann. “Provincializing Global Sport: Modernity, Capitalism, and the Politics of Difference in the Age of Super Leagues.” *Anthropological Quarterly* 95, no. 4 (2022): 869–894.
- Vaczi, Mariann. “The jai alai of the United States and the pelota of the Basque Country: Decolonizing the ethnic self”. *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. “The jai alai of the United States and the pelota of the Basque Country.” Edited: by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk), pp. 260-277, 2024. DOI: [10.4324/9781003317685-21](https://doi.org/10.4324/9781003317685-21)
- Vaczi, Mariann. *Catalonia’s Human Towers: Castells, Cultural Politics, and the Struggle toward the Heights*. Indiana University Press, 2023.
- Xiong, Huan and Xuefei Han. “From segregation to integration: Changing gender roles in the modernisation of traditional folk sports in China.” *Indigenous, Traditional, and Folk Sports*. Chapter 9, Edited by Mariann Vaczi and Alan Bairner. London and New York: by Routledge – Taylor & Francis Group, ISBN: 978-1-003-31768-5 (ebk), (pp. 155-172), 2024, DOI: <https://doi.org/10.4324/9781003317685-13>



## TARİHSEL VE KÜLTÜREL YÖNÜYLE: KÜLTÜRÜN RESTORASYON YOLLARINDAN BİRİ OLARAK GELENEKSEL OYUNLARIN PERFORMANSI

Mehmet TÜRKMEN\* & Faik ÖZ\*\*

\*Professor, Ondokuz Mayıs University, Samsun/Turkiye, [dr.turkmenmehmet@gmail.com](mailto:dr.turkmenmehmet@gmail.com)

\*\*PhD Student, Ondokuz Mayıs University, Samsun/Turkiye, [dr.ozfaik@gmail.com](mailto:dr.ozfaik@gmail.com)

**ÖZET:** gibi küreselleşme anaforu tazyikleriyle birlikte birçok halkların geleneksel kültür unsurları eriyip gitmektedir. Bu çalışmanın önemi, modern felsefenin, kültürel çalışmaların ve psikolojinin yerli kültürün olumlu gelişim olanaklarına artan ilgisiyle doğrudan ilişkilidir. Geleneksel oyunun, kültürün kendini olumlu yönde yeniden üretmesine katkıda bulunan faktörlerden biri olarak analiz edilmesi, etno-kültürel unsurlar dikkate alınarak gelenek dinamiklerinin koordinatları sisteminde yapılmaktadır. Sonuç olarak: tüm arkaik ve geleneksel oyunlar, kült-ritüel pratiklerden türetildiği; oyunlar ile kült-ritüel pratikler arasında kesin bir sınır koymak şu an için oldukça zor olduğu; oyunları kült-ritüel pratiklerle net bir şekilde karşılaştırma imkânına sahip olmayı ve onların işlevsel amacını anlamayı gerektirdiği görülebilmektedir. Bu bağlamda, büyüsel ritüeller ve kült mistikleri başlangıçta maddi pratiğin çıkarlarına hizmet etse de insanlara gündelik faydacı varoluşlarının sınırlamalarını aşma imkânı tanımış ve onlarda belirli bir "yedek" yetenek fonunun oluşumunu sağlamlaştırdığı anlaşılmıştır. Bu yetenekler, hiçbir zaman "burada ve şimdi" koordinat sisteminde talep edilememiş; aksine, yeni ve karmaşık pratik sorunların çözümü için geleceğe yönelik olarak bir temel oluşturmuş ve geleneksel tarihi oyunların ulusal kültürü restore ederek pozitifleştirdiği sonucuna varılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Pozitifleşme, ritüel işlev, kült niteliği, sosyalizasyon süreci

### HISTORICAL AND CULTURAL ASPECTS: THE PERFORMANCE OF TRADITIONAL GAMES AS ONE OF THE WAYS OF CULTURAL RESTORATION

**ABSTRACT:** Traditional cultural elements of many societies are gradually disappearing under the pressures of globalization. The significance of this study is directly linked to the increasing interest of modern philosophy, cultural studies, and psychology in the positive developmental potential of indigenous cultures. Analyzing traditional games as one of the factors contributing to the positive reproduction of culture is conducted within the coordinate system of tradition dynamics, taking ethno-cultural elements into account. The study reveals that all archaic and traditional games originate from cult-ritual practices, making it challenging to draw a clear boundary between games and cult-ritual practices at present. A comprehensive comparison of games and cult-ritual practices is required to understand their functional purposes. In this context, it has been found that magical rituals and cult mysticism, while initially serving the material interests of practice, provided individuals with the opportunity to transcend the limitations of their everyday utilitarian existence. Moreover, they facilitated the development of a certain "reserve" of skills. These skills were not immediately demanded within the "here and now" framework but rather formed a foundation for addressing new and complex practical problems in the future. The study concludes that traditional historical games positively contribute to the restoration and revitalization of national culture.

**Keywords:** positive revitalization, ritual function, cult characteristic, socialization process.

## GİRİŞ

### Geleneksel Oyunun Araştırılmasında Tarihsel ve Kültürel Yaklaşımlar

Geleneksel oyunun araştırılması, geleneksel oyunların kökeninin analizi, farklı alt ve yerel-ulusal kültürlerdeki varoluş özellikleri, tarihsel ve sosyo-kültürel evrimi gibi konuların ele alınmasını gerekli kılar. Geleneksel oyunların kökeni ve tarihsel evrimi, oyunun tarihsel gelişim yasalarına dayanmaktadır. Oyun, çocuk topluluğunun yetişkin topluluğundan ayrılması sürecinde ortaya çıkmış ve birincisinin ikincisine katılımını sağlayan bir yol olmuştur. Oyun, insan türünün etnik ayrışması sürecinde kendini göstermiş; kültür ve toplum içerisindeki gerçekleştirilmesi ise devletin varlığı ve işleyişiyle bağlantılıdır. Bu durum, oyunun yapısını ve işlevlerini belirler.

Günümüz araştırmacıları, geleneksel oyunların, eski törenler ve ritüellerin gelişiminin bir sonucu olduğunu ve bu ritüellerin modern bir dönüşümünü temsil ettiğini düşünmektedir. M. Türkmen'in Türk halkları oyunu olarak gösterdiği "Körebe" oyunu [9] için, E.A. Pokrovskiy, bu konuyu Rus halk oyunu "Körebe" örneği üzerinden incelemiştir. Araştırmacıya göre, bu oyunun ilk örneği eski bir pagan cenaze ritüelidir. Daha sonra bu ritüelin bir parçası ana ritüelden ayrılmış, bağımsız bir nitelik kazanmış ve zamanla eski bir halk oyunu olarak kültür tarafından benimsenmiştir. Yazar, benzer birçok örnek sunmakta ve bu örneklerin temelinde, oyunun konusunun eski ritüellerin veya büyüsel törenlerin belirli bir parçası olması yatmaktadır [Akt. 2].

Psikologlar ayrıca bir dizi modern geleneksel oyunun kültürel ve ritüelistik kökeninin psikolojik köklere sahip olduğunu, kişiliği geliştirdiğini, kültüre uyarladığını ve yeni kültürel anlamların geliştirilmesiyle ilişkili aşırı baskıyı hafiflettiğini belirtmektedir. Bu seride hem ritüellerin kendileri hem de oyunlarda aktif olarak kullanılan ve oyun alanını kutsallaştıran mitolojik olay örgüsü sıralanabilir.

Bu mantığı izleyerek, kült gizemlerin ve ritüellerin kültürdeki gelişiminin ve sağlamlaşmasının bir sonucu olan geleneksel oyunları, tarihsel olarak arkaik oyunları temel alan ancak daha sonra önemli ölçüde değiştiren diğer oyunlardan ayırmak gerekir. Geleneksel oyunların kültürdeki ikinci gerçekleşme biçimi, birincisine kıyasla daha evrenseldir ve bu oyunların özellikleri, belirli bir etnik gruba özgü belirli bir çocuk alt kültüründe somutlaşmalarından daha fazla etkilenir. Bu tür oyunlara örnek olarak çakıl taşı oyunları verilebilir: artan sayıda çakıl taşına torba fırlatmak. Bu oyun, Kuzey Kafkasya, Orta Asya ve Kazakistan halklarının çocukları da dahil olmak üzere Orta ve Uzak Doğu çocukları için tipiktir ve genellikle bir Türk halkları oyunu olarak da nitelendirilir [6].

### BULGULAR

G.N. Simakov'a göre, arkaik oyunlar genetik olarak sadece gündelik emek ve maddi pratiklerle değil, aynı zamanda ritüel ve büyü pratiklerle de bağlantılıdır. Bilim adamı, Kırgızistan'da 20. yüzyılın başlarına kadar "Tolgo Taş" adlı büyü bir eyleme benzeyen bir oyunun nasıl düzenlendiğini yazıyor. Oyunun özü şöyledir: Falcı, belirli kurallara göre 40 taş koyar ve oluşturdukları desene göre kişinin geleceğini tahmin eder. Araştırmacı, modern çocuk çakıl taşı oyununun bu tür büyü eylemlere dayanmasının mümkün olduğunu yazıyor. G.N. Simakov, eski oyuncakların başlangıçta bir kült niteliğine sahip olduğunu, daha sonra ritüel işlevinin kaybolduğunu ve sadece oyun işlevinin kaldığını belirtmektedir [6].

Bu bağlamda ters süreci de kabul edebiliriz: doğrudan oyun nesnesinin ritüellerde sonradan sabitlenmesi. Buna örnek olarak ritüel avcılıkla ilgili nesnelere verilebilir. Kültürde oyun-ritüellerinin, sözde "kült" oyuncakların yeniden üretiminin varlığı ve önemi, belirli bir tarihsel dönemin mirası olarak değerlendirilebilir; çocuk topluluğunun gelişim deneyiminin bu dönemde yerleşmesi. Bu düşünce, psikolojide geleneksel olarak kabul edilen, tüm oyun türlerinin kökeninin esasen emek temelli olduğu görüşüyle bir ölçüde çelişmektedir.

Tüm arkaik ve geleneksel oyunlar, kült-ritüel pratiklerden türememiştir; ancak oyunlar ile kült-ritüel pratikler arasında kesin bir sınır koymak şu an için oldukça zordur. Bu, oyunları kült-ritüel pratiklerle net bir şekilde karşılaştırma imkânına sahip olmayı ve onların işlevsel amacını anlamayı gerektirir. Bu bağlamda, N.A. Smirnova'nın şu görüşüne katılabiliriz: Büyüsel ritüeller ve kült mistikleri başlangıçta maddi pratiğin çıkarlarına hizmet etmiştir; insanlara gündelik faydacı varoluşlarının sınırlamalarını aşma imkânı tanımış ve onlarda belirli bir "yedek" yetenek fonunun oluşumunu sağlamıştır. Bu yetenekler, hiçbir zaman "burada ve şimdi" koordinat sisteminde talep edilememiş; aksine, yeni ve karmaşık pratik sorunların çözümü için geleceğe yönelik olarak bir temel oluşturmuştur [7].

Yazar ayrıca, pratik deneyimin başlangıç aşamasında, insanların çeşitli faydacı sorunları çözme süreçlerinde günlük olarak şekillendiğini belirtmektedir. Bu süreçte, söz konusu deneyimin kaydedilmesinin temel aracı, katı bir şekilde belirlenmiş duyu-motor standartları sistemi olmuştur; bu deneyimin aktarımı ise simülatörler aracılığıyla gerçekleşmiştir. Ancak, günlük yaşam uygulamalarında, örneğin avlanma ya da askeri operasyonlar sırasında, insan sıklıkla sıradan hale gelmiş faydacı sorunları yaratıcı bir şekilde çözme ya da bu tür sorunlara yönelik genel çözüm yollarını bulma gerekliliğiyle karşılaşmıştır [3]. Bu bağlamda, olası çözümlerin, mevcut duyu-motor standartları sistemine uymadığı gözlemlenmektedir.

Bilim insanı, şu soruları sorarak meseleyi ele alır: "Bu sorunların çözümüne dair deneyim pratikte nasıl bir odakta toplanmıştır ve bu deneyim insan topluluğu içinde nasıl aktarılmıştır?" Bu deneyimi, bir dizi şablon ya da spesifik bir eylem rehberi olarak değil, insanlığın özgün ve yaratıcı potansiyelinin bir tür geliştirilmiş biçimi olarak tanımlar. Bu işlev, tarih boyunca arkaik ritüeller tarafından gerçekleştirilmiştir; geleneksel oyun ise, bu işlevi yerine getirme açısından bir tür ritüelin yerini almıştır.

N.A. Smirnova, bunun ritüelin sıradan gerçeklik algısını ve buna uygun eylem biçimlerini sorunlaştırması ile ilişkili olduğunu düşünmektedir. Bununla birlikte, nesiller boyunca oluşmuş standart pratik eylem biçimleri, bireyin içsel psikolojik yaşamına geçiş yaparak yeni bir kültürel anlam kazanır. Bu durum, belirli bir pratik eylemin, "eylemler akışından" ayrılarak bir tür refleksiyon aracı haline gelmesini sağlar [7]. Böylece, geleneksel oyun, ritüel davranışın yönelimsel-anlamsal bir bileşenini üstlenir; başka bir deyişle, bu eylem, insanlar arasında bir iletişim biçimi kazanarak bireyin belirli bir topluluğa aidiyetini simgeleştirir.

Bu mantığı izleyerek, oyun eyleminin gelişim aşamalarını takip edebiliriz:

- 1) ilk olarak, oyun eylemi, bir kişinin kendisini çevreleyen dünyada yönlendirdiği bir yönelimsel, nesne eylemine dönüşür;
- 2) daha sonra oyun eylemi nesne eyleminden iletişimsel hale gelir;
- 3) son olarak, oyun eylemi yeni bir kültürel anlamla donatılır ve yeniden ritüel olma eğilimine girer.

Geleneksel oyunun doğrudan psikolojik veya sosyal yorumunun dar kapsamını anlamamıza, geleneksel oyunun doğrudan iş faaliyetinin içinde oluşamayacağına, ancak onun iş ile ilişkilerinin ritüel pratikle dolaylı olarak şekillendiğine dair bir sonuca varmamıza yol açmaktadır. Bazı araştırmacıların geleneksel oyunun çocuk topluluğunun hayal gücünün bir sonucu olduğunu iddia eden görüşlerini kabul etmiyoruz. Aksine, bu tür bir hayal gücünün gelişmesi için tarihsel sembolik alanın, genellikle kültürel bir karakter taşıyan bir alanın, benimsenmesi gerekliydi. Bu alanın sağlamaştırılması ise yetişkin topluluğun ritüel pratiği içinde gerçekleşmiş, bu pratiğe çocuklar da dâhil edilmiş, ancak çocuklar ne sembolik alanı belirleyebilir ne de şekillendirebilirlerdi.

Ritüel objelerin arkaik oyunlara dahil edilmesi geleneği olmadan, modern geleneksel oyunun öncüsü olan oyunların gelişim yolu ve bir zamanlar iş aleti olarak kullanılan oyuncakların oyun işlevlerinin gelişmesi imkânsız olurdu. Çünkü çocuklar kültürel anlamları benimserken bu anlamların şekillenmesine bir şekilde katkıda bulunurlar, ancak onları yaratmazlar.

Bu durum, geleneksel oyunun tarihsel gelişim kesitini, başlangıçta maddi pratikten kültürel pratiğe, ardından arkaik oyuna ve son olarak geleneksel oyuna doğru bir gelişim yolu olarak tasavvur etmemizi sağlar. Muhtemelen, bu yol, arkaik oyun deneyiminden modern geleneksel oyuna doğru bir geçiş süreciyle tarihsel deneyimin gelişimi ve pekiştirilmesine katkıda bulunmuştur. Bu durum, kültürün kendi kendini yeniden üretme sürecinde geleneksel oyunun işleyişine dair üç eğilimi not etmemizi mümkün kılmaktadır:

- 1) Bir yandan çocuk alt kültürü, oyun unsurlarını yüzyıllar boyunca tekdüze bir biçimde yeniden üretebilirken, diğer yandan mevcut oyunların çoğu değişkendir ve kuşaklar arası dönüşümlere uğrar;
- 2) İkinci eğilim, geleneksel oyunların çoklu yapısı ya da çoklu işlevselliği olarak formüle edilebilir;
- 3) Üçüncü eğilim ise geleneksel oyunların çoklu yaş karakteridir.

Elena A. Pokrovskiy, Gennady S. Vinogradov, Oleg I. Kapitsa, Alexander G. Orshansky, Gennady N. Volkov, Viktor T. Kudryavtsev, Tamara I. Aliyeva gibi araştırmacıların eserlerinde ele alınan ilk eğilim, çocuk kültürünün geleneksel oyunları nasıl koruduğunu incelemektedir [Akt. 3]. Araştırmacılar, "Saklambaç," "Körebe," "Ebelemece" gibi geleneksel oyunların birçok çeşidini örnek olarak sunmakta ve bu oyunların muhafazakâr yapısını vurgulamaktadır [Akt. 2]. Bu muhafazakârlığın, oyunların nesilden nesle aktarılmasını sağlayarak etnokültürel geleneklerin korunmasına olanak tanıdığına dikkat çekmektedirler [Akt. 1]. Aynı zamanda, bu gelenekler, iletişimde yeni formların ortaya çıkmasına zemin hazırlamakta ve oyunların iç yapısındaki çeşitlilik aracılığıyla bu formların daha etkili bir şekilde gerçekleştirilmesini sağlamaktadır.

İkinci eğilimin takipçileri arasında yer alan G.S. Vinogradov'a göre, çocuk alt kültüründe mevcut geleneksel oyunların büyük çoğunluğu karmaşık ve farklı yapısal unsurlar içeren çok katmanlı bir yapıya sahiptir [Akt. 4]. Araştırmacı, bu oyunların yapısını analiz ederken oyun şarkıları, sessizlik oyunları, sesli oyunlar, tekerlemeler, kura çekimleri ve diğer bileşenleri ayırt etmektedir. Ancak bu bileşenlerin birbirinden bağımsız var olamayacağını da vurgulamaktadır [Akt. 5]. Bununla birlikte, bu durum, geleneksel oyunların yapısal bütünlüğünün ayrı bileşenlere ayrıştırılamayacağı anlamına gelmez. Özellikle arkaik oyunların aksine, geleneksel oyunların ayrıştırılmaz yapısı onların belirleyici özelliğidir. Geleneksel oyunların çok katmanlı yapısı, hem yetişkin topluluklarının çocuk topluluklarını yönetmek için kullandığı kültürel görevlerin çeşitliliğiyle hem de çocuk alt kültürünün yeni kültürel anlamları benimseme gerekliliğiyle bağlantılıdır. Bu yeni anlamlar, oyun içindeki yeni iletişimsel bağlar sayesinde edinilmektedir.

### TARTIŞMA VE SONUÇLAR

Geleneksel oyunların yaş grupları arasında farklılık göstermesi, çocuk topluluklarının oyunlara kattığı çeşitlilikle ilgilidir. Örneğin, Kuzey Kafkasya ve Orta Asya halklarında yaygın olan "Aşık" oyunu, farklı yaş gruplarındaki çocuklar tarafından oynanan çeşitli varyantlara sahiptir. Her yaş grubu, oyunun kurallarını ya basitleştirerek ya da karmaşıklarlaştırarak, oyun içi iletişim olanaklarını genişletmektedir [9].

Bu bağlamda, çağdaş bilimin kullandığı yaş sınıflandırmalarının tarihsel olarak oluşmuş kategorilere karşılık gelmediğini belirtmek önemlidir. Çocukluğun gelişim dönemlerinin belirli aşamalara ayrılması, toplumsal ve iş gücü faaliyetlerindeki değişimlerin doğrudan bir sonucu değildir. Bizim görüşümüze göre, yaş gruplarındaki değişen eğilimlerin nedenleri, günümüzde daha çok yeni kültürel anlamların benimsenmesi ve yeni iletişimsel bağların kazanılmasıdır.

Ele alınan sürecin iletişimsel bileşeninin önemini fark etmemize rağmen, kültürel, etnik, felsefi veya toplumsal deneyimlerin doğrudan "pratik eğitim" yoluyla aktarılabileceğini düşünmüyoruz. Her ne kadar iş araçları uluslararası nitelikte olsa da bu, araçların öğrenilmesi ve ardından bu araçlara atfedilen kültürel anlamların işlenmesi, bu araçların geleneksel

oyunların unsurları olarak kullanılmasını belirler. Bu perspektiften bakıldığında, bir topluluğun sosyal veya tarihsel özelliklerinin, oyunlarda kullanılan ve toplumsal grubun iş faaliyetlerine ilişkin belirli anlara veya olaylara atfedilen nesnelere üzerinden analiz edilmesiyle izlenebileceği söylenebilir.

Bütün bunlar, geleneksel oyunların kültürün olumlu bir şekilde yeniden üretimi, sürekliliğin sağlanması ve kültürün anlam yaratma mekanizmasının harekete geçirilmesi açısından bir kaynak olarak ele alınması perspektifini sunmaktadır. Bu, geleneksel oyunların halk gülme kültürünün fenomenleriyle ortaklığını belirler. Bilindiği üzere, komik unsur, farklı sosyal ve etnik grupların geleneksel oyunlarına özgüdür; örneğin Rus oyunlarında bu unsur, kura çekimlerinde görülebilir [5]. Olumlu yeniden üretim (pozitivizasyon), özellikle gündelik dünya algısındaki çatışmaların sorunlaştırılması ve çözüme kavuşturulmasında kendini gösterebilir.

**Geleneksel oyunlar, gerçeklik algısını arzu edilen temsiller doğrultusunda değiştirirken, gerçekliğin genel görüntüsünü muhafaza eder.** Buna örnek olarak, çeşitli sosyal gruplar ve etno-kültürlerde sıklıkla karşılaşılan “ters yüz oyunları” verilebilir. Bu tür oyunlar sayesinde, gerçeklik, kültür bireyine yeni bir anlam ve toplumsal norm yelpazesi sunarak açığa çıkar. Ancak, bu anlam ve normların tamamı, toplum tarafından belirlenmiş sınırlar içerisinde varlığını sürdürür. Bu durum, bireyin kültürel anlamları ya da toplumsal normları kendi içsel gerçekliğine dönüştürmesine yol açar. Birey, kendisine sunulan oyun gerçekliğini kademeli olarak anlamlandırırken, toplumun yasaklarının sınırlarını da kendi deneyimlerine dahil eder.

**Bu bağlamda, geleneksel oyunların sosyalleştirici işlevi, kültürün normatif kanonunu belirli bir topluluk tarafından benimseme ve içselleştirme sürecinde kendini gösterir.** Bu durum, bireyin sosyalleşmesine ve içsel dünyasının şekillenmesine katkıda bulunurken, aynı zamanda dış dünya ile etkileşimlerinde etno-spesifik özelliklere dayalı olarak normatif kültürel kanona uygun iletişim ilişkileri kurmasını sağlar [8].

**Bu noktada, geleneksel oyunun sosyo-kültürel işlevlerini de ele almak gerekir.** Bu işlevler sayesinde, belirli bir grubun toplum içindeki sosyal ve felsefi kendini tanımlama süreci mümkün hale gelir. Bilindiği gibi, çocuklar, alt kültürel formlarda yetişkinlerin etkisinden kurtularak önce bağımsızlık ihtiyaçlarını oyun yoluyla ifade eder, ardından bu ihtiyacı ilgili topluluğun kabul edilebilir kültürel normlarına uygun şekilde gerçekleştirirler. Geleneksel oyunlar yoluyla sosyal kendini tanımlamanın muhtemel yollarını şu şekilde sıralayabiliriz:

- 1) topluluk kendini yeni bir kolektif olarak kurar;
- 2) hem topluluğun hem de her bir üyesinin etnik olarak kendini tanımlaması mümkün hale gelir;
- 3) sosyal grubun her bir üyesinin daha fazla bireyselleşmesi ve yaratıcı gelişimi için olanaklar ortaya çıkar.

### **Geleneksel Oyunun Felsefi Analizine Tarihsel-Kültürel Yaklaşımın Temel Bağlantı Noktaları**

Geleneksel oyunun felsefi analizine tarihsel ve tarihsel-kültürel yaklaşım arasındaki ana bağlantı noktalarını vurgulandığında, geleneksel oyunun gelişiminin, özünde insan gelişiminin özel bir aşaması olarak çocukluğun ortaya çıkışı sorunuyla bağlantılı olan belirli bir tarihsel bağlamı olduğu görülebilir. Dolayısıyla geleneksel oyun sorunsalını kültürün kendini pozitif olarak yeniden üretmesi teorisiyle ilişkilendirmek mantıksal bir gerekliliktir.

Günümüz araştırmacıları, çocukluğun gelişimi ile toplumun farklı gelişim evreleri arasında sıkça paralellikler kurmaktadır. Örneğin, okul öncesi dönem hem küçük çocukların hem de erken feodal toplum bireylerinin ana faaliyet türü olan kumaca ve rol yapma oyunları nedeniyle, erken feodal toplumla ilişkilendirilmektedir. Bu tür bir ilişkilendirme, belli ölçüde koşullu görünse de çocuğun gelişim evrelerinin, bilincin sembolizmi, hayal gücü ve yaratıcı düşünme becerilerinin gelişimi ile oyun olgusunun ortaya çıkışıyla bağlantılı olduğunu kabul edebiliriz. Tarihsel gelişim sürecinde, bu olguların kaçınılmaz bir dönüşüme uğradığı ve arkaik oyunun geleneksel oyunlara dönüştüğü gözlemlenmektedir.

Bazı araştırmacılar, geleneksel oyun aracılığıyla çocukların dünyası ile yetişkinlerin dünyası arasında bir sınır çizmektedir ki bu da aslında koşullu bir yaklaşımdır. Ancak, geleneksel oyun bağlamında çocuk gelişiminin koşullarının tasarlanması, bu koşulların değiştirilmesi ve yönetilmesi üzerine yapılan çalışmalar, arkaik oyunun tarihsel dönüşümleri üzerine bilgiye dayanmalıdır. Bu dönüşümlerin, arkaik oyunların günümüzdeki geleneksel oyunlara doğru değişimini içerdiği açıktır [2].

Geleneksel oyunun felsefi, tarihsel ve psikolojik boyutlarının birbiriyle ilişkisi, geleneksel oyunun ulusal bilinçlenme sürecinde bir öğrenme ve sosyokültürel uyum aracı olarak analiz edilmesiyle daha belirgin hale gelmektedir. Bu durum, söz konusu etnik topluluğun yetişkin bireylerinin faaliyetleriyle ilişkili olan yeni bir anlam alanının oyunun kültürel anlamlarına dahil edilmesi sayesinde mümkün olmaktadır. Ayrıca, kültürel anlamların belirli bir sosyal grubun özelliklerine ve bu grubun ulusal farklılıklarına bağlı olduğunu da belirtmek gerekir.

Bu bağlamda, geleneksel oyun yalnızca yeni bir iletişim sistemi oluşturmakla kalmaz, aynı zamanda bu oyuna özgü yeni bir dinamik anlam sistemini de organize eder. Bu anlam sistemi, mevcut etnokültürel norm ve değerlerin yeniden yorumlanmasına dayanır ve daha sonra hem bireysel çocukluk deneyiminin hem de genel kültürel gelişimin bir parçası haline gelir. İlginç bir diğer husus ise hem çocuk topluluklarında hem de geniş sosyal gruplarda sosyokültürel ilişkilerin, "oyun topluluğu" içindeki iletişimsel etkileşimler yoluyla da şekillenmesidir. Bu süreç, ilgili topluluğa özgü değerler, ihtiyaçlar ve ulusal kültürel anlamların oluşum ve gelişiminde önemli bir rol oynamaktadır.

Geleneksel oyun araştırmacıları, bu tür oyunların psikolojik ve pedagojik önemine de dikkat çekmektedir: Bu oyunlarda, eğitim ve öğretim durumları yeniden canlandırılır, deneyim nesilden nesile aktarılır ve sosyal rollerin ilişkiler bağlamında ilk kez denenmesi sağlanır. Örnek olarak, Türklerin oyunlarından "Anne-kız" (Epçik) oyunu [8], Baltık ülkelerinden Estonların "Okul oyunu", Kafkas haklarından Lezgilerin "Tavşan" oyunu ve diğer milletlerdeki benzer oyunlar gösterilebilir [1].

Geleneksel oyunun doğrudan felsefi anlamına dikkat çekerek, kültürün tam da onun aracılığıyla topluluğunun üyelerine evrensel değer anlamlarını açtığını vurgulamak gerekir. Bu anlamlar daha sonra emek, iletişim ve toplumun genel gelişiminde hayata geçirilir. Bu düşünce biçimine, bazı geleneksel oyunların kurgularının toplumsal ilişkilerin gelişimi ve kültürel ilerleme ile karşılaştırılması da eşlik etmektedir. Eğlenceli tekerlemelerde, masalarda, çocuk şarkılarında çağdaşlığımızın felsefi bir aynasını bulmak mümkündür.

Her dönemde oyun, felsefi ve toplumsal-kültürel deneyimin yaratıcı bir şekilde benimsenmesinin evrensel bir formu olmuştur. Bu sayede nesiller, toplumu geliştirmeye ve dönüştürmeye hazır hale gelmiştir. Üretken hayal gücünün gelişiminin ve oluşumunun bir kaynağı olan geleneksel oyun, toplumdaki sosyokültürel bağların genişlemesine, iletişimin zenginleşmesine ve çeşitlenmesine, ayrıca yerli kültürün olumlu yönde gelişmesine katkı sağlamıştır.

## SONUÇ

Geleneksel oyunun felsefi analizine tarihsel ve kültürel-kültürel yaklaşım arasındaki ana bağlantı noktaları, geleneksel oyunun gelişimi, insanın yaş dönemleri arasında çocukluğun özel bir aşama olarak ortaya çıkışı sorunu ile içsel bir şekilde bağlantılı olan belirli bir tarihsel bağlama sahiptir. Bu bağlamda, geleneksel oyunun sorunlarının kültürün olumlu bir şekilde yeniden üretilmesi teorisiyle ilişkilendirilmesinin mantıksal bir gereklilik olduğu anlaşılmaktadır. Geleneksel oyunlar, tarihsel ve kültürel bağlamda toplumların kültürel sürekliliğinin sağlanmasında, yeni nesillere aktarımında ve bireylerin sosyo-kültürel uyumunda önemli bir araç olarak karşımıza çıkmıştır. Tarih boyunca oyunlar, yalnızca eğlence ya da boş zaman aktivitesi olmaktan öte, ritüellerden, büyüsel pratiklerden ve kültürel törenlerden etkilenmiş; böylelikle kültürün kendini yeniden üretme ve anlam yaratma mekanizmalarının bir



parçası haline gelmiştir. Geleneksel oyunların kökeninde, genellikle ritüelistik ve büyüsel pratiklerin olduğu görülse de bu, oyunlar zamanla kültürel dönüşümlere uğrayarak, toplumların normatif değerlerini, sembollerini ve iletişim formlarını barındıran araçlara dönüşmüştür.

Geleneksel oyunlar, bireylerin hem kültüre uyum sağlamasında hem de yaratıcı potansiyellerini geliştirmesinde önemli bir role sahiptir. Çocuklar, oyunlar aracılığıyla toplumun normatif değerlerini içselleştirirken, aynı zamanda kendi bireysel kimliklerini ve toplumsal rollerini keşfetme fırsatı bulurlar. Bu süreçte oyunların, kültürün anlam yaratma ve iletişim kurma işlevlerini desteklediği açıktır. Geleneksel oyunlar, etnik ve toplumsal özelliklere dayalı normların ve kültürel anlamların yeniden üretiminde etkili olurken, aynı zamanda bireylerin yaratıcı ve yenilikçi düşünce yapılarını da geliştirmektedir.

Bu oyunlar, sosyalleştirici bir işlev üstlenerek, bireylerin belirli bir topluluğa aidiyet hissini güçlendirmekte ve toplumsal normların bireyler tarafından benimsenmesini sağlamaktadır. Ayrıca, geleneksel oyunlar, çocuk alt kültürünün koruyucusu ve taşıyıcısı olarak, nesiller boyunca sürekliliğini sürdürebilmiştir. Örneğin, “Körebe”, “Saklambaç” ya da “Aşık” gibi oyunlar, yalnızca farklı etnik gruplar arasında değil, aynı zamanda farklı yaş grupları arasında da kültürel bağların bir aracı olmuştur.

Sonuç olarak, geleneksel oyunlar, kültürün tarihsel olarak yeniden üretilmesinin ve anlamların bir sonraki kuşaklara aktarılmasının vazgeçilmez bir unsurudur. Bu oyunlar, bireyler ve topluluklar arasındaki iletişim bağlarını güçlendirmekle kalmaz, aynı zamanda farklı sosyal grupların bir araya gelmesine, kültürel çeşitliliğin korunmasına ve evrensel değerlerin benimsenmesine de hizmet eder. Günümüzde geleneksel oyunların korunması ve yeniden yorumlanması hem kültürel mirasın sürdürülebilirliği hem de modern toplumun hızla değişen yapısına uyum sağlama açısından hayati bir öneme sahiptir.

## REFERANSLAR

- Eygen, M. *Igra zhizni [Hayat Oyunu]*. M. Eygen, R. Vinkler. Moskova, 1979. (5)
- Igra / Oyun: [Sbornik nauchno metodicheskikh statey / Collection of scientific and methodological articles]*. Editors. V.T. Kudryavtseva i N.A. Smirnovoy. Dubna, 1996.
- Kagan, M. S. *Morfologiya iskusstv [Morphology of Art]* / M.S. Kagan. Leningrad, 1972.
- Kleymenova, O. K. *Psikhoistoriya igry: teoretiko metodologicheskiiy eskiz [Psychohistory of play: a theoretical and methodological outline]*. Moskova, 2000.
- Kleymenova, O. K. "Traditsionnaya igra kak odin iz putey pozitivizatsii kultury: istoriko kulturologicheskiiy aspekt". *Vestnik Mguki*. ISSN 1997-0803, 2011, 2 (40): 81-86.
- Simakov, G. N. (1984). *Obshhestvennyye funktsii kirgizskikh narodnykh razvlechenij v konce XIX v. – nachale XX v.* Leningrad: Nauk.
- Smirnova, N. A. *Traditsionnaya igra kak kul'turno-psikhologicheskiiy fenomen: dis. ... kand. Psikhol [Traditional play as a cultural and psychological phenomenon: dis. ...Cand. Psychology]*. Nauk Moskova, 2000.
- Türkmen, M. (2021) "The national entertainments and games of the kyrgyz people in the late 19th century and early 20th century", *Int J Life Sci Pharma Res.* ISSN 2250-0480; "Health and Sports Sciences-2021", DOI: <http://dx.doi.org/10.22376/ijpbs/ijlpr/SP14/jan/2021.1-295>, pp. 290-295.
- Türkmen, M. (2021). "The Archaic Elements of the Kyrgyz National Game", *European Journal of Physical Education and Sport Science*, ISSN: 2501-1235, DOI [10.46827/ejpe.v7i1.3759](https://doi.org/10.46827/ejpe.v7i1.3759), Volume-7, Issue 1- pp. 32-42.



## WORLD NOMAD GAMES AS NEW FORMAT OF KYRGYZ REPUBLIC IN THE CONDITION OF DIGITALIZATION

Nurmira ABDYBEKOVA\*, Erzhan BOLOTBEKOV\*\*,  
Eldos KULZHABAEV\*\*\* and Munara KOKUMBAEVA \*\*\*\*

\*PhD, Ass.Prof. Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sport named after  
B.T.Turusbekov, \*\*Master student, Bishkek / Kyrgyzstan,  
e-mail: [nurmiraabdybekova557@gmail.com](mailto:nurmiraabdybekova557@gmail.com)

\*\*Master's student of the Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports named  
after B.T. Turusbekov, Bishkek/Kyrgyzstan,  
e-mail: [Bishkekb96@gmail.com](mailto:Bishkekb96@gmail.com)

\*\*\*Master's student of the Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports named  
after B.T. Turusbekov, Bishkek/Kyrgyzstan,  
e-mail: [eldos220194@icloud.com](mailto:eldos220194@icloud.com)

\*\*\*\*English teacher of the Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports named  
after B.T. Turusbekov, Bishkek/Kyrgyzstan,  
e-mail: [Kokumbayeva82@list.ru](mailto:Kokumbayeva82@list.ru)

### ABSTRACT

Article deals with the the role of nomadic culture and national sports traditions. World Nomad Games is new format of Kyrgyz Republic in the condition of digitalization. The national games of nomadic peoples are one of the effective mechanisms and consolidating factors of intercultural communication among the peoples of the world. National games and their traditions of nomadic peoples are the great law of the nomad warrior, who, despite globalization and digitalization, remained the bearer of dignity and honor, generosity and justice, conscience, kindness and tireless work. The World Nomad Games is the largest international project of the Kyrgyz Republic. The organizer of the World Nomad Games is the Government of the Kyrgyz Republic. Co-organizer of the World Nomad Games is the World Ethnogames Confederation. The First World Nomad Games were held from September 9<sup>th</sup> through 14<sup>th</sup>, 2014, in Cholpon-Ata, in the Issyk-Kul Province of Kyrgyzstan. 583 athletes from 19 countries participated in competitions held in 10 types of sports, plus an additional 1,200 participants in the cultural program. The television broadcast of the Games reached 230 million people. The Second World Nomad Games were held from September 3<sup>rd</sup> through 8<sup>th</sup>, 2016, in Cholpon-Ata, in the Issyk-Kul Province of Kyrgyzstan. 1,200 athletes from 62 countries participated in competitions in 26 types of ethnosports, which were broadcast to 500 million people. The opening ceremony of the Third World Nomad Games is planned for September 2<sup>nd</sup>, 2018, in Cholpon-Ata, in the Issyk-Kul Province of Kyrgyzstan. The competitions themselves will be held in five locations. 3,000 athletes from 77 countries are expected to participate in competitions in 38 types of ethnosports. In 2019, a Memorandum of Understanding was concluded between the State Agency for Youth, Physical Culture and Sports under the Government of the Kyrgyz Republic and the Ministry of Youth and Sports of the Republic of Turkey, according to which the Republic of Turkey assumed the obligation to organize the 4th World Nomad Games with the obligatory inclusion of the national games of the Kyrgyz Republic. The 5th World Nomad Games was organized by Kazakhstan in 2024.

**Keywords:** World Nomad Games, spiritual culture of the people, development of national traditions, digitalization, intercultural communication.



## INTRODUCTION

Many thousands of years ago there was a division of people into farmers and nomads, who led a completely different way of life. The Kyrgyz have long been a nomadic people who constantly moved from pasture to pasture, in the summer it rose to the high-mountain meadows, and wintered in the valleys. This was reflected in the life, traditions and entertainment of the people. Today everyone has the opportunity to visit various ethnic festivals, but to see all the cultural wealth is possible only at the World Nomad Games (Abdybekova N. Mambetkunov U. & Duishenbieva D., 2024, 72).

Many thousands of years ago there was a division of people into farmers and nomads, who led a completely different way of life. The Kyrgyz have long been a nomadic people who constantly moved from pasture to pasture, in the summer it rose to the high-mountain meadows, and wintered in the valleys. This was reflected in the life, traditions and entertainment of the people. Today everyone has the opportunity to visit various ethnic festivals, but to see all the cultural wealth is possible only at the World Nomad Games.

It was initiated by the government of the Kyrgyz Republic in 2012, with the goal of reviving and preserving the culture of nomadic civilization. The essence and meaning of the beginning of all World Nomad Games, the author of which was the Kyrgyz Republic, were the national games indicated above with the inclusion of the national games of the participating countries.

The fight attracts the largest number of contestants. Athletes participate in the traditional Central Asian forms of wrestling, as well as in wrestling, where a participant tries to take the stick from his opponent. Intellectual games such as barbecue (a board game popular all over the world) test the ability of an athlete to think strategically against potential enemies. Hunting games involving dogs and birds of prey expose animals pursuing a fictitious goal to the test of agility and speed. But the most exciting competition at the Games of the nomads is horse games. The game takes place on horseback, and the participants try to knock down other drivers with blunt spears. The most popular type of equestrian games is kok-boru, where the teams of riders fight for the carcass of a dead goat or ram and try to bring it to the goal to score points (Abdybekova H.A., 2016, 336). Kok-Boru is an addictive game that regularly attracts thousands of viewers who support their favorite team. Interestingly, equestrian games do not always dominate teams from Central Asia: so in the 2016 Nomad Games, the team of cowboys from the United States became the favorite.

For tourists, the World Games of Nomads is a great opportunity to get acquainted with the culture of the country, its features, history and at the same time take away excellent hand-made souvenirs and crafts, which are sometimes created right before the eyes of the festival guests. The festival will not leave anyone indifferent, and since it lasts for several days and various events take place in different places at the same time, the trip to such a holiday will be very rich.

Strong in spirit and body. A presentation of the III World Nomad Games, which will take place in September 2018, was held in Kyrgyzstan.

The colorful performance consisted of a concert and a wrestling match. The guests were told that athletes from 60 countries will participate in the Games. They will compete in specific sports. These are horse racing, archery, falconry, oriental board games. In addition, several scientific conferences are planned for the first time.

The World Nomad Games is an international sports competition for ethnic sports. The competition was based on folk games of historically nomadic peoples of Central Asia. Athletes will compete in such sports as horse racing, archery competitions, mas-wrestling, national wrestling and hunting with birds of prey and hounds.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

In September 2008, UNESCO and the Association for International Sport for All (TAFISA) adopted the Busan Appeal for the Promotion and Preservation of Traditional Sports and Games, which reaffirmed the importance of traditional games and sports as a tool for achieving tolerance, solidarity, integration, cultural awareness and world peace. Therefore, the World Nomad Games act as a new driver for the rapprochement of peoples and cultures through the essence of nomadic traditions and way of life. Nomadic civilizations have coexisted in harmony with nature for centuries, providing an endless model of sustainable development ([Abdybekova N. 2024, 252](#)).

Decree of the President of the Kyrgyz Republic dated August 30, 2022 № 303 "On approval of the National Program on the Preservation and Development of National Traditions for 2022-2027" states that national traditions are an integral part of the spiritual culture of the people and are a fundamental factor of the culture of the people, as they originate from ancient times and are passed down from generation to generation.

In the National Program on the Preservation and Development of National Traditions for 2022-2027, one of the tasks is to preserve and develop traditional types of national games.

In order to develop the countries of the world, we must educate a spiritually developed person with a high level of education, who knows the history of each nation well, honors traditions, family values and beliefs of other peoples, and respects interethnic relations ([Abdybekova N. 2024, 316](#)).

### **PURPOSES AND OBJECTIVES**

The third World Nomad Games (hereinafter referred to as the third WNG), having specific traditions and ethno-cultural heritage of ethnoses and world people have the following purposes and objectives:

Development the world ethno sports movement;

Popularizing and developing ethnic types of sport, traditional games and competitions of the world ethnoses and people to the international arena;

Preserving the historical cultural heritage and diversity of ethnoses and world people in the era of globalization;

Contributing to the scientific and organizational and methodical basis of ethno movement, kinds of ethnic sports, traditional games and competitions of the world ethnoses and people;

Strengthening and further development the interreligious and intercultural dialogue, mutual understanding, friendship, consent and cooperation between the world ethnoses and people and demonstration of their cultural diversity.

History of a nomadic civilization is an era with length of almost three millennia which foundation was laid by Scythians in the 8th century BC. From coast of the Pacific Ocean to the Eurasian tundra and the Carpathians, lands of Huns and Germans in Europe; mountains, steppes and deserts of the Central, East Asia and the Middle East - here it is the existential world and an area of a civilization of nomads. Spirituality and morals become important in the life of a young person. The World Nomad Games (WNG) unified more than 86 countries all over the world with horses riding and horse racing as Kok boru is an ancient, popular equestrian sports game in Kyrgyzstan and other nations in Asia. Therefore, the devis of the World Nomad Games (WNG) is "United in spirit, united in force". It has been determined that the Kok boru is played in national holidays of Kyrgyz nation. It has been found that this game has been played intensively from the ancient time. The horse games and horses riding are mentioned in the epic «Manas». Among Kyrgyz people, the game is called "ulak tartysh" (tug-of-war or goatskin). Kok boru is a symbiosis of horse racing and other horse games. Riders are fighting for the carcass of a goat - it is necessary not only to take possession of it, but also to keep it, and then to throw into the "tay kazan" (goal) of the opponent's team. The game is also popular

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

in Kazakhstan, in some regions of Russia (Altai, Bashkortostan, etc.), Uzbekistan, Tajikistan, Afghanistan, Pakistan, China, Turkey and Mongolia ([Abdybekova N. Ryspaeva Ch., Kumar P., 2023, 399](#)).

The author and director of the «World Nomad Games» project is Akibaev Askhat Akibaevich.

The organizer of the World Nomad Games is the Government of the Kyrgyz Republic and the World Confederation of **Ethnic Games**. The manual includes texts describing the rules of the national games of nomad peoples and is intended for undergraduate students of non-linguistic specialties, specialists in national sports and for all people are interested in the national nomad games ([Abdybekova et al., 2024, 463](#)).

### **METHODS**

Due to the method of the study, it is possible to examine it with several methods, but among them, it was preferred to use analyzing scientific conference and historical scanning methods.

### **HYPOTHESIS AND UNIVERSE OF THE STUDY**

However, it is reported that the Kyrgyz, who have such a vast and rich potential on the subject(s), have the most inadequate publications among the peoples of Central Asia. In fact, it is not true to say that there are few studies on the subject, at least it is obvious that there are more Turkish peoples in number (Türkmen & Arstanbekov, 2020: 96).

General management of the preparation and conducting of the third WNG is carried out by the Organizing Committee formed by the host country.

Direct management of preparation and conducting of the third WNG concerning sports events are executed by the State Agency for Youth Affairs, Physical Culture and Sports under the Government of the Kyrgyz Republic (hereinafter referred to as the State Agency).

The sports competitions included into the program of the third WNG will be conducted in accordance with the rules specified in Annex 1 to the present regulation is available at official website of the third WNG.

### **REFEREEING (JUDGING)**

The third WNG sports competitions shall held according to the present rules approved by the international and national sports federations.

Judging in the third WNG competitions will perform by Council of Referees (referees of International and national level by kinds of sports) approved and invited by the third WNG Organizing Committee. The payment for work of the invited referees by kinds of sports will be paid by the Organizing Committee in accordance with the referee payment rules approved by International Federations ([Duishenbieva D., Abdybekova N., Kayipova K., Supataeva E., 2024, 463p](#)).

**“Protests”**: In case of any disputes, the representative of a team can submit a protest in written form to the relevant referees for taking a lawful decision with obligatory use of video or photo materials not later than 1 hour after a dispute has arisen and also from protest part should pay 500 US dollars to Council of Referees in cash.

In case the parties are not satisfied with the decision made by the relevant referees, the protest are submitted to the Council the cash Deposit will be returned the protesting side, otherwise, remains in the referee. Council of Referees carries out Collecting and distribution of the money received from protesters by sports.

### **DEMONSTRATED GAMES**

**Every participation country can present own national kinds of sports, folk games, traditions such as performances, which are not part of the third WNG competition program. In according with the applied applications to the Organizing Committee will prepare the program of folk demonstrated games, provide special ground for their performance and provide their coverage in mass media.**

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Providing transportation: meeting delegations at arrival places (Bishkek city, “Manas” International Airport, posts through state border of Kyrgyz Republic) and all transfers during the competitions (to the competitions’ places and to the places of accommodation and back) during exhibition performance is responsible the Organizing Committee - the State Agency Transportation, accommodation and meals of the participants of exhibition events, transportation of the necessary equipment and symbols shall be covered by team commanding organizations.

If the animals (horses, hunting birds, camels, yaks etc.) participate in demonstrated games, they should have necessary documents (medical certificate and animal’s passport with veterinarian admission of for participation in competitions for free import and export of animals according to all veterinary and customs procedures of the Kyrgyz Republic

### **THE GREAT WINNERS BOOK**

The newness of the third WNG will held the Great Nomad Wrestling and the Great winner’s book of World Nomad Games. The absolute champion (winner) will be defining in the Great Nomad Wrestling without identified the second and third place etc. place according to the principle of “**The great winner – one, other – equal!**” The Great Nomad Wrestling competition will organize in the ethnic cultural form as theatrical performances with musical and artistic accompaniment of ethnographic groups without identified the second and third place etc. place by the principle of “The great winner – one, other – equal!

By the results of competition, the Great Nomad Wrestling and also traditional archery and horse-riding competition Kok boru will be awarded following titles of the great winners:

The Great wrestler;

The Great archer (man and women);

The Great kok-boru player and the great kok-boru horse;

The Organizing Committee of the third WNG will add the results of the competition to the Great Winners’ Book of the World Nomad Games designed artistically and historical characteristic reflecting the peculiarities nomad people of the world (Duishenbieva D., Abdybekova N., Kayipova K., Supataeva E. etc., 2024, 463).

The Great Winners’ Book is chronicle (memorial) of the World Nomad Games which will add achievements of great winners of the World Nomad Games. Notes (writing) will make in two languages: in the state language of the host country and English language. After finishing the World Nomad Games the Great Winners Book will be kept in special conditions and will be demonstrated in international exhibitions, museums, galleries, etc.

### **TIME AND APPLICATION PROCEDURE**

The countries that want to take part in the third WNG need fill up the electronic application established form at the official website of the third WNG [www.worldnomadgames.com](http://www.worldnomadgames.com) by 15 July 2018 that includes the following requirements:

the official delegation list of participation country and applications according to the kinds of sport;

applications of the competition participants (sportsmen, coaches, referees, representatives) and their photographs;

scanned copies of passports of all the delegation members and other documents;

To ensure timely meeting of sport delegations at the places of arrival, the participation countries shall submit their schedules of arrival to Kyrgyz Republic and departure before 15 July, 2018.

Final registration for participation in the third WNG will be finished on 15 July, 2018.

Please refer to for the third WNG get detailed information about kinds of sport, their rules, and terms of participation and submission of applications.

### **REGISTRATION OF PARTICIPANTS**

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Upon arrival the teams should register and present the following documents to the registration committee:

passport;

medical insurance certificate (members of sport delegations are allowed to participate in the third WNG only in presence of an original contract (certificate of insurance) about life and health insurance of participants).

Participants of horse racing and Salbuurun hunting should additionally provide the following documents (in original):

medical certificates and animals' passports (horses, dogs, and hunting birds) with name of an animal's age, colour, owner of animals and other vaccinations.;

identification numbers (microchip, rings) for hunting birds (falcons and golden eagles).

Acquaintance with all the above documents, the registration commission of participants decides whether to allow or not admit teams and individual participants too. Athletes under the age 18 should receive all permits documents for participation in competitions in accordance of the sending country.

**After registration, the relevant protocols (team members lists by kinds of sport, passport details), approved by the signatures of the chairman and the secretary of the registration commission are transferred to the judging committees by kinds of sport. Having received protocol of registration, the judging committees by kinds of sport permit the members of sport delegations (athletes, coaches and judges) to the competitions.**

### AWARDING

The teams and athletes that win prizes in sports competitions at the third WNG will be awarded with medals and diplomas of corresponding degrees, as well as money and valuable prizes and other ethno attributes (commemorative prizes and souvenirs with the official symbols of the third WNG).

According to the results of the third WNG, an unofficial team classification will be conducted. For the countries with federal structure of government, the results of the subjects of federated states will be counted by one best indicator for each discipline ([Duishenbieva D., Abdybekova N., Kayipova K., Supataeva E., 2024, 463p](#)).

### XII. OPENING AND CLOSING CEREMONY

Opening ceremony: The cultural heritage of the host country as well as of nomadic people will be presented by a theatrical performances and representations before the parade of participating countries. Participating countries in national clothes will march in separate groups and alphabetical order of the names of the countries in English.

The head of the host country will say an official welcome speech addressed to all participants and guests of the third WNG.

One of the athlete or non-official of host country will take the oath on behalf of all athletes and referees in order to conduct fair play and competitions.

Closing ceremony: Theatrical performances and cultural events will be staged by the host country before the speech of the Head of the host country or another official speaking on his behalf.

The Head of the host country or another official speaking on his behalf will announce the closing of the third WNG, followed by a performance of the anthems of the Host country and of the third WNG.

After the completion of the third WNG the baton is passed to the host country of the next Games.

## REFERENCES

- Абдыбекова Н.А. (2024) Национальные игры кочевых народов как ключевой фактор межкультурной коммуникации народов мира. Сборник абстрактов / Всемирные Игры Кочевников. – Астана: Smart University Press, С.252-254.
- Nurmira Abdybekova, Cholpon Ryspaeva, Pramod Kumar (2023) Spiritual and Moral Education of Students on the Material of the National Game-Kok Boru. Nova science Publishers Series: Sports and Athletics Preparation, Performance, and Psychology, 2023 Status: AV Pages: 399 BISAC: SPO057000; SPO078000; SPO021000 DOI: <https://doi.org/10.52305/UBBU9829>. P.399  
URL: <https://novapublishers.com/shop/chapter-10-spiritual-and-moral-education-of-students-on-the-material-of-the-national-game-kok-boru/>
- Türkmen M. & Arstanbekov S. (2020). “Kazakh Traditional Wrestling with its Formation and Transformation Aspects: Kyres (Küres)” European Journal of Physical Education and Sport Science, ISSN: 2501-1235, 6-(8): 91-103.
- Abdybekova N. Mambetkunov U. & Duishenbieva D. (2024) Spiritual and Moral Education of Master Students on the Material of the Intellectual Game – Toguz Korgool. 6th Traditional Sports and Games Panel Series TRADITIONAL CHILDREN AND ADULT GAMES. Center for Research and Development of Traditional Sports and Games Bowie State University, Maryland, USA 14000 Jericho Park Rd, Bowie, MD 20715. с.71-83.
- Duishenbieva D., Abdybekova N., Kayipova K., Supataeva E. etc. (2024) National games of Nomadic peoples. The manual includes texts describing the rules of the national games of nomad peoples and is intended for undergraduate students of non-linguistic specialties, specialists in national sports and for all people are interested in the national nomad games. 463 p.  
<https://worldnomadgames.com/en/page/about-the-wng/>
- Стрижак А.П., Абдыбекова Н.А. (2024) Цифровые навыки педагога вуза физической культуры и спорта в условиях цифровизации. Сборник статей по материалам I международной (XIV с международным участием) научно-практической конференции. Москва, 2024. С. 6-13 - Медиагруппа "ХАССК"
- Абдыбекова Н.А. (2016) Развитие навыков устной речи студентов по направлению: Физическая культура и спорт. Учебное пособие. Бишкек: КГАФКиС, 336с.
- Умарбаева З.А. Мамбетакунов У.Э., Абдыбекова Н.А. (2024) Использование информационных технологий в подготовке будущих специалистов в области физической культуры и спорта. Инновационные технологии в спорте и физическом воспитании подрастающего поколения Сборник статей по материалам I международной (XIV с международным участием) научно-практической конференции. С. 188-193
- Доолбекова Ж.Б., Мамбетакунов У.Э., Абдыбекова Н.А. (2024). Формирование цифровой грамотности учителей в Кыргызстан. ALATOO ACADEMIC STUDIES. №1. С. 70-81





## RUSYA'DA GELENEKSEL DÖVÜŞ SANATLARI HABİTUSU<sup>10</sup>

Khalimakhon KODIROVA\*

\*PhD., Tashkent Pedagogical University, Tashkent / Uzbekistan.

E-mail: [khalimakadyrova@gmail.com](mailto:khalimakadyrova@gmail.com)

**ÖZET:** Makale, Rusya'daki dövüş sanatları alışkanlığını inceleyen bir çalışmanın sonuçlarını sunmaktadır. Dövüş sanatlarının gelişimindeki ana eğilimler ve ortaya çıkan çelişkiler belirlenmiş, toplumdaki bu sanatlara olan ilginin sürekli artışının nedenleri ortaya konmuştur. Mitler ve kolektif hafıza üzerine yapılan modern çalışmalara atıfta bulunarak, Rus dövüş sanatlarının gelişiminde bir ikilik tespit edilmiştir: yazarın dövüş sanatları okulu olan sahte-folklorik (fakelore) proje "Rus stilleri", otantik müsabakaların restorasyonu için yapılan folklor projesi "Rus Oyunları"na karşıtlık oluşturmaktadır. "Rus stilleri", doğu dövüş sanatlarının etkisi altında ve onların modeline göre doğmuştur. "Rus Oyunları" ise, antropologlar, kültür bilimciler, tarihçiler, folkloristler ve etnograflar tarafından tarihsel kaynaklara dayalı olarak geleneksel sporlar ve oyunların restorasyonu projesidir. Bununla birlikte, her iki proje de toplumsal algıda "somatik milliyetçilik" adı verilen tek bir olgu olarak kabul edilmektedir ki bu, birçok sosyolojik çalışmanın analizinde ortaya konulmuştur. Önemle belirtmek gerekir ki, Rus dövüş sanatları, diğer dövüş sanatlarına, özellikle Olimpiyat sporları ve Uluslararası Spor Federasyonları Küresel Birliği'ne (GAISF) üye olan sporlar arasında hala popülerlik açısından belirgin bir şekilde geri kalmaktadır. Rus dövüş sanatlarının gelişimi, Rusların Avrupa bilinci nedeniyle Avrupa oryantalizminin bağlamına uyan dövüş sanatlarından büyük ölçüde etkilenmiştir. Aynı zamanda, kendi halklarının dövüş sanatlarının gelişimi faydalı olarak görülmekte ve atalarının vasiyetine olan inançla belirlenirken, diğer ulusların dövüş sanatları ise vatanseverliğin gölgesinde büyüyen korkulara yol açmaktadır. Sonuç olarak, Rus dövüş sanatlarının ana etkinliği olan ve Rusya Federasyonu Somut Olmayan Kültürel Mirası Kayıtlarına dahil edilen, Rusya Etkinlik Ödülü'ne sahip Kulachki Atmanov geleneksel oyunlarının turizm potansiyelinin sürekli artışı, bu tür etkinliklere olan ilginin artmasıyla uyumlu olup, birçoğu UNESCO Somut Olmayan Kültürel Miras Listesi'ne dahil edilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** etnospor, geleneksel güreş, geleneksel dövüşler, geleneksel sporlar ve oyunlar.

<sup>10</sup> **Habitus:** Bireylerin topluma uyum sağlama ve kabul edilmelerine imkân veren düşünüş, davranış ve tutumlarını yapılandıran alışkanlıkları kapsayan bilgi seti. Bu bilgi seti bireyin içinde bulunduğu halet-i ruhiyeden farklı olarak bedeninin aktif bir şekilde deneyimleme ve uygulamaya adet haline getirdiği davranışsal eğilim demektir. Algılanan toplumsal gerçekliğin sosyal koşullar, alışkanlıklar veya rutinler aracılığıyla inşa edildiği varsayımına dayanan habitus kavramına, ilk olarak Aristoteles'in (ö. MÖ 322) eserlerine atıfla kullanılmış modern dönemde Max Weber (ö. 1920), Norbert Elias (ö. 1990) ve Marcel Mauss (ö. 1950) kavramı sosyal bilimlere taşınmış, Pierre Bourdieu (ö. 2002) ise fenomenolojik yaklaşımı da dikkate alarak sosyolojinin temel kavramlarından biri haline getirmiştir.

**Habitus,** bireydeki toplumsallığı, şimdilemiş tarihi ve öznelleşmiş nesnellığı ifade eder. Habitus sayesinde bireyin eylemleri içinde bulunduğu toplumsal alanla karşılıklı olarak tanınır ve tanıdık bir hale gelir. Söz gelimi ilkokulun ilk senesinde öğrenciler sınıfta davranış kurallarını, öğretmenle konuşma ve diyaloga girme tarzlarını yeni öğrenirler, fakat sınıf hayatının nesnel koşullarını bir kez öğrendikten ve içselleştirdikten sonra bu nesnel koşullar onlarda içselleşmiş öznel bir yapı olarak kalıcılık kazanır ve ortaokul ve lise hayatları boyunca bu öğrenci habitusu artık sorgulanmadan kendini her bağlamda yeniden üreterek geçerlik kazanır (Bourdieu, Pierre (1984). *Questions de sociologie*. Paris: Minuit, s. 133).



## HABITUS<sup>11</sup> OF TRADITIONAL MARTIAL ARTS IN THE RUSSIAN

Khalimakhon KODIROVA \*

\*PhD., Tashkent Pedagogical University, Tashkent / Uzbekistan.

E-mail: [khalimakadyrova@gmail.com](mailto:khalimakadyrova@gmail.com)

**ABSTRACT:** The article presents the results of a study of the habit of martial arts in Russia. The main trends in the development of martial arts and emerging contradictions are identified, factors for the steady growth of interest in them in society are identified. With an appeal to modern studies of myths and collective memory, a dichotomy has been established in the development of Russian martial arts: the pseudo-folklore (fakelore) project “Russian styles”, which is the author’s school of martial arts, is opposed by the folklore project for the restoration of authentic competitions “Russian Games”. "Russian styles" were born under the influence and in the image of oriental martial arts. “Russian Games” is the restoration project of traditional sports and games based on historical sources by learned anthropologists, cultural scientists, historians, folklorists and ethnographers. Meanwhile, in the mass perception of both projects represents a single phenomenon of “somatic nationalism”, which was determined in the analysis of several sociological studies. It is important to note that Russian martial arts are still noticeably inferior in popularity to other martial arts, among which Olympic sports dominate, as well as sports of members of the Global Association of International Sports Federations (GAISF). The development of Russian martial arts was strongly influenced by martial arts, whose enthusiasm is due to the European consciousness of Russians and therefore fits into the context of European orientalism. At the same time, the development of the martial arts of their people is perceived as useful and is determined by faith in the covenants of their ancestors, and the martial arts of other nations cause fears growing against the backdrop of patriotism. It is concluded that the steady growth of the tourism potential of the main event of Russian martial arts - the Atmanov’s Kulachki traditional games, included in the Register of the Intangible Cultural Heritage of the Russian Federation and owned the Russian Events Award, corresponds to the global trend of growing interest in such events, many of which have been included to the UNESCO ICH List.

**Keywords:** ethnosport, traditional wrestling, traditional combats, traditional sports and games.

---

<sup>11</sup> **Habitus:** The set of knowledge that covers the habits that structure the thinking, behaviour and attitudes of individuals that enable them to adapt to society and be accepted. This set of knowledge means the behavioural tendency that the individual's body actively experiences and practices in a habitual way, as opposed to the state of mind in which the individual is in. The concept of habitus, which assumes that the perceived social reality is constructed through social conditions, habits or routines, was first used with reference to the works of Aristotle (d. 322 BC). In the modern period, Max Weber (d. 1920), Norbert Elias (d. 1990) and Marcel Mauss (d. 1950) carried the concept to social sciences, and Pierre Bourdieu (d. 2002) made it one of the basic concepts of sociology, considering the phenomenological approach.

Habitus expresses sociality, present history and subjectivised objectivity in the individual. Thanks to habitus, the actions of the individual become mutually recognisable and familiar with the social field in which he or she lives. For example, in the first year of primary school, students learn the rules of behaviour in the classroom, the way they speak and dialogue with the teacher, but once they have learned and internalised the objective conditions of classroom life, these objective conditions become permanent in them as an internalised subjective structure, and throughout their middle and high school lives, this student habitus reproduces itself in every context without being questioned and gains validity (Bourdieu, Pierre (1984). *Questions de sociologie*. Paris: Minuit, s. 133).



## ГАБИТУС<sup>12</sup> ТРАДИЦИОННЫХ БОЕВЫХ ИСКУССТВ В РОССИЙСКОЙ

Халимахон КОДИРОВА\*

\*Доктор философии. Ст. преподаватель, Ташкентский педагогический университет,  
Ташкент/Узбекистан. E-mail: khalimakadyrova@gmail.com

**АННОТАЦИЯ.** Выявлены основные тенденции развития боевых искусств и возникающие противоречия, определены устойчивого роста к ним в обществе. С опорой на современные исследования мифов в коллективной памяти установлена дихотомия в развитии русских боевых искусств: псевдо-фольклорному (фэйклор) проекту «русские стили», который является авторской школой боевых искусств, поставлен фольклорный проект восстановления аутентичных соревнований «русские игры». «Русские стили» родились под влиянием в образе восточных боевых искусств. «Русские игры» — это проект восстановления традиционных видов спорта и игр на основе исторических источников, выявленных учеными антропологами, культурологами, историками, фольклористами и этнографами. В общественном восприятии оба проекта представляют собой единый феномен «соматического национализма», который был выявлен в ходе анализа ряда социологических исследований. Важно отметить, что русские боевые искусства по-прежнему заметно уступают популярности другим боевым искусствам, среди которых доминируют олимпийские виды спорта, а также виды спорта, входящие в состав Всемирной ассоциации международных спортивных федераций (GAISF). На развитие русских боевых искусств сильное влияние оказали восточные боевые искусства, увлечение которыми объясняется европейским сознанием русских, таким образом, вписывается в контекст европейского ориентализма. При этом развитие боевых искусств своего народа воспринимается как полезное и определяется верой в заветы предков, а боевые искусства других народов вызывают опасения, растущие на фоне патриотизма. Делается вывод, что устойчивый рост туристического потенциала основного события русских боевых искусств — традиционных игр Атаманова кулачки, включенных в Реестр нематериального культурного наследия Российской Федерации и отмеченных премией Rusya Etkinlikleri Ödülü, соответствует общемировой тенденции растущего интереса к таким мероприятиям, многие из которых включены в Список нематериального культурного наследия ЮНЕСКО.

**Ключевые слова.** этносport, традиционная борьба, традиционные поединки, традиционные виды спорта и игры.

---

<sup>12</sup> **Габитус:** Набор знаний, охватывающий привычки, которые структурируют мышление, поведение и отношение людей, позволяя им адаптироваться в обществе и быть принятыми. Этот набор знаний означает поведенческую тенденцию, которую организм индивида активно переживает и практикует привычным образом, в отличие от состояния души, в котором находится человек. Концепция габитуса, основанная на предположении, что воспринимаемая социальная реальность конструируется через социальные условия, привычки или рутины, впервые была использована в работах Аристотеля (ум. 322 до н. э.). В современный период Макс Вебер (ум. 1920), Норберт Элиас (ум. 1990) и Марсель Мосс (ум. 1950) перенесли эту концепцию в социальные науки, а Пьер Бурдьё (ум. 2002) сделал ее одним из основных понятий социологии с учетом феноменологического подхода.

Габитус выражает социальность, современную историю и субъективированную объективность индивида. Благодаря габитусу действия индивида становятся взаимно узнаваемыми и знакомыми с социальным полем, в котором он живет. (Bourdieu, Pierre (1984). *Questions de sociologie*. Paris: Minuit, s. 133).



## РАЗВИТИЕ И СТАНОВЛЕНИЕ ВЕЛИКОЙ БОРЬБЫ КОЧЕВНИКОВ В ФОРМАТЕ ВСЕМИРНЫХ ИГР КОЧЕВНИКОВ

АБДЫБЕКОВА Нурмира\*, Салтанат МЕРГЕНБАЕВА \*\* and КУЛЖАБАЕВ Элдос\*\*\*  
Абдурахимжон МЫЙМАНОВ\*\*\*\*

\*кандидат педагогических наук, доцент, Кыргызская государственная академия  
физической культуры и спорта имени Б.Т. Турусбекова, г.Бишкек / Кыргызская  
Республика

e-mail: [nurmiraabdybekova557@gmail.com](mailto:nurmiraabdybekova557@gmail.com)

\*\* Аспирант Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта  
имени Б.Т.Турусбекова, г. Бишкек/Кыргызстан,

e-mail: [saltanatmergenbaeva999@gmail.com](mailto:saltanatmergenbaeva999@gmail.com)

\*\*\* Магистрант Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта  
имени Б.Т.Турусбекова, Бишкек/Кыргызстан,

e-mail: [eldos220194@icloud.com](mailto:eldos220194@icloud.com)

\*\*\*\* Магистрант Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта  
имени Б.Т.Турусбекова, Бишкек/Кыргызстан,

e-mail: [gladiatorg517@gmail.com](mailto:gladiatorg517@gmail.com)

### АНОТАЦИЯ

В статье дается обзор материалов по организации и проведению Всемирных игр кочевников и правила проведения, по которым ведется Великая борьба кочевников. В великой борьбе кочевников принимают участие только победители других видов борьбы, которые в состязаниях представляют свой народ, страну и свой вид единоборств. В основу Великой борьбы кочевников заложены принципы: борьба проводится с захватом пояса соперника, разрешены любые действия, соответствующие высокому нравственному духу богатырей, любой бросок приносит победу. Правила проведения Великой борьбы кочевников, виды приёмов, процедура определения победителей были заимствованы из правил традиционных видов борьбы азербайджанского, иранского, турецкого, казахского, кыргызского, узбекского, русского, туркменского, монгольского, татарского, японского и других этносов и народов мира. В связи с этим, роль Всемирных игр кочевников развивает сотрудничество стран мира. Всемирные игры кочевников является как один из действенных механизмов и консолидирующих факторов межкультурной коммуникации народов мира.

**Ключевые слова:** Всемирные игры кочевников, Великая борьба кочевников, правила, национальные традиции.

### ABSTRACT

The article provides an overview of the materials on the organization and holding of the World Nomad Games and the rules of the Great Nomad wrestling. Only winners of other types of wrestling take part in the Great Nomad wrestling, who represent their people, country and their type of martial arts in the competitions. The Great Nomad wrestling is based on the following principles: the fight is conducted with the capture of the opponent's belt, any actions corresponding to the high moral spirit of the heroes are allowed, any throw brings victory. The rules for holding the Great Nomad wrestling, types of techniques, the procedure for determining the winners were borrowed from the rules of traditional types of wrestling of the Azerbaijanian,

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Iranian, Turkish, Kazakh, Kyrgyz, Uzbek, Russian, Turkmen, Mongolian, Tatar, Japanese and other ethnic groups and peoples of the world. In this regard, the role of the World Nomad Games develops cooperation between the countries of the world. The World Nomad Games are one of the effective mechanisms and consolidating factors of intercultural communication of the peoples of the world.

**Key words:** World Nomad Games, Great Nomad wrestling, rules, national traditions.

### I. Введение

Указ Президента Кыргызской Республики от 30 августа 2022 года №303 «Об утверждении Национальной программы о сохранении и развитии национальных традиций на 2022-2027 годы» гласит, что национальные традиции - составная часть духовной культуры народа и являются основополагающим фактором культуры народа, так как берут свое начало с далеких времен и передаются из поколения в поколение. Национальные традиции - великий закон война-кочевника, который, несмотря на глобализацию, цифровизацию, остался носителем достоинства и чести, великодушия и справедливости, совести, доброты и неустанного труда.

Для того, чтобы развивать нашу страну, мы должны воспитывать духовно развитого, с высоким уровнем образования, хорошо знающего историю нашего народа, чтущего традиции, семейные ценности и верования других народов, уважающего межэтнические отношения, владеющего другими языками, устойчивого к внешним и внутренним вызовам гражданина-кыргызстанца.

Разрешение сложившейся ситуации и проблем духовной деградации общества требует проведения систематической разъяснительной и воспитательной работы.

В Национальной программе о сохранении и развитии национальных традиций на 2022-2027 годы одной из задач является сохранение и развитие традиционных видов национальных игр кыргызов и народа Кыргызстана (Д.А. Дуйшенбиева, Н.А. Абдыбекова, К.Ө. Кайыпова, Д.К. Джамангулов, Э.А. Супатаева, 2024, 465 с).

На данном этапе, когда мир переходит к построению нового порядка, духовные, нравственные, культурные ценности в обществе приобретают особое значение и становятся направляющей силой преобразований (Туркмен и Алимов, 2020, 604). Все это требует постоянной заботы о духовно-нравственном состоянии граждан молодого поколения, в частности, поддержки их творческого труда, пропаганды здорового образа жизни и семейных ценностей (Туркмен и Буяр, 2020, 944).

Великая борьба кочевников – свободная объединенная поясная борьба кочевников. Борьба на поясах – один из древнейших видов борьбы. Она присутствует в культуре многих народов мира. Описания борцовских состязаний, когда два богатыря меряются силой и состязаются в ловкости и выносливости, встречаются в древних книгах и эпосах многих народов мира. Благодаря простоте восприятия и зрелищности, борьба на поясах сохранилась в первозданном виде до наших дней в традиционной культуре этносов и народов мира.

Правила, по которым ведется Великая борьба кочевников, предельно просты, а вмешательства судей сведены к минимуму, в борьбе существовало лишь одно правило: для победы необходимо выполнить бросок противника на землю, никакие баллы и очки не принимались в расчёт. Поэтому состязания позволяют провести чистые и справедливые схватки и выявить абсолютного победителя. Великая борьба кочевников проводится без учета веса борцов (абсолютная весовая категория). Ведь в древние времена не существовало весов, и в состязаниях в основном преуспевали величайшие богатыри. В них выявлялся только абсолютный победитель без определения вторых,

третьих и т.д. мест, потому что тогда борьба проводилась по принципу: «Великий победитель – один, все остальные – равные (проиграв-шие)!».

Победитель состязаний по Великой борьбе кочевников объявляется Великим борцом, Его имя вписывается золотыми буквами в стилизованную древнюю книгу Великих победителей Всемирных игр кочевников. Все процедуры проведения соревнований по великой борьбе кочевников соответствуют традициям и культуре кочевых народов, состязание проводится в таком же формате, как и много веков назад. В те далекие времена при встрече двух враждующих народов исход битвы, в отдельных случаях, решался не в массовом сражении с большим числом жертв, а в схватке борцов-гигантов с каждой из сторон. Каждый борец выходил на арену в национальной одежде, он приветствовал своего соперника, таким образом отдавая дань уважения его народу. Далее народные акыны (поэты-импровизаторы), поддерживая боевой дух, прославляли своего воина-борца, воспевали его подвиги в виде песен, танцев и сказаний.

### II. Арена состязаний

Великая борьба кочевников проводится на традиционном ковре «шырдак» 7х7 метров, внутри которого разрешается проводить приемы борцам. Весь ковёр 9х9 метров находится на возвышенности высотой 1 метр, по краям расположена специальная наклонная поверхность от ковра к земле, на земле предусмотрены тюки сена, в случае, если кто-то из борцов окажется за пределами ковра.

Вокруг борцовского ковра располагается этнофольклорная группа, которая на протяжении всего времени проведения состязаний непрерывно играет на национальных инструментах и исполняет народные песни стран мира. Рядом находятся сказители эпосов мира (например, «манасчы» и др.). Они наизусть исполняют отрывки из героических эпосов, стараясь словами и манерой исполнения воодушевить борцов, снять волнение и настроиться на победу. На ковре борцов встречаются народные поэты-импровизаторы (акыны), которые в момент приглашения борцов на схватку, играя на народных инструментах, например, на комузе, исполняют песни, в которых представляют их зрителям, называя их имена, представляемую страну, победы, титулы, достижения и физические характеристики (вес, рост). Каждому отдельному борцу будет предоставлен отдельный народный акын (поэт-импровизатор). В конце, помимо Великого борца также будет награждён народный акын.

### III. Участники состязаний

В Великой борьбе кочевников принимают участие победители состязаний по национальным видам борьбы III ВИК в абсолютной весовой категории:

- алыш,
- ашыртмалы аба гюреши,
- гуштини милли камарбанди
  - гореш,
  - гюлеш,
  - казах куресы,
  - кураш,
  - кыргыз күрөш,
  - пахлавани,
  - самбо,
  - ссырым,
  - сумо,
  - монгол бох.

В случае, если один борец является победителем нескольких состязаний по национальным видам борьбы, он должен выбрать только один вид, который будет

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

представлять в Великой борьбе кочевников, а в других видах, где выиграл этот борец, право участия в Великой борьбе кочевников получают борцы, занявшие второе место.

### IV. Формат проведения состязаний

Великая борьба кочевников начинается с торжественного построения победителей состязаний по национальным видам борьбы. Эти победители выходят под музыкальное сопровождение фольклорной группы в форме национального вида борьбы, победителем которого являются, вместе с ними выходят тренеры и представители их делегаций, они несут в руках национальные флаги стран и выстраиваются в ряд возле ковра. Далее участники состязаний приветствуют зрителей согласно ритуалам, традициям и культуре своих стран.

После этого объявляется о начале состязаний и все участники, повесив национальные флаги своих стран на специальные флаштоки, приступают к церемонии жеребьёвки: они тянут камчы (кнут) с определённым цветом, одинаковые цвета определяют соперников по жребию. Далее участники и их тренеры расходятся по ковровым дорожкам в стороны к двум юртам, расположенным по бокам от места проведения состязаний. В юртах борцы переодеваются в форму для состязаний (штаны и пояс) и готовятся к схватке. А представители делегаций участников занимают место в Совете Старейшин (высшая судейская коллегия).

Затем под музыкальное сопровождение фольклорной группы проводится показательная схватка двух борцов с целью демонстрации участникам и зрителям правил состязаний по Великой борьбе кочевников.

Во время проведения схваток с целью повышения зрелищности мероприятия народные певцы-импровизаторы (акыны) в игровой форме рассказывают зрителям о поведении, приемах и внешних данных борцов. Комментарии акынов продолжаются на протяжении всей схватки.

Во время проведения состязаний зрителям разрешается награждать акынов, манасчы, музыкантов, судей и борцов подарками и денежными наградами по ходу их выступления (за хорошие шутки, игру, судейство и красивые приёмы), что соответствует традициям кочевых народов.

Между схватками зрителям будут представляться театрализованные выступления артистов, танцоров, музыкантов и другое.

После объявления победителя схватки, проигравший уходит с ковра, забирая с собой свой флаг. Все проигравшие борцы возвращаются к специальным персональным местам возле ковра и находятся там вплоть до финальной схватки и чествования Великого борца.

### V. Форма одежды

Форма одежды участников: штаны из плотной х/б ткани ниже колен и пояс из мягкой х/б ткани длиной 250 см. и шириной 80 см., который по ширине будет сворачиваться. Борьба ведется босиком.

Каждый участник имеет поясы белого и черного цвета. Организационный комитет III Всемирных игр кочевников обеспечивает всех участников необходимой формой одежды. Участники состязаний отдельно должны привезти с собой национальные флаги своих стран.

### VI. Схватка

При встрече борцы становятся лицом к лицу и приветствуют друг друга, положив правую руку, сжатую в кулаке, на сердце и выполнив кивок головой вниз.

Каждая схватка проводится в три этапа:

**Первый этап** – захват запястья. Первый этап проводится внутри круга диаметром 1,5 метра. Борцы становятся внутри круга друг напротив друга, и первый борец

выставляет вперед одно из своих запястий на свой выбор. Другой борец хватает за это запястье двумя руками и держит. Задача первого борца состоит в том, чтобы с помощью рук освободить своё запястье из рук соперника, при этом он может использовать свою свободную руку. В борьбе на руках они могут использовать только руки, другие части тела не должны использоваться, запрещается переставлять ноги и толкать соперника за пределы круга. Затем борцы меняются ролями. На первый этап каждому борцу отводится максимум 15 секунд. Если по истечении этого времени борец не смог высвободить своё запястье, попытка переходит к другому борцу.

Победителем в первом этапе считается тот, кто затратил наименьшее количество времени на то, чтобы высвободить свое запястье из рук соперника. Подсчет времени ведется под стук народного барабанного инструмента

«добулбаса». Победитель первого этапа получает право первым взять захват двумя руками за пояс соперника, выбрав удобную позицию для себя и удобный захват пояса – правосторонний, левосторонний, захват через спину или другой захват.

Если первый этап закончился ничьей, то оба спортсмена в схватке берут одновременно нейтральный захват: левой рукой хватаются за пояс с левой стороны, а правой рукой, просунув руку между рукой и телом соперника, хватаются с правой стороны.

**Второй этап** – схватка. Продолжительность схватки составляет 5 минут. После объявления участников схватки на выход борцам даётся 2 минуты и дополнительная 1 минута даётся в случае опоздания. Церемония представления борцов составляет 5-7 минут.

Судья завязывает каждому из борцов пояс, обматывая его со спины до живота на расстоянии одного кулака, который борец выставляет на уровне пупка. Далее борцы принимают исходную позицию и после сигнала хватаются за пояс соперника двумя руками, при этом запрещается наматывать пояс на руки. После сигнала судьи о начале схватки борцам разрешается выполнять перехват пояса, перекинув руку через соперника, или вести борьбу с захватом за пояс одной рукой, а другой рукой разрешается выполнять захваты за ноги, руки, шею и штаны. Борьба ведется только в стойке.

Для победы борцам необходимо выполнить бросок соперника на спину или на бок со стороны спины (или на одну лопатку). Если борец выполняет бросок соперника на живот или на бок ближе к животу, то схватка возобновляется заново в стойке, при этом атакующему борцу дается право первого удобного захвата.

Если борец выполняет бросок через спину (прогибом) и падает на свою спину или бок и без остановки переворачивает соперника на его спину, ему засчитывается чистый бросок и победа. Если борец выполняет бросок через спину (прогибом) и приземляется на свою спину, а соперник накрывает его сверху и контролирует, то его сопернику присваивается победа. Если после броска через спину борец падает на спину и без остановки переворачивает соперника на его бок, сам тоже перевернувшись со спины на бок, а соперник при этом не накрывает его, и оба находятся в нейтральной позиции, прием не засчитывается, и борьба начинается заново в стойке с обоюдным захватом. Если оба борца при обоюдных равных действиях падают одновременно на бок или живот и больше действий не происходит, то схватка начинается заново.

Если во время исполнения приема одним борцом, руки второго борца освобождаются от захвата пояса, первый борец имеет право без перерыва сразу выполнять прием. Если борцу не удалось завершить прием, судья возвращает спортсменов в исходное положение, и борьба продолжается. Атакующий борец, сорвавший пояс, получает право схватиться за пояс соперника первым. Если борец три раза отпустит пояс обеими руками,



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



ему засчитывается поражение.

Если во время выполнения атаки одним борцом, второй борец выходит за пределы ковра, судья возвращает спортсменов в исходное положение, и борьба продолжается, при этом атакующий борец получает право схватиться за пояс соперника первым. Если борец три раза выйдет за пределы ковра, ему засчитывается поражение.

Если во время выполнения атаки одним борцом, второй борец касается третьей точкой (коленом, рукой или ягодицами) ковра, атакующий борец может продолжать свои действия. Если он не завершит атаку броском на спину, тогда схватка возобновляется в стойке, атакующему борцу даётся право первого захвата.

Одновременный обоюдный выход за пределы ковра не оценивается, и судья возвращает спортсменов в исходное положение, а борьба продолжается, при этом борцы одновременно берут захват.

Если один из борцов опоздал на схватку более чем на 1 минуту, ему засчитывается поражение. В случае, если один из борцов получил травму и не может продолжать схватку, либо оказание ему медицинской помощи превысило 3 минуты, ему засчитывается поражение.

После окончания схватки борцы выстраиваются на ковре в одну линию с судьей лицом к зрителям, и судья поднимает руку победителя. Далее они разворачиваются лицом к лицу и благодарят друг друга за честную схватку, положив правую руку, сжатую в кулаке, на сердце и выполнив кивок головой вниз. Борец, проигравший в схватке, поднимает победителя за пояс надземлей на несколько секунд, после чего борцы уходят с ковра.

После проигрыша борец больше не принимает участие в схватках, но остается на персональном выделенном месте возле ковра до завершения финала и объявления Великого борца.

Если в течение 5 минут в схватке не определился победитель, проводится дополнительный третий этап.

**Третий этап** – схватка в коротком захвате. Продолжительность схватки в коротком захвате в предварительных и полуфинальных схватках составляет 2 минуты, в финале – 5 минут. Схватка в коротком захвате проводится в том случае, если после основного времени схватки ни один борец не провел чистый бросок. В этом случае оба борца встают друг напротив друга ровно таким образом, что ступни одного борца ставятся напротив ступней другого впритык, далее борцы одновременно берут двойной захват руками за пояс, просовывая руки под пояс и скручивая один раз. Далее по команде судьи «КҮРӨШ» они начинают бороться. На третьем этапе запрещено вытаскивать любую руку из захвата за пояс, иначе борцу присваивается поражение. В предварительных раундах в схватке в коротком захвате победителем объявляется тот борец, который в течение 2 минут выполнит любой бросок соперника на спину. Если ни один из борцов не провел чистый бросок, обоим борцам объявляется поражение.

В полуфинале для победы необходимо в течение 2 минут совершить одно из следующих действий: выполнить бросок на спину, живот или бок, вытолкнуть соперника за пределы ковра, заставить соперника коснуться ковра третьей точкой или заставить отпустить захват за пояс.

В финале Великим борцом будет объявлен тот, кто в течение 5 минут выполнит чистый бросок соперника на спину. Если этого не произошло, борцам даются дополнительные 2 минуты, в течение которых борьба проходит внутри круга диаметром 3 метра, и для победы необходимо совершить одно из следующих действий: выполнить бросок на спину, живот или бок, вытолкнуть соперника за пределы ковра, заставить соперника коснуться ковра третьей точкой или заставить отпустить захват за пояс. В случае если

по истечении дополнительных 2 минут борцы не совершат ни одного из вышеперечисленных действий, победитель не определяется, а оба борца признаются равными (проигравшими).

Титул Великого борца и призовое вознаграждение, предусмотренное Великому борцу, не присуждается при равной финальной борьбе.

Победитель следующих Всемирных игр кочевников может иметь титул Великого борца, победив действующего Великого борца в отдельной схватке после финала. В этой борьбе действуют правила финала Великой борьбы кочевников.

В мире есть только один Великий борец. При объявлении и присуждении титула Великого борца объявляется великая борьба победителя Всемирных игр кочевников.

### **VII. Великий финал и награждение великого борца**

Перед великим финалом на ковре проходит специальное представление, после чего борцы-финалисты выходят на ковёр. Все проигравшие до финала борцы в знак уважения к финалистам находятся в персональных местах вокруг ковра и наблюдают на схваткой.

После окончания финала и определения победителя Великой борьбы кочевников проводится церемония награждения великого борца. Все участники Великой борьбы кочевников поднимают Великого борца на руки. Далее специальная группа воинов-кочевников несут на руках и сажают на призовую лошадь. Все участники Великой борьбы вместе с Великим победителем совершают круг почета перед народом и берут благословения (бата). В конце они возвращаются на ковёр, где почетные гости Великой борьбы кочевников награждают Великого борца поясом и другой этноатрибутикой. Затем играется гимн Всемирных игр кочевников в честь Великого победителя.

Победителю состязаний по Великой борьбе кочевников присваивается титул Великий борец, его имя и его вид борьбы вписывается в Книгу Великих победителей Всемирных игр кочевников. Великий борец является почётным гостем следующих Игр, на которых он защищает свой титул от претендента.

**Методы исследования:** теоретические методы: изучение научно-педагогической, научно-теоретической литературы; анкетирование, беседа, интервью, педагогическое тестирование педагогический эксперимент, сравнение; систематизация; обобщение разработанных средств, моделирование (Абдыбекова & Супатаева, 2017, С. 122-126).

### **VIII. Судейство**

Судейство состязаниями осуществляют судьи Организационного комитета III Всемирных игр кочевников. Каждую схватку обслуживает только один судья.

Судейские команды и жесты:

- «КҮРӨШ» – команда к началу или возобновлению схватки;
- «ТОКТО» – команда к остановке или окончанию схватки;
- Если судья разводит обе руки в стороны и делает перекрёстное движение, то приём или действие не оценивается;
- Если в схватке борец совершил чистый бросок, то судья поднимает одну руку вверх, а второй показывает на борца, таким образом объявляется победа.

Судья оценивает приемы и действия на ковре, но решение спорных ситуаций и присуждение победы одному из борцов объявляет Совет Старейшин (высшая судейская коллегия), состоящая из одного представителя делегации участника Великой борьбы кочевников, знающего и правила и соблюдающего ритуалы Великой борьбы. Совет Старейшин определяет победу или решение спорных ситуаций поднятием камчы (кнута) определённого цвета, схожего с цветом пояса участника борьбы путём большинства голосов: в случае равенства голосов

старейшин, победителя определяет судья на ковре.

Члены Совета Старейшин не имеют право голосовать, если один из участников схватки является представителем страны Старейшины.

#### IX. Разрешенные действия

В состязаниях разрешены следующие действия и приемы:

- воздействия ногами за ноги соперника (подножки, подсечки, подбив, подхват и др.);
- захваты рукой за руку, запястье, шею, ноги, штаны;
- броски через бедро, прогибом, броски скручиванием, с захватом ноги, с упиранием одним коленом в соперника и др.;
- толчок за ковер.

#### X. Запрещенные действия

В состязаниях запрещены следующие действия и приемы:

- совершать специальные действия с целью нанесения сопернику травмы и вреда здоровью (преднамеренный бросок на голову, выворачивание рук, удары любыми частями тела и др.);
- выполнять болевые и удушающие приемы;
- кусаться или царапаться;
- тянуть за уши и волосы;
- выполнять захват за пальцы, захват рукой за голову;
- выполнять броски без захвата пояса;
  - упираться руками с целью защиты, в том числе в голову, живот, штаны, ноги;
  - тыкать пальцами в рот, глаза или уши;
  - покидать место проведения состязаний до их окончания;
  - надевать на тело посторонние предметы (кольца, цепочки и др.);
  - иметь не стриженные ногти;
  - употреблять запрещенные препараты, спиртные напитки, жевать жвачку и др.

В случае нарушения правил, нарушитель может быть лишен призов и наград.

#### XI. Регистрация

Регистрация участников проводится за день до начала состязаний. Её проводят главный судья, главный секретарь и врач. Врач проводит медицинский осмотр участников, которые выходят в одних трусах. После осмотра тела и обследования состояния здоровья он даёт заключение о допуске или не допуске к состязаниям. Затем участники представляют главному судье свои документы и становятся на весы. Информация о каждом участнике (вес, рост, спортивное звание и достижения) передаются главному секретарю.

После окончания регистрации участники и представители команды подписываются под соглашением об участии и соблюдении всех правил и ритуалов Великой борьбы кочевников.

При не соблюдении правил и ритуалов, борец снимется с состязаний без присуждения призового вознаграждения и титула.

Сохранение традиционных исторических игр имеет большое значение для обеспечения культурной преемственности. Под воздействием глобализации и модернизации многие традиционные игры находятся под угрозой исчезновения. Это может привести к уменьшению культурного разнообразия и утрате обществами своих корней. Поэтому сохранение традиционных исторических игр является важным шагом для защиты культурного наследия. Передача этих игр будущим поколениям через образование, культурную политику и цифровые платформы имеет жизненно важное

преимущества. значение для обеспечения культурной (Түркмен, Кайа, 2024, 408с). Национальные игры и их традиции кочевых народов - великий закон воина-кочевника, который, несмотря на глобализацию, цифровизацию, остался носителем достоинства и чести, великодушия и справедливости, совести, доброты и неустанного труда. Для того, чтобы развивать стран мира, мы должны готовить магистров по направлению «Физическая культура и спорт» и воспитывать духовно развитых, с высоким уровнем образования, хорошо знающих историю каждого народа, чтущего традиции, семейные ценности и верования других народов, уважающих межэтнические отношения.

## ХII. Заключение

I, II и III Всемирные игры кочевников прошли в Кыргызской Республике в 2014г., 2016г., 2018г. 4-е Всемирные игры кочевников состоялись в Турции, где принимали участие 3000 спортсменов из 82 стран по 13 видам спорта. 5-е Всемирные игры кочевников радушно приняла столица Республики Казахстан – город Астана. На спортивных аренах 2000 участников из 89 стран (Абдыбекова Н.А., 2024, 316).

На основе системного подхода было разработано учебное пособие, которое включает тексты, описывающие ВИК: правила национальных игр кочевых народов. Оно предназначено для студентов-бакалавров неязыковых специальностей, специалистам по национальным видам спорта и для всех любителей национальных игр кочевников.

## ХIII. Выводы и рекомендации

На основе исследования изучаемой проблемы можно предложить следующие рекомендации:

**1. Внедрить использование учебного пособия «Көчмөн элдеринин улуттук оюндары» в учебный процесс педагогических высших учебных заведений для студентов по направлению «Физическая культура» для языковой подготовки.**

**2. Проводить соревнования «Великая борьба кочевников» в рамках всемирных игр кочевников.**

### Литература:

- Д.А. Дуйшенбиева, Н.А. Абдыбекова, К.Ө. Кайыпова, Д.К.Джамангулов, Э.А.Супатаева ж.б (2024) Көчмөн элдердин улуттук оюндары. Өз алдынча иштөө: бакалаврдын тилчи эмес адистиктери үчүн окуу куралы. – Б., 465 б.
- Түркмен М., Кайа А. (2024) Оценка значимости и сохранения традиционных исторических игр. 6-я серия панельных дискуссий по традиционным видам спорта и игр ТРАДИЦИОННЫЕ ДЕТСКИЕ И ВЗРОСЛЫЕ ИГРЫ/ Ankara. Gazi Kitabevi 408с.
- Абдыбекова Н.А. (2017) Новые образовательные технологии обучению английскому языку студентов спортивного профиля [Текст] / Н.А. Абдыбекова Э.А., Супатаева // Вестник физической культуры и спорта. – №1(3). – С. 122-126.
- Türkmen M. & Buyar C. (2020). “A Forgotten Horse Game in Turkestan: ‘At- Omiraulastiru’ (Struggle of Horses).” The Journal of International Social Research, 13-(75): 941-947, Doi: <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.11185>
- Türkmen M. & Alimov U. (2020). “A Popular Horse Game in Turkestan: Jekpe-Jek (One to One)”, The Journal of International Social Research, 13-(74): 601-607, doi: <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.11186>.
- Абдыбекова Н.А. (2024) Международная научно-практическая конференция «Кочевники: история, знания, уроки» (9–11 сентября 2024 г. г. Астана, Республика Казахстан): сб. абстракт. – Астана: Smart University Press, - 316 с.



## MİLLİ KİMLİĞİNİN GELİŞİMİNDE BİR FAKTÖR OLARAK GELENEKSEL SPOR: DEĞER-NORMATİF BİR YAKLAŞIM

Aiym TLEPBERGEN\* & Kürşad Han DÖNMEZ\*\*

\*PhD, L.N. Gumilyov Eurasian National University – Student in Cultural Studies,  
Astana/Kzakistan ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0002-3354-9943> ; E-mail:  
[a.tlepbergen@gmail.com](mailto:a.tlepbergen@gmail.com)

\*\* Professor, Giresun University, Faculty of Sport Sciences, Giresun/Türkiye.  
<https://orcid.org/0000-0002-7793-0922>; E-mail: [kursad.han.donmez@giresun.edu.tr](mailto:kursad.han.donmez@giresun.edu.tr)

**ÖZET:** Açıklama. Bu makalede ulusal spor türlerinin, sosyo-kültürel belirlenimleri, aksiyolojik ve semantik içerikleri açısından ele alınmaktadır. Makale, bu çok boyutlu fenomenin etno-kültürel temellerini, sosyo-psikolojik faktörlerini ve gelişim mekanizmalarını ortaya çıkarmayı amaçlayan değer-normatif yaklaşım temelinde ulusal sporları analiz etmektedir. Rusya'nın kuzey halklarının ulusal spor etkinlikleri, kültürün değerlerine, insanın doğa, toplum, yakın çevresi ve kendisiyle olan ilişkilerini belirleyen en önemli ve derin prensipler bağlamında incelenir. Örneğin, Komi Cumhuriyeti'nin halklarının kış sporları yarışmaları (Komi Cumhuriyeti Halklarının Kayak Yarışları), değer ve norm analizine bir örnek olarak ele alınır. Kompleks yöntem kullanımı, ulusal spor türlerinin özelliklerini anlama ve vatandaşlık ile etnik-kültürel kimliğin oluşumunda bir faktör olarak derinlemesine anlama imkânı sağlar.

**Anahtar kelimeler:** Kültürel Norm, Sosyal Değer, Sosyo-Psikolojik Faktör.

## TRADITIONAL SPORT AS A FACTOR IN THE DEVELOPMENT OF NATIONAL IDENTITY: A VALUE-NORMATIVE APPROACH

**ABSTRACT:** This article analyses national sports in terms of their socio-cultural determinations, axiological and semantic content. The article analyses national sports based on the value-normative approach aimed at revealing the ethno-cultural foundations, socio-psychological factors and mechanisms of development of this multidimensional phenomenon. The national sporting events of the northern peoples of Russia are analysed in the context of the values of culture, the most important and deep principles that determine man's relations with nature, society, his immediate environment and himself. For example, winter sports competitions of the peoples of the Komi Republic (Ski Competitions of the Peoples of the Komi Republic) are considered as an example of value and norm analysis. The use of the complex method allows to understand the peculiarities of national sports genres and to understand them in depth as a factor in the formation of citizenship and ethno-cultural identity.

**Key words:** Cultural Norm, Social Value, Socio-Psychological Factor.



## GİRİŞ

Rusya, dünyanın en büyük ülkelerinden biri olup çeşitli etnik ve alt etnik, dini kültürleri ve gelenekleri bir araya getiren karmaşık bir federatif yapıdır. Rusya'nın ulusal sporları, kültürler arası ve aksiyolojik araştırma için son derece ilginç bir alan oluşturur. Ulusal sporların önemlerinin, Rusların bilincindeki temsiliyetlerinin, coğrafi yayılımlarının ve modern fiziksel eğitim sistemindeki rollerinin karşılaştırmalı analizi ilgi çekicidir. Dar bir açıdan, belirli bir sporun ahlaki-etik, kültürel-maddi ve diğer bileşenlerini analiz etmek ilgi çekicidir, çünkü orijinal sporların oluşumu etnik kültürün doğal, iklimsel, ekonomik ve diğer özelliklerinden büyük ölçüde etkilenmektedir.

Ulusal spor türlerinin potansiyelini açığa çıkarmak için vatandaşlık kimliğinin gelişiminde nasıl bir rol oynadığına dair farklı perspektiflerden analizler yapılabilir: politik (ulusal birliğin ve vatandaşlık kimliğinin harekete geçirilmesinin bir unsuru olarak), tarihsel, antropolojik, felsefi vb. Araştırmamızda, Rus halklarının ulusal spor türlerinin aksiyolojik ve kültürel açılarından incelenmesini öngören bir değer ve normatif yaklaşımı benimsemekteyiz. Ulusal spor türlerinin gelişimi ve vatandaşlık ile etnik kimlik tanımlamaları arasındaki ilişkinin özgünlüğünün analizinde bu değer ve normatif yaklaşımı kullanıyoruz.

Araştırmanın yöntemleri ve organizasyonu: Değer-normatif yaklaşım temelinde, bu çok boyutlu olgunun etno-kültürel temellerini, sosyo-psikolojik faktörlerini ve gelişim mekanizmalarını ortaya çıkarmayı amaçlayan ulusal sporların aksiyolojik analizi gerçekleştirilmiştir. Ulusal spor türleri, onların sosyokültürel belirlenimi, aksiyolojik ve anlamsal içeriği açısından incelenir. Bu sorunun incelenmesi, sosyolojik, kültürel, tarihsel, karşılaştırmalı, medeniyetler arası, psikolojik analiz gibi çoklu bir araştırma yöntemi kullanmayı gerektirir. Bu, ulusal spor türlerinin vatandaşlık ve etnik-kültürel kimlik oluşumunun özelliklerinin anlayışını genişletip derinleştirmeye olanak sağlar.

Sonuçlar. Ulusal sporlara bağlılık, sporun kendisi Amerikalılar için beyzbol, Japonlar için sumo güreşi, İspanyollar için boğa güreşi gibi etnik kültürün bir sembolü haline geldiğinde, genellikle yurttaş kimliğinin önemli bir göstergesidir. Futbolun İtalya, İspanya, Brezilya ve Birleşik Krallık'ta, buz hokeyinin ise Kanada, İsveç, Çek Cumhuriyeti, Finlandiya ve Rusya'da olduğu gibi uluslararası sporlar da çoğu zaman yurttaş kimliği için vazgeçilmezdir.

### ***Makalenin materyalinin ana hatları***

Diyalektik yaklaşım, sporun bir yandan kültüre özgü bir gelişim vektörüne (doğrultusuna) sahip olması, diğer yandan da küreselleşme paradigmasına "dalmış" olması nedeniyle spor gelişim süreçlerinin çelişkili doğasını ortaya koymaktadır. Bu konu üzerine yoğunlaşan araştırmacılar, küreselleşme çağında ulusal sporların etnik maddi-manevi kültürün önemli bir bileşeni olarak ortaya çıktığını belirtiyorlar ve bunların ulusal, dini ve bölgesel koşulları dikkate alarak modern toplum ve kültürel alanlara yaratıcı bir şekilde entegre edilmesi gerektiğini vurguluyorlar. Bu uygulamanın gelişimi, 80'lerin sonlarından itibaren yeni non-olympic federasyonların artışıyla beraberinde getirdi; bunlar, nicel ve sayısal açıdan Olimpiyat sporlarını geçti ve hatta onların yerini almaya adaydılar [Platonova, 2012, p. 61]. Belirtilen spor statüsü, etnik ve siyasi mobilizasyon aracı olarak güçlü potansiyelini belirler.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Bu potansiyelin olumlu bir uygulama örneği, Rusya'nın ulusal spor türlerine dayalı festivallerin düzenlenmesi aracılığıyla Rus halklarının etnik, bölgesel ve vatandaşlık kimliğinin canlandırılmasıdır; örneğin, Kuzey Rusya Halklarının *Spartakiyatı* (Kutup Oyunları), "Kafkasya Oyunları" festivali, Tatar-Başkurt milli güreşine yönelik Rusya Şampiyonası "Koreş" ve benzerleri. Her ulusal spor dalı, fiziksel mükemmeliyet ve rekabetin ideallerini en çekici ve erişilebilir şekilde korur; özgün motor becerileri ve yeteneklerini içerir. Sadece geçmiş dönemlerin değil, bugün de oluşturulan benzersiz tarihsel ve kültürel deneyimi taşır [Platonova, 2012, p. 63].

Halkların belirli bir etno-kültürel faaliyeti olarak ulusal sporu analiz etmek için değer-normatif yaklaşımın dahil edilmesi, sosyal düzenleme mekanizmalarının bütünsel bir çalışmasını gerçekleştirmeyi sağlar. F. Kluckhohn ve F. Stodberg, değer-normatif yönelimleri, evrensel sorunların çözümü sırasında insan faaliyetlerinin güdülerine yapı ve yön veren karmaşık, belirli bir şekilde gruplandırılmış ilkeler olarak tanımlamaktadır. Beş ana değer-normatif yönelimi ayırt ederler: insan doğasına karşı tutum, insanın doğaya ve "doğüstüne" karşı tutumu, insanın zamana karşı tutumu, insan faaliyetinin yönelimi, insanın diğer insanlara karşı tutumu [Ibragimova, 2019, p. 19].

Belirli bir halk sporu türünü analiz ederken, insan faaliyetinin bir biçimi olarak çeşitli değer ve normatif yönelimleri ayırt edebiliriz. Örneğin: Varoluş, Gelişme veya Yapma. "Varoluş" değerine odaklanma, insan doğasına yerleştirilmiş olanın spontan ifadesini, her anın yaşam değerini, "saf içgüdüsel zevki" ifade eder. Bu sıklıkla ulusal festival atmosferinin, spora dahil olmak üzere tüm yönlerini içerir. Bu yönelim örneği, Sabantuy gibi, Tatar halkının geleneksel bir bayramında spor rekabetinin zorunlu unsurlarıyla yansıtılmıştır. Faaliyetin bu yönelimi ile ilgili ikinci bir örnek, kişisel gelişimde belli bir sosyal bütünlüğe ve değişim ve büyümenin değerine doğru bir oluşum ve hedefe yönelme olabilir.

Halk sporlarının özellikleriyle ilgili olarak bu yönelim, bireyin psikolojik olarak kendini gerçekleştirmesinin bir aracı olarak değerini ortaya koyar; ulusal sporların genellikle kişisel inisiyasyonun bir yönü, dayanıklılık, güç, çeviklik testi, kişinin kendi doğasını fethetmeyi, kendini aşmayı amaçlaması sebepsiz değildir. Aktivite yöneliminin üçüncü varyantı - yapmanın kendisi - "eylem uğruna eylem" değerini gizler. Ulusal sporun faaliyet olarak öncelikle pragmatik bir öneme sahip olduğunu anlama, antropolojik odaklı analizin derin bir köküdür. Ulusal spor branşlarına, halkların emek faaliyetinin yan ürünü olarak ve nesnel olarak mevcut bir fiziksel eğitim aracı olarak bakış, kültürel uzmanların en yaygın tutumudur [Kartseva and Shabalina, 2007, p. 63].

Evrensel "insan ve doğa" sorunuyla ilgili olarak, aksiyologlar (axiologists) doğaya karşı üç tür tutum ayırt ederler: fetih, boyun eğme ve doğayla uyum. Dolayısıyla, ulusal sporların değer-normatif temelinde aşağıdaki motifler ayırt edilebilir:

- Doğayla mücadele (örneğin, bir doğa olayıyla, unsuruyla mücadele etmek, doğanın üstesinden gelme şeklinde kendini gösteren kişilik, vahşi bir hayvanı evcilleştirme - rodeo, boğa güreşi vb.);
- İnsan ve doğa ritimlerinin uyumlaştırılması, doğal malzemelerin, nesnelere ve doğa sembollerinin spor müsabakalarının anlamlı ve kutsal unsurları olarak kullanılması (örneğin, doğu dövüş sanatları kung-fu, wu-shu'nun klasik stillerinde hayvan hareketlerinin taklit edilmesi);

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Doğaya itaat (ulusal sporların analizi bağlamında, Kuzey Rusya ve Güney Sibirya Şamanist, Budist halklarının spor müsabakalarından önce doğaya ritüel sunu uygulamalarından çeşitli örnekler verilebilir).

İnsan doğasına ve topluma değer ve normatif ilişki sorununu ele alırken, aksiyolojide şu tutum seçenekleri öne çıkar: insan doğasının değişkenliği ve değişmezliği, insan doğasının iyiliğe veya kötülüğe yönelimindeki istikrar, kendi ihtiyaçlarına ve hedeflerine odaklanma veya toplumun, soyun, kabilenin, etnik kökenin hedeflerine odaklanma. Doğal olarak bu kültürel tutumlar, halk sporu uygulamaları ve ulusal spor müsabakaları da dahil olmak üzere herhangi bir faaliyetin düzenlenmesinin tüm stratejik yönlerine yansiyacaktır [Slovar' russkogo..., 1999, web]. Bu bağlamda, ulusal spor dalları bireycilik ve toplulukçuluk, kişisel özgürlük ve toplumsal kontrol, toplumsal davranışı teşvik ve özdenetim gibi kutuplu değerlere odaklanabilir.

Komi halklarının ulusal spor geleneği olan *lampa*<sup>13</sup> ve kızak yarışmalarını değer-normatif yaklaşımla analiz edelim. 2007 yılından beri Komi Cumhuriyeti'nin Bolşelug köyünde avcılık kayakları ve *lampa* üzerinde koşu yarışmaları düzenlenmektedir. Şu anda, milli ve uygulamalı spor aktivitelerinin yer aldığı, bu, cumhuriyetin her kesiminden insanların katıldığı geleneksel bir kayak festivalidir.

**Tablo 1.** Komi halklarının kültürünün ulusal spor müsabakalarına yansıyan değer yönelimlerinin analizleri.

|  |  |   |
|--|--|---|
| Faaliyet odağı                                     | Genesis (Yaratılış)                                  | + |
|  | Olmak (Dönüşmek / Oluşmak)                           | + |
|  | Yapmak (Yapılması / Yapma)                           | + |
| Doğaya yönelik tutum                               | Doğanın fethi (Doğayı fethetmek)                     | + |
|  | Doğa ile uyum (Doğa ile uyum içinde)                 | + |
|  | Doğaya itaat (Doğaya itaat etmek)                    | + |
| İnsan doğası ve sosyal ilişkilere yönelik tutumlar | Bireycilik (Bireyselleşme)                           | + |
|  | Kolektivizm  | + |
|  | Sosyal kontrol yoluyla davranışların düzenlenmesi    | + |
|  | Davranışların kendi kendini düzenlemesi (bireycilik) | + |

Halk arasında “Lampiyada” olarak adlandırılan geleneksel etkinlik, ulusal sporun en iyi geleneklerini ve nesillerin devamlılığını korumanın yanı sıra Rusya Federasyonu'nun kuzey halklarının ulusal ve kültürel geleneklerinin korunmasına ve geliştirilmesine katkıda bulunmaktadır [Slovar' russkogo ..., 1999, web].

<sup>13</sup> Lampa: sıradan kayaklardan çok daha geniş olmaları ve ren geyiği kürkyle doldurulmuş olmaları bakımından farklı olan geleneksel Komi kayaklarıdır. Bu, karda yürümeyi ve kar yığınlarında batmayı ve boğulmamayı mümkün kılar. Avcılar, tuzakları kontrol etmek ve kurtları savuşturmak için “koybed” adında bir sırık kullanır.



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Komi halkının değer yönelimlerinin analizine atıfta bulunarak, ulusal bir spor olan avcılık kayak yarışlarında ortaya konan değerleri değerlendirirken, bu yarışın etkinlik odaklılığıyla ilgili olarak "Varoluş", "Gelişim" ve "Eylem" değerlerinin varlığını belirtmek önemlidir. Bu etkinlik hem bir spor yarışması olarak hem de her yıl 5 ila 80 yaşları arasındaki çocukların ve yetişkinlerin bir araya geldiği kitlevi bir kayak şenliği olarak gerçekleşir. Olayın hızla halk tarafından geleneksel bir etnik festival olarak algılanması, ulusal spor oyunlarının doğru bir organizasyon formatının seçildiğini göstermektedir. "Lampiyada" başlangıçta Komi halkının gelenekleri ve yaşam tarzı üzerine kurulmuş ve halkın efsaneleri ve mitolojik anlatıları ile sıkı sıkıya bağlantılıdır. Eylemlerin değer yönelimi bağlamında ulusal spor geleneğinin uygulamalı karakterini not etmemek mümkün değildir: bu av kayakları üzerinde yarışlar (yani, avın peşinden gitmenin pragmatik amacı ima edilmektedir). Bu husus, kayak festivalinin nitelikleri tarafından mümkün olan her şekilde vurgulanmaktadır: katılımcılar, Komi halkının ulusal geleneklerine uygun avcı kıyafetleri giymelidir (dış giyim - yelek "luzan", kemer "tasma", demir veya bakır tokalı, ayaklarda - *töböki*<sup>14</sup>, *pimi*<sup>15</sup> veya keçe çizmeler, kayakçıların koşucuların av kupaları, muskaları, av silahlarının mulajları vardı). Kayak yarışları, yarışmaya katılanların güç, çeviklik ve dayanıklılıklarını gösterme zorunluluğu anlamına gelen kişisel gelişim değerini atlamaz. Yarışmaların güzergahları, sporcuların teknik, taktik ve fiziksel hazırlıklarını değerlendirme fırsatı verecek şekilde düzenlenmiştir.

Kuzey halklarının çoğu doğal çevreyle uyumlu bir birliktelik ve derin bir ekolojik bilinçle karakterize edilir. Kayak yarışlarının organizasyonunda bu değer yönelimi, avcılarının eşleri ve annelerinin doğanın ruhlarına hitap ederek, zor avlanma görevinde merhamet ve himayelerini istedikleri avı uğurlama ritüelinde yansıtılır. Çevre bilinci yarışma rotasının hazırlanmasına da yansıyor. Parkurlar kıştan önce hazır olmalıdır ki ince kar örtüsü altında bile gidilebilsin. Parkurun tüm uzunluğunun yarısı iyileştirilmemiş arazide olmalıdır. Aynı zamanda, Lampiyada geleneklerinde doğayı inşa etme motifleri de bulunabilir, çünkü bu yarışmaların mitolojik temeli başarılı avcılarla ilgili efsaneleri içerir - Yirkap ve Pere, her biri destanlarında bir şekilde Leşer (Vors), Mavi Geyik vb. mitolojik imgeler şeklinde temsil edilen doğa güçleriyle rekabete girer [Zakharov, 2013, p. 68].

Ulusal sporun değer-normatif yönelimlerinin merkezinde kolektivizm ve sosyal etkileşimlerin düzenlenmesi değerleri yer almaktadır. Lampiyada küçükten büyüğe herkesi kapsar ve aile değerlerini ve ortak amaç için dostça bir yaklaşımı aşılır. Yarışmaların tüm koşul ve şartları ortak çabayı, diğer yarışmacıların davranışlarını göz önünde bulundurarak faaliyet göstermeyi, iyi komşuluk ve karşılıklı destek ruhunu korumayı gerektirir [Hills, 2002: p. web]. Örneğin, engebeli bir yüzeye sahip bir pistte sporcuların birbirlerini geçebilecekleri yokuş aşağı bölümler bulunmalıdır, Farklı hızlara sahip spor müsabakalarına katılanların aynı anda birbirlerine müdahale etmeden pist boyunca geçebilmeleri gereklidir. Kayak yarışları toplu start ile düzenlenir, kura çekimi rastgele seçimle kartlar kullanılarak manuel olarak yapılır. Sporcular kordon ve kayaklarla seyahat ederken, sporcular hızlarını artırmak için ek bir araç olarak kırılması durumunda parkur dışına atılması gereken bir çakal sopası kullanırlar. Ayrıca, kordon ve kayakların kırılması durumu haricinde, bitiş çizgisini geçmeden önce kordon veya kayaklardan birinin veya her ikisinin çıkarılması yasaktır. Bu durumda sporcu bitiş çizgisini elinde kırılan ekipmanla geçmelidir (Turkmen, 2021, p. 293).

<sup>14</sup> Töböki: Uzak Kuzey (Kuzey Doğu Sibirya)'nın Komi halkının milli av giysisi olan ren geyiği derisinden yapılan "*çorap çizme*". Maksa Fasmera. *Etimologicheskij slovar' russkogo yazıka* [Rus Dilinin Etimolojik Sözlüğü]. URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/vasmer/48961/тобоки> Erişim tarihi: 10/05/2024.

<sup>15</sup> Fin-Ugor halklarının ve Uzak Kuzey'in Komi, Nenets, Hantı, Mansi, Dolgan ve diğer yerli halklarının ulusal ayakkabıları (Ren geyiğinin bacakları derisinden yapılmış "*bot*"). *Slovar' russkogo yazıka* [Rus Dili Sözlüğü]: V 4-kh t [4. Cilt], Moskova, 1999). URL: <https://kartaslov.ru/значение-слова/пимы> Erişim tarihi: 10/05/2024.

“Lampiyada” ya olan talep ve popülerlik, insanların festivale olan ilgisinin giderek arttığını göstermektedir. Katılımcı sayısı 2007'den 2023'e kadar 260 kişiden 5000 kişiye yükselmiştir. Lampiyada ayrıca gönüllüleri ve etkinlik turizminin birçok hayranını da kendine çekmektedir [Nazvany finalisty..., 2014, p. web]. Komi Cumhuriyeti topraklarında yaşayan yerli halk ve halkların fiziksel sağlığının korunması ve iyileştirilmesi için bölgeler arası halk hareketi “Komi Voytır”, ulusal eğlencelerin ve ulusal uygulamalı fiziksel kültür ve spor türlerinin korunması ve geliştirilmesi konusunda ilgilendirilmiştir.

### Sonuç

Spor, modern insanın kimliğini sosyalleştiren ve kültürleştiren bir faktör olarak işlev görmektedir. Araştırmacıların belirttiği gibi, açıkça detaylandırılmış bir gelişim stratejisi olmaksızın ulusal sporların propagandası ve tanıtımı ya etnik kimliğin kaybına yol açacak ya da bu sporlar devlette tam olarak geliştirilemeyecektir, Olimpiyat beklentilerinden bahsetmeye bile gerek yoktur. Ulusal sporların ortaya çıkış ve gelişim tarihi, etnik varoluşun bu yönlerine ilişkin felsefe ve aksiyolojinin gelişimi üzerine yapılacak temel araştırmalar bu sorunun aşılmasına katkıda bulunacaktır. Ulusal spor, yurttaşlık kimliği kurumuna ilişkin diğer araçsal işlevlerinin yanı sıra (farklılaştırıcı, harekete geçirici, iletişimsel), değer odaklı bir bileşene sahiptir. Ulusal spor alanına uygulandığında, değer-normatif yaklaşım, bu tür insan pratiğinin sosyal düzenleme ilkelerini anlamak yoluyla insanların rekabet kültürünü ve fiziksel sağlığını kavramsallaştırmak için temel sağlar ve sonuçta, vatandaşlık ve etnik kimliğin bir faktörü olarak belirli bir sporun yaşadığı sivil ve etnik kimlik faktörü olarak gelişmiş perspektiflerini belirler.

### KAYNAKLAR

- Fasmera, Maksa. *Etimologicheskii slovar' russkogo yazyka [Rus Dilinin Etimolojik Sözlüğü]*. Erişim tarihi: 10/05/2024. URL: <https://dic.academic.ru/dic.nsf/vasmer/48961/тобоки>
- Hills, M.D. (2002). Kluckhohn and Strodtbeck's Values Orientation Theory [Kluckhohn ve Strodtbeck'in Değer Yönelimi Teorisi]. *Online Readings in Psychology and Culture*, 4(4). Erişim tarihi: 11/05/2024, URL: <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1040>
- Ibragimova Z.Z. (2019). “Sovremennyy chelovek: osobennosti praktiki sebya vopreki vsem istoricheskim vyzovam [Modern insan: tüm tarihsel zorluklara rağmen kişisel uygulamanın özellikleri].” Pod obshchey redaktsiyey V.P. Shalayeva, *Globalizatsiya i natsional'naya bezopasnost': chelovek i obshchestvo v menyayushchemsya mire. Dvadtsat' vtoryye Vavilovskiye chteniya Materialy mezhdunarodnoy mezhdistsiplinarnoy nauchnoy konferentsii*. 2019, ss. 16-20.
- Kartseva L.V. Shabalina I.V. (2007). *Sotsial'naya kul'tura [Kültür Sosyolojisi]*. Moskva: Uchebnoye posobiye.
- Nazvany finalisty natsional'noy premii «Russian Event Awards» 2014 goda [Ulusal Rusya Etkinlik Ödülleri 2014'ün finalistleri açıklandı]. Erişim tarihi: 11/05/2024, URL: <https://www.russiatourism.ru/news/5399/>
- Platonova R.I. (2012). "Missiya natsional'nykh vidov sporta v globaliziruyushchemsya mire [Küreselleşen dünyada milli sporun misyonu]." *Vestnik sportivnoy nauki*, №6, 2012, ss. 61-64.
- Slovar' russkogo yazyka [Rus Dili Sözlüğü]*: V 4-kh t [4. Cilt]., Moskova, 1999). Erişim tarihi: 10/05/2024, URL: <https://kartaslov.ru/значение-слова/пимы>.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Turkmen, M. (2021). "The national entertainments and games of the kyrgyz people in the late 19th century and early 20th century", *Int J Life Sci Pharma Res.* ISSN 2250-0480; SP-14; "Health and Sports Sciences-2021", pp. 290-295. DOI: <http://dx.doi.org/10.22376/ijpbs/ijlpr/SP14/jan/2021.1-295>

Zakharov A.A (2013). O putyakh sokhraneniya etnicheskoy samobytnosti natsional'nykh vidov sporta na sovremennom etape razvitiya [Mevcut gelişim aşamasında ulusal sporların etnik kimliğini korumanın yolları üzerine]." *Uchenyye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, № 2 (96), 2013, ss. 66- 69.



## GÜNÜMÜZ AŞAMASINDA ULUSAL SPORLARIN ETNİK KİMLİĞİNİ KORUMA YOLLARI: YAKUDİSTAN ‘MAS-GÜREŞİ’ (MAS-TARDIHI) ÖRNEĞİ <sup>(16)</sup>

Halimakhan N. KADIROVA\* & Necati GÜRSES\*\*

\*PhD., Özbekistan Pedagoji Bilimleri Bilimsel Araştırma Enstitüsü, Taşkent/  
Özbekistan ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-0975-8307> ; e-posta:

[khalimakadyrova2804@gmail.com](mailto:khalimakadyrova2804@gmail.com)

\*\*PhD., Giresun Üniversitesi – Spor Bilimleri Fakültesi, Giresun / Türkiye

E-mail: [necati.gurses@giresun.edu.tr](mailto:necati.gurses@giresun.edu.tr)

**ÖZET:** Yakudistan’ın (Sakha Cumhuriyeti) milli spor dallarının gelişim deneyimi, özellikle “mas-güreşi” (‘mas-tardıhi - sopa-çekiştirme’) konusundaki aktif tanıtımıyla, doğal yayılma alanlarının ötesine geçildiğinde milli spor dallarının etnik özgünlüğünü kaybetme sorununun ortaya çıktığını göstermektedir. Bugünkü durumun temel nedenleri, ulusal spor dallarının ortaya çıkışı ve gelişimi hakkında temel araştırmaların eksikliği; ulusal spor dallarının dünya sahnesinde tanıtılırken etnik özgünlüğün korunma konsepti; ulusal spor dallarının felsefesi ve aksiyolojisi eksikliğidir. İlk mas güreşi'nin yeniden doğuşu, milli spor etkinliklerinin geleneksel ritüellerin bir parçası olarak gerçekleştirildiği ve özellikle Yakutistan'da Isiah <sup>(17)</sup> yaz festivali sırasında ulusal (geleneksel) sporların yarışmalarının yapıldığı bir etnik kültürün parçası olarak, katı bir şekilde eski geleneklere ve kurallara bağlı kalınarak gerçekleştirilebilir. Milli sporların özgünlüğünü maksimum düzeyde koruyarak dünya sahnesinde bir spor dalı olarak mas-güreşinin tanıtımı, yarışmaların düzenlendiği sırada ulusal kültür unsurlarının dahil edilmesiyle paralel olarak gerçekleştirilebilir. Bu, milli spor dallarının dünya çapında gelişmesi sürecinde etnik özgünlüğün korunması konseptinin bir örneği ve temeli olabilir.

**Anahtar kelimeler:** milli sporlar, mas-güreşi, etnik kültür, koruma yolları.

## WAYS OF PRESERVING THE ETHNIC IDENTITY OF NATIONAL SPORTS AT THE PRESENT STAGE: EXAMPLE OF ‘MAS-WRESTLING’ (MAS-TARDIHI) IN YAKUDISTAN

**Abstract:** The experience of the development of national sports of Yakudistan (Sakha Republic), with the active promotion of “mas-wrestling” (‘mas-tartıjari / stick contention’), shows that the problem of loss of ethnic specificity of national sports arises when moving beyond their natural range. The main reasons for the current situation are the lack of basic research on the emergence and development of national sports; the concept of preserving ethnic uniqueness when promoting national sports on the world stage; the lack of philosophy and axiology of national sports. The rebirth of the first mas wrestling can take place with strict adherence to old traditions and rules, as part of an ethnic culture where national sporting events are held as part of traditional rituals and competitions of national sports are held, especially in Yakutia during the summer festival of ‘Ysyakh’ (Isiah). The promotion of mas-wrestling as a sport on the world stage with maximum preservation of the authenticity of national sports can

<sup>16</sup> Bu çalışma, “Güney Sibiryia Türk-Moğol Halklarında Geleneksel Spor ve Oyunların Araştırılması” başlıklı, KTMU-BAP-2019.GOSAUM.02 nolu, uluslararası bilimsel araştırma projesinden üretilmiştir.

<sup>17</sup> Saha Türklerinin bayramları gelenekler ve ritüellerle sıkı sıkıya bağlıdır. En önemlisi “Isiah”tır. Yılda bir kez kutlanır ve dünya görüşünü ve evrenin resmini yansıtır. Yazın başlangıcında kutlanır. Eski geleneklere göre, genç huş ağaçları arasında bir alanın içinde Evrensel Ağacı ve Evren Eksenlerini simgeleyen bir atbaşı dikilir. Günümüzde, bu ayrıca Saha’da yaşayan halkların dostluğunu da simgelemektedir. Bu bayram aile bayramı olarak kabul edilmektedir. Daha fazlasını FB.ru’da okuyunuz. URL: <https://fb.ru/article/214598/traditsii-i-obyichai-yakutov-kultura-i-byit-narodov-yakutii>

be realised in parallel with the inclusion of elements of national culture during the organisation of competitions. This can be an example and basis of the concept of preservation of ethnic uniqueness in the process of development of national sports around the world.

**Keywords:** national sports, mas-wrestling, ethnic culture, ways of preservation.

## GİRİŞ

Bir halkın (etnos) kendini tanımlamasının temel unsurları gelenekleri, sosyal alışkanlıkları ve ritüelleridir. Bu nedenle, ulusal sporlarda korunan ve geliştirilen halk geleneklerinin, halkın etnik kimliğinin daha da geliştirilmesinin faktörlerinden biri olduğuna inanmak için nedenler vardır.

Bu nedenle, Saha halkı ulusal (geleneksel) sporlarına karşı iki yönlü bir tutum sergilemektedir: bir yandan, Kuzey'in zorlu koşullarında onsuz yaşamın düşünülemeyeceği güç, çeviklik ve zihinsel keskinlik geliştirdikleri için faydacı, diğer yandan da etnik kimliklerini bu sporlarda görebilmeleridir. Gururla söyleyebiliriz ki, birçok kuşaktan meraklıların çabaları sayesinde üçüncü bin yıla girdik ve atalarımızın oyunlarını koruyarak genç neslin sadece fiziksel değil, aynı zamanda ruhsal ve ahlaki eğitiminin de önemli bir aracı haline geldik (Vigarello, 1988: 19). Geniş uluslararası arenaya ve hatta belki de Olimpiyat arenasına girme ihtimali olan bu sporlar, uluslararası eğitime katkıda bulunabilir (Zakharov, 2013: 67).

Ancak küreselleşme koşullarında ekonominin, bilginin ve iletişim sistemlerinin entegrasyonu kaçınılmaz olarak kültürel değerlerin homojenleşmesine yol açar, bu da etnik özgünlüğün kaybına neden olur (Stokes, 1996: 24). Ulusal spor dallarının gelişiminde de benzer süreçler yaşanmakta ve bu da onların etnik kimliklerini kaybetmelerine neden olacaktır. Bu tür bir sporu kimliğini koruyarak belirli bir etnik varlığa sabitleme arzusu ile bunu tüm dünyaya yayma ve dünya toplumunun desteğini alma arzusu arasında bir çelişki vardır. Bu nedenle, bize göre, açıkça detaylandırılmış bir gelişim stratejisi olmadan ulusal sporların propagandası ve tanıtımı ya etnik kimliğin kaybına yol açacak ya da Olimpiyat umutlarından bahsetmeksizin dünyada tam olarak gelişmeyecektir (Zakharov, 2011: 74-76).

Böyle bir durumun nedenleri arasında, bizlerce, şunların eksikliği yer alıyor:

- Milli spor türlerinin ortaya çıkışı ve gelişiminin tarihine dair temel araştırmalar;
- Dünya sahnesinde tanıtım yaparken ulusal sporların etnik benzersizliğini korumaya yönelik kavramlar;
- Ulusal sporların felsefeleri ve aksiyolojileri.

Eğer belirtilen sebepler zamanında aşılmazsa, milli sporların etnik özgünlüğünün kaybedilme tehlikesi devam edecektir. Bu bağlamda, 'mas-güreşi' gelişimi deneyimine dayanarak, milli sporların tanıtımı ve gelişimi için doğal yayılım alanlarının dışında önerilerde bulunuyoruz:

- Ulusal spor türlerinin ulusun tarihine, kültürüne, geleneklerine, halk pedagojisine, folkloruna vb. genetik bağını ayrıntılı olarak incelemek, açıklamak ve kavramak;
- Milli spor dallarında yarışmalar düzenlerken ulusal kültür unsurlarını entegre etmek. Örneğin: sporcuların platforma ulusal müzik aletlerinin sesleriyle eşlik ederek çıkmasını sağlamak veya ulusal müzik enstrümanlarının sesleri veya ezgileri eşliğinde sporcuları platforma çıkarmak; rakibe saygıyı ifade eden müsabaka öncesinde ve sonrasında ritüel hareketin kullanılması vb. uygulamalar;
- Hakemin komutlarını, tekniklerin adlarını vb. belirtmek için ana dilde özel terminoloji oluşturmak;
- Ulusal renklerle spor üniformaları, ekipmanları ve envanteri geliştirmek;
- Ulusal spor dalları için bir unvan ve kıyafet verme sistemi düşünmek ve uygulamak.

Yakut ulusal sporlarının gelişimi deneyimi, yukarıda belirtilen önerilerin dikkate alınmasının bu sporların etnik özgünlüğünü yansıtmaya yardımcı olduğunu göstermektedir (Turkmen, 2021: 467). Aynı zamanda, aktif tanıtım ve gelişim, geleneksel oyunların ve yarışmaların içsel

özüne yerleştirilen kurallarda ve kaidelerde önemli değişikliklere yol açmaktadır (Türkmen & Dhcanuzakov, 2019: 3527). Bugün bile *Isiah bayramı* sırasında güreş yarışmaları, Uluslararası Mas Güreşi Federasyonu / International Mas Wrestling Federation (IMWF) modern kurallarına göre gerçekleşirken, spor yarışmalarının kuralları çeşitli koşullar ve çıkarlar doğrultusunda değişme eğilimindedir. Ve bugünkü Yakut (Saha) nesli büyük ölçüde geleneksel eski kurallar ve "mas-tardıhı" (sopa-güreşi) kanunlarıyla tanışık değil. Bu nedenle, geleneksel oyun normları ve milli sporların klasik şeklinin korunması için değişiklik yapma yollarını düşünmek de gereklidir, aynı "mas-tardıhı" (sopa-güreşi) kurallarının değişim deneyimini dikkate alarak (Türkmen, 2012: 2083).

### Sonuç

TR: Yakutların geleneksel *Isiah Festivali*'nin modern rekabetçi programı, spor disiplinlerinden oluşan ve modern spor kurallarına göre düzenlenen bir etkinlik, gelecekte artık etnik bir kültür kodu olarak kabul edilemez. Araştırmacılar, geleneksel Yakut oyunlarının tanımlarını içeren arşiv belgelerini inceleyerek ve Yakut geleneksel rekabetçi oyunlarının anılarını içeren antik fotoğrafları inceleyerek, spor statüsünün eklenmesinin yarışma kurallarında önemli değişikliklere yol açtığını ve sonunda geleneksel oyunun orijinal versiyonuna göre sporun niteliğinde köklü bir değişikliğe neden olduğunu tespit ettiler. Ayrıca, bir etnik yarışma türünün uluslararası arenada gelişmesi durumunda, bu yarışma türünün etnik özünün giderek kaybolmasına yol açtığını belirlediler. Bu nedenle, etnik ritüel *Isiah Bayramı*'nın rekabetçi bölümünün, geleneksel Yakut yarışmalarından oluşan kısmının, rekonstrüksiyon edilmiş eski kurallar ve normlara göre düzenlenmesini öneriyoruz. Bu şekilde, bir yandan geleneksel rekabetçi oyunların otantikliğinin korunmasına katkıda bulunurken, diğer yandan spor statüsü kazanmış yarışma türleri ile otantik geleneksel oyunlar arasındaki bağlantıyı sağlarız.

Yukarıda anlatılanları özetleyecek olursak, etnik fiziksel egzersizleri, oyunları ve yarışmaları, özellikle de "mas-tardıhı"yı halkın etnik kültürünün ayrılmaz bir parçası olarak kabul etmek ve bunları ritüel festivaller çerçevesinde, özellikle de yaz tatili *Isiah* sırasında, orjin kurallara ve kanunlara bağlı kalarak, mümkün olduğunca kimliğini koruyarak yürütmek gerekir. Aksi takdirde, "mas-tardıhı" (mas-güreşi) ve diğer herhangi bir etnik yarışma türü, bir tür spor olarak gelişirken, geri dönülmez bir şekilde etnik kimliğini kaybetmeye başlar. Bu nedenle, halkın etnik kültürünün bir parçası olarak tarihi anavatanda orijinal 'mas-tardıhı' nın yeniden canlandırılması ve buna paralel propaganda, 'mas-güreşi'nin dünya sahnesinde bir spor olarak geliştirilmesi ve yarışmalar sırasında ulusal kültür unsurlarının zorunlu olarak dahil edilmesi, bize göre, ulusal sporların dünya sahnesindeki gelişiminde etnik kimliğin korunması kavramının bir örneği ve temeli olabilir.

### KAYNAKÇA

- Stokes M (1996) "Strong as a Turk": power, performance and representation in Turkish wrestling. In: MacClancy J (ed), *Sport, Identity and Ethnicity*. Oxford: Berg, pp. 21–42.
- Türkmen M. (2012). "Yesevishism rituals in Ottoman wrestling dervish lodges", *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies*, October, Vol. (issue) 4 (4): 2081-2090
- Türkmen M. & Dhcanuzakov K. (2019). "Türk Halkları Geleneksel Güreşlerinin Kültürel Pedagojisi", *Turkish Studies*, ISSN: 1308-2140, 14-(6): 3525-3533. DOI: [10.29228/TurkishStudies.30292](https://doi.org/10.29228/TurkishStudies.30292)
- Türkmen, M. (2021). "Cultural Elements in The Rituals of Traditional Sports Among Turkic Peoples", *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, ISSN 1996-7195, 15, (2),.464-468 pp.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Vigarello G (1988) *Techniques d'hier et d'Aujourd'hui. Une Histoire Culturelle du Sport*. Paris: Laffont.

Zakharov, A.A. (2011). "Problema pravovogo statusa natsional'nykh vidov sporta v zakone Rossiyskoy Federatsii o fizicheskoy kul'ture i sporte [Rusya Federasyonu'nun fiziksel kültür ve spor hukukunda ulusal sporların resmi statüsü sorunu]". *Uchenyye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*. 2011, № 7 (77), pp. 73-76.

Zakharov, A.A. (2013) "O putyakh sokhraneniya etnicheskoy samobytnosti natsional'nykh vidov sporta na sovremennom etape razvitiya [Gelişmenin şu andaki aşamasında ulusal sporların etnik kimliğini korumanın yolları üzerine]". *Uchenyye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, 2013, № 2 (96), pp. 66-69.

Yakudistan Mas-Güreşi-Mas-Tardıhı Örneği



## DEVLET POLİTİKASI ÇERÇEVESİNDE: TUVALARDA GELENEKSEL BAYRAMLAR

Sıymık ARSTANBEKOV\* & Onur ÖZTÜRK\*\*

\*PhD. Kyrgyz State Academy of Physical Education and Sports, Bishkek /  
KYRGYZSTAN [Esportmastervoot@mail.ru](mailto:Esportmastervoot@mail.ru)

\*\* PhD., Samsun / TÜRKİYE, [haricionur@hotmail.com](mailto:haricionur@hotmail.com)

### ÖZET

Bu makale, 1920-1930'larda Tuva Halk Cumhuriyeti (TNR)'nin gösteri ve mitingler şeklinde kitlesel bayramların düzenlenmesi ve resmî tatillerin yasaklara kadar değiştirilmesi alanındaki devlet politikasının özelliklerini analiz etmektedir. Yeni bayramlar, halkın sosyo-politik ve ekonomik yaşamındaki değişiklikleri göstermek için tasarlanmıştır. Tyva Cumhuriyeti Ulusal Arşivi belgelerinden elde edilen yeni bilgilerin yanı sıra, yayınlanmış çalışmalardan elde edilen veriler analiz edilmiştir. TNR, Başbakanlık Kültür ve Turizm Bakanlığı'nın şenlik organizasyonu alanındaki kültür politikasının TNR'nin kültür politikasının heterojen, bazen de karşıt olgulardan oluşan bir kompleks olduğu ve farklı yönelimlere sahip iç politikalarla iki döneme ayrılmıştır. İlk dönemde, 1920'lerde, dini olanlar da dahil olmak üzere geleneksel bayramlara izin verildi. İkinci dönemde, 1930'lardan itibaren, Tuvan Halk Devrimci Partisi liderliğinde, radikal değişim ve geçmişin reddine yönelik yeni bir sosyo-kültürel politika uygulandı: Geleneksel kültürün tüm bileşenleri: ritüeller ve festivaller, yiyecek ve giyecekler, yurt, hatta gırtlaktan şarkı söyleme ve taş ve ahşap oyma sanatı "geri kalmış kültür" kavramıyla ilişkilendirilmiştir. Bayramlar kültürel olmaktan çok siyasi etkinliklerdi, bu nedenle hükümet üyeleri tarafından hazırlandılar ve bunları düzenlemek için özel komisyonlar kuruldu. Kısa bir süre içinde Tuvalıların bayram kültürü önemli değişikliklere uğramıştır.

*Anahtar Kelimeler: Tuvanlar, Kültür politikası, Festival, Resmî tatil, Sosyalist ideoloji.*

## IN THE FRAMEWORK OF STATE POLICY: TRADITIONAL HOLIDAYS IN TUVAS

### ABSTRACT

The article analyses the peculiarities of the state policy of the Tuva People's Republic (TNR) in the 1920-1930s in the sphere of organising mass holidays in the form of demonstrations and rallies and changing official holidays up to bans. The new holidays were designed to show how the socio-political and economic life of the people would be conducted. New information from the documents of the National Archive of the Republic



of Tyva was analysed, as well as old published stored data. The TNR, the Ministry of Culture and Tourism of the Prime Minister's Office in support of the celebrations of the cultural policy of the TNR is a complex of heterogeneous, sometimes opposing phenomena and is divided into two periods with internal policies with different studies. In the first period, in the 1920s, traditional holidays, including religious ones, were allowed. In the second period, from the 1930s onwards, under the rulers of the Tuvan People's Revolutionary Party, they implemented a new socio-cultural policy of radical change and rejection of the past: All traditional procedures: rituals and festivals, food and clothing, the yurt, even throat singing and the art of stone and wood carving were associated with concepts of 'backward developed culture'. Festivals were more political events than cultural, so they were prepared by members of the government and special commissions were set up to organise them. In a short period of time, the festive culture of the Tuvans has undergone significant changes.

**Keywords:** *Tuvans, Cultural policy, Festival, Official holiday, Socialist ideology.*

## GİRİŞ

Tuvinskaya Narodnaya Respublika (TNR) / Tuva Halk Cumhuriyeti (THC)'nde 1920'li ve 1930'lu yıllarda eski geleneksel kültürden yeniye geçişin en önemli olgusu gösteri ve mitingler şeklindeki tatillerdi. Halkın sosyal, siyasi ve ekonomik yaşamındaki değişiklikleri göstermek için tasarlanmışlardı. Lenin liderliğindeki komünist hareketin liderlerinin inandığı gibi, Mayevki, mitingler ve gösteriler ezilenler için en iyi demokrasi biçimleriydi: "Miting, işçilerin gerçek demokrattır, onların doğrulmasıdır, yeni bir hayata uyanmalarıdır, kendilerinin sürüngenlerden (sömürücüler, emperyalistler, toprak ağaları, kapitalistler) temizledikleri ve kendi yollarıyla, kendileri için, yabancı değil, bar değil, burjuva iktidarı değil, kendi Sovyet iktidarları temelinde düzenlemeyi öğrenmek istedikleri alandaki ilk adımlarıdır" (Lenin, 1969: 202). Sovyetler Birliği'nde olduğu gibi Tuva'daki yetkililer de resmî tatillere büyük önem veriyordu çünkü "kitleler" (nüfus olarak adlandırılıyordu) çoğunlukla okuma yazma bilmiyordu ya da okuma yazma bilmiyordu.

Başta Tuva Cumhuriyeti Ulusal Arşivi (bundan sonra TNR'nin olarak anılacaktır) olmak üzere arşiv belgelerine dayanarak 1920-1930'larda Tuva'nın resmî tatil kültürünün incelenmesi, ülke tarihinin belirli bir dönemi hakkında güvenilir bilgi edinmemizi sağlar, Tuva'nın geçmişteki iç politikasının ve manevi kültürünün önemli bileşenlerini ve genel olarak gelişiminin ana eğilimlerini anlamak. Bu makalenin yazarı da dahil olmak üzere (Kurbatsky, 1973; Kenin-Lopsan, 1987, 2004, 2006; Vainshtein, 1961, 1972; Diakonova, 1971, 1976; Potapov, 1969; Kuzhuget, 2006) Tuvinalıların ulusal bayramlarının varlığı ve kutlanma sırası hakkında birçok bilimsel çalışma yayınlanmış olsa da TNR dönemindeki devlet bayramları konusu pratikte çalışılmamıştır, bu da seçilen konunun uygunluğunu belirler. Bu Makale, TNR'nin yeni bayramlarının oluşum ve gelişim sürecinin özelliklerini ve Tuvalı halk bayramlarının yer değiştirmesini ele almaktadır. Tuvalı halk festivalleri. Bu dönem kısa bir zaman dilimidir - yirmi üç yıl, yine de tüm olayların ayrıntılı bir şekilde yeniden yapılandırılması için tarihsel ve kronolojik yöntem uygulanmıştır. Buna ek olarak, sosyo-kültürel yaklaşım ilkesi, o yıllardaki olayları, sosyalist sistem yolunda ilerleyen Tuvan toplumunun oluşumundaki diğer olgularla yakın ilişki içinde sunmayı mümkün kılmaktadır. Sosyalist bir sistem inşa etme.

Kültürel yapılanma alanında devlet politikasının, özellikle de festivallerin incelenmesinin teorik temeli Sovyet dönemi araştırmacılarının çalışmalarıdır (Klimov, 1964; Konovich, 1990; Kuzmina ve Maslov, 1975; Shiryayeva, 1975). Sibiryalı, özellikle de Tuvalı araştırmacıların

çalışmalarında kültürün modern toplumun gelişimindeki rolüne ilişkin çok çeşitli konular ortaya konmaktadır (Yusha, 2005; Tsyrenova, 2007; Mainy, 2014; Badyrgy ve Munge, 2020). Çalışmanın kaynak temelini, Tuvaların geleneksel bayramları üzerine yayınlanmış eserlerin yanı sıra, Tataristan Cumhuriyeti Milli Arşivi'nde (parti fonu 7, el yazması fonları 92-1 ve 93-1) bulunan ve bazı bilgileri ilk kez bilimsel ortama dahil edilen belgeler oluşturmaktadır.

### **Tuvaların geleneksel bayramları**

Daha önce de belirttiğimiz gibi, Tuvinologların çalışmalarında Tuvinlilerin geleneksel bayramları ayrıntılı olarak açıklanmıştır, bu nedenle, toplanan materyallere dayanarak, devrim öncesi ritüel kültürünün genel bir resmini sunmak için bunları listeleyeceğiz. Takvim ayinleri ve bayramlar, halk kutlamalarının en büyük grubunu oluşturmuştur. Bunlar arasında doğadaki nesnelere ruhlar kurban edilerek kutsallaştırılması ayinleri, ortak adı “dagırı” (kutsallaştırma) olan bölgenin efendileri: *kutsallaştırma (dagırı)*. *Dagırı (kutsallaştırma) ortak adıyla: ova dagırı, dag dagırı, art dagırı, Dair dagırı, Oran tandı dagırı, sug bazhi dagırı, höl dagırı, buga bazhi dagırı, arjaan dagırı, ham ıyaş dagırı, tel ıyaş dagırı, Tayga dagırı*. Kutsadıkları yerler: bir sunak, atalarının dağı, bir geçit, cennet, evren, bir nehrin kaynağı, bir göl, bir sulama kanalının başlangıcı, bir maden suyu kaynağı, bir şaman ağacı, bir ikiz ağaç ve bir tayga. Ritüellerin ve festivallerin çoğu her yıl, yaklaşık olarak aynı zamanda - ilkbahar veya yaz aylarında düzenlenirdi. Bununla birlikte, ihtiyaç duyulduğunda gerçekleştirilen ritüeller de vardır: bir geçide ulaşıldığında (*art dagırı*), hasta bir kişiyi tedavi etmek için (*kam ıyaş* veya *tel ıyaş dagırı*) (Yakovlev, 1900; Kenin-Lopsan, 2006; Kurbatsky, 1973; Kuzhuget, 2006). Bununla birlikte, ihtiyaç duyulduğunda gerçekleştirilen ritüeller de vardır: bir geçide ulaşıldığında (*art dagırı*), hasta bir kişiyi tedavi etmek için (*kam ıyaş* veya *tel ıyaş dagırı*) (Yakovlev, 1900; Kenin-Lopsan, 2006; Kurbatsky, 1973; Kuzhuget, 2006).

Aile festivalleri dagırı - ev ocağının kutsanması, kuda - düğün, urug toyu - üç yaşında saç kesme bayramı, oytulaaş - farklı klanlardan gençlerin gelecekteki eşleriyle tanıştığı gençlik bayramı (Kenin-Lopsan, 2004). Farklı klanlardan genç erkeklerin gelecekteki eşleriyle (Kenin-Lopsan, 2004; Kuzhuget, 2006). Dini ayinler ve festivaller arasında şaman kamları ve Budist ibadeti Tsam (Tuva - *Sam*) yer almaktadır (Diakonova, 1971; Kenin-Lopsan, 1987; Kuzhuget, 2006). Yeni Yılın en büyük bayramı olan *Şagaa*'dan (Tsagaan sar - Moğollarda Beyaz Ay) ayrıca bahsetmek gerekir, geçmişte, komşu Türk halklarında olduğu gibi, muhtemelen *Cıl bazi* (yıl başı) olarak adlandırılıyordu. Geleneksel bayramları takvim, aile ve dini bayramlar olarak ayırırız, ancak anlaşılır bir şekilde günlük yaşamda bu bayramlar birbiriyle yakından ilişkilidir ve hem aile hem de dini bayramlar olabilir. Yüzyıllar boyunca oluşturulan bu ritüeller ve festivaller sistemi, Tuvaların yaşamının tüm yönlerini kapsamış ve onların psikolojik, duygusal, estetik zevklerini ve ihtiyaçlarını tam olarak karşılamıştır (Kurbatsky, 1973; Kenin Lopsan, 2006).

### **Yeni Festivallerin Oluşmaya Başlaması**

TNR'nin ilk on yılında, bazı ritüeller ve festivaller hala kısmen korunuyordu, ancak önde gelenlerin yerini halk tarafından değil devlet tarafından düzenlenen festivaller almaya başladı, bu nedenle artık halk festivalleri değil devlet festivalleri olarak adlandırıldılar. Tuva sosyalizmi inşa etme yoluna girerken, bayramlar Sovyetler Birliği'nden kopyalandı. Bunlar sadece 1 Mayıs ve 7 Kasım değil, aynı zamanda çeşitli yıldönümü kutlamaları ve büyük yazarların anma törenleri, örneğin 1937'de Aleksandr Puşkin'in ölümünün 100. yıldönümü, Olimpiyatlar ve amatör sanat gösterileriydi. Ancak, bu büyük kültürel etkinliklerin başında yine de geçit törenleri ve gösteriler şeklinde siyasileştirilmiş kutlamalar geliyordu.

Bilindiği gibi, TNR'nin ilk hükümeti (1921-1929) eski Noyanlardan ve Budist din adamlarının temsilcilerinden oluşuyordu, bu nedenle tarihçiler Tuva'da devlet iktidarının yapısını inşa etme ilkelerini ve düzenini "demokrasi unsurları, kilise kurumunun yüksek sosyal statüsü ve

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

gelecekteki *partokratik* (*iktidar partisinin seçkinleri*) sistemin ilk açık işaretleri ile geçiş dönemi olarak" nitelendirmektedir (Tuva Tarihi, 2007: 136).

Tannu -Tuva Halk Partisi Merkez Komitesi'nin (TNRP Merkez Komitesi) 3. yılın 11. ayının 6. günü (yaklaşık 16 Aralık 1923), Merkez Komitesi başkan yardımcısı Donduk, Merkez Komitesi üyesi Lodan-Şirap, başbakan Buyan-Badorhu ve Danzyn'in katıldığı toplantı tutanaklarında İçişleri Bakan Vekili Pavel Medvedev - Müsteşar, "*Resmi Tatillerin Tesisi Hakkında*" başlıklı 2. paragrafta şöyle yazmaktadır:

"Bağımsız Tannu Tuva Cumhuriyeti'nin kuruluşunu onurlandırmak için aşağıdaki bayramları tesis edin:

1. Ugudar yama'nın (sosyalist örgütlenme bürosu) kurulduğu ve Tannu-Tuva birleşmesinin gerçekleştiği gün, 1. yılın (1921) 10. ayının 8. günüdür;
2. Tannu-Tuva hükümetinin kurulduğu ve Tannu-Tuva Halk Cumhuriyeti'nin kurulduğu gün, 1. yılın 12. ayının 13. günüdür (28 Şubat - 1 Mart 1922);
3. Partinin kurulduğu ve parti etkisinin ülkede yayıldığı gün - 3. yılın 5. ayının 25. günü (6 Haziran 1923);
4. Yeni Yıl (Şagaa) kutlamalarını geleneksel bir eski bayram olarak sürdürmek. Ayrıca, dünyanın tüm uluslarının işçilerine özgürlük ve barışçıl bir yaşam sağlayan Büyük Ekim Sosyalist Devrimi'nin bayramı olan 7 Kasım'ı kutlayarak onurlandırmak" (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 69, l. 31-32).

İlk materyallerden biri, TSK TNRP №1-22, Merkez Komitesi toplantı tutanaklarıdır, TSK TNRP Merkez Komitesi'nin ilk toplantısının 3. yılının 11. ayının 6. gününde (16 Aralık 1923), resmi tatillerin bir listesi hazırlandı: Aynı belgede, iki bayramın anısına - devletin, hükümetin, partinin ve Şagaa'nın kuruluşu - yazılmıştır. Ayrıca, aynı belgede, iki bayramın anısına - partinin kuruluşu ve Şagaa - hükümlülerin affedileceği yazılmıştır. "Cezaların hafifletilmesi ve hükümlülerin affedilmesi konusunu görüştüğümüzden sonra, partinin kurulduğu gün - 5. ayın 25. günü ve Yeni Yıl tatili (Şagaa) bayramlarında, mümkün görüldüğü takdirde, farklı suçlardan hüküm giyenler arasından af ve cezaların hafifletilmesinin mümkün olduğunu düşünmeye karar verdi (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 69, l. 32)". Bu da devletin bayramların önemini vurgulamak ve bunu topluma aktarmak istediğini göstermektedir.

5 Nisan 1924 tarihli toplantıda Budist ayinlerinin yapılmasına izin verilmesi yönünde de bir karar alınmıştır. Aynı zamanda, "manastırlarda (hure) dua hizmetleri için para toplanması sadece inanan vatandaşların gönüllü bir meselesi olarak görülmelidir" (NA RT, sf. 1, op. 1, d. 124, fol. 9). 13 Kasım 1924'te, TNRP Merkez Komitesi üyeleri ile cumhuriyetin hure temsilcilerinin ortak toplantısında, manastırlara ve yoksul lamalara yardım sağlanması, huurakların (lamaların öğrencileri) ek olarak işe alınması konuları görüşüldü, dini propagandanın yaygınlaştırılması ve dini bilgiye hâkim olunması (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 124, fol. 65-68).

1920'lerin başında hala takvim tatilleri, dini ayinler, şaman kamlayıcıları vardı ve 1920'lerin ikinci yarısından itibaren devlet tatilleri de oluşturuldu. TKBP Merkez Komitesi'nin 1925 Protokollerinde 1 Mayıs kutlamalarına büyük önem atfediliyordu: "1 Mayıs tatilinin her yerde yapılmasına (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 158, fol. 16)". Ayrıca, 5. yılın 5. ayının 22. gününe (13 Temmuz 1925) ait 11 No'lu Protokol'de, "Ek konular" bölümünde Tannu-Tuvin Halk Devrimci Partisi'nin kuruluş günü kutlamaları: Tuva halkı, eski sistemi ve sömürücüleri bir kenara atarak bağımsızlığını ve özgürlüğünü kazanmıştır ve ülke yeni bir yolda gelişmektedir. Bu nedenle, daha önce belirlenen bayram - Tannu-Tuvin Halk Devrimci Partisi'nin kuruluş günü - bu yılın 5. ayının 25-30. günlerinde yapılmalıdır (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 158, l. 39).

1929'dan itibaren partinin politikası değişmeye başladı: bu durum belgelerle de teyit edilmektedir. Böylece, Karar'da TNRP'nin VIII Kongresi (10 Kasım 1929), TNR'deki kültürel inşaat görevlerine ilişkin rapora dikkat çekmiştir, bu:

"...Tuva Cumhuriyeti nüfusunun kültürel seviyesinin mevcut durumu çok düşüktür. Ana yazı dilleri yoktur, kendi ulusal kültürleri gelişmemiştir. Nüfusun Moğol dilinde okuryazarlık oranı yüzde 1,5'tir. Okuryazar kadın neredeyse hiç yoktur. Nüfusun feodal tabakaları ve lamstvo, okuryazar erkek nüfusun önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. İşçilerin kültürel kadroları birimler halinde sayılır... Dinin büyük etkisi vardır. Cumhuriyetteki huraların sayısı 22 ve lamaların sayısı yaklaşık 2000 (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 583, fol. 28)";

"...Lamstvo, karanlık Arat kitlelerini şımartan asalak, sömürücü bir kategori olarak doğası gereği gericedir ve kültürel inşa alanındaki yeni çabalarımız, şüphesiz, nüfus üzerinde hala önemli bir etkiye sahip olan Lamalar ve diğer gerici unsurlardan karşılık bulacaktır. Şimdi parti örgütünün görevi, lamstvo ve tüm dinlere karşı daha yoğun bir mücadele yürütmek ve buna uygun olarak Arat kitlelerinde geniş bir ajitasyon ve bilinçlendirme çalışması geliştirmektir. Arat kitlelerinde geniş bir ajitasyon ve bilinçlendirme çalışması. Bu çalışmayı başarılı bir şekilde yürütmek için, NRP ve RSM üyelerinin din karşıtı eğitimini en üst düzeye çıkarmak ve bu fenomeni kararlı bir şekilde ortadan kaldırmak gerekmektedir, NRP üyeleri tarafından dini ayinlerin ve diğer önyargıların yerine getirilmesiyle ilgilidir (NA RT, sf. 1, op. 1, d. 583, fol. 32);

"... Bununla birlikte, Parti'nin eğitim çalışmalarında milliyetçi, Mongolofil ve pan-Mongolist, kabileci ve dar görüşlü tutum ve görüşlere karşı mücadeleye ciddi önem vermek gerekir (NA RT, sf. 1, op. 1, d. 583, fol. 34)".

Böylece 1929'da "lamstvo ve tüm dinler" Tuvan toplumunun düşmanı ilan edildi. Ancak 1929'da Tuva'yı ziyaret eden Alman seyyah O. Menhen-Helfen, nihai yasaktan önceki son Budist festivallerinden birine tanık oldu:

"Kemçik'in dört bir yanından gelen yaklaşık bin Tuvalı: bayramlık giysiler içindeki erkekler ve kadınlar, bu arada iyi enfiye gibi yavaş yavaş kaybolan işlemeli ipek kıyafetler, bir şölen için toplandılar. Tıpkı Katoliklerin Corpus Christi yortusunda olduğu gibi, Tören alayı manastırın etrafındaki dört sunağı da dolaştı. Alay sunaklarda durakladı, tanrıların büyük figürleri yere indirildi ve görkemli tapınak sancaklarını taşıyanlar onların yanında sıralandı." (Menhen-Helfen, 2007: 294).

Bir görgü tanığı, halkın geleneksel dini bayramları takip etmeye devam ettiğini gösteriyor. Dolayısıyla 1920'ler, devletin yeni resmî tatiller getirme konusunda temkinli bir politika izlediği, ancak geleneksel tatilleri yasaklamadığı ve hatta teşvik ettiği, TNR tarihinde özel bir on yıl olmuştur.

#### **Devlet festivalleri sisteminin kurulması**

TNR'nin yeni kültür politikası 1930 yılında S. K. Toki'nin faaliyetlerinin başlamasıyla başladı. K. Toki. 1930 Tuva Anayasası, Arat işçilerinin diktatörlüğüne ilişkin bir hüküm ve devlet için yeni bir isim, Tuvan Arat Cumhuriyeti (TAR) getirdi. Anayasanın 2. maddesi şöyle diyordu: "Tuva Arat Cumhuriyeti'nin mevcut Anayasası (temel yasa), bayaları bastırmak için emekçi Arat kitlelerinin diktatörlüğünü garanti altına almayı amaçlamakta, feodal beyler, teokratlar ve insanın insan tarafından sömürülmesinin yok edilmesi" (Constitutions of Tuva, 1999: 49-50). Ayrıca, bu anayasaya göre "yerel makamların özel yazılı izni olmaksızın dini etkinliklerin düzenlenmesi... ve doğa kültürüyle ilgili geleneksel ritüellerin gerçekleştirilmesi yasaktı, bu kutlamalara genellikle lamalar ve şamanlar katılır ve geleneksel Ay Yeni Yılı olan Şagaa kutlanırdı" (History of Tuva, 2007: 261-262).

1930'ların başındaki olayların tanıkları, ilk kolektif çiftliklerin bazı başkanlarının, örneğin tahıl ekiminden sonra, daha önce olduğu gibi ritüellerin yapılmasına izin verdiğini söyledi ancak bunun için parti tarafından ciddi şekilde cezalandırıldılar. Bundan en çok zarar gören *Oytulaaş gençlik festivali* oldu. Festivalin yasaklanması için yürütülen kampanyaya katılan M.S. Begzi şunları hatırlıyor:

"...TNRP Merkez Komitesi'nin talimatlarını kutsal bir şekilde uyguluyorduk ve eski Tuvalı halk oyunu *oytulaaş*, Tuva'da yeni bir yaşamın inşası için zararlı, geri kalmış ve bulaşıcı hale geldi (aktaran: Kenin-Lopsan, 2004: 35)".

M. Begzi hikayesini şu cümleyle bitiriyor:

"Biz, sumon aktivistleri, sumonun etrafında dolaşır ve gençleri yakalardık. Daha sonra oyuna katılan herkesi ve isimlerini bir listeye koyduğumuz ebeveynlerini topladık. Ak-Turug *sumonunun* merkezinde herkesi sıkı bir şekilde sorguladık ve aktivistler *soumon mahkemesine* teslim edildi. Şiddet etkisini gösterdi: geceleri icra edilen geleneksel Tuva gençlik bayramı olan Oytulaaş'ta genç aşıkların şarkısı olan "*Çaa-Hole*" sessizliğe bürünmüştü. Ancak halkın içinde endişe yaşamaya devam etti" (aktaran: Kenin-Lopsan, 2004: 38).

TNR'nin ikinci hükümetinin dini figürlere ve icra ettikleri ritüellere yönelik kararlılığı daha 1930 yılında oldukça açık bir şekilde ifade edilmişti. Nitekim, "ICCI Doğu Sekreterliği Kolejinin Reyter'in raporu üzerine 25 Mart 1930 tarihli Tuvan sorununa ilişkin Kararında" şu hususlara dikkat çekilmişti: "...Tuva'nın gelişiminin son döneminin ayırt edici özelliği, ülkenin feodal ve sömürücü unsurlarının çıkarlarını yansıtan, esas olarak sosyal yeniden yapılanmayı engellemeye indirgenen ve Tuva'nın kapitalist olmayan gelişim yolunu (1921-1930 arası) tehlikeye atan Parti'nin eski liderliğinin yanlış politikasıdır (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 856, fol. 1)"; "...Ülkenin devrimci dönüşümünde önemli bir fren, ekonomik ve siyasi hayatta önemli bir rol oynamaya devam eden lamstvo'dur<sup>(18)</sup> (NA RT, sf. 1, op. 1, d. 856, fol. 3)";

"...Mevcut dönemde parti, Lamstvo'nun Arat (geleneksel göçebe-sığır yetiştiriciliği hayatına devam eden Türk-moğol sosyal guruplar) kitleleri üzerindeki etkisini zayıflatmak için bir dizi siyasi, ekonomik ve kültürel önlem almış olsa da Şamanizmle ilgili böyle bir önlem yoktur. Şamanizm, Arat kitleleri üzerinde çok daha büyük bir etkiye sahiptir ve son zamanlarda (Lamstvo'nun azalan rolü nedeniyle) konumunu nispeten güçlendirmiştir. Bundan çıkan sonuç, geniş bir kültürel ve eğitsel (ve parti üyeleri arasında din karşıtı) propaganda geliştirmek, bunu sadece Lamaizme karşı değil aynı zamanda şamanizme karşı da yönlendirmek gerektiğidir (NA RT, fp. Propaganda, sadece Lamaizme karşı değil, aynı zamanda Şamanizme karşı da yönlendirilmelidir (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 856, l. 10)".

1930'dan bu yana, yeni hükümetin tüm istekleri artık yalnızca kültürü Tuvalılar için bir rol model haline gelen SSCB'ye yönelmişti. Tataristan Cumhuriyeti Milli Bilimler Akademisi'nde "Parti eğitimi, okullar ve diğer sektörlerdeki kültürel yapı ve materyaller hakkında raporlar. 1933-1934" başlıklı bir belgede şöyle yazmaktadır:

"Arat hanesinin bazı durumlarda kültür yolunda ne kadar ileri gittiğini gösteren bir dizi örnek verilebilir. Örneğin, Yoldaş Konstantinov'un dairesi. Ulug-Kem hoşun'un başkanı Tamdıkjapa'nın iki odası (daha doğrusu bir mutfak ve bir odası) var. Kendisi ve eşinin temiz örtüleri olan Avrupalı yatakları var, duvarda coğrafi bir harita var; duvarlar boyunca masalar var, bunlardan biri edebiyatla kaplı, oda temiz, yeterince tabure var; Bay Tamdınjap çay için bir semaver kullanıyor (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 1034, fol. 22)".

Ancak Tuva'nın Revsomol (Revolyutsionnyy soyuz molodezhi / Devrimci Gençlik Birliği) üyeleri sadece eski geleneklerle mücadele etmekle kalmadı, aynı zamanda yeni gelenekler de oluşturdu. Özellikle de kendi başlarına ana unsuru sportif unsurlar olan festivaller ve kutlamalar düzenlediler. 1930-1931 yıllarında TNR'deki nüfus sayımını yöneten P. P. Maslov (2007: 670), devrimci bir yıldönümünü - Tuvan ulusal ordusunun onuncu yıldönümünü - tanımladı:

"Devrimci Halk Ordusu'nun onuncu yıldönümü vesilesiyle şehirde gürültülü kutlamalar yapıldı. Ancak orada hiçbir gösteri yapılmadı; koşun merkezlerinde ise Revsomol üyelerinden oluşan

(18) Rusya'daki *lamstvo*, yeminini bozan ve dinsiz bir parti tarafından kendisine haince verilen devlet, hükümet ve aynı zamanda Rus karşıtı bir kurumun gücünü ve niteliklerini alarak, Rus halkının ve devletinin varlığının tüm özünün gerektirdiği Hıristiyan aydınlanmasına ve Sibiryalı Buryat, Tuva gibi yerlilerin Ruslaştırılmasına cesurca, kesin ve aktif bir şekilde karşı çıkan bir grup.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

topluluklar kuruldu. Elbette kimsenin yazmadığı oyunlar sergilediler; her şey doğaçlama olmak zorundaydı... Gösteri sona erdi. Genç *Revsomolets* geçmiş yılların devrimci olayları hakkında tutkulu bir konuşma yapar. Fetihlerin güçlendirilmesi ve sosyalizm için daha fazla mücadele edilmesi çağrısında bulunur."

S. K. Toki hükümeti kısa bir süre içinde Tuvın toplumunu değiştirmeye çalışmıştır. Yeni bayramların tanıtılması, Tuvinalıların yaşam tarzının ve görünümünün değiştirilmesi görevleri TNR döneminin gereklilikleri yerine getirilmiştir.

1930'larda, yeni şenlikler TNR nüfusunun bilincini hızlı ve geri dönülmez bir şekilde değiştirecekti. Hükümet, yeni sosyalist sistemin sembolleri olan görsel propagandaya büyük önem veriyordu: Tüm devlet binalarında bayraklar, tribünlerin süslenmesi, sloganlar ve tüm kolektiflerde ve eğitim kurumlarında törensel toplantıların ve tiyatro gösterilerinin özenle hazırlanması. Bu nedenle, 1930 yılında TNR Hükümeti'nin bir toplantısının belgesinde, " TNR Hükümeti'nin Ekim Devrimi'nin yıldönümü" olarak kaydedildi:

"...Ekim Devrimi'nin yıldönümü arifesinde, tüm hükümet, kooperatif ve özel kurumlara bayraklar asılır. Minnarkhoz'un kemeri ile Hükümet ve Parti Binaları Minnarkhoz ve Rabpros'un yerel komiteleri tarafından süslenir. T.C.K. ve Tuvınbank'ın kapılarının ve binalarının süslenmesi T.C.K. ve Tuvınbank kolektiflerine emanet edilmiştir... Tribün, Maden Dairesi ve Yabancı Yerel Komite kolektifleri tarafından süslenmek üzere emanet edilmiştir... Yukarıda belirtilen Kemerler, binalar, tribün ve toplu mezar için sloganlar yukarıda belirtilen kolektifler tarafından yazılmak üzere emanet edilmiştir... Komsomol ve Revsomol'un, "yeni yaşam için, kültürel devrim için ve din karşıtı tema üzerinde uçan drammatizasyonlar düzenlemek" konulu ciddi toplantıdan sonra bir karnaval düzenlemesi için görevlendirilmesi" (NA RT, sf. 1, op. 1, d. 962, fol. 1-2).

1933'e ait arşiv belgesinde "1933 yılı için Lenin'in ölümünün 9. yıldönümü olan 1 Mayıs'a ilişkin bayram materyalleri, raporlar" başlığı altında tüm koşunlara ilişkin emir kaydedilmiştir: "30 Nisan'da 1 Mayıs tatilinin önemine ilişkin bir raporla birlikte ciddi toplantılar düzenlenir. 1 Mayıs günü sabah saatlerinde gösteriler ve mitingler düzenlenir, bunları spor gösterileri ve oyunlar takip eder. Akşamları ücretsiz prodüksiyonlar ve sanat geceleri düzenlenir" (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 1602, fol. 28);

"...Tuvaca dilinde "Ayrılmayalım" ve "Yeni Yol" adlı oyunlar hazırlanıyor. 30 Nisan'da bir çocuk matinesi çocuk matinesi. Şehirde bir spor sahası kurulacaktır. "1 Mayıs" figür yerleştirmeleri gösterilecek, koşu, güreş. 2 Mayıs - bisiklet yarışları ve engelli parkurlar ve diğer paramiliter tatbikatlar" (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 1602, l. 57).

1 Mayıs 1933 için hazırlanan sloganlar, Parti'nin ve hükümetin tüm siyasi görevlerini yansıtır. Bu, bayramda radyo hoparlörlerinden seslendirilen bir tür siyasi bilgilendirmedir:

"Yaşasın 1 Mayıs - uluslararası proletaryanın devrimci güçlerinin mücadelecisi oluşum günü! Yaşasın dünya emperyalizmine karşı tüm dünya işçilerinin ve ezilenlerinin birleşik cephesi! Kahrolsun Çin'i köleleştiren ve Moğol Halk Cumhuriyeti ile Tuva'nın bağımsızlığını tehdit eden Japon müdahalecileri! Yaşasın Çin Sovyetleri, Çin'in milyonlarca emekçi kitlesinin yabancı işgalcilerin ve yerli feodal beylerin ve kapitalistlerin boyunduruğundan kurtuluşu için savaşıyor! Kahrolsun faşist katiller ve provokatörler! Yaşasın Almanya'nın devrimci proletaryası! Stalin Yoldaş liderliğindeki Tüm Birlik Bolşevik Komünist Partisi (b) önderliğinde ilk beş yıllık programı başarıyla tamamlayan ve sınıfsız sosyalist bir toplum inşa eden SSCB işçilerine kardeşçe selamlar Büyük Rus şovenizminin ve yerel milliyetçiliğin tezahürlerine acımasız ateş. Yaşasın Aratların ve Tuva'da yaşayan SSCB vatandaşlarının bağımsız bir Tuvan Halk Cumhuriyeti kurma sorunlarının çözümünde dostça karşılıklı yardımı" (NA RT, fp. 1, op. 1, d. 1602, l. 25-26).

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Yerel kutlamalar, kardeş Sovyetler Birliği'nden ödünç alınan 1 Mayıs ve 7 Kasım bayramları model alınarak yapılmaya başlandı. Şenliklerin planına göre TNR'nin XXII. yıldönümüne ithafen 13 Ağustos'ta düzenlenmiştir:

"Genel geçit töreni ve miting, Stalin büstünün inşası, XXII figürünün inşası, 'TNR günlerinde' drammatizasyonu savaşın." tümüne ithafen 13 Ağustos'ta düzenlenmiştir:

1. Kadın grubunun jimnastik egzersizleri - emek hareketleri
2. Çocuk grubunun dansı
3. "Alarm" - bando performansı, ışık efektleri
4. "Bölük hücumda" - koşma, sürünme.
5. Tüfeklerle egzersizler
6. Bıçaklarla egzersizler
7. Canlı tank
8. "Fanfares ribaundu oynar": tank beş köşeli bir yıldız oluşturmak için dağılır
9. Huzurlu dinlenme - eğlence: çocuk grubunun egzersizleri, Devlet Tiyatrosu sanatçılarının dansı, CC topluluğunun korusu Sendika Konseyi, medecinball ile egzersizler, Devlet Tiyatrosu bale grubunun dansı, Devlet Tiyatrosu jonglörleri, Devlet Tiyatrosu akrobatları, Devlet Tiyatrosu piramidi egzersizleri.

Son piramit beş köşeli üç katmanlı bir yıldızdır ve üzerinde "Sovyet halkının zaferi aynı zamanda Tuvalıların zaferidir" Kızıl Ordu'ya TNR'den hediye taşıyan kırmızı vagon.

At sırtında engelleri aşmak. Ulusal güreş - aynı anda 32 çift, 16 çift güreş, at üzerinde asma kesme, 8 çiftin güreşi, çengel atma; (1) 4 çiftin güreşi; işçi rölesi - bir yurt inşa etme; 2 çiftin güreşi, halat çekme yarışı; güreş finali" (NA RT, f. 93, op. 1, d. 449, fol. 2).

Böylece, resmî tatiller insanların zihninde yeni değerler ve idealler oluşturmuş ve siyasi fikirleri teşvik etmiştir.

"Devrim" kelimesi daha sonra "kültürel devrim" ifadesinde kullanıldı (bu terim ilk kez 1923 yılında Lenin tarafından "İşbirliği Üzerine" adlı eserinde kullanıldı). Görevi yeni bir sosyalist kültüre sahip bir toplum oluşturmaktı, bu aynı zamanda eğitim (okuma yazma çevreleri, sözde okuma yazma merkezleri) ve Tuvin halkı için daha önce bilinmeyen yeni sanat formlarının yaratılması için de geçerliydi: edebiyat, tiyatro, koreografi, güzel sanatlar: resim, grafik, kitap ve poster sanatı dahil. Ve tüm bu yeni fenomenler arasında, devlet tatilleri kesinlikle en önemli rolü oynadı. Kitlesele, oldukça monoton ve katılımı genellikle zorunlu olan bayramlardı. Özünde mitingler, gösteriler, askeri geçit törenleri, spor gösterileri, konser performansları, sloganlar, çağrılar ve sloganlardan oluşan bayramlardı. Bu performansların hepsi sosyalizmin inşası içindi.

Tuva Cumhuriyeti Ulusal Arşivi, şenliklerin düzenlenmesine ilişkin materyalleri saklamaktadır, örneğin: "TNR'nin X-XIII yıldönümü ve diğer bayramların kutlanması için planlar". Böylece, TAR'ın 10. yıldönümü için kaydedilmiştir:

"Tuvaca yazının başarılarının gözden geçirilmesi, ödüllerin verilmesi ve Hudun'da yazının hızla yayılması için yeni sosyalist anlaşmaların imzalanması. TUVGIZ yayınlarının yaygın dağıtımı ve "Şın"e yeni aboneler kazandırmak için kampanyalar. Temizlik ve hijyen propagandasının güçlendirilmesi, Arat'ın yeni ve sağlıklı bir yaşam için mücadelesi... Bayram arifesinde, yani 6 Temmuz'da, ekteki tez ve selamlara göre TAR'ın raporu ve selamları ile koşunlarda ciddi toplantılar düzenlemek. 7 Temmuz'da mitingler ve gösteriler düzenleyin. Gösteriden sonra kitlesele kutlamalar düzenlemek (oyunlar, yarışmalar, drammatizasyonlar, vb.). Kutlamaların bitiminden sonra siyasi sonuçları özetlemek ve materyalleri merkezi komisyona göndermek. Kutlamanın ana görevleri ve sloganları. 1.Dünya devriminin ve sosyalist inşanın Tuva'daki kalesi olan SSCB ile bağlantının güçlendirilmesi. 2. Ülkedeki feodal ilişkilerin kalıntılarının kararlı bir şekilde sökülmesi, sosyalist inşanın yerleştirilmesi" (NA RT, f. 93, op. 1, d. 31, l. 3, 3 ob., 4).

1930'larda yeni sosyalist festivaller oluşturma süreci 1920'lere kıyasla daha mantıklı ve amaca yönelik bir nitelik kazandı. Festivaller, Parti Merkez Komitesi ve hükümet tarafından önceden onaylanan senaryolara göre hazırlandı ve bu senaryolar tören ve kültürel eğlence olarak ikiye ayrıldı. Binaların süslenmesi ve komite tarafından önceden tartışılan ve önerilen sloganları içeren pankartların hazırlanması için sorumlu kuruluşlar önceden belirlendi.

### Sonuç

TNR dönemindeki kutlamalara büyük ilgi gösterildi. Parti liderlerinin görüşüne göre, halk arasında yeni tutumlar oluştu. TNR Başbakanlık'ın festivaller alanındaki kültür politikası heterojen, bazen de birbiriyle çelişen olgulardan oluşan bir komplekstir ve farklı yönelimlere sahip iç politikalarla iki döneme ayrılır. İlk dönemde - 1920'lerde - dini olanlar da dahil olmak üzere geleneksel festivallere izin verilirken, 1930'lardan bu yana farklı bir yönelimle Tuvan toplumunda radikal bir değişimin sosyo-kültürel politikası olmuştur. 1930'lardan bu yana, oldukça katı bir dönüşüm karakterine sahip olan Tuvan toplumunda radikal değişimlerin sosyo-kültürel bir politikası olmuştur.

Kendisine Tuva'yı SSCB'ye katma görevini veren S.K. Toka, cumhuriyet halkını her ne şekilde olursa olsun buna hazırlamak gerektiğine inanıyordu. Konuşmalarında şu anahtar cümleyi tekrarlıyordu: "Geçmiş sonsuza kadar bitmiştir!" (Toka, 1987: 41), sadece Mançurya boyunduruğunun ağır geçmişini değil, aynı zamanda Tuvinalıların tüm geleneksel kültürünü de dışlıyordu. 1930'lardan bu yana geleneksel kültürün tüm bileşenleri: ritüeller ve festivaller, yiyecek ve giyecekler, yurtta, hatta gırtlaktan şarkı söyleme ve taş ve ahşap oyma sanatı "geri kalmış kültür" kavramıyla ilişkilendirildi.

Bayramlar kültürel olmaktan çok siyasi etkinliklerdi, bu nedenle hükümet üyeleri tarafından hazırlandılar ve bunları düzenlemek için özel komisyonlar kuruldu. Tuvan Halk Devrimci Partisi, 1930'larda halk ritüellerini ve bayramlarını kaldırarak ve sosyalist semboller, ciddi toplantılar, sloganlar, gösteriler, kültürel program ve spor yarışmalarıyla yeni kutlamalar getirerek kısa bir tarihsel zaman diliminde Tuvinalıların bayram kültürünü pratik olarak değiştirdi. Gelecekte bu konuyu ayrı bir yayında ele almayı planlıyoruz.

### REFERANSLAR

- Badyrgy, M. M., Munge, B. V. (2020) "Dokumenty Natsional'nogo arkhiva Respubliki Tyva po kul'turnomu stroitel'stvu Tuvinskoy Narodnoy Respubliki" // *Novyye issledovaniya Tuvy*. № 2. ss. 145–164. DOI: [www.doi.org/10.25178/nit.2020.2.10](http://www.doi.org/10.25178/nit.2020.2.10)
- D'yakonova, V. P. (1971) *Tsam u tuvintsev // Religioznyye predstavleniya i obryady narodov Sibiri v KHIKH — nachale KHIKH v. / otv. red. S. V. Ivanov. Leningrad: Nauka. 301 S. 113–128 ss.*
- D'yakonova, V. P. (1976) *Religioznyye predstavleniya altaytsev i tuvintsev o prirode i cheloveke // Priroda i che lovek v religioznykh predstavleniyakh narodov Sibiri i Severa / otv. red. I. S. Vdovin. Leningrad: Nauka. 336 S. 268-292 ss.*
- Istoriya Tuvy* (2007) / otv. red. V. A. Lamin. Novosibirsk: Nauka. T. II. 430 s
- Kenin-Lopsan, M. B. (1987) *Obryadovaya praktika i fol'klor tuvinskogo shamanstva. Konets XIX — nachalo XX ve ka. Novosibirsk: Nauka. 164 s.*
- Kenin-Lopsan, M. B. (2004) *Oytulaash. Klassicheskiye obraztsy lyubovnoy liriki tuvinskogo naroda. Kyzyl: Novosti Tuvy. 383 s.*
- Kenin-Lopsan, M. B. (2006) *Traditsionnaya kul'tura tuvintsev. Kyzyl: Tuvinskoye knizhnoye izdatel'stvo im. YU. SH. Kyunzegesha. 232 s.*
- Klimov, Ye. N. (1964) *Novyye obychai i prazdniki. Moskova: Profizdat. 172 s.*
- Konovich, A. A. (1990) *Teatralizovannyye prazdniki i obryady v SSSR. Moskova: Vysshaya shkola. 208 s.*
- Konstitutsii Tuvy. 1921–1993 gg. (1999) / otv. red. K. A. Bicheldey. Kyzyl: Tuvinskoye knizhnoye izdatel'stvo. 315 s.*



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Kurbatskiy, G. N. (1973) *Tuvinskiye prazdniki*. Kyzyl: Tuvinskoye knizhnoye izdatelstvo. 90 s.
- Kuzhuget, A. K. (2006) *Dukhovnaya kul'tura tuvintsev: struktura i transformatsiya*. Kemerovo: KemGUKI. 320 s.
- Kuz'mina, T., Maslov Ye. (1975) *Prazdnikam i obychayam — novoye sotsialisticheskoye sodержaniye*. Moskova: Profizdat. 268 s.
- Lenin, V. I. (1969) *Polnoye sobraniye sochineniy: v 55-ti t. 5-ye izd.* Moskova: Izdatel'stvo politicheskoy literatury. T. 36. 741 s.
- Maslov, P. P. (2007) *Konets Uryankhaya. Putevyye ocherki // Uryankhay*. Tyva depter: v 7 t. / sost. S. K. Shoygu. Moskova: Slovo. T. 5. Uryankhayskiy kray: ot Uryankhaya k Tannu-Tuve (konets XIX — pervaya polovina XX v.). 735 S. 618–729 ss.
- Mayny, SH. B. (2014) *Narodnyye igry v traditsionnoy kul'ture tuvintsev: istoriko-kul'turologicheskiy analiz: avtoref. dis. ... kand. kul't.* Kemerovo. 23 s.
- Menkhen-Khelfen, O. (2007) *Puteshestviye v aziatskiyu Tuvu // Uryankhay*. Tyva depter: v 7 t. / sost. S. K. Shoygu. Moskova: Slovo. T. 6. Tannu-Tuvinskaya Narodnaya Respublika (1921–1944 gg.) 583 S. 220–351 ss.
- Mollerov, N. M. (2005) *Istoriya sovetsko-tuvinskikh otnosheniy (1917–1944 gg.)*. Moskova: Izdatel'stvo Moskovskogo gumanitarnogo universiteta. 325 s.
- Potapov, L. P. (1969) *Ocherki narodnogo byta tuvintsev*. Moskova: Nauka. 402 s.
- Shiryayeva, P. G. (1975) Iz istorii razvitiya nekotorykh revolyutsionnykh traditsiy // *Sovetskaya etnografiya*. № 6. 63–70 ss.
- Toka, S. K. (1987) *Naveki vmeste // Slava Oktyabryu! / otv. red A. K. Kanzay*. Kyzyl: Tuvinskoye knizhnoye izdatel'stvo. 219 S. 15–49. ss.
- Vaynshteyn, S. I. (1961) *Tuvinty-todzhinty. Istoriko etnograficheskiye ocherki*. Moskova: Izdatel'stvo vostochnoy literatury. 216 s.
- Vaynshteyn, S. I. (1972) *Istoricheskaya etnografiya tuvintsev*. Moskova: Nauka. 312 s.
- Yakovlev, Ye. K. (1900) *Etnograficheskiy obzor inorodcheskogo naseleniya doliny Yuzhnogo Yeniseya i ob'yasnitel'nyy katalog etnograficheskogo muzeya*. Minusinsk: Tipografiya V. I. Kornakova. 22 s.
- Yusha, ZH. M. (2005) *Traditsionnaya narodnaya obryadovaya poeziya tuvintsev: struktura i semantika: diss. ... k. f. n.* Novosibirsk. 194 s.



## BEYAZ VE MAVİ YAKALI ÇALIŞAN GRUPLARIN SERBEST ZAMAN İLGİLENİMLERİNİN İNCELENMESİ

<sup>1</sup>Mehmet Fatih GÜLCEMAL

<sup>2</sup>Serkan REVAN

<sup>3</sup>Şükran İRİBALCI

<sup>1</sup>Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya, Türkiye.

ORCID Code: 0009-0006-4774-1094

E-posta: fatihgulcema133@gmail.com

<sup>2</sup>Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Konya, Türkiye.

ORCID Code: 0000-0002-9056-3514

E-posta: serkanrevan@gmail.com

<sup>3</sup>Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Konya, Türkiye.

ORCID Code: 0000-0002-2625-0898

E-posta: sarikan@salcuk.edu.tr

### ÖZET

Bu araştırma, beyaz ve mavi yakalı çalışan grupların serbest zaman ilgilenimlerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmada, çalışanların serbest zaman ilgilenimleri belirlenmiş; demografik değişkenlere göre serbest zaman ilgilenimlerinin farklılaşp farklılaşmadığı çeşitli istatistiksel işlemler ile değerlendirilmiştir. Araştırmaya Konya ilinde faaliyet gösteren, hızlı tüketim ürünleri üreten ve pazarlayan firmalarda görev yapan toplam 999 çalışan [Beyaz Yakalı Çalışan<sub>(n=270)</sub>, Mavi Yakalı Çalışan<sub>(n=729)</sub>] katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ) ve araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin normallik sınaması, çarpıklık ve basıklık değerleri ile test edilmiş; test sonucunda veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı ikili karşılaştırmalar için bağımsız gruplar t Testi ve çoklu karşılaştırmalar için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonucu ortaya çıkan grup farklılıklarının kaynağını belirlemek üzere, varyansların homojen olduğu durumlarda Tukey HSD ve LSD çoklu karşılaştırma testleri; varyansların homojen olmadığı durumlarda ise Tamhane's T2 çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır. Yapılan tüm istatistiksel hesaplamalarda temel anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir. Araştırma sonucunda, çalışanların serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde en önemli unsurun “çekicilik” boyutu olduğu; “önem verme” boyutunun ise çalışanlarda diğer boyutlara (çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) göre serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerindeki etkisinin daha az düzeyde olduğu belirlenmiştir. Çalışanların SZİÖ tüm alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının sadece aylık gelir durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı; çalışma pozisyonlarına (beyaz yakalı ve mavi yakalı) ve cinsiyet değişkenine göre ise anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Yine çalışanların SZİÖ önem verme boyutunun yaş değişkenine göre; çekicilik ve önem verme boyutlarının medeni durum değişkenine göre; önem verme ve özdeşleşme boyutlarının ise eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, beyaz ve mavi yakalı çalışan grupların serbest zaman ilgilenimlerinin bazı demografik değişkenlerden etkilendiği söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Beyaz ve Mavi Yakalı Çalışan; Serbest Zaman İlgilenimi



## INVESTIGATION OF LEISURE TIME BARRIERS AND INVOLVEMENT OF WHITE AND BLUE COLLAR WORKING GROUPS

<sup>1</sup>Mehmet Fatih GÜLCEMAL<sup>2</sup>Serkan REVAN <sup>3</sup>Şükran İRİBALCI

<sup>1</sup>Selçuk University, Institute of Health Sciences, Konya, Türkiye.

ORCID Code: 0009-0006-4774-1094

E-mail: fatihgulcema133@gmail.com

<sup>2</sup>Selçuk University, Faculty of Sports Sciences, Department of Recreation, Konya, Türkiye.

ORCID Code: 0000-0002-9056-3514

E-mail: serkanrevan@gmail.com

<sup>3</sup>Selçuk University, Faculty of Sports Sciences, Department of Coach Education, Konya, Türkiye.

ORCID Code: 0000-0002-2625-0898

E-mail: sarikan@selcuk.edu.tr

### ABSTRACT

This research was conducted in order to investigate the leisure time interests of white- and blue-collar working groups. In the research, the leisure time interests of the employees were determined; it was evaluated with various statistical operations whether or not their leisure time interests differed according to demographic variables. A total of 999 employees [White-Collar Workers (n=270), Blue-Collar Workers (n=729)] working in companies that produce and market fast-moving consumer goods operating in Konya province participated in the research. Leisure Time Interest Scale (LTI) and Personal Information Form developed by the researcher were used as data collection tools in the research. The data obtained in the research were tested with normality test, skewness and kurtosis values; since the data showed normal distribution as a result of the test, independent groups t Test was used for paired comparisons and One-Way Analysis of Variance (ANOVA) was used for multiple comparisons. In order to determine the source of group differences emerging as a result of one-way variance analysis, Tukey HSD and LSD multiple comparison tests were used in cases where variances were homogeneous; In cases where the variances were not homogeneous, Tamhane's T2 multiple comparison test was used. The basic significance level was accepted as 0.05 in all statistical calculations. As a result of the research, it was determined that the most important element in the interest of employees in leisure time activities was the "attractiveness" dimension; on the other hand, the effect of the "importance" dimension on employees' interest in leisure time activities was less than other dimensions (attractiveness, social relations, identification, self-expression). It was determined that the mean scores of all sub-dimensions and the overall Leisure Interest Scale of employees differed significantly only according to the monthly income status variable; however, they did not differ significantly according to the working positions (white-collar and blue-collar) and gender variables. Again, it was determined that the importance dimension of the Leisure Interest Scale of employees differed significantly according to the age variable; the attractiveness and importance dimensions differed according to the marital status variable; and the importance and identification dimensions differed significantly according to the educational status variable. As a result, it can be said that the leisure interest of white- and blue-collar working groups is affected by some demographic variables.

**Keywords:** White and blue collar workers; leisure time involvement

## GİRİŞ

Türkiye’de 1980’lerden itibaren toplumsal hayatın çeşitli alanlarında sık kullanılan serbest zaman ya da boş zaman kavramı birbirinin yerine kullanılırken, tanımsal olarak bakıldığında; kişinin özgürce kullanabileceği zaman dilimi olarak kavramsallaştırılmıştır (Özşaker, 2012). Boş zaman, bireylerin kendileri ve diğer bireyler için bütün zorunlu sorumluluklarından veya ilişkilerinden sıyrıldığı ve kendisinin bir faaliyet seçip uğraştığı bir zamandır (Güngörmüş ve ark., 2006).

Serbest zamanın değerlendirilmesinde ilgilenim / katılım olgusu büyük önem taşımaktadır. Genel ifadeyle, serbest zaman, kişilerin iş zamanlarında ortaya çıkan bedensel ve ruhsal zararları dinlenerek, eğlenerek ve geliştirerek tolere edebildikleri faaliyetleri gerçekleştirme imkânı sağlamaktadır (Yönet, 2018). Kişisel ve toplumsal düzeyde ister pasif ister aktif ilgilenim duyulsun, serbest zaman faaliyetleri kişilerin bireysel ve sosyal gereksinimlerini gidermede ve kültürel yönden değerlerine anlam kazandırma noktasında önceki dönemlere göre daha önem taşımaktadır. Bireyler kişisel, duygusal, sosyal ve toplumsal seviyede birleşik şekilde yaşamdan memnun olma, fayda sağlama, memnuniyet hissetme ve hayat seviyesini yükseltmek sebebiyle bu faaliyetler ile etkileşimde bulunmaktadır (Karaca, 2015). Decloe ve ark (2009) genel şekilde ilgilenimi, bireysel istek veya herhangi bir faaliyete yönelik katılım sağlama arzusu ve bu faaliyetlerden duyulan haz, eğlence ve heyecan şeklinde tanımlamaktadır. Alexandris ve ark (2012) ise serbest zaman ilgileniminin asıl sonucunun davranışsal ve tutumsal sadakat olduğunu ifade etmişlerdir. Bir faaliyet dolayısıyla kendilerini göstermek için olanak sağlandığını ve yaşamları için önem taşıyan ve etkileyici bir etken şeklinde etkinliği gören kişiler, sadık bir serbest zaman ilgilenimcisi olarak görülmektedirler. Serbest zaman aktivitelerine ilgilenim düzeyleri yüksek bireyler sadece aktiviteye katılmakla kalmayıp bu aktiviteleri yaşamının bir parçası haline getirebilirler. Bu bağlamda serbest zaman ilgilenimi, bireylerin serbest zamanlarında yaptıkları aktiviteye katılımlarını belirlemek için kullanılan ve düşük veya yüksek ilgilenim olarak değerlendirilen bir derecelendirmedir (Emir, 2024). Aktivitelerden elde edilen bireysel gelişim, sosyalleşme ve kimlik gelişimi gibi olumlu duygu ve davranışlar da serbest zaman ilgilenimi derecesiyle ilişkilendirilebilmektedir (Kyle ve Chick, 2002). Bireylerin yaşam biçimleri, zaman, mekan, sosyo ekonomik faktörler gibi durumsal değişkenler de serbest zaman ilgilenimini önemli oranda belirlemektedir (Emir, 2024).

Alan yazın incelendiğinde, serbest zaman katılımı sonucunda çeşitli yönlerden (fizyolojik, psikolojik ve sosyal) fayda sağlayabilecek bireylerin, serbest zaman etkinliklerine olan ilgilenim düzeylerinin belirlenmesinin önemli olduğu görülmektedir. Bu bilgiler ışığında araştırma, özel sektör firmalarında beyaz ve mavi yakalı pozisyonlarda çalışan bireylerin serbest zaman ilgilenimlerinin incelenmesi; demografik değişkenlere göre çalışanların serbest zaman ilgilenimlerinin farklılaşp farklılaşmadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Araştırmada, mevcut durumu ortaya çıkartmayı amaçlayan betimsel taramaya (survey) yönelik bir yöntem kullanılmıştır. Araştırmada çalışanların serbest zaman ilgilenimleri belirlenmiş ve demografik değişkenlerine göre (çalıştığı pozisyon, cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve aylık gelir durumu) serbest zaman ilgilenimlerinin farklılaşp farklılaşmadığı çeşitli istatistiksel işlemler ile değerlendirilmiştir.

### Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, Konya ilinde faaliyet gösteren, hızlı tüketim ürünleri üreten ve pazarlayan firmalarda görev yapan firmalarda çalışanlar oluştururken; araştırmanın örneklemini ise evren içerisinden belirlenen Konya ilinde faaliyet gösteren, hızlı tüketim ürünleri üreten/pazarlayan firmalarda görev yapan, beyaz yakalı çalışan (n=270) ve mavi yakalı çalışan (n=729) toplam 999 kişi oluşturmaktadır.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Araştırmada anket uygulama biçimlerinden; yüz yüze görüşme, posta ile anket uygulama ve internet üzerinden anket uygulama (dijital platformda oluşturulan ölçekler çalışanların e-posta hesaplarına gönüllülük esasına göre cevaplanması istemiyle gönderilmiştir) yöntemleri kullanılmıştır. Uygulama yapıldığı anda mevcut olmayan, ankete katılmak istemeyen ve geri dönüş yapmayan çalışanlara anketler uygulanmamıştır. Çalışma için gerekli olan etik kurul onayı alınmıştır.

Araştırmanın örneklemini oluşturan ve gönüllülük esasına dayalı olarak çalışmanın veri toplama sürecine katılan çalışanların pozisyonlarına göre (mavi yakalı/beyaz yakalı) yüzde ve frekans dağılımları Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya katılan çalışanların pozisyonlarına (mavi yakalı/beyaz yakalı) göre yüzde ve frekans dağılımları.

|                 | Pozisyon                 | n   | %    | Toplam    |
|-----------------|--------------------------|-----|------|-----------|
| Beyaz Yakalılar | Satış Müdürü             | 30  | 3,0  | 270 - %27 |
|                 | Satış Yöneticisi         | 86  | 8,6  |           |
|                 | Bölge Müdürü             | 7   | 0,7  |           |
|                 | Mühendis                 | 116 | 11,6 |           |
|                 | Arge                     | 5   | 0,5  |           |
|                 | İnsan Kaynakları         | 26  | 2,6  |           |
| Mavi Yakalılar  | Kalite Kontrol Mühendisi | 7   | 0,7  | 729 - %73 |
|                 | Distribütör Yöneticisi   | 3   | 0,3  |           |
|                 | Teknik Ressam            | 10  | 1,0  |           |
|                 | İşçi                     | 202 | 20,2 |           |
|                 | Aşçı                     | 40  | 4,0  |           |
|                 | Satış Temsilcisi         | 92  | 9,2  |           |
|                 | Tornacı                  | 12  | 1,2  |           |
|                 | Şef                      | 9   | 0,9  |           |
|                 | Tekniker                 | 38  | 3,8  |           |
|                 | Sekreter                 | 19  | 1,9  |           |
|                 | Market Aktivite Elemanı  | 112 | 11,3 |           |
|                 | Güvenlik                 | 8   | 0,8  |           |
|                 | Stajyer                  | 10  | 1,0  |           |
|                 | Sevkiyatçı               | 70  | 7,0  |           |
|                 | Forklift Operatörü       | 16  | 1,6  |           |
|                 | Muhasebeci               | 26  | 2,6  |           |
| Depo Görevlisi  | 55                       | 5,5 |      |           |

Tablo 1’de görüldüğü üzere; araştırmaya katılan çalışanların %27’sinin beyaz yakalı [satış müdürü(n=30;%3,0), satış yöneticisi(n=86;%8,6), bölge müdürü(n=7;%0,7), mühendis(n=116;%11,6), arge(n=5;%0,5), insan kaynakları(n=26;%2,6)], %73’ünün ise mavi yakalı [kalite kontrol mühendisi(n=7;%0,7), distribütör yöneticisi(n=3;%0,3), teknik ressam(n=10;%1,0), işçi(n=202;%20,2), aşçı(n=40;%4,0), satış temsilcisi(n=92;%9,2), tornacı(n=12;%1,2), şef(n=9;%0,9), tekniker(n=38;%3,8), sekreter(n=19;%1,9), market aktivite elemanı(n=112;%11,3), güvenlik(n=8;%0,8), stajyer(n=10;%1,0), sevkiyatçı(n=70;%7,0), forklift operatörü(n=16;%1,6), muhasebeci(n=26;%2,6), depo görevlisi(n=55;%5,5)] olduğu gözlenmiştir.

### Veri Toplama Araçları

#### Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan çalışanların kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak ve araştırmanın amaçları doğrultusunda bağımsız değişkenleri oluşturmak amacıyla araştırmacı tarafından 10 sorudan oluşan kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Kişisel bilgi formu, çalışanların; çalıştığı

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

pozisyon, cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve aylık gelir durumunu belirlemek için araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

### *Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ)*

Kyle ve ark (2007) tarafından geliştirilen SZİÖ'nün Türkçe'ye uyarlanması ve geçerlik çalışması Gürbüz ve ark (2018) tarafından yapılmıştır. SZİÖ'nün orijinal formu (a) çekicilik (3 madde), (b) önem verme (3 madde), (c) sosyal ilişki (3 madde), (d) özdeşleşme (3 madde) ve (e) kendini ifade (3 madde) olmak üzere toplam beş alt boyut ve 15 beş maddeden oluşmaktadır. Bireyler ölçekte yer alan her bir ifadeyi “Kesinlikle katılmıyorum” (1) ve “Tamamen katılıyorum” (5) arasında değişen Likert tipi beşli derecelendirme ölçeği üzerinden işaretlemektedir. SZİÖ'nün Türkçe formunda yer alan alt boyutların faktör yüklerinin “çekicilik” alt boyutu için 0.73-0.81, “önem verme” alt boyutu için 0.51-0.79, “sosyal ilişki” alt boyutu için 0.57-0.77, “özdeşleşme” alt boyutu için 0.41-0.71 ve “kendini ifade” alt boyutu için 0.58-0.69 arasında değiştiği tespit edilmiştir (Gürbüz ve ark., 2018).

### **Verilerin Analizi**

Araştırmaya katılan çalışanların Kişisel Bilgi Formu ve SZİÖ aracılığı ile toplanan veriler, SPSS 23.0 programı ile analiz edilmiştir. Toplanan veriler üzerinde analizlere geçilmeden önce belirlenen sınırlar içinde olup olmadıkları, istatistiksel analizlerde kullanılamayacak kadar eksik veya hatalar barındırıp barındırmadıkları Keşfedici Veri Analizi (Exploratory Data Analysis, EDA) ile kontrol edilmiştir. Sonrasında, çalışanların serbest zaman engelleri ve ilgilenimlerinin belirlenmesi ve demografik değişkenlere göre serbest zaman engelleri ve ilgilenimlerinin farklılaşp farklılaşmadığının tespit edilmesi amacıyla hangi istatistiksel tekniklerin kullanılacağına karar verebilmek için ölçek puanlarının normallik dağılımları çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri ile test edilmiştir.

Tabachnick ve Fidell'e (2013) göre çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1.5 ile +1.5 aralığında olması, verilerin normal dağılım gösterdiğini bir başka ifadeyle normallik varsayımının sağlandığına işaret etmektedir. Analiz sonucunda elde edilen çarpıklık ve basıklık değerleri tüm ölçekler ve alt boyutları için normallik varsayımının sağlandığını göstermektedir. Bu nedenle araştırmaya katılan çalışanların demografik değişkenlerine göre serbest zaman engelleri ve ilgilenimlerinin farklılaşp farklılaşmadığı parametrik testlerle sınımlanmıştır. İkili karşılaştırmalar için bağımsız gruplar t Testi ve çoklu karşılaştırmalar için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonucu ortaya çıkan grup farklılıklarının kaynağını belirlemek üzere, varyansların homojen olduğu durumlarda Tukey HSD ve LSD çoklu karşılaştırma testleri; varyansların homojen olmadığı durumlarda ise Tamhane's T2 çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır. Yapılan tüm istatistiksel hesaplamalarda temel anlamlılık düzeyi 0,05 olarak kabul edilmiştir.

**Etik Beyan:** Çalışma için Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 05.01.2023 tarihli 04 sayılı kararına göre etik kurul onayı alınmıştır.

### **BULGULAR**

Araştırmaya katılan çalışanların, çalıştığı pozisyon, cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve aylık gelir durumu değişkenlerine ilişkin yüzde ve frekans dağılımları tablo ve şekiller halinde aşağıda sırası ile verilmiştir.

Tablo 2. Araştırmaya katılan çalışanların çalıştığı pozisyon, cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve aylık gelir durumu değişkenine ilişkin yüzde ve frekans dağılımları

| Değişkenler               | n          | %          |
|---------------------------|------------|------------|
| <b>Pozisyon</b>           |            |            |
| Beyaz Yakalı              | 270        | 27,0       |
| Mavi Yakalı               | 729        | 73,0       |
| <b>Cinsiyet</b>           |            |            |
| Erkek                     | 702        | 70,3       |
| Kadın                     | 297        | 29,7       |
| <b>Yaş</b>                |            |            |
| 19-23 Yaş                 | 26         | 2,6        |
| 24-28 Yaş                 | 167        | 16,7       |
| 29-33 Yaş                 | 200        | 20,0       |
| 34-38 Yaş                 | 203        | 20,3       |
| 39-43 Yaş                 | 197        | 19,7       |
| 44-48 Yaş                 | 146        | 14,7       |
| 49 Yaş ve üstü            | 60         | 6,0        |
| <b>Medeni Durum</b>       |            |            |
| Evli                      | 729        | 73,0       |
| Bekar                     | 270        | 27,0       |
| <b>Eğitim Durumu</b>      |            |            |
| İlköğretim                | 150        | 15,0       |
| Lise                      | 434        | 43,4       |
| Lisans                    | 333        | 33,3       |
| Lisansüstü                | 82         | 8,3        |
| <b>Aylık Gelir Durumu</b> |            |            |
| Düşük                     | 295        | 29,5       |
| Orta                      | 551        | 55,2       |
| Yüksek                    | 153        | 15,3       |
| <b>Toplam</b>             | <b>999</b> | <b>100</b> |

Tablo 3. Çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının pozisyonlarına göre karşılaştırılmasını gösteren bağımsız gruplar t testi sonuçları.

|                    | Pozisyon     | n   | $\bar{X}$ | SS   | t      | P     |
|--------------------|--------------|-----|-----------|------|--------|-------|
| Çekicilik          | Beyaz Yakalı | 270 | 3,86      | 1,22 | -0,181 | 0,856 |
|                    | Mavi Yakalı  | 729 | 3,87      | 1,13 |        |       |
| Önem Verme         | Beyaz Yakalı | 270 | 3,53      | 1,16 | 0,167  | 0,868 |
|                    | Mavi Yakalı  | 729 | 3,52      | 1,03 |        |       |
| Sosyal İlişki      | Beyaz Yakalı | 270 | 3,72      | 1,04 | 0,457  | 0,648 |
|                    | Mavi Yakalı  | 729 | 3,69      | 0,97 |        |       |
| Özdeşleşme         | Beyaz Yakalı | 270 | 3,78      | 1,02 | 0,921  | 0,357 |
|                    | Mavi Yakalı  | 729 | 3,72      | 0,97 |        |       |
| Kendini İfade Etme | Beyaz Yakalı | 270 | 3,74      | 1,00 | 0,911  | 0,362 |
|                    | Mavi Yakalı  | 729 | 3,67      | 1,01 |        |       |
| SZİÖ Toplam        | Beyaz Yakalı | 270 | 3,73      | 0,94 | 0,499  | 0,618 |
|                    | Mavi Yakalı  | 729 | 3,69      | 0,89 |        |       |

SZİÖ= Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği



Tablo 3'te çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının pozisyonlarına göre karşılaştırılmasını gösteren bağımsız gruplar t testi sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlar, çalışanların SZİÖ çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının çalıştıkları pozisyonlarına göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını göstermiştir ( $P>0,05$ ).

Tablo 4. Çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren bağımsız gruplar t testi sonuçları.

|                    | Cinsiyet | n   | $\bar{X}$ | SS   | Sd  | t      | P     |
|--------------------|----------|-----|-----------|------|-----|--------|-------|
| Çekicilik          | Erkek    | 702 | 3,87      | 1,14 | 997 | -0,027 | 0,978 |
|                    | Kadın    | 297 | 3,87      | 1,18 |     |        |       |
| Önem Verme         | Erkek    | 702 | 3,51      | 1,02 | 997 | -0,450 | 0,653 |
|                    | Kadın    | 297 | 3,54      | 1,16 |     |        |       |
| Sosyal İlişki      | Erkek    | 702 | 3,67      | 0,96 | 997 | -1,602 | 0,110 |
|                    | Kadın    | 297 | 3,78      | 1,07 |     |        |       |
| Özdeşleşme         | Erkek    | 702 | 3,71      | 0,98 | 997 | -0,877 | 0,381 |
|                    | Kadın    | 297 | 3,78      | 1,00 |     |        |       |
| Kendini İfade Etme | Erkek    | 702 | 3,66      | 1,00 | 997 | -1,679 | 0,093 |
|                    | Kadın    | 297 | 3,77      | 1,02 |     |        |       |
| SZİÖ Toplam        | Erkek    | 702 | 3,68      | 0,88 | 997 | -1,033 | 0,302 |
|                    | Kadın    | 297 | 3,75      | 0,95 |     |        |       |

SZİÖ= Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği

Tablo 4'te çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren bağımsız gruplar t testi sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlar, çalışanların SZİÖ çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını göstermiştir ( $P>0,05$ ).



Tablo 5. Çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları.

|                    |   | Yaş            | n   | $\bar{X}$ | SS   | F     | P             | Tukey         |
|--------------------|---|----------------|-----|-----------|------|-------|---------------|---------------|
| Çekicilik          | A | 19-23 Yaş      | 26  | 3,56      | 1,43 | 1,887 | 0,080         | -             |
|                    | B | 24-28 Yaş      | 167 | 3,83      | 1,18 |       |               |               |
|                    | C | 29-33 Yaş      | 200 | 3,83      | 1,14 |       |               |               |
|                    | D | 34-38 Yaş      | 203 | 3,74      | 1,18 |       |               |               |
|                    | E | 39-43 Yaş      | 197 | 3,93      | 1,09 |       |               |               |
|                    | F | 44-48 Yaş      | 146 | 4,09      | 1,07 |       |               |               |
|                    | G | 49 Yaş ve üstü | 60  | 3,96      | 1,22 |       |               |               |
| Önem Verme         | A | 19-23 Yaş      | 26  | 3,25      | 0,96 | 2,361 | <b>0,029*</b> | <b>E&gt;D</b> |
|                    | B | 24-28 Yaş      | 167 | 3,63      | 1,11 |       |               |               |
|                    | C | 29-33 Yaş      | 200 | 3,46      | 1,04 |       |               |               |
|                    | D | 34-38 Yaş      | 203 | 3,38      | 1,05 |       |               |               |
|                    | E | 39-43 Yaş      | 197 | 3,70      | 1,04 |       |               |               |
|                    | F | 44-48 Yaş      | 146 | 3,53      | 1,08 |       |               |               |
|                    | G | 49 Yaş ve üstü | 60  | 3,42      | 1,10 |       |               |               |
| Sosyal İlişki      | A | 19-23 Yaş      | 26  | 3,96      | 0,97 | 1,088 | 0,367         | -             |
|                    | B | 24-28 Yaş      | 167 | 3,74      | 1,03 |       |               |               |
|                    | C | 29-33 Yaş      | 200 | 3,64      | 0,99 |       |               |               |
|                    | D | 34-38 Yaş      | 203 | 3,63      | 1,04 |       |               |               |
|                    | E | 39-43 Yaş      | 197 | 3,70      | 0,93 |       |               |               |
|                    | F | 44-48 Yaş      | 146 | 3,83      | 0,95 |       |               |               |
|                    | G | 49 Yaş ve üstü | 60  | 3,61      | 1,01 |       |               |               |
| Özdeşleşme         | A | 19-23 Yaş      | 26  | 3,83      | 1,12 | 1,545 | 0,160         | -             |
|                    | B | 24-28 Yaş      | 167 | 3,79      | 0,99 |       |               |               |
|                    | C | 29-33 Yaş      | 200 | 3,62      | 0,98 |       |               |               |
|                    | D | 34-38 Yaş      | 203 | 3,66      | 0,95 |       |               |               |
|                    | E | 39-43 Yaş      | 197 | 3,77      | 1,03 |       |               |               |
|                    | F | 44-48 Yaş      | 146 | 3,89      | 0,95 |       |               |               |
|                    | G | 49 Yaş ve üstü | 60  | 3,65      | 1,02 |       |               |               |
| Kendini İfade Etme | A | 19-23 Yaş      | 26  | 3,76      | 1,22 | 1,504 | 0,174         | -             |
|                    | B | 24-28 Yaş      | 167 | 3,83      | 0,95 |       |               |               |
|                    | C | 29-33 Yaş      | 200 | 3,64      | 0,96 |       |               |               |
|                    | D | 34-38 Yaş      | 203 | 3,61      | 0,99 |       |               |               |
|                    | E | 39-43 Yaş      | 197 | 3,76      | 1,05 |       |               |               |
|                    | F | 44-48 Yaş      | 146 | 3,71      | 0,97 |       |               |               |
|                    | G | 49 Yaş ve üstü | 60  | 3,47      | 1,16 |       |               |               |
| SZİÖ Toplam        | A | 19-23 Yaş      | 26  | 3,67      | 0,98 | 1,329 | 0,241         | -             |
|                    | B | 24-28 Yaş      | 167 | 3,76      | 0,92 |       |               |               |
|                    | C | 29-33 Yaş      | 200 | 3,64      | 0,89 |       |               |               |
|                    | D | 34-38 Yaş      | 203 | 3,60      | 0,90 |       |               |               |
|                    | E | 39-43 Yaş      | 197 | 3,77      | 0,91 |       |               |               |
|                    | F | 44-48 Yaş      | 146 | 3,81      | 0,84 |       |               |               |
|                    | G | 49 Yaş ve üstü | 60  | 3,62      | 0,96 |       |               |               |

\*P<0,05; SZİÖ= Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği

Tablo 5'te çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlar, çalışanların SZİÖ çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini

ifade etme alt boyutlarına ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını ( $P>0,05$ ); önem verme alt boyut puan ortalamalarının ise yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir ( $P<0,05$ ).

Önem verme alt boyutunda öncelikle Levene's testi ile varyansların homojen olup olmadığı sınıanmış [ $L_{F(6-992)}=0,772$ ;  $P>0,05$ ]; varyansların homojen olduğunun tespit edilmesi üzerine gruplar arasında gözlenen anlamlı farkın, hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey HSD testi kullanılmıştır. Bu test sonuçlarına göre; 39-43 yaş aralığında olan çalışanların, 34-38 yaş aralığında olan çalışanlara göre serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde önem verme boyutunun etkisinin anlamlı seviyede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 6. Çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren bağımsız gruplar t testi sonuçları.**

|                    | Medeni Durum | n   | $\bar{X}$ | SS   | t      | P             |
|--------------------|--------------|-----|-----------|------|--------|---------------|
| Çekicilik          | Evli         | 729 | 3,95      | 1,10 | 3,672  | <b>0,000*</b> |
|                    | Bekar        | 270 | 3,65      | 1,27 |        |               |
| Önem Verme         | Evli         | 729 | 3,57      | 1,05 | 2,123  | <b>0,034*</b> |
|                    | Bekar        | 270 | 3,40      | 1,10 |        |               |
| Sosyal İlişki      | Evli         | 729 | 3,72      | 0,97 | 1,211  | 0,226         |
|                    | Bekar        | 270 | 3,64      | 1,04 |        |               |
| Özdeşleşme         | Evli         | 729 | 3,76      | 0,97 | 1,356  | 0,175         |
|                    | Bekar        | 270 | 3,66      | 1,03 |        |               |
| Kendini İfade Etme | Evli         | 729 | 3,68      | 1,00 | -0,370 | 0,711         |
|                    | Bekar        | 270 | 3,71      | 1,01 |        |               |
| SZİÖ Toplam        | Evli         | 729 | 3,74      | 0,88 | 1,918  | 0,055         |
|                    | Bekar        | 270 | 3,61      | 0,95 |        |               |

\* $P<0,05$ ; SZİÖ= Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği

Tablo 6'da çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren bağımsız gruplar t testi sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlar, çalışanların SZİÖ sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını ( $P>0,05$ ); çekicilik ve önem verme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise evli çalışanlar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir ( $P<0,05$ ).



Tablo 7. Çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları.

|                    | Eğitim Durumu | n   | $\bar{X}$ | SS   | F     | P             | Tamhane's T2  |
|--------------------|---------------|-----|-----------|------|-------|---------------|---------------|
| Çekicilik          | A İlköğretim  | 150 | 3,85      | 1,25 | 0,490 | 0,689         | -             |
|                    | B Lise        | 434 | 3,85      | 1,04 |       |               |               |
|                    | C Lisans      | 333 | 3,93      | 1,21 |       |               |               |
|                    | D Lisansüstü  | 82  | 3,78      | 1,30 |       |               |               |
| Önem Verme         | A İlköğretim  | 150 | 3,40      | 1,06 | 3,540 | <b>0,014*</b> | <b>C&gt;D</b> |
|                    | B Lise        | 434 | 3,56      | 1,02 |       |               |               |
|                    | C Lisans      | 333 | 3,60      | 1,03 |       |               |               |
|                    | D Lisansüstü  | 82  | 3,23      | 1,39 |       |               |               |
| Sosyal İlişki      | A İlköğretim  | 150 | 3,65      | 1,01 | 1,520 | 0,208         | -             |
|                    | B Lise        | 434 | 3,66      | 0,97 |       |               |               |
|                    | C Lisans      | 333 | 3,79      | 0,94 |       |               |               |
|                    | D Lisansüstü  | 82  | 3,62      | 1,23 |       |               |               |
| Özdeşleşme         | A İlköğretim  | 150 | 3,73      | 1,03 | 3,277 | <b>0,020*</b> | <b>C&gt;D</b> |
|                    | B Lise        | 434 | 3,68      | 0,95 |       |               |               |
|                    | C Lisans      | 333 | 3,85      | 0,95 |       |               |               |
|                    | D Lisansüstü  | 82  | 3,52      | 1,16 |       |               |               |
| Kendini İfade Etme | A İlköğretim  | 150 | 3,70      | 1,03 | 1,870 | 0,133         | -             |
|                    | B Lise        | 434 | 3,66      | 1,00 |       |               |               |
|                    | C Lisans      | 333 | 3,78      | 0,96 |       |               |               |
|                    | D Lisansüstü  | 82  | 3,51      | 1,14 |       |               |               |
| SZİÖ Toplam        | A İlköğretim  | 150 | 3,67      | 0,90 | 2,189 | 0,088         | -             |
|                    | B Lise        | 434 | 3,68      | 0,88 |       |               |               |
|                    | C Lisans      | 333 | 3,79      | 0,87 |       |               |               |
|                    | D Lisansüstü  | 82  | 3,53      | 1,09 |       |               |               |

\*P<0,05; SZİÖ= Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği

Tablo 7'de çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlar, çalışanların SZİÖ çekicilik, sosyal ilişki, kendini ifade etme alt boyutlarına ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını (P>0,05); önem verme ve özdeşleşme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir (P<0,05).

Önem verme [ $L_{F(3-995)}=12,502$ ; P<0,05] ve Özdeşleşme [ $L_{F(3-995)}=4,688$ ; P<0,05] alt boyutunda öncelikle Levene's testi ile varyansların homojen olup olmadığı sınınmış; varyansların homojen olmadığının tespit edilmesi üzerine gruplar arasında gözlenen anlamlı farkın, hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için çoklu karşılaştırma testlerinden Tamhane's T2 testi kullanılmıştır. Bu test sonuçlarına göre; lisans mezunu olan çalışanların, lisansüstü mezunu olan çalışanlara göre serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde önem verme ve özdeşleşme boyutunun etkisinin daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 8. Çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının aylık gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları.

|                       | Aylık<br>Gelir Durumu |        | n   | $\bar{X}$ | SS   | F      | P      | Tamhane's<br>T2 / Tukey |
|-----------------------|-----------------------|--------|-----|-----------|------|--------|--------|-------------------------|
| Çekicilik             | A                     | Düşük  | 295 | 3,81      | 1,23 | 9,412  | 0,000* | C>A,B                   |
|                       | B                     | Orta   | 551 | 3,80      | 1,10 |        |        |                         |
|                       | C                     | Yüksek | 153 | 4,24      | 1,11 |        |        |                         |
| Önem Verme            | A                     | Düşük  | 295 | 3,33      | 1,10 | 15,442 | 0,000* | B>A<br>C>A,B            |
|                       | B                     | Orta   | 551 | 3,52      | 1,02 |        |        |                         |
|                       | C                     | Yüksek | 153 | 3,91      | 1,07 |        |        |                         |
| Sosyal İlişki         | A                     | Düşük  | 295 | 3,62      | 1,09 | 8,725  | 0,000* | C>A,B                   |
|                       | B                     | Orta   | 551 | 3,66      | 0,95 |        |        |                         |
|                       | C                     | Yüksek | 153 | 4,00      | 0,88 |        |        |                         |
| Özdeşleşme            | A                     | Düşük  | 295 | 3,66      | 1,08 | 9,474  | 0,003* | C>A,B                   |
|                       | B                     | Orta   | 551 | 3,69      | 0,96 |        |        |                         |
|                       | C                     | Yüksek | 153 | 4,05      | 0,83 |        |        |                         |
| Kendini İfade<br>Etme | A                     | Düşük  | 295 | 3,58      | 1,10 | 9,619  | 0,000* | C>A,B                   |
|                       | B                     | Orta   | 551 | 3,66      | 0,96 |        |        |                         |
|                       | C                     | Yüksek | 153 | 4,01      | 0,91 |        |        |                         |
| SZİÖ Toplam           | A                     | Düşük  | 295 | 3,60      | 0,95 | 13,566 | 0,000* | C>A,B                   |
|                       | B                     | Orta   | 551 | 3,66      | 0,88 |        |        |                         |
|                       | D                     | Yüksek | 153 | 4,04      | 0,79 |        |        |                         |

\*P<0,05; SZİÖ= Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği

Tablo 8'de çalışanların SZİÖ alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının aylık gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılmasını gösteren Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlar, çalışanların SZİÖ çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının aylık gelir durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir (P<0,05).

Çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarında ve ölçek genelinde öncelikle Levene's testi ile varyansların homojen olup olmadığı sınanmış; çekicilik [ $L_{F(2-996)}=6,091$ ; P<0,05], sosyal ilişki [ $L_{F(2-996)}=12,586$ ; P<0,05], özdeşleşme [ $L_{F(2-996)}=8,109$ ; P<0,05], kendini ifade etme [ $L_{F(2-996)}=6,123$ ; P<0,05] alt boyutlarında ve ölçek genelinde [ $L_{F(2-996)}=5,062$ ; P<0,05] varyansların homojen olmadığını tespit edilmesi üzerine gruplar arasında gözlenen anlamlı farkın, hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için çoklu karşılaştırma testlerinden Tamhane's T2 testi, önem verme [ $L_{F(2-996)}=2,636$ ; P>0,05] alt boyutunda ise varyansların homojen olduğunun tespit edilmesi üzerine gruplar arasında gözlenen anlamlı farkın, hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey HSD testi kullanılmıştır.

Bu test sonuçlarına göre; aylık gelir durumu yüksek olan çalışanların, aylık gelir durumu düşük ve orta olan çalışanlara göre çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme boyutlarının ve ölçek geneli tüm maddelerin yine aylık gelir durumu orta olan çalışanlarında, aylık gelir durumu düşük olan çalışanlara göre önem verme boyutunun serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde etkisinin daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

## TARTIŞMA

Bu araştırma, beyaz ve mavi yakalı çalışan grupların serbest zaman ilgilenimlerinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği geneline ait puan ortalamalarının, çalıştığı pozisyon, cinsiyet, yaş, medeni durum ve eğitim durumu değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmazken, aylık gelir durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır.

Araştırmaya katılan çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutları dikkate alındığında en yüksek ortalamaların çekicilik alt boyutunda olduğu ve bunu sırasıyla; özdeşleşme, sosyal ilişki, kendini ifade etme ve önem verme boyutlarının takip ettiği belirlenmiştir. Bu sonuçlar, çalışanların serbest

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

zaman etkinliklerine olan ilgilerinde en önemli unsurun çekicilik faktörü olduğunu göstermiştir. Benzer şekilde araştırma sonuçları “önem verme” faktörünün ise çalışanlarda diğer faktörlere göre serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde etkisinin daha az düzeyde olduğunu ortaya koymuştur.

İlgili alan yazında farklı katılımcılar üzerinde gerçekleştirilen ve mevcut araştırma sonuçlarıyla paralellik gösteren yani katılımcı bireylerin, serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde en önemli unsurun “çekicilik” boyutu olduğunu; “önem verme” boyutunun ise diğer boyutlara göre (çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde etkisinin daha az düzeyde olduğunu ortaya koyan birçok çalışma mevcuttur (Aktop ve Göksel, 2023; Aydın, 2022; Çapkan, 2023; Eskiler ve Karakaş, 2017; Kandil, 2021; Kırandı ve ark., 2022, Seviç, 2019). Aydın ve Altungül (2022) ve Serdar (2021) yapmış oldukları çalışmalarda Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarında en yüksek ortalamaya sahip oldukları boyutun “çekicilik” en düşük boyutun ise “kendini ifade etme” olduğunu belirtmişlerdir. çekicilik boyutu, sadece etkinliğe yönelik ilgi ile sınırlı olmayan, önem, zevk ve eğlencenin birleşimi olarak kavramsallaştırılması gereken (McIntyre ve Pigram, 1992) ve rekreasyonel faaliyetlerde yer alan sezgisel bir bileşendir (Wiley ve ark., 2000). Bu durumda etkinliğe atfedilen önem ile algılanan zevk ve eğlencenin yüksek oluşunun, etkinliğe yönelik katılımı ve tavsiye etme niyetini olumlu yönde etkilemesi beklendik bir durumdur.

Araştırmaya katılan çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ve geneline ait puan ortalamalarının, çalıştıkları pozisyonlarına (beyaz yakalı ve mavi yakalı) göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları göz önüne alındığında, çalışmaya katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine olan ilgilenim düzeyleri üzerinde (serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde) beyaz yakalı ya da mavi yakalı pozisyonda/statüde çalışıyor olmalarının anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir. Bu sonuç, farklı pozisyonlarda çalışan katılımcı bireylerin serbest zaman etkinliklerine olan ilgilenimlerinin bir birlerinden farksız şekilde olduğunu ortaya koymuştur.

Araştırmaya katılan çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları göz önüne alındığında, çalışmaya katılan bireylerin serbest zaman etkinliklerine olan ilgilenim düzeyleri üzerinde (serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde) erkek ya da kadın olmalarının anlamlı bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

İlgili alan yazında araştırma sonuçlarımızla paralellik gösteren ve katılımcıların cinsiyet değişkenine göre serbest zaman ilgilenimlerinin anlamlı düzeyde farklılaşmadığını tespit eden birçok çalışma bulunmaktadır (Aydın, 2016; Demirel ve ark., 2022; Kocaer, 2018; Kocaer ve Yaşartürk, 2022; Soyer, 2020). Bunun yanında araştırma sonuçlarımızla kısmen örtüşen ya da örtüşmeyen yani Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği'nin bazı boyutlarının ve genelinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığını tespit eden çalışmaların çoğunlukta olduğu görülmektedir. Emir (2024) tarafından yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; çekicilik ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise erkek bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Aktop ve Göksel (2023) tarafından spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, öğrencilerin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, önem verme, özdeşleşme alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; sosyal ilişki ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise erkek öğrenciler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Yaşartürk ve ark (2023) tarafından yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, önem verme, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; sosyal ilişki alt boyutuna ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının ise kadın bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Bayrak (2023) tarafından yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği önem verme alt boyutuna ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise erkek bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Aydın ve Altungül (2022) tarafından infaz koruma memurlarının sportif serbest zaman ilgilenimi ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada,

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ve geneline ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre erkek bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Ayhan (2022) katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği merkezîyetçilik ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını; cazibe/çekicilik alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise kadın bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığını tespit etmiştir. Aydın (2022) tarafından yapılan çalışmada, araştırma kapsamında oluşturulan serbest zaman ilgilenim, etkinlik doyum ve yaşam doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin cinsiyete göre değiştiği, bu değişimde erkek katılımcıların etkinlik doyumunun etkisiyle yaşam doyum düzeylerinin (dolaylı etki) daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kandil (2021) tarafından rekreasyonel fiziksel aktivite olarak kayak ve snowboard yapan bireylerin serbest zaman ilgilenimleri ile serbest zaman engelleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği özdeşleşme alt boyutuna ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; çekicilik, önem verme, sosyal ilişki ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise erkek bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Serdar (2021)'ın fitness merkezi katılımcıların serbest zaman engelleri ile ilgilenimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptığı çalışmada, cinsiyet değişkeninin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği geneline ait puan ortalamaları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Fakat Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği önem verme alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Ortalama puanlar incelendiğinde ise, erkeklerin önem verme ortalama puanlarının kadınlara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Güldür (2020) tarafından yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; kendini ifade etme alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise erkek bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Seviç (2019) tarafından Sakarya Üniversitesi'nde görev yapan çalışan ve öğrencilerin serbest zaman engelleri ve ilgilenimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendine ifade etme alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; önem verme alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise erkek katılımcılar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Demirel (2019) tarafından yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği geneline ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Araştırmacının alt boyutlar bazında gerçekleştirdiği analiz sonuçlarına göre ise katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, önem verme, sosyal etkileşim ve özdeşleşme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının cinsiyet değişkenine göre erkek bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Yine cinsiyet değişkenine ilişkin olarak ilgili alan yazın tarandığında, Vatandaş (2007), "toplumların insanlardan cinsiyet farklılığına göre beklediği bir takım yaşam şekli ve onlara biçtiği sosyal bir rolün varlığına" dikkat çekmiştir. Nitekim kişilerin çeşitli konulara yönelik davranışlarını tayin etmede bile oldukça etkili olduğu düşünülen toplumsal cinsiyetin (Ersoy, 2009), serbest zaman etkinlik tercihinde de etkili olabildiği (Wearing, 1998) yukarıda verilen araştırma sonuçlarımızla kısmen örtüşen ya da örtüşmeyen çalışma bulgularıyla ortaya konmuştur. Fakat ilgili alanyazında serbest zaman ilgileniminin, cinsiyet değişkeni açısından incelendiği çok sayıda araştırma olmasına rağmen ortak bir sonuca ulaşamadığı görülmektedir. Bir başka ifadeyle çalışma bulgularımızla paralellik gösteren ve katılımcıların cinsiyet değişkenine göre serbest zaman ilgilenimlerinin hem alt boyutlar hem de alt boyutların oluşturduğu ölçek genelinde anlamlı seviyede farklılaşmadığını tespit eden araştırmalar mevcut olduğu gibi katılımcıların cinsiyet değişkenine göre serbest zaman ilgilenimlerinin farklı boyutlarında ve ölçek genelinde kimi zaman erkek kimi zaman kadın bireyler lehine anlamlı farklılıklar doğurduğunu tespit eden araştırmalarda mevcuttur. Bu durum, çalışmaların yapıldığı bölgesel özelliklerin farklılığı, katılımcıların farklı sosyo-kültürel çevrelerde yetişmiş olmalarıyla ve fiziksel aktivitelere katılım sıklıklarının birbirlerinden farklı olmasıyla açıklanabilir.

Araştırmaya katılan çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; önem verme alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları kapsamında, yaşın büyümesiyle

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

birlikte çalışanların önem verme boyutunu serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerini artıran bir faktör olarak görme algılarının yükseldiğini söyleyebiliriz.

İlgili alan yazın incelendiğinde, yaş değişkeninin serbest zaman ilgilenimi üzerinde belirleyici rolü olduğunu ortaya koyan birçok çalışmaya rastlanmıştır. Kocaer (2018) tarafından Bartın ilinde görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum, serbest zaman ilgilenim ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, öğretmen ve öğretmen adaylarının Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği geneline ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. 31 yaş ve üzeri katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği geneline ait puan ortalamalarının 21-23 yaş arasındaki katılımcılardan anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. Yaşartürk ve ark (2023) tarafından serbest zaman ilgileniminin iş tatmini üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği tüm alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ve geneline ait puan ortalamaları ile yaşları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Serdar (2021)'ın fitness merkezi katılımcılarının serbest zaman engelleri ile ilgilenimleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yaptığı çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, önem verme, özdeşleşme ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamaları ile yaşları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Kandil (2021) tarafından rekreasyonel fiziksel aktivite olarak kayak ve snowboard yapan bireylerin serbest zaman ilgilenimleri ile serbest zaman engelleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği tüm alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ait puan ortalamaları ile yaşları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Havitz ve ark (2013) tarafından yapılan çalışmada, serbest zaman ilgilenim düzeyinin 35-54 yaş aralığındaki bireylerde diğer gruplara göre daha yüksek olduğu raporlanmıştır. Aydın (2016) tarafından fitness katılımcılarının rekreasyonel etkinliklere yönelik ilgilenim ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi amacıyla yapılan çalışmada ise katılımcıların yaş değişkenine göre Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği önem verme alt boyutuna ait puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı; bu farklılığın 20 yaş ve altı ile 21-30 yaş arasında yaşça küçük olan yani 20 yaş ve altı olan katılımcıların lehine olduğu belirlenmiştir. Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği'nin diğer boyutları olan çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Benzer şekilde Aktop ve Göksel (2023) tarafından spor bilimleri öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, öğrencilerin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, önem verme, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; sosyal ilişki alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Aktop ve Göksel (2023) tarafından yapılan analizde, 18-20 yaş aralığında yer alan bireylerin sosyal ilişki alt boyutuna ait puan ortalamalarının 24 ve üzeri yaş grubunda yer alan katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu (yaşça küçük olanlar lehine) bulunmuştur. Yine Bayrak (2023) tarafından üniversite öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, öğrencilerin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği sosyal ilişki alt boyutuna ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; çekicilik, önem verme, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda, 18-20 yaş aralığında yer alan bireylerin önem verme ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının 21-23 yaş aralığında yer alan katılımcılara göre yine 18-20 yaş aralığında yer alan bireylerin çekicilik alt boyutuna ait puan ortalamalarının 24 ve üzeri yaş grubunda yer alan katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu (yaşça küçük olanlar lehine) tespit edilmiştir. Soyer (2020) tarafından serbest zaman ilgilenimi ile örgütsel bağlılık arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcı bireylerin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği cazibe/çekicilik alt boyutuna ait puan ortalamaları ile yaşları arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmazken; merkeziyetçilik ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamaları ile yaşları arasında düşük düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu (yaşça büyük olanlar aleyhine) tespit edilmiştir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Bireylerin yaşı, serbest zamanlarında hangi etkinlikleri ve tercih edilen etkinliklere ne oranda ilgilenim göstereceklerini büyük ölçüde etkilemektedir. Tercih edilen rekreatif etkinlikler incelendiğinde yaş arttıkça bireylerin etkinliklere olan ilgilenim düzeylerinin de değiştiği görülmektedir. Özellikle gençler daha çok güce dayalı ve aktif katılımı gerektiren etkinlikleri tercih ederken, ileri yaştaki bireyler ise daha çok pasif katılımlı etkinlikleri tercih etmektedirler (Aydın, 2016). Dolayısı ile araştırmada Serbest Zaman ilgilenim Ölçeği önem verme alt boyutunda yaşça büyük olanlar lehine ortaya konan ilgili alan yazınla uyumlu ve uyumlu olmayan sonucu; katılımcıların yaş gruplarıyla ve çalışmaların aktif katılım gerektiren bir etkinlik kapsamında gerçekleştirilip/gerçekleştirilmemesi ile açıklamak mümkündür. Yine ilgili alan yazında, hem farklı evren/örneklem gruplarıyla yürütüldüğünden hem de katılımcıların yaş gruplarının farklılığından kaynaklandığı düşünülen ve mevcut araştırma sonuçlarıyla örtüşmeyen çalışmalarda Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına ve ölçek geneline ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir (Aydın ve Altungül, 2022; Çevik ve Yılıgın, 2023; Demirel, 2019; Güldür, 2020; Kocaer ve Yaşartürk, 2022).

Araştırmaya katılan çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; çekicilik ve önem verme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise evli çalışanlar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları, evli çalışanların bekar çalışanlara göre çekicilik ve önem verme boyutlarının serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerindeki etkisinin anlamlı seviyede yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Yine araştırma sonuçlarına dayanarak genel anlamda evliliğin serbest zaman etkinliklerine katılımı ve fiziksel aktiviteyi engelleyen bir durum olmadığını söyleyebiliriz. Nitekim Sobal ve Hanson (2010) tarafından yapılan çalışmada, evli erkek ve kadınların bekar olanlardan daha fazla fiziksel aktiviteye katılım sağladıkları saptanmıştır.

İlgili alan yazında mevcut araştırma sonuçlarıyla paralellik gösteren ve katılımcıların medeni durum değişkenine göre serbest zaman ilgilenimlerinin anlamlı düzeyde farklılaştığını tespit eden birçok çalışma bulunmaktadır. Kandil (2021) tarafından rekreasyonel fiziksel aktivite olarak kayak ve snowboard yapan bireylerin serbest zaman ilgilenimleri ile serbest zaman engelleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği sosyal ilişki, özdeşleşme ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; çekicilik ve önem verme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise evli bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Yaşartürk ve ark (2023) tarafından serbest zaman ilgileniminin iş tatmini üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; önem verme alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise evli bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Soyer (2020) tarafından serbest zaman ilgilenimi ile örgütsel bağlılık arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcı bireylerin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği cazibe/çekicilik ve merkezîyetçilik alt boyutlarına ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; kendini ifade etme alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise evli katılımcılar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Aydın ve Altungül (2022) tarafından infaz koruma memurlarının sportif serbest zaman ilgilenimi ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ve geneline ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre evli bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir.

Yine ilgili alan yazında araştırma sonuçlarımızla örtüşmeyen, hem farklı evren/örneklem gruplarıyla yürütülmüş olmalarından hem de katılımcıların farklı sosyo-kültürel çevrelerde yetişmiş olmalarından ve serbest zaman etkinliklerine katılım sıklıklarının birbirlerinden farklı olmasından kaynaklandığı düşünülen ve Kırandi ve ark (2022) tarafından rekreatif futbol katılımcıları örneğinde gerçekleştirilen çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; önem verme alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise bekar bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Emir (2024) tarafından yetişkin bireylerin serbest zaman okuryazarlığı ve serbest zaman ilgilenimi arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme



ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; çekicilik alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise bekar bireyler lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Güldür (2020)'ün hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim ve benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ait puan ortalamalarının; Demirel (2019)'in fitness merkezi üyelerinin boş zamana katılım ve mutluluk düzeylerini incelediği çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ve geneline ait puan ortalamalarının; Kocaer (2018)'in Bartın ilinde görev yapan beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum, serbest zaman ilgilenim ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkisini incelediği çalışmada, öğretmenlerin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği geneline ait puan ortalamalarının medeni durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmaya katılan çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, sosyal ilişki, kendini ifade etme alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; önem verme ve özdeşleşme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının ise eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Lisans mezunu olan çalışanların, lisansüstü mezunu olan çalışanlara göre önem verme ve özdeşleşme boyutlarının serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerindeki etkisinin anlamlı seviyede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

İlgili alanyazında mevcut araştırma sonuçlarıyla paralellik gösteren birçok çalışma mevcuttur. Kırandı ve ark (2022) tarafından rekreatif futbol katılımcılarının ilgilenim düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği'nin çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; önem verme alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise lise mezunu ve üniversite mezunu olan katılımcılar arasında lise mezunu olan katılımcılar lehine anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Demirel (2019) tarafından fitness merkezi üyelerinin boş zamana katılım ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Lise mezunu olan katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği tüm alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ait puan ortalamalarının ön lisans ve lisans mezunu olan katılımcılara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Kandil (2021) tarafından rekreasyonel fiziksel aktivite olarak kayak ve snowboard yapan bireylerin serbest zaman ilgilenimleri ile serbest zaman engelleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, sosyal ilişki ve özdeşleşme alt boyutlarında yüksek lisans/doktora mezunu olan katılımcıların lisans mezunu olan katılımcılara göre; önem verme ve kendini ifade etme alt boyutunda ise lise ve daha aşağı eğitim kademesi mezunu olan katılımcılar ile yüksek lisans/doktora mezunu olan katılımcıların lisans mezunu olan katılımcılara göre puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Soyer (2020) tarafından serbest zaman ilgilenimi ile örgütsel bağlılık arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcı bireylerin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği merkezîyetçilik ve kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı; cazibe/çekicilik alt boyutuna ait puan ortalamalarının ise eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Soyer (2020) araştırma sonucunu, katılımcıların eğitim durumları arttıkça cazibe/çekicilik alt boyutuna ilişkin puan ortalamalarının artış gösterdiği şeklinde yorumlamıştır. Aydın ve Altungül (2022) tarafından infaz koruma memurlarının sportif serbest zaman ilgilenimi ve psikolojik dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ve geneline ait puan ortalamalarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Bu çalışmalardan Soyer (2020) ile Aydın ve Altungül (2022) tarafından yapılan çalışma sonuçlarının, araştırma bulgularımızla paralellik göstermediği ortadadır. Bu sonuca, araştırmada kullanılan ölçeklerin ve araştırma grubunun farklılığının neden olduğu düşünülmektedir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Araştırmaya katılan çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ve geneline ait puan ortalamalarının aylık gelir durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre genel olarak, aylık gelir durumu yüksek olan çalışanlar tarafından kendilerinden daha az aylık gelir durumuna sahip olan çalışanlara göre; çekicilik boyutunda, önem verme boyutunda, sosyal ilişki boyutunda, özdeşleşme boyutunda, kendini ifade etme boyutunda ve ölçek geneli tüm maddelerde ortaya konan unsurların daha yüksek düzeyde serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerini arttıran faktör olarak görüldüğünü söylemek mümkündür.

İlgili alanyazında, artan gelir durumunun bireylerin serbest zaman ilgilenim seviyelerinin artışına katkı sağladığını ortaya koyan birçok çalışma bulunmaktadır. Kandil (2021) tarafından rekreasyonel fiziksel aktivite olarak kayak ve snowboard yapan bireylerin serbest zaman ilgilenimleri ile serbest zaman engelleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği tüm alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ait puan ortalamaları ile aylık gelir durumları arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Demirel (2019) tarafından fitness merkezi üyelerinin boş zamana katılım ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği sosyal ilişki ve özdeşleşme alt boyutlarına ait puan ortalamaları ile gelir durumları arasında pozitif yönde orta ve yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği çekicilik, önem verme, kendini ifade etme alt boyutlarına ait puan ortalamaları ile gelir durumları arasında ise anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Yaşartürk ve ark (2023) tarafından serbest zaman ilgileniminin iş tatmini üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği önem verme, sosyal ilişki, kendini ifade etme alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamaları ile aylık gelir değişkeni arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmazken çekicilik ve özdeşleşme alt boyutuna ait puan ortalamaları ile aylık gelir değişkeni arasında düşük düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bayrak (2023) tarafından üniversite öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenimleri ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan çalışmada, öğrencilerin Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına (çekicilik, önem verme, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) ait puan ortalamalarının algılanan ekonomik durum değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Algılanan ekonomik durumu iyi olan bireylerin çekicilik ve özdeşleşme alt boyutlarına ait puan ortalamalarının algılanan ekonomik durumu normal ve kötü olanlara göre; algılanan ekonomik durumu kötü olan bireylerin de kendini ifade etme alt boyutuna ait puan ortalamalarının algılanan ekonomik durumu normal ve iyi olanlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu bulunmuştur. İlgili alan yazında araştırma sonuçlarımızla örtüşmeyen ve katılımcıların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının aylık gelir durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığını (Aktop ve Göksel, 2023; Demirel ve ark., 2022; Güldür, 2020; Serdar, 2021) ya da negatif ilişki gösterdiğini (Soyer, 2020) saptayan çalışmalar da bulunmaktadır.

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Çalışanların serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerinde en önemli unsurun “çekicilik” boyutu olduğu; “önem verme” boyutunun ise çalışanlarda diğer boyutlara (çekicilik, sosyal ilişki, özdeşleşme, kendini ifade etme) göre serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerindeki etkisinin daha az düzeyde olduğu belirlenmiştir. Çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği tüm alt boyutlarına ve geneline ait puan ortalamalarının aylık gelir durumu değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı; çalışma pozisyonlarına (beyaz yakalı ve mavi yakalı) ve cinsiyet değişkenine göre ise anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Yine çalışanların Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği önem verme boyutunun yaş değişkenine göre; çekicilik ve önem verme boyutlarının medeni durum değişkenine göre; önem verme ve özdeşleşme boyutlarının ise eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir. Sonuç olarak, beyaz ve mavi yakalı çalışan grupların serbest zaman ilgilenimlerinin bazı demografik değişkenlerden etkilendiği söylenebilir.

Araştırma sonuçları kapsamında; yaşça küçük, medeni durumu bekar ve daha az aylık gelir durumuna sahip çalışanlar özelinde düzenlenecek kurs/seminer vb. faaliyetlerin bu durumdaki çalışanların serbest zaman etkinliklerine olan ilgilerini artıracığı düşünülmektedir. Çalışanların

serbest zaman etkinliklerine karşı tutum ve davranışlarının olumlu yönde geliştirilmesinin, toplumun fiziksel aktivite seviyesini arttırmak adına büyük önem arz ettiği düşünülmektedir.

### KAYNAKÇA

- Aktop, M. ve Göksel, AG. (2023). Spor Bilimleri Öğrencilerinin Serbest Zaman İlgilenimleri ve Yaşam Doyumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 5(2), 99-109.
- Alexandris, K; Douka, S; Balaska, P. (2012). Involvement with active leisure participation: does service quality have a role? *Managing Leisure*, 17(1), 54-66. <https://doi.org/10.1080/13606719.2011.638203>
- Aydın, E. ve Altungül, O. (2022). *İnfaz koruma memurlarının sportif serbest zaman ilgilenimi ve psikolojik dayanıklılık düzeyleri*. Ankara, İksad Publishing House.
- Aydın, İ. (2016). *Fitnes katılımcılarının rekreasyonel etkinliklere yönelik ilgilenim ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi) Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aydın, İ. (2022). Serbest zaman ilgilenimi ve yaşam doyum ilişkisinde etkinlik doyumunun kısmi aracılık etkisi: Rekreasyonel koşucular örneği. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 13(1), 55-74.
- Ayhan, C. (2022). *Serbest zaman ilgilenimi rekreasyonel akış deneyimi, rekreasyonel fayda ve serbest zaman tatmininin tekrar katılım niyeti üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.
- Bayrak, H. (2023). *Üniversite öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim ve yaşam kalitesi düzeylerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Çapkan, M. (2023). *Yerel yönetimde çalışanların serbest zaman ilgilenim düzeyleri ile psikolojik iyi oluş durumlarının incelenmesi (Konya Meram Belediyesi örneği)*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Çevik, A. ve Yılgin, A. (2023). Ergenlerde serbest zaman ilgilenim düzeyinin incelenmesi. *Kilis 7 Aralık Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 96-106.
- Decloe, MD; Kaczynski, AT; Havitz, ME. (2009). Social participation, flow and situational involvement in recreational physical activity. *Journal of Leisure Research*, 41(1), 73-90. <https://doi.org/10.1080/00222216.2009.11950160>
- Demirel, M. (2019). Leisure involvement and happiness levels of individuals having fitness center membership. *Journal of Education and Learning*, 8(6), 140-149.
- Demirel, M; Varol, F; Bozoğlu, MS; Kaya, A; Aksu, HS. (2022). Rekreatif amaçlı tenis oynayan bireylerde akış deneyimi ve serbest zaman ilgilenimi. *Çatalhöyük Uluslararası Turizm ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9, 54-66.
- Emir, E. (2024). Serbest zaman okuryazarlığı ve serbest zaman ilgilenimi arasındaki ilişki: Yetişkin bireyler üzerine bir araştırma. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 6(1), 1-12.
- Ersoy, E. (2009). Cinsiyet kültürü içerisinde kadın ve erkek kimliği (Malatya örneği). *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(2), 209-230.

- Eskiler, E. ve Karakaş, G. (2017). Sakarya üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman ilgilenimleri ile davranışsal niyetleri arasındaki ilişkilerinin incelenmesi. *İÜ Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 10-24.
- Güldür, BB. (2020). *Hentbol sporcularının serbest zaman ilgilenim ve benlik algısı düzeyleri arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Bartın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bartın.
- Güngörmüş, HA; Yetim, AA; Çalık, C. (2006). Ankara'daki beden eğitimi ve spor öğrenimi veren yükseköğretim kurumlarında görev yapan öğretim elemanlarının boş zamanlarını değerlendirme biçimlerinin araştırılması. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14(2), 653-666.
- Gürbüz, B; Çimen, Z; Aydın, İ. (2018). Serbest zaman ilgilenim ölçeği: Türkçe formu geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *SPORMETRE*, 16(4), 256-265.
- Havitz, ME; Kaczynski, AT; Mannell, RC. (2013). Exploring relationships between physical activity, leisure involvement, self-efficacy, and motivation via participant segmentation. *Leisure Sciences: An Interdisciplinary Journal*, 35(1), 45-62. <https://doi.org/10.1080/01490400.2013.739890>
- Kandil, N. (2021). *Rekreasyonel fiziksel aktivite olarak kayak ve snowboard yapan bireylerde serbest zaman ilgilenim ve serbest zaman engelleri ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Karaca, AA. (2015). *Serbest zaman katılımı, psikolojik iyi olma ve serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin üniversite öğrencileri üzerinde incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antalya.
- Kırandı, O; Öncü, E; Akbulut, V; Aydın, İ. (2022). Rekreatif futbol katılımcılarının ilgilenim düzeyleri. *Spor Eğitim Dergisi*, 6(3), 217-227.
- Kocaer, G. (2018). *Beden eğitimi ve spor öğretmenleri ve adaylarının öğretmenlik mesleğine yönelik tutum, serbest zaman ilgilenim ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Bartın ili örneği)*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi), Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.
- Kocaer, G. ve Yaşartürk, F. (2022). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin mesleğe yönelik tutum, serbest zaman ilgilenim ve rekreasyon faaliyetlerine yönelik fayda düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Bartın ili örneği). *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*, 8(2), 608-623.
- Kyle, G; Absher, J; Norman, W; Hammitt, W; Jodice, L. (2007). A modified involvement scale. *Leisure Studies*. 26(4), 399-427. <https://doi.org/10.1080/02614360600896668>
- Kyle, G. and Chick, G. (2002). The social nature of leisure involvement. *Journal of Leisure Research*, 34(4), 426- 448. <https://doi.org/10.1080/00222216.2002.11949980>
- McIntyre, N. and Pigram, JJ. (1992). Recreation specialization reexamined: The case of vehicle-based campers. *Leisure Sciences*, 14(1), 3-15. <https://doi.org/10.1080/01490409209513153>
- Özşaker, M. (2012). Gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılamama nedenleri üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(1), 126-131.
- Serdar, E. (2021). Serbest zaman engelleri ile ilgilenim arasındaki ilişki: Fitness merkezi katılımcıları üzerine bir araştırma. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 49-61.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Seviç, M. (2019). *Serbest zaman engelleri ve ilgilenimleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi: Sakarya Üniversitesi örneği*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.
- Sobal, J. and Hanson, K. (2010). Marital status and physical activity in US adults. *International Journal of Sociology of the Family*, 36(2), 181-198. <https://www.jstor.org/stable/23028828>
- Soyer, A. (2020). *Serbest zaman ilgilenimi ile örgütsel bağlılık arasındaki ilişki: yerel yönetimlerde bir araştırma*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.
- Tabachnick, BG. and Fidell, LS. (2013). *Using multivariate statistics*. Sixth Edition. Boston/USA, Pearson Education.
- Vatandaş, C. (2007). Toplumsal cinsiyet ve cinsiyet rollerinin algılanışı. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, (35), 29-56.
- Wearing, B. (1998). *Leisure and feminist theory*. London, Sage Publications Ltd.
- Wiley, CGE; Shaw, SM; Havitz, ME. (2000). Men's and women's involvement in sports: An examination of the gendered aspects of leisure involvement. *Leisure Sciences*, 22(1), 19-31. <https://doi.org/10.1080/014904000272939>
- Yaşartürk, F; Ceylan, M; Akay, B. (2023). Serbest zaman ilgileniminin iş tatmini üzerindeki etkisi: İdari personeller üzerine bir araştırma. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 6 (Özel Sayı 1), 79-96.
- Yönet, E. (2018). *Lise öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim, dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kalitesi düzeylerinin araştırılması*. (Yayımlanmamış doktora tezi) Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sakarya.



## TÜRKİYE SÜPER LİĞİ FUTBOL TAKIMI TARAFTARLARININ ÖZDEŞLEŞME DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Sercan KARABACAK<sup>1</sup>, Levent ATALI<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Haliç Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-8126-2859

E-posta: sercankarabacak@hotmail.com

<sup>2</sup>Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Kocaeli,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-2035-8523

E-posta: leventatali@gmail.com

### ÖZET

Çalışmanın amacı Türkiye süper ligi futbol takımı taraftarlarının özdeşleşme düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından (cinsiyet, takım, maç izleme sıklığı, maç izlenen platform, sosyal medya günlük kullanım) incelenmesidir. Çalışmaya Türkiye süper liginde mücadele eden 4 büyük kulüp taraftarı 1661 ( $\bar{X}$ yaş=20,38±2,25) üniversite öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Taraftarlara “Kişisel Bilgi Formu” ile “Spor Taraftarı Özdeşleşme Ölçeği” uygulanmıştır. Verilerin analizinde, bağımsız gruplar t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre, erkek taraftarların ( $\bar{X}$ =5,81±2,02) kadın taraftarlardan ( $\bar{X}$ =4,3±2,14) anlamlı düzeyde daha yüksek özdeşleşme düzeyine sahip olduğu bulunmuştur (t=14,514; p<0,05). Trabzonsporlu ( $\bar{X}$ =5,49±2,19) ve Fenerbahçeli ( $\bar{X}$ =5,41±2,05) taraftarlarının, Beşiktaşlı taraftarlardan ( $\bar{X}$ =4,68±2,28) anlamlı düzeyde daha yüksek özdeşleşme düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir (F=11,982; p<0,01;  $\eta^2$ =0,021). Ayrıca, haftada bir kere maç izleyen taraftarların ( $\bar{X}$ =6,56±1,41), ayda bir kere maç izleyenlerden ( $\bar{X}$ =5,05±1,58) ve ayda bir kereden az maç izleyen taraftarlardan ( $\bar{X}$ =3,5±2,07) anlamlı düzeyde daha yüksek özdeşleşme düzeyine sahip oldukları gözlemlenmiştir (F=1590,408; p<0,02;  $\eta^2$ =0,396). Maçları stadyumda izleyen taraftarların ( $\bar{X}$ =6,64±1,81), televizyon ( $\bar{X}$ =5,45±2,04), web sitesi ( $\bar{X}$ =5,44±1,86) ve sosyal medyada ( $\bar{X}$ =3,63±2,11) izleyenlerden anlamlı düzeyde daha yüksek özdeşleşme düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir (F=109,47; p<0,02;  $\eta^2$ =0,165). Sosyal medyayı günde 2-3 saat kullananlar ( $\bar{X}$ =5,39±2,16), 2 saat ve daha az kullananlardan ( $\bar{X}$ =4,89±2,19) anlamlı düzeyde daha yüksek özdeşleşme düzeyine sahip oldukları bulunmuştur (F=4,242; p<0,01;  $\eta^2$ =0,008). Bu sonuçlarla birlikte, taraftarların özdeşleşme düzeylerinin cinsiyet, desteklenen takım, maç izleme sıklığı, platformu ve günlük sosyal medya kullanım süresi gibi faktörlere bağlı olarak anlamlı farklılıklar gösterdiği ortaya konmuştur.

**Keywords:** Taraftar, Özdeşleşme, Futbol



## EXAMINING THE IDENTIFICATION LEVELS OF TURKISH SUPER LEAGUE FOOTBALL TEAM FANS IN TERMS OF VARIOUS VARIABLES

Sercan KARABACAK<sup>1</sup>, Levent ATALI<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Halic University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management,  
İstanbul, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-8126-2859

E-mail: sercankarabacakk@hotmail.com

<sup>2</sup>Kocaeli University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management,  
Kocaeli, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-2035-8523

E-mail: leventatali@gmail.com

### ABSTRACT

The aim of the study is to investigate the identification levels of fans of Turkish Super League football teams in terms of various variables (gender, team, match viewing frequency, match viewing platform, and daily use of social media). A total of 1,661 university students ( $\bar{X}_{age}=20.38\pm 2.25$ ), who are fans of the four major clubs competing in the Turkish Super League, voluntarily participated in the study. The "Personal Information Form" and "Sports Fan Identification Scale" were administered to the participants. Independent samples t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used to analyze the data. According to the results, male fans ( $\bar{X}=5.81\pm 2.02$ ) had a significantly higher identification level than female fans ( $\bar{X}=4.3\pm 2.14$ ) ( $t=14.514$ ;  $p<0.05$ ). Trabzonspor ( $\bar{X}=5.49\pm 2.19$ ) and Fenerbahçe ( $\bar{X}=5.41\pm 2.05$ ) fans had significantly higher identification levels than Beşiktaş fans ( $\bar{X}=4.68\pm 2.28$ ) ( $F=11.982$ ;  $p<0.01$ ;  $\eta^2=0.021$ ). It was also observed that fans who watched matches once a week ( $\bar{X}=6.56\pm 1.41$ ) had significantly higher identification levels than those who watched matches once a month ( $\bar{X}=5.05\pm 1.58$ ) and those who watched matches less than once a month ( $\bar{X}=3.5\pm 2.07$ ) ( $F=1590.408$ ;  $p<0.02$ ;  $\eta^2=0.396$ ). Fans who watched matches in the stadium ( $\bar{X}=6.64\pm 1.81$ ) had significantly higher identification levels than those who watched matches on television ( $\bar{X}=5.45\pm 2.04$ ), on a website ( $\bar{X}=5.44\pm 1.86$ ), or on social media ( $\bar{X}=3.63\pm 2.11$ ) ( $F=109.47$ ;  $p<0.02$ ;  $\eta^2=0.165$ ). It was found that those who used social media for 2-3 hours a day ( $\bar{X}=5.39\pm 2.16$ ) had significantly higher identification levels than those who used social media for 2 hours or less ( $\bar{X}=4.89\pm 2.19$ ) ( $F=4.242$ ;  $p<0.01$ ;  $\eta^2=0.008$ ). These results revealed that the identification levels of fans varied significantly depending on factors such as gender, the team supported, the frequency of watching matches, the platform used, and daily social media usage time.

**Keywords:** Fan, Identification, Football



## SARKOPENİ İLE İLGİLİ FİZYOTERAPİ VE REHABİLİTASYON ALANINDA YAPILAN LİSANSÜSTÜ TEZLERİN İNCELENMESİ

Kübra TUZ<sup>1</sup>, Nezehat Özgül ÜNLÜER<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Havza Meslek Yüksekokulu, Terapi ve Rehabilitasyon  
Bölümü, Samsun, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-0180-5735

E-posta: kubra.tuz@omu.edu.tr

<sup>2</sup> Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Gülhane Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Fakültesi,  
Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Ankara, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-2314-0738

E-posta: nunluer80@yahoo.com

### ÖZET

Sarkopeni; kas kütlesi, kas kuvveti ve fiziksel performansta azalmalar sonucu meydana gelen bir durumdur. Son yıllarda yaşlı nüfusun artmasıyla önem kazanmıştır. Bu çalışmanın amacı Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (FTR) alanında, sarkopeni ile ilgili yapılmış olan lisansüstü tezlerini incelemektir. Çalışmada, Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi resmi web adresi kullanılarak “Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Ana Bilim Dalı” kategorisine ait sarkopeni konulu lisansüstü tezler taranmıştır. Bu tarama sonucunda 6 adet çalışmaya ulaşılmıştır. Çalışma sonucunda yapılan tezlerin tamamının yüksek lisans düzeyinde olduğu görülmüştür. FTR alanında sarkopeni ile ilgili yapılan ilk tez çalışması 2019 yılına ait olup; tezlerin tamamı 2019-2023 yılları arasında yapılmıştır. Sarkopeninin son yıllarda tez çalışmalarında kendine yer bulduğu görülmektedir. FTR alanında bu konuda yapılacak yeni tez çalışmalarına ihtiyaç bulunmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Fizyoterapi, Sarkopeni, Tez





## INVESTIGATION OF POSTGRADUATE THESES IN THE FIELD OF PHYSIOTHERAPY AND REHABILITATION RELATED TO SARCOPENIA

Kübra TUZ<sup>1</sup>, Nezehat Özgül ÜNLÜER<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup> Ondokuz Mayıs University, Havza Vocational School, Department of Therapy and Rehabilitation, Samsun, TURKEY  
ORCID Code: 0000-0003-0180-5735  
E-mail: kubra.tuz@omu.edu.tr

<sup>2</sup> University of Health Sciences, Gulhane Faculty of Physiotherapy and Rehabilitation, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Ankara, TURKEY  
ORCID Code: 0000-0003-2314-0738  
E-mail: nunluer80@yahoo.com

### ABSTRACT

Sarcopenia is a condition that occurs due to decreases in muscle mass, muscle strength, and physical performance. It has gained importance in recent years with the increase in the elderly population. This study aims to examine postgraduate theses on sarcopenia in Physiotherapy and Rehabilitation (PTR). In the study, postgraduate theses on sarcopenia belonging to the category of "Physiotherapy and Rehabilitation Department" were scanned using the official web address of the National Thesis Center of the Council of Higher Education. As a result of this scan, 6 studies were reached. As a result of the study, it was seen that all of the theses were at the master's level. The first thesis study on sarcopenia in the field of PTR was conducted in 2019; all theses were conducted between 2019-2023. It is seen that sarcopenia has found a place in thesis studies in recent years. There is a need for new thesis studies on this subject in the field of PTR.

**Keywords:** Physiotherapy, Sarcopenia, Thesis

### GİRİŞ

Sarkopeni, geriyatrik araştırmalarda ve klinik ortamlarda yaşlı yetişkinler için önemli bir halk sağlığı sorunudur (Beaudart ve ark., 2014). Sarkopeni; kas kütlesi, kas kuvveti ve fiziksel performansta düşüşlerle karakterize yaşa bağlı bir geriyatrik sendromdur (Chen ve ark., 2020). Sarkopeni prevalansı etnik köken, popülasyon ortamı ve tanı kriterlerine bağlı olarak çalışmalar arasında değişiklik göstermektedir (Therakomen ve ark., 2020). Sarkopeni prevalansının toplumda yaşayan yaşlılarda %29'a kadar ulaştığı ifade edilmiştir. 80 yaş üzeri yaşlılarda sarkopeni prevalansının %11-50 arasında değiştiği belirtilmiştir (Cruz-Jentoft ve ark., 2014). Sarkopeniye yol açabilecek çeşitli risk faktörleri bulunmaktadır. Yaş, cinsiyet, fiziksel aktivite, düşmeler, kırılgnalık, eşlik eden hastalıklar, vücut kitle indeksi, diyet ve malnütrisyon bu faktörler arasında sayılabilir (Khongsri ve ark., 2016). Bunlar arasında egzersiz eksikliğinin en önemli risk faktörü olduğu düşünölmektedir (Cho ve ark., 2022). Sarkopeni tedavisinde etkili farmakolojik müdahalelerin olmadığı bildirilmiştir. Farmakolojik olmayan müdahaleler, sarkopeni için en uygun ve etkili tedavi yöntemleridir (Cruz-Jentoft ve Sayer, 2019; Dent ve ark., 2018). Bu yöntemler arasında uygun beslenme ve dirençli egzersizler önemli yer tutmaktadır. Egzersiz olmadan yapılan beslenme müdahalelerinin sarkopeni yönetimindeki etkinliği belirsiz olsa da; bazı kanıtlar yeterli protein, D vitamini ve antioksidan besinlerin faydalı olduğunu ortaya koymuştur (Robinson ve ark., 2018).

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Egzersiz, yaşa bağlı sarkopeniyi hedef alan tedavi stratejilerinin vazgeçilmez bir parçası olarak değerlendirilmektedir (Yoo ve ark., 2018). Dirençli egzersizler önemli pozitif kanıtlarla beraber, sarkopeni tedavisinin temel farmakolojik olmayan müdahalesi olarak gösterilmiştir. Dirençli egzersiz eğitimleri kas kütlesi, kas kuvveti ve fiziksel performansı iyileştirmede rol oynamaktadır (Suetta ve ark., 2008).

Bu çalışmada ülkemizde üniversitelerde Fizyoterapi ve Rehabilitasyon (FTR) alanında sarkopeni ile ilgili yapılmış lisansüstü tezlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada yüksek lisans tezlerinin amaç, örneklem, veri toplama araçları ve sonuçları incelenmiştir. Ayrıca elde edilen sonuçlara göre, bu alanda çalışacak araştırmacılara yeni lisansüstü tez çalışmalarında farklı fikirler vermesi hedeflenmektedir.

### YÖNTEM

Bu araştırma, 2019 ile 2023 tarihleri arasında ülkemizde üniversitelerin lisansüstü eğitim enstitülerinde hazırlanarak tamamlanmış ve Yükseköğretim Kurulu (YÖK) Ulusal Tez Merkezi veri tabanında yer almış lisansüstü tezler incelenerek yapılmıştır.

Çalışmada, Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi sayfasındaki “detaylı tarama” seçeneğinde “sarkopeni” tarama terimi kullanılmıştır. Fizyoterapi ve Rehabilitasyon alanında yapılmış tezler araştırmanın dâhil edilme kriterini sağlamıştır. Bu nedenle farklı ana bilim dallarında yapılmış lisansüstü tez çalışmaları araştırmadan hariç tutulmuştur. Toplam 6 tez çalışmaya dâhil edilmiş ve bu tezlere ilişkin elde edilmiş veriler incelenmiştir.

### BULGULAR

Çalışmada yer alan 6 teze ilgili elde edilen bulgular tablolarda gösterilmektedir. Çalışmada yer alan tezlerin %100’ü (n=6) yüksek lisans tezidir.

Fizyoterapi ve Rehabilitasyon alanında sarkopeni ile ilgili yapılan tüm tez çalışmaları 2019-2023 yılları arasında yapılmıştır. Tezlerin yıllara göre sayı dağılımı aşağıda gösterilmiştir (Tablo 1).

Tablo 1. İncelenen Lisansüstü Tezlerin Yıllara Göre Dağılımı

| Yıl  | Yüksek Lisans |
|------|---------------|
| 2019 | 1             |
| 2020 | 1             |
| 2021 | 0             |
| 2022 | 1             |
| 2023 | 3             |

Tamamlanan tez çalışmalarının 5 farklı üniversitede yapıldığı görülmüştür. Bu üniversiteler; Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Kırıkkale Üniversitesi ve İstanbul Aydın Üniversitesi’dir. Üniversitelere göre tezlerin sayı dağılımı aşağıda gösterilmiştir (Tablo 2).



Tablo 2. Lisansüstü Tezlerin Üniversitelere Göre Dağılımı

| Üniversite                            | Yüksek Lisans |
|---------------------------------------|---------------|
| Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi | 2             |
| Dokuz Eylül Üniversitesi              | 1             |
| Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi  | 1             |
| Kırıkkale Üniversitesi                | 1             |
| İstanbul Aydın Üniversitesi           | 1             |

Araştırmada incelenen 6 yüksek lisans tezinin amaç, örneklem, veri toplama araçları ve sonuçları Tablo 3’de ortaya konulmuştur.

Tablo 3. Yüksek Lisans Tezlerinin İncelenmesi

| Yazar/Yılı                                    | Amaç  | Örneklem   | Veri Toplama Araçları  | Sonuç  |
|---|---|--|--|--|
| Burak Aslan/<br>2019<br>(Aslan).              | Kronik bel ağrısının sarkopeni ve engellilik üzerine etkisini incelemek   | 12 haftadan uzun süredir bel ağrısı şikayeti olan 32 birey ve 31 kronik bel ağrısı olmayan birey                             | El dinamometresi, Biyoempedans analizi, 4 metre yürüme testi, Roland Morris Engellilik Anketi  | Kronik bel ağrısı şikayetine sahip bireylerde yürüme hızının kontrol grubuna göre daha düşük olduğu, muhtemel sarkopeni görülme oranının ise daha yüksek olduğu bulundu.   |
| Hande Şehnaz Ünsal/<br>2020<br>(Ünsal, 2020). | Ayakta Pilates eğitiminin sarkopenili yaşlı bireylerde kas kuvveti, fiziksel performans, denge ve düşme riski üzerine etkilerini araştırmak | Narlıdere Huzurevi Yaşlı Bakım ve Rehabilitasyon Merkezi’nde dahil edilme kriterlerine uyan, sarkopeni tanılı 32 yaşlı birey | Jamar el dinamometresi, Manuel kas kuvvet dinamometresi, Kısa Fiziksel Performans Bataryası, Süreli Kalk Yürü Testi, Biodex marka denge cihazı, m-CTSIB Testi, LOS Testi | Ayakta Pilates eğitiminin sarkopenik yaşlı popülasyonda güvenle kullanılabilirliği, Ayakta Pilates eğitiminin el sıkma kuvveti, fiziksel performans ve denge düzeyleri üzerinde olumlu bir etkiye sahip olduğu ancak alt ekstremitte kas kuvvetini geliştirmediği görülmüştür. |
| Melike Yücel/<br>2022                         | Sarkopenik olan ve olmayan geriatric bireylerin ağız sağlığı, beslenme ve yutma   | 65 yaş üstü gönüllü, nörolojik hastalığı ve dejeneratif  | Standardize Mini Mental Test, Charlson Komorbite   | Sarkopenik bireylerin sarkopenik olmayan bireylere göre ağız sağlığının bozulduğu,   |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|                                      |   |  |   |  |
|--------------------------------------|---|--|---|--|
| (Yücel, 2022).                       | fonksiyonunu karşılaştırmak   | nöromusküler hastalığı olmayan, baş-boyun bölgesi cerrahi ve/veya radyoterapi öyküsü olmayan, Standardize Mini Mental Durum Test puanı 24 ve üzeri olan sarkopenik 28 birey ve sarkopenik olmayan 37 birey | İndeksi, Jamar el dinamometresi,6 metre yürüme testi, Ağız Sağlığı Etki Profili,EAT-10,MNA  | beslenme durumunun kötüleştiği ve yutma fonksiyonunun azaldığı bulundu.  |
| Şeyma Akdağlı/ 2023 (Akdağlı, 2023). | Kırıkkale ilinde yaşayan 65 yaş ve üzeri bireylerde sarkopeni taraması yapmak | Kırıkkale ili Hürriyet Aile Sağlığı Merkezi'ne kayıtlı 572 yaşlı birey   | Standardize Mini Mental Test, Düşme Riski Öz Değerlendirme Ölçeği, Fonksiyonel Bağımsızlık ve Zorlanma Ölçeği, Kısa Fiziksel Performans Testi, Mini Beslenme Değerlendirmesi, Sarkopeni Tarama Testi, Yaşlılar İçin Fiziksel Aktivite Ölçeği, Baseline Dijital El Dinamometresi, Inbody120 Biyoempedans Analiz Cihazı | 572 yaşlı bireyin 19'u ciddi sarkopeniye sahip olmak üzere toplam 31 bireyin sarkopenisinin olduğu tespit edildi ve sarkopeni prevalansı %5,4 olarak bulundu. Sarkopenili yaşlı bireylerin düşme riskleri sarkopenisi olmayan yaşlı bireylere göre yüksek, fonksiyonel bağımsızlıkları, fiziksel performansları düşük bulundu. |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
| Sümeyye Elif Hasanoğlu/2023 (Hasanoğlu, 2023). | İnme tanısı almış 65 yaş üstü ambulasyonu olan olgularda sarkopeni sıklığını araştırmak ve egzersizle birlikte robotik rehabilitasyon tedavisi uygulayarak robotik rehabilitasyonun sarkopeni şiddeti üzerine etkisini belirlemek | 65 yaş üstü hemipleji tanısı almış ambulasyonu olan 102 hasta   | Bel, Kalça, Baldır ve Üst Orta Kol Çevresi Ölçümü, SARC-F Anketi, 6 Dakika Yürüme Testi, Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi-Kısa Form (UFAA), Mini Mental Testi, Üst Ekstremitte (Kavrama Kuvveti) Kas Kuvveti Ölçümü, Yorgunluk Şiddet Ölçeği, Beş Defa Otur-Kalk Testi, Berg Denge Ölçeği, Woodway LokoHelp and LokoStation | Sonuçlar, egzersiz sarkopeni şiddetine etkisi olduğunu gösterse de robotik rehabilitasyonla birlikte yapılan programda hastalarda kas kütlesi, fiziksel kapasite, kas kuvveti alanlarında daha yüksek ilerleme kaydedildiği görüldü. |
| Yağmur Kuralay/2023 (Kuralay, 2023).           | Kadınlarda obezitenin, rektus femoris kas kalınlığı, sarkopeni, yürüyüş ve denge üzerine etkilerini araştırmak  | Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Evliya Çelebi Eğitim ve Araştırma Hastanesi FTR Ek Hizmet Binasında obezite tanısı ile takip edilen 18 yaşından büyük kadınlar ve obez olmayan kadınlar | SARC-F Anketi, Biyoelektrik empedans analiz cihazı, Jamar el dinamometresi, TUG Testi, Zebris™ FDM-2, Rektus femoris kas kalınlığı ultrason ölçümü   | Obez kadınlarda kontrol grubuna göre kas kütlesi, yürüme hızı, sarkopeni varlığı, rektus femoris kas kalınlığı, adım genişliği, sol ve sağ duruş fazı ve çift destek süresinin anlamlı şekilde daha yüksek olduğu görülmüştür.       |

### TARTIŞMA

Bu çalışmada, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon alanında sarkopeni ile ilgili yapılan lisansüstü tez çalışmaları incelenmiş ve yapılan tezlerin tamamının yüksek lisans tezi olduğu görülmüştür. Yapılan çalışmalar amaç ve örneklem yönünden çeşitlilik göstermiştir.

Aslan yapmış olduğu tez çalışmasında, kronik bel ağrısının sarkopeni üzerine olan etkisini incelemiştir (Aslan, 2019). Yapılan tez çalışmasında kronik bel ağrısının, sarkopeni gelişme ihtimalini yükselttiği ifade edilmiştir (Aslan, 2019). Literatürde sarkopeni ve kronik ağrı arasındaki ilişki henüz netlik kazanmasa da; sarkopenili kişilerin sarkopenisi olmayanlara kıyasla daha yüksek oranda ağrı yaşadığı belirtilmiştir (Sit ve ark., 2019). Yapılan bir meta analizde, kronik ağrı ile sarkopeni riskinin artması arasında önemli bir pozitif korelasyon bulunmuştur (Chen ve ark., 2023). Yaşlılarda görülen bel ağrısı, sarkopeni gelişme olasılığının daha yüksek olmasıyla ilişkili bulunmuştur (Chen ve ark., 2023).

Ünsal yapmış olduğu tez çalışmasında; sarkopenili yaşlı bireylerde ayakta pilates egzersiz eğitiminin, kas kuvveti, fiziksel performans, mobilite, denge ve düşme riski üzerindeki etkilerini araştırmıştır (Ünsal, 2020). Ayakta pilates egzersiz programının sarkopenili yaşlılarda el kavrama gücünü arttırdığı, fiziksel performans ve postüral stabiliteyi geliştirdiği ve düşme riskini azalttığı bulunmuştur (Ünsal, 2020). Yapılan bir çalışmada mat pilates uygulanan yaşlı kadınlarda fonksiyonel kapasitenin artışı, sarkopeni riskini azaltmayla ilişkili bulunmuştur (Oliveira ve ark., 2019).

Yücel tarafından yapılan çalışmada, sarkopenili ve sarkopenili olmayan yaşlıların ağız sağlığı, beslenme ve yutma fonksiyonları incelenmiştir (Yücel, 2022). Çalışmada, sarkopenili yaşlıların sarkopenili olmayan yaşlılara göre ağız sağlığının bozulduğu, beslenme durumunun kötüleştiği ve yutma fonksiyonunun azaldığı bulundu (Yücel, 2022). Yaşlı yetişkinlerde malnütrisyon, sarkopeniye yatkınlık oluşturmaktadır (Sieber, 2019). Yeme ve yutma zorluğu olarak tanımlanan disfaji, sarkopeni kaynaklı ise sarkopenik disfaji olarak adlandırılır (Fujishima ve ark., 2019). Sarkopenik disfajinin mekanizmasının yutma ile ilişkili kas kütlesi ve kuvvetinde azalma olduğu düşünülmektedir (Chen ve ark., 2021). Malnütrisyonu olan hastalarda yutma ile ilgili kaslar önemli ölçüde daha zayıftır (Abe ve ark., 2023).

Akdağlı tarafından yapılan tez çalışmasında, sarkopeni taraması uygulanmıştır (Akdağlı, 2023). Yaşlı kişilerin düşme riski puanlarında ciddi sarkopenisi ve sarkopenisi olan bireylerin ortancası, sarkopeni riski olmayan yaşlılara kıyasla yüksek bulunmuştur (Akdağlı, 2023). Yapılan bir meta analizde, sarkopeni ve düşmeler arasında önemli ve güçlü bir ilişki olduğu belirtilmiştir (Yeung ve ark., 2019). Kesitsel çalışmalardan elde edilen veriler, sarkopenik kişilerin sarkopenik olmayanlara kıyasla düşme ve kırık riskinin yüksek olduğunu belirtmektedir (Yeung ve ark., 2019). Sarkopeni yaşlı kişilerde denge bozukluğuna sebep olabilmektedir ve bu da düşmeler için önemli bir risk faktörüdür (Gadelha ve ark., 2018).

Hasanoğlu yapmış olduğu tez çalışmasında, 65 yaş ve üstü ambulasyonu olan hemipleji hastalarında sarkopeni sıklığı ve robotik rehabilitasyonun sarkopeni şiddeti üzerine olan etkisini incelemiştir (Hasanoğlu, 2023). Çalışmada, sarkopeni ilerlemesini engellemek için egzersize ek olarak robotik rehabilitasyon verilebileceği ifade edilmiştir (Hasanoğlu, 2023). İnme hastalarıyla ilgili yapılan bir meta analizde, robotik cihazla yapılan egzersizden sonra üst ekstremitelerde kas kuvvetinde küçük ama önemli gelişmeler olduğu belirtilmiştir (Veerbeek ve ark., 2017). Robotik cihazlarla birlikte uygulanan dirençli egzersizler, sarkopenili yaşlılar için uygulanabilir bir seçenek olabilir (Son ve ark., 2016). Asistif teknolojiler sarkopenili hastalar için, maliyet açısından etkili bir müdahale olarak görülebilir (Scott ve ark., 2018).

Kuralay tarafından yapılan tez çalışmasında, kadınlarda obezitenin sarkopeni, rektus femoris kas kalınlığı, yürüyüş ve denge üzerine olan etkileri araştırılmıştır (Kuralay, 2023). Çalışmada obez kadınlarda normal kilolu kadınlara göre, olası sarkopeni tanısı ve sarkopeni varlığının fazla olduğu bulunmuştur (Kuralay, 2023). Obezite, kas kütlesi ve fonksiyon kaybına yol açabilir ve bu nedenle sarkopeni, obezitesi olan bireylerde her yaşta ortaya çıkabilir (Donini ve ark., 2022). Sarkopeni ve obezitenin bir arada bulunması, sarkopenik obezite olarak bilinir. Sarkopeni ve obezite için düşük fiziksel aktivite önemli bir ortak risk faktörüdür (Cooper ve ark., 2013). Sarkopenik obezitenin sonuçları hem sarkopeni hem de obezite ile büyük oranda örtüşmektedir (Trouwborst ve ark., 2018).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Sarkopeni, geriatrik rehabilitasyon adına önemli konulardan bir tanesidir. Fizyoterapi ve Rehabilitasyon alanında, son yıllarda tez çalışmalarında kendine yer bulduğu görülmektedir. FTR alanında bu konuda yapılacak yeni tez çalışmalarına ihtiyaç bulunmaktadır.

### KAYNAKÇA

- Abe, S., Kokura, Y., Maeda, K., Nishioka, S., Momosaki, R., Matsuoka, H., Tomii, Y., Sugita, S., Shimizu, K., & Esashi, N. (2023). Effects of undernutrition on swallowing function and activities of daily living in hospitalized patients: data from the Japanese Sarcopenic Dysphagia Database. *Nutrients*, 15(5), 1291.
- Akdağlı, Ş. (2023). *Kırıkkale İlinde Yaşayan Yaşlı Bireylerde Sarkopeni Taraması* (Yüksek lisans tezi). Kırıkkale Üniversitesi.
- Aslan, B. (2019). *Kronik bel ağrısının sarkopeni ve engellilik üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Beaudart, C., Rizzoli, R., Bruyère, O., Reginster, J.-Y., & Biver, E. (2014). Sarcopenia: burden and challenges for public health. *Archives of public health*, 72, 1-8.
- Chen, J., Wang, X., & Xu, Z. (2023). Sarcopenia and chronic pain in the elderly: a systematic review and meta-analysis. *Journal of Pain Research*, 3569-3581.
- Chen, K.-C., Jeng, Y., Wu, W.-T., Wang, T.-G., Han, D.-S., Özçakar, L., & Chang, K.-V. (2021). Sarcopenic dysphagia: a narrative review from diagnosis to intervention. *Nutrients*, 13(11), 4043.
- Chen, L.-K., Woo, J., Assantachai, P., Auyeung, T.-W., Chou, M.-Y., Iijima, K., Jang, H. C., Kang, L., Kim, M., & Kim, S. (2020). Asian Working Group for Sarcopenia: 2019 consensus update on sarcopenia diagnosis and treatment. *Journal of the American Medical Directors Association*, 21(3), 300-307. e302.
- Cho, M.-R., Lee, S., & Song, S.-K. (2022). A review of sarcopenia pathophysiology, diagnosis, treatment and future direction. *Journal of Korean medical science*, 37(18).
- Cooper, J. A., Manini, T. M., Paton, C. M., Yamada, Y., Everhart, J. E., Cummings, S., Mackey, D. C., Newman, A. B., Glynn, N. W., & Tyllavsky, F. (2013). Longitudinal change in energy expenditure and effects on energy requirements of the elderly. *Nutrition journal*, 12, 1-10.
- Cruz-Jentoft, A. J., Landi, F., Schneider, S. M., Zúñiga, C., Arai, H., Boirie, Y., Chen, L.-K., Fielding, R. A., Martin, F. C., & Michel, J.-P. (2014). Prevalence of and interventions for sarcopenia in ageing adults: a systematic review. Report of the International Sarcopenia Initiative (EWGSOP and IWGS). *Age and ageing*, 43(6), 748-759.
- Cruz-Jentoft, A. J., & Sayer, A. A. (2019). Sarcopenia. *The lancet*, 393(10191), 2636-2646.
- Dent, E., Morley, J., Cruz-Jentoft, A., Arai, H., Kritchevsky, S., Guralnik, J., Bauer, J., Pahor, M., Clark, B., & Cesari, M. (2018). International clinical practice guidelines for sarcopenia (ICFSR): screening, diagnosis and management. *The Journal of Nutrition, Health and Aging*, 22(10), 1148-1161.
- Donini, L. M., Busetto, L., Bischoff, S. C., Cederholm, T., Ballesteros-Pomar, M. D., Batsis, J. A., Bauer, J. M., Boirie, Y., Cruz-Jentoft, A. J., & Dicker, D. (2022). Definition and diagnostic criteria for sarcopenic obesity: ESPEN and EASO consensus statement. *Obesity facts*, 15(3), 321-335.
- Fujishima, I., Fujiu-Kurachi, M., Arai, H., Hyodo, M., Kagaya, H., Maeda, K., Mori, T., Nishioka, S., Oshima, F., & Ogawa, S. (2019). Sarcopenia and dysphagia: position paper by four professional organizations. *Geriatrics & gerontology international*, 19(2), 91-97.
- Gadella, A. B., Neri, S. G. R., Oliveira, R. J. d., Bottaro, M., David, A. C. d., Vainshelboim, B., & Lima, R. M. (2018). Severity of sarcopenia is associated with postural balance and risk of falls in community-dwelling older women. *Experimental Aging Research*, 44(3), 258-269.
- Hasanoğlu, S. E. (2023). *65 Yaş Ve Üstü Ambulasyonu Olan İnme Hastalarında Sarkopeni Görülme Sıklığı Ve Robotik Rehabilitasyonun Sarkopeni Şiddeti Üzerine Etkisi* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Aydın Üniversitesi.

- Khongsri, N., Tongstuntud, S., Limampai, P., & Kuptniratsaikul, V. (2016). The prevalence of sarcopenia and related factors in a community-dwelling elders Thai population. *Osteoporosis and Sarcopenia*, 2(2), 110-115.
- Kuralay, Y. (2023). *Kadınlarda Obezitenin, Rektus Femoris Kas Kalınlığı, Sarkopeni, Yürüyüş ve Denge Üzerine Etkileri* (Yüksek lisans tezi). Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi.
- Oliveira, D. V. d., Souza, A. M. d., Ferreira, Á. G., Antunes, M. D., Lovato, N. S., & Nascimento Júnior, J. R. A. d. (2019). Evaluating the muscular strength, functional capacity, and risk of sarcopenia in elderly women who practice Mat Pilates. *Fisioterapia em movimento*, 32, e003222.
- Robinson, S. M., Reginster, J.-Y., Rizzoli, R., Shaw, S., Kanis, J. A., Bautmans, I., Bischoff-Ferrari, H., Bruyère, O., Cesari, M., & Dawson-Hughes, B. (2018). Does nutrition play a role in the prevention and management of sarcopenia? *Clinical Nutrition*, 37(4), 1121-1132.
- Scott, R. A., Callisaya, M. L., Duque, G., Ebeling, P. R., & Scott, D. (2018). Assistive technologies to overcome sarcopenia in ageing. *Maturitas*, 112, 78-84.
- Sieber, C. C. (2019). Malnutrition and sarcopenia. *Aging clinical and experimental research*, 31, 793-798.
- Sit, R. W. S., Zhang, D., Wang, B., Wong, C., Yip, B. H. K., Woo, J., & Wong, S. Y. S. (2019). Sarcopenia and chronic musculoskeletal pain in 729 community-dwelling chinese older adults with multimorbidity. *Journal of the American Medical Directors Association*, 20(10), 1349-1350.
- Son, J., Ryu, J., Ahn, S., Kim, E. J., Lee, J. A., & Kim, Y. (2016). Effects of 4-Week Intensive Active-Resistive Training with an EMG-Based Exoskeleton Robot on Muscle Strength in Older People: A Pilot Study. *BioMed research international*, 2016(1), 1256958.
- Suetta, C., Andersen, J. L., Dalgas, U., Berget, J., Koskinen, S., Aagaard, P., Magnusson, S. P., & Kjaer, M. (2008). Resistance training induces qualitative changes in muscle morphology, muscle architecture, and muscle function in elderly postoperative patients. *Journal of applied physiology*, 105(1), 180-186.
- Therakomen, V., Petchlorlian, A., & Lakananurak, N. (2020). Prevalence and risk factors of primary sarcopenia in community-dwelling outpatient elderly: a cross-sectional study. *Scientific reports*, 10(1), 19551.
- Trouwborst, I., Verreijen, A., Memelink, R., Massanet, P., Boirie, Y., Weijjs, P., & Tieland, M. (2018). Exercise and nutrition strategies to counteract sarcopenic obesity. *Nutrients*, 10(5), 605.
- Ünsal, H. Ş. (2020). *Sarkopenisi olan yaşlı bireylerde ayakta pilates egzersiz eğitiminin kas kuvveti, fiziksel performans, denge ve düşme riski üzerine etkileri* (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Veerbeek, J. M., Langbroek-Amersfoort, A. C., Van Wegen, E. E., Meskers, C. G., & Kwakkel, G. (2017). Effects of robot-assisted therapy for the upper limb after stroke: a systematic review and meta-analysis. *Neurorehabilitation and neural repair*, 31(2), 107-121.
- Yeung, S. S., Reijnierse, E. M., Pham, V. K., Trappenburg, M. C., Lim, W. K., Meskers, C. G., & Maier, A. B. (2019). Sarcopenia and its association with falls and fractures in older adults: a systematic review and meta-analysis. *Journal of cachexia, sarcopenia and muscle*, 10(3), 485-500.
- Yoo, S.-Z., No, M.-H., Heo, J.-W., Park, D.-H., Kang, J.-H., Kim, S. H., & Kwak, H.-B. (2018). Role of exercise in age-related sarcopenia. *Journal of exercise rehabilitation*, 14(4), 551.
- Yücel, M. (2022). *Sarkopenisi Olan ve Olmayan Geriatrik Bireylerde Ağız Sağlığı, Beslenme ve Yutma Fonksiyonunun Karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.





## FUTBOLDA DEVRE ARASI FARKLI YENİDEN ISINMA PROTOKOLLERİNİN SÜRAT, DİKEY SIÇRAMA VE ÇEVİKLİK ÜZERİNE ETKİSİ

Yunus Emre ASLAN<sup>1</sup>, Yasin ERSÖZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Iğdır Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Iğdır, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-1467-6584

E-posta: yemre.aslan@igdir.edu.tr

<sup>2</sup>Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Mersin, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0001-5116-3246

E-posta: yersoz@mersin.edu.tr

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, devre arasında uygulanan farklı yeniden ısınma protokollerinin (Dar Alan Oyunu ve Futbola Özgü Lokomotor Hareketler) futbolcuların sürat, dikey sıçrama ve çeviklik performanslarına etkisini incelemektir. Araştırmaya, yaş ortalaması 19,14±1,05 yıl, boy ortalaması 175,04±7,51 cm ve kilo ortalaması 70,67±9,97 kg olan toplam 61 erkek amatör futbolcu katılmıştır. Sporcular, genel uyum süreci kapsamında üç günlük bir hazırlık programından geçirilmiştir. Uyum sürecinin tamamlanmasının ardından, sporcular rastgele atama yöntemiyle üç gruba ayrılmıştır: Dar Alan Oyunu grubu (n=20; Yaş: 19,15±0,98; Boy: 174,2±7,4 cm; Kilo: 70,9±10,59 kg), Futbola Özgü Lokomotor Hareketler grubu (n=20; Yaş: 19,20±1,05; Boy: 175,9±7,35 cm; Kilo: 69,85±9,35 kg) ve Kontrol grubu (n=21; Yaş: 19,09±1,09; Boy: 175,04±7,51 cm; Kilo: 71,23±10,04 kg). Çalışma kapsamında, her bir gruba devre arası öncesi ve sonrası olmak üzere iki test uygulanmıştır. İlk olarak standart maç ısınmasından sonra 1. devre simüle edilmiştir. Simülasyonun ardından 1. devre sonrası ölçümleri uygulandıktan sonra devre arası başlamıştır. Devre arasında kontrol grubu devre arası boyunca soyunma odasında dinlenirken diğer gruplar ilk 11 dakikayı soyunma odasında geçirmiştir ve ardından sahada yeniden ısınma protokollerini gerçekleştirmiştir. Devre arasının tamamlanmasından sonra 2. devre öncesi ölçümleri alınmıştır. Yeniden ısınma yöntemlerinin performans parametreleri üzerindeki etkileri Tekrarlı Ölçümlerde 2 Yönlü ANOVA testi ile analiz edilmiştir. Ölçümler sonucunda sürat (p<0,048; pη<sup>2</sup>:0,099) ve çeviklik (p<0,008; pη<sup>2</sup>:0,154) parametreleri gruplar arasında anlamlı olarak farklılaşmıştır (p<0,05). Dikey sıçrama ölçümleri (p:0,087; pη<sup>2</sup>:0,081) sonucunda gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiştir (p>0,05). Futbolcuların dikey sıçrama, sürat ve çeviklik performanslarının zamana göre değişimleri anlamlı bulunmuştur (p<0,05). Sonuç olarak, Dar Alan Oyunu ile yeniden ısınma protokolünün, sporcularda sürat, dikey sıçrama ve çeviklik performansı üzerinde daha pozitif etkisi olduğu belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Futbol, Yeniden Isınma, Dar Alan Oyunu, Lokomotor Hareketler, Devre Arası

*Bu araştırma Mersin Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Birimi tarafından 2024-TP2-5012 numaralı proje numarasıyla desteklenmektedir.*

## THE EFFECT OF DIFFERENT WARM-UP PROTOCOLS ON SPEED, VERTICAL JUMP AND AGILITY AT HALFTIME IN SOCCER

Yunus Emre ASLAN<sup>1</sup> Yasin ERSÖZ<sup>2</sup>,

<sup>1</sup>Iğdır University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Coaching Education,  
Iğdır, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-1467-6584

E-mail: yemre.aslan@igdir.edu.tr

<sup>\*2</sup>Mersin University, Faculty of Sport Sciences, Department of Recreation, Mersin, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-5116-3246

E-posta: yersoz@mersin.edu.tr

### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the effects of different half-time rewarming protocols (Small-Sided Game and Football-Specific Locomotor Activities) on speed, vertical jump, and agility performance in football players. The study involved a total of 61 male amateur football players with a mean age of 19.14±1.05 years, mean height of 175.04±7.51 cm, and mean weight of 70.67±9.97 kg. The athletes underwent a three-day preparatory period as part of a general adaptation process. Following this adaptation period, the athletes were randomly assigned into three groups: the Small-Sided Game group (n=20; Age: 19.15±0.98; Height: 174.2±7.4 cm; Weight: 70.9±10.59 kg), the Football-Specific Locomotor Activities group (n=20; Age: 19.20±1.05; Height: 175.9±7.35 cm; Weight: 69.85±9.35 kg), and the Control group (n=21; Age: 19.09±1.09; Height: 175.04±7.51 cm; Weight: 71.23±10.04 kg). The study involved two tests for each group, conducted before and after half-time. Initially, a standard match warm-up was followed by a simulated first half. Measurements were taken after the first half simulation, after which the half-time break began. During the half-time break, the control group rested in the locker room for the entire 14-minute period, while the other groups spent the first 11 minutes in the locker room before performing rewarming protocols on the field. Post-break measurements were taken prior to the start of the second half. The effects of rewarming methods on performance parameters were analyzed using a Two-Way Repeated Measures ANOVA test. The results showed significant differences between groups for speed ( $p<0.048$ ;  $\eta^2:0.099$ ) and agility ( $p<0.008$ ;  $\eta^2:0.154$ ) parameters ( $p<0.05$ ). However, no significant difference was observed between groups in vertical jump measurements ( $p:0.087$ ;  $\eta^2:0.081$ ) ( $p>0.05$ ). The changes in speed, vertical jump, and agility performances of the football players over time were found to be significant ( $p<0.05$ ). In conclusion, the rewarming protocol with Small-Sided Games was determined to have a more positive effect on speed, vertical jump, and agility performance in athletes.

**Keywords:** Football, Re-warm-up, Small Sided Game, Locomotor Movement, Half Time



## BEYZBOL OYUNCULARI VE OYUN DİNAMİKLERİ İÇİN PERFORMANS ANALİZİ VE TAKİP SİSTEMİ

Gökhan ÇABUK<sup>1</sup>, Huriye Acar GÜRTAŞ<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Rapsodo Yazılım Anonim Şirketi, İzmir, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0006-9015-3650

E-posta: gokhan.cabuk@rapsodo.com

<sup>2</sup> Rapsodo Yazılım Anonim Şirketi, İzmir, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0003-1520-9368

E-posta: huriye.acar@rapsodo.com

### ÖZET

Baseball, dünya genelinde geniş bir kitle tarafından takip edilen bir spor dalıdır ve oyuncuların atış ve vuruş performansları, oyunun başarısını belirleyen kritik faktörler arasında yer almaktadır. Bu çalışmada, Rapsodo tarafından geliştirilen yenilikçi bir analiz sistemi ile baseball oyuncularının performanslarının gelişmiş teknoloji kullanılarak detaylı bir şekilde değerlendirilmesi amaçlanmaktadır. Rapsodo, spor analitiği alanında faaliyet gösteren ve sporcuların performanslarını veri odaklı teknolojilerle analiz etmelerini ve geliştirmelerini sağlayan bir şirkettir. Şirketin misyonu, sporculara ve antrenörlere güvenilir verilere dayalı, kullanıcı dostu analiz araçları sunarak onların potansiyellerini en üst düzeye çıkarmaktır.

Çalışmanın odak noktası, oyuncuların atış ve vuruş performanslarının gerçek zamanlı veri toplama ve gelişmiş istatistiksel analizlerle değerlendirilmesidir. Radar sinyalleri ve kamera teknolojilerinin entegre edilmesiyle, topa vuruş anındaki hız gibi performans parametreleri yüksek hassasiyetle ölçülmektedir. Kullanılan metodolojide, radar sinyali ön işleme, eğri izleme, spektral ağırlık merkezi üzerinden kestirim ve derin öğrenme tabanlı tahminlerin entegrasyonu bulunmaktadır. Bu süreç, Doppler radar sinyalleri ve kamera verileri ile desteklenerek maliyetli alternatif ürünlerle kıyaslanabilir sonuçlar elde edilmesini sağlamaktadır.

Geliştirilen sistem, Android ve iOS platformlarında uyumlu, taşınabilir ve kullanıcı dostu bir mobil uygulama olarak tasarlanmıştır. Bu sayede sporcular ve antrenörler, saha veya antrenman alanlarında rahatça veri analizlerine erişebilmektedir. Çalışmanın, spor analitiği ve performans ölçümü alanında yeni uygulama alanları açarak spor teknolojisi sektöründe önemli bir potansiyel sunduğu değerlendirilmektedir. İnovatif algoritmalar ve kapsamlı veri toplama teknikleri sayesinde, spor teknolojisi alanında daha fazla çözüm geliştirilmesine katkı sağlayacak bir altyapı sunulmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Beyzbol, Top Hızı, Vuruş Ve Atış Performansı, Performans Ölçümü, Veri Bilimi



## PERFORMANCE ANALYSIS AND TRACKING SYSTEM FOR BASEBALL PLAYERS AND GAME DYNAMICS

Gökhan ÇABUK<sup>1</sup>, Huriye Acar GÜRTAŞ<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup>Rapsodo Yazılım Anonim Şirketi, İzmir, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0006-9015-3650

E-posta: gokhan.cabuk@rapsodo.com

<sup>2</sup> Rapsodo Yazılım Anonim Şirketi, İzmir, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0003-1520-9368

E-posta: huriye.acar@rapsodo.com

### ABSTRACT

Baseball is a globally renowned sport, with players' pitching and batting performances serving as pivotal elements influencing game outcomes. This study introduces an advanced performance analysis system developed by Rapsodo, designed to comprehensively evaluate baseball players' performance through cutting-edge technological integration. Rapsodo, a leader in sports analytics, empowers athletes and coaches by offering data-driven technologies that facilitate precise, evidence-based performance insights. The company's mission centers on maximizing athletic potential by providing coaches and players with reliable, data-supported analytical tools in an accessible and portable format.

The primary objective of this study is the real-time assessment of athletes' pitching and batting performances using integrated radar signals and camera technologies, enabling highly accurate measurement of key performance parameters such as ball velocity at the moment of impact. The methodological approach incorporates radar signal preprocessing, curve tracking, spectral centroid-based estimation, and the integration of deep learning-based predictive algorithms. By combining Doppler radar signals with camera data, this system achieves results that are comparable in precision to those of more costly alternatives.

The proposed system has been implemented as a mobile application compatible with Android and iOS platforms, ensuring accessibility and usability for athletes and coaches in various settings, including on the field and in training environments. This study demonstrates significant potential for application within sports analytics and performance measurement, offering a foundation for broader use in sports technology. The integration of innovative algorithms and robust data acquisition techniques positions this work as a substantial contribution to the advancement of solutions within the sports technology sector.

**Keywords:** Baseball, Ball Speed, Hitting & Pitching Performance, Performance Measurement, Data Science



## PROFESYONEL FUTBOLCULARDA FONKSİYONEL HAREKET TEST PUANLARI İLE FİZİKSEL PERFORMANS PARAMETRELERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Halit EGESoy<sup>1</sup>, Aydın İLHAN<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup> Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli/Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-1347-8647

E-posta: hegesoy1@hotmail.com

<sup>2</sup> Pamukkale Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Denizli/Türkiye  
ORCID Code: 0000-0001-9717-2746

E-posta: trainertennis@hotmail.com

### ÖZET

Fonksiyonel hareket testi sporcuların sakatlıklarını belirlemede kullanılan etkili bir tarama aracıdır. Fakat günümüzde bu testin sporcuların fiziksel performansları üzerindeki etkisi tam olarak kanıtlanmamıştır. Bu çalışmanın amacı, katılımcıların FMS puanları ile sıçrama ve 10-30m sprint performansı arasındaki ilişkiyi analiz etmektir. Mevcut çalışmaya, Aydın ilinde profesyonel bir futbol takımında yer alan toplam 25 sporcu gönüllü olarak katılmıştır. Çalışma iki farklı günde yapılmıştır. Birinci gün katılımcıların antropometrik ölçüm ve FMS test değerleri alınmıştır. İkinci gün ise katılımcılara dikey sıçrama ve 10-30m sprint testleri uygulanmıştır. Verilerin normal dağılıp dağılmadığı Shapiro Wilks normallik testi ile analiz edilmiştir. Çalışma verileri normal dağılım gösterdiği için verilerin analizinde Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Çalışma bulguları, katılımcıların FMS puanlarının fiziksel performans test sonuçları ile orta düzeyde ilişkili olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak, fonksiyonel hareket test bataryasının profesyonel futbolcularda fiziksel performansı test etmede yeterli bir tarama aracı olmadığı belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Futbol, FMS, sprint, sıçrama, yaralanma



## THE RELATIONSHIP BETWEEN FUNCTIONAL MOVEMENT TEST SCORES AND PHYSICAL PERFORMANCE PARAMETERS IN YOUNG ELITE FOOTBALL PLAYERS

Halit EGESoy<sup>1</sup>, Aydın İLHAN<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup> Pamukkale University, Faculty of Sports Sciences, Denizli/Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-1347-8647

E-mail: hegesoy1@hotmail.com

<sup>2</sup> Pamukkale University, Faculty of Sports Sciences, Denizli/Türkiye  
ORCID Code: 0000-0001-9717-2746

E-mail: trainertennis@hotmail.com

### ABSTRACT

Functional movement test is an effective screening tool used to determine the injuries of athletes. However, currently, the effect of this test on the physical performance of athletes has not been fully proven. The aim of this study is to analyze the relationship between the participants' FMS scores and jump and 10-30m sprint performance. A total of 25 athletes participating in a professional football team in Aydın participated voluntarily in the current study. The study was conducted on two different days. On the first day, anthropometric measurement and FMS test values of the participants were taken. On the second day, vertical jump and 10-30m sprint tests were applied to the participants. Whether the data were distributed normally or not was analyzed by Shapiro-Wilks normality test. Since the study data showed a normal distribution, Pearson Correlation Analysis was used in the analysis of the data. The study findings show that the participants' FMS scores were moderately correlated with physical performance test results. As a result, it has been determined that the functional movement test battery is not an adequate screening tool for testing physical performance in professional football players.

**Keywords:** Football, FMS, sprint, jump, injury

### GİRİŞ

Futbol, ağırlıklı olarak aerobik sistemin baskın olduğu ve anaerobik sistemin etkin olarak kullanıldığı bir spor olarak kabul edilmektedir (Bangsbo ve ark., 2006; Krstrup ve ark., 2006). Ancak, futbol oyunu, güç, kuvvet, yön değiştirme ve hız eylemleriyle karakterize edilir ve bu da bu sporda anaerobik sistemin önemini ortaya koymaktadır (Faude ve ark., 2012). Bu nedenle, bu temel becerilerin değerlendirilmesi ve geliştirilmesi, oyuncular için yüksek performans seviyesini teşvik etmek için gereklidir (Kobal ve ark., 2017). Ayrıca, son yıllarda araştırmacıların ve antrenörlerin sporunun işlevsel kapasitesini değerlendirme ve geliştirme konusundaki ilgisi de artmıştır (Bennett ve ark., 2017; Camba ve ark., 2019).

Futbolda performans değerlendirmesi farklı parametrelere dayanır ve doğrusal hız testleri, yön değiştirme, alt ekstremite kas gücü, anaerobik kapasite ve gücü gibi parametreleri içerebilir (Hulse ve ark., 2013). Literatürde sporcuların performanslarıyla ilgili yapılan çalışmalar, sporcuların alt ekstremite kas gücü ile sprint performansları arasında doğrusal bir ilişki olduğunu göstermiştir (Loturco ve ark., 2015; Zabaloy ve ark., 2020). Son yıllarda, elit sporcularda kas gücünü ölçmek için pnömatis dirençli cihazlar gibi yeni teknolojiler kullanılmıştır. Bu teknoloji, hareket sırasında direnç her zaman sabit kaldığı için spor

hareketlerine büyük benzerlik sağlamaktadır (Frost ve ark., 2016). Bu pnömatik direnç özelliği, futbolda gücü değerlendirmek için bu prosedürle yapılan çalışmaların sayısının neden arttığını açıklayabilir (Maior, 2020).

Ayrıca, sporcunun temel hareket kalıplarını gerçekleştirme yeteneğini gözlemek de performans değerlendirmesinin bir parçası olarak kullanılmıştır ve bazı yazarlara göre bu, sprintlerde ve kas gücü hareketlerinde yüksek performansla ilişkilidir (Silva ve ark., 2017; Silva ve ark., 2018). Bu nedenle, bazı çalışmalar spordaki yaygın hareket kalıplarını değerlendiren basit bir araç olarak fonksiyonel hareket taramasının (FMS) kullanımını önermiştir (Lloyd ve ark., 2015). FMS, Cook ve ark. tarafından sporcuların bireysel fonksiyonel kapasitesini ölçmek için oluşturulmuş bir değerlendirme testidir (Cook ve ark., 2006a; Cook ve ark., 2006b). Bu test, hareketlilik, denge ve motor kontrolü gerektiren yedi temel insan hareket kalıbını gerçekleştirmekten oluşur ve puanı 0 ila 21 puan arasında değişir. Literatür,  $\leq 14$ 'lük bir toplam skorun artan yaralanma riskiyle korelasyon kurmak için bir sınır değeri olduğunu öne sürmüştür (Hammes ve ark., 2016). Ancak, son dönmedeki bazı çalışmalar, FMS puanı ile yaralanma riski arasında her zaman anlamlı bir ilişki olmadığını göstermiştir (Cuchna ve ark., 2016; Moore ve ark., 2019). Birçok çalışma orta düzeyde güvenilirlik değerleri göstermiş olsa da (Cuchna ve ark., 2016), FMS düşük maliyetli bir yöntemdir ve bu nedenle birçok takım tarafından erişilebilirdir. Dünya çapındaki büyük liglerdeki birçok kulüp, sporcuların değerlendirmesinin bir parçası olarak bu aracı kullanmaya devam etmektedir; bu da FMS'yi yalnızca yaralanma riskiyle değil aynı zamanda spor performansı ile ilişkilendirmek için daha fazla araştırma yapılmasını haklı çıkarmaktadır.

Literatürde sınırlı sayıda çalışma, FMS toplam skoru ile futbolculardaki performans değişkenleri arasındaki ilişkileri araştırmıştır (Silva ve ark., 2017; Lloyd ve ark., 2015; Lee ve ark., 2019). Lee ve ark. (2019) yaptıkları çalışmalarında, FMS skorunun elit erkek üniversite futbolcularının hızını ve çevikliğini etkileyebileceğini bildirmişlerdir. Lloyd ve ark. (2015) tarafından yapılan bir başka çalışmada, genç futbolcularda FMS toplam skoru ile güç, kuvvet ve çeviklik arasında orta ve yüksek düzeyde anlamlı bir korelasyon bulunmuştur. Ancak Silva ve ark. (2017) yaptıkları çalışmalarında, U-16 ve U-19 takımlarında oynayan genç futbolcularda, FMS toplam skoru ile performans değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı rapor edilmiştir. Futbolun yanı sıra, diğer sporlar ve sedanter bireylerde yapılan çalışmalarda, FMS skoru ile sıçrama, çeviklik, güç ve anaerobik kapasite arasındaki ilişkiler konusunda anlamlı olmayan ilişkilerin olduğu bildirilmiştir. Bu sonucun böyle çıkmasının nedenlerinden biri, çalışmalarda farklı değişkenler ve farklı performans testleri olabilir (Silva ve ark., 2017; Lloyd ve ark., 2015; Lee ve ark., 2019). Ayrıca, şu ana kadar hiçbir çalışmada pnömatik ekipmanlar kullanılarak kas gücü değerlendirilmemiş ve kas gücü hareket paterni ve FMS bireysel skorlarıyla ilişkilendirilmemiştir.

Bu nedenle, genç futbolcularda FMS'nin performans parametreleriyle korelasyonlarını gözlemek için daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır. Bu bağlamda, mevcut çalışmanın amacı, genç futbolcularda, FMS toplam skoruyla sıçrama ve 10-30 m sprintleri arasındaki ilişkiyi analiz etmektir. FMS sonucu ile performans değişkenleri arasında küçük bir ilişki olduğu ve FMS skorunun güç ve hız ilişkisini iyileştirmesi beklendiği varsayılmaktadır.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Futbolcuların FMS skorlarıyla bazı performans parametreleri arasındaki ilişkiyi belirlemede korelasyonel araştırma deseni kullanılmıştır. Korelasyonel araştırma deseni, iki ya da daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek ve neden-sonuç süreçleri ile ilgili ipucu elde etmek amacıyla yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk ve ark., 2018).

### Araştırma Grubu

Mevcut çalışmaya, Aydın ilinde profesyonel bir futbol takımında yer alan toplam 25 erkek sporcu (yaşı  $26,82 \pm 7,84$  yıl, boy uzunluğu  $178,4 \pm 6,28$  cm, vücut ağırlığı  $75,4 \pm 5,24$  kg) gönüllü olarak katılmıştır. Futbolculara araştırma öncesinde, protokol hakkında gerekli bilgiler verilmiş, araştırmaya katılmayı kabul edenlere gerekli izin formları imzalatıldıktan sonra ölçümler yapılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

#### Dikey Sıçrama Testi

Sporcuların dikey sıçrama performansları elektronik smart speed lite sistemi ile ölçüldü. Sporculardan kendisini hazır hissettiği anda sıçrayabildiği en yüksek noktaya kadar sıçramaları istendi. Sporcular aktif bir sıçrama yaptıktan sonra tekrar mat üzerine inmiştir. Sporcuların sıçrama mesafeleri elektronik olarak cm cinsinden ölçülmüş ve 3 denemenin en iyisi kaydedilmiştir.

#### 10 ve 30 m Sürat Testi

Katılımcıların 10-30m sprint performansları Newtest Powertimer 300 cihazı kullanılarak ölçülmüştür. Başlangıç çizgisinden 10 m ve 30 m uzaklığa yerleştirilen fotoseller ile ölçüm alınmıştır. Sporculardan başlangıç fotoselinden 1 metre geriden çıkacak şekilde başlangıç noktasında yerini almaları ve 30 m mesafeyi maksimum hızda koşmaları istenmiştir. Toplam 3 deneme yapılmış ve katılımcıların en iyi 10 m ve 30 m değerleri kaydedilmiştir.

#### İstatistiksel Analiz

Araştırma bulguları, ortalama ve standart sapma olarak verilmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığı *Shapiro Wilks normallik testi* ile analiz edilmiştir. Çalışma verileri normal dağılım gösterdiği için verilerin analizinde *Pearson Korelasyon Analizi* kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak kabul edilmiştir.

## BULGULAR

Çalışmaya katılan katılımcıların tanımlayıcı özellikleri tablo 1’de verilmiştir.

**Tablo 1.** Katılımcıların tanımlayıcı özellikleri (n=25)

| Değişkenler                              | X ± Ss           |
|--|------------------|
| Yaş (yıl)                                | $26,82 \pm 7,84$ |
| Boy uzunluğu (cm)                        | $178,4 \pm 6,28$ |
| Vücut ağırlığı (kg)                      | $75,4 \pm 5,24$  |
| Vücut kitle indeksi (kg/m <sup>2</sup> ) | $22,68 \pm 2,16$ |

**Tablo 2.** Katılımcıların FMS Skorları

| Değişkenler                 | X     | Ss   |
|-----------------------------|-------|------|
| 1. Engelli Adım Alma        | 2,26  | 0,24 |
| 2. Gövde Rotasyon Denge     | 1,16  | 0,58 |
| 3. Öne Düz Çökme            | 2,20  | 0,48 |
| 4. Omuz Hareketliliği       | 2,44  | 0,62 |
| 5. Aktif Düz Bacak Kaldırma | 2,28  | 0,54 |
| 6. Şınav                    | 2,52  | 0,48 |
| 7. Derin Çömelme            | 2,78  | 0,42 |
| Toplam Skor                 | 15,64 | 1,28 |



FMS testinde skorların en az birinde asimetrisi olan sporcuların oranının % 54.66 olduğu, % 45,34'inde ise herhangi bir asimetri olmadığı görülmüştür.

**Tablo 3.** Katılımcıların Performans Test Değerleri

| Değişkenler        | X     | Ss   |
|--------------------|-------|------|
| Dikey Sıçrama (cm) | 41,54 | 4,66 |
| 10 m Sprint (sn)   | 1,68  | 0,24 |
| 30 m Sprint (sn)   | 4,12  | 0,44 |

Tablo 3'e bakıldığında, katılımcıların dikey sıçrama değerleri ortalaması 41,54 cm, 10 m sprint değerleri ortalaması 1,68 sn ve 30 m sprint değerleri ortalaması 4,12 sn olarak bulunmuştur.

**Tablo 4.** Katılımcıların FMS toplam skorları ve performans parametreleri arasındaki ilişki

| Değişkenler     |   | Dikey Sıçrama | 10 m Sprint | 30 m Sprint |
|-----------------|---|---------------|-------------|-------------|
| FMS<br>Skorları | r | 0.526         | -0.424      | -0.488      |
|                 | p | 0.042*        | 0.024*      | 0.038*      |

Tablo 4'e bakıldığında, katılımcıların FMS skorlarıyla dikey sıçrama ( $r= 0.52$ ) arasında pozitif yönde, 10 m sprint ( $r= -0.42$ ) ve 30 m sprint ( $r= -0.48$ ) arasında ise negatif yönde orta düzey anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

## TARTIŞMA

*Mevcut çalışmanın amacı, genç futbolcularda, FMS toplam skoruyla sıçrama ve 10-30 m sprintleri arasındaki ilişkiyi analiz etmektir. Yapılan analizler neticesinde, katılımcıların FMS skorlarıyla dikey sıçrama ( $r= 0.52$ ) arasında pozitif yönde, 10 m sprint ( $r= -0.42$ ) ve 30 m sprint ( $r= -0.48$ ) arasında ise negatif yönde orta düzey anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.*

Çalışmamızın bulgularının literatürdeki bazı çalışmalarla uyumlu olduğu görülmüştür. Lee ve ark., (2022) ve Gözlükaya (2024) yaptıkları çalışmalarında, elit genç erkek futbolcuların FMS skorlarıyla hız ve çeviklik performansları arasında orta düzey negatif yönde bir korelasyon olduğunu bildirmişlerdir. Lloyd ve ark., (2015) tarafından yapılan bir başka çalışmada da, genç futbolcuların FMS toplam skoru ile güç, kuvvet ve çeviklik performansları arasında orta ve yüksek düzeyde bir ilişki olduğu rapor edilmiştir. Zhang ve ark., (2022) tarafından yapılan başka bir çalışmada, genç futbolcularda fonksiyonel hareket kalitesi ile sıçrama ve sprint performansları arasındaki ilişki incelenmiş ve FMS skorları ve sprint arasında negatif, sıçrama performansıyla da pozitif yönde orta düzey bir ilişki olduğu bildirilmiştir.

Lilic ve Majkic (2024) tarafından elit kadın futbolcular üzerinde yapılan bir çalışmada, katılımcıların FMS skorları ile sıçrama, 20m sprint, slalom ve zig-zag test parametreleri arasındaki ilişki incelenmiş, aralarında düşük ve orta düzey bir ilişki olduğu bildirilmiştir. Alexe ve ark., (2024) tarafından kadın futbolcular üzerinde yapılan bir başka çalışmada, katılımcıların sıçrama ve sprint performans değerleri ile aktif bacak kaldırma skorları arasında iyi bir korelasyon olduğu, fakat FMS toplam skoru ile diğer performans değişkenleri arasında anlamlı bir ilişkili olmadığı belirlenmiştir. Şahin ve ark., (2018) yaptıkları çalışmalarında, 14-16 yaş

erkek futbolcularda FMS skorları ile bazı performans parametreleri arasındaki ilişki incelenmiş ve dayanıklılık ile aktif bacak kaldırma ( $r=0,270$ ) ve rotasyon stabilitesi ( $r=0,259$ ) arasında düşük düzeyde pozitif ilişki, çeviklik testi ile aktif bacak kaldırma arasında da düşük düzeyde negatif bir ilişki ( $r=-0,273$ ) olduğunu rapor etmişlerdir.

Kara ve Kaplan (2022) tarafından profesyonel futbolcular üzerinde yapılan benzer bir çalışmada, profesyonel futbolcuların fonksiyonel hareket analiz puanı ile atletik performansları arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmanın sonucunda; fonksiyonel hareket analizi toplam puanı ile gövde rotasyon denge, engel adımı, omuz hareketliliği ve derin çömelme puanları ile atletik performansları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ( $p>0,05$ ), fakat aktif düz bacak kaldırma puanı ile 30m sürat performansı arasında orta düzey negatif bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,05$ ). Lee ve ark., (2019) tarafından yapılan bir çalışmada, FMS toplam puanının 10 m sprint ( $r=-0.444$ ,  $p=0.017$ ), 30 m sprint ( $r=-0.425$ ,  $p=0.016$ ) ve arrowhead çeviklik testleri ile anlamlı negatif korelasyon gösterdiği bulunmuştur (sağ,  $r=-0.389$ ,  $p=0.023$ ).

Yukarıdaki çalışmaların bulguları, daha yüksek FMS toplam puanlarının oyuncuların fiziksel performansı üzerinde olumlu bir etkisi olabileceğini göstermektedir.

Çalışmamızın bulgularıyla uyuşmayan literatür çalışmaları da bulunmaktadır. Silva ve ark. (2017) tarafından yapılan çalışmada, U-16 ve U-19 takımlarında oynayan futbolcuların FMS toplam skorları ile bazı performans parametreleri ve lig seviyeleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir ( $r=0.238$ ), Santos ve ark., (2021) yapılan bir başka çalışmada, katılımcıların FMS skoru ile kas gücü ve sprint performansı arasında ilişkininde anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ( $r=0.224$ ;  $p>0.05$ ). Parchmann ve McBride (2011) yapılan çalışmada ise katılımcıların FMS skorları ile 10 m sprint süresi ( $r=-0.136$ ), 20 m sprint süresi ( $r=-0.107$ ), sıçrama yüksekliği ( $r=0.249$ ), çeviklik t testi süresi ( $r=-0.146$ ) arasında anlamlı bir ilişki olmadığı rapor edilmiştir.

## SONUÇ

Literatürde sporcuların FMS toplam puanlarının fiziksel performanslarıyla gerçekten ilişkili olup olmadığı hala tartışma konusudur. Literatür çalışmalarının bazılarında FMS skoru ile performans parametreleri arasında anlamlı ilişki, bazılarında zayıf bir ilişki olduğu bildirilmiştir. Zayıf ilişki çıkması, FMS testi hareketlerinin uygulanmasında hareketlerin geniş hareket aralıklarında yapılması ve hareket kalitesinin önemsenmesi, fakat performans testlerinde yalnızca sonucun dikkate alınması ve hareket kalitesinin dikkate alınmaması durumuyla açıklanabilir.

Sonuç olarak, sporcularda FMS testi ile performans parametreleri arasındaki ilişkiyi gözlemlemek için daha fazla çalışmaya ihtiyaç vardır.

## KAYNAKÇA

- Alexe DI, Causevic D, Covic N, Rani B, Toh anean DI, Abazovic E, Setiawan E, Alexe CI. (2024) The relationship between functional movement quality and speed, agility, and jump performance in elite female youth football players. Sports, 12, 214.
- Atalay ES, Tarakci D, Algun C. (2018) Are the functional movement analysis scores of handball players related to athletic parameters? J Exerc Rehabil. 14:954-59.
- Bangsbo J, Mohr M, Krstrup P. (2006) Physical and metabolic demands of training and match-play in the elite football player. J Sports Sci. 24:665-74.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Bennett H, Davison K, Arnold J, Slattery F, Martin M, Norton K. (2017) Multicomponent musculoskeletal movement assessment tools: a systematic review and critical appraisal of their development and applicability to professional practice. *J Strength Cond Res.* 31(10):2903-19.
- Campa F, Spiga F, Toselli S. (2019) The effect of a 20-week corrective exercise program on functional movement patterns in youth elite male soccer players. *J Sport Rehabil.* 28(7):746-51
- Chorba RS, Chorba DJ, Bouillon LE, Overmyer CA, Landis JA. (2010) Use of a functional movement screening tool to determine injury risk in female collegiate athletes. *N Am J Sports Phys Ther.* 5:47-54.
- Cook G, Burton L, Hoogenboom B. (2006a) Pre-participation screening: the use of fundamental movements as an assessment of function-part 1. *N Am J Sports Phys Ther.* 1(2):62-72.
- Cook G, Burton L, Hoogenboom B. (2006b) Pre-participation screening: the use of fundamental movements as an assessment of function-part 2. *N Am J Sports Phys Ther.* 1(3):132-39.
- Cuchna JW, Hoch MC, Hoch JM. (2016) The interrater and intrarater reliability of the functional movement screen: a systematic review with meta-analysis. *Phys Ther Sport.* 19:57-65.
- Faude O, Koch T, Meyer T. (2012) Straight sprinting is the most frequent action in goal situations in professional football. *J Sports Sci.* 30(7):625-31.
- Frost DM, Cronin JB, Newton RU. (2008) A comparison of the kinematics, kinetics and muscle activity between pneumatic and free weight resistance. *Eur J Appl Physiol.* 104(6):937-56.
- Gözlükaya F. (2024) The relationship between functional movement test (fms) results and the athletic performance of young football players. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 1-12.
- Hammes D, Funten K Aus der, Bizzini M, Meyer T. (2016) Injury prediction in veteran football players using the Functional Movement Screen. *J Sports Sci.* 34(14):1371-9.
- Hulse MA, Morris JG, Hawkins RD, Hodson A, Nevill AM, Nevill ME. (2013) A field-test battery for elite, young soccer players. *Int J Sports Exerc Med.* 34(04):302-11.
- Kara, M., Kaplan, T. (2022) Profesyonel futbolcuların fonksiyonel hareket analiz puanı ile atletik performans arasındaki ilişkisinin incelenmesi, *Ulus Kinesy Derg*, 3(2), 48-55.
- Kiesel K, Plisky PJ, Voight ML. (2007) Can serious injury in professional football be predicted by a preseason functional movement screen? *N Am J Sports Phys Ther.* 2:147-58.
- Kobal R, Loturco I, Barroso R, Gil S, Cuniyochi Rr, Ugrinowitsch C, et al. (2017) Effects of different combinations of strength, power, and plyometric training on the physical performance of elite young soccer players. *J Strength Cond Res.* 31(6):1468-76
- Krustrup P, Mohr M, Steensberg A, Bencke J, Kjaer M, Bangsbo J. (2006) Muscle and blood metabolites during a soccer game: implications for sprint performance. *Med Sci Sports Exerc.* 38(6):1165-70.
- Lee S, Kim H, & Kim J. (2019) The functional movement screen total score and physical performance in elite male collegiate soccer players. *J Exerc Rehabil*, 15(5), 657-62.
- Lilić A, Majkić B. (2024) The relationship between functional movement screen scores and sports performance in elite women's soccer players. *Phys Edu Sport.* 22, (1); 23-32.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Lloyd RS, Oliver JL, Radnor JM, Rhodes BC, Faigenbaum AD, Myer GD. (2015) Relationships between functional movement screen scores, maturation and physical performance in young soccer players. *J Sports Sci.* 33:11-19.
- Loturco I, D'Angelo RA, Fernandes V, Gil S, Kobal R, Abad CCC, et al. (2015) Relationship between sprint ability and loaded/unloaded jump tests in elite sprinters. *J Strength Cond Res.* 29(3):758-64.
- Maior A. (2020) Absolute and relative peak power during pneumatic squat exercise using different percentages of loads in elite soccer players. *Hum Mov.* 21(3):64-70.
- Moore E, Chalmers S, Milanese S, Fuller JT. (2019) Factors influencing the relationship between the functional movement screen and injury risk in sporting populations: a systematic review and meta-analysis. *Sports Med.* 1-15.
- Parchmann CJ, McBride JM. (2011) Relationship between functional movement screen and athletic performance. *The Journal of Strength and Conditioning Research,* 25(12): 3378-33
- Santos DAN, Eiras FGM, Gonet DT, Robalinho MJA, Vasconcelos FVA. (2021) Relationship between functional movement screen and physical performance in elite young soccer players. *Rev Bras Fisiol Exerc.* 20(2):200-211.
- Silva B, Clemente FM, Camões M, Bezerra P. (2017) Functional movement screen scores and physical performance among youth elite soccer players. *Sports (Basel)* 5(1). pii: E16.
- Silva B, Clemente FM, Martins FM. (2018) Associations between functional movement screen scores and performance variables in surf athletes. *J Sports Med Phys Fitness* 58(5):583-90.
- Smith PD, Hanlon MP. (2017) Assessing the effectiveness of the functional movement screen in predicting noncontact injury rates in soccer players. *J Strength Cond Res* 31:3327-32.
- Şahin M, Doğanay O, Bayraktar B. (2018) Relationship between functional movement screen and athletic performance in young soccer players. *International refereed academic journal of sports, health and medical sciences,* January-February-March Issue 26 Winter Year: ID:370 K:424.
- Zabaloy S, Carlos-Vivas J, Freitas TsT, Pareja-Blanco F, Pereira L, Loturco I, et al. (2020) Relationships between resisted sprint performance and different strength and power measures in rugby players. *Sports* 8(3):34-41.
- Zhang J, Lin J, Wei H, Liu H. (2022) Relationships between functional movement quality and sprint and jump performance in female youth soccer athletes of team china. *Children,* 9, 1312.



## ÖZEL EĞİTİM VE REHABILITASYON MERKEZLERİNDE SPORDA BİREYSEL REHABILITASYON; FIZYOTERAPI VE MEDİKAL EGZERSİZ

<sup>1</sup>Mürsel Akdenk, <sup>2</sup>İbrahim Kurt, <sup>3</sup>Sibel Aral

<sup>1</sup>Uluslararası Dublin Üniversitesi; Spor Bilimleri Fakültesi ;Medikal Egzersizler Bölümü  
Dublin İrlanda.

<sup>2</sup>Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni: Samsun -Türkiye.

<sup>3</sup>Uluslararası Dublin Üniversitesi; Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans Tezi Yazma Öğrencisi:  
Dublin-İrlanda.

### ABSTRACT

**Giriş ve Amaç;** Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezlerinde Sporda Bireysel Rehabilitasyon; Fizyoterapi ve Medikal Egzersizlerde Özel Çocuk ve Özel Aile Terapisinde Yenilikçi ve Farklı Uygulamalar; Türkiye; Avustralya ve Avrupa Birliği Çalışmalarında; Yenilikçi ve Küresel yaklaşımlarla ilgili sorunların çözümlerinde yeni kapıların açılması öne alındı. Bu Çerçevde Farklı Çalışma Programları; Türkiye ; Unesco Asya ve Pasifik Ülkeleri Yüksek Öğretim Sözleşmesi ile; Avustralya ve İrlanda'da Spor Rehabilitasyonu ile Medikal Egzersiz Terapilerine Karşılaştırmalı olarak İlk defa yer verildi. Yöntemde; Unesco ,Avustralya'da Sertifika 3 ve 4 arasındaki Özel Destek Eğitimi Terapisi Kurslarından bakıldı.Bunlar ;Türkiye ve Avrupa Birliğinde bütünleştirildi. Bulgularda ; Önce Unesco Asya ve Pasifikde ;Avustralya'da ;sonra Avrupa Birliğin de; Slovenya Avrupa Akdeniz Üniversitesi ve İtalya Bari Üniversitesinde; İrlanda Uluslararası Dublin Üniversitesinde Medikal Egzersizler Bölümünden yararlanıldı.Mesleki Enstitüsü ve Akademilerindeki eğitim kursundan yararlanıldı.Alanda;Proje Seminerlerinden/yada Kurslarından örnekler verildi. Sonuçta; Bulgularda belirtilen Her üç kıtadaki yapılan çalışmalar; Projeler sektörüne dönüştürülmektedir.

**Anahtar Kelimeler :** Bireysel Spor Terapisi; Medikal Egzersiz Koçluğu

## INDIVIDUAL REHABILITATION IN SPORTS AT SPECIAL EDUCATION AND REHABILITATION CENTERS: PHYSIOTHERAPY AND MEDICAL EXERCISE

<sup>1</sup>Mürsel Akdenk, <sup>2</sup>İbrahim Kurt, <sup>3</sup>Sibel Aral

<sup>1</sup>International Dublin University, Faculty of Sports Sciences, Department of Medical Exercises, Dublin, Ireland.

<sup>2</sup>Physical Education and Sports Teacher, Samsun, Turkey.

<sup>3</sup>International Dublin University, Psychology Department, Master's Thesis Student, Dublin, Ireland.

### ABSTRACT

In the introduction and objective, the study highlights innovative and diverse practices in individual rehabilitation in sports, focusing on physiotherapy and medical exercises at Special Education and Rehabilitation Centers. The research emphasizes new solutions to issues through innovative and global approaches, drawing from studies in Turkey, Australia, and the European Union. Within this framework, unique programs are comparatively presented for the first time, integrating sports rehabilitation and medical exercise therapy in Turkey, UNESCO Asia-Pacific Higher Education Agreement, Australia, and Ireland. Methods The study utilized data from UNESCO and special support therapy certification courses between Levels 3 and 4 in Australia. These were synthesized with practices in Turkey and the European Union. Findings Initial findings are based on UNESCO Asia-Pacific practices, followed by studies in Australia, and later, comparisons with the European Union. Examples are drawn from Slovenia's Euro-Mediterranean University, Italy's Bari University, and Ireland's International Dublin University, particularly the Department of Medical Exercises. Practical insights are supplemented by examples from professional institutes and academy courses, including project seminars. Conclusion The studies conducted across these three continents are transforming into projects for application in various sectors.

**Keywords:** Individual Sports Therapy, Medical Exercise Coaching



## AMATÖR SPORCULARIN BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİ İLE DOPİNGE YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Harun KOÇ 1 Hüseyin AYYILDIZ 2

\*<sup>1</sup>Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü,  
Muş, Türkiye

ORCID Code: [0000-0002-0821-8237](https://orcid.org/0000-0002-0821-8237)

E-posta: harunkoc4994@gmail.com

<sup>1</sup>Muş Alparslan Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü,  
Muş, Türkiye

ORCID Code: 0009-0000-3726-2790

E-posta: huseyin1ayyildiz@gmail.com

### ÖZET

Sporcular düzenli bir yaşam tarzı, düzenli beslenme, planlı ve programlı antrenman ile spor branşında olma isteğindedir. Tüm bunların yanında daha az emek sağlayarak, sağlıklı ve yasak bir yol ile vücudun dengesini bozarak kısa bir zamanda performansı arttırmak da mümkündür. Bu durum sporcuyu başarıya taşırken, ahlaklı, kültürlü ve erdemli olmaktan uzaklaştırarak, onurunun kırılmasına, sporcu ruhunun ve fair play anlayışının yok olmasına zemin hazırlamaktadır. Amatör sporcuların beslenme bilgi düzeyleri ile dopinge yönelik tutumlarının incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada katılımcıların cinsiyet, yaş, eğitim durumu, branş ve spor yılı değişkenleri dikkate alınarak incelenmiştir. Genel tarama yöntemi kullanılarak yapılan araştırmada **Sporcu Beslenme Bilgi Ölçeği (SBBÖ) ve Dopinge Yönelik Tutum Ölçeği (DYTÖ)** kullanılmıştır. Araştırmaya Muş, Bingöl ve Bitlis illerinde yer alan ve farklı takımlarda mücadele eden 96 erkek 68 kadın olmak üzere toplamda 164 katılımcı gönüllü olarak katılım sağlamıştır. Araştırmanın hipotezlerini test etmek amacıyla, verilerin analizinde aritmetik ortalama, standart sapma ve frekans/yüzde gibi betimsel istatistiklerin yanında, normal dağılım (Kolmogorov-Smirnov) testi, t-testi (Mann-Whitney U), varyans analizi (Kruskal Wallis H) testi yapılmıştır. Araştırma sonucunda cinsiyet ve branş değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilemezken, yaş eğitim ve spor yılı değişkenlerine göre anlamlı düzeyde farklılıklar olduğu bulunmuştur ( $p<0.05$ ). Yaş, eğitim ve spor faktörünün hem sağlıklı beslenme tutumunu hem de dopinge yönelik olan tutumu belirlemede önem arz eden durumlar olduğu bulunmuştur. Bireylerin bazı özellikleri kazanması için bir spor branşında belirli bir süre geçirmiş veya belirli bir yaşa ulaşmış olması dikkat çekmektedir. Bu bilincin erken yaşlarda kazandırılmasının kişinin hem sosyal hem de sportif hayatına daha çok katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Amatör sporcu, beslenme, doping, eğitim düzeyi



## NUTRITION INFORMATION FOR AMATEUR ATHLETES LEVELS AND ATTITUDES TOWARDS DOPING

Harun KOÇ<sup>1</sup> Hüseyin AYYILDIZ<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Muş Alparslan University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Muş, Türkiye  
ORCID Code: [0000-0002-0821-8237](https://orcid.org/0000-0002-0821-8237)  
E-posta: harunkoc4994@gmail.com

<sup>1</sup> Muş Alparslan University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports, Muş, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0000-3726-2790  
E-posta: huseyin1ayyildiz@gmail.com

### ABSTRACT

Athletes want to be in the sports branch with a regular lifestyle, regular nutrition, planned and programmed training. In addition to all these, it is also possible to increase performance in a short time by providing less effort, disrupting the balance of the body in an unhealthy and forbidden way. While this situation carries the athlete to success, it prepares the ground for the destruction of his/her honor, athlete spirit and fair play understanding by distancing him/her from being moral, cultured and virtuous. In this study, which was carried out to examine the nutritional knowledge levels of amateur athletes and their attitudes towards doping, the participants' gender, age, education level, branch and sport year variables were taken into consideration. In the study, which was conducted using the general survey method, the **Athlete Nutrition Knowledge Scale (ENKS) and the Attitude Toward Doping Scale (ATDS)** were used. A total of 164 participants, 96 males and 68 females, competing in different teams in Muş, Bingöl and Bitlis provinces, voluntarily participated in the study. In order to test the hypotheses of the research, in addition to descriptive statistics such as arithmetic mean, standard deviation and frequency/percentage, normal distribution (Kolmogorov-Smirnov) test, t-test (Mann-Whitney U), analysis of variance (Kruskal Wallis H) test were performed in the analysis of the data. As a result of the research, no statistically significant differences were found according to gender and branch variables, while significant differences were found according to age, education and years of sport variables ( $p < 0.05$ ). Age, education and sports factors were found to be important in determining both healthy eating attitude and attitude towards doping. It is noteworthy that individuals have spent a certain period of time in a sports branch or have reached a certain age in order to gain some characteristics. It is thought that raising this awareness at an early age will contribute more to both the social and sportive life of the individual.

**Keywords:** Amateur athlete, nutrition, doping, education level





## ÜNİVERSİTELİ KICK BOKS SPORCULARINDA İKİ FARKLI DİNLENME ORANIYLA YAPTIRILAN YÜKSEK ŞİDDETLİ İNTERVAL EGZERSİZE KALP ATIM HIZI, ALGILANAN ZORLUK DERECESESİ VE KAS YORGUNLUĞUNA CEVAPLARI

Hasan Basri TAŞKIN<sup>1</sup>, Bayram CEYLAN<sup>2a</sup>, Bilgehan BAYDİL<sup>2b</sup>

<sup>1</sup>Kastamonu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı  
ORCID Code: 0000-0002-0770-3214

E-posta: [hasanbasritaskin57@gmail.com](mailto:hasanbasritaskin57@gmail.com)

<sup>2ab</sup> Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,  
Kastamonu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-6753-1848

E-posta: [bceylan@kastamonu.edu.tr](mailto:bceylan@kastamonu.edu.tr)

ORCID Code: 0000-0002-9161-2381

E-posta: [bilgehan@kastamonu.edu.tr](mailto:bilgehan@kastamonu.edu.tr)

### ÖZET

Giriş ve amaç: Bu çalışmanın amacı, iki farklı dinlenme aralığına sahip aralıklı kickboks egzersizinin üniversiteli kickboks sporcularında kalp atım hızı, algılanan zorluk derecesi ve kas ağrısı üzerindeki etkisini araştırmaktır. Yöntem: Yirmi üniversiteli kickboks sporcusu bu çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Sporcuların antropometrik özellikleri ölçüldü, çalışma hakkında ayrıntılı bilgi verildi ve familiarizasyon gerçekleştirildi. İki farklı günde, sporcular standart bir ısınmanın ardından 1:1 ve 1:3 çalışma/dinlenme oranlarında (20s:20s ve 20s:60s çalışma/dinlenme oranları) iki farklı egzersiz seansına katıldılar. Sporcuların kalp atım hızı (KAH) dinlenme halindeyken ve egzersiz protokollerinden hemen sonra ölçüldü. Sporcular egzersizden hemen sonra algılanan zorluk derecesini (AZD) ve algılanan kas ağrısını (AKA) sınıflandırmıştır. Bulgular: İki yönlü ANOVA sonuçlarına göre, ölçüm zamanı KAH sonuçlarını etkiledi ( $F_{1-19}=1641.47$ ,  $p<0.007$ ). Ancak, dinlenme aralıklarının KAH üzerinde anlamlı bir etkisi yoktu ( $F_{1-19}=4.08$ ,  $p=0.06$ ). Ayrıca, ölçüm süresi ve dinlenme aralıklarının KAH üzerinde anlamlı bir etkileşimi de yoktu ( $F_{1-19}=2.85$ ,  $p=0.11$ ). Sporcular 1:1 çalışma/dinlenme oranından sonra ( $AZD=6.3\pm 1.5$ ), 1:3 çalışma/dinlenme oranına ( $AZD=5.3\pm 1.3$ ) kıyasla daha yüksek AZD değerleri göstermiştir ( $p=0.01$ ,  $ES=0.77$ ; Orta). AKA incelendiğinde, iki dinlenme oranı arasında anlamlı bir fark bulunmadı. Sporcular AKA'yı 1:1 çalışma/dinlenme oranından sonra  $4.3\pm 1.9$  ve 1:3 çalışma/dinlenme oranından sonra  $3.8\pm 1.9$  olarak sınıflandırdı ( $p=0.16$ ,  $EB=0.33$ , Küçük). Sonuç: Sporcular aralıklı kickboks egzersizlerine aynı KAH ve AKA yanıtlarını verirken farklı AZD skorları göstermişlerdir.

**Anahtar kelimeler:** YŞİA, mücadele sporları, boks, algısal yükler



## HEART RATE, PERCEIVED EXERTION AND MUSCLE SORENESS RESPONSES TO HIGH INTENSITY INTERMITTENT EXERCISE WITH TWO DIFFERENT REST RATIOS IN COLLEGIATE KICKBOXERS

Hasan Basri TAŞKIN<sup>1</sup>, Bayram CEYLAN<sup>2a</sup>, Bilgehan BAYDİL<sup>2b</sup>

<sup>1</sup>Department of Coaching Education, Health Sciences Institution, Kastamonu  
University, Kastamonu, Türkiye  
ORCID code: 0000-0002-0770-3214  
E-mail: [hasanbasritaskin57@gmail.com](mailto:hasanbasritaskin57@gmail.com)

<sup>2ab</sup>Department of Coaching Education, Faculty of Sport Sciences, Kastamonu  
University,  
Kastamonu, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-6753-1848  
E-mail: [bceylan@kastamonu.edu.tr](mailto:bceylan@kastamonu.edu.tr)  
ORCID Code: 0000-0002-9161-2381  
E-mail: [bilgehan@kastamonu.edu.tr](mailto:bilgehan@kastamonu.edu.tr)

### ABSTRACT

Introduction and aim: This study aimed to investigate the effect of intermittent kickboxing exercise with two different rest intervals on heart rate, perceived exertion and muscle soreness in collegiate kickboxing athletes. Methods: Twenty collegiate kickboxers voluntarily participated in this study. Athletes' anthropometric characteristics were measured and they were informed about the study in detail and a familiarization session was held. On two different days, athletes participated in two different exercise sessions with 1:1 and 1:3 work to rest ratios (20s:20s and 20s:60s work:rest ratios) after a standardized warm-up. Athletes' heart rate (HR) was measured in rest and immediately after the exercise protocols. Athletes classified rating of perceived exertion (RPE) and perceived muscle soreness (PMS) immediately after the exercise. Results: According to two-way ANOVA results, there was a main effect of measurement time on HR ( $F_{1-19}=1641.47, p<0.007$ ). However, there was no main effect of rest intervals on HR ( $F_{1-19}=4.08, p=0.06$ ). Moreover, there was no significant interaction of measurement time and rest intervals on HR ( $F_{1-19}=2.85, p=0.11$ ). Athletes presented higher RPE values after 1:1 work to rest ratios ( $RPE=6.3\pm 1.5$ ) compared to 1:3 work to rest ratios ( $RPE=5.3\pm 1.3$ ) ( $p=0.01, ES=0.77$ ; Medium). When the PMS was investigated, no significant difference was found between two rest ratios. Athletes classified PMS as  $4.3\pm 1.9$  after 1:1 work to rest ratios and  $3.8\pm 1.9$  after 1:3 work to rest ratios ( $p=0.16, ES=0.33$ , Small). Conclusion: Athletes presented the same HR and PMS responses to intermittent kickboxing exercises but different RPE scores.

**Keywords:** HIIT, Combat Sports, Boxing, Perceptual Load

### INTRODUCTION

Kickboxing is a dynamic and multidimensional fighting sport that uses a variety of upper and lower body hitting techniques and combines aspects of boxing and traditional martial arts. Because athletes must train several muscle groups while maintaining high levels of aerobic and anaerobic fitness, this full-body workout enhances cardiovascular fitness, muscular strength, agility, and endurance (Babić et al., 2023). Kickboxing leads to high physiological demands, including not only agility, coordination, and strength but also quick changes between attacking and defensive maneuvers, (Slimani et al., 2017).

The high-intensity intermittent nature of kickboxing training, often referred to as high-intensity intermittent exercise (HIIE), is structured around short bursts of intense activity followed by brief recovery periods. This format mirrors the unpredictable and explosive demands of a kickboxing match, where athletes must swiftly switch between high-intensity efforts and short rests (Alfonso & Enrique, 2021; Slimani et al., 2017). HIIE has been widely recognized for its benefits in improving cardiovascular health, increasing metabolic rate, and enhancing athletic performance, making it a foundational component of kickboxing training (Rydzik et al., 2021). Despite the established benefits of HIIE, there is a gap in the literature regarding the acute physiological responses to varying rest intervals in intermittent kickboxing exercises. Research has predominantly focused on traditional endurance sports or general HIIT applications, with limited attention to how specific rest intervals affect heart rate, perceived exertion, and muscle soreness in kickboxing athletes. Given the unique combination of aerobic and anaerobic demands in kickboxing (Slimani et al., 2017), understanding these responses is essential for optimizing training protocols tailored to this sport. Therefore, this study aimed to investigate the effects of intermittent kickboxing exercise with two distinct rest intervals on heart rate, perceived exertion, and muscle soreness in collegiate kickboxing athletes. By examining these variables, this research sought to provide valuable insights that can inform training practices and enhance the effectiveness of conditioning programs for kickboxers. The findings have implications not only for athletic performance optimization but also for recreational practitioners aiming to improve fitness through structured kickboxing routines.

### **MATERIALS AND METHODS**

#### **Research Group**

Twenty collegiate kickboxing athletes voluntarily took part in this study. All athletes were free of any musculoskeletal issues that may interfere with their regular involvement in training. The athletes had an average kickboxing experience of  $7.3 \pm 1.7$  years. Each athlete provided written informed consent before the trials, and the study followed the latest version of the Declaration of Helsinki. Ethical approval was received from the local clinical ethics committee.

#### **Research Model and Data Collection Tools**

After informing the participants about the purpose of the study, body composition measurements and a familiarization session were conducted. Then, athletes participated in two different intermittent exercise sessions with different rest ratios, i.e. 20s work and 20s rest, and 20s work and 60s rest (8 sets). Athletes heart rate (HR) was monitored at rest following 30 minutes laying in supine position and immediately after the exercise. Athletes' HR was measured with an HR monitor (Seego, Realtrack Systems). Athletes classified the rate of perceived exertion (RPE) and perceived muscle soreness (PMS) immediately after the exercise sessions.

#### **Analysis of Data**

The statistical analysis was carried out using JASP software (version 0.15.0.0). The Shapiro-Wilk test and descriptive approaches based on skewness and kurtosis coefficients were employed to ensure data normality. The subject's characteristics were presented using descriptive statistics and 95% confidence intervals (CIs). Two-way ANOVA with repeated measurements was used to determine changes in HR ( $3 \times 2$ ). Eta squared ( $\eta^2$ ) was calculated to determine the effect size (ES), using the 0.0099, 0.0588, and 0.1379 considered as small, medium, and large. RPE and PMS were compared between two different rest ratios using Paired Sample T test. Cohen's d for paired sample t-test was automatically provided by JASP software and classified as 0.2 (small), 0.5 (medium) and 0.8 (large) (Sullivan & Feinn, 2012). Significance was set at  $p < 0.05$ .

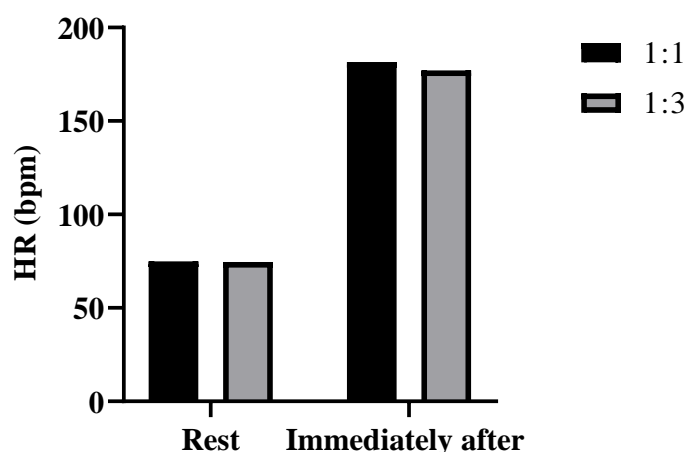
## RESULTS

Athletes' characteristics can be found in Table 1.

**Table 1.** Descriptive characteristics of the participants (n=20)

| Variables                 | Mean $\pm$ SD   | 95% CI    |
|---------------------------|-----------------|-----------|
| Age (years)               | 21.5 $\pm$ 2.4  | 19.5-22.5 |
| Height (cm)               | 1.75 $\pm$ 0.05 | 1.72-1.76 |
| Body weight (kg)          | 73.5 $\pm$ 11.6 | 68.4-78.6 |
| Muscle percentage (%)     | 43.1 $\pm$ 4.1  | 41.3-44.9 |
| Fat percentage (%)        | 15.5 $\pm$ 6.6  | 12.6-18.5 |
| BMI (kg/cm <sup>2</sup> ) | 25.9 $\pm$ 6.8  | 22.9-28.9 |

According to two-way ANOVA results, there was a main effect of measurement time on HR ( $F_{1,19}=1641.47$ ,  $p<0.007$ ,  $ES=0.98$ ; Large). However, there was no main effect of rest intervals on HR ( $F_{1,19}=4.08$ ,  $p=0.06$ ,  $ES=0.54$ , Large). Moreover, there was no significant interaction of measurement time and rest intervals on HR ( $F_{1,19}=2.85$ ,  $p=0.11$ ,  $ES=0.38$ , Large).



**Figure 1.** HR responses during the exercise

When RPE was compared, athletes presented higher values after 1:1 work to rest ratio ( $RPE=6.3\pm 1.5$ ) compared to 1:3 work to rest ratio ( $RPE=5.3\pm 1.3$ ) ( $p=0.01$ ,  $ES=0.77$ ; Medium). When the PMS was investigated, no significant difference was found between two rest ratios. Athletes classified PMS as  $4.3\pm 1.9$  after 1:1 work to rest ratio and  $3.8\pm 1.9$  after 1:3 work to rest ratio ( $p=0.16$ ,  $ES=0.33$ , Small).

## DISCUSSION

The present study aimed to investigate the effects of intermittent kickboxing exercise with two different rest intervals on HR, RPE, and PMS in collegiate kickboxing athletes. The findings revealed a significant main effect of measurement time on HR, indicating that HR increased significantly from rest to post-exercise. However, no significant differences were observed in HR responses between the two rest intervals (1:1 and 1:3), suggesting that the duration of rest did not substantially influence the heart rate response during the exercise sessions.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

These results align with previous research that highlights the high physiological demands of kickboxing, characterized by its high-intensity intermittent nature (Rydzik et al., 2021; Slimani et al., 2017). The lack of significant differences in HR between the two rest intervals may be attributed to the inherent intensity of the kickboxing exercises, which likely elicited a robust cardiovascular response regardless of the rest duration. This finding is consistent with the notion that HIIE can lead to similar cardiovascular responses across varying rest intervals, as the body adapts to the demands of the activity (Babić et al., 2023).

In terms of perceived exertion, the study found that athletes reported higher RPE values after the 1:1 work to rest ratio compared to the 1:3 ratio. This suggests that shorter rest periods may lead to a greater perception of effort, which is crucial for understanding how athletes experience training intensity. The medium effect size ( $ES=0.77$ ) indicates a meaningful difference in perceived exertion, which could have implications for training protocols. Conversely, the results regarding PMS showed no significant differences between the two rest ratios. Athletes reported similar levels of muscle soreness after both exercise conditions, which may suggest that the muscle recovery dynamics were not significantly affected by the rest intervals employed.

The implications of these findings extend beyond the immediate context of kickboxing training. Understanding the acute physiological responses to varying rest intervals can inform the design of conditioning programs tailored to the unique demands of kickboxing. Given the sport's combination of aerobic and anaerobic requirements, optimizing training protocols to balance intensity and recovery is essential for enhancing athletic performance (Alfonso & Enrique, 2021). Future research should explore the long-term effects of different rest intervals on performance outcomes and recovery in kickboxing athletes, as well as investigate the potential psychological factors influencing perceived exertion and muscle soreness.

In conclusion, this study contributes valuable insights into the physiological responses of collegiate kickboxers during high-intensity intermittent exercise. While HR responses were consistent across different rest intervals, the significant differences in perceived exertion highlight the importance of considering athletes' subjective experiences during training. These findings can aid coaches and practitioners in developing effective training strategies that maximize performance while managing fatigue and recovery in kickboxing athletes.

### CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS

As a result, among the measurement tools used in the study, only AZD showed a difference, while no difference was observed in PMS and HR measurements. In the continuation of similar studies, work:rest ratios that can maximize the performance of athletes can be used. In addition, recovery and fatigue levels can be monitored with different methods.

### REFERENCES

- Alfonso, S., & Enrique, C. (2021). Análisis de capacidades físicas en Kickboxing: una revisión sistemática.
- Babić, M., Pobrić, I., & Čular, D. (2023). Physiological response and biomarkers in kickboxing-systematic review.
- Rydzik, Ł., Maciejczyk, M., Czarny, W., Kędra, A., & Ambroży, T. (2021). Physiological responses and bout analysis in elite kickboxers during international K1 competitions. *Frontiers in physiology*, 12, 691028.
- Slimani, M., Chaabene, H., Miarka, B., Franchini, E., Chamari, K., & Cheour, F. (2017). Kickboxing review: anthropometric, psychophysiological and activity profiles and injury epidemiology. *Biology of sport*, 34(2), 185-196. <https://doi.org/10.5114/biolsport.2017.65338>
- Sullivan, G. M., & Feinn, R. (2012). Using effect size—or why the P value is not enough. *Journal of graduate medical education*, 4(3), 279-282.



## GÖRME ENGELLİ JUDOCULARDA HİDRASYON: ÖN ÇALIŞMA

Bayram CEYLAN<sup>1a</sup>, Hasan Basri TAŞKIN<sup>2</sup>, Bilgehan BAYDİL<sup>1b</sup>

\*<sup>1ab</sup> Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,  
Kastamonu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-6753-1848

E-posta: [bceylan@kastamonu.edu.tr](mailto:bceylan@kastamonu.edu.tr)

ORCID Code: 0000-0002-9161-2381

E-posta: [bilgehan@kastamonu.edu.tr](mailto:bilgehan@kastamonu.edu.tr)

<sup>2</sup>Kastamonu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

ORCID Code: 0000-0002-0770-3214

E-posta: [hasanbasritaskin57@gmail.com](mailto:hasanbasritaskin57@gmail.com)

### ÖZET

Giriş ve amaç: Bu çalışma, görme engelli judo sporcularının hidrasyon durumu, antrenman öncesi ve sonrasında idrar özgül ağırlığı (USG), idrar rengi (UC) ve vücut ağırlığı (VA) değişimi incelemeyi amaçlamıştır. Yöntem: Görme engelli judo takımından on sporcu çalışmaya gönüllü olarak katıldı. Sporculara çalışma hakkında detaylı bilgi verilmemiş, ancak bir kamp sırasında idrar örnekleri verecekleri ve antrenmanlardan önce ve sonra tartılacakları söylenmiştir. Bulgular: Sporcuların antrenman öncesi ve sonrası USG, UC ve BW değerlerinde anlamlı bir değişiklik vardı ( $p < 0.05$ ). USG değerleri antrenman öncesinden sonrasına  $1.019 \pm 0.009$ 'dan  $1.025 \pm 0.006$ 'ya ( $p = 0.008$ ), UC ise  $4.3 \pm 1.4$ 'ten  $5.6 \pm 1.0$ 'a ( $p = 0.001$ ) yükselmiştir. Buna karşılık, BW  $88.3 \pm 25.4$ 'ten  $87.4 \pm 25.2$ 'ye düşmüştür ( $p = 0.000$ ). Sonuç: Çalışmanın bulguları, bir birim judo antrenmanın görme engelli judo sporcularında hipohidrasyona neden olduğunu göstermektedir. Sporcular serbest sıvı alımına rağmen, idrar belirteçlerinde görüldüğü üzere antrenman sırasında kaybedilen sıvıyı telafi edememişlerdir. Bu nedenle, bu sporcular daha uzun süre ve yarışma sezonu boyunca izlenmeli ve hipohidrasyonun olumsuz etkileri hakkında bilgilendirilmelidir.

**Anahtar Kelimeler:** Görme Engeli, Hipohidrasyon, Mücadele Sporları, Sağlık



## HYDRATION IN VISUALLY IMPAIRED JUDO ATHLETES: A PRELIMINARY STUDY

Bayram CEYLAN<sup>1a</sup>, Hasan Basri TAŞKIN<sup>2</sup>, Bilgehan BAYDİL<sup>1b</sup>

<sup>1ab</sup>Department of Coaching Education, Faculty of Sport Sciences, Kastamonu  
University,

Kastamonu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-6753-1848

E-mail: [bceylan@kastamonu.edu.tr](mailto:bceylan@kastamonu.edu.tr)

ORCID Code: 0000-0002-9161-2381

E-mail: [bilgehan@kastamonu.edu.tr](mailto:bilgehan@kastamonu.edu.tr)

<sup>\*2</sup>Department of Coaching Education, Health Sciences Institution, Kastamonu  
University, Kastamonu, Türkiye

ORCID code: 0000-0002-0770-3214

E-mail: [hasanbasritaskin57@gmail.com](mailto:hasanbasritaskin57@gmail.com)

### ABSTRACT

**Introduction and aim:** This study investigated hydration status of visually impaired judo athletes via urine specific gravity (USG), urine color (UC) and body weight (BW) change before and after a training session. **Methods:** Ten athletes from visually impaired judo team voluntarily participated in the study. Athletes were not informed about the nature of the study but instructed to provide urine samples and weighed before and after the training sessions during a training camp. **Results:** There was a significant change in USG, UC and BW of the athletes before and after the training session ( $p < 0.05$ ). The USG values increased from  $1.019 \pm 0.009$  to  $1.025 \pm 0.006$  ( $p = 0.008$ ) while UC increased from  $4.3 \pm 1.4$  to  $5.6 \pm 1.0$  ( $p = 0.001$ ) from pre to post training. In contrast, BW decreased from  $88.3 \pm 25.4$  to  $87.4 \pm 25.2$  ( $p = 0.000$ ). **Conclusion:** The findings of the study indicate that a session of judo training induced hypohydration in visually impaired judo athletes. Despite athletes had access to fluid ad libitum, they could not compensate the fluid lost during training as stated by their urine markers. Therefore, these athletes should be monitored for a longer period and during competitive season and should be informed about the adverse effects of hypohydration.

**Keywords:** Visual Disability, Hypohydration, Combat Sports, Health

### INTRODUCTION

Hydration status is a critical factor influencing athletic performance, particularly in combat sports such as judo, where athletes often undergo intense physical exertion and rapid weight changes (Ceylan & Balci, 2023; Ceylan, Barley, & Balci, 2023). Proper hydration is essential for maintaining physiological functions, optimizing performance, and preventing injuries (Meyer et al., 2016). Despite the well-documented importance of hydration, there is a paucity of research focusing on the hydration status of visually impaired athletes, especially those competing at the Olympic level.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Hypohydration, defined as a deficit in total body water, has been shown to have several adverse effects on athletic performance. Hypohydration can impair cognitive function, reduce strength, and decrease endurance, all of which are critical for optimal performance in judo (Ceylan et al., 2022). Additionally, hypohydration can lead to increased heart rate, elevated body temperature, and impaired thermoregulation, further exacerbating the physical strain on athletes (Cheuvront & Kenefick, 2014). These effects are particularly concerning for judo athletes, who often engage in rapid weight loss methods to meet weight classifications, making them more susceptible to hypohydration (Artioli et al., 2010; Barley et al., 2019).

Studies have shown that judo athletes frequently present higher levels of hypohydration during competition and training days, despite efforts to maintain fluid intake (Ceylan et al., 2020; Ceylan & Balci, 2023; Ceylan, Barley, & Balci, 2023; Ceylan et al., 2021; Ceylan, Taşcan, et al., 2023). For instance, elite judo athletes have been observed to have elevated urine specific gravity (USG) and darker urine color (UC) before and after competitions, indicating significant hypohydration (Ceylan et al., 2020; Ceylan & Balci, 2023; Ceylan, Barley, & Balci, 2023; Ceylan et al., 2021). This underscores the need for tailored hydration strategies to support the health and performance of judo athletes.

To the best of our knowledge, there is no previous study investigating hydration status of visually impaired judo athletes, thus this study aimed to investigate the hydration status of visually impaired judo athletes by assessing urine specific gravity (USG), urine color (UC), and body weight (BW) changes before and after a training session. By evaluating these parameters, we seek to provide insights into the hydration practices and needs of these athletes, ultimately contributing to the development of tailored hydration strategies to support their training and competitive endeavors.

### **METHODS**

#### **Research Group**

Ten judo athletes from visually impaired judo team voluntarily agreed to participate in this study. All athletes were in a weight-stable period, i.e., not losing or regulating body weight for an upcoming competition and without any musculoskeletal injuries. All athletes were black belt and had a mean judo experience of  $8.2 \pm 3.4$  years. Data were collected during a training camp. A written informed consent form was obtained from each athlete before the experiment, and the study was carried out in accordance with the latest version of the Declaration of Helsinki. Ethical approval was received from the institutional non-clinical ethical committee.

#### **Data Collection Tools**

Body composition was determined using a bioimpedance device (Omron BF511, Japan). Body weight was measured before and after the training session with a calibrated scale (Seca 880 Digital Floor Scale, Seca: UK) to the nearest 100 grams. Hydration status (USG and UC) was monitored by collecting pre and post-training urine samples from the athletes. USG was classified as hydrated ( $USG < 1.020$ ) and hypohydrated ( $USG \geq 1.020$ ) according to suggestions by the ACSM position stand (Sawka et al., 2007).

#### **Analysis of Data**

The analysis was conducted with JASP (0.15.0.0 Version, The Netherlands) and IBM SPSS 20 (IBM Corporation Inc. Armonk, NY, the USA). The variables' mean and standard deviation were reported. The data normality was checked with the Shapiro-Wilk test and descriptive methods using skewness and kurtosis coefficients (Mishra et al., 2019). USG, UC and body weight were compared using paired sample T test. Significance was set at  $p < 0.05$ .



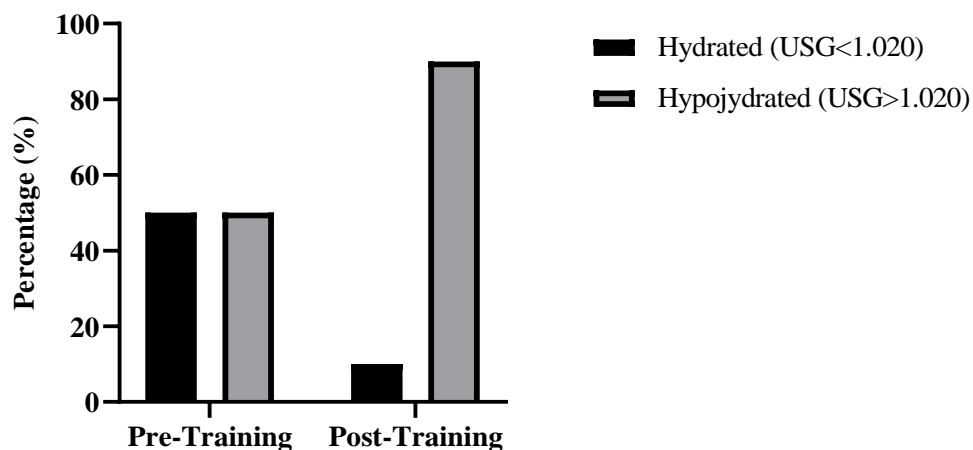
## RESULTS

Athletes' characteristics can be found in Table 1.

**Table 1.** Physical characteristics of the athletes

| Variables (n=10)         | Mean±SD   | 95% CI     |
|--------------------------|-----------|------------|
| Age (year)               | 31.2±4.1  | 28.2-34.2  |
| Body height (cm)         | 1.68±0.99 | 1.61-1.76  |
| Body weight (kg)         | 87.5±25.0 | 69.7-105.4 |
| BMI (kg/m <sup>2</sup> ) | 30.2±7.4  | 24.9-35.4  |
| Body Fat Percentage (%)  | 26.2±11.3 | 18.1-34.3  |

There was a significant change in USG, UC and BW of the athletes before and after the training session ( $p < 0.05$ ). The USG values increased from  $1.019 \pm 0.009$  to  $1.025 \pm 0.006$  ( $p = 0.008$ ) while UC increased from  $4.3 \pm 1.4$  to  $5.6 \pm 1.0$  ( $p = 0.001$ ) from pre to post training. In contrast, BW decreased from  $88.3 \pm 25.4$  to  $87.4 \pm 25.2$  ( $p = 0.000$ ). Athletes' hydration status classification can be found in Figure 1.



**Figure 1.** Hydration classification of the athletes pre and post-training

According to USG classification, 5 were hypohydrated before the training session. Following the training, 9 athletes were classified as hypohydrated.

## DISCUSSION

The present study aimed to investigate the hydration status of visually impaired judo athletes by assessing urine specific gravity (USG), urine color (UC), and body weight (BW) changes before and after a training session. The results indicated significant changes in these parameters, highlighting the impact of training on the hydration status of these athletes.

The increase in USG and UC suggests a significant level of hypohydration post-training. These findings are consistent with previous studies that have reported elevated USG and UC values in judo athletes following intense physical activity. For instance, a study by (Ceylan & Balcı, 2023) found that judo athletes often exhibit high USG values, indicating hypohydration, particularly during competition periods. Similarly, previous research reported that

hypohydration in judo athletes following a judo training session (Ceylan & Santos, 2020; Ceylan, Taşcan, et al., 2023).

The decrease in BW further supports the occurrence of hypohydration during the training session. Rapid weight loss is a common practice among judo athletes to meet weight classifications, which can exacerbate hypohydration. This practice, while effective for weight management, poses significant risks to the athletes' health and performance. Hypohydration can impair cognitive function, reduce strength, and decrease endurance, all of which are critical for optimal performance (Barley et al., 2018; Hayes & Morse, 2010; Pallarés et al., 2016).

The classification of hydration status based on USG revealed that 5 athletes were hypohydrated before the training session, and this number increased to 9 athletes post-training. This significant increase in the number of hypohydrated athletes underscores the need for effective hydration strategies tailored to the unique needs of visually impaired judo athletes. Ensuring adequate hydration is crucial for maintaining performance and preventing the adverse effects of hypohydration, such as increased heart rate, elevated body temperature, and impaired thermoregulation.

In conclusion, the findings of this study highlight the significant impact of training on the hydration status of visually impaired judo athletes. The observed changes in USG, UC, and BW underscore the need for targeted hydration strategies to support the health and performance of these athletes. Future research should focus on monitoring these athletes for a longer period and developing and implementing hydration protocols that address the specific needs of visually impaired judo athletes, considering the unique challenges they face.

## CONCLUSION AND RECOMMENDATIONS

As a result, when the hydration status of visually impaired judo players was examined, it was revealed that they were dehydrated. In future studies, the hydration status of visually impaired judo players can be followed for a longer period of time. Or these athletes can be followed up by giving hydration training. Apart from these, daily water intake rates, the amount of fluid they lose can be followed up with long-term studies and it is possible to develop solutions.

## REFERENCES

- Artioli, G., Gualano, B., Franchini, E., Scagliusi, F. B., Takesian, M., Fuchs, M., & Lancha Jr, A. H. (2010). Prevalence, magnitude, and methods of rapid weight loss among judo competitors. *Medicine and science in sports and exercise*, 42(3), 436-442.
- Barley, O. R., Chapman, D. W., & Abbiss, C. R. (2019). The current state of weight-cutting in combat sports. *Sports*, 7(5), 123.
- Barley, O. R., Iredale, F., Chapman, D. W., Hopper, A., & Abbiss, C. R. (2018). Repeat Effort Performance Is Reduced 24 Hours After Acute Dehydration in Mixed Martial Arts Athletes. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 32(9), 2555-2561. <https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000002249>
- Ceylan, B., Akgül, M. Ş., Gürses, V., Baydil, B., & Aydos, L. (2020). Monitoring Hydration Status of Elite Judo Athletes During a Competition Day. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 22(1), 150-153.
- Ceylan, B., & Balci, S. S. (2023). Dehydration and Rapid Weight Gain Between Weigh-in and Competition in Judo Athletes: The Differences between Women and Men. *Research in Sports Medicine*, 1-11. <https://doi.org/10.1080/15438627.2021.1989435>
- Ceylan, B., & Balci, Ş. S. (2023). *Hypohydration in judo athletes: A short narrative review* Applicable research in judo,
- Ceylan, B., Barley, O. R., & Balci, S. S. (2023). Changes in body mass and hydration status in judo athletes before and after a top-level competition: a descriptive case study. *The Physician and Sportsmedicine*, 51(3), 228-233. <https://doi.org/10.1080/00913847.2022.2026200>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Ceylan, B., Baydil, B., & Aydos, L. (2021). Weigh-in time affects hydration status and acute weight gain in combat sports: A comparison of judo and wrestling. *Revista de Artes Marciales Asiáticas*, 16(2).
- Ceylan, B., Kons, R. L., Detanico, D., & Šimenko, J. (2022). Acute Dehydration Impairs Performance and Physiological Responses in Highly Trained Judo Athletes. *Biology (Basel)*, 11(6).  
<https://doi.org/10.3390/biology11060872>
- Ceylan, B., & Santos, L. (2020). Fluid intake, hydration status and body mass changes in u-15 judo athletes during a training day. *Revista Brasileira de Nutricao Esportiva*, 14(88), 516-525.
- Ceylan, B., Taşcan, M. B., Simenko, J., & Balci, Ş. S. (2023). Habit or lack of education? Hypohydration is present in elite senior judo athletes even during a weight-stable training camp. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 17479541221122433.
- Cheuvront, S. N., & Kenefick, R. W. (2014). Dehydration: Physiology, Assessment, and Performance Effects. In *Comprehensive Physiology* (pp. 257-285).  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/cphy.c130017>
- Hayes, L. D., & Morse, C. I. (2010). The effects of progressive dehydration on strength and power: is there a dose response? *European journal of applied physiology*, 108, 701-707.
- Meyer, F., Szygula, Z., & Wilk, B. (2016). *Fluid balance, hydration, and athletic performance*. Taylor & Francis.
- Mishra, P., Pandey, C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C., & Keshri, A. (2019). Descriptive statistics and normality tests for statistical data. *Annals of cardiac anaesthesia*, 22(1), 67-72.  
[https://doi.org/10.4103/aca.ACA\\_157\\_18](https://doi.org/10.4103/aca.ACA_157_18)
- Pallarés, J., Martínez-Abellán, A., López-Gullón, J., Morán-Navarro, R., De la Cruz-Sánchez, E., & Mora-Rodríguez, R. (2016). Muscle contraction velocity, strength and power output changes following different degrees of hypohydration in competitive olympic combat sports. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 13(1), 1-9.
- Sawka, M. N., Burke, L. M., Eichner, E. R., Maughan, R. J., Maountain, S. J., & Stachenfeld, N. S. (2007). Exercise and Fluid Replacement. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 39(2), 377-390. <https://doi.org/10.1249/mss.0b013e31802ca597>



## SAMSUNSPOR TARAFTARININ FANATİKLİK DÜZEYİ VE FUTBOLDA ŞİDDET KAYNAĞINA İLİŞKİN GÖRÜŞLERİ

Lisans Öğrencisi Kenan İlker EKER Dr. Muhammet KUSAN<sup>2</sup> Prof. Dr. Soner ÇANKAYA<sup>3</sup>

Ondokuz Mayıs Üniversitesi, kenan\_ilker55@hotmail.com, 0009-0006-1061-6142  
Ondokuz Mayıs Üniversitesi, muhammetkusan0055@gmail.com, 0000-0001-6813-859X  
Ondokuz Mayıs Üniversitesi, scanakaya@omu.edu.tr, 0000-0001-8056-1892

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı Samsunspor taraftarlarının bazı sosyo-demografik özelliklerine göre fanatizm düzeyi ve futbolda şiddet kaynağına ilişkin görüşlerini incelemek ve bunlar arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Araştırmanın evrenini, Samsunspor taraftarları, örneklemini ise, 18 yaş üstü Samsunspor taraftarları arasından tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilmiş ve araştırmaya katılmaya gönüllü olmuş 208 erkek birey oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından geliştirilmiş kişisel bilgi formu ve Taşmektepligil ve ark. (2015) tarafından geliştirilmiş Futbol Taraftarı Fanatizm Ölçeği ile Reyhan ve ark. (2020) tarafından geliştirilmiş Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği ölçek kullanılmıştır. Araştırmada, lise mezunu taraftarların üniversite mezunu/öğrencisi olanlara göre, kombine bileti olduğunu beyan taraftarların kombine bileti olmayanlara göre, taraftar grupları ile giden bireylerin ve diğer Samsunspor seyircilerine göre puanlarının daha düşük olmasından dolayı fanatizm düzeyi daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca, maçlara tek başına gittiğini beyan eden bireylerin ailesi ile birlikte gittiğini beyan bireylere göre futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerini yansıtan ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları (medya ve taraftar/amigo kaynaklı) daha yüksek bulunmuştur. Buna ilaveten, fanatizm düzeyi ile futbolda şiddet kaynağına ilişkin görüşleri arasında negatif zayıf düzeyde anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu durum fanatizm puanı düştükçe bir başka ifade ile fanatizm düzeyi arttıkça futbolda şiddet kaynağına ilişkin görüşlerinde artış olacağı beklenmektedir. Araştırma bulguları doğrultusunda, taraftar fanatizm düzeylerini dengelemek ve futbolda şiddet algısını azaltmak için eğitim düzeyini artırıcı bilinçlendirme programlarının uygulanması, ailelerin birlikte maçlara katılımını teşvik eden etkinliklerin düzenlenmesi, taraftar gruplarıyla işbirliği yapılarak şiddet karşıtı mesajların yayılması ve medyanın sporun birleştirici yönlerini vurgulayan içerikler üretmesi önerilmektedir. Bu tür yaklaşımlar, taraftarların daha bilinçli ve pozitif bir spor kültürü geliştirmesine katkı sağlayabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Taraftar, Samsunspor, Şiddet

### SAMSUNSPOR FANS' LEVEL OF FANATICISM AND PERSPECTIVES ON THE SOURCES OF VIOLENCE IN FOOTBALL

### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the fanaticism levels of Samsunspor fans and their perspectives on the sources of violence in football based on certain socio-demographic characteristics, as well as to reveal the relationships between these two scale scores. The study population consists of Samsunspor fans, while the sample includes 208 male participants aged 18 and above, who were selected using a random sampling method and volunteered to participate in the research. Data were collected through a personal information form developed by the researchers, the Football Supporter Fanaticism Scale by Taşmektepligil et al. (2015), and the scale of Fans' Views on the Source of Violence in Football by Reyhan et al. (2020).

The study found that fans with a high school education level exhibited higher levels of fanaticism compared to those with university education. Similarly, fans without season tickets, those attending matches with fan groups, and those not affiliated with general Samsunspor supporters demonstrated higher fanaticism scores. Furthermore, individuals attending matches alone had higher total and subscale scores (media and fan/cheerleader-related) on the scale reflecting views on the sources of violence in football compared to those attending with their families. Additionally, a weak negative correlation was identified between fanaticism levels and views on the sources of violence in football, suggesting that as fanaticism scores decrease (i.e., as fanaticism increases), views on the sources of violence are expected to intensify. Based on the findings, it is recommended to implement awareness programs to increase education levels, organize events encouraging families to attend matches together, collaborate with fan groups to disseminate anti-violence messages, and promote media content that highlights the unifying aspects of sports. Such approaches can contribute to the development of a more informed and positive sports culture among fans.

**Keywords:** Fans, Samsunspor, Violence

## GİRİŞ

Futbol, dünya genelinde milyonlarca insanı bir araya getiren ve güçlü duygusal bağlar yaratan bir spor dalıdır. Türkiye'de ise futbol, sadece bir spor etkinliği olmanın ötesinde, toplumsal kimlik, aidiyet ve kültürel değerlerin bir yansımasıdır. Bu bağlamda taraftarlık, bireylerin sosyal kimliklerini inşa etmelerinde önemli bir rol oynar. Ancak, taraftarlık düzeyi arttıkça, bu aidiyetin fanatizm boyutuna ulaşması ve beraberinde olumsuz davranışları tetiklemesi de dikkat çekici bir olgu haline gelmiştir. Samsunspor taraftarlarının fanatizm düzeyi ve futboldaki şiddetin kaynaklarına ilişkin görüşleri, spor sosyolojisi açısından önemli bir araştırma alanı olarak karşımıza çıkmaktadır.

Fanatizm, bireyin bir takıma olan bağlılığını aşırı bir tutku ve duygusal bağlılıkla göstermesi olarak tanımlanabilir. Araştırmalar, yüksek fanatizm seviyelerinin, taraftarlar arasında sözlü, fiziksel ve hatta siber zorbalık gibi saldırgan davranışlarla ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır (Bozkurt & Çeviker, 2024). Özellikle güçlü takım kimliğine sahip taraftarların, şiddeti belirli bağlamlarda kabul edilebilir olarak algılama olasılığı daha yüksektir. Sosyal psikolojik teorilere göre, kalabalık dinamikleri ve stresli maç atmosferleri, bireysel sınırların ortadan kalkmasına ve şiddet eğilimlerinin artmasına neden olabilir (Kayaoğlu, 2004).

Kırık Pencere Teorisi ise, görünür düzensizliğin ve cezasızlık algısının, taraftarların agresif davranışlarını cesaretlendirebileceğini öne sürer (Şakar, 2023). Taraftarlar, şiddetin kaynağını sıklıkla medya etkisi, hakem kararları, oyuncu ve antrenörlerin provokatif davranışları gibi çeşitli faktörlere bağlamaktadır (Bozkurt & Çeviker, 2024). Ayrıca, bir takımla özdeşleşmenin yarattığı aidiyet duygusu, taraftar kimliğinin tehdit altında hissedilmesi durumunda paradoksal bir şekilde şiddet içeren davranışlara yol açabilir (Şakar, 2023).

Bununla birlikte, fanatizmin yalnızca olumsuz yönlerine odaklanmak, futbol taraftarlığının toplumsal faydalarını göz ardı etmek anlamına gelir. Her ne kadar bazı taraftar grupları arasında saldırganlık ve şiddet eğilimleri gözlemlense de, birçok taraftar için futbol, topluluk bilinci, dostluk ve dayanışma gibi olumlu değerlerin bir ifadesidir. Bu durum, futbolun sosyal birleştirici gücünü vurgulamaktadır.

Bu bilgiler ışığında, mevcut araştırmanın temel amacı, Samsunspor taraftarlarının fanatiklik düzeylerini ve futboldaki şiddet kaynaklarına ilişkin görüşlerini bazı sosyo-demografik özellikler açısından incelemek ve bu iki değişken arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Araştırma, taraftar davranışlarının sosyolojik ve psikolojik temellerini daha iyi anlamayı hedeflerken, aynı zamanda futbol kültüründe şiddetin önlenmesine yönelik stratejilere de katkı sağlamayı amaçlamaktadır.

## YÖNTEM

Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu 29.03.2024 tarih ve 2024-345 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır.

### Araştırma Modeli

Araştırmada, genellikle bir konu veya popülasyon hakkında mevcut durumu anlamak için kullanılan tarama araştırma modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli; iki veya daha fazla değişken arasındaki var olan ya da olduğu düşünülen ilişki derecelerini incelemek amacı ile kullanılmaktadır (Karasar, 2005).

### Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, Samsunspor taraftarları, örneklemi ise, 18 yaş üstü Samsunspor taraftarları arasından tesadüfi örneklem yöntemi ile seçilmiş ve araştırmaya katılmaya gönüllü olmuş 208 erkek birey oluşturmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından geliştirilmiş kişisel bilgi formu (eğitim, yaş, gelir durumu, kombine bilet, maçı kiminle gittiği ve statta maçı nereden izlediği) ve 2 ölçek kullanılmıştır. Ölçekler:

Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği: Türk futbol izleyicilerinin taraftarlıkla ilgili tutumlarını belirleyebilmek amacı ile Taşmektepligil ve ark (2015) tarafından geliştirilmiş olan Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği 13 maddeden oluşan iki alt boyutlu bir ölçektir. Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği'nin maddeleri kesinlikle katılmıyorum (1) ile kesinlikle katılıyorum (7) şeklinde 1-7 arasında cevaplanmaktadır.

### Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği

Reyhan ve ark (2011) tarafından geliştirilmiş olan Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği, Reyhan ve ark. (2020) tarafından geliştirilmiş 25 maddeden oluşan 5 faktörlü bir ölçektir. Ölçek kategorileri 5'li likert tipinde (1) Hiç katılmıyorum ile (5) Tamamen katılıyorum aralığında Derecelendirilmiştir

### Verilerin Toplanması

Araştırma grubunu oluşturan 18 yaş üstü Samsunspor taraftarlarına ölçek soruları uygulanmadan önce araştırma amacı açıklanarak dikkat edilecek unsunlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır. Araştırma verileri 20.04.2024- 15.05.2024 tarihleri arasında çevrimiçi veri toplama yöntemi ile Google formu tanımlanmış kişisel bilgi formu ve ölçek maddelerine işaretleme yaptırılarak online olarak toplanmıştır.

### Verilerin Analizi

Araştırmaya katılan kişilerin ölçek maddelerine vermiş oldukları cevapların iç tutarlılığını kontrol etmek amacı ile güvenilirlik katsayıları (Cronbach Alpha) hesaplanmıştır (Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların ölçek maddelerine verdikleri cevaplara ait iç tutarlılık katsayıları

| Ölçek   | İç Tutarlılık Katsavısı | Değerlendirme            |
|---|-------------------------|--------------------------|
| Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği                | 0.882                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Siddete yönelik düşünce ve eylem eğilimi          | 0.871                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Kurumsal aidiyet                                  | 0.829                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin | 0.860                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Spor Medyasından Kaynaklanan Şiddet               | 0.817                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Hakem Kararlarından Kaynaklanan Şiddet            | 0.763                   | Orta Düzeyde Güvenilir   |
| Antrenör ve Teknik Direktörden Kaynaklanan        | 0.764                   | Orta Düzeyde Güvenilir   |
| Taraftar ve Amigolardan Kaynaklanan Şiddet        | 0.707                   | Orta Düzeyde Güvenilir   |
| Sporcu Davranışlarından Kaynaklanan Şiddet        | 0.694                   | Orta Düzeyde Güvenilir   |

Araştırmada, Samsunspor taraftarlarının Futbol Taraftarı Fanatiklik ve Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçekleri tüm maddelerine ve alt boyut maddelerine verdikleri cevapların iç tutarlılığı yüksek ve orta düzeyde güvenilir bulunmuştur.

Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde ilk olarak normallik varsayımı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir ( $P>0,05$ ). Çalışmada, ölçek toplam puanlarının gelir, eğitim ve kombine var mı? durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Student t testi, yaş, maça kiminle gittiği ve maçı nereden seyrettiği durumuna göre farklılık gösterip göstermediği ise Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey çoklu karşılaştırma testi ile belirlenmiştir. Ayrıca araştırmada, Samsunspor taraftarlarının futbol taraftarı fanatiklik ve taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri ölçeklerinin toplam ve alt boyut toplam puanları arasındaki ilişki Pearson korelasyon katsayısı ile belirlenmiştir. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS 22.0 V. istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma bulguları, frekans (%), ortalama, standart sapma değerleri olarak verilmiş olup, bulgular  $P<0,05$  düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

## BULGULAR

Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden Samsunspor taraftarlarının demografik özelliklerine göre dağılımları Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2.** Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

| Eğitim Durumu               | n   | %     | Gelir durumu        | n   | %     |
|-----------------------------|-----|-------|---------------------|-----|-------|
| Lise mezunu                 | 86  | 41,3  | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 18,8  |
| Üniversite mezunu/öğrencisi | 122 | 58,7  | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 81,3  |
| Toplam                      | 208 | 100,0 | Toplam              | 208 | 100,0 |
|                             |     |       |                     |     |       |
| Yaş Grubu (yıl)             | n   | %     | Kombineniz var mı?  | n   | %     |
| 18-23                       | 160 | 76,9  | Var                 | 60  | 28,8  |
| 24-29                       | 25  | 12,0  | Yok                 | 148 | 71,2  |
| 30 ve üzeri                 | 23  | 11,1  | Toplam              | 208 | 100,0 |
| Toplam                      | 208 | 100,0 |                     |     |       |
|                             |     |       |                     |     |       |
| Maça kiminle gidiyor sunuz? | n   | %     | Statda maçı nereden | n   | %     |
| Tek                         | 24  | 11,5  | Kuzey Alt-Üst       | 84  | 40,4  |
| Arkadaşlar ile              | 126 | 60,6  | Güney Alt-Üst       | 20  | 9,6   |
| Taraftar Grubu ile          | 37  | 17,8  | Doğu Alt-Üst        | 67  | 32,2  |
| Aile                        | 21  | 10,1  | Batı Alt-Üst        | 37  | 17,8  |
| Toplam                      | 208 | 100,0 | Toplam              | 208 | 100,0 |

Araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden Samsunspor taraftarlarının %58,7’si üniversite mezunu veya öğrencisi, %81,3’ü orta gelirli, %76,9’u 18-23 yaş grubunda, %71,2’si kombinesi olmayan, %60,6’sı maçlara arkadaşları gittiğini ve %40,4’ü maçı stadın kuzey alt-üst tribününde seyrettiğini beyan eden bireylerden oluşmaktadır (Tablo 2).



**Tablo 3.** Eğitim durumuna göre katılımcıların futbol taraftarı fanatizm ve taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri düzeyi

| Ölçek ve Alt Boyutlar  | Eğitim Durumu | n   | Ortalama | SS    | P-değeri |
|--|---------------|-----|----------|-------|----------|
| Futbol Taraftarı Fanatizm Ölçeği                                   | Lise          | 86  | 31,65    | 7,59  | 0,040    |
|  | Üniversite    | 122 | 33,90    | 7,73  |          |
| Şiddete yönelik düşünce ve eylem eğilimi                           | Lise          | 86  | 22,13    | 5,37  | 0,067    |
|  | Üniversite    | 122 | 23,58    | 5,52  |          |
| Kurumsal aidiyet   | Lise          | 86  | 9,55     | 3,51  | 0,113    |
|  | Üniversite    | 122 | 10,32    | 3,35  |          |
| Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği | Lise          | 86  | 73,91    | 14,49 | 0,371    |
|  | Üniversite    | 122 | 75,73    | 13,76 |          |
| Spor Medyasından Kaynaklanan Şiddet                                | Lise          | 86  | 18,99    | 4,00  | 0,267    |
|  | Üniversite    | 122 | 19,57    | 3,45  |          |
| Hakem Kararlarından Kaynaklanan Şiddet                             | Lise          | 86  | 16,82    | 4,64  | 0,384    |
|  | Üniversite    | 122 | 17,37    | 4,27  |          |
| Antrenör ve Teknik Direktörden Kaynaklanan Şiddet                  | Lise          | 86  | 10,77    | 3,41  | 0,778    |
|  | Üniversite    | 122 | 10,91    | 3,65  |          |
| Taraftar ve Amigolardan Kaynaklanan Şiddet                         | Lise          | 86  | 16,66    | 4,59  | 0,203    |
|  | Üniversite    | 122 | 17,47    | 4,43  |          |
| Sporcu Davranışlarından Kaynaklanan Şiddet                         | Lise          | 86  | 10,70    | 3,54  | 0,711    |
|  | Üniversite    | 122 | 10,88    | 3,59  |          |

Samsunspor taraftarlarının eğitim durumuna göre futbol taraftarı fanatizm toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenirken ( $P=0,040$ ), taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerine ait toplam ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 3). Araştırmada, lise mezunu taraftarların üniversite mezunu/öğrencisi olanlara göre puanlarının daha düşük olmasından dolayı fanatizm düzeyi daha yüksek bulunmuştur ( $P=0,040$ ).

**Tablo 4.** Gelir durumuna göre katılımcıların futbol taraftarı fanatizm ve taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri düzeyi

| Ölçek ve Alt Boyutlar  | Gelir Durumu        | n   | Ortalama | SS    | P-değeri |
|--|---------------------|-----|----------|-------|----------|
| Futbol Taraftarı Fanatizm Ölçeği                                   | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 34,32    | 8,01  | 0,241    |
|  | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 32,68    | 7,66  |          |
| Şiddete yönelik düşünce ve eylem eğilimi                           | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 23,56    | 5,13  | 0,466    |
|  | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 22,85    | 5,58  |          |
| Kurumsal aidiyet   | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 10,74    | 4,45  | 0,145    |
|  | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 9,84     | 3,14  |          |
| Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 78,34    | 16,83 | 0,102    |
|  | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 74,20    | 13,26 |          |



| Tablo 4 devamı                                    |                     |     |       |      |       |
|---|---------------------|-----|-------|------|-------|
| Spor Medyasından Kaynaklanan Şiddet               | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 20,31 | 3,91 | 0,066 |
|   | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 19,10 | 3,61 |       |
| Hakem Kararlarından Kaynaklanan Şiddet            | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 18,08 | 4,46 | 0,150 |
|   | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 16,93 | 4,40 |       |
| Antrenör ve Teknik Direktörden Kaynaklanan Şiddet | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 11,28 | 3,99 | 0,400 |
|   | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 10,75 | 3,44 |       |
| Taraftar ve Amigolardan Kaynaklanan Şiddet        | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 16,97 | 5,44 | 0,804 |
|   | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 17,17 | 4,28 |       |
| Sporcu Davranışlarından Kaynaklanan Şiddet        | Düşük (Gelir<Gider) | 39  | 11,67 | 4,03 | 0,094 |
|   | Orta (Gelir=Gider)  | 169 | 10,61 | 3,43 |       |

Samsunspor taraftarlarının gelir durumuna göre futbol taraftarı fanatiklik toplam ve alt boyut toplam puanları ile taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerine ait toplam ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4).

**Tablo 5.** Kombine bileti olma durumuna göre katılımcıların futbol taraftarı fanatiklik ve taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri düzeyi

| Ölçek ve Alt Boyutlar  | Kombine Bilet | n   | Ortalama | SS    | P-değeri |
|--|---------------|-----|----------|-------|----------|
| Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği                                 | Var           | 60  | 29,65    | 6,41  | <0,001   |
|  | Yok           | 148 | 34,36    | 7,83  |          |
| Şiddete yönelik düşünce ve eylem eğilimi                           | Var           | 60  | 21,28    | 5,17  | 0,004    |
|  | Yok           | 148 | 23,68    | 5,48  |          |
| Kurumsal aidiyet   | Var           | 60  | 8,37     | 2,50  | <0,001   |
|  | Yok           | 148 | 10,67    | 3,53  |          |
| Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği | Var           | 60  | 77,52    | 13,11 | 0,104    |
|  | Yok           | 148 | 73,95    | 14,34 |          |
| Spor Medyasından Kaynaklanan Şiddet                                | Var           | 60  | 19,48    | 3,31  | 0,706    |
|  | Yok           | 148 | 19,27    | 3,84  |          |
| Hakem Kararlarından Kaynaklanan Şiddet                             | Var           | 60  | 17,98    | 4,03  | 0,081    |
|  | Yok           | 148 | 16,80    | 4,54  |          |
| Antrenör ve Teknik Direktörden Kaynaklanan Şiddet                  | Var           | 60  | 11,50    | 3,41  | 0,092    |
|  | Yok           | 148 | 10,59    | 3,57  |          |
| Taraftar ve Amigolardan Kaynaklanan Şiddet                         | Var           | 60  | 17,31    | 4,65  | 0,734    |
|  | Yok           | 148 | 17,07    | 4,46  |          |
| Sporcu Davranışlarından Kaynaklanan Şiddet                         | Var           | 60  | 11,59    | 3,23  | 0,054    |
|  | Yok           | 148 | 10,49    | 3,65  |          |

Samsunspor taraftarlarının kombine bileti olup olmama durumuna göre futbol taraftarı fanatiklik toplam ve alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık belirlenirken ( $P<0,05$ ), taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerine ait toplam

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 5). Araştırmada, kombine bileti olduğunu beyan taraftarların kombine bileti olmayanlara göre puanlarının daha düşük olmasından dolayı fanatıklık düzeyi daha yüksek bulunmuştur ( $P<0,01$ ).

**Tablo 6.** Yaş gruplarına göre katılımcıların futbol taraftarı fanatıklık ve taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri düzeyi

| Ölçek ve Alt Boyutlar  | Yaş Grubu (yıl) | n   | Ortalama | SS    | P-değeri |
|--|-----------------|-----|----------|-------|----------|
| Futbol Taraftarı Fanatıklık Ölçeği                                 | 18-23           | 160 | 32,86    | 7,71  | 0,232    |
|  | 24-29           | 25  | 35,16    | 8,12  |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 31,41    | 7,25  |          |
| Şiddete yönelik düşünce ve eylem eğilimi                           | 18-23           | 160 | 22,94    | 5,51  | 0,159    |
|  | 24-29           | 25  | 24,56    | 5,10  |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 21,50    | 5,57  |          |
| Kurumsal aidiyet   | 18-23           | 160 | 9,92     | 3,47  | 0,652    |
|  | 24-29           | 25  | 10,60    | 3,84  |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 9,96     | 2,57  |          |
| Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği | 18-23           | 160 | 74,90    | 14,59 | 0,885    |
|  | 24-29           | 25  | 76,16    | 10,53 |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 74,19    | 14,20 |          |
| Spor Medyasından Kaynaklanan Şiddet                                | 18-23           | 160 | 19,26    | 3,71  | 0,296    |
|  | 24-29           | 25  | 20,32    | 2,84  |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 18,71    | 4,31  |          |
| Hakem Kararlarından Kaynaklanan Şiddet                             | 18-23           | 160 | 17,27    | 4,50  | 0,414    |
|  | 24-29           | 25  | 17,44    | 4,59  |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 16,00    | 3,63  |          |
| Antrenör ve Teknik Direktörden Kaynaklanan Şiddet                  | 18-23           | 160 | 10,89    | 3,61  | 0,932    |
|  | 24-29           | 25  | 10,60    | 2,71  |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 10,87    | 3,98  |          |
| Taraftar ve Amigolardan Kaynaklanan Şiddet                         | 18-23           | 160 | 16,89    | 4,60  | 0,300    |
|  | 24-29           | 25  | 17,60    | 4,36  |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 18,35    | 3,92  |          |
| Sporcu Davranışlarından Kaynaklanan Şiddet                         | 18-23           | 160 | 10,91    | 3,69  | 0,649    |
|  | 24-29           | 25  | 10,20    | 2,74  |          |
|  | 30 ve üzeri     | 23  | 10,74    | 3,49  |          |

Samsunspor taraftarlarının yaş gruplarına göre futbol taraftarı fanatıklık toplam ve alt boyut toplam puanları ile taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerine ait toplam ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 6).

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

**Tablo 7.** Yaş gruplarına göre katılımcıların futbol taraftarı fanatiklik ve taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri düzeyi

| Ölçek ve Alt Boyutlar  | Maça kiminle gidiyor sunuz? | n   | Ortalama | SS    | P-değeri |
|--|-----------------------------|-----|----------|-------|----------|
| Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği                                 | Tek                         | 24  | 35,25a   | 10,06 | <0,001   |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 33,76a   | 7,39  |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 28,08b   | 5,19  |          |
|  | Aile                        | 21  | 34,50a   | 7,44  |          |
| Şiddete yönelik düşünce ve eylem eğilimi                           | Tek                         | 24  | 22,83ab  | 6,94  | 0,048    |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 23,46a   | 5,40  |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 20,89b   | 4,13  |          |
|  | Aile                        | 21  | 24,05a   | 5,74  |          |
| Kurumsal aidiyet   | Tek                         | 24  | 12,42a   | 4,34  | <0,001   |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 10,30bc  | 2,99  |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 7,19c    | 2,49  |          |
|  | Aile                        | 21  | 10,48ab  | 3,19  |          |
| Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği | Tek                         | 24  | 79,78a   | 18,84 | 0,042    |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 74,87ab  | 12,40 |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 76,14ab  | 13,59 |          |
|  | Aile                        | 21  | 68,15b   | 16,42 |          |
| Spor Medyasından Kaynaklanan Şiddet                                | Tek                         | 24  | 20,33a   | 4,29  | 0,022    |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 19,22ab  | 3,11  |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 20,17a   | 4,30  |          |
|  | Aile                        | 21  | 17,35b   | 4,45  |          |
| Hakem Kararlarından Kaynaklanan Şiddet                             | Tek                         | 24  | 16,83    | 5,28  | 0,124    |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 17,14    | 4,11  |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 18,32    | 4,74  |          |
|  | Aile                        | 21  | 15,48    | 4,30  |          |
| Antrenör ve Teknik Direktörden Kaynaklanan Şiddet                  | Tek                         | 24  | 11,17    | 5,25  | 0,451    |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 10,89    | 3,18  |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 11,17    | 3,64  |          |
|  | Aile                        | 21  | 9,71     | 3,15  |          |
| Taraftar ve Amigolardan Kaynaklanan Şiddet                         | Tek                         | 24  | 19,61a   | 4,84  | 0,008    |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 17,27ab  | 4,06  |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 15,76b   | 5,12  |          |
|  | Aile                        | 21  | 16,05b   | 4,58  |          |
| Sporcu Davranışlarından Kaynaklanan Şiddet                         | Tek                         | 24  | 11,29    | 4,34  | 0,169    |
|  | Arkadaşlar ile              | 126 | 10,66    | 3,26  |          |
|  | Taraftar Grubu ile          | 37  | 11,65    | 4,10  |          |
|  | Aile                        | 21  | 9,62     | 3,14  |          |

Samsunspor taraftarlarının maça kimle gittiği durumuna göre futbol taraftarı fanatizm toplam ve alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $P<0,05$ ). Maçlara taraftar grupları ile giden bireylerin fanatizm düzeyinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerine ait toplam ile spor mediasından ve taraftar/amigodan kaynaklanan şiddet alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık belirlenmiştir ( $P<0,05$ ). Maçlara tek başına gittiğini beyan eden bireylerin ailesi ile birlikte gittiğini beyan bireylere göre futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerini yansıtan ölçek toplam ve alt boyut toplam puanları (medya ve taraftar/amigo kaynaklı) daha yüksek bulunmuştur ( $P<0,01$ ) (Tablo 7).

**Tablo 8.** Statda maçı nereden izlediğine göre katılımcıların futbol taraftarı fanatizm ve taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri düzeyi

| Ölçek ve Alt Boyutlar  | Statda maçı nereden izliyorsunuz? | n  | Ortalama | SS    | P-değeri |
|--|-----------------------------------|----|----------|-------|----------|
| Futbol Taraftarı Fanatizm Ölçeği                                   | Kuzey Alt-Üst                     | 84 | 32,19    | 7,26  | 0,502    |
|  | Güney Alt-Üst                     | 20 | 33,85    | 9,61  |          |
|  | Doğu Alt-Üst                      | 67 | 32,92    | 7,94  |          |
|  | Batı Alt-Üst                      | 37 | 34,41    | 7,36  |          |
| Şiddete yönelik düşünce ve eylem eğilimi                           | Kuzey Alt-Üst                     | 84 | 22,81    | 5,06  | 0,729    |
|  | Güney Alt-Üst                     | 20 | 23,30    | 7,00  |          |
|  | Doğu Alt-Üst                      | 67 | 22,64    | 5,63  |          |
|  | Batı Alt-Üst                      | 37 | 23,84    | 5,43  |          |
| Kurumsal aidiyet   | Kuzey Alt-Üst                     | 84 | 9,39     | 3,55  | 0,195    |
|  | Güney Alt-Üst                     | 20 | 10,55    | 3,63  |          |
|  | Doğu Alt-Üst                      | 67 | 10,30    | 3,32  |          |
|  | Batı Alt-Üst                      | 37 | 10,57    | 3,11  |          |
| Taraftarların Futbolda Şiddetin Kaynağına İlişkin Görüşleri Ölçeği | Kuzey Alt-Üst                     | 84 | 75,89    | 13,84 | 0,156    |
|  | Güney Alt-Üst                     | 20 | 68,47    | 17,97 |          |
|  | Doğu Alt-Üst                      | 67 | 76,36    | 14,72 |          |
|  | Batı Alt-Üst                      | 37 | 73,94    | 10,01 |          |
| Spor Medyasından Kaynaklanan Şiddet                                | Kuzey Alt-Üst                     | 84 | 19,48    | 4,02  | 0,307    |
|  | Güney Alt-Üst                     | 20 | 17,95    | 3,90  |          |
|  | Doğu Alt-Üst                      | 67 | 19,68    | 3,50  |          |
|  | Batı Alt-Üst                      | 37 | 19,14    | 3,01  |          |
| Hakem Kararlarından Kaynaklanan Şiddet                             | Kuzey Alt-Üst                     | 84 | 17,72    | 4,25  | 0,169    |
|  | Güney Alt-Üst                     | 20 | 15,80    | 4,85  |          |
|  | Doğu Alt-Üst                      | 67 | 17,35    | 4,53  |          |
|  | Batı Alt-Üst                      | 37 | 16,22    | 4,24  |          |
| Antrenör ve Teknik Direktörden Kaynaklanan Şiddet                  | Kuzey Alt-Üst                     | 84 | 10,92    | 3,24  | 0,886    |
|  | Güney Alt-Üst                     | 20 | 10,35    | 4,42  |          |
|  | Doğu Alt-Üst                      | 67 | 10,78    | 3,86  |          |
|  | Batı Alt-Üst                      | 37 | 11,11    | 3,19  |          |

| Tablo 8 devamı                                |               |    |       |      |       |
|---|---------------|----|-------|------|-------|
| Taraftar ve Amigolardan<br>Kaynaklanan Şiddet | Kuzey Alt-Üst | 84 | 16,83 | 4,83 | 0,511 |
|   | Güney Alt-Üst | 20 | 16,15 | 4,72 |       |
|   | Doğu Alt-Üst  | 67 | 17,56 | 4,47 |       |
|   | Batı Alt-Üst  | 37 | 17,61 | 3,63 |       |
| Sporcu Davranışlarından<br>Kaynaklanan Şiddet | Kuzey Alt-Üst | 84 | 10,85 | 3,60 | 0,065 |
|   | Güney Alt-Üst | 20 | 9,47  | 4,27 |       |
|   | Doğu Alt-Üst  | 67 | 10,63 | 3,37 |       |
|   | Batı Alt-Üst  | 37 | 10,37 | 3,05 |       |

Samsunspor taraftarlarının maçı statta nerede izlediğine göre futbol taraftarı fanatizm toplam ve alt boyut toplam puanları ile taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerine ait toplam ve alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 8).

Buna ilaveten, fanatizm düzeyi ile futbolda şiddet kaynağına ilişkin görüşleri arasında negatif zayıf düzeyde ( $r=-0,229$ ;  $P<0,001$ ) anlamlı ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu durum fanatizm puanı düşüldükçe bir başka ifade ile fanatizm düzeyi arttıkça futbolda şiddet kaynağına ilişkin görüşlerinde artış olacağı beklenmektedir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma, Samsunspor taraftarlarının fanatizm düzeyleri ile futboldaki şiddetin kaynaklarına ilişkin görüşleri arasındaki ilişkiyi incelemiş ve taraftar davranışlarının sosyo-demografik faktörler ile nasıl şekillendiğini ortaya koymuştur. Elde edilen bulgular, futbol taraftarlığı ve şiddet algısına dair literatüre önemli katkılar sunmaktadır.

Öncelikle, taraftarların eğitim durumuna göre fanatizm düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $P=0.040$ ). Lise mezunu taraftarların, üniversite mezunlarına/öğrencilerine kıyasla daha yüksek fanatizm düzeyi sergilemesi, eğitim seviyesinin spor tutumlarını etkileyebileceğini göstermektedir. Bu bulgu, Wann ve Branscombe (1993) tarafından öne sürülen, yüksek eğitim seviyesinin eleştirel düşünmeyi artırarak aşırı hayran davranışlarını sınırlayabileceği görüşüyle uyumludur. Eğitimli bireylerin, spor olaylarına daha eleştirel ve rasyonel bir perspektiften yaklaşma eğiliminde olmaları, fanatizmin düzeyini azaltan bir faktör olabilir.

Buna karşın, gelir durumuna göre fanatizm düzeyleri arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ( $P>0.05$ ). Bu durum, ekonomik statünün taraftarlık davranışını şekillendirmede doğrudan bir etkisinin olmadığını göstermektedir. Snyder ve Spreitzer (1979) gibi araştırmacılar, sosyal ve kültürel faktörlerin taraftar sadakatini ekonomik değişkenlerden daha fazla etkilediğini belirtmiştir. Bu bağlamda, fanatizm düzeyinin daha çok bireyin sosyal aidiyet ihtiyacı ve kimlik oluşumu gibi faktörlerle ilişkili olduğu söylenebilir.

Araştırmanın dikkat çeken bir diğer bulgusu, kombine bilet sahibi olma durumu ile fanatizm düzeyi arasındaki ilişkidir. Kombine bilet sahibi olan taraftarların fanatizm düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmüştür ( $P<0.01$ ). Bu bulgu, Mason ve Zatkin'in (1996) taraftar bağlılığına yönelik çalışmalarıyla örtüşmektedir. Kombine bilet, taraftarların takımlarına olan bağlılıklarını artırarak duygusal yatırımlarını güçlendirmektedir. Ancak, bilet durumuna göre futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşlerde anlamlı bir fark bulunmaması ( $P>0.05$ ), fanatizmin doğrudan şiddet algılarını etkilemediğini düşündürmektedir.

Yaş grupları açısından yapılan analizlerde, fanatizm düzeyi veya şiddet algılarında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ( $P>0.05$ ). Bu bulgu, fanatizmin yaşa bağlı bir değişken olmaktan

ziyade, bireyin sosyal kimlik ve aidiyet duygusuyla ilişkili olduğunu göstermektedir (Tajfel & Turner, 1986). Taraftar kültürü, farklı yaş gruplarını kapsayan istikrarlı bir sosyal kimlik inşa edebilir.

Çalışma, maçlara kimle gidildiği durumunun fanatizm düzeyi üzerinde önemli bir etkisi olduğunu ortaya koymuştur ( $P<0.05$ ). Taraftar gruplarıyla maçlara katılan bireylerin daha yüksek fanatizm düzeyi sergilemesi, grup dinamiklerinin ve sosyal bağların fanatizmi artırabileceğini göstermektedir. Branscombe ve Wann (1994), sosyal etkileşimlerin hayran bağlılığını güçlendirdiğini ve grup aidiyetinin bireylerin davranışlarını etkileyebileceğini öne sürmüştür. Ayrıca, tek başına maçlara giden taraftarların, aileleriyle gidenlere kıyasla futbolda şiddetin medya ve taraftar/amigo kaynaklı olduğuna yönelik görüşlerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $P<0.01$ ). Bu bulgu, bireysel deneyimlerin şiddet algılarını şekillendirmede etkili olabileceğini göstermektedir.

Araştırmanın önemli bir sonucu, fanatizm düzeyi ile futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşler arasında negatif yönlü zayıf bir korelasyonun bulunmasıdır ( $r=-0.229$ ;  $P<0.001$ ). Fanatizm düzeyi arttıkça, taraftarların şiddetin kaynaklarına yönelik eleştirel bakış açılarının azaldığı görülmektedir. Bu durum, Dunning ve arkadaşlarının (1991) aşırı takım bağlılığının, şiddeti rasyonelleştirme eğilimini artırabileceği yönündeki bulgularıyla tutarlıdır. Fanatik taraftarlar, takımlarına duydukları sadakat nedeniyle şiddet olaylarını görmezden gelebilir veya haklı gösterebilir.

### Sonuç ve Öneriler

Araştırma sonuçları, taraftar fanatiklik düzeylerinin ve futbolda şiddetin kaynağına ilişkin algıların demografik özellikler, taraftar davranışları ve maç izleme alışkanlıkları ile anlamlı şekilde ilişkili olduğunu göstermektedir. Özellikle, lise mezunu taraftarların fanatiklik düzeylerinin daha yüksek olması, eğitim düzeyinin taraftarlık tutumları üzerindeki etkisine işaret etmektedir. Ayrıca, kombine bilet sahibi olmayan taraftarların fanatiklik düzeylerinin daha yüksek olması, düzenli maç izleme alışkanlığının taraftar davranışlarını etkileyebileceğini düşündürmektedir. Maçlara tek başına katılan bireylerin futbolda şiddetin kaynağına ilişkin algılarının, ailesiyle birlikte katılanlara göre daha yüksek olması ise sosyal bağların, futbolun toplumsal etkilerine ilişkin algıları şekillendirebileceğini ortaya koymaktadır.

Bu bulgular doğrultusunda, fanatiklik düzeylerini ve futbolda şiddet algılarını azaltmaya yönelik aşağıdaki öneriler sunulabilir:

1. Eğitim Programları: Taraftarlık kültürünü olumlu bir şekilde yönlendirmek için okullarda ve üniversitelerde sporun barışçıl bir araç olduğu vurgulanarak bilinçlendirme çalışmaları yapılabilir.
2. Aile Katılımını Teşvik: Ailelerin birlikte maçlara katılımını teşvik eden etkinlikler düzenlenerek, taraftarların şiddet eğilimleri yerine dayanışma ve pozitif duygular geliştirmeleri sağlanabilir.
3. Taraftar Gruplarıyla İşbirliği: Taraftar gruplarının liderleriyle işbirliği yapılarak, şiddet karşıtı mesajlar yaymak ve fanatiklik düzeyini dengelemek adına çeşitli projeler hayata geçirilebilir.
4. Medya Sorumluluğu: Medyanın futbolda şiddet algısını körüklemek yerine, sporun birleştirici yönlerini ön plana çıkararak içerikler üretmesi sağlanmalıdır.

Bu öneriler, hem taraftarlık düzeylerinin olumlu bir şekilde gelişmesini hem de futbolda şiddetin önlenmesini destekleyebilir.



## KAYNAKÇA

- Bozkurt, E. İ., & Çeviker, A. (2024). Examination of The Relationship Between Fans' Opinions On The Source Of Violence In Football And Levels Of Identification In Sports. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 15(1), 143-160.
- Branscombe, N.R., & Wann, D.L. (1994). Spor fandomunun olumlu sosyal etkisi. *Spor ve Sosyal Sorunlar Dergisi*, 18 (1), 1-16.
- Dunning, E., Murphy, P. ve Williams, J. (1991). Duruşmada Futbol: Futbol Dünyasında Seyirci Şiddeti ve Gelişimi. Routledge.
- Karasar, N. (2005). Bilimsel Araştırma Yöntemi: Kavramlar İlkeler Teknikler. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kayaoğlu Gürel, A. (2004). Futbolda seyirci şiddeti: sosyal psikolojinin katkıları ve sınırlılıkları. *Türk Psikoloji Yazıları*, 7(13), 79-101.
- Mason, D.S. ve Zarkin, J. (1996). Üniversite öğrencilerinin hayran davranışlarında bağlılığın rolü. *Uluslararası Spor Yönetimi Dergisi*, 7 (3), 225-235.
- Nixdorf, I., Frank, R., Hautzinger, M., & Beckmann, J. (2023). Exercise addiction and psychological well-being in athletes: A comparison of team and individual sports. *Journal of Sports Sciences*, 41(3), 456-468. <https://doi.org/10.1080/02640414.2023.2181235>
- Reyhan, S., Müniroğlu, R. S. ve Yetim, A. A. (2020). Taraftarların futbolda şiddetin kaynağına ilişkin görüşleri: Ölçek geliştirme çalışması. *Sportmetre: Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(1), 213-224
- Snyder, C.R. ve Spreitzer, E. (1979). Sporseverlerin davranışlarında sosyal kimliğin rolü. *Kişilik ve Sosyal Psikoloji Dergisi*, 37 (11), 2067-2076.
- Şakar, M., & Sarıkan, Ü. (2023). Tribün şiddeti: sembolik etkileşim kuramı ve kırıkcam teorisi bağlamında bir sentez. *International Journal Of Eurasia Social Sciences/Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 14(51).
- Tajfel, H. ve Turner, J.C. (1986). Gruplar arası davranışın sosyal kimlik teorisi. S. Worchel ve W.G. Austin (Eds.), *Gruplar Arası İlişkilerin Psikolojisi* (sayfa 7-24). Nel
- Taşmektepligil, M. Y., Çankaya, S., & Tunç, T. (2015). Futbol Taraftarı Fanatiklik Ölçeği. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 41-49.



## GELENEKSEL SPORCULARIN GELENEKSEL SPORLARA YÖNELİK TUTUMLARININ İNCELENMESİ

Yunus Emre MERCAN<sup>1</sup>, Seda SABAH<sup>2</sup>, Soner ÇANKAYA<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, meryus2003@gmail.com, ORCID: 0009-0003-9552-253X

<sup>2</sup>Doç. Dr., Amasya Üniversitesi, seda.sabah@amasya.edu.tr, ORCID: 0000-0002-7386-0314

<sup>3</sup>Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, scanakaya@omu.edu.tr; ORCID: 0000-0001-8056-1892

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı geleneksel spor yapmış veya yapmakta olan bireylerin geleneksel sporlara yönelik tutumlarını bazı sosyo-demografik özellikler açısından incelemektir. Çalışmanın evrenini, geleneksel spor yapmış veya yapmakta olan bireyler, örneklemi ise geleneksel spor yapan bireylerin içerisinde tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş ve araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 205 birey oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından geliştirilmiş kişisel bilgi formu, Evli ve ark. (2018) tarafından geliştirilmiş “Geleneksel Sporlara Yönelik Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Araştırmada erkek ve kadın bireylerin geleneksel sporlara yönelik tutumları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Araştırmada 18-23 yaş grubundaki bireylerin 24-29 yaş aralığındaki bireylere göre, orta ve yüksek gelire sahip olduğunu beyan eden bireylerin düşük gelire sahip olduğunu beyan eden bireylere göre ve üniversite ve lisansüstü olduğunu beyan eden bireylerin ilkökul ve lise olduğunu beyan eden bireylere göre geleneksel sporlara yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sonuç olarak, yaş, eğitim ve ekonomik durum bireylerin geleneksel sporlara olan bakış açısını ve katılım düzeyini önemli ölçüde şekillendirmekte, kültürel mirasın yaşatılması açısından kritik bir rol oynamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Geleneksel Spor, Sporcu, Tutum

## EXAMINATION OF TRADITIONAL ATHLETES' ATTITUDES TOWARDS TRADITIONAL SPORTS

### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the attitudes of individuals who have done or are doing traditional sports towards traditional sports in terms of some socio-demographic characteristics. The population of the study consists of individuals who have done or are doing traditional sports, and the sample consists of 205 individuals selected through random sampling method from the individuals who do traditional sports and agreed to participate in the research voluntarily. The personal information form developed by the researchers and the “Attitude Towards Traditional Sports Scale” developed by Evli et al. (2018) were used as data collection tools. No statistically significant difference was found between the attitudes of male and female individuals towards traditional sports in the study. In the study, it was determined that individuals in the 18-23 age group had higher attitudes towards traditional sports than individuals in the 24-29 age group, individuals who declared that they had a middle and high income had higher attitudes towards traditional sports than individuals who declared that they had a low income, and individuals who declared that they had a university or postgraduate degree had higher attitudes towards traditional sports than individuals who declared that they had a primary and high school degree. As a result, age, education and economic status significantly shape individuals' perspectives and participation levels in traditional sports, and play a critical role in keeping cultural heritage alive.

**Keywords:** Traditional Sports, Athlete, Attitude



## GİRİŞ

Tarihsel süreç incelendiğinde spor olarak tanımlanan faaliyetlerin pek çok değişim ve dönüşüm yaşadığı bilimsel verilerle ortaya konulmaktadır (Karahüseyinoğlu, 2008). Nitekim insanlık tarihine bakıldığında toplumların geçmişten günümüze değişim göstermesi durumu, spor alanlarında da değişim görülmesine sebebiyet vermiştir (Menteş ve Saygın, 2019).

Geleneksel sporlar, kültürel mirasın ve toplumsal değerlerin yansıması olarak, birçok toplumda derin köklere sahiptir. Bu sporlar, geçmişten günümüze aktarılan gelenekler ve sosyal bağları güçlendiren etkinlikler olarak büyük bir öneme sahiptir (Köksal, 2019). Başka bir deyişle geleneksel sporlar kültürün ve tarihin ortak bir meyvesi olarak görülmekte ve toplumun kültürel mirası olarak adlandırılmaktadır (Korkmaz & Kızanlıklılı, 2023).

Geleneksel Türk sporları, Türk toplumunun sosyal, kültürel ve askeri yaşamını şekillendiren çok yönlü etkinliklerdir. Bu sporlar, tarih boyunca sadece fiziksel güç ve çeviklik geliştirme amacıyla değil, aynı zamanda toplumun eğlence anlayışını zenginleştiren bir kültürel miras olarak da önemli bir rol oynamıştır (Ceylan ve ark., 2020). Aynı zamanda geleneksel sporların yerel kültüre ve fiziksel aktivitenin gerektiği şekilde özgün kurallar çerçevesinde olması gerektiği belirtilmekle beraber, bilgisayar vb. oyunların bu özellikleri taşımadığı vurgulanmıştır (Bronikowska ve Groll, 2015).

Günümüzde, modernleşme ve küreselleşme sürecinin etkisiyle geleneksel sporların toplumdaki yeri ve bireyler üzerindeki etkileri de değişim göstermektedir. Bu nedenle, bireylerin geleneksel sporlara yönelik tutumlarını anlamak, bu sporların sürdürülebilirliğini sağlamak açısından kritik bir öneme sahiptir (Yıldız, 2021).

Bireylerin sporla kurduğu ilişki, yalnızca fiziksel bir aktivite olarak değil, aynı zamanda sosyal kimlik ve aidiyet duygusu açısından da önemlidir (Demir & Kılıç, 2020). Geleneksel sporlar, bireylerin kültürel kimliklerini pekiştirmelerine ve toplumsal bağlarını güçlendirmelerine olanak tanır. Bu çalışmada, bireylerin geleneksel sporlara yönelik tutumlarını inceleyerek, bu tutumların ardındaki motivasyonları ve toplumsal algıları incelenecektir. Başka bir ifadeyle araştırmada, geleneksel spor yapmış veya yapmakta olan bireylerin geleneksel sporlara yönelik tutumlarını bazı sosyo-demografik özellikler açısından incelenmesi amaçlanmıştır

## YÖNTEM

Araştırma için Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu 31.05.2024 tarih ve 2024-555 sayılı kararı ile etik kurul onayı alınmıştır.

### Araştırma Modeli

Araştırmada, genellikle bir konu veya popülasyon hakkında mevcut durumu anlamak için kullanılan tarama araştırma modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, bir konu hakkında daha kapsamlı bir araştırma yapmadan önce mevcut durum hakkında genel bir fikir edinmek için kullanılabilir (Karasar, 1999).

### Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, geleneksel spor yapmış veya yapmakta olan bireyler, örneklemini ise geleneksel spor yapan bireylerin içerisinde tesadüfi örnekleme yöntemi ile seçilmiş 205 birey oluşturmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Veri toplama aracı olarak, araştırmacılar tarafından geliştirilmiş kişisel bilgi formu, Evli ve ark, (2018) tarafından geliştirilmiş “Geleneksel Sporlara Yönelik Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda, araştırmaya katılan geleneksel sporcuların yaşı, cinsiyet, eğitim durumu ve gelir durumu gibi sorular sorulmuştur. “Geleneksel Sporlara Yönelik Tutum Ölçeği” sporcuların geleneksel sporlara yönelik tutumlarını ölçmek amacı ile geliştirilmiş bir ölçektir. Ölçek 21 maddeden oluşmakta ve 5 alt boyutta değerlendirilmektedir. Alt boyutlar: psikolojik gelişim (1,2,3,4), fiziksel gelişim (5,6,7,8), sosyal gelişim (9,10,11,12), bilişsel gelişim (13,14,15,16,17), kültürel gelişim (18,19,20,21) olup ölçekte ters puanlanan herhangi bir madde

bulunmamaktadır. Ölçekte olumsuz madde yoktur. Ölçekten alınabilen en düşük puan 21, en yüksek 105 puandır. Ölçekten alınan toplam ve alt boyut toplam puanlar yükseldikçe ilgili boyuta veya geleneksel sporlara yönelik tutumun yüksek olduğunu göstermektedir.

### Verilerin Toplanması

Araştırma grubunu oluşturan geleneksel spor yapmış veya yapmakta olan bireylere anket soruları uygulanmadan önce araştırma amacı açıklanarak dikkat edilecek unsunlar hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır. Araştırma anketleri 05.07.2024-30.09.2024 tarihleri arasında Google formlar üzerinden ve elden fiziksel anket yöntemi gönüllü katılım esas alınarak geleneksel spor yapmış veya yapmakta olan bireylere uygulanmıştır.

### Verilerin Analizi

Araştırmaya katılan kişilerin ölçek maddelerine vermiş oldukları cevapların iç tutarlılığını kontrol etmek amacı ile güvenilirlik katsayıları (Cronbach Alpha) hesaplanmıştır (Tablo 1).

**Tablo 1.** Katılımcıların ölçek maddelerine verdikleri cevaplara ait iç tutarlılık katsayıları

| Ölçek                                    | İç Tutarlılık Katsayısı | Değerlendirme            |
|--|-------------------------|--------------------------|
| Geleneksel Sporlara Yönelik Tutum Ölçeği | 0,932                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Psikolojik Gelişim                       | 0,827                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Fiziksel Gelişim                         | 0,822                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Sosyal Gelişim                           | 0,821                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Bilişsel Gelişim                         | 0,809                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |
| Kültürel Gelişim                         | 0,817                   | Yüksek Düzeyde Güvenilir |

Araştırmada “Geleneksel Sporlara Yönelik Tutum Ölçeği” tüm maddelerine ve alt boyut maddelerine verilen cevapların iç tutarlılığı yüksek düzeyde güvenilir bulunmuştur.

Verilerin istatistiksel değerlendirilmesinde ilk olarak normallik varsayımı Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir ( $P>0,05$ ). Çalışmada, ölçek toplam puanlarının cinsiyet durumuna göre farklılık gösterip göstermediği Student t testi, yaş, gelir düzeyi, eğitim durumuna göre farklılık gösterip göstermediği, ise Tek Yönlü Varyans Analizi ve Tukey çoklu karşılaştırma testi ile belirlenmiştir. Tüm istatistiksel hesaplamalarda SPSS 22.0 V. istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırma bulguları, frekans (%), ortalama, standart sapma değerleri olarak verilmiş olup, bulgular  $P<0,05$  düzeyinde anlamlı kabul edilmiştir.

## BULGULAR

Araştırmada, geleneksel spor yapmış veya yapmakta olan bireylerin sosyo-demografik özelliklerine göre dağılımları Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2.** Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin frekans ve yüzde dağılımları

| Cinsiyet | n   | %     | Gelir Düzeyi | n   | %     |
|----------|-----|-------|--------------|-----|-------|
| Kadın    | 99  | 48,3  | Düşük        | 40  | 19,5  |
| Erkek    | 106 | 51,7  | Orta         | 95  | 46,3  |
| Toplam   | 205 | 100,0 | Yüksek       | 70  | 34,1  |
|          |     |       | Toplam       | 205 | 100,0 |

| Eğitim     | n   | %    | Yaş        | n   | %     |
|------------|-----|------|------------|-----|-------|
| İlköğretim | 18  | 8,8  | 18-23      | 129 | 62,9  |
| Lise       | 19  | 9,3  | 24-29      | 47  | 22,9  |
| Üniversite | 143 | 69,8 | 30-35      | 14  | 6,8   |
| Lisansüstü | 25  | 12,2 | 36 ve üstü | 15  | 7,3   |
| Toplam     | 205 | 100  | Toplam     | 205 | 100,0 |

Araştırmaya gönüllü olarak katılan bireylerin %48,3'ü kadın, %69,8'i üniversite öğrencisi, %62,9'u 18-23 yaş aralığında, %46,3'ü orta gelir düzeyine sahip olmaktadır (Tablo 2).

**Tablo 3.** Yaş durumuna göre katılımcıların geleneksel spor tutum düzeyleri

| Ölçek ve Alt Boyutlar                     | Yaş        | n   | Ortalama | SS    | P-değeri |
|---|------------|-----|----------|-------|----------|
| Geleneksel Sportlara Yönelik Tutum Ölçeği | 18-23      | 129 | 75,38a   | 14,05 | 0,021    |
|   | 24-29      | 47  | 68,68b   | 15,03 |          |
|   | 30-35      | 14  | 67,14b   | 20,55 |          |
|   | 36 ve üstü | 15  | 71,87ab  | 10,07 |          |
| Psikolojik Gelişim                        | 18-23      | 129 | 14,17a   | 3,51  | 0,006    |
|   | 24-29      | 47  | 12,09b   | 3,37  |          |
|   | 30-35      | 14  | 13,07ab  | 4,01  |          |
|   | 36 ve üstü | 15  | 13,87ab  | 2,90  |          |
| Fiziksel Gelişim                          | 18-23      | 129 | 14,82a   | 3,21  | 0,044    |
|   | 24-29      | 47  | 13,60ab  | 3,47  |          |
|   | 30-35      | 14  | 12,64b   | 4,73  |          |
|   | 36 ve üstü | 15  | 14,07ab  | 3,79  |          |
| Sosyal Gelişim                            | 18-23      | 129 | 14,19    | 3,15  | 0,581    |
|   | 24-29      | 47  | 13,66    | 3,74  |          |
|   | 30-35      | 14  | 13,14    | 5,07  |          |
|   | 36 ve üstü | 15  | 13,60    | 2,16  |          |
| Bilişsel Gelişim                          | 18-23      | 129 | 17,25    | 3,88  | 0,652    |
|   | 24-29      | 47  | 16,68    | 4,31  |          |
|   | 30-35      | 14  | 16,00    | 5,88  |          |
|   | 36 ve üstü | 15  | 17,27    | 3,39  |          |
| Kültürel Gelişim                          | 18-23      | 129 | 14,95a   | 3,46  | <0,001   |
|   | 24-29      | 47  | 12,66b   | 3,82  |          |
|   | 30-35      | 14  | 12,29b   | 4,68  |          |
|   | 36 ve üstü | 15  | 13,07ab  | 2,40  |          |

Araştırmada bireylerin yaş dağılımlarına göre geleneksel sportlara yönelik tutum ölçek toplam puan (P=0,021) ile psikolojik (P=0,006), fiziksel (O=0,044) ve kültürel (P<0,001) alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilir iken, sosyal ve bilişsel alt boyut toplam puanları arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir (P>0,05; Tablo 3). Araştırmada 18-23 yaş grubundaki bireylerin 24-29 yaş aralığındaki bireylere göre geleneksel sportlara yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 4.** Cinsiyet durumuna göre katılımcıların geleneksel spor tutum düzeyleri

| Ölçek ve Alt Boyutlar                    | Cinsiyet | n   | Ortalama | SS    | P-değeri |
|--|----------|-----|----------|-------|----------|
| Geleneksel Sporlara Yönelik Tutum Ölçeği | Kadın    | 99  | 72,05    | 13,65 | 0,364    |
|  | Erkek    | 106 | 73,93    | 15,81 |          |
| Psikolojik Gelişim                       | Kadın    | 99  | 13,25    | 3,38  | 0,183    |
|  | Erkek    | 106 | 13,92    | 3,70  |          |
| Fiziksel Gelişim                         | Kadın    | 99  | 14,15    | 3,19  | 0,463    |
|  | Erkek    | 106 | 14,51    | 3,74  |          |
| Sosyal Gelişim                           | Kadın    | 99  | 13,98    | 3,11  | 0,923    |
|  | Erkek    | 106 | 13,93    | 3,63  |          |
| Bilişsel Gelişim                         | Kadın    | 99  | 16,92    | 3,82  | 0,699    |
|  | Erkek    | 106 | 17,14    | 4,35  |          |
| Kültürel Gelişim                         | Kadın    | 99  | 13,75    | 3,41  | 0,188    |
|  | Erkek    | 106 | 14,43    | 3,98  |          |

Araştırmaya katılan erkek ve kadın bireylerin geleneksel sporlara yönelik tutum ölçek toplam puanı ve alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $P>0,05$ ; Tablo 4).

**Tablo 5.** Gelir durumuna göre katılımcıların geleneksel spor tutum düzeyleri

| Ölçek ve Alt Boyutlar                    | Gelir                | n  | Ortalama | SS    | P-değeri |
|--|----------------------|----|----------|-------|----------|
| Geleneksel Sporlara Yönelik Tutum Ölçeği | Düşük (Gelir<Gider)  | 40 | 63,48b   | 18,43 | <0,001   |
|  | Orta (Gelir=Gider)   | 95 | 73,31a   | 12,44 |          |
|  | Yüksek (Gelir>Gider) | 70 | 78,10a   | 12,88 |          |
| Psikolojik Gelişim                       | Düşük (Gelir<Gider)  | 40 | 11,60b   | 4,16  | <0,001   |
|  | Orta (Gelir=Gider)   | 95 | 13,57a   | 3,27  |          |
|  | Yüksek (Gelir>Gider) | 70 | 14,77a   | 3,07  |          |
| Fiziksel Gelişim                         | Düşük (Gelir<Gider)  | 40 | 12,73b   | 4,38  | 0,001    |
|  | Orta (Gelir=Gider)   | 95 | 14,36a   | 3,06  |          |
|  | Yüksek (Gelir>Gider) | 70 | 15,23a   | 3,14  |          |
| Sosyal Gelişim                           | Düşük (Gelir<Gider)  | 40 | 11,95b   | 4,30  | <0,001   |
|  | Orta (Gelir=Gider)   | 95 | 14,06a   | 2,90  |          |
|  | Yüksek (Gelir>Gider) | 70 | 14,96a   | 2,93  |          |
| Bilişsel Gelişim                         | Düşük (Gelir<Gider)  | 40 | 14,78b   | 4,78  | <0,001   |
|  | Orta (Gelir=Gider)   | 95 | 17,02a   | 3,29  |          |
|  | Yüksek (Gelir>Gider) | 70 | 18,34a   | 4,14  |          |
| Kültürel Gelişim                         | Düşük (Gelir<Gider)  | 40 | 12,43b   | 4,55  | 0,004    |
|  | Orta (Gelir=Gider)   | 95 | 14,29a   | 3,29  |          |
|  | Yüksek (Gelir>Gider) | 70 | 14,80a   | 3,51  |          |

Araştırmaya bireylerin gelir durumuna göre geleneksel sporlara yönelik tutum ölçek toplam puanı ve alt boyut toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $P<0,05$ ; Tablo 5). Araştırmada orta ve yüksek gelire sahip olduğunu beyan eden bireylerin

düşük gelire sahip olduğunu beyan eden bireylere göre geleneksel sporlara yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

**Tablo 6.** Eğitim durumuna göre katılımcıların geleneksel spor tutum düzeyleri

| Ölçek ve Alt Boyutlar                    | Eğitim Durumu | n   | Ortalama | SS    | P-değeri     |
|--|---------------|-----|----------|-------|--------------|
| Geleneksel Sporlara Yönelik Tutum Ölçeği | İlkokul       | 18  | 63,33b   | 13,53 | <b>0,003</b> |
|  | Lise          | 19  | 66,84ab  | 17,05 |              |
|  | Üniversite    | 143 | 74,85a   | 13,92 |              |
|  | Lisansüstü    | 25  | 74,24a   | 15,67 |              |
| Psikolojik Gelişim                       | İlkokul       | 18  | 11,33b   | 3,34  | <b>0,020</b> |
|  | Lise          | 19  | 12,89ab  | 4,16  |              |
|  | Üniversite    | 143 | 13,98a   | 3,34  |              |
|  | Lisansüstü    | 25  | 13,56ab  | 3,95  |              |
| Fiziksel Gelişim                         | İlkokul       | 18  | 12,56b   | 3,84  | <b>0,037</b> |
|  | Lise          | 19  | 13,16ab  | 4,10  |              |
|  | Üniversite    | 143 | 14,63a   | 3,25  |              |
|  | Lisansüstü    | 25  | 14,84a   | 3,62  |              |
| Sosyal Gelişim                           | İlkokul       | 18  | 12,44b   | 3,99  | <b>0,018</b> |
|  | Lise          | 19  | 12,37b   | 3,50  |              |
|  | Üniversite    | 143 | 14,22ab  | 3,20  |              |
|  | Lisansüstü    | 25  | 14,72a   | 3,41  |              |
| Bilişsel Gelişim                         | İlkokul       | 18  | 15,50    | 4,42  | 0,124        |
|  | Lise          | 19  | 15,68    | 4,28  |              |
|  | Üniversite    | 143 | 17,30    | 3,96  |              |
|  | Lisansüstü    | 25  | 17,64    | 4,27  |              |
| Kültürel Gelişim                         | İlkokul       | 18  | 11,50b   | 3,47  | <b>0,001</b> |
|  | Lise          | 19  | 12,74ab  | 3,48  |              |
|  | Üniversite    | 143 | 14,72a   | 3,57  |              |
|  | Lisansüstü    | 25  | 13,48ab  | 3,92  |              |

Araştırmaya bireylerin eğitim durumuna göre geleneksel sporlara yönelik tutum ölçek toplam puanı ve alt boyut (bilişsel alt boyut hariç) toplam puanları arasında istatistiki olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $P<0,05$ ; Tablo 6). Araştırmada eğitim durumunun üniversite ve lisansüstü olduğunu beyan eden bireylerin ilkokul ve lise olduğunu beyan eden bireylere göre geleneksel sporlara yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

### TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada 18-23 yaş grubundaki bireylerin 24-29 yaş aralığındaki bireylere göre geleneksel sporlara yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $P<0,05$ ). Yaş gruplarına belirlenen farklılığın nedeni olarak, 18-23 yaş grubu, kimlik oluşturma ve kültürel değerlerle bağ kurma sürecinde olduğu için geleneksel sporlara daha fazla ilgi gösterebilir. Ayrıca, bu yaş grubundaki bireyler, genellikle üniversite veya eğitim hayatındadır ve iş veya aile sorumlulukları daha azdır. Dolayısıyla geleneksel sporlara katılım için daha fazla zaman ve enerjiye sahip olabilirler.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Araştırmaya katılan erkek ve kadın bireylerin geleneksel sporlara yönelik tutumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $P>0,05$ ). Bu bulgu, geleneksel sporların her iki cinsiyet için de ortak bir kültürel geçmişin parçası olduğunu göstermekte ve erkek ve kadın bireylerin benzer şekilde tutum geliştirmesine neden olabilir.

Araştırmada orta ve yüksek gelire sahip olduğunu beyan eden bireylerin düşük gelire sahip olduğunu beyan eden bireylere göre geleneksel sporlara yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır ( $P<0,05$ ). Bu bulgu, düşük gelir gruplarındaki bireylerin ekonomik kaygılar nedeniyle geleneksel sporlar gibi etkinliklere daha az zaman veya enerji ayırabildiğini göstermektedir.

Araştırmada eğitim durumunun üniversite ve lisansüstü olduğunu beyan eden bireylerin ilköğretim ve lise olduğunu beyan eden bireylere göre geleneksel sporlara yönelik tutumlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir ( $P<0,05$ ). Eğitim düzeyi yüksek bireyler, geleneksel sporları kültürel mirasın bir parçası olarak değerlendirerek bu sporlara yönelik daha olumlu tutum geliştirebilir ve buna bağlı olarak geleneksel sporlarla ilgili bilgiye daha fazla erişim sağlayarak bu sporları daha bilinçli bir şekilde değerlendirebilir.

Genç bireyler, sosyal kimliklerini ve aidiyet duygularını pekiştirmek amacıyla geleneksel sporları daha fazla benimseyebilirken, eğitim seviyesi yüksek olanlar, bu sporların kültürel ve sosyal değerlerini daha iyi anlama ve takdir etme eğilimindedir. Ekonomik durum ise, bireylerin spor etkinliklerine katılımını ve bu sporlara yönelik kaynak ayırma kapasitesini etkileyebilir. Yüksek gelir grubuna mensup bireyler, geleneksel sporlarla ilgili etkinliklere daha fazla erişim sağlarken, bu durum sporların sürdürülebilirliğini de destekleyebilir. Bu durum, yaş, eğitim ve ekonomik durumun bireylerin geleneksel sporlar üzerindeki tutumlarını şekillendirmede önemli bir rol oynadığına işaret etmektedir. Daha genç bireylerin ve daha yüksek eğitim veya gelir düzeyine sahip olanların bu sporlara daha olumlu bakmasının arkasında, hem erişim kolaylığı hem de kültürel ve bireysel farkındalık düzeyleri yatmaktadır. Ayrıca, geleneksel sporların toplumsal birleştirici bir değer taşıması, cinsiyet farkının oluşmamasını sağlayabilir. Sonuç olarak, bu üç faktör (yaş, eğitim ve ekonomik durum), bireylerin geleneksel sporlara olan bakış açısını ve katılım düzeyini önemli ölçüde şekillendirmekte, kültürel mirasın yaşatılması açısından rol oynamaktadır.

### KAYNAKLAR

- Bronikowska, M. & Groll, M. (2005). Definition, classification, preservation and dissemination of traditional sports & games in Europe. TAFİSA Recall.
- Ceylan, A., Kazancı, H., Özgül, O., ve Günaşdı, Y. (2020). Geleneksel sporların türkiyedeki gelişim süreci (2012-2020). M. Türkmen içinde, IX. Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları Sempozyumu Bildiri Kitabı (s. 18-33). Bişkek: Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Yayınları: 330 Kongreler Dizisi: 45.
- Evli, F., Koçak, Ç.V., Evli, M. (2021). Developing Attitude Scale Towards Traditional Sports: A Validity and Reliability Study. International Journal of Physical Education Sport and Technologies 2(1), 29-39.
- Aydın, M. (2022). Geleneksel Sporların Kültürel Kimlik Üzerindeki Etkileri. Spor Bilimleri Dergisi, 15(2), 45-58.
- Demir, Y., & Kılıç, H. (2020). Geleneksel Sporlar ve Sosyal Bağlar. Türkiye Spor Araştırmaları Dergisi, 8(1), 21-34.
- Karahüseyinoğlu, M. F. (2008). Geleneksel Türk sporlarındaki modern spor yansımaları. *Sport Sciences*, 3(3), 130-137. <https://doi.org/10.12739/10.12739>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Korkmaz, A., & Kızanıklı, M. M. (2023). Geleneksel Spor Oyunlarının Turizme Etkileri Üzerine Bir Araştırma: Kırgızistan Örneği. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 12(3), 1193-1208. <https://doi.org/10.33206/mjss.1232238>
- Köksal, M. (2019). Geleneksel Sporların Sürdürülebilirliği: Bir Analiz. *Uluslararası Spor Yönetimi Dergisi*, 10(3), 100-115.
- Menteş, G., & Saygın, Ö. (2019). E-spor ve geleneksel spor ile uğraşan sporcuların zihinsel dayanıklılık ve bilişsel esneklik durumlarının incelenmesi. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences - IJSETS*, 5(4), 238-250. <https://doi.org/10.18826/useeabd.639062>
- Yıldız, R. (2021). Modernleşme Sürecinde Geleneksel Sporlar: Değişim ve Adaptasyon. *Sosyoloji Dergisi*, 12(4), 77-89.
- Fişne, M., Bardakçı, S., & Karagöz, Y. (2017). Ata sporumuz güreşe yönelik günümüzdeki toplumsal bakışın değerlendirilmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 28-42.
- Karahüseyinoğlu, M. F., & Gundogdu, C. (2008). Geleneksel spora yönelme isteğinde cinsiyet faktörü. *Sport Sciences*, 3(4), 159-167.



## CROSSFİT'İN SPOR YÖNETİMİ AÇISINDAN ORGANİZASYONEL YAPISI

Eyüp SEKMEN – Doç. Dr. Reşat SADIK

Yüksek lisans Öğrencisi, Düzce Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Yöneticiliği  
ABD, İstanbul, Türkiye, eyupsekmen88@gmail.com Orcid: 0009-0008-9938-4564

Düzce Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Düzce, Türkiye,  
resatsadik@duzce.edu.tr Orcid: 0000-0002-2312-8213

### ÖZET

Bu makale, CrossFit'in spor yönetimi açısından organizasyonel yapısını, işleyiş stratejilerini ve kültürel değerlerini incelemektedir. CrossFit, yüksek yoğunluklu fonksiyonel antrenmanlar sunan yenilikçi bir fitness programı olarak dünya genelinde hızla popülerlik kazanmıştır. Makalede, CrossFit Inc.'in merkezi yönetimi ve lisanslı CrossFit salonlarının (box) bağımsız yapıları ele alınarak, merkezi ve yerel yönetimler arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca, CrossFit'in iş modeli, gelir kaynakları, üyelik modelleri, eğitim programları ve sertifikasyon süreçleri detaylandırılmıştır.

CrossFit topluluğunun değerleri ve kültürü, güçlü topluluk bağları ve üyeler arası ilişkiler üzerinden analiz edilmiştir. Makale, CrossFit Games ve diğer büyük yarışmaların organizasyonel yönetimini, sponsor ve medya ilişkilerini, finansal yönetimini incelemiş ve dijitalleşme, sağlık ve güvenlik yönetimi, küresel genişleme stratejileri ile sürdürülebilirlik ve sosyal sorumluluk projelerini değerlendirmiştir. Sonuç olarak, CrossFit'in spor yönetimi alanında sunduğu yenilikçi yaklaşımlar ve başarılı uygulamalar, gelecekteki araştırmalar için önemli bir referans kaynağı olarak ele alınmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** crossfit, spor yönetimi, organizasyonel yapı, topluluk, dijitalleşme, sürdürülebilirlik

## ORGANIZATIONAL STRUCTURE OF CROSSFIT IN TERMS OF SPORTS MANAGEMENT

### ABSTRACT

This paper examines the organizational structure, operational strategies, and cultural values of CrossFit from the perspective of sports management. CrossFit, an innovative fitness program offering high-intensity functional training, has rapidly gained popularity worldwide. The paper explores the central management of CrossFit Inc. and the independent structures of licensed CrossFit gyms (boxes), analyzing the relationship between central and local management. Additionally, the business model, revenue streams, membership models, training programs, and certification processes of CrossFit are detailed.

The values and culture of the CrossFit community, characterized by strong community bonds and interpersonal relationships among members, are analyzed. The paper further investigates the organizational management of CrossFit Games and other major competitions, including sponsor and media relations and financial management. Digitalization, health and safety management, global expansion strategies, and sustainability and social responsibility projects are also evaluated. In conclusion, the innovative approaches and successful practices of CrossFit in sports management are highlighted as valuable references for future research.

**Keywords:** crossFit, sports management, organizational structure, community, digitalization, sustainability



## GİRİŞ

### CrossFit Nedir?

CrossFit, yüksek yoğunluklu, fonksiyonel hareketleri içeren bir fitness programıdır. Bu antrenmanlar, ağırlık kaldırma, kardiyovasküler egzersizler, jimnastik hareketleri ve dayanıklılık çalışmalarını bir araya getirerek katılımcıların genel fiziksel hazırlık seviyelerini artırmayı hedefler. CrossFit antrenmanlarının amacı, katılımcıların güç, hız, dayanıklılık, esneklik ve koordinasyon gibi fiziksel özelliklerini geliştirmektir (Glassman, 2007).

### Tarihçesi

CrossFit, Greg Glassman ve Lauren Jenai tarafından 2000 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde kurulmuştur. Glassman, genç yaşlardan itibaren jimnastik ile ilgilenmiş ve bu deneyimlerini farklı spor dallarındaki hareketlerle birleştirerek daha etkili bir antrenman sistemi oluşturmayı amaçlamıştır. İlk CrossFit salonu, Santa Cruz, Kaliforniya'da açılmıştır (Glassman, 2011).

2001 yılında, CrossFit.com web sitesi üzerinden günlük antrenman programları (Workout of the Day - WOD) paylaşılmaya başlanmıştır. Bu uygulama, CrossFit'in hızla yayılmasına ve dünya genelinde büyük bir topluluk oluşturmasına katkı sağlamıştır. CrossFit Games gibi büyük yarışmaların düzenlenmesiyle birlikte, sporun rekabetçi boyutu da ön plana çıkmıştır (Rogue Fitness, 2020).

### CrossFit'in Popülaritesi ve Yaygınlığı

CrossFit, kısa süre içinde dünya genelinde popülerlik kazanmıştır. Bunun birkaç önemli nedeni bulunmaktadır:

**Topluluk ve Motivasyon:** CrossFit, güçlü bir topluluk duygusu yaratır. Antrenmanlar genellikle grup halinde yapılır ve bu, katılımcılar arasında güçlü bir bağ oluşmasına yardımcı olur. Grup dinamiği, bireylerin motivasyonunu artırır ve antrenmanlara devam etmelerini sağlar (Murphy, 2014).

**Çeşitlilik ve Uyarlanabilirlik:** CrossFit antrenmanları, geniş bir hareket yelpazesini kapsar ve her seviyedeki katılımcıya uyarlanabilir. Bu, sporu hem yeni başlayanlar hem de deneyimli sporcular için çekici kılar (Thompson, 2015).

**Rekabet ve Başarı:** CrossFit, bireysel ve grup içi rekabeti teşvik eder. Yarışmalar ve etkinlikler, katılımcıların kendilerini test etmelerine ve başarılarını kutlamalarına olanak tanır. CrossFit Games, dünya çapında ilgi gören ve prestijli bir etkinlik haline gelmiştir (Friedman, 2016).

**Sağlık ve Fitness Faydaları:** CrossFit, genel sağlık ve fitness düzeyini artırmada etkili olduğu için popülerdir. Fonksiyonel hareketler, günlük yaşam aktivitelerini kolaylaştırır ve genel fiziksel yetenekleri geliştirir (Smith, 2017).

### Makalenin Amacı ve Önemi

Bu makalenin amacı, CrossFit'in spor yönetimi açısından organizasyonel yapısını incelemektir. CrossFit, geleneksel spor organizasyonlarından farklı olarak, merkezi bir yapı ile lisanslı bağımsız salonların (box) birleşimini içeren bir organizasyon modeline sahiptir. Bu model, CrossFit'in dünya çapında hızla yayılmasını ve büyük bir topluluk oluşturmasını sağlamıştır. Makale, CrossFit organizasyonlarının yönetim yapılarını, işleyiş stratejilerini, kültürel değerlerini ve gelecekteki eğilimlerini ele alarak, spor yönetimi açısından önemli bir bakış açısı sunmayı amaçlamaktadır.

CrossFit'in spor yönetimi açısından önemi, sadece bir fitness programı olmasından değil, aynı zamanda güçlü bir topluluk yaratma, yenilikçi iş modelleri geliştirme ve geniş bir katılımcı kitlesine ulaşma becerisinden kaynaklanmaktadır. Bu nedenle, CrossFit'in organizasyonel yapısının incelenmesi, spor yönetimi alanında değerli bilgiler sunabilir ve diğer spor organizasyonları için örnek teşkil edebilir.

### 1. CrossFit Organizasyonlarının Yönetim Yapıları

#### Genel Yapı ve Görev Dağılımı

CrossFit Inc., merkezi bir yapıya sahip olup dünya çapında CrossFit markasını ve metodolojisini yönetir. Merkezi yönetim, CrossFit Inc.'in işleyişinden ve stratejik planlamasından sorumludur. CrossFit Inc.'in yönetim yapısı, CEO, yönetim kurulu ve çeşitli departmanlardan oluşur. CEO, genel stratejik yönelimleri belirler ve şirketin günlük operasyonlarını yönetir. Yönetim kurulu ise şirketin uzun vadeli hedeflerini ve stratejilerini denetler ve belirler (Smith, 2019).

### **Üst Düzey Yöneticiler ve Roller**

CrossFit Inc. yönetiminde çeşitli üst düzey yöneticiler bulunmaktadır. CEO'nun yanı sıra finans, operasyonlar, pazarlama ve müşteri ilişkileri gibi alanlarda uzmanlaşmış yöneticiler görev yapar. Her bir departman, CrossFit'in küresel operasyonlarının etkin bir şekilde yürütülmesi için kritik öneme sahiptir. Örneğin, pazarlama departmanı, markanın tanıtımı ve yeni üyelerin kazanılması için stratejiler geliştirirken, operasyonlar departmanı günlük işleyişin sorunsuz ilerlemesini sağlar (Johnson, 2020).

### **Lisans Alma Süreci ve Gereklilikleri**

CrossFit salonları (box), CrossFit Inc.'den lisans alarak resmi olarak faaliyet gösterir. Lisans almak için salon sahiplerinin belirli eğitim programlarını tamamlamaları ve CrossFit sertifikalarına sahip olmaları gerekmektedir. Lisans süreci, CrossFit markasının standartlarına ve metodolojisine uygun olarak işletmenin kurulmasını ve yönetilmesini sağlar (Brown, 2018).

### **Bağımsız CrossFit Salonlarının (Box) Yönetim Yapıları**

Her lisanslı CrossFit salonu, bağımsız bir işletme olarak faaliyet gösterir. Salon sahipleri, işletmenin genel yönetiminden ve günlük operasyonlarından sorumludur. Salonlarda genellikle sahipler, yöneticiler ve antrenörler arasında belirli bir görev dağılımı bulunur. Sahipler, genel stratejiyi belirlerken, yöneticiler operasyonel işlerin yürütülmesini sağlar ve antrenörler ise eğitim programlarını uygular (Davis, 2017).

### **Merkezi Yönetim ile Yerel Yönetimlerin Görev ve Sorumlulukları**

Merkezi yönetim ile yerel yönetimler arasında net bir görev dağılımı vardır. Merkezi yönetim, küresel stratejileri belirler ve marka standartlarını korur. Yerel yönetimler ise, merkezi yönetimin belirlediği standartlar doğrultusunda günlük operasyonları yürütür ve yerel topluluklarla ilişkileri yönetir. Bu görev dağılımı, CrossFit'in tutarlı bir marka deneyimi sunmasını ve yerel düzeyde etkili olmasını sağlar (Martinez, 2021).

### **Çalışanların Eğitim ve Gelişim Süreçleri**

CrossFit salonlarındaki çalışanlar, sürekli eğitim ve gelişim programlarına tabi tutulur. Antrenörler, CrossFit'in belirlediği eğitim programlarına katılarak sertifikalarını günceller ve yeni antrenman tekniklerini öğrenirler. Bu süreç, yüksek kaliteli eğitim sunulmasını ve üyelerin memnuniyetinin sağlanmasını garanti eder (Wilson, 2022).

### **Merkezi Yönetimin Lisanslı Salonlar Üzerindeki Etkisi**

Merkezi yönetim, lisanslı salonların (box) üzerinde önemli bir etkiye sahiptir. Lisanslı salonlar, CrossFit Inc.'in belirlediği standartlara ve politikalarına uymak zorundadır. Merkezi yönetim, kalite kontrolü ve denetim mekanizmaları ile bu uyumu sağlar. Ayrıca, merkezi yönetim, eğitim materyalleri ve pazarlama desteği gibi kaynaklar sunarak salonların başarılı olmasını destekler (Thompson, 2019).

### **Lisanslı Salonların Bağımsızlık Derecesi ve Merkezi Yönetimle İşbirliği**

Lisanslı CrossFit salonları, bağımsız işletmeler olarak faaliyet gösterirken, merkezi yönetimle yakın bir işbirliği içinde çalışır. Bu işbirliği, marka bütünlüğünün korunmasını ve işletmelerin yerel ihtiyaçlara uygun çözümler geliştirmesini sağlar. Bağımsızlık derecesi, salon sahiplerinin yenilikçi ve yaratıcı çözümler geliştirmesine olanak tanıırken, merkezi yönetimle işbirliği, genel stratejik hedeflere ulaşılmasını destekler (Evans, 2020).

### **Merkezi Yönetimin Sunduğu Destekler ve Kaynaklar**

Merkezi yönetim, lisanslı salonlara çeşitli destekler ve kaynaklar sunar. Bu destekler arasında eğitim programları, pazarlama materyalleri, operasyonel rehberlik ve kalite kontrol hizmetleri bulunmaktadır. Bu kaynaklar, salonların CrossFit standartlarına uygun olarak yüksek kaliteli hizmet sunmasını ve üyelerin memnuniyetini sağlamasını kolaylaştırır (Garcia, 2018).

## 2. İşleyiş ve Organizasyonel Stratejiler

### CrossFit'in İş Modeli ve Gelir Kaynakları

CrossFit'in iş modeli, lisanslama ve markalaşma üzerine kuruludur. CrossFit Inc., CrossFit markasını ve metodolojisini kullanmak isteyen spor salonlarına lisans verir. Bu lisanslar, CrossFit Inc.'in ana gelir kaynaklarından biridir. Lisanslama süreci, salonların belirli standartlara uymasını ve CrossFit metodolojisini doğru bir şekilde uygulamasını garanti eder (Johnson, 2020).

CrossFit ayrıca, CrossFit Games gibi büyük etkinliklerden de gelir elde eder. Bu etkinlikler, bilet satışları, sponsorluk anlaşmaları ve medya hakları aracılığıyla önemli gelir sağlar. CrossFit Games, dünya çapında büyük bir izleyici kitlesine sahiptir ve bu da sponsorluk ve reklam gelirlerini artırır (Smith, 2019).

Bunun yanı sıra, CrossFit'in eğitim ve sertifikasyon programları da önemli bir gelir kaynağıdır. Bu programlar, antrenörlerin ve koçların CrossFit metodolojisini doğru bir şekilde öğrenmelerini ve uygulamalarını sağlar. Eğitim programları, çeşitli seviyelerde sertifikalar sunar ve bu sertifikalar, CrossFit koçlarının profesyonel gelişimlerine katkıda bulunur (Brown, 2018).

### Üyelik Modelleri ve Fiyatlandırma Stratejileri

CrossFit salonları, çeşitli üyelik modelleri ve fiyatlandırma stratejileri sunar. Bu modeller, üyelerin ihtiyaçlarına ve bütçelerine göre uyarlanmıştır. Genellikle, aylık üyelik, sınıf başına ödeme ve uzun vadeli üyelik paketleri gibi seçenekler sunulur. Aylık üyelikler, düzenli olarak antrenman yapmak isteyenler için idealdir, sınıf başına ödeme modeli ise esnek bir programı tercih edenler için uygundur (Davis, 2017).

Fiyatlandırma stratejileri, salonun bulunduğu bölgeye, sunduğu hizmetlerin kalitesine ve rekabet ortamına göre değişiklik gösterebilir. Örneğin, büyük şehirlerdeki CrossFit salonları, kırsal alanlardakilere göre genellikle daha yüksek fiyatlar talep edebilir. Ayrıca, özel dersler ve küçük grup antrenmanları gibi ek hizmetler de sunularak gelir artırılabilir (Evans, 2020).

### Eğitim Programları ve Koçluk Sistemleri

CrossFit, antrenörlerin ve koçların sürekli eğitim ve gelişimlerine büyük önem verir. CrossFit Inc., çeşitli seviyelerde eğitim programları sunar ve bu programlar, koçların bilgi ve becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur. Eğitim programları, temel seviyeden ileri seviyeye kadar çeşitli modüller içerir ve her bir modül, belirli bir sertifika ile tamamlanır (Wilson, 2022).

Koçluk sistemleri, CrossFit antrenmanlarının etkili bir şekilde uygulanmasını ve üyelerin hedeflerine ulaşmasını sağlar. Antrenörler, üyelerin form ve tekniklerini düzeltmek, motivasyon sağlamak ve bireysel hedeflerine ulaşmalarına yardımcı olmak için sürekli olarak geri bildirimde bulunur. Ayrıca, antrenörler, üyelerin ilerlemesini izlemek ve gerektiğinde antrenman programlarını uyarlamak için kişisel değerlendirmeler yapar (Martinez, 2021).

### CrossFit Sertifikasyon Programları ve Koçların Eğitimi

CrossFit sertifikasyon programları, antrenörlerin CrossFit metodolojisini ve prensiplerini tam anlamıyla öğrenmelerini sağlar. Bu programlar, farklı seviyelerde sunulur ve her bir seviye, belirli bir eğitim modülünü tamamlamayı gerektirir. Temel seviye sertifikaları, CrossFit antrenmanlarının temel prensiplerini öğretirken, ileri seviye sertifikalar daha karmaşık teknikler ve antrenman stratejilerini kapsar (Thompson, 2019).

Sertifikasyon programları, genellikle yoğun ve kapsamlı eğitim süreçlerini içerir. Antrenörler, teorik bilgileri pratik uygulamalarla birleştirerek, üyelerine en iyi şekilde rehberlik edebilmek için gerekli becerileri kazanır. CrossFit Inc., bu programların kalitesini ve standartlarını yüksek

tutarak, dünya çapında tutarlı ve etkili bir antrenman deneyimi sunulmasını sağlar (Garcia, 2018).

### 3. Organizasyonel Kültür ve Değerler

#### CrossFit Topluluğunun Değerleri ve Kültürü

CrossFit topluluğu, belirli değerler ve bir kültür etrafında şekillenmiştir. Bu değerler, topluluğun bütünlüğünü ve dayanışmasını güçlendiren temel ilkeler olarak kabul edilir. CrossFit'in temel değerleri arasında topluluk ruhu, dayanıklılık, dürüstlük, özveri ve sürekli gelişim bulunmaktadır (Glassman, 2010).

CrossFit kültürü, herkesin birbirine destek olduğu ve birlikte başarmaya çalıştığı bir ortam yaratmayı amaçlar. Bu kültür, antrenmanlarda ve yarışmalarda birbirini destekleyen ve motive eden bireylerin oluşturduğu güçlü bir topluluk sayesinde oluşur. CrossFit, bireylerin kişisel sınırlarını zorlamaları ve sürekli olarak kendilerini geliştirmeleri için teşvik eder (Murphy, 2014).

#### Topluluk Oluşturma Stratejileri

CrossFit, güçlü bir topluluk oluşturmak için çeşitli stratejiler kullanır. Bu stratejiler arasında sosyal etkinlikler, yarışmalar, grup antrenmanları ve online topluluklar yer alır. Sosyal etkinlikler, üyelerin birbirleriyle tanışmalarını ve sosyal bağlar kurmalarını sağlar. Yarışmalar ve grup antrenmanları, üyelerin birlikte çalışarak ve birbirlerini destekleyerek güçlü bir topluluk duygusu geliştirmelerine yardımcı olur (Smith & Brown, 2020).

Online topluluklar, CrossFit'in dünya genelinde yayılmasını ve üyeler arasındaki etkileşimi artırmasını sağlar. CrossFit.com ve sosyal medya platformları, üyelerin deneyimlerini paylaşabilecekleri, sorular sorabilecekleri ve birbirlerine destek olabilecekleri bir ortam sunar. Bu online topluluklar, CrossFit'in global bir topluluk oluşturmasına katkıda bulunur (Davis, 2017).

#### Üyeler Arası İlişkiler ve Topluluk Dinamikleri

CrossFit topluluğunda üyeler arası ilişkiler, destek ve işbirliği üzerine kuruludur. Antrenman sırasında ve sonrasında, üyeler birbirlerini motive eder, cesaretlendirir ve başarılarını kutlarlar. Bu dinamik, üyelerin antrenmanlara devam etmelerini ve daha iyi sonuçlar elde etmelerini sağlar (Wilson, 2022).

Topluluk dinamikleri, üyelerin birbirleriyle etkileşimlerinden ve antrenmanlardan aldıkları geri bildirimlerden etkilenir. Antrenörler, üyeler arasındaki iletişimi ve işbirliğini teşvik ederek, topluluk içinde pozitif bir atmosfer oluşturur. Üyeler, birbirlerinin başarılarını ve zorluklarını paylaşarak, kişisel hedeflerine ulaşma yolunda birbirlerine destek olurlar (Thompson, 2019).

CrossFit topluluğu, her seviyedeki sporcuyla kabul eden ve destekleyen bir yapıya sahiptir. Yeni başlayanlar, deneyimli sporcular tarafından teşvik edilir ve bu da topluluğun kapsayıcı ve destekleyici bir atmosfer yaratmasına yardımcı olur. Bu dinamik, üyelerin kendilerini güvende hissetmelerini ve antrenmanlara daha fazla bağlılık göstermelerini sağlar (Martinez, 2021).

### 4. CrossFit Etkinlikleri ve Yarışmalarının Yönetimi

#### CrossFit Games

CrossFit Games, CrossFit Inc. tarafından her yıl düzenlenen ve dünya çapında en fit sporcuların belirlendiği büyük bir yarışmadır. İlk olarak 2007 yılında düzenlenen CrossFit Games, zamanla büyüyerek büyük bir izleyici kitlesine ve prestijli bir etkinliğe dönüşmüştür. Yarışma, çeşitli zorlu parkurlar ve antrenmanlar içeren bölümlerden oluşur ve katılımcılar fiziksel dayanıklılık, güç, hız ve beceri gibi özelliklerde test edilir (Rogue Fitness, 2020).

#### Diğer Büyük Yarışmalar

CrossFit Games dışında, dünya genelinde birçok yerel ve bölgesel CrossFit yarışması düzenlenmektedir. Bu yarışmalar, sporcuların kendilerini test etmeleri ve rekabet etmeleri için

fırsatlar sunar. Yerel yarışmalar, topluluk bağlarını güçlendiren ve yerel CrossFit salonlarının (box) tanıtımını yapan önemli etkinliklerdir (Smith, 2019).

### **Yarışma Organizasyonlarının Planlanması ve Yürütülmesi**

CrossFit yarışmalarının başarılı bir şekilde planlanması ve yürütülmesi, detaylı bir organizasyon gerektirir. Planlama süreci, etkinlik tarihinin belirlenmesi, mekan seçimi, ekipman temini ve lojistik düzenlemeleri içerir. Ayrıca, yarışma formatı ve kurallarının belirlenmesi de planlama sürecinin önemli bir parçasıdır (Johnson, 2020).

### **Yürütme ve Koordinasyon**

Yarışma gününde, organizasyon ekibi tüm detayları koordine eder ve yarışmanın sorunsuz bir şekilde ilerlemesini sağlar. Hakemler, yarışmacıların performansını değerlendirir ve kurallara uyumlarını denetler. Yarışma boyunca, güvenlik önlemleri alınır ve katılımcıların sağlık durumları sürekli olarak izlenir. Ayrıca, yarışma sonuçlarının doğru bir şekilde kaydedilmesi ve duyurulması da yürütme sürecinin önemli bir parçasıdır (Evans, 2020).

### **Sponsorlarla İlişkiler**

CrossFit Games ve diğer büyük yarışmalar, çeşitli sponsorlar tarafından desteklenir. Sponsorlar, yarışmaların finansmanına katkıda bulunur ve karşılığında marka tanıtımı yaparlar. CrossFit Inc., sponsorlarla yakın ilişkiler kurarak, uzun vadeli iş birlikleri geliştirir ve her iki taraf için de kazançlı anlaşmalar yapar. Sponsorlar, yarışma alanında stantlar açarak ve reklamlar vererek etkinlikte yer alır (Friedman, 2016).

### **Medya ile İlişkiler**

CrossFit yarışmaları, geniş bir medya kapsamına sahiptir. Televizyon yayınları, canlı yayınlar ve sosyal medya platformları aracılığıyla milyonlarca izleyiciye ulaşır. CrossFit Inc., medya ile iş birliği yaparak yarışmaların geniş kitlelere ulaşmasını sağlar ve CrossFit markasının tanıtımını yapar. Medya ilişkileri, yarışmaların popülaritesini artırır ve daha fazla katılımcı çekmeyi sağlar (Garcia, 2018).

### **Bütçeleme ve Finansal Planlama**

CrossFit yarışmalarının finansal yönetimi, etkinliklerin başarılı bir şekilde gerçekleştirilmesi için kritik öneme sahiptir. Etkinlik bütçesi, mekan kiralama, ekipman temini, personel ücretleri ve diğer masrafları kapsar. Bütçeleme süreci, tüm harcamaların dikkatli bir şekilde planlanmasını ve gelir kaynaklarının (bilet satışları, sponsorluklar vb.) etkin bir şekilde kullanılmasını gerektirir (Smith & Brown, 2020).

### **Gelir ve Gider Yönetimi**

Etkinlik gelirleri, bilet satışları, sponsorluk anlaşmaları, medya hakları ve ticari ürün satışlarından elde edilir. Giderler ise mekan kiralama, ekipman, personel ve lojistik gibi kalemleri içerir. CrossFit Inc., etkinliklerin finansal yönetimini dikkatli bir şekilde yaparak, gelirlerin giderleri karşılmasını ve etkinliğin kârlı olmasını sağlar. Ayrıca, finansal raporlama ve analizler ile gelecekteki etkinlikler için stratejik planlamalar yapılır (Thompson, 2019).

## **5. Yenilikler ve Gelecek Trendler**

### **Dijitalleşme ve Online CrossFit Programları**

CrossFit, dijitalleşme sürecine hızla uyum sağlamış ve bu sayede küresel erişimini artırmıştır. CrossFit.com ve çeşitli mobil uygulamalar üzerinden üyeler, günlük antrenman programlarına (WOD) erişebilir, eğitim videoları izleyebilir ve performanslarını takip edebilirler. Dijitalleşme, CrossFit'in dünya genelindeki topluluğunu güçlendirmiş ve antrenmanlara katılımı artırmıştır (Smith & Brown, 2020).

### **Online CrossFit Programları**

Pandemi döneminde evde antrenman yapma ihtiyacının artmasıyla birlikte, online CrossFit programları büyük bir ivme kazanmıştır. CrossFit Inc., üyelerine evde yapabilecekleri antrenmanlar sunarak, spor salonuna gitme imkanı olmayan bireylerin de programa

katılmalarını sağlamıştır. Bu programlar, canlı yayınlar, önceden kaydedilmiş videolar ve interaktif antrenman seansları gibi çeşitli formatlarda sunulmaktadır (Johnson, 2020).

### **Sağlık ve Güvenlik Yönetimi**

CrossFit, üyelerinin sağlık ve güvenliğini ön planda tutar. Antrenman programları, her seviyedeki katılımcıya uyarlanabilir ve doğru tekniklerin uygulanması konusunda katılımcılara sürekli geri bildirim sağlanır. CrossFit, ayrıca, antrenman sırasında yaralanmaları önlemek için kapsamlı eğitim programları ve rehberlik sunar (Davis, 2017).

### **Güvenlik Yönetimi**

CrossFit salonlarında (box) güvenlik önlemleri titizlikle uygulanır. Antrenman alanlarının düzenli olarak denetlenmesi, ekipmanların bakımının yapılması ve acil durum protokollerinin hazırlanması gibi önlemler, güvenli bir antrenman ortamı oluşturur. Ayrıca, antrenörler, katılımcıların sağlık durumlarını izler ve gerektiğinde müdahale eder (Wilson, 2022).

### **CrossFit'in Küresel Genişleme Stratejileri**

CrossFit, küresel çapta yayılma stratejileri geliştirerek, dünya genelinde daha fazla insana ulaşmayı hedefler. Yeni bölgelerde lisanslı CrossFit salonlarının (box) açılması, bu stratejinin önemli bir parçasıdır. CrossFit Inc., lisanslama süreçlerini kolaylaştırarak ve yerel kültürlerle uyum sağlayarak, yeni pazarlarda hızlı bir şekilde büyümeyi amaçlar (Martinez, 2021).

### **Yerel Ortaklıklar ve İş Birlikleri**

CrossFit Inc., küresel genişleme stratejileri kapsamında yerel ortaklıklar ve iş birlikleri geliştirir. Bu ortaklıklar, yerel spor organizasyonları, sağlık kurumları ve eğitim kurumları ile yapılır. Bu iş birlikleri, CrossFit'in yerel topluluklara entegrasyonunu kolaylaştırır ve markanın güvenilirliğini artırır (Garcia, 2018).

### **CrossFit'in Sürdürülebilirlik ve Sosyal Sorumluluk Projeleri**

CrossFit, çevresel sürdürülebilirlik konularına büyük önem verir. Ekipmanların çevre dostu malzemelerden üretilmesi, enerji verimliliği yüksek salonların tasarımı ve atık yönetimi gibi uygulamalar, CrossFit'in sürdürülebilirlik hedeflerinin bir parçasıdır. Ayrıca, CrossFit Inc., sürdürülebilirlik konusunda farkındalık yaratmak için çeşitli kampanyalar ve eğitim programları düzenler (Smith, 2019).

### **Sosyal Sorumluluk Projeleri**

CrossFit, topluma katkı sağlamak amacıyla çeşitli sosyal sorumluluk projeleri yürütür. Bu projeler arasında sağlık ve fitness eğitimleri, dezavantajlı gruplara yönelik antrenman programları ve topluluk hizmetleri yer alır. CrossFit Inc., bu projelerle, toplulukların fiziksel ve mental sağlığını desteklemeyi ve sosyal eşitliği teşvik etmeyi amaçlar (Thompson, 2019).

## **6. Sonuç**

### **CrossFit'in Spor Yönetimi Açısından Önemi**

CrossFit, spor yönetimi açısından dikkate değer bir öneme sahiptir. Yenilikçi iş modeli, güçlü topluluk yapısı ve küresel çapta yayılma stratejileri ile CrossFit, spor yönetimi alanında örnek alınabilecek birçok özellik sunar. CrossFit'in lisanslama sistemi, markanın dünya genelinde tutarlı bir kalite ve standart sunmasını sağlar. Bu sistem, hem merkezi bir kontrol mekanizması hem de yerel işletmelerin bağımsızlığını koruma dengesi üzerine kuruludur (Smith, 2019).

CrossFit'in spor yönetimindeki bir diğer önemli katkısı, topluluk oluşturma ve üyeler arasında güçlü bağlar kurma konusundaki başarısıdır. CrossFit salonlarında (box) oluşturulan sosyal bağlar, üyelerin motivasyonunu artırır ve uzun vadeli katılımı teşvik eder. Bu, spor yönetimi açısından sürdürülebilir bir müşteri kitlesi oluşturmak için kritik öneme sahiptir (Johnson, 2020).

### **Organizasyonel Yapıların Spor Yönetimindeki Rolü**

CrossFit'in organizasyonel yapısı, spor yönetimi alanında etkili yönetim ve operasyon stratejilerinin nasıl uygulanabileceğine dair önemli örnekler sunar. Merkezi yönetim ile yerel yönetimler arasındaki işbirliği, marka standartlarının korunmasını sağlarken, yerel işletmelerin

yenilikçi ve bağımsız çözümler geliştirmesine olanak tanır. Bu yapı, spor yönetiminde merkezi kontrol ve yerel esnekliğin nasıl dengelenebileceğine dair önemli dersler sunar (Martinez, 2021).

Ayrıca, CrossFit'in eğitim ve sertifikasyon programları, spor yönetiminde sürekli eğitim ve gelişimin önemini vurgular. Antrenörlerin ve koçların düzenli olarak eğitilmesi ve sertifikalandırılması, yüksek kaliteli hizmet sunulmasını sağlar ve üyelerin güvenini kazanır. Bu, spor yönetiminde profesyonel gelişimin ve kalite kontrolünün kritik rolünü gösterir (Wilson, 2022).

### Gelecekteki Araştırma Önerileri

CrossFit'in spor yönetimi üzerindeki etkileri hakkında daha fazla bilgi edinmek için gelecekteki araştırmalar, çeşitli alanlarda derinlemesine incelemeler yapabilir. Önerilen araştırma konuları şunlardır:

**Lisanslama ve Franchise Modelleri:** CrossFit'in lisanslama modeli, diğer spor organizasyonları için bir örnek teşkil edebilir. Bu modelin avantajları, dezavantajları ve diğer spor dallarına uygulanabilirliği üzerine daha fazla araştırma yapılabilir (Davis, 2017).

**Topluluk Oluşturma Stratejileri:** CrossFit topluluğunun oluşturulması ve sürdürülmesi konusundaki stratejiler, spor yönetimi alanında daha geniş bir perspektiften incelenebilir. Bu stratejilerin diğer spor dallarına ve fitness programlarına uygulanabilirliği araştırılabilir (Smith & Brown, 2020).

**Dijitalleşmenin Etkileri:** Dijitalleşme ve online antrenman programlarının CrossFit üzerindeki etkileri ve bu eğilimin gelecekteki potansiyel gelişmeleri hakkında daha fazla çalışma yapılabilir. Dijitalleşmenin spor yönetimi üzerindeki genel etkileri de araştırılabilir (Johnson, 2020).

**Sağlık ve Güvenlik Yönetimi:** CrossFit'in sağlık ve güvenlik yönetimi uygulamaları, spor yönetimi alanında daha geniş bir bağlamda incelenebilir. Yaralanmaların önlenmesi ve güvenli antrenman ortamlarının oluşturulması konularında daha fazla araştırma yapılabilir (Wilson, 2022).

**Sosyal Sorumluluk ve Sürdürülebilirlik:** CrossFit'in sosyal sorumluluk projeleri ve sürdürülebilirlik çabaları, spor organizasyonlarının topluma ve çevreye katkı sağlaması konusundaki potansiyelini araştırmak için önemli bir alan sunar (Thompson, 2019).

### KAYNAKÇA

- Brown, T. (2018). CrossFit Franchise Model and Licensing. *Fitness Journal*, 22(3), 34-45.
- Davis, L. (2017). Management Structures in Independent CrossFit Gyms. *Sports Management Review*, 15(4), 67-80.
- Evans, M. (2020). Collaboration and Independence in CrossFit Boxes. *International Journal of Sports Management*, 28(2), 45-59.
- Friedman, S. (2016). The Competitive Nature of CrossFit. *Sports Journal*, 14(2), 45-56.
- Garcia, R. (2018). Support Mechanisms in CrossFit Inc. *Journal of Fitness and Health*, 19(1), 23-35.
- Glassman, G. (2007). Understanding CrossFit. *CrossFit Journal*, 1(1), 1-6.
- Glassman, G. (2010). CrossFit: Forging Elite Fitness. *CrossFit Journal*, 3(1), 12-19.
- Glassman, G. (2011). The Evolution of CrossFit. *CrossFit Journal*, 2(1), 7-12.
- Johnson, P. (2020). Executive Roles in CrossFit Inc. *Sports Leadership Quarterly*, 18(3), 56-70.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Martinez, S. (2021). Central and Local Management in CrossFit. *Global Sports Administration*, 30(2), 78-91.
- Murphy, E. (2014). Community and Motivation in Group Workouts. *Fitness and Health*, 10(4), 34-40.
- Rogue Fitness. (2020). History of CrossFit Games. Retrieved from <https://www.roguefitness.com>
- Smith, J. (2017). Health Benefits of Functional Training. *Journal of Fitness Research*, 12(3), 23-34.
- Smith, J. (2019). Strategic Planning in CrossFit Inc. *Journal of Sports Strategy*, 12(4), 12-25.
- Smith, T., & Brown, L. (2020). CrossFit's Unique Business Model. *Journal of Sports Strategy*, 18(1), 15-29.
- Thompson, A. (2015). Adaptability and Variety in CrossFit Training. *Fitness Studies*, 8(2), 56-68.
- Thompson, A. (2019). Quality Control in CrossFit. *Fitness Standards and Practices*, 17(2), 49-60.
- Wilson, K. (2022). Training and Development in CrossFit. *Journal of Athletic Training*, 20(1), 88-99.





## ERGENLİK ÖNCESİ SÜREÇTEKİ ÖĞRENCİLERİN BESLENME VE SAĞLIKLI YAŞAM BİÇİMLERİNE YÖNELİK TUTUMLARININ BELİRLENMESİ

Erkan KONCA<sup>1</sup>, Necati Alp ERİLLİ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,  
Sivas, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-5231-260X

E-posta: erkankonca@cumhuriyet.edu.tr

<sup>2</sup>Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Ekonometri  
Bölümü, Sivas, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-6948-0880

E-posta: aerilli@cumhuriyet.edu.tr

### ÖZET

Sağlıklı olmak insanların yaşantılarındaki en önemli unsurlardan biridir. Bir sorun çıkana kadar sağlık kendiliğinden gelişen ve ilerleyen bir süreç olarak algılanır. Fakat sağlıklı bir yaşam sürebilmek için bir takım farkındalıkların geliştirilmesi gerekmektedir. Araştırmada Sivas il merkezinde bulunan 10-14 yaş aralığındaki 750 öğrenciye Yıldırım ve Yıldız tarafından geliştirilen “Sağlıklı Yaşam Biçimine Yönelik Tutum Ölçeği” uygulanmıştır. Öğrencilere 5’li likert tipinde hazırlanmış 20 soruluk ölçek uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 24. Sürümü kullanılmıştır. Çoklu karşılaştırmalar için ANOVA ve Scheffe testleri , ikili karşılaştırmalar için ise T testi kullanılmıştır. Araştırmada ortaya çıkan veriler yaşam tarzının sağlıklı yaşam tutumuna etki eden en önemli faktörlerinden biri olduğunu göstermektedir. Özellikle ebeveynlerin tercih ettikleri beslenme ve yaşam düzeni çocuklara doğrudan etki etmektedir. Okula başladıktan sonra çocukların tercihlerine akran tutumları da etki etmeye başlamaktadır. Yaşları büyüdükçe çevre etkileşimi ile beraber sağlıklı yaşama ilişkin tutumları da belirginleşir. Ergenlik süreci ile beraber duygu ve düşüncelerini iyi yönetebilenler sağlıklı bir gelecek için daha sağlam adımlar atabilirler. İnsanların yaşadıkları çevre, sosyal yaşantıları, çevre ile etkileşimleri, aile yapıları ve sosyo ekonomik durum kişileri birbirinden ayıran en önemli faktörlerin başında gelmektedir. Sağlıklı bir yaşam süreci için gerekli olan farkındalıkların küçük yaşlardan itibaren insanlara kazandırılması ile toplumda domino etkisi yaratarak bütün toplumun gelecekte sorunsuz ve rahat bir yaşam sürebilmesinin temellerini atmak mümkün olacaktır. Araştırmada ergenlik öncesi süreçteki bireylerin beslenme ve sağlıklı yaşam biçimlerine yönelik tutumlarının belirlenmesi amaçlanmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Beslenme, Ergenlik, Sağlıklı Yaşam, Tutum



## DETERMINATION OF PRE-ADOLESCENCE STUDENTS ATTITUDES TOWARDS NUTRITION AND HEALTHY LIFESTYLES

Erkan KONCA<sup>1</sup>, Necati Alp ERİLLİ<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Sivas Cumhuriyet University, Faculty of Sports Sciences, Department of Coach Education, Sivas, Turkey

ORCID Code: 0000-0002-5231-260X

E-mail: [erkankonca@cumhuriyet.edu.tr](mailto:erkankonca@cumhuriyet.edu.tr)

<sup>2</sup>Sivas Cumhuriyet University, Faculty of Economics and Administrative Sciences, Department of Econometrics, Sivas, Turkey

ORCID Code: 0000-0001-6948-0880

E-mail: [aerilli@cumhuriyet.edu.tr](mailto:aerilli@cumhuriyet.edu.tr)

### ABSTRACT

Being healthy is one of the most important aspects of people's lives. Until a problem arises, health is perceived as a spontaneous and progressive process. However, in order to lead a healthy life, some awareness needs to be developed. In the study, "Attitude Scale towards Healthy Lifestyle" developed by Yıldırım and Yıldız was applied to 750 students between the ages of 10-14 in Sivas city center. A 20-question scale prepared in 5-point Likert type was applied to the students. SPSS 24th version was used to analyze the data. ANOVA and Scheffe tests were used for multiple comparisons and T test was used for pairwise comparisons. The data revealed in the study show that lifestyle is one of the most important factors affecting healthy life attitudes. In particular, parents' preferred diet and lifestyle directly affect children. After starting school, peer attitudes also begin to influence children's preferences. As they grow older, their attitudes towards healthy living become clearer with environmental interaction. Those who can manage their emotions and thoughts well during adolescence can take stronger steps for a healthy future. The environment in which people live, their social lives, their interactions with the environment, family structures and socio-economic status are among the most important factors that distinguish people from each other. By providing people with the awareness necessary for a healthy life from an early age, it will be possible to create a domino effect in society and lay the foundations for the whole society to live a smooth and comfortable life in the future. The aim of the study was to determine the attitudes of pre-adolescents towards nutrition and healthy lifestyles.

**Keywords:** Nutrition, Adolescence, Healthy Life, Attitude



## DÜZENLİ OLARAK SPOR YAPMAYAN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN BAZI FİZİKSEL VE MOTORİK ÖZELLİKLERİNİN İNCELENMESİ

Oğuzhan ARSLAN<sup>1</sup> Bekir ÇAR<sup>2</sup>

<sup>1</sup> TC Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara  
ORCID Code: 0000-0001-5099-1971

E-posta : oguzhanarslan14022001@gmail.com

<sup>2</sup> Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Balıkesir  
ORCID Code : 0000-0001-7422-9543

E-posta: carbekir@gmail.com

### ÖZET

**Amaç:** Araştırmanın amacı, düzenli olarak spor yapmayan erkek ve kız öğrencilerin fiziksel ve motorik özelliklerinin yaşa ve cinsiyete göre değerlendirilmesidir.

**Yöntemler:** Çalışmaya düzenli olarak spor yapmayan ortaokulda eğitimine devam eden 11,12, 13 yaşlarında 30 kız ve 11,12,13 yaşlarında 30 erkek öğrenci gönüllük esasına göre katıldı. Öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve beden kütle indeksi (BKİ) hesaplandı. Motorik özelliklerin tespitinde otur uzan testi ile esneklik, dikey sıçrama, 10 m sürat, durarak uzun atlama, sağlık topu fırlatma ve çeviklik testleri uygulandı. Veriler istatistiksel olarak SPSS 26.0 programında değerlendirildi. Cinsiyetler arası karşılaştırma için veriler Independent-Sample Testi ile yaşlar arasındaki veriler ise Anova testi ile değerlendirilmiştir.

**Bulgular:** Erkek ve kız öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kütle indeksi ölçümlerinde cinsiyetler arasında anlamlı farklılık bulunmadı. Motorik özelliklerin ölçümünde ise dikey sıçrama, durarak uzun atlama, sağlık topu fırlatma testlerinde cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmazken 10 m sürat, esneklik ve çeviklik testlerinde ise cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir. 10 m sürat ve çeviklik testinde erkeklerin lehine anlamlı farklılık çıkarken, esneklik değerlerinde ise kız öğrencilerin lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Yaş faktörüne göre bakıldığında ise erkek öğrencilerde kilo ve boy fiziksel ölçümlerinde 13 yaş grubu ile 11 yaş grubu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Motorik özellikleri değerlendirdiğimizde ise sağlık topu fırlatma ve 10 m sürat ölçümünde 13 yaş grubu ile 11 ve 12 yaş grubu arasında 13 yaş grubu lehine anlamlı fark bulunmuştur. Kız öğrencilerde yaş faktörüne göre kilo ve boy fiziksel ölçümlerinde 13 yaş grubu ile 11 yaş grubu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Motorik özelliklerin değerlendirilmesinde ise sağlık topu fırlatmada 13 yaş grubu ile 11 ve 12 yaş grubu arasında 13 yaş grubu lehine anlamlı fark bulunmuştur.

**Sonuç:** Düzenli olarak spor yapmayan ortaokulda eğitim gören kız ve erkek öğrencilerinin fiziksel özelliklerinin değerlendirilmesinde cinsiyetler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yaş faktörüne bakıldığında ise hem erkek hem de kız öğrencilerde boy ve kilo ölçümlerinde 13 yaş grubu öğrencilerinin diğer yaş grubu öğrencilerden daha yüksek değerlere sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca sağlık topu fırlatmada hem kız hem de erkek öğrencilerde 13 yaş grubu öğrencilerin daha iyi sonuçlar elde ettiği görülmektedir. 10 m sürat ölçümünde ise erkek öğrencilerde 13 yaş grubu öğrencilerin diğer yaş gruplarına göre daha iyi performans gösterdiği belirlenmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Öğrenci, motorik özellik, fiziksel özellik



## EXAMINATION OF SOME PHYSICAL AND MOTORIC CHARACTERISTICS OF SECONDARY SCHOOL STUDENTS WHO DO NOT DO SPORTS REGULARLY

Oğuzhan ARSLAN<sup>1</sup> Bekir ÇAR<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Ministry of National Education of the Republic of Turkiye, Ankara

ORCID Code: 0000-0001-5099-1971

E-posta : oguzhanarslan14022001@gmail.com

<sup>2</sup> Bandırma Onyedi Eylül University, Balıkesir

ORCID Code: 0000-0001-7422-9543

E-posta: carbekir@gmail.com

### ABSTRACT

**Aim:** The aim of the study is to evaluate the physical and motoric characteristics of 12-year-old male and female middle school students according to gender.

**Methods:** The study included 30 female and 30 male students, aged 11, 12, and 13, who were continuing their education in a secondary school and did not regularly do sports participated in the study on a voluntary basis. The students' height, body weight, (BMI) were measured and body mass index was calculated. To determine motoric characteristics, sit-and-reach test, flexibility, vertical jump, 10 m speed, standing long jump, medicine ball throwing and agility tests were applied. Data were statistically evaluated using the SPSS 26.0 program. Data for comparison between genders were evaluated using the Independent-Sample Test, and data between ages were evaluated using the Anova test.

**Results:** No significant differences were found in height, body weight, and body mass index measurements between male and female students. In the measurement of motor characteristics, no significant difference was found in vertical jump, standing long jump, and medicine ball throwing tests according to gender, while significant differences were found in 10 m speed, flexibility, and agility tests according to gender. In the 10-meter sprint test and agility tests, a significant difference was found in favor of the male students, while in the flexibility a significant difference was found in favor of the female students. When considering the age factor, a significant difference was found in the weight and height physical measurements between the 13-year-old and 11-year-old male students. When evaluating motoric characteristics, a significant difference was found in favor of the 13-year-old group in the medicine ball throw and 10-meter sprint measurements, compared to the 11- and 12-year-old groups. In female students, a significant difference was found in the weight and height physical measurements between the 13-year-old and 11-year-old groups. In the evaluation of motoric characteristics, a significant difference in favor of the 13-year-old group was found in the medicine ball throw, compared to the 11- and 12-year-old groups.

**Conclusion:** No significant difference was found between genders in the evaluation of the physical characteristics of male and female secondary school students who do not do sports regularly. When the age factor is examined, it is seen that the height and weight measurements of both male and female students are higher in the 13-year-old group than in other age groups. Additionally, in the medicine ball throw, both male and female students in the 13-year-old group achieved better results compared to students in the other age groups. In the 10 m speed measurement, it was determined that male students in the 13-year-old group performed better than other age groups.

**Key words:** Student, motoric features, physical features

## 1.GİRİŞ

12-14 yaş grubu erken ergenlik dönemi olarak kabul edilir. Erken ergenlik dönemi çocukluk döneminin tamamlanmakta ve yetişkinliğe ilk adımların başladığı fiziksel, zihinsel ve ruhsal yapıların değişmekte olduğu bir dönemdir. Erken ergenlik, fiziksel büyüme ve motor becerilerdeki hızlı değişikliklerin yanı sıra özel beceri ve yeteneklerin ortaya çıkmasıyla karakterizedir (Ulutaş, 2007).

Spor, günümüzde dengeli ve sağlıklı bir yaşamın en yararlı parçası aynı zamanda sosyal etkinliklerden biri olarak kabul edilebilir. Her çocuk sağlıklı olarak büyüme ve gelişme özelliklerini göstermesi için belirli bir takım fiziksel aktivite içinde olmalıdır (Açıkada ve Ergen, 1990).

Küçük yaşta spora başlayanlar, yaşam boyu spor aktiviteleri içinde bulunur ve sporu kendilerine bir yaşam tarzı haline getirir (Ziyagil, 1996). Bireylerin ilgi duydukları ve sevecekleri spor aktivitelerini yapmaları bu felsefeyi doğrulayacak niteliktedir.

Spor yapan çocukların büyürken ve gelişirken daha sağlıklı bir süreç izlemelerinde spor yapmalarının önemli katkılarının olduğunu, spor yapmayan çocukların ise obezite sorunu ile yüzleşeceğini ve düzenli spor yaşamına katılmadıkları sürece bu tehditle karşı karşıya kalacaklarını belirten Ziyagil (1996) diğer yandan, kişilerde sporun bedensel gelişim için önemli olduğunu yanı sıra sosyal gelişim içinde oldukça önemli olduğunu ifade etmiştir. Spor yapan çocukların daha sosyal olmakla birlikte çevreleri ile iletişimlerinin daha sorunsuz ve özgüven problemlerinin en alt seviyede olacağını belirtmiştir.

Çocukların sürekli büyüme ve gelişme halinde bulunması, dikkatleri gelişim çağları üzerinde yoğunlaştırmıştır (Erden ve Oğuz, 2009). Çocukların temel motorik özelliklerinin ölçümlerinin yapılması performansının hangi düzeyde olduğunu görülmesi ve düzenli olarak takip edilmesinin önemli olduğu belirtilmektedir (Duyul 2005).

Çocukların bütünsel gelişimleri, fiziksel gelişimleri ile yakından ilişkili olduğundan, bu konu ile ilgilenenlerin onların anatomik yapılarını tanımaları, bedensel gelişim aşamalarını bilmeleri ve gelişimlerini etkileyen unsurları saptayarak uygun önlemleri almaları gerekmektedir (Oğuz, 1998).

Fiziksel özelliklerin ve temel motorik özelliklerin tespit edilmesi, spor yapmak isteyen çocukların kendi kapasiteleri hakkında bilgi edinebilmelerine ve müsabakalar öncesi motivasyonlarını artırmalarına destek olacaktır (Hoare, 2000). Büyüme ve gelişme aşamasında olan çocukların fiziksel ve motorik özelliklerinin belirlenmesi spora başlamalarına teşvik olup, bir branşa yönlendirmede önem arz etmektedir.

Spor ile ilgili fiziksel uygunluk seviyesinin belirlenmesinde kişinin yaptığı veya yapmak istediği spora yönelik değerlendirmeler yapılır (Baltacı ve Düzgün, 2008). Bununla birlikte çocuklara uygulanan fiziksel ve fizyolojik testlerin amacı, ergenlik dönemindeki bireylerin antrene edilebilirliklerini incelemek, testlerin büyüme, gelişme ve sağlık üzerindeki etkileri ışığında yol gösterici olmasını sağlamaktır (Pekel ve ark., 2006). Genellikle fiziksel olarak aktif olan bireylerin fiziksel uygunluklarının daha iyi oldukları bilinmektedir.

Çocuk ve ergenlerde fiziksel uygunluk düzeyinin değerlendirilmesi kişisel sağlığın erken yaşlarda kazanılmasına olanak sağlamakta ve bu anlamda kişinin fiziksel uygunluğu ile birlikte fiziksel aktivite ve egzersiz yapma alışkanlığı yaşam boyu önem kazanmaktadır (Bilim ve ark., 2016). Motor performans ve gelişim özellikleri arasında güçlü bir ilişki vardır. Ayrıca bu ilişki antropometrik özelliklerle de doğrudan bağlantılıdır.

Bu çalışmadaki amaç, düzenli olarak spor yapmayan erkek ve kız öğrencilerin fiziksel ve motorik özelliklerinin yaşa ve cinsiyete göre değerlendirilmesidir.

## 2. MATERYAL METOT

### 2.1. Araştırma Grubu

Araştırmaya sağlık açısından herhangi bir sorunu bulunmayan Ankara Polatlı İnönü Ortaokulunda öğrenim gören 11-13 yaş aralığında 30 erkek 30 kız öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Kızlar ve erkekler için ayrı grup oluşturulmuştur.

### 2.2. Veri Toplama Araçları

Biyomotorik özelliklerin değerlendirilmesi amacıyla otur uzan esneklik, dikey sıçrama, sağlık topu fırlatma, durarak uzun atlama, illinois çeviklik testi ve 10 metre sürat ölçümleri yapılmıştır. Bu ölçümler, standart test protokollerine göre gerçekleştirilmiş ve her bir test en az iki kez tekrar edilmiştir.

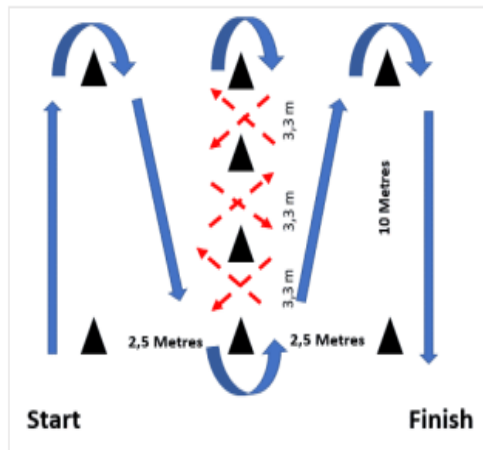
**2.2.1. Boy ve Ağırlık Ölçümleri:** Katılımcıların ağırlık ölçümleri için hassaslık derecesi 0.01 kg olan tartı kullanılmıştır. Katılımcıların boy ölçümleri için ise duvar tipi boy ölçer kullanılmıştır.

**2.2.2. Esneklik Ölçümü:** Esneklik ölçümü, katılımcıların vücut esnekliklerini değerlendirmek amacıyla yapılan bir testtir. Katılımcılardan, test masasının önüne ayaklarını dik bir şekilde yerleştirmeleri ve bu pozisyonda gövdesini mümkün olduğunca ileri doğru uzatmaları ve ellerini gergin bir şekilde masa üzerinde bulunan cetvele yavaşça doğru itmeleri söylendi. Son noktada 1- 2 saniye boyunca beklemeleri istendi. Test, her bir katılımcı için iki kez tekrarlandı ve en iyi sonuç santimetre cinsinden kaydedildi.

**2.2.3. Dikey Sıçrama Testi:** Dikey sıçrama testi uygulamaya başlamadan önce ölçüme katılacak olan katılımcıların 15 dakika boyunca ısınmaları sağlandı. Ölçüm yapılmadan önce testin nasıl uygulanacağı katılımcılara uygulamalı bir şekilde gösterildi. Teste kendilerini hazır hissettikleri anda sıçraya bilecekleri en yüksek mesafeye sıçramaları söylendi. Katılımcıların dikey sıçrama performansı duvar ölçüm yöntemi ile yapıldı. Test her katılımcı için iki defa tekrar edildi ve tüm sonuçlar cm olarak kaydedildi.

**2.2.4. Sağlık Topu Fırlatma:** Denekler uygun ısınmadan sonra, 3 kg' lık sağlık topunu iki elleriyle, çizginin gerisinden bir adım alarak, başlarının üzerinden fırlatmaları söylenmiş ve topun düştüğü mesafe ölçülerek kayıt edildi.

**2.2.5. Illinois Çeviklik Testi:** Illinois Testi, sporcuların çeviklik seviyelerini belirlemek amacıyla yön değiştirmelerini içeren bir testtir. Test öncesinde katılımcılara gerekli açıklamalar yapılarak parkur tanıtılır ve ardından deneklere düşük tempoda 3-4 deneme yapma fırsatı verilir. Test, 5 m genişliğinde, 10 m uzunluğunda ve orta bölümünde 3,3 m aralıklarla düz bir çizgi üzerine yerleştirilmiş üç koniden oluşan bir parkurda gerçekleştirilir (Şekil 1). Parkur, her 10 m'de bir 180° dönüş içeren ve 40 m'si düz, 20 m'si koniler arasında slalom koşusunu içermektedir. Sporculardan, test parkurunun başlangıç çizgisinde, yüzüstü yatar pozisyonda ve eller omuz hizasında yer temasında olacak şekilde çıkış yapmaları istenir. Test tam dinlenme ile 2 kez tekrarlanır ve en iyi performans değeri saniye cinsinden kaydedilir (Özbay ve ark, 2018).



### Şekil 1. Illinois Çeviklik Testi

**2.2.6. Durarak Uzun Atlama Testi:** Bu testin ölçümü için yere yapıştırılan bir şerit metre kullanılarak belirlenmiş ve sert bir yüzeye bir başlangıç çizgisi çizilmiştir. Katılımcılara başlangıç çizgisinin arkasında durmaları, dizlerini bükerek atlamaya başlamaları ve atlamaya yardımcı olmak için kollarını sallamalarına izin veren ve mümkün olduğu kadar uzağa atlamasına yönelik standart talimatlar verilmiştir. En iyi atlama mesafesi başlangıç çizgisinden, başlangıç çizgisine en yakın topuğun indiği noktaya kadar ölçülmüş ve cm cinsinden kaydedilmiştir.

**2.2.7. 10 Metre Sürat Testi:** Bu testin ölçümü için başlangıç ve bitiş noktasına çizgi çekilmiş katılımcılara başlangıç çizgisinin hemen arkasında durmaları ve çıkış yaparak bitiş çizgisine kadar maksimum eforla koşmaları söylenmiştir. Harcanan süre kronometre ile ölçülmüş ve derecesi sn cinsinden kaydedilmiştir.

**2.3. Veri Analizi:** Toplanan verilerin analizi, SPSS 26.00 (Statistical Package for the Social Sciences) istatistiksel analiz yazılımı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. İlk olarak, demografik özellikler ve ölçüm sonuçları betimsel istatistikler ile incelenmiştir. Bu betimsel istatistikler arasında ortalama ve standart sapma değerleri yer almaktadır. İki grup arasındaki farkların değerlendirilmesi için Independent-Sample Testi, grupların yaşları arasındaki farkların belirlenmesinde ise Anova analiz yöntemi kullanılmıştır. Tüm analizlerde güven aralığı  $p < 0.05$  olarak kabul edilmiştir.

## 1. BULGULAR

Tablo 1. Kız öğrencilerin fiziksel özellikleri

|      | Yaş | N  | Mean   | Std. |
|------|-----|----|--------|------|
| Kilo | 11  | 10 | 35,10  | 5,07 |
|      | 12  | 10 | 40,50  | 4,30 |
|      | 13  | 10 | 43,80  | 4,13 |
| Boy  | 11  | 10 | 145,90 | 5,40 |
|      | 12  | 10 | 156,00 | 5,75 |
|      | 13  | 10 | 161,40 | 3,47 |
| BKI  | 11  | 10 | 16,43  | 1,52 |
|      | 12  | 10 | 17,00  | 2,11 |
|      | 13  | 10 | 16,79  | 1,26 |

Tablo 1' e göre 11 yaş kız öğrencilerin ortalama ağırlığı 35,10 kg, boy uzunlukları ortalaması 145,90 cm, Beden Kütle İndeksi ortalaması ise 16,43 dir. 12 yaş kız öğrencilerin ortalama ağırlığı 40,50 kg, boy uzunlukları ortalaması 156,00 cm, Beden Kütle İndeksi ortalaması ise 17,00 dir. 13 yaş kız öğrencilerin ortalama ağırlığı 43,80 kg, boy uzunlukları ortalaması 161,40 cm, Beden Kütle İndeksi ortalaması ise 16,79 dur.

Tablo 2. Erkek öğrencilerin fiziksel özellikleri

|      | Yaş | N  | Mean   | Std. |
|------|-----|----|--------|------|
| Kilo | 11  | 10 | 33,80  | 3,68 |
|      | 12  | 10 | 37,20  | 4,64 |
|      | 13  | 10 | 41,00  | 3,37 |
| Boy  | 11  | 10 | 145,40 | 6,13 |
|      | 12  | 10 | 149,90 | 5,82 |
|      | 13  | 10 | 159,00 | 3,53 |
| BKI  | 11  | 10 | 16,00  | 0,81 |
|      | 12  | 10 | 16,50  | 1,12 |
|      | 13  | 10 | 16,22  | 0,92 |

Tablo 2' e göre 11 yaş erkek öğrencilerin ortalama ağırlığı 33,80 kg, boy uzunlukları ortalaması 145,40 cm, Beden Kütle İndeksi ortalaması ise 16,00 dır. 12 yaş erkek öğrencilerin ortalama ağırlığı 37,20 kg, boy uzunlukları ortalaması 149,90 cm, Beden Kütle İndeksi ortalaması ise 16,50 dir. 13 yaş erkek öğrencilerin ortalama ağırlığı 41,00 kg, boy uzunlukları ortalaması 159,00 cm, Beden Kütle İndeksi ortalaması ise 16,22 dir. Tablo 3. Erkek ve kız öğrencilerin fiziksel ve motorik özelliklerinin analizi



Tablo 3. Erkek ve kız öğrencilerin fiziksel ve motorik özelliklerinin analizi

|                      | Cinsiyet | n  | Ort.   | S.S. | t      | p             |
|----------------------|----------|----|--------|------|--------|---------------|
| Sağlık topu fırlatma | Erkek    | 30 | 3,05   | 0,57 | 0,508  | 0,613         |
|                      | Kız      | 30 | 2,98   | 0,61 |        |               |
| Durarak uzun atlama  | Erkek    | 30 | 1,36   | 0,17 | -0,752 | 0,455         |
|                      | Kız      | 30 | 1,58   | 1,60 |        |               |
| On metre             | Erkek    | 30 | 2,69   | 0,19 | -3,799 | <b>0,001*</b> |
|                      | Kız      | 30 | 2,87   | 0,18 |        |               |
| Dikey sıçrama        | Erkek    | 30 | 25,50  | 3,70 | 1,718  | 0,091         |
|                      | Kız      | 30 | 23,93  | 3,35 |        |               |
| Otur uzan            | Erkek    | 30 | 23,00  | 2,03 | -2,837 | <b>0,006*</b> |
|                      | Kız      | 30 | 25,10  | 3,51 |        |               |
| Çeviklik             | Erkek    | 30 | 22,69  | 0,93 | -2,348 | <b>0,022*</b> |
|                      | Kız      | 30 | 23,48  | 1,59 |        |               |
| BMI                  | Erkek    | 30 | 16,24  | 0,95 | -1,460 | 0,150         |
|                      | Kız      | 30 | 16,74  | 1,63 |        |               |
| Kilo                 | Erkek    | 30 | 37,33  | 4,83 | -1,811 | 0,075         |
|                      | Kız      | 30 | 39,80  | 5,68 |        |               |
| Boy                  | Erkek    | 30 | 151,43 | 7,69 | -1,470 | 0,147         |
|                      | Kız      | 30 | 154,43 | 8,11 |        |               |

Tablo 3' e bakıldığında erkek ve kız öğrencilerin boy uzunluğu, vücut ağırlığı, beden kütle indeksi ölçümlerinde cinsiyetler arasında anlamlı farklılık bulunmadı. Motorik özelliklerin ölçümünde ise dikey sıçrama, durarak uzun atlama, sağlık topu fırlatma testlerinde cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmazken ( $p>0.05$ ), 10 m sürat, esneklik ve çeviklik testlerinde ise cinsiyete göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ). 10 m sürat ve çeviklik testlerinde erkeklerin lehine anlamlı farklılık çıkarken, esneklik değerlerinde ise kız öğrencilerin lehine anlamlı farklılık bulunmuştur.

Tablo 4. Erkek öğrencilerin fiziksel özelliklerinin yaşa göre analizi

| Fiziksel özellikler | Yaş | N  | Ort    | Ss   | F      | P      |
|---------------------|-----|----|--------|------|--------|--------|
| Kilo                | 11  | 10 | 33,80  | 3,68 | 8,396  | 0,001* |
|                     | 12  | 10 | 37,20  | 4,64 |        |        |
|                     | 13  | 10 | 41,00  | 3,37 |        |        |
| Boy                 | 11  | 10 | 145,40 | 6,13 | 17,160 | 0,000* |
|                     | 12  | 10 | 149,90 | 5,82 |        |        |
|                     | 13  | 10 | 159,00 | 3,53 |        |        |
| BMI                 | 11  | 10 | 16,00  | 0,81 | 0,681  | 0,514  |
|                     | 12  | 10 | 16,50  | 1,12 |        |        |
|                     | 13  | 10 | 16,22  | 0,92 |        |        |

Tablo 4'de yaş faktörüne göre bakıldığında erkek öğrencilerde kilo ve boy fiziksel ölçümlerinde 13 yaş grubu ile 11 yaş grubu arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Tablo 5. Erkek öğrencilerin motorik özelliklerinin yaşa göre analizi

| Motorik özellikler   | Yaş | N  | Ort    | Ss   | F      | P      |
|----------------------|-----|----|--------|------|--------|--------|
| Sağlık topu fırlatma | 11  | 10 | 33,80  | 3,68 | 8,396  | 0,001* |
|                      | 12  | 10 | 37,20  | 4,64 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 41,00  | 3,37 |        |        |
| Durarak uzun atlama  | 11  | 10 | 145,40 | 6,13 | 17,160 | 0,000* |
|                      | 12  | 10 | 149,90 | 5,82 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 159,00 | 3,53 |        |        |
| On metre             | 11  | 10 | 16,00  | 0,81 | 0,681  | 0,514  |
|                      | 12  | 10 | 16,50  | 1,12 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 16,22  | 0,92 |        |        |
| Dikey sıçrama        | 11  | 10 | 23,40  | 4,20 | 3,264  | 0,054  |
|                      | 12  | 10 | 27,30  | 3,86 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 25,80  | 1,75 |        |        |
| Otur uzan            | 11  | 10 | 23,80  | 2,57 | 1,201  | 0,317  |
|                      | 12  | 10 | 22,50  | 1,90 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 22,70  | 1,42 |        |        |
| Çeviklik             | 11  | 10 | 22,59  | 1,35 | 1,457  | 0,251  |
|                      | 12  | 10 | 22,40  | 0,82 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 23,08  | 0,20 |        |        |

Tablo 5'e bakıldığında motorik özellikleri değerlendirdiğimizde durarak uzun atlama, dikey sıçrama, otur uzan esneklik ve çeviklik testlerinde yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

bulunmazken ( $p>0.05$ ), sağlık topu fırlatma ve 10 m sürat ölçümlerinde 13 yaş grubu ile 11 ve 12 yaş grubu arasında 13 yaş grubu lehine anlamlı fark bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Tablo 6. Kız öğrencilerin fiziksel özelliklerinin yaşa göre analizi

| Fiziksel özellikler | Yaş | N  | Ort    | Ss   | F      | P      |
|---------------------|-----|----|--------|------|--------|--------|
| Kilo                | 11  | 10 | 35,10  | 5,07 | 9,452  | 0,001* |
|                     | 12  | 10 | 40,50  | 4,30 |        |        |
|                     | 13  | 10 | 43,80  | 4,13 |        |        |
| Boy                 | 11  | 10 | 145,90 | 5,40 | 24,972 | 0,000* |
|                     | 12  | 10 | 156,00 | 5,75 |        |        |
|                     | 13  | 10 | 161,40 | 3,47 |        |        |
| BMI                 | 11  | 10 | 16,43  | 1,52 | 0,291  | 0,750  |
|                     | 12  | 10 | 17,00  | 2,11 |        |        |
|                     | 13  | 10 | 16,79  | 1,26 |        |        |

Tablo 6'da yaş faktörüne göre bakıldığında kız öğrencilerde kilo ölçümünde 13 yaş grubu ile 11-12 yaş grubu arasında, boy ölçümünde ise 13 yaş ile 11 yaş arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ( $p<0.05$ ).

Tablo 7. Kız öğrencilerin motorik özelliklerinin yaşa göre analizi

| Motorik Özellikler   | Yaş | N  | Ort   | Ss   | F      | P      |
|----------------------|-----|----|-------|------|--------|--------|
| Sağlık topu fırlatma | 11  | 10 | 2,46  | 0,67 | 10,527 | 0,000* |
|                      | 12  | 10 | 3,06  | 0,32 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 3,42  | 0,35 |        |        |
| Durarak uzun atlama  | 11  | 10 | 1,25  | 0,13 | 1,143  | 0,334  |
|                      | 12  | 10 | 2,20  | 2,75 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 1,29  | 0,14 |        |        |
| On metre             | 11  | 10 | 2,89  | 0,13 | 0,253  | 0,778  |
|                      | 12  | 10 | 2,84  | 0,20 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 2,89  | 0,23 |        |        |
| Dikey sıçrama        | 11  | 10 | 23,00 | 3,09 | 1,164  | 0,327  |
|                      | 12  | 10 | 25,20 | 3,94 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 23,60 | 2,88 |        |        |
| Otur uzan            | 11  | 10 | 24,10 | 3,48 | 1,294  | 0,291  |
|                      | 12  | 10 | 24,70 | 3,59 |        |        |
|                      | 13  | 10 | 26,50 | 3,34 |        |        |

|          |    |    |       |      |       |       |
|----------|----|----|-------|------|-------|-------|
| Çeviklik | 11 | 10 | 23,31 | 0,75 | 1,146 | 0,333 |
|          | 12 | 10 | 23,05 | 1,28 |       |       |
|          | 13 | 10 | 24,08 | 2,31 |       |       |

Tablo 7'e bakıldığında Motorik özellikleri değerlendirdiğimizde durarak uzun atlama, dikey sıçrama, otur uzan esneklik, 10 metre sürat ve çeviklik testlerinde yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık bulunmazken ( $p>0.05$ ), sağlık topu fırlatmada 13 yaş grubu ile 11 ve 12 yaş grubu arasında 13 yaş grubu lehine anlamlı fark bulunmuştur. ( $p<0.05$ ).

#### 4. SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmanın amacı, düzenli olarak spor yapmayan erkek ve kız öğrencilerin fiziksel ve motorik özelliklerinin yaşa ve cinsiyete göre değerlendirilmesidir.

Ayrıca sağlık topu fırlatmada hem kız hem de erkek öğrencilerde 13 yaş grubu öğrencilerin daha iyi sonuçlar elde ettiği görülmektedir. 10 m sürat ölçümünde ise erkek öğrencilerde 13 yaş grubu öğrencilerin diğer yaş gruplarına göre daha iyi performans gösterdiği belirlenmiştir.

Yapılan çalışmada düzenli olarak spor yapmayan ortaokulda eğitim gören kız ve erkek öğrencilerinin fiziksel özelliklerine bakıldığında kilo, boy ve BMI değerlerinde cinsiyetler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yaş faktörüne bakıldığında ise hem erkek hem de kız öğrencilerde boy ve kilo ölçümlerinde 13 yaş grubu öğrencilerinin diğer yaş grubu öğrencilerden daha yüksek değerlere sahip olduğu görülmüştür.

Araştırmada kız ve erkek öğrencilerin otur-uzan testi incelendiğinde kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha iyi bir sonuç tespit edilmiş ve cinsiyete göre kız öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Gruplar arasında yaş faktörüne göre değerlendirdiğimizde ise hem erkek hem de kız öğrencilerin yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür. Araştırmada kız ve erkek öğrencilerin dikey sıçrama testine bakıldığında erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha iyi bir sıçrama becerisine sahip olduğu tespit edilmiş fakat gruplar arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Gruplar arasında yaş faktörüne göre değerlendirdiğimizde ise hem erkek hem de kız öğrencilerin yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Araştırmada kız ve erkek öğrencilerin durarak uzun atlama testine bakıldığında kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha iyi sonuçlara sahip olduğu tespit edilmiş fakat cinsiyete göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Gruplar arasında yaş faktörüne göre değerlendirdiğimizde ise erkek öğrencilerde 13 yaş grubu ile 11 yaş grubu arasında 13 yaş grubu lehine anlamlı farklılık bulunurken, kız öğrencilerin yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Çalışmamızda 10 m sürat Testi sonuçlarına bakıldığında erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha süratli olduğu görülmüş gruplar arasında ise erkek öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Gruplar arasında yaş faktörüne göre değerlendirdiğimizde ise hem erkek hem de kız öğrencilerin yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Araştırmada Illinois Çeviklik Testi sonuçlarına bakıldığında erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha iyi sonuç bulunduğu görülmüş gruplar arasında ise erkek öğrenciler lehine anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Gruplar arasında yaş faktörüne göre değerlendirdiğimizde ise hem erkek hem de kız öğrencilerin yaş grupları arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.

Araştırmada kız ve erkek öğrencilerin sağlık topu fırlatma testine bakıldığında erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha iyi bir sıçrama becerisine sahip olduğu tespit edilmiş fakat gruplar arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Gruplar arasında yaş faktörüne göre değerlendirdiğimizde ise hem erkek hem de kız öğrencilerde 13 yaş grubu ile 11 ve 12 yaş grubu arasında 13 yaş grubu lehine anlamlı farklılık görülmüştür.

Sonuç olarak düzenli olarak spor yapmayan ortaokulda eğitim gören kız ve erkek öğrencilerinin fiziksel özelliklerinin değerlendirilmesinde cinsiyetler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yaş faktörüne bakıldığında ise hem erkek hem de kız öğrencilerde boy ve kilo ölçümlerinde 13 yaş grubu öğrencilerinin diğer yaş grubu öğrencilerden daha yüksek değerlere sahip olduğu görülmüştür. Ayrıca sağlık topu fırlatmada hem kız hem de erkek öğrencilerde 13 yaş grubu öğrencilerin daha iyi sonuçlar elde ettiği görülmektedir. 10 m sürat ve durarak uzun atlama ölçümünde ise erkek öğrencilerde 13 yaş grubu öğrencilerin diğer yaş gruplarına göre daha iyi performans gösterdiği belirlenmiştir.

Sporun ve düzenli bir egzersiz yaşamının fiziksel, zihinsel, motorik özelliklere katkısının literatürdeki bir çok çalışma ile ortaya konması neticesinde küçük yaşlardan itibaren ilgi duyulan bir spor branşı ile ilgilenilmesi ve velilerin çocuklarını bu konuda desteklemesi ve yönlendirmesi önerilmektedir.

## 5. KAYNAKLAR

- Açıkada C, Ergen E. (1990). Bilim ve Spor (1.bs.). Ankara: Büro Tek Ofset Matbaacılık. S:25-28.
- Baltacı, G., Düzgün, İ. (2008). Adolesan ve egzersiz. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları. Birinci Basım. Yayın No: 730, 7.
- Bilim AS., Çetinkaya C., Dayı A. 12-17 Yaş Arası Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Fiziksel Uygunluklarının İncelenmesi. Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi Journal of Sports and Performance Researches 2016;7(2)
- Duyul, M. (2005). Hentbol, Voleybol ve Futbol Üniversite Takımlarının Bazı Motorik ve Antropometrik Özelliklerinin Başarıya Olan Etkilerinin Karşılaştırılması. On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Erden, S., ve Oğuz, H. (2009). Bursa İlinde Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeye Sahip Aile Çocuklarının Fiziksel Performans Özelliklerinin İncelenmesi, Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 22 (1), 279-292.
- Hoare GD, 2000. Predicting success in junior elite basketball players — the contribution of anthropometric and physiological attributes. Journal of Science and Medicine in Sport, 391-405.
- Oğuz, H. (1998). Bursa İlinde Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeye Sahip Ailelerin 8, 9 ve 10 Yaş Grubu Çocukların Fiziksel Performans ve Antropometrik Özelliklerinin incelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, U.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bursa.
- Pekel, H. A., Bağcı, E., Atalay, N., Onay, M., Serdar, Ş. ve Pepe, H. (2006). Spor yapan çocuklarda performansla ilgili fiziksel uygunluk test sonuçlarıyla antropometrik özellikler arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi. Kastamonu Eğitim Dergisi, 1, 299-308.
- Ulutaş, İ. (2007). Ergenlikte gelişim. Çocuk ve Ergen Gelişimi. Morpa Kültür Yayınları Ltd. Şti., İstanbul. 93-97.
- Ziyagil M, 1996. Eurofit test bataryası vasıtasıyla 10-12 yaşları arasındaki erkek ilkökul öğrencilerinin fiziksel uygunluk ve antropometrik özelliklerinin yaş gruplarına ve spor yapma alışkanlıklarına göre değerlendirilmesi. Bed. Eğt. Spor Bil. Dergisi, 1,20-28.



## ELEŞTİREL PEDAGOJİ VE BEDEN EĞİTİMİ: BİBLİYOMETRİK ANALİZİ

Oğuzhan ARSLAN<sup>1</sup> Bekir ÇAR<sup>2</sup> Ahmet KURTOĞLU<sup>3</sup>

<sup>1</sup> TC Milli Eğitim Bakanlığı, Ankara

ORCID Code: 0000-0001-5099-1971

E-posta : oguzhanarslan14022001@gmail.com

<sup>2</sup> Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Balıkesir

ORCID Code: 0000-0001-7422-9543

E-posta: carbekir@gmail.com

<sup>3</sup> Bandırma Onyedi Eylül Üniversitesi, Balıkesir

ORCID Code: 0000-0002-9292-5419

E-posta: akurtoglu@bandirma.edu.tr

### ÖZET

**Amaç:** Bu çalışma beden eğitimi ve spor ile eleştirel pedagojinin benzerlik ve farklılıklarının incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

**Yöntemler:** Eleştirel pedagoji ile beden eğitimi ve spor alanındaki yayımlanmış olan bilimsel makalelerin 20 yıl (2004-2024) perspektifinden; bibliyometrik analiz yöntemi kullanılarak, bu alandaki yayınların yıllara göre dağılımı, en çok atıf alan çalışmalar ve öne çıkan dergiler belirlenerek doküman incelemesi yapılmıştır. Araştırma kapsamında, Web of Science ve Scopus veri tabanlarından elde edilen yayınlar analiz edilmiştir. Anahtar kelimeler üzerinden yapılan analizde, eleştirel pedagoji ve beden eğitimi spor kavramları üzerinde durulmuştur.

**Bulgular:** Yayınlar incelendiğinde özellikle 2010 yılından itibaren eleştirel pedagoji ile beden eğitimi ve spordaki ilişkinin arttığı görülmüştür. Yapılan analiz sonucunda sosyal adalet, kapsayıcılık, toplumsal cinsiyet ve eğitim politikaları gibi anahtar kelimelerin sıklıkla kullanıldığı görülmüştür. Özellikle Paulo Freire'nin eleştirel pedagoji anlayışına dayalı yaklaşımların literatürde önemli bir yer tuttuğunu ve spor alanında ise *Richard Pringle*, *David Kirk* ve *Dawn Penney* gibi yazarların katkı sunduğu belirlenmiştir. Çalışmaların yapıldığı ülkelere bakıldığında; ABD, İngiltere, Avustralya ve Kanada'nın literatüre katkı sunduğu görülmüştür.

**Sonuç:** Eleştirel pedagoji ve beden eğitimi/spor alanındaki 2004-2024 yılları arasındaki bilimsel makalelerin incelendiğinde sosyal adalet, kapsayıcılık ve toplumsal cinsiyet kavramlarının her iki disiplinde de yer aldığı bu sayede toplumsal eşitlik konusunda da pozitif katkıları olduğu tespit edilmiştir.

**Anahtar kelimeler:** Beden eğitimi ve spor, Bibliyometrik analiz, Eleştirel pedagoji,



## CRITICAL PEDAGOGY AND PHYSICAL EDUCATION: A BIOMETRIC ANALYSIS

Oğuzhan ARSLAN<sup>1</sup> Bekir ÇAR<sup>2</sup> Ahmet KURTOĞLU<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Ministry of National Education of the Republic of Turkiye, Ankara

ORCID Code: 0000-0001-5099-1971

E-posta : oguzhanarslan14022001@gmail.com

<sup>2</sup> Bandirma Onyedi Eylül University, Balıkesir

ORCID Code: 0000-0001-7422-9543

E-posta: carbekir@gmail.com

<sup>3</sup> Bandirma Onyedi Eylül University, Balıkesir

ORCID Code: 0000-0002-9292-5419

E-posta: akurtoglu@bandirma.edu.tr

### ABSTRACT

**Aim:** This study was conducted to examine the similarities and differences between physical education and sport and critical pedagogy.

**Methods:** From the perspective of 20 years (2004-2024) of scientific articles published in the field of critical pedagogy and physical education and sports; bibliometric analysis method was used to determine the distribution of publications in this field by years, the most cited studies and prominent journals. Within the scope of the research, publications obtained from Web of Science and Scopus databases were analyzed. In the analysis based on keywords, the concepts of critical pedagogy and physical education and sport were emphasized.

**Results:** When the publications were analyzed, it was seen that the relationship between critical pedagogy and physical education and sport has increased especially since 2010. As a result of the analysis, it was seen that keywords such as social justice, inclusion, gender and education policies were frequently used. In particular, it was determined that approaches based on Paulo Freire's understanding of critical pedagogy have an important place in the literature and authors such as Richard Pringle, David Kirk and Dawn Penney contributed to the field of sport. Looking at the countries where the studies were conducted; it was seen that the USA, England, Australia and Canada contributed to the literature.

**Conclusion:** When the scientific articles in the field of critical pedagogy and physical education/sports between 2004 and 2024 were analyzed, it was determined that the concepts of social justice, inclusion and gender were included in both disciplines, thus making positive contributions to social equality.

**Key words:** Physical Education and Sport, Bibliometric analysis, Critical pedagogy,

### 1.GİRİŞ

Eleştirel pedagoji, Frankfurt Okulu'nun eleştirel teorisi ve Paulo Freire'nin praxis odaklı pedagojisi olmak üzere iki temel kaynaktan beslenmiştir. Frankfurt Okulu, güç ve bilgi ilişkisini analiz ederek eşitsizlikleri ortaya çıkarmayı ve toplumsal değişim için bireyleri güçlendirmeyi amaçlarken, Freire (1974)'nin pedagojisi, Latin Amerika kurtuluş hareketlerinden ilham almış ve dünyayı dönüştürmek için düşünme ve eylemi bir arada ele alan bir praxis anlayışını vurgulamıştır (Spaaij, Oxford & Jeanes, 2016). Ancak her iki yaklaşım da eğitimcilerin eleştirel düşünceden dönüştürücü uygulamaya nasıl geçeceklerine dair somut bir yol sunmamış, bu

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

durum eleştirel pedagojiyi uygulamaya çalışanlar için günümüzde de önemli bir zorluk olarak varlığını sürdürmüştür (McLaren, 1999).

Beden Eğitimi alanında eleştirel pedagoji üzerine yapılan erken dönem akademik çalışmalar, geleneksel varsayımları, fikirleri ve uygulamaları sorgulamış, ancak bu çalışmaların eleştiride güçlü olmalarına rağmen yapıcı ve alternatif çözüm önerilerinde yetersiz kaldıkları belirtilmiştir. Bu eksikliklerin giderilebilmesi için, eleştirel pedagojinin savunuculuktan eyleme (Kirk, 2004) ve eleştirel düşünceden dönüştürücü uygulamaya doğru bir geçişi gereklidir. Son dönem Beden Eğitimi literatürü, bu doğrultuda uygulamaya yönelik önemli ve olumlu bir dönüşüm geçirmiştir. Özellikle pedagojik uygulamalar, müfredat tasarımı ve Beden Eğitimi Öğretmen Eğitimi (PETE) alanındaki yeni yaklaşımlar, alanı yeniden çerçevelemiştir. Bu yenilikler, genel olarak sosyal, kültürel ve ekonomik gelişmelerle uyumlu bir şekilde, eleştirel pedagoji anlayışlarının pratikteki karşılıkları aracılığıyla ortaya çıkmıştır (Kirk, 2004).

Bu çalışma, eleştirel pedagoji yaklaşımının beden eğitimi ve spor alanında yapılan araştırmaları incelemek, değerlendirmek ve literatüre katkı sunmak amacıyla yapılmıştır.

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Araştırma Tasarımı

Bu çalışma, eleştirel pedagoji ile beden eğitimi ve spor alanındaki ilişkinin akademik literatür taranarak doküman incelemesiyle analiz edilerek yapılmıştır. Bibliyometrik analiz, belirli bir araştırma alanındaki yer alan bilimsel yayınların, belirli formata göre değerlendirilmesidir.

### 2.2. Veri Toplama Süreci

Araştırmanın verileri **Web of Science** veri tabanında en fazla atıf alan çalışmalar araştırmaya dahil edilmiştir. Veri toplamada; "eleştirel pedagoji", "beden eğitimi" ve "spor" gibi anahtar kelimeler kullanılmış ve [WOS] üzerinden en fazla atıf alan yayınlar dikkate alınmıştır. Anahtar kelimeler, başlık, özet ve anahtar kelime bölümlerinde aranarak belirli yayın türleri dahil edilmiştir.

### 2.3. Dahil Etme ve Dışlama Kriterleri

Çalışmamızda; eleştirel pedagoji ile beden eğitimi ve spor arasındaki bilimsel makaleler ele alınmıştır. Ayrıca, konferans özetleri, kitap incelemeleri ve bilimsel veriler açısından yetersiz olan çalışmalar dışlanmıştır.

### 2.4. Veri Analizi

Araştırma verileri, bibliyometrik analiz araçları ile incelenerek raporlaştırılmıştır. Yayın sayılarının yıllara göre dağılımı, en sık alıntı yapılan çalışmalar, yazar adları, metodoloji, anahtar kelimeler gibi betimsel bibliyometrik göstergeler incelenerek ele alınmıştır.



### 3.BULGULAR

Tablo 1. Çalışmaların Bibliyometrik Analizi

| Başlık   | Yazar                         | Dergi                                 | Anahtar Kelimeler   | Metadoloji  | Kapsam   | Araştırma Amacı   |
|--|-------------------------------|---------------------------------------|---|---|--|---|
| Gelişim için Beden Eğitimi ve Sporda eleştirel pedagojinin nitel bir sistematik incelemesi | David Meir                    | Sport, Education and Society          | Kalkınma için Spor, Beden Eğitimi, Eleştirel Pedagoji, Diyalojik Eylem, Sosyal Adalet | Sistematik nitel inceleme (Qualitative systematic review)   | Fiziksel eğitim ve spor gelişiminde eleştirel pedagoji uygulamaları  | Bu çalışma, Eleştirel Pedagoji'nin Beden Eğitimi ve Gelişim için Spor alanlarında müfredat tasarımı ve mesleki gelişime uygulanmasındaki zorlukları ve başarı potansiyelini, diyalogsal ve eleştirel bir gelecek perspektifinden sistematik olarak incelemeyi amaçlamaktadır. |
| Ortaöğretim Sağlık ve Beden Eğitiminde eleştirel pedagoji ve müfredat dönüşümü             | Laura Alfrey, Justen O'Connor | Physical Education and Sport Pedagogy | Eleştirel pedagoji, liminalite, müfredat dönüşümü, Sağlık ve Beden Eğitimi            | Uzunlamasına vaka çalışması; öğretmen görüşleri, alan notları ve gözlemler ile desteklendi                  | Eleştirel pedagoji uygulamalarının müfredat dönüşümüne etkilerini ve öğretmen deneyimlerini anlamak                                  | Paulo Freire'in pedagoji yaklaşımları ve eleştirel düşünce teori çalışmalarını amaçlamaktadır.  |
| Eleştirel Pedagoji, Beden Eğitimi ve Kentsel Okullaşma                                     | Katie Fitzpatrick             | Peter Lang Publishing, New York       | Eleştirel Pedagoji, Olimpizm, Beden Eğitimi, Spor                                     | Eleştirel etnografi; saha çalışması, gözlemler, şiirsel anlatılar ve katılımcı görüşmeleri ile desteklendi. | - Eleştirel pedagoji, öğrencilerin güçlenmesini ve dahil edilmesini teşvik ediyor.<br>- Toplumsal normlara meydan okunması sağlandı. | Araştırmanın amacı yansıtıcı/refleksif olmadığını fark eden yazar, bu eksikliğin eleştirel etnografi pratiğine katkı sunduğunu tespit etmiştir.   |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|   |   |   |   |  |  |  |
|---|---|---|---|--|--|--|
| Olimpizm,<br>Beden Eğitimi<br>ve Eleştirel<br>Pedagoji  | Ian<br>Culpan   | European<br>Physical<br>Education<br>Review | Eleştirel<br>Pedagoji,<br>Olimpizm,<br>Beden<br>Eğitimi,<br>Spor  | Teorik<br>inceleme;<br>eleştirel<br>pedagoji ve<br>Olympism<br>felsefesi<br>bağlamında<br>literatür<br>analizi                               | - Eleştirel<br>pedagojinin<br>Olympism'e<br>uygulanması,<br>öğrencilerin<br>eleştirel<br>farkındalık<br>geliştirmesini<br>sağlar.<br>- Spor kültüründe<br>adalet ve etik<br>kodların<br>geliştirilmesi<br>önemlidir.   | Neo-liberalizm,<br>sporun<br>ticarileşmesi, etik<br>ihaller, sosyal<br>eşitsizliklerin<br>olimpizm üzerine<br>etkilerinin<br>belirlenmesi<br>amaçlanmıştır.  |
| Beden Eğitimi<br>ve Spor<br>Pedagojisinde<br>Dönüştürücü<br>Eleştirel<br>Pedagoji ve<br>Araştırmanın<br>Sınırlarının<br>Ortaya<br>Çıkarılması         | Juan-<br>Miguel<br>Fernández-<br>Balboa                 | Sport,<br>Education<br>and<br>Society       | Dönüştürü<br>cü<br>pedagoji,<br>eleştirel<br>pedagoji,<br>beden<br>eğitimi,<br>spor<br>pedagojisi,<br>özbilinç,<br>adalet | Kavramsal ve<br>teorik analiz;<br>eleştirel<br>pedagojinin<br>sınırlılıklarını<br>ve potansiyel<br>içsel<br>dönüşüm<br>yollarını<br>inceleme | - Eleştirel<br>pedagojinin<br>sınırları sadece<br>sosyal bağlamda<br>değil, bireysel<br>olarak<br>pedagojilerin<br>kendi içinde de<br>bulunmaktadır.<br>- İçsel farkındalık<br>(self-<br>consciousness)<br>geliştirilmeden<br>gerçek dönüşüm<br>mümkün değildir. | Eleştirel<br>pedagojiyi içsel<br>farkındalık ve<br>adalet bağlamında<br>yeniden<br>değerlendirme;<br>"hegemonik<br>dörtlü" (ideoloji,<br>habitus, söylem ve<br>duygular)<br>kavramının<br>geliştirilmesi<br>amaçlanmıştır. |
| Beden<br>Eğitiminde<br>Eleştirel<br>Pedagoji:<br>Çağdaş<br>İkilemler ve<br>Zorluklar  | Valter<br>Bracht,<br>Felipe<br>Quintão<br>de<br>Almeida | Moviment<br>o                               | Beden<br>Eğitimi,<br>Öğretim,<br>Dil, Beden   | Kavramsal<br>inceleme;<br>eleştirel<br>pedagoji ve<br>fiziksel<br>eğitimle ilgili<br>literatür<br>analizi                                    | - Eleştirel<br>pedagoji,<br>toplumsal adalet<br>için yeni açılımlar<br>sağlayabilir ancak<br>normatif temeller<br>sorgulanmalıdır.<br>- Dil ile beden<br>arasındaki<br>"articulation<br>problem" önemli<br>bir meydan<br>okumadır.                               | Eleştirel<br>pedagojinin<br>çağdaş bilişsel ve<br>politik bağlamdaki<br>zorluklarını ve<br>olası çözümlerini<br>tartışmak amacıyla<br>yapılmıştır.   |
| Spor Eğitimi,<br>Eleştirel<br>Pedagoji ve<br>Öğrenme<br>Teorisi: Beden<br>Eğitimi ve<br>Gençlik Spor<br>İçin İçsel Bir<br>Gerekçelendir<br>meye Doğru | David<br>Kirk   | Quest                                       | Spor<br>Eğitimi,<br>Eleştirel<br>Pedagoji,<br>Öğrenme<br>Teorisi,<br>Beden<br>Eğitimi,<br>Gençlik<br>Sporu                | Kavramsal<br>inceleme;<br>eleştirel<br>pedagoji ve<br>öğrenme<br>teorisinin<br>fiziksel<br>eğitimle<br>ilişkilendiril<br>mesi                | - Spor eğitimi<br>modelinin,<br>öğrencilerin içsel<br>motivasyon ve<br>anamlı katılımını<br>artırabileceği<br>vurgulanmıştır.<br>- Eleştirel<br>pedagoji, eşitlik<br>ve dahil etme<br>süreçlerini<br>destekleyen<br>araçlar sunar.                               | Spor eğitiminin<br>eleştirel pedagoji<br>bağlamında<br>fiziksel eğitimdeki<br>rolünü ve içsel<br>gerekçelendirilmes<br>ini incelemek<br>amacıyla<br>yapılmıştır.   |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|   |                 |                                       |  |   |   |   |
|---|-----------------|---------------------------------------|--|---|---|---|
| Beden Eğitiminde Eleştirel İrk Pedagojisine Doğru       | Langston Clark  | Physical Education and Sport Pedagogy | Eleştirel İrk Pedagojisi, Eleştirel İrk Teorisi, PETE, Siyahi Eğitimi            | Kavramsal inceleme; eleştirel ırk teorisi ve pedagojinin fiziksel eğitimdeki uygulamaları incelenmiştir | - Eleştirel ırk pedagojisi, siyah bedenlerin ve kültürel kimliğin önemini vurgular.<br>- Siyah topluluklara yönelik öğretmen eğitimi gerekliliği savunulmaktadır. | Eleştirel ırk pedagojisini (Critical Race Pedagogy) fiziksel eğitim öğretmeni eğitimi (PETE) bağlamında temellendirmek amacıyla yapılmıştır.    |
| PETE için Eleştirel Pedagoji Üzerine Sorunlu Düşünceler | Richard Tinning | Sport, Education and Society          | PETE (Beden Eğitimi Öğretmenliği), eleştirel pedagoji, Aydınlanma, sosyal adalet | Kavramsal ve teorik analiz; eleştirel pedagojiye yönelik değişen yaklaşımların değerlendirilmesi        | - Eleştirel pedagoji modern zamanlarda daha karmaşık hale gelmiştir.<br>- Öğretmen eğitiminde bireysel ve toplumsal değişim arasında bir denge sağlanmalıdır.     | Eleştirel pedagojinin fiziksel eğitim öğretmeni eğitiminde karşılaştığı güncel zorlukları ve değişen bağlamları incelemek amacıyla yapılmıştır. |

### 4.SONUÇ

Bu araştırma, eleştirel pedagoji yaklaşımının beden eğitimi ve spor alanındaki bilimsel veriler ışığında bibliyometrik olarak incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Eleştirel pedagoji, beden eğitimi ve spor pedagojisinde akranlar arasında eşitlik ve dönüşüm hedefleriyle güçlü bir teorik çerçevenin oturtulmasını sağlamaktadır.

Veri tabanları incelendiğinde eleştirel pedagojinin; müfredat dönüşümü, öğretmen eğitimi ve toplumsal eşitsizliklerin ele alınması gibi konulardan oluştuğu görülmektedir. Özellikle Paulo Freire'nin praxis odaklı yaklaşımı ve Frankfurt Okulu'nun eleştirel teoriye katkıları, bu alana büyük katkı sunmuştur.

Eleştirel pedagojinin sınırlarını ve potansiyelini değerlendiren çalışmalar, bu yaklaşımın yalnızca sosyal bağlamda değil (Kirk, 2006), pedagojinin kendi yapısal süreçleri içinde de eleştiriye açık olduğunu göstermiştir (Fitzpatrick, 2010). Sonuç olarak, eleştirel pedagoji, beden eğitimi ve spor pedagojisinde hem teorik hem de pratik düzeyde önemli katkılar sağladığı görülmüştür. Diğer araştırmalarda; daha derinlemesine uygulama rehberleri, pedagojik dönüşüm süreçlerinde öğretmen desteği ve farklı bağlamlarda karşılaşılan güçlüklerin ortaya konularak boylamsal araştırmaların yapılması önerilebilir.

### 5. KAYNAKÇA

- Alfrey, L., & O'Connor, J. (2020). Critical pedagogy and curriculum transformation in Secondary Health and Physical Education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25(3), 288-302.
- Bracht, V., & Almeida, F. Q. D. (2022). Critical Pedagogy in Physical Education: Contemporary Dilemmas and Challenges. *Movimento*, 25, e25068.
- Clark, L. (2020). Toward a critical race pedagogy of physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 25(4), 439-450.
- Culpan, I. (2019). Olympism, physical education and critical pedagogy. *European Physical Education Review*, 25(3), 847-858.
- Meir, D. (2022). A qualitative systematic review of critical pedagogy in Physical Education and Sport for Development: exploring a dialogical and critical future for Sport for

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Development pedagogy, *Sport, Education and Society*, 27(3), 300-319, DOI: 10.1080/13573322.2020.1825934.

- Fernández-Balboa, J. M. (2017). Imploding the boundaries of transformative/critical pedagogy and research in physical education and sport pedagogy: Looking inward for (self-) consciousness/knowledge and transformation. *Sport, Education and Society*, 22(4), 426-441.
- Fitzpatrick, K. (2010). *A critical multicultural approach to physical education: Challenging discourses of physicality and building resistant practices in schools*. In: May S and Sleeter C (eds) *Critical Multi-culturalism: Theory and Praxis*. New York, NY: Routledge, pp.177–190.
- Fitzpatrick, K. (2019). What happened to critical pedagogy in physical education? An analysis of key critical work in the field. *European Physical Education Review*, 25(4), 1128-1145.
- Freire, P. (1974). *Pedagogy of the Oppressed*. Harmsworth: Penguin Books.
- Kirk, D. (2004). New practices, new subjects and critical enquiry: Possibility and progress. In J. Wright, D. Macdonald, & L. Burrows (Eds.), *Critical inquiry and problem-Solving in Physical Education* (pp. 199–208). Routledge.
- Kirk, D. (2006). Sport education, critical pedagogy, and learning theory: Toward an intrinsic justification for physical education and youth sport. *Quest* 58(2): 255–264.
- McLaren, P. (1999). A pedagogy of possibility: Reflecting upon Paulo Freire's politics of education. *Educational Researcher*, 29(1), 49–55.
- Spaaij, R., Oxford, S., & Jeanes, R. (2016). Transforming communities through sport?: Critical pedagogy and sport for development. *Sport, Education and Society*, 21(4), 570–587.
- Tinning, R. (2020). Troubled thoughts on critical pedagogy for PETE. *Sport, Education and Society*, 25(9), 978-989.



## EGZERSİZ BAĞIMLILIĞI, SPOR VE GENETİK İLİŞKİSİNİN İNCELENMESİ

Sedat KAHYA

Milli Eğitim Bakanlığı, Eğitim-Öğretim, Öğretmenlik, Sivas, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-1169-2642  
E-posta: [sedatkayha58@gmail.com](mailto:sedatkayha58@gmail.com)

### ÖZET

Mevcut çalışma, egzersiz bağımlılığı ve sporun kalıtsal mekanizmasını detaylı bir şekilde incelemek amacıyla yapılmıştır. Google Akademik, Web of Science, NCBI veri tabanları taranarak konu ile ilgili çalışmalardan yararlanılmıştır. Egzersiz sağlığı geliştirmek için yapılan tekrarlı-planlı fiziksel aktivitelerdir. Ancak bu faaliyetlerin belirli bir denge içerisinde yürütülmesi sağlığın korunması açısından önemlidir. Aksi durumda bireyler hem fizyolojik hem de ruhsal sağlıklarını önemli oranda kaybedebilirler. İnsan Genom Projesi'nin tamamlanmasıyla insan kalıtımına ilişkin çoğu mekanizma aydınlatılmaya başlanmıştır. İGP'den elde edilen veriler başlarda hastalıkların tanı ve tedavisinde kritik bir rol oynamıştır. Ardından bu veriler, sporcuların egzersiz kapasitelerini ve antrenman verimlerini belirlemek için kullanılan mikrobiyolojik uygulamalara dönüşmüştür. Bu amaçla, spor ve gen ilişkisine yönelik birçok gen polimorfizmi tespit edilmiştir. Bağımlılığın oluşumunda ve gelişiminde, içsel ve dışsal birçok faktörün etkili olduğu bilinmektedir. Çoğu faktörün etkisine rağmen, genetik orijinli faktörler bağımlılığın ortaya çıkmasında önemli bir role sahip olabilir. Bağımlılığın birey davranışına etkisi sonucu davranış üzerinde etki gücüne sahip bazı genler tespit edilmiştir. *5-HTT*, *MOA-A*, *DRD4*, *DRD5*, *COMT*, *ADRD1*, *DRD2*, *FOXN3*, *GLUT4*, *BDNF*, *SLC2A4*, *GDNF* ve *NRG1* genleri bunlardan bazılarıdır. Mevcut çalışmada; davranış, bağımlılık ve gen arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışmaya rağmen egzersiz bağımlılığı ve gen ilişkisine yönelik yapılan çalışmaların azlığı dikkat çekicidir. Sonuç olarak, egzersiz bağımlılığının kalıtsal mekanizmasına ilişkin çalışmaların artırılması ve bu ilişkiye yönelik daha kapsamlı literatür çalışması yapılması spor bilimine önemli katkılar sunabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Bağımlılık, davranış, egzersiz, gen, insan genom projesi



## INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN EXERCISE ADDICTION, SPORTS AND GENETICS

Sedat KAHYA

Ministry of National Education, Education-Teaching, Sivas, Turkey

ORCID Code: 0000-0002-1169-2642

E-mail: sedatkayha58@gmail.com

### ABSTRACT

The present study was conducted with the aim of examining the hereditary mechanism of exercise addiction and sports in detail. Google Scholar, Web of Science, NCBI databases were scanned and studies on the subject were used. Exercise is repetitive, planned physical activity to improve health. However, it is important to carry out these activities in a certain balance in terms of maintaining health. On the contrary, individuals may significantly lose both their physiological and mental health. With the completion of the Human Genome Project, many mechanisms of human heredity began to be elucidated. Data from the HGP initially played a critical role in the diagnosis and treatment of diseases. These data then evolved into microbiological applications used to determine the exercise capacities and training efficiency of the athletes. To this end, many gene polymorphisms related to the relationship between sports and genes have been identified. It is known that many internal and external factors are effective in the formation and development of addiction. Despite the influence of most factors, factors of genetic origin may play an important role in the emergence of addiction. As a result of the effect of addiction on individual behavior, some genes that have the power to affect behavior were identified. *5-HTT*, *MOA-A*, *DRD4*, *DRD5*, *COMT*, *ADRD1*, *DRD2*, *FOXN3*, *GLUT4*, *BDNF*, *SLC2A4*, *GDNF*, and *NRG1* genes are some of these. Despite many studies examining the relationship between behavior, addiction and gene in the present study, the lack of studies on the relationship between exercise addiction and genes is remarkable. As a result, increasing the studies on the hereditary mechanism of exercise addiction and conducting a more comprehensive literature study on this relationship may make important contributions to sports science.

**Keywords:** Addiction, behavior, exercise, gene, human genome project

### GİRİŞ

Egzersiz, genel anlamıyla sağlığı geliştirmek ve daha zinde kalabilmek için tekrarlı-planlı bir şekilde yapılan fiziksel aktiviteler olarak tanımlanmaktadır (Civan ve ark., 2018). Egzersiz, günümüz dünyasında, insanların günlük yaşam rutinlerinin önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Konu özelinde yapılan çalışmalar, egzersizin insan sağlığına birçok faydası olduğunda hem fikirdir. Bu durumun aksine, hareketsiz yaşam tarzının insanları birçok sağlık problemi ile karşı karşıya getirdiği ön görülmektedir. Nöro-dejeneratif hastalıklar, kas-iskelet sistemi rahatsızlıkları, kardiyovasküler ve metabolik bozukluklar gibi sağlığı tehdit eden birçok olumsuzluk hareketsiz yaşam sonucunda meydana gelmektedir (Özocak ve ark., 2019). Egzersiz fizyolojik olarak; kardiyovasküler sistem, iskelet-kas sistemi, endokrin sistem, kemik mineralizasyonu, sindirim ve sinir sistemi vb. metabolizmaya ait birçok sisteminin düzenlenmesinde kritik rol oynamaktadır (Çabuk ve ark., 2020). Ayrıca egzersizin kardiyovasküler hastalıklar, hipertansiyon, tip II diyabet, inme, kanser, obezite gibi birçok sağlık sorununa karşı koruyucu bir özelliğe sahip olduğu da bilinmektedir (Durusoy ve Mutuş,

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

2021). Ancak egzersizin belirli bir dengede ve düzende yürütülmesi, insan sağlığının sürdürülmesi açısından oldukça önemlidir. Aksi takdirde bireyler hem fizyolojik hem de ruhsal sağlıklarını önemli oranda kaybedebilirler. Bu durum, egzersizin birçok faktörden etkilenen kompleks bir olgu olduğu sonucunu göstermektedir.

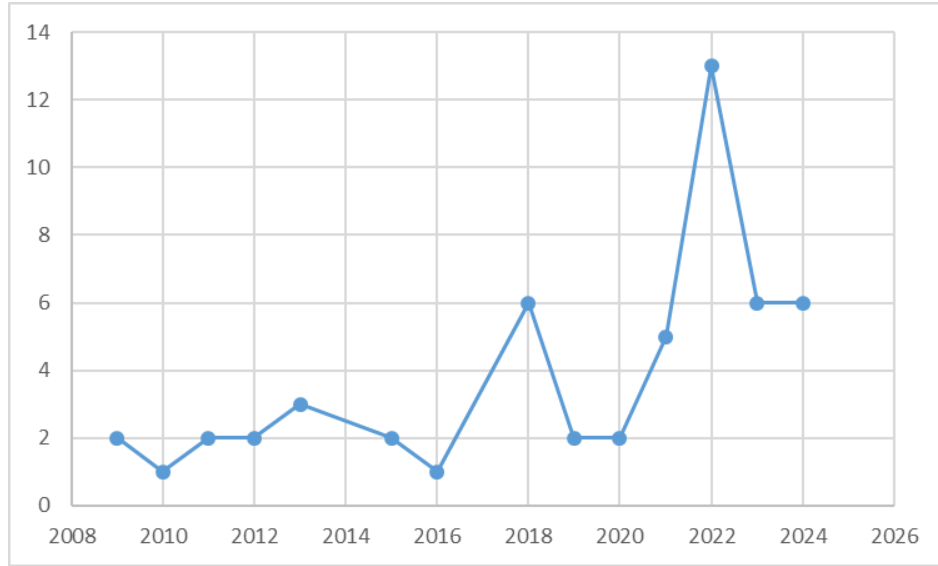
Teknolojide yaşanan hızlı ve baş döndürücü gelişmeler, egzersiz üzerinde kalıtsal faktörlerin önemli oranda etkili olabileceğini göstermiştir. İGP'nin tamamlanmasını takiben DNA dizileme yöntemlerinin gelişmesi, egzersiz ve genetik ilişkisine yeni bir boyut getirmiştir. Bu amaçla, yapılan çalışmalar spor becerilerinin %66 oranında genetik faktörlerle açıklanabileceğini ve motor becerilerinin adaptasyonunda ise genetiğin önemli bir role sahip olabileceğini ortaya çıkartmıştır (De Moor ve ark., 2007; Végh ve ark., 2022). Genetik, yalnız spor becerisi üzerinde etkili bir yapı değil, o aynı zamanda insan davranışlarını düzenleyen psikolojik özellikleri de etkileme gücüne sahip biyolojik bir yapıdır.

İnsanoğlu yaşam süresi boyunca bazı maddelere, nesnelere ve olgulara karşı ilgili olmuştur (İlbak ve Altun, 2020). Bu durum, zamanla insanların birtakım alışkanlıklar geliştirmesine sebep olmuştur. Bu alışkanlıkların, bireyde karşı konulamaz bir arzuya dönüşmesi sonucu bağımlılık kavramı ortaya çıkmıştır. Bağımlılık, bireye zarar vermesine rağmen bir kişiye ya da objeye karşı duyulan engellenemez istektir (Karakuş ve ark., 2021). Bağımlılık, farklı şekillerde ifade edilmektedir. Bunlar; sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığı, madde bağımlılığı, egzersiz bağımlılığı vb. olarak sıralanabilir (Yoldaş ve Demircioğlu, 2020; Ayılğan ve ark., 2023; Akarcan, 2024). Bu bağımlılık türleri içerisinde yer alan egzersiz bağımlılığı karşı konulamaz bir isteğin, hangi koşulda olursa olsun, fiziksel bir eylem olarak yerine getirilmesini ifade etmektedir. Egzersiz bağımlılığının oluşumunda birçok faktör etkili olmasına rağmen bu bağımlılığın ortaya çıkmasında genetik faktörler kritik bir öneme sahip olabilir. Konun derinlemesine araştırılması ve mevcut verilerin değerlendirilmesi, bu alana önemli katılar sağlayabilir.

Bu bilgiler rehberliğinde, mevcut çalışma egzersiz bağımlılığı ve sporun kalıtsal mekanizmasını detaylı bir şekilde incelemek amacıyla yapıldı. Elde edilen verilerin, bu alanında çalışan bilim insanlarına rehberlik edeceği ön görülmektedir.

### YÖNTEM

Egzersiz bağımlılığı ve sporun kalıtsal mekanizmasının incelendiği çalışmada, Google Akademik, Web of Science, NCBI veri tabanlarındaki konu ile ilgili makalelerden yararlanılmıştır. İlgili veri tabanlarına, “egzersiz ve sağlık”, “egzersiz bağımlılığı”, “spor ve genetik”, “egzersiz bağımlılığı ve genetik” anahtar kelimeleri yazılmıştır. Elde edilen veriler değerlendirilerek uygun olanları mevcut çalışma kapsamına dâhil edilmiştir. Çalışmada kullanılan sözcüklerin seçiminde, NCBI kayıtlı MeSH (PubMed için makalelerini indekslemek için kullanılan NLM kontrollü eş anlamlılar sözlüğü)’den yararlanılmıştır. Editör notları ve orijinal niteliği taşımayan yayımlar, çalışmadan hariç tutulmuştur. Çalışma, geleneksel derleme şeklinde tasarlanmış ve daha çok güncel veriler değerlendirilmiştir. Mevcut çalışmadan elde edilen verilere ilişkin grafik aşağıda sunulmuştur.



Şekil 1. Çalışmada kullanılan verilerin ait olduğu yıllar

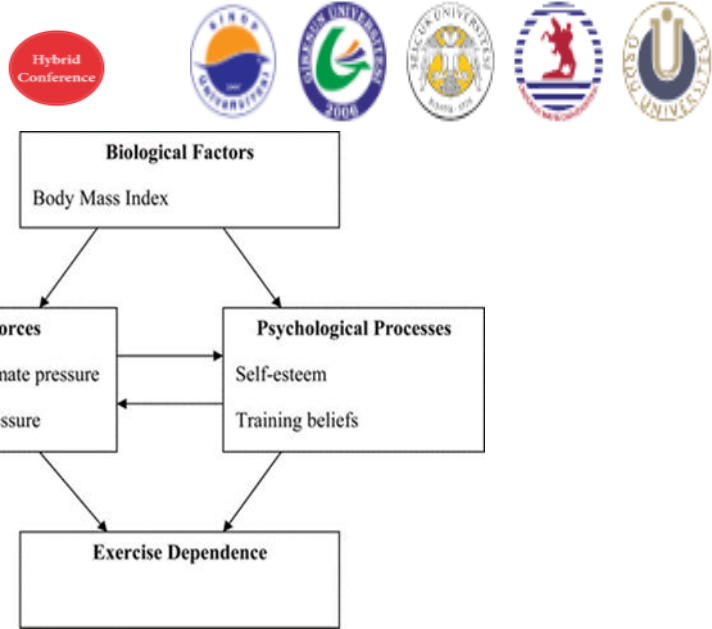
## BULGULAR

### Egzersiz Bağımlılığı

Düzenli yapılan egzersizin insan sağlığına sunduğu katkılara rağmen, aşırı düzeyde yapılan egzersizin istenmeyen bir hâl alması olası bir durumdur. Bu olumsuzluklardan birisi olan egzersiz bağımlılığı, birey sağlığı bakımından üzerinde durulması gereken önemli bir husus olabilir. Bu sebeple, egzersiz bazı insanlarda davranışsal bağımlılık kriterlerini karşılayarak takıntılı bir duruma dönüşebilir (Katra, 2021). Bu obsesif olgular, bireylerin zamanla egzersize bağlı birtakım alışkanlıkların kazanmasına katkı sağlayabilir. Fiziksel aktivitenin, davranış bağlamında, alışkanlığa dönüşmesi sonucu egzersiz bağımlılığı kavramı ortaya çıkmaktadır. Egzersiz bağımlılığı, egzersizin bireye vereceği birtakım zararlara rağmen, fiziksel aktivite yapmaya karşı duyulan aşırı isteği ve yapılmadığı zamanlarda ise bireyde ruhsal bir huzursuzluğu ifade etmek için kullanılan bir terimdir (Vardar, 2012). Literatür dâhilinde, egzersiz bağımlılığına sebep olan etmenler bu alanda yapılan birçok çalışma ile ortaya konulmuştur (Bavlı ve ark., 2011; Tekkurşun Demir ve ark., 2018; Demir ve Türkeli, 2019; Demirel ve Cicioğlu, 2020). Egzersiz bağımlılığı üzerinde etkili olabilecek çoğu faktöre rağmen, bireyin görüntüsünden duyduğu olumsuzluk, vücut algısı ve kilo kaybı bunun en önemli sebepleri arasında gösterilmektedir (Arslanoğlu ve ark., 2021). Ayrıca fiziksel durumuna ait görünüş mükemmeliyetçiliği, sosyal kabul duygusu ve sosyal fizik kaygısı gibi duygu durumları da bireylerin egzersiz bağımlılığı seviyesinde artışa sebep olan faktörlerden bazılarıdır (Akıncı ve Yapar, 2023; Erdoğan ve ark., 2024).

Egzersiz bağımlılığını arttıran ve devam ettiren faktörler, yatkınlığın incelenmesi için bir çerçeve model geliştirmeye olanak sağlamıştır. Biyolojik, sosyolojik ve psikolojik etmenleri içerisine alan “Biyopsikososyal Model” bu duruma örnektir.





Şekil 2. Egzersiz Bağımlılığına Ait Biyopsikososyal Model (McNamara ve McCabe, 2012)

Şekil 2’de egzersiz bağımlılığına sebep olabilecek biyolojik, sosyolojik ve psikolojik ilişkiye ait “Biyopsikososyal Model” gösterilmektedir. Bu modele göre egzersiz bağımlılığının oluşumunda tek bir etmen yeterli dönütleri sağlayamayabilir. Bu sebeple, egzersiz bağımlılığında birçok faktörün kompleks etkisi dikkate alınmalıdır. Ancak egzersiz bağımlılığının elit atletlerde ortaya çıkmasında biyolojik faktörlerin, BMI, büyük bir öneme sahip olduğu bilinmektedir. Sosyal ve psikolojik süreçler ise egzersiz bağımlılığının belirlenmesinde birbirleriyle etkileşim içerisinde olan olgulardır (Egorov ve Szabo, 2013).

Literatür taraması sırasında, fiziksel aktiviteye yönelik ilginin egzersiz bağımlılığının gelişimde önemli bir risk faktörü olabileceği raporlanmıştır. Egzersize artan ilgi sayesinde, bireyler daha sık aralıklarla fiziksel etkinlik gerçekleştirmektedir. Bu bağlamda, egzersiz bağımlılığı bireyin fiziksel etkinliklerde bulunma sıklığından ciddi şekilde etkilenebilmektedir. Bu amaçla, Katra (2021)’nin yaptığı çalışmada egzersiz yapan bireylerin egzersiz yapma sıklıklarının (haftalık ve aylık egzersize katılım) egzersiz bağımlılığı ile pozitif yönlü bir ilişki içerisinde olduğunu tespit etmiştir. Egzersiz bağımlılığına maruz kalan bireylerin, egzersiz sıklıklarına ilişkin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin artması zamanla bu bireylerin yaptığı egzersizlerde daha deneyimli olmalarını destekleyerek onların egzersize bağlı fiziksel aktivite düzeylerini önemli ölçüde farklılaştırabilir. Fiziksel aktivite düzeyinde meydana gelen bu farklılaşma sonucunda, egzersiz bağımlılığının etki düzeyi yukarı ya da aşağı yönlü bir eğilim gösterebilir. Bu doğrultuda, Hamurcu (2023) tarafından yapılan çalışmada, fiziksel aktivite düzeyi ile egzersiz bağımlılığının birbirleriyle ilişkili yapılar olabileceği ve fiziksel aktivite düzeyinin artmasına paralel egzersiz bağımlılığı düzeyinin de artabileceğini tespit etmiştir.

### Sportif Performans ve Genetik İlişkisi

Sportif performans, genetik ve çevresel faktörlerden etkilenen kompleks bir fenotiptir (Seabra ve ark., 2013). İGP’nin tamamlanmasıyla insan kalıtımına ilişkin çoğu mekanizma aydınlatılmaya başlanmıştır (Hayırlıdağ, 2022). İGP’den elde edilen çıktılar, başlarda hastalıkların tanı ve tedavisinde önemli bir görev üstlenmekteydi. Daha sonraları bu veriler, spor performansı üzerinde genetik etmenlerin etkili olabileceği düşüncesinde hareketle sporcunun egzersiz kapasitesini ve verimini belirlemek için kullanılan mikrobiyolojik uygulamalara dönüşmüştür. Bu sayede spor genomu adı altında yeni bir bilim dalı ortaya çıkmıştır. Spor genomu, sporcuların spor branşlarındaki durumlarına etki eden genetik etmenleri inceleyen bir disiplindir (Eken ve ark., 2018). Spor genomu çalışmaları sonucu spor ve genetik

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

ilişkisine yönelik birçok gen polimorfizmi tespit edilmiştir. Bu polimorfizmlerin; kas lifi kompozisyonu, boyutu ve türü, güç, kuvvet, dayanıklılık, esneklik, nöro-müsküler koordinasyon vb. sportif performans ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Koku, 2015). Tablo 1’de spor ve gen ilişkisi kapsamında, performans üzerinde etkili olduğu düşünülen bazı genler açıklamaları ile sunulmuştur (Ahmetov ve ark., 2022; Varillas-Delgado ve ark., 2022).

Tablo 1. Sportif Performans ve Gen İlişkisine Yönelik Bazı Aday Genler ve Özellikleri

| Gen               | Kromozom lokasyonu | Polimorfizm       |
|-------------------|--------------------|-------------------|
| <i>ACTN3</i>      | 11q13.1            | rs1815739 C > T   |
| <i>ADRB2</i>      | 5q31-q32           | rs1042713 G > A   |
| <i>ACE</i>        | 17q23.3            | Alu I/D           |
| <i>AGTR2</i>      | Xq22-q23           | rs11091046 A > C  |
| <i>AMPD1</i>      | 1p13               | rs17602729 C > T  |
| <i>BDKRB2</i>     | 14q32.1-q32.2      | + 9/-9 (exon 1)   |
| <i>CK-MM</i>      | 19q13.32           | rs8111989 A > G   |
| <i>COL5A1</i>     | 9q34.2-q34.3       | rs12722 C > T     |
| <i>CYP2D6</i>     | 22q13.1            | rs3892097 G > A   |
| <i>FTO</i>        | 16q12.2            | rs9939609 T > A   |
| <i>GABPB1</i>     | 15q21.2            | rs12594956 A > C  |
| <i>GALNTL6</i>    | 4q34.1             | rs558129 T > C    |
| <i>HFE</i>        | 6p21.3             | rs1799945 C > G   |
| <i>HIF1α</i>      | 14q23.2            | rs11549465 C > T  |
| <i>MCT1</i>       | 1p12               | rs1049434 A > T   |
| <i>MtDNA loci</i> | MtDNA              | MtDNA haplogroups |
| <i>NOS3</i>       | 7q36               | rs2070744 T > C   |
| <i>PPARα</i>      | 22q13.31           | rs4253778 G > C   |
| <i>TFAM</i>       | 10q21              | rs1937 G > C      |
| <i>VEGFA</i>      | 4q11-q12           | rs1870377 T > A   |

**Kısaltmalar:** *ACTN3*: Actinin alpha 3, *ADRB2*: Adrenoceptor beta 2, *ACE*: Angiotensin I converting

Spor ve gen ilişkisine yönelik yapılan çalışmalar sonucunda, sporcuların hangi spor branşının gerektirdiği fizyolojik altyapıya sahip oldukları ve hangi antrenman programlarından daha fazla verim aldıkları gibi hususlar tespit edilmeye başlanmıştır (Doğgün, 2022). Bu sayede spor performansına harcanan emek, zaman ve mali kaynaklar daha ekonomik şekilde kullanılmaya başlanmıştır. Bu bağlamda, sporcuların spor branşlarındaki beceri durumları dikkatle incelendiğinde spora özgü hareketlerin öğreniminde zamansal farklılıkların olduğu oldukça belirgindir. Bu durum, spor eğitimi kapsamında değerlendirildiğinde, spor branşına özgü istenilen becerilerin kazanılması için bazı sporcuların üç bin saat, bazılarının ise on bin saatlik bir zaman döngüsünde öğrenim süresi geçirmeleri olası görünmektedir. Bu sonuç, sportif

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



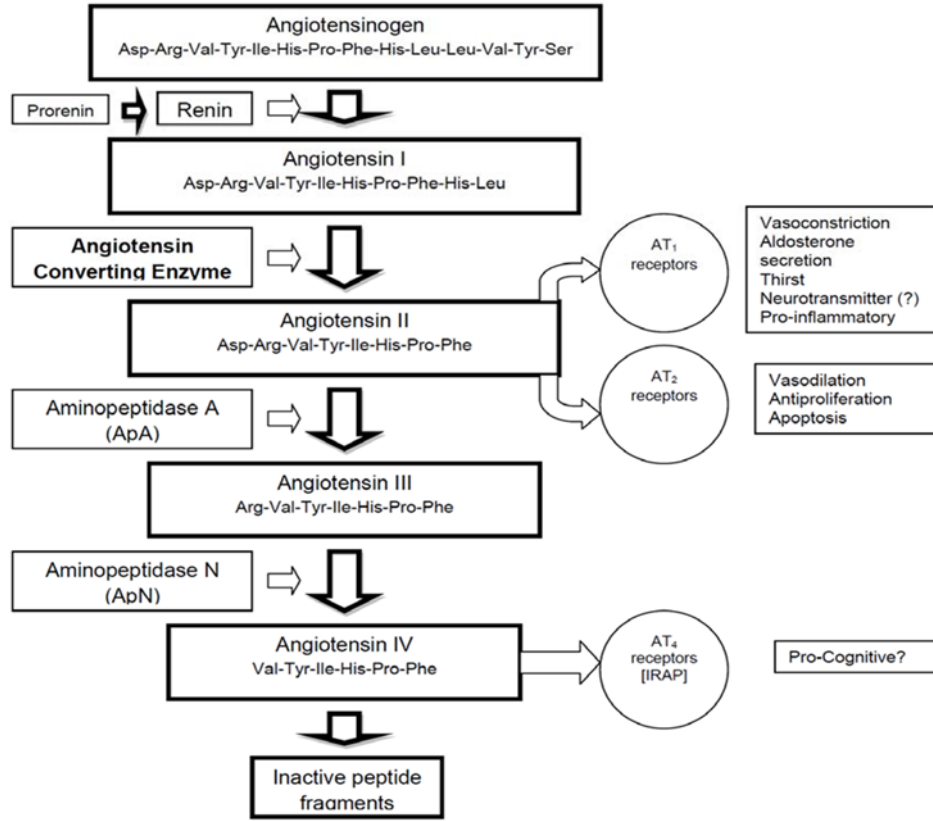
in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

performans üzerinde genetik faktörlerin kritik bir öneme sahip olabileceği sonucunu göstermektedir (Cerit ve Çakıroğlu, 2019). Spor yeteneğinin belirlenmesinde bazı spor branşlarında sporcular, spor branşının karakteristiğine uygun yaşlarda, uzmanlaşmaya başlarlar (Sevimli, 2015). Bu sebeple, sporda istenilen seviyede başarıyı yakalayabilmek için beceri potansiyeline sahip sporcuları erken dönemlerde tespit etmek önemlidir (Yıldız ve Kahya, 2024). Sportif becerinin tespitinde uygulanan ve temel motorik becerileri (kuvvet, sürat, dayanıklılık, esneklik, koordinasyon) temel alan uygulamalar, sporun büyük bir rekabete dönüştüğü günümüz dünyasında, var olan beceriyi belirlemede yetersiz kalabilmektedir. Bunun sonucunda, sporcuların yetenekli olduğu spor branşlarına dâhil olma durumları, ilerleyen zaman içerisinde, kritik bir hâl alabilmektedir. Bu yüzden sporda genetik testler, sporcuların fizyolojik farklılıklarını net bir şekilde ortaya çıkaran biyolojik uygulamalardır.

Spora ilginin artması ve insanların sağlıklarını sürdürübilme düşüncesi içerisinde olması, bazı fiziksel aktivitelerin sıklıkla tekrar edilmesine sebep olmuştur. Bunun sonucunda ise sporda istenmeyen bir durum olan spora özgü yaralanmalar meydana gelmeye başlamıştır. Spor yaralanmaları; tendon, ligament, kas, vb. yumuşak dokular ile kemikler ve eklemlerde aşırı kullanımına bağlı olarak meydana gelen ve her türlü hasarı içerisine alan spora özgü bir yaralanma türüdür (Ünal, 2021). Spor yaralanmalarının meydana gelmesinde içsel-dışsal birçok faktör etkilidir. Yaş, cinsiyet, anatomi, sinir-kas uyumu, psikoloji, genetik içsel faktörlere; beslenme, ısı, ışık, spor yapılan alan, ergojenik destekler ise dışsal faktörlere örnek olarak verilebilir. Spor yaralanmaları, hem bireyleri hem de toplumları etkileyerek ciddi ekonomik yüklerle sebep olabileme potansiyeline sahiptir (Kimura ve ark., 2023). Ayrıca spor yaralanmaları sporcularda ciddi düzeyde ağrı ve aktivite kaybını stimüle ederek performansın düşmesine sebep olmaktadır (Liu ve ark., 2023).

Omiks teknolojilerde yaşanan gelişmeler sonucunda, DNA dizileme yöntemlerinin gelişmesi ve yaygınlaşması spor yaralanmaları ile ilgili olabilecek bazı genleri, performans içerikli diğer genlerden, daha da önemli hâle getirmiştir (Onori ve ark., 2022). Bu sayede, sporcuların yaralanmalara yatkınlık durumları erken dönemlerde tespit edilmeye başlanmıştır. Bu gen varyantlarının yaralanma yatkınlığına belirlemeye hizmet ediyor olması hem maddi hem de manevi açıdan sporculara, antrenörlere ve spor kulüplerine birçok fayda sağlayabilmektedir. Bu amaçla, *AMPD1* rs17602729, *ACE* rs4646994, *ACTN3* rs1815739, *CKM* rs8111989, *MLCK* rs2849757-rs2700352, *MAS1* rs220735-rs170219, *COL22A1* rs3924862, *PLXNA2* rs11799530, *PAPPA2* rs11580456, *DOK5* rs73142922, *GNG12* rs28435277 ve *DAP* rs267959-rs2930047-rs1080440-rs267939 genlerinin sportif performans ve kas yaralanmaları ile ilişkili olduğu düşünülmektedir (Maestro ve ark., 2022; Ebert ve ark., 2023). Spor yaralanmaları ve gen ilişkisine yönelik, de Almeida ve ark. (2022) tarafından yapılan çalışmada, *ACE* rs4646994 ve *ACTN3* rs1815739 polimorfizmleri ile darbeye bağlı olmayan yaralanmalar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklar olduğunu raporlamışlardır. Posthumus ve ark. (2009) yaptıkları çalışmada, *COL5A1* rs13946 polimorfizm, CC genotipi, ile ön çapraz bağ kopukları arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklara rastlamışlardır. Bu sonucun aksine Sivertsen ve ark. (2018) tarafından yapılan çalışmada ise *COL1A1* rs1800012-rs1107946, *COL3A1* rs1800255, *COL5A1* rs12722-rs13946, *COL12A1* rs970547 gen polimorfizmleri ile ön çapraz bağ kopukları arasında herhangi bir ilişki durumu tespit edememişlerdir.

Sportif performans esnasında, sporcuların performans kapasitelerinin üzerine çıkma isteği sporda fizyolojik limitlerin zorlanmasına neden olmuştur. Bu amaçla, spor performansı ile genetik ilişkini belirlemek amacıyla ilk çalışmalar yapılmaya başlanmıştır. Sporda genetik etkinin ilk çalışıldığı *ACE* I/D (angiotensin-converting enzyme) geni, rs4646994 polimorfizm, bu alanda üzerinde çalışılan önemli bir biyomarkırdır. *ACE*, vücuttaki homeostazinin sağlanmasında anahtar bir role sahiptir.



Şekil 3. Renin-Anjiyotensin Sistemin Fizyolojik İşlevi

Şekil 3'te, renin-anjiyotensin sistem ve onun fizyolojik rollerine ilişkin görsel sunulmuştur (Gard, 2010). ACE, renin anjiyotensin sisteminin önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. Renin anjiyotensin, vücut sıvılarının volümünü ayarlayarak kan basıncını düzenleyen bir enzimdir. ACE'nin aktivasyonu, renin anjiyotensinin damar iç yüzeyinde bulunan endotel dokuları degradasyon etmesi ile gerçekleşmektedir. Bu durum, ACE'nin anjiyotensin I'i, katalizleyerek, anjiyotensin II'ye dönüştürmesi ile sonuçlanmaktadır (Ostrander ve ark., 2009). Bu sayede, damarların iç yüzeyinde vazokonstriksiyon (daralma) ile arteriyal basınç artar ve adrenal aldosteron aracılığıyla vücutta suyun ve sodyum tutulumu desteklenir (Puthuchearry ve ark., 2011). ACE'nin işlevi ACE geni, tarafından kontrol edilmektedir. ACE geni, 17 nolu kromozomun q23.3'te, kısa kolunda, bulunmaktadır (Genecards, 2024).

Sportif performans ve gen ilişkisi üzerine sıklıkla çalışılan bir diğer gen ise ACTN3 (actinin alpha 3) (R577X), rs1815739 polimorfizmi, dir. ACTN3 proteini, aktinin filamentlerinin Z çizgisine bağlandığı alan içerisinde, özellikle kas kasılması sırasında, anahtar bir role sahiptir. ACTN3 proteininin işlevi, ACTN3 geni tarafından kontrol edilmektedir. ACTN3 rs1815739 polimorfizminin 557. kodonun DNA dizisinde C>T transisyonu sonucu CGA kodonu nokta mutasyon sonucu TGA kodonuna dönüşür (Papadimitriou ve ark., 2018). TGA kodonu RNA dizisinde, T'nin yerine U gelmesiyle, UGA'ya yani durdurucu kodona denk gelir ve arjinin amino asit üretimi sonlanır. ACTN3 geni 11 nolu kromozomun q13.2, uzun kolunda, bulunmaktadır (Genecards, 2024).

ACE rs4646994 ve ACTN3 rs1815739 polimorfizimleri ile spor performansı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarda, Ortiz ve ark. (2021) ACE rs4646994 ve ACTN3 rs1815739 polimorfizimleri ile spor performansı arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklar olduğunu tespit etmişlerdir. Chae ve ark. (2024) tarafından yapılan çalışmada ise ACE I/D ile

*ACTN3* R577X gen kombinasyonunun dayanıklılık performansı ile ilişkili olabileceğini raporlamışlardır. Bu sonuçların aksine, Pasqualetti ve ark. (2022) yaptıkları çalışmada *ACE* rs4646994 ve *ACTN3* rs1815739 polimorfizmleri ile spor performansı arasında istatistiksel olarak herhangi bir ilişki durumu bulamamışlardır.

### **Egzersiz Bağımlılığı ve Genetik İlişkisi**

Bağımlılığın oluşumunda, içsel ve dışsal birçok faktörün etkili olduğu bilinmektedir. Çoğu faktörün etkisine rağmen, genetik ve çevresel orijinli faktörler bağımlılığın oluşumunda önemli bir role sahip olabilir (İskifoğlu ve İskifoğlu, 2020). Çevresel faktörlerin, genetik faktörlere göre dış kaynaklar tarafından düzenlenebilir bir yapıya sahip olması bağımlılığa etki eden kalıtsal faktörleri daha da önemli hâle getirmektedir. Bağımlılık her ne kadar da toplumda uyuşturucu, tütün ve alkol bağımlılığı gibi kelimelerle ifade edilse de davranışa bağlı gelişen birçok bağımlılık türü bulunmaktadır (Faraji ve Dağ, 2022).

Bağımlılığın birey davranışına olan etkisi (Bal ve Okay, 2022) ve davranışsal aktivitelerin bağımlılık kavramı içerisinde bulunması (Karahan, 2023), davranış üzerinde etki gücüne sahip bazı genlerin varlığını önemli hâle getirmektedir. Bu amaçla, davranış özellikleriyle ilgili olarak, *5-HTT*, *MOA-A*, *DRD4*, *DRD5*, *COMT*, *ADRD1*, *GLUT4*, *BDNF*, *SLC2A4* ve *NRG1* genlerinin olduğu bilinmektedir (Eken ve ark., 2018). Bağımlılık ve gen ilişkisine yönelik yapılan çalışmalarda ise toplam 32 SNPs (single nucleotide polymorphisms) hedeflenmiştir. Bu SNP'lerin 4 tanesi madde (alkol, tütün, esrar ve diğer ilaçlar) bağımlılığına ilişkin; 7 tanesi de davranışla (internet, oyun, sosyal ağ, kumar, egzersiz, trikotillomani ve yeme) ilgili bağımlılıktan oluşmaktadır (Blum ve ark., 2022). Ayrıca genetiğe yönelik ilginin artmasına paralel artan GWAS (genom-wide association studies) çalışmaları sonucu, davranış temelli, psiko-genetik ile ilgili birçok aday gen çalışmaları da yapılmaya başlanmıştır (Kotyuk ve ark., 2018). Bu amaçla, Keszler ve ark. (2024) yaptıkları çalışmada, şizofreni hastalarında daha sık görülen *GDNF* rs11111 G alelinin, miRNA'ya bağımlı bir şekilde *GDNF* gen ekspresyonunu aşağı yönlü regüle edebileceğini raporlamışlardır. Kotyuk ve ark. (2013) tarafından yapılan çalışmada, *GDNF* rs3812047 ve rs3096140 polimorfizmleri ile bireysel farklılıklara bağlı kaygı durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılıklara rastlamışlardır. Bir diğer çalışmada, Chmielowiec ve ark. (2022) *DRD2* rs179973 polimorfizminin del/ins alel sıklığı ile bağımlılık arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklara rastlamışlardır. Kotyuk ve ark. (2016) tarafından yapılan çalışmada, *GDNF* rs3096140 polimorfizm ile sigara içme davranışı arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar olduğunu tespit etmişlerdir. Aynı çalışma sonucunda, *GDNF* gen polimorfizmi ile nikotin bağımlılığı düzeyi arasında herhangi bir farklılık bulamamışlardır. Literatür taraması sırasında davranış, bağımlılık ve gen ilişkisine yönelik yapılan çalışmaların sıklığına rağmen, egzersiz bağımlılığı ile gen ilişkisine yönelik yapılan çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Bu bağlamda, Vereczkei ve ark. (2022)'nin *FOXP3* ve *GDNF* gen polimorfizmlerini birçok bağımlılık türü ile birlikte inceledikleri çalışma sonucunda, *FOXP3* rs759364 polimorfizmin egzersiz bağımlılığı ile ilişkili bir biyomarkır olabileceğini raporlamışlardır.

### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Mevcut çalışmada, egzersizin belirli bir dengede yapılmasının bireye hem fizyolojik hem de psikolojik bakımdan birçok fayda sağlayacağı, aksine aşırı düzeyde yapılan egzersizin ise birçok zarara sebep olabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Günümüz dünyasında, bir davranış bağımlılığı olan egzersiz bağımlılığı önemi giderek artan bir olgu hâline gelmiştir. Bu durum üzerinde, teknolojiye yaşanan gelişmelerin boş zaman kavramına getirdiği güncel bakış açısı etkili bir faktör olabilir. DNA dizileme yöntemlerinin gelişmesi, spor ve genetik arasındaki ilişkiyi ortaya çıkartmıştır. Bu amaçla, yapılan çalışmalarda spor ve genetik ilişkisine yönelik birçok gen polimorfizmi belirlenmiştir. Spor ve genetik arasındaki ilişkiye benzer şekilde, davranış bağımlılığı özelinde egzersiz bağımlılığı ve gen arasında da önemli bir ilişki durumu

olabileceği düşünülmektedir. Bu amaçla mevcut çalışmada; davranış, bağımlılık ve gen arasındaki ilişkiyi inceleyen birçok çalışmaya rağmen, egzersiz bağımlılığı ve gen ilişkisine yönelik yapılan çalışmaların azlığı dikkat çekicidir. Egzersiz bağımlılığının kalıtsal mekanizmasına ilişkin çalışmaların artırılması ve bu ilişkiye yönelik daha kapsamlı literatür çalışması yapmanın spor bilimine önemli katkılar sunacağı düşünülmektedir.

#### KAYNAKÇA

- Ahmetov , I. I., Hall, E. C., Semenova , E. A., Pranckevičienė , E., & Ginevičienė, V. (2022). Advances in sports genomics. *Adv Clin Chem.*, 107, 215-263. doi: 10.1016/bs.acc.2021.07.004.
- Akarcan, M. (2024). Dijital medya bağımlılığının getirdiği sorunlar ve çözüm önerileri. *Black Sea Journal of Public and Social Science*, 7(1), 47-54. doi.org/10.52704/bssocialscience.1383503.
- Akıncı, Y., & Yapar, A. (2023). Yarışmacı vücut geliştirme sporcularının egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi. *Avrasya Spor Bilimleri ve Eğitim Dergisi*, 5(2), 61-76.
- Arslanoğlu, C., Acar , K., Mor, A., & Arslanoğlu, E. (2021). Geleceğin antrenörlerinde egzersiz bağımlılığı. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(1), 137-146. doi.org/10.33689/spormetre.758693.
- Ayılgan, E., Cicioğlu, H. İ., & Kahya, S. (2023). Erkek vücut geliştirmecilerde kas algısı bozukluğu ile egzersiz bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi: Sivas örneği. *Beden Eğitimi Spor Sağlık ve Efor Dergisi*, 2(1), 87-99.
- Bal, F., & Okkay, İ. (2022). İnternet tabanlı sorunlu alışveriş davranışı: çevrimiçi alışveriş bağımlılığı. *Bağımlılık Dergisi*, 23(1), 11-120. doi.org/10.51982/bagimli.973306.
- Bavlı, Ö., Kozanoğlu, M. E., & Doğanay, A. (2011). Düzenli egzersize katılımın egzersiz bağımlılığı üzerine etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 150-153.
- Blum, K., Han, D., Bowirrat, A., Downs, B. W., Bagchi, D., Thanos, P. K., . . . Dennen, C. A. (2022). Genetic addiction risk and psychological profiling analyses for “Preaddiction” severity index. *J Pers Med.*, 12(11), 2-22. doi: 10.3390/jpm12111772.
- Cerit, M., & Çakıroğlu, T. (2019). Genetik ve atletik performans. *TURAN-SAM Uluslararası Bilimsel Hakemli Dergisi*, 11 (43), 494-500. doi: http://dx.doi.org/10.15189/1308-8041.
- Chae, J., Eom, S.-H., Lee , S.-K., Jung, J.-H., & Kim, C.-H. (2024). Association between complex ACTN3 and ACE gene polymorphisms and elite endurance sports in Koreans: a case-control study. *Genes (Basel)*, 15(9), 2-14. doi: 10.3390/genes15091110.
- Chmielowiec, J., Chmielowiec , K., Masiak , J., Śmiarowska, M., Strońska-Pluta , A., Dziedziejko , V., & Grzywacz, A. (2022). Association between Polymorphism rs1799732 of DRD2 dopamine receptor gene and personality traits among cannabis dependency. *Int J Environ Res Public Health.*, 19(17), 2-12. doi: 10.3390/ijerph191710915.
- Civan, A., Özdemir , İ., Gencer, Y. G., & Durmaz , M. (2018). Egzersiz ve stres hormonları. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 1-14.
- Çabuk , R., Çayır, H., Yıldız, M., Onat, T., Cincioğlu , G., Adanur , O., & Kayacan, Y. (2020). Egzersizin fizyolojik sistemler üzerine etkileri: sistematik derleme. *Helal Yaşam Tıbbi Dergisi*, 2(1), 21-38.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- de Almeida, K. Y., Cetolin , T., Marrero, A. R., Junior , A. S., Mohr , P., & Kikuchi , N. (2022). A pilot study on the prediction of non-contact muscle injuries based on ACTN3 R577X and ACE I/D polymorphisms in professional soccer athletes. *Genes (Basel)*, 13(11), 2-12. doi: 10.3390/genes13112009.
- De Moor, M. H., Spector, T. D., Cherkas, L. F., Falchi, M., Hottenga, J. J., Boomsma, D. I., & De Geus, E. J. (2007). Genome-wide linkage scan for athlete status in 700 British female DZ twin pairs. *Twin Research and Human Genetics*, 10(6), 812–820. doi: 10.1375/twin.10.6.812.
- Demir, G. T., & Türkeli, A. (2019). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin egzersiz bağımlılığı ve zihinsel dayanıklılık düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(1), 10-24. doi.org/10.25307/jssr.505941.
- Demirel , H. G., & Cicioğlu, H. İ. (2020). Üst düzey sporcuların egzersiz bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(3), 242-254. doi.org/10.31680/gaunjss.737158.
- Doğgün, M. (2022). Spor branşına yönlendirmede genetik testlerin stratejik rolü . *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 155-167. doi: 10.46385/tsbd.1050575.
- Durusoy, E., & Mutuş, R. (2021). Yeşil egzersizin kronik ağrıya, fiziksel ve mental sağlığa etkileri. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 14, 351-362. doi.org/10.38079/igusabder.939915.
- Ebert, J. R., Magi, A., Unt, E., Prans, E., Wood , D. J., & Koks , S. (2023). Genome-wide association study identifying variants related to performance and injury in high-performance athletes. *Exp Biol Med (Maywood)*, 248(20), 1799–1805. doi: 10.1177/15353702231198068.
- Egorov, A. Y., & Szabo, A. (2013). The exercise paradox: An interactional model for a clearer conceptualization of exercise addiction. *J Behav Addict.*, 2(4), 199-208. doi: 10.1556/JBA.2.2013.4.2.
- Eken, B. F., Akpınaroğlu, C., Arslan, K. S., Sercan, C., & Ulucan, K. (2018). Genlerin sporda psikolojik faktörlerle ilişkisi. *The Journal of Neurobehavioral Sciences*, 5(1), 56-61. doi:10.5455/JNBS.1516796381.
- Eken, B. F., Yayman, D., Yayman, Y., Sercan, C., Kapıcı, S., & Ulucan, K. (2018). Spor genomisinde mitokondriyal DNA çalışmaları. *ACU Sağlık Bil Dergisi*, 9(4), 339-343. doi.org/10.31067/0.2018.53.
- Erdoğan, R., Türkoğlu, F., & Akbulut, T. (2024). Fitness merkezlerine giden bireylerde egzersiz bağımlılığı ve fiziksel görünüş mükemmeliyetçiliği arasındaki ilişkinin belirlenmesi: tanımlayıcı araştırma. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2), 209-219. doi: 10.5336/sportsci.2023-101025.
- Faraji, H., & Dağ, E. D. (2022). Kumar bağımlılığı ve intihar arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. *Current Research and Reviews in Psychology and Psychiatry*, 2(2), 184-200.
- Gard, P. R. (2010). Implications of the angiotensin converting enzyme gene insertion/deletion polymorphism in health and disease: a snapshot review. *Int J Mol Epidemiol Genet.*, 1(2), 145–157.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Genecards. (2024). 17 Kasım 2024 tarihinde <https://www.genecards.org/cgi-bin/carddisp.pl?gene=ACE&keywords=ace> adresinden alındı.
- Genecards. (2024). 17 Kasım 2024 tarihinde <https://www.genecards.org/cgi-bin/carddisp.pl?gene=ACTN3&keywords=ACTN3> adresinden alındı.
- Hamurcu, P. (2023). Düzenli egzersiz yapan üniversite öğrencilerinde kaslı olma dürtüsü, kaslılık odaklı yeme davranışı ve egzersiz bağımlılığı ile beden algısı, yeme bozukluğu riski ve fiziksel aktivite düzeyi ilişkisi: tanımlayıcı araştırma. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri Dergisi*, 15(1), 131-141. doi: 10.5336/sportsci.2022-93275.
- Hayırlıdağ , M. (2022). Genetik hastalıklar ve testlere etik ilkeler açısından bakış. *Aksaray Üniversitesi Tıp Bilimleri Dergisi*, 3(2), 27-33.
- İlbak, İ., & Altun, M. (2020). Sedanter olmayan bireylerin egzersiz bağımlılığı düzeylerinin incelenmesi. *Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 11-19.
- İskifoğlu, T. Ç., & İskifoğlu, G. (2020). Kişilerarası bağımlılık fenomeni üzerine bir derleme. *Kıbrıs Türk Psikiyatri ve Psikoloji Dergisi*, 2(3), 187-191. doi:10.35365/ctjpp.20.03.26.
- Karahan , A. S. (2023). Davranışsal bağımlılıklara yönelik müdahalelere ilişkin bir derleme. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 10(3), 356-375. doi.org/10.31682/ayna.1152083.
- Karakuş, B. N., Özdengül , F., Solak Görmüş, Z. I., & Şen, A. (2021). Bağımlılık fizyopatolojisine genel bakış. *KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(3), 158-166.
- Katra, H. (2021). Egzersiz yapan bireylerde egzersiz bağımlılığı ve benlik saygısı. *Bağımlılık Dergisi*, 22(4), 370-378. doi: 10.51982/bagimli.897106.
- Keszler, G., Vékony , B., Elek, Z., Nemoda, Z., Angyal , N., Bánlaki , Z., . . . Réthelyi, J. M. (2024). MicroRNA-mediated suppression of glial cell line-derived neurotrophic factor expression Is modulated by a schizophrenia-associated non-coding polymorphism. *Int J Mol Sci.*, 25(8), 2-15. doi: 10.3390/ijms25084477.
- Kimura, T., Maçznik, A. K., Kinoda , A., Yamada, Y., Muramoto, Y., Katsumata, Y., & Sato, K. (2023). Prevalence of and factors associated with sports injuries in 11,000 Japanese collegiate athletes. *Sports (Basel)*, 12(1), 2-12. doi: 10.3390/sports12010010.
- Koku, F. E. (2015). Sportif performansın genetik ile ilişkisi. *Spor Hekimliği Dergisi* 50(1), 21-30.
- Kotyuk , E., Farkas , J., Magi , A., Eisinger , A., Király, O., Vereczkei , A., . . . Demetrovics , Z. (2018). The psychological and genetic factors of the addictive behaviors (PGA) study. *Int J Methods Psychiatr Res.*, 28(1), 1-12. doi: 10.1002/mpr.1748.
- Kotyuk, E., Nemeth, N., Ronai, Z., Demetrovics, Z., Sasvari-Szekely, M., & Szekely, A. (2016). Association between smoking behaviour and genetic variants of glial cell line-derived neurotrophic factor. *J Genet.*, 95(4), 811-818. doi: 10.1007/s12041-016-0701-7.
- Liu, H., Ding, H., Xuan, J., Gao, X., & Huang, X. (2023). The functional movement screen predicts sports injuries in Chinese college students at different levels of physical activity and sports performance. *Heliyon*, 9(6), 2-10. doi: 10.1016/j.heliyon.2023.e16454.
- Maestro, A., Del Coso , J., Aguilar-Navarro , M., Gutiérrez-Hellín, J., Morencos, E., Revuelta , G., . . . Varillas-Delgado, D. (2022). Genetic profile in genes associated with muscle



- injuries and injury etiology in professional soccer players. *Front Genet.*, 13, 1-15. doi: 10.3389/fgene.2022.1035899.
- McNamara, J., & McCabe, M. P. (2012). Striving for success or addiction? *Exercise. J Sports Sci.*, 30(8), 755-66. doi: 10.1080/02640414.2012.667879.
- Onori, M. E., Pasqualetti, M., Moretti, G., Canu, G., De Paolis, G., Baroni, S., . . . Urbani, A. (2022). Genetics and sport injuries: new perspectives for athletic excellence in an Italian court of rugby union players. *Genes (Basel)*, 13(6), 2-7. doi: 10.3390/genes13060995.
- Ortiz, A. M., Laguarda-Val, S., & Varillas-Delgado, D. (2021). Muscle work and its relationship with ACE and ACTN3 polymorphisms are associated with the improvement of explosive strength. *Genes (Basel)*, 12(8), 2-11. doi: 10.3390/genes12081177.
- Ostrander, E. A., Huson, H. J., & Ostrander, G. K. (2009). Genetics of athletic performance. *Annu.Rev.GenomicsHum.Genet.*, 10, 407-429. doi.org/10.1146/annurev-genom-082908-150058.
- Özocak, O., Başçıl, S. G., & Gölgeli, A. (2019). Egzersiz ve Nöroplastisite. *Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 9(1), 31-38. doi.org/10.33631/duzcesbed.446500.
- Papadimitriou, I. D., Lockett, S. J., Voisin, S., Herbert, A. J., Garton, F., Houweling, P. J., . . . Massidda, M. (2018). No association between ACTN3 R577X and ACE I/D polymorphisms and endurance running times in 698 Caucasian athletes. *BMC Genomics*, 19, 2-9. doi: 10.1186/s12864-017-4412-0.
- Pasqualetti, M., Onori, M. E., Canu, G., Moretti, G., Minucci, A., Baroni, S., . . . Galvani, C. (2022). The relationship between ACE, ACTN3 and MCT1 genetic polymorphisms and athletic performance in elite rugby union players: a preliminary study. *Genes (Basel)*, 13(6), 2-13. doi: 10.3390/genes13060969.
- Posthumus, M., September, A. V., O’Cuiineagain, D., van der Merwe, W., Schweltnus, M. P., & Collins, M. (2009). The COL5A1 gene is associated with increased risk of anterior cruciate ligament ruptures in female participants. *The American Journal of Sports Medicine*, 37(11), 2234-2240. doi: 10.1177/0363546509338266.
- Puthuchery, Z., Skipworth, J. R., Rawal, J., Loosemore, M., Someren, K. V., & Montgomery, H. E. (2011). The ACE gene and human performance. *Sports Med.*, 41(6), 433-448. doi: 10.2165/11588720-000000000-00000.
- Seabra, A. F., Mendonça, D. M., Göring, H. H., Thomis, M. A., & Maia, J. A. (2013). Genetic influences of sports participation in Portuguese families. *European Journal of Sport Science*, 14(5), 510-517. doi.org/10.1080/17461391.2013.832801.
- Sevimli, D. (2015). Sporda Yetenek Gelişiminin Yönetim Süreci. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1), 1-9.
- Sivertsen, E. A., Haug, K. F., & Bahr, R. (2018). No association between risk of anterior cruciate ligament rupture and selected candidate collagen gene variants in female elite athletes from high-risk team sports. *The American Journal of Sports Medicine*, 47(1), 1-6. doi.org/10.1177/036354651880846.
- Tekkurşun Demir, G., Hazar, Z., & Cicioğlu, H. İ. (2018). Egzersiz bağımlılığı ölçeği (EBÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Kastamonu Education Journal*, 26(3), 866-874.
- Ünal, M. (2021). Spor yaralanmaları; iş kazası? meslek hastalığı? *Journal of Medical Sciences*, 2(3), 6-11. /doi.org/10.46629/JMS.2021.43.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Vardar, E. (2012). Egzersiz Bağımlılığı. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 21(3), 163-173.

Varillas-Delgado, D., Del Coso, J., Gutiérrez-Hellín, J., Aguilar-Navarro, M., Muñoz, A., Maestro, A., & Morencos, E. (2022). Genetics and sports performance: the present and future in the identification of talent for sports based on DNA testing. *Eur J Appl Physiol.*, 122(8), 1811–1830. doi: 10.1007/s00421-022-04945-z.

Végh, D., Reichwalderová, K., Slaninová, M., & Vavák, M. (2022). The effect of selected polymorphisms of the ACTN3, ACE, HIF1A and PPARA genes on the immediate supercompensation training effect of elite Slovak endurance runners and football players. *Genes (Basel)*, 13(9), 2-16. doi: 10.3390/genes13091525.

Vereczkei, A., Barta, C., Magi, A., Farkas, J., Eisinger, A., Király, O., . . . Urbán, R. (2022). FOXP3 and GDNF polymorphisms as common genetic factors of substance use and addictive behaviors. *J Pers Med.*, 12(5), 2-21. doi: 10.3390/jpm12050690.

Yıldız, Y. A., & Kahya, S. (2024). Spor ve genetik ilişkisi: sistematik derleme. *Herkes için Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 6(3), 334-343. doi.org/10.56639/jsar.1516686.

Yoldaş, C., & Demircioğlu, H. (2020). Madde kullanımını ve bağımlılığını önlemeye yönelik psikoeğitim programlarının incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 21(1), 72-91.



## ULUSLARARASI SPOR ORGANİZASYONLARININ ÜLKE TURİZMİNE KATKILARI: WIMBLEDON TENİS TURNUVASI ÖRNEĞİ

Yunus İŞLER\*

Cenk Köksal BOĞAZKESEN\*

Mehmet GÜL\*\*

### ÖZET

Her ülke ve toplumlarda giderek büyüyen spor etkinlikleri büyük önem taşımaktadır. Spor; giderek büyüyen bir endüstri haline dönmüş organizasyon, etkinlik, müsabaka, mal ve hizmet üreten binlerce işletmeyi bünyesinde bulundurmaktadır. Ülkeler, spor organizasyonları aracılığıyla müsabaka bilet gelirleri, organizasyonun yapıldığı yerel işletmelerin elde ettiği gelirler, yayın gelirleri ve sponsorluk ve reklam gelirleri gibi birçok alanda kazanç sağlamaktadırlar. Bu bağlamda yapılan bu araştırmanın amacı 2024 yılında yapılan Wimbledon Tenis Turnuvasının şehir ve ülke ekonomisine katkıları araştırılmıştır. Araştırmada yöntem olarak doküman analiz yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara bakıldığında Wimbledon Tenis Turnuvası on iki gün ve bir merkez kort olmak üzere toplamda on yedi adet küçük çim kortlarda yapılan bir tenis organizasyonudur. Bilet gelirlerinin toplamda 50 milyon sterlin civarında olduğu, yayın gelirlerinin de 175 milyon sterlin, sponsorluk ve reklam gelirlerinin 120 milyon dolar, yerel işletmeye katkılarının ise 200 milyon sterlin olduğu görülmüştür. Sonuç olarak tarihin en eski ve prestijli Tenis organizasyonu olan Wimbledon Tenis Turnuvasının spor turizmi bağlamında ülke ekonomisine ciddi oranda bir girdi sağladığı görülmüştür.

**Anahtar Kelimeler:** Organizasyon, Wimbledon Tenis Turnuvası, Spor Turizmi

## THE CONTRIBUTIONS OF INTERNATIONAL SPORTS ORGANIZATIONS TO COUNTRY TOURISM: EXAMPLE OF WIMBLEDON TENNIS TOURNAMENT

### ABSTRACT

In every country and society, great importance will be given to the growing sports events. Sports; It has become an ever-growing industry and includes thousands of businesses that produce organizations, events, competitions, goods and services. Countries earn income in many areas such as competition ticket revenues, income generated locally by the organization, broadcast revenues and sponsorship and advertising revenues through sports organizations. In this context, this programming method was used to investigate the economic contributions of the Wimbledon Tennis Tournament held in 2024 in the city and country. The hardware analysis method was used as the method in the research. According to the information obtained, the Wimbledon Tennis Tournament is a tennis organization held on a total of seven small grass courts in a center court for two days. It is seen that the ticket revenues are around 50 million pounds in total, broadcast revenues are 175 million pounds, sponsorship and advertising revenues are 120 million dollars, and contributions to local businesses are 200 million pounds. As a result, it was seen that the Wimbledon Tennis Tournament, which is the oldest and most prestigious tennis support in history, has shown a significant economic performance in sports tourism countries.

**Keywords:** Organization, Wimbledon Tennis Tournament, Sports Tourism

\*Yüksek Lisans Öğrencisi, Beden Eğitimi ve Spor ABD. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas/ Türkiye

\*\*Doç. Dr., Spor Bilimleri Fakültesi, Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas/ Türkiye



## ALMOKABASAH GELENEKSEL GÜREŞ VE GÜNÜMÜZ SPORLARINA YANSIMASI

Zinaida M. KUZNETSOV<sup>1</sup>, Fatih KARAKAŞ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>PhD., Volga State University of Physical Culture, Kazan-Tatar  
/Rusya, [kzm\\_diss@mail.ru](mailto:kzm_diss@mail.ru)

<sup>2</sup>Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun/Türkiye,  
[fatih.karakas@omu.edu.tr](mailto:fatih.karakas@omu.edu.tr)

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı geleneksel Almokabasah güreşi ve günümüz sporlarına yansımalarının araştırılmasıdır. Literatür taraması yapılmıştır. Umman Sultanlığı'nda geleneksel güreşin birkaç farklı adı ve çeşidi bulunmaktadır. Almokabasah Umman Sultanlığı'nın Dhofar Bölgesinde ve Yemen'in Al Mahrah Valiliği'nin bazı bölgelerinde günümüzde azda olsa yapılır. Dhofar bölgesinde Umman kültürünün ve geleneklerinin bir parçasıdır. Almokabasah veya Al-Maksba güreşi Dhofar'ın temel sporlarından biri olarak kabul edilir. Bu güreş gençlik ve cesaretin bir kanıtıdır. Güreş, güreşçilerin beline kemer takarak başlar, her güreşçi diğerinin omzuna kafasını koyar, ardından eğilir ve ayakta veya eğilmiş bir pozisyonda, karın bölgesindeki kemerle birbirlerine sarılırlar. Güreş üç turdan oluşabilir ve her tur üç dakika sürer. Genellikle müsabaka iki turdan oluşur ve eşitlik durumunda üçüncü tur eklenir.

**Sonuç:** Almokabasah geleneksel güreşi Güney Umman ve Yemende erkelerin yaptığı Judo ve kemer güreşine benzeyen bir spordur. Almokabasah güreşinin Yerel olarak varyasyonlarının olup olmadığı ve günümüzdeki etkisinin etraflıca araştırılması önerilir.

**Anahtar kelimeler:** Gelenek, Güreş, Almokabasah, Dhofar

### ABSTRACT

The aim of this study is to investigate traditional Almokabasah wrestling and its reflection on today's sports. A literature review has been conducted. There are several different names and types of traditional wrestling in the Sultanate of Oman. Almokabasah is practiced today, albeit rarely, in the Dhofar Region of the Sultanate of Oman and in some parts of the Al Mahrah Governorate of Yemen. It is a part of Omani culture and traditions in the Dhofar region. Almokabasah or Al-Maqşba wrestling is considered one of the basic sports of Dhofar. This wrestling is a testament to youth and courage. Wrestling begins with the wrestlers putting a belt around their waist, each wrestler puts his head on the other's shoulder, then they bow and hug each other with the belt in the abdominal area, in a standing or bowed position. Wrestling can consist of three rounds and each round lasts three minutes. Usually the competition consists of two rounds and in case of a tie, a third round is added.

**Conclusion:** Almokabasah traditional wrestling is a sport similar to Judo and belt wrestling practiced by men in Southern Oman and Yemen. It is recommended that Almokabasah wrestling has local variations and its current impact be thoroughly investigated.

**Keywords:** Tradition, Wrestling, Almokabasah, Dhofar

### GİRİŞ VE AMAÇ

Spor gelenekleri, "gerçek veya hayali bir geçmişle sürekliliği ima eden ve genellikle yaygın olarak kabul görmüş ritüeller veya diğer sembolik davranış biçimleriyle ilişkilendirilen belirli davranış normlarını ve değerlerini kutlamayı ve geliştirmeyi amaçlayan" bir dizi sosyal uygulamadır. Geleneksel oyunlar terimiyle değiştirilebilir, modern sporların aksine halk

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

sporları, modern Olimpiyat spor sisteminin küresel egemenliğinden önce gelen ve onu azaltmaya devam eden oyunlardır (Fabian,2021; Jarvie ve Thornton,2012:59). **Geleneksel mücadeleler** beş kıtadaki çeşitli etnik gruplar tarafından yüzyıllardır uygulanan mücadelelerdir. Hem gerçek dövüş teknikleri hem de eğlence amaçlı olarak şehirlerde ve köylerde düzenlenen şenliklerde doğmuş, nesilden nesille aktararak günümüze kadar gelmiştir (Yazıcı ve İmamoğlu,2023: 2810-2817). Aslında, hem göçebe hem de yerleşik çeşitli halkların veya etnik grupların kültürel kimlik unsurunu temsil ediyorlar (Chioso,2021; İmamoğlu ve ark.,2018:907-912). Sporlar, hızla artan maliyetleri karşılamak amacıyla spor faaliyetlerini gerçekleştirirken ana hedef olarak finansal kar elde etmeyi amaçlar (Farouk,2020:1-10).

Güreş sporu kökenleri belirlenmesi zor olan bir antik spordur. Yaklaşık 15.300 yıl önce, Fransa'daki Lascaux mağaraları civarındaki bölgede insanlar güreş faaliyetlerinde bulunmuşlardır (Çetin ve İmamoğlu,2021a: 121-139; Çetin ve İmamoğlu,2021b:103-120). Almokabasah güreşi yerel olarak bilinen Menes, Umman Sultanlığı'nın güneyinde yaygın olan bir güreş türüdür ve genellikle Umman'ın Dhofar Bölgesinde ve Yemen'in Al Mahrah Valiliği'nin bazı bölgelerinde yapılır. Almokabasah sporu, Dhofar bölgesinde sanat, sevgi ve onurlu bir uygulama olarak kabul edilir ve güçlü adam için bir gurur kaynağıdır. Almokabasah güreşi, Dhofar'ın temel sporlarından biri olarak kabul edilir. Bu güreş gençlik ve cesaretin bir kanıtıdır. Ergenlik çağında ebeveynler ve büyükanne ve büyükbabalar tarafından sevilen ve uygulanan bir spordur. Bu güreş günümüzde neredeyse kaybolan eski ve antik bir güreştir (URL-1; URL-2). Çoğunlukla Güney Ummanda Dhofar bölgesinde ve özellikle Salalah vilayetinde uygulanan ve judoya benzeyen geleneksel bir Umman güreşidir. (Yousuf,2021).

Bu çalışmanın amacı geleneksel Almokabasah güreşi ve günümüz sporlarına yansımalarının araştırılmasıdır.

### Gelişme ve sonuç:

Güney Umman'daki Dhofar'da kuşak güreşi, Arap güreşinin tek kalan örneğidir. Dhofar bölgesinde Umman kültürünün ve geleneklerinin bir parçasıdır. Güreş müsabakasında dövüş sporları gibi vuruşlar, tekmeler veya yumruklar yoktur ve Arap Müslüman toplumumuzun doğası ve İslam dini kurallarıyla uyumlu bir güreştir (URL-4). Ummanda yüksek oranda dindarlık ve kadınlara karşı geleneksel karşı tutumlar vardır (Sinani,2021:76-82 ). Bu yüzden erkekler tarafından bu spor yapılır.

**Güreşin tarihi:** On sekizinci ve on dokuzuncu yüzyıl arasında, şiddet, vurma, tekmeleme veya yumruk atma olmadan harika geleneksel bir güreş icat ettiler. Bu güreş sadece zihin gücünün teknoloji ve tekniklerle paralellik gösterdiği, basit ve karmaşık olmayan bir güreşti. Bu güreş zekâ, güç ve fiziksel uygunluk kazandırır. Barışçıl Dhofar halkı için kazanmak kolaydır, rakibiniz düştüğü anda kazanırsınız. Bu, büyükler ve küçükler tarafından uygulanan ve sevilen bir toprak parçasıdır ve bu güreşçiler için yaralanmalara ve sorunlara neden olmaz. "Kabba güreşi", rakibinizi yere düşürür ve sırtına vurursunuz, bu da Jabali lehçesinde (Munis veya Shinas) denir. O zamanlar boş zaman ve eğlence araçları azdı ve farklıydı, basitlikleri ve zorluklarıyla, çoğu zaman sıkıştırma güreşi sizi güç, heves ve gurur dolu yapardı. Geleneksel kavrama güreşi yöntemi olan "Al-Maksba güreşi", Umman Sultanlığı'nın güneyinde yaygın olan bir güreş türüdür ve genellikle Dhofar bölgesi ve Yemen Cumhuriyeti'nin bazı bölgelerinde (örneğin Yemen'in Mahra valiliğinde) yapılır (URL-1).

**Kurallar:** Müsabaka için her iki güreşçi karın bölgesine kemerler takarak başlar. Oyunculardan her biri rakibini kemerden tutar ve onu yere atmayı dener. Bu güreş türü Dhofar bölgesindeki erkekler için en sevilen oyunlardan biridir. Maçların çoğu bir meydan okuma ve güç gösterisi şeklinde düzenlenir. Düğünler gibi etkinliklerde ve herhangi bir kutlama veya sivil organizasyonlarda yapılır. Güreşçiler kurallara ve genel olarak kabul edilen yasalara uygun

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

olarak yapılır. Güreşler hakemler ve seyircilerin huzurunda yapılır. Müsabaka bittiğinde kaybeden ve kazanan birbirleriyle el sıkışır, kaybeden açık kollarla ve centilmence yenilgiyi kabul eder. Bu, şiddete dayanmayan bir güreş türüdür ve dürüst rekabeti ve zekâ ve deneyimin güç, boyut ve toplumsal uyum üzerinde sunumunu amaçlar ve Omani Dhofari kültürünün ayrılmaz bir parçasıdır. “Makabesah” kelimesi, Arapça ‘da bir kişiyi “sıkıştırmak veya sıkarak yere atmak” anlamına gelir ve Jabaliya'da “Minus veya Shinas” olarak adlandırılır. Güreş, birkaç turdan oluşur ve galibiyet durumunda güreş iki seansta (devrede) gerçekleşir ve eşitlik durumunda galibi belirlemek için taktikler ve teknikler vardır ve bunlar rakibin dengesini kaybettiren itme ve çekme hareketlerinin türlerini ve diğer hareketleri içerir. Ve rakibe karşı savunma veya karşı hamleler vardır. Rakibi düşürmek için rakibi çok hızlı bir şekilde şaşırtmak ve oyunun yönünü değiştirirler. Rakip yere düşürülür ve yerde sırt üstü sabitlenir. Maç iki turdan oluşur ve eşitlik durumunda üçüncü tur eklenir (URL-1).

**Galibiyet ve Mağlup olma durumu:** Güreş üç turdan oluşabilir ve her tur üç dakika sürer, bazı turnuvalarda istisnalar vardır. Kazanmak, güreşçiyi üç turdan ikisinde düşürerek veya bir tur kazanarak üç turdan ikisinde berabere kalarak gerçekleşir. Galibiyet güreşçiyi sırt üstü yere sert ve doğrudan düşürerek olur ve kazanan güreşçi kaybeden rakibini kısa süreliğine yerde sabitler. Karşı güreşçinin düşmeyi direnmesini, sırt üstü düşmekten kaçınmasını, yan, karın veya sırt dışında herhangi bir yere düşmeyi deneyebileceğini görebilirsiniz, böylece bir yenilgi olarak sayılmamak için. Ona karşı belirli bir galibiyet verir, yerde sabitlemek uzun zaman gerektirmez. Sadece rakip, diğer güreşçinin sırt üstü düşmesi ve yerde sadece birkaç saniye kalması, kazananı kaybedenden ayırmayı kolaylaştırır. Yenilgi üç turdan ikisinde sırt üstü düşerek veya iki turda berabere kalarak bir tur kaybederek veya herhangi bir nedenle maçtan çekilerek, yasal veya etik nedenlerle hakem kurulundan çıkarılarak, rakibe saygısızlık, onun için yarışma koşullarının eksikliği veya kemerde tutulamama veya güreş yaparken rakibin kıyafet ve vücuduna kavrama kaybıyla gerçekleşir (URL-1).

**Turlarda berabere kalma veya ilave tur:** Bir turda negatif bir beraberlik olması ve belirtilen üç dakikalık süre içinde rakibi düşürememe durumunda, hakem bir dakika ek süre verebilir ve eğer üç turdan ikisinde beraberlik varsa, 0-0 berabere kalır veya bir tur için pozitif beraberlik 1-1 ve üçüncü turda karar verilir. Üçüncü tur berabere biterse ve henüz bir galibiyet kararı verilmediyse, dördüncü tur eklenir ve güreşçilerden her biri, bir kez zafer kazandıran altın fırsatı arar. Maç için ayrılan süre galibiyet olmadan biterse, o zaman galip gelen, en proaktif güreşçi lehine en çok puanı alan kişidir, ilk saldıran ve baskı güreşinde güzel becerilere ve tekniklere ve zaman kayıplarından ve hatalardan arınmış temiz bir oyuna sahip olandır. Eğer rakibin sabitlenmesi olmazsa, güreşçilerin birlikte veya yan yana düşmesi, birbirlerine yakın düşmeleri, uzak düşmeleri veya biri karın üstü düşerken diğeri sırt üstü düşer veya aralarına kısa bir mesafe veya kısa bir mesafe düşerse ve rakibin yere düşerken sabitlenmemesi durumunda (göğüsle çıkış), negatif bir beraberlik hesaplanır ve tur tekrarlanır, negatif düşmeler beraberlik olarak sayılmaz, negatif düşmeden sonra hakem turu tekrar 3 dakikalık yeni bir sürede tekrarlar. Negatif düşme, zayıf bir düşüş olup kazanmak için gerekli değildir, sadece zayıf bir düşüş ve bu düşüşün zafer için sayılmasını sağlayan güçlü bir teknik veya teknik yoktur, hakem tekrar güreşmeyi ve 3 dakikalık yeni bir süreyi belirler. Kazanmayı sağlayan düşüş, tekniklerden, teknolojiyen ve çabadan doğrudan ve güçlü bir şekilde kasıtlı düşüş olarak sayılır, bu da onu %100 galibiyeti getirir (URL-1).

**Pozitif puan, diğer güreşçi için negatif puan hesaplamasına karşılık gelecek şekilde hesaplanır:**

\* Kemer tutuşundan kavramayı serbest bırakmak ve rakibin kıyafetlerini ve vücudunu elle tutmak.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

\* Kemerin uzunluğunu veya genişliğini kararlaştırılan özellikler dışında manipüle etmek veya yarışmacıyı yasadışı bir tutuşla yaralamak.

\* Ayakta dururken güreş sırasında bir yarışmacının başı veya yüzü ile başını veya yüzünü kesmek veya kasıtlı veya kasıtsız bir düşüş.

\* Omzunu rakibin yüzüne ve göğsüne vurmak veya dizini rakibin vücuduna vurmak

\* Rakibe saldırmadan veya onu yere indirmeye çalışmadan uzun süre ayakta kalarak kasıtlı olarak zaman kaybetmek.

\* Pres güreşi kurallarını ihlal eden ve güreşçiler için tehlikeli olabilecek yeni, garip ve bilinmeyen hareketlerin tanıtılması.

\* Maçta güreş sırasında rakiple konuşmak yasaktır.

\* Etik sorunlar, bağıllık eksikliği ve yarışmacıya, jüriye, yarışma komitesine ve halka karşı saygısızlık.

\* Herhangi bir hata olması durumunda veya aynı hata iki kez tekrarlanırsa, güreşçi uyarı alabilir veya kırmızı kartla ihraç edilebilir ve bir sonraki turnuvaya katılmaktan men edilebilir. Ve hatanın aynı güreşçiyle başka bir turnuvada tekrarlanması durumunda, Uluslararası Kuşak Güreşi Birliği tarafından düzenlenen turnuvalara katılmaktan kalıcı olarak men edilebilir. Ve hatanın aynı güreşçiyle başka bir turnuvada tekrarlanması durumunda, Uluslararası Kuşak Güreşi Birliği tarafından düzenlenen turnuvalara katılmaktan kalıcı olarak men edilebilir.

\*Kavrama güreşinin becerileri, taktikleri ve teknikleri.

Umman'da Dhofar bölgesinde kalan Arap güreşi, günümüzde kalan, dövüşün olmadığı, vurma, tekmeleme veya yumruk atma olmayan güçlü ve güzel bir güreştir. Daha büyük ve daha güçlü insanlara karşı akıl ve barışçıl savunma yöntemlerinin kullanımına dayanan, haklı olmayan şiddete ihtiyaç duymayan bir spor olan güreşte şiddetin yerine alçak gönüllülük ve akıl ruhu vardır. Güzel teknikler ve becerileri bulunmaktadır, rakibin ayağının arkasından engelleme tekniği bulunmaktadır, kolların gücünü kullanarak rakibi kaldırmak ve atmak ve rakibi kontrol altında tutmak için ayakları kullanarak arkasından engelleme tekniği bulunmaktadır ve zihnin becerilerini kullanarak kuşak güreşi sporunun sanatını üretir. Daha büyük ve daha güçlü güreşçileri kaldırmak ve indirmek kolaydır ve ayrıca rakip güreşçinin hatasından faydalanmaya ve saldırıyı tersine çevirip yere indirmeye ve onu Dahra'ya sabitlemeye bağlıdır. İşte Dhofar bölgesindeki geleneksel kuşak güreşinde bazı teknik sanatlar (Rakibin topuğunun arkasına sol topuğunuzla hızlı bir adım atın, böylece rakibin topuğunu sağa doğru işaret ederek rakibin soluna doğru gitmeye başlarsınız ve ardından onu hızla aşağı çekin (URL-1).

**Saldırı tekniği:** Sağ ayağınızın topuğunu yerleştirin, sağlam bir şekilde dururken rakibin sol ayağını yakalayın ve onu yere çekin, ya da rakibinizi sağ tarafınıza atana kadar sol dönüşünüzü tamamlayın.

**Rakibin hatasından faydalan ve karşı saldırı başlat:** Rakip bir bacağıyla öne eğildiğinde saldırmaya başlar, sen de arkandaki ayağınla onun ayağına basarak karşı saldırıyı başlat. Rakibi tek ayak üzerinde durmaya zorlayıp saldırıyı tersine çevirmelisin. Rakibin kaldırdığı ayağa karşı güçlü bir şekilde çekerek düşürmelisin.

**Kalça tekniği:** Rakibin ayağının iç kalçasına kendi ayağınla hareket ettirmeden sabitleyerek, sonra serbest bırakılan ayakla onun bir tarafına çekerek şaşırtarak düşmesini ve dengesizliğini sağlamalısın.

**Rakibi yürütmek inanılmaz güç gerektirir:** Burada oyuncu rakibi sağ taraftan kaldırır ve dengesi daha az olan sol ayağında yürüyerek düşene kadar iter.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Güreş, güreşçilerin beline kemer takarak başlar, her güreşçi diğerinin omzuna kafasını koyar, ardından eğilir ve ayakta veya eğilmiş bir pozisyonda, karın bölgesindeki kemerle birbirlerine sarılırlar. Hedef, rakibi sırt üstü sabitleyerek yere düşürmek veya atmak, ayaklar kullanılarak ve kollarla kaldırarak. Temel koşul, rakibi yumruğu kaçmadan veya kemerine sarılmadan sırt üstü yere koymaktır, kuşak güreşinin temel prensiplerinden biri de kemer takmak ve kemerin her iki eliyle güreşin tüm süresince kemerle sıkıca tutmaktır; maçın sonuna kadar, biri sırt üstü düşene kadar. Yarışmacının rakibi engellemek ve düşürmek için ayağını kullanma hakkı vardır veya her iki ayakla ve indirim güçlü bir noktayla sırt üstü düşmüşse, giyilmez ve kazananın göğsü, yere sabitlenmiş olanın göğsüne sabitlenir. Güreş üç raunttan oluşur ve her raunt, her yaş grubu ve ağırlığa göre üç ila beş dakikadır (URL-1).



**Güreşin önemi:** Kuşak güreşi veya uluslararası olarak adlandırılan kemer güreşi, Avrupa, Asya ve Afrika'da yaygın bir güreş türüdür ve ulusların eski geleneksel sporları için ilginç fırsatlar sunar ve Umman Sultanlığı içinde ve dışında uluslararası yarışmalara katılım sağlar. Umman Sultanlığı'nda geleneksel güreşin birkaç farklı adı ve çeşidi bulunmaktadır. Dünyada en ünlüsü Asya'da Korish güreşi veya Alish güreşi olarak adlandırılır ve Rusya federasyon cumhuriyetlerinde kemer güreşi olarak adlandırılır, Kore Yarımadası'nda ise güreş "serumu" olarak adlandırılır. Umman'ın güneyinde Arapça'da "Minus" veya "Shinas" olarak adlandırılan bir yerel lehçe ile güreş, dünyada çeşitli adlar ve çeşitli çeşitlerle birlikte gelir. Bu güreş, Umman mirasını dünyanın her yerinde tanıtmak için dünya çapında destek ve teşvik edilmeyi hak eder ve geçmiş yüzyıllarda pistaching güreşi veya shinas, Dhofar Dağları'nda pratik edildi ve günümüzde eğlence ve arkadaşlar arasında rekabet ve beceri kazanma ve savunma teknolojisi amaçlı gösteriliyor. Toplu hasat, av, gülabi sakızı ve diğer topluluk grup çalışmaları mevsimlerinde, zorluk olduğu mevsimlerde, Dhofar bölgesinde güzel bir alışkanlık vardır. Yardım, herkesin çalışmaya katkıda bulunması ve topluluk kolektif yardımı, genellikle herkes için zorunlu bir sosyal görev olan bireye yardım mevsimlerinde tarım hasadı veya ev inşası ve restorasyonu mevsimlerinde ve sardalya avı ve gülabi sakızı üretimi mevsimlerinde yardımlaşma, erkekler arasında bir mola ve daha ziyade onlar arasında bir rekabet ve eğlence ve gücü vurgulamak için bir meydan okuma olacak ve kas hastalığı, basit ve kolay yakıt yasaları ile birbirlerini ağırlaştırarak ulusal bir güreş şampiyonası düzenleyecek ve şu anda, dünya çapında önemli bir kültürel unsur ve uluslararası bir spor olup, 33'ten fazla ülkede tanınmaktadır. Spor kemer güreşi veya pistering güreşi Umman adetlerini ve geleneklerini vurgular ve Umman Sultanlığı dışında birçok gönderimiz var. Ulusal Mücadele Güreşi Derneği adı altında özel bir kulüp tarafından desteklenmektedir ve bizim gibi uluslararası forumlarda Umman Sultanlığı bir dizi uluslararası şampiyonada en iyi şekilde temsil edilmektedir ve şu anda tüm dünyada popülerliği artan bir spordur ve uluslararası Olimpiyat Oyunları'na resmi olarak dâhil edilmesi için birçok talep vardır ve bugün güreş güreşi, dünyadaki tüm adlarıyla, halklar ve uluslararası yakınlık ve dostluk aracıdır (URL-1; URL-3).

**Almokabasah ve kuşak güreşi arasındaki farklılıklar şunlardır:**



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

**Köken:** Almokabasah, Orta Doğu kökenli bir güreş türüdür ve genellikle Arap ülkelerinde ve Türkiye'de oynanırken, kuşak güreşi ise Türk kültürüne özgü bir güreş türüdür (Demiral ve Demir,2018:17-29).

**Kıyafetler:** Almokabasah'ta güreşçiler, geleneksel olarak beyaz bir kısa pantolon ve üstü açık bir üst giyerlerken, kuşak güreşinde ise güreşçiler, kuşak adı verilen kemerlerle giyinirler.

**Hareketler:** Almokabasah'ta güreşçiler, rakiplerini yere indirmek için çeşitli teknikler kullanırken, kuşak güreşinde ise güreşçiler, rakiplerinin kuşaklarını kullanarak onları yere indirmeye çalışırlar.

**Kurallar:** Almokabasah ve kuşak güreşi, farklı kurallara sahiptir. Almokabasah'ta, güreşçilerin vücutlarının belirli bir kısmı dışında herhangi bir kısmı yere değerse, rakibi kazanırken, kuşak güreşinde ise güreşçilerin rakiplerini kuşaklarla yere indirmesi gerekmektedir. Bu farklılıklar, her iki güreş türünün de kendine özgü bir kültürel ve tarihsel bağlamı olduğunu göstermektedir.

**Almokabasah ve kuşak güreşi arasındaki benzerlikler şunlardır:**

**1. Geleneksel Güreş Türleri:** Her ikisi de geleneksel güreş türleridir ve Orta Doğu ve Türk kültürlerinde önemli bir yere sahiptir (Doğan ve İmamoğlu,2020:174-188) .

**2. Kültürel Bağlantı:** Her ikisi de belli bir kültürel bağlamda oynanan ve genellikle bir etkinlik veya festival sırasında yapılan spor etkinlikleridir.

**3. Teknikler:** Her iki güreş türünde de güreşçilerin rakiplerini yere indirmek için çeşitli teknikler kullanılır.

**4.Geleneksel Kıyafetler:** Her iki güreş türünde de geleneksel kıyafetler giyilir. Almokabasah'ta beyaz kısa pantolon ve üst giyim, kuşak güreşinde ise kuşak adı verilen özel kemerler kullanılır.

**5. Topluluk Etkileşimi:** Her iki güreş türü de topluluk etkileşimini teşvik eder ve genellikle bir topluluk etkinliği olarak yapılır. Bu benzerlikler, her iki güreş türünün de köklü bir geçmişe, kültürel öneme ve geleneksel spor etkinlikleri olarak değerlendirilmesine olanak sağlar (Türkmen ve ark.,2006:77-94).

Almokabasah'ın günümüzde kuşak güreşine dönüşürken bazı değişikliklere uğradığı görülmektedir. Bu değişiklikler arasında şunlar bulunabilir:

**1. Kıyafetler:** Almokabasah'ın kuşak güreşine dönüşmesiyle birlikte kıyafetlerde değişiklikler olmuş olabilir. Kuşak güreşi için geleneksel Türk güreşi kıyafetleri tercih edilebilir.

**2. Kurallar:** Almokabasah'ın kuşak güreşine dönüşmesiyle birlikte bazı kuralların değişmiş olması muhtemeldir. Örneğin, güreşçilerin kullanabileceği teknikler, maç süresi veya puanlama sistemi gibi kurallarda değişiklikler olabilir.

**3. Organizasyon:** Almokabasah'ın kuşak güreşine dönüşmesiyle birlikte güreş etkinliklerinin organizasyonunda ve tanıtımında değişiklikler olabilir. Daha geniş kitlelere ulaşmak ve sporun popülerliğini artırmak için farklı organizasyonlar düzenlenebilir.

**4. Eğitim ve Antrenman:** Almokabasah'ın kuşak güreşine dönüşmesiyle birlikte güreşçilerin eğitim ve antrenman programları da değişebilir. Farklı tekniklerin öğrenilmesi ve yeni kurallara uyum sağlanması için antrenmanlarda değişiklikler yapılabilir.

Bu değişiklikler, Almokabasah'ın kuşak güreşine dönüşmesiyle birlikte sporun gelişimine ve modernizasyonuna katkıda bulunabilir.

**Sonuç** Almokasabah geleneksel güreşi Güney Umman ve Yemende erkelerin yaptığı Judo ve kemer güreşine benzeyen bir spordur. Almokasabah geleneksel umman güreşinin yerel olarak

varyasyonlarının olup olmadığı, güreş anında uygulanan ritüellerin ve günümüzdeki etkisinin etraflıca araştırılması önerilir.

## KAYNAKLAR

- Chioso G. (2021). Alla scoperta del Kurash e delle Lotte Tradizionali, <https://www.grappling-italia.com/news/persona-interviste/2020/12/02/kurash-e-lotte-tradizionali-56174.html>
- Çetin S., İmamoğlu O. (2021a). Prehsitorik Kültürde Maden Çağlarında Sportif Aktiviteler, Spor ve Bilim 7 (Ed.: Hakan Salim Çağlayan-Osman Pepe), Bölüm 7, sh 121-139, Gece Kitaplığı
- Çetin S. İmamoğlu O. (2021b). Parahsitorik Kültürde Paleolitik Dönemden Kalkolitik Çağlara Sportif Aktiviteler, Spor ve Bilim 7 (Ed.: Hakan Salim Çağlayan-Osman Pepe), Bölüm 6, sh 103-120, Gece Kitaplığı
- Demiral, S. & Demir, A (2018). Geleneksel Kuşak Güreşi ve Geleneksel Japon Judo Sporunun Benzer ve Farklı Yönlerinin İncelenmesi: Saha Çalışması, *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*,20(2):17-29
- Doğan E., İmamoğlu O. (2020). Güreş Sporunun Kökenleri Ve Bazı Ülkelerde Antik Güreş, Sporda Bilimsellik ve Akademik Yaklaşımlar-2, (Ed. Ali Türker, Tuba Fatma Karadağ), Birinci Basım, Ankara, Sh.174-188, web: [www.gecekitapligi.com](http://www.gecekitapligi.com)
- Fabian T. (2021). "Endangered Species of the Physical Cultural Landscape: Globalization, Nationalism, and Safeguarding Traditional Folk Games". Electronic Thesis and Dissertation Repository. 7701. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/7701>
- Farouk A. (2020). Areas of investment in Omani Sport, Malaysian Journal of Public Health Medicine, pp.1-10. [Areas\\_of\\_investment\\_in\\_Omani\\_Sport.pdf](https://www.mjphm.com/areas-of-investment-in-omani-sport.pdf)
- İmamoğlu O.,Çebi M.,İslamoğlu İ.,Yamak B. (2018). Sport Tekkes And Institutionalization in Ottoman Empire, The Journal of International Social Research, 11(58), 907-912. [www.sosyalarastirmalar.com](http://www.sosyalarastirmalar.com)
- Jarvie G., Thornton J. (2012), Sport, Culture and Society: An Introduction, 2nd ed. (London: Routledge, 2012), 59
- Sinani Y. (2021). Analysis approaches to understanding Omani Women participation in physical education and Sport,82-76:(1)2 *مجلة العلوم التطبيقية الرياضية*
- Türkmen, M., İmamoğlu, O., Ziyagil, M. A. (2006). Popularity of the Wrestling sport in Turkey and it's comparison with the selected sports. Researches About The Turks All Around The World,163: 77-94.
- Yazıcı, Y. & İmamoğlu, O. (2023). "Ancient Greek Wrestling and Its Reflections on Other Nations", Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences, 9(64):2810-2817. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/JOSH AS.69548>
- Yousuf K. (2021). Bid to revive traditional games, <https://www.omanobserver.om/article/4992/Local/bid-to-revive-traditional-games>

## İnternet kaynakları:

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

URL-1: “Asia”, <https://www.traditionalsports.org/traditional-sports/asia/almokabasah-oman.html>

URL-2: “Wrestling Styles”, <https://usatg.com/wrestling-styles-1>

URL-3:

[https://www.facebook.com/profile.php?id=100028096440714&fref=gs&dti=2552918091657440&hc\\_location=group\\_dialog](https://www.facebook.com/profile.php?id=100028096440714&fref=gs&dti=2552918091657440&hc_location=group_dialog)

**URL-4:** Association Of Almokabasah Wrestling Sport (AMW) (Oman),

<https://www.traditionalsports.org/partners/organizations/association-of-almokabasah-wrestling-sport-amw.html>



## THE HISTORY OF WRESTLING IN IRAN

Sajjad PASHAİE<sup>1</sup>, Mehmet GÜL<sup>2</sup>, Hamed GOLMOHAMMADI<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup>Department of Sport Management, Faculty of Physical Education & Sport Sciences,  
University of Tabriz, Tabriz, Iran

ORCID Code: 0000-0002-3933-146X

E-mail: [sajjad.pashaie@yahoo.com](mailto:sajjad.pashaie@yahoo.com)

<sup>2</sup>Department of Sport Management, Faculty of Physical Education & Sports, Sivas

Cumhuriyet University, Sivas, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-3080-5155

E-mail: [mgulsivas@gmail.com](mailto:mgulsivas@gmail.com)

<sup>2</sup>Department of Physical Education and Sport, Institute of Health Science, Sivas

Cumhuriyet University, Sivas, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-5812-3255

E-mail: [golmohammadi.hamed@yahoo.com](mailto:golmohammadi.hamed@yahoo.com)

### ABSTRACT

Wrestling is one of the oldest and most popular sports in Iran, with roots dating back to ancient times. This sport is recognized in Iranian culture and history as a symbol of strength, bravery, and skill. Historical evidence indicates that wrestling in Iran dates back over 3,000 years and is mentioned in ancient Persian texts such as Ferdowsi's *Shahnameh*. During the Achaemenid era, wrestling was practiced as both a military and recreational activity, particularly in royal courts and among warriors. Similarly, in the Sassanid period, wrestling was celebrated as a martial and ceremonial art performed during festivals and ceremonies. This era significantly contributed to the spread and promotion of wrestling among various social classes. With the advent of Islam and the resulting cultural shifts, wrestling remained a national and traditional sport in Iran. During this period, wrestlers were regarded as national heroes, and wrestling matches were held during festivals and religious events. Over the following centuries, wrestling became a core element of Iranian popular culture and traditions, leading to the emergence of different styles, including freestyle wrestling and *Pahlavani* wrestling. *Pahlavani*, symbolizing the Iranian ethos of heroism and chivalry, includes unique rituals and customs. In this style, wrestlers adhere to principles of mutual respect and ethical values. Beyond being a sport, *Pahlavani* serves as a cultural and social rite, promoting virtues like courage, honesty, and respect for others. In the 20th century, Iranian wrestling gained international recognition. By achieving remarkable successes in global competitions and the Olympics, it brought Iran's name to the world stage. Renowned champions such as Gholamreza Takhti, Hamid Sourian, and Hassan Yazdani are among the prominent figures in Iranian wrestling, celebrated not only for their athletic achievements but also as national and cultural icons. Today, wrestling remains one of the most beloved sports in Iran. The Iranian Wrestling Federation, as the governing body, strives to promote the sport both nationally and internationally and to acquaint new generations with this traditional art. With its rich history and deep cultural roots, wrestling in Iran endures as a cherished national heritage.

**Keywords:** Pahlavani, Wrestling History, Cultural Heritage, Wrestling Champions, Iranian Wrestling



## SOMUT OLMAYAN KÜLTÜREL MİRAS, UNESCO VE 21. YÜZYILDA ATIN KÜLTÜR MİRASI

Saitdin AZİZBAEV\* & Mehmet TÜRKMEN\*\*

\*PhD., Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports – Bishkek / Kyrgyzstan, ORCID:  
<https://orcid.org/0009-0002-8584-3009> ; e-posta: [sportmastervoot@mail.ru](mailto:sportmastervoot@mail.ru)

\*\* Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi – Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun/Türkiye e-  
posta: [dr.turkmenmehmet@gmail.com](mailto:dr.turkmenmehmet@gmail.com)

**ÖZET:** Bu araştırma, atlı sporlardan yola çıkarak, yirmi birinci yüzyıl toplumunun ata olan ilgisinin sona erdiği yönündeki popüler düşünceye meydan okumaktadır. Bu bağlamda, atlar tarihi rolünü yitirmiş algısına rağmen, nasıl ve neden güncelliğini koruyor sorusuna cevap aramak amaçlanmıştır. UNESCO - Somut Olmayan Kültürel Miras (SOKM) listesine kaydedilen çeşitli at mirası unsurları göz önünde bulundurularak bu konuda fikir edinilmiştir. UNESCO'nun SOKM olarak kaydedilen at mirası, başta atlı sportif aktiverler olmak üzere sosyo-ekonomik faaliyetlerinin incelenmesi, SOKM'a kaydedilenlere ilişkin eleştirel anlayışı genişletmekte ve derinleştirmektedir. Neticede, emperyalist veya egemen ülkelerin sömürdüğü yada egemenliği altına aldığı halkların etno-kültürel sporlarını kendi kültürlerinin ürünleri gibi SOKM listesine girdirmekte kapitalizmin acımasızlığını gösterdikleri anlaşılmıştır; atın günümüzdeki öneminin ise, çok yönlü bir şekilde ortada olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** At kültürü, Geleneksel spor ve oyun, Geleneksel ve modern kültür.

### Intangible Cultural Heritage (ICH), UNESCO and the Cultural Heritage of the Horse in the 21st Century

**ABSTRACT:** This research challenges the popular notion that interest in horses has waned in the twenty-first-century society, taking equestrian sports as its starting point. In this context, it aims to answer the question of how and why horses maintain their relevance despite the perception that their historical role has been lost. Insights have been drawn by examining various equestrian heritage elements inscribed on UNESCO's Intangible Cultural Heritage (ICH) list. The inclusion of equestrian heritage as ICH, particularly equestrian sporting activities and their socio-economic implications, broadens and deepens the critical understanding of elements inscribed on the ICH list. Ultimately, it has been revealed that imperialist or dominant countries exploit the ethno-cultural sports of the communities they colonize or control, presenting these traditions as their own cultural products on the ICH list, demonstrating the ruthless nature of capitalism. It is concluded that the contemporary significance of horses is evident in multifaceted ways.

**Keywords:** Horse culture, Traditional sports and games, Traditional and modern culture.

#### Giriş

Yirmi birinci yüzyılda ata yönelik güçlü bir ilgi devam etmektedir. Modern toplumda atı inceleyen, atın toplumdaki rolünü ve at-insan ilişkilerini ele alan literatürde eksiklik yoktur.<sup>19</sup> Argent ve Vaught, atın insan toplumundaki yeri değiştiğçe, bu toplumlarda at hakkındaki

<sup>19</sup> See for instance, Kristen Guest and Monica Mattfeld, eds., *Equestrian Cultures: Horses, Human Society, and the Discourse of Modernity* (Chicago: University of Chicago Press, 2019); Gala Argent and Jeannette Vaught, eds., *The Relational Horse: How Frameworks of Communication, Care, Politics and Power Reveal and Conceal Equine Selves* (Leiden: Brill, 2022).

söylemin de değiştiğini savunmaktadır.<sup>20</sup> Modern toplumda atlarla ilgili "Avro-Amerikan anlatılarında"<sup>21</sup> atı nesneleştiren ve at-insan ilişkilerinde atın aktif bir katılımcı olduğu hissini ortadan kaldıran bir değişim olduğunu ileri sürmektedirler.<sup>22</sup> Atlarla ilgili anlatılar güçlüdür, çünkü "atlarla olan ilişkimizi nasıl algıladığımızı (ve incelediğimizi), onlardan istediğimiz işleri ve bu işleri yerine getirirken onlara nasıl davranıldığını yansıtır ve etkiler".<sup>23</sup> Atlarla ilgili anlatıları anlamak, insan toplumu ve kültürünün farklı yönlerini daha iyi kavramayı sağlar. Atın yirmi birinci yüzyılda teknolojiye bağımlı modern bir toplumda nasıl bir yere sahip olduğunu ortaya çıkarmaya yardımcı olurlar.

Batı dünyası dışında da atlarla ilgili başka anlatılar var. Yirmi birinci yüzyılda atın hikayesini anlatırken, bunların da dikkate alınması önemlidir. Örneğin Fijn, "Moğol çobanların sürü hayvanlarını [atlar da dahil olmak üzere] karşılıklı, ortak bir aile içi ilişkiye katılan failer olarak gördükleri" zıt bir anlatı sunmaktadır.<sup>24</sup> Dolayısıyla, Batılı dünya görüşlerinde atlar genellikle hiçbir faillığe sahip değilmiş gibi temsil edilirken, diğer dünya görüşleri atı, at-insan ilişkisi içinde faillığe sahip olarak değerlendirir. Bu zıt bakış açıları, yirmi birinci yüzyılda atlara yönelik sosyal görüşlerin ve kullanımların ne kadar çeşitli olduğuna işaret etmektedir. Bu makale, atın toplumdaki yerini incelemektedir. 21. yüzyılda insan toplumları arasında ve modern dünyada atın geçerliliğinin sona erdiği düşüncesi.

Bunu, iki Birleşmiş Milletler listesinden birinde yer alması onaylanan somut olmayan kültürel mirasın (ICH) atlarla ilgili unsurlarının analizi yoluyla yapmaktadır Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü ("UNESCO") listeleri. Bunu yaparken, at kültür mirası listelerini ve bu listelerde yer alan anlatıları inceliyor. Ayrıca, belirli at mirası unsurlarının eyaletler için önemli olmasının nedenlerini de araştırıyor. Bu listeler, atların yirmi birinci yüzyılda insan toplumlarında önemini korumasının nedenlerine dair bir fikir vermektedir. Makale şu şekilde ilerlemektedir. İlk bölümde atlarla ilgili kültürel miras ele alınmaktadır. Bu bölüm, UNESCO'nun somut olmayan kültürel miras listelemesi için gerekli olan tanım ve kriterlerin ötesine bakarak geniş bir bakış açısı sunmaktadır. İkinci bölümde, somut olmayan kültürel mirasın bir unsurunun UNESCO'nun iki somut olmayan kültürel miras listesinden birinde yer almasının onaylanması için gereken şartlar ve süreç ele alınmaktadır. Üçüncü bölüm daha sonra bir dizi ICH at kültürel mirası listesini değerlendirmektedir. Yirmi birinci yüzyılda atların toplumdaki önemini değerlendirmek için birkaç at mirası ögesini vaka çalışması olarak kullanmaktadır. Bu listelerdeki anlatılar, atların yirmi birinci yüzyıldaki önemine ilişkin daha fazla fikir vermektedir. Sonuç olarak, atların yirmi birinci yüzyılda hem pragmatik hem de sembolik ölçülerde geçerliliğini koruduğunun ne kadar açık olduğuna dair düşünceler sunulmuştur. Bu kullanımlar, belki de UNESCO tarafından öngörülme veya amaçlanmayan bir şekilde, at mirasının listelenmesinin ardındaki gerekçeye kısmen yansımıştır. Ancak bu durum, atın yirmi birinci yüzyıldaki öneminin daha fazla araştırılması ihtiyacını da açık bırakmaktadır. Sonuç olarak makale, at çağının gerçekten de sona ermediğini, devam ettiğini ve daha fazla keşif, tartışma ve araştırma için olgunlaşmış bir alan olduğunu ortaya koyuyor.

## 2. Atlı Kültürel Miras Nedir?

Atlar, zaman içinde insan kültürlerinin oluşumunda ve yapısında ayrılmaz bir parça olmuştur. Bu aksiyomatiktir. Atın öneminin, makineleşmenin yaygınlaşmasıyla birlikte sona ereceği tahmin edilmiştir - öyle ki bu "at çağının sonu" olarak anılır.<sup>25</sup> Peki bu gerçekten böyle mi?

<sup>20</sup> Argent and Vaught, Introduction, in *The Relational Horse*, 2.

<sup>21</sup> Argent and Vaught, Introduction, in *The Relational Horse*, 2.

<sup>22</sup> Argent and Vaught, Introduction, in *The Relational Horse*, 2.

<sup>23</sup> Argent and Vaught, Introduction, in *The Relational Horse*, 2.

<sup>24</sup> Natasha Fijn, *Living with the Herds: Human-Animal Co-Existence in Mongolia* (Cambridge: Cambridge University Press, 2011, Paper Back Edition 2017), 36.

<sup>25</sup> Ulrich Raulff, *Farewell to the Horse: The Final Century of Our Relationship*, trans. Ruth Ahmedzai Kemp (Allen Lane, 2017), s. 7.

Raulff, at kullanımının sona ermesinin uzun bir zaman içinde gerçekleşen bir şey olduğunu ve aslında tamamlanmadığını açıklıyor:

*Dorsifikasyon* süreci... kendi süresine ve tarihsel gücüne sahiptir. Bir asırdan fazla bir süredir devam eden çözülme ve dönüşüm süreçlerinin bir sonucu olarak ortaya çıkıyor; bazı açılardan bugün bile tamamlanmamış durumda... at çağının sona ermesi sadece nispeten uzun bir zaman dilimini değil, aynı zamanda hayatın çok çeşitli alanlarından çok sayıda gerçekliği ve gözlemi de kapsar.<sup>26</sup>

Bu durumda "at çağının sona erdiğini" söylemek yanlış bir tanımlama olacaktır. Atın insan topluluklarındaki rolü değişmiştir. Ancak at yok olmaktan çok uzaktır - yok olmamıştır. Raulff'un da belirttiği gibi, atın toplumdaki değişen yeri çok çeşitli topluluklarda görülen bir şeydir.<sup>27</sup> Bu da şu soruyu gündeme getirmektedir: Yirmi birinci yüzyılda atın toplumsal yapılarındaki yeri nedir ve neden? Raulff, makineleşmenin artmasıyla birlikte atların toplumdaki rollerinin değişmesiyle atlara bakış açısının da değiştiğini belirtiyor:

Tıpkı atların, arabaların ve süvarilerin eski, katı dünyasının giderek makineleşen bir uygarlığın baskısı altında parçalanmaya başlaması gibi; Atlar daha hayali ve kimerik bir biçim alırlar: modernitenin hayalelerinden oluşan bir varoluşa indirgenirler ve dünyevi varlıklarını kaybettikçe, kendilerinden uzaklaşmış bir insanlığın zihnine daha fazla musallat olurlar.<sup>28</sup>

Bu yorumlar, atın temel günlük yaşamdan kaybolma bile insan hayal gücünü ele geçirdiğini vurgulamaktadır.<sup>29</sup> Benzer şekilde Pickel-Chevalier de modern toplumda ata bakış açısındaki değişime dikkat çekmektedir. Atın soyut inşasında modern bir "devrim"<sup>30</sup> tanımlanmaktadır.<sup>31</sup> Bu soyutlama, "aşkın öznesi ve ihlalin nesnesi olarak atın yeniden icat edilmesiyle, sosyal katılım ve başarının desteklenmesiyle... genç kadınlar ve onların kendilerini geliştirme yolları için genç erkeklerden daha önemli" hale geldi.<sup>32</sup> Burada bu soyut ata odaklanmak, Batı kültürlerinde kadınların olgunlaşmasının ve büyümesinin bir parçası olarak görülmektedir. Bu durum, modern Amerikan toplumunun bazı kesimlerinde yetişkinliğe geçişin bir aşaması veya ayini olarak görülecek kadar yaygın olan "at delisi" kız klişesine yol açmaktadır.<sup>33</sup>

### 3. Horses and Cultural Heritage

Yirmi birinci yüzyılda atlar sadece insanların hayal gücünde yer almıyor. At, makineleşmiş bir çağda giderek daha sembolik bir rol üstlense de gerçek fiziksel atlar insan topluluklarında yer ve rol almaya devam etmektedir. Bir at kültür mirasının oluşturulması için bariz dahil etme ve başlangıç noktası atın fiziksel varlığıdır. Atın kullanımı, bu kullanıma ve atın kendisine verilen sembolik anlamlar ve çağrışımlar, farklı türlerde at kültürel mirasını oluşturan şeylerin bir parçasıdır.

Pickel-Chevalier, at kültür mirasının neleri kapsadığına dair bir tanım ve açıklama sunmaktadır: Atlar, temelde uygulama, bilgi ve temsil sistemleriyle ilişkilidir, dolayısıyla, grup kimliklerinin etrafında oluştuğu hem somut (sosyal olarak inşa edilmiş bir hayvan ve onunla ilişkili ekipman) hem de soyut (varoluş biçimleri) bir miras olarak anlaşılabilir.<sup>34</sup>

<sup>26</sup> Raulff, *Farewell*, ss. 7-8.

<sup>27</sup> Raulff, *Farewell*, s. 11.

<sup>28</sup> Raulff, *Farewell*, s. 11. Ayrıca bakınız Sylvine Pickel-Chevalier, "Tourism and the Intangible Culture of the Horse," *Mondes du Tourisme* [Çevrimiçi], 18 | 2020, paragraf 5, 01 Mart 2021 tarihinden itibaren çevrimiçi, 15 Mart 2021 tarihinde bağlantı. Erişim tarihi 12 Ocak 2003, DOI: <https://doi.org/10.4000/tourisme.3016>

<sup>29</sup> Sylvine Pickel-Chevalier, "Popular Horse Stories and the Invention of Contemporary Horse-Human Relationships Through an 'Alter Ego' Paradigm," *Journal of Sport Science* 5 (2017): 135, erişim tarihi 6 Ağustos 2023, <http://www.davidpublisher.com/index.php/Home/Article/index?id=30927.html>

<sup>30</sup> Pickel-Chevalier, "Popular Horse Stories," 135.

<sup>31</sup> Pickel-Chevalier, "Popular Horse Stories," 135.

<sup>32</sup> Bkz., Jean O'Malley Halley, *Horse-Crazy: Girls and the Lives of Horses* (University of Georgia Press, 2019): ss. 22-25, 28-31.

<sup>33</sup> Pickel-Chevalier, "Popular Horse Stories," s. 12.

<sup>34</sup> Türkmen M., Ziyagil M. A. (2020). "Comparison of Knowledge Sources, Attitudes, Participation And References Toward Traditional Equestrian Sports in Kyrgyzstan and Turkey." Ed. Mehmet Türkmen, *9th International Turkish Folks Traditional Sports Games Symposium - The Book*. 39-51 pp. Bışkek: Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Yayınları: 330 Kongreler Dizisi: 45, s. 42.

At etrafında oluşan toplumsal kimlik, at odaklı somut olmayan kültürel mirasın oluşumu açısından kritik önem taşımaktadır. Pickel-Chevalier, ata kültür mirasının yüksek ve elit bir statüde<sup>35</sup> veya "nüfusun tüm sosyal katmanlarında"<sup>36</sup> olabileceğini belirtmektedir. Pickel Chevalier'in tanımladıklarına ek olarak atın kültürel mirasının bir başka düzeyi daha vardır. Bu, atın pratik, çalışma rollerinde kullanımı ve onu çevreleyen faaliyetler ve anlamlardır. Bu, elit veya tüm seviyelerde bulunan bir şey değildir, ancak elit olmayan, pratik odaklı bir kültürel miras unsuru olarak kesin bir konuma sahiptir. Bunun örnekleri, bu makalenin üçüncü bölümünde tartışıldığı üzere, ICH listelerinde bulunabilir. UNESCO listeleri tarafından sağlanan uluslararası sahne, yirmi birinci yüzyılda bir dizi at kültürünün devam eden canlılığını ve önemini göstermektedir. Ayrıca at mirası unsurlarına, bunlar hakkında bilgi edinilebilecek oldukça görünür bir platform sağlamaktadır. Bir sonraki bölümde tartışıldığı üzere, bir devletin UNESCO listesine aday göstermek için hangi miras unsurlarını seçeceği çok da kolay değildir. Bunlar, yirmi birinci yüzyılda at kültürünün hala belki de şaşırtıcı bir geçerliliğe ve güce sahip olduğunu göstermektedir.

#### 4. UNESCO, Somut Olmayan Kültürel Miras: Söylem ve Politika Olarak Miras

##### A. Somut Olmayan Kültürel Mirasın Tanımlanması

UNESCO, Birleşmiş Milletler'in uzman kuruluşlarından biridir. "Eğitim, bilim ve kültür alanlarında uluslararası işbirliği yoluyla barışı inşa etmek" gibi geniş kapsamlı bir görevi vardır.<sup>37</sup> Yetkisinin bir parçası olarak, kültürel mirasın korunmasıyla ilgili çeşitli uluslararası anlaşmalara sahiptir. Bunlar arasında 1972 tarihli "Dünya Kültürel ve Doğal Mirasının Korunması Sözleşmesi", 2001 tarihli Sualtı Kültürel Mirasının Korunması Sözleşmesi, 2003 tarihli **Somut Olmayan Kültürel Mirasın-Korunması Sözleşmesi (ICH Sözleşmesi)** ve 2005 tarihli Kültürel İfadelerin Çeşitliliğinin Korunması ve Geliştirilmesi Sözleşmesi yer almaktadır.<sup>38</sup> Dünya Kültürel ve Doğal Miras Sözleşmesi ve Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Sözleşmesi onaylanmış miras unsurlarının listesini tutarken, Kültürel İfadelerin Çeşitliliğinin Korunması ve Geliştirilmesi Sözleşmesi bunu yapmamaktadır.<sup>39</sup>

Bu makale Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Sözleşmesi ve miras unsurlarının kaydedildiği onaylı miras listelerine odaklanmaktadır. Somut olmayan kültürel miras için iki liste bulunmaktadır: Acil Koruma Gerektiren Somut Olmayan Kültürel Miras Listesi ve İnsanlığın Somut Olmayan Kültürel Mirasının Temsili Listesi. Her listede bir miras unsurunun aday gösterilmesi için bir süreç ve adaylığın onaylanması için yerine getirilmesi gereken bir dizi kriter vardır.<sup>40</sup> Adaylıklar tek bir devlet tarafından veya çok uluslu bir adaylık yoluyla birkaç devlet tarafından yapılabilir.<sup>41</sup> Her yıl adaylıkları incelemek ve hangi miras unsurlarının listeye alınma kriterlerini karşıladığını belirlemek için bir toplantı düzenlenir.<sup>42</sup> Tüm adaylıkların listeye girmesi onaylanmamaktadır; bunun için çok titiz bir süreçten geçilmesi gerekmektedir. Ancak bu süreç son derece siyasi olmakla eleştirilmektedir.<sup>43</sup>

<sup>35</sup> Pickel-Chevalier, "Popular Horse Stories," s. 14.

<sup>36</sup> Pickel-Chevalier, "Popular Horse Stories," s. 14.

<sup>37</sup> "UNESCO in Brief," UNESCO, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, <https://www.unesco.org/en/brief>

<sup>38</sup> "Conventions," UNESCO, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, [https://en.unesco.org/about-us/legal-affairs/instruments/conventions?title=&field\\_convention\\_theme\\_value=CLT](https://en.unesco.org/about-us/legal-affairs/instruments/conventions?title=&field_convention_theme_value=CLT).

<sup>39</sup> Acil Koruma Gerektiren Miras için 1.1 ve Acil Koruma Gerektiren Miras için 1.2 sayılı Operasyonel Direktifler Temsilci Listesi, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, [https://ich.unesco.org/doc/src/2003\\_Convention\\_Basic\\_Texts-2020\\_version-EN.pdf](https://ich.unesco.org/doc/src/2003_Convention_Basic_Texts-2020_version-EN.pdf).

<sup>40</sup> Acil Koruma Gerektiren Miras için 1.1 ve Acil Koruma Gerektiren Miras için 1.2 sayılı Operasyonel Direktifler Temsilci Listesi, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, [https://ich.unesco.org/doc/src/2003\\_Convention\\_Basic\\_Texts-2020\\_version-EN.pdf](https://ich.unesco.org/doc/src/2003_Convention_Basic_Texts-2020_version-EN.pdf).

<sup>41</sup> Operasyonel Direktifler, Acil Koruma Gerektiren Miras için 1.1 ve Temsili Liste için 1.2, çok uluslu adaylıklar için 1.5.

<sup>42</sup> "Unsurların Listelere Yazılması ve İyi Koruma Uygulamalarının Seçilmesi Prosedürü", her bir listeye yazılma zaman çizelgesini ve prosedürlerini belirler. Erişim tarihi 4 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/procedure-of-inscription-00809#timetable-and-procedures>.

<sup>43</sup> Örneğin bkz., Enrico Bertacchini, Claudia Liuzza, Lynn Meskell, and Donatella Saccone, "The Politicization of UNESCO World Heritage Decision Making," *Public Choice* 167, no. 1 (2016): 95-129; and Marc Jacobs, "Brugel and Burke



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Bir devletin listelerden birine aday olabilmesi için Sözleşmenin yürürlükte olması gerekmektedir.<sup>44</sup> Temmuz 2020 itibarıyla, Sözleşme'ye taraf olan 180 devlet bulunmaktadır.<sup>45</sup> Aday gösterilen unsurlar, bir taslak karar yayınlayan bir alt organ olan Değerlendirme Organı tarafından kriterlere göre incelenir.<sup>46</sup> Adaylık ve taslak karar daha sonra, listelerden birine yazılmak üzere belirli bir adaylığın onaylanıp onaylanmayacağına ilişkin nihai kararları veren Hükümetlerarası Komite tarafından değerlendirilir.<sup>47</sup> UNESCO, kültürel mirasın ne anlama geldiğine dair şu genel açıklamayı önermektedir: "Miras, geçmişten aldığımız, günümüzde yaşadığımız ve gelecek nesillere aktaracağımız kültürel mirastır."<sup>48</sup> ICH Sözleşmesi daha sonra somut olmayan kültürel varlıkların ayrıntılı tanımlarını içerir miras. Bu tanımlama ile başlar:

Toplulukların, grupların ve bazı durumlarda bireylerin kültürel miraslarının bir parçası olarak kabul ettikleri uygulamalar, temsiller, ifadeler, bilgi ve becerilerin yanı sıra bunlarla ilişkili araçlar, nesnelere, eserler ve kültürel alanlar. Nesilden nesile aktarılan bu somut olmayan kültürel miras, topluluklar ve gruplar tarafından çevrelerine, doğayla etkileşimlerine ve tarihlerine yanıt olarak sürekli yeniden yaratılır ve onlara bir kimlik ve süreklilik duygusu sağlar, böylece kültürel çeşitliliğe ve insan yaratıcılığına saygıyı teşvik eder.<sup>49</sup>

Bu tanıma ek olarak Sözleşme, somut olmayan kültürel mirasın beş alandan bir veya daha fazlasına girdiğini açıklamaktadır:

- Somit olmayan kültürel mirasın bir aracı olarak dil de dahil olmak üzere sözlü gelenekler ve ifadeler;
- sahne sanatları;
- sosyal uygulamalar, ritüeller ve bayram etkinlikleri;
- doğa ve evrenle ilgili bilgi ve uygulamalar;
- geleneksel zanaatkarlık.<sup>50</sup>

Tanımın bir yönü, somut olmayan kültürel mirasın bir nesilden diğerine aktarılması ve böylece geçmişe bakış potansiyelinin ortaya çıkmasıdır. Tanımda ayrıca, mirasın yeniden yaratılması "onların [grubun] tarihiyle... etkileşim" yoluyla yapıldığı da belirtilmektedir.<sup>51</sup> Dolayısıyla, somut olmayan kültürel miras bir unsurun günümüzdeki uygulama ve ifadesine odaklanırken, geçmiş de bir miras unsurunun ifadesinin bir parçasıdır. Ancak adaylıklarda geçmişin nasıl anlatılması gerektiği net değildir. Bu makalenin üçüncü bölümünde ele alındığı üzere, geçmişin miras unsuruyla ve günümüzle ilişkilendirilme biçimi, listeleme onayı için zor bir gerekçe olabilir. 2016 yılında Değerlendirme Komitesi, tarihi olayların adaylık formlarına dahil edilmesi konusunda yorumda bulunmuştur:

**Tarihsel doğruluk.** Her ne kadar bir unsurun içinde bulunduğu tarihsel bağlamı soyutlamak hem gerçekçi hem de yararlı olmasa da ve bir unsur zaman içinde 'dondurma' girişiminin cesaret kırıcı olduğu (Sözleşme'nin 2. Maddesi) göz önünde bulundurulduğunda, Kurum, unsurun geçmişteki öneminden ziyade mevcut uygulamasını ve anlamını değerlendirmektedir. Bununla birlikte, pek çok unsurun kökleri, somut olmayan kültürel mirasın çağdaş ifadelerindeki anıları artık birlik faktörleri olarak işlev görebilecek olan şiddetli tarihi olaylara (yerli halklar

---

Were Here! Examining the Criteria Implicit in the UNESCO Paradigm of Safeguarding ICH: the first decade," *International Journal of Intangible Heritage* 9 (2014): 100-118.

<sup>44</sup> ICH Sözleşmesi Madde 16(1) ve 17 (1), 2003 Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Sözleşmesi.

<sup>45</sup> "The State Parties' to the Convention on the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage [Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Sözleşmesine Taraf Devletler]," <https://ich.unesco.org/en/states-parties-00024>, erişim tarihi: 8 Ocak 2023.

<sup>46</sup> "Operasyonel Direktifler", Bölüm 1.8, paragraf 27 ve Bölüm 1.8, paragraf 29-31, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, [https://ich.unesco.org/doc/src/2003\\_Convention\\_Basic\\_Texts-2020\\_version-EN.pdf](https://ich.unesco.org/doc/src/2003_Convention_Basic_Texts-2020_version-EN.pdf).

<sup>47</sup> "Operational Directives [Operasyonel Direktifler]," Section / Bölüm 1.10.

<sup>48</sup> <https://en.unesco.org/fieldoffice/santiago/cultura/patrimonio>.

<sup>49</sup> Makale 2(1), 2003 Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage [Madde 2(1), 2003 Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Sözleşmesi].

<sup>50</sup> Makale 2(2), 2003 Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage [Madde 2(2), 2003 Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Sözleşmesi]

<sup>51</sup> Erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/11com>.

üzerindeki sömürgeci tahakküm gibi) dayanmaktadır. Durumun böyle olduğu hallerde, başvuran Devletin tarihsel bağlamı mümkün olduğunca dengeli bir şekilde sunması teşvik edilir.<sup>52</sup>

Yani, tarihsel bağlam sunulduğunda, olaylar çekişmeli olduğunda bir tarafı ya da diğerini tutmak anlamına gelmez. Gerçekten de, geçmişteki çatışmalar artık “birlik faktörleri”<sup>53</sup> olarak sunulacak, ancak bunun gerçekte nasıl yapılabileceğine dair herhangi bir detay verilmeyecektir. Gerçek şu ki, pek çok toplum için geçmiş, günümüzle ilgili olmaya devam edecektir. Miras unsurları artık belirli Sürdürülebilir Kalkınma Hedefleri ile de bağlantılıdır. 2022 yılında onaylanan "*Lipizzan At Yetiştirme Gelenekleri*" unsurunda görüldüğü gibi, bu unsur Cinsiyet Eşitliği, Karada Yaşam ve Hedefler için Ortaklıklar hedefleri ile bağlantılıdır.<sup>54</sup> Bu nedenle, bir miras unsurunun karşılaması gereken pek çok resmi gereklilik vardır ve tescil için onaylanırsa, bunlar ICH'nin tanımının veya onay kriterlerinin bir parçasını oluşturmasa bile, unsur sürdürülebilir kalkınma hedefleri hakkındaki diğer bilgilerle uyumlu hale getirilecektir. Ancak belirli bir miras adaylığının onaylanıp onaylanmayacağına ilişkin kararı şekillendiren tek faktör bunlar değildir. Karşılanması gereken kriterlere ek olarak, diğer yoğun baskılar da belirli bir adaylığın onaylanıp onaylanmayacağı kararını şekillendirir. Bu, miras unsurunun kendisinin sunulma, yorumlanma ve uygulanma şeklini etkiler. Bunlar kültürel mirasın temelini oluşturan anlatı ve söylemlere de yansır.

### **B. Kültürel Miras Söylemi ve Anlatısı**

Smith, mirasın bir söylem biçimi olarak anlaşılabilirliğini ve bu altta yatan anlatının incelenmesinin, genel olarak miras ve özel olarak bireysel miras unsurları hakkında birçok özelliği ortaya çıkardığını iddia etmektedir.<sup>55</sup> Bazı miras biçimlerini destekleyen ve diğerlerini marjinalleştiren bir “Authorised Heritage Discourse/Yetkilendirilmiş Miras Söylemi” (AHD)<sup>56</sup> olduğunu açıklıyor.<sup>57</sup> Bu söylemsel miras anlayışı şunu göstermektedir:

Dolayısıyla "miras", tarihsel ve kültürel anlatıların meşrulaştırılması ve yönetilmesiyle ilgili bir söylem ve bu anlatıların toplumsal değerleri ve bunların temelini oluşturan hiyerarşileri sürdürme veya müzakere etme işidir.<sup>58</sup>

Kültürel mirasa ilişkin uluslararası belgelerin oluşturulması ve miras unsurlarının bir listeye kaydedilmesi yoluyla tanınmasını sağlayan bir sistemin kültürel miras üzerinde derin bir etkisi olduğunu belirten Smith, Dünya Mirası Sözleşmesi'nin mirasın yorumlanma şeklinin belirlenmesinde özellikle önemli olduğunu belirtmektedir.<sup>59</sup> Dünya Mirası Sözleşmesi aracılığıyla kayıt altına alınan somut mirasın, Avrupa kökenli mirasa ayrıcalık tanıyan bir “Yetkilendirilmiş Miras Söylemi” (AHD)'ye sahip olduğu görülmüştür.<sup>60</sup> Schreiber'in araştırması, ICH Sözleşmesi'nin Avrupa'nın hakim olduğu bir kültürel miras alanını dünyanın diğer bölgelerinden gelen mirası daha kapsayıcı bir alana dönüştürme hedeflerine rağmen, Avrupa'nın somut olmayan kültürel mirasın işleyişi üzerinde baskın bir etkiye sahip olmaya devam ettiğini göstermektedir.<sup>61</sup> Hiçbir zaman prestij kazandıran listeler olmaları amaçlanmamış olsa da, listeler kısa süre içinde bu şekilde görülmeye başlandı ve miras listesinde yer almak bir devlet için prestij göstergesi haline geldi. Schreiber, somut olmayan

<sup>52</sup> Intergovernmental Committee for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage [*Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Hükümetlerarası Komitesi*], On Birinci Oturum, Geçici Gündemin 10. Maddesi, ITH/16/11.COM/10, 31 Ekim, Paris, 2016, paragraf 34, erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/11com>,

<sup>53</sup> “Intergovernmental Committee for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage, Eleventh Session, Item 10 [*Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Hükümetlerarası Komitesi, On Birinci Oturum, Madde 10*].”

<sup>54</sup> “Lipizzan Horse Breeding Traditions,” erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/lipizzanhorse-breeding-traditions-01687>.

<sup>55</sup> Smith, Laurajean. “Intangible Cultural Heritage: A Challenge to the Authorised Heritage Discourse?” *Compilation* 40 (2015): 135.

<sup>56</sup> Smith, “Intangible Cultural Heritage,” 135.

<sup>57</sup> Smith, “Intangible Cultural Heritage,” 135.

<sup>58</sup> Smith, “Intangible Cultural Heritage,” 141.

<sup>59</sup> Smith, “Intangible Cultural Heritage,” 133.

<sup>60</sup> Smith, Laurajean. *Uses of Heritage*. London/New York: Routledge: 2006, 113.

<sup>61</sup> 44 Hanna Schreiber, “Intangible Cultural Heritage, Europe, and the EU: Dangerous Liaisons?” in *Cultural Heritage in the European Union*, ed. Andrzej Jakubowski, Francesca Fiorentini and Kristen Hausler (Leiden: Brill Nijhoff, 2019), 329-330.

kültürel mirasın UNESCO listesinde yer almasının bir devlete "yumuşak güç" prestiji kazanmak için nasıl cazip bir fırsat sağlayabileceğini tartışıyor.<sup>62</sup> Tüm bunlar, hangi unsurların hangi bilgilerle onaylanacağı konusunda karmaşık bir etki yumağı oluşturmaktadır. Bir sonraki bölümde, bu faktörler ve etkiler ışığında değerlendirilen ve bunun at kültürel mirası için daha geniş anlamda ne anlama geldiğini gösteren birkaç yazılı at mirası unsuru ele alınmaktadır.

### 5. At-Kültürel Miras Öğeleri ve UNESCO ICH Listesi

Bu bölümde, UNESCO'nun somut olmayan kültürel miras listesine aday gösterilmiş veya kaydedilmiş olan ata kültür mirasının çeşitli unsurlarına ilişkin vaka çalışmaları sunulmaktadır. Bu bölümde incelenen vaka çalışmaları, at kültür mirasının yirmi birinci yüzyıldaki önemine dair fikir vermektedir. Bu tartışma, at mirasının günümüzde faaliyet gösterdiği birçok alana işaret etmektedir.

#### A. Klasik Binicilik Unsurlarının Yazıtı

Smith'in de belirttiği gibi, bir miras anlatısının şekillendirilmesi ulusal kimlik hedeflerini desteklemek için yapılmaktadır.<sup>63</sup> Bu nedenle, örneğin, ulusal tarihin bir versiyonunu benimseyen ve aynı zamanda bu unsuru günümüzle ilgili hale getiren dört Avrupa klasik binicilik okulu<sup>64</sup> şeklinde farklı binicilik biçimlerine yönelik ulusal iddiaların olması şartıdır. Aşağıda ele alındığı üzere, iki ulusal klasik binicilik okulu şu anda UNESCO Temsilî Listesi'nde yer almaktadır.

Pickel-Chevalier, modern Avrupa *geleneksel binicilik* okullarının tarihsel kökeninin Avrupa Rönesans dönemine kadar uzandığını belirtmektedir.<sup>65</sup> "Klasik binicilik" adı işte bu Rönesans döneminden gelmektedir. Bu soyağacına odaklanmak, aşağıda tartışıldığı gibi Avusturya'nın klasik binicilik unsurunun onaylanmasında bir engel teşkil etmiştir. Yazıtı için onaylanan ilk klasik binicilik unsuru, Fransız geleneğindeki Atçılık için Fransa'nınki olmuştur. Bu UNESCO yazıtında şöyle açıklanmaktadır:<sup>66</sup>

Fransız geleneğindeki binicilik, insanlar ve atlar arasındaki uyumlu ilişkileri vurgulayan bir binicilik ekolüdür. Temel at eğitimi ilkeleri ve süreçleri, insan taleplerini atın bedenine ve ruh haline saygı ile harmanlayarak, şiddetsizlik ve kısıtlamasızlık tarafından yönlendirilir.<sup>67</sup> Kayıta, Fransız atçılığının "en yaygın bilinen topluluğu"<sup>68</sup> olarak "Saumur Cadre Noir"<sup>69</sup> özellikle bahsedilmektedir.<sup>70</sup> Kayıta, Cadre Noir'in Fransız atçılığının tanıtımında oynadığı önemli role dikkat çekilerek, "Saumur Cadre Noir'i tarafından sık sık düzenlenen halka açık gösteriler ve galalar, Fransız geleneğinde atçılığın görünürlüğünü sürdürmeye yardımcı olmaktadır" denilmektedir.<sup>71</sup> Ancak bu kısa açıklama, Cadre Noir binicilik uygulamalarının gelişiminin karmaşık tarihini gizlemektedir. Pickel-Chevalier, "Fransız biniciliğinin yüzyıllar öncesine dayanan temeller üzerine - özellikle de Rönesans döneminden bu yana - çeşitli

<sup>62</sup> Bkz. genellikle Hanna Schreiber, "Intangible Cultural heritage and Soft Power – Exploring the Relationship," *International Journal of Intangible Heritage* 12 (2017): 44-57. 46 Smith, *Uses of Heritage*, 48-49.

<sup>63</sup> Smith, *Uses of Heritage*, 48-49.

<sup>64</sup> Bunlar Viyana, Avusturya'daki İspanyol Binicilik Okulu; Saumur, Fransa'daki Fransız Ulusal Binicilik Okulu Cadre Noir; Lizbon, Portekiz'deki Portekiz Binicilik Sanatı Okulu ve Jerez de la Frontera, İspanya'daki Endülüs Kraliyet Binicilik Sanatı Okulu, "How Four Classical Schools Came Together," *Equisearch*, 27 Mayıs 2008, erişim tarihi: 3 Eylül 2022, [https://equisearch.com/articles/classical\\_schools\\_052708/](https://equisearch.com/articles/classical_schools_052708/).

<sup>65</sup> Sylvine Pickel-Chevalier, "Tourism as an Agent of Reinvention for European Equestrian Intangible Cultural Heritages: The Case of Three Great Public Classical Riding Schools," *Mondes du Tourisme* 18 (2020), paragraf 1. 01 Mart 2021'den beri çevrimiçi, 15 Mart 2021'de bağlantı kuruldu. Erişim tarihi 13 Ocak 2023. <http://journals.openedition.org/tourisme/3019>; DOI: <https://doi.org/10.4000/tourisme.3019>

<sup>66</sup> "Equitation in the French Tradition," <https://ich.unesco.org/en/RL/equitation-in-the-frenchtradition-00440>. Erişim tarihi 6 Ağustos 2023

<sup>67</sup> "Equitation in the French Tradition."

<sup>68</sup> "Equitation in the French Tradition."

<sup>69</sup> "Equitation in the French Tradition."

<sup>70</sup> "Equitation in the French Tradition."

<sup>71</sup> Sylvine Pickel-Chevalier, "Globalization and Equestrian Culture: The Case of Equitation in the French Tradition [Küreselleşme ve Binicilik Kültürü: Fransız Geleneğinde Atçılık Örneği]," in *Equestrian Cultures in Global and Local Contexts*, ed. Miriam Adelman and Kirrily Thompson (New York: Springer, 2017),84.

uluslararası etkileri özümseyerek inşa edildiğini" açıklamaktadır.<sup>72</sup> Pickel-Chevalier, bu başarılı yazıtın dört yıl sonra bir başka Avrupa klasik binicilik unsurunun yazılması için "yol açıcı" olduğunu belirtiyor.<sup>73</sup> Hükümetlerarası Komite, 2013 adaylığının neden başarılı olmadığına dair çeşitli gerekçeler sunmaktadır. Komite, "klasik binicilik ve Viyana İspanyol Binicilik Okulu'nun uzun bir geçmişi olmasına rağmen, adaylığın unsurun doğasını veya kapsamını yeterince açıklamadığını, sosyal işlevlerini veya kültürel anlamlarını tanımlamadığını" belirtmektedir;<sup>74</sup> "Temsili Liste'ye kaydedilmesinin somut olmayan kültürel mirasın görünürlüğünün artırılmasına katkıda bulunmayacağını; ayrıca adaylığın toplumlar arasında diyalogun teşvik edilmesine ve kültürel çeşitliliğe ve insan yaratıcılığına saygının desteklenmesine nasıl katkıda bulunacağını açıkça açıklamadığını" belirtmiştir.<sup>75</sup> 2015'te yapılan bir adaylık aracılığıyla bilgi dönüşümü gerçekleştirilmiştir.<sup>76</sup> Bunun ardından gelen onay, İspanyol Binicilik Okulu'nun yeniden paketlenmesinin etkili olduğunu göstermiştir. İspanyol Binicilik Okulu artık topluluk kimliklerinin inşası ve sürdürülmesi için önemli olan uzun bir geçmişe sahip olarak açıklanıyordu.<sup>77</sup> Tarihi, kültürel miras kriterleri kapsamında kabul görünürken, elitizm duygusundan arındırılmış ve artık kırsal ve kentsel yerler arasında bir köprü görevi görmektedir.<sup>78</sup> Ayrıca, katılımın sadece erkeklerden oluşması yerine hem erkekleri hem de kadınları kapsayacak şekilde değiştirilmesi için atılan adımlar da onaylanıyor.<sup>79</sup>

### **B. Lipizzan At Yetiştiriciliği Geleneklerinin Yazıtı**

Klasik binicilik yazıtlarına benzer ilginç bir gelişme de "Lipizzan At Yetiştirme Gelenekleri" ni listelemek için çok uluslu bir adaylığın onaylanmasıdır.<sup>80</sup> Lipizzan atı, Viyana'daki İspanyol Binicilik Okulu'nun ikonik bir sembolüdür.<sup>81</sup> Bu atın yetiştirilmesi ve bu yetiştirmenin gelenekleri, bu çok uluslu adaylıkta özetlenmiştir. Avusturya, Bosna Hersek, Hırvatistan, Macaristan, İtalya, Romanya, Slovakya ve Slovenya bu çok uluslu adaylığın hazırlanmasında bir araya gelmiştir.<sup>82</sup> At yetiştiriciliğinin elit kökenleri hem adaylıkta<sup>83</sup> hem de onaylı listede belirtilmiştir.<sup>84</sup> Bununla birlikte, bu elit kökenli bilginin dahil edilmesi, ilk İspanyol Binicilik Okulu adaylığı için olduğu gibi sorunlu değildir. Hükümetlerarası Komite onayının yorumunda, atların kullanımının imparatorluktan "kırsal alanlardaki toplulukların günlük kültürel ve sosyal yaşamına" dönüştüğüne dikkat çekilmektedir.<sup>85</sup> Bir zamanlar elitizmle ilişkilendirilen at, artık sosyal tabakalar içinde başka bir konuma sahiptir. Sıradan hale gelmiştir. "450 yıldır

<sup>72</sup> Pickel-Chevalier, "Globalization and Equestrian Culture," 83-84

<sup>73</sup> "Classical Horsemanship and the High School of the Spanish Riding School Vienna," İnsanlığın Somut Olmayan Kültürel Mirasının Temsili Listesine 2013 Yılında Eklenmek Üzere Yapılan Adaylıkların Değerlendirilmesi, Adaylık bilgileri, 1(1) erişim tarihi: 4 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/8-representative-list-00665>

<sup>74</sup> "Hükümetlerarası Komite Kararı: 8.COM. 8.3", R.1, erişim tarihi: 13 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/Decisions/8.COM/8.3>

<sup>75</sup> "Karar 8.COM.8.3," R.2

<sup>76</sup> "Viyana İspanyol Binicilik Okulu Klasik Binicilik ve Yüksek Okulu," erişim tarihi: 6 Ağustos 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/classical-horsemanship-and-the-high-school-of-the-spanishriding-school-vienna-01106>

<sup>77</sup> Karar 10.Com.10.b.6, "Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Hükümetlerarası Komitesi," "Kararlar," 10. oturum, 4 Aralık 2015, ITH/15/10.COM, paragraf 2, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/decisions/10.COM/10.B.6>

<sup>78</sup> Karar 10.Com.10.b.6, "Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması Hükümetlerarası Komitesi," "Kararlar," 10. oturum, 4 Aralık 2015, ITH/15/10.COM, paragraf 2, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/decisions/10.COM/10.B.6>

<sup>79</sup> Karar 10.Com.10.b. 6, paragraf 2.

<sup>80</sup> "Lipizzan Horse Breeding Traditions."

<sup>81</sup> "Basın Bilgileri Aralık 2022, UNESCO İnsanlığın Somut Olmayan Kültürü, Lipizzan Atı Yetiştiriciliğine İlişkin Bilgi," İspanyol Binicilik Okulu, erişim tarihi Ocak: 8, 2023, <https://www.srs.at/en/about-us/unesco-intangible-cultural-heritage-of-humanity-knowledgeconcerning-the-breeding-of-lipizzan-horses/>

<sup>82</sup> "Hükümetlerarası Komite Kararı: 17.COM.7.B.40, paragraf 1," erişim tarihi: 13 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/decisions/17.COM/7.B.40>

<sup>83</sup> "Adaylık dosyası no. 01687for inscription in 2022 on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage of the Humanity", sayfa 6, erişim tarihi: 13 Ocak 2023, bu bağlantıdan erişilebilir, <https://ich.unesco.org/en/7b-representative-list-01281#7.b.40>

<sup>84</sup> "17.COM.7.B.40 sayılı Karar," paragraf 1.

<sup>85</sup> "17.COM.7.B.40 sayılı Karar," paragraf 1.

toplulukları birleştiren”<sup>86</sup> ve "güçlü bir ortak kimlik duygusu yaratan" bu unsurun çok uluslu doğasına da dikkat çekilmektedir. Bu durum, çok uluslu adaylığın, bu at yetiştiriciliğinin yaygın ve elit olmayan yönleriyle birleştiğinde, elit kökenlerine yönelik herhangi bir hoşgörüsüzlüğün ve tanınmanın üstesinden gelmek için fazlasıyla yeterli olduğunu göstermektedir.<sup>87</sup> Onaylanan yazılı unsurlar, UNESCO hassasiyetleri için kabul edilebilir bir tarihsel yoruma sahip olup, elit Avrupa kökenlerine odaklanmayı en aza indirmekte ve günümüzdeki tüm toplum katmanlarına yaygın bir erişimi vurgulamaktadır.

Hükümetlerarası Komite tarafından alınan nihai karar, bu unsurun çok uluslu yapısını alkışlamaktadır. Buna göre:

[c] Taraf Devletleri, uluslararası işbirliği ve Sözleşmenin karşılıklı olarak anlaşılmasını teşvik etme ilkeleri doğrultusunda, başvuran Devletler arasında yakın işbirliğini gösteren örnek bir çok uluslu adaylık dosyası için takdir eder.<sup>88</sup>

Bununla birlikte ister tek bir devlet olarak ister çok uluslu bir devletin parçası olarak olsun, bir devletin aday gösterilebilmesi için Sözleşme'nin yürürlükte olması gerektiğini akılda tutmak önemlidir. At mirasının devlet sınırlarını aştığı, ancak bir devletin Sözleşme'ye üye olmadığı durumlarda, miras unsurunun coğrafi kapsamını ifade etmek zor olabilir. Bu, Meksika'nın Charrería'nın at mirası unsuruyla karşılaştığı bir zorluktu. At mirasının devlet sınırlarını aştığı, ancak bir devletin Sözleşme'ye üye olmadığı durumlarda, miras unsurunun coğrafi kapsamını ifade etmek zor olabilir. Bu, Meksika'nın Charrería'nın at mirası unsuruyla karşılaştığı bir zorluktu.

### C. Charrería, Meksika'da binicilik geleneği

"Charrería, Meksika'da binicilik geleneği" at ile çalışma geleneklerine bir örnektir. Temsili Listeye kaydedilmesi 2016 yılında onaylanmıştır.<sup>89</sup> Öncülleri onaylanan listede açıklanmıştır: Charrería, Meksika'da hayvancılıkla uğraşan toplulukların geleneksel bir uygulamasıdır. Başlangıçta farklı mülklerden gelen hayvanları yöneten çobanların bir arada daha iyi yaşamalarına yardımcı olmak için kullanılmıştır.<sup>90</sup>

Listeleme bilgilerinde de belirtildiği gibi, günümüz yorumu performans ve spordur:

Seyirci önünde gerçekleştirilen çeşitli charrería kategorilerine 'charreadas' adı verilir. Charreadalar izleyicilere, örneğin yabani kısraklar ve boğalar kullanılarak yapılan kement atma ve dizgin çekme gibi hayvan gütmeye becerilerini görme fırsatı verir.<sup>91</sup>

Değerlendirme Kurulunun taslak kararı, unsurun yazılmasının onaylanmasını tavsiye etmemiştir. Adaylık bilgileri, Değerlendirme Kurulunu, yazılmasının ICH'ye fayda sağlayacağı veya yazmanın elementin kendisi için yüksek bir profil oluşturmaya yardımcı olacağı konusunda tatmin edememiştir.<sup>92</sup> Ayrıca Meksika, "milliyetçi imalar" içeren dile karşı uyarılmıştır.<sup>93</sup> Taslak karar, adaylığın hangi bölümünde "milliyetçi imalar" içerdiği düşünülen bir dil kullanıldığını belirtmemektedir.<sup>94</sup> Adaylık incelendiğinde göze çarpan herhangi bir şey bulunmamaktadır. Charrería'nın Meksika'nın sembolik bir imgesi olduğu belirtilmektedir ve belki de Değerlendirme Kurulunun yorumunu çeken de budur. Meksika tarafından tek bir eyalet adaylığı olarak sunulmasına rağmen, adaylıkta sınır ötesi charro topluluklarına, Amerika Birleşik Devletleri'nde Charrería'ya katılan topluluklara ve Charrería için daha yüksek bir profil

<sup>86</sup> "17.COM.7.B.40 sayılı Karar," paragraf 1.

<sup>87</sup> "17.COM.7.B.40 sayılı Karar," paragraf 1.

<sup>88</sup> "17.COM.7.B.40 sayılı Karar," paragraf 4.

<sup>89</sup> "Charrería, Equestrian Tradition in Mexico," erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/charrería-equestrian-tradition-in-mexico-01108>.

<sup>90</sup> "Charrería."

<sup>91</sup> "Charrería."

<sup>92</sup> "Draft Decision 11.COM 10.b.22," paragraf 3, erişim tarihi 8 Ocak 2023, <http://hozir.org/11-comith1611-com10-b-paris-31-october-2016-original-english.html?page=5>.

<sup>93</sup> "Taslak Karar 11.COM 10.b.22," paragraf 6.

<sup>94</sup> "Taslak Karar 11.COM 10.b.22," paragraf 6.

geliştirmede nasıl etkili olacaklarına özel olarak değinilmektedir.<sup>95</sup> Unsurun sınır ötesinde uygulandığına dair açık bir kabul vardır. ABD'nin ICH Sözleşmesini onaylamamış olması nedeniyle ABD ile çok uluslu bir adaylık mümkün değildir. Yine de Hükümetlerarası Komite, Değerlendirme Komitesinin taslak kararındaki muhalefetine rağmen adaylığı onaylamıştır.<sup>96</sup> Burada, "Meksika'nın ötesindeki charrería topluluklarına"<sup>97</sup> ulaşan unsurun sınır ötesi niteliği hakkında olumlu yorumlar yapılmakta, ancak Amerika Birleşik Devletleri'nden özel olarak bahsedilmemektedir.<sup>98</sup> Bu unsorda bir at mirası unsurunun evrimi görülebilir. Bir zamanlar çiftlik işlerinin kaynağı olan Charrería, yirmi birinci yüzyılda değişmiş bir biçimde varlığını sürdürmektedir; artık bir spor ve performanstır ve Meksika ulusal gururunun ve kimliğinin bir sembolü olarak son derece simgeseldir. Bu durum, makineleşme atın eskiden kullanıldığı rolleri değiştirse bile, at kültür mirasının değişerek toplumlarda önemli bir yer tutabileceğini göstermektedir. Bu evrimde Charrería, at mirasının nasıl ulusal kimliğin ifadesi için bir merkez noktası haline gelebileceğini, geniş bir tarih yelpazesini ve farklı kültürel girdileri içinde barındırabileceğini göstermektedir.

#### D. Sinjska Alka

Tıpkı Charrería'nın bugünkü biçimiyle kültürel geçişlerin bir kombinasyonunu ifade etmesi gibi, Sinjska Alka'nın at mirası unsuru da bunu ifade etmekte ve Charrería'da olduğu gibi, Değerlendirme Komitesi tarafından taslak kararında listeye alınması tavsiye edilmemiştir. Sinjska Alka, tıpkı Charrería gibi, at mirasının ulusal kimlik ve isteklerin ifade edilmesinde ne kadar önemli bir yere sahip olabileceğini göstermiştir. Aynı zamanda bir miras unsurunun ne olduğuna dair ifadenin, günümüzün kimlik ve imaj taleplerini karşılamak üzere nasıl değişebileceğini de göstermektedir. Klasik binicilik ve Charrería'da olduğu gibi, günümüz yorumunun da performatif bir yönü vardır.

Sinjska Alka at mirası unsuru Hırvatistan tarafından aday gösterilmiş ve 2010 yılında Temsili Liste'ye alınması onaylanmıştır.<sup>99</sup> Bu unsurun listeye alınması onaylanmış olsa da, bu konuda bilgi edinmek için onaylanmış listeden başka bir yere bakmamak hikayenin tamamını anlatmaz. Bu unsur UNESCO listesinde tanımlanmıştır:

Sinjska Alka, 18. yüzyıldan bu yana her yıl Hırvatistan'ın Cetinska Krajinna bölgesindeki Sinj kasabasında düzenlenen bir şövalyelik turnuvasıdır. Yarışma sırasında şövalyeler atlarını ana cadde boyunca dörtlüğe sürerek bir ipe asılı demir bir halkaya mızraklarını doğrulturlar. Turnuvanın adı, iki farklı medeniyet arasındaki tarihi birlikteliği ve kültürel alışverişi yansıtan Türkçe kökenli bir kelime olan bu *alka* veya *halkadan* gelmektedir.<sup>100</sup>

Bu açıklama element hakkında zengin bilgiler içermektedir. Şövalyeler turnuvasından gelmektedir ve bir zamanlar Ortaçağ Avrupa'sında daha yaygın bir uygulama olan şövalyelik turnuvalarının modern bir yorumunu temsil etmektedir.<sup>101</sup> Bölgedeki tarih hakkında yüzeysel bir bilgi bile bunun aslında bu unsurun ya da Türk ve Avrupalı Hırvat kültürlerinin buluşmasının tam olarak doğru bir açıklaması olmadığını gösterecektir. Bu, barışçıl bir ortamda kaynaşan iki kültürün değil, silahlı çatışmanın tarihidir. Bjeljac ve diğerlerinin de belirttiği gibi, bu

<sup>95</sup> "Adaylık Formu, Adaylık dosyası no. 01108 for inscription in 2016 on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity," sayfa 6, erişim tarihi 13 Ocak 2023, bu bağlantıdan erişilebilir, <https://ich.unesco.org/en/RL/charrería-equestrian-tradition-in-mexico-01108>.

<sup>96</sup> Hükümetlerarası Komite Kararı: 11.COM.10.B.22," paragraf 2, R.2, erişim tarihi 13 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/decisions/11.COM/10.B.22>.

<sup>97</sup> "Decision of the Intergovernmental Committee (Hükümetlerarası Komite Kararı): 11.COM.10.B.22," paragraf 2, R.2.

<sup>98</sup> "Hükümetlerarası Komite Kararı: 11.COM.10.B.22," paragraf 2, R.2.

<sup>99</sup> "Hükümetlerarası Komite Kararı: 5.COM 6.47," erişim tarihi: 6 Ağustos 2023, <https://ich.unesco.org/en/decisions/5.COM/6.47> (Sinjska Alka).

<sup>100</sup> "Sinjska Alka."

<sup>101</sup> Željko Bjeljac, Aleksandra Terzić, Jovana Brankov ve Slavoljub Vujović, "Image of Hajduks and Uskoks and its Role in Formation of Traditional Sports and Games as Intangible Heritage of Ex-Yugoslav Area," *Forum Geografic* 20, no. 2 (2021): 229

performans 1715'te Osmanlı Ordusu'nun yenilgisini anmaktadır.<sup>102</sup> Zafer, Osmanlı Ordusu'nu etkisiz hale getiren ilahi bir hastalığa atfedilmektedir.<sup>103</sup>

Yardımcı organın taslak kararı onaylanmasını tavsiye etmemiştir.<sup>104</sup> Sinjska Alka'nın çok kültürlü ve işbirlikçi doğası hakkında şüphe uyandırmıştır.<sup>105</sup> Schäuble, Sinjska Alka'nın altında yatan anlatının Hırvatistan'daki son olaylara cevaben bir dönüşüm geçirdiğini belirtmektedir. Aday gösterildiği dönemde Hırvatistan kendi ulusal kimliğini yeniden oluşturuyor ve yakın geçmişteki çatışma olaylarının üstesinden geliyordu.<sup>106</sup> Sinjska Alka anlatısı için bir değişiklik yapılmaktaydı. Schäuble'nin yorumladığı gibi, "turnuvanın yerel anlamını ve hakim militan ve sağcı siyasi çağrışımını yeniden çerçevelemek için dikkatle hazırlanmış bir kampanya"<sup>107</sup> vardı. Yazılı yinelemesinde, geçmişte savaşçı bir düşmanın yenilgisinin zafer kutlaması ya da günümüzde tartışmalı kimliklerin sembolü değil, çok kültürlülüğün bir festivali haline gelmiştir. Bu durum, UNESCO'nun hakim hassasiyetlerine uygun bir şekilde, belki de ayrıntılı tarihsel olgusal doğruluktan vazgeçerek, tarihsel bir anlatının ortaya konmasının önemine işaret etmektedir. Sinjska Alka, altta yatan anlatısında önemsiz olmayan bir değişim geçirmiştir. Anısına yapıldığı tarihi olaydan yirmi birinci yüzyıl duyarlılıklarına daha uygun bir şeye odaklanması ve mesajın değiştirilmesi, kültürel mirasın yazılması için onay alma baskısı nedeniyle nasıl yeniden şekillendirilebileceğinin bir göstergesidir. Bu durum, bir unsurun tarihinin nasıl sunulması gerektiğini, ancak bunun aynı zamanda tarihin yanıltıcı bir şekilde yenilenmesine de yol açabileceğini göstermektedir.

### E. Tbourida

Tbourida, elit ve savaşçı kökenlere sahip bir at mirası unsurudur. Temsili Listeye kaydedilmesi 2021 yılında onaylanmıştır.<sup>108</sup> UNESCO tarafından "Fas'ın on altıncı yüzyıla kadar uzanan atlı performansı" olarak tanımlanmaktadır. Atalardan kalma Arap-Amazigh geleneklerine ve ritüellerine göre yeniden inşa edilen bir dizi askerî geçit törenini simüle eder."<sup>109</sup> Dahası, adaylık formunda "bourida, mutlu kolektif olayları kutlayan geleneksel bir binicilik sanatıdır" yorumu yer almaktadır.<sup>110</sup>

Ancak bu, kökenleri hakkında yanlış bir tanımlama olabilir; Talley, köklerinin "Amazigh (veya Berberi) ve Arap Bedevi savaş geleneklerine" dayandığını açıklamaktadır.<sup>111</sup> Yani, sadece bir performans değil, aynı zamanda bir savaş uygulamasıydı. Tıpkı Sinjska Alka'nın savaşçı doğasının UNESCO'nun resmi bilgilerinde azaltılmış olması gibi, Tbourida'nınki de azaltılmıştır. Tescil edilmesi onaylanırken, taslak kararda bazı endişeler dile getirilmiştir. Taslak kararda, Tbourida'nın korunması ve "elementin yaşayabilirliği" pahasına ticarileşmesinin önlenmesi için alınacak tedbirlere özellikle odaklanması gerektiği konusunda uyarıda bulunmaktadır.<sup>112</sup> Bu uyarı, Hükümetlerarası Komite'nin yazımı onaylayan nihai kararında da

<sup>102</sup> Bjeljic et al, "Image of Hajduks," 228.

<sup>103</sup> Bjeljic et al, "Image of Hajduks," 229.

<sup>104</sup> "Somut Olmayan Kültürel Mirasın Korunması için Hükümetlerarası Komite," ITH/10/5.COM/CONF.202/6, 6 Ekim 2010, Taslak Karar 5.COM 6.47, erişim tarihi Eylül: 4, 2022, <https://ich.unesco.org/doc/src/ITH-10-5.COM-CONF.202-6-EN.pdf>, 58.

<sup>105</sup> "Taslak Karar 5.COM 6.47," 58.

<sup>106</sup> Michaela Schäuble, "Living history? Reenacting the past and promoting 'tradition' in the Dalmatian hinterland," *Nationalities Papers* 47, no. 2 (2019):14, 16.

<sup>107</sup> Schäuble, "Living history?" 16.

<sup>108</sup> "Tbourida, 2021'de (16.COM) İnsanlığın Somut Olmayan Kültürel Mirası Temsili Listesi'ne kaydedildi," <https://ich.unesco.org/en/RL/tbourida-01483>, erişim tarihi: 6 Ağustos 2023.

<sup>109</sup> "Tbourida," <https://ich.unesco.org/en/RL/tbourida-01483>, erişim tarihi: 7 Ağustos 2023.

<sup>110</sup> "Adaylık dosyası No. 01483 for inscription in 2021 on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity," 4.c., 13, LHE/21/16.COM/8, bu bağlantıdan erişilebilir, erişim tarihi: 21 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/8-urgent-safeguarding-list-01192>.

<sup>111</sup> Gwyneth Talley, "Fas'ta İnsan-At İlişkileri: What Equids Can Tell Us About Society," *Hesperis-Tamuda* 55, no. 4 (2020): 329.

<sup>112</sup> "Geçici Gündemin 8.b. Maddesi," LHE/21/16.COM/8.b, Paris, 14 Aralık 2021, erişim tarihi: 11 Eylül 2022, [https://ich.unesco.org/doc/src/LHE-21-16.COM-8.b\\_Rev.2\\_Add.3-EN.docx](https://ich.unesco.org/doc/src/LHE-21-16.COM-8.b_Rev.2_Add.3-EN.docx), 43.

yer almaktadır.<sup>113</sup> Öte yandan, elementin erkek egemen doğasına değinilmiyor ve yazılı hale getirilmesinin onaylanmasında bir sorun haline gelmiş gibi görünmüyor. Talley, "[a]2019 itibariyle, *tbourida* gösterisinin erkek egemen bir eğlence ve spor olmaya devam ettiğini, ancak birkaç kadının tamamen kadınlardan oluşan kendi gruplarına katıldığını ve bazılarının erkek ekiplerle birlikte bindiğini" belirtiyor.<sup>114</sup> Buna karşılık, İspanyol Binicilik Okulu'nun onaylanmasında katılımcıların cinsiyet kompozisyonu yorumlanmış ve daha önce sadece erkeklerden oluşan okulun kadınları da içerecek şekilde değiştirilmesi onaylanmıştır.<sup>115</sup> Tbourida'da katılımcıların cinsiyeti konusuna değinilmemiştir.

#### F. Oostduinkerke'de At Sirtında Karides Avcılığı

"At Sirtında Karides Avcılığı"nın bu miras unsuru, şimdiye kadar ele alınan diğer unsurlarla bilgilendirici bir tezat oluşturmaktadır. Elit bir kökeni ya da günümüzün performatif bir yönü yoktur. Basitçe atların bir çalışma işlevinde kullanılmasıdır. İnsanlığın Somut Olmayan Kültürünün Temsili Listesi'ne kaydedilmesi 2013 yılında onaylanmıştır.<sup>116</sup> Listede sadece on iki aile tarafından uygulandığına dair bilgi olmasına rağmen, acil koruma listesinde yer almamaktadır.<sup>117</sup> Chaineux ve Charlier şu yorumu yapmaktadır:

... Oostduinkerke'de gelenekler yaşatılmaktadır. At sirtında karides avcılığının esasen folklorik bir özelliği kaldığı doğrudur, ancak yine de turistler ve mevsimlik sakinler tarafından takdir edilen renkli bir etkinliktir ve kahvaltı servisi yapan işletmeler için bir kazançtır!<sup>118</sup>

Bu yorum, unsurun turistik niteliğine işaret etmektedir. Ancak Tbourida'nın aksine, metalaştırmanın tehlikelerine ilişkin unsurun onaylanmasında herhangi bir uyarı bulunmamaktadır. Karides avcılığı, atların iş amaçlı kullanılmasına bir örnektir - ancak bunun aynı zamanda bölgeye turistik bir çekicilik kattığı bir ortamda. Bu da bir soruyu gündeme getirmektedir: Değerlendirme Organı veya Hükümetlerarası Komite, metalaştırmanın miras unsurları üzerindeki etkileri konusunda hangi noktada ve ne tür miras unsurlarıyla ilgili olarak endişe duymaya başlar? Şu anda sadece on iki ailenin karides balıkçılığı yaptığı düşünüldüğünde, bu unsurun kırılabilir ve dış etkilerden etkilenmeye açık olduğu görülmektedir. Bu, sadece at mirası unsurları için değil, daha geniş anlamda somut olmayan kültürel miras unsurları için de daha fazla araştırma yapılması gereken bir alandır.

#### G. Gürcistan'da Geleneksel Binicilik Oyunları

2022 yılında Gürcistan'da düzenlenen Geleneksel Binicilik Oyunları (Tskhenburti, Isindi, Kabakhi, Marula) için Gürcistan'dan yapılan adaylık başvurusu Hükümetlerarası Komite'den olumsuz yanıt almıştır.<sup>119</sup> Kararda, adaylık kriterlerinin, yazıtın unsurun kendisinden ziyade "genel olarak somut olmayan kültürel mirasa"<sup>120</sup> nasıl yeterli dikkati sağlayacağını açıklamakta başarısız olduğu belirtilmiştir.<sup>121</sup> Diğer endişeler ise "elementin korunmasına yönelik geçmiş ve mevcut çabalar" hakkında yetersiz bilgi,<sup>122</sup> toplulukların katılımı hakkında bilgi eksikliği,<sup>123</sup> ve "Tarafların Devlet'in ve ilgili toplulukların yazıtın istenmeyen sonuçlarını nasıl izleyeceği ve aşırı ticarileşmenin etkisini nasıl azaltacağına dair bilgi"<sup>124</sup> eksikliğiyle ilgilidir. Bu, yazıt için

<sup>113</sup> "Hükümetlerarası Komite Kararı: 16 COM 8.B.26," erişim tarihi: 11 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/decisions/16.COM/8.B.26>.

<sup>114</sup> Talley, "Human-Horse Relationships," 329

<sup>115</sup> "Karar 10.Com.10.b.6," 2. paragraf.

<sup>116</sup> "Oostduinkerke'de At Sirtında Karides Avcılığı," erişim tarihi Ocak: 8, 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/shrimp-fishing-on-horseback-in-oostduinkerke-00673>.

<sup>117</sup> "Shrimp Fishing /Karides Balıkçılığı."

<sup>118</sup> Marie-Claire Chaineux and Roger H. Charlier, "Fishermen Cavalry," *Journal of Coastal Research* 32, no. 2 (2016): 438.

<sup>119</sup> "Hükümetlerarası Komite Kararı: 17 COM 7.b.9," erişim tarihi: 23 Mayıs 2023, <https://ich.unesco.org/en/Decisions/17.COM/7.b.9>

<sup>120</sup> "17 COM 7.b.9 sayılı Karar," paragraf 3, R.2

<sup>121</sup> "17 COM 7.b.9 sayılı Karar," paragraf 3, R.2

<sup>122</sup> "17 COM 7.b.9 sayılı Karar," paragraf 3, R.2

<sup>123</sup> "17 COM 7.b.9 sayılı Karar," paragraf 3, R.2

<sup>124</sup> "17 COM 7.b.9 sayılı Karar," paragraf 3, R.2



gerekli teknik unsurların nasıl karşılanması gerektiğinin canlı bir örneğidir. Bunlar geleneksel oyunlar olmalarına ve belki de folklorik bir çekiciliğe sahip olmalarına rağmen onaylanmamışlardır.

### H. Çovqân

Dikkate alınması gereken son at mirası unsuru Çovqan'dır. Çovqan, Azerbaycan tarafından tek bir devlet adayı olarak gösterilmiş ve 2013 yılında Acil Koruma Gerektiren Miras Listesi'ne kaydedilmesi onaylanmıştır.<sup>125</sup> Azerbaycan'ın her dört yılda bir bu unsurun korunması için attığı adımlara ilişkin bir rapor sunması gerekmektedir.<sup>126</sup> Azerbaycan'dan elde edilen en son rapor 2017 yılına ait olup,<sup>127</sup> Çovqan'ın yazıtının onaylanmasından dört yıl sonrasına aittir. Bir başka raporun Aralık 2025'te yayınlanması bekleniyor.<sup>128</sup> Acil korumaya ilişkin 2017 raporu, at mirasını tartışmalı bölge olan Karabağ ile ilişkilendirmeye devam ediyor.<sup>129</sup> Karabağ bölgesi, Ermenistan ve Azerbaycan arasındaki anlaşmazlığın çözümüne yönelik çabaların merkezinde yer almaya devam etmektedir.<sup>130</sup> Raporda ayrıca Karabağ atının<sup>131</sup> yetiştirilmesinin zorluğuna da dikkat çekilmektedir - diğer at ırklarının kullanılması av ekipmanlarının değişmesine neden olmuştur:

Çovqan için mevcut Karabağ atlarının azlığı, oyuncularını daha uzun tokmaklarla oynamalarına neden olan karışık cins atlar kullanmaya zorlamaya devam etmekte, böylece oyun güvenliğini tehlikeye atmakta ve geleneksel uygulamadan sapmaktadır.<sup>132</sup>

### VI. Sonuç

UNESCO listelerindeki at mirası unsurlarının her birini bütünüyle incelemek bu makalenin sınırları içinde mümkün değildir. Peki, bu değerlendirmeden ne çıkarılabilir? Atın kültürel mirası yirmi birinci yüzyılda da yüksek düzeyde bir önem ve anlam taşımaktadır. Makineleşme nedeniyle atın toplumdaki günlük rolü azalmış olsa da, atlar yirmi birinci yüzyılda da önemini korumaktadır. Adaylıklar ve yazıtlar, atların yirmi birinci yüzyılda da önemini koruduğunun bir kanıtıdır. At kültür mirasının yirmi birinci yüzyıldaki önemi ve geçerliliği, çok çeşitli faaliyetler ve sosyal katmanlar için geçerlidir: Fransa ve Avusturya'daki günümüz klasik binicilik merkezlerinin cazibesinden, ikonik Lipizzan atı yetiştiriciliğinin çok devletli faaliyetine,

<sup>125</sup> ["Chovqan, a traditional Karabakh horse-riding game in the Republic of Azerbaijan," / ["Çovqan, Azerbaycan Cumhuriyeti'nde geleneksel bir Karabağ at binme oyunu,"]. <https://ich.unesco.org/en/USL/chovqan-a-traditional-karabakh-horse-riding-game-in-the-republicof-azerbaijan-00905>, erişim tarihi: 6 Ağustos 2023.

<sup>126</sup> "Chovqan."

<sup>127</sup> "Chovqan."

<sup>128</sup> "Chovqan."

<sup>129</sup> "Report on the Status of an Element Inscribed on the List of Intangible Cultural Heritage in Need of Urgent Safeguarding Deadline 15 December 2017 for examination in 2018," section A.6 Executive Summary of the Report, <https://ich.unesco.org/en/state/azerbaijan-AZ?info=periodic-reporting#usl-0940-2018>, accessed: August 6, 2023 / ["Acil Koruma Gerektiren Somut Olmayan Kültürel Miras Listesinde Yer Alan Bir Unsurun 2018'de İncelenmek Üzere Son Tarihi 15 Aralık 2017 Olan Durumuna İlişkin Rapor," Raporun A.6 Yönetici Özeti bölümü, <https://ich.unesco.org/en/state/azerbaijan-AZ?info=periodic-reporting#usl-0940-2018>, erişim: 6 Ağustos 2023].

<sup>130</sup> Joshua Kucera, "As Azerbaijan-Armenia Diplomacy Advances, a Solution to the Karabakh Remains Elusive," May 17, 2023, Eurasianet, <https://eurasianet.org/as-armenia-azerbaijan-diplomacy-advances-a-solution-to-karabakh-remains-elusive>, accessed August 6, 2023 / [Joshua Kucera, "Azerbaycan-Ermenistan Diplomasisi İlerlerken Karabağ'da Çözüm Zor Kalıyor," 17 Mayıs 2023, Eurasianet, <https://eurasianet.org/as-armenia-azerbaijan-diplomacy-advances-a-solution-to-karabakh-remains-elusive>, erişim tarihi 6 Ağustos 2023].

<sup>131</sup> "Report on the Status of an Element Inscribed on the List of Intangible Cultural Heritage in Need of Urgent Safeguarding, Deadline 15 December 2017 for examination in 2018," section B.2, Cultural and Social functions, <https://ich.unesco.org/en/state/azerbaijan-AZ?info=periodic-reporting#usl0940-2018>, accessed August 6, 2023 / ["Acil Koruma Gerektiren Somut Olmayan Kültürel Miras Listesinde Yer Alan Bir Unsurun Durumuna İlişkin Rapor, 2018'de incelenmek üzere son tarih 15 Aralık 2017," bölüm B.2, Kültürel ve Sosyal işlevler, <https://ich.unesco.org/en/state/azerbaijan-AZ?info=periodic-reporting#usl0940-2018>, erişim tarihi 6 Ağustos 2023].

<sup>132</sup> "Report on the Status of an Element Inscribed on the List of Intangible Cultural Heritage in Need of Urgent Safeguarding, Deadline 15 December 2017 for examination in 2018," section B.2 / ["Acil Koruma Gerektiren Somut Olmayan Kültürel Miras Listesinde Yer Alan Bir Unsurun Durumuna İlişkin Rapor, 2018'de incelenmek üzere son tarih 15 Aralık 2017," bölüm B.2.].

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

çobanlık ve balıkçılıkta, oyunlarda ve törenlerde atların çalışmasına kadar. At mirası ulusal kimliğin merkez noktası olarak öne çıkabilir. Her bir adaylık veya listeleme kapsamında sağlanan bilgiler, atların ve at mirasının çok çeşitli ortam ve faaliyetlerde günümüzdeki önemine dair bir anlatı sunmaktadır. UNESCO listelerindeki örnek olay incelemelerinin sağladığı günümüzdeki at kültürel mirasına dair kışkırtıcı bakışlar, günümüzdeki hayati at mirası dünyasına bir giriş sağlamaktadır. Atın çağının ne ölçüde sona erdiği ya da sona erip ermediği, daha fazla araştırma için olgunlaşmış bir alandır. Yirmi birinci yüzyılda at fikrinin hayatın karmaşıklığına dair kaygıları ifade etmek için bir avatar haline geldiğini ileri sürmektedir. Bu şekilde at, toplumda ideolojik bir dayanak noktası haline gelmekte, bu da at mirasının yazılı hale getirilmesiyle ortaya çıkmaktadır. Yorum yapıyorlar. Guest ve Mattfeld'in açıkladığı gibi, at kaygının ve onu çözme çabalarının ifade edilmesi için bir tuvaldir, ancak yirmi birinci yüzyıl yaşamının gerilimleri devam etmektedir ve at aynı zamanda bunları tanımlamak için bir araçtır. Güçlü bir sembol olarak at, günümüzde çeşitli yerlerde ve topluluklarda toplumun ilgisini çekmektedir. Bu da atın somut olmayan kültürel miras unsurları içindeki yerini anlamaktan elde edilecek çok fazla içgörü olduğunu ve UNESCO listelerinin zengin bir güncel bilgi sağladığını göstermektedir. Gelecekteki UNESCO at mirası listeleri, atın yirmi birinci yüzyıldaki yeri, rolü ve anlamı hakkında fikir vermeye devam edecektir.

### REFERANSLAR

- Argent, Gala and Vaught, Jeannette eds. *The Relational Horse: How Frameworks of Communication, Care, Politics and Power Reveal and Conceal Equine Selves*. Leiden: Brill, 2022.
- Bertacchini, Enrico, Liuzza, Claudia, Meszell, Lynn, and Saccone, Donatella. "The Politicization of UNESCO World Heritage Decision Making." *Public Choice* 167, no. 1 (2016): 95-129
- Bjeljac, Željko, Terzic, Aleksandra, Brankov, Jovana, and Vujovic, Slavoljub. "Image of Hajduks and Uskoks and its Role in Formation of Traditional Sports and Games as Intangible Heritage of Ex-Yugoslav Area." *Forum Geografic*, 20, no. 2 (2021): 224-237.
- Chaineux, Marie-Claire, and Charlier, Roger H. "Fishermen Cavalry." *Journal of Coastal Research* 32, no. 2 (2016): 434-442.
- "Charrería, Equestrian Tradition in Mexico," erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/charrera-equestrian-tradition-in-mexico-01108>.
- "Chovqan, a traditional Karabakh horse-riding game in the Republic of Azerbaijan," erişim tarihi: 6 Ağustos 2023, <https://ich.unesco.org/en/USL/chovqan-a-traditional-karabakh-horse-riding-game-in-the-republic-of-azerbaijan-00905>.
- "Classical Horsemanship and the High School of the Spanish Riding School Vienna," Evaluation of the Nominations for Inscription in 2013 on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity, Nomination information, 1(1), erişim tarihi: 4 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/8-representative-list-00665>.
- "Classical Horsemanship and High School of the Spanish Riding School Vienna," erişim tarihi: 6 Ağustos 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/classical-horsemanship-and-the-high-school-of-the-spanish-riding-school-vienna-01106>.
- Convention for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage, erişim tarihi: 7 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/convention>.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- “Conventions,” UNESCO, erişim tarihi: 7 Eylül 2022, [https://en.unesco.org/about-us/legal-affairs/instruments/conventions?title=&field\\_convention\\_the\\_me\\_value=CLT](https://en.unesco.org/about-us/legal-affairs/instruments/conventions?title=&field_convention_the_me_value=CLT).
- “Decision of the Intergovernmental Committee: 5.COM 6.47,” erişim tarihi: 6 Ağustos 2023, <https://ich.unesco.org/en/decisions/5.COM/6.47>.
- “Decision of the Intergovernmental Committee: 8.COM. 8.3”, erişim tarihi: 13 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/Decisions/8.COM/8.3>.
- “Decision 10.Com.10.b.6, “Intergovernmental Committee for the Safeguarding of Intangible Cultural Heritage,” “Decisions,” 10th session, December 4, 2015, ITH/15/10.COM, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/decisions/10.COM/10.B.6>.
- “Decision of the Intergovernmental Committee: 11.COM.10.B.22,” erişim tarihi: 13 Ocak 2023, 3, <https://ich.unesco.org/en/decisions/11.COM/10.B.22>.
- “Decision of the Intergovernmental Committee: 16 COM 8.B.26,” erişim tarihi: 11 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/decisions/16.COM/8.B.26>.
- “Decision of the Intergovernmental Committee: 17 COM 7.b.9,” erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/Decisions/17.COM/7.b.9>.
- “Draft Decision 11.COM 10.b.22”, accessed January 8, 2023, <http://hozir.org/11-com-ith1611-com10-b-paris-31-october-2016-original-english.html?page=5>.
- “Equitation in the French Tradition,” erişim tarihi: 18 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/RL/equitation-in-the-french-tradition-00440>.
- Fijn, Natasha. *Living with the Herds: Human-Animal Co-Existence in Mongolia*. Cambridge: Cambridge University Press, 2011, Paper Back Edition 2017.
- Guest, Kristen, and Mattfeld, Monica, eds. *Equestrian Cultures: Horses, human society, and the discourse of modernity*. Chicago: University of Chicago Press, 2019.
- Halley, Jean O’Malley. *Horse Crazy: Girls and the Lives of Horses*. University of Georgia Press, 2019.
- “How Four Classical Schools Came Together,” Equisearch, May 27, 2008, accessed September 3, 2022, [https://equisearch.com/articles/classical\\_schools\\_052708/](https://equisearch.com/articles/classical_schools_052708/).
- “Intergovernmental Committee for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage,” ITH/10/5.COM/CONF.202/6 , October 6, 2010, Draft Decision 5.COM 6.47, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/doc/src/ITH-10-5.COM-CONF.202-6-EN.pdf>, 58.
- “Intergovernmental Committee for the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage, Eleventh Session, Item 10 of the Provisional Agenda,” ITH/16/11.COM/10, 31 October, Paris, 2016, paragraph 34, accessed January 8, 2023, <https://ich.unesco.org/en/11com>,
- “Item 8.b. of the Provisional Agenda,” LHE/21/16.COM/8.b, Paris, December 14, 2021, erişim tarihi: 11 Eylül 2022, [https://ich.unesco.org/doc/src/LHE-21-16.COM-8.b\\_Rev.2\\_Add.3-EN.docx](https://ich.unesco.org/doc/src/LHE-21-16.COM-8.b_Rev.2_Add.3-EN.docx), 43.
- Jacobs, Marc. “Brugel and Burke Were Here! Examining the Criteria Implicit in the UNESCO Paradigm of Safeguarding ICH: the first decade.” *International Journal of Intangible Heritage* 9 (2014): 100-118.
- Kucera, Joshua. “As Azerbaijan-Armenia Diplomacy Advances, a Solution to the Karabakh Remains Elusive,” May 17, 2023, Eurasianet, erişim tarihi: 6 Ağustos 2023,

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

<https://eurasianet.org/as-armenia-azerbaijan-diplomacy-advances-a-solution-to-karabakh-remains-elusive>.

“Lipizzan Horse Breeding Traditions,” erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/lipizzan-horse-breeding-traditions-01687>.

“Nomination file No. 01483 for Inscription in 2021 on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity,” 4.c., 13, LHE/21/16.COM/8, accessible through this link, erişim tarihi: 21 Eylül 2022, <https://ich.unesco.org/en/8a-urgent-safeguarding-list-01192>.

“Nomination file no. 01687for inscription in 2022 on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity,” page 6, erişim tarihi: 13 Ocak 2023, accessible from this link, <https://ich.unesco.org/en/7b-representative-list-01281#7.b.40>.

Nomination Form, Nomination file no. 01108 for inscription in 2016 on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity,” page 6, accessible through this link, erişim tarihi: 13 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/charrera-equestrian-tradition-in-mexico-01108>.

Operational Directives, erişim tarihi: 4 Eylül 2022, [https://ich.unesco.org/doc/src/2003\\_Convention\\_Basic\\_Texts-2020\\_version-EN.pdf](https://ich.unesco.org/doc/src/2003_Convention_Basic_Texts-2020_version-EN.pdf).

Oppenheim, Ran Jean-Marc. “From Artistic Endeavor to Economic Enterprise; Horsemanship from the 18th to the 20th Centuries.” In *Views from the Edge, Essays in Honor of Richard W Bulliet*. Ed. Nequin Yavari, Lawrence G Potter, and Jean-Marc Ran Oppenheim, 141-153. New York: Columbia University Press, 2004

Pickel-Chevalier, Sylvine. “Globalization and Equestrian Cultures: The Case of Equitation in the French Tradition.” In *Equestrian Cultures in Global and Local Contexts*. Ed. Miriam Adelman and Kirrily Thompson, 81-104. New York: Springer, 2017.

Pickel-Chevalier, Sylvine. “Popular Horse Stories and the Invention of Contemporary Horse-Human Relationships Through an ‘Alter Ego’ Paradigm.” *Journal of Sport Science* 5 (2017): 119-137, erişim tarihi: 6 Ağustos 2023, [www.davidpublisher.com/index.php/Home/Article/index?id=30927.html](http://www.davidpublisher.com/index.php/Home/Article/index?id=30927.html).

Pickel-Chevalier, Sylvine. “Tourism and the Intangible Culture of the Horse.” *Mondes du Tourisme*, 18 (2020), online since 01 March 2021, connection on 15 March 2021, erişim tarihi: 12 Ocak 2023. <http://journals.openedition.org/tourisme/3016>. DOI: <https://doi.org/10.4000/tourisme.3016>.

Pickel-Chevalier, Sylvine. “Tourism as an Agent of Reinvention for European Equestrian Intangible Cultural Heritages: The Case of Three Great Public Classical Riding Schools.” *Mondes du Tourisme* 18 (2020). Online since 01 March 2021, connection on 15 March 2021, erişim tarihi: 13 Ocak 2023. <http://journals.openedition.org/tourisme/3019>. DOI: <https://doi.org/10.4000/tourisme.3019>.

“Press Information December 2022, UNESCO Intangible Culture of Humanity, Knowledge Concerning the Breeding of the Lipizzan Horse.” The Spanish Riding School, erişim tarihi: 8 Ocak 2023 <https://www.srs.at/en/about-us/unesco-intangible-cultural-heritage-of-humanity-knowledge-concerning-the-breeding-of-lipizzan-horses/>.

“Procedure of Inscription of Elements on the Lists and of Selection of Good Safeguarding Practices,” erişim tarihi: 4 Eylül 2022. <https://ich.unesco.org/en/procedure-of-inscription-00809#timetable-and-procedures>.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Raulff, Ulrich. *Farewell to the Horse: The Final Century of Our Relationship*. Trans. Ruth Ahmedzai Kemp. Allen Lane, 2017.

Report on the Status of an Element Inscribed on the List of Intangible Cultural Heritage in Need of Urgent Safeguarding Deadline 15 December 2017for examination in 2018,” erişim tarihi: 6 Ağustos 2023, <https://ich.unesco.org/en/state/azerbaijan-AZ?info=periodic-reporting#usl-0940-2018>.

Sargent, Sarah (2023) Cheiron: “Telling Tales: Intangible Cultural Heritage, UNESCO and Horse Cultural Heritage in the Twenty-First Century [Masal Anlatmak: Somut Olmayan Kültürel Miras, UNESCO ve Yirmi Birinci Yüzyılda At Kültür Mirası]” *The International Journal of Equine and Equestrian History*, Vol. 3, Issue 2/2023, 184-207 ss.

Schäuble Michaela. “Living history? Reenacting the Past and Promoting ‘Tradition’ in the Dalmatian Hinterland.” *Nationalities Papers* 47, no. 2 (2019): 198-216.

Schreiber, Hanna. “Intangible Cultural Heritage and Soft Power – exploring the relationship.” *International Journal of Intangible Heritage* 12 (2017): 44-57.

Schreiber Hanna. “Intangible Cultural Heritage, Europe, and the EU: Dangerous Liaisons?” In *Cultural Heritage in the European Union*. Ed. Andrzej Jakubowski, Francesca Fiorentini and Kristen Hausler, 329-330. Leiden: Brill Nijhoff, 2019.

“Shrimp Fishing on Horseback in Oostduinkerke,” erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/RL/shrimp-fishing-on-horseback-in-oostduinkerke-00673>.

Smith, Laurajean. *Uses of Heritage*. London/New York: Routledge, 2006.

Smith, Laurajean. “Intangible Cultural Heritage: A Challenge to the Authorised Heritage Discourse?” *Revista d'etnologia de Catalunya* 40 (2015): 133-142.

Talley, Gwyneth. “Human-Horse Relationships in Morocco: What Equids Can Tell Us About Society.” *Hesperis-Tamuda* 55, no. 4 (2020): 319-337.

“Tbourida, Inscribed in 2021 (16.COM) on the Representative List of the Intangible Cultural Heritage of Humanity,” erişim tarihi: 6 Ağustos 2023. <https://ich.unesco.org/en/RL/tbourida-01483>.

“The 2005 Convention for the Protection and Promotion of the Diversity of Cultural Expressions,” iletişim tarihi: 15 Ocak 2023, <https://en.unesco.org/creativity/sites/creativity/files/passeport-convention2005-web2.pdf>.

“The State Parties’ to the Convention on the Safeguarding of the Intangible Cultural Heritage,” erişim tarihi: 8 Ocak 2023, <https://ich.unesco.org/en/states-parties-00024>.

“UNESCO in Brief,” UNESCO, erişim tarihi:4 Eylül 2022, <https://www.unesco.org/en/brief>.

## TÜRK HALKLARININ GELENEKSEL GÜREŞ ANTRENÖRLERİNİN SPORCULAR TARAFINDAN ALGILANAN PEDAGOJİK YETERLİLİKLERİ VE FONKSİYONLARI

Sıymık ARSTANBEKOV\* R. BAKTİBEK UULU\*\*

\*PhD., Kyrgyz State University of Physical Culture - Education and Sports Academy,  
Bishkek, Kyrgyzstan,

ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0003-0112-8519>;

E-mail: [sportmastervoot@mail.ru](mailto:sportmastervoot@mail.ru)

\*\*PhD., Kyrgyz State University of Physical Culture - Education and Sports Academy,  
Bishkek, Kyrgyzstan,

E-mail: [rustomb@mail.ru](mailto:rustomb@mail.ru)

### ÖZET

Bu araştırmada Türk halklarının geleneksel güreş antrenörlerinin sporcular tarafından algılanan pedagojik yeterlilikleri ve fonksiyonları incelendi. Bu konuda yapılan monografik çalışma olmadığından dolayı olanlarından faydalanıldı. Bilindiği gibi güreşin hem günümüz dünyasının en önemli bir sektörü, hemde en eski toplumsal kurumlardan birisidir. Dahası, insan yapısı kurumlar içinde dünya barışıyla kendisini en çok özdeşleştirmiş olanıdır. Halk arasında güreşçilere ne tür bir eğitim verildiği; usta-çırak ilişkilerinin nasıl olduğu; şekli ve fikri yönlerinin ne gibi milli-manevi, ahlaki, estetik, sağlam fizik vb. fonksiyonları yerine getirdikleri ve günümüzde getiremedikleri; İster modern ister pos-modern vurgusu yapılsın sonuçta güreş branşlar kuralları bağlanan, kazanma ve muktedir olma arzusu olan, diğer meslek gurupları gibi belli bir mesai gerektiren iş kolu halini aldığı da göz ardı edilmektedir. Bu bağlamda geleneksel güreş türleri algılanan pedagojik yeterlilikleri nasıl oluşmuşlar sorularının yanıtlarıyla cevap aramak amaçlandı. Sonuç olarak geleneksel güreş türlerinin Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan arasındaki dağılımları evhamı ve talimden eğitime dönüşen tanımların Bunların içerisinde sosyal bilimcilerce üzerinde durulan ve tutulan geleneksel güreş tanımlarının bir kısmının kavramı niteliklerine uygun olması görüldü.

**Anahtar kelimeler:** geleneksel güreş, türk halkları, pedagojik yeterlilikleri ve fonksiyonları.

### PEDAGOGICAL COMPETENCIES AND FUNCTIONS OF TRADITIONAL WRESTLING COACHES OF TURKISH PEOPLES PERCEIVED BY ATHLETES

#### ABSTRACT

In this research, the pedagogical competencies and functions of traditional wrestling coaches of Turkish peoples perceived by athletes were examined. Since there is no monographic study on this subject, indirect ones were used. As it is known, wrestling is both the most important sector of the modern world and one of the oldest social institutions. Moreover, the human structure is the one that has identified itself with world peace the most among institutions. What kind of training is given to wrestlers among the public; how are master-apprentice relations Dec; what kind of national-spiritual, moral, aesthetic, sound physics and so on of its form and intellectual aspects. it is also ignored that they perform functions and cannot perform them today; whether modern or pos-modern emphasis is placed on wrestling, as a result, it has become a line of work that adheres to the rules of branches, has a desire to win and be able to, requires a certain amount

of overtime, like other professional groups. Dec. In this context, it was aimed to search for answers with answers to the questions of how traditional wrestling types formed their perceived pedagogical competencies. As a result, the distribution of traditional wrestling types between Azerbaijan, Turkey, Tuva, Turkmenistan, Kyrgyzstan, Kazakhstan and Uzbekistan showed that the definitions that have changed from education and training to education correspond to the conceptual qualities of some of the definitions of traditional wrestling focused on and held by social scientists Dec.

**Keywords:** traditional wrestling, Turkish peoples, pedagogical competencies and functions.

## GİRİŞ

“Türklerin atalarının Orta Asya’da yaptığı geleneksel güreşler, Türk halklarında “güreş” ve “pehlivan / balban” kavram ve kültürel algısı; sosyal yapı ve yaşayıştaki yeri; Türk halklarının M.Ö. tarihlerde “Pi-Yung” kale teşkilatı, Türkistan Hive’de bulunan “Pir Mahmut Veli Pehlivan Tekkesi”, Selçuklu’da “Alp” teşkilatı, Osmanlı’da yaygın olan “Güreş Tekkeleri” gibi güreşin ilk kurumsal yapıları; bu kurumsal yapılarında ve küçük yerleşim yerlerinden büyük yerleşim yerlerine halk arasında güreşçilere ne tür bir eğitim verildiği; usta-çırak ilişkilerinin nasıl olduğu; şekli ve fikri yönlerinin ne gibi milli-manevi, ahlaki, estetik, sağlam fizik vb. fonksiyonları yerine getirdikleri ve günümüzde getiremedikleri; geçmişte ahlaki ve gizemci yönleriyle verilen pedagojinin günümüze taşınıp taşınmadığı sorularına: günümüz Türk cumhuriyetlerinde geleneksel güreş yapan ve yapmış olan sporculara yapılan anketlerle cevap aramak, amacımızın odak noktalarını oluşturmaktadır [2].

**Problem:** geleneksel güreş antrenörlerinin tarihi gelişimi ve sosyalizasyon sürecinde sporcular tarafından algılanan pedagojisi yeterlilikleri ve sosyo-kültürel dönüşümünü inceleme gereği ile ilgilidir.

Küreselleşme süreci özellikle az gelişmiş ve gelişmekte olan Türk cumhuriyetlerinin milli kültür unsurlarından her gün birini koparıp gitmektedir. Kültür bir kabileyi veya bir boydan ziyade milleti meydana getiren faktörlerin başında gelmektedir. Tarih boyunca gücün ve kuvvetin en iyi temsili olarak görülen güreş, Türk halklarının sosyal yapı ve yaşayışlarının her safhasında görülmüştür. Dolayısıyla Türk halkları için bir spor formatı olmanın çok ötesinde fiziki olduğu kadar fikri, felsefi, dini, milli, ahlaki, estetik vb. anlamlar ifade eden geleneksel güreşler, küreselleşmeden ve idaresi altında oldukları rejimlerin baskısından yeterince etkilenmişlerdir. Bu bağlamda Türk haklarının geleneksel güreşleri de giyim ve kuşamlarından, usta-şakirt ilişkisinden, salıkçazı, vb. milli niteliklerinden birçoğunu yitirmiş, anlam boşalması olmuş ve dünyaya entegre olalım diye bu ritüellerini yitirmeye de devam etmektedir. Geleneksel güreşlerin ritüelleri gibi milli kültür unsurlarını ve köklü geleneklerini yitiren bir toplum, millet olma özelliğini de yitirecektir. Bu duruma düşmüş bir toplumunda tam bağımsız bir devlet olma şansını da yitireceği gibi başka milletlerin egemenliği altına girmeye de mahkumdur [1,3].

Türk cumhuriyetleri veya Türk halklarında buna kısmen benzeyen başka geleneksel sporlar üzerine çalışmalar yapılmış olsa da, güreşe özgü bu tür bir monografik çalışma yapılmamıştır. Ayrıca, tarihsel içerikli ve istekli olan bu tür geleneksel sporlar hakkında yapılmış çalışmalar, batı dünyası örnekleriyle karşılaştırıldığında, Türk halklarında kapsadığı alan ve analitik nitelikleri bakımından çok yetersizdir. Yapılan çalışmaların büyük çoğunluğu halen derinlikli analizler yapmaktan uzak, yüzeysel bir seviyede ve betimleyici bir çerçeve içinde kalmıştır [4]. Milli ideallerini yitiren bir toplum, etik ve estetik değer yıkımına uğrayan bireyler, içine düştükleri önyargılarla birbirlerine yabancılaşırlar. Özne olmanın temel şartı bireylere ve topluma karşı sorumluluk duymak, insanımıza yol gösteren değerleri hayata katmaktır. Ancak yeni değerler eski değerlere ne kadar az şey borçlu olurlarsa olsunlar, sonuçta onların yerini almışlardır. Yerini aldıkları şeyi anlamadan yeni değerleri anlamlandırmaya çalışmak boş ya da

en azından havada kalan bir uğraş olacaktır. Bu bağlamda bu tezimizin geleneksel güreşlerdeki problemleri gösterip çözümünü sunmak bizler için milli bir vazife olarak görülmektedir [5,7]. Çalışmada daha geniş kapsamda nitel araştırma desenlerine ve daha dar kapsamda nicel araştırma desenlerine başvurulmuştur. Çalışmanın doğası gereği sosyoloji, psikoloji, antropoloji, etnografi, etnoloji, tarih vb. birçok sosyal ve beşerî disiplin kapsamına girmektedir. Spor, oyun ve kültür alanı: belli bir grubun değerlerini, tören ve ritüellerini, yaşam biçimlerini ve sporun yaşam tarzındaki yerini ifade eder". Toplum kavramı gibi, kültür kavramı da sosyolojik, etnolojik ve tarihsel bir çalışma da yaygın olarak kullanılmaktadır [3,6].

## BULGULAR

Bu çalışmanın bulguları tablolar halinde sunulmuştur. Tablo 1'de Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin güreşe başlama yaşlarının dağılımları sunulurken Tablo 2'de geleneksel güreş türlerinin Azerbaycan, Türkiye, Tuva Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan arasındaki dağılımları sunulmuştur. Tablo 3'te ise Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan Kırgızistan Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin ülkelerindeki geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlik düzeyleri karşılaştırılmıştır.

Diğer yanda tablo 4'te güreş antrenmanlarına başlama yaşına göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlik düzeyleri karşılaştırılmıştır. Ayrıca tablo 5'te Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşlerinin ikametgah durumlarına göre geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması yapılmıştır. Yine Tablo 6'da sporcuların ulusal başarı düzeylerine göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşlerinin geleneksel görüş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlik düzeyleri karşılaştırılmıştır. Son olarak Tablo 7'de uluslararası başarı düzeylerine göre Azerbaycan Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlik düzeyleri karşılaştırılmıştır.

**Tablo 1.** Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin güreşe başlama yaşlarının dağılımları.

|                           |             | ÜLKELER      |         |      |            |             |            |            |        |
|---------------------------|-------------|--------------|---------|------|------------|-------------|------------|------------|--------|
|                           |             | Türkmenistan | Türkiye | Tuva | Özbekistan | Kırgızistan | Kazakistan | Azerbaycan | TOPLAM |
| Güreşe<br>Başlama<br>Yaşı | 5-10 yaş    | 5            | 19      | 6    | 1          | 8           | 6          | 15         | 60     |
|                           | 10-15 yaş   | 11           | 33      | 8    | 18         | 16          | 9          | 16         | 111    |
|                           | 15-20 yaş   | 17           | 5       | 12   | 28         | 20          | 17         | 0          | 99     |
|                           | 20 yaş üstü | 0            | 0       | 2    | 0          | 5           | 0          | 0          | 7      |
| TOPLAM                    |             | 33           | 57      | 28   | 47         | 49          | 32         | 31         | 277    |

\*p<0.05, \*\* p<0.01.

Crosstabs Analiz  $X^2=86.944^{**}$  sd=36, Asymp. Sig.=,000\*\*\* (Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin güreşe başlama yaşlarının dağılımları arasında anlamlı fark vardır).

Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin güreşe başlama yaşlarının dağılımları değerlendirildiğinde Türkmenistan'dan bu çalışmaya katılan 33 güreşçinin 5'i 5-10 yaş arasında, 11'i 10-15 yaş arasında, 17'si 15-20 yaş arasında güreşe başlamıştır. Türkiye'den katılan 57 güreşçinin 19'u 5-10 yaş arasında, 33'ü 10-15 yaş arasında, 5'i 15-20 yaş arasında güreşe başlamıştır. Tuva'dan katılan toplam 28



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

güreşçinin 6'sı 5-10 yaş arasında, 8'i 10-15 yaş arasında, 12'si 15-20 yaş arasında ve ikisi 20 yaş üstü güreşe başlamıştır. Özbekistan'dan bu çalışmaya katılan 47 güreşçinin biri 5-10 yaş arasında, 18'i 10-15 yaş arasında, 28'i 15-20 yaş arasında güreşe başlamıştır. Kırgızistan'dan bu çalışmaya katılan toplam 49 güreşçinin 8'i 5-10 yaş arasında, 16'sı 10-15 yaş arasında 20'si 15-20 yaş arasında ve 5'i 20 yaş üstü yaşta güreşe başlamıştır. Kazakistan'dan çalışmaya katılan 49 güreşçinin 8'i 5-10 yaş arasında, 16'sı 10-15 yaş arasında, 20'si 15-20 yaş arasında ve beşi 20 yaş üstü yaşta güreşe başlamıştır. Ayrıca Kazakistan'dan çalışmaya katılan 32 güreşçinin 6'sı 5-10 yaş arasında 9'u 10-15 yaş arasında 17'si 15-20 yaş arasında güreşe başlamıştır. Ayrıca Azerbaycan'dan çalışmaya katılan 31 güreşçinin 15'i 5-10 yaş arasında, 16'sı 10-15 yaş arasında güreşe başlamıştır. Toplamda ise bu çalışmaya katılan 277 güreşçinin 60'ı 5-10 yaş arasında, 111'i 10-15 yaş arasında, 99'u 15-20 yaş arasında ve 7'si 20 yaş üstünde güreşe başlamıştır. Bu 7 ülkenin dağılımları arasında istatistiksel anlamlı farklılık vardır.

**Tablo 2.** Geleneksel güreş türlerinin Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan arasındaki dağılımları.

|                     | GÜREŞ TÜRLERİ |         |       |       |             |        |        | TOPLAM |
|---------------------|---------------|---------|-------|-------|-------------|--------|--------|--------|
|                     | Azeri Güreş   | Fergana | Göreş | Hüreş | Kazak Güreş | Kırgız | Şalvar |        |
| <b>Türkmenistan</b> | 0             | 0       | 33    | 0     | 0           | 0      | 0      | 33     |
| <b>Türkiye</b>      | 0             | 0       | 0     | 0     | 0           | 0      | 57     | 57     |
| <b>Tuva</b>         | 0             | 0       | 0     | 28    | 0           | 0      | 0      | 28     |
| <b>Özbekistan</b>   | 0             | 47      | 0     | 0     | 0           | 0      | 0      | 47     |
| <b>Kırgızistan</b>  | 0             | 0       | 0     | 0     | 0           | 49     | 0      | 49     |
| <b>Kazakistan</b>   | 0             | 0       | 0     | 0     | 32          | 0      | 0      | 32     |
| <b>Azerbaycan</b>   | 31            | 0       | 0     | 0     | 0           | 0      | 0      | 31     |
| <b>TOPLAM</b>       | 31            | 47      | 33    | 28    | 32          | 49     | 57     | 277    |

\*p<0.05, \*\* p<0.01.

Crosstabs Analiz  $X^2=1599,082^{**}$   $sd=36$ , Asymp. Sig.=,000\*\*\* (Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan güreş türü dağılımları arasında anlamlı fark vardır).

Geleneksel güreş türlerinin Azerbaycan Türkiye Tuğba Türkmenistan Kırgızistan Kazakistan ve Özbekistan arasındaki dağılımlarının sunulduğu Tablo 2'de, Türkmenistan'dan 33 göreşçi, Türkiye'den 57 şalvar güreşçisi, Tuva'dan 28 hüreşçi, Özbekistan'dan 47 Fergana güreşçisi, Kırgızistan'dan 49 Kırgız güreşçisi, Kazakistan'dan 32 Kazak güreşçisi, Azerbaycan'dan 31 Azeri güreşçisi olmak üzere toplam 277 sporcu bu çalışmada katılımcı olarak yer almıştır. Bu yedi ülkenin güreşçilerinin dağılımları arasında anlamlı fark vardır.

**Tablo 3.** Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin ülkelerindeki geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler                 | N   | A.Ort. | S.Sap. | Min.   | Maks.  | sd | F      | Anlamlılık | Post Hoc. LSD   |
|-------------------------|-----|--------|--------|--------|--------|----|--------|------------|---|
| <b>G1.</b> Azerbaycan   | 31  | 173,06 | 2,03   | 171,00 | 175,00 | 6  | 12.054 | .000**     | G1>G3,G4,G5,G6,G7;<br>G2> G5,G6,G7;<br>G3> G7;<br>G4> G7;<br>G5> G7;<br>G6> G7; |
| <b>G2.</b> Türkiye      | 57  | 162,65 | 9,81   | 153,00 | 186,00 |    |        |            |   |
| <b>G3.</b> Tuva         | 28  | 159,75 | 30,22  | 60,00  | 200,00 |    |        |            |   |
| <b>G4.</b> Türkmenistan | 33  | 159,33 | 24,91  | 95,00  | 187,00 |    |        |            |   |
| <b>G5.</b> Kırgızistan  | 49  | 158,14 | 29,06  | 86,00  | 205,00 |    |        |            |   |
| <b>G6.</b> Kazakistan   | 32  | 147,81 | 30,72  | 108,00 | 198,00 |    |        |            |   |
| <b>G7.</b> Özbekistan   | 47  | 132,13 | 27,45  | 95,00  | 198,00 |    |        |            |   |
| <b>TOPLAM</b>           | 277 | 155,44 | 26,64  | 60,00  | 205,00 |    |        |            |   |

\*\*P<0.01; A.Ort.=Aritmetik Ortalama, S.Sap.=Standart Sapma, Min.=Minimum, Maks.=Maksimum.

**LSD**=En az farklılık testi; varyans analizi sonucu F değerinin önemli çıkması durumunda kullanılabilir. Testin uygulama kolaylığı ve daha küçük ortalama farkların önemli bulunması ihtimali yüksek olduğu için araştırmacılar tarafından yaygın olarak kullanılmaktadır.

Azerbaycan Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin ülkelerindeki geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeyleri karşılaştırıldığında 173.06 puanla Azerbaycan'ın 1 sırada yer aldığı, 162.65 puan ile Türkiye'nin 2 sırada yer aldığı, 159.75 puanla Tuva'nın 3 sırada yer aldığı, 159.33 puanla Türkmenistan'ın 4 sırada yer aldığı, 158.14 puanla Kırgızistan'ın 5 sırada yer aldığı, 147.81 puanla Kazakistan'ın 6 sırada yer aldığı ve Özbekistan'ın 132-3-13 puanla 7 sırada yer aldığı görülmektedir. Grup 1'in ortalaması grup 3 grup 4 grup 5 grup 6 ve grup 7'den büyükken grup 2'nin ortalaması da grup 5, grup 6 ve grup 7'den büyüktür. Ayrıca grup 7, grup 3, grup 4, grup 5 ve grup 6'dan küçüktür. Çalışmamızda yer alan 7 ülkenin güreşçilerinin geleneksel antrenörlerinin pedagojik yeterliliklerini farklı düzeylerde algıladığı görülmektedir. Bu bulgular ülkeler arasında geleneksel güreş antrenörlerinin pedagojik yeterliliklerinin farklı algılandığını göstermektedir.

**Tablo 4.** Güreş antrenmanlarına başlama yaşına göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler         | N          | A.Ort.        | S.Sap.       | Min.         | Maks.         | sd | F     | Anlamlılık | Post Hoc. LSD |
|-----------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----|-------|------------|---------------|
| G1. 5-10 yaş    | 60         | 164,35        | 19,14        | 114,00       | 200,00        |    |       |            |               |
| G2. 10-15 yaş   | 111        | 150,85        | 30,40        | 60,00        | 205,00        |    |       |            |               |
| G3. 15-20 yaş   | 99         | 154,72        | 25,70        | 86,00        | 202,00        | 3  | 3.603 | .014*      | G1>G2,G3      |
| G4. 20 yaş üstü | 7          | 162,00        | 7,70         | 154,00       | 176,00        |    |       |            |               |
| <b>TOPLAM</b>   | <b>277</b> | <b>155,44</b> | <b>26,64</b> | <b>60,00</b> | <b>205,00</b> |    |       |            |               |

\***P<0.05**; **A.Ort.**=Aritmetik Ortalama, **S.Sap.**=Standart Sapma, **Min.**=Minimum, **Maks.**=Maksimum.

Güreş antrenmanlarına başlama yaşına göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırıldığı Tablo 4'te, 5-10 yaş arasında güreşe başlayan sporcuların ortalama puanları 164.35, 10-15 yaş sporcuların 150.85, 15-20 yaş arasındaki sporcuların 154.72 ve 20 yaş üstü sporcuların 162 puandır. Grup 1, grup 2 ve grup 3'ten 0.05 seviyesinde anlamlı düzeyde daha büyük ortalamaya sahiptir. Bu tabloya göre erken yaşta güreşe başlamanın algılanan pedagojik yeterlilik düzeyi ortalama skorunu olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

**Tablo 5.** Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin ikametgâh durumlarına göre geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler        | N          | A.Ort.        | S.Sap.       | Min.         | Maks.         | sd | F     | Anlamlılık | Post Hoc. LSD |
|----------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----|-------|------------|---------------|
| G1. İl Merkezi | 103        | 149,43        | 27,64        | 95,00        | 198,00        |    |       |            |               |
| G2. İlçe       | 41         | 161,68        | 26,33        | 60,00        | 191,00        |    |       |            |               |
| G3. Kasaba     | 41         | 155,59        | 23,99        | 119,00       | 202,00        |    |       |            |               |
| G4. Köy        | 83         | 158,30        | 26,36        | 86,00        | 201,00        | 4  | 2.737 | .029*      | G1<G2,G4,G5   |
| G5. Birkaçında | 9          | 168,67        | 18,24        | 153,00       | 205,00        |    |       |            |               |
| <b>TOPLAM</b>  | <b>277</b> | <b>155,44</b> | <b>26,64</b> | <b>60,00</b> | <b>205,00</b> |    |       |            |               |

\***P<0.05**; **A.Ort.**=Aritmetik Ortalama, **S.Sap.**=Standart Sapma, **Min.**=Minimum, **Maks.**=Maksimum.



Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin ikametgah durumlarına göre geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeyleri Tablo 5'te karşılaştırılmıştır. İl merkezinde yaşayanların ortalaması 149.43, ilçe merkezinde yaşayanların 161.68, kasaba da yaşayanların 155.59, köy'de yaşayanların 158.30 ve bu yerleşim yerlerinin bir kaçında yaşayanların ortalaması 168.67 puandır. Grup 1, grup 2, grup 4 ve grup 5'ten daha küçük ortalama değere sahiptir. İl merkezinde yaşayanların ortalaması diğer yerlerde yaşayanlardan daha küçüktür. Bu tabloya göre güreşçilerin yaşadığı bölgelerin onların geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladığı pedagojik yeterlik düzeyine etkilediği açıktır.

**Tablo 6.** Ulusal başarı düzeylerine göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler             | N          | A.Ort.        | S.Sap.       | Min.         | Maks.         | sd | F     | Anlamlılık | Post Hoc. LSD         |
|---------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----|-------|------------|-----------------------|
| G1. Ülke derecesi   | 82         | 152,13        | 26,98        | 60,00        | 200,00        |    |       |            |                       |
| G2. Bölge Derecesi  | 70         | 146,04        | 28,88        | 95,00        | 202,00        |    |       |            |                       |
| G3. Kasaba derecesi | 72         | 166,99        | 22,75        | 86,00        | 205,00        | 3  | 8.568 | .000**     | G3>G1,G2,G4;<br>G4>G2 |
| G4. Köy Derecesi    | 53         | 157,26        | 22,26        | 106,00       | 201,00        |    |       |            |                       |
| <b>TOPLAM</b>       | <b>277</b> | <b>155,44</b> | <b>26,64</b> | <b>60,00</b> | <b>205,00</b> |    |       |            |                       |

**\*\*P<0.01; A.Ort.=Aritmetik Ortalama, S.Sap.=Standart Sapma, Min.=Minimum, Maks.=Maksimum.**

Tablo 6'da ulusal başarı düzeylerine göre ülke derecesi ne sahip güreşlerin ortalamasının 152.13, bölge derecesine sahip güreşlerin 146.04, kasaba derecesine sahip güreşlerin 166.99 ve köy derecesine sahip güreşlerin %57.26 ortalama sahip olduğu görülmektedir. Grup 3, grup 1, grup 2,, grup 4'ten ve benzer şekilde grup 4, grup 2'den daha büyük ortalama sahiptir. Bu tabloya göre ulusal başarı düzeyi güreşçilerin geleneksel güreş antrenörlerinin pedagojik yeterliliklerinin algılama düzeylerini etkilemektedir.

**Tablo 7.** Uluslararası başarı düzeylerine göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler                | N          | A.Ort.        | S.Sap.       | Min.         | Maks.         | sd | F     | Anlamlılık | Post Hoc. LSD         |
|------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----|-------|------------|-----------------------|
| G1. Dünya derecesi     | 74         | 160,66        | 25,18        | 114,00       | 198,00        |    |       |            |                       |
| G2. Kıta Derecesi      | 36         | 139,36        | 39,80        | 95,00        | 202,00        |    |       |            |                       |
| G3. Türkistan derecesi | 78         | 154,32        | 25,38        | 60,00        | 205,00        | 3  | 6.097 | .000**     | G2>G1,G3,G4;<br>G3>G2 |
| G4. Turnuva Derecesi   | 89         | 158,57        | 19,13        | 106,00       | 201,00        |    |       |            |                       |
| <b>TOPLAM</b>          | <b>277</b> | <b>155,44</b> | <b>26,64</b> | <b>60,00</b> | <b>205,00</b> |    |       |            |                       |

**\*\*P<0.01; A.Ort.=Aritmetik Ortalama, S.Sap.=Standart Sapma, Min.=Minimum, Maks.=Maksimum.**

Tablo 7'de güreşlerin uluslararası başarı düzeylerine göre geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeyleri farklılaşmaktadır. Dünya derecesi olanların ortalaması 160.66, kıta derecesi olanların 139.36, Türkistan derecesi olanların 154.32 ve turnuva derecesi olanların ortalaması 158.57'dir. LSD testi sonuçları grup 2'nin grup 1, grup 3 ve grup 4'ten daha büyük ortalama sahip olduğunu ve grup 3'ün, grup 2'den daha büyük ortalama sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar uluslararası başarı düzeyinin güreşçilerin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlik düzeylerini istatistiksel düzeyde etkilediğini göstermektedir.

Çalışmamızda yer alan 7 ülkenin güreşçilerinin geleneksel antrenörlerinin pedagojik yeterliliklerini farklı düzeylerde algıladığı görülmektedir. Bu bulgular ülkeler arasında geleneksel güreş antrenörlerinin pedagojik yeterliliklerinin farklı algılandığını göstermektedir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

**Tablo 4.** Güreş antrenmanlarına başlama yaşına göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler         | N          | A.Ort.        | S.Sap.       | Min.         | Maks.         | sd | F     | Anlamlılık | Post Hoc. LSD |
|-----------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----|-------|------------|---------------|
| G1. 5-10 yaş    | 60         | 164,35        | 19,14        | 114,00       | 200,00        |    |       |            |               |
| G2. 10-15 yaş   | 111        | 150,85        | 30,40        | 60,00        | 205,00        |    |       |            |               |
| G3. 15-20 yaş   | 99         | 154,72        | 25,70        | 86,00        | 202,00        | 3  | 3.603 | .014*      | G1>G2,G3      |
| G4. 20 yaş üstü | 7          | 162,00        | 7,70         | 154,00       | 176,00        |    |       |            |               |
| <b>TOPLAM</b>   | <b>277</b> | <b>155,44</b> | <b>26,64</b> | <b>60,00</b> | <b>205,00</b> |    |       |            |               |

\***P<0.05;** **A.Ort.**=Aritmetik Ortalama, **S.Sap.**=Standart Sapma, **Min.**=Minimum, **Maks.**=Maksimum.

Güreş antrenmanlarına başlama yaşına göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırıldığı Tablo 4'te, 5-10 yaş arasında güreşe başlayan sporcuların ortalama puanları 164.35, 10-15 yaş sporcuların 150.85, 15-20 yaş arasındaki sporcuların 154.72 ve 20 yaş üstü sporcuların 162 puandır. Grup 1, grup 2 ve grup 3'ten 0.05 seviyesinde anlamlı düzeyde daha büyük ortalamaya sahiptir. Bu tabloya göre erken yaşta güreşe başlamanın algılanan pedagojik yeterlilik düzeyi ortalama skorunu olumlu yönde etkilediğini göstermektedir.

**Tablo 5.** Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin ikametgâh durumlarına göre geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler        | N          | A.Ort.        | S.Sap.       | Min.         | Maks.         | sd | F     | Anlamlılık | Post Hoc. LSD |
|----------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----|-------|------------|---------------|
| G1. İl Merkezi | 103        | 149,43        | 27,64        | 95,00        | 198,00        |    |       |            |               |
| G2. İlçe       | 41         | 161,68        | 26,33        | 60,00        | 191,00        |    |       |            |               |
| G3. Kasaba     | 41         | 155,59        | 23,99        | 119,00       | 202,00        | 4  | 2.737 | .029*      | G1<G2,G4,G5   |
| G4. Köy        | 83         | 158,30        | 26,36        | 86,00        | 201,00        |    |       |            |               |
| G5. Birkaçında | 9          | 168,67        | 18,24        | 153,00       | 205,00        |    |       |            |               |
| <b>TOPLAM</b>  | <b>277</b> | <b>155,44</b> | <b>26,64</b> | <b>60,00</b> | <b>205,00</b> |    |       |            |               |

\***P<0.05;** **A.Ort.**=Aritmetik Ortalama, **S.Sap.**=Standart Sapma, **Min.**=Minimum, **Maks.**=Maksimum.

Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin ikametgâh durumlarına göre geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeyleri Tablo 5'te karşılaştırılmıştır. İl merkezinde yaşayanların ortalaması 149.43, ilçe merkezinde yaşayanların 161.68, kasaba da yaşayanların 155.59, köy'de yaşayanların 158.30 ve bu yerleşim yerlerinin bir kaçında yaşayanların ortalaması 168.67 puandır. Grup 1, grup 2, grup 4 ve grup 5'ten daha küçük ortalama değere sahiptir. İl merkezinde yaşayanların ortalaması diğer yerlerde yaşayanlardan daha küçüktür. Bu tabloya göre güreşçilerin yaşadığı bölgelerin onların geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladığı pedagojik yeterlilik düzeyine etkilediği açıktır.

**Tablo 6.** Ulusal başarı düzeylerine göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler             | N          | A.Ort.        | S.Sap.       | Min.         | Maks.         | sd | F     | Anlamlılık | Post Hoc. LSD         |
|---------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----|-------|------------|-----------------------|
| G1. Ülke derecesi   | 82         | 152,13        | 26,98        | 60,00        | 200,00        |    |       |            |                       |
| G2. Bölge Derecesi  | 70         | 146,04        | 28,88        | 95,00        | 202,00        |    |       |            |                       |
| G3. Kasaba derecesi | 72         | 166,99        | 22,75        | 86,00        | 205,00        | 3  | 8.568 | .000**     | G3>G1,G2,G4;<br>G4>G2 |
| G4. Köy Derecesi    | 53         | 157,26        | 22,26        | 106,00       | 201,00        |    |       |            |                       |
| <b>TOPLAM</b>       | <b>277</b> | <b>155,44</b> | <b>26,64</b> | <b>60,00</b> | <b>205,00</b> |    |       |            |                       |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

**\*\*P<0.01;** **A.Ort.**=Aritmetik Ortalama, **S.Sap.**=Standart Sapma, **Min.**=Minimum, **Maks.**=Maksimum.

Tablo 6'da ulusal başarı düzeylerine göre ülke derecesi ne sahip güreşlerin ortalamasının 152.13, bölge derecesine sahip güreşlerin 146.04, kasaba derecesine sahip güreşlerin 166.99 ve köy derecesine sahip güreşlerin %57.26 ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Grup 3, grup 1, grup 2,, grup 4'ten ve benzer şekilde grup 4, grup 2'den daha büyük ortalamaya sahiptir. Bu tabloya göre ulusal başarı düzeyi güreşçilerin geleneksel güreş antrenörlerinin pedagojik yeterliliklerinin algılama düzeylerini etkilemektedir.

**Tablo 7.** Uluslararası başarı düzeylerine göre Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan, Kazakistan ve Özbekistan'ın güreşçilerinin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeylerinin karşılaştırılması.

| Ülkeler                | N          | A.Ort.        | S.Sap.       | Min.         | Maks.         | sd | F     | Anlamlılık | Post Hoc. LSD         |
|------------------------|------------|---------------|--------------|--------------|---------------|----|-------|------------|-----------------------|
| G1. Dünya derecesi     | 74         | 160,66        | 25,18        | 114,00       | 198,00        |    |       |            |                       |
| G2. Kıta Derecesi      | 36         | 139,36        | 39,80        | 95,00        | 202,00        |    |       |            |                       |
| G3. Türkistan derecesi | 78         | 154,32        | 25,38        | 60,00        | 205,00        | 3  | 6.097 | .000**     | G2>G1,G3,G4;<br>G3>G2 |
| G4. Turnuva Derecesi   | 89         | 158,57        | 19,13        | 106,00       | 201,00        |    |       |            |                       |
| <b>TOPLAM</b>          | <b>277</b> | <b>155,44</b> | <b>26,64</b> | <b>60,00</b> | <b>205,00</b> |    |       |            |                       |

**\*\*P<0.01;** **A.Ort.**=Aritmetik Ortalama, **S.Sap.**=Standart Sapma, **Min.**=Minimum, **Maks.**=Maksimum.

Tablo 7'de güreşlerin uluslararası başarı düzeylerine göre geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlilik düzeyleri farklılaşmaktadır. Dünya derecesi olanların ortalaması 160.66, kıta derecesi olanların 139.36, Türkistan derecesi olanların 154.32 ve turnuva derecesi olanların ortalaması 158.57'dir. LSD testi sonuçları grup 2'nin grup 1, grup 3 ve grup 4'ten daha büyük ortalamaya sahip olduğunu ve grup 3'ün, grup 2'den daha büyük ortalamaya sahip olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar uluslararası başarı düzeyinin güreşçilerin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlik düzeylerini istatistiksel düzeyde etkilediğini göstermektedir.

### SONUÇ

Azerbaycan, Türkiye, Tuva, Türkmenistan, Kırgızistan Kazakistan ve Özbekistan güreşçilerinin geleneksel antrenörlerinin pedagojik yeterliliklerini farklı düzeylerde algıladığını, yine erken yaşta güreşe başlamanın algılanan pedagojik yeterlilik düzeyi ortalama skorunu olumlu yönde etkilediğini, güreşçilerin yaşadığı bölgelerin onların geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladığı pedagojik yeterlik düzeyine etkilediğini, güreşçilerin ulusal başarı düzeyi güreşçilerin geleneksel güreş antrenörlerinin pedagojik yeterliliklerinin algılama düzeylerini etkilediğini, ayrıca uluslararası başarı düzeyinin güreşçilerin geleneksel güreş antrenörleri ile ilgili algıladıkları pedagojik yeterlik düzeylerini istatistiksel düzeyde etkilediğini göstermektedir.

### REFERANSLAR

Bennet, John (2005). "Minoan civilization", Third edition, The Oxford Classical Dictionary, Published in print January 2005 | 3rd ed. ( p. 985) ISBN: 978019860641

Türkmen M., Canuzakov K. (2019). Cultural Pedagogy of Traditional Wrestling of People, Turkish <http://dx.doi.org/10.29228/TurkishStudies.30292>. Studies, 14(6): 3525-3533.

Türkmen M. İmamoğlu, O. Ziyagil M.A. (2006). Popularity of the Wrestling sport in Turkey and it's comparison with the selected sports, Researches About The Turks All Around The World,163: 77-94

Turkmen M. Buyar C. (2019). "Wrestling in Turkic peoples from a socio-cultural perspective" European Journal of Physical Education and Sport Science, ISSN: 2501–1235, 136 (12): 154-162. doi: 10.5281/zenodo.3530881

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Radlov, VV. (1972). *Tyrkologicheskiy sbornik*. [Türkoloji koleksiyonu / Turkological compilation]. Moskova: "bilim".

Rudenko S.I. (1953) *Kul'tura naseleniya Gornogo Altaya v skifskoye vremya*, Moskova - Leningrat: 1953.

<http://kronk.spb.ru/library/rudenko-si-1953-1.htm>



## ALTAY<sup>133</sup> HALKININ ULUSAL BAYRAMI: EL-OYIN<sup>134</sup>

Saitdin AZİZBAEV\* & Mehmet TÜRKMEN\*\*

\*Assoc. Prof. Dr., Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports – Bishkek /  
Kyrgyzstan ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-8584-3009> ; e-posta:  
[sportmastervoot@mail.ru](mailto:sportmastervoot@mail.ru)

\*\* Professor, Ondokuz Mayıs University, Samsun / Türkiye. [dr.turkmenmehmet@gmail.com](mailto:dr.turkmenmehmet@gmail.com)

**ÖZET:** Bu çalışma, Altay Türk halklarının 1988 yılında oluşturup, her iki yılda bir büyük özveriyle organize ettiği “El-Oyın” bayramını inceleyecektir. Çalışma, Altay Türklerinin oluşturduğu “El-Oyın”, maddi ve manevi kültürlerin yansıması ve geleneksel spor, sanat ve oyunları içeren bu ulusal bayramın nasıl oluştuğu, evrildiği, kültürel rezervlerine ne gibi katkı sağladığına cevaplar aramak amaçlanmıştır. 1988'de Altay Cumhuriyeti'nde yeniden canlandırılan bu bayram, Altay Türklerinin tarihi şenliklerine, atalarının geleneklerine ve kültürel koşullarına dayanmaktadır. Bayram, yerel halkın ulusal törenleri, geleneksel spor oyunları yarışmaları ve kültürel etkinliklerle (ulusal ve yöresel müzik, kostüm, çadır, yemek yarışları) kutlanır. Geleneksel güreş, yarışan katılımcılar, okçuluk ve halk oyunları gibi etkinliklerde yarışırken, şamanlar kutlama törenleri düzenleniyor. 1998 yılından itibaren Altay'ın oluşturduğu toplumsal birliğini ve Türk, Slav ve Moğol kültürlerinin kaynaşmasını sağladı. Sovyet dönemindeki kaybolmuş ve yaşanmamış kültürel değerlerin yeniden canlandırılması temsil El-Oyın bayramı, 1998'den itibaren hükümet desteğiyle gösterime girdi ve profesyonel bir şekilde varlığını sürdürdü. Festivalin ana amacı, geleneksel halk sanatı ve sporlarının tanıtılması, genç nesillerin tarih ve kültüre ayrılmalarının devam etmesidir. Bugün, El-Oyın, Altay Cumhuriyeti'nde etnik kimlik ve kültürel oluşumlar için önemli rol oynamakla birlikte etno etkinlikten etnos etkinliğe dönmüş olduğu da görülebilmektedir.

**Anahtar kelimeler:** etnik kimlik, kültür kodları, gelenek, geleneksel spor oyunları.

## NATIONAL HOLIDAY OF THE ALTAI PEOPLE: EL-OYIN / PEOPLE-GAME

**ABSTRACT:** This study will examine the ‘El-Oyın’ holiday, which was created by the Altai Turkic peoples in 1988 and organised every two years with great devotion. The study aims to find answers to the question of how this national holiday, which reflects material and spiritual

<sup>133</sup> Altay adının anlamının *Al-Tay* yani *Kızıl Tay*, *Al-Tau* yani *Kızıl dağ* gibi anlamlara geldiği yönünde açıklamalar mevcuttur. Bkz: [https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc\\_geo/445/%D0%90%D0%BB%D1%82%D0%B0%D0%B9](https://dic.academic.ru/dic.nsf/enc_geo/445/%D0%90%D0%BB%D1%82%D0%B0%D0%B9). Türk Dil Kurumu ise Altay'ın anlamını *yüksek dağ* olarak vermektedir. Altay Cumhuriyeti, Rusya Federasyonu Sibirya Federal bölgesinde bulunan, Rusya'nın en güneyinde ve Asya kıtasının ortasında yer alan özerk yapıda bir Türk Cumhuriyeti'dir. Başkenti *Gorno Altaysk*'tir. Altay Cumhuriyeti batıda Kazakistan, kuzeyde Rusya, doğuda Tuva ve Hakas Cumhuriyetleri, güneyde Moğolistan, Doğu Türkistan ve Kazakistan ile komşudur. İklimi ılıman karasal iklimdir. Kışları soğuk ve yazları sıcak geçer. Son derece dağlık olan bölgede ormanlar arazinin %25'ini kaplamaktadır. Altay Cumhuriyeti'nin nüfus sayısı Ocak 2018 tarihi itibarıyla 218.063'tür (Rakam, Rusya Federasyonu Devlet İstatistik Kurumu resmî sitesinden alınmıştır. Kaynak: [http://www.gks.ru/free\\_doc/doc\\_2018/bul\\_dr/mun\\_obr2018.rar](http://www.gks.ru/free_doc/doc_2018/bul_dr/mun_obr2018.rar), Erişim tarihi: 30.10.2018). Altay Cumhuriyeti'nde Altaylılar haricinde başka halklar da hayatlarını devam ettirmektedir. Bu cumhuriyetin sınırları içinde yaşayanların %60'ı Rus, %31'i Altay Türkü, %6'sı Kazak, %0,9'u Ukraynalı ve %0,4'ü Almanlardan oluşmaktadır (Timur B. Davletov, “Altay Cumhuriyeti ve Altay Türkleri”, <http://www.turansam.org/makale.php?id=25>, Erişim tarihi: 02.11.2018.). *Teleüt ağzı* 1922 öncesinde Altay Cumhuriyeti'nde konuşulan anadil olarak kabul ediliyordu bkz. (L. T. Ryumina-Sırkaşeva, N.A. Kuçığaşeva, *Teleüt Ağzı Sözlüğü*, Çev. Şükrü H. Akalın & Çaştengin Turgunbayev, Ankara 2000, s. V).

<sup>134</sup> Bu bildiri, “Güney Sibirya Türk-Moğol Halklarında Geleneksel Spor ve Oyunların Araştırılması” başlıklı, KTMU-BAP-2019.GOSAUM.02 proje nolu (Eser No: 2725668; Doküman No: KTMU-FR-GS-06). Başlama tarihi: 10/05/2020, Bitiş tarihi: Kasım 2021, Kırgızistan -Türkiye Manas Üniversitesi – Yerel idareler ve Dış destekli – “Uluslararası Bilimsel Araştırma Projesi”nden üretilmiştir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

cultures and includes traditional sports, arts and games, was formed, evolved, and what contribution it makes to the cultural reserves of the Altai Turks. This holiday, revived in the Altai Republic in 1988, is based on the historical festivities, ancestral traditions and cultural conditions of the Altai Turks. The holiday is celebrated with national ceremonies of the local population, competitions in traditional sports games and cultural events (national and local music, costume, tent, food competitions). Traditional wrestling, competing participants compete in events such as archery and folk games, while shamans organise celebratory ceremonies. From 1998 onwards, the Altai has been building social unity and the fusion of Turkic, Slavic and Mongolian cultures. The El-Oyın festival, which represents the revival of lost and unived cultural values of the Soviet period, was introduced with government support from 1998 and has continued to exist in a professional manner. The main goal of the festival is the promotion of traditional folk art and sports, the continued immersion of younger generations in history and culture. Today, El-Oyın plays an important role for ethnic identity and cultural formations in the Altai Republic, but it can also be seen that it has turned from an ethno event to an ethnos event.

**Keywords:** ethnic identity, cultural codes, tradition, traditional sports games.

### GİRİŞ

Altay Türkçesinde çevrildiğinde: “El” - *halk – insanlar*; “Oyın” (Oyun) - *yarışma, eğlence, şenlik* anlamlarına gelmektedir. Genel olarak “El-Oyın” geleneği: *ulusal özbilincin büyümesinin arka planında yeniden canlandırılan Altaylıların milli oyun ve sporları olarak çevrilir*. Yirminci yüzyılda, Sovyet liderliğinin modernizasyon ve reform süreçleri, Sibiry'a'nın yerli halkının ve aslında bir bütün olarak tüm Rusya'nın geleneksel kültürünü önemli ölçüde etkiledi. Geleneksel meslekler ve yaşam biçimi kayboldu, dünya resmi deforme oldu ve ritüel alan da önemini yitirdi. Sadece geçen yüzyılın son on yıllarında, etnik canlanma süreçleri yoğunlaştı ve ulusal entelijansiya geleneksel kültüre ve her şeyden önce, başka hiçbir şeye benzemeyen bir kişinin belirli bir şeye katılımını hissetmesine yardımcı olan ulusal bayramlara yöneldi. Ulusal entelijansiya (aydınlık takımı, üst kültürün temsilcisi, bir ülkedeki aydınlıkların tümü) kuzey ve güney Altaylıları birleştiren ulusal bayram ‘El-Oyın’ı yeniden canlandıran Altaylılar bir istisna değildi. Bu halk bayramı, Altay Türk halklarının maddi-manevi geleneksel kültürünün tüm alanlarını yansıtır.

Bunun belgeli teyidi, Altay Cumhuriyeti Devlet Sosyal ve Hukuki Dokümantasyon Arşivinde, yani Altay Cumhuriyeti Hükümetinin normatif yasal düzenlemelerinin arşiv sicilinde bulunmaktadır. Altay Cumhuriyeti Devlet Meclisi Kararnamesi- Altay Cumhuriyeti Halk Kurultayı/Folk Assembly (*‘El Kurultayı’*) - 8 Haziran 1998 tarihli ve 161 sayılı [1], 18 Aralık tarihli "Altay Cumhuriyeti tatilleri ve anma günleri" Yasasının 5. maddesi uyarınca, 1992 No. 21-5, hükümet, Başkan Yardımcısı I.T. Belekov, El-Oyın tatilini bilimsel ve yaratıcı güçlerin katılımıyla düzenlemek için bir proje hazırlayacak [1]. Bölge başkanlarını, yerel medya yöneticilerini, halk gruplarının sanat yönetmenlerini ve diğerlerini içermesi gereken bir organizasyon komitesi oluşturulması talimatı verildi.

Organizasyon komitesi, finansman kaynaklarını gösteren bir maliyet tahmini geliştirmek, bir bölgeden bir delegasyonun maksimum bileşimi, bir çadır kampında bir tatilde konaklama, seyahat ekipmanı, seyahat masrafları, diğer giderler gibi tatil düzenleme koşullarını belirlemekle görevlendirildi. Ekiplerin ve finansman kaynaklarının katılacağı ana yön ve faaliyetleri belirleme görevi ilçe yönetimlerine verildi.

Devlet Televizyon ve Radyo Şirketi, Altayın Yıldızı (*‘Altaydın Çolmonu’*) ve "Star of Altay" gazetelerinin yazı işleri dairelerinin El Oyun hazırlıklarını düzenli olarak yayınlaması gerekiyordu.



## TARTIŞMA, BULGULAR VE SONUÇLAR

8 Haziran 1998 tarihli ve 161 sayılı Kararname, tatilin aşağıdaki amaç ve hedeflerini beyan eder: Altay Cumhuriyeti topraklarında yaşayan tüm halkların birliğinin, kardeşliğinin ve dostluğunun korunması; Altay halkının zihniyetinin tüm dünya Türklerinin temel ilkesi olarak oluşması; Rusya halklarının birliği ve bu temelde Altay Cumhuriyeti'ndeki Türk ve Slav halklarının gelenek ve göreneklerinin korunması ve geliştirilmesi. Kültür ve sanat alanında etnik gruplar arası işbirliği; geleneksel halk sanatı türlerinin, ulusal spor türlerinin, oyunların, folklorun, sanat ve zanaatların ve sözlü halk sanatının geliştirilmesi ve tanıtılması. Gençleri tarihin kökleri, atalarının gelenekleri ile tanıştırmak.

Kararnameye göre bayrama katılanlar halkın büyükleri, Türk halklarının geleneksel kültür ürünlerinin yaratıcı ekipleri ve icracıları, Türk, Slav ve Moğol halkları, halk çalgıları icracıları, gırtlak şarkıları ('kay') icracıları, geleneksel halk el sanatları ve zanaat ustaları yarışmacıları katılırlar [2].

Bu karar, 281.600 ruble tutarında bir harcama tahmini içermektedir. 1998 yılına kadar tatil finanse edilmedi, en azından planlanmadı, bu da 01/05/1993 ve 21/02/1995 kararlarıyla teyit edildi [3]. Tatilin organizasyonu ve organizasyon komitelerinin bileşimi hakkında bilgi veriyorlar, ancak tahmin yok, büyük olasılıkla bunun nedeni bölgedeki ve bir bütün olarak Rusya genelindeki ekonomik durum. Gelecekte, maliyet tahminleri ortaya çıktı ve yıldan yıla büyüdü. Böylece, 2000 yılında 600.000 ruble idi ve 2006'da basında çıkan haberlere göre miktar 2 milyon rubleye ulaştı [4], bu da yetkililerin El-Oyun'a olan ilgisinin arttığını gösteriyor.

Altay, Avrupa'dan Uzak Doğu'ya yayılmış Türkçe konuşan halkların eski kültürlerinin ve etnik gruplarının oluşum ve gelişim yeri, Hint-Avrupa, Türk ve Tunguz-Mançurya halkları arasındaki etkileşimin merkezidir. Altay halklarının kültürü, birçok etnik grubun bir bölgede uzun süredir birlikte yaşamasının bir sonucu olarak, farklı kültürlerin (Doğu ve Ortodoks) bir tür kaynaşmasıdır. Altay, en zengin etnografik ve folklorik malzemeye sahiptir.

Eski zamanlardan beri, Altay dağlarını kutsiyetine inanılmış, uzun bir kıştan güvenli bir çıkış ve hayvanların iyi yavrulamaları için bu dağın ruhlarına teşekkür etmek, yüksekindeki otlaklarına uzun mesafeli göçlerin başlamasından önce yazı onurlandırmak için bir ritüel olmuştur. Altaylıların ataları, ruhlara sunulan dualardan sonra türküler, oyunlar ve muhteşem spor gösterileri ile büyük bir bayram geçirdiler: at yarışı, geleneksel güreş ('küreş'). Sovyet döneminde, bahar işinin tamamlanmasının ve sığırların yazlık otlaklara sürülmesinin hemen ardından Altay Dağları'ndaki hemen hemen her köyde gerçekleşen profesyonel bayram "Çoban Günü" ('Çoban Künü') yapılırdı. Bu yerel halk arasında çok popülerdi, insanlar muhtemelen eski ritüel tatil ile genetik bağlantısını hissettiler. Bayramlarda ağırlıklı olarak *god-wolf* ('*kök-börü*') oyunu, dörtal at-yarışı ('*at-çabış*' / '*bayge*'), rahvan yarışı / amble ('*corgo/yorga-salış*') at üstünde güreş ('*Telengit-küreş*'), kamçı kullanma yarışı ('*kamçı şabışkanı*'), ok atma ('*ok-ja adışkanı*'), geleneksel güreş ('*Altay küreş*'), eğitimsiz atlara biniş öğretme ('*emdik ürediş*'), taş kaldırma ('*taş ködürgeni*'), tepik oyunu ('*tebek kagışkanı*'), rakibi yık ('*andarışkanı*'), kemikle oyun ('*panek*') vb. geleneksel sporlarda yarışma etkinlikleri düzenlendi.

Folk-Game ('*El-Oyun*') tatili ilk kez 30 Haziran - 3 Temmuz 1988 tarihleri arasında Onguday ilçesine bağlı Yelo köyünde ulusal aydınlar tarafından organize edilerek düzenlendi. Daha sonra cumhuriyetin diğer bölgeleri bayram kutlamaları için yaratıcı bir platform haline geldi [5] (Samushkina, 2009: 144). El-Oyun, eski günlerde olduğu gibi, sığırlar yüksek dağ otlaklarına sürüldükten sonra çoğunlukla Temmuz ayında yapılır [8] (Charyshova, 2014: 155).

Yayınlanan bilgilere [6] ve kişisel gözlemlere [7] dayanarak, tatilin yapısını ortaya çıkarabiliriz. El Oyn'ın kapsamlı programı üç bölümden oluşuyor.

İlk blok kutsama ayini – *Morgul* köyü, resmi açılış ve ulusal tema üzerine bir performans içerir. Tatilin belirlenen gününde, şafak vakti, şamanlar (çoğunluğu kadın şamandır) tatil yerini kutsama törenini gerçekleştirirler. Altay Hanının ruhundan ve Cennetin, Güneşin, Yerin ve

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Suyun ruhlarından insanlarına, topraklarına esenlik vermesini ve bayramı kutsamasını isterler. El Oıyn'ın resmi açılış töreni, katılımcılar, konuklar ve ilçe yönetimlerinin geçit töreniyle başlar. Bunu, Altay Cumhuriyeti başkanı ve senatörü, Halk Kurultayı (*'El-Kurultay'*) sözcüsü, Altay Cumhuriyet hükümeti başkanı ve klanların başkanları olan Kabile-reisi (*'Zaysan'*) ve People-chief (*'El-başçı'*)'nin tebrikleri takip ediyor. Bunu büyük ölçekli bir tiyatro performansı izler. Cumhuriyetin onurlu sanatçıları ve çok sayıda dans grubu, onlarca ata binen biniciler katılıyor. Gösteriler genellikle tarihi ve folklorik konularda sahnelenir, sevilen efsane ve efsanelerden karakterler halkın karşısına çıkar.

İkinci blok kültürel bir program sunar: spor müsabakaları başlar, halk sanatı sergileri, müzik yarışmaları ve geleneksel spor yarışmaları. El-Oıyn, çeşitli yarışmalar için devasa bir alandır. Amatör geleneksel halk sanatının yarışmaları ve gösterileri. Tüm yarışmalar farklı sahnelerde ve mekanlarda yapılır ve geleneksel halk türküleri ve çalgıları, komik yarışmalar, halk sanatları sergileri, en iyi ulusal kostüm yarışması, en iyi yurt (çadır ev) yarışması ve çok daha fazlasını içerir. Kültürel etkinliklerle eş zamanlı olarak hem profesyonellerin hem de herkesin katıldığı spor yarışmaları düzenlenmektedir. Altay-güreşi (*'küreş'*), god-wolf (*'kök-börü'*), at üstünde güreş (*'Telengit-küreş'*), at yarışı (*'bayge'* - *'at-çabış'*), okçuluk (*'ok ja adış'*), yarı yabani ata binış öğretme (*'emdik ürediş'*) ve Altay daması/zekâ oyunu (*'Altay şatra'*) gibi yarışmalar profesyonel statüye sahiptir. Bu geleneksel sporlara katılmak için uzun bir antrenman seansına ve bir dizi sporcu özelliğine ihtiyaç vardır. Diğer yarışmalarda sadece arzu ve biraz beceri gereklidir. Örneğin; sedir ağacına tırmanma (*'möşgö-çığıarı'*), tokmak fırlatma (*'tokbok çaçarı'*), taş kaldırma (*'taş ködürgeni'*), tepik oyunu (*'tebek kağışkani'*), sırtta eş taşıma (*'tonjaan-dügüriş'*), kettlebell (dambıl) kaldırma ve diğer oyunlar.

Üçüncü blok, tatilin kapanışını içerir, sonuçlar özetlenir ve kazananlar ödüllendirilir. Örneğin, *küreş* güreşinde birinci olana, 12 km koşusunu kazanan at ve binicinin düeti, yerli marka bir araba alıyor. Eyer vurulmamış atı eyerleyen (*'emdik ürediş'*) şampiyon olan takım, ulusal süslemelerle süslenmiş, hakiki deriden yapılmış eksiksiz bir at kıyafeti alacak. Diğer yarışma ve yarışmalarda 1., 2., 3. olanlara diploma ve kupa ile "ödül sahibi" unvanı ve ayrıca para ödülü verilir. Kalan diğer katılımcılara teşekkür mektupları verilir. Tatil, cumhuriyetin birçok profesyonel şarkıcısının ve sanatçısının yer aldığı görkemli bir gala konseriyle sona eriyor. Tatilin son akoru bir disko ve 2006 yılına kadar havai fişekti. Şamanist inancını taşıyan Altay'ın yerli Türk halkları, inançları gereği doğaya oldukça saygılıdır. Bunun içindir ki bu tarihten sonra havai fişeklerin doğayı kirlettiği ve doğadaki canlıları ürküttüğü gerekçesiyle yasaklamışlardır. Ertesi gün, katılımcılar ve misafirler Gorno-Altay'ın bir sonraki parlak tatiline tekrar gelmek için farklı yönlere ayrılırlar.

Böylece yerel entelijansiya tarafından yeni unsurların eklenmesiyle canlanan gelenekler temelinde inşa edilen El-Oıyn, sadece seyirci olarak değil, aynı zamanda tam teşekküllü bir karakter olarak da yer alan insanlar arasında büyük bir popülerlik kazandı. Tatilin büyük popülaritesinin sonucu, kamusal alanda tanınmasıydı. Cumhuriyet hükümeti tatili organize etme, finanse etme ve düzenleme sorumluluğunu üstlendi ve bu da onu daha yüksek bir seviyeye getirdi. El-Oıyn bugün Altay'ın bayram ritüellerinin yapısında önemli bir yer tutuyor. Festival, cumhuriyet halklarının özgün kültürünü korumak için tasarlanmıştır.

### SONUÇ

El-Oıyn Bayramı, Altay'ın kültürel varlığının korunması ve yeniden canlandırılması açısından büyük önem taşıyacak. Sovyet döneminde geleneksel yaşam tarzlarının kaybolmasına rağmen, bu bayram, Altay'ın kültürel açıdan modern tarzda yeniden inşa etmeye yönelik bir araç haline geldi. Bayram, geleneksel halk oyunları, spor müsabakaları ve gösteri etkinlikleriyle, Altay Türklerinin ve diğer yerel toplulukların aralıkları, inançlarını ve yaşam biçimlerini bir arada sergileyerek kültürel bağları güçlendirdi.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

El-Oyın, sadece bir eğlence aracı değil, aynı zamanda Altay kültürünün çok yönlü bir tanıtım platformudur. Genç nesillerin geçmişiyile bağdaştırarak, kültürel değişimin aktarılmasını sağlar. Bayram, şaman dualarından halk bilimi sergilerine, at yarışlarından geleneksel güreşlere kadar geniş bir etkinlik yelpazesi sunarak mevcutta doğa ve insan arasındaki uyumun zenginliklerini vurgulamaktadır. Ayrıca, yerel yönetimin ve halkın iş birliğiyle yaşamında bu etkinliğin, ekonomik ve sosyal bir kalkınma projesi olarak da ön

Bayramda, başlangıçta ekonomik sıkıntılarla karşılaşıldığında, sürekli artan bir bütçe ve hükümet desteğiyle daha geniş bir katılım sağlandı. Bugün El-Oyın, yalnızca Altay halkı için değil, çevre toplulukları ve uluslararası projeler için ilgi çekici bir etkinlik haline geldi. Şamanist inanışların doğasına saygıyı ön planda tutan bayram, havai gösteriler yasaklanarak çiçeklerle dolu bir örnek kutlama oluşturmuştur.

Sonuç olarak El-Oyın, Altay halklarının değişik nedenlerle kaybolmuş milli-manevi değerlerinin yeniden canlanmasına sağlayan El-Oyın, 1988-1998 yıllarına kadar Altay Cumhuriyeti'nde yaşayan Altay, Çalkan, Çulum, Şor, Telengit, Teleut, Kazak, Kırgız vb. sadece Türkçe konuşan Türk halklarının katılımıyla her iki yılda bir yapılmaktaydı. Bu tarihten itibaren Altay'nın oluşturduğu toplumsal birliğini ve Türk, Slav ve Moğol kültürlerinin kaynaşmasını sağladı. 1988-2022 yılına kadar (2020 yılına denk gelen 2019 pandemi dönemi hariç) her iki çiftli yıllarda bir yapılan El-Oyın bayramında, organizasyon komitesi toplantısında: Altay Türkleri Şamanizm inançları gereği doğada her cismin (dağ, taş, ağaç, akarsu, gölet vb.) bir ruhu olduğu; şenliğe iştirakin çokluğu ve dolayısıyla doğayı rahatsız ettikleri gerekçesini öne sürerek, El-Oyın bayramının dört yılda bir yapılmasına karar verildi.

### REFERANCES

*Gosudarstvennyy arkhiv sotsial'no-pravovoy dokumentatsii Respubliki Altay (GASPDRA)* [State Archive of Social and Legal Documentation of the Republic of Altai]. F. R-689. Reyestr normativnykh pravovykh aktov [Register of normative legal acts]. Op. 2. D. 201. L. 15–22

*Gosudarstvennyy arkhiv sotsial'no-pravovoy dokumentatsii Respubliki Altay* [State archive of social and legal documentation of the Republic of Altai]. F.R-689. Reyestr normativnykh pravovykh aktov [Register of normative legal acts]. Op. 2. D. 327. L. 129–137

*Gosudarstvennyy arkhiv sotsial'no-pravovoy dokumentatsii Respubliki Altay* [State archive of social and legal documentation of the Republic of Altai]. F.R-689. Reyestr normativnykh pravovykh aktov [Register of normative legal acts]. Op. 1. D. 125. L. 17-19.

Prazdnik narodnykh igr “El-Oyyn” [Elektronnyy resurs] // *Ded Altay: gid po Gornomu Altayu.* - Elektron. dan. – [B. m.], 2003–2013. URL: [http://www.dedaltai.ru/history/prazdnik\\_narodnykh\\_igr\\_el-ojyn/](http://www.dedaltai.ru/history/prazdnik_narodnykh_igr_el-ojyn/) (Retrieved: 12.03.2022)

Samushkina Ye.V. (2009). *Simvolicheskiye i sotsionormativnyye aspekty sovremennogo etnopoliticheskogo dvizheniya respublik Altay, Tyva, Khakasiya* [Symbolic and socio-normative aspects of the modern ethno-political movement of the Republic of Altai, Tyva, Khakassia]. Novosibirsk: Institut arkheologii i etnografii SORAN.

Belekov I.I. (2006). *El-Oiyn – prazdnik traditsiy [El Oiyn is a Celebration of Traditions]*. Gorno-Altaysk: Karagem, 47 s.

*Lichnyye nablyudeniya avtora sdelayany v s. Yelo Ongudayskogo rayona v 2018 g.* [Personal observations of the author are made in p. Yelo, Ongudaysky district in 2018].

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Charyshova M.Yu. (2014). *Etyudy Kul'tury*. "El-Oyyin – Natsional'nyy prazdnik altayskogo naroda. *Nauchnyy rukovoditel* (Red. / Ed. O.M. Ryndina). Tomsk: Izdatel'stvo Tomskogo universiteta, 152-157 pp.



## HALK FOLKLORUNUN ÇOCUĞUNUN KİŞİLİK GELİŞİMİ ÜZERİNDEKİ ROLÜ

Irina CONSTANTINOVA\* & Mehmet TÜRKMEN\*\*

\*PhD., Gagauzya Bilim-araştırma Merkezi Müdürü, Gagauzya/Moldavya,  
[gagauzbilim@hotmail.com](mailto:gagauzbilim@hotmail.com)

\*\*Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun / Türkiye, e-posta:  
[dr.turkmenmehmet@gmail.com](mailto:dr.turkmenmehmet@gmail.com)

**ÖZET:** Bu çalışma, halk folklorunun ilköğretim çocuğunun kişilik ve karakter gelişimini oyunlar üzerinden nasıl etkilediğini incelemektedir. Folklor, okul öncesi ve ilköğretim okulu eğitiminde bir uzmanlık konusu haline gelir. "Halk folkloru", bir toplumun geleneksel inançlarını, adetlerini, sözlü anlatılarını, müziğini, dansını, sanatını ve diğer kültürel ifadelerini inceleyen bir disiplindir. Halk folkloru bileşenleri içerisinde oyunlar ve eğlenceler (çocuk oyunları, sporlar ve bu yolla diğer fiziki, fikri, ahlaki beceriler) önemli bir yer tutar. Halk folkloru, halkbilimi (etnoloji) kapsamında değerlendirilir ve şu temel bileşenlerden oluşur. Folklor, deyişler, masallar, peri masalları, efsaneler, mitler, bilmeceler, tekerlemeler, destansı şiirler vb. içeren sözlü sanattır. Halk folklorunun eserlerini algılayan çocuklar her yönden gelişir ve böylece her çocuğun yetiştirilmesi, geliştirilmesi ve eğitilmesi gibi pedagojik görevleri yerine getirirler. Öğretmenler, olumlu bir duygusal arka plan oluşturmak ve çocuklarla doğal bir etkileşim düzenlemek, ilköğretim okullarında folklor materyallerini incelemek için önerilen başarılı ve faydalı rehberlik programını uygulama rolünü üstlenmektedirler. Bu nedenle folklor öğretimi, eğitim potansiyeli açısından küçümsenemeyecek olsa da hala daha fazla dikkat edilmesi gerekmektedir. Öğretim materyallerini düzenlemek, kontrol etmek ve doğrulamak, sunum mantığı üzerinde düşünmek gerektiğine küreselleşen dünyamızda toplumların ihtiyacı olduğu görülmektedir. Erken yaşlardan itibaren çocukların doğal olarak halk geleneğinin taşıyıcıları olarak bu geleneğe yeterince dahil olmadıkları, ama dahil olmaları gerektiği sonucuna varılmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Geleneksel oyun, mitler, halk masalı, kişisel gelişim, okul çocukları

### THE ROLE OF FOLKLORE ON THE PERSONALITY DEVELOPMENT OF THE CHILD

**ABSTRACT:** This study examines how folk folklore influences the personality and character development of primary school children through games. Folklore becomes a subject of specialization in preschool and primary school education. "Folk folklore" is a discipline that studies the traditional beliefs, customs, oral narratives, music, dance, art and other cultural expressions of a society. Games and entertainment (children's games, sports and other physical, intellectual and moral skills) play an important role in the components of folk folklore. Folk folklore is considered as part of folklore (ethnology) and consists of the following basic components. Folklore is oral art, which includes sayings, fairy tales, fairy tales, legends, myths, riddles, rhymes, epic poems, etc. Children who perceive the works of folk folklore develop in every way and thus fulfil the pedagogical tasks of upbringing, development and education of every child. Teachers play the role of creating a positive emotional background and organizing a natural interaction with children, implementing the proposed successful and useful guidance program for studying folklore materials in primary schools. Therefore, although folklore teaching cannot be underestimated in terms of its educational potential, it still

needs more attention. In our globalized world, societies need to organize, check and verify teaching materials, to reflect on the logic of presentation. It is concluded that children from an early age are naturally carriers of folk tradition and are not sufficiently involved in this tradition, but they should be.

**Keywords:** Traditional play, folk tale, personal development, school children

### 1. Giriş

Halk folkloru, bir toplumun geleneksel inançlarını, adetlerini, sözlü anlatılarını, müziğini, dansını, sanatını ve diğer kültürel ifadelerini inceleyen bir disiplindir. Bu, halkın günlük yaşamında ve kültürel mirasında önemli bir yer tutan unsurların derlenmesi, analizi ve yorumlanması anlamına gelir. Halk folkloru, halkbilimi (etnoloji) kapsamında değerlendirilir ve şu temel bileşenlerden oluşur:

- *Sözlü Anlatılar:* Masallar, efsaneler, mitler, fıkralar, maniler, bilmece ve destanlar gibi sözlü edebiyat ürünleri;
- *Halk Müziği ve Dansları:* Geleneksel müzik türleri, halk dansları, çalgılar ve müzikal ritüeller;
- *Gelenekler ve Görenekler:* Doğum, evlilik, ölüm gibi yaşam döngüsü ritüelleri, bayramlar, festivaller ve kutlamalar;
- *El Sanatları ve Halk Sanatı:* Dokuma, nakış, seramik, ahşap oyma, metal işleme gibi geleneksel el sanatları ve zanaatlar;
- *Halk Tıbbı ve İnançlar:* Geleneksel tıp uygulamaları, şifalı bitkiler, büyü ve sihirle ilgili inançlar;
- *Giyim ve Mutfak Kültürü:* Geleneksel giysiler, yemek tarifleri ve mutfak alışkanlıkları;
- *Halk Oyunları ve Eğlenceleri:* Çocuk oyunları, sporlar ve diğer eğlence biçimleri.

Her ebeveyn, çocuğunun ömrü boyunca hatırlayacağı mutlu bir çocukluk geçirmesini ister. Bu tür anıları yeniden yaratmak için yetişkinler, masallar, bulmacalar, dil oyunları, zekâ ve fiziksel oyunlar, tekerlemeler, ninniler gibi çocuklar için yakın, anlaşılır olan birçok sözlü halk edebiyatı biçimini kullanabilir. Halk edebiyatı sürekli olarak halkın yaşam tarzını ve günlük yaşamın önemli bir parçası olmuş, tatilleri güzelleştirmiş ve hafta içinde yardımcı olmuştur. İlk tohum ekimi ve son hasat zamanı, gençlik kutlamaları, Noel tatilleri ve ilkbahar buluşmaları, düğünler, çocuğun doğumu ve cenazeler - halkın yaşamının tüm olayları, ritüellerle eşlik edilmiştir. Çok eski zamanlardan beri, ritüeller doğal dünya süreçleriyle, aile yaşamıyla ve çeşitli günlük durumlarla ilişkilendirilmiştir.

Folklor, atasözleri, abartılı hikayeler, peri masalları, efsaneler, mitler, meseller, tekerlemeler, bilmece, destanlar ve benzeri unsurları içeren bir sözlü sanattır. Çocukların sözlü folkloru ise özel bir yer tutar. Halk sanatı ilham verir ve aynı zamanda güzelliği ve tarihi içeriği ile cezbeder. Ancak sürekli olarak ilerlemekte, sürekli olarak incelenmekte ve analiz edilmektedir. Masallarda yankılanan ana dil, Türk halkları veya başka halkların şarkılarının etkileyici tonlamaları - ezgileri, renkli halk oyuncak ve oyunları, çocuğun doğumundan itibaren karşılaştığı çevreye olan sevgisini eğitmenin vazgeçilmez araçlarıdır. Çocukların ilk olarak masallar ve halk türküsü (ır) veya şarkılarının (ırdama) etkileyici tonlamaları aracılığıyla tanıştıkları Türk dili, çocuklara çevrelerindeki dünyaya ve birbirlerine saygı duymayı ve dikkatli davranmayı öğretmenin önemli bir yoludur. Çocuklar, erken yaşlardan itibaren doğal bir şekilde halk geleneğinin taşıyıcıları olarak yer alırlar. Folklor, okul öncesi ve okul eğitiminde öğrenilen bir konu haline gelir. Devlet eğitim standardına göre, okullarda yükseköğretim kurumlarının aksine ayrı bir “Folklor” veya “Sözlü Folklor” akademik dersi neredeyse hiç bulunmamaktadır. Okullarda öğrenciler bir şekilde müzik, çevre, teknoloji, dünya sanat kültürü, Türk dili ve tarih derslerinde folklor ve daha geniş anlamda halk (geleneksel) kültürünün bireysel bileşenleriyle karşılaşılırlar. Ancak, okul filolojik eğitiminde, halk edebiyatıyla daha sistematik bir tanışma, edebi okuma ve edebiyat derslerinde ayrı bloklar

halinde sağlanmaktadır. Ayrıca, folklor üzerine konuşma, eski Türk edebiyatından modern edebiyata kadar yazarların halk geleneklerine atıfta bulunduğu edebi eserleri incelerken yeni bir düzeyde devam eder. Öğrencilerin folklor incelemesi, ulusal edebiyatın algısını genişletir ve zenginleştirir.

**1.1. Problem Durumu:** Makale, halk folklorunun öğrencilerin kişilik gelişimi üzerindeki etkisi sorununu ele almaktadır. Günümüzde çocuklar, canlı iletişim yerine metin mesajlarını, geleneksel açık hava oyunları yerine bilgisayar oyunlarını tercih etmektedir. Bu bağlamda, konuşmalarında bilmece, atasözleri, ninniler ve diğer halk edebiyatı türlerini pek kullanmamaktadırlar. Bu nedenle öğretmenler, öğrencilerin kişilik gelişimine katkıda bulunan, yerel kültürleri hakkında bilgi dağarcığını genişleten ve ana diline karşı bir mensubiyet şuurunu ve saygı duygusu geliştiren folklorik materyallerle tanıştırma ve ilgilerini çekme gibi önemli bir görevle karşı karşıyadırlar.

**1.2. Araştırma soruları:** İncelenen problemin konusu, okul çocuklarının kişiliğinin gelişimini etkileyen halk folklorudur.

**1.3. Çalışmanın Amacı:** Halk folklorunun okul çocuklarının kişilik gelişimi üzerindeki etkisini incelemektir.

**1.4. Araştırma Yöntemleri:** Makale üzerinde çalışırken şu araştırma yöntemlerini kullandık: bilgi ve eğitim kaynaklarının analizi, önerilerin analizi, ortaokullarda folklor materyallerini öğrenme uygulamaları ve deneyimleri.

**1.5 Çalışmanın Evreni:** Çalışma, Rusya Federasyonu'nu genel perspektiften incelense de daha ziyade Güney Sibirya yerli ve kadim Türk halklarının folklorunda, aynı zamanda bu halk folklorun bileşenleri içerisinde de yer alan, başta geleneksel çocuk oyunları olmak üzere, mevsime bağlı bayram, festival ve kutlamaları merkezine almakla sınırlandırılmıştır.

## 2. Bulgular ve Tartışma

"Folklor" terimi, İngilizceden halk veya ulusal bilgelik olarak çevrilir. Bu, halk tarafından yaratılan ve halk arasında var olan şiiirdir; insanların işlerini, toplumun ve günlük yaşamın yolunu, yaşam, doğa, kültür ve inanç hakkındaki bilgilerini yansıtır. Folklor, insanların inançlarını, normlarını ve arzularını, onların şiirsel hayal gücünü, zengin bir fikir dünyasını, duygularını, endişelerini, sömürüye ve baskıya karşı hoşnutsuzluklarını, adil ve mutlu bir yaşam hayallerini temsil eder.

Atasözleri ve deyimler, yüzyıllar boyunca birçok neslin iş deneyimini özümseyen özel bir sözlü şiir türüdür. Bunlar, varoluş deneyimini tüm çeşitliliği ve tutarsızlığı ile kaydetmek için imgeler kullanır. Bilmece çözme ve bilmece oluşturma da çocukların dil gelişimi üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Bilmece içinde metaforik bir imge yaratmak için çeşitli sözlü ifade araçları kullanılır: sıfatlar, karşılaştırmalar. Bilmeceyle, kelimelerin çok anlamlılığı sayesinde çocuğun kelime dağarcığı zenginleşir. Ninni, tekerleme, atasözü, deyim gibi halk edebiyatı ürünleri, ritim ve kafiye duygusunun gelişmesine, ayrıca çocukların konuşma intonasyon'unun (sözdizimsel veya duygusal ayırım yaratan ses tonu değişimi) ifade ediciliğinin oluşmasına katkıda bulunur.

Halk oyunları, ifade edici kelime dağarcığı ile birlikte figüratif konuşma biçimlerini de içerir. İçerdikleri folklor, okul öncesi çocukların konuşma gelişimine katkıda bulunur. Örneğin, bir yetişkinin "şu kadar gagası var, bu kadar ayakları var, bu kadar kanatları var,..." taklit hareketlerle hangi kuştur gibi sorular sorduğu ve çocuğun kartal, saka, keklik, şahin, turna vb. cevap verdiği eğlenceli bir oyun olan yöreden yöreye adı değişen Kahramanmaraş yörelerindeki adıyla "Şaka-Saya" oyunu gibi.

Halk lirik şarkıları, diğer halk form türlerinden önemli ölçüde farklıdır. Yapısı, kahramanlık destanı, masallar ve diğer türlerden daha çeşitlidir. Ninniler, bebek konuşmaları, tekerlemeler ve çocuk repertuarına yetişkin repertuarından geçmiş tüm ritüel türküler-şarkılar ('çomça-

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

gelin', 'gelin-alma', 'börü-koyun' ve oyun şarkıları); çocuklar tarafından icat edilen şarkılar, yetişkinler tarafından çocuklar için özel olarak bestelenmiş çocukluk şarkılarıdır.

*Çocuk oyunları* oldukça fazladır. Çocuklar genellikle *oyun aktivitelerinde* yetişkinlerin hayatını taklit ederken, uygun şarkı-türkü söylerler. Örneğin, "kızlar-anneler" oyununda bir kız, bir bebek uyutmak için ninni söyleyebilir. Çocuk folkloru ayrıca tekerlemeler, fıkralar, bilmeceler ve masalları içerir. Bir masal, en yapılandırılmış ve belirli kurallara en çok tabi olanıdır.

Masal anlatırken, özel deyimlerin bilinmesi gerekmektedir, örneğin: "Masal çabuk anlatılır, ama iş çabuk bitmez." Aynı zamanda, bir masal, kötü karakterin masum insanlara galip gelmesine izin verirse masal olmaz. Böyle bir son, masallara özgüdür. Masal kahramanlarının karşılaştığı çeşitli talihsizlikler vardır, ancak kendilerini bu talihsizliklerden kurtaramadıkları bir durum yoktur. İyilik kazanır, adalet yerini bulur (Aleksееva & Nikiforova, 2018).

Bu nedenle masallar, çocuklara kötülüğe karşı gelmeyi, sorunlar ortaya çıktığında pes etmemeyi, cesurca zorluklarla mücadele etmeyi ve onları aşmayı öğretir. (Chistyakova, 2017).

Rus yuvarlak dansları mevsimlere, boş günlere göre ayrılır ve özel şarkılar ve oyunlarla birlikte yapılır. Yuvarlak dans (halay / ritmik halk oyunu vb.) oyunları Sibiryа Türk-Moğol halklarının zor yaşamını yansıtır. Halk dansı, halkın duygusal sanatsal spesifik bir yansıması olup, günlük yaşam tarzı, karakter, düşünceler, duygular, estetik ve doğanın güzellik anlayışını temsil eder. Yuvarlak dansın temeli, tüm katılımcılar tarafından bir yuvarlak dans şarkısı söylenmesidir. Çocuklara bilişsel aktivitenin temelleri sağlanır, görsel ve hayal gücüne dayalı düşünme, hayal gücü, konuşma gelişir, deneyimle ruh hali artırılır, dünyayı algılama ve fikirlere göre hareket etme yeteneği kazanılır.

Nesneler ve olaylar hakkında genelleştirilmiş bilgi edinmek, Rus çocukların Güney Sibiryа Türk-Moğol halkının zengin ve engin folklorunu kullanarak dünyaya tanıtılmasının önemli bir koşulu olarak kabul edilebilir. Pavlova, folklorun çocukların eğitimini insanileştirmenin etkili bir yolu olduğunu savunmaktadır, çünkü yaşlarına uygun birçok pedagojik etki aşamasını içerir. Rus halkının folklor eserlerinin amaçlı ve sistematik kullanımı, çocukların psikofiziksel refahının temellerini oluşturmamıza olanak tanır, bu da eğitim kurumuna uyumlarının başarısını belirler (Pavlova, 2014).

Dolayısıyla, halk folklorunun araçları, neşeli duygular uyandırır, çocuğun hareketlerini koordine eder, el becerilerini geliştirir ve çocuklara korkuyu yenmeyi öğretir. Oyun sırasında hareketlere eşlik eden "ınga" (bebek konuşması) ve tekerlemeler, çocukla iletişim kurmanın bir aracıdır. Bu araçlar, çocukların birbirlerini tanımalarına, birbirlerine yaklaşmalarına ve öğretmen ile çocuk arasında açık ve güvenilir bir ilişki kurmalarına olanak tanır. Oyunlarda ve günlük etkinliklerde folklor kullanımı, çocukların kelime dağarcığını önemli ölçüde genişletir ve çocukların konuşmalarını duygusal ve etkileyici hale getirir (Homuşku & Kırgız, 2018).

Oyunlarda ve günlük etkinliklerde folklor kullanımı, çocukların kelime dağarcığını önemli ölçüde zenginleştirir ve konuşmalarını duygusal ve etkileyici kılar. El becerileri ve beden hareketleriyle çeşitli durumları oynayarak, çocuk sakin ve gergin olmayan bir duruma gelir (Molchanova, 2017).

Güncel federal devlet eğitim standartlarına uygun olarak, Rus okulu tüm seviyelerinde kişilik odaklı bir öğrenme modelini uygulamak üzere tasarlanmıştır. Psikolojik ve pedagojik araştırmaların analizi, kişisel yönelimin, öğretmenin dikkatinin bir öğrencinin bütüncül kişiliğinin oluşumuna odaklandığı bir öğrenme yaklaşımı olarak anlaşıldığını göstermektedir. Bu, çocuğun kişiliğinin sadece entelektüel değil, aynı zamanda ruhsal bileşeninin de gelişimini içerir ve bu da sınıfta özel bir eğitim ortamının yaratılmasını gerektirir.

Okul edebiyat kursu, çocukların folklor eserlerini ağırlıklı olarak beşinci ve altıncı sınıflarda incelemelerini öngörmekte olup, bu konuda ana yük beşinci sınıfa düşmektedir. Daha sonraki eğitimde folklorun içeriği belirgin bir şekilde azalmakta, bu da bizim görüşümüze göre, istenmeyen bir durumdur; çünkü bir kişi büyüdükçe folkloru giderek daha derinlemesine



öğrenmelidir (yetişkin ortamında otantik gelenekte daha geniş bir folklor malzemesi vardır) (Gutieva & Kaitova, 2016).

Starostina'nın makalesi, okulda folklorun incelenmesini ele alarak folklorun incelenmesinin ana aşamalarını vurgulamakta ve 19. ve 20. yüzyıllarda halk sanatının öğretim yöntemlerini açıklamaktadır. Yazar, günümüzde "ortaokula folklorun yeni açılarından yaklaşılması önerilmektedir: aksiyolojik, kültürel, yerel tarih ve disiplinlerarası ilişkiler aktif olarak kullanılmaktadır" şeklinde belirtmektedir. Ayrıca Starostina, metodolojik araştırmanın mantığının "*bireysel türlerin okunması ve analiz edilmesinden halk kültürü bağlamında sözlü edebiyat eserlerinin incelenmesine*" doğru ayarlandığını vurgulamakta (Starostina, 2006: 163). Görünüşe göre her şey yolunda, ancak ortaokul öğrencileriyle yapılan bir konuşmanın ardından, çocukların folklor ve onun türleri hakkındaki bilgilerinin göreceli olduğu ortaya çıktı. Okul çocukları çoğunlukla atasözleri, bilmece, masallar ve destanları hatırladılar. Ritüel folklor konusunda ise sadece Bozbörü/Ergenekon/Tun-poyran/İlk-gün (Nevruz) bayramı kutlamaları sırasında hangi ritüellerin yapıldığını biliyorlar, ancak öğrencilerin çoğu ritüel eylemlerin eski anlamını anlamıyor. Bununla birlikte, ilköğretim öğrencileri folklorun köklerinin ne kadar derin olduğunu, halk ritüellerinin semantiği ve pragmatizminin ne kadar karmaşık ve belirsiz olduğunu, takvim şarkılarının sembolizmini, ne kadar değişken ve çok işlevli olduklarını, zamanla ne kadar fantezik bir şekilde değiştiklerini fark etmiyorlar.

Son yıllarda folklor çalışmalarına olan ilginin, gelişmiş eğitim modelleri arayışıyla birlikte arttığını ve halk pedagojisinin en iyi örneklerinin yeniden canlandığını belirtmek gerekir. Folklor, büyük eğitim olanaklarıyla en verimli ve parlak araçlardan biri olarak haklı olarak tanınmaktadır. Öğretmenler, halk sanat eserleriyle tanışmanın çocukların konuşmasını ve duygularını zenginleştirdiğini, çevreye karşı değerli bir tutum oluşturduğunu ve çok yönlü gelişimlerinde paha biçilmez bir rol oynadığını bilmektedirler.

Rus dili ve edebiyatı öğretmenleri neredeyse aynı görevleri formüle ederler: Folklorla çalışmak, ahlaki ve estetik duygu geliştirmeyi, öğrencinin kişiliğini şekillendirmeyi, çocuklarda vatandaşlık bilinci ve vatan sevgisi duygusunu geliştirmeyi, halk geleneklerine saygı duymayı, çocukları evrensel değerlere tanıtmayı ve Rus folklorunun dünya kültürünün ayrılmaz bir parçası olduğu fikrini oluşturmayı amaçlamaktadır.

Ancak, ne yazık ki, okulda çocuklar çoğu zaman folklor ve halk kültürüne ilgi göstermemektedir. Burada elbette öğretmenlerin ilgisi ve eğitim düzeyi büyük rol oynamaktadır. Yeniliğe odaklanan modern eğitim sistemi, öğretmenleri kültürel, estetik ve eğitimsel görevleri çözmeye yönelik materyalleri benimsemeye yeni yollar ve yaklaşımlar aramaya zorlamaktadır. Öğretmen, yeni pedagojik ve metodolojik çözümler bulmaya çalışırken, öğretmenin yeteneği, eğitimi ve folklorun özünü anlama derecesi de büyük önem taşımaktadır.

Ancak aynı derecede önemli olan, öğretmenlerin okullarda çalışmak zorunda oldukları ders kitabına da bağlıdır. Okul ders kitaplarında sunulan folklorla ilgili görevleri örnek olarak ele alalım.

5. sınıf edebiyat dersinde (V.Ya. Korovina'nın "Edebiyat" kitabı) verilen görevler: "Ders kitabı ve açıklamalı sözlüklerin yardımıyla şu sözlü halk sanatı türlerinin tanımlarını yapın: "ında" (bebek konuşması), çocuk tekerlemesi, ninni, ritüel şarkılar (Aşağıdan gelir elalı tavşan ...), şaka sözü, fıkra, sayışmaca, tekerleme, bilmece." Bir 5. sınıf öğrencisinin bu kadar çok tanım bulması isteniyor, bu fazla değil mi diye sormak gerekir.

Güney Sibiryaya ya da Kuzey Sibiryaya yerli Türk halklarının 6. sınıf öğrencilerine sunulan bir diğer görev örneği: "Halkınızın ritüellerinin güzelliği ve bilgeliği nedir?" konulu bir kompozisyon yazınız (60 kelime). Önerilen çalışma planı şu şekildedir:

"Atalarımızın yaşamına ait hangi olaylar halkınızın ritüelleriyle ilişkilidir? Atalarımızın çalışma, milli yaşam tarzı ve takvimlerinin yansıması. Hangi bayramlar halkınızın

ritüelleriyle ilişkilidir? Mevsim değişikliği ile ilgili midirler? Halkımızın (Altay, Çulum, Çalkan, Hakas, Şor, Telengit, Teleut, Tofa, Tuva vb.) ritüellerinin güzelliği nedir? (En güzel Rus ritüeli... görüşünüzü kanıtlayın). En sevdiğim halk ritüelinin felsefesi ve günlük bilgeliği nedir? Ritüelleri bugün nasıl hayatta kalıyor?" (Rossiyskaya Federatsiya ..., 2009 web).

Özellikle, favori ritüelin vurgulanması ve ritüelin güzelliğinin açıklanmasının önerildiği belirtilmelidir (öğrencinin bakış açısından). Ritüelde güzelliğin ne olduğunu anlamak nasıl mümkün olur? Ayrıca, 6. sınıf bir öğrenci dünya bilgeliğini keşfedebilir, onu karakterize edebilir ve aynı zamanda felsefi özünü açıklayabilir mi?

Dikkate değer bir ayrıntı, öğretmenlerin genellikle ve daha verimli bir şekilde grup çalışması formatında folklorla çalıştıklarıdır (bu, okulun daha alt seviyeleri için daha geçerlidir) ve ders dışı saatlerde yapılmaktadır. Şu ana kadar, bu alan ülkemizde edebiyat derslerinde folklorun incelenmesinden çok daha iyi bir şekilde gelişmiştir. Bu alanda kazanılan değerli metodolojik deneyimin seçici olarak ders saatlerinde kullanılabileceğini ve kullanılmalıdır.

Örneğin, 1-4. sınıf öğrencileri için dört yıllık bir süreyi kapsayan ve halk şarkı-müzik ve ritüel gelenekleri ile derinlemesine tanışmayı amaçlayan "İlkokulda Folklor" adlı ders dışı etkinlikler için bir program geliştirilmiştir (Antonen, 2019). Önerilen programın içeriği ve yapısı, şarkı folkloru ve yaratıcı etkinliklere dayalı okul müzik ve estetik eğitimi fikrine dayanmaktadır. Bu programda ritüel folklor 2. sınıftan 4. sınıfa kadar incelenmektedir. 2. sınıfta halk şarkılarının türlerine dikkat çekilmektedir: ninniler, askerlik şarkıları, halka oyun şarkıları, vb.; 3. sınıfta özel dikkat, takvim ritüel şiirine verilmektedir: "Halk Takvimi. Bayramların kökeni, doğa ile bağlantıları; Kış geleneksel bayramları: Şagaa vb.; Bahar takvimi bayramları: Boz-börü vb.; Yaz takvimi bayramları: Isıah vb.; "Sonbahar takvimi bayramları". 4. sınıfta öğrenciler aile ritüel folklorunu incelemektedir. Bu program, folklor çalışmasını yaratıcı etkinliklerin bir sonucu olarak, bir kültürel fenomen olarak bilişsel sürecin merkezine yerleştirmektedir.

### 3. Sonuç

Halk edebiyatı eserlerinin doğrudan algılanması, çocuğun içsel etkinliğinde oluşan çok karmaşık bir süreçtir. Bu süreçte aynı zamanda hayal gücü, algı, dikkat, düşünme, hafıza, duygular ve irade gibi zihinsel süreçler yer alır ve kişiliğin gelişiminde önemli bir rol oynar, işlevlerini yerine getirirler. Halk edebiyatı eserleri, çocukların hayatına ilk günlerinden itibaren girer ve yaşamları boyunca onlarla kalır. Sözlü halk edebiyatı eserlerini algılayan çocuklar, her yönden gelişir ve böylece her çocuğun terbiye, gelişim ve eğitimine yönelik pedagojik görevleri yerine getirirler. Öğretmenlerin temel hedefi, olumlu bir duygusal ortam yaratmak ve çocuklarla doğal, olumlu bir etkileşim organize etmektir.

Halk edebiyatının ve edebiyatın rolü, sadece küçük yaşta bir çocuğun değil, aynı zamanda ortaokul öğrencisinin de kişiliğinin oluşumunda önemli bir yere sahiptir, öncelikle kişiliğin kültürel ve ahlaki bileşenini belirler. Ancak çalışma evreninin merkezine aldığımız Sibiryaya yerli Türk halkları eğitim programını Rusya Federasyonu Moskova'dan yapmakta, ayrıca eğitimlerini Rusça yapmaktalar. Yaklaşık yetmiş yıl kendi dilini konuşamayan, hatta dini konuşması dahi yasaklanıp baskı altında tutulan Türk halklarının çocukları kendi folklorunu nasıl yaşayabilir ve nasıl gelecek kuşaklara aktarabilir? Elbette yaşayamaz ve aktaramaz. Çünkü halk folkloru, milli kültürün taa kendisidir ve bilindiği gibi kültür dilde yaşar ve dil ile nesilden nesile aktarılır. Dolayısıyla özellikle Güney Sibiryaya coğrafyası yerli Türk halklarının ilköğretim çocukları kendi folklorunu Rus folkloru kadar bilmediğini gözlemlemiş bulunmaktayız ve bu gidişle suni teneffüsle yaşayan folklorunun geleceğe aktarılması da

Şüphesiz ki, kişiliğin oluşumunun temeli bilişsel gelişimdir. Bu yolda, halk edebiyatının özelliklerini dikkate almak gereklidir. Genellikle bu durum, müzik okullarında halk edebiyatı alanında iyi bir şekilde yapılmaktadır, ancak modern genel okullarda halk edebiyatı çalışması genellikle tatmin edici bulunmamaktadır.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Ayrıca, ortaokullarda halk edebiyatı materyallerini incelemek için öğretmenler tarafından önerilen faydalı rehberlik belgeleri olduğunu vurgulamak gerekir. Bu rehberlik belgeleri hem dersler hem de ders dışı etkinlikler, kulüp ve grup faaliyetleri programları içindir. Ancak, ne yazık ki, bunlar yetersizdir. Bu nedenle, eğitim potansiyeli küçümsenmeyecek kadar büyük olan halk edebiyatı öğretimine hala daha fazla dikkat edilmesi gerektiği kanaatindeyiz. Öğretim materyallerini hizalamak, kontrol etmek ve doğrulamak, sunum mantığını düşünmek ve ayrıca öğretmenlerin halk edebiyatı materyalleriyle çalışmak için eğitimini göz önünde bulundurmak gereklidir.

### REFERANSLAR

- Alekseeva, L. L., & Nikiforova, D. N. (2018). "The use of people's folklore in working with children of senior preschool age." *Traditions and innovations in preschool education*, 4(7), 25–27 pp.
- Antonen, O. A. (2019). *Folklore in elementary school. Extracurricular activities program for students in forms 1–4*. Retrieved from: <https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnoy-deyatelnosti-folklor-v-nachalnoy-shkole-2317900.html>
- Chistyakova, D. A. (2017). "Russian folk tales as a means of developing figurative speech." *Bulletin of the Central Russian University Educational Consortium. Series: Humanities*, 10, 48–50 pp.
- Gutieva, M. T., & Kaitova, I. A. (2016). "Moral and ethical ideas of the people in Russian, Ossetian and English proverbs and sayings." *Social sciences*, 1, 90–95 pp.
- Khomushku, O. M., & Kyrgys, Z. K. (2018). "The ideological content of tuvan folklore and the elements of freethinking." *Journal of Siberian Federal University. Humanities and Social Sciences*, 11(12), 1962–1967 pp.
- Molchanova, N. V. (2017). "Formation of the ethnic identity of the individual by means of people's folklore." *Art and Culture*, 3(27), 69–73 pp.
- Pavlova, L. N. (2014). Folklore for the little ones. *Preschool education*, 4, 23–27 pp.
- Rossiyskaya Federatsiya- Respublika Altay - Uchebnyy plan nachal'noy shkoly 2010-2020 - Grazhdanovedeniye, chast' 4, Postanovleniye Ministerstva obrazovaniya № 20-21/1308 ot 12 sentyabrya 2009 g. [Rusya Federasyonu - Altay Cumhuriyeti - İlkokul müfredatı 2010-2020 - Yurttaşlık Bilgisi, bölüm 4, Eğitim Bakanlığı'nın 12 Eylül 2009 tarih ve 20-21/1308 sayılı Kararı]
- Starostina, M. E. (2006). "The problem of studying Russian oral folk art at the lessons of language arts and literature in the works of Russian methodologists of the 19th – 21st centuries." *Azimet of scientific research: Pedagogy and Psychology*, 5(3), 162–167 pp.
- NOT:** Bu çalışma, yürütücülüğünü Prof. Dr. Mehmet Türkmen'in yaptığı; "Güney Sibirya Türk-Moğol Halklarında Geleneksel Spor ve Oyunların Araştırılması" başlıklı, KTMU-BAP-2019.GOSAUM.02 proje nolu (Eser No: 2725668; Doküman No: KTMU-FR-GS-06). Başlama tarihi: 10/05/2020, Bitiş tarihi: Kasım 2021, Kırgızistan -Türkiye Manas Üniversitesi – Yerel idareler ve Dış destekli – "Uluslararası Bilimsel Araştırma Projesi" inden üretilmiştir.



## GELENEKSEL SPORLAR ARACILIĞIYLA KÜLTÜREL SERMAYE İNŞASI İÇİN ORTAK ÇABA: TAFİSA<sup>(135)</sup> VE UNESCO<sup>(136)</sup>'NUN GAYRETLERİNDE

Mehmet TÜRKMEN\*

\*Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun/Türkiye  
E-posta: [dr.turkmenmehmet@gmail.com](mailto:dr.turkmenmehmet@gmail.com) ; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5926-7522>

**ÖZET:** Bu makalenin amacı geleneksel sporları önemli bir tarihsel ve sosyo-kültürel olgu olarak vurgulamak ve kabul etmektir. Yazarlar, 'geleneksel spor ve oyun hareketini' organizasyonundan bazı temel fikirlere kadar tanımlayarak, fiziksel kültürün yerel ve ulusal mirasının her toplum için ne kadar önemli olduğunu göstermektedir. Sadece ekonomik ve politik alanlara değil, aynı zamanda kültürel ve etnik alanlara da değinen mevcut küreselleşme süreci içinde, insanların miraslarının ve kimliklerinin farkında olmaları gerekmektedir. Kendimize ait, yerli fiziksel aktivitenin çeşitli biçimleri bu kimliğin bir parçasıdır. Bu makalede, yazarlar, küreselleşmiş bir dünyada geleneksel sporların mevcut durumunun genel arka planını, var oldukları sosyo-kültürel bağlamı, tüm dünyadaki bu tür sporların ve girişimlerin bazı örneklerini tanımlayarak göstermektedir. Daha sonra, odak noktası, geleneksel sporların ve oyunların oynandığı ve tanıtıldığı belirli bir etkinliğe – “5. Dünya Herkes İçin Spor Oyunları”na- yönelecek ve bu tür sporun, çağdaş dünyada kültürel değişimi teşvik etmede ve mirası korumada potansiyel olarak etkili bir araç olarak varlığını gösterecektir.  
**Anahtar kelimeler:** küreselleşme, kültürel kimlik, sporun sosyo-kültürel değerleri.

### A JOINT EFFORT FOR BUILDING CULTURAL CAPITAL THROUGH TRADITIONAL SPORTS: IN THE ENDEAVORS OF TAFİSA AND UNESCO

**ABSTRACT:** The aim of this article is to emphasize and acknowledge traditional sports as a significant supply and socio-cultural phenomenon. The authors highlight the importance of recognizing the 'traditional sports and games movement,' demonstrating how local and national physical knowledge holds substantial value for society. Within the current process of globalization, which encompasses not only economic and political domains but also cultural and ethnic spheres, it is imperative to acknowledge people's heritage and identities. This heritage includes various forms of indigenous physical activities that reflect the unique characteristics of a community. The authors provide an overview of the socio-cultural context of traditional sports in a globalized world, illustrating this with examples of such sports and their origins worldwide. Subsequently, the focus shifts to a specific event where traditional sports and games are played and promoted – the "5th World Sport for All Games." The article argues that these types of sports serve as potentially effective tools for fostering cultural transformation and preserving identity in the contemporary world.

**Keywords:** Globalization, Cultural identity, Socio-cultural values of sports.

<sup>(135)</sup> TAFİSA (The Association For International Sport For All / Herkes İçin Uluslararası Spor Derneği)

<sup>(136)</sup> UNESCO (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization / Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü)

## GİRİŞ

### Küreselleşme ve Kolektif Kimlik Arasında Günümüz Dünyası

Günümüz dünyasında küreselleşme, dünyanın kültürel ve toplumsal gerçekliğini şekillendiren bir süreçtir. Polonyalı antropolog Waldemar Kuligowski'nin (2007: 9) belirttiği gibi: “Küreselleşme, şu anda sosyal bilimlerde, beşerî bilimlerde, ekonomi ve diğer alanlarda en sık kullanılan terimlerden biridir.” Dahası, küreselleşme yalnızca ekonomik, politik, finansal ya da sosyal alanları değil, aynı zamanda kültürel ve etnik alanları da etkilemektedir. Bu süreç, postmodern dünyada artan bir etkileşim imkânı tanıyan yeni bir toplumsal durumu ortaya çıkarmıştır. Geçmişte, toplumlar daha ayrı coğrafi ve etnik alanlarda yaşar, diğer gruplarla sınırlı düzeyde temas kurar ve dünyanın uzak yerlerinde yaşayan insanlar hakkında gerçekte çok az bilgiye sahip olurlardı. Ancak bu durum artık geçmişte kalmıştır.

Günümüzde insanlar, gelişmiş ve daha düşük maliyetli ulaşım ve iletişim sistemleri sayesinde dünyanın dört bir yanına seyahat edebilmekte ve başkalarıyla tanışabilmektedir. Bu durum, yalnızca kültürel ve sosyal gelenekler, ulusal, etnik ve kültürel mirasın unsurları ve maddî şeylerin değil, aynı zamanda fikirler, değerler ve sembollerin de halklar arasında değişimi için daha büyük fırsatlar yaratmıştır. Bu genel olarak olumlu bir durum olmakla birlikte, ne yazık ki hâlâ dünyanın pek çok yerinde çatışmalara ve hatta savaşlara yol açabilmektedir.

Bu durum, küreselleşmenin insanların yaşamlarına hem olumlu hem de olumsuz bir şekilde aynı anda önemli katkılarda bulunmasıyla ilişkilidir. Bir yandan dünya "küçülmüş" ve insanlar seyahat edebilir, başkalarıyla tanışabilir, fikir alışverişinde bulunabilir, uluslararası faaliyet gösteren şirketler kurabilir, dünya çapında iş fırsatları yaratabilir ve bireyler ve uluslar arasında uluslararası ve kültürlerarası bağlar oluşturabilir hâle gelmiştir. Öte yandan, küreselleşmenin, diğer süreçlerle birlikte, otorite krizleri, belirsiz ve değişken kimlikler, homojenleşme tehdidi ve küresel düzeyde meydana gelen her şeye pasif bir kabullenme gibi sosyal sorunlarla boğuşan postmodern dünyada yeni bir toplumsal gerçeklik yaratmaktan sorumlu olduğu düşünülmektedir.

Bu tehditlerin farkında olan insanlar, küreselleşmenin ürünlerini ve onun sonuçlarını sadece pasif bir biçimde kabul etmek istememektedirler. Aksine, kendi yerel gerçeklikleri üzerinde söz sahibi olmayı arzulamaktadırlar. Bu durum, küreselleşmeye “aşağıdan” bir yanıt olarak nitelendirilebilir.

Bu cevap, kültürel kimliğe, yerelliğe ve etnisiteye “temel değerlere geri dönüş” çağrısı yapmaktadır. İspanyol sosyolog Manuel Castells (1997: 1) şöyle ifade etmektedir:

“Dünyamız ve yaşamlarımız, küreselleşme ve kimlik arasındaki çatışan eğilimler tarafından şekillendirilmektedir. (...) Teknolojik devrimin, kapitalizmin dönüşümünün ve devletçiliğin sona ermesinin yanı sıra, son çeyrek yüzyılda, güçlü kolektif kimlik ifadelerinin yaygın bir yükselişine tanık olduk. (...). Bu ifadeler çok çeşitli, her kültürün ve her kimliğin oluşumunun tarihi kaynaklarının izlerini takip ederek oldukça çeşitlenmiştir”.

Bu kimlik, hangi düzeyde (yerel, bölgesel veya ulusal) ve hangi boyutta (kültürel, etnik, dini veya ulusal) olursa olsun, genellikle belirli kültürel unsurlara dayanmaktadır. Bu unsurlar, belirli bir grup içerisinde kolektif bir kimlik duygusunu sürdürmek, ifade etmek, teşvik etmek ve hatta yaratmak amacıyla kullanılmaktadır. Kolektif tarih (çoğunlukla mitolojiye dayanır), topraklar, diller ve dinler bu bağlamda örnek olarak verilebilir. Ancak, küreselleşmiş bir dünyanın sosyal ve kültürel bağlamında, bu kimlik işaretleri bazen yetersiz kalmaktadır. İnsanlar, kimliklerini oluşturmak için çeşitli unsurlar kullanma çabasına girmektedirler. Bu unsurlardan biri ise spordur (Türkmen ve Ziyagil, 2020: 46-47).

### Bir Kimlik Unsuru Olarak Spor

Spor, kimliğin bir unsuru olma konusunda köklü bir geçmişe sahiptir. Bir yandan, birçok yerel ve etnik grup ile ulus, diğer uluslara karşı baskıcı ve dışlayıcı bir kimlik yaratmak amacıyla

sporunu kullanmaktadır. Sporla bağlantılı çatışmaların listesi uzundur: Balkan savaşları, İskoçya ile İngiltere arasındaki anlaşmazlık, Baskların İspanya'dan bağımsızlık mücadelesi, Mısır ile Cezayir arasındaki gerilim, İrlanda ile İngiltere arasındaki çatışma, bunlardan sadece birkaçıdır. Latin Amerika'da, Salvador ve Honduras arasındaki uluslararası askeri bir çatışma, Polonyalı yazar ve muhabir Ryszard Kapuściński'nin (2004) de belirttiği gibi, bir futbol maçının sonucu olarak ortaya çıkmıştır.

Öte yandan spor, adalet, iş birliği ve kültürel etkileşim sağlama konusunda pozitif ve yaratıcı bir güç olabilir ve günümüzde barış inşası sürecinde daha iyi bir anlayış için değerli bir platform sunmaktadır. Olimpiyat Oyunları'nda, farklı kültürel geçmişlere sahip insanlar, neredeyse kelimenin tam anlamıyla bir "global village / küresel köy" de<sup>(137)</sup> (ya da modern Olimpiyat Oyunları'nın yeniden canlandırıcısı Pierre de Coubertin'in hedeflediği gibi, oyunların olması gereken şey) bir gençlik ve sportmenlik festivali için bir araya gelir. Ancak, bu makalede, Olimpiyat Oyunları'nın çeşitli ulusların en iyi kültürel gelenekleri ve uygulamaları arasında bir alışveriş platformu olup olmadığı konusunda tartışma yapmayı amaçlamıyoruz; zira Olimpizim, Olimpiyatları bu şekilde tanımlamaktadır. Bunun yerine, geleneksel sporları içeren belirli bir oyun türünü vurgulamak istiyoruz. Dünyanın dört bir yanında bu sporların mevcut durumu ve bunların yukarıda bahsedilen bağlamdaki rolü – küresel anlayışı geliştirme ve kültürel sermaye inşası açısından çok kültürlü bir platform olarak – bu makalenin ana argüman hattını oluşturacaktır.

### Modern Bağlamda Geleneksel Spor

Wojciech Lipoński (2001), kapsamlı çalışması *Encyklopedia sportów świata / Dünya Spor Ansiklopedisi*'nde dünya genelindeki çoğu bölge ve kültüre ait 3.000'den fazla geleneksel spor, oyun ve eğlence / play<sup>(138)</sup> türünü tanımlamakta ve bu alanda benzersiz bir literatür katkısı sunmaktadır. Bu eser yalnızca farklı sporların bir derlemesi olmamakla birlikte, her bir spor, oyun ve eğlence türünü antik vazolardan resimlere, heykellere ve edebi kaynaklara kadar uzanan çeşitli tarihi belgelerle köklü bir etnolojik arka planla titizlikle belgelendirmektedir. Yazar, dünya çapında yedi binden fazla oyun bulabileceğimizi iddia etmektedir (Lipoński 2004: 5). Bu oyunlar, tüm yerleşik kıtalara dağılmış olup insan kültürünün hâlâ canlı bir parçasıdır. Ancak, Jeremy MacClancy'nin (1996) belirttiği gibi, yıllarca sosyal bilimlerin alanındaki akademisyenler tarafından ihmal edilmişlerdir. Ancak bu durum değişmeye başlamıştır. Geleneksel oyunlar ve sporlar ile bunların günümüz dünyasındaki rolünü ele alan araştırmacıların ve kurumların sayısı her kıtada sürekli artmaktadır. Konuya artan ilgiyi vurgulamak adına burada birkaç örneği belirtmek mümkündür.

Amerika Birleşik Devletleri'nde spor, oyun ve eğlencenin incelenmesi üzerine genel olarak katkı sunan birçok çalışma bulunmaktadır; bunlar arasında geleneksel formlar da yer almaktadır. Stewart Culin, Amerika'da oyun ve eğlencenin bilimsel bir disiplin olarak incelenmesini öneren ilk kişidir; Kore oyunları üzerine yazdığı kitabını 1895'te yayımlamıştır (Culin 1895). Yukarıda bahsedilen araştırmacı Jeremy MacClancy de spor antropolojisinin oldukça verimli bir alt disiplin olarak gelişmesine katkı sağlamıştır. MacClancy'nin editörlüğünü yaptığı *Sport, identity, ethnicity (Spor, Kimlik, Etnisite)* isimli kitap, spor, kimlik, toplumsal cinsiyet, sosyal statü ve etnisite arasındaki çeşitli ilişkileri, geleneksel sporlar da dâhil olmak üzere, ele almaktadır (MacClancy 1996). Kendal Blanchard ise geleneksel oyunlar bağlamında çok önemli bir başka kitabın yazarıdır. *Anthropology of Sport / Spor Antropolojisi*

<sup>(137)</sup> "Küresel köy", Marshall McLuhan tarafından 1964 yılında Gutenberg'in galaksisi adlı kitabında kullanılan bir terimdir - yaşamın sosyal ve kültürel yönlerinin birleşmesi anlamına gelir.

<sup>(138)</sup> Bu anlamda "Play / oyun- eğlence", fiziksel, eğlenceli bir faaliyet biçimi ve oyun ve sporun ilk çeşidi anlamına gelir. Bir dizi spontane, gönüllü, anlamsız ve ciddi olmayan aktiviteyi ifade eder. Bazı oyunlar hiçbir amaç veya kural sergilemez ve literatürde "yapılandırılmamış" olarak kabul edilir. Oyun hakkında daha fazla bilgi için C. Garvey'in (1999) Cambridge, MA: Harvard University Press tarafından yayımlanan oyun kitabına bakınız.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

(1995) disiplini tanıtan ve bu alana giriş niteliği taşıyan ilk rehber niteliğindedir. Yazarın belirttiği gibi, “Antropologlar spor davranışını ciddiyle ele alarak sistematik bir şekilde analiz etmekte ve çalıştıkları halklar arasında toplam yaşam tarzının bir aşaması olarak önemini fark etmektedirler” (Blanchard 1995: 2).

Ayrıca, Alice Taylor Cheska oyunun incelenmesini beş antropolojik perspektiften ele almaktadır: antikacılık, evrimcilik, yayılcılık, işlevselcilik ve yapısalcilik. Ancak, Cheska'nın (1978: 26) daha önce belirttiği şu araştırma alanlarını da dikkate almak gerekmektedir: 1) oyunun yaygın değerler ve tutumların (motivasyon, başarı) bir yansıması olarak ele alınması, 2) oyun ve toplumsal denetim (toplum içi ve toplumlar arası çatışma, mizah ve espri anlayışının sosyal yaptırımları, güvenlik unsuru, gerilim göstergesi), 3) oyun ve Batı toplumlarının sosyal ve psikolojik sorunları, 4) oyun ve dilbilim (iletişim), 5) biliş ve sembolizm, 6) din ve oyun. Cheska, ayrıca oyunu siyaset (Huizinga 1955 ve Sutton-Smith 1995 de bu konuyu ele alır), hukuk, oyun teorisi, saldırganlık, yaratıcılık ve kültürel yenilik ile farklı yaş gruplarında oyunun öğretici ve sosyalleştirici değeriyle ilişkilendirmiştir (Cheska 1978). Bu, geleneksel oyunlar ve oyun etkinlikleri üzerine yapılan araştırmaların, onları sosyal ve kültürel kullanıma geri kazandırma amacına yönelik anlayışımızla örtüşmektedir.

Diğer kıtalarda da geleneksel oyunlar ve sporlarla ilgili dikkat çekici girişimler mevcuttur. Güney Amerika'ya gelince, Brezilya'da “*Jogos dos Povos Indigenas / Yerli Halkların Oyunları*” düzenli olarak organize edilmekte ve Roland Renson ile Veerle van Mele, Güney Amerika'daki geleneksel oyunlar üzerine bir kitap yazmıştır (Renson ve van Mele 1992). Asya'da ise bu konuya olan ilgi günümüzde Güney Kore, Hindistan, Japonya, Çin, Tayvan ve birçok diğer Asya ülkesinde artmaktadır (bkz. örneğin Appadurai 1996). Afrika'ya baktığımızda, Alice Taylor Cheska, Batı Afrika uluslarının oyun ve dansları üzerine bir sözlük yazmış (Cheska 1987) ve bu hareket kültürlerinin maddi olmayan bir miras olarak korunmasını sağlamıştır. Bu tür çalışmalar son derece önemlidir, zira bu kıtada modern futbolun artan popüleritesi, daha geleneksel, yerel sporların yok olmasına yol açabilir. Ancak, Avustralya'da durum belirgin şekilde farklıdır ve ülke, rugby, Gaelic futbolu ve boogalah adlı geleneksel Avustralya oyununun bir kombinasyonu olan Avustralya Futbolu veya “*footy*” gibi birçok spor unsurundan oluşan kendine özgü bir kültürel kimliğe sahiptir. Bununla birlikte, Avustralya'nın bir zamanlar Aborjinlerin toprakları olduğunu hatırlamak gerekir. Halen zengin bir oyun ve eğlence çeşitliliğine sahiptirler. Yakın zamanda bazı yerli oyunlar belgelenmiştir (örneğin *kee'an, tarnabai, kalq*) ve insanları bu oyunları oynamaya, anlamaya ve bu geleneksel Aborjin kültürü unsurlarını daha iyi takdir etmeye teşvik etme çabaları sürdürülmektedir (Dixon 2008).

Avrupa'nın bu alana adanmış özel bir kurumu olan “*Avrupa Geleneksel Sporlar ve Oyunlar Birliği / European Traditional Sports and Games Association*” (ETSGA), 2001 yılında Fransa'nın Lesneven kentinde kurulmuştur. Bu kuruluşun üyeleri için geleneksel sporlar en önemli çalışma konusu haline gelmiştir. Kuruluşun anayasasında şu ifade yer almaktadır: “Avrupa'daki geleneksel oyunlar ve sporların yönetimi, tanıtımı ve koruyuculuğunu amaçlayan spor veya kültürel federasyonlar, dernekler, eğitim kurumları veya şirketlerden oluşur” - *Avrupa Geleneksel Oyunlar ve Sporlar Birliği / Association Européenne des Jeux et Sports Traditionnels* (AEJEST 2012). Dolayısıyla, ETSGA'nın temel amacı, geleneksel spor ve oyunların uygulanmasını teşvik etmek ve geliştirmek, ayrıca Avrupa çapında bir ağ oluşturulmasını, eğitimsel uygulamalar için belgeler hazırlanmasını, derneklerin kurulmasını, uluslararası toplantılar ve bilimsel konferansların düzenlenmesini desteklemektir. Bu hedefler UNESCO'nun desteği altında birleştirilmiş ve “*Uluslararası Herkes İçin Spor Derneği / The Association for International Sport for All*” (TAFISA) tarafından yaygınlaştırılmıştır. UNESCO ve TAFISA, herkes için sporun sosyal içermeyi teşvik eden bir araç olarak potansiyelini tanımaktadır. Bu çabaların tümü, oyun, fiziksel kültür ve bedensel ifadenin oyunlar, spor, fiziksel egzersizler, dans veya akrobatik performans gibi alanlarını kapsayan hareket

kültürlerinin çeşitliliğine (Ludo-çeşitlilik) duyulan ihtiyacı gidermek amacıyla yapılmıştır (Renson 2004).

### **Geleneksel Spor ve Oyunların Değerleri ve UNESCO ve TAFISA Tarafından Teşviki**

Geleneksel sporlar ve oyunlar, toplumlarımızın kültürel çeşitliliğinin bir simgesi olarak kabul edilmektedir. Tolerans, karşılıklı anlayış ve saygı inşa etmenin yollarından biri olarak, bu oyunlar “Barış Kültürü”nün oluşturulmasına katkıda bulunur. Aynı zamanda, kuşaklar arası diyalogu teşvik ederek ve çevreye saygıyı teşvik ederek sürdürülebilir kalkınmaya önemli ölçüde katkı sağlayabilirler. UNESCO ve TAFISA, geleneksel sporların ve oyunların korunması ve teşvik edilmesi sürecini, toplumsal gelişim ve sosyal uyum üzerindeki çok yönlü yararlarını göz önünde bulundurarak desteklemektedir. Birçok spor ve oyunun, küreselleşme ve spor dallarının standartlaştırılmasının birleşik etkisiyle yok olma tehlikesiyle karşı karşıya kalması veya hâlihazırda ortadan kalkmış olması nedeniyle UNESCO ve TAFISA, 2008 yılında Busan’da düzenlenen 4. TAFISA Dünya Herkes İçin Spor Oyunları sırasında imzalanan “Geleneksel Sporların ve Oyunların Korunması ve Teşvikine Yönelik Çağrı” ile harekete geçmeye karar vermiştir (UNESCO/TAFISA 2008). Bu bağlamda, UNESCO ve TAFISA, geleneksel sporların ve oyunların belgelenmesi ve değerlendirilmesi amacıyla akademik kurumlarla iş birliği yapmakta; ağların desteklenmesi, kapasite geliştirme programları ve etkinliklerin düzenlenmesi yoluyla bu mirası korumayı amaçlamaktadır.

UNESCO ve TAFISA'nın vizyonunda spor, kolektif gururu, kimliği ve aidiyet duygusunu geliştirerek canlı topluluklar inşa edebilir. Herkes için spor alanında ve özellikle *geleneksel sporlar ve oyunlar* (TSG) alanında küresel iş birliğini geliştirmek için, bu iki kuruluş Poznań'daki (Polonya) Üniversite Beden Eğitimi Okulu'nun Spor Olimpiyatı ve Etnolojisi Bölümü ile iş birliği yaparak "TSG ve toplum gelişimi için iyi uygulama çağrısı" adlı yeni bir proje başlattı. UNESCO, TAFISA ve üniversite bu teklif çağrısı aracılığıyla geleneksel sporların ve oyunların iyi uygulamalarını toplamaya, bunlardan hangilerinin toplum gelişimine etkili bir şekilde katkıda bulunabileceğini değerlendirmeye ve geleneksel sporların ve oyunların dünya çapındaki toplumlarının uyumuna ve gelişimine katkıda bulunduğu çok yönlü yolları değerlendirmeye çalışmaktadır. Projede yer alan taraflar, bu çalışmanın sonuçlarının gelecekte bu tür sporlar ve oyunlar için uluslararası savunuculuğu destekleyeceğine inanmaktadır. Geleneksel bir spor veya oyuna sahip olduğunu iddia eden ve bunu dünyaya tanıtmak isteyen herhangi bir ülke, geleneksel sporunun tarihsel olarak incelenmesi ve sonunda kültürel ve sportif geleneklerinin bir parçası olarak tanınması için TAFISA'ya başvuruda bulunabilir. Dahası, UNESCO'nun desteğiyle TAFISA, geleneksel oyunları ve sporları tanıtmaya çalışan ilginç ve değerli bir girişimde bulunmaktadır. World Sport for All Games, spor aracılığıyla kültürel çeşitliliğin gerçek bir şekilde kutlandığı bir etkinlik olarak hizmet vermektedir. Bu etkinlik 2012 yılında Litvanya'nın Siauliai kentinde gerçekleşmiştir.

### **5. Dünya Herkes İçin Spor Oyunları Siauliai, Litvanya 2012 - Çok Kültürlü Bir “Kaleydoskop / Çiçek dürbünü”**

TAFISA World Sport for All Games, dünyanın dört bir yanından gelen delegasyonların geleneksel oyunlarını veya sporlarını genel halka ve çeşitli uluslardan davetli delegasyonlara sunabileceği özel bir etkinliktir. Bu oyunlara herkes katılabilir, ancak onları modern Olimpiyat Oyunlarından ayıran şey, her kişinin istediği herhangi bir sporu "denemeye" davet edilmesidir. Zaferi garantilemek için hiçbir saldırganlığa veya şiddete yer yoktur, uyuşturucu almaya veya hile yapmaya gerek yoktur. Aksine, eğlence, kültürel geleneklerin değişimi ve diğer uluslar arasında popülerleştirilmesi ve karşılıklı anlayış için bir alandır. Genel halk, medya ve hükümet temsilcilerinin yanı sıra TAFISA üyeleri de davetlidir ve herkes eşit derecede önemlidir. Dünyanın dört bir yanından gelen jimnastikçilerin becerilerini sergileyebildiği ve katılımcıları bir araya getirerek insanlar arasında köprüler kurmanın kazanmaktan daha önemli olduğu "World Gymnaestrada" etkinliğine benzer (Mechbach ve Waneberg 2011).



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Bu Oyunların temel amaçları şunlardır: 1) geleneksel sporların ve oyunların ve dolayısıyla ulusal kimliğin ve mirasın korunması ve tanıtılması, 2) uluslar arasında işbirliğinin teşvik edilmesi, 3) deneyim sağlanması, fırsatların paylaşılması ve 4) eğlence. Dahası, etkinlik "International Olympic Committee / Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC)", "United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization / Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü (UNESCO)" ve "International Council of Sport and Physical Education / Uluslararası Spor ve Beden Eğitimi Konseyi'nin (ICSSPE) himayesinde bir miktar prestij ve tanınırlık kazanmıştır.

Geleneksel spor oyunlarına katılma şansına sahip olmak için, belirli bir ulusun temsilcileri 100 yıldan uzun süredir uygulanan bir oyun veya sporu hazırlamalı ve sunmalıdır. Aynı zamanda etkinlik katılımcılar ve seyirciler için eğlenceli olmalıdır. Bölgesel veya ulusal mirasın bir yansıması olarak bir ülkenin/bölgenin geleneğinin ve kimliğinin aktif bir parçası olmalıdır. Sunulan oyunların çoğu, maliyet açısından verimli ve organize edilmesi kolay olmaları nedeniyle başka bir avantaja sahiptir. Ancak en önemlisi, her oyunun her birey için erişilebilir olması, katılımın ne zor ne de tehlikeli olması gerekir.

Oyunlar, geleneksel sporlar, gösteri sporları, engelli sporları, şampiyonalar ve yarışmalar gibi spor programlarına dayanmaktadır. Ayrıca, bisiklet sürme, kuzey disiplini yürüyüşü ve modern jimnastik performansları gibi kitlesel spor etkinliklerinin yer aldığı bir "Milletler Günü" de vardır. Tüm bunlar, açılış ve kapanış törenleri, kongreler, Dünya Yürüyüş Günü, Uluslararası Halk Festivalleri (örneğin koro, müzik) gibi özel etkinlikler programını içeren kültürel bir arada yaşama ortamında gerçekleşir. Bu etkinliğin atmosferi en başından itibaren her zaman gerçekten büyüleyici ve neşelidir.

### Litvanya'daki Oyunların Takvimi

Siauliai'deki 5. Oyunlar, 6 Temmuz 2012'de tüm katılımcı ülkelerin delegasyonlarının renkli bir geçit töreniyle başladı. "Yürüyüş Günü" olarak adlandırıldı - ulusal renkler giymiş katılımcılar ulusal bayraklar taşıdı ve rota boyunca toplanan sakinlerini selamlayarak şehirde yürüdüler. Harika çok kültürlü bir ortamda ve huzurlu bir atmosferde bütünleşme, eğlenme ve dostluk kurma zamanıydı.

Siauliai'deki ana arenaya ulaştıktan sonra tüm delegeler Oyunların resmi Açılış Töreni'ne tanıklık ettiler. İki bölüme ayrıldı. İlk bölümde ev sahibi ülke olarak Litvanya, yalnızca Litvanya'nın mitolojisini, tarihini, geleneksel ve kültürel değerlerini değil, aynı zamanda geleneksel sporları da içeren mirasının, tarihinin ve kültürünün zenginliğinin farkında olan modern, gelişmekte olan bir ülke olarak statüsünü de sundu. Açılış töreninin ikinci bölümü daha sonra tüm katılımcı delegasyonlarına ayrıldı. Olimpiyat Oyunları tarzında alfabetik olarak ulusa göre duyurulduktan sonra sahneye çıktılar. Büyük spor festivali atmosferi, yaşam ve kültürel çeşitliliğin kutlanmasıyla birlikte gözlemlendi. Tüm bunlar, büyüyen dünya çapındaki hareket "Sport for All / Herkes İçin Spor"un olumlu değerlerinin gerçek bir örneği olan Fiziksel Kültür sayesinde oldu.

Programda bir sonraki gün Avrupa Günüydü. Delegasyonların geleneksel sporlarını veya oyunlarını sergiledikleri bir zamandı. Polonya delegasyonu, şehir merkezindeki ana mekân olan kalabalık bulvarda iki eski Polonya oyunu olan *pierscieniówka* ve *kapela*'yı sundu. *Pierscieniówka*, özellikle uluslararası katılımcılar arasında dil iletişiminin sorun olmadığı evrensel bir takım oyunu olarak çok ilgi gördü. Oyuna birçok yerel sakin ve ayrıca diğer ülkelerden insanlar katıldı. Bu özel günde şehrin her yerinde halk dansları ve müzik konserleri (Güney Afrika, Lübnan ve Litvanya delegasyonlarından), jimnastik gösterileri (Danimarka delegasyonu), bilimsel bir konferans ve sonunda gece sıcak hava balonlarından oluşan bir geçit töreni dahil olmak üzere birçok başka etkinlik gerçekleşti.

8 Temmuz, "Dünya Milletleri"ne adanmış bir gündü. Geleneksel sporlar ve oyunlar bağlamında en önemli etkinlikti. Dünya delegasyonlarının ana bölgesel ve ulusal performansları Siauliai

Şehir Stadyumu'nda gerçekleşti. Sportif atraksiyonlarla dolu bir gündü. İsteyen herkes, tüm kıtaları temsil eden birçok ülkeden gelen her geleneksel spora ve oyuna katılabiliyordu.

Bu günlerde atmosfer keyif ve eğlence doluydu. Polonya *pierscieniówka*, Belçika *popin-jay* atışı, Amerikan *shuffleboard*, Japon *gateball*, kurbağa adı verilen İspanyol *firlatma* oyunu, ulusal Letonya oyunu *novus*, İtalyan *tamburello* veya hatta *Avustralya* veya *Gal futbolu* ve Rumen *oina* gibi daha fiziksel takım sporları gibi çeşitli spor ve oyunları deneyimleme ve bunlara katılma şansına sahip olmak unutulmaz bir deneyimdi. Herkes için sporun kutlanması ve gerçekten huzurlu bir ortamda yaşam, bunlar geleneksel sporların, herkes için gerçek sporların çok önemli mesajlarıdır (Bronikowska and Prabucki, 2014: 38-39).

Oyunlar sırasında TAFISA/UNESCO Uluslararası Forumu “Toplum Gelişiminde Spor ve Kültürün Rolü” gerçekleşti. Dünyanın çeşitli bölgelerini ve kurumlarını temsil etmek üzere davet edilen 16 konuşmacı vardı. Tartışılacak ana konu, kendi ülkelerindeki geleneksel sporların ve oyunların mevcut durumu, bu konunun ciddiyeti ve geliştirilebilecek olanakları. Tüm konuşmacılar, geleneksel sporlar üzerine araştırmalarını ilginç, farklı şekillerde sundular ve bunları sıklıkla pratik örneklerle desteklediler. Danimarka'dan geleneksel oyunlar aracılığıyla eğitime ilişkin Gerlev modeli oradaki en ilginç örnekti. Ayrıca İran'daki geleneksel oyunları içeren eğitim programları; Hindistan'da kültür, spor ve geleneksel oyunlar arasındaki bağlantılar; tekvando vaka çalışması ve Güney Kore'de bir tekvando parkı projesi; *tamburello* adlı geleneksel bir İtalyan oyununun geliştirilmesine bir örnek; İspanya'da oyunlar aracılığıyla geleneksel hareket kültürü ve Kenya'da spor aracılığıyla eğitimin teşviki sunuldu. Polonyalı bir delege, Polonya'da gerçekleştirilen geleneksel sporlar ve oyunlarla ilgili girişimlerden bahsetti. Forumun son ve en önemli noktası, bilimsel kurumun, gelecekteki “World Sport for All Games / Dünya Herkes İçin Spor Oyunları”nın gelişimi için çok önemli olan geleneksel sporların/oyunların tanımını değerlendirme ve ardından faydalarını arama görevine dikkat çekmesi için bir antlaşma olarak “*Call for Good Practices in Traditional Games / Geleneksel Oyunlarda İyi Uygulamalar Çağrısı*” başlıklı bir anlaşmanın üç farklı kurum arasında imzalanmasıydı: TAFISA, UNESCO ve Poznań'daki Beden Eğitimi Üniversitesi Okulu. 5. Dünya Geleneksel Oyunları'nın bu olağanüstü etkinliğinin son kısmı, TAFISA Başkanı Dr. Kang-Too Lee ve Siauliai Belediye Başkanı Justinas Sartauskas'ın resmi konuşmasıyla Oyunları kapatan Kapanış Töreniydi. Etkinlik, dostluğu, saygıyı ve karşılıklı anlayışı kutlamak için tüm yetkililer ve katılımcılar için büyük bir partiyle sona erdi.

### **Bu Özel Etkinlikte Geleneksel Sporlar ve Mirası**

5. Dünya Herkes İçin Spor Oyunları'nda birçok farklı geleneksel spor sunuldu. Polonya'dan gelen katılımcılar arasında *pierscieniówka* yer aldı. Władysław Robakowski (139) tarafından yaratılan bu spor voleybola oldukça benziyor ancak bazı önemli farkları var. *Pierscieniówka*, İkinci Dünya Savaşı'ndan sonra unutuldu ancak 2003 yılında Wojciech Lipoński ve Małgorzata Bronikowska tarafından Poznań'daki (Polonya) Üniversite Beden Eğitimi Okulu'nun Spor Olimpiyatı ve Etnolojisi Bölümü'nde yeniden canlandırıldı. Şimdi ise herkese uygun bir eğlence oyunu olarak popüleritesi sürekli artıyor. *Pierscieniówka*, her takımında dört oyuncu bulunan iki takım tarafından oynanır. Kort oyun alanlarına ayrılmıştır. Üç oyuncu arka alandadır ve ağa yakın 1,5 metre uzunluğundaki bölgeye girmemelidir. Oyunun amacı topu ağdaki üç halkadan birinden geçirmek ve karşı takımın başarısız olmasını sağlamaktır. Bu oyun herkes için erişilebilir, organize edilmesi kolaydır (voleybol sahası kullanılabilir) ve maliyet açısından verimlidir (sadece üç halkalı özel bir ağ gerekir). Hala uygulanmaktadır ve Polonya kültürel kimliğinin bir ögesi olma şansına sahiptir. Litvanya'daki 5. Oyunlarda *pierscieniówka*, herkesin keyif alabileceği dinamik bir oyunun en ilginç örneklerinden biriydi. Oyun basit ve temas

(139) Polonyalı beden eğitimi öğretmeni Władysław Robakowski, 1936 yılında bazı balıkçıların yırtık balık ağlarının arasından şamandıra attığını gözlemledikten sonra *iskelescieniówka* oyununu icat etti. Bu basit aktivite ona yeni, ulusal bir oyun başlatmak için ilham verdi.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

gerektirmeyen bir oyun olduğu için güvenlidir. Bu sayede, çeşitli ülkelerden birçok kişi oynadı ve Polonya hareket kültürünün ilginç bir yönüne katılma şansının tadını çıkardı. Polonyalı katılımcılar pierścieniówka 'nın yanı sıra *kapela* ve *grele* gibi geleneksel oyunları da tanıttılar. *Kapela*, eskiden Polonya'nın kuzeybatısındaki Kociewie bölgesinden genç çobanların oyunuydu. Oyun, Polonya yolları boyunca inşa edilmiş birçok küçük şapelden birine benzeyen, üst üste yerleştirilmiş *kapela* (*şapel*) adı verilen bir taş yığını kullanılarak oynanırdı. Oyunculardan biri, taş yığına yakın yere çizilen 8-10 m çapındaki bir dairenin ortasında durur. Görevi "*şapeli*" korumaktır. Dairenin dışında duran diğer oyuncular sırayla şapele taş atarlar. Atılan veya yuvarlanan bir taş şapele çarpar ve şapeli devirirse, başarılı atıcı taşı almak için koşarken dairedaki "*şapelin bekçisi*" yığını yeniden inşa etmeye çalışır. Eğer bekçi, atıcı taşlarını kurtarmadan yığını yeniden inşa ederse, şapkasını koşan oyuncuya atabilir. Atıcı vurulursa, yeni muhafız olur (Castells 1997).

Genel olarak, 5. Oyunlara dünyanın dört bir yanından 59 ülke katıldı. Siauliai'de sunulan ülkelerin hareket geleneğinin zenginliğinden burada bahsetmek bile zor. Ancak, bazı örneklerden bahsetmeye değer. Örneğin, Avustralya, yeni ve geleneksel oyunlardan oluşan mirasıyla, hareket geleneğinin bir kısmını Avustralya futbolu oyununda yansıttı. Bu, onu Avustralya'daki hareket kültürünün çok ilginç ve popüler bir ögesi haline getiriyor. İrlanda, ülkede özellikle popüler olan iki sporu tanıttı - *Gaelic futbolu* - *rugby* ve *hurling*'in yerel bir modifikasyonu - ve *hurling* adı verilen sopalarla oynanan birkaç yüz yıllık bir oyun. Her iki oyun da İrlanda'daki kültürel kimliğin en önemli unsurlarından ikisidir ve İrlanda ulusunun tarihi gelişiminde derin köklere sahiptir. Asya'dan, çok dayanıklı ama yine de çoğunlukla taktiksel bir oyun olan Hint *kabaddi* veya geleneksel müzik eşliğinde gerçekleştirilen karmaşık bir akrobatik egzersiz serisi olan ve 4.000 yıldan daha eski olduğu düşünülen en eski güreş biçimlerinden biri olan İran *Zurkhaneh*'i (ulusal güreş) gibi bazı ilginç örnekler vardı. Bu sporun popüleritesi artıyor ve 2009 yılında ilk Dünya Şampiyonası Bakü'de (Azerbaycan) düzenlendi. Güney Amerika söz konusu olduğunda, Brezilya kültürlerinin çok önemli bir ögesini sundu - *capoeira* adı verilen dans, oyun ve müziğin birleşimi. Birçok Brezilyalı *capoeira*'yı bir spor olarak görmüyor çünkü genellikle herhangi bir rekabet ögesi içermiyor, ancak Jeremy MacClancy'nin iddia ettiği gibi, sporun rekabetçi olması ve belirli bir sonuca ulaşması gerekmiyor ve takımları veya oyuncuları kazananlar ve kaybedenler olarak ayırmayı içermesi gerekmiyor (MacClancy 1996). Dahası, 1930 yılında *capoeira* bir spor olarak tanındı ve aynı zamanda Brezilya kültürünün önemli bir parçası oldu (5. TAFISA Dünya Herkes İçin Spor Oyunlar Rehberi). Kuzey Amerika'dan, Amerika Birleşik Devletleri temsilcisi, oyuncuların ağırlıklı diskleri süpürge şeklindeki küreklerle iterek işaretli bir alana sokmayı amaçladıkları *shuffleboard* adlı bir oyunu gösterdi. Bu oyunun en önemli amacı, kişinin dört ağırlığını da sırayla rakibininkilere doğru elle kaydırması ve böylece tahtanın ucundan oluğa düşmeden en yüksek puan alanına ulaşmasıdır. Bu oyunun yaratılışının ve gelişiminin tüm tarihi belirsizdir. Yine de *shuffleboard* yalnızca ABD'de değil, Avrupa'da da popüler bir eğlencenin aktif bir biçimidir (Gomaratut 2009).

Avrupa'ya gelince, birçok Avrupa ülkesinde hala oynanan geleneksel sporların ve oyunların birçok ilginç örneği vardı. İlginç örnekler arasında, beyzbola benzer ulusal sporu oina ile Romanya, 15. yüzyıla dayanan ve günümüzde okullarda beden eğitimi programlarına dahil edilen tarihiyle ve ülkenin birçok bölgesinden gelen çeşitli hassas atış oyunları (bolos) ile İspanya. Ev sahibi ülke Litvanya, 17. yüzyılda icat edilen ve çoban kültüründen türetilen *ritinis* adlı ulusal bir spor sundu. Spor artık bir oyun alanına taşındı ve artık ulusal bir şampiyonaya katılan organize kulüpler tarafından oynanıyor. İskandinav ülkeleri de ilginç sporlar ve oyunlar sundu: Danimarka, Gerlev'deki benzersiz geleneksel oyun ve spor parkında bulabileceğiniz birçok oyun sundu. İsveç, *kubb* adlı popüler bir oyun ve İzlanda, *glima* olarak bilinen gerçekten ilginç, *ulusal bir güreş* türü sundu. Diğer örnekler İtalya'dan geldi, *tamburello* adlı eğlence

amaçlı oyun örneği - İtalya'da ve diğer birçok Avrupa ve Kuzey Afrika ülkesinde çok popüler ve Hollanda'dan *fierljeppen* adlı geleneksel bir ulusal spor - çiftçilerin kültüründen türetilmiş, günümüzde kırsal festivallerde çok popüler (Blanchard 1995: 247 248).

### Sonuç

Yukarıda anlatılan oyunlar, zaferin öncelik olmaması nedeniyle profesyonel sporlardan farklıdır. Aslında önemli olan Oyunların geleneksel ve herkes için erişilebilir olmasıdır. Bu anlamda katılımcıların, seyircilerin ve vatandaşların yalnızca geleneksel sporları değil, aynı zamanda Hollanda *fierljeppen* veya Polonya *pierscieniówka*, İran *zurkhaneh* veya Hindistan'ın geleneksel bir oyunu olan *kabaddi* ile Bask *pelota* veya Fransız *petankını* kişisel olarak deneyimleyebilecekleri tek fırsattır. Aksi takdirde, televizyonda yayınlanmadıkları için bu sporları kendi kültürleri dışında kim bilebilirdi? Bu tür etkinlikler bize - küresel topluma - birbirimizi ne kadar az tanıdığımızı gösteriyor. Ancak öte yandan, tüm ulusların ve geleneksel sporlarının yer aldığı böyle bir etkinlik, çeşitli kültürlerin spor mirasını sunarak ve aynı zamanda deneyimleyerek birbirimizi daha iyi tanımak için harika bir fırsattır. Bu spor gelenekleri, değer verilirse, insanların farklı kültürel geleneklerle uyum içinde yaşayabilecekleri, kültürler arasında köprüler kurabilecekleri ve karşılıklı anlayışı geliştirebilecekleri bir ortam yaratmaya yardımcı olabilir. Bu şekilde, bu Oyunlar de Coubertin'in 'tüm oyunlar, tüm uluslar' fikrine geri dönüyor. Açıkçası, katma değer, nerede yaşarsak yaşayalım, toplumlarımızın giderek daha çok etnikli ve çok kültürlü hale gelmesidir. Bu tür toplumlara uyumlu bir yama işi haline getirmek için ortak bağlara, değerlere ve uygulamalara giderek daha fazla ihtiyaç duyulmaktadır. Spora ve fiziksel aktivite geleneklerine dair paylaşılan bir takdir, birleştirici-bütünleştirici araçlardan biri olabilir.

5. Oyunlar, sporun, özellikle geleneksel biçimleriyle, insanları bölmek yerine birleştirebileceğini vurguladı. Katılımcılar, dünyanın farklı bölgelerinden gelen oyunlara ve sporlara katılarak kültürel çeşitliliği kutlayabildiler. Bu tür fırsatlar, küresel süreçlerin yerel bakış açılarıyla harmanlandığı, etnik ve kültürel kimliklerin ihtiyaçlarının karşılandığı çağdaş sosyo-kültürel gerçekliğimiz bağlamında hayati önem taşımaktadır. Oyunlar bu gerçekliğe, ancak bu dünyanın kültürel farklılıklarından daha iyi küresel anlayış ve zevk için bir araç ve platform olma yönünde olumlu bir şekilde kazanmıştır. Litvanya'daki 5. Oyunlar sırasında bu mekanizma her yerde gerçekten görünürdü. TAFISA World Sport for All Games, dünyanın dört bir yanındaki kültürlerin geleneksel ve çağdaş oyunlarını ve sporlarını göstermek ve keşfetmek için eşsiz bir fırsat sunan canlı ve eğlenceli bir girişimdir. Bu oyunlara aktif olarak katılma fırsatı sayesinde herkes, birçok profesyonel sporda tipik olan çatışma, düşmanlık ve sert rekabet yerine eğlence, keyif, dostluk ve işbirliği atmosferini hissedebilir. Bunun yalnızca bir festival olduğunun kesinlikle farkındayız. Sonuç olarak, Günlük yaşamda insanlar böyle bir etkinliğe katılmak ve dünyanın dört bir yanından çeşitli spor ve oyunlara aktif katılım yoluyla kültürel çeşitliliği kutlamak için sürekli erişimden yoksundur. Yine de bu tür festivaller dünyanın birçok yerinde çok sayıdadır (sporun bu festivalin görünür ve sürekli bir parçası olduğu Bask Bölgesi'ndeki Aste Nagusia, İskoçya'da spora adanmış Highland Oyunları ve diğerleri). Bu tür festivaller ve diğer etkinlikler ve geleneksel sporlar sayesinde insanlar bunlara sık sık katılabilir ve güçlerinin tadını çıkarabilirler.

Ayrıca geleneksel sporların bazen profesyonelleşme gibi modern sporları 'enfekte eden' türden 'hastalıklardan' muzdarip olduğunun da farkındayız. Yine de geleneksel noktalar üzerine yapılan araştırmaların gösterdiği gibi, bunlar hala birçok fiziksel, entelektüel, duygusal, sosyo-kültürel ve hatta ahlaki değere sahiptir ve bunlara katılan insanlar üzerinde olumlu bir etkiye sahiptir. Gelecekte, Amerikalı spor antropoloğu Kendall Blanchard'ın iddia ettiği gibi, geleneksel sporlar paradoksal olarak, 'spor' olarak meşruiyetini kaybetmeye başlayan modern spordan daha da 'tutarlı' olabilir.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Gerçekten de, küreselleşmenin 'kimliğin gücü' tarafından meydan okunan bir süreç olduğu bir dünyada, geleneksel sporlar, insanların kimliklerini korumalarına ve ifade etmelerine yardımcı olabilecek en ilginç ve önemli faktörlerden biri haline gelebilir, ancak spora ortak katılım sırasında değerleri ve deneyimleri başkalarıyla paylaşmanın olumlu bir yolu olarak. Geleneksel sporlar, insanların kimliklerini korumalarına ve ifade etmelerine yardımcı olabilecek en ilginç ve önemli faktörlerden biri olabilir; ancak bunu, spora ortak katılım sırasında başkalarıyla değerleri ve deneyimleri olumlu bir şekilde paylaşma yoluyla gerçekleştirir.

### REFERANSLAR

- AEJEST. 2012. *The european Traditional Sports and Games Association constitution*, pp. 1–3, [www.jugaje.com/en/source.popups/sttutes.pdf](http://www.jugaje.com/en/source.popups/sttutes.pdf) [14.10.2012].
- Appadurai, Arjun. 1996. *Modernity at large: cultural dimensions of Globalization*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Blanchard, Kendall. 1995. *The Anthropology of Sport: An introduction*. Westport, Connecticut – London: Bergin and Garvey.
- Bronikowska, M. and Prabucki, B. (2014). “TAFISA and UNESCO Joint Effort For Building Cultural Capital Through Traditional Sports. An Analysis of the 5th World Sport For All Games”. *Studia Humanistyczne Agh*. Tom 13/1 • 2014, pp. 29-40, <http://dx.doi.org/10.7494/human.2014.13.1.29>
- Castells, Manuel. 1997. *The power of identity*. Oxford: Blackwell Publishers
- Cheska, Alice Taylor. 1978. *The Study of play from five Anthropological perspectives*, in: M.A. Salter (ed.), *play: Anthropological perspectives*, West Point, NY: Leisure Press, pp. 17–35.
- Cheska, Alice Taylor. 1987. *Traditional Games and dances in West African Nations*. Schorn dorf: Karl Hofmann.
- Culin, Stewart. 1895. *Korean Games with Notes on the corresponding Games of China and Japan*, Philadelphia: University of Pennsylvania
- Dixon, Brian. 2008. *Traditional Games – The Australian experience*, TAFISA Magazine 1, Frankfurt/Main, pp. 33–36.
- Gomaratut, Chuchchai. 2009. *Traditional sports and games in South East Asia. Values in Health Science and Social Science through research in Thailand*, in: Guy Jaouen, Pere Lavega, Carlos de la Villa (eds), *Traditional games and social health*, pp. 188–199.
- Huizinga, Johan. 1955. *Homo ludens. A Study of the play element in culture*. Boston: The Beacon Press.
- Kapuściński, Ryszard. 2004. *Wojna futbolowa*. Warszawa: Czytelnik.
- Kuligowski, Waldemar. 2007. *Antropologia współczesności*. Kraków: UNIVERSITAS.
- Lipoński, Wojciech. 2004. *Rochwist i palant. Studium etnograficzne dawnych polskich sportów i gier ruchowych na tle tradycji europejskiej*, Poznań: Akademia Wychowania Fizycznego.
- MacClancy, Jeremy. 1996. *Sport, identity, and ethnicity*. Oxford: Berg.
- Mechbach, Waneberg. 2011. *The World Gymnaestrada – a Non-competitive event. The concept of ‘Gymnastics for all’ from the perspective of ling Gymnastics*, “Scandinavian Sport Studies Forum”, Vol. 2, pp. 99–118.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Renson Roland, van Mele Veerle. 1992. *Traditional Games in South America*. Sport Science Studies. Schorndorf: Karl Hofmann.
- Renson, Roland. 2004. *Ludodiversity: extinction, Survival and invention of Movement culture*, in: Gertrude Pfister (ed.), *Games of the past – Sport for the future?*, Sant Augustin: Academia Verlag.
- Sutton-Smith, Brian. 1995. *Foreword*, in: Kendall Blanchard (ed.), *The Anthropology of Sport*. Westport, Connecticut – London: Bergin and Garvey.
- Türkmen M., Ziyagil M. A. (2020). “Comparison of Knowledge Sources, Attitudes, Participation And References Toward Traditional Equestrian Sports in Kyrgyzstan and Turkey.” Ed. Mehmet Türkmen, *9th International Turkish Folks Traditional Sports Games Symposium- The Book*. Bişkek: Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Yayınları: 330 Kongreler Dizisi: 45, pp. 39-51, e-ISBN [978-9967-9294-3-2](#)
- UNESCO/TAFISA Busan Appeal. 2008. *Appeal on the Promotion and preservation of Traditional Sports and Games 4th Busan TATiSA World Sport for All Games*. TAFISA Magazine 1, Frankfurt/Main, pp. 55–59.



## ПУТИ ФОРМИРОВАНИЯ ОБЩЕГО МЕЖДУНАРОДНОГО ПРАВЛЕНИЯ ПУТЕМ ИЗУЧЕНИЯ СХОДСТВ И РАЗЛИЧИЙ ТЮРКСКИХ НАРОДОВ В ЭТНОСПОРТИВНЫХ ИГРАХ «КОКПАР»

*Алимханов Елемес, профессор, доктор педагогических наук, Мадиева Галия Баянжановна, доцент, кандидат педагогических наук, Устемиров Бейбут Талимович докторант PhD*

**Аннотация.** В статье исследуется значение игры «Кокпар» как общего культурного наследия для тюркских народов. На примере игры «Кокпар» показывается становление игры с древнейших времен. Будут рассмотрены этапы развития игры «Кокпар» и сравнены правила игры Тюркских народаов. Правила игры Кокпар будут сопоставлены со сходствами и различиями между казахскими, кыргызскими, узбекскими, тюркскими, таджикскими странами и способами формирования общего правила международных соревнований. Рассматривается вопросы и пути популяризации традиционных видов этноспорта на мировой спортивной арене.

**Ключевые слова:** игра Кокпар, правила игры, спортивные соревнования, сравнительный анализ, международные правила.

**Актуальность работы.** В настоящее время актуальным является вопрос о формировании международного общих правил соревнований для этноспорта тюркских народов.

**Цель работы.** принятие общего правила по международному этноспорту путем изучения сходств и различий тюркских народов в традиционных играх «Кокпар».

**Задачей работы является:**

1. Определение особенностей становления и развития игр тюркских народов «Кокпар»;
2. Сравнительный анализ правил игры «Кокпар» пяти государств;
3. Обеспечить теоретико-методологическую основу для проведения международных соревнований по видам этноспорта.

**Теоретическая и практическая значимость.** Формирование и обоснования правил проведения международных соревнований по традиционным играм и видам этноспорта является важным теоретическим и практическим направлением в подготовке специалистов в данной области, проведении научных исследований, написании учебников и методик обучения, проведении спортивных тренировок и спортивных соревнований.



## INTEGRATION OF NATIONAL CULTURES IN PHYSICAL EDUCATION FOR PRESCHOOL CHILDREN

Halimakhan N. KADIROVA\* & Kürşad Han DÖNMEZ\*\*

\*PhD., Özbekistan Pedagoji Bilimleri Bilimsel Araştırma Enstitüsü, Taşkent/ Özbekistan  
ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-0975-8307> ; e-posta: [khalimakadyrova2804@gmail.com](mailto:khalimakadyrova2804@gmail.com)

\*\* Professor, Giresun University, Faculty of Sport Sciences, Giresun/Türkiye.  
<https://orcid.org/0000-0002-7793-0922>; E-mail: [kursad.han.donmez@giresun.edu.tr](mailto:kursad.han.donmez@giresun.edu.tr)

**ABSTRACT:** The aim of this study is to examine the integration of national cultures through physical education activities during the preschool period. It also seeks to explore how the traditional games, sports, nature-based activities, dances, rituals, and physical activities of indigenous peoples in Russia can be utilized to develop cultural identities, reinforce social bonds, and enhance physical skills. Preschool education is a critical stage that supports the physical, emotional, and social development of children. In this process, physical education activities not only foster motor skills but also play a pivotal role in transmitting cultural values. Additionally, the study discusses how cultural diversity can be integrated into physical education activities and highlights the role of educators in this process. Integrating national cultures enables children to become familiar with their cultural heritage while enhancing their interactions with other cultures. The study examines how physical education in preschool programs can be related to national culture through traditional games, folkloric dances, and sports activities. In conclusion, this approach, rooted in the knowledge of Russian indigenous peoples, contributes to both the individual and social development of children in preschool education. It also serves to preserve and transmit cultural diversity while establishing physical education as an essential tool for fostering cultural identity from an early age.

**Keywords:** Social values, integrated approach, collective consciousness, cultural transmission

### OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARIN BEDEN EĞİTİMİNDE MİLLİ KÜLTÜRLERİN ENTEGRASYONU

**ÖZET:** Bu çalışmanın amacı, okul öncesi dönemde çocukların beden eğitimi faaliyetleri aracılığıyla milli kültürlerin entegrasyonunu incelemektir. Aynı zamanda, özellikle Rusya yerli halklarının geleneksel oyun ve sporların yanı sıra doğaya dayalı faaliyetlerini, danslarını, ritüellerini ve fiziksel aktivitelerinin geliştirmesini, kültürel kimliklerini test etmelerini ve sosyal bağlarını pekiştirmek için nasıl kullanılabileceğini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Okul öncesi eğitim, çocukların fiziksel, duygusal ve sosyal gelişimlerini destekleyen önemli bir aşamadır. Bu süreçte, beden eğitimi etkinlikleri çocukların motor becerilerini geliştirmekle kalmayıp aynı zamanda kültürel değerlerin aktarılmasında da etkili bir rol oynamaktadır. Ayrıca, kültürel çeşitliliğin beden eğitimi etkinliklerine nasıl entegre edilebileceği ve bu süreçte eğitimcilerin rolü tartışılacaktır. Milli kültürlerin entegrasyonu, çocuklara kendi kültürel miraslarını tanıtarak, diğer kültürlerle olan etkileşimlerini güçlendirmelerine olanak tanır. Çalışmada, okul öncesi eğitim programlarında beden eğitiminin milli kültürle nasıl ilişkilendirilebileceği, geleneksel oyunlar, folklorik danslar ve spor etkinlikleri aracılığıyla ele alınacaktır. Sonuç olarak, Rusya halklarının bilgilerine dayalı bu yaklaşımlar, okul öncesi eğitimde çocukların hem bireysel hem de toplumsal gelişimlerine katkı sağlanırken, kültürel çeşitliliğin korunmasına ve aktarılmasına da hizmet vermekte, çocukların kültürel kimliklerini erken yaşlardan itibaren geliştirmeleri için beden eğitiminin önemli bir araç olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Sosyal değerler, bütünleşmiş yaklaşım, kolektif bilinç, kültürel aktarım.

#### Introduction



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Currently, there is intensive development in preschool education, with an increasing focus on the personality of preschool-aged children. The Federal State Educational Standard for Preschool Education emphasizes the development of each child's abilities and creative potential as a subject of relationships with themselves, other people, adults, and the world [1]. Thus, the main subject of the educational process is the preschool child's personality, which is organically whole. The psychological and physiological characteristics of preschool-aged children Favor the organization of an integrated process in preschool educational institutions, as this age is characterized by a holistic perception of the surrounding world.

The history of integration in education in the 20th century is divided by A. Ya. Danilyuk into three qualitatively distinct stages: the turn of the century – the 1920s – problem-based complex learning on an interdisciplinary basis (work school); the 1950s–1970s – interdisciplinary connections; and the 1980s–1990s – actual integration [2]. L.V. Trubaychuk, considering the historical aspect of implementing integrated learning in education, identifies a fourth stage – the beginning of the 21st century to the present – characterized by the creation of holistic integrated courses in secondary school and the emergence of integrated lessons, followed by the integrated process in preschool education [3].

An analysis of psychological and pedagogical literature shows that significant theoretical and practical material has been accumulated in preschool pedagogy on the issues of integrated learning. For example, the problem of the interrelationship of various types of preschool children's activities from the perspective of a comprehensive and integrated approach has been studied by N.A. Vetlugina, T.N. Doronova, T.G. Kazakova, S.P. Kozyreva, T.S. Komarova, O. A. Kurevina, and others. Integrated lessons have not been specifically studied as a form of integrated education, but they have been examined within the framework of the problem of the interconnection of the content of sections of educational activities (L.A. Gorshunova, O.M. Klementyeva, S.P. Kozyreva, G.N. Novikova, N.P. Sakkulina, O.S. Ushakova, and others). At the present stage, theoretical and methodological aspects, as well as practice-oriented activities for organizing a holistic integrated process, are being developed by I.G. Galyant, I.E. Emelyanova, S.D. Kirienko, O.N. Podivilova, S.V. Pronyayeva, L.V. Trubaychuk, and others. The issue of the integrated approach in physical education has also been reflected in the research of domestic scholars, primarily in the context of combined education of physical and intellectual abilities in preschool children (M.P. Golovoshchekina, N.A. Baranova, I.V. Starodubtseva, O.S. Trofimova, T.A. Shcherbakova, and others). The study of issues related to the integration of motor and cognitive activities of children is presented in the works of A.A. Golovkina, G.A. Kadantseva, I.M. Kozlov, N.A. Orlova, M.A. Pravdova, G.V. Shiyanova, N. A. Fomina, and others. Aspects of ecological and health-oriented education in the process of physical education and health improvement activities with children have been researched by N.Yu. Mishchenko, T.V. Poshtareva, G.A. Reshetnyeva, O.S. Schneider, and others. The works of V.A. Bauer, I.A. Vorotilkina, Z.I. Nesterova, S.S. Solodkov, S.O. Filippova, Yu.K. Chernyshenko, and A.P. Shcherbak provide insights into the opportunities for preschool children to acquire knowledge in the field of physical education.

### **Findings and Discussion**

Currently, there is an intensive development in preschool education, with growing interest in the individuality of preschool-aged children. The Federal State Educational Standard for Preschool Education emphasizes the development of the abilities and creative potential of each child as a subject of relationships with themselves, others, adults, and the world [1]. Thus, the primary subject of the educational process is the personality of the preschool child, which is inherently holistic. The psychological and physiological characteristics of preschool-aged children create favourable conditions for the organization of an integrated process in preschool

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

educational institutions, as this age group is characterized by a holistic perception of the surrounding world.

A. Ya. Danilyuk identifies three qualitatively different stages in the history of integration in education in the 20th century: the turn of the century and the 1920s, marked by problem-based and comprehensive learning on an interdisciplinary basis (labour school); the 1950s–1970s, characterized by interdisciplinary connections; and the 1980s–1990s, the period of actual integration [2]. L.V. Trubaichuk, examining the historical aspect of implementing integrated learning in education, identifies a fourth stage—from the early 21st century to the present—characterized by the development of holistic integrated courses in primary education and the emergence of integrated lessons, followed by a comprehensive integrated process in preschool education [3].

An analysis of psychological and pedagogical literature reveals that significant theoretical and practical materials have been accumulated in preschool pedagogy about integrated learning. For example, the problem of interconnections among types of activities of preschool children from the perspectives of comprehensive and integrated approaches has been studied by N. A. Vetlugina, T.N. Doronova, T.G. Kazakova, S.P. Kozyreva, T.S. Komarova, O.A. Kurevina, and others. Although integrated lessons have not been specifically studied as a form of integrated learning, they have been considered within the framework of the interconnection of educational content sections (L.A. Gorshunova, O. M. Klementyeva, S.P. Kozyreva, G.N. Novikova, N.P. Sakkulina, O.S. Ushakova, and others). At the current stage, theoretical and methodological aspects and practice-oriented activities for organizing a holistic integrated process are being developed by I.G. Galyant, I.E. Emelyanova, S.D. Kiriyyenko, O.N. Podivilova, S.V. Pronyaeva, L.V. Trubaichuk, and others.

The issue of the integrated approach in physical education has also been reflected in the studies of domestic researchers, primarily in the context of the combined development of physical and intellectual abilities in preschool children (M. P. Golovoshchekina, N. A. Baranova, I. V. Starodubtseva, O. S. Trofimova, T. A. Shcherbakova, and others). The integration of motor and cognitive activities in children has been studied in the works of A. A. Golovkina, G. A. Kadantseva, I. M. Kozlov, N. A. Orlova, M. A. Pravdova, G. V. Shiyanova, N. A. Fomina, and others. Aspects of ecological and vale logical education within the framework of physical health-oriented activities with children have been investigated by N. Yu. Mishchenko, T. V. Poshtareva, G. A. Reshetnyeva, O. S. Schneider, and others. The potential for preschoolers to acquire knowledge in the field of physical culture has been discussed in the works of V.A. Bauer, I.A. Vorotilkina, Z.I. Nesterova, S.S. Solodkova, S.O. Filippova, Yu.K. Chernyshenko, and A.P. Shcherbak.

The issue of integrating traditional games of various national cultures (Russian, Tuvan, Komi, and others) into the physical education of preschool children has been explored by researchers such as A.K. Kovalevsky, E.E. Mendot, D.V. Reshetov, T.V. Khabarova, A.A. Fetisov, among others. The integration of native culture and physical education has been examined in a sufficiently profound and comprehensive manner in the works of L. V. Abdulmanova and M.P. Astashina.

For instance, L.V. Abdulmanova developed the content of a national-regional component of physical education for children aged 4–7 within the framework of a culturally appropriate educational environment in preschool institutions. Her research is based on the values of physical culture accumulated by the Don Cossacks. Similarly, M.P. Astashina substantiated the cultural significance of folklore (using the example of Russian folklore) in physical education to promote the holistic development of children aged 3–7.

Thus, while the range of research on integrating national cultures into physical education for preschoolers is extensive, studies addressing the use of folk pedagogy from various cultures in

physical education are insufficient. This underscores the relevance and necessity of further exploring the integration of national cultures into the physical education of preschool children.

**Terminological clarity as a key condition for integration:** Terminological clarity is one of the essential conditions for the successful integration of national cultures into the physical education of preschoolers. It is important to examine key concepts such as "integration," "national culture," and "physical education" considering their interconnections, mutual dependencies, and distinctive features within the context of the identified research problem.

**Understanding the concept of "integration":** An analysis of the term "integration" in sources such as the *Dictionary of Foreign Words* [4], the *Philosophical Encyclopedic Dictionary* [5], and the *Great Encyclopedic Dictionary* [6] reveals that integration, in a broad sense, is understood as the process of forming unity and cohesion. V. S. Bezrukova, defining the boundaries of the term "integration" in pedagogy, establishes its scientific status by recognizing integration as the highest form of interconnection.

Bezrukova interprets "integration" as a supreme form of interrelation characterized by the inseparability of components, a new objectivity—a mono-object, a new structure, and new functions of the components entering into connection (a summative definition); the highest form of interrelation encompassing unified goals, principles, content, and organizational forms of teaching and education aimed at intensifying the training system (a substantive definition); and the creation of generalized pedagogical units based on the interconnection of various components of the educational process across several areas of training (a definition of generalized pedagogical units) [7].

In N.K. Chapayev's interpretation, pedagogical integration is both a process and a result of the development, formation, and establishment of multidimensional human integrity within the context of integrative pedagogical activity. He views "development" as the progressive transformation of an individual's physical, emotional, and spiritual qualities, leading to a fundamentally new level of integrity. "Formation" refers to the emergence of physical, emotional, and spiritual novelties within an individual, while "establishment" denotes the acquisition of relative stability, definition, and completeness in these new qualities [8].

According to L.V. Trubaychuk, the phenomenon of integration in preschool education implies its consideration as a complex phenomenon of pedagogical reality, which is implemented in the principle, process and result of preschool educational organisation [3]. L.V. Trubaychuk gives the following characterisation of these aspects of integration:

- integration as a principle is a leading idea that reflects the harmonious unification of educational areas into a single inseparable educational process and guarantees, in case of its implementation, the achievement of higher results in the development and upbringing of a preschool child;
- integration as a process is the direct establishment of harmonious links between the integration systems and the creation of a new holistic system of education for children of pre-school age in accordance with the proposed result;
- integration as a result is the form that objects take when they interrelate with each other.

In the context of the integrated educational process in preschool educational institutions, L.V. Trubaychuk identifies objects such as subjects, educational domains, and specific themes that require expansion through integration. The factors facilitating the integration of these identified objects include children's activities, educational domains, and the forms of the integrated process within preschool education organizations. The forms of the integrated process are represented by projects, celebrations, journeys, excursions, and role-playing games, all of which immerse preschoolers in the exploration of the multifaceted surrounding world in its entirety and unity.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Following M.A. Pravdov, who explores the integration of cognitive and physical activities of preschool children, the authors adopt the understanding of integration as a process aimed at achieving holistic and unified development of preschool-aged children. This perspective is based on the assertion of N.K. Chapaev, who posits that “a human being is both the object and the goal of pedagogical integration, its absolute system-forming factor, which generates (determines) it, directs its progression, and facilitates its development” [8].

Another concept crucial to this study is that of "national culture." National culture is a foundational concept across a range of disciplines, including cultural studies, ethnology, history, cultural anthropology, and others, each of which examines specific facets of this phenomenon. For instance, in an ethnological dictionary, "national culture" is defined as the aggregate of material and spiritual values accumulated through the life processes of a nation (ethnos) [9]. In a cultural studies dictionary, it is described as the aggregate of traditions, customs, norms, and values characteristic of the representatives of a particular nation or state [10], among other definitions.

### Discussion and Results

Examining the phenomenon of national culture and intercultural interaction, S.N. Gavrov concludes that national culture should be understood as a holistic entity with specific mechanisms of self-regulation that determine the structural connections between its elements. These mechanisms contribute to preserving long-term historical stability, social-historical uniqueness, and distinctiveness amidst continuous change. He emphasizes that national culture serves as a means of preserving, accumulating, and transforming long-term socio-historical experience and knowledge, including traditions, values, norms, symbols, standards, and lifestyle models. The primary mechanisms for maintaining and transmitting the norms, values, and patterns of national culture are national traditions as well as social and cultural behavior. [11]. Gavrov highlights that national traditions structure the experience of sociocultural identification, while the repository of centuries-old traditions of an ethnos is represented by folk culture, which is closely connected with archaic layers of culture and collective Consciousness. A.I. Arnoldov, considering national culture as a natural stage in the development of global culture and an essential contribution to human civilization, defines it as a synthesis of national-specific, foreign-national, and universal (global) elements, reworked and assimilated by the national context. He identifies two aspects of the development of every national culture: firstly, as unique in form, and secondly, as part of global culture, aware of and expressing itself within it. In both cases, A.I. Arnoldov emphasizes, national culture contains and expresses, in one form or another, a universal human essence [12]. The scholar highlights the most significant and attractive feature of national culture as its remarkable diversity, originality, and uniqueness. He writes: “By developing the distinct characteristics of its culture, a nation avoids imitation and servile copying, creating its forms of cultural organization. ...Like any manifestation of individuality, the originality of national culture is enriched simultaneously with the nation’s overall prosperity and confidence in its future place within global civilization” [12, p. 167]. According to F.F. Kharisov, national culture represents the totality of material and spiritual values created by a specific people, as well as the traditions embedded in these values, including physical, labour, moral, aesthetic, religious, and intellectual aspects. These traditions reflect the richness of a people’s historical experience and are passed down from generation to generation due to their vital necessity, characterized by their objectively determined relevance [13]. Kharisov identifies several essential features of national culture, including integrity, interconnectedness with global culture, creativity, and originality. These features serve as the foundation of his concept for integrating national culture into the educational and upbringing process.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Integrity, as a fundamental feature of national culture, is characterized by Kharisov as a system of functionally interconnected elements (knowledge of the national language, literature, music, and art). He examines the interconnectedness of national cultures within the context of human civilization, describing it as a "repository" of all national cultures, which represent not merely a sum or mosaic of these cultures but a cohesive embodiment of their integrative unity—a complex system formed through the interrelation of various cultures. Kharisov explains the creative orientation of national culture as the creation and assimilation of cultural content as a creative act, emphasizing the subjective nature of this process and its ability to generate individual images and representations in each person.

Originality, as a specific feature of national culture, according to Kharisov, goes beyond external characteristics and presupposes the adaptability of national content in line with changes in the material and spiritual life of the people. The integral nature of national culture is revealed by Kharisov through its structure of heterogeneous elements, which interact when incorporated into educational content through the integration of knowledge and methods of their application. Additionally, this integration unifies disparate concepts into a coherent system [13].

Any national culture represents a set of interconnected elements. Among these elements, which serve as significant factors in fostering the upbringing of a people, G.N. Volkov identifies the native language, folk games, folklore, traditions, art, and folk etiquette [14]. S. M. Malinovskaya emphasizes that the ethnocultural specificity necessitates a modern interpretation of the experience of ethnopedagogy in various aspects of education. Ethnoculture is regarded as an effective tool for shaping new and enhancing existing educational systems in the region, as well as a factor in the development of a multicultural individual [15].

The authors adhere to the position of F.F. Kharisov in understanding national culture and consider the concept of "integration of national cultures" as the foundation for physical education of preschool children. According to the authors, the integration of national cultures is a developmental process associated with the harmonious unification of the spiritual values of different peoples into a single whole. This process includes traditions of physical education that reflect the richness of historical experience and are inherited from generation to generation due to their necessity and relevance. Achieving such integrity involves characteristics such as orderliness, structuring, a state of harmonious balance, and efficiency.

It is essential to focus on defining the term "physical education" as a fundamental concept for the study. P. F. Lesgaft, the founder of the Russian system of physical education, emphasized that "a child's education should be directed toward teaching them to control and manage the manifestation of their abilities and actions, preparing them for any basic work so that, by instruction or written guidance, they can perform everything necessary" [16, p. 111]. At the modern stage, physical education is viewed as a pedagogically organized process of transmitting from generation to generation the methods and knowledge necessary for physical development [17]. A. V. Keneman and D. V. Khukhlaeva characterize physical education as a pedagogical process aimed at improving the forms and functions of the human body, developing motor skills and abilities, as well as related knowledge, and fostering physical qualities [18]. E. Ya. Stepanenkova interprets this concept as a pedagogical process aimed at developing motor skills, psychophysical qualities, and achieving physical perfection [19]. G. N. Ponomarev and S. O. Filippova define "physical education" as a pedagogical system for utilizing physical culture tools for personal development [20]. Z. K. Kholodov and V. S. Kuznetsov describe the concept as a type of education whose specific content includes teaching movements, cultivating physical qualities, mastering specialized physical culture knowledge, and forming a conscious need for physical activity [21].

The analysis of the interpretation of the term "physical education" highlights the most essential aspects of the phenomenon under consideration, such as: the pedagogical process; the

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

pedagogical system; the formation of motor skills and abilities; the teaching of movements; the cultivation of physical qualities; the improvement (personal and physical) of an individual; and the formation of a conscious need for physical activity. In conjunction with other forms of education and under adequate social conditions, physical education becomes one of the primary factors in the comprehensive and harmonious development of an individual's personality.

The study adheres to the interpretation of the concept of "physical education" as defined in the Federal Law of the Russian Federation "On Physical Culture and Sport in the Russian Federation" [22]. According to this normative legal document, physical education is considered a process aimed at fostering an individual's personality, developing a person's physical capabilities, and equipping them with skills and knowledge in the field of physical culture and sports. The ultimate goal is the formation of a comprehensively developed and physically healthy individual with a high level of physical culture.

Based on an analysis of the conceptual framework of "integration," "national culture," and "physical education," the authors have specified the fundamental concept for their research: "integration of national cultures into the physical education of preschool children." This integration is understood as a process that unites and incorporates into the educational process the historically developed and intergenerationally transmitted traditions of physical education from various cultures, respecting their uniqueness and unity. The aim is to nurture a comprehensively developed and physically healthy child.

Relying on the identified essential characteristics of integrative processes (as outlined by Yu.S. Tyunikov, N.A. Fomina, G.V. Shiyanova, and S.V. Menkova), the physical education of preschool children based on the integration of national cultures can be characterized as follows [23].

The first characteristic is the unification and interaction of disparate, previously isolated elements. The authors identify several elements requiring integration: physical education and folk pedagogy (indigenous physical exercises, celebrations with pronounced sports components, a system for ensuring safe living, and oral folklore with a focus on health preservation); physical education and types of children's activities enriched with information about national traditions; physical education and intercultural education; preschool educational organizations and parents; educators and specialized professionals (physical culture instructors, music directors); and physical education and a subject-spatial developmental environment that incorporates items and symbols of national culture. These diverse elements must be united into a system to ensure a qualitatively new state of the physical education process for preschool children.

The second characteristic of integrative changes is the connection between integration and the qualitative and quantitative transformations of the interacting elements. An illustration of this characteristic can be seen in the accumulation of systematic knowledge about the national culture of physical education by teachers and parents, the enrichment of their personal pedagogical experience, and its application in the physical education of children aged 3–7. This process results in a structural transformation within the system of preschool physical education, leading to the emergence of new functions in the interacting elements. This transformation brings the system and the outcomes of its functioning to a qualitatively new state. Such a state is defined by the new knowledge and experiences of children, parents, and teachers, which actively influence the motivational-needs and behavioural spheres of all parties involved.

The third characteristic of changes in the essence of education is determined by the presence of a logical-content foundation in the integration process. Contemporary philosophy interprets the construction of integration primarily as the identification of a unified basis for combining disparate elements of knowledge, as well as the search for and justification of criteria for the unity of diverse entities. According to S.V. Menkova (1998), it is reasonable to speak of a

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

logical-content foundation in the integration process within pedagogy. In a certain sense, as she suggests, the logical-content foundation serves as a program that provides guidance on what should be reproduced in the educational process and how it should correspond to those real processes that objectively determine the creation of a given didactic integrity. Such an interpretation of the characteristic of integration processes gives grounds to assert that the logical-content foundation of integrating national cultures in physical education lies in unified approaches to mastering national culture and implementing physical education for preschool children.

### Conclusion

The fourth characteristic of the integration process is commonly considered to be the presence of a distinct structure within the process. This structure enables the identification of relatively autonomous yet interdependent stages whose progression generates qualitative or quantitative shifts in the content. In the context of integrating national cultures into physical education, the structure of the process encompasses the following elements: first, the development of specialized knowledge among educators (teachers, physical education instructors, music educators, and assistant caregivers), which facilitates effective educational work in physical education based on the integration of national cultures of one's own and other peoples; second, the enhancement of parents' pedagogical culture in applying advanced traditional practices within the framework of home-based physical education; third, the unification of educational efforts by parents and educators through the integration of national cultures in physical education; fourth, the creation of a developmental physical environment that includes objects, attributes, and symbols of national culture; and fifth, the organization of educational activities in physical education through the interconnected use of national traditions from various cultures, with an emphasis on those of one's own nation and neighboring cultural groups. This structured approach highlights the multi-faceted nature of integrating national cultural elements into the physical education of preschool children.

The fifth feature of integration is its pedagogical intentionality and the relative autonomy of the integrative process. The unification of physical education for preschoolers and national cultures into a single whole on a logical and substantive basis should lead to the emergence of a new system, designed to perform new, independent functions within the general educational process. This feature can be exemplified by an integrated educational process for children's physical education that leverages traditions of physical upbringing inherited across generations from various nations but restructured with new functional goals and objectives.

Thus, the analysis of the conceptual field of "integration," "national culture," and "physical education" has allowed for the specification of key research concepts such as "integration of national cultures" and "integration of national cultures in the physical education of preschool children." It has also facilitated the characterization of physical education based on national cultures as an integrative process. Terminological clarity, as one of the prerequisites, contributes to the successful integration of national cultures into the physical education of children within preschool educational organizations.

### REFERENCES

Federal'nyy gosudarstvennyy obrazovatel'nyy standart doshkol'nogo obrazovaniya: utverzhden Minobrnauki Rossii ot 17.10.2013 № 1155 [Federal state educational standard of preschool education: approved by the Russian Ministry of Education and Science from 17.10.2013 no. 1155]. *Upravleniye DOU – Preschool Educational Institutions Administration*, 2014, no. 1, pp. 42–53.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Danilyuk A. Ya. *Teoriya integratsii obrazovaniya* [Theory of integration of education]. Rostov-on-Don, 2000. 440 p.
- Integratsiya obrazovatel'nykh oblastey kak sredstvo tselostnogo protsessa v doshkol'nom uchrezhdenii* [Integration of educational areas as a means of holistic process in a preschool institution]. Pod red./ Edts. I. V. Trubaychuk. Chelyabinsk, REKPOL Publ., 2011. 158 p.
- Sovremennyy slovar' inostrannykh slov* [Modern dictionary of foreign words]. Moscow, Russkiy yazyk Publ., 1999. 742 p
- Averintsev S. S. i dr. *Filosofskiy entsiklopedicheskiy slovar'* [Dictionary of Philosophy]. Moscow, Sovetskaya Entsiklopediya Publ., 1989. 815 p.
- Bol'shoy entsiklopedicheskiy slovar'* [Great Encyclopedic Dictionary]. Moscow, Bol'shaya Sovetskaya Entsiklopediya Publ., St. Petersburg, Norint Publ., 2000. 1456 p.
- Bezrukova V. S. Pedagogicheskaya integratsiya: sushchnost', sostav, mekhanizmy realizatsii [Pedagogical integration: the nature, composition, mechanisms of implementation]. *Integratsionnye protsessy v pedagogicheskoy teorii i praktike: sb. Nauch. Tr.* [Integration processes in educational theory and practice, collection of scientific works]. Sverdlovsk, 1990. 128 p.
- Chapaev N. K. *Teoretiko-metodologicheskiye osnovy pedagogicheskoy integratsii. Diss. dokt. ped. nauk* [Theoretical and methodological bases of pedagogical integration. Diss. dr. ped. sci.]. Ekaterinburg, 1998. 462 p.
- Kozlov V. I. i dr. *Etnologicheskiy slovar'*. Vypusk 1. Etnos. Natsiya. Obshchestvo [Ethnological Dictionary. Issue 1. Ethnicity. Nation. Society]. Moscow, VITAN Publ., 1996. 208 p.
- Kravchenko A. I. *Kul'tura i kul'turologiya. Slovar'* [Culture and Cultural Studies: Dictionary]. Moscow, Delovaya kniga Publ., 2003. 928 p.
- Gavrov S. N. *Natsional'naya kul'tura i mezhkul'turnoye vzaimodeystviye. Teoreticheskiye aspekty. Diss. Kand. Fil. Nauk* [National Culture and intercultural communication. Theoretical aspects. Diss. Cand. Philos. Sci.]. Moscow, 2001. 130 p.
- Arnoldov A. I. *Vvedeniye v kul'turologiyu* [Introduction to cultural studies]. Moscow, Narodnaya akademiya kul'tury I obshch chelovecheskikh tselestey Publ., 1993. 352 p.
- Kharisov F. F. *Integratsiya natsional'noy kul'tury i uchebno-vospitatel'nogo protsessa. Diss. dokt. ped. nauk* [Integration of the national culture and the educational process. Diss. dr. ped. sci.]. Kazan, 1999. 396 p.
- Volkov G. N. *Chuvashskaya etnopedagogika* [Chuvash pedagogy]. Cheboksary, 2004. 488 p.
- Malinovskaya S. M. Etnokul'turnyy component regional'nogo obrazovaniya v istorii pedagogiki [Ethnocultural component of the regional education in the history of pedagogics]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta-TSPU Bulletin*, 2013, vol. 12 (140), 168–173 pp. URL: <http://vestnik.tspu.edu.ru/archive.html?year=2013&issue=12> (accessed 25 August 2014).
- Lesgaft P. F. *Semeynoye vospitaniye rebenka i ego znacheniyeye* [Family education of a child and its significance]. URL: [http://lib100.com/book/pedagogics/family\\_educ](http://lib100.com/book/pedagogics/family_educ) (accessed 10 September 2014).



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Bim-Bad B. M. (Ed.), Bezrukikh M. M. *i dr. Pedagogicheskiy entsiklopedicheskiy slovar'* [Pedagogical Encyclopedic dictionary]. Moscow, Bol'shaya rossiyskaya entsiklopediya Publ., 2002. 258 p.
- Keneman A. V., Khukhlaeva D. V. *Teoriya i metodika fi zicheskogo vospitaniya detey doshkol'nogo vozrasta* [Theory and methods of physical education of children of preschool age]. Moscow, Prosveshcheniye Publ., 1972. 271 p.
- Stepanenkova E. Ya. *Teoriya i metodika fi zicheskogo vospitaniya i razvitiya rebenka* [Theory and methods of physical education and child development]. Moscow, Akademiya Publ., 2006. 368 p.
- Filippova S. O., Ponomarev G. N. *i dr. Teoriya i metodika fi zicheskoy kul'tury doshkol'nikov* [Theory and Methods of Physical Education of Preschool Children]. St. Petersburg, Detstvo-Press Publ.; Moscow, Sfera Publ., 2008. 656 p.
- Kholodov Zh. K., Kuznetsov V. S. *Teoriya i metodika fi zicheskogo vospitaniya i sporta* [Theory and methods of physical education and sport]. Moscow, Akademiya Publ., 2009. 480 p.
- Federal'nyy zakon Rossiyskoy Federatsii "O fi zicheskoy kul'ture i sporte v Rossiyskoy Federatsii"* ot 4 dekabrya 2007 g. № 329-FZ [Federal Law "On physical culture and sports in the Russian Federation" from December 4, 2007, no. 329-FZ]. URL: <http://base.garant.ru/12157560/> (accessed 2 September 2014)
- Bogomolova M.I. i Makhalova I.V. "Integratsiya natsional'nykh kul'tur v fizicheskom vospitanii detey doshkol'nogo vozrasta [Integration of national cultures in physical education of preschool children]." Vestnik TGPU (TSPU Bulletin) - Nauchnyye Soobshcheniya. 2015. 12 (165) 136-143 pp.



**Ахрорбек Аъзамжонович Азизов**  
**Ўзбекистон Республикаси фанлар академияси**  
**Тарих институти кичик илмий ходими, т.ф.ф.д. (PhD)**

**Ахрорбек Аъзамжанович Азизов**  
**Младший научный сотрудник,**  
**Институт Истории академии наук Узбекистана, д.ф.и.н. (PhD)**

**Akhrorbek Azamjonovich Azizov**  
**Junior research fellow of Institute**  
**of History of Academy of Science of Uzbekistan, PhD**

[aahazizov@gmail.com](mailto:aahazizov@gmail.com) +998 97 429 02 42

[ORCID: 0000-0001-9951-7429](https://orcid.org/0000-0001-9951-7429)

**Феруза Джуманиязова**

**Ўзбекистон Республикаси фанлар академияси**  
**Шарқшунослик институти катта илмий ходими, т.ф.ф.д. (PhD)**

**Феруза Джуманиязова**  
**Старший научный сотрудник,**  
**Институт Востоковедения Академии наук Узбекистана, д.ф.и.н. (PhD)**

**Feruza Djumaniyazova**  
**Senior research fellow of Institute**  
**of Oriental Study of Academy of Science of Uzbekistan, PhD**

[jumaniyazova84@gmail.com](mailto:jumaniyazova84@gmail.com) +998 909762584

[ORCID: 0000-0002-7992-9087](https://orcid.org/0000-0002-7992-9087)

## **ТУРОН – ШОҲМОТ ЎЧОҒИ**

## **ТУРАН – ОЧАГ ШАХМАТЫ**

В данном статье анализировано один из древнейших ментальных игр человечества шахматы и изучено как шахматная игра стала таким популярным. Был сопоставлен ранние археологические артефакты связанной с ментальными игры Турана с другими территориями и раскрыта основные вариации данных игр в этого периоде.

В антическом периоде ментальные игры стали более конкретным по виду и начинается формирование систем и правил игры. Этот процесс позволило иметь отдельную игровую доску и разных фигур который является основным инструментам в данных игр.

В средневековье шахматы стало один из важных идентификаторов в культурном жизни Турана, который каждый человек не смотря по социальному статусу имел доступ к этому игру и шахматы являлся популярным среди всех слоев население.

Шахматы развивался в Туране, соревнования продолжались вовремя в следующих государств как газнавиды, темуриды, шейбаниды, аштарханиды

и другие. Правители как Махмуд Гезневи и Амир Темур самиотлично играли шахматы и проводили соревнования по этой игре во дворце. Известные игроки своего времени были как Мухаммад ибн УкайлХаймий, ЗайнЯздий, АлоуддинТабризий (“первый шахматист своего времени”), Али Шатранжи, ХожаИсфаганий, КамалиддинБиной, Мавлана Сахиб, Мавлана Мухаммад Талиб, МавланаВаслий, МавланаФазлулло, Мир Муртоз, Дарвеш Мухаммад тархан, Дустий, Барноча, Насруллабай Абдурахманов, Мулла ШамсиддинНажмиддинов.

Шахмат стал основным игрой и развлечением население Турана и формировался в культуре игры в этом же территории. Шахматы повлияла художеству и литературу который описывала и сообщила шахматных вечеров среди населения в разном периодев Туране.

**Ключевые слова:** шохмот, чатуранга, шатранж, нарды, Илгынди-Тева, Хайдарабад-Тева, любо, Согд, Панжикент, Афрасияб, ладя, Балхит, ферзи, туграг.

## TURAN – THE HEARTH OF CHESS

This article analyzes one of the most ancient mental games of mankind, chess, and studies how the game of chess became so popular. Early archaeological artifacts related to the mental games of Turan were compared with other territories, and the main variations of these games in this period were revealed.

In the ancient period, mental games became more specific in appearance, and the formation of systems and rules of the game began. This process made it possible to have a separate game board and different figures, which are the main tools in these games.

In the Middle Ages, chess became one of the important identifiers in the cultural life of Turan, where every person, regardless of social status, had access to this game, and chess was popular among all layers of the population.

Chess developed in Turan and competitions continued in the following states, such as the Ghaznavids, Temurids, Sheibanids, Ashtarkhanids, and others. Famous players of their time were Muhammad ibn UqailKhaimiy, Zain Yazdiy, Alouddin Tabriz (“the first chess player of his time”), Ali Shatranji, Khoja Isfahaniy, KamaliddinBinoi, Mawlana Sahib, Mawlana Muhammad Talib, MawlanaVasiliy, Mawlana Fazlullah, Mir Murtoz, Darvesh Muhammad Tarkhan, Dustiy, Barnocha, NasrullabayAbdurakhmanov, and Mullah ShamsiddinNazhmiddinov.

Chess became the main game and entertainment of the population of Turan and was formed in the culture of the game in the same territory. Chess influenced art and literature that described and reported chess parties among the population in different periods of Turan.

**Keywords:** shokhmot, chaturanga, shatranj, backgammon, Ilyydy-Tepa, Hyderabad-Tepa, lyubo, Sogd, Panzhikent, Afrasiyab, rook, Balkhit, farzin, tugrag.

### **Кириш.**

Турон худуди муҳим тамаддун ўчоқларидан бири сифатида қадимдан мукамал тузилган иқтисодий, ижтимоий, сиёсий, маданий, ҳарб, ақлий тарбия тизимларига эга бўлган ва бошқа минтақалар ҳамда халқлар тараққиётига ушбу тизимларнинг кўникмалари орқали ижобий таъсир этган. Иқтисодий тизим ҳисоб билимларнинг юқори бўлишини талаб этса, ҳарб илми ҳам ўз навбатида саркардалиқ билими, ўз вақтида тўғри қарор қабул қилиш ва сиёсий тизим кўникмалари эса миллат манфаатини кўзлаб иш тутишни тақозо этган. Шунингдек, сиёсий учрашувларда ёки келишувларда миллат манфаати устун бўлган мақсадга эришиш ва олдинни кўра билиш қобилияти ҳамда алдовларга учмаслик салоҳияти талаб этилган. Бундай хусусиятни шакллантиришда таълим ва тарбияни уйғунлаштирган йирик мажмуа – ақлий ўйинлар ўзида мужассам этган. Туронда шакланган ана шундай ақлий ўйинлардан бири шубҳасиз, шоҳмот ўйини ҳисобланади.

### **Шоҳмот тарихи.**

Шоҳмот ўйини энг қадимда шакланган ақлий ўйин турларидан бири бўлиб, “шоҳ” – ҳукмдор ва “мот” – таслим (ўлиши) бўлиши мазмунини англатади<sup>140</sup>. Ўйин турли даврларда турлича номлар билан аталган. Хусусан, ўрта асрларда “шатранж<sup>141</sup>” ёки “шоҳмот” номлари билан аталган. Ушбу ўйин ақлий ўйинлар ичида энг кенг тарқалган ва чуқур тарихий илдизларга эга.

Турон худудида қадимдан турли ақлий ўйинлар вужудга келган бўлиб, бундай ўйинларнинг ашъвий топилмалари минтақанинг жанубидаги Илгиндитапа ёдгорлигидан очиб ўрганилган<sup>142</sup>. Ўйин доналари учбурчаксимон шаклда бўлиб, шоҳмот доналарига ўхшаб кетади. Бундай ўйин доналари ва чизиқли махсус ўйин тахтаси Қадимги Мисрдан топиб ўрганилган<sup>143</sup>. Бу ўйин доналари воситасида шоҳмотнинг илк турлари ва нард ўйини ўйналган. Ақлий ўйинлар ичида нард ва шахмат ўйини анча кенг тарқалган. Ушбу жиҳат ҳам ақлий ўйин турлари анча қадимдан вужудга келганлигини ва дунё бўйлаб кўплаб худудларга кенг тарқалганлигини исботлайди.

<sup>140</sup>Ўзбекистон миллий энциклопедияси. III ҳарфи. Тошкент. www.ziyouz.com кутубхонаси. 62-бет. (11.09.2024)

<sup>141</sup>Бобур энциклопедияси. Тошкент. 2014. 192-бет.

<sup>142</sup>Л.Б. Кирчо, Г.Ф. Коробкова, В.М. Массон. Техничко-технологический потенциал энеолитического населения Алтын-дере как основа становления раннегородской цивилизации. Т. XXVIII. Санкт-Петербург. 2008. С. 108.

<sup>143</sup>В.М. Массон. Средняя Азия и древний Восток. Москва-Ленинград. 1964. С. 34.

Чуст маданияти ёдгорликларида қўй ошиғидан ясалган ўйин доналари жуда ҳам кўп топилган. Суяк доналарига махсус чуқурчалар қилиниб, ичларига бронза қуйилган. Устки қисми тўққизил, силлиқ тарзда ишланган. Берилган ишловдан суяклар жилоланиб туради<sup>144</sup>. Ошиқ ўйини чорвадорлар орасида қадимдан кенг тарқалган ўйин бўлиб, унинг бир неча турлари бўлган.

Суякдан ясалган бундай воситалар ёрдамида нафақат ошиқ ўйини, балки, болалар ўйинлари ҳам ўйналган. Чорва суяк қисмларидан бўлган ошиқ билан ўйналувчи турли ўйинлар қадимдан маълум бўлиб, улар болаларни ҳам ақлий ҳам ҳаракатли ривожланишига хизмат қилган. Бундай воситаларда ўйналувчи ўйинлар бугунги кунгача сақланиб келмоқда.

Шоҳмот жуда қадимги спорт тури бўлиб, унинг ўзига хос тарихи бор. Шубҳасиз, бу спорт турини шаклланишида Турон минтақаси ҳам муҳим ўрин тутган. Археологик қазилмалар жараёнида Турон ҳудудидаги Жойтун ёдгорлигидан ҳам турли шакллардаги ўйин доналари топилган<sup>145</sup> ва бу далиллар орқали ақлий ўйинларнинг турлари ёки ўйналиш мақсадлари ранг-баранг бўлганлигини англаш мумкин. Бундан ташқари, турли ҳайвонларнинг ҳайкалчалари топилмалари кенг учрайди<sup>146</sup>. Ушбу ўйинчоқлар ҳам ўйин донаси сифатида кейинчалик ақлий ўйинларда қўлланалган.

Ақлий ўйинларнинг кўплаб турлари қадимдан шаклланган бўлиб, шоҳмот ўйинига айнан ўхшаш бўлган ақлий ўйин турлари туркийларда қадимдан мавжуд бўлган ва кенг ҳудудларга тарқалган. Хусусан, Хитойга қўшни бўлган сюннулар орасида “любо” – суяк ўйини анча машҳур бўлиб, улар олти дона оқ ва олти дона қора рангли доналар билан ўйналган<sup>147</sup>.

Шоҳмот ўйини энг қадимги ақлий ўйинлардан бири ҳисобланган бўлиб, дастлаб, Ҳиндистонда “чатуранга” – қўшиннинг тўрт тури сифатида пайдо бўлган. Илк бора унга бағишланган асар милоднинг 7 – 8 юзйилликларида пайдо бўлган<sup>148</sup>. Ушбу ўйин тури Кушонийларнинг Ҳиндистонни забт этиши натижасида минтақага кириб келган. 50 – 200-йилларда Кушонлар салтанатида шоҳмот ўйини кенг тарқалган эди. Шу салтанат орқали кейинчалик бошқа ўлкаларга ёйилган<sup>149</sup>.

Турондан топилган илк шоҳмот донаси Кушон салтанати даврига оид бўлиб, Далварзинтепадан очиб ўрганилган. Унга кўра, фил суягидан ясалган ўйин

<sup>144</sup>А.А. Асқаров. Қадимги Турон энеолит, бронза ва илк темир даври цивилизациялар тарихидан лавҳалар. Тошкент. 2023. 105-бет.

<sup>145</sup>В.М. Массон. Древнеземледельческая культура Маргианы. Москва, Ленинград. 1959. С. 101-103.

<sup>146</sup>О. Лоллекова. Локальная вариабильность в культуре и хозяйстве джейтунских племён. Ашхабад. 1988.С. 98.

<sup>147</sup>Сыма Цянь. Исторические записки. Том VIII. Москва.2002. С. 359.

<sup>148</sup>И. Орбели, К. Тревер. Шахматная книга о шахматах. Ленинград. 1936. С. 33.

<sup>149</sup>А. В. Ercan. Satranç: DoğuMedeniyetininBatı’ya Bir Hediyesi // HUMANITAS – International Journal of Social Sciences 2021. 9(18). S. 76.

доналари<sup>150</sup> ушбу ўйиннинг муҳим марказларидан бири айнан Турон бўлганини тасдиқлайди. Ўйин доналари бу даврга оид кўплаб ёдгорликлардан аниқланмоқда. Хусусан, Термиздан 12 км шимолда жойлашган Ҳайдорободтепадан суяқдан ясалган тўртбурчак шаклдаги ўйин доналари топилган<sup>151</sup>. Чунки, шоҳмот ўйини Ҳиндистонда ўйналган доналари ва усуллари, Турон ҳудудига кириб келгач ўзгарганлигини кузатиш мумкин. Айниқса, милоннинг дастлабки юзйилликларида шоҳмот ўйини марказларидан бири сифатида Суғд катта аҳамиятга эга бўлган. Биринчи шоҳмот доналари жамланмаси – 7 та шаклли ўйин донаси дан иборат ҳолда 1977 йилда Афросиёбнинг шимолий қисмидан топилган<sup>152</sup>.

Шоҳмот доналари Афросиёбдан ташқари, Хутталон маркази – Хулбуқадан, Чоч маркази – Қанҳадан, Суғддан Чочга қараб кетган савдо йўлидаги Талгара шаҳридан очиб ўрганилган. Ушбу топилмалар турли жойлардан – сарой ҳаммоми мажмуасидан, бадавлат тураржойнинг чуқуридан, шаҳар ташқарисидаги хунармандлар даҳасидан, шаҳардаги уйлардан ҳам очиб ўрганилган. Ушбу топилмалар турли ижтимоий қатламларга мансуб аҳолига тегишли жойлардан аниқланган ва ўйин доналари ҳам турли ҳом-ашёлардан: фил ёки уй ҳайвонининг қовурға суяги, сопол, шиша ёки турли маъданлардан ясалган<sup>153</sup>.

Қадимий шаҳарларнинг деворий суратлари ва безакларида ҳам ўйинларга оид маълумотлар сақланиб қолган. Уларда ўйин жараёнлари, ўйин жиҳозлари ва ўйинчиларнинг суратлари акс эттирилган. Хусусан, Панжикент деворий суратида махсус ўйин тахтаси икки томонида тасвирланган ўйинчилар акс эттирилган<sup>154</sup>.

Айрим тарихий манбаларда шоҳмот ўйини милоннинг дастлабки юзйилликларида Эронга Ҳиндистондан кириб келганлиги қайд этилган бўлсада<sup>155</sup>, аммо аксарият тарихий манбаларда шоҳмот ўйини усталари ва ўйинхоналар асосан, Турон ҳудудида мавжуд бўлганлиги қайд этилган. Шунингдек, шоҳмот ўйини йирик ижтимоий мажмуага айланиб, шоҳмотни ўйнаш маданияти айнан Туронда шаклланди. Инсоният тарихидаги илк шоҳмот мусобақаси ҳам айнан 819 йили Туронда ўтказилган<sup>156</sup>.

Турон маданиятининг таъсири натижасида аста-секинлик билан ушбу ақлий ўйин юқори ижтимоий табақанинг сеvimли ўйинларидан бирига айланди.

<sup>150</sup>А. Сағдуллаев, Э. Ртвеладзе. В стране золотого огня. Тошкент. 1983. С. 63.

<sup>151</sup>Л.И. Альбаум. Балалыктепа. Ташкент. 1960. С. 52 – 54.

<sup>152</sup>Ю.Ф. Буряков. Из истории распространения шахмат на Великом шелковом пути // Ўзбекистонда ижтимоий фанлар. 1993. №5. С. 23

<sup>153</sup>Ю.Ф. Буряков. К истории происхождения шахматной игры // Ўзбекистонда ижтимоий фанлар. 1995. №5-6-7-8. С. 18.

<sup>154</sup>В.А. Шишкин. Варахша. Тошкент. 1963. С. 220.

<sup>155</sup>Шатранг книга о шахматах. С. 49.

<sup>156</sup>М. Юдович. Рассказы о шахматах. Москва. 1959. С. 11.

Ушбу ўйин қўшни халқлар ва мамлакатлар турмуш тарзига ҳам кириб борди. Ҳаттоки, араб халифалари ҳам шоҳмот ўйинини асосий кўнгилочар машғулотлардан бири сифатида ёқтирганлар. Араб халифаларининг ичида биринчи бўлиб ушбу ўйинни Хорун ар-Рашид (786 – 809) ўйнай бошлаган<sup>157</sup>. Унинг вориси Маъмун (813 – 833) даврида эса, шоҳмот мамлакат миқёсида ўйналувчи мусобақага айланиб кетган. Маъмун бу ўйинни ақлни чархловчи ўйин ҳисобланган. Маъмун энг яхши ўйинчиларни ўзаро беллашувларини уюштирган ва уларнинг ўйинларини шаҳсан ўзи кузатиб борган<sup>158</sup>. Эътиборга молик жиҳати бу даврдаги энг моҳир шоҳмот усталари Турон ҳудудидан бўлган. Моҳир шоҳмот усталари етишиб чиқишига Турон ҳудуди бўйлаб бу ўйиннинг кенг тарқалганлиги асосий омил бўлиб хизмат қилган.

Турон шаҳарларида ўйинлар учун махсус хоналар барпо этилган бўлиб, асосан, савдогарлар, шаҳарликлар ва бошқа ўйин ишқибозлари у ерда йиғилганлар. Бундай ўйинхоналар деярли барча Турон шаҳарларида мавжуд бўлган. Хусусан, Сугдда Самарқанднинг Зуқоқ Сутфурушлар маҳалласидаги савдо расталари, хоналар қаторида 5 та ўйин учун хона мавжуд бўлганлиги қайд этиб ўтилган. Савдогарлар бу хоналарда ўйин ўйнаш вақтида музокаралар олиб борганлар. Ушбу шаҳарнинг Раъс ат-Тоқ маҳалласидаги Сиккат Аббад кўчасида қайд қилинган мулклар қаторида 15 та ўйин учун хоналар бўлганлиги қайд этилган<sup>159</sup>. Бундай хоналар “ўйин уйлари” деб аталган.

Шоҳмот ўйини бир вақтнинг ўзида ҳам таълим, тарбия, ижтимоий эрмак бўлиш билан биргаликда сиёсий аҳамият касб эта бошлади. Турон ҳудудидаги шаҳарлар аҳолиси кундалик ҳаётида чуқур илдиз отибгина қолмай, ўзининг янги тараққиёт босқичига кўтарилди. Шоҳмот ўйини ривожланиб, кейинчалик 15-юзйилликда Жанубий Европа ҳудудига кириб борди ва ҳозирги кўринишда ўзлашди<sup>160</sup>.

Турон ҳудудидаги турли иқтисодий ва сиёсий ўзгаришларга қарамай, шоҳмот энг муҳим халқ ўйинларидан бири сифатида сақланиб келди. Ҳаттоки мўғуллар истилоси даврида ҳам болаларни тарбиялаш учун жорий этилган кўнгилочар ўйин ҳисобланган<sup>161</sup>. Кейинчалик сарой кундалик турмуш тарзида бўш вақтда аёллар томонидан ҳам ўйналувчи ижтимоий жараёнга айланган<sup>162</sup>.

<sup>157</sup>The Worksof IbnWādiḥal-Ya‘qūbī. The Adoption of of Men to Dominant. Characteristics Their Time and Their in Every Age. Volume 1. Leiden-Boston. 2018. P. 48.

<sup>158</sup>H.J.R.Murray. A history of chess. Oxford. 1913. P. 195.

<sup>159</sup>Шамсиддин Камолiddин, Мухайё Махмудова, Баходир Мусаметов. Два вакфа Тамгач Бугра-ханав Самарқанде /Вақфные документы XI века на мадраса и дом больных в Самарқанде. Saarbrücken. 2012. С. 25.

<sup>160</sup>А.Т. Тошев. Шахматный спорт - волшебная игра, раскрывающая человеческое сознание // Вестник науки и образования. 2021. №15 (118) Ч.3. С. 97.

<sup>161</sup> A.F. Broadbridge. Women and the Making of the Mongol Empire. Cambridge. 2018. P. 27.

<sup>162</sup>Муҳаммадҳакимхон Тўра. Мунтахаб ат-таворих. Тошкент. 2010. 575 – 578-бетлар.

19-юзйилликда Туркистон шаҳарларида шохмот кенг ўйналувчи ўйинлардан бири бўлган. Ҳаттоки, шохмотнинг икки хил тури халқ орасида сақланиб келган. Улардан бири “Қиролича билан ўйин”. Иккинчиси эса “форсча шохмот” деб аталган. “Форсча” ўйин замонавий шохмотдан ўйин доналарининг чекланган ҳаракати билан фарқ қилган<sup>163</sup>.

Шохмотнинг турли кўринишлари туркий халқлар орасида сақланиб келган. Улардан бири Олтой ўлкасида кенг тарқалган “шатра” ўйини ҳисобланади. Бу ўйинда бий, ботир, тўра, ёлқин, шатра доналари мавжуд ҳисобланади. Шатра тахтаси олтмиш иккита оқ ва қора катаклардан иборат бўлиб, уч бўлакка бўлинади. У катта майдон (1-52 рақамлар) ва иккита қалъадан (1-9 ва 59-62 рақамлардан) иборат. Бий-шоҳ, ботир-фарзин, руҳ-тўра, ёлқин-фил, шатра-пиёда тарзида саналган. Доналар бир хил шаклда бўлиб. Белги билан фарқланган бўлади<sup>164</sup>.

### ***Шохмот усталари.***

Милоднинг 9 – 10-юзйилликларида шохмот йирик спорт турига айланиб улгурди. Бу ўйиннинг моҳир усталари қатлами шаклланиб, улар “олия” (“йирик уста”) деб атала бошланди. Бу даврдаги энг моҳир шохмот олиялари бевосита Турон ҳудудидан бўлганлар. Бу даврнинг Туронлик энг таниқли шохмот усталари Жобир Қуфий, Абдулжаъфар Ансорий, Наим Хадим ва хоразмлик Зайраб Катанлар бўлишган<sup>165</sup>. Ушбу ўйинчилар томонидан шохмотда бажарилувчи юришларнинг илк усуллари кетма-кетлиги ишлаб чиқилган ва кейинчалик шохмотга бағишлаб ёзилган китоблар туфайли янада оммалашган.

Кейинги юзйилликда ҳам Турон ҳудудида Султон Маҳмуд Ғазнавий<sup>166</sup>, Амир Темур даврида шохмот ўйини янада оммалашган ва ҳукмдорларнинг ўзлари ҳомийлик қилиш билан биргаликда ушбу ўйинда анча моҳир бўлганлар. Шунингдек, Турон ҳудуди шаклланган илмий ва ижодий муҳит туфайли Муҳаммад ибн Уқайл Ҳаймий, Зайн Яздий, Алоуддин Табризий (ўз даврининг “биринчи шохмотчи”си деб аталган)<sup>167</sup>, Хожа Исфаконий, Камолиддин Биноий<sup>168</sup>, Мавлоно Соҳиб<sup>169</sup>, Мавлоно Муҳаммад Толиб<sup>170</sup>, Мавлоно Васлий<sup>171</sup>, Мавлоно Фазлулло<sup>172</sup>, Мир Муртоз<sup>173</sup>, Дарвеш

<sup>163</sup>А. Черневский. Шахматы в Туркестане // Шахматный Листок. 1877. №9-10. С. 268.

<sup>164</sup>А. Бўронов. Олтойлар. Тошкент. 2017. 136 -137-бетлар.

<sup>165</sup>Рассказы о шахматах. С. 11.

<sup>166</sup>Шатранг китоби о шахматах. С. 25.

<sup>167</sup>Ибн Арабшоҳ. Ажойиб ал-мақдур фи тарихи Таймур. I китоб. Тошкент. 1992. 57-58-бетлар.

<sup>168</sup>Зайниддин Маҳмуд Восифий. Бадоеъул вакоъ. Тошкент. 1979. 41-бет.

<sup>169</sup>Alisher Navoiy. Majolis un-Nafois (I- qism) library.ziyounet.uz/ 52-bet. (07.09.2024)

<sup>170</sup>Majolis un-Nafois (I- qism) library.ziyounet.uz/ 52 b. (07.09.2024) 57-bet.

<sup>171</sup>Majolis un-Nafois (I- qism) library.ziyounet.uz/ 52 b. (07.09.2024) 79-bet.

<sup>172</sup>Majolis un-Nafois (I- qism) library.ziyounet.uz/ 52 b. (07.09.2024) 97-bet.

<sup>173</sup>Заҳириддин Муҳаммад Бобур. Бобурнома. Тошкент. 2008. 138-бет.



Мухаммад тархон<sup>174</sup> каби ўнлаб машхур шоҳмот усталари бўлган. Шайбонийлар даврида Дўстий ва Барноча исмли шоҳмотчилар ўйинчилар орасида тенгсиз бўлганлар<sup>175</sup>. 19-юзйилликка келиб ҳам шоҳмот ўйини моҳир усталари Туркистон худудида мавжуд бўлган. Улар орасида 1877 йилги Самарқанддаги мусобақада беллашган Насруллоҳбой Абдурахмонов ва Мулла Шамсиддин Нажмиддиновлар каби шоҳмот усталари талайгина бўлган<sup>176</sup>. Турли даврларда исмлари манбаларда қайд этилган ушбу шахслар турли табақаларга мансуб бўлганлар ва турли вазифалар билан машғул бўлганлар. Уларнинг бир қисми ҳарбийлар, шахзодалар ёки ўз даврининг олимлари эдилар. Масалан, Ҳирот шаҳрида ўтказилувчи ижодкорларнинг мажлисларида шоҳмот ўйини мунтазам ўйналган, уларда Алишер Навоийнинг ҳам қатнашгани манбаларда ўз ифодасини топган<sup>177</sup>.

Шоҳмот ўйини моҳияти, унинг ўйналиш қоидалари, усуллари ва ўз даврининг энг машхур шоҳмотчилари тўғрисида қизиқарли маълумотларни ўзида мужассам этган қўлланмалар ва тўпламлар ёзила бошланди. Чунки, шоҳмот мусобақаларидаги юрилган усуллар ва улар натижасида эришилган ютуқларларни қайд этиб бориш йўлга қўйилган эди. Натижада, шоҳмотга бағишлаб китоб ёзиш анъанаси шаклланди.

988 йилда (377 хижрий)Исҳоқ ибн Надим томонидан шоҳмотга бағишлаб ёзилган китоблар қайд этилган. Улар шоҳмотчиларнинг битган шоҳмот тўғрисидаги китоблари эди:

Адди – “Китоб аш-шатранж”.

Розий – “Латиф фи-ш-шатранж”.

Сули (Абу Бакр Мухаммад ибн Яҳё) – “Китаб аш-шатранж” (биринчи китоб) ва “Китаб аш-шатранж” (икинчи китоб).

Лажлаж (Абул-Фараж Мухаммад ибн Убайдуллоҳ) – “Китаб мансубат аш-шатранж” (Шоҳмот жойлашувлари ва муаммолари китоби).

Ибн Алиқлидиси (Абу Ишоқ Иброҳим ибн Мухаммад Солиҳ) – “Китаб мажмуъ фи мансубат аш-шатранж” (Шоҳмот муаммолари тўплами).

Абул Аббос Аҳмад ибн Мухаммад Сарахсий – “Китаб аш-шатранж”<sup>178</sup>.

Али Шатранжий (Абулфатҳ Аҳмад ибн Сижзий) – “Шатранж китоби”. Асарда ёзилган ўйин услубларининг 60 тадан 19 таси Али Шатранжига, қолганлари эса Турон шоҳмот усталари Раброб, Хоразмий, Абулфатҳларга

<sup>174</sup>Заҳируддин Мухаммад Бобур. Куллиёт. 4-жилд / Бобурнома (Воқеъоти Бобурий). Фарғона даври воқеалари. Тошкент. 2021. 45-бет.

<sup>175</sup>Бадоеъул вақоеъ. 40-бет.

<sup>176</sup>А. Черневский. Шахматы в Туркестане // Шахматный Листок. 1877. №9–10. С. 269.

<sup>177</sup>Бобурнома. Тошкент. 139-бет.

<sup>178</sup>A history of chess. P. 169.

тегишлидир<sup>179</sup>. “Нафоис ал-фунун”<sup>180</sup> асарида ҳам шоҳмот усуллари тўғрисида маълумотлар келтириб ўтилган. 19-юзйилликка оид Абулфатх Аҳмад Санжарнинг “Шатранж китоби”<sup>181</sup>да болаларни неча ёшдан шоҳмотга ўргатиш, доналарнинг хусусиятлари, ўйин усуллари ва ўйиндаги юришлар тафсилоти қайд этилган.

Туркистон тараққийпарварлари томонидан маърифатпарварлик ғоялари илгари сурилиши натижасида, таълим-тарбия бериш мақсадида очилган янги усул мактабларига дарсликлар ҳамда қўлланмалар ёзила бошланди. Шундай дарсликлардан бири сифатида шоҳмот учун махсус қўлланмалар ёзилиб, нашр этилган<sup>182</sup>.

Ушбу китоблар нафақат шоҳмот ўйини услублари, балки уни ўйнашнинг маданияти, шоҳмот ўйинининг зарурияти ҳамда ўз даврининг шоҳмот юришларини тарихга муҳрлагани диққатга сазовордир.

Шоҳмот ўйини усталари маҳорати тўғрисида қимматли маълумотлар сақланиб қолган. 8-юзйилликнинг машҳур шоҳмот устаси Саид ибн Жубайр кўзини юмган ҳолда шоҳмот ўйнай олганлиги қайд этиб ўтилган<sup>183</sup>.

Темурийлар даври энг моҳир шоҳмот устаси Алоуддин ат-Табризий бир вақтнинг ўзида иккита рақибга қарши дон суриш қобилиятига эга бўлганлиги ёзиб қолдирилган<sup>184</sup>. Шунингдек, Али Шатранжи Амир Темур саройидаги буюк (энг кучли) шоҳмот усталаридан бири бўлган. Унинг шоҳмотга бағишлаб ёзган асарни ибн Арабшоҳ қайд этиб ўтган<sup>185</sup>.

Кўриниб турибдики, Турон ҳудуди шоҳмотни шаклланиши ва ҳозирги кўринишга келишида муҳим аҳамият касб этган. Бундан ташқари, ўйиннинг қўшни мамлакатларга тарқалиши ва кўникмаларининг ёйилишида ушбу ўйинга бағишлаб ёзилган асарлар катта маданий таъсир ўтказган.

### ***Шоҳмот доналари.***

Шоҳмот ўйини шаклланишида ва унинг ақлий ўйинлар шоҳи сифатида эътироф этилишига бир неча юзйилликлар керак бўлди. Айниқса, ўйин доналари ҳозирги кўринишда шакллангунга қадар катта тарихий-маданий жараённи бошдан кечирди. Турон ҳудуди шоҳмот доналарининг илк наъмуналари топилган ҳудудлардан бири бўлиб, топилган шакл наъмуналари замонавий шоҳмот доналаридан кескин фарқ қилмаслиги эътиборга лойиқ. Бундан ташқари, ушбу ҳудуд шаҳар ва манзилгоҳларидан

<sup>179</sup>У.Қ. Холиқов, С.Қ. Холиқова. Навоий даврида шахмат ўйинининг ривожланиш тарихидан // Alihser Navoiy xalqaro jurnali. 2022, vol. 2,issue 1. 105-бет.

<sup>180</sup>Мунтахаб ат-таворих. 577-бет.

<sup>181</sup>Собрание восточных рукописей академии наук Узбекской ССР. Том I. Ташкент. 1952. С. 325.

<sup>182</sup>Низам Муҳаммад Хўқандий. Ибратул хавоқин. Тошкент. 2014. 563-бет.

<sup>183</sup>Рассказы о шахматах.С. 119.

<sup>184</sup>Ажойиб ал-мақдур фи тарихи Таймур. I китоб. 87-бет.

<sup>185</sup>A history of chess.P. 177.

топилган ўйин доналари Турон шоҳмотнинг ватанларидан бири эканлигини бевосита далиллайди.

Афросиёбдан топилган шоҳмот доналари чатуранга доналаридан кескин фарқ қилади. Чатурангада олға сурилувчи доналар баҳоланишига асосланган бўлса, шоҳмотда эса бу каби доналарнинг баҳоланиши кузатилмайди<sup>186</sup>. Шоҳмот ўйинида барча доналар ягона натижа учун ҳаракатланувчи мажмуани ташкил этади. Шунингдек, ўйин доналари шакли ҳам ҳинд доналаридан фарқ қилади.

Самарқанддан топилган ўйин доналари ичида жанговар арава мавжуд бўлиб, ушбу арава Авестада Митранинг содиқ йўлдоша сифатида улуғланган уруш ва ғалаба худоси – Вэртагнага тегишли бўлган. Вэртагна ўн хил кўринишга кира олган. Улар: ўткир тишли қобон, йиртқич қуш, буқа, олтин қулоқли от, ёввойи тоғ кўчқори, ўткир шоҳли ажойиб эчки, туя ёки инсон. 1885 йилда Чустдан топилган фил суягидан ясалган ўлжасини азоблаётган йиртқич қуш топилган бўлиб, ўйин доналари ичидаги руҳга боғлиқ бўлган афсонавий Рух қушидир<sup>187</sup>.

Ўйин доналари сони ҳамда жойлашуви тўғрисида жуда кўплаб таҳминлар бўлиб, ҳар бирида аҳолининг муайян дунқараши наъмуналари акс эттирилади. Афсоналарга кўра, Ҳинд ҳукмдори Балхит шоҳмот тахтаси ва доналарини осмон жисмларига мос равишда яратган экан<sup>188</sup>. Ўйинга нисбатан шаклланган қарашларга кўра, шоҳмот қарама-қарши самовий кучлар кураши тарзида ҳам тасаввур этилган. Ўйин иштирокчилари ғалаба қозониш учун самовий кучлардан ёдрам сўраган<sup>189</sup>.

9 – 12-юзйилликларда шоҳмот ўзгаришларга учраб, ўйин доналаридаги афсонавий чизгилар ўрнига ҳаётий кўриниш ола бошлади. Амирларнинг ва хонларнинг саройида ҳарбийлар, маслаҳатчилар, аслзодаларнинг аҳамияти ортади. Бу ўзгаришларни шоҳмот доналаридаги ўзгаришларда кўришимиз мумкин. От арава ўрнини отлиқ эгаллади. Яна фарзин – шоҳ ёки хоннинг қўшинини бошқарувчи ҳарбий сарой маслаҳатчисининг ўйиндаги даражаси кўтарилди<sup>190</sup>. Ушбу ўзгаришлардан тушуниш мумкинки, Турон давлатчилиқ тизими ўйин доналарида ўз аксини топган. Марказлашган салтанатчилик тизими ва ҳарбий бошқарув ўйин доналарининг вазифаларига кўчган.

Замонавий шоҳмот ўйинидаги ушбу жиҳат бевосита Турон салтанатчилик тизимининг маҳсули ҳисобланади. Чунки 9 – 13-юзйилликларда давлат бошқарувчи ва жанг олиб боришда Туронда шаклланган айрим одатлар ўйин

<sup>186</sup>Ю.Ф. Буряков. К истории происхождения шахматной игры // Ўзбекистонда ижтимоий фанлар. 1995. №5-6-7-8. С. 18.

<sup>187</sup> К истории происхождения шахматной игры. С. 19.

<sup>188</sup> Д.В. Микулский. Арабский Геродот. Москва. 1998. С. 29.

<sup>189</sup>Ю.Ф. Буряков. Афросиёб шахмати // Фан ва турмуш. 2005. №2-3. 7-бет.

<sup>190</sup> К истории происхождения шахматной игры. С. 21.



доналарининг сонида яққол кўзга ташланади. Хусусан, замонавий шоҳмот доналари тури жами 9 хил эканлиги барчага бирдек маълум. Агар жангда туркийларнинг ҳар бир бўлинма учун алоҳида байроқ жорий этганлигини қиёслайдиган бўлсак, шоҳмот доналарига мос равишда “тўққиз туғли хон ёки хоқон”<sup>191</sup> ибораси кенг қўлланилганига гувоҳ бўламиз. Демак, шоҳмот доналарининг шоҳ, фарзин, иккита фил (зобит), иккита от (суворий), иккита руҳ ва пиёда тарзида шакллантирилиши жанг майдонидаги тартибни айнан ўзи ҳисобланади.

Бундан ташқари, ўйин давомидаги доналарнинг ҳаракатланишида қатъий қоидалар ўрнатилган. Унга кўра, фил, от, руҳ ёки пиёда ўзларига белгиланган вазифадан ортиқ кўламдаги юришни амалга ошира олмайди. Фарзин эса барча йўналишларда исталган (саккиз) томонга эркин ҳаракатланиши мумкин. Унинг ўйиндаги асосий вазифаси шоҳни ҳимоя қилиш ва рақиб шоҳини “мот” (мағлуб) бўлиши учун барча тадбирларни кўриш. Шунингдек, шоҳ енгилса, барча доналар мавжудлигига қарамай, ўйин тугалланади. Айнан ушбу жиҳат ҳам Турон жанг санъати наъмуналарининг энг юқори чўққиси ҳисобланади. Чунки давлатнинг бош туғи – байроғи хоқон бўлинмасига тегишли бўлиб, уни олдириб қўйиш мағлубиятга тенглашган. Ушбу жиҳат акс эттирилган бир ҳарбий одат мавжуд бўлиб, унга кўра, уруш якунлангандан сўнг ҳукмдор томонидан аскарларга берилган отлар қайтариб олинганлигини кўришимиз мумкин. Бу одат – “туғрағ” деб аталган бўлиб, шоҳ томонидан жанг вақтида аскарларга берилиб, тинчликда қайтариб олинган отга нисбатан ишлатилган<sup>192</sup>. Бизнинг фикримизча, шоҳнинг отларига ҳукмдорнинг тамғаси босилган бўлиб, у давлатнинг бош рамзи ҳисобланган ҳамда уруш якунланиши билан берилган отлар дарҳол қайтариб олинган. Ушбу тадбир орқали давлатнинг бош туғи бошқа бировларнинг қўлида қолиб кетмаслиги ёки давлат рамзи ўзгаларнинг қўлига тушиши олди олинган.

Шоҳмот доналари шакли ҳамда ясалишида маълум бир ҳудуднинг турмуш тарзи ва машғулотида келиб чиққан тарзда ҳам қатор ўзгаришлар кўзга ташланади. Суғд ҳудудидан топилган шоҳмот доналарида шоҳдор кўчқор шакли алоҳида ажралиб туради. Суғд воҳасининг қорақўлчилик<sup>193</sup> да муҳим марказ сифатидаги мавқеи ўйин доналарига ўз таъсирини ўтказган. Бундан ташқари, йилқичиликнинг тараққиёти туфайли ўйин доналарида от шакли вужудга келган. Турон хўжалигида йилқичилик<sup>194</sup> етакчи тармоқлардан бири бўлганлиги боис ушбу ўзгариш ўйин доналарида акс этди. Турон жанубий

<sup>191</sup>Маҳмуд Кошғарий. Девону луғотит турк. III том. Тошкент. 1963. 140-бет.

<sup>192</sup>Маҳмуд Кошғарий. Девону луғотит турк. I том. Тошкент. 1960. 430-бет.

<sup>193</sup>А.А.Фрейман. Описание, публикации и исследование документов горы Муг. Москва. 1962. С. 85 – 86.

<sup>194</sup>В.О. Витт, В.А. Шекин. Ўзбекистонда йилқичилик. Тошкент. 1943. 8-бет.

худудларида эса бу даврда қорамолчилик<sup>195</sup> анча ривожланганлиги боис, ўйин доналари ичида буқа шакли бўлган.

Демак, Турон замонавий шоҳмот ўйини шаклланишида катта аҳамият касб этган. Айниқса, ўйиннинг янада оммалашishi ва халқ ўйинига айланиши ушбу худудга хосдир. Шоҳмот маданият даражасига кўтарилиб, аҳоли ўрласида ёшу-қари ўйновчи кундалик ўйин сифатида манбаларда қайд этилган.

### ***Шоҳмотда ислоҳот.***

Шоҳмот ўйинини янада такомиллаштириш, уни ўйнаш жараёнини маданият даражасига кўтариш Турон худудига тўғри келади. Айниқса, Темурийлар салтанати даврида ушбу ўйин барча томонидан бирдек ўйналувчи ақлий ўйинга айланди. Бу ўйинга маълум ўзгаришларни киритишга ҳукмдорларнинг шаҳсан ўзлари ташаббус кўрсатганлар. Хусусан, Амир Темур ўйин муддатини чўзиш учун ўйин доналари икки баробар кўпайтирилган махсус шоҳмот тахтасини ўйлаб чиқарган. Бу унга узок мулоҳаза этиш имконини берган<sup>196</sup>.

Амир Темур шоҳмоти махсус йирик тахтада ўйналиб, унда қуйидаги қўшимча доналар мавжуд бўлган: рухпиедаси, отпиедаси, даббабапиедаси, илғорпиедаси, жирафапиедаси, филпиедаси, туяпиедаси, вазирпиедаси, фарзинпиедаси, пиеда пиедаси ва бундан ташқари, рух, от, даббоба, илғор, жирафапиедаси, шоҳ пиедаси, жирафа, илғор, даббоба, от, рух, фил, туя, вазир, шоҳ, фарзин, туя, фил<sup>197</sup>.

Юқоридаги ўйин доналари келтиришидан тушуниш мумкинки, бу анча мураккаблаштирилган махсус ўйин тахтаси ва доналари бўлиб, уни фақатгина санокли одам ўйнай олган. Табиийки, бундай ўзгаришлар аниқ ҳисоб илми ҳамда риёзиёт қонунларига мос равишда тузиб чиқилган. Фан ва билимларни амалиётга тадбиқ этишдаги салоҳият Темурийлар даврида нақадар юксак бўлганлигини ушбу далил исботлайди.

Шоҳмотни Турон математика фани маҳсули сифатида тушуниш мумкин. чунки 10 – 11-юзйилликлардаёқ Абу Райҳон беруний томонидан шахмат хоналарини икки ҳисса қилиш ва ҳисоблашда иккита қоида ишлаю чиқилган. Бири – агар 64 хонадан бирортасини ўзига кўпайтирилса, чиққан адад ўша хонадан узоклиги кўпайтирилган хонанинг биринчи хонадан узоклигигача бўлган хоандаги ададга баробар бўлади<sup>198</sup>.

### ***Ўйин маданияти.***

<sup>195</sup>Б. Абдолниёзов. Хоразм чорвачилиги – қадим замонлардан ҳозиргача. Урганч. 1992. 14-бет.

<sup>196</sup>Ш. Улжаева. Амир Темур давлат бошқаруви. Тошкент. 2017. 146-бет.

<sup>197</sup>Ажойб ал-мақдур фи тарихи Таймур. I китоб. 87-бет.

<sup>198</sup>Абу Райҳон Беруний. Ўтмиш халқлардан қолган ёдгорликлар. Тошкент. 1960. 180-бет.

Шоҳмот ўйини ёки беллашувлари кундалик бозорларда, гузарларда, муайян сарой базмлари, расмий учрашувлар, элчилик қабулида ёки махсус байрамларда уюштирилар эди. Ўйин жараёни бевосита бўш вақтни мазмунли ўтказиш, ёшларга таълим-тарбия бериш, айрим баҳсли масалаларни ечиш каби турли вазифаларни бажарган. Бу ўйин ёшу-қари, эркагу-аёллар томонидан доимий ўйнаб келинганлиги хусусида жуда кўплаб маълумотлар сақланиб қолган.

Ўйин жараёни қадимдан дўстлик, ўзаро бир-бирини хурмат қилган ҳолда олиб борилиши шарт бўлган. Ўйин жараёнида рақибга фирромлик қилиш ёки уни чалғитиб, ўйин қоидаларини бузган ҳолда айёрлик ишлатиш мумкин бўлмаган. Шунингдек, ислом маданияти таъсирида шоҳмот ўйини айрим таъқиқларга учради. Унга кўра, бирор нарсани тикиб гаров ўйнаш таъқиқланди. Чунки гаров тикилиши ушбу ўйиннинг моҳиятини ўзгартириб, уни қиморга айланатириб қўйишидан эҳтиёт бўлиш тарғиб қилинган. Бундан ташқари, рақибни камситиш, масҳара қилиш, унинг шаҳсиятига тегадиган сўзларни айтиш одоб доирасидан чиқиш сифатида баҳоланган<sup>199</sup>.

Ўйин жараёнида иштирокчилар турли хил латифалар, қизиқарли воқеаларни айтиб беллашганлар. Одатда шоҳмот беллашувлари шеърхонлик йиғинларидан сўнг ўтказилган<sup>200</sup>. Ўз даврининг зиёлилари ва аслзодалари шоҳмот ўйинини яхши билиши талаб этилган. Ҳаттоки, шоҳмотни билиш ўз даври учун муҳим бўлган ҳарбий, жисмоний ва сиёсий қобилиятлар билан тенг кўрилган. Хусусан, 9 – 12-юзйилликларда: “давлат элчилари камон отмоққа, чавгон ва шатранж ўйнамоққа моҳир бўлмоқликлари лозимдир”,<sup>201</sup> – деб қаралган.

Турли йиғинларда, байрамларда, бозор кунлари ёки махсус тантаналарда барча турли кўнгилочар ўйинлар ўйнаб ҳордиқ чиқарганлар. Ушбу ўйинлар ичида шоҳмот беллашуви ҳақиқий мусобақага айланиб кетган. Масалан, Темурийлар давридага кўп жойларда: “олимлар, ўз даврининг таниқли ақл эгалари, мулкдорлар тоифаларидан мажлису йиғинлар қуриб, муносиб мавзуларда гурунғкизирди. Авом ҳам ўзи севган бирон иш билан машғул бўлиб, шатранжбозлар сийнаси хасрат доғидан чок булиб, ёр мактуби каби шатранжтахтасидан кўз узолмайдилар”<sup>202</sup>, – дея ўйин жараёнига таъриф берилган.

Шоҳмот ўйини ёшларни тарбиялашда муҳим аҳамият касб этиб, уларни сабрли бўлишга, фикрларини пинҳон сақлаш одобига, қарор қабул қилишга ва қабул қилинган қарорларини тўғри қабул қилишга ўргатувчи жараён

<sup>199</sup>Кайковус. Қобуснома. Тошкент. 2016. 73-бет.

<sup>200</sup>Арабский Геродот. С. 29.

<sup>201</sup>Yusuf Xos Hojib. Qutadg‘u bilig (Saodatda eltuvchi bilim). Toshkent. 2007. 85- 86-betlar.

<sup>202</sup>Муиниддин Натанзий. Мунтахаб ут-тавориҳи Муиний. Тошкент. 2011. 181-бет.

ҳисобланган. Шунинг учун ҳам ўғил-қизларни ақлий ривожлантиришда ва шахсий сифатларини шакллантиришда шоҳмот Туронда кенг қўлланилган.

### ***Шоҳмотга ўхшатиш.***

Шоҳмот ўйини Турон аҳолиси кундалик турмуш тарзида муҳим ўйинлардан бири ҳисобланган. Ўйин кенг тарқалганлиги боис ўйин доналари, тахтаси, услублари, доналарнинг ўйиндаги вазифалари барчага бирдек маълум бўлган. Айнан шу кўникмалар ва шоҳмотдаги ҳолат номлари халқ оғзаки нутқига ҳамда адабий асарларга ўз таъсирини ўтказган. Натижада, ўзбек маданиятида шоҳмот билан боғлиқ қочириқлар, ўхшатишлар, иборалар ва мақоллар шаклланди ҳамда турли асарларда ўз ифодасини топди.

Турон адабий муҳитида қадимдан шоҳмотга тавсиф берган ҳолда ўхшатишлар қилиш шаклланди. Унда ҳарбий ҳаракатлар, ҳарбий усуллар ва қўшинларнинг жойлашуви ўйиндаги ҳолатлар ёки усулларга қиёсан қалам остига олинар эди.

11-юзйилликда ижод этган Абу Тоййиб Мусъаби ёзган байтда шоҳмот ўйинидаги ҳолатлар ва доналарга нисбат берилган қаторлар мавжуд. Унга кўра, “Шоҳ ва мот” ҳолати ва “биз сенга шоҳмот ўйинидаги пиёда кабимиз” иборалари қўлланган<sup>203</sup>.

Темурийлар даврига тегишли тарихий манбада Абдураззоқ Самарқандий Шайх Нуриддиннинг мағлубиятини тасвирлашда ана шундай ўхшатишдан фойдаланган: “Амир Шайх Нуруддин агарчи бир неча кун амир Шоҳмалик билан низо шатранжида ўйнаб, қарама-қаршилиқ ва урушмайдонида душманлик отини чопган ҳамда фарзин орқасидафириб бандини пистирма қилиб қўйган бўлса-да, оқибат ёвнинг олиб бораётган ўйинидан кўзи чалғиди ва унинг макрфилбандини йўқ ҳисоблаб, ўзи мот хонасига ўтириб қолди ваҳаёт тахтасидаги доналарни сочиб юборди”,<sup>204</sup> – деб қайд этган.

Инсон ҳаёти, унинг Яратган тақдири азалига тоъбе эканига оид қарашларни ўхшатишга олишда ҳам шоҳмот ўйинига қиёсан талқин қилиниб келинган. “Маснавийи маънавий” тафсири ҳисобланган “Миҳтоҳ ул-асрор”да қуйидагича ўхшатиш амалга оширилган: “Ютиш ва ютдазишда биз шатранж кабимиз, Эй хуш сифатли Зот, ютиш ва ютқазимиз дам сендандир”<sup>205</sup>.

Шаҳс меҳнат қилиши лозимлиги ва ҳаёти давомида қилган ишлари унга мукофот тарзида келиши эса: “Пиёда шоҳмот тахтасида олти катак масофани босиб ўтиб, катта ютукқа эришгани учун фарзин ўрнини эгаллайди”,<sup>206</sup> – деб акс эттирилган.

<sup>203</sup> Абу-л-Фазл Байхаки. История Мас'уда. Издание 2-е, дополненное. Москва. 1969.С. 476.

<sup>204</sup> Абдураззоқ Самарқандий. Маглаи саъдайн ва мажмаи баҳрайн. II жилд биринчи қисм. Тошкент. 2008. 214-бет.

<sup>205</sup> Шайх Одина Муҳаммад Хоразмий. Миҳтоҳ ул-асрор (Сирлар калити). Тошкент. 2006. 159-бет.

<sup>206</sup> Ҳожа Самандар Термизий. Дастур ул-мулк. Тошкент. 2001. 135-бет.

Кишининг ички рухий ҳолати, ҳаётдаги учрайдиган муаммоларни таърифлашда ҳам бевосита шоҳмот ўйин услубларига мурожаат қилинган: “Рух ва икки пиёда бир-бирларини қўллаб-қувватлаб мадад берса, филбанд\* ҳолати юзага келади”<sup>207</sup>. Бу усул қадимдан шоҳмот ўйинидаги энг самарали юришлардан бири бўлиб, ғалаба келтирган. Инсон ўзи тушиб қолган ҳолатдан яқинлари кўрсатган ёрдами орқали чиқиб кетиши шу усул орқали ўхшатиш қилинган.

Адабий ўхшатишлар халқ ичидаги дунёқарашдан ҳамда тасаввурлардан олинади. Ўзбек халқ оғзаки нутқида шоҳмот ўйинига оид кўплаб жиҳатлар мавжуд бўлиб, биргина “мот қилди” иборасини келтиришнинг ўзи етарлидир.

### **Хулоса.**

Шоҳмот ер юзидаги энг оммалашган ақлий ўйин ҳисобланиб, бир неча тамаддун ўчоқларининг кўникмалари ва билимларининг амалиётга тадбиқ этилиши қоришувидан ҳосил бўлган ҳисобланади. Ушбу қоришув жараёнида Турон алоҳида аҳамият касб этиб, ўйин тахтаси, доналари, услублари ва ўйналиш жараёни шаклланишида долзарб аҳамият касб этган. Шунингдек, ўйин жараёни маданият даражасига кўтарилиб, аҳолининг барча қатлами ва касб эгаларининг кундалик кўнгилочар ўйинига айланди ҳамда Турон аҳолиси маданиятидан чуқур ўрин олди.

Ақлий ўйинлар муайян иқтисодий, сиёсий, ижтимоий жараёнларни ўзида акс эттириб, уларни янада яхшироқ англаш имконини беради. Шоҳмот ўйини айнан шундай мажмуалардан бири сифатида Турон халқлари тамаддунининг давлатчилик, ҳарбий маҳорат ва услублар, ижтимоий муносабатларини ўзида акс эттиради. Бундан ташқари, уни ўйнай олиш сиёсий, ижтимоий даражани айнан Турон ҳудудида англата бошлади.

Шоҳмот дунё халқлари ўйинига айланди ва унга бағишлаб кўплаб асарлар ёзила бошланди. Ушбу жараёнга Туронлик олимлар бевосита катта ҳисса қўшдилар ва ўйиннинг янада мукамал ҳамда халқчил бўлишини таъминладилар. Турон ўндан ортиқ ўз даврининг энг моҳир шоҳмот усталарининг ватани ҳисобланади. Бундай натижа бевосита ушбу ўйиннинг бошқа ўлкаларга нисбатан Турон ҳудудида таълим, тарбия, илм-фан ва иқтисодий-ижтимоий ҳаёти тизимининг бир бўлаги бўлганини тасдиқлайди.

---

\* Филбанд—шахмат ўйинидаги ҳолат. Рух ва икки пиёда бир-бирларини қўллаб-қувватлаб мадад берса, филбанд ҳолати юзага келади.

<sup>207</sup> Ҳожа Самандар Термизий. Дастур ул-мулук. Тошкент. 2001. 338-бет.





## DÜNYADA GELENEKSEL YAY VE OKÇULUK: YÜZEYSEL PERSPEKTİFTEN

Aiyım TLEPBERGEN\* & Onur ÖZTÜRK\*\*

\*PhD, L.N. Gumilyov Eurasian National University – Student in Cultural Studies, Astana/Kzakistan ORCID  
Code: <https://orcid.org/0000-0002-3354-9943> ; E-mail: [a.tlepbergen@gmail.com](mailto:a.tlepbergen@gmail.com)

\*\*PhD., Samsun / Türkiye, [haricionur@hotmail.com](mailto:haricionur@hotmail.com)

### ÖZET

Bu makale, dünyanın farklı coğrafyalarında gelişmiş geleneksel okçuluk pratiklerini genel bir bakış açısıyla ele almaktadır. Bu çalışmanın merkezine daha ziyade Türk halklarının geleneksel yay ve okçuluğu alınmıştır. Geleneksel okçuluk, onun toplumun kültürel ve finansal olanakları, savaş sistemi, avcılık ve spor etkinlikleri gibi çeşitli unsurlarla kullanılan ve günümüzde kültürel kaynakların önemli bir unsuru olarak varlığını sürdürmektedir. Çalışma, Asya, Orta Doğu, Avrupa ve Amerika kıtalarındaki okçuluk pratiklerine odaklanılarak, bu sanatın tarihsel gelişimleri, kullanılan yöntemler, teknikler ve ritüelleri incelenmektedir. Ayrıca okçuluğun modern dünyada yeniden canlanma yayıncıları ve geleneksel okçuluk yarışmalarının, festivallerin ve eğitim programlarının bu canlanmadaki rolüne de değinilmektedir. Yüzeysel bir perspektif benimsenerek, okçuluk kültürlerinin ortak ve farklı boyutları tartışılmış, bu bilimsel olarak teknolojik gelişmelerin ve küreselleşmenin geleneksel okçuluk üzerindeki etkileri irdelenmiştir. Sonuç olarak, geleneksel okçuluğun kültürel bir kimlik öğelerinin ortaya çıkması yanı sıra, farklı toplumlar arasındaki yayılmaların bir göstergesi olduğu anlaşılmıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Ok ve yay işlevi, Yay ve ok türleri, Geleneksel okçuluk ritüelleri.

### TRADITIONAL BOW AND ARCHERY IN THE WORLD: FROM A SUPERFICIAL PERSPECTIVE

#### ABSTRACT

This article provides a general overview of traditional archery practices that have developed in various regions of the world. This study is centred on the traditional bow and archery of the Turkic peoples. Traditional archery, shaped by societal factors such as cultural and financial resources, warfare systems, hunting, and sporting events, continues to be an important element of cultural heritage today. The study focuses on archery practices in Asia, the Middle East, Europe, and the Americas, examining the historical developments, methods, techniques, and rituals involved in this art. Furthermore, the article highlights the role of publishers promoting the resurgence of archery in the modern world, as well as traditional archery competitions, festivals, and educational programs in this revival. By adopting a broad perspective, the commonalities and differences in archery cultures are discussed, and the impacts of technological advancements and globalization on traditional archery are explored. In conclusion, traditional archery is recognized not only as an element of cultural identity but also as an indicator of the exchange of practices among different societies.

**Keywords:** Bow and arrow function, Bow and arrow types, Traditional archery rituals.

## GİRİŞ

Gelenekten geleceğe insanoğlunun birikimini aktarma (Gelenek): Toplumların kültürel zenginliklerini geleneksel spor ve oyunlar aracılığı ile gelecek kuşaklara aktararak geçmiş ve gelecek arasındaki bağın devamını daha güçlü bir şekilde sağlamaya katkıda bulunmayı ifade etmektedir. Gelişmiş veya az gelişmiş toplumların çocuk ve yetişkinlerin birçok oyunu eski örflerin kalıntılarını temsil eder. Böyle bir arkaik kalıntıya yay ve ok açık bir örnektir. Bu eski ve ilkelik aşamasında yaygın olan silahı hem göçebelerde hem de yerleşik antik kültürlerde buluyoruz. Bunu Orta-çağa kadar izleyebiliyoruz. Ama günümüzde okçuların toplantısını ya da eylemlerini seyrettiğimiz çocukların en çok oyuncak yay ve oklarla oynadıkları zamanda köylerden geçtiğimizde görüyoruz ki, birkaç vahşi kabileden av ve savaşta hala öldürücü bir rol oynayan eski silah sıradan bir kalıntı, oyuncuğa dönüşmüştür. İnsan yalnızca çalışma araçlarının geliştirilmesi sırasında değil, ana üretici güç olarak insan organizmasının sürekli mükemmelleştirilmesi sonrasında da insan olmuştur. İnsanın oluşmasında çalışma şekli olarak av baş rolü oynamış, avcılıkta da arkaik kültürlerde en etkili silah okçuluk olmuştur. Çalışma sırasında nitelikçe yeni yatkınlık ve hareketleri kazanan insan biyolojik yasaların sınırsız hakimiyetinden kurtulmuş ve onun gelişiminde toplumsal-tarihi yasalar belirleyici olmuştur. Böyle bir açıklamada, genelde sporun özelde okçuluğun ortaya çıkışı başlıca olarak üretici güçlerin geliştirilmesine bağlıdır (Türkmen & Alimov, 2019: 1392).

Yaydan önce ok ve mızrak elle, daha sonra da *atlatl* ile atılırdı. Bilinen en eski oklar son Buzul Çağı ertesi Üst Paleolitik ve Orta Taş-çağı dönemlerinde ortaya çıkmış ve Avustralya ve okyanus adaları dışında bütün dünyaya yayılmıştır. En eski ok veya mızrak ucu Güney Afrika kıyılarında bulunmuş ve 71000 yıl öncesinden kalmadır, fakat bunlar *atlatl* ile atılan ucu taş *temrenli* mızrak ya da sivri çubuklar olabilir. Olası en eski yay buluntusu 17500-18000 yıl öncesinden kalmadır ve Almanya'nın Mannheim-Vogelstang bölgesinde bulunmuştur (Türkmen & Kaya, 2023: 4). Azilian adı verilen kültüre ait ok temrenleri İsviçre'deki Grotte du Bichon adlı mağarada avcının kemikleri yanında, biri avlanmış ayının üçüncü kaburga kemiğine saplı halde bulunmuş ve 13500 yıl öncesinden kalma olduğu tespit edilmiştir (Lahr et al, 2016: 395). Kenya'nın Turkana bölgesi Nataruk buluntu yerinde bir iskeletin kafatası ve göğüs kafesi içinde ok uçları bulunması ucu taş temrenli aletlerin 10.000 yıl önce kullanıldığını düşündürmektedir. En eski yekpare tahta yay karaağaçtan yapılmış Holmegaard yayı Danimarka'da MÖ 9000'den kalma olarak bulunmuştur. Aynı yerde MÖ 8000'den kalma birçok başka yay da bulunmuştur (O'Driscoll & Thompson, 2018: 32). Bunun sonradan yüksek verimli kopyaları da yapılacaktır. M.Ö. VIII – M.S. II yüzyıllarda Avrasya coğrafyasında yaşamış göçebe *İskitler*/günümüzde Kuzey Sibirya'da yaşayan *Sakalar* (Durmuş, 1993: 34), yaban keçisi boynuzu, ak-ağaç, sığırın aşil-tendonu, doğal balık süzgecinden tutkal vb. birçok materyal bileşenden oluşan kompozit kısa yaylar yapmışlardır ki gerek avcılıkta gerekse savaşlarda, özellikle at üstüne kullanımında, ok ve yay kullanımında çağının gen gelişmiş merhalesidir (Cunliffe, 2019: 12). İskitlerin bu kompozit yay yapımı ve bununla ok atışları, önceleri Orta Asya göçebelerinde, daha sonra Perslerde ve Avrasya medeniyetlerinde versiyonları kullanılmaya başlanmıştır (Dwyer, 2003: 71-82).

16. yüzyılda barutlu silahların yaygınlaşmasına kadar ok ve yay önemli bir avlanma ve savaş aletiydi. Ok ve yayın örgütlü ordu savaşlarında kullanımı Avrupa'da 17. yüzyılda bitti, fakat doğuda ve yeni dünyada av ve kabile savaşlarında 19. yüzyıla kadar kullanıldı. Kanada'nın kuzeyinde yay 20. yüzyıl sonuna kadar Ren geyiği avında örneğin *Igloodik*'te kullanılıyordu. Yekpare yay yakın zamanda *Sahra* güneyi *Afrika*'da kabile savaş silahı olarak kullanılmıştır; Buna bir örnek 2009 da *Kenya*'da *Kisii* ve *Kalenjin* halkları arasındaki dört ölü ile sonuçlanan çatışmada belgelenmiştir (Zohra Bensemra, web).

### Yayın işlevi:

Yayın kas kuvvetini okta en iyi verebilmesi için belli parametreler önemlidir. Yayın ok takıp çekildiğinde eller arasında ne kadar uzaklık olduğu hem çekenin kol uzunluğuna hem çeken elin kirişi nasıl tuttuğuna, hem de yayın sertliği esnekliği ile çekenin kas kuvveti dengesine bağlıdır. Yayda depolanan enerji bu aşamada en yüksek durumdadır.

Havada yalpalayan ok hem enerji israf eder hem de ucu hedeften şaşabilir. Okun yalpalamadan uçuşması kirişin salıverildiği noktadan kabza merkezine giden çizginin (kirişin yayla çekildiği okun kirişle itelendiği yönün) okun eksen çizgisi (okun gideceği yön) ile olan açısı mümkün olduğunca az olmasına bağlıdır. Okun kendi esnekliği ve ok bedeninin hedefe uçarken temren yivleri ve telek yönleri etkisiyle kendi ekseni etrafında dönme hızı da yalpalamayı etkiler. Bu bağlamda *yayın işlevleri*:

1. **Fırlatma mekanizması:** Yay, okları hızlandırarak fırlatan ana mekanizmadır. Gerildiğinde enerjiyi depolar ve serbest bırakıldığında oku ileri doğru güçlü bir şekilde fırlatır.
2. **Çeşitlilik:** Farklı yay türleri, kullanılan malzemeler ve yapım şekillerine göre değişik işlevlere sahiptir (örneğin, uzun yay, kompozit yay).
3. **Ritüel ve eğitsel rol:** Yay, özellikle eski toplumlarda sadece bir savaş aracı değil, aynı zamanda gençlerin eğitimi ve fiziksel yeteneklerini geliştirme aracı olarak kullanılmıştır.

Bu iki bileşenin bir araya gelmesiyle ok ve yay, sadece bir silah değil, aynı zamanda kültürel ve eğitsel bir araç olmuştur.

**Fırlatma mekanizması:** Yay, okları hızlandırarak fırlatan ana mekanizmadır. Gerildiğinde enerjiyi depolar ve serbest bırakıldığında oku ileri doğru güçlü bir şekilde fırlatır.

**Çeşitlilik:** Farklı yay türleri, kullanılan malzemeler ve yapım şekillerine göre değişik işlevlere sahiptir (örneğin, uzun yay, kompozit yay).

**Ritüel ve eğitsel rol:** Yay, özellikle eski toplumlarda sadece bir savaş aracı değil, aynı zamanda gençlerin eğitimi ve fiziksel yeteneklerini geliştirme aracı olarak kullanılmıştır.

Bu iki bileşenin bir araya gelmesiyle ok ve yay, sadece bir silah değil, aynı zamanda kültürel ve eğitsel bir araç olmuştur.

Yayın tüm enerjisi okta aktarılmaz, bir kısmı çile ve yay kollarının geri hareketine harcanır. Okun çıkış hızı bunlara harcanan enerjinin en aza indirgenmesine de bağlıdır.

### Yapı bakımından yaylar:

Yaylar kirişle kasılmadan önceki yani kullanılmazken ki, duruşlarına göre isimlendirilir.

**Recurve:** kiriş gerili değilken kabzanın okçuya en yakın, kolların ve uçların daha ileri büküldüğü tip.

**Reflex:** kiriş gerili değilken sadece uçların ileri büküldüğü tip.

**Decurve:** her yanı okçu tarafında olan, kirişi normalde gergin olmayan bu yüzden devamlı kiriş takılı bulundurulabilen tip.

**Deflex:** kolları okçu tarafına bükük olan yay; Normalde daha az gergin olan ve tabii ki daha az enerji depolayabilen yay tipi.

**Yassı kollu:** Kolların bükülme yönünde daha ince olduğu, Amerikan yerlilerince kullanılan tipi

**Piramit tipi:** kollarının uçları ortaya yakın kısımlarından daha dar bu yüzden geri harekete daha az enerji harcayan tip.

**Takedown/Sökülebilir:** Parçalara ayrılıp katlanabilen daha seyahate uygun olan yaylar.

### Gelenek bakımından:

Yekpare tahtadan yapılan *uzun yaylar*, [Figure-1] genellikle hareketsizken atmaya müsait olduklarından savunma ve siper savaşında, bekleme yeri avcılığında kullanılır. Batı Avrupa'da çok yaygındılar ve genellikle porsuk ağacından yapılırlardı. İngilizler, Güney Amerika ve Afrika yerlileri de bu tip yay kullanırlardı. Malzeme olarak esnek, ısıtılınca verildiği şekli

soğuduğunda koruyan ve budaksız, lifleri en uzunundan yöresel bir ağacın kuru gövdesi yararlanarak elde edilen parçalar kullanılır.



**Figure-1:** İngiliz Uzun Yay, çekiş gücü 100 ile 180 arasında bir libre aralığına sahip olup, aşağı yukarı 180–200 cm uzunluğunda, Porsuk ağacından yapılan ve sağlam yapıya sahip bir yay türüdür. Bu yaylarda kullanılan oklar diğer oklara oranla 1,5 kat daha uzun ve kalındır.  
(Figures: <https://ok-ucu.com/okculuk101/ingiliz-yayi-neden-uzun/>)

Asya'da popüler olan geleneksel yaylar at üzerinde kullanıma uygun kısa, hafif, birçok malzemeyi birbirine yapıştırarak daha uzun yaylarla aynı özelliklere ulaşabilen **kompozit**, **katınc**, **bileşik** ya da **mürekkap** yaylardı. **Kirişe** bakan tarafa sıkıştırmaya dayanıklı malzeme olan boynuz şeritler, hedefe bakan tarafa esnemeye daha dayanıklı kas uzantısı sinir lifleri yapıştırılır, ikisi arasında esnek, ısıtılınca verilen şekli soğuduğunda koruyan ve budaksız, lifleri en uzunundan yöresel birkaç tahta parça iskeleti oluşturacak şekilde yapıştırılır. Tutkal olarak deriden, sinirden veya balığın hava kesesinden 65-70 derece sıcak suda eriterek yapılan tutkal kullanılır. **Çile** ipekten yapılır. Çilenin alternatifi **kiriştir** ve büküle-büküle kurutulmuş küçükbaş hayvan bağırsağından yapılır. Kirişin ve tutkalın ıslandığında kuvvetlerini kaybetmesi kurak iç kısımlarda pek sorun olmasa da, yay at derisi ile kaplanır kiriş yerine çile kullanılır.

**Japon yayı:** bambu ağacı şeritlerini değişik yönlerde birbirine yapıştırarak yapılsa da esasında bir yekpare malzeme yayıdır ve uzundur. Hareketsiz yavaş kullanıma müsaittir. Alt yanı kısadır, bu yüzden diz üstünde de kullanılabilir. Zamanla yaylarda birçok gelişmeler kaydedilmiştir.

Ön Asya'da Türkler ve Pesler, kirişe dar bir halka asarak arkasında çilenin girdiği **gez** yani kertik yerine sivri bir uç olan bu yüzden çilesinde benzer halkalar olmayan düşmanın kullanamayacağı ok yöntemini geliştirdiler. Bu yöntem İslamiyet'le birlikte daha sonra Araplar tarafından da kullanılmışlardır.

Türkler, Orta ve Ön Asya'da coğrafyasına hâkim olup, kurdukları Seljuk Empire (1037-1308) döneminde, elle kabza arasına yerleştirilen ve Türkçede "**nâvek**" adıyla anılan (Roux, 1984: 107) bir oluk sayesinde daha hızla daha uzağa atılabilen ve elinde nâvek [Figure-2; 2a; 2b] olmayan düşmanın geri atamayacağı kısa ok yöntemini geliştirdiler [URL-1]. Düşmanın geri dönüş yapıp, tekrar kendilerine atamayacağı bu, kısa ok atım sistemini Türklerden sonra Pesler ve Koreliler de kullandılar (Bosworth, 1968: 202).

### Okun işlevi:

1. **Uzak mesafelere ulaşabilme yeteneği:** Ok, yay tarafından fırlatıldığında hızlı ve uzak mesafeler kat edebilir. Bu, onu uzun mesafeli hedeflere vurmak için ideal bir araç yapar.
2. **Keskin nişancılık:** Doğru atışlar yaparak belirli hedefleri vurma becerisi gelişir. Bu da askeri ve avcılık işlevlerinde kritik önem taşır.
3. **Sembolik anlamlar:** Ok, farklı kültürlerde hız, doğruluk ve karar verme simgesi olarak görülür.



Figure-2; 2a; 2b: Navek - Shooting short arrows with normal bow (Figures, Mehmet Türkmen).

### Kurmalı yay

Çin'de bunun daha gelişmiş şekli MÖ 500 gibi oluğa kabza ve yay monte edip, kirişi tetiklenebilir mekanik bir düzenle tutabilen ve germe işleminin kuvvetli bacak kaslarıyla veya germe dişlisi döndüren kollar çevrilerek kolayca ve önceden yapılabildiği Tatar yayı veya kurmalı yay oldu. [Figure-3; 3a; 3b] Seri üretilen Tatar yayları ile silahlanan ordular Çin'in birleştirilmesinde ve genişlemesinde büyük rol oynadılar. Metal veya sentetik malzeme yaylar ve tutkallar kullanarak daha uzağa daha kuvvetlice atabilen, kendisi daha hafif ve daha rutubete dayanıklı olan modern kompozit yaylar geliştirildi. Ansiklopedilerde kurmalı yaylar ile ilgili bu bilgiler yar almakla birlikte, ancak bu kurmalı yayların icadının Çinliler değil, günümüzde Rusya federasyonu Tataristan Cumhuriyeti, Ukrayna'nın Kırım yarımadası ve Türkiye'de yaşayan Tatarların icadı olduğu ve günümüzde de kurmalı yaylara "Tatar yayı" denilmesinin bu sebepten kaynaklanmakta olduğu söylenir (Kerimullin, 1995: 171; Yavaş, 2019: 261). Çinliler kurmalı yayı (Chu-ko-nu / 連弩) geliştirmişlerdir. Roma ve Yunan dönemlerinde de bilinmekte *Tatar yayı* veya *kurmalı yay*, sonraları Avrupa'da çok daha meşhur olmuştur.<sup>208</sup>

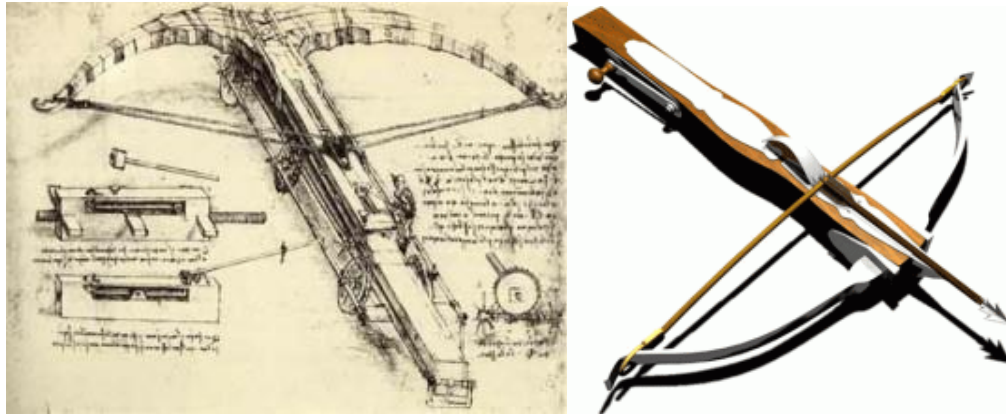


Figure-3: Tatar winding bow; Figure-3a: European winding bow;

<sup>208</sup> It was the Europeans who made the wind-up bow so famous and popular at that time. The bow was called a deadly weapon in the medieval period, and the Normans used this bow during this period. At the same time, the broadcasting was also experienced by some nations. In the famous battle of Crecy in history, the crossbow brought the defeat to the French. Bu savaş, It was made between the British and French armies and the French were outnumbered in the war. But the British won the war. In this war, the French used the Tatar bow, and the British used a bow called Longow, which could shoot 6-7 arrows per minute. Another point that makes the crossbow important is its ease of use. Due to its ease of use, this type of bow could be used by young, old, children and women. Pulling the trigger and aiming was enough to use the crossbow. But using the regular bow took years of training. Therefore, the crossbow was used by everyone. The use of wind-up broadcast, which has such important features, ended with an order in history. A French King was killed with this bow and the Pope banned the use of the Tatar Bow, describing it as an invention of the devil.



**Figure-3b:** Chinese winding bow. (Figures - Erdoğan GÜL, <https://www.bilgiustam.com/tarihte-1mcl-bir-silah-tatar-yayi/>)

En son gelişme Compound (Makaralı) yaydır. Kiriş, karşı kollar uçlarındaki makaralardan dolaştırılarak iki yanda da mekanik avantaj oluşturulur, yani elin çekebildiği yay kuvveti katlanır, karşılığında kuvvet uygulama mesafesi de katlanır. Bu avantajlar yayı gerer iken iki yandaki sert yayların kısa ve güçlü hareketlerini, çeken elin iki misli kolay ve o kadar uzun hareketine, yay boşalırken de sert yayların kısa ve güçlü hareketlerini, ok için iki misli uzun süreli bir ivmelenme hareketine dönüştürür. Bu da elin yayı daha rahat gerebilmesini, okun da daha fazla ivme kazanıp, daha kuvvetle, daha uzaktaki bir hedefe saplanabilmesini sağlar. Makaralı yayın bir fazladan tasarım yenilik katkısı olarak, çilenin üzerinde dolanıp geldiği makaraların tam dairevi yapılmayıp, örneğin yumurtanın dikey kesitine benzer oval yapılmasının da ayrıca çok faydalı bazı etkileri vardır:

1. Yayı germenin erken kısmı, ip "yumurtanın (bisiklet vites dişlilerinden ortaldakileri gibi) kavislice dibini" dolanırken gibidir, yani epeyce bir kuvvet gerektirir, enerjinin büyük bir bölümü yayda bu evrede depolanır.
2. Yayı germenin sona yakın kısmı, "yumurtanın (bisiklet vites dişlilerinden yavaş vites amaçlı en genişi gibi) az kavisli yanını" dolanırken gibidir, yani çeken kolu zorlamaz, az kuvvet gerektirir.
3. Son, yani nişan alınacak yerden sonraki kısmı, "yumurtanın (bisiklet vites dişlilerinden en küçüğü gibi) dar kavisli sivri ucunu" dolanırken gibidir, yani çeken kolda acı kuvvet gerektirir, "dur/duvar" sinyali verir. Okçu böylece kolay bölge sonunun nerede olduğunu hisseder, "duvarın dibinde" yayın kuvvetinin %10 veya %20'si kadar kuvvetle tutarak çok daha rahat bir şekilde nişan alabilir [Figure-4].

- Bu, yayın tutarlı bir son gerginlikle çekilebileceği, yani her seferinde yayda aynı miktarda enerjinin depolanacağı, okun yaydan çıkış hızının her seferinde aynı olacağı, nereye gidebileceği hakkındaki tecrübelerimizin her seferinde geçerli olacağı demektir.

- Bu, daha uzun süre, zorlanıp el titremeden nişan alabilmek, bu yüzden hedefe daha güvenlice isabet ettirebilmek demektir.

- Bu, ayrıca yayı çeken kol yorulmadan uzun süre tutabileceği, bu sayede göstergeleri kontrol edecek vakit olacağı için, yay üzerine türlü hafif teknik edavatın takılabileceği, bunların okçuya yardım edebileceği anlamına gelir.

Son yıllarda geleneksel yay yapımı, başta Macarlar olmak üzere dünyanın hemen her yerinde aktif hale gelmiştir. Hakeza ok yapımları da aynı şekildedir. Dünya Göçebe Oyunları, Kanada Yerlileri Oyunları, Macaristan Turan Kurultayı, Dünya Etnosport Konfederasyonu, Dünya Etnosport Federasyonu vb. yerel, bölgesel, ulusal ve uluslararası çok sayıda geleneksel okçuluk yarışma organizasyonları yapılmaktadır. Özellikle eskiden Sovyetler Birliği sınırları içerisinde yer almış, günümüzde özerk veya bağımsız olmuş Orta Asya

halkları geleneksel okçuluğa büyük önem vermektedirler. Çok sayıda geleneksel okçuluğun pratik uygulamaları için yarışma organizasyonları düzenlemektedirler.



**Figure-4:** arrow shooting with roller bow. (Fig. Pierre-Yves Beaudouin / Wikimedia Commons / CC BY-SA 3.0 ; 21 September 2013, 15:36:51)

Orta Asya halkları, aynı zamanda geleneksel spor oyunları ve bunun içerisinde ya da ayrıca geleneksel okçulukla ilgili teorik bazda bilimsel konferanslar, sempozyumlar, seminerler, forum ve paneller düzenlemektedirler. Bu halklar genelde geleneksel spor oyunlarını, özelde geleneksel okçuluğu milli kültürlerinin birer unsuru olarak görmektedirler. Oysa Sovyetler döneminde Orta Asya halklarının geleneklerini kültür unsurlarını yaşamaları ve hatta ana dillerini konuşmaları da yasaklanmıştır. Bunun içindir ki, 70 yıla bu halkların birçoğu ana dillerini unutmuş. Bilindiği gibi kültür dilde yaşar ve dil ile nesilden nesile aktarılır, dilini unutan millet olma özelliğini de unutturur. Bunun içindir ki, her zaman milli kimliklerini yitirme endişesi taşımışlar, 1991 yılında tekrar milli kimliklerini elde edebilmek için ise bu tür geleneksel kültür unsurlarını yaşayıp, gelecek nesillere aktarabilmek için yine bu tür organizasyonlara ağırlık vermektedirler. İşte bu kitapta, geleneksel okçuluk üzerine Kırgızistan'da yapılan uluslararası bir panel neticesinde ortaya çıkabilmektedir.

## LITARETURES

- Brown Kyle S.; Marean, Curtis W.; ve diğerleri. (2012). "An early and enduring advanced technology originating 71,000 years ago in South Africa". *Nature*. 491 (7425). ss. 590-93. doi:[10.1038/nature11660](https://doi.org/10.1038/nature11660).
- Bosworth, Clifford (1968). "The Political and Dynastic History of the Iranian World (1000-1217)," ed. John A. Boyle, *Cambridge History of Iran V*, Cambridge: Cambridge University Press
- Cunliffe B. (2019). *The Scythians. Nomad Warriors of the Steppe*. Oxford University Press.
- Durmuş I, " 'Saka' Adı Üzerine [On the Name 'Saka']", *Milli Folklor Dergisi*, 3 (19), 1993, pp.33-34. URL: <https://www.millifolklor.com/Yayin/19>
- Dwyer, B. (2003). "Scythian-Style Bows Discovered in Xinjiang". *Journal of the Society of Archer-Antiquaries*, Vol. 46, 2003, pp. 71-82. URL: [https://www.academia.edu/es/11997831/Scythian\\_Style\\_Bows\\_Discovered\\_in\\_Xinjiang](https://www.academia.edu/es/11997831/Scythian_Style_Bows_Discovered_in_Xinjiang)
- Lahr M.M.; Rivera F.; Power R.K.; Mounier A.; Copsey B.; Crivellaro F.; Edung J.E.; Fernandez J.M. Maillo; Kiarie C. (2016). "Inter-group violence among early Holocene hunter-gatherers of West Turkana, Kenya". *Nature*. 2016 Jan 21;529(7586): 394-398 pp. doi: [10.1038/nature16477](https://doi.org/10.1038/nature16477).
- Kerimullin E. (1995). "Milliy Kitabımız Tarihi Turında [On the Bibliography History of the Tatars]". *Kazan Utları*, 1995/2, 166-175 pp.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- O'Driscoll Corey A; Thompson, Jessica C (2018). "The origins and early elaboration of projectile technology". *Evolutionary Anthropology: Issues, News, and Reviews*. 27 (1). 30-45 pp. doi: [10.1002/evan.21560](https://doi.org/10.1002/evan.21560)
- Roux, J.P. (1984). *Türklerin Tarihi (Historie des Turks)*. Ad. [ISBN 975-506-018-9](https://doi.org/10.1007/978-1-4020-0189-9).
- Türkmen M. & Alimov U. (2019). "Devinimsel Yönleriyle: Orta Asya Türkleri'nde Cambı Atış [With developmental aspects: cambı shoot in central Asian Turks], *The Journal of International Social Research*, Issn: 1307-9581, October 2019, Volume: 12, Issue (66), DOI: <http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3678>, 1391-1398 pp.
- Turkmen M. & Kaya A. (2023). "Jereed Games on Horseback from Ottoman Times to the Present Ottoman Times to the Present". *Application of Traditional Equestrian Sports in the World*. (Editors: Adem Kaya & Mehmet Turkmen), New York: Nova Science Publisher, ISBN: 978-1-53618-286-1 (eBook), DOI: [10.52305/FWUB5550](https://doi.org/10.52305/FWUB5550), 1-30 pp.
- URL-1: <https://www.youtube.com/watch?v=pi64K4EcSxA> Geleneksel Okçuluk / Navek ile Ok Atışı [Traditional Archery / Navek Shooting]
- Yavaş, A. (2019). "Ortaçağ'ın Ölümcül Silahı Çarh ve Onun 'Gizemli' Uçları [The Deadly Weapon of the Middle Ages, the Cross, and Its 'Mysterious' Ends]". *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları (HÜTAD)* 28.12.2019, ISSN 1305-5992. Issue (31): 259-280 pp.
- Zohra Bensemra (24 Jul 2014) "Kenyan Tribes Wage a War With Bows and Arrows". URL-1: <https://web.archive.org/web/20171019154958/http://content.time.com/time/photogallery/0,29307,1722198,00.html>





## THE IMPORTANCE OF TRADITIONAL GAMES AND SPORTS IN THE PHYSICAL AND MORAL DEVELOPMENT OF SCHOOL-AGE CHILDREN

Aiym TLEPBERGEN\* Sıymık ARSTANBEKOV\*\*

PhD Student, L.N. Gumilyov Eurasian National University, Astana /

Kazakhstan E-mail: [a.tlepbergen@gmail.com](mailto:a.tlepbergen@gmail.com)

\*\*PhD, Kyrgyz State Academy of Physical Education and Sport,

Bishkek/Kyrgyzstan, E-mail: [sportmastervoot@mail.ru](mailto:sportmastervoot@mail.ru)

**ABSTRACT:** This article emphasizes the significance of traditional games and sports in promoting the physical and moral health of school-age children from the peoples of the Russian Federation. Schools in Russia adopt a physical education system that focuses on the holistic development of students, where traditional folk games and sports play a key role. These activities foster the physical and spiritual unity of students while strengthening their national identity, cultural, and ethnic traditions. Additionally, through various national sports events and festivals, students are integrated into the cultural fabric of society. Consequently, these traditional games and sports hold a critical role in educating young generations about a healthy lifestyle and commitment to national values. Traditional sporting games are among the most vital means of cultural transmission for a community. Notably, indigenous peoples living in the remote, snow-covered mountains and valleys of Siberia, although relatively isolated from the pressures of globalization, did not engage sufficiently in their traditional sports and games during the Soviet era. While the Russian Federation theoretically grants these communities official rights to practice their traditional games, the implementation of these rights often falls short in practice.

**Keywords:** traditional life, mental health, cultural expression, moral development

### OKUL ÇOCUKLARININ BEDEN VE AHLAKİ SAĞLIKLARININ GELİŞTİRİLMESİNDE GELENEKSEL OYUN VE SPORLARININ ÖNEMİ

**ÖZET:** Bu makalede, Rusya Federasyonu'na bağlı halkların okul çağındaki çocukların beden ve ahlaki sağlıklarının geliştirilmesinde geleneksel oyun ve sporların önemi vurgulanmaktadır. Rusya'daki okullarda, öğrencilerin çok yönlü gelişimine odaklanan bir beden eğitimi sistemi benimsenmiş olup, bu süreçte geleneksel halk oyunları ve sporları önemli bir rol oynamaktadır. Bu oyunlar, öğrencilerin fiziksel ve manevi birliğini teşvik ederken, ulusal kimliklerini, kültürel ve etnik geleneklerini de güçlendirir. Ayrıca, çeşitli ulusal spor etkinlikleri ve festivaller aracılığıyla öğrencilerin toplum kültürü ile bütünleşmesi sağlanmaktadır. Sonuç olarak, bu geleneksel oyunlar ve sporlar, genç nesillerin sağlıklı bir yaşam biçimi ve milli değerlerine bağlılık konusunda eğitiminde kritik bir rol oynamaktadır. Neticede geleneksel sportif oyunlar, bir halkın kültürel aktarımının en önemli vasıtası olduğu; özellikle Sibiry'a'nın zor doğasında, karlı buzlu dağ ve vadilerin kuytularında yaşayan yerli halklar, küreselleşme tazyiklerinden uzak kalsalar da Sovyet döneminde kendi kültür ürünleri olan geleneksel spor ve oyunları yeterince yapmadıkları anlaşılmıştır. Rusya federasyonu bu halklara resmi olarak teoride oyunların icrası için haklar tanımış olsalar da uygulamada bunun karşılığını alamadıkları görülebilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** geleneksel yaşam, ruh sağlığı, kültürel ifade, ahlaki gelişim.



## INTRODUCTION

In contemporary Siberian schools, new objectives have been set to increase the utilization of traditional games and sports in physical education and sports training. The incorporation of these objectives into official curricula has been deemed essential for fostering the formation of an individual's physical culture and promoting their holistic development. This educational paradigm necessitates significant changes in the organization of students' motor activities, driven by an increased focus on their individuality. It transitions students from being passive recipients of social and pedagogical influence to active and creative participants in physical education and sports activities.

Beyond the physical component, the leading aspect of this process involves cultivating qualities in students that enable them to develop in harmony with societal culture, fostering a unity of physical and moral dimensions. Resolving the contradictions between motor experience and its significance in the social and cultural realities of individuals involves achieving universal knowledge, applying it to personal physical development, and simultaneously instilling other attributes and orientations. These attributes encompass national identity, cultural and ethnic traditions, tribal affiliation, and regional residence.

Among the various tools available for physical education of school-aged children, Russian folk games hold a special place due to their versatility, accessibility, and emotional appeal. Despite the value of folk games emphasized by many experts, they have yet to find appropriate application in the physical education of schoolchildren in secondary schools across Russia's central European regions. Currently, a contradiction exists in the physical education practices of schoolchildren. On one hand, the further improvement of the physical education system is feasible only by considering individual interests, often based on perspectives rooted in national identity. On the other hand, the pedagogical potential of Russian folk physical culture remains underutilized in these lessons.

It is evident that the use of traditional folk games, as part of our national culture, in the educational process of school-aged children can contribute to strengthening both their physical and mental health.

## Discussion and Conclusions

The study of elements of Russian culture and their integration into the educational process of schoolchildren is relevant due to the predominance of Russians as a nation in the multi-ethnic composition of the Russian population (Russians constitute about 80% of the Russian Federation's population), significantly outnumbering other peoples and nationalities. There is no doubt that Russian folk physical culture serves as an essential means of introducing students to the cultural heritage of the people. Folk games, competitions, and entertainment contribute to the development of ethnic self-awareness, shape personal physical culture, and have immense educational and health value. These activities, oriented toward humanistic ideals, also have a practical impact on individuals.

Today, events such as the All-Russian Festival of National and Non-Olympic Sports, the World Nomad Games (Kyrgyzstan), Tyghyn Games (Yakutia), Batyr/Hero Competitions (Tatarstan), Erdyn Games (Irkutsk), Changaryad Competition (Kalmykia), Kazakh Termitsia (Rostov), Gerber Competitions (Udmurtia), and the National Sports Festival under the patronage of the Patriarch of Moscow and All Russia Kirill (Moscow) are traditionally held [1].

At the same time, the migration and assimilation processes within Russian society are becoming increasingly intense. Analysis shows that in the first grades of general education schools in Moscow today, 15–25% of students traditionally come from non-Russian-speaking backgrounds. This phenomenon requires a balanced approach, considering respect for national traditions and customs and recognizing the national identity of individuals from other regions

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

or with dual citizenship. In this context, one of the fundamental challenges for the further development of the Russian physical culture movement is integrating national cultures into the sphere of physical culture and sports. This would foster cultural tolerance among the Russian population toward the rituals, traditions, and customs of non-Russian ethnic groups while introducing these groups to Russian folk games [2].

In this scientific direction, the Moscow City Pedagogical University is developing a master's program in the educational profile "National, Non-Olympic, and New Sports," with plans to enroll students in the 2017–2018 academic year. The program aligns with the guidelines of Russian President Vladimir V. Putin, who, during a traditional meeting of the Council on Interethnic Relations (February 2013), called for the active promotion of national sports and their inclusion in Olympic disciplines. "We must strive to ensure their recognition in Russia and their development here as mass folk sports. The official registry of the Ministry of Sports lists only five such sports, but there are more than 60, involving over 85,000 participants according to official data—and likely many more in reality," [3] the president said.

During the meeting, State Duma Deputy Nikolai Valuev proposed organizing National Olympic Games in Russia, including indigenous Russian sports such as Sambo, Gorodki, and Skobki. According to N. Valuev, the competition program should feature traditional Russian wrestling styles (*Kuresh/Altai Wrestling*, *Hapsagay/Sakha Wrestling*, *Nooldan/Kalmyk Wrestling*) alongside additional events such as *Lapta*, *Kettlebell Lifting*, and region-specific competitions like Yakut-Sakha national jumps.

Russian physical culture is unique and original. While influenced by diverse ethnic cultures, it has developed its own cultural and historical foundations. Conceptual views on Russian physical culture have evolved from various pragmatic theories addressing different goals of physical activity. Influences include paganism (rituals, magical practices, ceremonies), folk traditions (epics, folk games, dances, and round dances), Orthodox Christianity ("strength of the spirit"), European humanist and utilitarian trends (paramilitary games, swimming, shooting), gymnastics, sports, and tourism [4]. Elements of folk physical culture include folk games, traditional forms of wrestling (e.g., fistfights), and seasonal recreational activities such as sledding, snowball fights, and barefoot walking in the snow, as well as swimming in cold water. Summer activities include obstacle courses, rope pulling, and various playful competitions. Indigenous sports such as Russian Checkers, Gorodki, Kettlebell Lifting, and Sambo are recognized today.

Each new generation seeks to master and generalize the cultural heritage of previous generations, developing and enhancing national values while adapting to modern trends and new social realities. What constitutes our national idea? Will our children grow up to be morally and physically healthy? Will they be able to navigate the complex informational environment and participate in the intricate relationships of the modern world? [5] Is there a universal remedy to immunize against negative habits like drug addiction, alcohol, and smoking? What can be done to preserve a young person's moral and physical health, and what should we rely on? Such a remedy does exist! Undoubtedly, this issue must be addressed within the priority development of folk games, which possess immense cultural potential and are a national treasure [8].

Folk games, distinguished by high spirituality, heroic strength, courageous boldness, enthusiasm and joy, beauty, dexterity, and health benefits, serve as a crucial tool for fostering moral consciousness and behavior, developing motor skills, preparing for practical life challenges, fulfilling defense functions, and providing leisure and relaxation [7]. We believe that it is possible to revive the patriotic principle—pride in one's people and the vast country in which one was born and lives—through traditional, centuries-old folk games. Promoting folk sports is the most accessible and cost-effective democratic achievement to improve national health and foster the moral character, patriotic spirit, loyalty to one's homeland and family, and

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

appreciation for the values we possess in young people. This is where "the national pride of the Great Russians" lies, as there is nothing higher than the national idea of a nation's physical and moral health [6; 9]. Our slogan is a healthy lifestyle through folk games! Opportunities for the development of national competitions must be created in every district, yard, school, and village.

There is no doubt that folk physical culture occupies an important place in the social values of the people and serves as a crucial tool for transmitting cultural and historical experiences from generation to generation [10]. Folk forms of physical culture laid the foundation for the national sports now developing intensively. In terms of entertainment, tension, physical activity, and their educational impact on participants, national games are in no way inferior to Olympic sports. Most importantly, they are met with great interest by all generations [10].

### CONCLUSION

It is evident that traditional games and sports play a significant role in the physical and moral development of school-aged children. These activities not only promote physical exercise but also reinforce social, cultural, and spiritual values. Examples from Russia and other countries demonstrate how folk games and sports contribute to the personal growth and social integration of young people. Traditional games and sports support the development of children's motor skills while also fostering essential social skills such as discipline, teamwork, and leadership. These activities enhance young individuals' self-esteem and strengthen their sense of unity and solidarity. Additionally, folk games and sports contribute to the preservation of cultural heritage and its transmission to future generations.

During the Soviet era, the Russian Federation provided official opportunities for the organization of traditional games and sports by the peoples living in its territory, enabling many communities to benefit from this initiative. However, some indigenous and historically rooted peoples expressed dissatisfaction, arguing that although the initiative was commendable, the official approach emphasized Russian culture and granted privileges to Orthodox Christian communities. This was seen as relative and insufficient by some groups, given that many of the region's inhabitants practiced Shamanism or Buddhism.

In modern times, as technology and digital lifestyles dominate, it is critical for children to be physically active in natural settings and to explore traditional games, fostering a healthy lifestyle. When consciously guided, these activities can also contribute to the development of moral values and ethical norms in young people. In conclusion, traditional games and sports are an effective means of supporting the physical and moral health of school-aged children. These activities contribute to the physical and psychological development of youth while helping them strengthen their cultural identity. Therefore, integrating these elements into educational curricula can support the upbringing of healthier and more balanced individuals.

### LITERATURES

Afanasyeva L.I. *Ethnopedagogical phenomenon of Yakut folk games*. Yakutsk: SVFU - 2020. - pp. 158 - 162.

Gulyaeva S.S., Sidorkovich Y.V. Model of information-analytical system of complex evaluation of the implementation of sports activities // *Ways of development of mass national sports in Russia, mas-wrestling: materials of the All-Russian scientific-practical conference with international participation*, Kazan, 23 April 2022. - pp. 166 - 169.

Danilov, E.M. The role of national sports and folk games in the physical development of students / E.M. Danilov // *The role of national sports and folk games in the physical development of students: festival of pedagogical ideas 'Open Lesson'*. - 2011. - pp. 25-27.

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Zakharov, A.A. National sports as a form of traditional culture of the people // *Theory and practice of physical culture*. - 2014. - № 6. - pp. 9-13.

Committee of National and Non-Olympic Sports of Russia KNNVS. URL: <http://knnvs.com/o-knnvs/> (date of reference: 15.07.2023).

Kochnev V.P. *History of physical culture movement in Yakutia*. Yakutsk, 1998. - 182 c.

Kylasov A.V. Ethno-cultural diversity - a new paradigm in the development of sport // *Man, sport, health: materials of the V International congress*. St. Petersburg: Olymp-SPb Publishing House, 2011. - pp. 161-163.

National sports promote a healthy lifestyle: Karelin A.V. // *Izvestiya TulSU: Fizicheskaya kultura. Sport*. 2019. - Vyp. 11 - p. 28.

Platonova R.I. Mission of national sports in a globalising world // *Vestnik Sportnoy nauki*. - 2012. - № 6. - pp. 61- 64.

Türkmen M. "Historical Development of Child Play Theories: From the Late 18th Century to the 20th Century." *6th Traditional Sports and Games Panel Series - Traditional Children and Adult Games*. Editors: M. Türkmen & A. Kaya, ISBN: 978-625-365-654-6, Ankara: Gazi Kitabevi, pp. 17-40



## HİNT DESTANLARINDA SPOR VE GÜREŞ

PhD. Zinaida M. KUZNETSOV<sup>1</sup>, Doç. Dr. Erol DOĞAN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Volga State University of Physical Cultyre, Kazan-Tatar /Rusya, [kzm\\_diss@mail.ru](mailto:kzm_diss@mail.ru)

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi Samsun/ Türkiye, [erol.dogan@omu.edu.tr](mailto:erol.dogan@omu.edu.tr)

### Özet

Bu çalışmanın amacı Hint destanlarında sporun ve özelde güreşin yer alma şekli ve mitolojik durumunun açıklanmasıdır. Literatür taraması yapılmıştır. Klasik Hinduizm'den gelişen mitolojinin kökleri Vedik medeniyet zamanlarına ve eski Vedik dinine dayanmaktadır. Dört Veda, özellikle Rigveda'nın ilahileri, birçok temaya ve spora da göndermeler içerir. Rigveda, Ramayana ve Mahabharata döneminde, belirli bir boydaki erkeklerin savaş arabası yarışı, okçuluk, askeri taktikler, yüzme, güreş ve avlanma gibi savaş silahları, yay, ok, hançer, balta ve topuz gibi avcılık egzersizleri konusunda çok bilgili olmaları beklenir. Güreş hem Ramayana'da hem de Mahabharata'da ünlüydü. Malla-yuddha Güney Asya kökenli eski bir güreş biçimiydi. Beş bin yılı aşkın süredir tüm sınıflar arasındaki popüleritesi ona zengin bir kültürel tarih kazandırdı. Boğuşma, boks, güreş ve bazı dövüş sanatlarında kullanılan teknikleri bir araya getiren bu spor, oldukça değişken ve çok eğlenceli bir dövüş sporuydu.

**Anahtar Kelimeler:** Mitoloji, tarih, malla-yuddha, spor

## SPORTS AND WRESTLING IN INDIAN EPICS

### Abstract

The aim of this study is to explain the way sports, and specifically wrestling, take place and their mythological status in Indian epics. A literature review was conducted. Developing from classical Hinduism, mythology has its roots in the times of Vedic civilization and the ancient Vedic religion. The four Vedas, especially the hymns of the Rigveda, also contain references to many themes and sports. During the period of Rigveda, Ramayana and Mahabharata, men of a certain stature were expected to be well versed in chariot racing, archery, military tactics, weapons of war such as swimming, wrestling and hunting, and hunting exercises such as bows, arrows, daggers, axes and maces. Wrestling was famous in both Ramayana and Mahabharata. Malla-yuddha was an ancient form of wrestling originating from South Asia. Its popularity among all classes for over five thousand years has given it a rich cultural history. Combining techniques used in grappling, boxing, wrestling and some martial arts, this sport was a very variable and very entertaining combat sport.

**Keywords:** Mythology, history, malla-yuddha, sports

### Giriş

Mitler için, doğanın kişileştirilmesinden, doğal olayların kişileştirilmesinden, tarihsel olayların doğru veya abartılı anlatımlarına ve mevcut ritüellerin açıklamalarına kadar uzanan çeşitli kökenler önerilmiştir. 15. yüzyılın başı, "mitlerin sergilenmesi", Orta Fransız mitolojisinden Geç Latin mitolojisinden, Yunan mitolojisinden" Efsanevi bilgi, mitsel efsanelerin anlatımı; bir efsane, hikaye, masal," Mitostan "efsane" (kökeni bilinmeyen) + loji "çalışma." "Bir mitler bütünü" akla geliyor (ilk kez 1781'de kaydedildi), (Doğan ve İmamoğlu,2023). Klasik Hinduizm'den gelişen mitolojinin kökleri Vedik medeniyet zamanlarına, eski Vedik dinine dayanmaktadır. Dört Veda, özellikle Rigveda'nın ilahileri, birçok temaya göndermeler içerir. Antik Vedik mitleri oluşturan karakterler, felsefe ve hikayeler, Hindu inançlarıyla silinmez bir şekilde bağlantılıdır (Sathyanarayana ve Vaidyanatha,2016).

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### Gelişme ve sonuç:

Hint mitolojisinde ve dininde Vedaların sayısı dörttür;

- Rigveda: *Rigveda* veya *Rig Veda* (Sanskritçe: ऋग्वेद *ṛgveda*, ır "övgü" ve veda "bilgi"), Vedik Sanskrit ilahilerinin (sūktas) eski bir Hint koleksiyonudur. Vedalar olarak bilinen dört kutsal kanonik Hindu metninden biridir.

- Yajurveda; Yajurveda, Hinduizmin kutsal metinleri olan Veda'lardan bir bölüm.

- Samaveda: Hinduizmin kutsal metinleri olan Veda'ların bir bölümü. Samaveda kurban esnasında söylenen ilahileri içerir.

- Atharva Veda; Hinduizmin kutsal metinleri olan Veda'lardan bir bölüm. Veda'ların dördüncü ve son bölümü olan Atharvaveda evren ile ilgili dualar içerir. Bunun dışında büyü ile ilgili dualarda içerir.

Hindu mitolojisi, Mahabharata ve Ramayana, Puranalar ve Vedalar gibi Sanskrit edebiyatı destanlarında yer alan Hinduizm ile ilgili geleneksel anlatıların geniş bir bütünüdür. Sangam edebiyatı ve Periya Puranam gibi eski Tamil edebiyatı. Diğer birçok eser, en önemlisi Bhagavata Purana. Artık dünya çapında bilinen birçok oyunun kökeni Hindistan'a dayanmaktadır; özellikle satranç, kızma birader (merdivenler ve yılan dahil) ve oyun kartları. Ünlü destan Mahabharata, iki grup savaşan kuzen arasında Chaturang adlı bir oyunun oynandığı bir olayı anlatır. Destansı Mahabharata'nın yazıldığı çağ, çeşitli şekillerde MÖ 800 ile MÖ 1000 yılları arasına tarihlenmektedir. Öyle ya da böyle oyun satranca dönüşene kadar devam etti. Kart oyunu eski Hindistan'da da gelişti. Mahabharata hikayesi, eski Hindistan'da satranca benzer bir oyunun oynandığı gerçeğine ışık tutuyor. Mahabharata, çeşitli şekillerde MÖ 800 ve 1100 civarına tarihlenmektedir. Dolayısıyla bu oyun yaklaşık 3000 yıl önce Hindistan'da biliniyordu. Bazı tarihçiler bu oyunun, yeni bir yerleşim yeri kurulurken bir klanın veya kastın farklı üyeleri arasında toprak tahsisinde de kullanıldığı görüşündedir. Gerçek ordulara uygun olarak Chaturanga terimi Hindistan'ın destansı şairleri tarafından sıklıkla kullanılmaktadır. Sir William Jones'un makalesi büyük ölçüde Bhavishya Purana'nın bir çevirisidir; burada zarlarla oynanan dört elli bir satranç oyununun tanımı verilmektedir. Şah mat kelimesi bile Farsça 'kral öldü!' anlamına gelen Şah Mat teriminden türemiştir. Bu terimin Sanskritçe çevirisi Kshatra Mruta olacaktır. Başka bir terim yani. Satrançta kullanılan taşlardan birinin adı olan 'kale', Farsça'da asker anlamına gelen Roth teriminden gelmektedir. Ansiklopedi'ye göre Farsça terim, Hintçe Rukh teriminden türetilmiştir ve bu terimin Sanskritçe bir kelimedenden kaynaklandığı açıkça görülmektedir. Rakshak, Raksha'dan bir asker anlamına gelir, bu da şu anlama gelir:'korumak'. Rigveda, Ramayana ve Mahabharata döneminde, belirli bir boydaki erkeklerin savaş arabası yarışı, okçuluk, askeri taktikler, yüzme, güreş ve avlanma gibi savaş silahları, yay, ok, hançer, balta ve topuz gibi avcılık egzersizleri konusunda çok bilgili olmaları beklenir. Bu savaş silahları örneğin cirit (toran) ve disk (çakra) spor alanlarında da sıklıkla kullanılıyordu. Lord Krishna etkileyici bir disk veya Sudarshan çakrasını kullanıyordu. Güçlü Pandavalardan ikisi olan Arjuna ve Bhima, sırasıyla okçulukta ve halterde başarılı oldular. Bhimsen, Hanuman, Jamvant, Jarasandha geçmişin en büyük şampiyon güreşçilerinden bazılarıydı. (Geçmiş günler) Bugün oynanan birçok iç ve dış mekan oyununun çıkış noktası Hindistan'dır. Bunlardan birkaçını saymak gerekirse: satranç, yılan ve merdivenler, güreş, okçuluk gibi (Sathyanarayana ve Vaidyanatha,2016).

**Okçuluk:** Oldukça açık Hem Ramayana hem de Mahabharata destanlarında Okçuluğa ve o dönemde kahramanlara nasıl öğretildiğine göndermeler vardı.

**Satranç:** Günümüzün modern satrancı, Mahabharata günlerinde oynanan 'saturangam' oyunundan gelişti ve kuralları yenilendi. Satranç, antik Hindistan'da ortaya çıktı ve 4 oyuncu tarafından oynandığı için Chatur-Anga - 4 gövdeli anlamına geliyordu. Bu isimden şimdiki adı

Shatranj'ı aldık. Böyle bir örnek Mahabharata'da Pandava'lar ve Kaurava'ların bu oyunu oynadığı zamandır. Pandava'ların en büyüğü Yudhistira, krallığına, karısı Draupadi'ye ve diğer tüm maddi mallara bahse girer. Ve kötü niyetli bir hileyle üzerine bahse girdiği her şeyi Kaurava'lara kaptırır. Sonuç olarak, kötü Kaurava kardeşlerden biri olan Dushasana, Pandava'ları küçük düşürmek için Yudhistira'nın Kaurava'lara kaptırdığı Draupadi'yi ele geçirir ve toplanan mahkemenin önünde onu soymaya çalışır. Pandavalar güçlü olmalarına rağmen çaresizler çünkü Draupadi'yi kaybettiler ve oyunun kurallarına göre artık onun üzerinde hiçbir iddiaları yok (Sathyanarayana ve Vaidyanatha,2016).

**Malla-yuddha ve Güreş:** Güreş hem Ramayana'da hem de Mahabharata'da ünlüydü. Bhima, Bhagavata Purana'dan bir folyo olan bir güreş maçında Jarasandha'yı öldürür. Güreşçiler her seansa toprağı düzleştirerek başlarlar; bu, hem dayanıklılık antrenmanının bir parçası hem de öz disiplin egzersizi olarak kabul edilir. Antrenman sırasında güreşçiler bir tür kutsama olarak kendilerinin ve rakiplerinin vücutlarına birkaç avuç dolusu toprak atarlar ve bu aynı zamanda daha iyi bir tutuş sağlar. Arena hazırlandıktan sonra spor salonunun koruyucu tanrısına, çoğunlukla da Hanuman'a bir dua sunulur. Araba yarışı o günlerde yaygın olan bir başka spordur. Svayamvara sırasında oynanan oyunlar genellikle yarış, okçuluk, güreş vb. içeriyordu. Boğuşma, kemik kırma, ısırma, boğulma ve baskı noktası vurmaya içerir. Maçlar geleneksel olarak, tamamen sportif güç yarışmalarından yuddha olarak bilinen gerçek tam temaslı dövüslere ilerleyen dört tür halinde kodlandı. Aşırı şiddet nedeniyle, bu son biçim genellikle artık uygulanmamaktadır. Güreşçilerin birbirlerini üç saniye boyunca yerden kaldırmaya çalıştıkları ikinci form, güney Hindistan'da hala var. Malla-yuddha ("güreş dövüşü" anlamına gelen çok dilli bir kelimenin İngilizceleştirilmesi) Güney Asya kökenli eski bir güreş biçimidir. Beş bin yılı aşkın süredir tüm sınıflar arasındaki popüleritesi ona zengin bir kültürel tarih kazandı. Boğuşma, boks, güreş ve bazı dövüş sanatlarında kullanılan teknikleri bir araya getiren bu spor, oldukça değişken ve çok eğlenceli bir dövüş sporuydu. Malla-yuddha dört standart varyasyona bölünmüştür, ancak bu varyasyonlarla ilgili bazı ayrıntılar kaybolmuştur. Bir biçimi, herhangi bir kısıtlama olmadan vurmaya, boğmaya ve hatta ısırma izin veren, sınırsız dövüşü (antik Yunan spor pankreas sporuna benzer) içeriyordu. Diğer üçünün şiddet düzeyleri ve puanlama yöntemleri farklılık gösteriyordu, bu da amatörler için daha güvenli bir oyun olanağı sağlıyordu (Ermiş ve ark.,2023; Sathyanarayana ve Vaidyanatha,2016; <https://healthandfitnesshistory.com>).

Ek olarak malla-yuddha, her biri Hindu tanrıları ve efsanevi savaşçıların adını taşıyan dört stile ayrılır:

-Adını şekil değiştiren tanrı Hanuman'dan alan Hanumanti, teknik beceri ve hıza odaklandı. Hanumanti teknik üstünlüğe odaklanır.

Adını ölümsüz ayı kral Jambavan'dan alan Jambuvanti, tutma, boğma ve kilit kullanımına güvenerek boğuşmaya odaklanmıştır. Jambuvanti rakibi teslim olmaya zorlamak için kilitler ve tutuşlar kullanır.

-Adını güçlü fatih Bhima'dan alan Bhimaseni, rakibini alt etmek için büyüklüğüne ve gücüne güveniyordu. Bhimaseni saf güce odaklanır.

- Jarasandhi uzuvları ve eklemleri kırmaya odaklanır. Jarasandhi, uzuvları tehdit eden kilitlerin kullanımına, strese ve bazen de rakibin kemiklerini kırmaya odaklandı. Adını ikiye bölünmüş olarak doğan ve daha sonra bir iblis tarafından yeniden birleştirilip canlandırılan Pren Jarasandha'dan almıştır (<https://healthandfitnesshistory.com>).

Kadınlar ayrıca sporda ve meşru müdafaa sanatında da başarılı oldular ve horoz dövüşü, bildircin dövüşü ve koç dövüşü gibi oyunlara aktif olarak katıldılar. Mallayuddha teriminin ilk yazılı tasdiki, Ramayana destanında, vanara Kralı Bali ile Lanka kralı Ravana arasındaki bir güreş maçı bağlamında bulunur. Ramayana'nın maymun tanrısı Hanuman'a, güreşçilerin ve



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

genel güç becerilerinin koruyucusu olarak tapınılır. Mahabharata destanı aynı zamanda Bhima ve Jarasandha arasındaki bir güreş maçını da anlatır. Güreş karşılaşmalarının diğer erken dönem edebi tanımları arasında Balarama ve Krishna'nın hikayesi yer alır. Krishna'yı anlatan hikayeler, onun bazen dizleriyle göğsüne vurduğu, kafasına yumruk attığı, saç çektiği ve boğduğu güreş maçlarına katıldığını bildiriyor. Mathura kralı Kans'ı bir güreş karşılaşmasında yendi ve onun yerine yeni kral oldu. Siddhartha Gautama'nın Buda olmadan önce uzman bir güreşçi, okçu ve kılıç dövüşçüsü olduğu söyleniyordu. Ülkede Budizm'in gelişmesiyle birlikte Hint sporu mükemmelliğin zirvesine ulaştı. Gautam Buddha'nın okçulukta, araba yarışlarında, binicilikte ve çekiç atmada usta olduğu söylenir. Buda'nın öğretilerini yaymak için çoğunlukla silahsız olarak çok uzaklara seyahat eden Budist rahipler, kendi şiddetsizlik felsefelerine uygun alternatiflerle, dini fanatiklere karşı bu meşru müdafaa biçimini kabul ettiler.



Resim 1. Mitolojik kahraman



Resim 2. Antik dönem satranç

### Hindistan'da Güreşin Kökenleri ve Tarihi:

Malla-yuddha'nın kendisine ilk edebi referans, M.Ö. 5. yüzyıldan kalma eski bir Hint destanı olan Mahabharata'da yatmaktadır (orijinal kopya muhtemelen M.Ö. 9. yüzyıla kadar uzansa da). Bununla birlikte, Güney Asya'daki genel güreş ve muhtemelen malla-yuddha'nın bir biçimi, en azından MÖ 3. binyıla bağlantılıdır. Sözlü geleneğin efsanevi Malay halk kahramanı Badang'ın malla-yuddha uyguladığı söylene de efsanesinin geçtiği dönem belirtilmemiştir. MS 12. ve 16. yüzyıllar arasında Hindistan'ın Müslümanlar tarafından fethinden önce malla-yuddha, krallardan köylülere kadar tüm sınıflar arasında sevilirdi. Karşıt krallar bazen savaş ve diğer çatışmalar yerine kraliyet güreşçilerini birbirlerine karşı kışkırtırdı. Krallar bile ara sıra maçlara katılırlardı. Kraliyet ailesi ve soylular bu dönem boyunca saray avlularında halka açık turnuvalara ev sahipliği yapacak ve genellikle kazanana büyük bir para ödülü sunacaktı. Bu turnuvalara çevre bölgelerden hem sıradan hem de profesyonel yarışmacılar katıldı. Bazen zenginler kalabalığı daha fazla çekmek amacıyla profesyonel güreşçiler tutardı. Bu etkinlikler oldukça kutlandı ve diğer sanatlardan da performanslara yer verildi. Pek çok sıradan güreşçi olmasına rağmen, seyirci sporuna öncelikle profesyonel güreşçiler hakim oldu. Bu sporcular hayatlarını malla-yuddha'ya adadılar, genellikle akhara adı verilen bir kurumda yaşıyorlar ve bir gurunun gözetimi altında antrenman yapıyorlardı. Vücutlarını saf ve mesleklerine en uygun şekilde hazırlamak için sıkı bir eğitim rejimi izlemeleri ve alkol ve cinsel ilişkiden kaçınmaları gerekiyordu. Bazen kraliyet ailesi veya soylular, bir veya birkaç güreşçinin patronu olarak hizmet ederek onların yaşam tarzlarını ve kariyerlerini finanse ederdi. Sporun popülaritesi 16. yüzyıla gelindiğinde Güney Asya'nın büyük bölümünde azaldı, ancak güneydeki bazı bölgelerde hala devam etti (Alter,1992;Aubayer,2002;Draeger ve Smith,1995;Peterson,2003).

**Puanlama:** Puanlama sistemi dört form arasında farklılık gösteriyordu. Bir varyasyonda, rakibi düşürmek veya teslim olmaya zorlamak bir puan kazandırdı. Bir diğerinde güreşçi tam üç

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

saniye boyunca rakibini yerden kaldırmak zorunda kaldı. En şiddetli biçimiyle maç süresi, teslim olana veya devam edemeyene kadar (bilinç kaybı gibi) mücadele etmekte. Varsa, dördüncü varyasyondaki puanlamadaki fark belirsizdir.

**Dövüş Tarzı:** Maç başlamadan önce güreşçilerin hazırlanmak için bir dizi aktivite yapması gerekiyordu. Güreş çukurundaki toprağı düzleştirip toparlayacaklar, kendilerine ve birbirlerine (kısmen daha iyi kavrama için) toprak atacaklar, dua edecekler ve saygı işareti olarak başlarını gurunun ayaklarına dokunduracaklardı. Bu ön çalışmaların ardından ikili çukurun ortasında buluşabildi. Başlangıç pozisyonu muhtemelen sporun dört türünden hangisiyle uğraştıklarına bağlı olarak değişiyordu. En az bir form, güreşçilerin çenelerini diğerinin omzuna dayayarak birbirlerini bellerinden tutmasıyla başladı. Malla-yuddha, dört biçimin ötesinde dört teknik dövüş stiline bölünmüştü (sporun dört çeşidiyle karıştırılmamalıdır). Her birine Hint destanı Mahabharata'daki farklı bir efsanevi figürün adı verilmişti; bu da bu tarzların MÖ 9. yüzyıla kadar kanunlaştırılmadığını akla getiriyor (Alter,1992;Aubayer,2002;Draeger ve Smith,1995;Peterson,2003).

**Kısıtlamalar:** Her varyasyon farklı kısıtlamalara sahipti. En şiddetli varyantta ısırma izin veriliyordu, ancak diğer üçünde muhtemelen izin verilmiyordu. Bu ayrıntılar açıkça kaydedilmemiş olsa da, aynı durum muhtemelen boğma ve diğer şiddet içeren hareketler için de geçerliydi. Guru herhangi bir kural ihlaline tanık olursa muhtemelen müdahale ederdi (<https://healthandfitnesshistory.com>).

**Sınıflama:** Malla-yuddha güreşçileri yaş, boy ve güç gibi kriterlere göre sınıflara ayrıldı. Sınıflandırmadan önce güçlerinin yalnızca değerlendirilip değerlendirilmediği veya gerçekten test edilip edilmediği belirsizdir (<https://healthandfitnesshistory.com>).

**Sonuç:** Klasik Hinduizm'den gelişen mitolojinin kökleri Vedik medeniyet zamanlarına ve eski Vedik dinine dayanmaktadır. Dört Veda, özellikle Rigveda'nın ilahileri, birçok temaya ve spora da göndermeler içerir. Rigveda, Ramayana ve Mahabharata döneminde, belirli bir boydaki erkeklerin savaş arabası yarışı, okçuluk, askeri taktikler, yüzme, güreş ve avlanma gibi savaş silahları, yay, ok, hançer, balta ve topuz gibi avcılık egzersizleri konusunda çok bilgili olmaları beklenir. Güreş hem Ramayana'da hem de Mahabharata'da ünlüydü. Malla-yuddha Güney Asya kökenli eski bir güreş biçimiydi. Beş bin yılı aşkın süredir tüm sınıflar arasındaki popüleritesi ona zengin bir kültürel tarih kazandı. Boğuşma, boks, güreş ve bazı dövüş sanatlarında kullanılan teknikleri bir araya getiren bu spor, oldukça değişken ve çok eğlenceli bir dövüş sporuydu.

### KAYNAKLAR

Alter J. S. (1992). [The wrestler's body: Identity and ideology in north India](#). Berkeley: University of California Press.

Auboyer J. (2002). Daily life in ancient India: From 200 BC to 700 AD. London: Phoenix.

Doğan, E., İmamoğlu O. (2023). Homeros destanlarının spor anlayışı ve güncel yansımaları. Kesit Akademi Dergisi, 9 (35), 506-529, Doi 0.29228/kesit.68879

Draeger D. F. & Smith, R. W. (1985). [Comprehensive Asian fighting arts](#). Tokyo: Kodansha International.

Ermiş E., Ermiş A., İmamoğlu O. (2023). Opinions on Nude Competition Of Athletes in Ancient Games, The Journal of International Social Research, 11(140): 69-76, <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.69090>

Peterson I. V. (2003). Design and rhetoric in a Sanskrit court epic: The Kirātārjunīya of Bhāravi. Albany: State University of New York Press.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Sathyanarayana K., Vaidyanatha U. (2016). Sports in mythology, International Journal of Applied Research, 2(9); 51-53

<https://healthandfitnesshistory.com/ancient-sports/malla-yuddha/>



## ÖĞRENCİLERİNİN AKADEMİK BAŞARILARI VE AKADEMİK MOTİVASYON DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Furkan AYKAÇ<sup>1</sup>, Mustafa ARICI<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Çorum, Türkiye  
ORCID Code: 009-0003-9396-1790

E-posta: furkan.aykacc19@gmail.com

<sup>2</sup>Hitit Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Çorum, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-6459-8326

E-posta: mustafaarici@hitit.edu.tr

### ÖZET

Öğrenci toplulukları üniversite öğrencilerinin yeni deneyimler edinmelerine ve sosyal ilişkilerini geliştirmelerine olanak sağlayan oluşumlardır. Çalışmamızın amacı üniversitelerde öğrenci topluluklarına üye olan ya da öğrenci toplulukları tarafından organize edilen etkinliklere katılım sağlayan öğrencilerin akademik motivasyon ve akademik başarı düzeylerinin incelenmesidir.

Çalışmamızda veri toplama aracı olarak içerisinde cinsiyet, genel akademik not ortalaması, etkinlik üyeliği gibi demografik soruların bulunduğu “Kişisel Bilgi Formu” ve “Akademik Motivasyon Ölçeği” kullanılmıştır. Anketler araştırmacılar tarafından çevrimiçi ve yüz yüze tekniklerle toplanmıştır. Çalışmanın örneklemini basit rastgele örneklem yöntemi kullanılarak seçilen 438 öğrenci (m: 22,04±4,58) oluşturmuştur.

Verilerin basıklık çarpıklık analizlerine göre normal dağılıma uyduğu belirlenmiştir. Katılımcıların eğitim aldıkları programa göre Genel Akademik Not Ortalamaları (GANO) arasında anlamlı ilişkiye rastlanılmıştır (p<0.05). Cinsiyet değişkenine göre İçsel Motivasyon-Bilme, Dışsal Motivasyon-Tanınma ve Motivasyonsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmıştır (p<0.05). Katılımcıların GANO değişkenine göre İçsel Motivasyon-Başarma ve Motivasyonsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0.05). Ayrıca katılımcıların etkinliklere katılım sıklıkları değişkenine göre İçsel Motivasyon-Başarma, Dışsal Motivasyon-Tanınma, Dışsal Motivasyon-Düzenleme ve Motivasyonsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılığa rastlanmıştır (p<0.05).

Çalışmanın bulgularına göre öğrencilerin eğitim aldıkları programın genel akademik not ortalamaları üzerinde etkisi olduğu söylenilebilir. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda Cinsiyet, GANO ve etkinliklere katılım sıklığı gibi değişkenlere göre akademik motivasyon düzeylerinde farklılıklar olduğu belirlenmiştir (p<0.05). Çalışmanın bulgularından yola çıkarak, GANO’su yüksek olan öğrencilerin akademik motivasyon düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Kadın öğrencilerin bilmek ve tanınma gibi motivasyon düzeyleri ortalama puanları erkek öğrencilere göre daha yüksektir. Tüm bunlara ek olarak üniversite öğrencilerinin etkinliklere katılımlarının akademik motivasyon düzeyleri üzerinde olumlu yönde etkilediğini belirlenmiştir. Öğrencilerin etkinliklere katılım sıklıkları arttıkça akademik motivasyon düzeyleri de artış göstermektedir. Çalışmanın sonuçlarına dayanarak üniversite öğrencilerine yönelik organize edilecek etkinliklerin sayısının artırılması motivasyonlarını olumlu yönde etkileyeceği söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Akademik motivasyon, motivasyon, öğrenci, topluluk, üniversite



## EXAMINING THE ACADEMIC ACHIEVEMENT AND ACADEMIC MOTIVATION LEVELS OF UNIVERSITY STUDENTS PARTICIPATING IN STUDENT SOCIETIES AND RECREATIONAL ACTIVITIES

Furkan AYKAÇ<sup>1</sup>, Mustafa ARICI<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Hitit University, Faculty of Sports Sciences, Department of Recreation, Çorum, Türkiye  
ORCID Code: 009-0003-9396-1790

E-mail: furkan.aykacc19@gmail.com

<sup>2</sup>Hitit University, Faculty of Sports Sciences, Department of Recreation, Çorum, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-6459-8326

E-mail: mustafaarici@hitit.edu.tr

### ABSTRACT

Student societies are formations that enable university students to gain new experiences and develop their social relationships. The aim of our study is to examine the academic motivation and academic success levels of students who are members of student societies at universities or who participate in activities organized by student societies.

In our study, the "Personal Information Form" which includes demographic questions such as gender, general academic grade point average, activity membership, and the "Academic Motivation Scale" were used as data collection tools. The surveys were collected by the researchers using online and face-to-face techniques. The sample of the study consisted of 438 students (m: 22.04±4.58) selected using the simple random sampling method.

According to the skewness and kurtosis analysis, it was determined that the data conformed to normal distribution. A significant relationship was found between the General Academic Grade Point Averages (CGPA) of the participants according to the program they received education ( $p<0.05$ ). A significant difference was found in the sub-dimensions of Intrinsic Motivation-Knowledge, Extrinsic Motivation-Recognition and Amotivation according to the gender variable ( $p<0.05$ ). A significant difference was found in the sub-dimensions of Intrinsic Motivation-Achievement and Amotivation according to the CGPA variable of the participants ( $p<0.05$ ). In addition, a significant difference was found in the sub-dimensions of Intrinsic Motivation-Achievement, Extrinsic Motivation-Recognition, Extrinsic Motivation-Regulation and Amotivation according to the variable of the frequency of participation in activities of the participants ( $p<0.05$ ).

According to the findings of the study, it can be said that the program in which students study has an effect on their general academic grade point averages. As a result of the statistical analyses, it was determined that there were differences in academic motivation levels according to variables such as gender, GPA and frequency of participation in activities ( $p<0.05$ ). Based on the findings of the study, it can be said that students with high GPA have higher academic motivation levels. The average scores of female students' motivation levels such as knowing and being recognized are higher than male students. In addition to all these, it was determined that university students' participation in activities has a positive effect on their academic motivation levels. As the frequency of students' participation in activities increases, their academic motivation levels also increase. Based on the results of the study, it can be said that increasing the number of activities to be organized for university students will positively affect their motivation.

**Keywords:** Academic motivation, motivation, student, community, university



## TÜRK MİTOLOJİSİNDE HAYVAN SEMBOLİZMİNİN GELENEKSEL OYUNLARDAKİ TEZAHÜRÜ: MÜNGÜZ MÜNGÜZ OYUNU ÖRNEĞİ

Meryem ÖZDEMİR\*

\*Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Türk Halk Bilimi Bölümü,  
Ankara, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-0473-6587.

E-posta: [meryem.ozdemir@ogr.hbv.edu.tr](mailto:meryem.ozdemir@ogr.hbv.edu.tr)

### ÖZET

Geleneksel oyunlar, mitsel öyküleri içinde barındıran ve kültürün tarihsel süreçlerinde yinelenen eylemler bütünü olarak varlığını sürdürmektedir. Toplumların yaşamı anlamlandırma ve öykülemeleriyle oluşan mitler, eylemlere de dönüşmekte ve geleneksel oyunların alt metinlerinde bu öykülemelerin sembolik izlerine rastlanmaktadır. Mitolojik izlerin Türk kültüründeki yapısı, geçmişten günümüze önce sözlü daha sonra yazılı kaynaklarla aktarılmış ve bu kaynakların alt metinleri incelendiğinde mitik yapıların varlığı tespit edilmiştir. Bu bağlamda yazılı kaynaklardan biri de Türk kültürünün ilk yazılı kaynaklarından olan Dîvânu Lugâti't-Türk'tür. Dîvânu Lugâti't-Türk'te yer alan oyuna dair fiillerin yanı sıra on bir oyun/spordan biri de Müngüz Müngüz oyunudur. Müngüz Müngüz oyunu, etimolojik olarak boynuz demek olup Türk mitolojisindeki kutsal sayılan boynuzlu hayvanları işaret etmesi sebebiyle önemli bir mitolojik yapıyı barındırmaktadır. Eski Türklerin yaşamı anlamlandırma ve var olan canlıları yaşamlarının belirli dönemlerinde kutsallaştırmalarıyla köklü bir hayvan kutsallığı ortaya çıkmıştır. Devlet sisteminden dini inanışlara, yaşamsal ihtiyaçlardan eğlenceye değin kutsal hayvanların ve özellikle de boynuzlu hayvanların ve boynuzun Türk kültüründeki yeri zengin bir mitolojik perspektif sunmaktadır. Bu çalışmada ilk yazılı kaynaklarda yer alan oyunların, oyun kültürü açısından önemine değinilecektir. Diğer yandan Müngüz Müngüz Oyunu temelinde geyik, keçi, koç, boğa vb. boynuzlu hayvanların hayvan kutsallığı bağlamında Türk kültüründeki yeri ve önemi üzerinde durulacaktır. Aynı zamanda Türk mitolojisinin kutsal hayvan ve bu hayvanların geleneksel oyunlara yansıyan yapısı hakkında incelemelerde bulunulacaktır. Sonuç olarak geleneksel oyunların Türk kültürü ve mitolojisindeki önemi, boynuzlu hayvanların kutsallığının somut bir örneği olan müngüz müngüz oyunu üzerinden ortaya konulmuş ve geleneksel oyunların alt metinlerinde yer alan mitolojik semboller çeşitli oyun örnekleriyle tespit edilmiş olacaktır. Sonuç olarak oyunun mitolojik morfolojisine dair değerlendirmede bulunulup oyunun alt metnindeki işlevlerinin yanı sıra eğitim yönünden işlevselliğinin gerekliliğine ve oyunun kültürel aktarım aracı olarak kullanılabileceği üzerinde durulmuş ve önerilerde bulunulmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Dîvânu Lugâti't-Türk, Türk mitolojisi, hayvan sembolizmi, geleneksel oyunlar, müngüz müngüz oyunu



## MANIFESTATION OF ANIMAL SYMBOLISM IN TURKISH MYTHOLOGY IN TRADITIONAL GAMES: THE EXAMPLE OF MÜNGÜZ MÜNGÜZ GAME

Meryem ÖZDEMİR\*

\*Ankara Hacı Bayram Veli University, Faculty of Letters, Department of Turkish  
Folklore, Ankara, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-0473-6587.

E-posta: [meryem.ozdemir@ogr.hbv.edu.tr](mailto:meryem.ozdemir@ogr.hbv.edu.tr)

### ABSTRACT

Traditional games continue to exist as a whole of repeated actions within the historical processes of culture, containing mythical stories. The myths created by societies through their ways of making sense of life and narrating it are transformed into actions, and in the subtexts of traditional games, symbolic traces of these narratives can be found. The structure of mythological traces in Turkish culture has been passed down from the past to the present through oral and then written sources, and when the subtexts of these sources are examined, the existence of mythical structures has been identified. In this context, one of the written sources is *Divânu Lügati't-Türk*, one of the earliest written sources of Turkish culture. In addition to the verbs related to games in *Divânu Lügati't-Türk*, one of the eleven games/sports mentioned is *Müngüz Müngüz*. The term *Müngüz Müngüz* etymologically means "horn" and, due to its reference to the horned sacred animals in Turkish mythology, it carries an important mythical structure. The ancient Turks created a deep-rooted animal sanctity by making sense of life and sanctifying certain animals during various stages of their existence. From the state system to religious beliefs, from essential life needs to entertainment, the place of sacred animals, especially horned animals and horns, in Turkish culture offers a rich mythological perspective. This study will discuss the importance of games mentioned in early written sources in terms of game culture. On the other hand, based on the *Müngüz Müngüz* game, the role and significance of horned animals such as deer, goats, rams, and bulls in the context of animal sanctity in Turkish culture will be emphasized. At the same time, the study will examine the sacred animals in Turkish mythology and how these animals are reflected in traditional games. As a result, the importance of traditional games in Turkish culture and mythology will be demonstrated through the *Müngüz Müngüz* game, which is a concrete example of the sanctity of horned animals, and the mythological symbols in the subtexts of traditional games will be identified through various game examples. In conclusion, an evaluation of the mythological morphology of the game will be made, focusing on the functional aspects in the subtext of the game, as well as the necessity of its educational functionality. Furthermore, the game's potential as a tool for cultural transmission will be discussed, and suggestions will be made.

**Keywords:** Dîvânu Lugâti't-Türk, Turkish mythology, Turkish culture, animal sanctity, traditional games

## GİRİŞ

Geleneksel oyunlar, kültürel yaşamın izlerinin ve dolayısıyla mitik izdüşümlerinin eylemsel yansımalarını barındırmaktadır. Halk bilgisi ürünlerinde sıklıkla rastlanılan mitik düşünce yapısı oyunlarda somut olarak örneklerine rastlanılan eylemler bütününe ortaya çıkarmaktadır. Huizinga'nın oyunun oyun olmayan bir amacı ortaya çıkardığı varsayımı, insanoğlunun var olanın anlamlandırmasından kaynaklı mitik düşüncelerin oyunsallıkla ortaya çıkması ve ritüellerle yinelenen bir olgu olması yönünden ele alınabilir. And, “çocuk, oynarken oyununda kutsal bir içtenlik vardır ama oynamaktadır ve bunun oyun olduğunun bilincindedir. Sporcu da kendini tam vererek oynar ama gene de oyun bilinci içindedir” (2012: 30) der. Geleneksel oyunlarda semboller, sözlü formeller, hareketler ve oyun araçları veya hayvan benzetmeleri; mitik öykülemelerin bir tezahürü olarak oyuna yansımaktadır. Benzetmelerle kurulan oyun yapısı da yüzyıllarca aktarıla gelmiş yazılı kaynaklarla günümüze taşınmıştır. Bu kaynaklardan biri Türklerin ilk yazılı kaynağı olarak kabul edilen Dîvânu Lügat-it-Türk'tür. Kaşgarlı Mahmud'un 1074'te kaleme aldığı kabul edilen eseri, Türk kültürüne dair kapsamlı bir sözlük olmasının yanı sıra kültürün her alanından örnekler sunması sebebiyle de geçmiş günümüze halk bilimi bakışıyla taşıyan bir içeriğe sahiptir. Bu alanlardan biri de oyunlardır. Sözlükte oyun kavramına dair birçok örnek yer alırken yazıldığı dönemde oynanan oyun örneklerine de yer verilmesi, geleneksel oyun kültürünün temellerini oluşturan ilk yazılı kaynak olarak önemini korumaktadır. Kaynakta oyun olarak birçok araştırmacı tarafından ele alınan 19<sup>1</sup> oyun/spora yer verilmiştir (Türktaş, 1999; Serbest, 2019; Kar, 2016; Kara ve Gün 2014; Genç, 1977). Bu oyun/sporlardan biri de Müngüz Müngüz Oyunu'dur.

*Müngüz*, Dîvânu Lügati't-Türk'te *müyüz* “boynuz” <müngüz anlamına gelirken Eski Uygur Türkçesi'nde müyüz, mün-güz sözcükleriyle karşılanmaktadır (Tavkul, 2001: 113; DLT, I). Oyun, boynuz sözcüğünün tekrarlanmasıyla oynanmakta ve kavramın oyun kurgusuyla sembolleşmesinin alt metinlerinde giydirilen Türk mitik düşünce yapısı ve kültürel yaşamında ifade ettiği kıyafetlerin sembolleşerek oyuna yansıyan yönlerini ortaya çıkarmaktadır. Bu çalışmada, *Müngüz Müngüz* oyunu, Türk mitolojisinde boynuzlu hayvanlara atfedilen kutsallıkla birlikte oyun ve mitoloji temelinde incelenecek olup oyunun morfolojisi hakkında değerlendirmelerde bulunulacaktır. Boynuzun ve boynuzlu hayvanlardan koç/keçi/teke vb. küçükbaş hayvanların Türklerin kültürel yaşamında ifade ettiği anlam, mitolojik anlamlandırma ve inanışlar temelinde incelenecektir. Türkiye sahasında boynuzlu hayvanların taklit, benzetme ve oyun araç gereçlerinin hayvanların yünü, kemiği, derisi vb. parçalardan hazırlanmasına dair oyunlar, ritüelistik ve dramatik yönden ele alınarak örneklendirilecektir. Müngüz Müngüz oyununun eğlence işlevinin yanı sıra eğitim işleviyle de kültürel aktarım yönünden ele alınabileceği ve geleneksel oyunların kültürel miras olarak aktarımında yapılabilecek çalışmalara dair önerilerde bulunulacaktır.

## GELENEKSEL OYUNLARIN MİTOLOJİK YAPISI

Dîvânu Lügat-it-Türk'te yer alan oyunlardan biri olan müngüz müngüz oyunu mitik bir anlamlandırmanın ve kültürel yaşam gereklerinin somut bir örneği olarak sembolleşmiş unsurlardan meydana gelmiştir. Bu bağlamda öncelikle geleneksel oyunların mitolojik yapısına değinmek ve mit oyun ilişkisinin dayandırıldığı düşünce yapısını ortaya çıkarmak gerekmektedir. Saydam, “mitsiz insan, mitsiz kültür yoktur” (2013: 285) der. Her toplumun var olma ve varlığı, yaşamı anlamlandırma çabasının bir sonucu olarak ortaya çıkan mit, ait oldukları toplumların kültür hazinelerini içinde barındırmaktadır. Malinowski'ye göre mit, “insan uygarlığının temel bir ögesidir, boş bir olaylar dizisi değildir, tersine sürekli başvurulacak olan yaşanan bir gerçekliktir; soyut bir kuram ya da imgeler gösterisi değil; ama ilkel dinin ve pratik bilginin gerçek bir düzenlemesidir (1993: 24). Oyunlar da yaşama dair pratik bilgilerin ve kutsallık atfedilen unsurların eyleme dönüşen kurgularla yaşatılması ve aktarılmasıyla mitin yaşayan ve aktarılan bir olgu olduğunu destekler niteliktedir.

Varlığın anlamlandırılma çabasının eyleme dönüşerek mitolojik bir öyküyü oluşturması, mitin zamansız ve mekânsız yayılımını da açıklayan unsurlarından biridir. Bu sebeple bu öykülemelerin günümüze değin ve günümüzde de varlığını sürdürmesi, Eliade'nın ifadeleriyle “tarih üstü” olmasıyla açıklanabilir. Eliade, “mitleri bilmek demek, nesnelere kökenindeki sırrı öğrenmek demektir. Bir başka deyişle, yalnızca nesnelere nasıl var olma aşamasına geldiği değil ama aynı zamanda, ortadan kaybolduklarında nerede bulunacakları ve nasıl yeniden ortaya çıkarılabilecekleri de bu yolla öğrenilebilir” (2017: 27) der. Geleneksel oyunların kökenindeki izleri sürmek de var olmalarının ortaya konulmasının ötesinde



Eliade'nın ifadesiyle oyunun temel yapısına hâkim olmayı ve nerede bulunup kaybolduklarının ortaya konulmasını sağlayacak bir incelemeye dayanmaktadır. Aynı zamanda oyunların mitoloji ile ilişkisi, mitin gerçekliğine veya var olup olmadığına dair tartışmaların ötesinde mitin toplumların ilksel inanış ve yaşayış temellerini barındırdığı noktasında aranması gerektiğidir. Hooke'a göre: mitlerin işlevleri konusunda yaptığı çalışmasında;

Mitos, belli bir durumun yarattığı insan düş gücünün (imgeleminin) ürünü olup belli bir şey yapma niyetini gösterir. Böyle anlaşılınca, mitos hakkında sorulması gereken doğru soru onun gerçek olup olmadığı değil, onunla ne yapılmak niyetinde olunduğu sorusudur" (2002: 9).

Mitlerin var olmaları bir yana varlığını devam ettirmelerinin de cevabı olabilecek bu açıklama, oyun ve mit ilişkisinde insanların inanma ve anlamlandırma ihtiyaçlarının bir gereği veya sonucu olarak yorumlanabilir. Nitekim, insanlar mitleri oluşturmuş, söz ve eylemlerle aktarmıştır. Bu aktarım, inancın öykülendiği toplumsallığı ve kollektif bilincin gücünü sürdüren bir yapı olarak görülmektedir. Fink, "mitik anlamlı şey, benzetme'dir [alegori, temsil, mecazdır] (2015: 146) der. Müngüz müngüz oyunu da sözcüğün boynuz anlamına gelmesiyle hayvan kutsallığının tezahürü olan benzetmelerle ilişkilidir. Mitle ortaya çıkan düşünüş ve yaşayış yapılarının, anlamlandırma çabalarının bir sonucu olarak eyleme dönüşmüş hali olarak görüldüğü açıktır. Aynı zamanda Fink, oyun adeta kendi içinde harekete gelmiş varoluştur (2015: 15) der. Bu hareket, insanın ilksel yaşamından bu yana inanç, davranış, yaşayış ve oynayışını oluşturan var olma çabasının somut örnekleri olarak görülebilir. Oyun da kendi kurgusu içinde oyuncuyu eylemlerle var ederken mitik düşünce yapısının ve yaşayış biçimlerinin yansıdığı bir olgu olarak alt metinlerini içinde barındırır. Bu hareketler, mitsel öykülerle aynı kaynaktan beslenen ihtiyaçların bir sonucu olarak oyun kurgusunda somut olarak okunabilmektedir. Seçkin Sarpkaya, "oyunlar özellikle sözel dokularında, belli başlı kurallarında, oynanışlarında mitik tasavvuru gösterirler. Oyun, oyundur fakat alt metninde mitik arka planı, yapısal niteliklerinin işlevsel çözümlemesinde ise hayata dair mesajları taşır" (2022: 85) der. Müngüz müngüz oyunu da oyunların mitik yapıları ve işlevleri bağlamında boynuz sözcüğüyle kutsallık atfedilen boynuzlu hayvanlara özgü bir düşünüş yapısını ortaya çıkarırken sözlü aktarıma dayalı bir kurguyu da barındırmaktadır. Ölçer Özünel, mitlere yaşayan birer olgu olarak bakmak bir anlamda bizi günlük yaşamımızı kuşatan değerler bütününe içine sokar. Orada karşılaşacağımız her söz, her simge ya da imge bizim mitik dünyayı görünebilir kılmamızı kolaylaştırır (2010: 30) der. Oyunun Türk mitolojisinde boynuzlu hayvanların kutsallığına dair inanmaları, kültürel yaşamda kullanılmaları, mimari, sanat, beslenme ve barınma alanlarında yaygın olarak kullanılmalarının yanı sıra eğlence aracı olarak da bütün bu yapıp etmelerin bir kurgu içerisinde oyuna yansıdığı düşünülmektedir. İskenderzade, "Türklerin gündelik hayatta istifade ettikleri kap kaçak, halı, kilim, süs eşyaları ve takılar, elbiseler, at koşum takımları, mobilya üzerinde ve hatta vücutlarında hayvan betimlemeleri ile karşılaşırız" (2007: 322) der. Dolayısıyla mitoloji ve oyun ilişkisinin sözle ifade edilen düşüncelerin söz-eylem ilişkisiyle de nasıl ortaya konulduğunu açıklamak için Türk mitolojisinde boynuzlu hayvanlardan keçi, koç ve tekenin kutsallığının ortaya çıkarılması ve hayvan betimlemelerinin kullanımına dair işlevlerin ortaya konması gerekmektedir.

### 1. Türk Mitolojisinde Boynuzlu Hayvan Kutsallığı

Türk mitolojisinde kutsal olarak kabul edilen hayvanların yanı sıra boynuzlu olan hayvanlara ayrıca bir kutsallık atfedildiği yapılan çalışmalarla ortaya konulmuştur. Fink, "arkaik insan da dünyadaki yaşamına yönelik bir tutum sergiler, hayatın karanlık anlamının iç yüzünü kavramaya çalışır, fakat geç kültürün tarihi insanına kıyasla, kabilesindeki, sürüsündeki, halkındaki insanlara karşı çok daha güçlü bir sempatik bağ besler (2015: 145) der. Beslenen bu sempati, besledikleri hayvanlara kutsallık atfetmeleri ve inanç bağlamında uygulamalarla desteklemeleriyle sürdürülmüş ve yaşamsal ihtiyaçlara dayanan bütün alanlarda tezahür etmiştir.

Türk mitolojisinde kozmogoni ve eskatoloji mitleri, dağ keçisi, koç ve teke çevresinde gelişen öykülemelerde konu edilmiştir. İnan'ın Anohin'den aktardığına göre

Tufan olacağını demir boynuzlu gök teke (temir müüstü kök-teke) haber vermiştir. Bu teke yedi gün dünya çevresinde dolaşmış, acı acı melemiş (bağırılmış), yedi gün deprem olmuş yedi gün dağlar ateş fişkırmış... Yedi gün yağmur yağmış; yedi gün fırtına ile dolu yağmış yedi gün kar yağmış (2017: 22) şeklinde ifade edilmektedir.

Türk mitolojisinde boynuzlu hayvanlar, kutsallık atfedilen ve sembolleşen bir inanç sistemi gelişmesine sebep olmuştur. Alyılmaz, "hayvanların koruyucusu anlayışı çeşitli Türk topluluklarında yaşamaktadır. Kendisine yüklenen anlamlar dolayısı ile "Köktürkler dağ keçisi ve tekeyi damga olarak kullanmışlar onu Bengü Taşların en üst kısımlarına yerleştirmişlerdir" (2005: 17) der. Atfedilen kutsallığın damga

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

olarak devlet yönetimini temsil eden bir sembole dönüşmesi, hayvanlarla yer gök dualizmi arasında ilişkilendirilen bir düşünce yapısının olduğunu göstermektedir. Gülensoy, “Türklerin kullandığı dağ keçisi damgasının M.Ö.II.-M.I. yüzyıllardan kaldığı sanılan Alaşa Kağan dikili taşı çevresinde bulunan kalıntılardan bazıları üzerinde bazı motifler ve damgalar bulunmaktadır” (1989: 25) diyerek açıklamıştır. Mori ise “Türklerde devleti yönetecek muhtemel kadroların eğitilmesi ve tecrübe kazandırılması gerekiyordu... Hanedan üyeleri için Hun devletinde Tan hu unvanın almadan önce “dört köşe veya boynuz” ile “altı köşe veya boynuz” adlarıyla anılan yüksek memuriyetler geliyordu” (1978, 211’den akt. Ögel, 1982: 6) der. Devlet yönetiminin memuriyetlerle idare edildiği ve bu idarenin de boynuz sembolüyle ifade edildiği anlaşılmaktadır. Diğer taraftan Somuncuoğlu, “Kültigin Anıtı üzerine tamamen stilize edilerek resmedilen Dağ keçisi damgası olduğunu belirterek bu damganın, Türklerde “ölüm ve sonsuzluk”u temsil ettiğini” belirtmektedir (2008:148). Dağ keçisinin ölüm ve sonsuzluğu temsil ettiğine inanılması, ölüm sonrası inanmalarda da boynuzlu hayvanların mezar taşlarında görselleştirilmesiyle sürdürülmüştür. Çoruhlu, “Kağanlar adına dikilmiş olan Orhun Yazıtlarında kendisine yer bulan dağ keçisi egemenliğin ve saltanatın simgesi olarak görülmüş ve bu nedenle Türk halklarının kullandığı hanedanlık simgeleri arasında yerini almıştır. Koç, gücü ve kuvveti sembolize ederek alpik simgesi olarak görülmüştür (2017a: 221-222) der. Türk devlet sisteminde yetkinliği olan hanedan üyelerinin, memurların veya önderlerin kutsal hayvanlarla simgelenmesi, kut alan hakanın aynı zamanda boynuzlu hayvanlarla sembolleştirildiğini de göstermektedir. Dolayısıyla kut, aynı zamanda görsel bir hayvan sembolizmini de ortaya çıkarmaktadır. Demir, boynuzlu hayvanların “Türkler için kutsal bir hayvan oluşu tıpkı kartallar gibi çok yükseklere çıkabilmesi ile ilişkilidir. Türkler için “yüceliği, erişilmez yerlere erişebilirliği, bağımsızlığı, özgürlüğü, kararlılığı, asaleti ve cesareti sembolize eder. Tanrının yeryüzündeki temsilcilerinden olduğuna inanılmaktadır. Türk kültür tarihinde ayrıca Kağan’a olan bağlılığı da sembolize eder” (2008: 12) der. Boynuzlu hayvanlara atfedilen kutsallık Alyılmaz tarafından şöyle ifade edilir;

Güneşi, ışığı, aydınlığı, erişilmez yerlere erişilebilirliği, yüceliği, bilgeliği; bağımsızlığı, özgürlüğü; kararlılığı, çevikliği, sürati, yazı, bolluğu, bereketi, zenginliği; asaleti, cesareti ve hakimiyeti temsil eden dağ keçisi/teke damgası, bu özelliklerinden dolayı hem Köktürk öncesi hem Köktürk hem de Köktürk sonrası dönemlerde kullanılan en yaygın ve seçkin Türk damgalarından biri olmuştur (2005: 17) der.

Ölüm ve sonsuzluğu simgelediğine inanılan koç, keçi ve teke vb. hayvanların mezarlarda da kullanılması, ölüm sonrası inanın bir tezahürü olarak okunabilir. Mert, mezar mimarisinde sıkça karşılaşılan koç/koyun heykel ve kabartmalarının ilk örneği sayılabilecek yapı “Öngöt Mezar Külliyesi”dir (2008: 284) der. Aksoy ise mezar taşları ve anıtların koç başı ve görsellerinin kalıntılarının “Kazakistan Millî Müzesinde” yer aldığını belirtir (2012: 18). Kalıntıların yaygınlığı ve çeşitliliği, hayvan kutsallığının birçok alanda değer atfedilen bir semboller bütününe yansıttığını ve günümüzde kültürel miraslar arasında yer aldığını göstermektedir. Esin, “koç heykellerinin Türk mezarlarının bir hususiyeti olarak, Türklerin göç ettiği yollar boyunca dizilmiş ve Mangışlak’tan geçerek Anadolu’ya kadar uzanmış” olduğunu ifade eder (1972: 50). Türkmen ise “kadim Türk halkları batıya yönelimlerinde sadece dağarcıklarına yiyecekleri ya da peşinde geçinebilecekleri koyun ve keçi sürülerini takip gelmemişlerdi. İktisadi hayatlarının gerekleriyle birlikte kültür unsurlarını da beraberinde getirmişlerdi ki, bunların içerisinde çok sayıda geleneksel spor oyunları mevcuttu” der (2020: 35). Türklerin göçtüğü yerlerde izlerine rastlanılan koç veya dağ keçisi motifi, sembolü, heykeli veya anıtlarının Türk devlet sistemi ve mitolojik düşünce yapısının somut örnekleri olarak izlerine rastlanılan ve ‘koç boynuzu’ olarak motife dönüşerek sanatsallık da kazandırılan yaygın bir kullanımının olmasına dair düşünceleri desteklemektedir. Aynı zamanda kalıntılarda izlerine rastlanılan koç, keçi veya teke sembolleri, gündelik yaşamda kullandıkları hançer ve ok-yay motifi olan koç heykeli biçimli mezar taşı (Lerik Bölgesi Azerbaycan); kılıç ve çevgen motifi olan koç heykeli biçimli mezar taşı (Yuvalı Köyü-Tercan/Erzincan) (Bakili, 2007: 72’den akt. Koca, 2012: 164-168) şeklinde de örneklerine rastlanmaktadır. Türkmen ve Doğan, “ilk Türklerin düşmanlarıyla mücadelelerinde yararlandığı birtakım aletler zamanla eğlenme taleplerinin unsurları olmuş, serbest zamanlarında bunlardan faydalanarak farklı sporlara veya oyunlara yönelmişlerdir” (2021: 261) der. Hayvanlara atfedilen kutsallığın günümüzde spor olarak değerlendirilen okçuluk, kılıç veya çevgen görselleriyle değer verilen yaşam pratiklerinin bir arada yansıtılmasını sağladığı düşünülebilir.

Devlet yönetimi, mimari, sanat eseri, ölüm sonrası inanış vb. düşünce yapılarının hayvanlara atfedilen kutsallık temelinde birer kültürel mirasa dönüştüğü görülmektedir. İrdelp, “Türk halklarının geçmişten

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

bugüne geride bıraktığı semboller arasında dağ keçisi en çok rastlananlar arasındadır. Buna sebep olarak Türk halklarının yaşadığı coğrafi alanlar ve dağ keçilerinin yaşam alanlarının hemen hemen her zaman kesişmiş olmasıdır (2022: 39) der. Türklerin, mitik öykülemelerle yaşamı anlamlandırma çabasının bir sonucu olarak avcı toplayıcı dönemden başlayarak göçer ve yerleşik yaşama değin keçi, koç, geyik, öküz vb. boynuzlu hayvanları beslerken onlarla beslenmiş, yünlerinden çadır ve giysi, kemiklerinden yazı tahtası ve oyuncak, boynuzlarından süs eşyası yapmış ve sözden eyleme ihtiyaçlarla gelişen çeşitli işlevlerle varlığını sürdürmüştür.

Gök ve yer düalizminin bir tezahürü olarak hayvanların kurban edilmesine dair inanışlar da yine keçi, koç veya teke etrafında şekillenmiştir. Çoruhlu, “bolluk ve bereket gibi başka anlamlara gelen bu hayvanlar Gök Tanrı’ya adanarak kurban edilmişlerdir. Koyun ve beyaz koç, bu ritüelde en çok kullanılan hayvanlar arasındadır (2017a: 222) der. Türk kültüründe kurban, hayvanların yaratıcıya sunulmasının yanı sıra kutsallığını da sürdüren bir uygulamadır. Korkmaz, “insanlık tarihinde gücü ve boynuzları yönüyle önemli bir konumda bulunan ilk boğa kurbanının yanına keçi de yerleştirilir. Şamanist inanç sistemine göre keçi, göksel kaynaklıdır. Gök Tanrı, ata ruhları ya da kötü ruhlardan korunmak için Yer’e kurban edilen kutsal hayvan keçidir” (2003: 97) der. Aksoy’un aktardığına göre “Koç kurban etme geleneği aslında Türklerin en önemli kurban geleneğidir. Örneğin Hunların tanrılara kurban ettiği hayvanlar arasında en makbul olanı “koç”tur. Ayrıca kurban hayvanları, özellikle de “at” ve “koç” Türklerde mezar taşı olarak da kullanılmıştır. Göktürklerde de görüldüğü gibi en önemli kurban hayvanları at, dağ koyunu ya da koçtur. Bunlardan atın göğe, koçun da toprağa kurban edildiği bilinmektedir (2012: 18) der. Kılıç ise “Eski Türklerde kurban merasimlerine “yağışlı tapıg” adı verildiğini ve merasimde koç, koyun, at, geyik ve dağ keçisi kurban edildiğini” belirtir (2003: 269). Hayvanların göğe ve yere kurban edilmesine dair inanca bağlı uygulamalar, yer gök düalizminin hayvan kutsallığı ile ilişkilendirilmesi ve devlet felsefesinden halk düşüncesine mitik öykülemelerle yaşamsal uygulamalara yansıyan yaygın bir kullanımının olduğu görülmektedir. Alyılmaz, Kültüğün Anıtının tepe kısmında yer alan dağ keçisi (teke) motifinin;

“Tanrı’nın elçisi, habercisi olarak kabul edilip kök (kök teke, kök erkek, kök eçki, kök çebiç, kök koşot...) sıfatıyla anıldığını belirtir. Dağ keçisinin / tekenin yaşayışıyla kendi yaşayışları arasında bağ kuran ve kendilerini Tanrı’nın yeryüzündeki temsilcisi olarak gören Türk kağanları da dağ keçisini / tekeyi bu sebeple kendilerine damga olarak seçmişlerdir (2005: 17) der.

Ölçer Özünel tarafından keçi koyun ve keçi motifi, iktidar simgesi olarak yorumlanmıştır (2010: 136). İktidarın sembolü olan boynuzlu hayvanlar, mitik öykülemelerden anıt mezarlara bir damga, amblem, heykel veya simge olarak sözlü, yazılı ve görsel alanda varlığını devam ettirirken aynı düşünce yapısı Dede Korkut Oğuznameleri’nde “attan aygır, deveden buğra, koyundan koç, kesildiği” şeklinde yaşatılıp birçok yazılı kaynaktan aktarılarak günümüze değin ulaştırılmıştır.

Koç veya teke başının mezar taşlarına, anıtlara, heykel olarak sanatsal bir alan oluşturması, ona atfedilen kutsallığın mimaride de izlerini devam ettirdiğini göstermektedir. Koca, “Türk mimarisinde sembolik estetik değer taşıyan yapılar oldukça fazladır. Bu yapılar üzerinde karşımıza çıkan semboller içerisinde hayvan sembolizmi büyük bir yer tutmaktadır. Kötülüklerden korunmak için at nalı, koçboynuzu, kurtayağı, kurt gözü, geyik boynuzu gibi nesnelere çadırların içerisine veya dışarısına asılması bu hayvanların kutsal sayılması ve koruyucu güçler olarak algılanması inanışı ile ilgilidir (2010: 152) der. Aynı zamanda görsel sanat alanlarında sıklıkla kullanılan koç boynuzu sembolünün “bereket, kahramanlık, güç, erkeklik anlamına geldiğini, On İki Hayvanlı Türk Takviminde ismi geçen on iki hayvandan birisi olduğunu belirtir (2010: 162). Ayrıca Türk takviminde her bir aya bir hayvan sembolünün kullanılması da hayvan kutsallığının yalnızca boynuzlu hayvanlara özgü bir kutsallık olmadığını gösterirken boynuzlu hayvanların kültürel yaşam felsefelerinin tamamında yer edinmesiyle diğerlerinden ayrıldığı düşünülmektedir. Koca aynı zamanda “Türk mimarisinin başlangıç yapılarından olan çadırların içerisine, kapısına bereket amaçlı takılan koç ve koyun başları, zaman içerisinde konutlara oradan çeşitli mimari yapıların dış ve iç süslemelerine işlenen birer damgaya dönüşmüştür (2010: 162-163) der. Aynı zamanda Eski Türklerden günümüze göçer ve yerleşik mimari yapılarda sıklıkla rastlanan keçi sembolünün daha çok “mezar ve kaya mimarisinde ve son dönem medrese ve konut mimarisinde süs unsuru olarak dikkat çekecek şekilde kullanıldığını ve bu kullanımın da hayvana yüklenen kutsallığın önemli payı bulunduğunu” (Koca, 2010: 165) belirtmektedir. Yaşamsal ihtiyaçlarla hayvanların etinden sütünden, yününden ve kemiğinden yararlanması, inanç sisteminde ve devlet yapısında kutsallıkla ilişkilendirilmesi, sözlü, yazılı ve görsel kaynaklarda ayrıntılı olarak yer verilmesi,

Yer'e kurban edilen hayvanlardan olması, doğumla başlayan kut ve mezara değin sürdürülen iktidar mücadelesinin sembolü olması vb. yönlerden Türk mitolojisinde önemli bir sembol olan boynuzlu hayvanlar, kültürel yaşamın her alanında işlevsel olarak yer edinmiştir. Bu bağlamda köklü bir mitik öykülemeyi ve kutsallığı barındırması yönüyle ele alınan boynuzlu hayvanlardan koç, keçi ve teke; bu işlevlerin yanı sıra eğlenme işleviyle oyunlarda da sıklıkla benzetme, taklit veya oyun aracı olarak kullanılmıştır. Bu bağlamda geleneksel oyunlarında hayvanların benzetme, taklit ve oyun aracı olarak kullanımlarına dair örneklerin yaygınlığı ve çeşitliliğine de değinmek gerekmektedir.

## 2. Geleneksel Oyunlarda Boynuzlu Hayvan Benzetmeleri

Geleneksel oyunlarda hayvan benzetmeleri, Türk mitolojisinde yaygın bir inanç yapısı, devlet sistemi, kültürel yaşam, mimari, sanat, barınma veya beslenme vb. alanlarda sembolleşen keçi, koç, teke motifleri hususunda yaygınlık göstermektedir. Oyunların seyirlik olarak oynanması da bu hayvanların taklidi veya benzetmeleriyle atfedilen kutsallığın dramatik örneklerini sunması açısından önemlidir. Bu anlamda And, Anadolu'daki köylü temsillerinde özellikle karakeçi postu giyildiğini ifade eder (2012: 68-69). Hayvanların postunun çadır yapımı veya giyim için kullanılmasının yanı sıra eğlence unsuru olarak da işlevselleştiği anlaşılmaktadır. And, hayvanların taklit ve benzetmeleriyle oynanan oyunları Oyun ve Bügü adlı çalışmasında 'Bayramlarda Dinsel Oyunlar, Eğlenceler, Oyalanmalar' adlı başlığa dahil etmiştir. Bu başlık altında "Keçi Oyunu, "Keçi Adam", "Keçibaş" vb. oyun adları bulunmaktadır. Aynı zamanda bu oyunlarda sıklıkla hayvan postunun kullanıldığı da görülmektedir. Köse Oyunu (And, 2012: 50), Kalık (And, 2012: 54), Yüzük Oyunu (And, 2012: 118), Samut Oyunu (And, 2012: 123) bunlardan bazılarıdır. Bu oyunlar, köylünün dramatik tören, düğün, bayram, şenlik veya bereket kutlamaları vb. zamanlarda bir araya geldiği eğlencelerde oynadığı dramatik oyunlar olarak değerlendirilmektedir. Bereketeye dayalı uygulamalardan olan *Bağ Bozumu Şenliği*'nde keçi postu giyilmesine dair bir örnek şöyledir:

Oyuncular, davulcu ve zurnacıdan başka keçi postuna girmiş, yüzüne un sürülmüş, dört ayak üzerinde yürüyen keçidir. Bağ bağ dolaşılır, davulcu her bağ sahibine "Hey ağam, bağın bereketli olsun" der. Geçen yıldan kalmış pekmezden bağa dökülür. Davulcu, "Bizim Çelebiyi (keçiyi) gör bakalım" der. Bağın üzümünden ve kavurmasından tadılır, keçiye de bir salkım üzüm verilir. Her bağ sahibi böyle dolaşıldıktan sonra akşam ilçeye dönülür ve Sinsin oynanır (And, 2012: 224).

Diğer taraftan koç ve tekenin yukarıda da bahsedildiği gibi ölümü ve sonsuzluğu yansıtmaya dair mitolojik düşünce yapısı, oyunlara da yansımış ve Samit, Kadı vb. adlı oyunlarda (And, 2012: 233-234) ölüp dirilme ve bereket motifleri seyirlik bir oyun olarak sürdürülmüştür. Koç Katımı, Saya Gezme gibi şenlikler de üretim, çoğalmayla ilgili bereketeye dayalı düşünce yapısının hayvan taklitleri ve benzetmelerle yeniden canlandırılmasına dair kurgular içermektedir.

Anadolu'da yaygın oynanan Körebe Oyunu, And'ın aktarımıyla "kör keçi" anlamına gelmekte ve varyantı da *Kör Çepiş* olarak bilinmektedir (2012: 294). Oğlak geldi adlı oyun ise oyunun adının yanı sıra kurgusunda hayvan benzetmelerine dayalı sözlü kültürü yansıtmaya açısından önemlidir. Oyunun ebesi, oyunda kullanılan çelikleri (değnekleri) toplarken "Oğlak geldi, oğlak gitti" sözlerini hiç nefes almadan ve durmaksızın yüksek sesle söylemek zorundadır. Eğer ebe bunu yapabilirse ebelikten kurtulur ve oyun tekrarlanır (Oğuz vd., 2007: 72). Oyunda sözlü kültürün oğlak sözcüğüyle yinelenmesine dair kurgu, müngüz müngüz oyununda da var olmasıyla hayvan adlarının sesli dile getirilmesine dayalı oyun kurgusunu yansıtan örneklerdendir.

Müngüz Müngüz oyununun yanı sıra aynı kaynakta yer verilen 19 oyun/spordan bazıları da hayvanların yünü, boynuzu, kemiği veya derisiyle üretilen oyun araçlarıyla oynanması yönünden önemlidir. Kaynakta yer alan tepük oyunu şu şekilde anlatılmıştır: "Töpük: kurşun eritilerek iğ ağırşığı şeklinde dökülür, üzerine keçi kılı veya başka bir şey sarılır, çocuklar bunu teperek oynarlar" (DLT, III: 386). Yine aynı kaynakta yer alan Aşık oyunu da oyuncuğun küçükbaş ve büyükbaş hayvanların bileklerinden çıkarılan kemiklerle oynanması örnektir. Dolayısıyla toplumların yaşama şekilleri, oynadıkları oyunları, oyun araç gerçeklerini de şekillendirmekte ve nasıl yaşıyorlarsa öyle oynadıklarını kanıtlamaktadır. Sarpkaya bu bağlamda "toplum, neyle uğraşıyorsa ona benzer, ona dönüşür. Çocuk da neyle ilgileniyorsa, neyle vakit geçiriyorsa ona benzer, ona dönüşür" (2022: 86) diyerek oyunla yaşama uyum ve yaşamdan edinilen deneyimin oyun kurgusuna yansıtılmasının olağan ve kaçınılmaz olduğunu belirtmektedir.

Boynuz, sözlü olarak yinelenen müngüz sözcüğü dışında doğrudan oyun aracı olarak da kullanılmaktadır. Bu oyunlardan biri Memikli Oyunu'dur. Oyun,

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Genellikle keçi boynuzuyla oynandığı gibi öküz boynuzuyla da oynanabilir. Oyun sahasında belirlenen iki çizgiden birinde oyuncular diğerinde de hedef olarak konulan boynuz vardır. Oyuncular ellerindeki sopayla çizgideki boynuzu hareket ettirmeye çalışırlar (Kazan ve Kazan Kırçık, 2006: 75). Bu oyuna benzer Boynuz Oyunu'nda da küçük bir çukur kazılır ve boynuz içine dikilir. Oyuncuların elinde birer değnek vardır. Ebe, boynuzun yanında bekler. Boynuzdan on beş adım uzaklığa bir çizgi çizilir. Bu çizgiden sırasıyla herkes değneğini boynuzla atar. Eğer boynuz devrilirse, ebe boynuzu dikinceye kadar değneği atan oyuncu, ebeye yakalanmadan değneğini almaya çalışır. Çizgiyi geçmeden ebeye yakalanırsa, ebe olur. Boynuz devrilmezse, değnek atıldığı yerde kalır (Kazan ve Kazan Kırçık, 2006: 59).

Verilen oyun örneklerinden anlaşıldığı üzere Türk mitolojisinde hayvanlara atfedilen kutsallık yaygın olarak koç/keçi veya tekenin seyirlik oyun olarak taklidi ve benzetmesiyle ortaya çıkarken aynı zamanda hayvanların postu, yünü, kemiği ve boynuzunun oyun aracı yapılması şeklinde de oyuna dönüşmektedir. Türk mitolojisinde koç, keçi veya tekeye atfedilen kutsallığın kültürel yaşam, inanç yapısı, devlet sistemi, mimari, sanat, giyim kuşam, beslenme, barınma ve eğlenme unsurları çerçevesinde gelişmesinin oyunlara yansıyan sembolik örneklerine yer verilmiştir. Diğer taraftan oyunlarda bahsi geçen hayvanların sözel formellerle yinelenmesi de hayvan kutsallığının sözlü kültüre yansıyan bir yönünü oluşturmaktadır. Dolayısıyla çalışmanın asıl örneklemini olan müngüz müngüz oyununun mitik yapı, kültürel yaşam ve devlet felsefesi yönünden ele alınarak atfedilen kutsallığın farklı yönlerden yaygınlığıyla oyunlara da yansıyan mitik izdüşümlerine yer verilmiştir. Sarpkaya, “oyun, bir toplumun ve genel olarak insanın düşüncesinin işleyiş biçimlerini üzerinde taşır” (2022: 86) der. Bu bağlamda müngüz müngüz oyununun mitoloji ile ilişkisi, yaşamın oyuna, oyunun da yinelenerek yaşama yansıtılmasını sağlayan sembolik olgular olarak değerlendirilebilir. Öte yandan oyunun mitik yapısına dair incelenmesinde yaşamsal izlere dair örnekler verilmiş ve alt yapı oluşturulmuş olup yapı ve kurgu itibarıyla mitolojik morfolojisinin de ayrıca ele alınması gerektiği düşünülmektedir.

### **Müngüz Müngüz Oyununun Mitolojik Morfolojisi**

Boynuz, tanrıya kurban edilen ve etinden sütünden yararlanan keçi veya koçun bereket ve çoğalmayı temsil eden kutsal araçlarından biridir. Müngüz Müngüz Oyunu, Kaşgarlı Mahmud'un ifadeleriyle şöyle oynanır:

Bir çeşit çocuk oyunudur. Irmağın kenarına diz çökerek otururlar. Bacaklarının arasına akıcı yaş kum doldururlar, sonra elleri ile kuma vururlar. Onlardan birisi (ebe) “müngüz müngüz” der ve çocuklar “ne müngüz” diye sorarlar. Birisi (ebe) boynuzlu hayvanları birer birer söylemeye başlar. Çocuklar da bunu tekrar ederler. (Ebe) bu arada deve ve eşek gibi boynuzsuz bir hayvanın da adını söyler. Çocuklardan birisi bu hayvanı veya başka boynuzsuz bir hayvanın adını söylese çaya atılır (DLT, III: 363-364).

Kurgu itibarıyla mitin tarih üstü yapısının zamansız bir oluşumu da sürekli yinelediği düşünüldüğünde kültürel aktarım ve geçmişten geleceğe yaşatılma işlevleri müngüz müngüz oyunu örneğiyle ortaya koyulabilir. Nitekim oyunun kurgusu, oynanma şekli ve cezaya dair ayrıntılı bilgi vermesi vb. yapıya bağlı işlevlerle yazıya geçirildiği dönemden yüzyıllar öncesinde oluşmuş ve yinelenerek sürdürülmüş olduğu söylenebilir. Bu bağlamda oyunun oyun formuna ulaşmasının daha önceki yüzyıllarda oluşmuş mitik anlamlandırmaların bir sonucu olarak düşünülebilir.

Oyunun sözlü ifadelerle yanıtımacaya dayalı kurgusu; mitik öykülemelerin sözden eyleme yansımaları örneklerken hayvan kutsallığının inanç yapısı, devlet sistemi, mimari, beslenme, barınma, sanat, giyim kuşam ve en nihayetinde de eğlence unsurlarını ortaya çıkaran işlevlerini bütüncül olarak yansıttığı düşünülmektedir.

Oyunun mekân itibarıyla ırmağın kenarında oynanması, Eski Türklerin göçer yaşamda su kenarlarını tercih etmesiyle yaşam modellerini yansıtan bir yapıyı da ortaya çıkarır. Aynı zamanda oyuncuların diz çökerek çember düzeninde oturması ise birlikte oyun kurma ve beraber oynama güdülerinin oyun içinde her oyuncunun eşit olduğuna dair bir mesaj içermesi açısından önemlidir. Özellikle yer gök düalizminde daireselliğin mitik öykülemelerle desteklendiği anlatılardan yola çıkılarak oyuncuların oturma düzenindeki çember şekli anlamlandırılabilir. Oyuncuların ellerini dizlerine vurması da oyunun her adımda oyuncular tarafından yinelenen kurgusunun kaos ve kozmos daireselliğinde oturma düzeniyle ilişkili olarak eylemsel bir tepkiye dönüşmesi şeklinde açıklanabilir.

Müngüz sözcüğünün yinelenmesi, oyunun boynuzlu hayvanların söylenmesine dair kurgusunda sözden yararlanma ve tekrarlayarak atfedilen kutsallığın yinelenmesine dair bir işaret olarak düşünülebilir. Nitekim oyuncuların boynuzlu hayvanları hep birlikte dile getirmesi de Ögel'in ifadesiyle Türklerde “dağlardan akan sellerin de bir kişiliği vardı. Eski Türkler sellerin gürültüsünü öküzün böğürmesine ve bağırmasına benzetmişlerdi” (2014b: 357) ifadesiyle ilişkilendirilebilir. Aynı zamanda bu ilişkisellik

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

oyun mekânı olarak ırmak kenarının tercih edilmesiyle de su kültürünü yansıtan bir yapısı olduğuna işaret etmektedir. Ögel, bu böğrüşmenin müngreşü fiilini de beraberinde getirdiğini ve bu fiilin yalnızca öküzlerin ve bilhassa boğaların böğrüşmesi için kullanılan bir deyim olduğunu ifade eder. Bu bağlamda Müngreşü ve Müngüz sözcüklerinin aynı kökten türediği düşünülebilir. Ögel, müngreşü fiilinin Türklerin “sonsuz güçlere sahip tabiat olayları karşısında hayretlerini saklayamadıkları şeklinde yorumlamaktadır. Buna bir örnek olarak “bütün bunlara hayret ve acz içinde bakmaktan başka bir şey elinden gelmiyordu. Bunun için insanoğlu şaşakalmış, (Tanglaşu) ve ne yapacağını bilmeden bakınıp duruyordu. Buna rağmen gök, insanların bu korku titremelerine bakmaz ve yine bağırsıp (Mangraşu) dururdu” şeklindeki şiiri aktarmaktadır (2014b: 357). Oyuncuların yalnızca hayvan adlarını dile getirmelerinin yanı sıra seslerini de taklit edecek şekilde bağırsmaları hem göğün hem de hayvanların kutsallığının benzetmeye dayalı alt metninin oyuna yansıtıldığını göstermektedir.

Oyuncuların boynuzlu hayvan adlarının doğruluğunu onaylama ve yanlışlığını tespit etmek için dizlerine vurmaları, boynuzlu hayvanların kutsallığının sözle eyleme yansıyan bir yönü olarak oyuncular tarafından da bilinip tekrar edildiğini kanıtlamaktadır. Nitekim oyun sonunda verilen ceza, yanlış hayvan söylenmesiyle ırmağa atılmak olduğundan yaşama yansıyan mitik izlerin bilinmesi gerektiği, bilinmiyorsa da cezalandırılmasına sebep olduğu bir mesaj içermektedir. Oyuncuların oyunun alt metninde yatan boynuzlu hayvanların kutsallığına dair düşünceyi birbirilerini doğrulamak veya yanlışları düzeltmek için bir öğreti şeklinde de yineledikleri söylenebilir.

Oyunun günümüzde bu alanda farkındalığı olan kişiler ve çalışmayı yürüten araştırmacı tarafından öğrenci ve yetişkin gruplarla sıklıkla oynandığı söylenebilir. Oyunun yalnızca boynuzlu hayvanlar söylenerek oynanmasına dair kurgusu, çalışmayı yürüten araştırmacı tarafından “Türk hakanları”, “destanlar”, “masallar”, “geleneksel oyunlar” veya “geleneksel oyuncaklar” şeklinde konunun değiştirilmesiyle oyuncuların bilgi dağarcığını ve akran aktarımını sürdürmek için oyunun bir mesaj içermesi işleviyle birlikte sürdürülmektedir. Oyunun eğitim alanında kültürel mirasın aktarımı hususunda bir araç olarak kullanılması, oyunun eğlence işlevinin yanı sıra eğitim işlevini de kapsayacak bir uygulamaya dönüştürülebilir. Bu noktada *Zekerya Akkuş, Hasan Aslan ve Esra Mindivanlı tarafından Dîvânu Lugâti't-Türk'te Yer Alan “Müngüz Müngüz” Oyunu'nun Sosyal Bilgiler Öğretimine Uyarlanması: Örnek Bir Uygulama* adlı çalışmada ders içeriği olarak geleneksel oyunlardan yararlanılmasına dair bir değerlendirmede bulunulurken oyunun eğitim müfredatına nasıl uyarlanacağı ve kazanımlarına dair ayrıntılı bir örnek sunulmaktadır.

Müngüz Müngüz oyununun sözcük olarak boynuz anlamına gelmesiyle ilgili internette yapılan sözcük taramasında bir oyun aracıyla karşılaşılmıştır. Oyunda geyik boynuzunun çocukların şapka olarak takması ve diğer oyuncuların boynuzun dallarına halka geçirmeye çalışması şeklinde uygulandığı bir örnek tespit edilmiştir<sup>2</sup>. Oyunun bir oyun aracıyla halka atma şeklinde yaygınlaşmasının kültürel aktarımın oyunun mitik yapısı itibarıyla uygun olmayacağı düşünülmektedir. Öte yandan oyunun kültürel aktarım ve eğitsel kazanıma dönüştürülebileceği de ifade edilmiştir. Türkiye’de oyunun çocukların dil gelişimi, dikkat becerisi, ritim ve ahenk duygusu, sosyalleşme ve kültürel etkileşimin akran aktarımıyla sağlanması yönlerinden kazanıma dönüşebileceği düşünülmektedir. Aynı zamanda oyun için belirlenen temaya dair bilgi ediniminin oyun sayesinde geliştirilebileceği ve oyuncuların bilgi seviyelerini bu sayede tespit ederek öğrenme yolunda teşvik edeceği söylenebilir. Söze dayalı geleneksel oyunların zaman ve mekân fark etmeksizin oynanabilir olması, ulaşılabilir ve sürdürülebilir olmasının da yolunu açmaktadır. Bu sebeple eğitim ders içeriğine dahil edilebilecek ve belirlenen konunun öğretiminde oyun yoluyla gelişim sağlanabilecektir. Öte yandan eğitim hususunda MEB’in 2024 yılında hazırlanmış olduğu *Yüz Yüze 100 Çocuk Oyun* adlı oyun kitabında geleneksel oyunlara yer verilmesine ve kültürel aktarım amacıyla çalışmanın hazırlandığının belirtilmesine rağmen bu amaçla yazılmış ve yayınlanmış olan çalışmalarda ilk yazılı kaynaklardaki oyunlara yer verilmediği bu konuda çalışma için temel alınan Dîvânu Lugâti't-Türk’ten yararlanılmadığı tespit edilmiştir.

### SONUÇ

Müngüz Müngüz oyunu, Türk mitolojisinde hayvan sembolizminin boynuzlu hayvanlara özgü mitik anlamlandırmalarıyla başlayan ve yaşamsal ihtiyaçlarla şekillenen işlevselliğinin oyun kurgusuna yansımalarının alt metinlerine dair incelemesiyle ortaya konulmuştur. Tufan mitleri, yer gök düalizmi, su kültürü, korku miti, kut ve iktidar sembolü, ölüm ve sonsuzluk motifi, mimari ve sanat alanlarındaki görselliği, beslenme ve barınma yönünden işlevselliği vb. yaşamsal pratikleri kapsayan bütün alanlarda

izlerine rastlanılan koç, keçi ve tekenin oyun kurgusunda tezahür eden alt metni ayrıntılı olarak ortaya konulmuştur. Oyunun yazıya geçirildiği ilk kaynak olduğu düşünülen Dîvânu Lugâti't-Türk'te nasıl oynandığına dair verilen bilgilerle oyunun oluşumunun kaynakta yer almadan yüzyıllar önce yapı itibarıyla son formuna ulaşmış olduğu tespit edilmiştir. Hayvan sembolizminin geleneksel oyunlara dramatik ve ritüelistik yansımalarına dair ad, giyim kuşam, oyun aracı vb. yönlerden örnekler verilmiştir. Türk mitolojisinde hayvan sembolizmine dair verilen bilgiler ışığında oyunun adı, yapısı, kurgusu, işlevleri, mekânı, oynanış şekli, oturma düzeni, sözlü kültürü, oyuncuların davranışları, oyunun cezası vb. yönlerden değerlendirilerek mitolojik morfolojisi hususunda yorumlama yapılmıştır. Günümüzde oyunun kültürel bellek ve kolektif bilinç yönünden farkındalığı olan kişiler tarafından uygulandığı bilinmekle beraber yaygınlaştırılması ve eğitim çerçevesinde dahil edilebilecek çalışmalarla desteklenmesi gerektiğine dikkat çekilmiştir. Nitekim oyunun çocuklar için eğlenme ve eğitim işlevlerini bilinçli olarak veya olmayarak bir arada sürdürmesi, oyunun eğitim müfredatında yer aldığı kaynak ve spor/oyun bilgileri ile birlikte dahil edilmesi gerektiği düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Aksoy, M. (2012). "Tunceli'de koç-koyun heykelleri ve balballar", *2023 Dergisi*. 11(129), 16-22.
- Alyılmaz, C. (2005). *Orhun yazıtlarının bugünkü durumu*. Ankara: Kurmay Yayıncılık.
- And, M. (2012). *Oyun ve Bügü: Türk Kültüründe Oyun Kavramı*. İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Atalay, B. (1992), *Dîvânü Lûgat-it Türk Tercemesi I*, 3. Baskı, Ankara, Türk Tarih Kurumu
- Atalay, B. (1992), *Dîvânü Lûgat-it Türk Tercemesi III*, 3. Baskı, Ankara, Türk Tarih Kurumu.
- Çoruhlu, Y. (2017a). *Erken devir Türk sanatı*. İstanbul: Kabalcı Yayınevi
- Demir, N. (2008). *Elik keçisi efsanesi ve beşikdüzü*. Trabzon: Beşikdüzü Belediyesi.
- Eliade, M. (2017). *İmgeler ve Simgeler*. (Çev. Mehmet Ali Kılıçbay). Ankara: Doğu Batı Yayınları.
- Esin, E. (1972), "Ötüken illerinde M.S. sekizinci ve dokuzuncu yüzyıllarda Türk abidelerinde san'atkar adları", *Türk Kültürü El-Kitabı*, Cilt: II. İstanbul.
- Fink, E. (2015). *Bir dünya sembolü olarak oyun*. Ankara: Dost Kitabevi Yayınları.
- Genç, Reşat (1977). "Kaşgarlı Mahmut'a göre xı. yüzyılda Türklerde oyunlar ve eğlenceler." *I. Uluslararası Türk Folklor Kongresi Bildirileri*, III. Cilt. 231-242.
- Gülensoy, T. (1989). *Orhun'dan Anadolu'ya Türk damgaları*. İstanbul: Türk Dünyası Araştırmaları Vakfı.
- Hooke, S. H. (2002). *Ortadoğu mitolojisi çev*. Alâeddin Şenel. Ankara: İmge Yayınevi.
- İnan, A. (2017). *Tarihte ve bugün şamanizm: materyaller ve araştırmalar*. Ankara: Altınordu Yayınları.
- İrdelp, İ. (2022). *Orta Asya Türk mitolojisi motiflerinin popüler dünyadaki görsel izlekleri* (Yüksek lisans tezi) Dokuz Eylül Üniversitesi Güzel Sanatlar Enstitüsü Sanat ve Tasarım Anasanat Dalı. İzmir.
- İskenderzade, L. A. (2007), "Dede korkut hikayelerinin Türk plastik sanatlara yansımaları": *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (17), 319-340.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Kar, Aykut. (2016). “Divanü Lugati’t-Türk’e göre çocuk oyunları ve günümüz oyunlarına etkisi”. *International Turkic World Educational Sciences and Social Sciences Congress*, held in memory of Hodja Ahmet Yesevi. Cilt. 3. 135-140
- Kazan, Ş. ve Kazan Kırçık, Ş. (2006). *Burdur çocuk oyunları*. Burdur: Burdur Valiliği İl Özel Enstitüsü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya
- Koca, S. K. (2012). Türk kültüründe sembollerin dili (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Sakarya.
- Korkmaz, E. (2003). *Eski Türk inançları ve şamanizm terimleri sözlüğü*. İstanbul: Anahtar Kitaplar.
- Malinowski, B. (2000). *Büyü, bilim ve din*. Çev. Saadet Özkal, İstanbul: Kabcacı Yayınevi.
- Mert, O. (2008). “Öngöt mezar külliyesi ve külliye de bulunan damgalar”. *Atatürk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Enstitüsü Dergisi*. (36), 281-305.
- Mori, M. (1978). “Kuzey Asya’daki Bozkır Devletlerinin Teşkilâtı”. *İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Tarih Enstitüsü Dergisi*, (9), 211
- Oğuz, M. Ö. vd. (2007). *Yaşayan geleneksel çocuk oyunları*. Ankara: Gazi Üniversitesi THBMER Yayınları.
- Ögel, B. (1982). *Türklerde devlet anlayışı*. Ankara: Kültür Bakanlığı Yayınları. Ankara.
- Ögel, B. (2014b). *Türk mitolojisi Cilt 2*. Ankara: Türk Tarihi Kurumu.
- Ölçer Özünel, E. (2010). *Türk anlatı geleneğinde kahraman, mitoloji ve iktidar ilişkisi* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Türk Dili ve Edebiyatı Anabilim Dalı Türk Halk Edebiyatı Bilim Dalı. Ankara.
- Kara, Ö. T. ve Gün, M. (2014). “Divanü Lugati’t-Türk’e göre çocuk oyunları ve günümüz oyunlarına etkisi”. *International Journal Of Language Academy*. 2(4), 49-67
- Sarpkaya, S. (2022). “Türk Dünyası geleneksel oyunlarından “mor menekşe”nin sözel dokusu ve oynanışında mitoloji ve hayat” *Millî Folklor*. (135), 83-94.
- Saydam, B. (2013) *Deli Dumrul'un Bilinci-Türk-İslam Ruhu Üzerine Bir Kültür Psikolojisi Denemesi*. İstanbul: Metis Yayınları.
- Serbest, K. (2019). “Divânü Lugâti’t-Türk ve uygur türklerinde çocuk oyunları”. *Uluslararası Uygur Araştırmaları Dergisi*. (13), 101-114.
- Somuncuoğlu, S. (2008), *Sibirya’dan Anadolu’ya taştaki Türkler*. İstanbul: Güngör Matbaacılık.
- Tavkul, Ufuk. (2001). “Karaçay-Malkar Türkçesi’nin kelime hazinesi ve ses değişimleri bakımından eski Türkçe ile mukayesesi”. *Bilig*. (19), 121-146.
- Türkmen, M. (2020). “Türk halklarının geleneksel sporlardaki ritüeller”. *IX. Uluslararası Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları Sempozyumu*. Bışkek. 34-38.
- Türkmen, M. ve Doğan, A. (2021). “Kaybolmuş kadim bir folklorik spor: sinsin güreşı”. (Ed. Mehmet İlkim). *Spor Bilimlerinde Araştırma ve Değerlendirmeler*. Ankara: Gece Kitaplığı. 255-274.
- Türktaş, M. (1999). “Divani Lügatit-Türk’te yer alan ve x1. yüzyılda türkler arasında oynanan oyunlar”. *PAÜ. Eğitim Fakültesi Dergisi*. (5).



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

1 Dîvânu Lugâti't-Türk'te yer alan oyun ve sporlar: Mûngüz Mûngüz, Çelik Çomak, Ceviz Oyun, Aşık Oyunu, Karagunı, Bandal, Çengli Mengli, Köçürme Oyun, Yalngu (Salıncak Oyunu), Çevgen Oyunu, Ok Atma Yarışları, At Yarışı, Güreş, Ötüş (Ötüş), Küwlük, Nerdü Şatranc (tavla ve satranç), Tepük (Türktaş, 1999; Serbest, 2019, Kar, 2016, Kara ve Gün, 2014, Genç, 1977).

2 Boynuz Oyunu Örneği:  
[https://www.google.com/imgres?q=boynuz%20oyunu&imgurl=https%3A%2F%2Fae01.alicdn.com%2Fkf%2FSfc0e435e53ff4cbbacd30d2c53c9fff6Q%2Fi-me-ren-geyi-i-boynuz-apka-halka-ge-irme-oyunu-ocuk-hediye-Noelaile.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Ftr.aliexpress.com%2Fitem%2F1005006054794325.html&docid=rblvO7kPfoYGaM&tbnid=05vR6yPUDQItPM&vet=12ahUKEwjdis\\_8gP2JAxWGRPEDHTBiPVkQM3oECG8QAA..i&w=800&h=800&hcb=2&itg=1&ved=2ahUKEwjdis\\_8gP2JAxWGRPEDHTBiPVkQM3oECG8QAA](https://www.google.com/imgres?q=boynuz%20oyunu&imgurl=https%3A%2F%2Fae01.alicdn.com%2Fkf%2FSfc0e435e53ff4cbbacd30d2c53c9fff6Q%2Fi-me-ren-geyi-i-boynuz-apka-halka-ge-irme-oyunu-ocuk-hediye-Noelaile.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Ftr.aliexpress.com%2Fitem%2F1005006054794325.html&docid=rblvO7kPfoYGaM&tbnid=05vR6yPUDQItPM&vet=12ahUKEwjdis_8gP2JAxWGRPEDHTBiPVkQM3oECG8QAA..i&w=800&h=800&hcb=2&itg=1&ved=2ahUKEwjdis_8gP2JAxWGRPEDHTBiPVkQM3oECG8QAA) (Erişim Tarihi: 29.11.2024).

3 İdaresi İl Kültür ve Turizm Müdürlüğü. Kılıç, H. Ç. (2003), *Türk kültüründe inanç ve inanışlar*. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler



## AEROBİK EGZERSİZİN SEDANter KADINLARDA VÜCUT KOMPOZİSYONU VE ESNEKLİK ÜZERİNE ETKİSİ

Cansel ARSLANOĞLU<sup>1</sup>, Gizem KIZILÖRS<sup>2</sup>, Ahmet MOR<sup>1</sup>,  
Erkal ARSLANOĞLU<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-3115-4905  
E-posta: canseloglu@sinop.edu.tr

<sup>\*2</sup>Sinop Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-0357-183X  
E-posta: gkizilors@sinop.edu.tr

<sup>1</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-1181-1111  
E-posta: amor@sinop.edu.tr

<sup>1</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-2066-0682  
E-posta: erkaloglu@sinop.edu.tr

Bu çalışma Sinop Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri Koordinasyon Birimince desteklenmiştir. Proje numarası: SBF-1901-23-001, Yıl: 2023

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, sedanter kadınlar üzerinde 8 haftalık aerobik egzersiz antrenmanlarının vücut kompozisyonu ve esneklik üzerindeki etkisini incelemektir. Araştırmaya Sinop ilinde ikamet eden ve 30-55 yaş aralığındaki sedanter kadınlar gönüllü olarak katılmış olup, deney (n:11; yaş: 41±6,51 yıl; boy: 162,59±6,25 cm) ve kontrol grubu (n:11; yaş: 41,64±6,86 yıl; boy: 164,27±5,91 cm) olarak 2 gruba ayrılmışlardır. Deney grubuna 8 hafta boyunca haftada iki gün 60 dakika olacak şekilde aerobik egzersiz antrenmanları uygulanırken, kontrol grubuna bu süreçte herhangi bir antrenman programı uygulanmamıştır. Katılımcılardan antrenman dönemi öncesinde ve sonrasında vücut kompozisyonu ile esneklik ölçümleri alınmış ve elde edilen verilerin deney ve kontrol grubu arasında karşılaştırması yapılmıştır. Vücut kompozisyonu ölçümü için Inbody 120 Vücut Kompozisyon Analizörü, esneklik ölçümü için otur-eriş sehpası kullanılmıştır. Elde edilen veriler SPSS 26.0 analiz programı aracılığı ile incelenmiş ve gruplar arasında karşılaştırma yapılmıştır. Grup içi yapılan analiz sonucunda deney grubuna ait, esneklik, vücut yağ ağırlığı, iskelet kas ağırlığı ve beden kitle indeksi verilerinde olumlu yönde bir gelişim olduğu (p<0,05), vücut ağırlığı ve bazal metabolik hız verilerinde anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir (p>0,05). Kontrol grubuna ait yapılan analiz sonucunda ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir (p>0,05). Elde edilen sonuçlar doğrultusunda, sedanter kadınlarda hem vücut kompozisyonu hem de esneklik parametreleri üzerinde aerobik egzersizin olumlu etkilerinin olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Sedanter, aerobik egzersiz, vücut kompozisyonu, esneklik



## EFFECT OF AEROBIC EXERCISE ON BODY COMPOSITION AND FLEXIBILITY IN SEDENTARY WOMEN

Cansel ARSLANOĞLU<sup>1</sup>, Gizem KIZILÖRS<sup>2</sup>, Ahmet MOR<sup>1</sup>,  
Erkal ARSLANOĞLU<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-3115-4905  
E-posta: canseloglu@sinop.edu.tr

<sup>\*2</sup>Sinop University, Institute of Graduate Studies, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-0357-183X  
E-posta: gkizilors@sinop.edu.tr

<sup>1</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-1181-1111  
E-posta: amor@sinop.edu.tr

<sup>1</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-2066-0682  
E-posta: erkaloglu@sinop.edu.tr

This work was supported by Sinop University Scientific Research Coordination Unit. Project number: SBF-1901-23-001, Year: 2023

### ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the effects of 8 weeks of aerobic exercise on body composition and flexibility in sedentary women. Sedentary women who between the ages of 30-55 and living in Sinop province were participated in the study divided into two groups as experimental (n:11; age:41±6,51 years; body height:162,59±6,25 cm) and control groups (n:11; age:41,64±6,86 years; body height:164,27±5,91 cm). Aerobic exercise have been applied to the experimental group for 60 minutes two days a week for 8 weeks. No training program has been applied to the control group. Body composition and flexibility measurements have been taken from the participants before and after the training period and a comparison of the data obtained between the experiment and the control group. The Inbody 120 Body Composition Analyzer were used for body composition measurement and the sit and reach test used for flexibility measurement. All the data obtained has been examined through the SPSS 26.0 analysis program and a comparison made between the two groups. As a result of the analysis within the group, a positive development was observed in the flexibility, body fat mass, skeletal muscle mass and body mass index data of the experimental group ( $p<0,05$ ). However, there was no significant differences in body weight and basal metabolic rate ( $p>0,05$ ). No significant difference was observed as a result of the analysis of the control group ( $p>0,05$ ). Based on the results obtained, it can be said that aerobic exercise has positive effects on both body composition and flexibility parameters in sedentary women.

**Keywords:** Sedentary, aerobic exercise, body composition, flexibility



## RAMP ISINMA PROTOKOLÜ VE ETKİSİ

Gürkan Selim ÇELGİN<sup>1</sup>, Gizem KIZILÖRS<sup>2</sup>, Cansel  
ARSLANOĞLU<sup>1</sup>, Erkal ARSLANOĞLU<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0007-9581-825X

E-posta: gscelgin@sinop.edu.tr

<sup>\*2</sup>Sinop Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-0357-183X

E-posta: gkizilors@sinop.edu.tr

<sup>1</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-3115-4905

E-posta: canseloglu@sinop.edu.tr

<sup>1</sup>Sinop Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-2066-0682

E-posta: erkaloglu@sinop.edu.tr

## ÖZET

Isınma, herhangi bir spor dalında performans artırıcı ve yaralanma riskini azaltıcı bir süreç olarak kabul edilmektedir. Geleneksel ısınma yöntemleri, genellikle sabit ve belirli bir sırayla yapılırken, sporcuların bireysel ihtiyaçlarına ve antrenman süreçlerine daha uygun bir sistem geliştirmek amacıyla Dr. Ian Jeffreys tarafından geliştirilmiş olan 'RAMP' (Raise, Activate, Mobilize, and Potentiate) protokolü, son yıllarda yaygın olarak kullanılmaktadır. RAMP, etkili bir ısınma sürecini üç temel aşamada tanımlar: Yükseltme (Raise), Aktivasyon (Activate), Harekete Geçirme ve Güçlendirme (Potentiate). İlk aşama olan "Yükseltme", sporcuların kardiyovasküler sistemlerini ve kaslarını uyandırmayı hedefler; ikinci aşama olan "Aktivasyon" kasların daha etkin bir şekilde çalışabilmesi için güç ve stabilite sağlamak amacıyla dinamik hareketleri içerir; son aşama "Harekete Geçirme ve Güçlendirme" sporcuların performanslarını daha da artırmak için hareketlerin güç ve hız gereksinimlerini yerine getirmeyi amaçlar. Bu protokolün diğer geleneksel ısınma yöntemlerinden farkı, sadece fiziksel hazırlıkla sınırlı kalmayıp, aynı zamanda psikolojik ve beceri temelli hazırlık süreçlerini de dikkate almasıdır. RAMP, sporcunun zihinsel olarak da hazırlıklı olmasına olanak tanır ve uzun vadeli gelişimlerini destekler. Geleneksel ısınma yöntemlerinin genellikle kısa vadeli faydalar sağladığı göz önünde bulundurulduğunda, RAMP protokolü daha kapsamlı bir yaklaşım sunarak, hem performans üzerinde anlık bir iyileşme sağlar hem de sporcunun ilerleyen süreçteki gelişimini destekler. Isınma hareketlerinin fiziksel olarak yapılandırılması, sporcuları yalnızca antrenman veya yarışma için değil, uzun vadeli gelişimleri ve fiziksel durumlarını da iyileştirecek şekilde hazırlamaktadır. RAMP protokolü, kas sıcaklığını artırarak kasların daha esnek hale gelmesini sağlar, kan akışını hızlandırır, merkez bölge aktivasyonunu artırır ve bağ dokusunun esnekliğini geliştirir. Bu, sporcuların hem yaralanmalara karşı dirençlerini artırır hem de performanslarını optimize eder. Bu bağlamda, RAMP ısınma protokolünün performans gelişimi üzerindeki etkilerinin daha ayrıntılı bir şekilde araştırılması ve antrenman ile müsabaka öncesi ısınma programlarında etkinliğinin değerlendirilmesi, spor bilimleri alanında önemli bir araştırma gerekliliği olarak öne çıkmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** RAMP, ısınma protokolü, performans, yaralanma riski, sporcu gelişimi



## RAMP WARM UP AND ITS EFFECT

Gürkan Selim ÇELGİN<sup>1</sup>, Gizem KIZILÖRS<sup>2</sup>, Cansel  
ARSLANOĞLU<sup>1</sup>, Erkal ARSLANOĞLU<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0007-9581-825X  
E-posta: gscelgin@sinop.edu.tr

<sup>\*2</sup>Sinop University, Institute of Graduate Studies, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-0357-183X  
E-posta: gkizilors@sinop.edu.tr

<sup>1</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-3115-4905  
E-posta: canseloglu@sinop.edu.tr

<sup>1</sup>Sinop University, Faculty of Sport Sciences, Sinop, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0003-2066-0682  
E-posta: erkaloglu@sinop.edu.tr

### ABSTRACT

Warm-up is recognised as a process that improves performance and reduces the risk of injury in any sport. While traditional warm-up methods are usually done in a fixed and specific order, the ‘RAMP’ (Raise, Activate, Mobilise, and Potentiate) protocol, developed by Dr. Ian Jeffreys in order to develop a system more suitable for the individual needs of athletes and training processes, has been widely used in recent years. RAMP defines an effective warm-up process in three basic stages: Raise, Activate, and Mobilise and Potentiate. The first phase, ‘Raise’, aims to awaken the athletes ‘cardiovascular system and muscles; the second phase, ‘‘Activate’’, involves dynamic movements to provide strength and stability so that the muscles can work more effectively; the final phase, ‘‘Activate and Potentiate’’, aims to fulfil the power and speed requirements of the movements to further enhance the athletes’ performance. The difference of this protocol from other traditional warm-up methods is that it is not only limited to physical preparation, but also takes into account psychological and skill-based preparation processes. RAMP allows the athlete to be mentally prepared and supports their long-term development. Whereas traditional warm-up methods often provide short-term benefits, the RAMP protocol offers a more comprehensive approach, providing both an immediate improvement in performance and supporting the athlete's progressive development. The physical structuring of warm-ups prepares athletes not only for training or competition, but also for their long-term development and physical condition. The RAMP protocol increases muscle temperature, making them more flexible, accelerates blood flow, increases core activation and improves the elasticity of connective tissue. This both increases athletes' resistance to injury and optimises their performance. In this context, a more detailed investigation of the effects of the RAMP warm-up protocol on performance development and evaluation of its effectiveness in training and pre-competition warm-up programmes stands out as an important research requirement in the field of sports sciences.

**Keywords:** RAMP, warm-up protocol, performance, injury risk, athlete development



## SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN BESLENME BİLGİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Şehriban GÜL DEMİR<sup>1</sup>, Doç.Dr. Cihat KORKMAZ

\*<sup>1</sup>Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Kahramanmaraş, Türkiye

ORCID Code: 0009-0001-6956-2197

E-posta: sehriban.guldemir@gmail.com

<sup>2</sup> Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Kahramanmaraş, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-3677-6682

E-posta: korkmaz.cihat68@gmail.com

### ÖZET

Beslenme bilgi düzeyi ile beslenme tercihi arasındaki incelendiği bu çalışmaya 18-25 yaş arası 101 spor bilimleri fakültesi öğrencisi katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin %36,6 sı kadın, %63,4 ü erkektir. Çalışmada veri toplama aracı olarak batmaz (2018) tarafından geliştirilen Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği ve Besin Tercihi Ölçeğinden yararlanılmıştır. Analizlerde SPSS 21.0 yazılımından yararlanılmış olup ölçek puanları normal dağılım gösterdiğinden puanların iki gruplu demografik değişkenlere göre karşılaştırmasında bağımsız iki örneklem t testinden; ikiden fazla gruplu demografik değişkenlere göre karşılaştırmasında ANOVA testinden; beslenme bilgi düzeyi, besin tercihi bilgi düzeyi, beslenme ve sağlık arasındaki ilişki düzeyi ve günlük hayatta uygulanan besin tercihinin doğru bulma durumu arasındaki ilişkide Pearson korelasyon testinden yararlanılmıştır. Araştırma bulgularına göre araştırmaya katılan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin beslenme bilgi düzeyi ve besin tercihi bilgi düzeyinin yüksek düzeyde olduğu ve beslenme bilgi düzeyi ile beslenme tercihi arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu, beslenme bilgi düzeyi yüksek düzeyde olan bireylerin besin günlük besin tercihlerini doğru bulma düzeyinin de yüksek düzeyde olduğu sonuçları elde edilmiştir. Çalışmada ayrıca beslenme bilgi düzeyinin katılımcıların cinsiyet, yaş, sigara kullanma durumu, diyet yapma durumu ve diyet yapma nedenine göre anlamlı farklılık göstermediği; bölüm, herhangi bir sağlık sorunu olma durumu, beslenme eğitimi alma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği bulguları elde edilmiştir. Beslenme bilgi düzeyi, beden eğitimi öğretmenliği bölümünde öğrenim gören, herhangi bir sağlık sorunu olan, beslenme eğitimi alan, beslenme eğitimini dersler / öğretmenlerden ve anne / babadan ve diyetisyenden alan öğrencilerin lehine anlamlı düzeyde daha yüksektir. Beslenme tercihi puanlarının beslenme bilgisini sağlık görevlisinden alma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği; beslenme bilgi düzeyi puanlarının beslenme bilgisini dersler / öğretmenlerden, görsel medyadan, gazete/dergiden, anne/babadan ve diyetisyenden alma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularına ulaşılmıştır. Besin tercihi bilgi düzeyi, herhangi bir sağlık sorunu olan, beslenme eğitimi alan, diyet yapan, zayıflama / kilo verme amacıyla diyet yapan, beslenme eğitimini dersler / öğretmenlerden, dersler / öğretmenlerden, anne / babadan ve diyetisyenden alan öğrencilerin lehine anlamlı düzeyde daha yüksektir. Araştırmada son olarak beslenme tercihi puanlarının demografik değişkenlere göre ve beslenme eğitimi aldığı kaynağa göre anlamlı farklılık göstermediği sonuçlarına ulaşılmıştır. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin temel beslenme ve besin tercihi puan ortalamalarının her ikisinin de yüksek düzeyde olduğu ve beslenme eğitimi alan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin beslenme bilgi düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Zayıflama

amacıyla diyet yapan öğrencilerin besin tercihi bilgi düzeyi puanları sağlıklı yaşam için diyet yapan öğrencilerin puanlarına göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Beslenme ve fiziksel aktivite sağlığın temelini oluşturmaktadır. Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin beslenme ve sağlık arasındaki ilişki yüksek düzeyde saptandığı söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Besin, Besin ögesi, Beslenme

## INVESTIGATION OF THE NUTRITIONAL KNOWLEDGE LEVELS OF STUDENTS OF THE FACULTY OF SPORTS SCIENCES

Şehriban GÜL DEMİR<sup>1</sup>, Doç.Dr. Cihat KORKMAZ

\*<sup>1</sup> Kahramanmaraş Sütçü İmam University, Faculty of Sports Sciences, Department of Physical Education and Sports Teaching, Kahramanmaraş, Türkiye

ORCID Code: 0009-0001-6956-2197

E-posta: sehriban.guldemir@gmail.com

<sup>2</sup> Kahramanmaraş Sütçü İmam University, Faculty of Sports Sciences, Department of Physical Education and Sports Teaching, Kahramanmaraş, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-3677-6682

E-posta: korkmaz.cihat68@gmail.com

### ABSTRACT

101 sports science faculty students between the ages of 18-25 participated in this study, which examined the relationship between nutrition knowledge level and nutrition preference. 36.6% of the students participating in the research are female and 63.4% are male. The Nutrition Knowledge Level Scale for Adults and the Food Preference Scale developed by Batmaz (2018) were used as data collection tools in the study. SPSS 21.0 software was used in the analyses, and since the scale scores showed a normal distribution, independent two-sample t-test was used to compare the scores according to two-group demographic variables; ANOVA test in comparison of demographic variables with more than two groups; Pearson correlation test was used to determine the relationship between nutrition knowledge level, food preference knowledge level, relationship level between nutrition and health, and correct food choice in daily life. According to the research findings, the nutrition knowledge level and food preference knowledge level of the sports sciences faculty students participating in the research are at a high level, and there is a positive and significant relationship between the nutrition knowledge level and nutrition preference, and the level of individuals with a high level of nutrition knowledge finding their daily food preferences correct. High level results were obtained. The study also found that the nutritional knowledge level did not differ significantly according to the participants' gender, age, smoking status, dieting status and reason for dieting; It was found that there was a significant difference depending on the department, having any health problems, and receiving nutrition education. The level of nutrition knowledge is significantly higher in favor of students who study in the physical education teaching department, have any health problems, receive nutrition education, and receive nutrition education from lectures / teachers, parents and dietitians. Nutritional preference scores did not differ significantly depending on whether they received nutritional information from a healthcare professional; It was found that nutrition knowledge level scores showed significant differences depending on whether they received nutrition information from lessons / teachers, visual media, newspapers / magazines, parents and dietitians. The food preference knowledge level is significantly higher in favor of students who have any health problems, receive nutrition education, are on a diet, are on a diet for slimming / losing weight, and receive nutrition education from lessons / teachers, lessons /

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

teachers, mother / father and dietician. Finally, it was concluded in the study that nutritional preference scores did not differ significantly according to demographic variables and the source of nutrition education. It was found that both the basic nutrition and food preference average scores of sports sciences faculty students were at high levels, and the nutrition knowledge levels of sports sciences faculty students who received nutrition education were higher. It has been determined that the food preference knowledge level scores of students who diet for weight loss are higher than the scores of students who diet for a healthy life. Nutrition and physical activity form the basis of health. It can be said that the relationship between nutrition and health was detected at a high level among students of the faculty of sports sciences.

**Keywords:** Food, Nutrient, Nutrition





## TAEKWONDOCULARDA PERTÜRBASYON EGZERSİZLERİNİN DENGE VE ALT EKSTREMİTE KUVVETİ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Cansu ATEŞ<sup>1</sup>, Yıldırım Gökhan GENCER<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mersin Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı,

Mersin, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-9268-5427

E-posta: c.cansuates1@gmail.com

<sup>2</sup>Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Mersin,

Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-5511-2374

E-posta: ygokhangencer@mersin.edu.tr

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı 14-17 yaş taekwondocularda 8 haftalık pertürbasyon egzersiz programının denge ve alt ekstremite kuvveti üzerine etkisinin incelenmesidir. Çalışmada ön test-son test içeren yarı deneysel yöntem kullanılmıştır. Çalışmaya başlamadan önce G Power analizi uygulanmış olup kişi sayısı (n=16) belirlenmiş ve sporcular ön testte alınan dinamik denge skorlarına göre homojen iki grup olarak ayrılmıştır. Araştırmaya lisanslı olarak 16 (15,25±0,250) erkek taekwondo sporcusu katılmıştır. Araştırma verileri, fiziksel testler (boy uzunluğu, vücut ağırlığı) ve performans ölçüm testleri (ayak bileği eklem hareket açıklığı için el gonyometresi, dinamik denge ölçümü için Prokin PK200 dinamik denge ölçüm cihazı, dikey sıçrama ölçümü için iVMES dikey sıçrama cihazı ve ayak bileği kuvvet ölçümü için Cybex izokinetik dinamometre) ile toplanmıştır. Elde edilen verilerin analizi SPSS istatistik paket programı ile yapılmıştır. Verilerin dağılımı Shapiro Wilk testi ile incelenmiştir. Test sonucunda normal dağılım gösteren veriler için ikili karşılaştırmalarda parametrik testlerden Paired Sample T testi, nonparametrik dağılım gösteren veriler için ise Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi p<0.05 olarak değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgulara göre deney grubunun grup içi ön test ve son test sağ ayak dinamik denge (Primeter Length) ve grup içi ön test ve son test sağ ayak planterfleksiyon eklem hareket açıklığı parametresinde, kontrol grubunun grup içi ön test ve son test sağ ayak dorsiflexion eklem hareket açıklığı parametresinde, kontrol grubunun grup içi dikey sıçrama ön test ve son testleri arasında, kontrol grubunun grup içi izokinetik kuvvet ön test ve son test (60 dorsiflexion sol ve 180 dorsiflexion sol) parametrelerinde ve kontrol grubunun grup içi ön test ve son test dinamik denge parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur (p<0.05). Sonuç olarak; pertürbasyon egzersizlerinin denge ve alt ekstremite kuvvetini kontrol grubuna oranla geliştirdiğini ancak bu gelişimin istatistiksel olarak anlamlı düzeyde olmadığını göstermektedir. Bunun sebebinin ise pertürbasyon egzersizlerinin şiddetinden kaynaklandığını düşündürmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Taekwondo, Alt ekstremite, Denge, Kuvvet, Pertürbasyon



## INVESTIGATION OF THE EFFECT OF PERTURBATION EXERCISE ON BALANCE AND LOWER EXTREMITY STRENGTH IN TAEKWONDOS

Cansu ATEŞ<sup>1</sup>, Yıldırım Gökhan GENCER<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mersin University, Institute of Educational Sciences,  
Department of Physical Education and Sports, Mersin, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-9268-5427  
E-mail: c.cansuates1@gmail.com

<sup>2</sup>Mersin University, Faculty of Sports Sciences, Department of Physical Education and  
Sports Teaching, Mersin, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0001-5511-2374  
E-mail: ygokhangencer@mersin.edu.tr

### ABSTRACT

The aim of this study is to examine the effect of an 8-week perturbation exercise program on balance and lower extremity strength in taekwondo players aged 14-17. In the study, a quasi-experimental method including pretest-posttest was used. Before starting the study, G Power analysis was applied, the number of people (n=16) was determined and the athletes were divided into two homogeneous groups according to the dynamic balance scores obtained in the pre-test. 16 (15,25±0,250) male taekwondo athlete participated. Research data, physical tests (height, body weight) and performance measurement tests (hand goniometer for ankle joint range of motion, Prokin PK200 dynamic balance measurement device for dynamic balance measurement, iVMES vertical jump device for vertical jump measurement and ankle force measurement were collected with a Cybex isokinetic dynamometer). The analysis of the obtained data was made with the SPSS statistical package program. The distribution of the data was analyzed with the Shapiro Wilk test. Paired Sample T test, which is one of the parametric tests, was used for the data showing normal distribution as a result of the test, and Mann-Whitney U test was used for the data showing nonparametric distribution. Significance level was evaluated as  $p<0.05$ . According to the findings obtained dIn-group pre-test and post-test right foot dynamic balance (Primeter Length) and in-group pre-test and post-test right foot planterflexion range of motion parameter of eney group, in-group pre-test and post-test right foot dorsiflexion range of motion parameter of control group, There was a statistically significant difference between the intra-group vertical jump pretest and posttests of the control group, the intra-group isokinetic strength pretest and posttest (60 dorsiflexion left and 180 dorsiflexion left) parameters of the control group, and the intragroup pretest and posttest dynamic balance parameters of the control group. Significant differences were found ( $p<0.05$ ). In conclusion; shows that perturbation exercises improve balance and lower extremity strength compared to the control group, but this improvement is not statistically significant. It is thought that the reason for this is due to the intensity of the perturbation exercises.

**Keywords:** Taekwondo, Lower Extremity, Perturbation, Balance, Strength

### GİRİŞ

Taekwondo, çıplak el ve ayak ile gerçekleştirilen, müsabakalarda ve antrenmanlarda sportif becerilerin sergilendiği, devamlı ve hızlı değişiklikler gereken anlarda, teknik-taktiklerin en uygun şekilde uygulanması gereken bir spor branşı olarak tanımlanmaktadır (Tel, 2008).

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Taekwondo müsabakaları, elit sporcuların fiziksel, fizyolojik ve psikolojik özelliklerinin maksimal seviyede olmasını gerektirir (Marković ve Misigoj-Duraković, 2005). Taekwondo branşı, öne çıkan özellikleriyle, savunma sanatı tanımıyla ortaya çıkmış olsa da mücadele sporu olarak da tanımlanabilmektedir. Çünkü, sporcuların müsabaka esnasında değişkenlik gösteren durumlarda sadece savunma değil, atak da yapması ve bununla birlikte kontra atak teknikleri de uygulaması gerekir (Yalçınkaya, 1986; Yılmaz, 2021).

Taekwondo müsabakalarında kullanılan yeni sistemde puanlama düzeninin değişmesi, kafa bölgesine yapılan vuruşların puan değerlerinin artması ve düşme durumunda sporcunun ceza puanı alması, sporcunun daha koordinasyon gerektiren bir biçimde mücadele etmesine neden olmuştur. Bu sistem, müsabaka esnasında denge ve alt ekstremitte kuvvet yeteneğini daha aktif kullanmayı ve hızlı kararlar almayı gerektirmektedir (Moenig, 2005). Bu nedenle sporcular ve antrenörler daha üst düzey ve maksimal bir performans gerçekleştirmek için daha yeni ve etkili antrenman yöntemlerini araştırmaya başlamışlardır (Kim ve ark., 2015).

Denge; vücut pozisyonunu, statik ve dinamik hareketler esnasında değişebilen durumlarda, istenilen ve gerçekleştirilecek hareket için uygun konumda tutabilme durumudur (Bhat ve Moiz, 2013; Oddsson, 2007). Denge komplike bir sistem tarafından yönetilen bir beceridir. Duyu organları ile dışarıdan gelen girdiler, merkezi sinir sistemine iletdikten sonra burada işlenip kas iskelet sistemine komut olarak gönderilir ve bu şekilde denge sağlanmış olur (Woollacott, 1993; Massion, 1998; Yıldırım, 2021).

Kuvvet, kasın uyarıldığı ve kasıldığı sırada ortaya çıkan gerilim olarak tanımlanır. Genel olarak tanımlayacak olursak kuvvet, bir dirence karşı koyarak kasların kasılabilmesi ve bu dirence karşı koyabilmesidir (Muratlı ve ark., 2011).

Pertürbasyon egzersizleri ise; geliştirilmiş denge eğitimi olarak tanımlanmaktadır (Taylor, 2011). Denge egzersizlerinden farklı olarak pertürbasyon eğitiminde sporcunun dengesini bozmak için kontrollü, beklemediği anlarda, çok yönlü kuvvetler uygulanır (Hurd ve ark., 2006; Taylor, 2011; Kaya Özer, 2017). Pertürbasyon egzersizleri ile propriyoseptif duyunun artırıldığı düşünülmektedir (Fitzgerald ve ark., 2000; Işık, 2016).

Pertürbasyon egzersizlerinin; spor yaralanmaları sonrası spora dönüş ve spor yaralanmalarının önlenmesindeki etkilerini inceleyen araştırmalar olmasına karşın (Tylor, 2011; Işık, 2016; Can ve Numanoğlu, 2018)). Spor branşlarında denge ve alt ekstremitte kuvveti üzerine etkisinin araştırıldığı çalışmalar (Ferreira ve ark, 2022) sınırlıdır. Ayrıca pertürbasyon egzersizlerinin taekwondocularda dinamik denge ve alt ekstremitte üzerine etkisini tespit etmek amacıyla uygulanan bu çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda; araştırmanın amacı 14-17 yaş erkek taekwondo sporcularında pertürbasyon egzersizlerinin denge ve alt ekstremitte kuvveti üzerine etkisini tespit etmektir.

### YÖNTEM

#### Araştırmanın Modeli

Araştırmada yarı deneysel yöntem ve deney ve kontrol gruplu ön-test, son-test model kullanılmıştır. Pertürbayson egzersiz programının deney ve kontrol grubu üzerinde etkisi araştırılmıştır. Araştırmada, Bulow ve arkadaşlarının (2021) yaptığı çalışma referans alınarak G power analizi uygulandı ve çalışma için yeterli kişi sayısı 16 olarak belirlendi. Ön testler alındıktan sonra gruplar dinamik denge skorlarına göre homojen olarak dağıtılmış, deney (n=8) ve kontrol (n=8) gurubu olarak ayrılmıştır.

#### Araştırma Grubu

Çalışmanın evrenini Mersin ilinde bulunan lisanslı erkek taekwondocular, örneklemini ise 14-17 yaş aralığında, Deney grubu (n=8) Kontrol grubu (n=8) toplam 16 (15,25±0,250) erkek taekwondocudan oluşmuştur.

#### Veri Toplama Araçları

Araştırmada dinamik denge performansının belirlenmesinde Tecnobody Pk200WL portatif denge ölçüm cihazı, sıçrama performansının belirlenmesinde iVMES dikey sıçrama ölçüm cihazı, eklem hareket açıklığı ölçümü için el gonyometresi ve maximum kuvvet özelliğinin belirlenmesinde Cybex izokinetik dinamometre cihazı ile kuvvet ölçüm testi uygulanmıştır.

### Verilerin Analizi

Verilerin analizi SPSS paket programıyla yapılmış ve verilerin dağılımı Shapiro Wilk testi ile incelenmiştir. Test sonucunda normal dağılım gösteren veriler için Paired Sample T-testi, non-parametrik dağılım gösteren veriler için ise Wilcoxon Eşleştirilmiş İki Örnek Testi ile Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyleri  $p < 0.05$  göre değerlendirilmiştir.

**Etik Beyan:** Çalışma için Mersin Üniversitesi Fen ve Mühendislik Bilimleri Etik Kurulu 17.05.2022-11 sayılı kararına göre etik kurul onayı alınmıştır.

### BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde verilerin analiz sonuçlarına ilişkin bilgiler yer almaktadır.

Tablo 1 Katılımcıların Tanımlayıcı Özellikleri

|                     | n  | Min  | Max  | $\bar{X} \pm SS$ |
|---------------------|----|------|------|------------------|
| Yaş (yıl)           | 16 | 14   | 17   | 15,25±0,250      |
| Boy Uzunluğu (cm)   | 16 | 159  | 186  | 172,19±1,862     |
| Vücut Ağırlığı (kg) | 16 | 43,7 | 73,4 | 59,206±2,010     |

Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların yaş ortalamaları 15,25±0,250 yıl, boy uzunlukları 172,19±1,862 cm, vücut ağırlıkları ise 59,206±2,010 kg olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2 Araştırma Verilerine Ait Normallik Analizi

|                     |          |            |    | Shapiro-Wilk |
|---------------------|----------|------------|----|--------------|
|                     | Ölçüm    | Statistics | Df | p            |
| Sağ Ayak Pl         | Ön Test  | ,918       | 16 | ,155         |
|                     | Son Test | ,776       | 16 | ,001*        |
| Sağ Ayak Mec-<br>Ap | Ön Test  | ,970       | 16 | ,831         |
|                     | Son Test | ,946       | 16 | ,422         |
| Sağ Ayak Mec-<br>Ml | Ön Test  | ,973       | 16 | ,879         |
|                     | Son Test | ,888       | 16 | ,052         |
| Sol Ayak Pl         | Ön Test  | ,841       | 16 | ,010*        |
|                     | Son Test | ,964       | 16 | ,727         |
| Sol Ayak Mec-<br>Ap | Ön Test  | ,970       | 16 | 0,843        |
|                     | Son Test | ,947       | 16 | ,447         |
| Sol Ayak Mec-<br>Ml | Ön Test  | ,959       | 16 | ,652         |
|                     | Son Test | ,899       | 16 | ,078         |
| Çift Ayak Pl        | Ön Test  | ,958       | 16 | ,633         |
|                     | Son Test | ,981       | 16 | ,973         |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|                         |          |      |    |       |
|-------------------------|----------|------|----|-------|
| Çift Ayak Mec-<br>Ap    | Ön Test  | ,986 | 16 | ,995  |
|                         | Son Test | ,863 | 16 | ,021* |
| Çift Ayak Mec-<br>Ml    | Ön Test  | ,922 | 16 | ,180  |
|                         | Son Test | ,949 | 16 | ,478  |
| Dikey Sıçrama           | Ön Test  | ,949 | 16 | ,467  |
|                         | Son Test | ,971 | 16 | ,848  |
| 60 Dorsifleks<br>SAĞ    | Ön Test  | ,899 | 16 | ,076  |
|                         | Son Test | ,956 | 16 | ,596  |
| 60 Plantarfleks<br>SAĞ  | Ön Test  | ,935 | 16 | ,288  |
|                         | Son Test | ,982 | 16 | ,978  |
| 60 Dorsifleks<br>SOL    | Ön Test  | ,946 | 16 | ,436  |
|                         | Son Test | ,934 | 16 | ,278  |
| 60 Plantarfleks<br>SOL  | Ön Test  | ,940 | 16 | ,348  |
|                         | Son Test | ,948 | 16 | ,453  |
| 180 Dorsifleks<br>SAĞ   | Ön Test  | ,747 | 16 | ,001* |
|                         | Son Test | ,953 | 16 | ,531  |
| 180 Plantarfleks<br>SAĞ | Ön Test  | ,932 | 16 | ,258  |
|                         | Son Test | ,932 | 16 | ,263  |
| 180 Dorsifleks<br>SOL   | Ön Test  | ,920 | 16 | ,168  |
|                         | Son Test | ,870 | 16 | ,027* |
| 180 Planterfleks<br>SOL | Ön Test  | ,923 | 16 | ,189  |
|                         | Son Test | ,919 | 16 | ,165  |
| Sağ dorsifleks          | Ön Test  | ,980 | 16 | ,964  |
|                         | Son Test | ,979 | 16 | ,957  |
| Sağ planterfleks        | Ön Test  | ,930 | 16 | ,243  |
|                         | Son Test | ,952 | 16 | ,526  |
| Sol dorsifleks          | Ön Test  | ,962 | 16 | ,691  |
|                         | Son Test | ,920 | 16 | ,171  |
| Sol planterfleks        | Ön Test  | ,939 | 16 | ,339  |
|                         | Son Test | ,961 | 16 | ,680  |

\* $p < 0.05$ .

Tablo 2 incelendiğinde normallik testi analiz sonuçlarına göre Shapiro-wilk anlamlılık kat sayısı ( $p > 0,05$ ) olarak görülen ölçüm değerleri için parametrik istatistik analizleri, ( $p < 0,05$ ) olarak görülen ölçüm değerleri için ise non-parametrik istatistik analizleri kullanılmasına karar verilmiştir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Tablo 3 Kontrol Grubu Denge Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırması

| Parametreler     | Test Sırası | n | X      | Ss     | t      | p            |
|------------------|-------------|---|--------|--------|--------|--------------|
| Sağ ayak Pl      | Ön Test     | 8 | 129,90 | 26,940 | 4,037  | <b>,005*</b> |
|                  | Son Test    | 8 | 79,82  | 21,614 |        |              |
| Sağ ayak Mec-Ap  | Ön Test     | 8 | -0,938 | 1,943  | -,005  | ,996         |
|                  | Son Test    | 8 | -0,932 | 1,495  |        |              |
| Sağ ayak Mec-Ml  | Ön Test     | 8 | -1,405 | 1,968  | 1,173  | ,279         |
|                  | Son Test    | 8 | -2,092 | 0,866  |        |              |
| Sol ayak Pl      | Ön Test     | 8 | 138,45 | 22,319 | 5,312  | <b>,001*</b> |
|                  | Son Test    | 8 | 87,96  | 19,982 |        |              |
| Sol ayak Mec-Ap  | Ön Test     | 8 | -0,52  | 1,666  | -1,733 | ,127         |
|                  | Son Test    | 8 | 0,36   | 1,606  |        |              |
| Sol ayak Mec-Ml  | Ön Test     | 8 | -3,92  | 0,990  | ,399   | ,701         |
|                  | Son Test    | 8 | -4,30  | 2,534  |        |              |
| Çift ayak Pl     | Ön Test     | 8 | 345,82 | 67,327 | 4,410  | <b>,003*</b> |
|                  | Son Test    | 8 | 261,41 | 73,469 |        |              |
| Çift ayak Mec-Ap | Ön Test     | 8 | -1,41  | 0,972  | ,369   | ,723         |
|                  | Son Test    | 8 | -1,61  | 1,168  |        |              |
| Çift ayak Mec-Ml | Ön Test     | 8 | -2,93  | 1,130  | -,410  | ,694         |
|                  | Son Test    | 8 | -2,67  | 1,518  |        |              |

**\*p<0.05.**

Tablo 3 incelendiğinde kontrol grubunun ön test ve son test sonucunun karşılaştırılmasında sağ ayak Pl, Sol ayak Pl ve Çift ayak Pl değerleri arasında anlamlı bir fark bulunurken ( $p<0,05$ ), diğer parametreler arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 4 Deney Grubunun Denge Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırması

| Parametreler     | Test Sırası | n | X      | Ss     | T      | p            |
|------------------|-------------|---|--------|--------|--------|--------------|
| Sağ ayak Pl      | Ön Test     | 8 | 131,77 | 36,409 | 2,508  | <b>,041*</b> |
|                  | Son Test    | 8 | 97,81  | 54,383 |        |              |
| Sağ ayak Mec-Ap  | Ön Test     | 8 | -0,916 | 2,171  | -,420  | ,687         |
|                  | Son Test    | 8 | -0,576 | 0,872  |        |              |
| Sağ ayak Mec-Ml  | Ön Test     | 8 | -1,581 | 1,753  | -,517  | ,621         |
|                  | Son Test    | 8 | -1,255 | 1,300  |        |              |
| Sol ayak Pl      | Ön Test     | 8 | 133,66 | 50,621 | 2,129  | ,071         |
|                  | Son Test    | 8 | 100,61 | 24,220 |        |              |
| Sol ayak Mec-Ap  | Ön Test     | 8 | -1,29  | 1,759  | ,226   | ,828         |
|                  | Son Test    | 8 | -1,49  | 2,252  |        |              |
| Sol ayak Mec-Ml  | Ön Test     | 8 | -4,27  | 1,800  | -,298  | ,774         |
|                  | Son Test    | 8 | -4,10  | 1,967  |        |              |
| Çift ayak Pl     | Ön Test     | 8 | 350,39 | 85,834 | -,298  | ,774         |
|                  | Son Test    | 8 | 258,46 | 43,041 |        |              |
| Çift ayak Mec-Ap | Ön Test     | 8 | -1,29  | 1,095  | ,361   | ,729         |
|                  | Son Test    | 8 | -1,48  | 1,630  |        |              |
| Çift ayak Mec-Ml | Ön Test     | 8 | -3,29  | 1,107  | -1,356 | ,217         |
|                  | Son Test    | 8 | -2,98  | 1,073  |        |              |

**\*p<0.05.**

Tablo 4 incelendiğinde tüm parametreler arasında sadece Sağ ayak PI parametresinde istatistiksel anlamda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ).

Tablo 5 *Gruplar Arası Denge Ön Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Ön Test          | Gruplar | n | X      | Ss     | T     | p    |
|------------------|---------|---|--------|--------|-------|------|
| Sağ ayak PI      | Deney   | 8 | 131,77 | 36,409 | ,116  | ,909 |
|                  | Kontrol | 8 | 129,90 | 26,940 |       |      |
| Sağ ayak Mec-Ap  | Deney   | 8 | -0,91  | 2,171  | ,022  | ,983 |
|                  | Kontrol | 8 | -0,93  | 1,943  |       |      |
| Sağ ayak Mec-MI  | Deney   | 8 | -1,58  | 1,753  | -,189 | ,853 |
|                  | Kontrol | 8 | -1,40  | 1,968  |       |      |
| Sol ayak Mec-Ap  | Deney   | 8 | -1,29  | 1,759  | -,898 | ,384 |
|                  | Kontrol | 8 | -0,52  | 1,666  |       |      |
| Sol ayak Mec-MI  | Deney   | 8 | -4,27  | 1,800  | -,477 | ,641 |
|                  | Kontrol | 8 | -3,92  | 0,990  |       |      |
| Çift ayak PI     | Deney   | 8 | 350,39 | 85,834 | ,119  | ,907 |
|                  | Kontrol | 8 | 345,82 | 67,327 |       |      |
| Çift ayak Mec-Ap | Deney   | 8 | -1,29  | 1,095  | ,244  | ,811 |
|                  | Kontrol | 8 | -1,41  | 0,972  |       |      |
| Çift ayak Mec-MI | Deney   | 8 | -3,29  | 1,107  | -,652 | ,525 |
|                  | Kontrol | 8 | -2,93  | 1,130  |       |      |

$p < 0,05$ .

Tablo 5'e göre çalışma ve kontrol gruplarının bağımsız örneklem t testi sonucunda bu iki grup arasında tüm parametrelerde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

Tablo 6 *Gruplar Arası Denge Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Parametreler     | Gruplar | n | X      | Ss     | T     | p    |
|------------------|---------|---|--------|--------|-------|------|
| Sağ ayak Mec-Ap  | Deney   | 8 | -0,57  | 0,872  | -,189 | ,853 |
|                  | Kontrol | 8 | -0,93  | 1,495  |       |      |
| Sağ ayak Mec-MI  | Deney   | 8 | -1,25  | 1,300  | 1,516 | ,152 |
|                  | Kontrol | 8 | -2,09  | 0,866  |       |      |
| Sol ayak PI      | Deney   | 8 | 100,61 | 24,220 | 1,139 | ,274 |
|                  | Kontrol | 8 | 87,96  | 19,982 |       |      |
| Sol ayak Mec-Ap  | Deney   | 8 | -1,49  | 2,252  | ,582  | ,570 |
|                  | Kontrol | 8 | 0,36   | 1,606  |       |      |
| Sol ayak Mec-MI  | Deney   | 8 | -4,10  | 1,967  | ,173  | ,865 |
|                  | Kontrol | 8 | -4,30  | 2,534  |       |      |
| Çift ayak PI     | Deney   | 8 | 258,46 | 43,041 | -,475 | ,642 |
|                  | Kontrol | 8 | 261,41 | 73,469 |       |      |
| Çift ayak Mec-MI | Deney   | 8 | -2,98  | 1,073  | -,475 | ,642 |
|                  | Kontrol | 8 | -2,67  | 1,518  |       |      |

$p < 0,05$ .

Tablo 6 incelendiğinde çalışma ve kontrol gruplarının bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm parametrelerde bu iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p > 0,05$ ).

Tablo 7 Gruplar Arası Denge Ön Test Sonuçlarının Karşılaştırılması

| Ön Test     | Gruplar | n | Sıra Ortalaması | Sıra Toplamı | U      | p    |
|-------------|---------|---|-----------------|--------------|--------|------|
| Sol ayak Pl | Deney   | 8 | 7,50            | 60,00        | 24,000 | ,401 |
|             | Kontrol | 8 | 9,50            | 76,00        |        |      |

**p<0.05.**

Tablo 7'e bakıldığında çalışma ve kontrol gruplarının Sol ayak Pl ön test skor ortalamalarından elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Mann-Whitney U testi sonuçları incelendiğinde iki grup arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (p<0,05).

Tablo 8 Kontrol Grubunun Eklem Hareket Açıklığı Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması

| Parametreler     | Test Sırası | n | x      | Ss    | t      | p            |
|------------------|-------------|---|--------|-------|--------|--------------|
| Sağ dorsifleks   | Ön Test     | 8 | 83,25  | 7,440 | 3,005  | <b>,020*</b> |
|                  | Son Test    | 8 | 80,00  | 8,586 |        |              |
| Sağ planterfleks | Ön Test     | 8 | 166,38 | 7,170 | -2,275 | ,057         |
|                  | Son Test    | 8 | 168,50 | 7,426 |        |              |
| Sol dorsifleks   | Ön Test     | 8 | 82,00  | 3,928 | 1,897  | ,100         |
|                  | Son Test    | 8 | 79,00  | 6,803 |        |              |
| Sol planterfleks | Ön Test     | 8 | 162,50 | 8,880 | -2,111 | ,073         |
|                  | Son Test    | 8 | 166,00 | 8,783 |        |              |

**\*p<0.05.**

Tablo 8 incelendiğinde, yapılan analiz sonucunda tüm parametreler arasında sadece Sağ df parametresinde istatistiksel anlamda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p<0,05).

Tablo 9 Deney Grubunun Eklem Hareket Açıklığı Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması

| Parametreler     | Test Sırası | n | X      | Ss    | T      | P            |
|------------------|-------------|---|--------|-------|--------|--------------|
| Sağ dorsifleks   | Ön Test     | 8 | 81,50  | 7,764 | ,878   | ,409         |
|                  | Son Test    | 8 | 79,25  | 6,944 |        |              |
| Sağ planterfleks | Ön Test     | 8 | 162,25 | 3,991 | -6,065 | <b>,001*</b> |
|                  | Son Test    | 8 | 164,38 | 3,998 |        |              |
| Sol dorsifleks   | Ön Test     | 8 | 80,00  | 7,672 | ,091   | ,930         |
|                  | Son Test    | 8 | 79,88  | 6,198 |        |              |
| Sol planterfleks | Ön Test     | 8 | 159,75 | 5,874 | -,579  | ,581         |
|                  | Son Test    | 8 | 161,25 | 7,086 |        |              |

**\*p<0.05.**

Tablo 9 incelendiğinde yapılan analiz sonucunda sağ planter fleksiyon parametresinde istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (p>0,05).



Tablo 10 *Gruplar Arası Eklem Hareket Açıklığı Ön Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Ön Test          | Gruplar       | n | X      | Ss    | T      | P    |
|------------------|---------------|---|--------|-------|--------|------|
| Sağ dorsifleks   | Deney         | 8 | 81,50  | 7,764 | -,460  | ,652 |
|                  | Kontrol Grubu | 8 | 83,25  | 7,440 |        |      |
| Sağ planterfleks | Deney         | 8 | 162,25 | 3,991 | -1,422 | ,177 |
|                  | Kontrol       | 8 | 166,38 | 7,170 |        |      |
| Sol dorsifleks   | Deney         | 8 | 80,00  | 7,672 | -,656  | ,522 |
|                  | Kontrol       | 8 | 82,00  | 3,928 |        |      |
| Sol planterfleks | Deney         | 8 | 159,75 | 5,874 | -,731  | ,479 |
|                  | Kontrol       | 8 | 162,50 | 8,880 |        |      |

Tablo 10'e göre çalışma ve kontrol gruplarının bağımsız örneklem t testi sonucunda bu iki grup arasında tüm parametrelerde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 11 *Gruplar Arası Eklem Hareket Açıklığı Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Parametreler     | Gruplar | n | X      | Ss    | T      | p    |
|------------------|---------|---|--------|-------|--------|------|
| Sağ dorsifleks   | Deney   | 8 | 79,25  | 6,944 | -,192  | ,850 |
|                  | Kontrol | 8 | 80,00  | 8,586 |        |      |
| Sağ planterfleks | Deney   | 8 | 164,38 | 3,998 | -1,383 | ,188 |
|                  | Kontrol | 8 | 168,50 | 7,426 |        |      |
| Sol dorsifleks   | Deney   | 8 | 79,88  | 6,198 | ,269   | ,792 |
|                  | Kontrol | 8 | 79,00  | 6,803 |        |      |
| Sol planterfleks | Deney   | 8 | 161,25 | 7,086 | -1,190 | ,254 |
|                  | Kontrol | 8 | 166,00 | 8,783 |        |      |

Tablo 11 incelendiğinde çalışma ve kontrol gruplarının bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm parametrelerde bu iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 12 *Kontrol Grubunun Dikey Sıçrama Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Parametreler  | Test Sırası | n | X     | Ss    | T      | p            |
|---------------|-------------|---|-------|-------|--------|--------------|
| Dikey Sıçrama | Ön Test     | 8 | 37,95 | 6,561 | -2,937 | <b>,022*</b> |
|               | Son Test    | 8 | 41,03 | 5,203 |        |              |

**\* $p<0.05$ .**

Tablo 12 incelendiğinde yapılan analiz sonucunda grupların ön test ve son testleri arasında istatistiksel bakımdan anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ).

Tablo 13 *Deney Grubunun Dikey Sıçrama Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Parametreler  | Test Sırası | n | X     | Ss    | T      | p    |
|---------------|-------------|---|-------|-------|--------|------|
| Dikey Sıçrama | Ön Test     | 8 | 34,52 | 4,665 | -1,868 | ,104 |
|               | Son Test    | 8 | 37,13 | 4,180 |        |      |

Tablo 13 incelendiğinde çalışma grubunun analiz sonucunda istatistiksel bakımdan anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ( $p>0,05$ ).

Tablo 14 Gruplar Arası Dikey sıçrama Ön Test Sonuçlarının Karşılaştırılması

| Ön Test       | Gruplar | n | X     | Ss    | T      | P    |
|---------------|---------|---|-------|-------|--------|------|
| Dikey Sıçrama | Deney   | 8 | 34,52 | 4,665 | -1,204 | ,249 |
|               | Kontrol | 8 | 37,95 | 6,561 |        |      |

Tablo 14'e göre çalışma ve kontrol gruplarının bağımsız örneklem t testi sonucunda bu iki grup arasında tüm parametrelerde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 15 Gruplar Arası Dikey Sıçrama Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması

| Parametreler  | Gruplar | n | X     | Ss    | t      | p    |
|---------------|---------|---|-------|-------|--------|------|
| Dikey Sıçrama | Deney   | 8 | 37,13 | 4,180 | -1,653 | ,121 |
|               | Kontrol | 8 | 41,03 | 5,203 |        |      |

Tablo 15 incelendiğinde çalışma ve kontrol gruplarının bağımsız örneklem t testi sonucunda bu iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 16 Kontrol Grubunun İzokinetik Kuvvet Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırması

| Parametreler        | Test Sırası | n | X     | Ss     | t      | p            |
|---------------------|-------------|---|-------|--------|--------|--------------|
| 60 Dorsiflex sağ    | Ön Test     | 8 | 21,75 | 2,188  | -1,740 | ,125         |
|                     | Son Test    | 8 | 23,75 | 3,240  |        |              |
| 60 Dorsiflex sol    | Ön Test     | 8 | 20,75 | 1,982  | -5,093 | <b>,001*</b> |
|                     | Son Test    | 8 | 26,00 | 2,928  |        |              |
| 60 Planterflex sağ  | Ön Test     | 8 | 56,88 | 17,075 | -1,856 | ,106         |
|                     | Son Test    | 8 | 65,75 | 21,486 |        |              |
| 60 Planterflex sol  | Ön Test     | 8 | 71,63 | 22,450 | -,510  | ,626         |
|                     | Son Test    | 8 | 74,25 | 20,415 |        |              |
| 180 Dorsiflex sağ   | Ön Test     | 8 | 16,13 | 2,416  | -1,595 | ,155         |
|                     | Son Test    | 8 | 17,13 | 3,091  |        |              |
| 180 Dorsiflex sol   | Ön Test     | 8 | 15,50 | 2,000  | -4,660 | <b>,002*</b> |
|                     | Son Test    | 8 | 18,25 | 2,816  |        |              |
| 180 Planterflex sağ | Ön Test     | 8 | 31,63 | 9,365  | -1,181 | ,276         |
|                     | Son Test    | 8 | 37,13 | 15,679 |        |              |
| 180 Planterflex sol | Ön Test     | 8 | 37,25 | 11,865 | -2,196 | ,064         |
|                     | Son Test    | 8 | 42,38 | 17,501 |        |              |

**\* $p<0.05$ .**

Tablo 16 incelendiğinde kontrol grubunun bağımsız örneklem t testi sonucunda 60 df sağ, 60 pf sağ, 60 pf sol, 180 df sağ, 180 pf sağ ve 180 pf sol parametreleri arasında anlamlı farklılık görünmezken ( $p>0.05$ ), 60 df sol ve 180 df sol parametreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ( $p<0.05$ ).

Tablo 17 Deney Grubunun İzokinetik Kuvvet Ön Test ve Son Test Sonuçlarının Karşılaştırması

| Parametreler         | Test Sırası | n | X     | Ss    | t      | p    |
|----------------------|-------------|---|-------|-------|--------|------|
| 60 Dorsiflex Sağ     | Ön Test     | 8 | 23,38 | 7,963 | -1,084 | ,314 |
|                      | Son Test    | 8 | 25,88 | 3,603 |        |      |
| 60 Dorsiflex sol     | Ön Test     | 8 | 21,13 | 1,563 | -2,277 | ,057 |
|                      | Son Test    | 8 | 26,75 | 2,297 |        |      |
| 60 Planterflex sağ   | Ön Test     | 8 | 54,13 | 9,299 | -2,344 | ,052 |
|                      | Son Test    | 8 | 63,00 | 6,574 |        |      |
| 60 Planterflex sol   | Ön Test     | 8 | 57,88 | 8,410 | 0,351  | ,736 |
|                      | Son Test    | 8 | 56,13 | 5,562 |        |      |
| 180 Dorsiflex sağ ön | Ön Test     | 8 | 16,88 | 1,469 | -0,962 | ,368 |
|                      | Son Test    | 8 | 18,75 | 1,048 |        |      |
| 180 Dorsiflex sol    | Ön Test     | 8 | 16,50 | 0,982 | -1,095 | ,310 |
|                      | Son Test    | 8 | 19,25 | 2,258 |        |      |
| 180 Planterflex sağ  | Ön Test     | 8 | 33,38 | 6,489 | ,910   | ,393 |
|                      | Son Test    | 8 | 30,63 | 5,127 |        |      |
| 180 Planterflex sol  | Ön Test     | 8 | 29,25 | 4,467 | -1,314 | ,230 |
|                      | Son Test    | 8 | 35,25 | 4,495 |        |      |

**p<0.05.**

Tablo 17 incelendiğinde çalışma grubunun bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm parametrelerde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 18 Gruplar Arası İzokinetik Kuvvet Ön Test Sonuçlarının Karşılaştırılması

| Ön Test    | Gruplar | N | X     | Ss     | t      | P    |
|------------|---------|---|-------|--------|--------|------|
| 60 DF SAĞ  | Deney   | 8 | 23,38 | 7,963  | ,557   | ,587 |
|            | Kontrol | 8 | 21,75 | 2,188  |        |      |
| 60 PF SAĞ  | Deney   | 8 | 54,13 | 26,303 | -,248  | ,808 |
|            | Kontrol | 8 | 56,88 | 17,075 |        |      |
| 60 DF SOL  | Deney   | 8 | 21,13 | 4,422  | ,219   | ,830 |
|            | Kontrol | 8 | 20,75 | 1,982  |        |      |
| 60 PF SOL  | Deney   | 8 | 57,88 | 23,787 | -1,189 | ,254 |
|            | Kontrol | 8 | 71,63 | 22,450 |        |      |
| 180 PF SAĞ | Deney   | 8 | 33,38 | 18,353 | ,240   | ,815 |
|            | Kontrol | 8 | 31,63 | 9,365  |        |      |
| 180 DF SOL | Deney   | 8 | 16,50 | 2,777  | ,826   | ,424 |
|            | Kontrol | 8 | 15,50 | 2,000  |        |      |
| 180 PF SOL | Deney   | 8 | 29,25 | 12,635 | -1,305 | ,213 |
|            | Kontrol | 8 | 37,25 | 11,865 |        |      |

**p<0.05.**

Tablo 18'e göre çalışma ve kontrol gruplarının bağımsız örneklem t testi sonucunda bu iki grup arasında tüm parametrelerde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 19 *Gruplar Arası İzokinetik Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Parametreler | Gruplar | n | X     | Ss     | t      | p    |
|--------------|---------|---|-------|--------|--------|------|
| 60 DF SAĞ    | Deney   | 8 | 25,88 | 3,603  | 1,240  | ,235 |
|              | Kontrol | 8 | 23,75 | 3,240  |        |      |
| 60 PF SAĞ    | Deney   | 8 | 63,00 | 18,593 | -,274  | ,788 |
|              | Kontrol | 8 | 65,75 | 21,486 |        |      |
| 60 DF SOL    | Deney   | 8 | 26,75 | 6,497  | ,298   | ,770 |
|              | Kontrol | 8 | 26,00 | 2,928  |        |      |
| 60 PF SOL    | Deney   | 8 | 56,13 | 15,959 | -1,189 | ,254 |
|              | Kontrol | 8 | 74,25 | 20,415 |        |      |
| 180 DF SAĞ   | Deney   | 8 | 18,75 | 2,964  | 1,073  | ,301 |
|              | Kontrol | 8 | 17,13 | 3,091  |        |      |
| 180 PF SAĞ   | Deney   | 8 | 30,63 | 14,501 | 1,073  | ,301 |
|              | Kontrol | 8 | 37,13 | 15,679 |        |      |
| 180 PF SOL   | Deney   | 8 | 35,25 | 12,714 | -,932  | ,367 |
|              | Kontrol | 8 | 42,38 | 17,501 |        |      |

**$p<0.05$ .**

Tablo 19 incelendiğinde çalışma ve kontrol gruplarının bağımsız örneklem t testi sonucunda tüm parametrelerde bu iki grup arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 20 *Gruplar Arası İzokinetik Kuvvet Ön Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Ön Test    | Gruplar | n | Sıra Ortalaması | Sıra Toplamı | U      | p     |
|------------|---------|---|-----------------|--------------|--------|-------|
| 180 DF SAĞ | Deney   | 8 | 8,50            | 68,00        | 32,000 | 1,000 |
|            | Kontrol | 8 | 8,50            | 68,00        |        |       |

**$p<0.05$ .**

Tablo 20'e bakıldığında çalışma ve kontrol gruplarının 180 DF SAĞ ön test skor ortalamalarından elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Mann-Whitney U testi sonuçları incelendiğinde iki grup arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ( $p<0,05$ ).

Tablo 21 *Gruplar Arası Denge Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması*

| Parametreler     | Gruplar | n | Sıra Ortalaması | Sıra Toplamı | U      | p    |
|------------------|---------|---|-----------------|--------------|--------|------|
| Sağ ayak Pl      | Deney   | 8 | 8,75            | 70,00        | 30,000 | ,834 |
|                  | Kontrol | 8 | 8,25            | 66,00        |        |      |
| Çift ayak Mec-Ap | Deney   | 8 | 8,75            | 70,00        | 30,000 | ,834 |
|                  | Kontrol | 8 | 8,25            | 66,00        |        |      |

**$p<0.05$ .**

Tablo 21 incelendiğinde çalışma ve kontrol gruplarının; Sağ ayak Pl ve Çift ayak Mec-Ap son test skor ortalamaları elde ettikleri puanların karşılaştırması verilmektedir. Mann-

Whitney U testi sonuçları incelendiğinde tüm parametrelerde iki grup arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ( $p>0,05$ ).

Tablo 22 Gruplar Arası İzokinetik Kuvvet Son Test Sonuçlarının Karşılaştırılması

| Parametreler | Gruplar | n | Sıra Ortalaması | Sıra Toplamı | U      | p    |
|--------------|---------|---|-----------------|--------------|--------|------|
| 180 DF SOL   | Deney   | 8 | 7,81            | 62,50        | 26,500 | ,556 |
|              | Kontrol | 8 | 9,19            | 73,50        |        |      |

**$p<0.05$ .**

Tablo 22 incelendiğinde çalışma ve kontrol gruplarının 180 df sol son test skor ortalamaları elde ettikleri puanların karşılaştırılması verilmektedir. Mann-Whitney U testi sonuçları incelendiğinde tüm parametrelerde iki grup arasında anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ( $p>0.05$ ).

### TARTIŞMA

Bu çalışmada taekwondocularda 8 haftalık pertürbasyon egzersiz programının denge ve alt ekstremite kuvveti üzerine etkisi araştırılmıştır. Çalışmada kontrol grubuna sadece taekwondo antrenmanları uygulatılırken, deney grubuna tekwondo antrenmanlarına ek olarak 8 hafta boyunca pertürbasyon egzersizleri uygulatılmıştır. Çalışma sonunda 8 hafta süreyle uygulanan taekwondo antrenmanları ve pertürbasyon egzersizlerinin dinamik denge, eklem hareket açıklığı ve alt ekstremite bacak kuvveti üzerine etkileri grup içi ve gruplar arası olarak karşılaştırılmıştır.

Bu çalışmada dinamik denge parametresinde, deney grubunun dinamik denge ön test ve son test dinamik denge sağ ayak primeter length (ön test ortalaması  $131,77\pm36,409$  son test ortalaması  $97,81\pm54,383$ ) ve kontrol grubunun dinamik denge sağ ayak primeter length (ön test ortalaması  $129,90\pm26,940$  son test ortalaması  $79,82\pm21,614$ ) sol ayak primeter length (ön test ortalaması  $138,45\pm22,319$  son test ortalaması  $87,96\pm19,982$ ) ve çift ayak primeter length (ön test ortalaması  $345,82\pm67,327$  son test ortalaması  $261,41\pm73,469$ ) değerlerinde istatistiksel olarak fark bulunmuştur. Diğer denge değerlerinde fark görülmesine rağmen istatistiksel bakımdan anlamlı bulunmamıştır ( $p>0.05$ ). Bu çalışmayla paralel olarak Sarıkaya (2022), 12-14 yaş kadın taekwondocularda bosu topu ile yapılan propreseptif antrenmanların bazı biyomotor özelliklere etkisinin incelendiği çalışmasında; kontrol ve deney grubunda, grup içi ve gruplar arası dinamik denge skorlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit etmiştir ( $p<0,05$ ). Gruplar arası son test dinamik denge değerlerinde deney grubunun lehine anlamlı bir farklılığın olduğu belirtilmiştir. Ayrıca grup içi değerlerin değişim oranına bakıldığında deney grubunun bütün parametrelerinde anlamlı bir farklılık bulunmuş olup, kontrol grubunun ise bazı parametrelerinde (sağ salınım değeri, sağa salınım reaksiyon zamanı) istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olduğu gözlemlenmiştir ( $p<0.05$ ). Bu sonuçlar neticesinde taekwondo antrenmanlarına ek olarak yapılan bosu egzersizlerinin, sporcuların antrenman ve müsabakalardaki performansına daha fazla katkı sağlayabileceği belirtmiştir. Yentürk (2018), 9-12 yaş aralığında 30 judo sporcusu ile 8 haftalık ekstra denge antrenmanlarının denge ve bazı parametreler (esneklik, denge, anaerobik güç) üzerine etkisini incelediği çalışmada deney ve kontrol grubu denge sonuçlarında önemli ölçüde gelişme gözlemlendiğini bildirmiştir ( $p<0.05$ ). Deney ve kontrol grupları karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $p>0.05$ ). Arslan (2010), aktif taekwondo sporcularında propriyosepsiyon egzersizlerinin dinamik postural kontrol üzerine etkisini araştırdığı çalışmada 13 erkek 13 kadın sporcuyla deney grubunu, 8 erkek ve 8 kadın sporcuyla kontrol grubunu rastgele oluşturmuştur. Bosu toplarıyla gerçekleştirilen 8 haftalık propriyosepsiyon egzersizleri sonucunda elde ettikleri bulgularda, deney grubu kadın sporcularının dinamik postural kontrol testinde daha fazla performans gösterdiklerini gözlemlenmiş ve uyguladıkları analiz sonucunda deney grubu denge parametrelerinde istatistiksel olarak anlamlı fark olduğunu belirtmiştir ( $p<0.05$ ). Çalışkan

(2020), 14-15 yaş aralığında 23 güreş sporcusuyla gerçekleştirdiği çalışmasında; izokinetik kas kuvveti ile denge ve anaerobik güç parametreleri arasındaki ilişkilerini incelemiş, sporcuların sağ ve sol ayak 60, 120 ve 180 derece izokinetik kuvvet parametreleri ile gözler açık ve gözler kapalı statik denge skorları arasında anlamlı bir fark bulunmadığını ( $p>0.05$ ) fakat dinamik denge değerleri ile anaerobik güç parametreleri arasında anlamlı bir fark tespit edildiğini belirtmiştir ( $p<0.05$ ). Fişek (2019), 15-16 yaş grubu 25 erkek basketbolcu ( $15,57\pm 0,52$  yaş/yıl) ile sabit ve sabit olmayan yüzeylerde uyguladığı 6 haftalık denge antrenmanlarının denge ve pas hızına etkisini araştırdığı çalışmada, grupları sabit ve sabit olmayan yüzeylerde çalışmak üzere homojen olarak iki gruba ayırmıştır. Çalışma sonucu analizlere göre, gruplar arası yapılan karşılaştırmalarda; sabit olmayan yüzey denge egzersizleri uygulanan grup son test sonuçlarında anlamlı bir farklılık tespit edildiği belirtilmiştir ( $p<0.05$ ). Dülger (2020), 16-26 yaş aralığında 40 erkek hentbolcu ile gerçekleştirdiği bacak kuvveti ve sıçrama performansının denge üzerine etkisini araştırdığı çalışmada analizler sonucunda, araştırma grubunun dikey sıçrama verileri ile açık göz ve kapalı göz statik denge ve çift ayak dinamik denge değerleri arasındaki ilişkide negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edildiğini belirtmiştir. Bununla birlikte istatistiksel olarak anlamlı olmasa da dikey sıçrama ile açık göz sağa-sola sapma denge değerleri arasında pozitif yönde bir ilişki olduğunu belirtirken dikey sıçrama ile kapalı göz öne-arkaya salınım denge değerleri arasında da negatif yönde bir ilişkinin gözlemlendiğini belirtmiştir. Sesli (2020), taekwondoda vestibüler egzersizlerin denge ve reaksiyon sürati üzerine etkisini incelemek için 12-17 yaş grubu 40 taekwondo sporcusunu rastgele iki gruba ( $n=20$   $n=20$ ) ayırmış ve 12 haftalık bir antrenman programı uygulamıştır. Çalışma sonucunda deney grubuna uygulanan flamingo denge testi sonucu değerlendirilmiş ve denge değerlerinde anlamlı bir farklılık tespit edildiği belirtilmiştir ( $p<0.05$ ). Kaplan ve arkadaşları (2020), 66 adolesan tekvando sporcularında pliometrik eğitimin denge üzerine etkisini araştırmak amacıyla yapılan çalışma incelendiğinde, hem eğitim grubunda hem de kontrol grupları çalışma süresince dengede gelişme gösterdiğini bildirmişlerdir. Pliometrik egzersiz eğitimi kısa dönemde denge üzerinde etkisinin olduğunu söylemekle birlikte rutin taekwondo antrenmanlarıyla benzer etkilere sahip olduğunu belirtmişlerdir. Deney ve kontrol grubu denge değerlendirmesi için y denge testi kullandıklarını belirtmişlerdir. 6 haftalık antrenman programlarından sonra deney ve kontrol grubunun denge değerlerinin grup içi ve gruplararası karşılaştırılmaları eğitim öncesi ve sonrasında benzer olduğunu, her iki grubunda denge değerlerinde artış gözlemlendiğini fakat sadece kontrol grubunun sol ayak denge değeri değişmediği belirtilmişlerdir. Korkmaz (2007), 7 kız 13 erkek 20 ( $26,15\pm 5,6$ ) profesyonel dansçıya denge tahtası ile 10 haftalık propriyoseptif egzersiz uygulamıştır. Çalışma öncesi ve sonrası elde edilen bulgular incelendiğinde; nondominant ayak dengesinde ileri derecede anlamlı gelişme görüldüğünü bildirmiştir. Gözler açık dominant ayak dengesinde gelişme görüldüğünü fakat istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığını belirtmiştir ( $p>0.05$ ).

Literatür incelendiğinde spesifik olarak taekwondocularda pertürbasyon çalışmalarına rastlanılmamıştır. Ancak farklı denge çalışmaları bulunmaktadır. İncelen çalışmalara paralel olarak pertürbasyon egzersizlerinin taekwondocularda dinamik denge alt ekstremite kuvvetine etkisinin araştırılışı bu çalışmada dinamik denge skorları incelendiğinde deney ve kontrol grubu dinamik denge parametreleri son test sonuçlarının hepsinde farklılık tespit edilmiş fakat sadece deney grubu sağ ayak pl parametresinde (ön test ortalaması  $131,77\pm 36,409$  son test ortalaması  $97,81\pm 54,383$ ) ve kontrol grubunun dinamik denge ön test ve son test sağ ayak pl (ön test ortalaması  $129,90\pm 26,940$  son test ortalaması  $79,82\pm 21,614$ ) sol ayak pl (ön test ortalaması  $138,45\pm 22,319$  son test ortalaması  $87,96\pm 19,982$ ) ve çift ayak pl (ön test ortalaması  $345,82\pm 67,327$  son test ortalaması  $261,41\pm 73,469$ ) değerlerinde istatistiksel olarak fark bulunmuştur ( $p<0.05$ ). İstatistiksel sonuçlar göz önünde bulundurulduğunda ve literatür incelendiğinde pertürbasyon egzersizlerinin dinamik denge becerisini geliştirebileceği fakat uygulanan pertürbasyon

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

egzersizlerinin denge yeteneğini optimal düzeyde geliştirmesi için, egzersizlerin şiddet ve kapsamının artırılması gerektiği düşünülmektedir.

Bu çalışmada izokinetik kuvvet test sonuçları incelendiğinde; her iki grubunda dikey sıçrama ve izokinetik kuvvet ölçümlerinde grup içi farklar tespiti edilmiş fakat sadece kontrol grubunun dikey sıçrama ön test ve son test parametresinde ön test ortalaması (37,95±6,561 son test ortalaması 41,03±5,203 ) ve izokinetik kuvvet ön test ve son test 60 dorsiflexion sol ( ön test 20,75±1,982 son test 26,00±2,928 ) ve 180 dorsiflexion sol parametreleri ( ön test 15,50±2,000 son test 18,25±2,816 ) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur (p<0.05). Yoo ve arkadaşları (2018), 30 sporcunun katılımı ile kadın ve erkeklerden oluşan taekwondocularla yaptığı çalışmada grupları 3'e ayırmıştır. Gruplar, propriyosepsiyon antrenman grubu, alt ekstremite kas kuvveti antrenman grubu ve kontrol grubu olarak belirlenmiştir. Çalışma sonuçlarına göre tüm gruplarda anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<0.05). Propriyosepsiyon eğitiminin alt ekstremite kas kuvvetlendirme eğitiminin taekwondocularda atletik performansı iyileştirdiği ve sporcuların taekwondoya özgü tek ayak duruşunu sürdürme konusundaki beceri düzeylerini yükselttiği bildirmiştir. Bu nedenle, bu antrenman yöntemlerinin taekwondo antrenman programlarına uygulanması, taekwondo sporcularının yarışma performansını artırmada olumlu bir etkiye sahip olabileceğini belirtmişlerdir (Yoo ve ark., 2018). Bir başka çalışmada Taylor, (2011), Alt ekstremite kuvvetinin fiziksel performans ve yaralanma riski üzerindeki etkileri incelediğinde; Pertürbasyon eğitiminin alt ekstremite yaralanmalarını iyileştirmede etkili bir yöntem olduğu ve atletik yaralanma riskini azaltabileceği sonucuna ulaşılmıştır. Rehabilitasyon veya uygulama ortamlarına kolayca dahil edilebilen pertürbasyon egzersizlerinin, eklem stabilitesini arttırdığı ve nöromüsküler kontrole yol açtığı belirlenmiş ve bununla birlikte hem fizyolojik hem de fonksiyonel gelişmeler bulunmuştur. Yıldırım (2021) 14-18 yaş arasında 19 profesyonel taekwondo sporcusunu bir grup olarak, 19 amatör taekwondo sporcusunu bir grup olarak ve diğer 14 sporcuyu kontrol grubu olarak belirlemiştir ve diz izokinetik kassal kuvvet ve endurans, dinamik denge ve dikey sıçrama performansının incelemiştir. Çalışma sonucunda, izokinetik kassal kuvvet testi sonuçlarına göre 60°/sn açısal hızda profesyonel grubun dominant ve dominant olmayan bacak quadriceps kası ve dominant taraf hamstring kası tepe torku en yüksek olan grup olarak belirtmiştir (p<0,05). 120°/sn açısal hızda profesyonel grupta dominant olmayan taraf quadriceps kasının tepe torkunun anlamlı derecede yüksek bulunduğu belirtilmiştir. Bir başka çalışmada bosu toplarıyla yapılan 8 haftalık antrenman programına 12-14 yaş aralığında 30 kadın taekwondo sporcusu katılmış, çalışma sonucunda elde edilen bulgular incelendiğinde bacak kuvveti değerleri deney ve kontrol grubunun ön test ve son test gruplar arası karşılaştırmasında istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmediği belirtilmiş (p>0.05). Deney grubunun grup içi karşılaştırmasında ise %16.25 oranında bir gelişim bulunduğu ve istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu tespit edildiği belirtilmiştir (p<0.001). (Sarıkaya, 2022).. Çevik (2021), tek grup 10 voleybol sporcusuyla gerçekleştirdiği 6 haftalık pliometrik ve nöromüsküler egzersizin dikey sıçrama, denge ve esneklik üzerine etkisini araştırdığı çalışma sonucunda, dikey sıçrama, dinamik denge ve esneklik parametrelerinde istatistiksel olarak fark tespit edildiğini belirtmiştir. İncelen bir başka çalışmada, deney ve kontrol gruplu 22 erkek (15,86±1,08) hentbol sporcusunun katıldığı, alt ekstremiteye yönelik, instabil zemin üzerinde uygulanan propriyoseptif ve nöromüsküler egzersizlerin tek bacak dikey sıçrama performansı ve bacak kuvveti üzerindeki etkisinin incelendiği araştırma sonucunda, gruplar arası analizlerde, deney grubunun dikey sıçrama ve bacak kuvveti ölçümlerinin kontrol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı çıktığı belirtilmiştir (p<0.05). (Küçükylmaz, 2020).

Yapılan araştırmada eklem hareket ölçümleri grup içi değerlerde farklar gözlenmiş fakat sadece deney grubunun sağ planter fleksiyon eklem hareket açıklığı parametresinde (ön test ortalaması 162,25±3,991 son test ortalaması 164,38±3,998) ve kontrol grubunun ön test ve son test sağ

ayak dorsifleksiyon eklem hareket açıklığı parametresinde (ön test  $162,25 \pm 3,991$  son test  $164,38 \pm 3,998$ ) istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Literatür incelendiğinde eklem hareket açıklığı ile denge ve kuvvet arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. (Mecagni ve ark. 2000) 65-87 yaş arasındaki 34 kadın katılımcıyla yaptığı ayak bileği hareket açıklığı ve denge arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, katılımcıların ayak bileği eklem hareket açıklıkları ile denge becerileri arasında güçlü korelasyonlar tespit etmiştir. Denge becerisi ile inversiyon ayak bileği pozisyonu arasında pozitif ilişkiler bulmuşlardır ( $< 0.05$ ). Genç erişkinlerde ayak bileği hareket açıklığı, kas kuvveti ve denge arasındaki ilişkinin incelendiği bir başka çalışmada, 94 sağlıklı genç erişkinin değerleri incelenmiş ve çalışma sonucunda, dorsifleksör kas kuvveti ile statik denge arasında negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir (Tomruk, 2020). (Sarılioğlu ve Başkan, 2023) kadın futbolcularda ayak bileği eklem hareket açıklığının dinamik ve statik denge ile arasındaki ilişkiyi, kadınlar 2. Futbol liginde yarışan, en az beş yıllık lisansa sahip 37 elit kadın futbolcuyla gerçekleştirdiği çalışma sonucunda katılımcıların sağ ve sol ayak dorsifleksiyon değerleri ile dinamik denge parametresi arasında negatif yönde anlamlı ilişki olduğu bildirmiştirlerdir ( $p < 0,05$ ).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Taekwondocularda sekiz haftalık pertürbasyon egzersiz programının denge ve alt ekstremite kuvveti üzerine olan etkisini incelediği bu çalışma ile literatürde yapılan diğer çalışmalar arasında paralellik olduğu görülmektedir. Bu çalışmadaki grup içi ve gruplar arası bulgular incelendiğinde, tüm parametrelerde farklılıklar gözlemlenmiştir. Ancak istatistiksel olarak deney grubunun; grup içi dinamik denge sağ ayak primeter length, sağ ayak planter fleksiyon parametreleri ile kontrol grubunun grup içi dinamik denge sağ, sol ve çift ayak primeter length, sağ ayak dorsifleksiyon, dikey sıçrama, izokinetik kuvvet 60, 180 derecede sol dorsiflexion parametreleri arasında farklılık bulunmuştur ( $p < 0.05$ ).

Literatür incelendiğinde nöromusküler egzersiz çeşitleri içerisinde bulunan pertürbasyon egzersizleri ile ilgili çalışmaların ve taekwondo branşında yapılan denge antrenman modellerine yönelik nöromusküler denge çalışmalarının entegresinin sınırlı olduğu görülmektedir. Denge çalışmaları birçok biyomotor özellikle bağlantılı olarak gelişim gösterdiği bilinmektedir. Bu çalışmada da (bazı parametrelerin istatistiksel olarak anlamlı olmasa da) literatürü destekler şekilde gelişim gösterdiği bulunmuştur. Ancak sadece taekwondo çalışmalarıyla da gelişimin olduğu da görülebilmektedir. Sonuç olarak pertürbasyon egzersizlerinin genellikle sporcularda sakatlık sonrası rehabilitasyon amacıyla düşük seviyelerde kullanılmasından bu çalışmada kullanılan egzersizlerin şiddetinin deney grubu için yeterli şiddette olmadığını düşündürmektedir. Performans gelişimi için yüksek seviyede yüklenmeler gerektiği sıklıkla ifade edilmekte ancak pertürbasyon egzersizlerinin ılımlı şiddette olmasına rağmen taekwondocularda dinamik denge ve bacak kuvvetini geliştirdiğini ve performanslarını arttırdığını göstermektedir.

Pertürbasyon egzersizleri eğer bir antrenman olarak rehabilitasyon amacı dışında sporcularda uygulanmak istenirse daha yüksek şiddetli ve kapsamın iyi planlanması önerilmektedir.

Literatüre katkı olması için daha çok çalışmaya ihtiyaç duyulduğundan yaş, cinsiyet, spor branşı, spor yaşı sınırlandırarak ya da çeşitlendirilerek yapılabilir.

Pertürbasyon egzersizleri, sporcularda performans gelişimi için uygulanmak istenirse kuvvet antrenman modelleri ile de birleştirilebilir.

## KAYNAKÇA

Akın, M. (2013). Effect of gymnastics training on dynamic balance abilities in 4-6 years of age children. *International Journal of Academic Research Part A*; 5(2), 142-146.



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Akgün, N. (1989) *Egzersiz Fizyolojisi*. T.C. Başbakanlık ve Spor Genel Müdürlüğü Yayınları.
- Akman, O. (2020). *10-12 Yaş grubu taekwondocularıda 8 haftalık direnç bandı antrenmanlarının seçilmiş motorik parametreler üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi.
- Aksal, M. (2014). *Farklı branşlarda yorucu egzersizin dinamik ve statik denge performansı üzerine etkileri*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi.
- Aktaş, Y. (2019). Investigation of relationship between reactive agility and cognitive parameters in male football players. *Journal Of Education And Learning*. 8(4), 58-63.
- Alp, M. (2016). *Statik ve dinamik germe egzersizlerinin taekwondocularıda alt ekstremite kuvvet performansına akut etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Celal Bayar Üniversitesi.
- Arslan, F. (2009). Taekwondo sporcularında 8 haftalık propriyosepsiyon antrenman programının dinamik postural kontrol üzerine etkisi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniveritesi.
- Aslan, T. (2013). *10-14 Yaş grubundaki kadın voleybolcularıda ağırlık yelekli ve yeleksiz pliometrik antrenmanların dikey sıçrama performansına etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi.
- Aydoğ, S.T., Tetik, O., Atay, Ö.A., Demirel, H., Leblebicioğlu, G., & Doral, M.N. (2003), Propriyosepsiyonun Önemi ve Değerlendirilmesi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Spor Hekimliği Anabilim Dalı. IX. *Ulusal Spor Hekimliği Kongresi*, 24-26 Ekim 2003, Nevşehir Kongre Kitabı.
- Bhat, R. & Moiz, J.A. (2013). Comparison of dynamic balance in collegiate field hockey and football players using star excursion balance test. *Asian J Sports Med*. 4(3), 221-9.
- Birrer, R. B. (1996). Trauma epidemiology in the martial arts: the results of an eighteen-year international survey. *The American Journal of Sports Medicine*, 24(6\_suppl), S72-S79..
- Boz, H.K. (2018). *6-13 Yaş arası çocuklarda yüzme egzersizi ve bosu çalışmalarının dinamik ve statik dengeye etkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi.
- Bressel, E., Yonker, J. C., & Kras, J. (2007). Comparison of static and dynamic balance in female collegiate soccer, basketball, and gymnastics athletes. *Journal Of Athletic Training*, 42(1), 42-46.
- Bompa, T. O. (2003). Antrenman kuramı ve yöntemi-dönemleme (Çev. Düz. Bağırhan, T.). Bağırhan Yayımevi.
- Böer, J. R. (2006). 'Charakterisierung Des Balanceverhaltens Von Gesunden', Hüft- Und Kniepatienten Auf dem Posturomed. Eberhard Karls Universität.
- Bridge, C. A., Jones, M. A., Hitchen, P., & Sanchez, X. (2007). Heart rate responses to taekwondo training in experienced practitioners. *Journal Of Strength And Conditioning Research*, 21(3), 718.
- Bulow, A., Anderson, E.J., Leiter, R.S.J., MacDonald, B.P., & Peeler, D.J. (2021). Safety and effectiveness of a perturbation-based neuromuscular training program on dynamic balance in adolescent females: a randomized controlled trial. *Int J Sports Phys Ther*. 16(4), 1001-1005.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Can, F., & Ateş Numanoğlu, E. (2018). Aşıl tendon rüptür cerrahisi sonrası fonksiyonel rehabilitasyon. *TOTBİD Dergisi*, 17, 66-75.
- Canbaz, M. (2016). *Türkiye'deki taekwondo antrenörleri'nin liderlik, yaratıcılık ve tükenmişlik düzeylerinin araştırılması*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Dumlupınar Üniversitesi.
- Chmielewski, T.L., Hurd, W.J., Rudolph, K.S., Axe M.J., & Snyder-Mackler, L. (2005). perturbation training improves knee kinematics and reduces muscle co-contraction after complete unilateral anterior cruciate ligament rupture. *Phys Ther*, 85, 740-754.
- Cho, J. W. (1988). A study on the physical performance in children. *WTF-Taekwondo (Seoul-Korea)*, 8(4), 34-39.o.
- Coşkun, E. (2018). *Voleybol oyuncularında cinsiyet farklılığına göre vücut kompozisyonu ile aerobik ve anaerobik performansın karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Erciyes Üniversitesi.
- Creath, R., Kiemel, T., Horak, F., & Jeka, J. J. (2008). The role of vestibular and somatosensory systems in intersegmental control of upright stance. *Journal of Vestibular Research*, 18(1), 39-49.
- Cromwell, R.L., Meyers, P.M., Meyers, P.E., & Newton, R.A. (2007). Tae Kwon Do: an effective exercise for improving balance and walking ability in older adults. *The Journals of Gerontology Series A Biological Sciences and Medical Sciences*, 62(6), 641- 646
- Cybox Testing and Rehabilitation System: 14 Nisan 2023 tarihinde <https://csmisolutions.com/> adresinden erişildi.
- Çevik, K. (2021) Voleybolcularda Pliometrik, Nöromuskuler Egzersizler İle Graston Myofasyal Gevşeme Tekniğinin Dikey Sıçramaya Etkisi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi.
- Daneshjoo, A., Mokhtar, A. H., Rahnama, N., & Yusof, A. (2012). The effects of comprehensive warm-up programs on proprioception, static and dynamic balance on male soccer players. *PloS one*, 7(12), e51568.
- Davlin, C. D. (2004). Dynamic balance in high level athletes. *Percept Mot Skills*. 98(2), 1171
- Doğan, A. A. (1994). *Esneklik Çalışmalarının Bilimsel Temelleri*. 2. Baskı. Derya Kitapevi.
- Doğan, A. (2022). Taekwondo sporcularında dijital oyun oynamanın reaksiyon zamanı ve denge üzerine etkisi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi.
- Dülger, B. (2020). Hentbolcularda bacak kuvveti ve sıçrama performansının denge üzerine etkisi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ordu Üniversitesi.
- Erdoğan, S.C. (2018). *okul öncesi eğitim alan çocuklarda denge ve koordinasyon çalışmalarının bazı motorik özellikler üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi.
- Ergin, R. (2021). *Fıtlıht antrenmanı ve gölge badminton antrenmanının reaktif çeviklik üzerine etkisi ve karar verme ilişkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Erkmen, N., Taşkın, H., & Kaplan, T. (2010). Relationships between balance and functional performance in football players. *Journal Of Human Kinetics*, 26, 21-29

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Falco, C., Alvarez, O., Castillo, I., Estevan, I., Martos, J., Mugarra, F., & Iradi, A. (2009). Influence of the distance in a roundhouse kick's execution time and impact force in Taekwondo. *J Biomech*, 42(3), 242-8.
- Fatma, A., Kaya, Metin., Baltacı, G., Taskin, H., & Erkmén, Nurtekin. (2010). The effect of eight-week proprioception training program on dynamic postural control in taekwondo athletes. *Ovidius University Annals*, 10(1), 93-9.
- Ferreira, R.N., Ribeiro, N.F., Figueiredo, J., & Santos, C.P. Provoking Artificial Slips and Trips towards Perturbation-Based Balance Training: A Narrative Review. *Sensors* (Basel). 2022 Nov 28;22(23):9254. doi: 10.3390/s22239254. PMID: 36501958; PMCID: PMC9740792.
- Fidan, U., Yıldız, M. & User, M.A. (2016). Taşınabilir çeviklik ölçüm sisteminin tasarımı ve gerçekleştirilmesi. *Nevşehir Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 5(1), 35-45.
- Fişek, T. (2019). *15-16 Yaş erkek basketbolcularda sabit ve sabit olmayan yüzeylerde yapılan denge antrenmanlarının denge ve pas performansı üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi.
- Fitzgerald, G.K., Axe, M.İ., & Snyder-Mackler, L. (2000). The efficacy of perturbation training in nonoperative anterior cruciate ligament rehabilitation programs for physically active individuals. *Journal Of The American Physical Therapy Association*, 80, 128 –140
- Fong, M., Siu, S., Yan, C.K., Yan, J., Chiu, N., Ho, J., Lam, H., Lok, K., Tsang, N., & Wai, W. (2012). Sport-Specific balance ability in taekwondo practitioners. *Journal Of Human Sport And Exercise*, 7(2), 520-526
- Fortina, M., Mangano S., Carta, S., & Carulli, C. (2017). Analysis of injuries and risk factors in taekwondo during the 2014 italian university championship. *Joints*, 5(3), 168-172.
- Fousekis, K., Tsepis, E., & Vagenas, G. (2012). Intrinsic risk factors of noncontact ankle sprains in soccer: a prospective study on 100 professional players. *The American journal of sports medicine*, 40(8), 1842-1850.
- Gabbett, T. & Benton, D. (2009). Reactive Agility Of Rugby League Players. *Journal Of Science And Medicine In Sport*, 12(1), 212-214.
- Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., Goodway, J. D. (2013). Motor Gelişimi Anlamak, Bebekler, Çocuklar, Ergenler, Yetişkinler, (Çeviri edt: Özer, D. S., Aktop, A.) Nobel Akademik Eğitim Danışmanlık, ss.141
- Gencer, Y. G. (2020). *Sporun Kavramsal Temelleri 2. Temel Beceriler: Denge*. Efe Akademi Yayınları.
- Gerbino, P.G., Griffin, E.D., ve Zurakowski, D. (2007). Comparison of standing balance between female collegiate dancers and soccer players. *Gait Posture*, 26(4), 501- 507.
- Goetz CG, P.E., (2007). *Textbook of Clinical Neurology*. 3rd ed. Saunders Elsevier.
- Gonçalves, D.F.F., Ricci, N.A. & Coimbra, A.M.V. (2009). Equilíbrio funcional de idosos da comunidade: comparação em relação ao histórico de quedas. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, 13, 316-323.
- Günay, M., Şıktar, E., ve Şıktar, E. (2019). *Antrenman Bilimi*. Gazi Kitabevi.
- Günay, M., Tamer, K., Cicioğlu, İ. ve Şıktar, E. (2019). *Spor fizyolojisi ve performans ölçüm testleri*. Ankara: Gazi Kitabevi.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Gürkan, A.C. (2011). *Birinci ve bölgesel ligde oynayan elit kadın futbolcuların denge dağılımlarının incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi).. Gazi Üniversitesi.
- Gürkan, A.C. (2013). *İşitme engelli elit erkek sporcuların statik denge değerlerinin karşılaştırılması* (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi.
- Gregg, E. W., Pereira, M. A. & Caspersen, C. J. (2000). Physical activity, falls, and fractures among older adults: a review of the epidemiologic evidence. *Journal of The American Geriatrics Society*, 48(8), 883-893.
- Hasegawa, N., Takeda, K., Sakuma, M., Mani, H., Majima, H. & Asaka, T. (2017). Learning effects of dynamic postural control by auditory biofeedback versus visual biofeedback training. *Gait Posture*, 58, 188-193
- Haywood, K. M. & Getchell, N. (2014). *Life Span Motor Development*. Human Kinetics.
- Hekim, M. & Hekim, H. (2015). Çocuklarda kuvvet gelişimi ve kuvvet antrenmanlarına genel bakış. *Güncel Pediatri*, 13 (2), 110-115.
- Heller, J., Peric, T., Dlouha, R., Kohlikova, E., Melichna, J., & Novakova, H. (1998). Physiological profiles of male and female taekwon-do (ITF) black belts. *Journal Of Sports Science*, 16, 243–249.
- Hrysomallis, C. (2011). Balance ability and athletic performance. *Sports Med*, 41(3), 221-32.
- Hurd, W.J., Chmielewski, T.J. & Snyder-Mackler, L. (2006). Perturbation enhanced neuromuscular training alters muscle activity in female athletes. *Knee Surg Sports Traumatol Arthrosc*, 14(1), 60-9.
- Işık, Ö. (2016). *Artroskopik rotator kılıf tamiri yapılan hastalarda pertürbasyon eğitiminin omuz eklem pozisyon hissine ve trapez kası aktivitesine etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi.
- İnternet : <https://www.ivmes.com/tr/urunler/ivmes-athlete/> Son Erişim Tarihi: 15.06.2023
- İnternet: <http://datateknikmed.com/urun/pk200-portatif-kablosuz-dinami-denge-olcum-sistemi/> Son Erişim Tarihi: 15.06.2023.
- İnternet: <http://www.turkiyetaekwondofed.gov.tr/default.asp.sayfa,Id:10>, son erişim tarihi: 18 Ocak 2022.
- İnternet: <https://philplisky.com>. Son Erişim Tarihi: 18 Ocak 2022.
- İnternet: World Taekwondo Federation (2018). [www.worldtaekwondofederation.org](http://www.worldtaekwondofederation.org) Son Erişim Tarihi: 18 Ocak 2022
- Johansson, H. ve Sjölander P. (1993). *Neurophysiology Of Joints*. Mechanics Of Human Joints: Physiology, Pathophysiology, And Treatment. Ny: Marcel Dekker Inc.
- Johansson, H. (Eds.) (2000), *Peripheral Afferents of the Knee: Their Effects on Central Mechanisms Regulating Muscle Stiffness, Joint Stability, and Proprioception and Coordination*. In: Lephart SM, Fu FH. Proprioception and neuromuscular control in joint stability. Human Kinetics.
- Johnson, C. B., Mihalko, S. L. & Newell, K. M. (2003). *Aging and the time needed to reacquire Postural Stability*. *Journal of Aging and Physical Activity*, 11(4), 459-469
- Kale, R. (2017). *Antrenman Bilgisi Ders Kitabı*. Gelişim Üniversitesi Yayınları.
- Kandeger, İ. (2020). *Kifotik postürü olan adölesan kızlarda solunum ve postür egzersizlerinin*

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



- etkisinin incelenmesi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi.
- Karter, K. (2009). *Balance Training: Stability Workouts for Core Strength and a Sculpted Body.* Ulysses Press.
- Kaplan A. (2016). Serbest Ağırlık ve Smith Ağırlık Makinesinde Kuvvet Performansının Karşılaştırılması. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi.
- Kaya Özer, D. (2017). Rehabilitasyon: sporcularda nöromusküler eğitim. *Türkiye Klinikleri J Physiother Rehabil-Special Topics*, 3(2), 69-79
- Kazemi, M., Perri, G., & Soave, D. (2010). A profile of 2008 olympic taekwondo competitors. *J Can Chiropr Assoc*, 54(4), 243-249.
- Kesilmiş, İ. & Akın, M. (2020) Quadriceps ve hamstring kas kuvveti dinamik denge performansını etkileyebilir mi?. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 1-7
- Khasawneh, A. (2015). Anthropometric measurements and their relation to static and dynamic balance among junior tennis players. *Sport Science*, 8, 87-91.
- Kim, H.B., Jung, C.H., Song, J. & Chai, J. (2015). A follow-up study on the physique, body composition, physical fitness, and isokinetic strength of female collegiate taekwondo athletes: department of physical education, kyung hee university. *Journal Of Exercise Rehabilitation*, 11(1), 57-64.
- Kocakarın, E. (2018). *8-10 yaş çocuklarda denge egzersizlerinin denge gelişimi üzerine etkileri.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Manisa Celal Bayar Üniversitesi.
- Korkmaz, M. (2007). *Profesyonel dansçılarda propriyoseptif egzersizlerin denge üzerine etkisi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi.
- Kurtul, T. (2020) *Boksörlerde 8 haftalık kuvvet antrenmanlarının performans üzerine etkisi.* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Süleyman Demirel Üniversitesi.
- Küçükyılmaz, B. (2021). Genç Erkek Hentbolcuların Alt Ekstremitelerine Yönelik, İnstabil Zeminde Uygulanan Propriyoseptif Ve Nöromusküler Egzersizlerin Tek Bacak Dikey Sıçrama Performansı Ve Bacak Kuvveti Üzerindeki Etkisi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi.
- Lehman, G., Gordon, T., Langley, J., Pemrose, P. & Tregaskis, S. (2005). 'Replacing a Swiss ball for an exercise bench causes variable changes in trunk muscle activity during upper limb strength exercises' *Dynamic Medicine* 4, 6.
- Leong, H.T., Fu, S.N., Gabriel, Y.F., & Tsang, W.N. (2011). Low-Level taekwondo practitioners have better somatosensory organisation in standing balance than sedentary people. *European Journal Of Applied Physiology*, 11(1), 1781-1793
- Lin, Y.H., Chen, T., Tang, Y. & Wang, J. (2012). A reliability study for standing functional reach test using modified and traditional rulers. *Percept Mot Skills*, 115(2), 512-20.
- Marković, G. & Misigoj-Duraković, M. (2005). Trninić s. fitness profile of elite croatian female taekwondo athletes. *Coll Antropol*, 29(1), 93-9.
- Massion, J. (1998). Postural control systems in developmental perspective. *Neurosci Biobehav Rev*, 22(4), 465-72.
- Mecagni, C., Smith, J.P., Roberts, K.E., O'Sullivan, S.B. Balance and ankle range of motion in community-dwelling women aged 64 to 87 years: a correlational study. *Phys Ther*. 2000 Oct;80(10):1004-11. PMID: 11002436.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- McArdle, W. D., Katch, F. I. and Katch, V. L. (2000). *Essentials of exercise physiology*. 2nd Ed. Johnson E, Gulliver K, (Eds.). Philadelphia: Lippincott Williams and Wilkins, 170-205.
- Mckeon, P.O., Ingersoll, D.C., Kerrigan, C.D., Saliba, E., Bennett, C.B. & Hertel, J. (2008). Balance training improves function and postural control in those with chronic ankle instability. *Med Sci Sports Exerc*, 40(10), 1810-9
- Moein, E. & Movaseghi, F. (2016). Relationship between some anthropometric indices with dynamic and static balance in sedentary female college students. *Turkish Journal Of Sport And Exercise*, 18(1), 45-49.
- Moenig, U. (2005). Rule and equipment modification issues in world taekwondo federation (WTF) competition. ıdo movement for Culture. *Journal Of Martial Arts Anthropology*; 15(4), 3-12.
- Morioka, S., & Yagi, F. (2004). Influence of perceptual learning on standing posture balance: repeated training for hardness discrimination of foot sole. *Gait Posture*, 20(1), 36-40. 78.
- Muratlı, S., Kalyoncu, O., & Şahin, G. (2007). Antrenman ve müsabaka. *İstanbul: Ladin Matbaası*, 68-75.
- Nichols T.R. (1994). A biomechanical perspective on spinal mechanisms of coordinated muscular action: an architecture principle. *Acta Anat* 151, 1-13.
- Norkin, C. C., & White, D. J. (2016). *Measurement of joint motion: a guide to goniometry*. FA Davis.
- Oddsson, L.I.E., Karlsson, R., Konrad, J., İnce, S., Williams, R.S & Zemkova, E.A. (2007). Rehabilitation tool for functional balance using altered gravity and virtual reality. *Journal of NeuroEngineering and Rehabilitation*, 4(1), 25.
- Okut, S. (2023). *Adolesan dönem boksörlerde 6 haftalık kuvvet ve sürat antrenmanlarının bazı fiziksel ve fizyolojik parametreler üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Selçuk Üniversitesi.
- Oliver, J.L. & Meyers, R.W. (2009). Reliability and generality of measures of acceleration, planned agility, and reactive agility. *International Journal Of Sports Physiology And Performance*. 4(3), 345-354.
- Özbay, S., Ulupınar, S. ve Özkara, A.B. (2018). Sporda çeviklik performansı. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 97-112.
- Özkan, F. (2002). *Amerikan futbol oyuncularında spor kıyafetinin stabiliometri ve sürat performansı üzerine etkisi*. (Bilim uzmanlığı tezi). Hacettepe Üniversitesi.
- Payne, V. G. & Isaacs, L. D. (2017). *Human motor development: A lifespan approach*. Routledge
- Perrin, P., Deviterne, D., Hugel, F., & Perrot, C. (2002). Judo, better than dance, develops sensorimotor adaptabilities involved in balance control. *Gait Posture*, 15, 187- 194
- Perrin, P. P., Jeandel, C., Perrin, C. A., & Bene, M.C. (1997). Influence of visual control, conduction, and central integration on static and dynamic balance in healty older adults. *Gerontology*, 43, 223-231
- Pieter, W. & Heijmans, J. (1997). Scientific coaching for olympic taekwondo. *Aachen: Meyer and Meyer Verlag*, 5, 13-18.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Rabello, L.M., Macedo, C.D.G., Gil, A.W., Oliveira, M.R., Coelho, V.A., Silva, G.B. & Silva, R.A. (2014). Comparison of postural balance between professional taekwondo athletes and young adults. *Fisioterapia e Pesquisa*, 21(2), 139-143.
- Ramazanoğlu, F. (2000). *Taekwondo Teorisi, Teknik ve Sosyo- Kültürel Eğitimi*. Özal Matbaası.
- Revan, S., Arikan, Ş., Şahin, M., & Balci, Ş. S. (2017). Comparison of the body composition and somatotype of turkish and foreign country national team taekwondo athletes. *European Journal Of Physical Education And Sport Science*, 3(12), 287-295.
- Rival, C., Ceyte H. & Olivier. I. (2005). Develomental changes of static standing balance in children. *Neuroscience Letters*, 376(2), 133-136.
- Rugelj, D. [2010]. The effect of functional balance training in frail nursing home residents. *Arch Gerontol Geriatr*, 50(2), 192-7.
- Ryu, J.-S.Y., Si-Hyun., Park, Sang-Kyoon., & Yoon, S. (2012). Comparisons between skilled and less-skilled players' balance in hakdariseogi. *Korean Journal Of Sport Biomechanics*, 2(1), 55-63.
- Rosenhall, V., & Rubin, W. (1975). Degenerative changes in the human sensory epithelia. *Acta Oto-Laryngologica*, 79, 67-81
- Sarıkaya, M (2022). *12-14 Yaş kadın taekwondocularıda bosu egzersizlerinin seçili biyomotor özelliklere etkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış doktora tezi). İnönü Üniversitesi.
- Sarılioğlu, N. & Başkan, A. H. (2023). Kadın Futbolcularıda Ayak Bileği Eklem Hareket Açıklıklarının Statik ve Dinamik Denge ile İlişkisi. *Journal of Global Sport and Education Research*, 6 (1) , 30-41 . DOI: 10.55142/jogser.1202419
- Sarılioğlu, N. & Başkan, A. H. (2023). Kadın Futbolcularıda Ayak Bileği Eklem Hareket Açıklıklarının Statik ve Dinamik Denge ile İlişkisi. *Journal of Global Sport and Education Research*, 6 (1), 30-41. DOI: 10.55142/jogser.1202419
- Sağırkaya A. (2019). *Elit taekwondocularıda seçilmiş antropometrik özellikler ile bazı kuvvet parametreleri arasındaki ilişki*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi.
- Sarioğlu, Ö. (2010). *Farklı anaerobik güç testlerinin karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi.
- Sesli, B. (2022). Taekwondoda vestibüler sistem egzersizlerinin denge ve reaksiyon zamanı üzerine etkisinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi.
- Sevim, Y. (2002). *Antrenman Bilgisi*. 1. Baskı. Nobel Yayınları.
- Sheppard, J.M. ve Young, W.B. (2006). Agility literature review: classifications, training and testing. *Journal Of Sports Sciences*. 24(9), 919-932.
- Silfies, Sp. Ebaugh, D. Pontillo, M. & Butowicz, Cm. (2015). Critical review of the impact of core stability on upper extremity athletic injury and performance. *Braz J Phys Ther* 2015, 19(5), 360-368.
- Suzana, M.A. & Pieter, W. (2009). Motor ability profile of junior and senior taekwondo club athletes. *Brazil Journal Of Biomotor*, 3(4), 325-331.
- Sterkowicz, S., Lech, G., Jaworski, J., & Ambrozy, T. (2012). Coordination motor abilities of judo contestans at different age. *Journal of Combat Sports and Martial Arts*, 1(2), 5-10.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Şahin, A. (1999). *Elit Türk Taekwondocuların seçilmiş fiziksel parametlerinin ölçülüp Kore'li elit taekwondocularla kıyaslanması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi.
- Şahin, M., (2002). *Taekwondo*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Şahin, Z. (2021). *Kan akımı kısıtlaması ile uygulanan kuvvet antrenmanlarının taekwondo sporcularının bacak kuvveti gelişimine etkisinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi.
- Şimşek, E. Ve Karakuş, M. (2020). Erkek sporcularda biodex denge sistemi ile flamingo denge testinin karşılaştırılması. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 118-126.
- Tanguy, S., Quarck, G., Etard, O., Gauthier, A. & Denise, P. (2008). Vestibulo-ocular reflex and motion sickness in figure skaters. *European Journal of Applied Physiology*, 104(6), 1031-1037.
- Taylor, J.B. (2011). Lower extremity perturbation training. *Strength Cond J*. 33(2).
- Tel, M. (1996). *Türk taekwondo milli takım sporcularının seçilen bazı fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin analizi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Fırat Üniversitesi.
- Tel, M. (2008). Bir spor dalı olarak taekwondo. *e-Journal of New World Sciences Academy*. 3, 194-202.
- Tomruk, M., Soysal Tomruk, M. & Alkan, E., Gelecek N. Genç Erişkinlerde Ayak Bileği Hareket açıklığı, Kas Kuvveti ve Denge Arasındaki İlişki. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*. 2020; 11(2): 217-223.
- Topal, V. (2007). *Taekwondo sporunda farklı dirençlerde çekme lastiğiyle yapılan antrenmanların, teknik kuvvet üzerindeki etkilerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi.
- Tunay B. V. ve Ulusoy, B. (2019). *Nöromusküler Kontrolde Denge Eğitimi. Spor Yaralanmalarının Rehabilitasyonunda Nöromusküler Yaklaşımlar*. Türkiye Klinikleri.
- Tutal, V. (2005). *Malatyada bulunan ulusal seviyedeki taekwondo sporcuları ile bölgesel seviyedeki taekwondo sporcularının fiziksel ve fizyolojik özelliklerinin incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi.
- Türkeri, C., Büyüктаş, B. ve Öztürk, B. (2020). Alt ekstremitte Y Dinamik denge testi güvenilirlik çalışması. *Turkish Studies*, 15(2), 1439-1451.
- Vilademir, K., & Kirejci, P. K. (1984). *Sporcularda kas yaralanmaları ve tendon hastalıkları*. Çev: Doç. Dr. Kut Sarp Yener. Arkadas Tıp Kitapları Yayınları.
- Weineck, J. (2003). *Optimales Training - leistungsphysiologische Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder- und Jugendtrainings* (13. Ausg.). Balingen: Spitta Verlag.
- Woollacott, M.H. (1993). Age-related changes in posture and movement. *J Gerontol*. 48, 56-60.
- Woollacott, M. H., Shumway-Cook, A. T., & Nashner, L. M. (1986). Aging and posture control: changes in sensory organization and muscular coordination. *International Journal of Aging and Human Development*, 23, 97-114.
- Wilmore, J. H., & Costil, D. L. (2004). *Physiology of Sport and Exercise*. Third Edition. Human Kinetics.



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Yalçinkaya, G.Z. (1986). *Taekwondo*. Hilal Matbaacılık.

Yentürk, B. (2018). *9-12 yaş grubu judoculararda ekstra denge antrenmanlarının denge ve bazı parametreler üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ordu Üniversitesi.

Yıldırım, T. (2021). *Profesyonel ve amatör taekwondo sporcularında kassal kuvvet, denge ve sıçrama performanslarının araştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi.

Yıldız, M. (2020). *Atıcılarda üst ekstremite nöromusküler kontrolü ve yaralanma riskinin stabilite ile ilişkisi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Başkent Üniversitesi.

Yılmaz, D. (2021). Core egzersizlerinin sporsal performansa etkisi: tekvando örneği mini derleme. *Erzincan üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu: Türkiye Klinikleri J Sports Sci*. 13(1), 174-82.

Yoo S, Park SK, Yoon S, Lim HS, & Ryu J. (2018). Comparison of proprioceptive training and muscular strength training to improve balance ability of taekwondo poomsae athletes: a randomized controlled trials. *J Sports Sci Med*. 17(3), 445-454.

Young, W.B., James, R. & Montgomery, L. (2002). Is muscle power related to running speed with changes of direction. *Journal Of Sports Medicine And Physical Fitness*. 42(3), 282-288.



## ESKİ TÜRK KAĞANLIKLARINDA SPOR VE ASKERİ EĞİTİMDE KADINLARIN ROLÜ

Elena CHERKASHİN<sup>1</sup>, Semanur BAZ<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Yakut Devlet Üniversitesi TGS historian

E-mail: churapcha\_lena@mail.ru

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği

Bölümü, Samsun, Türkiye

E-mail: bazemanur3@gmail.com

### ÖZET

Eski Türk toplumlarında kadınlar, göçebe yaşam tarzının da etkisiyle nispeten daha özgür ve eşit bir konumda bulunuyorlardı. Bu toplumlarda kadınlar hem aile içinde hem de devlet yönetiminde önemli roller üstlenmişlerdir. Bu makalede, eski Türk toplumlarında kadınların sosyal statüsü, onların savaşçı ve lider kimliği ile askeri faaliyetlere katılımları ele alınacaktır. Türk mitolojisi ve destanları, kadınların güçlü savaşçılar olarak tasvir edildiği pek çok hikâye içerir. Kadınlar, bu destanlarda savaşçı ruhlarıyla öne çıkmış, liderlik vasıflarıyla topluluklarını yönlendirmişlerdir. Eski Türk toplumlarında kadınlar, erkeklerle birlikte eşit bir şekilde askeri faaliyetlere katılabiliyordu. Türk kadınları, askeri eğitim süreçlerine de aktif bir şekilde katılmışlardır. Kadınlar, erkeklerle birlikte askeri eğitim alarak at biniciliği, okçuluk ve diğer savaş taktiklerinde uzmanlaşmışlardır. Bilge Kağan ve Tomris Hatun, Türk tarihinde bilinen en önemli kadın liderler arasında yer alır. Tomris Hatun, Saka Türklerinin hükümdarı olarak bilinir ve MÖ 6. yüzyılda Pers İmparatoru Kiros'a karşı kazandığı zaferle tarihe geçmiştir. Tomris, hem liderlik vasıfları hem de savaşçı kimliği ile tanınır. Alp kadın figürleri, Türk destanlarında güçlü, cesur ve bağımsız kadın karakterler olarak öne çıkmaktadır. Bu kadınlar, genellikle savaşçı kimlikleri ile anılır ve erkeklerle eşit haklara sahip olarak tasvir edilirler. Eski Türk toplumlarında kadınların hem askeri hem de sivil hayatta üstlendikleri roller, onların güçlü ve bağımsız bireyler olarak toplumun yapı taşı haline gelmesine olanak sağlamıştır. Kadınlar, sadece aile içi rolleriyle değil, aynı zamanda savaşçı ve lider kimlikleriyle de tarih boyunca kendilerini göstermişlerdir. Hem fiziksel hem de stratejik anlamda eğitim gören kadınlar, toplumsal cinsiyet rollerini esnek ve güçlü bir şekilde yeniden tanımlamışlardır. Kadınların askeri eğitim süreçlerine aktif olarak katılmaları, onların fiziksel dayanıklılık, stratejik düşünme ve liderlik yeteneklerini geliştirmiştir. Kadınların bu aktif rolü, Türk toplumlarının esnek ve güçlü yapısının en önemli parçalarından biridir.

**Anahtar Kelimeler:** Amazon Kadınları, Kadın Savaşçılar, Kahraman Kadın Savaşçılar



## THE ROLE OF WOMEN IN SPORTS AND MILITARY TRAINING IN ANCIENT TURKIC KHANATES

Elena CHERKASHİN<sup>1</sup>, Semanur BAZ<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Yakut State University, Russia

E-mail: churapcha\_lena@mail.ru

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of  
Sports Management, Samsun, Türkiye

E-mail: bazemanur3@gmail.com

### ABSTRACT

In ancient Turkic societies, women held relatively freer and more equal positions, influenced in part by the nomadic lifestyle. Women played significant roles both within the family and in state governance. This paper examines the social status of women in ancient Turkic societies, their warrior and leadership identities, and their participation in military activities. Turkic mythology and epic narratives contain numerous stories where women are depicted as strong warriors. In these epics, women stand out for their warrior spirit and guide their communities with their leadership qualities. Women in ancient Turkic societies could participate in military activities equally alongside men. Turkic women actively participated in military training, becoming proficient in horseback riding, archery, and other combat tactics. Notable figures in Turkic history, such as Bilge Kağan and Tomris Hatun, are among the most well-known female leaders. Tomris Hatun, known as the ruler of the Saka Turks, made history by defeating the Persian Emperor Cyrus in the 6th century BCE. Tomris is recognized for both her leadership skills and her warrior identity. The figure of the "Alp women" (heroic women) in Turkic epics stands out as strong, courageous, and independent characters. These women are often remembered for their warrior identities and are portrayed as having equal rights to men. The roles that women assumed in both military and civilian life in ancient Turkic societies allowed them to become strong and independent individuals who formed the foundation of their communities. Women not only fulfilled familial roles but also asserted themselves throughout history with their warrior and leadership identities. Women who were trained both physically and strategically redefined societal gender roles in flexible and empowered ways. Their active participation in military training honed their physical endurance, strategic thinking, and leadership capabilities. This active role of women became one of the key elements in the flexible and strong structure of Turkic societies.

**Keywords:** Amazon Women, Female Warriors, Heroic Female Warriors

### GİRİŞ

Türkler, tarihte sayısız devlet kurmuş olan eski bir millettir. Tanrı'nın onlara diğer uluslar üzerinde yönetim hakkı verdiğine ve devlet kurma yetkilerini Tanrı'dan aldıklarına inanmışlardır. Bu düşünce ise ancak güçlü bir devlet teşkilatı ile mümkündür (Tekin, 2019). Medeni toplumlar içerisinde her ulusun aldığı değer, maddi varlıklar kadar manevi değerlerle de ölçülmektedir. Bugün ulusların büyük organizasyonlarda elde ettikleri başarıları, Türkiye gibi daha ziyade geleneksel zeminden gelen spor dallarına borçludurlar. Bu açıdan konu hem maddi hem de manevi önem arz etmektedir. Bu bağlamda, kadının içinde erkekle paylaştığı sorumluluklar ve toplum hayatında giderek artan fonksiyonları, aynı paralelde spor kapsamı

içerisinde de kendini fevkalade göstermektedir. Örneğin; bundan birkaç yıl öncesine kadar sadece erkeklerin yapmasına müsaade edilen ve yüksek performans gerektiren (güreş, boks, çekiç atma vb.) bazı spor branşlarını günümüzde uluslararası düzeyde bayanlar da yapmaktadır. Barış zamanında ata binmek, ok atmak herkesin doğal yaşamının bir parçası olmuştur. At yarışları, cirit, gülle atma, güreş, doğancılık (yırtıcı kuşlarla avlanma) vb. rekabete dayalı oyunlarla mücadele ruhu oluşturulmuştur. Eski Türk kadınları, henüz küçük yaşlarda iken erkek çocuklarla birlikte özellikle ok atma ve binicilik eğitimi alıyorlardı. Hun ve Göktürk çağlarında senenin muayyen günlerinde kızkek, bay-bayan bir araya gelerek toy yapıyorlar ve bu bayramlarda sergilenen spor türlerinde kadınlar ustaca yarışıyorlar, bazen aynı branşlarda erkekleri dahi alt edebiliyorlardı. Kadınların da katıldıkları çeşitli top oyunları, Hunlardan beri Türkler arasında oynanmakta olup, Kök-Türkler çağında Çin'e de yayılmıştır. Belirli zamanlarda yapılan kurultaylarda düzenledikleri at yarışları ve çeşitli yarışmalar dışında en önemli etkinlik avcılıktır. Özellikle, süre avları gerçek bir savaş manevrası özelliğini taşımaktadır. Çin kaynaklarına göre M.Ö. 62 yılında Hun hükümdarının yönetiminde düzenlenen bir süre avına, 100 bin süvari katılmıştır. Diğer bir süre avında 700 "li" (350 kilometre)'lik bir çevre kuşatılmıştır. Eski Türk toplumlarında kadınlar, göçebe yaşam tarzının da etkisiyle nispeten daha özgür ve eşit bir konumda bulunuyorlardı. Bu toplumlarda kadınlar hem aile içinde hem de devlet yönetiminde önemli roller üstlenmişlerdir. Kadınlar, ailede eşit söz hakkına sahipti ve genellikle eşleriyle birlikte yönetimde söz sahibi oluyorlardı. Örneğin, Türk kağanları ve liderleri, önemli kararlar alırken eşlerinin fikirlerine başvurur, hatta devlet işlerinde onlarla birlikte hareket ederlerdi. Bu durum, kadınların sadece aile içinde değil, devlet yönetiminde de aktif roller üstlenmelerine olanak tanıyordu. Eski Türk toplumunda anaerkil bir toplumsal dönem olmuştur. Yani erkeğin değil, kadının egemen olduğu bir dönem yaşanmıştır. Şamanlık da bu anaerkil toplumsal yapının izlerini taşımaktadır. Şamanlık esas olarak anaerkindir. Yani kadın egemen toplumsal anlayışın ürünüdür. Babaerkil toplumsal yapı tarafından değişime uğratılmaya çalışılmasına rağmen, Şamanlıkta anaerkil özellikler varlığını sürdürmüştür. Bazı Şamanistlere göre, en güçlü Şamanlar kadın Şamanlardır. Eski devirlerde Şamanlığın kadınlara özel bir sanat olduğunu gösteren işaretler vardır. Yakutlarda erkek Şamanlar, özel cübbeleri bulunmadığı zaman kadın entarisi ile ayin yaparlar. Özel Şaman giysisinin göğsünde kadın memelerini temsil eden yuvarlak madeni levhalar bulunur (Şener, 2003). Kadınların bu özgür ve güçlü konumu, toplumsal yaşamın diğer alanlarına da yansımıştı. Kadınlar, mal mülk sahibi olabilir, boşanma hakkına sahipti ve kendi iradeleriyle kararlar alabiliyorlardı. Bu, onları diğer birçok topluma kıyasla daha özgür ve etkili kılmaktaydı. Ayrıca kadınlar, savaş zamanında sadece pasif bir rol üstlenmekle kalmamış, gerektiğinde aktif olarak savaflara katılmıştır. Bu durum, kadınların toplumsal statülerinin ne kadar güçlü olduğunu gösteren bir başka önemli örnektir. Eski Türk toplumlarında kadınlar, toplumsal yaşamın her alanında önemli roller üstlenmiş, sadece ev içi yaşamda değil, siyasi, sosyal ve askeri alanlarda da aktif bir şekilde yer almışlardır. Kadınların bu aktif rolü hem mitolojide hem de tarihi belgelerde açıkça görülmektedir. Türk kültüründe kadınlar, genellikle güçlü, bağımsız ve cesur bireyler olarak tasvir edilmiş, zaman zaman savaş meydanlarında erkeklerle yan yana mücadele etmişlerdir. Bu bilgilerin doğrultusunda eski Türkler de kadının durumu çağdaş toplumlarınkine göre oldukça farklı ve iyi gözükmektedir. Bu makalede, eski Türk toplumlarında kadınların sosyal statüsü, onların savaşçı ve lider kimliği ile askeri faaliyetlere katılmaları ele alınacaktır. Kadınların savaşçı olarak yetiştirilmesi, eski Türk toplumlarının kültürel yapısının önemli bir parçasını oluşturuyordu.

### **Kadınların Savaşçı ve Lider Rollerinin Destanlar ve Mitolojideki Yeri**

Türk mitolojisi ve destanları, kadınların güçlü savaşçılar olarak tasvir edildiği pek çok hikâye içerir. Kadınlar, bu destanlarda savaşçı ruhlarıyla öne çıkmış, liderlik vasıflarıyla topluluklarını yönlendirmişlerdir. Türk mitolojisinde "alp" sıfatı sadece erkeklere değil, aynı zamanda

kadınlara da verilmiştir. Bu, kadınların da savaşçı olarak kabul edildiği ve toplum tarafından saygı duyulan kişiler olduklarını gösterir. Örneğin, Dede Korkut Hikayeleri'nde ve Manas Destanı'nda kadınlar hem savaşçı hem de lider karakterler olarak önemli roller üstlenirler (Tekin, 1994). Bunun en önemli örneklerinden biri, Türk tarihinde önemli bir yer tutan Tomris Hatun'dur. MÖ 6. yüzyılda yaşamış olan Tomris Hatun, Saka Türklerinin hükümdarı olarak bilinir. Hem liderlik vasıflarıyla hem de savaş meydanındaki başarısıyla tanınan Tomris Hatun, Pers İmparatoru Kiros'u yenilgiye uğratarak tarihte adından sıkça söz ettirmiştir. Bu örnek, kadınların sadece mitolojide değil, aynı zamanda gerçek tarih sahnesinde de lider ve savaşçı roller üstlendiğini gösterir (Golden, 2002). Kadın savaşçıların mitolojideki rolü, Türk toplumlarında kadınlara verilen değerin ve onlara biçilen savaşçı kimliğinin bir yansımasıdır. Destanlarda kadınlar, savaş meydanında erkeklerle omuz omuza çarpışır ve liderlik vasıflarıyla topluluklarını ileri taşırlar. Bu durum, kadınların toplumun her alanında aktif olarak yer aldığı bir kültürel yapıyı gözler önüne sermektedir.

### **Kadınların Erkeklerle Birlikte Eşit Bir Şekilde Askeri Faaliyetlere Katılımı**

Eski Türk toplumlarında kadınlar, erkeklerle birlikte eşit bir şekilde askeri faaliyetlere katılabiliyordu. Türk toplumu, göçebe bir yaşam tarzı sürdürdüğü için kadınlar da erkekler kadar savaş ve savunma konusunda eğitimliydi. Kadınlar, özellikle at biniciliği ve okçuluk gibi askeri becerilerde erkeklerle rekabet edebilecek düzeydeydi. Kadınların askeri faaliyetlerde yer alması, onların fiziksel güçleri ve dayanıklılıkları kadar stratejik zekâlarının da gelişmiş olduğunu göstermektedir. İskitlerde, her kadının İskit erkekleri gibi savaşçı olarak yetiştirilmesi geleneği dikkat çekmektedir. Bu geleneğin yanında İskit kadınları günlük yaşamlarında yoğun bir şekilde at yetiştiriciliğiyle uğraşmışlardır. Özellikle savaş zamanlarında kadınlar, ordunun destek birimlerinde görev almakla kalmamış, gerektiğinde aktif olarak savaşa katılmışlardır. Kadınların savaşçı kimliği, Türk ordularının savaş yeteneklerine büyük katkılar sağlamış ve onların zaferlerinde önemli bir rol oynamıştır. Bu durum, kadınların toplumsal hayatın her alanında olduğu gibi askeri alanda da erkeklerle eşit haklara sahip olduğunu göstermektedir. Örneğin, Kırgız destanı Manas'ta kadın kahramanlar, liderlik ve savaş yetenekleriyle öne çıkar ve erkeklerle omuz omuza mücadele eder (Koca, 2010). Kadınların askeri faaliyetlere katılımı, sadece savaş sırasında değil, barış zamanında da devam ediyordu. Türk toplumunda kadınlar, avcılık gibi aktivitelerde de aktif rol oynar ve bu da onların askeri yeteneklerini geliştiren bir alan olarak kabul edilirdi. Kadınlar, bu tür beceriler aracılığıyla topluma hizmet etmenin yanı sıra, savaş anında ordunun önemli bir parçası haline gelirdi (Golden, 2002).

### **Kadınların Spor ve Askeri Eğitimdeki Aktif Rolü**

Eski Türk toplumlarında kadınlar, sosyal yaşamın birçok alanında olduğu gibi spor ve askeri eğitimde de aktif roller üstlenmişlerdir. Türk kadınları, at biniciliği, okçuluk ve güreş gibi geleneksel sporların yanı sıra askeri eğitim süreçlerinde de önemli bir yer tutmuşlardır. Bu makalede, kadınların spor ve askeri eğitimdeki aktif rolleri, bu süreçlerde kazandıkları beceriler ve kadın savaşçıların yetiştirilme süreci detaylı olarak incelenecektir. Kadınlar, eski Türk toplumlarında at biniciliği, okçuluk ve güreş gibi sporlara aktif olarak katılmışlardır. At biniciliği, hem ulaşım hem de savaşta önemli bir beceri olarak kabul edildiği için kadınlar bu alanda eğitim almış ve ustalaşmışlardır. Atlı okçuluk, Türk savaşçıları arasında oldukça yaygın olan bir beceriydi ve kadınlar da bu alanda erkeklerle eşit olarak yarışmışlardır. 19. yüzyıl, özellikle sporun kurumsallaşmaya başladığı bir dönem olup kadınların da beden eğitimine ve spor branşlarına katılımlarının başladığı tarihtir. Henüz 1885'te Miss Bergman, İngiltere'de Beden Eğitimi Öğretmenleri Eğitim Koleji'ni (Training College for Women Teachers of Physical Education) kurmuştu. İç savaşta sonra ABD'de siyahi kadınlar, Ulusal Beyaz Olmayan Kadınlar Ligi (National League of Colored Women) ve Afro-Amerikan Kadınlar Ulusal Federasyonu'nun (National Federation of Afro-American Women) birleşmesi sonucu

1896'da Beyaz Olmayan Kadın Kulüpleri Ulusal Birliği'ni (National Association of Colored Women's Clubs) kurdular (Captain, 1991).

### **Askeri Eğitim Süreçlerine Katılım**

Türk kadınları, askeri eğitim süreçlerine de aktif bir şekilde katılmışlardır. Kadınlar, erkeklerle birlikte askeri eğitim alarak at biniciliği, okçuluk ve diğer savaş taktiklerinde uzmanlaşmışlardır. Bu eğitimler, sadece fiziksel yetenekleri değil, aynı zamanda stratejik düşünme ve karar alma becerilerini de geliştirmiştir. Kadınların askeri eğitim süreçlerindeki katılımları, toplumsal cinsiyet rollerinin daha esnek olduğu eski Türk toplumlarında önemli bir yer tutmaktadır (Tekin, 1994). Kadınlar, savaş hazırlığında hem pratik hem de teorik bilgi edinmiş, bu bilgi ve becerileri sayesinde askeri birliklerin önemli bir parçası haline gelmişlerdir. Eğitim süreçleri genellikle aile içinde veya kadınların bir araya geldiği topluluklarda gerçekleşmiş, bu durum onların birbirleriyle dayanışma içinde olmalarına ve becerilerini geliştirmelerine olanak tanımıştır. Böylece kadınlar, askeri disiplin ve dayanıklılık açısından da yetiştirilmişlerdir (Golden, 2002).

### **Kadınların Savaşçı Olarak Yetiştirilme Süreci**

Kadınların savaşçı olarak yetiştirilmesi, eski Türk toplumlarının kültürel yapısının önemli bir parçasını oluşturuyordu. Geleneksel olarak, kadınların da savaşçı ruhu ve askeri becerilere sahip olması bekleniyordu. Bu süreç, çocuk yaşlardan itibaren başlamakta, genç kızlar at biniciliği ve okçuluk gibi becerilerle tanıtılmaktaydı. Genç yaşta başlayan bu eğitim, kadınların savaşçı kimliklerini pekiştirmekte önemli bir rol oynamıştır. Kadınların savaşçı olarak yetiştirilmesi, aynı zamanda toplumsal cinsiyet rollerinin yeniden şekillenmesine de katkıda bulunmuştur. Eski Türk kağanlıklarında kadınlar, sadece evin yöneticisi değil, aynı zamanda savaşçı olarak da tanınmışlardır. Bu durum, savaşçı kadınların toplumda saygı görmelerini sağlamış ve onların toplumsal statülerini güçlendirmiştir. Örneğin, bazı kadınlar, savaşlar sırasında liderlik yapmış, ordunun başında savaşmış ve kendi adlarıyla anılan destanlara konu olmuştur (Koca, 2010). Kadınların savaşçı olarak yetiştirilmesi, sadece bireysel bir eğitim süreci değil, aynı zamanda toplumun savaş stratejilerinin bir parçası olarak görülmüştür. Bu bağlamda, kadınların askeri eğitimleri, savaş anında stratejik düşünme ve uygulama becerilerini de içermiştir. Kadınlar, yalnızca fiziksel beceriler geliştirmekle kalmamış, aynı zamanda savaş alanında liderlik yapabilecek yetenekler kazanmışlardır.

### **Türk Mitolojisinde ve Tarihinde Kadın Savaşçılar**

Türk kadını erkeğin yanında yer alarak geri planda kalmamıştır. Türk tarihinde kadın, toplumsal hayata aktif bir şekilde katılmıştır. Türk kadını ev işlerinin yanında tarım ve hayvancılık ile uğraşarak ticari faaliyetlerde de bulunmuştur. Tüm bu işlerin ötesinde kadın gerektiğinde savaşlara katılarak aktif roller üstlenmiştir (Özcan ve Kaya2017). Bu anlamda kız çocukları da küçük yaşlardan başlayarak erkek çocuklar ile birlikte ok atıp, at bindikleri dikkate değerdir (Baloğlu, 2022). Gökalp'e göre de İslamiyet öncesi Türklerde kadınlar amazon (savaşçı kadın) olarak bilinmekte ve eski kavimler içinde hiçbir kavim Türkler kadar kadına hak vermemiş ve saygı göstermemiştir (Gökalp, 2018). Türk mitolojisi ve tarihi, kadın savaşçıların önemli roller üstlendiği pek çok figür ve hikâye içermektedir. Bu kadın savaşçılar, yalnızca askeri alanda değil, aynı zamanda toplumsal ve kültürel bağlamda da büyük bir etkiye sahiptir. Türk toplumlarında, kadınların güçlü ve cesur bireyler olarak tasvir edilmesi, onların kahramanlık ve liderlik özelliklerini vurgulayan efsaneler ve destanlarla pekiştirilmiştir. Alp kadın figürleri, Türk destanlarında güçlü, cesur ve bağımsız kadın karakterler olarak öne çıkmaktadır. Bu kadınlar, genellikle savaşçı kimlikleri ile anılır ve erkeklerle eşit haklara sahip olarak tasvir edilirler. Alp kadın figürleri, Türk kültüründe sadece savaşçı olarak değil, aynı zamanda stratejik düşünce ve liderlik yetenekleri ile de tanınırlar. Bu figürler, Türk toplumlarının savaşçı ruhunu ve bağımsızlık arzusunu yansıtan önemli simgelerdir. Destanlarda, kadınlar genellikle güçlü liderler olarak tasvir edilir ve topluluklarını yönlendirme konusunda önemli bir yer

tutarlar. Bu da, kadınların askeri ve toplumsal alandaki rollerinin ne kadar değerli olduğunu göstermektedir.

### **Eski Türk Mitolojisinde "Amazon" Benzeri Kadın Savaşçıların Temsili**

Türk mitolojisinde, kadın savaşçılar genellikle Amazon benzeri figürlerle temsil edilmektedir. Bu figürler, cesur, güçlü ve bağımsız kadın karakterlerdir. Eski Türk mitolojisinde bu tür kadınlar, savaş alanında erkeklerle eşit şekilde mücadele eden kahramanlar olarak öne çıkmaktadır. Bu benzerlik, Türklerin göçebe yaşam tarzı ve savaşçı kültürü ile bağlantılıdır. Kadınların, savaş sırasında aktif rol almaları ve erkeklerle eşit bir şekilde savaşmaları, bu mitolojik anlatımlarda sıkça rastlanan bir temadır (Golden, 2002).

### **Bilge Kağan, Tomris Hatun Gibi Tarihi Kadın Liderlerin Spor ve Savaşçı Kimliği**

Bilge Kağan ve Tomris Hatun, Türk tarihinde bilinen en önemli kadın liderler arasında yer alır. Tomris Hatun, Saka Türklerinin hükümdarı olarak bilinir ve MÖ 6. yüzyılda Pers İmparatoru Kiros'a karşı kazandığı zaferle tarihe geçmiştir. Tomris hem liderlik vasıfları hem de savaşçı kimliği ile tanınır. Onun hikayesi, Türk kadınlarının savaşçı kimliklerini ve toplumda üstlendikleri rolleri pekiştirmektedir. Onların savaşçı kimlikleri, sadece bireysel başarılar değil, aynı zamanda toplumsal bir değişimin de simgesi olmuştur. Kadınların spor ve savaşçı kimliği, Türk toplumunun tarihine derinlemesine işlenmiştir. MÖ VI. yüzyılda İskitler' de Tomris Hatun ile kadın hükümdarların ortaya çıkma süreci başlamaktadır. Peçenek-Türk Hakanı Tomris Hatun yönetimi sırasında birçok kez İranlılarla savaşmıştır. Bir erkek hükümdar ülkesini nasıl yönetiyorsa aynı şekilde yönetmeyi başarmıştır. Tomris Hatun'dan başka Şecerud-Durr (Alıç,2016), Buhara Melikesi Kabaç (Kımk) Hatun, Devletli Türk Şuca Hatun, Naime Hatun, Terken (Türkân) Hatun, Sultan Raziye gibi Hatunlar devletlerini yönetmişlerdir (Gültepe, 2008).

### **Kadınların Ritüel ve Törenlerdeki Spor Katılımı**

Türk toplumlarında geleneksel spor müsabakaları, hem eğlence hem de sosyal dayanışma amacı taşımaktadır. Kadınlar, bu tür etkinliklerde aktif olarak yer almış, geleneksel sporların pratiğinde önemli roller üstlenmişlerdir. Özellikle atlı oyunlar, okçuluk ve güreş gibi etkinliklerde kadınların katılımı gözlemlenmektedir. Bu sporlar, kadınların fiziksel becerilerini geliştirmelerine ve toplumsal hayatın bir parçası olarak yer almalarına olanak sağlamıştır. Sportif aktiviteler öncelikle savaşçı becerilerin geliştirilmesi ve korunması amacıyla yapıldı. Bunun dışında dini törenlerde ve kutlamalarda da bedensel hareketler yapıyordu. Tarihte bilinen ilk uygarlıklardan biri olan Mısır'da dini, rekreatif ve askeri amaçlı aktiviteler kapsamında akrobatik hareketler ve jimnastik, halat çekme, sopalı ve toplu oyunlar, bıçak atma, güreş, yüzme, dans ve şans oyunları gibi oyun ve yarışmaların uygulandığı bilinmektedir. MÖ 2600'lere ait Mısır duvar resimlerinde akrobatik jimnastik hareketleri yapan ve top oynayan kadın tasvirleri eski dünyada kadın-spor ilişkisine işaret etmektedir. Bununla birlikte, halâ bu oyunlar ve kadınların bunlara katılımlarının niteliği hakkında yeterli bilgi yoktur (Bandy, 2000).

### **Bayram ve Törenlerde Kadınların Spor Yoluyla Toplumsal Birlikteliği Pekiştirme İşlevi**

Bayram ve törenler, Türk toplumlarının kültürel kimliğinin önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Bu etkinliklerde kadınların spor yoluyla toplumsal birlikteliği pekiştirme işlevi büyüktür. Kadınlar, bayramlarda ve törenlerde düzenlenen geleneksel spor etkinliklerinde aktif bir şekilde yer alarak, hem ailevi bağları güçlendirmiş hem de toplumsal dayanışmayı artırmışlardır. Bilinen en eski uygarlıklardan veya kabilelerden bugüne insanlar, dini törenlerde, cenaze törenlerinde, festivallerde, eğlencelerde, boş zaman değerlendirilmede ve buna benzer zamanlarda çeşitli fiziksel aktiviteler yapmışlardır (Bandy, 2000). Bu yapılan aktivitelerde zaman ilerledikçe kadınların yeri belirli sınırlar içerisine alınmıştır. İlk uygarlıklarda kadınlar ve erkekler, yapılan yarışmalara kimi zaman beraber kimi zaman ayrı katılsalar da, kadınlar toplumlarda fiziksel hareketlerle iç içe yaşamıştı.

## SONUÇ

Eski Türk toplumlarında kadınların hem askeri hem de sivil hayatta üstlendikleri roller, onların güçlü ve bağımsız bireyler olarak toplumun yapı taşı haline gelmesine olanak sağlamıştır. Kadınlar, sadece aile içi rolleriyle değil, aynı zamanda savaşçı ve lider kimlikleriyle de tarih boyunca kendilerini göstermişlerdir. Hem fiziksel hem de stratejik anlamda eğitim gören kadınlar, toplumsal cinsiyet rollerini esnek ve güçlü bir şekilde yeniden tanımlamışlardır. Kadınların askeri eğitim süreçlerine aktif olarak katılmaları, onların fiziksel dayanıklılık, stratejik düşünme ve liderlik yeteneklerini geliştirmiştir. Savaş stratejilerinin belirlenmesi, köylerin savunulması ve bireysel savaşçı becerilerinin kazandırılması gibi alanlarda, kadınların liderlik vasıfları tarihsel bir temele dayanmaktadır. Avcılık, okçuluk, at biniciliği gibi geleneksel sporlar, kadınların hem fiziksel güçlerini artırmış hem de sosyal hayatta daha görünür olmalarını sağlamıştır. Bayram ve törenler gibi toplumsal etkinliklerde, kadınlar spor müsabakalarına katılarak toplumsal birlikteliği pekiştirmiş, geleneklerin ve kültürel değerlerin devamlılığını sağlamışlardır. Spor, sadece bir fiziksel güç gösterisi değil, aynı zamanda toplum içindeki bağların güçlendirilmesi ve bireylerin topluma entegrasyonu için kullanılan bir araç haline gelmiştir. Bu yönüyle, kadınların spordaki rolü, onların toplumsal statülerini yükseltmiş ve cinsiyetler arası eşitlik anlayışının temelini oluşturmuştur. Türk mitolojisi ve destanlarında da görüldüğü üzere, kadınlar savaşçı kimlikleriyle ön plana çıkmış, Alp kadın figürleri, Tomris Hatun gibi tarihsel karakterler, kadınların askeri alandaki etkinliğini pekiştirmiştir. Kadınların bu güçlü imajı, toplumsal ve kültürel olarak kadının rolünü genişletmiş ve geleneksel cinsiyet normlarının ötesine geçmiştir. Sonuç olarak, Türk toplumlarında kadınların hem sivil hem de askeri alandaki rolleri, onların güçlü, bağımsız ve stratejik bireyler olarak toplumun şekillenmesine katkıda bulunduğunu göstermektedir. Kadınların spor, liderlik ve askeri becerileri, eski Türk devletlerinin dinamik yapısını yansıtan önemli birer öge olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu bakımdan, kadınların tarihsel rolleri, sadece savaş alanında değil, aynı zamanda toplumsal yapının güçlenmesinde de kritik bir unsur olmuştur. Bu çerçevede, Türk tarihinde kadınların stratejik ve fiziksel eğitim süreçlerine dahil olmaları, onların toplumsal statülerinin ve etkilerinin sürekliliğini sağlamış ve günümüze kadar süregelen bir kültürel miras oluşturmuştur. Kadınların bu aktif rolü, Türk toplumlarının esnek ve güçlü yapısının en önemli parçalarından biridir.

## KAYNAKÇA

- Alıç, S. (2016). Oğuznamelere Göre Türk Toplumunda Kadının Siyasi ve Askeri Roller. Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 13(2).
- Baloğlu, E., (2022). İslami Basında Kadın İmgesi. (Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya
- Bandy, S. J. (2000). Women & Sport From Antiquity to the I9th Century, Olympic Review, 31 (Febr-March), 18-22.
- Captain, G. (1991). Enter Ladies and Gentlemen of Color: Gender, Sport, and the Ideal of African American Manhood and Womenhood During the Late Nineteenth and Early Twentieth Century, Journal of Sport History, 18(1): 81-102.
- Erdemir-Palaz, H. (2002). Yabancı Yazarlara Göre Türklerde Savaş ve Taktik. Türkler Ansiklopedisi, Yeni Türkiye Yayınları, Ankara.
- Golden, P. B. (2002). Central Asia in World History. Oxford University Press.
- Gökalp, Z. (2018). Türkçülüğün Esasları, Karbon Kitaplar.
- Gültepe, N., 2008, Türk Kadın Tarihine Giriş, Ötükenneşriyat A.Ş., İstanbul, 363s.



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Özel Özcan, M. S. ve Erden Kaya, E. (2017). Türk Toplumsal Hayatında Kadının Varlığının Tarihsel Ekseninde Sorgulanması. Turkish Studies International Periodical for the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, 12(12): 175-188.

Salim KOCA (Edi.), (2002), Türkler, Ankara: Yeni Türkiye Yayınları, ss. 938–943.

Şener, Cemal, (2003), Şamanizm Türklerin İslamiyet'ten Önceki Dini, İstanbul: Etik Yayınları.

Tekin, Ş. (2019). Türklerde Devlet-Kimlik İlişkisi: Devlet Kimliği. Milliyetçilik Araştırmaları Dergisi. 1(2): 78-102.



## BİREYSEL VE TAKIM SPORCULARINDA GÜDÜLENME İLE ZİHİNSEL DAYANIKLILIK ARASINDAKİ İLİŞKİ

Esen KIZILDAĞ KALE<sup>1</sup>, İpek Tilbe TÜLEK<sup>2</sup>, Hatice ÖZDEMİR<sup>3</sup>, Çağdaş USTA<sup>4</sup>,  
Mehmet KALE<sup>5</sup>

<sup>1</sup>İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antrenörlük  
Eğitimi Bölümü, İstanbul, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-4927-8682

E-posta: esen.kale@nisantasi.edu.tr

<sup>\*2</sup>İstanbul Nişantaşı Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor

Yöneticiliği Bölümü İstanbul, Türkiye

ORCID Code: 0009-0004-9261-0996

E-posta: ipek.tulek@nisantasi.edu.tr

<sup>3</sup> Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,  
Eskişehir, Türkiye

ORCID Code: 0009-0002-5251-0646

E-posta: [ohatice983@gmail.com](mailto:ohatice983@gmail.com)

<sup>4</sup> Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,  
Eskişehir, Türkiye

ORCID Code: 0009-0001-0827-0908

E-posta: custa536@gmail.com

<sup>5</sup> Eskişehir Teknik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü,  
Eskişehir, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-1960-2234

E-posta: mkale@eskisehir.edu.tr

### ÖZET

Bu araştırmada; bireysel ve takım sporcularının güdülenme düzeyleri ile zihinsel dayanıklılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi test etmek amaçlanmıştır. Buna ek olarak bu araştırmanın bir diğer amacı sporcuların güdülenme düzeylerini ve zihinsel dayanıklılık düzeylerini farklı değişkenler açısından karşılaştırmaktır. Bu araştırmanın modeli ilişkisel tarama metodudur. Çalışmaya yaşları 18-24 arasında ( $Ort_{yaş} = 19.16 \pm 1.63$ ) spor yaşı 1 ila 15 yıl ( $Ort_{süre} = 7.42 \pm 3.42$ ) arasında değişen bireysel ve takım sporcuları ile ilgilenen toplam 634 sporcu gönüllü katılmıştır. Sporculara “Sporda Güdülenme Ölçeği-SGÖ” (bilmek başarmak için içsel güdülenme, içe atım, uyarıcı yaşamak için içsel güdülenme, dışsal düzenleme, özdeşim, ve güdülenmeme) ve “Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri- SZDE (güven, dayanıklılık ve kontrol)” uygulanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler, bağımsız gruplar için t testi ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Cinsiyet değişkenine göre yapılan bağımsız gruplar için yapılan t testi sonuçlarına göre SZDE alt boyutlarının tamamında erkek sporcuların alt boyutlar ortalama puanlarının kadın sporcuların ortalama puanlarından anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p < .05$ ). Branş türüne göre yapılan t testi sonucuna göre SGÖ alt boyutlarından uyarıcı yaşamak için içsel güdülenme ve içe atım alt boyutlarında takım sporcuların ortalama puanlarının bireysel sporculardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p < .05$ ). Yapılan Pearson Momentler Korelasyon analizi sonuçları SZDE envanteri alt boyutlarından güven ile SGÖ alt boyutlarından güdülenmeme ( $p < .01$ ) arasında anlamlı ve negatif, içsel güdülenme ve dışsal güdülenme ( $p < .01$ ) arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki

olduğunu göstermektedir. Analiz sonucunda devamlılık ile güdülenmeme ( $p<.01$ ) arasında negatif, içsel güdülenme ( $p<.01$ ) arasında pozitif ve kontrol ile güdülenmeme ( $p<.01$ ) ve dışsal güdülenme ( $p<.05$ ) arasında negatif bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak; sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin onların güdülenme biçimleri üzerine etkisi olduğu söylenebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Bireysel ve takım sporları, güdülenme, zihinsel dayanıklılık

### THE RELATIONSHIP BETWEEN MOTIVATION AND MENTAL TOUGHNESS IN INDIVIDUAL AND TEAM ATHLETES

Esen KIZILDAĞ KALE<sup>1</sup>, İpek Tilbe TÜLEK<sup>2</sup>, Hatice ÖZDEMİR, Çağdaş USTA<sup>4</sup>, Mehmet KALE<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Istanbul Nişantaşı University, School of Physical Education and Sports, Department of Coaching Education, Istanbul, Turkey  
ORCID Code: 0000-0002-4927-8682  
E-mail: esen.kale@nisantasi.edu.tr

<sup>2</sup>Istanbul Nişantaşı University, School of Physical Education and Sports, Department of Sports Management, Istanbul, Turkey  
ORCID Code: 0009-0004-9261-0996  
E-mail: ipek.tulek@nisantasi.edu.tr

<sup>3</sup> Eskişehir Technical University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education, Eskişehir, Turkey  
ORCID Code: 0009-0002-5251-0646  
E-posta: ohatice983@gmail.com

<sup>4</sup> Eskişehir Technical University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education, Eskişehir, Turkey  
ORCID Code: 0009-0001-0827-0908  
E-posta: custa536@gmail.com

<sup>5</sup> Eskişehir Technical University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education, Eskişehir, Turkey  
ORCID Code: 0000-0002-1960-2234  
E-posta: mkale@eskisehir.edu.tr

#### ABSTRACT

In this study, it was aimed to test the relationship between motivation levels and mental toughness levels of individual and team athletes. In addition, another aim of this study was to compare motivation levels and mental toughness levels of athletes in terms of different variables. The model of this research is relational screening method. A total of 634 athletes, aged between 18-24 ( $M = 19.16 \pm 1.63$ ) and between 1 and 15 years ( $M = 7.42 \pm 3.42$ ), who are interested in individual and team sports, participated in the study voluntarily. "Sports Motivation Scale-SMS" (intrinsic motivation to know and accomplishment, intrinsic motivation to experience stimulation, introjection, identification, external regulation and amotivation) and "Sports Mental Toughness Questionnaire-SMTQ (confidence, constancy and control)" were applied to the athletes. Descriptive statistics, t test for independent groups and Pearson correlation analysis were used in the analysis of the data. According to the results of the t-test conducted for independent groups according to the gender variable, it was found that the mean scores of the male athletes in all SMTQ sub-dimensions were significantly higher than the mean scores of the female athletes ( $p<.05$ ). According to the t-test results conducted

according to the sport type, it was found that the mean scores of team athletes were significantly higher than individual athletes in the intrinsic motivation to experience stimulation and introjection sub-dimensions of the SMS sub-dimensions ( $p<.05$ ). The results of the Pearson Moment Correlation analysis show that there was a significant and negative relationship between confidence sub-dimension of the SMTQ, and amotivation ( $p<.01$ ), and a significant and positive relationship between intrinsic motivation and extrinsic motivation ( $p<.01$ ) of SMS. As a result of the analysis, a negative relationship was found between constancy and amotivation ( $p<.01$ ), a positive relationship with intrinsic motivation ( $p<.01$ ), and a negative relationship between control and amotivation ( $p<.01$ ) and extrinsic motivation ( $p<.05$ ). As a result, it can be said that the mental toughness levels of athletes have an impact on their motivation styles.

**Keywords:** Individual and Team Sports, Motivation, Mental Toughness

## GİRİŞ

Son yıllarda artan rekabetle birlikte sporcular ve antrenörler sadece fiziksel gücün yeterli olmadığı kanısına varmış ve psikolojik süreçlerin önemini fark etmişlerdir. Bu nedenle sporcular ve antrenörler branşlarında ustalaşmak ve daha iyi performans göstermek için farklı arayışlar içerisine girmeye başlamışlardır. Sporcuların performansını etkileyen güdülenme, zihinsel dayanıklılık gibi birçok psikolojik faktör vardır. Bunun farkına varan birçok antrenör antrenman programlarına ek olarak ya psikolojik çalışmalara yer vermiş ya da bir uzman ekiplerine dahil etmişlerdir.

Güdü yani motiv Latince “movare” kelimesinden gelmekte olup “harekete geçirme” anlamına gelmektedir (Adair, 2006). Güdülenme (motivasyon) ise herhangi bir güdünün etkisi ile ve yaşanan koşullara bağlı olarak bir davranışa sebep olan ya da davranışı sürdüren süreç olarak tanımlanabilir (Özerkan, 2004). Güdülenme incelendiğinde iki ana kategoriye ayrılmaktadır: İçsel güdülenme ve dışsal güdülenme. İçsel güdülenme bireyin dışarıdan bir uyaran olmadan kendi içindeki isteklere göre bir işi, görevi ya da amacı gerçekleştirmesi ve bu amaca ulaştıktan sonra yaşadığı tatmin, haz ve doyum olarak açıklanabilir (Selçuk, 1996; Duy, 2007). Dışsal güdülenme ise bireyin ödül kazanmak ya da verilecek cezadan kaçmak için bir eylemi ya da hareketi yapması olarak ifade edilebilir (Çaylak, 2022). Dışsal ödüller (madalya, para, prim, kupa...) maddi olabileceği gibi, başkaları tarafından takdir görme, saygınlık kazanma ve övülme gibi maddi olmayan kaynaklar da olabilir (Türkmen, 2005).

Sporcuların performanslarını olumlu yönde etkileyen bir diğer psikolojik faktör olan sporda zihinsel dayanıklılık ise zihinsel olarak sporcuların performansını etkileyebilecek engeller rağmen sporcuların başarılı bir performans gösterebilme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Bayköse ve Keskin, 2018). Zihinsel dayanıklılık, başarılı bir performans için önemli bir değişkenken zihinsel olarak güçlü olmak da başarılı sporcunun önemli bir özelliğidir. Bu sebeple sporda iyi ve mükemmel bir performans için temel psikolojik özelliklerden biri olarak yer almaktadır (Gucciardi ve ark., 2015). Yapılan çalışmalarda zihinsel dayanıklılık, baskı ve zorlukların üstesinden gelme, ısrarcı olma ve vazgeçmeme, psikolojik olarak güçlü olma, ters giden durumlar ve başarısız performans sonrasında çabuk toparlanabilme, göreve bağlılık ve yüksek konsantrasyon gibi kavramlarla açıklanmaktadır (Goldberg 1998, Clough ve ark 2002, Middleton ve ark 2004, Bull ve ark. 2005, Crust 2008, Connaughton ve ark 2010, Gucciardi 2012, Perry ve ark 2013). Sporda zihinsel dayanıklılığın üç alt boyutu vardır: güven, kontrol ve devamlılık. Güven alt boyutu zor durumlarda hedefe ulaşmak için bireyin rakiplerinden daha güçlü olduğuna ve kendi yeteneklerine inanmasıdır. Kontrol alt boyutu; baskı altında kontrollü olma ve soğukkanlı kalabilme yeteneği olarak ifade edilmektedir. Devamlılık alt boyut ise

bireyin belirlediği hedefler için konsantre olabilmesi ve sorumluluk alabilmesi olarak tanımlanmaktadır (Atahan ve Bayar Koruç, 2016).

Bu bağlamda bu araştırmanın amacı; bireysel ve takım sporu ile ilgilenen sporcuların güdülenme ile zihinsel dayanıklılık arasındaki ilişkiyi test etmektir. Bu amaca ek olarak sporcuların güdülenme ve zihinsel dayanıklılık düzeylerini farklı değişkenler (cinsiyet, spor türü) açısından farklılaşıp farklılaşmadığını test etmek de bu araştırmanın bir diğer amacını oluşturmaktadır.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

İlişkisel tarama modelindeki çalışmalar iki veya ikiden fazla değişken arasındaki ilişkinin derecesini ve yönünü belirlemeye yönelik olduğu için (Karasar, 2010) bu çalışmada da sporcuların güdülenme düzeyleri ile zihinsel dayanıklılıkları arasındaki ilişkiyi test etmeyi amaçladığından ilişkisel tarama yöntemine göre planlanmıştır.

### Araştırma Grubu

Araştırmaya yaşları 18-24 arasında değişen ( $Ort_{yaş} = 19.16 \pm 1.63$ ) spor yaşı 1 ila 15 yıl ( $Ort_{süre} = 7.42 \pm 3.42$ ) arasında değişen 247 sporcu bireysel (atletizm, tenis, yüzme, jimnastik, okçuluk ve güreş) spor branşından ve 387 sporcu takım sporlarından (basketbol, futbol, hentbol, voleybol) toplam 634 sporcu katılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan sporculara araştırmanın amacı hakkında detaylı bilgilerin yer aldığı Gönüllü Denek Onam Formunu doldurmaları istenmiştir. Araştırmaya gönüllü katılan sporculara sporcuların demografik bilgilerinin yer aldığı Kişisel Bilgi Formu, sporcuların güdülenme düzeylerini belirlemek için Sporda Güdülenme Ölçeği ve zihinsel dayanıklılıklarını belirlemek için ise Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri uygulanmıştır.

Sporda Güdülenme Ölçeği- SGÖ: sporcuların güdülenme düzeylerini belirlemek için kullanılan ölçek Pelletier ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Kazak (2004) tarafından yapılmıştır. 28 madde ve 6 alt boyuttan (bilmek ve başarmak için içsel güdülenme, uyarıcı yaşamak için içsel güdülenme, içeatım, dışsal düzenlemeler, özdeşim ve güdülenmeme) oluşan ölçek 7'li likert tipi bir ölçektir.

Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri- SZDE: Sporda zihinsel dayanıklılığı belirlemek için kullanılan ölçek Sheard ve diğ. (2009) tarafından geliştirilmiş ve Altıntaş ve Bayar Koruç (2016) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Envanter 14 maddeden ve 3 alt boyuttan (güven, devamlılık ve kontrol) oluşmakta ve 4'lü likert tipinde bir envanterdir. Envanterde 2., 4., 7., 8., 9. ve 10. maddeler ters puanlanmaktadır.

### Verilerin Analizi

Sporculardan dijital ortamda toplanan veriler incelenmiş olup hatalı veya boş bırakılan veriler değerlendirmeye alınmamıştır. Elde edilen IBM SPSS Statistics 25.0 programında analiz edilmiştir. Verilerin betimsel istatistikleri, normallik testi, Cronbach alpha değerleri incelenmiştir. Verilerin Skewness (çarpıklık) ve Kurtosis (çarpıklık) değerleri -1,5 ve +1,5 aralığında olduğu için verilere t testi ve Pearson Momentler Korelasyon Analizi uygulanmıştır.

**Etik Beyan:** Çalışma için İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Etik Kurul Komisyonundan 02.05.2024 tarihli 2024/05 sayılı kararına göre araştırmanın etik açıdan uygunluğu için etik kurul onayı alınmıştır.

## BULGULAR

Bu bölümde araştırmadan elde edilen verilere ilişkin analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 1. SGÖ ve SZDE alt boyutlarına ilişkin betimsel istatistikler

| Alt Boyutlar                          | Ort  | S.S. | Skewness | Kurtosis | Cronbach Alpha |
|---------------------------------------|------|------|----------|----------|----------------|
| <b>Bilmek başarmak için güdülenme</b> | 5.74 | 1.07 | -.783    | -.023    | .88            |
| <b>Uyaran yaşamak için güdülenme</b>  | 5.84 | 1.04 | -.949    | .767     | .73            |
| <b>Dışsal düzenleme</b>               | 4.63 | 1.44 | -.392    | -.407    | .72            |
| <b>Özdeşim</b>                        | 5.10 | 1.23 | -.411    | -.211    | .70            |
| <b>İçeatım</b>                        | 5.46 | 1.24 | -.735    | .082     | .74            |
| <b>Güdülenmeme</b>                    | 2.86 | 1.47 | .558     | -.578    | .74            |
| <b>Güven</b>                          | 3.04 | .52  | -.245    | -.108    | .75            |
| <b>Devamlılık</b>                     | 3.35 | .51  | -.592    | -.253    | .63            |
| <b>Kontrol</b>                        | 2.27 | .69  | .209     | -.466    | .73            |

Tablo 1’de ölçekler alt boyutlarına ilişkin betimsel istatistikler verilmiştir. Verilerin normallik analizi sonucuna göre skewness (çarpıklık) ve kurtosis (basıklık) değerlerinin -1,5 ile +1.5 arasında olduğu görülmektedir. Büyüköztürk, Çokluk ve Köklü (2017)’ye göre bu değerlerin normal dağılım gösterdiği kabul edilmektedir. Ölçeklerin alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alpha değerleri incelendiğinde bu ölçeklerin bu çalışma için güvenilir olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Cinsiyet Değişkenine Göre SGÖ ve SZDE alt boyutlarına ilişkin t testi sonuçları

| Alt Boyutlar                          | Cinsiyet     | n   | Ortalama    | S.S. | t             | p           |
|---------------------------------------|--------------|-----|-------------|------|---------------|-------------|
| <b>Bilmek Başarmak için güdülenme</b> | Kadın        | 333 | 5.79        | 1.05 | 1.370         | .171        |
|                                       | Erkek        | 301 | 5.68        | 1.10 |               |             |
| <b>Uyaran Yaşamak için Güdülenme</b>  | Kadın        | 333 | 5.90        | 1.04 | 1.505         | .133        |
|                                       | Erkek        | 301 | 5.77        | 1.05 |               |             |
| <b>Dışsal düzenleme</b>               | Kadın        | 333 | 4.59        | 1.39 | -.787         | .432        |
|                                       | Erkek        | 301 | 4.68        | 1.49 |               |             |
| <b>Özdeşim</b>                        | Kadın        | 333 | 5.14        | 1.17 | 1.004         | .316        |
|                                       | Erkek        | 301 | 5.04        | 1.30 |               |             |
| <b>İçeatım</b>                        | Kadın        | 333 | 5.40        | 1.21 | 1.427         | .154        |
|                                       | Erkek        | 301 | 5.54        | 1.28 |               |             |
| <b>Güdülenmeme</b>                    | Kadın        | 333 | 2.97        | 1.48 | 1.628         | .104        |
|                                       | Erkek        | 301 | 2.77        | 1.47 |               |             |
| <b>Güven</b>                          | Kadın        | 333 | 2.93        | .52  | <b>-5.571</b> | <b>.000</b> |
|                                       | <b>Erkek</b> | 301 | <b>3.16</b> | .49  |               |             |
| <b>Devamlılık</b>                     | Kadın        | 333 | 3.31        | .50  | <b>-2.190</b> | <b>.029</b> |

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

|                |              |     |             |     |               |             |
|----------------|--------------|-----|-------------|-----|---------------|-------------|
|                | <b>Erkek</b> | 301 | <b>3.40</b> | .52 |               |             |
| <b>Kontrol</b> | Kadın        | 333 | 2.15        | .64 | <b>-4.621</b> | <b>.000</b> |
|                | <b>Erkek</b> | 301 | <b>2.40</b> | .72 |               |             |

Tablo 2’de cinsiyete göre SGÖ ve SZDE alt boyut puanlarını karşılaştırmak için yapılan t testi sonuçları verilmiştir. t testi analizi sonucuna göre SGÖ alt boyutlarında cinsiyete göre anlamlı farklılıklar bulunamamıştır ( $p > .05$ ). Cinsiyete göre yapılan t testi sonucuna göre SZDE alt boyutlarından güven ( $t = -5.571$ ), devamlılık ( $t = -2.190$ ) ve kontrol ( $t = -4.621$ ) alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür ( $p < .05$ ). Bu alt boyutlarda erkek sporcuların ortalama puanlarının kadın sporcuların ortalama puanlarından anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 3. Branş türü Değişkenine Göre Sporda Gütülenme Ölçeği ve Sporda Zihinsel Dayanıklılık Envanteri alt boyutlarına ilişkin t testi sonuçları

| Alt Boyutlar                          | Cinsiyet     | n   | Ortalama    | Std. | t            | p           |
|---------------------------------------|--------------|-----|-------------|------|--------------|-------------|
| <b>Bilmek Başarmak için gütülenme</b> | Takım        | 387 | 5.79        | 1.06 | 1.342        | .180        |
|                                       | Bireysel     | 247 | 5.67        | 1.08 |              |             |
| <b>Uyaran Yaşamak için Gütülenme</b>  | <b>Takım</b> | 387 | <b>5.91</b> | 1.03 | <b>2.176</b> | <b>.030</b> |
|                                       | Bireysel     | 247 | 5.72        | 1.06 |              |             |
| <b>Dışsal düzenleme</b>               | Takım        | 387 | 4.66        | 1.40 | .615         | .539        |
|                                       | Bireysel     | 247 | 4.59        | 1.49 |              |             |
| <b>Özdeşim</b>                        | Takım        | 387 | 5.16        | 1.22 | 1.743        | .082        |
|                                       | Bireysel     | 247 | 4.99        | 1.25 |              |             |
| <b>İçeatım</b>                        | <b>Takım</b> | 387 | <b>5.54</b> | 1.25 | <b>2.005</b> | <b>.045</b> |
|                                       | Bireysel     | 247 | 5.34        | 1.23 |              |             |
| <b>Gütülenmeme</b>                    | Takım        | 387 | 2.80        | 1.44 | -1.443       | .150        |
|                                       | Bireysel     | 247 | 2.97        | 1.54 |              |             |
| <b>Güven</b>                          | Takım        | 387 | 3.04        | .49  | .295         | .768        |
|                                       | Bireysel     | 247 | 3.03        | .55  |              |             |
| <b>Devamlılık</b>                     | Takım        | 387 | 3.35        | .49  | .213         | .831        |
|                                       | Bireysel     | 247 | 3.35        | .54  |              |             |
| <b>Kontrol</b>                        | Takım        | 387 | 2.28        | .69  | .279         | .781        |
|                                       | Bireysel     | 247 | 2.26        | .70  |              |             |

Tablo 3’de branş türü göre SGÖ ve SZDE alt boyutlarına ilişkin t testi sonuçları verilmiştir. Analiz sonucuna göre SGÖ alt boyutlarında branş türüne göre uyaran yaşamak için gütülenme ( $t = 2.176$ ) ve içeatım ( $t = 2.005$ ) alt boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur ( $p < .05$ ). Bu alt boyutlarda takım sporu yapan sporcuların ortalama puanları bireysel spor yapan sporculardan anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Branş türüne göre yapılan t testi sonucuna göre SZDE alt boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunamamıştır ( $p > .05$ ).

**Tablo 4. SGÖ alt boyutları ile SZDE alt boyutları Pearson Korelasyon Analizi sonuçları**

|                   | Bilmek<br>Başarmak | Uyaran<br>Yaşamak | Dışsal<br>düzenleme | Özdeşim | İçeatım | Güdülenmeme |
|-------------------|--------------------|-------------------|---------------------|---------|---------|-------------|
| <b>Güven</b>      | .311**             | .290              | .199**              | .221**  | .245**  | -.156**     |
| <b>Devamlılık</b> | .270**             | .196**            | -.048               | .094*   | .151**  | -.349**     |
| <b>Kontrol</b>    | -.074              | -.069             | -.088*              | -.046   | -.093*  | -.255**     |

\*p<.05; \*\*p<.01

Tablo 4'te SGÖ alt boyutları ile SZDE alt boyutları Pearson Korelasyon Analizi sonuçları verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre SZDE alt boyutu güven ile SGÖ alt boyutlarından bilmek ve başarmak için içsel güdülenme, dışsal düzenleme, özdeşim ve içeatım arasında; devamlılık alt boyutu ile bilmek ve başarmak için içsel güdülenme, uyaran yaşamak için içsel güdülenme, özdeşim ve içeatım arasında pozitif ve anlamlı bir; kontrol ile dışsal düzenleme ve içeatım arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur (p<.05). SZDE aalt boyutları güven, devamlılık ve kontrol ile SGÖ alt boyut güdülenmeme arasında negatif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur (p<.01).

## TARTIŞMA

Bu araştırma bireysel ve takım sporu yapan sporcuların güdülenme düzeyleri ile zihinsel dayanıklılıkları test etmek amacıyla yapılmıştır. Bu bağlamda bireysel ve takım sporu yapan 634 sporcu araştırmaya katılmıştır. Sporculardan elde edilen verilerin analizinde cinsiyete göre sporda zihinsel dayanıklılığın üç alt boyutu olan güven, devamlılık ve kontrol alt boyutlarında erkek katılımcıların ortalama puanlarının kadın sporculardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Literatür incelendiğinde bu araştırma bulgularını destekleyen sonuçlar bulan araştırmalara rastlanmaktadır (Kalkavan ve ark., 2020; Juan ve Lopez, 2015; Findlay ve Bowker, 2009). Erkek sporcuların zihinsel dayanıklılık düzeylerinin kadın sporculardan daha yüksek çıkmasının nedeni erkeklerin toplumda kabul görmelerinin daha yüksek olmasına ve bu durumun onlarda kaygı ve baskıyı kadın sporculara göre daha düşük düzeyde yaşamalarına, erkek sporcuların spora katılmalarında ve sürdürmelerinde daha fazla destek görmeleri olarak düşünülebilir. Bu çalışmaların tersine bazı çalışmalarda ise cinsiyete göre sporcuların zihinsel dayanıklılıkları arasında anlamlı farklılıklar bulunmayan çalışmalara da rastlanmaktadır (İlhan, 2020; Nicholls ve ark., 2008).

Bu çalışmada branş değişkenine göre zihinsel dayanıklılık karşılaştırıldığında bireysel ve takım sporcuları arasında anlamlı farklılıklar bulunamamıştır. Karaca ve arkadaşları (2024) ve Kayhan ve arkadaşları (2018) yapmış oldukları çalışma sonuçlarıyla bu araştırma bulgusunu desteklemektedir. Branş fark etmeksizin sporcuların benzer düzeyde zihinsel dayanıklılığa sahip oldukları söylenebilir. Bu noktada zihinsel dayanıklılığa etki ettiği düşünülen (yaş, spor yaşı gibi) değişkenlerin incelenmesi gerekmektedir. Analiz sonuçlarında branş değişkenine göre sporda güdülenme ölçeği alt boyutlarından uyaran yaşamak için içsel güdülenme ve iç eatım alt boyutlarında takım sporcularının ortalama puanlarının bireysel sporculardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu görülmüştür. Takım sporlarında birliktelik, işbirliği ve etkileşim daha yüksek olduğu için bu sporcuların eğlence ve farklı uyarıcı duyular yaşamak için spora katıldıkları ve bu güdülenme türünün bu sebeple yüksek çıktığı ifade edilebilir. Yine aynı şekilde takım sporcularının takımdaki diğerlerine karşı sorumluluk duygusunun daha fazla



yaşanılması sebebiyle kendini rahatsız ve mahcup hissetmenin daha fazla yaşandığı söylenebilir.

Son olarak değişkenler arasındaki ilişki incelendiğinde güdülenme ile sporda zihinsel dayanıklılık arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benzer şekilde Altıntaş (2015) ve Gucciardi (2010) da yaptıkları çalışmada içsel güdülenme ile zihinsel dayanıklılık arasında pozitif bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Buradan hareketle güdülenmenin sporcuların kendine güvenlerini ve yeterli algılarını artırdığı düşünüldüğünde bu sporcuların mücadele gerektiren durumlarda ve baskı altında daha soğukkanlı davranabildikleri ve problemlerin üstesinden rahatlıkla gelebilecekleri söylenebilir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Performansı olumlu yönde etkileyen psikolojik bir faktör olan güdülenmenin artması ile sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının da güçlü olacağı ifade edilebilir. Sonuç olarak; sporcuların güdülenme düzeylerinin özellikle içsel güdülenmenin spor branşına özgü isteği, çabayı, istikrarı artıracak ve bu bağlamda bu durumun onların fiziksel performanslarını da olumlu yönde etkileyeceği düşünüldüğünden zihinsel olarak güçlü olmaları önemli bir faktör olarak görülmektedir. Bu sebeple kişilerin içsel güdülenme eğilimine sahip olmalarına rağmen bu doğal eğilimi geliştirmek ve sürdürmek için bazı destekleyici durumlar gerekmektedir. Bu sebeple sporculara ve antrenörlere güdülenme ve zihinsel dayanıklılığı artıracak düşüncesiyle psikolojik beceri antrenmanları ve bilinçli farkındalık antrenmanları gibi çalışmalarını antrenman programlarının bir parçası haline getirmeleri önerilmektedir.

**Bilgilendirme:** Bu çalışma İstanbul Nişantaşı Üniversitesi Bilimsel Faaliyetler Koordinatörlüğünü kapsamında E-40584580-050.04-52879 sayılı proje ile desteklenmiştir.

## KAYNAKÇA

- Adair, J. (2006). *Etkili motivasyon*. (3. baskı). İstanbul: Babıali Kültür.
- Altıntaş, A. (2015). *Sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının belirlenmesinde optimal performans duygu durumu, güdülenme düzeyi ve hedef yöneliminin rolü*. Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi.
- Altıntaş, A., & Koruç, P. B. (2016). Sporda zihinsel dayanıklılık envanteri'nin psikometrik özelliklerinin incelenmesi (SZDE). *Spor Bilimleri Dergisi*, 27(4), 163-171.
- Bull, S.J., Shambrook, C. J., James, W., Brooks, J. E. (2005). Towards an understanding of mental toughness in elite English cricketers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17, p. 209-227.
- Büyüköztürk, Ş., Çokluk, Ö. ve Köklü, N. (2017). *Sosyal bilimler için istatistik*. Ankara: Pegem Akademi.
- Clough, P. J., Earle, K., Sewell, D. (2002). *Mental toughness: The concept and its measurement* In I. Cockerill (Ed.), *Solutions in Sport Psychology*, London: Thomson Publishing. p. 32-43.
- Connaughton, D., Hanton, S., Jones, G. (2010). The development and maintenance of mental toughness in the world's best performers. *The Sport Psychologist*, 24, s. 168- 193.
- Crust, L. (2008). A review and conceptual re-examination of mental toughness: Implications for future researchers. *Personality and Individual Differences*, 45, s. 576-583.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Çaylak, D. G. (2022). *Müzik eğitimi ana bilim dallarında öğrenim gören öğrencilerin bireysel çalgı dersine yönelik akademik motivasyon ve tutumlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi).
- Duy, B. (2015). *Güdülenme ve bireysel farklılıklar*. Kaya, A. (Ed.), Eğitim Psikolojisi içinde (9. baskı, s. 505-551). Ankara: Pegem Akademi.
- Findlay, L.C., & Bowker, A. (2009). The link between competitive sport participation and self-concept in early adolescence: A consideration of gender and sport orientation. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(1), 29-40.
- Goldberg A.S.,(1998). *Sports Slump Busting: 10 Steps to Mental Toughness and Peak Performance*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Gucciardi, D. F. (2010). Mental toughness profiles and their relations with achievement goals and sport motivation in adolescent Australian footballers. *Journal of Sports Sciences*, 28(6): 615-625.
- Gucciardi, D.F. (2012). Measuring Mental Toughness in Sport: A Psychometric Examination of the Psychological Performance Inventory–A and Its Predecessor, *Journal of Personality Assessment*, 94 (4), p. 393–403.
- Gucciardi, D.F., Hanton, S., Mallett, S., & Temby, P. (2015). The concept of mental toughness: Tests of dimensionality, nomological network and traitness. *Journal of Personality*. 83 (1), 26–44.
- İlhan, A. (2020). Tenis Oyuncularının Zihinsel Dayanıklılık Düzeyleri. *Journal of Global Sport and Education Research*, 3(2), 28-35.
- Juan, M.V.T. & Lopez, A. (2015). Mental Toughness of Scholar Athletes. *Researchers World*, 6(3), 22.
- Kalkavan, A., Özdilek, Ç., & Çakır, G. (2020). Dağ bisikletçilerinin zihinsel dayanıklılık düzeylerinin araştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(2), 31-43.
- Karaca, A., Güngör, N. B., & Soyer, F. (2024). Zihinsel dayanıklılığın sporcularda profesyoneleliğine etkisi. *Journal of Human Sciences*, 21(4), 369-376
- Karasar, N. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara, Nobel Yayın Dağıtım.
- Kayhan, R. F., Hacıcaferoğlu, S., Aydoğan, H. & Erdemir, İ. (2018). Takım ve bireysel sporlar ile ilgilenen sporcuların zihinsel dayanıklılık durumlarının incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 5(2), 55-64.
- Kazak, Z. (2004). Sporda Güdülenme Ölçeği -SGÖ-"nın Türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 191-206.
- Middleton S. C., Marsh H. W., Martin A. J., Richards G. E., Perry C. (2004). *Discovering mental toughness: A qualitative study of mental toughness in elite athletes*. Self Research Centre Biannual Conference, Berlin.
- Nicholls, A.R., Polman, R.C., Levy, A.R., & Backhouse, S.H. (2008). Mental toughness in sport: Achievement level, gender, age, experience, and sport type differences. *Personality and Individual Differences*, 47(1), 73-75.
- Perry, J. L., Clough, P. J., Crust L., Earle K., Nicholls A. N. (2013). Factorial validity of the Mental Toughness Questionnaire-48. *Personality and Individual Differences*, 54, p. 587-592.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Selçuk, Z. (1996). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Pegem.

Sheard, M., Golby, J., Van Wersch, A. (2009). Progress towards construct validation of the Sports Mental Toughness Questionnaire (SMTQ). *European Journal of Psychological Assessment*, 25, 186-193.

Özerkan, N. K. (2004). *Spor Psikolojisine Giriş Temel Kavramlar*. Ankara: Nobel.

Türkmen, M. (2005). *Profesyonel erkek futbolcular ile amatör erkek futbolcuların başarı motivasyon düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, İzmir.



## İZOLE GASTROCNEMİUS GERGINLIĞI OLAN ELİT KADIN HENTBOLCULARDA GRASTON MASAJININ KAS MEKANİK ÖZELLİKLERİNE VE SPORTİF PERFORMANSA ANİ ETKİLERİNİN İNCELENMESİ

Nihat SARIALIOĞLU<sup>1</sup>, Rıdvan TÜRKERİ<sup>2</sup>, Tuğçe NAMAZCI<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup>Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Giresun,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-0914-7338

E-posta: nihat.sarialioglu@giresun.edu.tr

<sup>2</sup>Giresun Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Terapi ve Rehabilitasyon  
Bölümü, Giresun, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-4319-5525

E-posta: ridvan.turkeri@giresun.edu.tr

<sup>3</sup>Giresun Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği  
Bölümü, Giresun, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-2519-5038

E-posta: tugce.calcali@giresun.edu.tr

### ÖZET

Bu araştırmanın amacı izole gastrocnemius gerginliği (İGG) olan elit kadın hentbolcularda graston masajının kas mekanik özelliklerine ve sportif performansa ani etkilerinin incelenmesidir. Araştırmaya en az bir bacağına İGG tespit edilen 16 elit kadın hentbolcu katılmıştır. İlk olarak hentbolcularda Silfverskiold testiyle İGG tespiti yapılmış ve İGG'li olan sporcuların gastrocnemius pasif kas mekanik özellikleri ile kuvvet, dikey sıçrama ve çeviklik performans seviyeleri belirlenmiştir. Daha sonra sporcuların kalf bölgelerine graston uygulaması yapılmış ve sonrasında uygulama öncesi prosedür tekrar edilmiştir. Uygulama öncesi ve sonrası farklılıklar istatistiksel olarak analiz edilmiştir. Araştırma bulgularında uygulama sonrası sağ gastrocnemiusun kas mekanik özelliklerinde tonus (F), sertlik(S), mekanik gerilme gevşeme süresi (R), deformasyon ve rahatlama zamanı oranı (C) parametrelerinde, sol gastrokinemusun tüm parametrelerinde ve tüm performans parametrelerinde anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür ( $p<0,05$ ). Bu araştırmanın sonuçları, İGG'li hentbolcuların kalf bölgesine yapılan tek seanslık graston masajının pasif kas mekanik özelliklerinde ve performans seviyelerinde ani iyileşmeler oluşturduğunu göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Hentbol, graston, izole gastrocnemius gerginliği, performans



## INVESTIGATION OF THE IMMEDIATE EFFECTS OF GRASTON MASSAGE ON MUSCLE MECHANICAL PROPERTIES AND SPORTIVE PERFORMANCE IN ELITE FEMALE HANDBALL PLAYERS WITH ISOLATED GASTROCNEMIUS TIGHTNESS

Nihat SARIALIOĞLU<sup>1</sup>, Rıdvan TÜRKERİ<sup>2</sup>, Tuğçe NAMAZCI<sup>3</sup>

<sup>\*1</sup>Giresun University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education,  
Giresun, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-0914-7338

E-mail: [nihat.sarialioglu@giresun.edu.tr](mailto:nihat.sarialioglu@giresun.edu.tr)

<sup>2</sup>Giresun University, Vocational School of Health Services, Department of Therapy and  
Rehabilitation, Giresun, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-4319-5525

E-mail: [ridvan.turkeri@giresun.edu.tr](mailto:ridvan.turkeri@giresun.edu.tr)

<sup>3</sup>Giresun University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and  
Sports Teaching, Giresun, Türkiye

ORCID Code: 0000-0003-2519-5038

E-mail: [tugce.calcali@giresun.edu.tr](mailto:tugce.calcali@giresun.edu.tr)

### ABSTRACT

The aim of this study is to investigate the immediate effects of Graston massage on muscle mechanical properties and sportive performance in elite female handball players with isolated gastrocnemius tightness (IGT). Sixteen elite female handball players with IGT in at least one leg participated in the study. First, IGT was detected using the Silfverskiold test, and the passive muscle mechanical properties of the gastrocnemius, along with strength, vertical jump, and agility performance levels, were determined for the players with IGT. Then, Graston massage was applied to the calf regions of the players, followed by a repeat of the pre-treatment procedures. The differences before and after the application were statistically analyzed. The study findings revealed significant differences in the muscle mechanical properties of the right gastrocnemius regarding tone (F), stiffness (S), mechanical strain relaxation time (R), deformation, and relaxation time ratio (C) parameters, in all parameters of the left gastrocnemius, and in all performance parameters ( $p < 0.05$ ). The results of this study demonstrate that a single session of Graston massage applied to the calf region of handball players with IGT leads to immediate improvements in passive muscle mechanical properties and performance levels.

**Keywords:** Handball, graston, isolated gastrocnemius tightness, performance



## TAKIM SPORLARINDA YÖN DEĞİŞTİRME AÇIĞI VE HESAPLAMA YÖNTEMLERİ

Özcan GÜLEN<sup>1</sup>, Onat ÇETİN<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup>Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı,  
Yalova, Türkiye

ORCID Code: 0009-0005-1563-0069

E-posta: ozcangulenn@gmail.com

<sup>2</sup>Yalova Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Yalova,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-6841-5518

E-posta: onat.cetin@yalova.edu.tr

### ÖZET

**Giriş:** Yön değiştirme yeteneği, birçok sporda bilişsel-algısal becerilerle bir arada çalışarak etkili ve verimli çeviklik aksiyonları gerçekleştirmek için gerekli olan temel bir fiziksel performans bileşenidir. Birçok takım sporunda, yön değiştirme yeteneği başarılı performans için kritik bir rol oynamaktadır. Son yıllarda, karmaşık yön değiştirme görevlerini anlamaya yönelik olarak "Yön değiştirme açığı" adı verilen bir değişken geliştirilmiştir. Yön değiştirme açığı, eşit bir mesafede yapılan saf doğrusal bir sprint ile karşılaştırıldığında yön değiştirme manevrasının gerektirdiği ek zamanı veya doğrusal sprint ile yön değiştirme açığı testleri arasındaki hız farkını ifade eder. Güncel olarak yön değiştirme açığı farklı yöntemler (zaman, hız ve yüzde tabanlı) kullanılarak hesaplanmaktadır. Bu araştırmanın amacı takım sporlarında (futbol) yön değiştirme açığının ölçülmesi ve farklı hesaplama yöntemlerini ortaya koymaktır. **Yöntem:** Araştırmaya amatör futbol takımlarının U19 yaş kategorisinde oynayan 33 futbolcu (yaş =  $18.2 \pm 0,8$  yıl; boy =  $1.78 \pm 0,4$  m; kilo =  $71.8 \pm 8,3$  kg) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara yön değiştirme açığının hesaplanması için 505 yön değiştirme testi ve 10 m doğrusal sprint testi uygulanmıştır. Yön değiştirme açığının zaman olarak hesaplanmasında  $(YDA_z) = 505 \text{ test zamanı} - 10 \text{ m sprint testi zamanı}$  formülü; Yüzdeler hesaplamada ise  $(YDA\%) = \frac{[505 \text{ test zamanı} - 10 \text{ m sprint zamanı}]}{10 \text{ m sprint zamanı}} \times 100$  formülü kullanılmıştır. **Bulgular:** Genç futbolcuların yön değiştirme açığı zaman olarak hesaplandığında ort.  $YDA_z = 0,569 \pm 0,3$  sn; yüzde olarak hesaplandığında ise ort.  $YDA\% = 103,46 \pm 26,2$  olarak bulunmuştur. **Sonuç:** Yön değiştirme açığının farklı hesaplama yöntemleri incelendiğinde yüzde tabanlı hesaplama yönteminin öne çıktığı görülmektedir. Yüzde tabanlı hesaplama farklı ölçüm yöntemleriyle elde edilen verileri standart bir ölçekte birleştirmektedir. Ayrıca Yüzde tabanlı hesaplama daha net bir anlaşılabilirlik içerirken farklı spor dalları ve test konfigürasyonları arasında kıyaslamayı kolaylaştırmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Yön değiştirme yeteneği, Yön değiştirme açığı, Yüzde tabanlı hesaplama



## CHANGE OF DIRECTION DEFICIT AND CALCULATION METHODS IN TEAM SPORTS

Özcan GÜLEN<sup>1</sup>, Onat ÇETİN<sup>2</sup>

Yalova University, Faculty of Sports Sciences, Department of Physical Education and Sports,  
Yalova, Türkiye

ORCID Code: 0009-0005-1563-0069

E-mail: ozcangulenn@gmail.com

Yalova University, Faculty of Sports Sciences, Department of Coaching Education,  
Yalova, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-6841-5518

E-mail: onat.cetin@yalova.edu.tr

### ABSTRACT

**Introduction:** The ability to change direction is a fundamental component of physical performance in many sports that, in combination with cognitive-perceptual skills, is necessary to perform effective and efficient agility actions. In many team sports, the ability to change direction plays a critical role for successful performance. In recent years, a variable called “change of direction deficit” has been developed to understand complex change of direction tasks. The change of direction deficit refers to the additional time required by a change of direction maneuver compared to a pure linear sprint over an equal distance, or the difference in speed between linear sprint and change of direction deficit tests. Currently, the change of direction deficit is calculated using different methods (time, speed and percentage-based). The aim of this research is to measure the change of direction deficit in team sports (soccer) and to present different calculation methods. **Method:** Thirty-three soccer players (age =  $18.2 \pm 0.8$  years; height =  $1.78 \pm 0.4$  m; weight =  $71.8 \pm 8.3$  kg) playing in the U19 age category of amateur soccer teams voluntarily participated in the study. The participants performed a 505 change of direction test and a 10 m linear sprint test to calculate the change of direction deficit. For the calculation of the change of direction deficit in time, the formula  $(CDDt) = 505 \text{ test time} - 10 \text{ m sprint test time}$  was used; for the percentage calculation, the formula  $(CDD\%t) = ([505 \text{ test time} - 10 \text{ m sprint time}] / 10 \text{ m sprint time}) \times 100$  was used. **Results:** When the change of direction deficit of young soccer players was calculated as time, the mean  $CDDt = 0.569 \pm 0.3$  s; when calculated as a percentage, it was found as mean  $CDD\%t = 103.46 \pm 26.2$ . **Conclusion:** When different calculation methods of the change of direction deficit are analyzed, it is seen that the percentage-based calculation method stands out. Percentage-based calculation combines the data obtained with different measurement methods into a standardized scale. In addition, percentage-based calculation has a clearer clarity and facilitates comparison between different sports and test configurations.

**Keywords:** Change of direction ability, Change of direction deficit, Percentage-based calculation



## ELİT MUAY THAİ SPORCULARININ FİZİKSEL PERFORMANS PARAMETRELERİNİN İNCELENMESİ

Gizem AKARSU TAŞMAN<sup>1</sup>

\*<sup>1</sup>Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği  
Bölümü, Mersin, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-5027-2050  
E-posta: gizemakarsu88@gmail.com

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, elit muay thai sporcularının fiziksel performans parametrelerinin incelenmesidir. Çalışmaya en az 6 yıl spor geçmişine sahip olan 11 erkek (yaş:20,27±1,34; boy: 178,18±4,77; vücut ağırlığı: 72,58±12,04; beden kütle indeksi: 22,85±2,84) 9 kadın (yaş:21,25±1,98; boy: 166,75±6,60; vücut ağırlığı: 58,57±7,33; beden kütle indeksi: 21,10±2,46) olmak üzere toplam 20 muay thai sporcusu dâhil edilmiştir. Fiziksel performans testleri öncesinde Mersin Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde bulunan laboratuvar tanıtılmış ve testler hakkında bilgi verilmiştir. İlk ölçüm gününde katılımcıların stadiometre ile boy uzunlukları, Tanita cihazı ile vücut ağırlığı ve beden kütle indeksi ölçümleri gerçekleştirilmiştir. Ardından standart bir ısınma yaptırılarak Cooper testi yaptırılmıştır. İkinci ölçüm gününde izokinetik kuvvet testi, üçüncü ölçüm gününde ise Wingate anaerobik güç testi yaptırılmıştır. İzokinetik kuvvet testi diz eklemine 60°/s açısal hızda 5 tekrar 3 set olacak şekilde uygulanmıştır. Wingate anaerobik güç testinde kullanılan yük her katılımcı için 75 g/kg olarak ayarlanmıştır. Katılımcıların 30 saniye boyunca en yüksek mekanik gücü üretmek amacıyla maksimal pedal çevirmeleri istenmiştir. Tüm test günleri arasında 48 saat dinlenme verilmiştir. Verilerin analizinde SPSS programında tanımlayıcı istatistiklerden ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda; erkek sporcuların VO<sub>2max</sub> değeri:47,92±5,58 ml/kg/dk; mutlak anaerobik güç değeri: 912,73±78,24; ortalama anaerobik güç değeri: 643,33±58,23 bulunmuştur. İzokinetik kuvvet parametrelerinde; sağ ekstansiyon: 244,36±40,81; sağ fleksiyon: 169,36±27,52; sol ekstansiyon: 244,27±39,02; sol fleksiyon: 170,90±26,42 Nm bulunmuştur. Kadın sporcuların VO<sub>2max</sub> değeri:39,43±3,36 ml/kg/dk; mutlak anaerobik güç değeri: 710,75±90,20; ortalama anaerobik güç değeri: 465,23±43,90 bulunmuştur. İzokinetik kuvvet parametrelerinde; sağ ekstansiyon: 176,87±11,89; sağ fleksiyon: 101,75±3,45; sol ekstansiyon: 166,37±11,85; sol fleksiyon: 100,87±1,88 Nm bulunmuştur. Erkek katılımcıların fiziksel performans parametrelerinin kadın sporcularından daha iyi olduğu görülmüştür. Sonuç olarak; bu çalışma muay thai sporu için önemli fiziksel parametreler olan kuvvet, anaerobik güç ve aerobik kapasitenin cinsiyetlere göre belirlendiği pilot bir araştırmadır. Özellikle sezon öncesi performans testleri ile sporcuların takibi yapılarak antrenman programlarının oluşturulması ve oluşabilecek sakatlık risklerinin takip edilmesi önerilebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Muay Thai, İzokinetik kuvvet, Aerobik Kapasite, Anaerobik Güç





## EXAMINATION OF PHYSICAL PERFORMANCE PARAMETERS OF ELITE MUAY THAI ATHLETES

Gizem AKARSU TAŞMAN<sup>1</sup>

<sup>\*1</sup>Mersin University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education and Sports Teaching, Mersin, Turkey  
ORCID Code: 0000-0002-5027-2050  
E-mail: gizemakarsu88@gmail.com

### ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the physical performance parameters of elite muay thai athletes. Eleven male athletes with at least 6 years of sport history (age: 20,27±1,34; height: 178,18±4,77; body weight: 72,58±12,04; body mass index: 22.85±2.84) and 9 women (age: 21.25±1.98; height: 166.75±6.60; body weight: 58.57±7.33; body mass index: 21,10±2,46), a total of 20 muay thai athletes were included. Before the physical performance tests, the laboratory in Mersin University Faculty of Sports Sciences was introduced and information about the tests was given. On the first measurement day, the participants' height was measured with a stadiometer, body weight and body mass index were measured with a Tanita device. Then, a standard warm-up was performed and the Cooper test was performed. Isokinetic strength test was performed on the second measurement day and Wingate anaerobic power test was performed on the third measurement day. The isokinetic strength test was performed in the knee joint at an angular velocity of 60o/s for 3 sets of 5 repetitions. The load used in the Wingate anaerobic power test was set as 75 g/kg for each participant. Participants were asked to pedal maximally for 30 seconds to produce the highest mechanical power. A 48-hour rest was given between all test days. In the analysis of the data, mean and standard deviation were used as descriptive statistics in SPSS program. As a result of the analysis; VO<sub>2</sub>max value of male athletes: 47,92±5,58 ml/kg/min; absolute anaerobic power value: 912,73±78,24; mean anaerobic power value: 643,33±58,23. In isokinetic strength parameters; right extension: 244,36±40,81; right flexion: 169,36±27,52; left extension: 244,27±39,02; left flexion: 170,90±26,42 Nm were found. VO<sub>2</sub>max value of female athletes: 39,43±3,36 ml/kg/min; absolute anaerobic power value: 710,75±90,20; mean anaerobic power value: 465,23±43,90. In isokinetic strength parameters; right extension: 176,87±11,89; right flexion: 101,75±3,45; left extension: 166,37±11,85; left flexion: 100,87±1,88 Nm. It was observed that male participants had better physical performance parameters than female athletes. In conclusion, this study is a pilot study in which strength, anaerobic power and aerobic capacity, which are important physical parameters for muay thai sport, were determined according to gender. It can be recommended to follow up the athletes with pre-season performance tests to create training programs and to monitor the risk of injuries that may occur.

**Keywords:** Muay Thai, Isokinetic strength, Aerobic capacity, Anaerobic power



## ADÖLESAN VE YETİŞKİN AMATÖR FUTBOLCULARIN SÜRAT PERFORMANSLARININ KARŞILAŞTIRILMASI

Erkan GÜVEN<sup>1</sup>

<sup>\*1</sup>Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Mersin,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-9033-5968

E-posta: erkangvn\_76@hotmail.com

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, adölesan ve genç yetişkin amatör futbolcuların sürat performanslarının karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya, dahil edilme kriterlerine göre 21 adölesan (yaş=16,66±0,48; boy=165,38±4,01; vücut ağırlığı=57,50±3,74) ve 24 genç yetişkin (yaş=22,75±2,65; boy=174,66±5,54; vücut ağırlığı=67,85±5,86) olmak üzere toplam 45 amatör erkek futbolcu gönüllü olarak katılmıştır. Kaleciler ve sakatlık durumu olan futbolcular çalışmaya dahil edilmemiştir. Katılımcıların boy ölçümleri stadiometre ile, vücut ağırlığı ölçümleri ise Tanita cihazı kullanılarak laboratuvar ortamında gerçekleştirilmiştir. Sürat testi öncesinde tüm katılımcılara standart bir ısınma (5 dk düşük tempolu koşu, 5 dk dinamik germe egzersizleri) yaptırılmıştır. Katılımcıların 20 m sürat performansları başlangıç ve bitiş noktalarına yerleştirilen fotosel aracılığıyla ölçülmüştür. Her sporcuya 2 deneme yaptırılmış ve en iyi sonuçlar veri analizinde kullanılmıştır. Adölesan ve genç yetişkin futbolcuların sürat performanslarının karşılaştırılmasında parametrik bir test olan bağımsız gruplar t testi kullanılmıştır. Analiz sonucunda adölesan ve genç yetişkin futbolcuların sürat performanslarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (t=9,325; p=0,001; p<0,05). Genç yetişkin futbolcuların sürat performansının (2,95±0,05) adölesan futbolculara (3,46±0,24) göre daha iyi olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, bu çalışma genç futbolcularda yaş ilerledikçe sürat performansının iyileştiğini göstermektedir. Bu farkın genç yetişkin futbolcuların fiziksel olgunluğu ve antrenman tecrübesinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Bu sonuçlar sporcuların sürat performanslarının değerlendirilmesinde, geliştirilmesinde ve antrenman programlarının bireyselleştirilmesinde antrenörlere yol gösterebilir.

**Anahtar Kelimeler:** Futbol, Adölesan, Yaş, Sürat



## COMPARISON OF SPEED PERFORMANCES OF ADOLESCENT AND YOUNG ADULT AMATEUR SOCCER PLAYERS

Erkan GÜVEN<sup>1</sup>

<sup>\*1</sup>Mersin University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education,  
Mersin, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-9033-5968

E-mail: erkangvn\_76@hotmail.com

### ABSTRACT

The aim of this study was to compare the sprint performance of adolescent and young adult amateur soccer players. A total of 45 amateur male soccer players including 21 adolescents (age=16,66±0,48; height=165,38±4,01; body weight=57,50±3,74) and 24 young adults (age=22,75±2,65; height=174,66±5,54; body weight=67,85±5,86) participated voluntarily according to the inclusion criteria. Goalkeepers and players with injuries were not included in the study. Height and body weight measurements of the participants were performed with a stadiometer and Tanita device, respectively, in the laboratory. Before the sprint test, all participants were given a standard warm-up (5 min of low jogging, 5 min of dynamic stretching exercises). The 20 m sprint performances of the participants were measured by means of photocells placed at the start and end points. Each athlete had 2 trials and the best results were used in data analysis. The independent samples t test, a parametric test, was used to compare the sprint performances of adolescent and young adult soccer players. As a result of the analysis, it was determined that the sprint performances of adolescent and young adult soccer players showed a statistically significant difference ( $t=9,325$ ;  $p=0,001$ ;  $p<0,05$ ). It was observed that the sprint performance of young adult soccer players ( $2,95±0,05$ ) was better than that of adolescent soccer players ( $3,46±0,24$ ). In conclusion, this study shows that sprint performance improves with increasing age in young soccer players. It is thought that this difference may be due to the physical maturity and training experience of young adult soccer players. These results may guide coaches in the evaluation and development of athletes' sprint performance and individualization of training programs.

**Keywords:** Soccer, Adolescent, Age, Young Adult, Speed



## SPORDA SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK VE İNOVASYON

Yusuf SAKAR<sup>1</sup>, Burkay CEVAHİRCİOĞLU<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0009-0003-3814-0973

E-posta: yusufsakar.1212@gmail.com

<sup>2</sup>Ordu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Ordu, Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-6281-9079

E-posta: burkaycevahircioglu@hotmail.com

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, spor endüstrisinde sürdürülebilirlik uygulamalarının çevresel, sosyal ve ekonomik etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışma, sürdürülebilir spor organizasyonlarının ve tesislerinin çevre üzerindeki olumsuz etkileri nasıl azaltabileceğini, toplumsal sorumlulukları nasıl yerine getirebileceğini ve ekonomik sürdürülebilirlik sağlayarak sürdürülebilir bir tasarrufa nasıl ulaşılabileceğini analiz etmektedir. Ayrıca, spor teknolojilerindeki yeniliklerin ve inovasyonların spor endüstrisinde sürdürülebilirlik ile nasıl birleşebileceğine dair bir değerlendirme yapılmaktadır. Sonuç olarak, spor endüstrisinin sürdürülebilirlik uygulamaları, çevreyi koruma, toplumsal sorumlulukları yerine getirme ve ekonomik verimliliği artırma açısından büyük bir potansiyele sahip olduğu söylenebilir. Çevre dostu stadyumlar ve spor teknolojilerindeki yenilikler, sporcuların ve izleyicilerin deneyimlerini zenginleştirmenin ötesinde, daha yaşanabilir bir çevre oluşturmaya da önemli ölçüde katkı sağlayabileceği öngörülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sürdürülebilirlik, inovasyon, spor teknolojileri

## SUSTAINABILITY AND INNOVATION IN SPORTS

Yusuf SAKAR<sup>1</sup>, Burkay CEVAHİRCİOĞLU<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0009-0003-3814-0973

E-posta: yusufsakar.1212@gmail.com

Ordu University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Ordu,  
Türkiye

ORCID Code: 0000-0001-6281-9079

E-posta: burkaycevahircioglu@hotmail.com

### ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the environmental, social and economic impacts of sustainability practices in the sports industry. The study analyzes how sustainable sports organizations and facilities can reduce negative impacts on the environment, fulfill social responsibilities and achieve sustainable savings by providing economic sustainability. In

addition, an assessment is made on how innovations and innovations in sports technologies can be combined with sustainability in the sports industry. As a result, it can be said that the sports industry has great potential in terms of sustainability practices, protecting the environment, fulfilling social responsibilities and increasing economic efficiency. It is envisaged that environmentally friendly stadiums and innovations in sports technologies can significantly contribute to creating a more livable environment, beyond enriching the experiences of athletes and spectators.

**Keywords:** Sustainability, innovation, sports technologies

## GİRİŞ

Son yıllarda yoğun bir şekilde tartışılan ve çeşitli alanlarda ön plana çıkan önemli bir kavram olan sürdürülebilirliğin asıl amacı insanın varlığını ve geleceğini güvence altına almayı, mevcut kaynakların korunmasını sağlamayı hedefler. Sürdürülebilirlik kavramı birçok farklı sektörde hayata geçirilmeye çalışılmaktadır (Beyhan, 2005). Spor alanında bakıldığında, sosyal, ekonomik, çevresel ve yönetsel açıdan önemli bir konu olarak dikkat çeken bu kavram, günümüzde çeşitli disiplinlerden araştırmacıların ilgisini çekmektedir. Spor ve çevre ilişkisi, iklim değişikliği, sürdürülebilir kalkınma ve endüstriyel dayanıklılık gibi temaları ele alırken, farklı araştırma alanlarındaki çalışmaların odağında yer almaktadır (Trendafilova ve ark., 2014; McCullough ve ark., 2016; Dingle ve Stewart, 2018). Spor ile çevre arasındaki bu bağlantı, sürdürülebilir inovasyonun kalkınma hedeflerinin gerçekleştirilmesi ve ilerletilmesinde önemli bir rol oynamaktadır ve bu sürecin ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir (Kurtzman ve Zauhar, 2003; Nazari, 2021).

Bu çerçevede, spor ve spor endüstrisi, inovasyonun en yüksek faydayı sağladığı alanlardan biri olarak dikkat çekmektedir. Teknolojik inovasyonlar (ürün, hizmet ve organizasyon düzeylerinde) pek çok spor dalında farklı kategorilere katkıda bulunmakta ve sporun gelişimine yönelik çeşitli çözüm önerileri sunmaktadır. Bu çözümler her seviyedeki sporcuya ve onların izleyicilerine kolaylık sunarak, her alandaki spora önemli avantajlar sağlamaktadır (Şimşek ve Devocioğlu, 2018).

Teknolojik dönüşüm, sadece endüstriyel alanda kalmayıp, günümüzde hemen her sektörde ve özellikle sosyal yaşam alanlarında da önemli bir şekilde hissedilmeye başlanmıştır. Günümüzde teknolojinin temel amaçlarından biri, insan hayatını kolaylaştırmak olmanın yanı sıra, daha yaşanabilir bir dünya yaratmak amacıyla çözüm önerileri geliştirip ortaya koymaktır (McGrath ve Scanaill, 2013). Çevresel tahribat ve tehdidi önüne geçebilmek ve yaşanabilir bir dünya oluşturmak için önemli bir strateji olan yeşil inovasyon, organizasyonların enerji tüketimini minimize etme ve enerji verimliliğini artırmalarına yardımcı olabilecek çözümler sunmaktadır (Chu ve diğerleri, 2019) Bu bağlamda, spora yönelik akıllı uygulamalar önemli bir dönüşüm aracı olarak öne çıkmaktadır. Küresel yönelimler, çevresel gelişime yönelik atılan adımları desteklemek amacıyla sürdürülebilir spor, kültürel ve rekreasyon faaliyetlerinin rolünü güçlendirmektedir (Barghchi vd., 2010).

Bu çalışmanın amacı, spor ve spor endüstrisindeki sürdürülebilirlik ve inovasyon süreçlerini derinlemesine inceleyerek, çevresel etkilerin azaltılmasına yönelik stratejilerin ve teknolojik yeniliklerin nasıl birleştirilebileceğini ortaya koymaktır. Spor organizasyonlarının gerçekleştiği yeşil inovasyonları nasıl benimseyebileceğini ve bu süreçlerin spor endüstrisinin geleceğine nasıl katkı sağlayabileceğini tartışarak, sürdürülebilir bir spor kültürünün oluşturulmasına yönelik çözüm önerileri sunmayı hedeflemektedir.

## SPORDA SÜRDÜRÜLEBİLİRLİK

Spor içerisinde geniş bir kapsama sahip olan sürdürülebilirlik sporda sürdürülebilirliğin tanımı, sürdürülebilirliğin boyutları, çevresel sürdürülebilirlik, sürdürülebilirliğin spor endüstrisindeki yeri başlıkları altında ifade edilmiştir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

### Sürdürülebilirliğin Tanımı

Literatüre bakıldığında farklı biçimlerde tanımlanmış olan Sürdürülebilirlik kavramı, çevreyi ve çevresel sistemleri uzun süre boyunca aynı verimlilikle sürdürebilme kapasitesi olarak ifade edilebilir (Sargın ve Dursun, 2023). Sürdürülebilirlik, kaynakların hem günümüz hem de gelecekteki nesillerin ihtiyaçlarını karşılayacak şekilde verimli ve dengeli bir şekilde kullanılması gerektiğini vurgulayan bir düşünce, yaklaşım veya uygulama olarak da tanımlanabilir. Başka bir deyişle, sürdürülebilirlik, arzu edilen sosyal, ekonomik ve çevresel hedeflere ulaşabilmek için kaynakların kullanımına yönelik sorumlu ve bilinçli kararlar alabilme kapasitesiyle tanımlanır (Ozili, 2022).

### Sürdürülebilirliğin Boyutları

Sürdürülebilirlik üç ana boyut altında incelenmektedir: çevresel sürdürülebilirlik, sosyal sürdürülebilirlik ve ekonomik sürdürülebilirlik. Tıraş (2012, s. 61) bu üç boyutu şu şekilde açıklamaktadır:

**Ekonomik Boyut:** Sınırlı kaynakların nasıl etkin bir şekilde kullanılacağını belirleyen boyuttur. Ekonomik sürdürülebilirlik, sunulan hizmetlerin ve üretilen ürünlerin devamlılığı sağlayarak gerçekleştirilmektedir.

**Sosyal Boyut:** Toplumsallıkla ilgili olup, temelinde insanı esas alır. Sosyal sürdürülebilirlik, eğitim, sağlık ve kültür gibi temel hizmetlerin toplumda yaşayan her bireye eşit ve yeterli bir şekilde sunulabilmesi anlamına gelir.

**Çevresel Boyut:** Ekolojik sistemdeki tüm unsurların birbirleriyle uyum içinde ve dengeli bir şekilde varlığını sürdürmesini ifade eder.

### Çevresel Sürdürülebilirlik

Çevresel sürdürülebilirlik, spor organizasyonları ve spor tesislerinde çevre üzerindeki olumsuz etkilerin azaltılmasına yardımcı olabilir ve bu süreç, toplumun daha sürdürülebilir bir geleceğe doğru ilerlemesini sağlayabilir. Başlıca fırsatlardan biri, enerji ve su verimliliğini artırarak kaynakların daha etkin bir şekilde kullanılmasıdır. Spor tesislerinde aydınlatma ve ısıtma, havalandırma sistemlerinin enerji tasarruflu kullanılması enerji tüketimini en aza indirerek işletme maliyetlerini düşürebilir. Bu tesisler, yağmur suyu toplama gibi su tasarrufu sağlayan geri dönüşüm sistemlerine ve teknolojilere yatırım yaparak su kullanımını daha verimli hale getirebilir (Deloitte, 2012). Spor etkinliklerinde etkili atık yönetimi, atık miktarını en aza indirerek geri dönüştürülebilir malzemelerin geri dönüşüm ve kompostlama gibi çeşitli yöntemlerle yeniden kullanılmasını teşvik eder. Özellikle plastik atıkların azaltılması ve farklı çözümler geliştirilmesi, spor endüstrisinin sürdürülebilirlik hedeflerine ulaşmasında kritik adımlardır (Preuss, 2007).

### Sosyal Sürdürülebilirlik

Sosyal sürdürülebilirlik, spor organizasyonlarının topluluklara ve hayır kurumlarına destek vererek sosyal sorumluluklarını yerine getirmelerini sağlar. Bu tür katkılar, toplumların gelişimine ve sosyal refahın artmasına yardımcı olabilir. Ayrıca, engelli bireylere uygun olan anların katılabileceği spor etkinlikleri, tesisler ve altyapılar oluşturmak gibi adımlar atılarak sosyal adaletin artırılmasına katkı sağlanabilir (FIFA, 2020).

### Ekonomik Sürdürülebilirlik

Sürdürülebilirlikle ilişkili olan artan marka değeri ve prestiji, işletmelere ekonomik faydalar sağlamaktadır. Sürdürülebilirlik ilkelerine uygun spor organizasyonları ve tesisleri, çevre bilincinin arttığı günümüzde, tüketiciler ve sponsorlar için daha cazip hale gelebilir. Bu durum, sponsorluk gelirlerini yükseltir, marka değerini güçlendirir ve uzun vadeli finansal başarıya katkıda bulunur (Preuss, 2007).

### Sürdürülebilirliğin Spor Endüstrisindeki Yeri

Spor endüstrisi, sporcular ve spor etkinlikleri için ürünler tasarlamak, temin etmek veya halihazırda bulunan bir spor organizasyonunu ya da onun bir parçasını oluşturmak anlamına gelir. (Mullin, 2000). Sporda sürdürülebilirlik, spor etkinliklerinin ve tesislerinin çevresel, ekonomik ve sosyal boyutlarda sürdürülebilir olmasını ifade eder (Kışhalı, Alaeddinoğlu & Dal, 2021; McCullough & Kellison, 2016). Spor endüstrisi, dünya genelinde milyarlarca dolarlık ekonomik etki yaratan büyük bir sektördür. Bu sektör, profesyonel spor ligleri, spor ekipmanları üretimi, spor turizmi, medya hakları, reklam ve sponsorluk gelirleri gibi farklı alanlarda hizmet vermektedir. Global spor endüstrisi, ekonomik büyüklüğü ve etkisiyle yalnızca spor organizasyonlarını değil, aynı zamanda çevresel kaynakların kullanımı, atık üretimi gibi unsurları da önemli ölçüde etkilemektedir. Özellikle kapsamlı ve büyük spor etkinliklerinin organize edilmesi ve stadyumların yapımı ile işletilmesi, enerji, su ve diğer doğal kaynakların aşırı tüketilmesine sebep olmaktadır (Conrad, 2009). Büyük ölçekli spor organizasyonları düzenlenirken, çevresel etkilerin asgariye indirilmesi ve CO2 emisyonlarının azaltılmasına yönelik bir dizi önlem uygulanmaktadır (Horne & Manzenreiter, 2006).

Spor endüstrisi kapsamında amaçlanan çevresel sürdürülebilirlik uygulamalarını hayata geçirerek, enerji verimliliğini artırmak, atık yönetimini geliştirmek ve yenilenebilir enerji kaynaklarına yönelmek suretiyle tüketimi kontrol altına almayı ve çevresel ayak izini azaltmayı hedeflemektedir. Spor tesislerinin inşa edilmesi ve işletilmesinden meydana gelen çevresel tahribat bu tür girişimlerle etkinin azalmasına katkı sağlamış olur. Spor, insanlar arasında birliktelik sağlayarak sosyal eşitlik ve adalet anlayışını güçlendirir ve toplumu olumlu yönde etkiler. Özellikle sporun gençler üzerindeki etkisi ve toplumsal değişim yaratma potansiyeli, sürdürülebilirlik gündemindeki önemini artırmaktadır (Pfister & Kempf, 2006).

### SPOR TEKNOLOJİLERİ VE İNOVASYON

Teknolojik inovasyon hem teknoloji tabanlı ürünleri hem de süreç yeniliklerini kapsar. Bu bağlamda, ürün hem hizmeti hem de somut bir nesneyi ifade edebilir. Teknolojik anlamda ortaya yeni bir şey koymakla beraber elde olan ürün ve süreçlerde teknolojik düzeltme ve iyileştirmelere gidilmesi de bu kapsamda ele alınır. (Cannarella ve Piccioni, 2003).

#### İnovasyon Tanımı

İnovasyon, henüz yapılmamış bir şeyi tasarlamak ya da var olan bir şeyi değiştirip yenilikçi bir şekilde dönüştürmektir. İnovasyon, en basit tanımıyla, daha önce kimse tarafından geliştirilmemiş, yenilikçi kararlar sonucunda ortaya çıkan ve pratikte uygulanabilir olan, ticarileştirilebilecek süreçlerdir. (Moreira, 2016). Hizmet inovasyonu, yeni veya göz ile görülebilir şekilde değişikliğe uğratılmış hizmet yaklaşımını, hizmetin iletim sistemindeki yeniliklerini ve hizmetin servis edilmesinde kullanılan yeni teknolojileri içeren bir süreçtir (Elçi, 2009).

#### Spor Teknolojileri

Teknoloji alanındaki meydana gelen son gelişmeler, sporu hem geliştirmekte hem de yenilemektedir. Pek çok ülke, teknolojiyi spora uyumlu bir hale getirerek teknolojinin spora entegre olduğu programlar geliştirmektedir. Spor alanına yönelik teknolojik ürünler geliştirmek amacıyla çok sayıda işletme, laboratuvarlarda ve AR-GE çalışmalarında yoğun çaba sarf etmektedir. Sadece spor malzemeleriyle sınırlı kalmayan bu teknolojiler, aynı zamanda spordaki karar vericiler olan hakemlerin müsabaka esnasında kullandığı saat, kulaklık, kamera gibi çeşitli teknik malzemelerde de etkilerini hissettirmiştir. Fiber sistemler, internet donanımları ve uydu sinyalleri gibi kablosuz sistemler de spor organizasyonlarında kullanılan teknolojilere örnek gösterilebilir. Ayrıca, spor organizasyonlarının düzenlendiği tesisler akıllı sistemlerle donatılmış, yeni kamera-ses sistemleri, skorboardlar ve bilgisayar sistemleri ile desteklenerek daha verimli ve işlevsel hale getirilmiştir. Antrenman yöntemlerinde kullanılan teknolojik araçlarla, laboratuvar ve sanal ortamlarda gelecekteki sporcu profilleri

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

şekillendirilerek performans analizleri yapılmaya başlanmıştır. Sanal ortamlarda spor, gerçek hayattaki deneyimi aratmayacak şekilde oyuncuların önüne koyulmaktadır. Gün geçtikçe teknolojinin sporun içinde varlığını dahada hissettirmesi yeni endüstrilere zemin hazırlayarak çeşitli yeniliklere yol açmaktadır (Devecioğlu, 2011).

### Giyilebilir Teknoloji

Kişilerin üzerlerinde taşıyabileceği teknolojik araçların genel adına giyilebilir teknoloji denir. Bu şekilde nitelendirilmesi kişilerin bedenlerinden elde edilen verilerin sinyaller aracılığıyla akıllı cihazlara iletilmesine dayanmaktadır (<http://www.giyilebilirteknolojim.com/giyilebilir-teknoloji-nedir/>).

### Nanoteknolojik Ekipmanlar

Yunanca'da "cüce" manası taşıyan "nano" kelimesi, günümüzde bir maddesel büyüklüğün bir milyarda biri olarak tanımlanır. Bu ifade göz önünde bulundurulduğunda Nano-teknoloji, küçük madde teknolojisi olarak nitelendirilebilir (Kayacan, 2008). Nano-teknolojinin uygulanması, birçok alanda peş peşe gelen rekorlar ve başarılarla birlikte, bu alana yapılan yatırımların artmasına yol açmıştır (Türkmen ve Mutlutürk, 2014).

Yüzücü Mayosu: Speedo markasının ürettiği yüzücü mayosu lazer Racer, 2008 Pekin Olimpiyatları'nda Michael Phelps'in başarısında ve kırılan 168 dünya rekorunda önemli bir rol oynamıştır (Türkmen ve Mutlutürk, 2014).

### Egzersiz ve Antrenman Teknolojileri

Özellikle Spor ürünlerindeki teknolojik gelişmeler sporcular ve antrenörler tarafından egzersiz ve antrenmanlarda aktif olarak tercih edilmektedir.

Takım ve bireysel sporcuların performanslarını yukarı çekmek için birçok alanda teknolojiden faydalanılıyor (<http://www.btnet.com.tr/yasam-tarzi/antrenman-mukemmellestiriyorsa-teknolojikusursuzlastiriyor/1/14007>).

### Akıllı ve Çevreci Stadyumlar

Sürdürülebilirlik kavramının ortaya çıkmasında günümüzde yaşanan çevresel sorunlar önemli rol oynamıştır. Son on seneye bakıldığında spor yapıları "yeşil", "ekolojik" veya "çevre dostu" gibi birden fazla isimle telaffuz edilen sürdürülebilir spor inşaları, hayatımızda giderek daha fazla yer edinmiştir (<http://www.yesilist.com/avrupanin-cevre-dostu-5-stadyumu/>). Sürdürülebilir tesisler, çevreyi korumayı amaçlayan ve enerji verimliliğini artıran yapı malzemeleriyle tasarlanan yapılardır (Fried, 2005). Yeşil tasarımların temel amacı, kar etmeyi ikinci planda tutarak, çevre ve insani değerlerin en yüksek seviyede korunmasını sağlamaktır. Yeşil tesisler, uzun süreli çevresel kazanç sağlamak ve sürdürülebilir kullanımını garanti altına almak için enerji verimli süreçlerden faydalanırlar (Yost, 2002).

### Örnek Yapılar

Avrupa'daki sürdürülebilir stadyumları incelediğimizde, Young Boys takımının Stade de Suisse Wankdorf Stadyumu'nu örnek verebiliriz. Stadyum, çatısında yer alan güneş enerjisi panelleri ile enerji ihtiyacının büyük bir kısmını kendisi üretmektedir.

Yine bakıldığında Fransa'nın en çevreci stadyumu olarak öne çıkan Allianz Riviera temizlik ve sulama gibi durumlarda kullanmak için yağmur sularını depo ediyor. Bunun yanı sıra stadyumda bulunan polar paneller ihtiyacın üç katı elektrik üreterek 3000 tona yakın karbondioksit salınımını engelliyor. Arta kalan fazla enerji ise satılarak 600 evin enerji ihtiyacını karşılıyor.

Wembley Stadyumu Avrupa'nın en büyük ikinci stadyumu unvanının yanı sıra çevre dostu olmasıyla dikkatleri üzerine çekiyor. Stadyumda üretilen geri dönüşüm atıkları, enerjisini anaerobik sindirim işlemiyle üreten tesislere gönderiyor ve bu sayede atıkların çöplüklere gitmesini tamamen ortadan kaldırıyor. (<http://www.yesilist.com/avrupanin-cevre-dostu-5-stadyumu/>).



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Ar-Rayyan Katar'da yer alan (Eğitim Şehri Stadyumu, 2022) Eğitim Şehri Stadyumu inşa edilen çevre dostu bir yapıdır. Stadyumun çatısında, yenilenebilir enerji üretmek amacıyla güneş enerjisi kullanılmaktadır. Güneş enerjisi hem elektrik hem de sıcak suya dönüştürülerek, yalnızca stadyuma değil, aynı zamanda yakınlardaki su sporları ve kapalı spor merkezlerine de enerji sağlamak için tasarlanmıştır (Hayajneh vd., 2017).

Tayvan'daki Kaohsiung Stadyumu'nun çatısı, yağmur suyunu toplamak üzere özel olarak tasarlanmıştır. Yağmur suyu, borular aracılığıyla yer altı depolama tanklarına yönlendirilir ve sterilize edildikten sonra bitki sulama ve çeşme gibi çeşitli alanlarda kullanılmaktadır (Uslu, 2013; Wikiarquitectura, 2023).

Türkiye'nin en modern ve teknolojik stadyumu olarak kabul edilen Şenol Güneş Stadyumu, aynı zamanda Türkiye'de deniz yüzeyine dolgu yapılarak inşa edilen ilk stadyum olma özelliği taşımaktadır. 41.461 seyirci kapasitesine sahip olan bu stadyum, 6.5 ton çelik kullanılarak inşa edilen akıllı çatısı ile dikkat çekmektedir. Çatı, kendini temizleme ve hava kirliliğini gidermeye yönelik özelliklere sahiptir.

Türkiye'ye bakıldığında deniz üstüne dolgu yapılarak inşa edilen ilk stadyum özelliğini taşıyan Şenol Güneş Stadyumu 41.461 seyirci kapasitesine sahip olan bu stadyum, 6.5 ton çelik kullanılarak inşa edilen akıllı çatısı ile dikkat çekmektedir. Çatı, kendini temizleme ve hava kirliliğini gidermeye yönelik özelliklere sahiptir (<https://onedio.com/haber/trabzonspor-un-yeni-mabedi-senol-gunes-stadyumu-acildi-745588>).

Ankara'da bulunan Eryaman Stadyumu, hibrit çim kullanılarak saha zemininin bakım masraflarını azaltmıştır. Bu teknoloji, doğal çimin yanı sıra sentetik liflerin de kullanıldığı bir sistemdir ve böylece zemin daha dayanıklı hale gelirken, bakım maliyetleri de düşürülmüştür. (NTV, 2022)

İstanbul'da bulunan Başakşehir Fatih Terim Stadyumu, inşasında kullanılan malzemelerin %36'sını yerel kaynaklardan oluşturarak yerel üretimi ve ekonomiyi desteklemiştir. Enerji tüketimi minimize etmek için soğutma sistemleri, çift camlı pencereler, gibi özellikler ile maliyetler düşürmüştür (Erke, 2021).

### SONUÇ

Spor endüstrisi, sürdürülebilirlik ve inovasyonu bir araya getirerek çevresel, sosyal ve ekonomik açıdan faydalı çözümler geliştirmektedir. Çevre dostu stadyumlar ve spor teknolojilerindeki yenilikler, sadece sporcuların ve izleyicilerin deneyimlerini iyileştirmekle kalmayıp, aynı zamanda daha yaşanabilir bir çevre yaratılmasına katkı sağlamaktadır. Gelecekte, spor endüstrisinin sürdürülebilirlik ilkelerini benimseyerek, kaynakları daha verimli kullanması, toplumsal sorumlulukları yerine getirmesi ve çevresel etkileri azaltması beklenmektedir. Bu süreçte, sporun ve teknolojinin birleşimi, daha yeşil ve daha akıllı bir spor dünyası için önemli bir araç olacaktır.

Türkiye'deki spor endüstrisinde sürdürülebilirlik uygulamaları göz önünde bulundurulduğunda, henüz istenilen seviyeye ulaşılmadığı söylenilebilir. Çevresel sürdürülebilirlik açısından bazı stadyumlarda enerji verimliliği ve su tasarrufu gibi uygulamalar olsa da bu çözümler genellikle sınırlı ve geçici kalmaktadır. Sosyal sürdürülebilirlik açısından da engelli bireyler için erişilebilirlik ve toplumsal eşitlik konusunda daha fazla çaba gösterilmesi gerekmektedir. Ayrıca, sporun toplumsal değişim yaratma potansiyeli tam anlamıyla değerlendirilememekte ve spor altyapıları, özellikle kırsal bölgelerde yetersiz kalmaktadır. Ekonomik sürdürülebilirlik ise daha çok kısa vadeli kazançlara odaklanmakta, uzun vadeli çevresel ve sosyal faydaların gözetilmesi gerektiği göz ardı edilmektedir. Sonuç olarak, Türkiye'de sürdürülebilirlik uygulamaları hâlâ yüzeysel kalmakta ve bu alandaki eksikliklerin giderilmesi için daha güçlü ve kapsamlı politikaların hayata geçirilmesi gerekmektedir.

## KAYNAKLAR

- Barghchi, M., Omar, D., & Aman, M. S. (2010). Sports facilities in urban areas: trends and development considerations. *Pertanika Journal of Social Science and Humanities*, 18(2), 427-435.
- Beyhan, Ş. G., & Ünügür, S. M. (2010). Çağdaş gereksinmeler bağlamında sürdürülebilir turizm ve kimlik modeli. *İTÜDERGİSİ/a*, 4(2).
- Cannarella, C., & Piccioni, V. (2003). Innovation transfer and rural SMEs. *Journal of Central European Agriculture*, 4(4), 371-388.
- Chu, Z., Wang, L., & Lai, F. (2019). Customer pressure and green innovations at third party logistics providers in China: The moderation effect of organizational culture. *The International Journal of Logistics Management*, 30(1), 57-75.
- Conrad, M. (2009). *The business of sports: A primer for journalists*. Routledge.
- Devecioğlu, S., & Altungül, O. (2011). Spor Teknolojilerinde İnovasyon, 6th International Advanced Technologies Symposium, Elazığ, Turkey. s:47.
- Deloitte. (2012). The Business of Sports- Where Performance Meets Profitability. *Deloitte Touche Tohmatsu Limited*.
- Elçi, Ş. (2009). İnovasyon Kalkınmanın ve Rekabetin Anahtarı. 13. bs. *Technopolis Group*, s. 3-12.
- Fried, G., & Kastel, M. (2020). *Managing sport facilities*. Human Kinetics.
- FIFA. (2020). FIFA's Approach to Sustainability. *FIFA*. Retrieved from <https://www.fifa.com/sustainability>.
- Horne, J., & Manzenreiter, W. (Eds.). (2006). *Sports mega-events: Social scientific analyses of a global phenomenon*. Wiley-Blackwell.
- Hayajneh, A., Elbarrawy, H., El Shazly, Y., & Rashid, T. (2017). Football and sustainability in the desert, Qatar 2022 Green World Cup's Stadiums: legal perspective. *European Journal of Social Sciences*, 55(4), 475-493.
- Kandil, N., & Budak, D. (2024). Spor Endüstrisinde Sürdürülebilirlik: Zorluklar ve Fırsatlar.
- Kayacan, O. (2008). Akıllı Giysi Dizaynı Uzerine Bir Araştırma (Doctoral dissertation, Dokuz Eylul Universitesi (Turkey)).
- Kurtzman, J., & Zauhar, J. (2003). A wave in time-The sports tourism phenomena. *Journal of Sport Tourism*, 8(1), 35-47.
- McGrath, M. J., Scanaill, C. N., McGrath, M. J., & Scanaill, C. N. (2013). Wellness, fitness, and lifestyle sensing applications. *Sensor technologies: healthcare, wellness, and environmental applications*, 217-248.
- Moreira, M. F., de Aquino Guimarães, T., & Philippe, J. (2016). Change and innovation: an observable relationship in services?. *RAI Revista de Administração e Inovação*, 13(2), 135-144.
- Mullin, B. J., Hardy, S., & Sutton, W. (2014). *Sport marketing* (4th ed.). Human Kinetics.
- Ozili, P. K. (2022). Sustainability and sustainable development research around the world. *Managing Global Transitions*.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Pfister, G., & Kempf, H. (Eds.). (2006). *Nachhaltigkeit im Sport: Möglichkeiten und Grenzen*. Hofmann Verlag.
- Preuss, H. (2007). The conceptualisation and measurement of mega sport event legacies. *Journal of sport & tourism*, 12(3-4), 207-228.
- Şimşek, A., & Devecioğlu, S. (2018). Spor endüstrisinde yeni teknolojilerin görünümü. *Uluslararası Beden Eğitimi Spor Rekreasyon ve Dans Dergisi*, 1(1), 20-36.
- SARGIN, S., & Dursun, Y. (2023). Sustainable consumption behaviour: A conceptual assessment. *Business & Management Studies: An International Journal*, 11(1), 400-412.
- Tıraş, H. H. (2012). Sürdürülebilir kalkınma ve çevre: Teorik bir inceleme. *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2(2), 57-73.
- Trendafilova, S., McCullough, B., Pfahl, M., Nguyen, S. N., Casper, J., & Picariello, M. (2014). Environmental sustainability in sport: Current state and future trends. *Global Journal on Advances Pure and Applied Sciences*, 3(1), 9-14.
- Türkmen, M., & Mutlutürk, N. (2014). Spor malzemelerinde nano-teknoloji kullanımı ve performansa katkısı. *International Journal of Social Science Research*, 3(1).
- Uslu, A. (2013). Geniş açıklıklı yapılarda sürdürülebilir tasarım (Master's thesis).
- Wikiarquitectura. (15.10.2024). Kaohsiung Stadium. Retrieved from <https://es.wikiarquitectura.com/edificio/kaohsiungstadium/>.
- Yost, P. (2002). Green building programs—An overview. *Building Standards*, March-April, 12-16.
- <http://www.erketasarim.com/basaksehir-fatih-terimstadyumu-leed-gold-aldi/?preview=true>  
Erişim tarihi: 15.11.2024.
- <http://www.btnet.com.tr/yasam-tarzi/antrenman-mukemmellestiriyorsa-teknolojikusursuzlastiriyor/1/14007> Erişim tarihi: 15.10.2024.
- <http://www.giyilebilirteknolojim.com/giyilebilir-teknoloji-nedir/> Erişim tarihi: 15.11.2024.
- NTV. (15.11.2024). Ankara'ya 80 milyon liralık yeni stat. Retrieved from <https://www.ntv.com.tr/galeri/spor/vodafonearenanin-mimarindan-ankaraya-yeni-stat,yX2AESXw7k-cO30pJE1cEg/n-2v%20d0AG4EeeVNoWnoAPcw>.
- <https://onedio.com/haber/trabzonspor-un-yeni-mabedi-senol-gunes-stadyumu-acildi-745588>  
Erişim tarihi: 15.11.2024.
- <http://www.yesilist.com/avrupanin-cevre-dostu-5-stadyumu/> Erişim tarihi: 15.11.2024.



## SPOR TEMELLİ FARKINDALIK ETKİNLİĞİ: AKRANLARIN ÖZEL GEREKSİNİMLİ BİREYLERE YÖNELİK GÖRÜŞLERİNİN İNCELENMESİ

Büke AKTOLUN<sup>1</sup> Sibel NALBANT<sup>2</sup>,

\*<sup>1</sup>Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, Antalya/Alanya, Türkiye  
ORCID Code: 0009-0009-4252-835X

E-posta: bukeyasar26@gmail.com

\*<sup>2</sup>Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi Öğretmenliği Bölümü, Antalya/Alanya, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-9930-376X

E-posta: sibel.nalbant@alanya.edu.tr

### ÖZET

**Amaç:** Araştırmanın amacı, 3 Aralık Dünya Engelliler Farkındalık Günü kapsamında düzenlenen spor temelli farkındalık etkinliklerinin, katılımcıların özel gereksinimli bireylere yönelik tutumlarını nasıl dönüştürdüğünü veya şekillendirdiğini incelemektir. Bu doğrultuda, etkinliklere katılan akran öğrencilerin, özel gereksinimli bireylere karşı tutumları, algıları ve farkındalık düzeylerinin ortaya konması hedeflenmiştir.

**Yöntem:** Araştırmanın katılımcılarını, 3 Aralık Dünya Engelliler Farkındalık Günü etkinliğine katılan ortaöğretim düzeyindeki öğrenciler arasından amaçlı örneklem yöntemiyle seçilen 12 öğrenci (2 kız, 10 erkek) oluşturmuştur. Araştırma, nitel araştırma paradigmasında gerçekleştirilmiş olup, veriler tematik analiz yöntemiyle incelenmiştir. Veri toplama aracı olarak yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmış ve bireysel görüşmeler yoluyla veriler toplanmıştır.

**Bulgular:** Yapılan tematik analiz sonucunda, katılımcıların engelli bireylere yönelik tutumlarının gelişim süreçlerini açıklayan dört ana tema belirlenmiştir: (1) Empati Gelişimi, (2) Farkındalık Kazanımı, (3) Sosyal Bağların Güçlenmesi ve (4) Duygusal Tepkiler.

**Sonuç ve Öneriler:** Araştırma, spor temelli farkındalık etkinliklerinin, katılımcıların özel gereksinimli bireylere yönelik tutumlarında olumlu değişiklikler sağladığını göstermektedir. Bu bağlamda, empati ve farkındalık kazandırıcı etkinliklerin, özel gereksinimli bireyler ile toplumsal etkileşimi ve sosyal bağları güçlendirebileceği görülmüştür. Gelecek araştırmalarda, benzer etkinliklerin daha geniş bir katılımcı grubu üzerinde test edilmesi, etkinliğin kalıcı etkilerinin incelenmesi ve farklı yaş gruplarındaki öğrencilerle yapılan uygulamaların karşılaştırılması önerilmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, Farkındalık, Akran Katılımı, Özel Gereksinimli Bireyler



## SPORTS BASED AWARENESS ACTIVITY: EXAMINING PEERS' VIEWS ON INDIVIDUALS WITH SPECIAL NEEDS

Büke AKTOLUN<sup>1</sup> Sibel NALBANT<sup>2</sup>,

\*<sup>1</sup>Alanya Alaaddin Keykubat University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education Teaching, Antalya/Alanya, Turkey

ORCID Code: 0009-0009-4252-835X

E-mail: bukeyasar26@gmail.com

\*<sup>2</sup>Alanya Alaaddin Keykubat University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical Education Teaching, Antalya/Alanya, Turkey

ORCID Code: 0000-0002-9930-376X

E-mail: sibel.nalbant@alanya.edu.tr

### SUMMARY

**Objective:** The aim of the study was to examine how sport-based awareness activities organized within the scope of the World Disability Awareness Day on December 3 transformed or shaped the attitudes of the participants towards individuals with special needs. In this direction, it was aimed to reveal the attitudes, perceptions and awareness levels of peer students participating in the activities towards individuals with special needs.

**Method:** The participants of the study consisted of 12 students (2 girls, 10 boys) selected by purposive sampling method among the secondary school students who participated in the World Disability Awareness Day activity on December 3. The research was conducted in the qualitative research paradigm and the data were analyzed by thematic analysis method. A semi-structured interview form was used as a data collection tool and data were collected through individual interviews.

**Findings:** As a result of the thematic analysis, four main themes explaining the development processes of the participants' attitudes towards people with disabilities were identified: (1) Empathy Development, (2) Gaining Awareness, (3) Strengthening Social Bonds and (4) Emotional Reactions.

**Conclusion and Recommendations:** The study shows that sports-based awareness activities led to positive changes in participants' attitudes towards individuals with special needs. In this context, it was seen that empathy and awareness-raising activities can strengthen social interaction and social bonds with individuals with special needs. In future research, it is recommended to test similar activities on a larger group of participants, to examine the lasting effects of the activity and to compare the practices with students of different age groups.

**Keywords:** Sport, Awareness, Peer Participation, Individuals With Special Needs.

### GİRİŞ

Fiziksel aktivite ve spor, bireylerin fiziksel, zihinsel ve sosyal gelişimlerini destekleyen evrensel araçlar arasında yer almaktadır. Özel gereksinimli bireyler için spor, yalnızca fiziksel yeterliliklerin artırılmasıyla sınırlı kalmayıp, toplumsal kapsayıcılığın sağlanmasında da önemli bir rol oynamaktadır. UNESCO'nun 1994 yılında yayınladığı Salamanca Bildirgesi'nde vurgulandığı gibi, kapsayıcı spor

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

uygulamaları, bireylerin farklılıklarını kabul ederek toplumsal entegrasyonu teşvik eden bir mekanizma olarak değerlendirilmektedir. Bu doğrultuda, spor temelli farkındalık etkinlikleri, özel gereksinimli bireylerin yaşam kalitesini artırmanın yanı sıra, toplumsal önyargıları azaltma ve empati geliştirme süreçlerini de desteklemektedir. (Özer, D., Nalbant, S., & Demirci, E. (2016); McKay ve ark., 2021).

Literatür incelendiğinde, spor temelli farkındalık etkinliklerinin özellikle çocuklar ve gençler arasında empati geliştirme ve tutum değişiminde etkili olduğu görülmektedir. Örneğin, Sansi ve arkadaşları (2019), 14 haftalık bütünleşik fiziksel aktivite programlarının, normal gelişim gösteren bireylerin özel gereksinimli akranlarına yönelik tutumlarını olumlu yönde etkilediğini ortaya koymuştur. Benzer şekilde, McKay ve arkadaşlarının (2015) Paralympic School Day (PSD) programı üzerine yaptığı çalışmalar, bireylerin özel gereksinimli (ÖG) bireylere yönelik algılarında olumlu değişimler yarattığını ve toplumsal bağları güçlendirdiğini göstermektedir. Bu tür programların etkisi, özellikle genç yaş gruplarında daha belirgin olup, birebir etkileşim temelli uygulamalarla desteklenmesi gerektiği vurgulanmaktadır (Demeris, H., Chard, L. B., & Dickson, K. L. (2007))

Akran katılımı ile gerçekleştirilen spor temelli etkinliklerin, bireylerin özel gereksinimli bireylere yönelik tutumlarında güçlü bir değişim sağladığı araştırmalarla kanıtlanmıştır. Nalbant (2018) tarafından yapılan çalışmada; spor odaklı farkındalık etkinliğinin, katılımcıların tutum puanlarını etkinlik öncesine kıyasla anlamlı bir şekilde arttığı belirlenmiştir. Bunun yanı sıra, Esentürk'ün (2018) spor yöneticisi adayları ile gerçekleştirdiği çalışmada, düzenli spor yapan bireylerin özel gereksinimli bireylere yönelik olumlu tutumlarının daha yüksek olduğu ortaya konulmuştur. Bununla birlikte, ulusal alanda spor temelli etkinliklerinin akranların tutumları üzerindeki etkisini ele alan çalışmaların sınırlı düzeyde olduğu görülmüştür.

Bu doğrultuda çalışmanın amacı, akran katılımlı spor temelli farkındalık etkinliklerinin, özel gereksinimli bireylere yönelik tutumları üzerindeki etkisini nitel veriler ışığında değerlendirmektir. Çalışma, empati geliştirme, toplumsal duyarlılık artırma ve önyargıları azaltma konularında sporun dönüştürücü gücünü ortaya koymayı hedeflemiştir. Ayrıca, nitel analizler ile katılımcıların kendi ifadeleri üzerinden farkındalık ve tutum değişim süreçleri incelenmiştir.

### INTRODUCTION

Physical activity and sport are among the universal tools that support the physical, mental and social development of individuals. Sport for individuals with special needs is not only limited to increasing physical competencies, but also plays an important role in ensuring social inclusion. As emphasized in the Salamanca Declaration published by UNESCO in 1994, inclusive sports practices are considered as a mechanism that promotes social integration by accepting the differences of individuals. In this direction, sports-based awareness activities not only improve the quality of life of individuals with special needs, but also support the processes of reducing social prejudices and developing empathy. (Özer, D., Nalbant, S., & Demirci, E. (2016); McKay and al., 2021).

When the literature is examined, it is seen that sports-based awareness activities are especially effective in developing empathy and changing attitudes among children and young people. For example, Sansi et al. (2019) found that 14-week integrated physical activity programs positively affected the attitudes of individuals with normal development towards their peers with special needs. Similarly, McKay et al.'s (2015) study on the Paralympic School Day (PSD) program shows that it creates positive changes in individuals' perceptions of individuals with special needs (SN) and strengthens social bonds. The effect of such programs is more evident especially in young age groups and it is emphasized that they should be supported with one-to-one interaction-based practices (Demeris, H., Chard, L. B., & Dickson, K. L. (2007))

It has been proven by research that sports-based activities with peer participation provide a strong change in individuals' attitudes towards individuals with special needs. In the study conducted by Nalbant (2018), it was determined that the sport-oriented awareness activity significantly increased the attitude scores of the participants compared to the pre-activity. In addition, in Esentürk's (2018) study conducted with sports management candidates, it was revealed that individuals who regularly engage in sports have higher positive attitudes towards individuals with special needs. However, it has been

observed that there are limited studies on the effect of sport-based activities on the attitudes of peers in the national field.

In this direction, the aim of the study is to evaluate the effect of peer-participation sports-based awareness activities on attitudes towards individuals with special needs in the light of qualitative data. The study aimed to reveal the transformative power of sports in developing empathy, increasing social sensitivity and reducing prejudices. In addition, through qualitative analysis, awareness and attitude change processes were examined through the participants' own statement

## YÖNTEM

### Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, **nitel araştırma** paradigmasında gerçekleştirilmiş olup, **tematik analiz** yöntemine dayanmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak **yarı yapılandırılmış görüşme** formu kullanılmış ve bireysel görüşme yöntemi ile veriler toplanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşmeler, araştırmacının belirli bir konu çerçevesinde katılımcılarla açık uçlu sorular aracılığıyla derinlemesine bilgi edinmesini sağlayan esnek bir veri toplama yöntemidir. Verilerin analizi ise, katılımcıların ifadelerinde öne çıkan temaların belirlenmesini amaçlayan tematik analiz yöntemiyle gerçekleştirilmiştir.

### Müdahale Programı: 3 Aralık Dünya Engelliler Farkındalık Günü Etkinliği

Etkinlik, özel gereksinimli öğrencilerin **akranlarıyla ilişkilerini**, **okula uyumlarını** ve **sosyal kabullerini** artırmaya yönelik olarak tasarlanmış bir **tür spor temelli farkındalık geliştirme müdahalesi programıdır**. Etkin kapsamında gerçekleştirilen uygulamaların amacı, özel gereksinimli bireylerin akranlarıyla etkileşim içinde bulunarak, birbirlerini daha iyi anlamalarını sağlamak ve toplumsal farkındalık ile empati düzeylerini geliştirmektir.

### Müdahale Programının Kapsamı ve Süreci

Program, çeşitli spor ve sosyal etkileşim aktivitelerinden oluşan bir dizi etkinlikleri içerir. Bu etkinlikler, katılımcıların özel gereksinimli bireylere dair farkındalıklarını artırmaya yönelik olarak planlanmıştır ve aşağıdaki bileşenlerden oluşmaktadır:

**Parkur Aktiviteleri:** Bu etkinlik, özel gereksinimli bireyler ile akranlarının eşleştirildiği, iş birliğine dayalı **engel parkurları** içermektedir. Katılımcılar, parkurları birlikte tamamlayarak fiziksel aktiviteye katılmakta ve eşli çalışmanın önemini deneyimlemektedir.

**Grup Oyunları:** Akranların birlikte katıldığı **takım oyunları** düzenlenmiş ve grup çalışması, iş birliği ve sosyal etkileşim becerilerinin geliştirilmesi hedeflenmiştir. Bu oyunlar, katılımcıların birlikte çalışarak sosyal bağlarını güçlendirmelerini sağlamaktadır.

**Sosyal Etkileşim ve Paylaşım:** Katılımcıların birbirleriyle daha yakın ilişki kurmalarını sağlamak amacıyla, **birebir etkileşimi** destekleyen sosyal etkinlikler yapılmıştır. Bu aktiviteler, öğrencilerin birbirlerini daha iyi tanımalarına ve daha sağlıklı sosyal bağlar kurmalarına olanak tanımaktadır.

**Empati Geliştirme Aktiviteleri:** Bu aktiviteler, katılımcılara **özel gereksinimli bireylerin günlük yaşamda karşılaştıkları zorlukları deneyimleme** fırsatı sunmaktadır. **Simülasyon oyunları** aracılığıyla, katılımcıların engelli bireylerin yaşadığı güçlükleri empatik bir şekilde anlamaları sağlanmıştır.

Etkinliğe, ortaöğretim düzeyinde **95 akran öğrenci** ve **25 özel gereksinimli öğrenci** katılım göstermiştir. Etkinlik, **bir gün süreyle** ve toplamda **iki saat** süresince uygulanmıştır.

### Araştırma Grubu

Araştırmanın katılımcıları, **amaçlı örnekleme** yöntemiyle seçilmiştir. Araştırma örnekleme, 3 Aralık Dünya Engelliler Farkındalık Günü etkinliğine katılmış olan **ortaöğretim düzeyi öğrencileri** arasından, araştırmanın amacına uygun şekilde ve belirli özelliklere sahip öğrencilerden oluşmaktadır. Bu doğrultuda, çalışmaya katılmaya gönüllü olan ve ebeveynleri tarafından izin verilen 12 öğrenci (2 kız, 10 erkek) araştırmanın katılımcı grubunu oluşturmuştur. Katılımcılara ilişkin tanımlayıcı bilgiler Tablo 1. de açıklanmıştır.

**Tablo 1. Katılımcı Tanımlayıcı Bilgiler**

| Katılımcı No | Cinsiyet | Yaş | Kod adı |
|--------------|----------|-----|---------|
| 1            | E        | 12  | A1      |
| 2            | E        | 12  | A2      |
| 3            | E        | 12  | A3      |
| 4            | E        | 12  | A4      |
| 5            | E        | 12  | A5      |
| 6            | E        | 12  | A6      |
| 7            | E        | 12  | A7      |
| 8            | E        | 12  | A8      |
| 9            | E        | 12  | A9      |
| 10           | E        | 12  | A10     |
| 11           | K        | 12  | A11     |
| 12           | K        | 12  | A12     |

- **Veri Toplama Araçları**

Araştırmada araştırmacılar tarafından geliştirilmiş 12 sorudan oluşan yarı yapılandırılmış görüşme formu kullanılmıştır. Görüşme formunda katılımcıların 3 Aralık Dünya Engelliler Farkındalık Günü Etkinliği ile ilgili duygularına, deneyimlerine ve özel gereksinimli akranları ile ilişkilerine yönelik sorulara yer verilmiştir. Etkinliğin bitiminde çalışmaya katılmak için istekli olan çocukların ailelerine veli onam formu gönderilmiş ve çocuklarının çalışmaya katılmalarına izin verdiklerine yönelik yazılı onayları alınarak bireysel görüşme günleri belirlenmiştir. Her bir görüşme ortalama 20-25 dakika sürmüştür.

- **Verilerin Analizi**

Araştırmacılar, katılımcılardan izin alarak yarı yapılandırılmış görüşme formu ile yaptıkları görüşmeleri ses kayıt cihazı ile kaydetmiş ve daha sonra ses kayıt dosyalarını yazılı metin haline dönüştürmüştür. Böylece görüşmelerin hem ses kayıt dosyaları hem de metin belgeleri oluşturulmuştur. Görüşme sorularından alınan yanıtlar kavramsallaştırılmış, benzer nitelikteki olaylar aynı kavramlarla birleştirilmiştir. Araştırmada kişisel bilgilerin gizliliğinden hareketle, öğrencilere A1, A2, A3... şeklinde kodlar verilerek analiz edilmiştir. Elde edilen kavramlar arasından birbiri ile ilişkili kavramlar gruplandırılarak çeşitli kategoriler (temalar) oluşturulmuştur. Bireysel görüşmelerden elde edilen veriler, önce birbirinden bağımsız olarak iki araştırmacı tarafından kavramsallaştırılmış ve nihai temalara ulaşılmıştır. Böylece, katılımcıların engelli bireylere yönelik tutumlarını nasıl dönüştürdüğünü veya şekillendirdiğine ilişkin temalar Allport'un (1954) temas kuramına dayalı olarak ortaya konmuştur.

## METHOD

### Research Model

This research was conducted in the qualitative research paradigm and is based on the thematic analysis method. A semi-structured interview form was used as a data collection tool and data were collected through individual interviews. Semi-structured interviews are a flexible data collection method that allows the researcher to obtain in-depth information through open-ended questions with participants within the framework of a specific topic. The analysis of the data was carried out by thematic analysis method, which aims to identify the prominent themes in the participants' statements.





### Intervention Program: December 3 World Disability Awareness Day Event

The activity is a kind of sports-based awareness-raising intervention program designed to increase the relationships of students with special needs with their peers, their school adaptation and social acceptance. The aim of the practices carried out within the scope of the activity is to enable individuals with special needs to better understand each other by interacting with their peers and to improve their social awareness and empathy levels.

#### • Scope and Process of the Intervention Program

The program includes a series of various sports and social interaction activities. These activities are planned to raise participants' awareness of individuals with special needs and consist of the following components:

1. **Parkour Activities:** This activity includes cooperative obstacle courses in which individuals with special needs are paired with their peers. Participants participate in physical activity by completing the tracks together and experience the importance of working in pairs.
2. **Group Games:** Team games were organized in which peers participated together and aimed to develop group work, cooperation and social interaction skills. These games enable participants to strengthen their social bonds by working together.
3. **Social Interaction and Sharing:** Social activities that support one-to-one **interaction** were organized to enable participants to build closer relationships with each other. These activities allow students to get to know each other better and build healthier social bonds.
4. **Empathy Development Activities:** These activities offer participants the opportunity to experience the difficulties faced by individuals with special needs in daily life. Through simulation **games**, participants were provided with an empathic understanding of the difficulties faced by individuals with disabilities. The activity was attended by 95 peer students and 25 students with special needs at the secondary education level. **The** activity was implemented for one day and for a total of two hours.

#### • Research Group

The participants of the study were selected through purposive sampling method. The research sample consisted of secondary school students who participated in the December 3 World Disability Awareness Day event, in accordance with the purpose of the study and with certain characteristics. Accordingly, 12 students (2 girls and 10 boys) who volunteered to participate in the study and were given permission by their parents constituted the participant group of the study. Descriptive information about the participants is presented in Table 1.

**Table 1. Participant Descriptive Information**

| Participant No | Gender | Age | Code name |
|----------------|--------|-----|-----------|
| 1              | E      | 12  | A1        |
| 2              | E      | 12  | A2        |
| 3              | E      | 12  | A3        |
| 4              | E      | 12  | A4        |
| 5              | E      | 12  | A5        |
| 6              | E      | 12  | A6        |
| 7              | E      | 12  | A7        |
| 8              | E      | 12  | A8        |
| 9              | E      | 12  | A9        |
| 10             | E      | 12  | A10       |
| 11             | K      | 12  | A11       |
| 12             | K      | 12  | A12       |

#### • Data Collection Tools

A semi-structured interview form consisting of 12 questions developed by the researchers was used in the study. The interview form included questions about the participants' feelings and experiences related to the December 3 World Disability Awareness Day Activity and their relationships with their peers with

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

special needs. At the end of the activity, a parental consent form was sent to the families of the children who were willing to participate in the study and individual interview days were determined by obtaining their written consent that they allowed their children to participate in the study. Each interview lasted an average of 20-25 minutes.

### • Data Analysis

After obtaining permission from the participants, the researchers recorded the interviews they conducted with the semi-structured interview form with a voice recorder and then converted the voice recording files into written text. Thus, both audio recording files and text documents of the interviews were created. The responses received from the interview questions were conceptualized and similar events were combined with the same concepts. Based on the confidentiality of personal information in the research, the students were given codes as A1, A2, A3... and analyzed. Various categories (themes) were formed by grouping related concepts among the concepts obtained. The data obtained from individual interviews were first conceptualized by two researchers independently of each other and final themes were reached. Thus, the themes about how the participants transformed or shaped their attitudes towards individuals with disabilities were revealed based on Allport's (1954) contact theory.

## BULGULAR

Yapılan tematik analiz sonucunda, katılımcıların özel gereksinimi olan bireylere yönelik tutumlarının gelişim süreçlerini açıklayan dört ana tema belirlenmiştir: (1) Empati Gelişimi, (2) Farkındalık Kazanımı, (3) Sosyal Bağların Güçlenmesi ve (4) Duygusal Tepkiler.

**Bulgular tablolaştırılmış ve araştırmaya katılanların görüşlerinden doğrudan alıntılar yapılarak Tablo 2 de özetlenmiştir**

**Tablo 2.** Katılımcıların özel gereksinimi olan bireylere yönelik tutumlarına ilişkin görüşler

| Temalar                       | Temalara İlişkin Örnek Görüşler   |
|-------------------------------|---|
| 1. Empati Gelişimi            | A1: "Orada özel gereksinimi olan insanların bizden hiçbir farkı olmadığını öğrendim."<br>A4: "Onların bizim yapabildiklerimizi yapamamalarına üzüldüm."<br>A7: "Onların bizimle eşit olduğunu fark ettim."  |
| 2. Farkındalık Kazanımı       | A9: "Artık özel gereksinimi olanlara nasıl davranacağımızı biliyorum."<br>A2: "Bu etkinlik sırasında özel gereksinimli bireylerin yaşadığı zorlukları anladım."<br>A3: "Özel ilgiye ihtiyaç duyan kişilere karşı hoşgörü içinde oyunlar oynadık." |
| 3. Sosyal Bağların Güçlenmesi | A8: "Yeni arkadaşlar, yeni dostluklar edindim."<br>A12: "Onlarla beraber vakit geçirmek beni çok mutlu etti."<br>A6: "Parkurda birlikte çalışmak çok eğlenceliydi."   |
| 4. Duygusal Tepkiler          | A11: "Orada çok eğlendim ve özel gereksinimi olan arkadaşlarla çok eğlendim."<br>A10: "Çok güzel bir gündü ve çok heyecanlıydı."<br>A5: "Bu deneyim beni çok etkiledi, hayatıma renk kattı."  |

## FINDINGS

As a result of the thematic analysis, four main themes explaining the development processes of the participants' attitudes towards individuals with special needs were identified: (1) Empathy Development, (2) Gaining Awareness, (3) Strengthening Social Bonds and (4) Emotional Reactions.

The findings are tabulated and summarized in Table 2 with direct quotations from the participants' opinions

**Table 2.** Views on participants' attitudes towards individuals with special needs

| Themes                        | Sample Opinions on Themes   |
|-------------------------------|---|
| 1. Empathy Development        | A1: "There I learned that people with special needs are no different from us."<br>A4: "I am sad that they cannot do what we can do."<br>A7: "I realized that they are equal to us."   |
| 2. Gaining Awareness          | A9: "Now I know how to treat people with special needs."<br>A2: "During this activity, I understood the difficulties experienced by individuals with special needs."<br>A3: "We played games with tolerance towards people who need special attention." |
| 3. Strengthening Social Bonds | A8: "I made new friends, new friendships."<br>A12: "Spending time with them made me very happy."<br>A6: "It was a lot of fun to work together on the track."  |
| 4. Emotional Reactions        | A11: "I had a lot of fun there and had a lot of fun with friends with special needs."<br>A10: "It was a very nice day and very exciting."<br>A5: "This experience affected me a lot, it added color to my life."  |

## TARTIŞMA

Farkındalık etkinlikleri, ÖG'liler ve Spor etkinlikleri hakkında öğrencilerin bilgi ve birikimlerini arttırmak yolu ile farkındalıklarının gelişmesine katkıda bulunmak ve olumlu tutumları geliştirmek için kullanılabilir bir yol olarak önerilmiştir (McKay, Block ve Park, 2015; McKay, Reina, R., Haegele, J. A., Pérez-Torralba, A., Carbonell-Hernández, L., & Roldan, A. (2021); Ison ve diğ., 2010; Iwakuma, Miyamoto ve Murata; 2021).

Bazı çalışmalarda ise farkındalık uygulamalarının tutumlar üzerinde bir etkisinin olmadığını veya sınırlı bir müdahalenin olduğu belirtilmiştir (Liu ve ark., 2010; Xafopoulos ve ark., 2009). Iwakuma ve arkadaşları (2021), fiziksel aktiviteye dayalı özel gereksinim farkındalık programlarına katılımın, katılımcıların ÖG'li bireylere ve Spor etkinliklerine yönelik bilgi, tutum ve bakış açılarını geliştirebileceği ifade etmişlerdir.

Benzer şekilde, McKay ve arkadaşları (2021) yapmış oldukları çalışmada, fiziksel aktiviteye dayalı engellilik bilinci programlarına katılımın, ÖG'li bireylere ve spor etkinliklerine yönelik katılımcı bilgisini, tutumlarını ve bakış açılarını geliştirdiğini belirtmişlerdir.

## DISCUSSION

Awareness activities have been proposed as a way to contribute to the development of students' awareness and positive attitudes by increasing their knowledge and information about people with SN and sport activities (McKay, Block, & Park, 2015; McKay, Reina, R., & Haegele, J. A., Pérez-Torralba, A., Carbonell-Hernández, L., & Roldan, A. (2021); Ison et al, Haegele, J. A., Pérez-Torralba, A., Carbonell-Hernández, L., & Roldan, A. (2021); Ison et al., 2010; Iwakuma, Miyamoto, & Murata; 2021).

Some studies reported that mindfulness practices had no effect on attitudes or had limited intervention (Liu et al., 2010; Xafopoulos et al., 2009).

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Iwakuma et al. (2021) stated that participation in special needs awareness programs based on physical activity can improve participants' knowledge, attitudes and perspectives towards individuals with SN and sports activities.

Similarly, McKay et al. (2021) reported that participation in physical activity-based disability awareness programs improved participant knowledge, attitudes and perspectives towards individuals with SN and sport activities.

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, spor temelli farkındalık etkinliklerinin, akran öğrencilerin özel gereksinimli bireylere yönelik tutumlarını dönüştürmede ve empati geliştirme süreçlerinde önemli bir role sahip olduğunu göstermektedir. Tematik analiz sonucunda ortaya çıkan Empati Gelişimi, Farkındalık Kazanımı, Sosyal Bağların Güçlenmesi ve Duygusal Tepkiler temaları, katılımcıların özel gereksinimli bireylere karşı tutumlarındaki olumlu değişimleri somut bir şekilde ortaya koymaktadır.

Katılımcıların empati geliştirdiği, özel gereksinimli bireylerin yaşadığı zorlukları daha iyi anladığı ve bu bireylere karşı daha bilinçli ve duyarlı davrandığı gözlemlenmiştir. Sosyal bağların güçlenmesi ve pozitif duygusal tepkiler, etkinliklerin katılımcılar arasında kalıcı dostluklar ve anlayış geliştirdiğine işaret etmektedir. Bu bulgular, literatürdeki Sansi ve arkadaşları (2019), McKay ve arkadaşları (2015) ve Nalbant (2018) gibi çalışmalarla uyumlu olup, spor temelli etkinliklerin toplumsal önyargıları azaltma ve kapsayıcılığı artırma potansiyelini desteklemektedir.

**Öneriler:** Gelecekteki araştırmalar, bu tür etkinliklerin uzun vadeli etkilerini değerlendirmek ve farklı yaş grupları ile karşılaştırmalı çalışmalar yapmak üzerine odaklanmalıdır. Ayrıca, etkinliklerin daha geniş katılımcı grupları üzerinde uygulanarak toplumsal kapsayıcılığı destekleyen kapsamlı programlar geliştirilmesi önerilmektedir.

### CONCLUSIONS AND RECOMMENDATIONS

This study shows that sport-based awareness activities have an important role in transforming peer students' attitudes towards individuals with special needs and in the processes of empathy development. The themes of Empathy Development, Gaining Awareness, Strengthening Social Bonds and Emotional Reactions, which emerged as a result of thematic analysis, concretely reveal the positive changes in the participants' attitudes towards individuals with special needs.

It was observed that the participants developed empathy, better understood the difficulties experienced by individuals with special needs and acted more consciously and sensitively towards these individuals. The strengthening of social bonds and positive emotional reactions indicate that the activities developed lasting friendships and understanding among the participants. These findings are in line with studies in the literature, such as Sansi and al. (2019), McKay et al. (2015) and Nalbant (2018), and support the potential of sport-based

**Recommendations:** Future research should focus on evaluating the long-term effects of such activities and conducting comparative studies with different age groups. It is also recommended to develop comprehensive programs that support social inclusion by implementing activities on larger groups of participants.

### KAYNAKÇA

Allport, G. W. (1954). *The Nature of Prejudice*. Reading, MA: Addison-Wesley.

Demeris, H., Chard, L. B., & Dickson, K. L. (2007). Disability inclusion through peer interaction: Strategies and outcomes. *Educational and Psychological Research*, 23(4), 331-345

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Esentürk, O. K. (2018). Spor yöneticisi adaylarının özel gereksinimi olan bireylere yönelik tutumlarının değerlendirilmesi. *Spor Yönetimi ve Organizasyonu Dergisi*, 23(2), 1-18.
- Ison, N., McIntyre, S., Rothery, S., Smithers-Sheedy, H., Goldsmith, S., Parsonage, S., & Foy, L. (2010). 'Just like you': A disability awareness programme for children that enhanced knowledge, attitudes and acceptance: Pilot study findings. *Developmental Neurorehabilitation*, 13(5), 360-368.
- Iwakuma, M., Miyamoto, K., & Murata, J. (2021). Changes in Perceptions of Japanese University Students toward Disability: A Mixed Methods Study. *International Journal of Disability, Development and Education*, 1-13.
- Liu, Y., Kudláček, M., Ješina, O. (2010). The influence of Paralympic School Day on children's attitudes towards people with disabilities. *Acta Gymnica*, 40(2), 63-69.
- McKay, C., Block, M. E., & Park, J. H. (2015). Paralympic School Day impact on students' attitudes towards individuals with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 32(1), 44-63. <https://doi.org/10.1123/apaq.2013-0118>
- McKay, C., Haegele, J. A., & Pérez-Torrallba, A. (2021). 'My perspective has changed on an entire group of people': Undergraduate students' experiences with the Paralympic Skill Lab. *Sport, Education and Society*, 27(8), 946-959.
- Nalbant, S. (2018). *Spor temelli farkındalık etkinliklerinin empati gelişimine etkisi: Üniversite öğrencileri örneği*. İstanbul Gedik Üniversitesi.
- Özer, D., Nalbant, S., & Demirci, E. (2016). Sporun özel gereksinimi olan bireyler üzerindeki etkileri. *Türkiye Spor Bilimleri Dergisi*, 8(3), 51-67. The influence of a teacher-designed and -implemented disability awareness programme on the attitudes of students toward inclusion. *European Physical Education Review*, 27(4), 837-853. <https://doi.org/10.1177/1356336X21999400>
- Sansi, A., Bravo, J., & Vega, C. (2019). Integrated physical activity programs for empathy development in students. *Journal of Sport and Health Research*, 11(2), 115-123.
- Xafopoulos, G., Kudláček, M., & Evaggelinou, C. (2009). Effect of the intervention program "Paralympic School Day" on attitudes of children attending international school towards inclusion of students with disabilities. *Acta Gymnica*, 39(4), 63-71
- World Conference on Special Needs Education. (1994). *The Salamanca Statement and Framework for Action on Special Needs Education*. Salamanca, Spain: UNESCO.

### SOURCE

- Allport, G. W. (1954). *The Nature of Prejudice*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Demeris, H., Chard, L. B., & Dickson, K. L. (2007). Disability inclusion through peer interaction: Strategies and outcomes. *Educational and Psychological Research*, 23(4), 331-345
- Esentürk, O. K. (2018). Evaluation of sport management candidates' attitudes towards individuals with special needs. *Journal of Sport Management and Organization*, 23(2), 1-18.
- Ison, N., McIntyre, S., Rothery, S., Smithers-Sheedy, H., Goldsmith, S., Parsonage, S., & Foy, L. (2010). 'Just like you': A disability awareness program for children that enhanced

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- knowledge, attitudes and acceptance: Pilot study findings. *Developmental Neurorehabilitation*, 13(5), 360-368.
- Iwakuma, M., Miyamoto, K., & Murata, J. (2021). Changes in Perceptions of Japanese University Students toward Disability: A Mixed Methods Study. *International Journal of Disability, Development and Education*, 1-13.
- Liu, Y., Kudláček, M., Ješina, O. (2010). The influence of Paralympic School Day on children's attitudes towards people with disabilities. *Acta Gymnica*, 40(2), 63-69.
- McKay, C., Block, M. E., & Park, J. H. (2015). Paralympic School Day impact on students' attitudes towards individuals with disabilities. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 32(1), 44-63. <https://doi.org/10.1123/apaq.2013-0118>
- McKay, C., Haegele, J. A., & Pérez-Torralba, A. (2021). 'My perspective has changed on an entire group of people': Undergraduate students' experiences with the Paralympic Skill Lab. *Sport, Education and Society*, 27(8), 946-959.
- Nalbant, S. (2018). *The effect of sports-based awareness activities on empathy development: The example of university students*. Istanbul Gedik University.
- Özer, D., Nalbant, S., & Demirci, E. (2016). The effects of sports on individuals with special needs. *Turkish Journal of Sport Sciences*, 8(3), 51-67. The influence of a teacher-designed and -implemented disability awareness program on the attitudes of students toward inclusion. *European Physical Education Review*, 27(4), 837-853. <https://doi.org/10.1177/1356336X21999400>
- Sansi, A., Bravo, J., & Vega, C. (2019). Integrated physical activity programs for empathy development in students. *Journal of Sport and Health Research*, 11(2), 115-123.
- Xafopoulos, G., Kudláček, M., & Evaggelinou, C. (2009). Effect of the intervention program "Paralympic School Day" on attitudes of children attending international school towards inclusion of students with disabilities. *Acta Gymnica*, 39(4), 63-71
- World Conference on Special Needs Education. (1994). *The Salamanca Statement and Framework for Action on Special Needs Education*. Salamanca, Spain: UNESCO.



## ETİK EĞİLİMLERİN RAKİBE SAYGI VE NEFRET TUTUMU ÜZERİNE ETKİSİ: FUTBOL TARAFTARLARI ÜZERİNE BİR UYGULAMA

Hatice DEVECİ ŞİRİN<sup>1</sup>, Erkan Faruk ŞİRİN<sup>2</sup>

\*<sup>1</sup>Selçuk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-0529-0209

E-posta: haticedevעיםirin@selcuk.edu.tr

<sup>2</sup> Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Konya, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-6837-7758

E-posta: erkanfaruk@yahoo.com

### ÖZET

Bu araştırmada, rakibe saygı ve nefret tutumu ile etik eğilimin futbol taraftarı üzerinde ilişkisinin incelenmesi amaçlandı. Araştırma ilişkisel tarama modeli olup, veriler anket yöntemiyle elde edildi. Futbol taraftarlarının etik eğilimleri ve rakibe saygı ve nefret tutumlarının incelendiği çalışmanın örneklem grubunu Türkiye Futbol Federasyonu Süper Ligi'nde en çok takip edilen Beşiktaş, Fenerbahçe, Galatasaray ve Trabzonspor kulüplerinin toplamda 491 futbol taraftarı oluşturdu. Veri toplama aracı olarak birinci bölümde taraftarların kişisel bilgileri sorgulayan ifadeler yer verilirken ikinci bölümde “Etik Duruş Ölçeği”, üçüncü bölümde ise “Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği” kullanıldı. Etik Duruş Ölçeği'nin idealizm ve görecelilik alt boyutlarında inceleme yapılırken, Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim ölçeğinde Rakibe Yönelik Nefret ve Rakibe Yönelik Saygı alt boyutları incelendi. Araştırmada betimsel istatistik analizi, korelasyon ve regresyon analizleri gerçekleştirildi. Elde edilen bulgulara göre rakibe yönelik nefret ile idealizm ( $\beta=-.34$ ,  $p<.001$ ) arasında anlamlı ve negatif yönde, görecelilik ( $\beta=.24$ ,  $p<.001$ ) arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki tespit edildi. Ayrıca rakibe yönelik saygı ile idealizm ( $\beta=.71$ ,  $p<.001$ ) arasında anlamlı ve pozitif yönde ve görecelilik ( $\beta=-.13$ ,  $p<.001$ ) arasında anlamlı ve negatif yönde ilişki tespit edildi. Araştırma sonucuna göre, taraftarların idealizm etik değerine bağlılığının rakibe yönelik nefreti azalttığı, taraftarların görecelilik etik değerine sahipliğinin de rakibe yönelik nefreti arttırdığı gözlemlendi. Bununla beraber taraftarların idealizm etik değerine ne kadar bağlıysa rakibe yönelik saygılarının da o kadar arttığı, taraftarların görecelilik etik değerine sahipliğinin de rakibe yönelik saygıyı azalttığı gözlemlendi. Bu sonuçtan yola çıkarak bilinç ve düşünceye önem verme etik duruş anlayışına sahip taraftarların rakibe saygılarının arttığı, nefretlerinin azaldığı görüşü doğrultusunda taraftarların bu etik anlayışlarını geliştirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Taraftar, Etik, Saygı, Nefret



## THE EFFECT OF ETHICAL TENDENCIES ON ATTITUDE OF RIVAL RESPECT AND HATRED TOWARDS THE OPPONENT: AN APPLICATION ON FOOTBALL FANS

Hatice DEVECİ ŞİRİN<sup>1</sup>, Erkan Faruk ŞİRİN<sup>2</sup>

<sup>\*1</sup>Selçuk Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Konya, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-0529-0209

E-posta: [haticedevעיםirin@selcuk.edu.tr](mailto:haticedevעיםirin@selcuk.edu.tr)

<sup>2</sup> Selçuk Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Konya, Türkiye  
ORCID Code: 0000-0002-6837-7758

E-posta: [erkanfaruk@yahoo.com](mailto:erkanfaruk@yahoo.com)

### ABSTRACT

The aim of this study was to examine the relationship between respect and hatred towards the opponent and ethical tendency among football fans. The research is a relational survey model, and the data were collected using the questionnaire method. The sample group of the study, in which the ethical tendencies of football fans and their attitudes of respect and hatred towards the opponent were examined, consisted of 491 football fans of Beşiktaş, Fenerbahçe, Galatasaray and Trabzonspor clubs, which are the most followed clubs in the Turkish Football Federation Super League. The data collection instruments used were the first part of the questionnaire, which asked about the personal information of the fans, the second part of the Ethical Stance Questionnaire, and the third part of the Respect for Opposite Approach and Audit Scale of Self-Control Scale in Sport. While the idealism and relativism sub-dimensions of the Ethical Stance Questionnaire were examined, the hatred and respect for the opponent sub-dimensions of the Respect for Opposing Opinions in Sport and Self-Control Scale were examined. Descriptive statistical analysis, correlation and regression analysis were used in the study. According to the results, a significant and negative relationship was found between opponent hatred and idealism ( $\beta=-.34$ ,  $p<.001$ ), and a significant and positive relationship was found between relativism ( $\beta=.24$ ,  $p<.001$ ). In addition, there was a significant and positive relationship between respect for the opponent and idealism ( $\beta=.71$ ,  $p<.001$ ) and a significant and negative relationship with relativism ( $\beta=-.13$ ,  $p<.001$ ). Furthermore, it was observed that as fans adhered more closely to the ethical value of idealism, their respect for the opponent increased. Conversely, as fans embraced the ethical value of relativism, their respect for the opponent decreased. Based on these findings, it can be posited that fans who prioritize consciousness and thought, and who therefore adhere to an ethical stance, are more likely to respect their opponents and to express less hatred.

**Keywords:** Fan, Ethic, Respect, Hatred in Sports

### GİRİŞ

1985 yılından itibaren, Avrupa Parlamentosu'nun deklarasyonunda belirtilen, sportif müsabakalar sırasında olay çıkarmaya eğilimli taraftarların ülke federasyonunun denetiminde ve ligde bulunan futbol kulüplerinin katılımıyla öncelikle Almanya ve İngiltere'de başlayarak şu anda hemen hemen tüm Avrupa ülkelerinde futbol taraftarlarının eğitimi yönünde çalışmalar yapılmaktadır. Almanya'da Koordinasyon Stelle fan Projekte (Sporda Düzensizliğe Karşı Taraftar Koordinasyon Merkezi), İngiltere'de Futbol Support Federation (Futbol Taraftarları Federasyonu), İtalya'da Procetto Ultra, İspanya'da C.E.P.A, Avusturya'da Fair-Play kuruluşları, taraftarların eğitimi ve şiddetin önlenmesi konularında önemli roller oynamaktadır. Taraftar eğitimi konusundaki çalışmaların ülkemizdeki eksikliği, şiddet olaylarını daha da karmaşık bir hale getirmektedir. Bu konuda en kısa zaman içerisinde çalışmalara başlanmalıdır



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

(Hasırcı, 2012). Fanatizmin, holiganizmin ve vandalizmin çözüm yolu, insanın kendi akli ve hür düşüncesiyle karar vererek rakip sporcu ve seyircilerin haklarına saygı göstermesi ve kendi sorumluluklarını yerine getirmesidir. Avrupada İngilizce “Rules, Opponents, Officials, Teammates, Self” kelimelerinin ilk harflerinden oluşturulan “ROOTS” kelimesi spor ahlakının temelleri olan “kurallara, rakiplere, hakemlere, takım arkadaşlarına ve kendine saygıyı” ifade etmektedir (<http://hillslacrosse.com>). Kısaca ahlaki değerlere sahip insanlar olumsuz davranış biçimlerinden uzak durmaktadır. Topçu'nun (2008) ifade ettiği gibi; insanın olgunlaşması ve dünyanın düzeni ancak ahlak ile mümkündür (Ahlak iledir kemal-i adem, ahlak iledir nizam-ı alem).

Sosyal bilimlere konu olan spor etik temele dayalı ve kültürel bir uygulama olup insan-toplum ve kültür düzlemlerinde çok farklı boyutlarda anlamlara ve değerlere sahiptir (Dolaşır Tuncel ve Büyüköztürk, 2009). Sportmenlik normatif standartlarla ilişkilidir spordaki sosyo-ahlaki davranışlarla özdeşleşir ve spor ruhuna uygun erdemli davranışların neler olduğunu bunların nasıl uygulanacağını anlatır (Balıkçıhanlı ve Yıldırım, 2011). Spor, sporcu ve başarı kavramlarının toplumların var olmalarında diğer toplumlar ve kültürler arasında seçkin bir konuma gelmelerinde son derece önemli bir etkidir bu da sosyolojik açıdan sporun ne kadar önemli olduğunu göstermektedir (Yılmaz ve ark, 2006). İnsanlara davranışları konusunda ne yapmanın doğru olduğunu gösteren bir rehberdir. Etik, bireyin davranışlarına yön veren tüm ahlaki ilkeleri bir araya getirir. Bireylere işlerin nasıl yapılacağını belirlemede rehberlik eden ilkelerdir. Bu süreçte karar alırken ve uygularken belirli ilkelere dayalı olarak geliştirilmeyi gerektiren ve bağlı kalınmasını gerekli kılan bir kılavuzdur (Ergin, 2023). Bu bakımdan etik, spor alanında etik taraftarların da ne yapması veya yapmaması gerektiğini teşvik eden ve yönlendiren değerlerdir.

Genel anlamda sporun gelişmesinde önemli rol oynayan spor etiği, sporun taraflarının görev ve sorumluluklarını dürüstlük, adalet, açıklık, tarafsızlık ve saygı gibi etiğe uygun evrensel değerler doğrultusunda gerçekleştirmelerini sağlayacak ilkeleri kapsamaktadır. Spor etiğinin temel amacı da bireylere spor alanında kabul görmüş evrensel etik ilkelerinin benimsetilerek bu ilkelerin sportif ortamlarda uygulanmasını sağlamaktır (Obuz, 2009). Etik, ahlaki yaşamı ele alan ve tartışan, söz konusu ahlaki değer ve idealleri anlayan ve etik dediğimiz olguya odaklanan felsefi bir konudur (Cevizci, 2004). Sporun gerçek anlamıyla varlığını sürdürmesi konusunda etik ilkelere uygunluğu oldukça önemli bir durumdur (Tuncel, 2005).

Literatür incelendiğinde sporda nefret ile ilgili araştırmaların genellikle taraftar nefreti üzerine yoğunlaştığı görülmüştür (Icekson ve ark., 2021; Krøvel ve Roksvold, 2012; Shuv-Ami, Alon, Loureiro ve Kaufmann, 2020). Özellikle seyirci sporlarında sıkça görülen bir duygu olması sebebiyle taraftar nefretini araştırma konusu edinmiş çalışmalar genellikle seyirci sporları üzerine yürütülmüştür (Theodoropoulou, 2007). Taraftar nefreti; bireyin rakip takımın oyuncularına, yöneticilerine ve taraftar kitlesine karşı sergilediği olumsuz tutum ve davranışlar ile beslediği olumsuz duyguların birleşimidir (Grégoire, Tripp ve Legoux, 2009; Kähr, Nyffenegger, Krohmer ve Hoyer, 2016). Kişi rakip takım unsurlarından nefret etmeye başladığında, nefretin sonuçları olan şiddet ve saldırganlık davranışlarını da gösterme eğilimine girer. Bunun yanında sporda karşıt görüşe saygı (rakibe saygı ve nefret) üzerine yapılan araştırmalar incelendiğinde özellikle üniversite öğrenciler (Gülle, Aktaş ve Büyüktaş, 2020; Gülle, 2018; Çelik, Kargün ve Mergan, 2020; Topal, Yıldız, Semerci ve Yıldız, 2020; Karan, 2024) ve taraftarlar (Göksel ve Kul, 2023; Şahin, 2021; Öztürk Karataş, 2024) üzerinde özdeşleşme ve öz denetim ile ilişkilendirilen çalışmalar görülürken taraftarlar özelinde yapılan etik kavramlarının sporda karşıt görüşe saygı (rakibe saygı ve nefret) ile olan ilişkilerini inceleyen araştırmalarla karşılaşılmanmıştır. Bülbül (2021)'ün yapmış olduğu araştırmada ise futbol taraftarlarının karşıt görüşe saygı düzeyleri ve fanatizm algısı ilişkilendirilmiştir.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Tüm dünyada ilgi ile takip edilen sportif müsabakaları insanları belirli duygular etrafında bir araya getirmekte bu durumda farklı kitleler tarafından ticari olarak kullanılmaktadır. Bu durumda barış, sevgi, dostluk sportmenlik gibi değerler üzerine kurulu olan sporun sık sık etik davranışlarla gündeme gelmektedir bu da araştırmamızı önemli kılan ve araştırmaya yönlendiren en önemli etkidir.

Araştırmamızda sporda karşıt görüşe saygı (rakibe saygı ve nefret tutumu) ilişkisini incelediğimiz etik kavramını görecelik ve idealizm alt boyutları ile ele alarak araştırmamıza yön vermek amaçlanmıştır. Burada idealizm eğilimi gösteren bireylerin doğru davranışlarla istedikleri sonuca daha kolay ulaşabileceklerini savunulurken idealist davranan bireylerin etik kararlar verirken başkalarına zarar vermekten kaçınacak diğer insanların refahını göz önünde bulunduran bireyler olduğu daha az idealist bireyin ise hedeflerine ulaşmak için pratik ve başkalarına zararın zorunlu olabileceği yolları seçebilen bireyler olduğu; görecelik eğilimi taşıyan bireylerin ise mutlak kuralları kabul etmeyen ve ahlaki kuralların zamanın, yerin ve kültürün bir işlevi olarak durumsal bir ortamda ortaya çıktığını savunurlar yani onlara göre kaniya varırken ahlaki değerler önemli değil önemli olan etkileyen faktörlerdir. Etik Duruş Ölçeği idealizm ve görecelik alt boyutunda değerlendirmeye alınmış, Sporda Karşıt Görüşe Saygı Ölçeği alt boyutları rakibe yönelik nefret ve rakibe yönelik saygı alt boyutlarında ilişkilendirilmiş toplumsal ahlak mı yoksa durumsal davranışlar mı önemlidir gibi sorulara cevaplar aranmıştır. Araştırmada taraftar cephesinden spor ahlakını geliştirmek, onlara etik kavramını özümsetmek amacıyla neler yapılabileceği konusunda eksikleri görebilmek ve bunların giderilmesi açısından gerekli tedbirlerin alınmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmamızda dünyada ve ülkemizde spor alanında son yıllarda en çok üzerinde durulan iki kavram çalışılmış ve rakibe saygı ve nefret tutumu ile etik eğilimin futbol taraftarı üzerinde ilişkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

### **YÖNTEM**

#### **Araştırmanın Modeli**

Bu araştırma nicel araştırma yöntem ve teknikleri kullanılarak yapılacaktır. Bu çalışmada araştırma modeli türlerinden “tarama modeli” kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ve halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan yaklaşımlardır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde var olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır (Eroğlu, 2006). Araştırma ilişkisel tarama modelinde bir çalışma olarak kurgulanmıştır. İki ya da daha çok değişken arasında birlikte değişim varlığını belirlemeyi amaçlayan tarama yaklaşımı da vardır. Buna ilişkisel tarama yaklaşımı denir. Korelasyon ve karşılaştırma bu gruba girer. (Karasar, 2016) Korelasyon ilişki aramalarda değişkenlerin birlikte değişip değişmediğine; değişme varsa bunun nasıl olduğunu saptamaya çalışır.

#### **Araştırma Grubu**

Araştırmanın grubunu Facebook'ta bulunan Beşiktaş, Fenerbahçe, Galatasaray ve Trabzonspor taraftar ve futbol gruplarına üye olan bireylerden oluşmaktadır. Google formları ile oluşturulan bir ankete yanıt veren toplam katılımcı sayısı 491'dir. Katılımcıların 150'si (%30,5) kadın, 341'u (%69,5) erkektir. Katılımcıların yaş ortalaması 21,91 (SS:3,18), min:14 max:48 dir. Katılımcılar, Ortaokul (%1), Lise (%11,6), Önlisans-Lisans (%85,3) ve Yüksek Lisans /Doktora (%2,1) eğitimi alan veya devam eden bireylerden oluşmaktadır.

#### **Veri Toplama Araçları**

Bu araştırmanın veri toplama aracı, kişisel bilgilerin (yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi vb) sorgulandığı birinci bölüm ve taraftarların etik duruşlarını (Etik Duruş Ölçeği; Topçu 2013) ve rakibe saygı ve nefret tutumlarını (Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği; Gülle 2018) sorgulayan ifadelerin bulunduğu ikinci bölüm olmak üzere üç ana bölümden oluşan ölçekler kullanılacaktır.

### **Etik Duruş Ölçeği (EDÖ);**

Forsyth (1980) tarafından geliştirilmiş, ilk 10 maddesi (1-10 maddeler) idealizm ve ikinci 10 maddesi (11-20 maddeler) görecelilik alt boyutu altında toplam 20 ifadeden oluşan iki alt boyutlu bir ölçektir. Orijinal ölçekte ifadelerin değerlendirilmesinde 9 puanlı Likert tipi (1= hiç katılmıyorum – 9 = tamamen katılıyorum) bir ölçekten faydalanılmıştır. Etik Duruş Ölçeği’ndeki görecelilik alt boyutu evrensel ahlaki kuralların her durumda ve her zaman doğru olmadığını savunan görüşü ifade eden maddelerden oluşurken, idealizm boyutu ahlaki/etik kuralların her zaman ve her yerde genel geçer özellikte kurallar olduğunu ifade eden maddelerden oluşmuştur.

Araştırmada kullanılmak üzere ölçeğin Türk popülasyonuna uyarlanması Topçu (2013) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin orijinalinde 9 puanlı olan Likert değerlendirme skalası da 5 puanlı Likert Skalasına uyarlanmıştır. Daha sonra toplanılan veri üzerinde yapılan açıklayıcı faktör sonucunda ölçek madde kaybına uğramakla beraber iki boyutlu halini korumuştur. İdealizm alt boyutunda orijinal ölçekteki 1., 3., 4. ve 5. maddeler çalışırken görecelilik alt boyutunda ise 12., 13., 14., 15., 16. ve 17. maddeler çalışmıştır. Birinci alt boyut olan idealizm boyutunun Cronbach’s Alfa iç tutarlılık katsayısı ,77 iken, ikinci boyutun yani görecelilik boyutunun Cronbach’s Alfa iç tutarlılık katsayısı ,74 olarak tespit edilmiştir.

### **Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği**

Gülle (2018) tarafından geliştirilen Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği Hatay Mustafa Kemal Üniversitesinde farklı bölümlerde eğitim gören 316 (Kadın 109-Erkek 207) öğrenci oluşturmuştur. Çalışmanın oluşturulmasında toplam 24 soru maddesinden faydalanılmıştır. Elde edilen 24 maddelik sorudan daha sonra yapılan geçerlilik güvenilirlik analizleri sonucunda 15 maddeye düşürülmüştür. Faktör dağılımlarına bakıldığında ise “Rakibe Yönelik Nefret” altı madde yer almakta ve maddelerin faktör yük değerleri .462 ile .702 değişmekte ayrıca toplam varyansın % 28.68’ olarak yer alırken, “Rakibe Yönelik Saygıda” ise dokuz madde yer almakta ve maddelerin faktör yük değerleri .519 ile .782 arasında değişmekte ayrıca toplam varyansın % 10.15’ olduğu hesaplanmıştır. Ölçeğin güvenilirliğinin belirlenmesi için Cronbach’s  $\alpha$  güvenilirlik katsayısı hesaplanmıştır. Üniversite öğrencilerine uygulanan ölçeğin, Cronbach’s  $\alpha$  güvenilirlik katsayısı .80 bulunmuştur. Bu değer ölçeğin yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir.

### **Verilerin Analizi**

Verilerin analizi ve değerlendirilmesi aşamasında; veriler Microsoft Excel 2003 programında düzenlenmiş SPSS 25.0 for Windows paket programı kullanılarak çözümlenmiştir. Katılımcıların kişisel bilgilerinin dağılımlarını belirlemek için yüzde ve frekans yöntemi kullanılmıştır. Ölçümlerin, normal dağılıma uygun olup olmadığını belirlemek için çarpıklık-basıklık (Skewness-Kurtosis) normallik dağılım testi kullanılmıştır. Çarpıklık Basıklık (Skewness-Kurtosis) tekniğine göre Etik Duruş Ölçeği idealizm ve görecelilik alt boyutlarının ve Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği rakibe yönelik saygı ve rakibe yönelik nefret alt boyutlarının tamamı normal dağılım göstermiştir. Araştırma değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemeye dönük olduğundan genel tarama modellerinden de ilişkisel tarama modeline uygundur (Karasar, 2016). Çalışmada verilerin çözümlenmesinde betimsel istatistiksel yöntemlerden; frekans, yüzde dağılımları ve ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Araştırmada ölçek maddeleri normal dağılım gösterdiği için ve Pearson momentler korelasyon analiz sonuçları doğrultusunda Çoklu Regresyon analizinden faydalanılmıştır.

**Etik Beyan:** Çalışma için Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 21.12.2018 tarihli 40990478-050.99/67 sayılı kararına göre etik kurul onayı alınmıştır.



## BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde verilerin analiz sonuçlarına ilişkin bilgiler yer almaktadır.

Tablo 1. Araştırma kullanılan verilere ait betimsel istatistikler

| Ölçekler              | n   | Ort  | s.s. | Cr Alpha | Çarpıklık | Basıklık |
|-----------------------|-----|------|------|----------|-----------|----------|
| Rakibe Yönelik Nefret | 491 | 2,31 | ,85  | ,81      | ,229      | -,125    |
| Rakibe Yönelik Saygı  | 491 | 3,63 | ,78  | ,86      | -,800     | 1,049    |
| İdealizm              | 491 | 3,87 | ,74  | ,90      | -,621     | ,267     |
| Görecelilik           | 491 | 3,50 | ,66  | ,84      | ,048      | ,543     |

Tablo 1’de araştırma kullanılan verilere ait betimsel istatistikler verilmiştir. Taraftarların rakibe yönelik nefret alt boyutundan aldıkları puanların aritmetik ortalaması 2.31 iken, rakibe yönelik saygı alt boyutundan aldıkları puanların aritmetik ortalaması 3.63’dir. Rakibe yönelik nefret alt boyutunun çarpıklık (.229) ve basıklık (-.125) katsayıları ile rakibe yönelik saygı alt boyutunun çarpıklık (-.800) ve basıklık (1.049) katsayılarına bakıldığında katılımcılardan elde edilen verilerin normal bir dağılım gösterdiği söylenebilir. EDÖ’nin idealizm alt boyutundan aldıkları puanların aritmetik ortalaması 3.87 iken, görecelilik alt boyutundan aldıkları puanların aritmetik ortalaması 3.50’dir. İdealizm alt alt boyutunun çarpıklık (-.623) ve basıklık (.267) katsayıları ile görecelilik alt boyutunun çarpıklık (.048) ve basıklık (.543) katsayılarına bakıldığında katılımcılardan elde edilen verilerin normal bir dağılım gösterdiği söylenebilir. Her iki ölçeğin alt boyutlarının çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde -1,5+1,5 arasında normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir (Tabachnick, Fidell ve Ulman, 2007). Bu bağlamda katılımcılardan toplanan verilere parametrik testler uygulanmıştır.

Tablo 2. Değişkenlerin arasındaki ilişkiye yönelik pearson korelasyon katsayıları

| n           | Rakibe Yönelik Nefret | Rakibe Yönelik Saygı |
|-------------|-----------------------|----------------------|
| İdealizm    | r                     | -,193**              |
|             | p                     | ,000                 |
| Görecelilik | r                     | ,253**               |
|             | p                     | ,000                 |

\*=p<0,05; \*\*=p<0,001

Tablo 2’de araştırma kullanılan değişkenlerin arasındaki ilişkiye yönelik Pearson Korelasyon katsayıları verilmiştir. Elde edilen sonuçlar incelendiğinde idealizm ile rakibe yönelik nefret arasında negatif yönlü düşük düzeyli ( $r=-,193$ ;  $p<0,05$ ); rakibe yönelik saygı arasında pozitif yönlü orta düzeyli ( $r=,605$ ;  $p<0,05$ ) ilişkiler içinde olduğu görülmektedir. Bununla beraber görecelilik ile rakibe yönelik nefret arasında ilişki belirlenmezken ( $r=,028$ ;  $p>0,05$ ); rakibe yönelik saygı arasında pozitif yönlü düşük düzeyli ( $r=,253$ ;  $p<0,05$ ) ilişki belirlenmiştir.

Tablo 3. Etik eğilimlerden idealizm ve göreceliliğin rakibe yönelik nefreti yordamasına ilişkin analiz sonuçları

| <i>Yordanan Değişken</i>   | <i>Yordayan Değişkenler</i> | <b>B</b> | <i>Standart Hata</i> | <b>β</b> | <b>t</b> | <b>p</b> |
|--|-----------------------------|----------|----------------------|----------|----------|----------|
| <b>Rakibe Yönelik Nefret</b>   | (Sabit)                     | 2,784    | ,226                 |          | 12,296   | ,000     |
|  | İdealizm                    | -,344    | ,060                 | -,298    | -5,689   | ,000     |
|  | Görecelilik                 | ,246     | ,067                 | ,191     | 3,650    | ,000     |
| Multiple R= .251 R <sup>2</sup> =.063<br>Adj R <sup>2</sup> = .059 F <sub>(2,488)</sub> = 16.382, p=0.00 < .05 |                             |          |                      |          |          |          |

Tablo 3'e göre, Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği rakibe yönelik nefret durumu, Etik Duruş Ölçeği alt boyutları ile anlamlı bir model oluşturmaktadır. Etik Duruş Ölçeği İdealizm ve Görecelilik alt boyutları Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği rakibe yönelik nefret durumu toplam varyansının %0.063'ini açıklamaktadır (R=.251 R<sup>2</sup>=.063, F<sub>(2,488)</sub> = 16.382, p=0.000 < .05). Yapılan Regresyon Analizi sonucunda, Rakibe Yönelik Nefret durumu ile idealizm (β=-.34, p<.001) arasında negatif ve görecelilik (β=.24, p<.001) arasında pozitif, yönde ilişki olduğu bulunmuştur.

Tablo 4. Etik eğilimlerden idealizm ve göreceliliğin rakibe yönelik saygıyı yordamasına ilişkin analiz sonuçları

| <i>Yordanan Değişken</i>  | <i>Yordayan Değişkenler</i> | <b>B</b> | <i>Standart Hata</i> | <b>β</b> | <b>t</b> | <b>p</b> |
|---|-----------------------------|----------|----------------------|----------|----------|----------|
| <b>Rakibe Yönelik Saygı</b>   | (Sabit)                     | 1,371    | ,170                 |          | 8,080    | ,000     |
|   | İdealizm                    | ,705     | ,045                 | ,666     | 15,563   | ,000     |
|   | Görecelilik                 | -,133    | ,050                 | - ,113   | -2,633   | ,009     |
| Multiple R= .612 R <sup>2</sup> =.374<br>Adj R <sup>2</sup> = .372 F <sub>(2,488)</sub> = 146.016, p=0.00 < .05 |                             |          |                      |          |          |          |

Tablo 4'e göre, Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği rakibe yönelik saygı durumu, Etik Duruş Ölçeği alt boyutları ile anlamlı bir model oluşturmaktadır. Etik Duruş Ölçeği idealizm ve görecelilik alt boyutları Sporda Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Ölçeği rakibe yönelik saygı durumu toplam varyansının %0.374'ini açıklamaktadır (R=.612 R<sup>2</sup>=.374, F<sub>(2,488)</sub> = 146.016, p=0.000 < .05). Yapılan Regresyon Analizi sonucunda, Rakibe Yönelik saygı durumu ile idealizm (β=.71, p<.001) arasında pozitif ve görecelilik (β=-.13, p<.001) arasında negatif yönde ilişki olduğu bulunmuştur.

### TARTIŞMA

Araştırma, taraftarların rakibe yönelik saygı ve nefret tutumlarını etik eğilimleri çerçevesinde incelemiş ve rakibe yönelik saygı ve nefret tutumları ile bu eğilim arasındaki ilişkiyi araştırmıştır.

Araştırma sonuçlarımız göstermektedir ki taraftarların idealizm etik değerlerine sahip olması rakibe nefreti azaltmaktadır. Yani ideal duruş değerleri artıkça rakibe yönelik nefret değerleri de azalma eğilimi göstermiştir. Rakibe yönelik nefret ile en güçlü ilişkiyi etik duruşun idealizm alt boyutu sergilemiştir. Bu durum mutlak hükümleri reddedip ahlaki kuralların zamanın, yerin ve kültürün bir işlevi olarak durumsal bir ortamda ortaya çıktığını düşünüp göreceli bir bakış

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

açısına sahip olan taraftarların rakiplerine karşı nefret konusunda yüksek seviyelerde davranışlara sahip oldukları söylenilebilir. Taraftarların etik duruş görecelilik ortalama değerleri ile rakibe yönelik nefret ortalama değerleri arasındaki ilişkinin de sınırdığı aynı regresyon testinde çok güçlü bir etki olmasa da anlamlı ve pozitif yönde ilişkili görülmüştür. Burada ortaya çıkan durumun durumsal davranışları sergileyen (görecelilik) yani mutlak kuralları kabul etmeyen ve ahlaki kuralların zamanın, yerin ve kültürün bir işlevi olarak durumsal bir ortamda ortaya çıktığını savun taraftarların rakibe yönelik nefreti arttırdığı, toplumsal ahlak davranışlarını sergileyen (idealizm) taraftarların, doğru davranışlarla istedikleri sonuca daha kolay ulaşabileceklerini savunurken idealist davranan taraftarların etik kararlar verirken başkalarına zarar vermekten kaçınan diğer insanların refahını göz önünde bulunduran bireyler olduğunu savunmasının rakibe yönelik nefretin azaldığı söylenilebilir. İngiliz sporcular arasında yapılan bir araştırmaya göre sportmenlik ve anti-sosyal ahlaki davranışın spor yapmayı ne derce etkilediği incelenmiş olumlu motivasyon ve özerkliğin olumlu anti-sosyal davranışın olumsuz olduğu sportmence davranış için sporcuların olumlu motivasyon ve özerkliğe sahip olmaları gerektiği görüşünü bulmuş bu araştırmaya da hipotez olarak sosyal bağlam mı, yoksa kişisel motivasyon faktörlerini sportmenlik davranışlarında daha etkilidir? düşüncesi öne sürülmüştür (Ntoumanis ve Standage, 2010).

Yine araştırma sonuçları, taraftarların idealizm etik değerlerine sahip olması rakibe yönelik saygıyı da paralel olarak arttırdığını göstermiştir. Yani ideal etik ile rakibe yönelik saygı paralel artış göstermiş ideal duruş değerleri arttıkça rakibe yönelik saygı değerleri de yükseliş göstermiştir. Rakibe yönelik saygı ile en güçlü ilişkiyi etik duruşun idealizm alt boyutu sergilemiştir. Bu durum bilinç ve düşünceye önem veren taraftarların rakiplerine karşı saygı ve duyarlı olma konusunda olumlu davranışlara sahip olduklarını göstermektedir.

Yine katılımcıların etik duruş görecelilik ortalama değerleri ile rakibe yönelik saygı ortalama değerleri arasındaki ilişkinin de sınırdığı aynı regresyon testinde çok güçlü bir etki olmasa da anlamlı ve negatif yönde ilişkili görülmüştür. Yani görecelilik etik ile rakibe yönelik saygı paralel olarak azalmış görecelilik duruş değerleri arttıkça rakibe yönelik saygı değerleri de azalış göstermiştir. Bu durum mutlak hükümleri reddedip ahlaki kuralların zamanın, yerin ve kültürün bir işlevi olarak durumsal bir ortamda ortaya çıktığını düşünüp göreceli bir bakış açısına sahip olan taraftarların rakiplerine saygı göstermediklerini göstermektedir. Çalışmamızla kısmen paralellik gösteren Topçu (2013)'un sporcular üzerinde yaptığı çalışmada Etik duruş Ölçeği ile Çok Yönlü Sportmenlik Yönelimleri ölçeklerinin alt boyutları arasında, görecelilik ile rakibe değer/saygı alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki tespit edilemezken, diğer alt boyutlar arasında pozitif ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Araştırma sonucuna göre, birey etik değerlerine ne kadar bağlıysa sportmenlik düzeyinin de o kadar arttığı gözlemlenmiştir. Bunun yanında Çavdar (2019)'un kadın futbolcular üzerinde yaptıkları çalışma sonuçlarına göre çok boyutlu sportmenlik ölçeğinin sosyal normlara uyum, kurallar ve yönetime saygı ve rakibe saygı boyutlarında anlamlı farklılık görülmezken sporda sorumluluklara bağlılık boyutunda bölge değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada sonuç olarak taraftarların idealizm etik değerine bağlılığının rakibe yönelik nefreti azalttığı, rakibe yönelik saygıyı arttırdığı ve olarak taraftarların idealizm etik değerine bağlılığının görecelilik etik değerine bağlılığının rakibe yönelik nefreti arttırdığı, rakibe yönelik saygıyı azalttığı belirlenmiştir.

Hiç kuşkusuz günümüzde spor toplumlar arası büyük kitlelere hitap eden bir iletişim aracı olma niteliği taşımaktadır. Bu nedenle spor alanında yapılan etiğe aykırı tüm davranışlar ülkelerin prestij kaybetmesine neden olmaktadır bu alanda yapılan hataların bir topluma mal edilmesi de bize spor-toplum ilişkisinin önemini göstermektedir. Etiği, insanın kendisi ve diğer insanlarla olan ilişkisini düzenleyen kurallar olarak tanımlarsak, sportmence işleyişin sağlanabilmesi için

etik kuralların toplum tarafından kabul görmüş olması bireylerin yaşayış biçimlerinin birbirlerine saygı ve hoşgörüyü getirmesi gibi etmenlerin sporun işleyişi için büyük önem taşıdığını görmekteyiz. Araştırmamız sonuçları genel olarak göstermektedir ki rakibe yönelik saygı ve nefret ve etik kavramları birbirleriyle yakından ilişki içerisinde bulunan iki kavramdır. Toplumda etik kurallar ne kadar çok benimsenir ve önem taşırırsa toplumun tüm yapısında belirli bir işleyiş ve düzen oluşacağı gibi spor alanında da refah sağlanacağı daha sportmence davranışların sergileneceği kaçınılmaz bir gerçektir.

Yapılan bu araştırma özgünlük bakımından spor alanında Türkiye de ilk çalışmalar arasında olması bakımından önem arz etmektedir. Ancak derinlik bakımından araştırma tasarım ve yeni değişkenlerin dâhil edilmesiyle daha zengin hale getirilebilir. Gelecekte bu konu ile ilgili yapılabilecek çalışmalarda taraftarların hem etik hem de rakibe yönelik saygı ve nefret tutumlarında etkili olabilecek kişilik yapıları, fanatiklik düzeyleri, takıma bağlılıkları ve inanç düzeyleri gibi değişkenlerin de araştırmalara dâhil edilebilir.

Araştırama sonucumuz göstermektedir ki birey toplumsal yani idealizm etik değerlerine ne kadar bağlıysa rakibe yönelik saygısı aratacak nefretini azalacaktır. Bu sonuçtan yola çıkarak diyebiliriz ki sadece taraftarlar değil spor ile uğraşan tüm bireylerin (yönetici, sporcu, gazeteci...vb.) etik anlayışlarının geliştirilmesi gerekmektedir. Bu da okullarda etik konulu derslerin okutulması, Spor Bilimleri Fakültelerinde verilen derslerin öneminin artırılması, gerek görüldüğü taktirde taraftarlara ya da taraftar derneklerine konuyla alakalı eğitimler verilmesi ve en önemlisi toplumun değerlerine bağlı birbirlerine ve kendilerine saygılı bireyler yetiştirebilmesiyle sağlanabilecektir.

#### KAYNAKÇA

- Balçıklı, S. ve Yıldırım, G. İ. (2011). Profosyonel futbolcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9, 49-6.
- Bülbül (2021). *Futbol taraftarlarının karşıt görüşe saygı düzeyleri ve fanatiklik algısının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hatay.
- Cevizci, A. (2004). *Etiğe giriş*. Paradigma Yayıncılık.
- Çavdar, G. (2019). *Kadın futbolcuların sportmenlik yönelimleri ve sporda ahlaktan uzaklaşma mekanizmalarının farklı değişkenlere göre değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Trabzon.
- Çelik, T., Kargün, M., & Mergan, B. (2022). Spor Yöneticiliği Bölümü öğrencilerinin spor müsabakalarında karşıt görüşe saygı ve öz denetimlerinin incelenmesi. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 52-62.
- Dolaşır Tuncel, S. ve Büyüköztürk, Ş. (2009). Antrenörlerin mesleki etik ilkeleri nelerdir? Nasıl ölçülür? Ölçek geliştirme: Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliği. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(4), 159-168.
- Ergin, F. (2023). *Etik ve siyaset ilişkisi*. Aketder.
- Eroğlu, O. (2006). *İzleme araştırmaları*. Ankara Üniversitesi.
- Göksel, A. G., ve Kul, O. (2023). Futbol taraftarlarının takım özdeşleşme ve karşıt görüşe saygı düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 8(1), 1-16.
- Grégoire, Y., Tripp, T. M., & Legoux, R. (2009). When customer love turns into lasting hate: The effects of relationship strength and time on customer revenge and avoidance. *Journal of marketing*, 73(6), 18-32.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Gülle, M. (2018). Sporda karşıt görüşe saygı ve öz denetim ölçeği: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 29, 262-279.
- Gülle, M., Aktaş, Ö., Büyüктаş, B. (2020). Üniversite öğrencilerinin farklı değişkenler açısından takım özdeşleşme ve karşıt görüşe saygı düzeylerinin incelenmesi. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 53-60.
- Hasırcı, S. (2012). Futbolda şiddet ve çözüm yolları. *Tam Saha Dergisi*, 25-26.
- Icekson, T., Alon, A. T., Shuv-Ami, A., & Sela, Y. (2021). The impact of ageing on aggression among sport fans: the mediating role of fan hatred. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 22(4), 780-797.
- Kähr, A., Nyffenegger, B., Krohmer, H., & Hoyer, W. D. (2016). When hostile consumers wreak havoc on your brand: The phenomenon of consumer brand sabotage. *Journal of marketing*, 80(3), 25-41.
- Karan A. (2024). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin karşıt görüş ve öz-denetim düzeylerinin ahlaki değer açısından incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi). Balıkesir Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Balıkesir.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel irade algı çerçevesi ile bilimsel araştırma yöntemi kavramlar, ilkeler, teknikler* (31. Basım). Nobel.
- Krøvel, R., & Roksvold, T. (2012). *We love to hate each other: Mediated football fan culture*. Nordicom, University of Gothenburg.
- Ntoumanis, N, Standage, M. (2009). Morality in sport: A self-determination theory perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(4), 365-380
- Obuz, Ü. (2009). *Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin öğretmenlik mesleğiyle ilgili etik olmayan davranışlarına ilişkin görüşler* (Yüksek lisans tezi), Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Öztürk Karataş, E. (2021). Futbol Taraftarlarının Karşıt Görüşe Saygı ve Öz Denetim Düzeylerinin İncelenmesi. *Journal of History School*, 55, 4022-4032.
- Shuv-Ami, A., Alon, A. T., Loureiro, S. M. C., & Kaufmann, H. R. (2020). A new love–hate scale for sports fans. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*, 21(3), 543-560.
- Simon, R. (1991). *Fair-play: Sports, values ve society*, (2. Baskı). Library of Congress Cataloging in Publication Data.
- Şahin, A. (2021). *Taraftarların müsabaka esnasında karşıt görüşe saygı ve öz denetim düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hatay.
- Şahin, M. (1997). *Spor ahlakı ve sorunları*, (1. Baskı). Evrensel Yayınları.
- Tabachnick, B.G. & Fidell, L.S. (2007). *Using multivariate statistics* (5th ed.). Pearson Education Inc.
- Theodoropoulou, V. (2007). 23 *The Anti-fan within the fan: Awe and envy in sport fandom*. In J. Gray, C. Harrington & C. Sandvoss (Ed.), *Fandom: Identities and communities in a mediated world* (pp. 316-327). New York University Press.



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Topal, A., Yıldız, O., Semerci, A., & Yıldız, M. (2021). Lise ve üniversite öğrencilerinin taraftarı oldukları takımla özdeşleşme düzeylerinin sporda karşıt görüşe saygı durumuna olan etkisinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(3), 1-14.
- Topçu, E.Ü. (2013). *Etik ve sportmenlik ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Topçu, N. (2008), *Ahlâk nizâmı*, (5. Baskı), Dergâh Yayınları.
- Tuncel, S. D. (2005). *Spor etiği*. Ankara Üniversitesi.
- Yılmaz, A., Tütüncü, K. Ve Demirel, E. (2006). *Bir ahlak kuramı*, Ayrıntı Yayınları.



## Z KUŞAĞININ GELENEKSEL TÜRK SPORLARINA YÖNELİK TUTUMLARI

Çağlar EGEMEN<sup>1</sup>, Aydan ERMİŞ<sup>2</sup>, Muhammet KUSAN<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Yüksek Lisans Öğrencisi Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri  
Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye  
E-posta: caglarmagat@gmail.com

<sup>2</sup>Doç. Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri  
Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü,  
E-posta: aydanak@omu.edu.tr

<sup>3</sup>Dr. Arş. Gör. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor  
Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye  
E-posta: muhammet.kusan@omu.edu.tr

### ÖZET

Bu çalışma, Türkiye'nin kültürel mirasında önemli bir yer tutan geleneksel sporların, Z kuşağı bireylerinin dijital dünyayla olan yakın ilişkisi bağlamında nasıl yeniden şekillendiğini incelemeyi amaçlamaktadır. Özellikle yağlı güreş, okçuluk ve cirit gibi sporların dijital platformlarda nasıl temsil edildiği ve bu süreçte Z kuşağının tutumlarının ne yönde evrildiği ele alınmıştır. Çalışma, geleneksel sporların dijitalleşme sürecinin, bu sporların genç nesiller tarafından yeniden keşfedilmesi ve kültürel değerlerinin korunması açısından kritik bir rol oynadığını ortaya koymaktadır. Dijitalleşmenin etkisiyle geleneksel sporların daha geniş bir kitleye ulaştığı, sosyal medya ve sanal gerçeklik (VR) gibi dijital teknolojilerin bu sporların deneyimlenme biçimlerini dönüştürdüğü görülmüştür. Araştırmanın bulguları, Z kuşağı bireylerinin, geleneksel sporları dijital dünyada erişilebilir ve etkileşimli bulduklarını göstermektedir. Bu nesil, sosyal medya ve dijital oyunlar aracılığıyla geleneksel sporlarla ilgili içerik üreterek ve paylaşarak bu sporların popülerleşmesine katkı sağlamaktadır. Ayrıca, Z kuşağının geleneksel sporların dijital platformlarda oyunlaştırılmasını desteklediği ve bu süreçte aktif rol aldığı tespit edilmiştir. Örneğin, güreş ve okçuluk gibi sporların simülasyon oyunları, bu sporların gençler arasında ilgi görmesini artırmaktadır. Sonuç olarak, Z kuşağı bireylerinin dijital becerileri ve sosyal medya kullanım alışkanlıkları, geleneksel sporların sürdürülebilirliği ve kültürel mirasın korunması açısından büyük bir fırsat sunmaktadır. Ancak, bu süreçte sporların tarihsel ve kültürel değerlerinin doğru bir şekilde temsil edilmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Bu bağlamda, bilinçlendirme çalışmaları ve eğitim programlarının geliştirilmesi önerilmektedir. Geleneksel sporların dijitalleşmesi, bu sporların genç nesiller arasında daha fazla tanınmasını ve benimsenmesini sağlayarak kültürel mirasın modern dünyada yaşatılmasına katkı sunmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Geleneksel Sporlar, Dijitalleşme, Z Kuşağı, Kültürel Miras



## THE ATTITUDES OF GENERATION Z TOWARDS TRADITIONAL TURKISH SPORTS

Çağlar EGEMEN<sup>1</sup>, Aydan ERMİŞ<sup>2</sup>, Muhammet KUSAN<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Samsun, Türkiye  
E-mail: caglarmagat@gmail.com

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Samsun, Türkiye  
E-mail: aydanak@omu.edu.tr

<sup>3</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Samsun, Türkiye  
E-mail: muhammet.kusan@omu.edu.tr

### ABSTRACT

This study aims to explore how traditional sports, which hold a significant place in Turkey's cultural heritage, are reshaped within the context of Generation Z's close relationship with the digital world. The research focuses on how traditional sports such as oil wrestling, archery, and javelin are represented on digital platforms and examines the evolving attitudes of Generation Z in this process. It highlights the critical role of digitalization in enabling traditional sports to be rediscovered by younger generations and preserving their cultural values. The study finds that digitalization has expanded the reach of traditional sports while transforming how they are experienced through digital technologies such as social media and virtual reality (VR). The findings reveal that Generation Z perceives traditional sports as more accessible and interactive in the digital world. This generation actively contributes to the popularization of these sports by creating and sharing related content through social media and digital games. Additionally, it has been observed that Generation Z supports the gamification of traditional sports on digital platforms and plays an active role in this process. For instance, simulation games featuring traditional sports like wrestling and archery increase their appeal among young people. In conclusion, the digital skills and social media habits of Generation Z offer a significant opportunity for the sustainability of traditional sports and the preservation of cultural heritage. However, it is emphasized that the historical and cultural values of these sports must be accurately represented throughout this process. Awareness campaigns and educational programs are recommended to ensure this balance. The digitalization of traditional sports enables them to gain recognition and acceptance among younger generations, contributing to the preservation of cultural heritage in the modern world.

**Keywords:** Traditional Sports, Digitalization, Generation Z, Cultural Heritage

### GİRİŞ

Geleneksel sporlar, bir milletin kültürel mirasını ve toplumsal değerlerini yansıtan önemli unsurlardan biridir. Türkiye’de geleneksel sporlar, özellikle yağlı güreş, okçuluk, cirit ve at binme gibi sporlarla tarih boyunca zengin bir spor kültürü oluşturmuştur. Bu sporlar, Osmanlı döneminde olduğu gibi modern Türkiye’de de kültürel kimliğin önemli parçaları olmaya devam etmektedir. Geleneksel sporların toplumsal yapılar ve kimlikler üzerindeki etkisi, tarih boyunca sürekliliğini korumuştur ve bu sporlar toplumların sosyal ve kültürel yapılarında derin bir yer edinmiştir. Dijitalleşme kavramı ise, son yıllarda hemen her alanda köklü değişimlere yol

açmıştır. Dijitalleşme, spor dünyasını da dönüştürerek, geleneksel sporları yeni bir boyuta taşımıştır. Bu neticede, dijitalleşme süreci, sadece sporların nasıl yapıldığı değil, aynı zamanda sporların nasıl deneyimlendiği ve izlendiği konusunda da köklü değişikliklere neden olmuştur. Geleneksel sporların dijital platformlara entegrasyonu, sporların daha geniş kitlelere ulaşmasını sağlamakta ve genç nesillerin bu sporlarla olan etkileşimlerini artırmaktadır. 2000 yılı ve sonrası doğan kişiler Z kuşağı olarak adlandırılmaktadır. Z kuşağında yer alan bu bireylerin teknoloji aracılığıyla bilgiye ulaşma imkân ve kapasitelerinin oldukça yüksek olduğu bilinmektedir (Eratlı, 2023). Bu kuşak, dijital platformları aktif olarak kullanmakta ve geleneksel sporlar gibi unsurların da dijitalleşmesine yönelik ilgi göstermektedir. Z kuşağının dijitalleşme süreciyle olan bu yakın ilişkisi, geleneksel sporların dijital platformlar aracılığıyla yeniden tanımlanmasını ve bu sporların genç nesiller tarafından yeniden keşfedilmesini sağlamaktadır. Z kuşağı, dijitalleşen dünya ile sporlar arasındaki sınırları belirsizleştirmektedir. Eskiden sokakta gerçekleşen oyunlar ve sporlar, dijitalleşen toplumun sonucu olarak sanal ortama kaymıştır. Geleneksel sporların sanal dünyaya geçiş serüveninde, genç nesillerin ilgisinin korunması ve bu sporların dijital dünyada nasıl sunulacağı önemli bir araştırma konusu haline gelmiştir. Ayrıca, bu süreç, geleneksel sporların dijitalleşmesi ve modern sporlar arasındaki farkları da gözler önüne sermektedir. Bu makalede, geleneksel sporların dijitalleşmesi ve Z kuşağının bu sürece yönelik tutumları ele alınacaktır. Özellikle Z kuşağının dijital dünyayla olan güçlü bağları, geleneksel sporların modernleştirilmesi ve dijitalleşmesinde bir köprü işlevi görebilir. Dijital platformlar üzerinden geleneksel sporların nasıl deneyimlendiği ve bu deneyimin kültürel mirası koruma konusunda ne tür avantajlar sunduğu incelenecektir.

### **Z Kuşağı ve Dijital Spor Algısı**

Z kuşağı, dijital teknolojilerin hızla geliştiği bir dönemde büyüyen bir nesil olarak, spor anlayışını ve deneyimlerini dijital ortamlarla derinlemesine bütünleştirmiştir. Yeni teknolojik gelişmelerin getirmiş olduğu zenginliklerin kullanımlarının yaygınlaşması sonucu oyun anlayışı değişmiş, oyun oynamayı sağlayacak araçlar ve yöntemler dijital ortamlara kaymıştır. Dijital sportif oyunlar spor branşlarında belirli kurallar çerçevesinde, bireysel performans gösterme ya da karşılaşmaya dayalı, sonunda kazanıp kaybetme durumu yaşanan oyunlar şeklinde tanımlanabilir. Dijital sportif oyunlar takım ya da bireysel olarak oynanabildiği gibi, içerik olarak da farklılıklar göstermektedir. (Kretschmann ,2010) göre sportif dijital oyunlar; simülasyon oyunları (bir spor branşının tüm özelliklerinin gerçeğe yakın olarak yansıtılması), aksiyon oyunları (bir spor branşının basit ve uygulanabilir temel fiziksel özelliklerini içerir) ve spor yönetimi (rol yapma) oyunları (bir takımın veya sporcunun liderliğini üstlenme) olmak üzere kategorilere ayrılmaktadır. Çeşitli yaşlarda kullanıcısı olan dijital oyunlara genellikle gençler daha fazla ilgi göstermekte ve oyun oynama süreleri giderek artmaktadır (Gentile ve ark., 2009). Bu kuşağın spor algısı, önceki nesillerin fiziksel olarak icra ettiği spor etkinliklerinden ziyade, dijital ve sanal ortamlarda spor yapma veya izleme deneyimiyle şekillenmektedir. Sanal gerçeklik (VR), artırılmış gerçeklik (AR) ve çevrimiçi spor oyunları gibi dijital platformlarla spor etkinliklerini sadece fiziksel değil, dijital bir deneyim olarak da algılamaktadır. Bu durum sporun tüketilebilir ve pazarlanabilir bir ürün olmasına neden olmuştur. Aynı zamanda spor, teknolojik gelişmeleri ve dijitalleşmeyi kendisine adapte ederek değişim ve dönüşümü gerçekleştirmiş ve gerçekleştirmeye devam etmektedir. Fakat teknolojik gelişmeler ve dijitalleşme geleneksel spordan farklı bir spor dalının da çıkmasını sağlamıştır. Bu spor dalına e-spor denilmektedir (Tuğrul, 2022). Günümüzde de geniş bir kitle tarafından oynanan e-spor geleneksel sporda bulunan rekabet ve takımlar arasındaki mücadelenin çevrim içi video oyunları aracılığıyla gerçekleştirildiği yeni nesil spor branşıdır . Birden fazla konuyla bir anda ilgilenmeleri, internet teknolojilerinin bu kuşak bireyelerine kazandırdığı olumlu davranışlardan biridir. Özgüvenli olan Z kuşağı bireyleri, verimli ve yenilikçi olma

eğilimindedirler (Berkup, 2014). Bu neslin spora yaklaşımındaki bu değişim, özellikle e-sporların yükselmesiyle belirgin hale gelmiştir. Z kuşağı, geleneksel sporların dijital versiyonlarını daha erişilebilir ve eğlenceli bulmakta, bu sayede sporları sanal dünyada da aktif olarak deneyimlemektedir. Geleneksel sporlarda futbol, basketbol ve voleybol gibi birden fazla kategori vardır ve her birinin kendi bağımsız etkinlikleri ve ligleri vardır. E-spor da çok farklı değildir. Esporda ayrıca League of Legends, Dota 2, Counter-Strike: GO gibi çeşitli kategoriler bulunmaktadır (Güler, 2022). Bu durum, geleneksel sporların dijitalleşmesinin dönemin bireylerine hitap etme potansiyelini artırmaktadır. Yapılan araştırmalar, Z kuşağının %70'inin dijital platformlarda spor içeriklerini izlemeyi veya spor oyunlarına katılmayı tercih ettiğini göstermektedir. Bu dönemin bireyleri dijital spor algısı, sporun geleneksel anlamda fiziksel bir aktivite olmasının ötesine geçmiştir. Bu kuşak için spor, sosyal medya platformları aracılığıyla takip edilen bir etkinlik ve de dijital oyunlar ve simülasyonlarla deneyimlenen bir aktivitedir. Dijital platformların sunduğu interaktif ve katılımcı deneyim, spor algısında büyük bir dönüşüme neden olmuştur. Ayrıca, spor içeriklerini sadece izleyici olarak değil, aynı zamanda içerik üreticisi olarak da deneyimlemekte ve sosyal medya üzerinden bu deneyimlerini paylaşmaktadır. Bununla birlikte, z kuşağının geleneksel sporları dijitalleştirme sürecine yönelik tutumları, bu sporların kültürel miras olarak korunması konusunda da önem taşımaktadır. Her geçen gün daha da ileriye giden teknolojik gelişmeler, şehirleşme ve oyun alanlarının yetersizliği gibi nedenlerle geleneksel oyun etkinliklerinin yerini dijital oyunlar almıştır (Günay, 2011). Geleneksel sporların dijital platformlar aracılığıyla bu kuşağa hitap etmesi, sporların sürdürülebilirliği açısından kritik bir rol oynamaktadır. Z kuşağının dijital dünyada sosyal olarak nasıl etkileşime geçtiği ve sporları nasıl algıladığı, geleneksel sporların geleceği konusunda belirleyici olduğunu ifade etmektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Z kuşağının geleneksel sporlar ile dijital platformlar arasında köprü olma potansiyeli, modern toplumların spor algısı üzerinde önemli bir etki yaratmaktadır. Bu kuşak, teknoloji ile iç içe büyüyen ve dijital dünyada büyük bir varlık gösteren bir nesil olarak, geleneksel sporların dijitalleşmesine katkıda bulunma konusunda eşsiz bir avantaja sahiptir. Elektronik spor, aslında oyun kültürü düşünüldüğünde uzun süredir toplumsal yaşamda var olan bir olgudur (Akkaya, 2023). Z kuşağının dijital becerileri, sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve içerik üretme yetenekleri, geleneksel sporların modern dünyada yeniden canlanması için kritik bir rol oynamaktadır. Bu nesiller iletişim için dijital etkileşimli teknolojileri, kendilerinden önceki nesillere göre daha rahat kullanmaktadır (Sevindik, 2021). Dijitalleşmenin sağladığı fırsatlar, geleneksel sporların genç kuşaklar tarafından benimsenmesini ve tanınmasını kolaylaştırmaktadır. Özellikle sosyal medya platformları, geleneksel sporların tanıtımında ve görünürlüğünde önemli bir araç haline gelmiştir. Z kuşağı, sosyal medya aracılığıyla geleneksel sporların içeriklerini paylaşmakta ve bu sporların kültürel değerlerini yaymaktadır. Araştırmalar, Z kuşağının sosyal medya kullanımının, geleneksel sporlar hakkında bilgi edinme ve bu sporlarla etkileşimde bulunma sürecini hızlandırdığını göstermektedir. Örneğin, Instagram ve TikTok gibi platformlar, gençlerin geleneksel sporlarla ilgili yaratıcı içerikler üretmelerine olanak tanıırken, bu sporların daha geniş kitlelere ulaşmasına katkıda bulunmaktadır. Dijitalleşmenin bir diğer önemli yönü, geleneksel sporların oyunlaştırılması ve dijital platformlarda simülasyonlarının oluşturulmasıdır. Geleneksel sporların dijital oyunlar ve uygulamalar aracılığıyla sunulması, bu sporların gençler tarafından daha fazla ilgi görmesini sağlamaktadır. Bu süreç, Z kuşağının geleneksel sporları deneyimleme ve öğrenme yollarını çeşitlendirirken, aynı zamanda bu sporların modernize edilmesine olanak tanır. Örneğin, güreş veya okçuluk gibi geleneksel sporların simülasyon oyunları, gençlerin bu sporlarla etkileşime geçmesine ve ilgilerini artırmalarına yardımcı olmaktadır. Z kuşağının geleneksel sporlar ile dijital platformlar arasında köprü olma potansiyelinin bir başka önemli boyutu da bu neslin

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

sosyal medya üzerinde içerik üretme ve etkileşimde bulunma becerisidir. Gençler, geleneksel sporlar hakkında bilgi paylaşıp, bu sporları tanıtan içerikler oluşturarak bu sporların dijital dünyada daha görünür hale gelmesini sağlayabilir. Bu durum, geleneksel sporların tanıtımında sosyal medya kampanyalarının önemini artırmaktadır. Araştırmalar, gençlerin sosyal medya üzerinden yaptıkları paylaşımların, geleneksel sporların popülaritesini artırmada etkili olduğunu ortaya koymaktadır. Örneğin, Z kuşağına ait kullanıcıların oluşturduğu içeriklerle geleneksel sporlar, gençlerin ilgisini çekmekte ve bu sporların tanıtımında büyük bir rol oynamaktadır. Ancak, Z kuşağının bu potansiyelini gerçekleştirmesi için bazı zorluklarla da karşı karşıya kaldığı söylenebilir. Geleneksel sporların dijitalleşmesi sürecinde, bu sporların kültürel değerlerinin korunması ve doğru bir şekilde temsil edilmesi kritik bir öneme sahiptir. Z kuşağının, geleneksel sporların tarihsel ve kültürel etkilerini göz önünde bulundurarak, bu değerleri dijital dünyada yaşatmaları gerekmektedir. Bu noktada, sporların geleneksel anlamının kaybolmaması için bilinçlendirme faaliyetleri ve eğitim programları geliştirilmesi önerilmektedir. Ayrıca, geleneksel sporların dijital platformlarda temsilinde dikkatli bir denge sağlanması, bu sporların kültürel mirasının korunmasına katkı sağlayacaktır. Z kuşağının geleneksel sporlar ile dijital platformlar arasında köprü olma potansiyeli, sporların geleceği açısından son derece önemlidir. Bu kuşak, dijital becerileri, sosyal medya kullanımı ve içerik üretme yetenekleri ile geleneksel sporların modern dünyada yeniden canlanmasını sağlayabilir. Geleneksel sporların dijitalleşmesi kültürel mirasın korunması ve sporların sürdürülebilirliği açısından kritik bir fırsat sunmaktadır. E-spor hem geleneksel hemde e-spor seçkin profesyonelleri küresel olarak izleyicilerin keyif aldığı geniş arenalarda rekabet etmek için bir araya getirmektedir (Geoghegan vd., 2018). Z kuşağının dijital platformlarda etkin bir şekilde yer alması, geleneksel sporların daha geniş kitlelere ulaşmasını sağlayacak ve bu sporların gelecekteki nesiller tarafından da benimsenmesine katkıda bulunacaktır.

### KAYNAKÇA

- Akkaya, C. (2023). Dijitalleşen Toplumda Dijital Kültür ve Espor. *Gaziantep University Journal Of Social Sciences*, 22(3), 719-735.
- Berkup, S. B. (2014). Working With Generations X And Y İn Generation Z Period: Management Of Different Generations İn Business Life. *Mediterranean Journal Of Social Sciences*, 5(19), 218-229.
- Eratlı Şirin, Y., Şeker, İ., Can, B., & Uzunca, C. (2023). Z Kuşağı Sporcu-Öğrencilerin E-Spor Katılım Motivasyonlarının Akademik Başarıları Üzerine Etkisi: Tanımlayıcı Araştırma. *Türkiye Klinikleri Journal Of Sports Sciences*, 15(3).
- Gentile, D. A. (2009) Pathological video game use among youth 8 to 18: A national study. *Psychol Sci* 20:594-602.
- Geoghegan, L., Wormald, J.C, 2018. Sport-Related Hand İnjury: A New Perspec-Tive Of E-Sports, *Journal Of Hand Surgery*, 44(2) 219–220.
- Güler, H. (2022). Dijital Oyun E-Spor ve Geleneksel Sporların Karşılaştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 315-326.
- Günay, G. (2011). Şiddet İçerikli Online Bilgisayar Oyunlarının İlköğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Tepkileri Üzerindeki Etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, On sekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale*.
- Kretschmann, R. (2010). Developing competencies by playing digital sports-games. *US-China Education Review*, 7(2), 67-75.
- Sevindik, Ç., Çavuşoğlu S.B, 2021. Sporda Dijitalleşme ve Sonrası, *Ispen Journal Of Social Sciences & Humanities*, 2(5) 72-81

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Tuğrul, F. E., & Doğan, D. E-Sporun Pazarlama İletişim Sürecinde Kullanımı: Y ve Z Kuşakları Satın Alma Davranışları Üzerine Bir İnceleme.



## ‘IT IS A SOCIAL RESPONSIBILITY’: COACHING PRACTICES OF YOUTH GOALBALL COACHES

Ferhat ESATBEYOGLU<sup>1</sup>

<sup>\*1</sup>Yozgat Bozok University, Faculty of Sport Sciences, Department of Physical  
Education and Sport Teaching, Yozgat, Türkiye

ORCID Code: <https://orcid.org/0000-0002-4184-5582>

E-mail: [ferhat.esatbeyoglu@yobu.edu.tr](mailto:ferhat.esatbeyoglu@yobu.edu.tr)

### ABSTRACT

**Purpose:** The purpose of this study was to gain insight into the views and training and education experiences of goalball coaches who train young athletes with vision impairment (VI). **Method:** Using Coaching Model as a theoretical framework, semi-structured interviews were conducted with 4 male and 6 female coaches. Interviews were transcribed verbatim and were subjected to a thematic analysis procedure in which raw meaning units were grouped into relevant themes. **Results:** Coaches’ responses revealed six themes: 1) social responsibility (e.g., act for benefit of VI youth, volunteering, empathy, enjoyment and socialization), 2) knowledge practices related to age and gender training requirements, 3) lack of sport-specific coaching manuals and guides (e.g., experiential learning, consulting with coaching peers and watching past-match videos), 4) importance of significant others’ (parents) support for sport participation, 5) information pertaining to the coaches’ backgrounds and 6) sport-specific knowledge and training experiences. **Conclusion:** The results emphasize the need to consider new formal coach development programs. Coaching youth with VI is challenging especially when there is no disability sport specific coaching literature. Yet, coaches reported their experiences as being tremendously positive.

**Keywords:** Youth with vision impairment; goalball coaching; coach education; coach perspective, coach experience





## SPORUN ÇOCUK GELİŞİMİNE VE SOSYALLEŞMEYE ETKİSİ

Nadejda TIDIKOVA<sup>1</sup>, Özcan ERCAN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>PhD. Gorno-Altayskiy State University, Altay / Rusya,  
E-posta: ntydykova@mail.ru

<sup>2</sup>Yüksek Lisans Öğrencisi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri  
Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye  
E-posta: ozcanecn@gmail.com

### ÖZET

Bu çalışma, sporun çocukların gelişimine ve sosyalleşmesine olan etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Çocukluk döneminde edinilen spor alışkanlıkları, sosyal beceri gelişimi, özgüven kazanımı ve liderlik yetenekleri gibi birçok alanda önemli rol oynamaktadır. Araştırma bulguları, spor aktivitelerinin çocukların empati, iş birliği, iletişim ve problem çözme becerilerini geliştirdiğini göstermektedir. Takım sporlarının, çocukların sosyal etkileşimlerini güçlendirdiği ve onların kendilerine güven duymalarına yardımcı olduğu vurgulanmaktadır. Ayrıca, ailelerin çocuklarını spora yönlendirmedeki tutumları, çocukların motivasyonunu artırmakta ve bu süreçte sosyal destek sağlamaktadır. Sporun, psikolojik sağlık gelişimi üzerindeki olumlu etkileri de araştırmanın önemli bir bulgusudur. Sonuç olarak, sporun çocukların sosyal becerilerinin gelişiminde ve psikolojik sağlığının desteklenmesinde kritik bir rol oynadığı anlaşılmaktadır. Bu çalışma, spor politikalarının geliştirilmesi ve çocukların spor faaliyetlerine katılımının teşvik edilmesi gerektiğini önermektedir. İlerleyen araştırmalar için, sporun sosyal beceri gelişimine olan etkileri daha derinlemesine incelenmeli ve farklı spor türlerinin katkıları araştırılmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Spor, çocuk gelişimi, sosyal beceriler, psikolojik sağlık



## THE IMPACT OF SPORTS ON CHILD DEVELOPMENT AND SOCIALIZATION

Nadejda TIDIKOVA<sup>1</sup>, Özcan ERCAN<sup>2</sup>

<sup>1</sup>PhD. Gorno-Altayskiy State University, Altay / Rusya,

E-posta: ntydykova@mail.ru

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of  
Sports Management, Samsun, Türkiye

E-mail: ozcanecn@gmail.com

### ABSTRACT

This study aims to examine the effects of sports on children's development and socialization. Sports habits acquired during childhood play a significant role in various areas, such as social skill development, gaining self-confidence, and leadership abilities. Research findings indicate that sports activities enhance children's empathy, cooperation, communication, and problem-solving skills. The emphasis is placed on team sports as they strengthen social interactions and help children develop self-confidence. Additionally, parents' attitudes towards directing their children towards sports increase motivation and provide social support in this process. The positive effects of sports on the development of psychological resilience are also a crucial finding of the research. In conclusion, it is understood that sports play a critical role in the development of children's social skills and support their psychological health. This study suggests that sports policies need to be developed and the participation of children in sports activities should be encouraged. Future research should further investigate the effects of sports on social skill development and the contributions of different types of sports.

**Keywords:** Sports, Child Development, Social Skills, Psychological Health

### GİRİŞ

Spor, çocukların bedensel gelişiminin yanı sıra sosyal, duygusal ve psikolojik açılarından da önemli katkılar sağlayan çok boyutlu bir etkinlik olarak öne çıkmaktadır. Çocukların erken yaşlarda edindikleri spor alışkanlıkları, yalnızca fiziksel sağlık açısından değil, aynı zamanda sosyal ve duygusal gelişim açısından da belirleyici bir rol oynamaktadır. Çocuğun farklı gelişim dönemlerinde gerçekleştirdiği spor etkinlikleri onun ileriki yaşlarında sağlıklı bir beden yapısı bulunmasında önemli bir rol oynamaktadır. Bu nedenle çocukluk çağında iyi düzenlenmiş bir fiziksel çalışma programı çocuğun spor ile günlük etkinlikleri arasında bir denge sağlamasına yardımcı olur (Beşir, 2020). Spor etkinliklerine katılan çocuklar, bireysel çabalarının sonuçlarını görmeyi yanı sıra topluluk içerisinde hareket etmenin gerektirdiği dayanışma, yardımlaşma ve güven gibi değerleri de öğrenirler. Böylece spor, çocukların kendilerini ifade etmelerine, sağlıklı sosyal ilişkiler kurmalarına ve sosyal becerilerini geliştirmelerine katkıda bulunur. Sosyalleşme süreci, bir çocuğun çevresiyle etkileşim kurması, toplumda kabul gören değerlerini öğrenmesi sürecidir. Spor, bu sürecin temel bir parçası olarak çocuğun toplumsal çevresine uyum sağlamasına, iş birliği yapabilme becerisi geliştirmesine ve sosyal çevresinde olumlu bir statü edinmesine yardımcı olur (Holt, 2017). Özellikle takım sporları, çocukların birlikte hareket etme, sorumluluk alma ve liderlik gibi sosyal beceriler kazanmasına olanak tanır. Burada önemli olan çocuğun bedenine zarar vermeyecek, yeteneklerine uygun etkinliklerle fizyolojik, biyolojik ve psikolojik ihtiyaçlarını karşılayacak programlar uygulanmasıdır. Çocuğunlukla bu yaş grubunda fiziksel aktivite olarak eğitsel oyunlar tercih edilir (Sunay ve Tuncel, 1999). Sporun çocuklar üzerindeki bu olumlu etkilerinin farkında olan

aileler, çocuklarını erken yaşlardan itibaren spor faaliyetlerine yönlendirmeye çalışmaktadır. Aileler, çocuklarını spora teşvik ederek onların özgüvenlerini, sosyal becerilerini ve disiplin duygusunu güçlendirmeyi hedefler. Ayrıca spor, çocukların sosyal statülerini artırarak akran ilişkilerinde kendilerini daha rahat ifade edebilmelerine olanak tanır. Bu da çocukların sosyal çevrelerinde daha iyi uyum sağlamalarına ve özgüven gelişimlerine katkıda bulunur.

Bu araştırma, sporun çocuk gelişimindeki önemini sosyal beceri kazanımı, özgüven ve liderlik özelliklerinin gelişimi gibi yönlerden incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmada öncelikle sporun çocukların sosyal beceri gelişimine etkileri ele alınacak, ardından takım sporlarının çocuklar üzerindeki özgüven ve liderlik becerileri geliştirme etkisi değerlendirilecektir. Ayrıca, ailelerin çocuklarını spora yönlendirme konusundaki yaklaşımları incelenerek, çocukluk döneminde kazanılan spor alışkanlıklarının çocukların uzun vadeli sosyal ilişkileri üzerindeki etkileri analiz edilecektir.

### **Çocuklarda Sosyal Beceri Gelişiminde Sporun Rolü**

Sosyal beceriler, bireylerin toplum içinde sağlıklı ve etkili bir şekilde iletişim kurabilmesi, ilişkilerini sürdürebilmesi ve sosyal çevresinde kabul görmesi için gereken temel davranışları içerir. Gelişim, organizmada iç ve dış etkenler sonucu birbirine bağlı ve düzenli bir biçimde ortaya çıkan, ilerleyici bir dizi değişiklik olarak tanımlanır (Yücel, 2004). Çocukluk döneminde sosyal becerilerin gelişimi, bireyin ilerleyen yaşlarda uyum sağlayabilmesi ve duygusal olarak dengeli bir hayat sürdürebilmesi için kritik önemdedir. Spor faaliyetleri ise, çocukların sosyal beceri gelişiminde güçlü bir araç olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu aktiviteler, çocukların bireysel ve toplu ortamlarda kendilerini ifade etmelerine, empati kurmalarına ve iş birliği yapmalarına olanak tanır. Bu yönüyle spor, çocuklara sosyal çevrelerinde ve de aile içi ve okul ortamında uyum sağlamalarına yardımcı olacak becerileri kazandırır. Sporun çocuklardaki sosyal beceri gelişimine katkıları arasında empati, iş birliği ve iletişim yeteneklerinin güçlenmesi öne çıkar. Özellikle takım sporları, çocukların birlikte hareket etmeyi öğrenmeleri ve bir gruba ait olma duygusunu kazanmaları açısından önemlidir. Empati, bir başkasının duygularını anlama ve paylaşma yeteneği olarak, çocukların başkalarıyla sağlıklı ilişkiler kurmaları açısından büyük önem taşır. Takım sporlarına katılan çocuklar, kazanma ve kaybetme gibi duyguları birlikte yaşarken, takım arkadaşlarının duygularını anlamayı ve onlara destek olmayı öğrenirler. Bu onların ilerleyen yaşlarda duygusal zekalarını geliştirerek sosyal çevrelerinde daha uyumlu bireyler olmalarını sağlar. Spor faaliyetlerinin sosyal beceri gelişiminde iş birliği ve iletişime katkısı da oldukça önemlidir. Üç yaşından itibaren oyun formunda başlayan spor, çağdaş insan için yaşam boyu süren etkinliktir. Çocuk bu dönemde, oyun formundaki sporla tanışarak, iş birliği yapma, paylaşma, yarışma davranışları kazanır ve böylece sosyal bir varlık olarak şekillenmeye başlar (Erol, 2005). İş birliği, takım halinde hareket etme, ortak bir hedefe ulaşma amacıyla birlikte çalışma becerisini içerir ve çocukların grup içinde daha etkili olmalarına katkıda bulunur. Özellikle futbol, basketbol gibi takım sporları, çocuklara bu becerileri kazandırmak için uygun bir ortam sağlar. Çocuklar, bu tür spor aktivitelerinde bireysel çaba göstermenin ve grubun başarısı için kolektif hareket etmenin önemini öğrenirler. Bunun yanı sıra, spor aktiviteleri sırasında çocukların etkin iletişim kurmaları gerekmekte, böylece diğer bireylerle nasıl sağlıklı ve etkili bir iletişim kuracaklarını deneyimlemeleri sağlanmaktadır. Spor türlerinin sosyal beceri gelişiminde farklı etkileri olduğu da çeşitli araştırmalarla desteklenmektedir. Örneğin, bireysel sporlar çocuklara kendilerini tanıma, kendi performanslarını değerlendirme ve öz güven geliştirme açısından katkı sağlarken, takım sporları sosyal etkileşimi artıran ve çocukların grup içi dinamikleri öğrenmelerini sağlayan ortamlar yaratmaktadır. Yapılan araştırmalarda, basketbol gibi takım sporlarının çocuklarda iş birliği ve empatiyi geliştirdiği; judo gibi bireysel sporların ise çocukların öz disiplin ve problem çözme becerilerini artırdığı bulunmuştur. Böylece, spor türüne göre farklı beceriler geliştiren çocuklar, sosyal yaşamda daha donanımlı bireyler olarak yetişmektedirler.

Erken çocuklukta motor beceriler ile çocukluk ve ergenlikteki fiziksel aktivitelerin artış düzeyi arasında pozitif bir ilişki görülmektedir (Draper ve ark., 2012). Bu araştırmalar, çocukların sosyal beceri gelişiminde sporun olumlu etkilerini destekler niteliktedir. Bu programlar birçok spor dalı içerdiği gibi farklı yollarla beden ve sosyal becerilerini kazandırarak kendine güvenen bireyler yetiştirmek içindir (Ertaş, 2020). Çocukların spora yönlendirilmesi, onların sosyal çevreleriyle sağlıklı ilişkiler kurmalarına ve sosyal ortamlarda kendilerini güvenle ifade edebilmelerine yardımcı olmaktadır. Çocukların erken yaşlarda sporla tanışması, onlara sadece fiziksel değil, aynı zamanda sosyal ve duygusal gelişim açısından da önemli katkılar sunmaktadır. Bu doğrultuda, sporun çocuk gelişiminde sosyal becerilerin kazandırılması yönünde büyük bir potansiyel sunduğu görülmektedir.

### **Ailelerin Çocukların Spora Katılımına Yönelik Tutumları**

Aileler, çocuklarının spora katılımını destekleme veya sınırlama konusunda oldukça belirleyici bir role sahiptirler. Çocukların sporla erken yaşlarda tanışmaları, fiziksel ve sosyal gelişimleri için önemlidir; bu durum, ailelerin çocuklarını spora yönlendirme motivasyonları, sosyo-ekonomik durumları ve sporla ilgili kaygıları önemli bir araştırma alanı oluşturmaktadır. Çocuklar, altı yaşında gelişimsel olarak bütün temel hareketleri olgun aşamada yapmaya hazır olmalı ve bunları motor gelişiminin spor yönüne aktarmaya başlamalıdır. Çocuklar yetersiz öğretim, cesaret verilmemesi ve düzenli deneme fırsatı bulamaması nedeniyle hareketlerinde geri kalmaktadırlar (Şimşek, 1998). Ailelerin çocuklarını spora yönlendirme sürecindeki kararlarını etkileyen faktörler arasında, çocuklarının sağlıklı büyümeleri, sosyal beceri kazanmaları ve disiplinli olmaları yönündeki beklentiler öne çıkmaktadır. Bununla birlikte, sosyo-ekonomik düzey ve ailenin sporla olan deneyimi de çocukların spora katılımını şekillendiren faktörler arasında yer almaktadır. Ailelerin çocuklarını spora yönlendirme motivasyonları, çoğunlukla çocuklarının fiziksel sağlığını desteklemek, özgüvenlerini artırmak ve sosyal beceriler kazanmalarını sağlamak gibi amaçlara dayanmaktadır. Çocuklarda temel hareket becerilerinin büyüme ve gelişme ile kazanıldığı ve çevrenin bunu çok az etkilediği savunulmaktadır. Oysa çocuklara verilen fırsatlar ve hareket eğitimi, becerilerin gelişmesinde önemli bir rol oynamaktadır (Güven, 2005). Sporun fiziksel faydalarının yanı sıra, çocukların sosyalleşmelerini ve disiplin kazanmalarını sağlayan bir alan olması, aileleri bu yönde motive eden önemli etmenlerdendir. Ayrıca, spor aktiviteleri çocukların okul başarılarına olumlu katkılar sunarken sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemelerine de yardımcı olur. Bu nedenle, aileler çocuklarının daha geniş sosyal çevrelere girmesini ve sağlıklı bir yaşam tarzı benimsemesini desteklemek amacıyla spora katılımını teşvik etmektedir. Sosyo-ekonomik faktörler de ailelerin çocuklarını spora yönlendirme kararlarında büyük rol oynamaktadır. Ekonomik olarak daha yüksek gelire sahip aileler, çocuklarının sporla ilgilenmesi için daha fazla imkân ve fırsat sunabilmektedirler. Örneğin, ekonomik olarak güçlü aileler çocuklarını özel spor kulüplerine kaydettirerek onların profesyonel eğitim almasını sağlayabilmektedir. Ancak, ekonomik dezavantajlı aileler için çocukların spor yapması daha sınırlı hale gelebilmekte; bu durum, sosyo-ekonomik farkların çocukların sporla tanışmalarında önemli bir eşitsizlik yarattığını göstermektedir. Ayrıca, ailenin eğitim seviyesi de çocukların spora yönlendirilmesinde etkili bir faktördür; yüksek eğitim düzeyine sahip ailelerin, çocuklarının spora katılımının onların kişisel ve sosyal gelişimine katkı sağlayacağına dair farkındalıkları daha yüksektir. Aile desteği ve katılım, çocukların spor başarılarına ve motivasyonlarına da önemli ölçüde katkı sağlar. Çocuklar, ailelerinden aldıkları destek sayesinde sporda daha yüksek performans gösterebilmekte ve kendilerini daha motive hissedebilmektedirler. Örneğin, spor etkinliklerine katılım sırasında ailelerinin yanlarında olduğunu gören çocuklar, bu güven duygusuyla özgüven kazanmakta ve başarı elde etmek için daha fazla çaba göstermektedirler. Spor etkinliklerinde ailesinin desteğini alan çocuklar, sporun yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda psikolojik bir süreç olduğunu da kavrayarak kendilerini daha iyi ifade edebilme yetenekleri geliştirirler.

Ebeveynlerin sporla ilgili kaygıları ise çocukların spora katılımını doğrudan etkileyen bir diğer faktördür. Çocuklarının sakatlanma riski, sporla okul arasındaki zaman yönetimi ve sosyal çevrenin etkileri gibi endişeler, ailelerin spora karşı çekincelerini artırabilmektedir. Örneğin, takım sporlarında sakatlanma riski ve rekabet ortamı, ebeveynlerin çocuklarının spora katılımını sınırlamalarına neden olabilmektedir. Bu endişeler, çocukların spora karşı motivasyonlarını da etkileyerek onların bu alanda gelişim göstermelerine engel oluşturabilir. Ayrıca, bazı aileler sporun çocuğun akademik başarısına zarar verebileceği düşüncesiyle, çocuğun spora ayırdığı zamanı kısıtlayabilmektedir. Bu tür kaygılar, çocukların sporla ilgili deneyimlerini sınırlayarak onların spor alanında kazanabilecekleri olumlu deneyimlerden mahrum kalmalarına yol açabilmektedir.

### **Çocukluk Döneminde Spor Alışkanlıklarının Sosyal İlişkiler Üzerindeki Etkisi**

Erken yaşta edinilen spor alışkanlıkları, çocukların sosyal becerilerinin gelişiminde ve sosyal ilişkilerinin sağlam bir temel üzerine inşa edilmesinde oldukça etkilidir. Çocukların spora katılımı, arkadaş çevresi edinmede ve sağlıklı bir iletişim becerisi kazanmalarında önemli bir rol oynamaktadır. Sporla tanışan çocuklar, yalnızca fiziksel gelişim elde etmekle kalmaz, aynı zamanda sosyalleşme, empati kurma, grup içinde iletişim kurabilme gibi beceriler kazanırlar. Erken yaşta kazanılan bu alışkanlıklar, yetişkinlik döneminde de devam eden sosyal becerilere dönüşmekte, bireylerin sosyal çevreleriyle daha sağlam bağlar kurmalarına olanak tanımaktadır. Erken yaşta edinilen spor alışkanlıklarının uzun vadeli etkileri çocukların sosyal ilişkileri üzerinde kalıcı ve olumlu izler bırakmaktadır. Çocukluk döneminde spora düzenli olarak katılım sağlamak, çocuklara disiplin, sorumluluk duygusu ve iş birliği gibi beceriler kazandırarak sosyal ilişkilerde daha güvenilir bireyler olmalarını sağlar. Spor alışkanlığının, çocukların sosyal çevrelerinde olumlu izlenimler bırakmalarını ve sosyal olarak kabul edilmelerini kolaylaştırdığı görülmektedir. Çocukların spora katılımı, sosyal statülerinin yükselmesine de katkı sağlar ve onların sosyal çevreleri tarafından desteklenme olasılığını artırır. Dolayısıyla, spor alışkanlığı olan çocuklar, sosyal çevrelerinde güvenilir, destekleyici ve uyumlu bireyler olarak kabul görmektedirler. Sporun çocukların arkadaş çevresi oluşturmadaki rolü de göz ardı edilemez bir öneme sahiptir. Sporla ilgilenen çocuklar, ortak ilgi alanlarına sahip oldukları diğer çocuklarla daha kolay bir şekilde sosyal bağ kurabilmektedir. Aynı takımda yer alan veya benzer spor branşlarına ilgi duyan çocuklar, spor yoluyla geliştirdikleri dostluk ilişkilerini sosyal hayatlarına da taşıyabilmektedirler. Örneğin, takım sporlarına katılan çocuklar, takım arkadaşlarıyla sürekli etkileşim halinde olarak iş birliği, yardımlaşma ve dayanışma gibi sosyal beceriler kazanır. Bu durum, çocukların sosyal çevreleri içerisinde kendilerine güvenli bir yer edinmelerini ve daha geniş bir arkadaş grubu oluşturmalarını sağlar. Spor aktiviteleri sırasında kazanılan sosyal bağlar, çocukların ilerleyen yaşlarda da güçlü arkadaşlıklar kurmalarına ve bu ilişkileri sürdürebilmelerine katkı sağlamaktadır. Spor yoluyla kazanılan sağlıklı iletişim becerileri, çocukların sosyal ilişkilerini olumlu yönde etkileyen bir diğer unsurdur. Spor yapan çocuklar, iletişim kurma becerilerini geliştirme fırsatı bulurlar; bu beceriler gerek grup sporlarında gerekse bireysel sporlarda gözlemlenebilir. Özellikle takım sporlarında çocuklar, ekip arkadaşlarıyla etkili iletişim kurmak ve takım ruhunu desteklemek zorunda olduklarından, iletişim becerilerini sürekli olarak pekiştirme imkânı bulurlar (Larson, 2000). Bu süreç, çocukların sosyal hayatlarında da başarılı bir iletişim stratejisi geliştirmelerine olanak sağlar. İletişim becerileri gelişen çocuklar, sosyal çevrelerinde daha kabul edici, empati kurabilen ve uyumlu bireyler olarak tanınır; bu da onların sosyal ilişkilerini güçlendirir ve sosyal destek ağlarını genişletir. Okul ortamında sporcu çocukların sosyal statüsü ve bu durumun etkileri de dikkat çekicidir. Spor yapan çocuklar, okul ortamında fiziksel yetenekleri ve sosyal becerileri sayesinde diğer öğrenciler tarafından daha fazla kabul görmekte ve yüksek bir sosyal statüye sahip olmaktadır. Fiziksel aktivitelerde aktif olan çocuklar, liderlik yetenekleri ve kendine güvenleri ile ön plana çıkmakta, bu durum onların okul arkadaşları

tarafından daha fazla takdir edilmesine yol açmaktadır. Bu yüksek sosyal statü, çocukların okul hayatlarında daha fazla kabul görmelerine ve sosyal çevrelerinde olumlu bir imaj oluşturmalarına yardımcı olur. Okul ortamında yüksek sosyal statüye sahip olan çocuklar, genellikle sosyal ilişkilerinde daha fazla desteğe sahip oldukları için kendilerini ifade etme ve sosyal becerilerini sergileme konusunda da özgüven kazanmaktadırlar.

### **Spor ve Çocuk Psikolojisi: Sosyal Destek ve Başarı Odaklı Yaklaşımlar**

Spor, çocukların fiziksel gelişimlerinin yanı sıra psikolojik sağlık ve dayanıklılık kazanmalarında da önemli bir role sahiptir (Eime ve ark., 2013). Sosyal destek, çocukların spor aktivitelerine katılımı sırasında motivasyon sağlayan, sporda başarı ve devamlılık için gerekli olan güçlü bir etkidir. Bu kapsamda, özellikle ebeveynlerin ve akranların sağladığı sosyal destek, çocukların kendilerini daha güvenli hissetmelerine, spor aktivitelerinde daha iyi performans göstermelerine ve psikolojik olarak daha dayanıklı hale gelmelerine yardımcı olmaktadır. Özellikle çocuğun gittikçe genişleyen sosyal çevreyle ilişkilerini yönlendirmede, sosyal becerilerini geliştirmede beden eğitimi ve spor etkinliklerinden yararlanılabilir. Beden eğitimi ve spor etkinlikleri, çocukların hareket gereksinimlerini karşılayarak onlara aktif bir yaşam fırsatı sunmaktadır (Özyürek, 2015). Sosyal destek, yalnızca spor faaliyetlerine devamlılık sağlamakla kalmayıp, çocukların sporu olumlu bir şekilde içselleştirmesine ve sporun kendilerine sunduğu sosyal çevrede daha mutlu bireyler olmalarına katkı sağlamaktadır.

### **Psikolojik Sağlık Gelişiminde Sporun Rolü**

Çocukluk döneminde edinilen spor alışkanlıkları, çocukların stresle başa çıkma, duygusal denge kurma ve psikolojik sağlık geliştirme becerilerini olumlu yönde etkileyen bir unsurdur. Spor etkinlikleri başta fiziksel gelişim olmak üzere, çocukların bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimlerini desteklemektedir. Spor aktiviteleri, çocuklara zorluklarla mücadele etmeyi ve engelleri aşarak başarılı olmayı öğretir. Özellikle rekabetçi sporlarda çocuklar, zafer kadar mağlubiyetle de yüzleşir ve bu durum onların psikolojik dayanıklılığını artırır. Çocuklar spor yoluyla, kaybetmenin bir son olmadığını, aksine yeni bir başlangıç ve kendini geliştirme fırsatı sunduğunu öğrenirler. Bu öğrenme süreci, çocukların yalnızca spor hayatında değil, aynı zamanda günlük yaşamlarında da karşılaştıkları zorluklarla başa çıkmalarına olanak tanır. Sporun çocuklarda psikolojik sağlık kazandırmasının yanı sıra, duygusal regülasyon ve stres yönetimi becerilerini de desteklediği bilinmektedir. Çocuklar, spor aktivitelerine katılarak kendilerini ifade etme fırsatına sahip olur, olumlu ve olumsuz duyguları deneyimler ve bu duyguları yönetme becerisi kazanır. Bu süreçte çocukların, spor yaparken yaşadıkları olumlu deneyimler, onların kendilerini daha güçlü hissetmelerine katkı sağlar. Aynı zamanda çocuklar, spor aktiviteleri yoluyla hedef koyma ve bu hedeflere ulaşmak için çaba gösterme gibi davranışları öğrenir, bu da onları psikolojik olarak daha güçlü bireyler haline getirir.

### **SONUÇ VE ÖNERİLER**

Bu çalışmada sporun çocuk gelişimi ve sosyalleşme üzerindeki etkileri detaylı bir şekilde incelenmiş ve spor aktivitelerinin çocukların sosyal beceri gelişimindeki rolü vurgulanmıştır. Araştırma bulguları, sporun çocukların empati, iş birliği, iletişim ve liderlik gibi sosyal becerilerini geliştirmede önemli bir araç olduğunu göstermektedir. Özellikle takım sporlarının, çocukların sosyal ilişkilerini güçlendirdiği, kendilerine olan güvenlerini artırdığı ve liderlik becerilerini geliştirdiği belirlenmiştir. Takım içinde yaşanan etkileşimler, çocuklara sosyal normları anlama, grup dinamiklerini öğrenme ve ortak hedefler doğrultusunda çalışma becerisi kazandırmaktadır. Ayrıca, ailelerin çocuklarının spora katılımına yönelik tutumları, çocukların spor aktivitelerine olan katılımlarını önemli ölçüde etkilemektedir. Aile desteği, çocukların spor yapma motivasyonunu artırmakta ve spor aracılığıyla sosyal çevrelerini genişletmelerine yardımcı olmaktadır. Ebeveynlerin sporla ilgili endişeleri, çocukların psikolojik sağlığı üzerinde etkili olmakta ve bu durum, çocukların spor faaliyetlerine katılımlarını olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Spor politikalarının geliştirilmesi ve uygulanması, çocukların sosyal

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

becerilerinin gelişimi açısından büyük önem taşımaktadır. Okul ve toplum düzeyinde spor aktivitelerinin teşvik edilmesi, çocukların sosyal etkileşimlerini artırmakta ve sağlıklı bireyler olarak yetişmelerine katkı sağlamaktadır. İlerleyen araştırmalar için öneriler arasında, sporun çocukların sosyal gelişimi üzerindeki etkilerini inceleyen daha geniş kapsamlı çalışmaların yapılması ve farklı spor türlerinin sosyal beceri gelişimine olan katkılarının araştırılması bulunmaktadır. Sonuç olarak, sporun çocuk gelişimindeki önemi, çocukların sosyal becerilerinin güçlenmesine, özgüvenlerinin artmasına ve sağlıklı sosyal ilişkiler kurmalarına katkı sağladığı anlaşılmaktadır. Bu durum, sporun sadece fiziksel gelişim değil, aynı zamanda sosyal ve psikolojik gelişim açısından da kritik bir rol oynadığını göstermektedir. Çocukların spor yapmaları teşvik edilmeli ve bu alan üzerindeki araştırmalar desteklenmelidir.

### KAYNAKÇA

- Draper, C. E., Achmat, M., Forbes, J., & Lambert, E. V. (2012). Impact of a community-based programme for motor development on gross motor skills and cognitive function in preschool children from disadvantaged settings. *Early child development and care*, 182(1), 137-152.
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (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. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 10, 1-21.
- Erol, S., Korkmaz, H. N. & Acar, Z.A. (2005). Bursa İlinde Bulunan Anaokullarındaki Öğrenci Velilerinin Beden Eğitimi ve Spora Bakış Açılarının İncelenmesi, Bursa, 4. Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Sempozyumu Kitabı: 272-279.
- Ertaş Beşir, Ş. & Maşat Özdemir, İ. (2020). “Çocuk Spor Yapıları Tasarımı Ve Çocuk Gelişimi İlişkisi”, *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 6(33):1845-1854.
- Güven N M (2005). *Okul Öncesi ve İlköğretimde Beden Eğitimi* (4.baskı), Ankara: Kök Yayıncılık.
- Holt, N. L., Tamminen, K. A., Black, D. E., Sehn, Z. L., & Wall, M. P. (2008). Parental involvement in competitive youth sport settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 9(5), 663–685.
- Larson, R. W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55(1), 170-183. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.170>
- Özyürek, A., Özkan, İ., Begde, Z., & Yavuz, N. F. (2015). Okul öncesi dönemde beden eğitimi ve spor. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 3, 479-488
- Sunay, H. & Tuncel, F. (1999). *Cumhuriyet Döneminde Beden Eğitimi ve Spor*, Ankara Üniversitesi Çocuk Kültürü Araştırma ve Uygulama Merkezi Yayınları, No:2.
- Şimşek, S. (1998). İlköğretim 8. sınıf beden eğitimi dersinin öğrencilerin psikomotor gelişimine katkısı konusunda beden eğitimi öğretmenleri ve öğrencilerin görüşleri (Master's thesis, Pamukkale Üniversitesi).
- Yücel, M. (2004). Gelişim ve Öğrenmenin Spor Kültürünün Oluşmasına Etkisi. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 2(3), 100-108.



## U-19 FUTBOL ALT YAPI SPORCULARINA UYGULANAN PERKÜSİF TEDAVİNİN DİKEY SİÇRAMA VE ESNEKLİK ÜZERİNE AKUT ETKİSİ: PİLOT ÇALIŞMA

Batuhan KAYKUSUZ<sup>1</sup>, Rashid KARIMZADA<sup>2</sup>, Beyza ÖZVAR ŞENÖZ<sup>3</sup>, Büşra KALKAN  
BALAK<sup>4</sup>.

<sup>1</sup>Yüksek İhtisas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon  
Bölümü, Ankara, Türkiye, batuhankaykusuz0@gmail.com

<sup>2</sup>Yüksek İhtisas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon  
Bölümü, Ankara, Türkiye, rashidkarimzada8@gmail.com

<sup>3</sup>Yüksek İhtisas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon  
Bölümü, Ankara, Türkiye, gungorbeyzaozvarzenoz@yiu.edu.tr

<sup>4</sup>Yüksek İhtisas Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon  
Bölümü, Ankara, Türkiye, [busrakalkanbalak@yiu.edu.tr](mailto:busrakalkanbalak@yiu.edu.tr)

**AMAÇ:** Perküsif terapi, kas-iskelet sistemi ağrılarının derin doku osteopatik tedavisi için vücudun lokal bölgelerine uygulanan perküsyon vibratörü diğer bir adıyla masaj tabancasıdır. Ağrının azaltılmasında, gücün artırılmasında ve esnekliğin geliştirilmesinde etkili olduğu söylenece de sağladığı fizyolojik adaptasyonlar ve etkiler üzerine yapılmış çok fazla çalışma bulunmamaktadır. Bu projenin amacı U19 lisanslı altyapı futbolcularında 120 saniye süreyle uygulanan perkusif tedavinin dikey sıçrama ve esneklik üzerine akut etkisini incelemektir.

**YÖNTEM:** Çalışma Eylül-Kasım 2024 tarihleri arasında 20 birey üzerinde gerçekleştirildi. Çalışmaya katılmaya gönüllü, aktif lisansı bulunan, vücut kütle indeksi 25'in altında olan, 15-19 yaş arasındaki sağlıklı erkek bireyler çalışmaya dahil edilirken, akut/kronik yaralanması olan, cerrahi geçiren, bacak boy kısalığı olan ve perküsif terapiyi tolere edemeyen bireyler çalışmadan dışlandı. Çalışmaya katılan bireylere Hypervolt go pro ile her bir hamstring kasına 120 saniye boyunca perküsif terapi uygulandı ve tedavi öncesi ve sonrası otur-uzan testi ile esneklikleri ile My jump lab 2 uygulaması ile dikey sıçrama performansları değerlendirildi. Verilerin istatistiksel analizi, bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkileri değerlendirmek için parametrik ve non-parametrik testler (örn., eşleştirilmiş t-testi, ANOVA) kullanılarak gerçekleştirildi.

**BULGULAR:** yapılan analizler sonucu dikey sıçrama testi parametreleri incelemelerinde terapi öncesi ve sonrası karşılaştırmalarında sıçrama yüksekliği ( $p=0.534$ ), havada kalma süresi ( $P=0.484$ ), ortalama hız ( $p=0.593$ ), kuvvet ( $p=0.728$ ), güç ( $0.791$ ) değerlerinde anlamlı bir fark bulunamazken, esneklik ( $p=0.049$ ) değerlerinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulundu.

**SONUÇ:** Bu çalışmanın sonucunda sporcuların esneklik değerlerinde artış bulunurken, sıçrama performansı üzerinde anlamlı bir fark tespit edilmedi.

**Anahtar Kelimeler:** Esneklik, Masaj Tabancası, Sıçrama, Performans, Sporcu.





## THE ACUTE EFFECT OF PERCUSSIVE THERAPY ON VERTICAL JUMP AND FLEXIBILITY IN U-19 FOOTBALL ACADEMY PLAYERS: A PILOT STUDY

Batuhan KAYKUSUZ<sup>1</sup>, Rashid KARIMZADA<sup>2</sup>, Beyza ÖZVAR ŞENÖZ<sup>3</sup>, Büşra KALKAN BALAK<sup>4</sup>.

<sup>1</sup>Yüksek İhtisas University, Faculty of Health Sciences, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Ankara, Türkiye, batuhankaykusuz0@gmail.com

<sup>2</sup>Yüksek İhtisas University, Faculty of Health Sciences, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Ankara, Türkiye, rashidkarimzada8@gmail.com

<sup>3</sup>Yüksek İhtisas University, Faculty of Health Sciences, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Ankara, Türkiye, gungorbeyzaozvarsenoz@yiu.edu.tr

<sup>4</sup>Yüksek İhtisas University, Faculty of Health Sciences, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Ankara, Türkiye, [busrakalkanbalak@yiu.edu.tr](mailto:busrakalkanbalak@yiu.edu.tr)

**PURPOSE:** Percussive therapy, also known as a massage gun, is a device used to apply localized vibration to the body for deep tissue osteopathic treatment, particularly for musculoskeletal pain relief. While it is claimed to improve flexibility, reduce pain, and enhance strength, there is limited research on the physiological adaptations and effects it provides. This study aimed to investigate the acute effect of 120 seconds of percussive therapy on vertical jump and flexibility in licensed U-19 football academy players.

**METHODS:** The study was conducted between September and November 2024 on 20 participants. Healthy male players aged 15–19 years, with an active license and a body mass index (BMI) below 25, voluntarily participated in the study. Individuals with acute/chronic injuries, prior surgeries, leg length discrepancies, or intolerance to percussive therapy were excluded. Percussive therapy was applied to each participant's hamstring muscles for 120 seconds using the Hypervolt Go Pro device. Flexibility was assessed using the sit-and-reach test, and vertical jump performance was measured with the My Jump Lab 2 application, both before and after the therapy. Statistical analyses were performed to evaluate the relationship between pre- and post-treatment results using appropriate tests, such as paired t-tests and ANOVA.

**RESULTS:** The analysis revealed no significant differences in vertical jump parameters, including jump height ( $p=0.534$ ), hang time ( $p=0.484$ ), mean velocity ( $p=0.593$ ), force ( $p=0.728$ ), and power ( $p=0.791$ ). However, flexibility showed a statistically significant improvement ( $p=0.049$ ).

**CONCLUSION:** This study concluded that percussive therapy increased flexibility in players but had no significant impact on vertical jump performance.

**Keywords:** Athlete, Flexibility, Massage Gun, Jump, Performance.



## İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNİN TÜRK HALKLARININ GELENEKSEL SPOR OYUNLARINA YÖNELİK DEĞER-MOTİVASYON TUTUMUNUN OLUŞMASINDA "ULUSAL PROGRAM"IN ROLÜ

Halime KADIROVA

### ÖZET

Bağımsızlık gününden itibaren Özbekistan Cumhuriyeti eğitim sisteminde reform yapmaya başladı. 2 Temmuz 1992'de "Eğitim Kanunu" kabul edildi. Bu kanunla bağlantılı olarak pek çok pratik çalışma hayata geçirildi. Özbekistan bağımsızlığını kazanmış genç bir ülke olduğundan eğitim reformlarında dünyadaki gelişmiş ülkelerin eğitim sistemlerinin başarılı yönlerini yakından incelemiştir. Bunun sonucunda 29 Ağustos 1997 tarihinde 34 maddeden oluşan "Eğitim Kanunu" revize edilerek Özbekistan'daki eğitim sisteminde değişiklik ve eklemeler yapılmıştır. Bu Kanuna göre 12 yıllık zorunlu eğitim sistemi getirildi. Bu durumda zorunlu 9 yıllık genel ortaöğretim okulları, ardından 3 yıllık zorunlu kolejler ve akademik liseler gelmektedir. 4 Aralık 2016'da yapılan cumhurbaşkanlığı seçimlerinin ardından Özbekistan'ın eğitim sisteminde birçok yenilik getirildi. 23 Eylül 2020'de 75 maddeden oluşan "Eğitim Kanunu" kabul edildi. Özbekistan Cumhuriyeti Bakanlar Kurulu'nun 1999, 2017, 2021 tarihli "Genel orta ve özel ortaöğretimde devlet eğitim standartlarının onaylanması hakkında" Kararı, "2022 - 2026 için yeni Kararname" Özbekistan'ın kalkınma stratejisi hakkında ", " Etno-sporların yaygınlaştırılması ve geliştirilmesine yönelik önlemler" "Yeniliklerin adım adım eğitim sistemine girmesini sağlar. Etnik sporlara ilişkin kararın uygulanmasını sağlamak amacıyla ilköğrencileri arasında "Beş girişim yarışması" düzenleniyor. Öğrencilerin genel eğitim alanında yeterliliklerinin geliştirilmesine ilişkin tedbirlerde öğrencinin fiziksel sağlığının geliştirilmesi, oyun bilgilerinin geliştirilmesi, beden eğitimi konusunda yeterliliğin geliştirilmesine yönelik etkili etkinlikler düzenlenmektedir. Genel ortaöğretimin en temel halkası olan ilköğretim 1-4.sınıflarda genel ortaöğretim ve beden eğitiminin yıllık müfredatlarında yer alan temel ve konu ile ilgili yeterlikler, öğrencilerin beden eğitimi ve spora yönelik motivasyonel bir tutum oluşturmalarına yardımcı olmaktadır. Bu belgede Türk halkının geleneksel spor oyunlarından bahsedilmemektedir ancak çocuk halk oyunları, farklı yaşlardaki öğrencilerin yaşlarına bağlı olarak hareketle ilgili oyunlar ve koşu oyunlarını içermektedir. PF-134 Sayılı Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi uyarınca 11 Mayıs 2022 tarihinde Yeni Özbekistan'ın 2022-2030 yılında kalkınması stratejisine göre okul eğitiminin geliştirilmesine yönelik "Ulusal Program"ın 11 Mayıs 2022 tarihinde Cumhurbaşkanı tarafından uygulanması, bu yıllar arasında bilgisayarlı eğitim sisteminde derslerin düzenlenmesi planlanmaktadır. Bu program orta okullarda öğretilen konuların içeriğini ve sırasını açıklar. İlkokul öğrencilerinin beden eğitimi derslerinde oyunlarda nasıl ustalaştığına dair çalışmalar yaptık. Programda ağırlıklı olarak halk oyunları yer alıyor. Aksiyon oyunları: "Charkhpalak", "Sınıf seviyesi!", "Yasak hareket" "Herkes hızla yerine", "Gündüz ve gece", "Sıraya girin!", "En çok fındık toplayan" "iş", "Top" bayrak yarışı", "Kovalama", "Bağlantılar", "Topu koşma", "Saklambaç", "En uzağa kim atar", "Römorkör", "Tuzak", "Kırk taş", "Numaraya göre arama", "Denge rölesi", "Tren", "Zaghizgan", "Jambul", "Beş taş", "Kızıl bayrak", "Çan", "Sakra badem serçeleri", "Renğini bul", "Orman, Bataklık, Deniz", "Yüzüğü tak", "Boş" "Götür", "Topu daireye bırak", "Trabzon Hurması bahçe", "Ak kavak", "Ortada top", "Güçlü ve çevik", "Engelleri aşar", "En uzağa kim atar", "Topu sepete bırak", "Geçtin mi otur", "Bir daire çizin", "Kavun Direğinde", "Horoz dövüşü", "Çiftler halinde atış", "Sihirli kutular", "Olta", "Kırktaş" ve "Riders" oyunlardır. Öğrenciler "Biniciler" oyununda Türk halklarının geleneksel sporlarını öğrenecekler. 5. sınıfta güreşi öğreniyorlar. Özbekistan'da okçuluk teorik olarak ortaokullarda

bile öğretilmiyor. Yani öğretmen programa göre bu oyunla ilgili bilgiye yer vermediği için öğrenciler 11. sınıfa kadar beden eğitimi derslerinde okçuluk çalışması yapmıyorlar. Bu durum tam anlamıyla Özbekistan'daki eğitim programlarının Türk halklarının geleneksel spor oyunlarına yönelik tatmin edici bir tutuma sahip olmadığını göstermektedir. Genç nesillerimiz çeşitli medya uygulamaları aracılığıyla bu oyunları bağımsız olarak öğrenmeye zorlanıyor.

## THE ROLE OF THE "NATIONAL PROGRAM " IN THE FORMATION OF A VALUABLE AND MOTIVATIONAL ATTITUDE OF PRIMARY SCHOOL STUDENTS TO TRADITIONAL SPORTS GAMES OF TURKISH PEOPLES

### ABSTRACT

From the day the Republic of Uzbekistan achieved its independence, it began to reform the educational system. The Education Act was passed on 2 July 1992. Many Ammal affairs were increased to amaml over this law. Uzbekistan is a young state to achieve independence, closely studied the relevant aspects of the educational system of world-class developed countries in educational reforms. As a result, on August 29, 1997, the law on education, consisting of 34 articles, was revised and amended and added to the educational system in Uzbekistan. Under this law, a compulsory 12-year education system was introduced. In this case, schools of general secondary education were established as compulsory 9 years, followed by compulsory 3 years in college and academic lyceums. After the presidential questions of December 4, 2016, several innovations were introduced in Uzbekistan's education system. On September 23, 2020, the Education Act, consisting of 75 articles, was passed. The decree of the Cabinet of Ministers of the Republic of Uzbekistan "on approval of state educational standards of general secondary and secondary special education" of 1999, 2017, 2021, "decree" on the development strategy of new Uzbekistan for 2022 - 2026, "on measures to popularize and develop Ethnosport types" provide for the gradual introduction of innovations into the educational system. In order to ensure the implementation of a decision on ethnosport alone, muktab students' intermediate five initiative competitions are being organized. In the measures to develop competencies of students of general education in science, the student's physical health in the discipline of physical education, the availability of benefits in terms of games, effective work aimed at developing competence are organized. The competencies of general secondary education on the basis and subject, as well as the most basic link of general secondary education, in the annual educational plans for physical education in grades 1-4 of primary education, are aimed at the formation of a motivational attitude of students to physical education and sports. This document is based on the fact that Turkic peoples do not belong to traditional sports games people's games in children, according to the age of students of different ages, associated with musculature, games associated with running. According to the new Uzbekistan development strategy in 2022-2030, it is envisaged by the president to introduce into practice the "national program" for the development of school education in 2022-2026 according to the Presidential Decree PF-134 on May 11, 2022, to organize classes in the muvfrıq Mumta'lim system in datur between these years. This program describes the content, sequence of topics of subjects taught in secondary schools. In the lessons of physical education, we conducted a study on how elementary students master the games in qan. The program primarily featured folk games. Action games: "Carpenter", "Level Up Class!", "Forbidden action", "all quickly to their place", "Day and night", "line up!", "Who's collecting a lot of nuts", "ball relay", "Chase", "relay teams" - "running the ball out", "beckon", "who throws far", "draw", "trap", "forty stones", "dialing with a number", "relay while balancing", train, Zağızğan, "Jambul", "five stones", "red flag", "Bell", "Sakra bodom", "urges", "with a number", "relay", "Train", "Find your own color", "forest, swamp, sea", "wearing a ring", "empty place", "take away", "Drop the ball into a circle", "Hurmacha Garden", "White Poplar", "the ball in the middle", "the strong and the

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Lightning“,” over the fences“,” who shoots far“,” drop a ball into the basket“,” pass it, “” “draw in a circle”, “the Battle of the Roosters”, “pull in pairs”, “Magic cells”, “the Rainbow”, “The Forty”, “riders” are abi games.

In part about the traditional sports games of Turkic peoples, in the game “riders”, students receive education. Information about the fight ebulan will get acquainted in the 5th grade. Archery is also not provided with theoretical information in secondary schools in Uzbekistan. That is, students do not increase archery in practice to students amaml due to the fact that in physical education classes up to Grade 11, information about this game is not included from the teacher tomonid according to the program. This also literally testifies to the fact that in educational programs in Uzbekistan, Turkic peoples do not treat traditional sports games satisfactorily. It is a great time for our younger generations to learn about these games independently through various media apps.



## ТҮРК ЭЛДЕРИНИН УЛУТТУК КҮРӨШ ТҮРЛӨРҮНҮН ПЕДАГОГИКАЛЫК ТЕХНОЛОГИЯЛАРЫ

Сыймык Арстанбеков\* Айпери Мамбетова\*\* Кубат Азизбаев\*\*\*

\*Б. Турусбеков ат. Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек,  
Кыргызстан. Email: [siymik.arstanbekov@manas.edu.kg](mailto:siymik.arstanbekov@manas.edu.kg)

\*\*Б. Турусбеков ат. Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек,  
Кыргызстан. Email: [sportmastervoot@mail.ru](mailto:sportmastervoot@mail.ru)

\*\*\*Б. Турусбеков ат. Кыргыз мамлекеттик дене тарбия жана спорт академиясы, Бишкек,  
Кыргызстан. Email: [w.freestyle@mail.ru](mailto:w.freestyle@mail.ru)

**Аннотация:** Бул изилдөөдө түрк элдеринин улуттук күрөш түрлөрүнүн окутуу технологиясы камтылды. Билим-берүүнүн бардык талаптарына ылайык тандалма сабак түрлөрүнөн “Улуттук күрөш түрлөрү” аталышта сабак уюштурулду. Жумада бир саат теория, 2 саат практикалык мүнөздү аткарылды. Сабактын жүктөмүн аткарууда окутуу методикасына ылайыктуу педагогикалык модель, шарттары иштелип максаттуу, мазмундук-процесстик, баалоо-натыйжалык компоненттер түзүлдү жана аткарылды. Алынган жыйынтык оң таасирдүү табылды. Изилдөөгө катышкандар 2-курстун студенттери (19-20 жаш).

**Негизги сөздөр:** улуттук күрөш, педагогикалык технологиялар, принциптер.

## PEDAGOGICAL TECHNOLOGIES OF THE NATIONAL TYPES OF STRUGGLE OF THE TURKIC PEOPLES

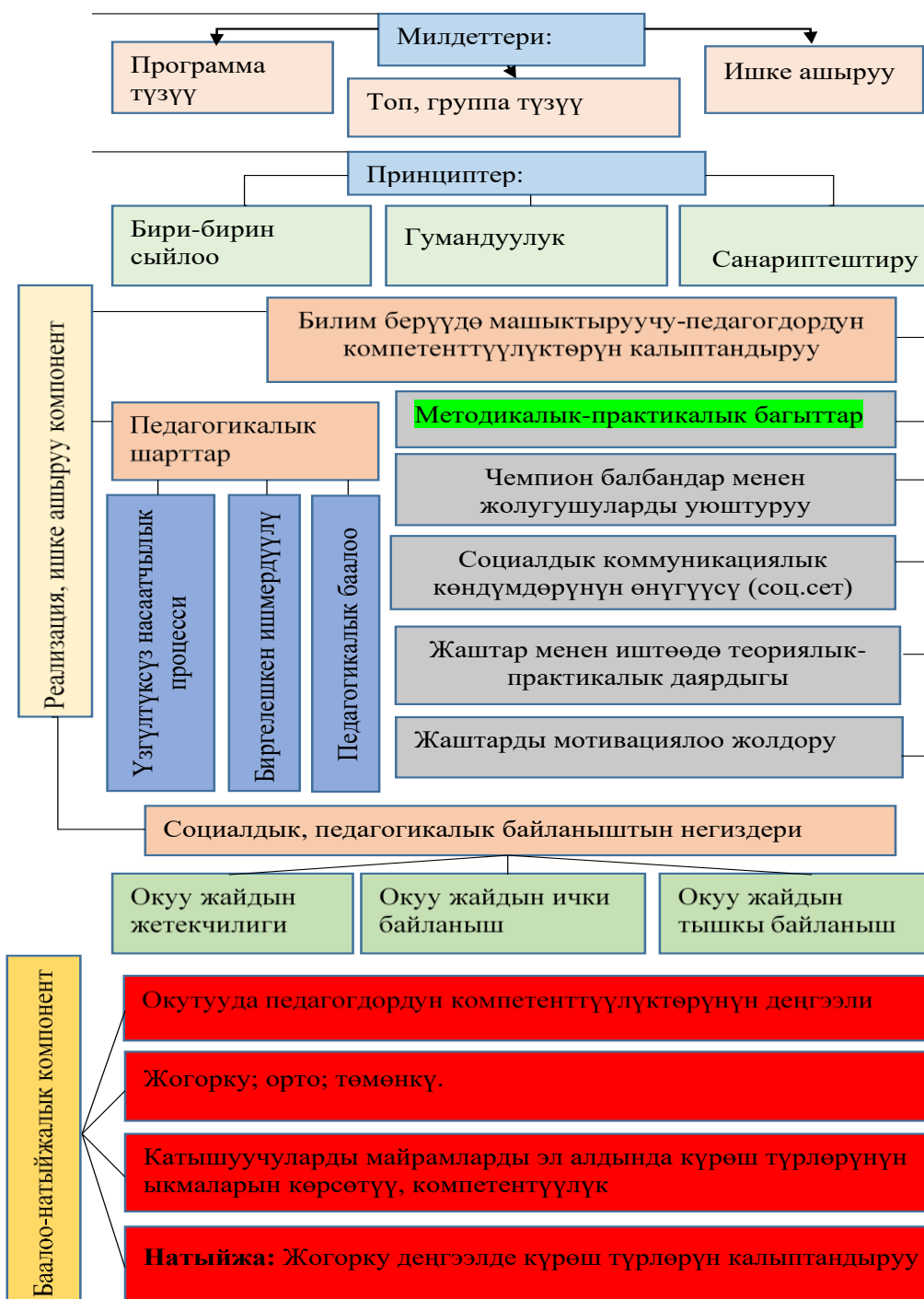
**Abstract:** In this study, the technology of teaching the national types of wrestling of the Turkic peoples was considered. In accordance with all the requirements for education, a lesson called “National types of wrestling” was organized. I studied theory for one hour a week, and practice for 2 hours. When performing the subject load, a pedagogical model has been developed, conditions corresponding to the teaching methodology have been created and targeted, substantive, procedural, evaluative and effective components have been created and implemented. The result was positive. The study involved 2nd year students (19-20 years old).

**Keywords:** national struggle, pedagogical technologies, principles.

### Киришүү

Теориялык моделдештирүү усулу – изилдөөнүн объектисин аныктоо, анын моделин түзүү процесси, «модель» – француз тилинен «modele» латын тилинен «modulus» үлгү, аналог дегенди билдирет [1]. Илимий-методикалык булактарды анализдөө ишинин жүрүшүндө 56 илимий булак анализделди. Илимий булактарды талдоонун негизги максаты изилдөө көйгөйүнүн абалын аныктоо, улуттук күрөш түрлөрү боюнча машыккан балбандардын педагогикалык маанисин аныктоо. Азыркы учурда педагогикалык изилдөөдө моделдештирүү усулу кеңири таралган. Моделдештирүү – моделди жаратуу, системага салуу. Моделди үйрөнүү изилдөөнүн объектиси жөнүндө жаңы билимди, жаңы бирдиктүү маалыматтарды системалаштырууга жардам берет. Моделдин олуттуу белгилери – көрсөтмөлүүлүк, илимий изилдөөнүн элементи, элес, абстрактуулук,

аналогияны логикалык усул катары колдонуу жана божомолдоонун элементи. Моделдин маанилүү өзгөчөлүгү анын чыгармачыл фантазиялык мүнөзү. Модель – көрсөтмөлүүлүк формада чагылдырат [2,3].



1-схема. Дене тарбия адистигиндеги студенттерге уулуттук күрөш түрлөрүн компетенттүүлүктөрүн калыптандыруу модели

Тарбиялоо процессиндеги концепциялар, түрдүү технологиялар, билим-берүүдө көнүгүүлөр системасы моделдештирүүнүн формасы болот. Моделди жаратуу процесси белгилүү убакытты жана иш-аракетти талап кылып, бир нече этаптан турат. Моделдештирүү негизги эки этапта уюштурулат:

Моделди иштеп чыгуу;

Моделди изилдөө жана корутунду алуу.

Биздин изилдөөбүздө моделдештирүү маанилүү педагогикалык тапшырмаларды чечүү масатында колдонулгандыктан изилдөө учурунда окуу процессинде дене тарбия багытындагы студенттердин түрк элдеринин улуттук күрөш түрлөрүн өздөштүрүү ишмердүүлүгүн калыптандыруунун педагогикалык мааниси, негизи түзүлдү.

Моделдештирүү методун колдонууда биз үчүн төмөнкү максаттарга жетүү маанилүү болду: 1) изилдөө объектисинин маанисин, касиеттерин өзгөчөлүктөрүн, айырмачылыктарын изилдөө; 2) процесстин катышуучуларынын өз ара аракеттенүүсүнүн өзгөчөлүктөрү; 3) объект жана предметтин натыйжалуу иштеши үчүн педагогикалык маанисинин сунушталышы; 4) жалпы процессти баалоо. Албетте, педагогикалык модель үчүн субъект негизги ролду ойной тургандыгы аныкталды, биздин контекстте билим-берүү уюмдарынын педагогдорунун компетенттүүлүгүнүн деңгээли. Биздин диссертациялык изилдөөбүздүн алкагында билим берүү уюмдарында машыктыруучу, педагогдоруна улуттук күрөш түрлөрүн натыйжалуу пайдалануу модели сунушталган.

**Максаттык компонент** жалпы жана атайын билим-берүү уюмдарынын педагогдорунун компетенттүүлүктөрүн жогорулатууну көздөйт.

**Мазмундук-процесстик компонент** аныкталган максатты ишке ашыруучу педагогикалык принциптерге, шарттарга, өзүнүн ишмердүүлүгүндө кызматташкан ички (университет) жана тышкы (мамлекеттик) органдардын кызматкерлери менен байланышына таянат.

**Баалоо-натыйжалык компонент** жалпы билим берүү уюмдарынын педагогдорунун компетенттүүлүктөрүнүн деңгээлин аныктоочу чен-өлчөмдөрдү, ишмердүүлүктүн натыйжасы катары калыптанган инклюзивдик компетенттүүлүктүн үч деңгээлин (жогорку; орто; төмөнкү) жана күтүлүүчү натыйжаны камтыйт.

Сунушталган моделге ылайык педагогдун милдети төмөнкү педагогикалык принциптерге негизделиши керек (2-схемада).



2-схема. Педагогикалык принциптер



**Педагогикалык шарттар** – тышкы факторлордун жыйындысынан турган, педагогдун өнүгүүсүнө таасирин тийгизүүгө багытталган иштин жаңыча уюштурулушу. Жалпы билим-берүү уюмдарынын педагогдорунун компетенттүүлүгүн калыптандырууга арналган эксперименттин алкагында өткөрүлгөн алгачкы диагностикалык баалообуздун жыйынтыгында төмөнкү үч шарттын актуалдуу экендиги такталды.

Биринчи шарт – үзгүлтүксүз насаатчылык процесси.

Экинчи шарт – биргелешкен ишмердүүлүк аркылуу-педагогикалык консилиум түзүү.

Үчүнчү шарт – педагогикалык портфолио түзүү.

Гумандуулук принциби (лат. humanus – адамгерчиликтүү) – инсанды ар тараптан өнүктүрүүгө багытталат. Улуттук күрөш түрлөрүн үйрөтүүдө бул принцип ар бир студент баалуу экендигин билүү аркылуу ишке ашырылат.

### **Корутунду**

Бардык катышуучуларга билим-берүү ресурстарынын жеткиликтүүлүгү контекстинде чечилет. Билим берүүнүн негизги шарты болуп педагогдун кесиптик ишмердүүлүгүнүн мазмунундагы өзгөчөлүктөрүн аныктоо эсептелет. Педагогдун кесипкөйлүк ой жүгүртүүсү, анын инсандык сапаттарынын деңгээли билим берүүнү ишке ашырууда маани бере турган көрсөткүчтөр. Педагогикалык шарттардын ишке ашырылышы ийгиликтүү болуу үчүн белгилүү мамилелерге таянуу керек. Алар төмөнкү педагогикалык мамилелер: 1) Аксиологиялык мамиле. 2) Маданий мамиле. 3) Чөйрөлүк мамиле. Аксиологиялык мамиленин алкагында студенттердин уникалдуу инсан катары кароого, анын күрөшүүдөгү жеке дараметин ачууга мүмкүнчүлүктөрүн түзүүгө, группа ичинде өз ара аракеттенүүгө, бирдиктүү коомчулук катары шарт түзүү. Маданий мамиленин бирдиктүү максаттык негизи ар бир студенттин баалуулугун, анын белгилүү бир өзгөчөлүккө ээ болгонун таануу менен бирге жеке укуктарын сактоо, коомдук, маданий, инсанды калыптандыруу ж.б. Чөйрөлүк мамиле студенттерди курчап турган жакынкы адамдардын билим-берүүнү натыйжалуу ишке ашырууда белгилүү таасирлерге көңүл бөлүү, мисалы, өз ара мамилелерге техникалык катачылыктарды жоюу, куратор, машыктыруучулар менен түзүлгөн мамилелерди камтыйт. Педагогдордун билим берүү шартында иштөөгө даярдоо маселесинде педагогикалык шарт катары үзгүлтүксүз насаатчылык процессин белгилесек болот, ал педагогдордун жогорку деңгээлдеги кесипкөйлүгүн жана эмоционалдык даярдыгын камсыз кылат. Насаатчылык процесси төмөнкү багыттарда иш алып баруу менен жогорку деңгээлдеги кесипкөйлүктү өнүктүрөт: 1) атайын педагогика жана психология билимдерин түшүнүү; 2) окутуу технологияларын өздөштүрүү; 3) маалыматтык, социалдык-коммуникациялык компетенттүүлүк, ой жүгүртүү (рефлексия) жана толеранттуулук; 4) студенттердин жеке өзгөчөлүгүн эске алуу жөндөмдүүлүгү.

### **Адабияттар:**

Дене тарбия жана спорттун педагогикасы: Окуу ки-теби / К.Ч. Джанузаков, Н.А. Абдыбекова, Ч.К. Рыспаева – Б.: «MirAs print», 2022. – 272 б.

Типология педагогических моделей Е.А. Лодатко, Черкасы (Украина) 2022.

<https://do-zaochnoe.com/modeli-povedeniya-pedagoga-v-professionalnom-obshhenii/>





## О КЫРГЫЗСКИХ ИГРАХ И РАЗВЛЕЧЕНИЯХ

(по материалам Отдела рукописей и публикаций НАН КР,  
за № 134 (342), материалы собраны санжырачы и манасчы Актаном Тыныбековым)

### **ABOUT KYRGYZ GAMES AND ENTERTAINMENTS**

*(Based on materials from the Manuscripts and Publications Department of the National Academy of Sciences of the Kyrgyz Republic, File No. 134 (342), collected by the genealogist and storyteller Aktan Tynybekov)*

(Илебаев Арстанбек Касенович, к.и.н., доцент ОШГУ)

**Аннотация.** В данной статье на основе материалов Отдела рукописей и публикаций Национальной академии наук Кыргызской Республики, приведены традиционные игры и развлечения кыргызского народа. В настоящее время изучены материалы, хранящиеся под номерами: 320 – 342 – 359 – 394 – 506 – 527 – 528. Большинство из них опубликованы в периодической печати, специальной литературе, использованы в курсовых, дипломных, магистерских и др. научных работах. Данная работа построена на информации данной манасчы и санжырачы Актаном Тыныбековым, хранящиеся в Отделе рукописей под двойным шифром 134 (342). Приводимые автором материалы систематизированы в подгруппы: а) конные игры и состязания; б) бытовые игры и развлечения; в) игры с применением альчи́ков. В статье из-за ограниченности места подаваемой статьи, пропустив материалы второго пункта, о бытовых играх, приведены конные игры и состязания, а также игры с применением альчи́ков. Дополняя и комментируя автора рукописи, в статье приводятся аналоги кыргызских игр у других народов. Широко и подробно описаны правила проведения игр и состязаний. Участники и сопровождающие игру и состязания: глашатаи, судьи, тренеры, болельщики. Используемые инструментари́и, и другие детали необходимые в игре и состязании. Возможные исторические корни возникновения игры. Многие архивные данные дополнили список традиционных игр и развлечений, и введены в научный оборот.

**Abstract.** This article, based on materials from the Manuscripts and Publications Department of the National Academy of Sciences of the Kyrgyz Republic, presents the traditional games and entertainments of the Kyrgyz people. The materials examined are stored under the following numbers: 320, 342, 359, 394, 506, 527, and 528. Most of these have been published in periodicals and specialized literature and have been used in coursework, theses, master's papers, and other scholarly works. The study is built on information collected by the “manaschi” (epic storyteller) and genealogist Aktan Tynybekov, housed under the double code 134 (342) in the Manuscripts Department. The materials provided by the author have been systematically categorized into the following subgroups: a) equestrian games and competitions; b) domestic games and entertainments; c) games involving the use of ankle bones (alchiks). Due to space limitations, the article omits materials related to domestic games and focuses on equestrian games, competitions, and games with \*alchiks\*. The article supplements and comments on the manuscript author's work by highlighting analogs of Kyrgyz games among other peoples. The rules for conducting games and competitions are described in detail, including the roles of participants and organizers, such as announcers, judges, trainers, and spectators. Tools and other essential details required for the games and competitions are also described. Possible historical roots of the games' origins are explored. Many archival records

have expanded the list of traditional games and entertainments and have been introduced into academic circulation.

Рассматривая традиционную игровую культуру кыргызского народа, важным моментом стало изучение источников и материалов по играм и развлечениям. Были прослежены: художественная литература, документальные и художественные телевизионные материалы. Малые и большие эпосы народа, в том числе богатырский эпос “Манас”, в различных вариантах сказителей. Специальная литература по данной теме, научно-исследовательские работы. Материалы ЦГА КР., материалы Отдела рукописей и публикаций Национальной академии наук КР. В начале наших исследований данный отдел носил название “Рукописный Фонд Отделения общественных наук” (РФООН). Материалы данного отдела изучаются, к настоящему времени изучены найденные материалы под номерами: 320 – 342 – 359 – 394 – 506 – 527 – 528.

В данной статье предлагаются материалы из дела № 342, которое имеет двойной шифр №134 (342), собранные манасчы (сказитель эпоса «Манас») и санжырачы (знаток генеалогии родоплеменного состава) Актаном Тыныбековым. Дата в рукописи стоит 1946 г., возможно это дата сдачи материалов в фонд академии наук республики. Надо отметить, что материалы, собранные этим старейшим знатоком жизни и быта кыргызского народа, являются хорошим источником при изучении непроизводственной деятельности народа. Следует подчеркнуть, материалы, в большинстве своём носят субъективно-описательный характер. Упомянув 50 видов игр и развлечений, он описал правила 44 видов. Выделив «*өргүтүп тамаша салу*» как игру, возможно сделал описку, данное выражение можно перевести дословно, как: “отдыхающее развлечение устроил”, которое не подпадает ни в категорию игры, ни в категорию развлечения. (Юдахин К.К., 1995:99,200). В рукописи описаны:

- 11 видов конно-спортивных игры и состязаний;
- 29 видов бытовых игр и развлечений;
- 6 видов игр и развлечений с применением альчигов.

В статье из-за ограниченности размеров материала, рассмотрены игры и состязания с участием коня, а также игры с применением альчигов. В отличие от автора рукописи, приводимые игры и развлечения даны в алфавитном порядке, с уточнениями и комментариями.

*Айгыр чабыш* – этот вид состязаний бытовал у народа ещё в древние времена. Дистанция была небольшой. Для потехи и зрелищности на горячих жеребцов сажали молодух, которые должны были справиться с норовом жеребца, и преодолеть расстояние от старта до финиша. (Тыныбеков А., 1946:33). Помимо поединков мужчин, устраивались поединки женщин на пиках *аялдар сайышы*, которые имели более развлекательный характер но, несмотря на это, женский *эр сайыш* собирал много зрителей, отличался упорством и зрелищностью. Для победителей женского турнира призом являлась одна лошадь. По историческим сведениям *эр сайыш* в последний раз был проведён в 1912 году на поминках Шабдан баатыра. (Тыныбеков А., 1946:13).

Одним из видов конных состязаний был *байтал чабыш*, это скачки на ещё не жеребившихся кобылицах. Возможно, по причинам селекции, скачки на кобылах не приветствовались. До настоящего времени в кыргызском фольклоре существует притча, где говорится: «*Байтал чыкса, байге жок*», что в переводе означает, «если кобыла первой пересечёт финишную черту, то ей не видать приза». Но в ранний период жизни у кыргызов скачки на кобылах пользовались успехом. Бытовали скачки по возрастным категориям лошадей. (Тыныбеков А., 1946:39). Военно-прикладной характер имело состязание *жамбы атмай*. У древних кыргызов существовало высокая военная

организация. Преимущественно состоящая из лучников на лошадях. *Жамбы* – кожаный мешочек, куда вкладывался приз соревнований. *Жамбы, юань бай* – слово китайского происхождения, означающее слиток драгоценного металла. (Тыныбеков А., 1946:143).

Состязание *жылаңач чабыш*, или другое его название *ээр чабыш* – проводился только на крупных поминках – *аш*, или больших *тоях*. После представления *жарчы*, на арену в сопровождении *даекчи* и под возгласы зрителей выезжали двое мужчин, они представляли своё племя, род, аил, а потом уже себя как личность, как спортсмена и батыра. Одеты в кожаные штаны *кандагай*, сапоги из толстой кожи, головы перевязанны платками красного или белого цвета. Это был очень жестокий и мужественный вид единоборства. У каждого в руках было по *камчы*, туго сплетенной из сыромятных кожаных ремней, другую держали, заткнув за луку седла, или в зубах. Эти нагайки специально готовились для *эр чабыш*. Бывали и хитрости, когда вовнутрь плетённой *камчы* вставлялся гибкий, металлический штырь или конец *камчы* заправлялся свинцом. Кроме того, ещё две или три нагайки наготове держали *даекчи* (секунданты), готовые в любое время подать их. В снаряжение лошади входили *кош басмайыл* (двойная подпруга) и *бөктөргө* (притороченная поклажа). Сбруя была лёгкой и прочной. Кони подбирались под стать наездника – *чыган ат* они были тяжёлые, но при этом подвижные и выносливые. Первые же удары *камчой* как ножом полосовали голое тело, и нужно было обладать необыкновенной выносливостью чтобы, истекая кровью и не обращая внимания на боль, продолжать поединок. Наиболее опытные борцы старались наносить удары в чувствительные места: в руку выше локтя; чтобы парализовать действия соперника – в запястье, старались рукояткой плети попасть в шейное сухожилие, в коленную чашечку или в щиколотку. Победителем считался тот, кто смог обратить в бегство своего соперника или свалить его вместе с конём. Тот, кто покидал поле боя, соскакивал с коня или падал вместе с ним, считался проигравшим. Победитель награждался ценными подарками, пользовался заслуженным уважением, его имя передавалось из уст в уста. В настоящее время этот вид состязаний не проводится. (Тыныбеков А., 1946:16).

*Көк бөрүү, улак тартыш*, это вид конно-спортивной игры с тушей козла, до настоящего времени популярно среди народа. Проводится по различным праздникам и фестивалям. (Тыныбеков А., 1946:33). Скачки на лошадях до трёх лет на дистанцию 5–7 км, называются *кунан чабыш*. Эти скачки выявляли будущих скакунов. У кыргызов существовала поговорка, отмечающая достоинства кунана: «*Атка бербес кунан*». На скачках *кунанов* первый приз был небольшим – один жеребёнок 2 лет. (Тыныбеков А., 1946:126).

Конно-спортивная игра *кыз куумай* проводилась на больших торжествах и отличалась особым азартом. В ранний период в кыз куумай принимали участие *келин кесек* – молодухи, *кыз кыркын* – девушки из рода невесты, *жигит жалан* – молодые парни из рода жениха. Непосредственное участие принимали жених и *күйө жолдош* – дружка, невеста и жене (сноха) со стороны невесты. Молодые женщины и девушки пешими собирались группой приблизительно в 50 м от старта, через некоторое время к ним выезжала *кыз* – невеста на богато убранном коне, сбруя из серебряных бляшек, в ярком национальном костюме, сопровождаемая *жеңе-снохой*. Чуть поодаль от них у линии старта собирались празднично одетые молодые мужчины. Выждав определённое время, к ним выезжал в сопровождении дружки богато одетый жених. *Калыс киши* – судья, уже подготовив место скачек, встречал их, объяснял правила состязаний, после чего давал старт. Первыми на финиш выходили невеста в сопровождении снохи, которая должна была помешать жениху догнать невесту, и жених в сопровождении дружки, который должен был, наоборот, помочь жениху догнать невесту. Для невесты подбирался лучший

конь и она, с опережением во времени и в расстоянии, начинала скачку первой. Роль *жеңе* (снохи) сводилась к тому, чтобы оберечь невесту, но по определённым правилам: не пересекая дорогу скачущей лошади, не нанося ударов ни молодому человеку, ни его лошади. После чего на дистанцию выходил жених, его задачей было догнать девушку. Если жених догонял невесту, он брал узду её коня в руки, спешивался, что говорило о том, что он выполнил обряд и имеет право жениться на ней. Дистанция составляла примерно 2–4 км. Если не догонял, то для них давался новый старт, но уже невеста должна была догнать жениха, здесь они стартовали вместе. Если невеста догоняла жениха, то осыпала его градом ударов *камчой*. Особым позором считалось, когда она сбивала головной убор жениха. После этого на старт выходили все желающие, без ограничения возраста. Каждый победитель получал приз. Особо смелые парни, догоняя невесту, не только целовали её, но и умудрялись потрогать за грудь. Некоторые пары, договорившись, скакали прочь от посторонних глаз, и часто возвращались поутру следующего дня. Жених или мужчины из его свиты могли брать коня только из своего рода, а сторона невесты могла обратиться к родичам жениха, и они не смели им отказывать. (Тыныбеков А., 1946:52).

*Оодарыш*, это состязание причисляется к традиционным видам народных развлечений, имеет глубокие исторические корни, в древности носило военно-прикладной характер. Состязания по *оодарыш* проходили на *аш* (поминки) и *той* (празднества), между забегами лошадей. *Оодарыш* требовал от участников большой силы и ловкости, а также умелого управления конём. Цель состязания – стащить или свалить своего противника с лошади, чтобы он какой-то частью тела коснулся земли, при этом особым успехом у публики пользовался приём, когда участник состязания вытаскивал соперника из седла и сажал его поперёк на холку своего коня, либо пытался свалить его вместе с конём. В начале схватки на арену выезжал *жарчы с комузом* в руках и в импровизированной форме представлял участников соревнования, из какого рода, племени, представлял знаменитых и известных людей этого рода, перечислял победы борца, его достоинства, на каких знаменитых скачках участвовал, с кем встречался, сколько имеет побед. Также в импровизированной форме напоминал правила соревнований. После представления под звуки военного марша выезжали сами участники, одетые в кожаные штаны *кандагай* или *жаргак шым*, на ногах сапоги *өтүк*, также из кожи, верхняя часть тела оставалась голой. На голове завязывался платок узлом на затылке, в зубах *камчы*. Штанины *кандагай* опускались поверх голенищ сапог и плотно завязывались в нижней части кожаным ремешком *канжыга* (тороки). В зимнее время на тело поверх нательного белья одевался короткий *чепкен*, сшитый из плотной материи, сотканной из верблюжьей шерсти, который имел узкие короткие рукава чуть ниже локтя и ворот, зашитый вовнутрь. Иногда штаны и *чепкен* шили из кожи горного козла. Полы *чепкена* закручивались вокруг повода, сделанного из толстого волосяного аркана – *чылбыр* и заправлялись в штаны, которые закреплялись на поясе с помощью кожаного ремня – *бугу ычкыр* – гашник, сделанный из кожи оленя. На голову одевался *топу* – во время *тоев* (праздников), и завязывался платок – во время *аш* (поминок). Иногда полы *чепкена* в штаны не заправлялись, тогда они были выше колен, его подпоясывали *кур* (ремень) сделанной из кожи или шерсти, за которую удобно было братья во время поединка.

Особо подбирались конь борца. Для этого использовались тяжеловесные лошади *чыган ат*, чувствовавшие седока и накал борьбы. Использовалось обычное *кокон ээр* или широкое седло *кушбаш ээр*, обеспечивающее прочную посадку и не сковывающее движения, оно было обтянуто выделанной верблюжьей кожей, седельный коврик не применялся. Седло закреплялось двойной подпругой *кош басмайыл*, которые располагались одна над другой и крепились в средней части ленчика седла, сзади к луке

седла приторачивалась *бөктөргө* – поклажа, за которую во время борьбы участник цеплялся ногами; ее делали из свёрнутого в рулон конского потника и седельного коврика, иногда применялся рулон выделанной коровьей кожи.

Сбруя использовалась облегчённого типа, в полном комплекте. Чёлка коня заплеталась, хвост в средней части завязывался узлом. Иногда под седло клали *шалча* (тонкая попона), без войлочной подкладки. Правила не отличались особой строгостью, но существовали определённые разрешённые и запрещённые приёмы. Разрешалось хвататься за штаны, браться за голову, шею, упираться в корпус коня или ленчик его седла. Особо умелые, не отпуская поводья своего коня, что считалось нарушением, пересаживались на коня соперника и уже оттуда пытались его свалить. Также можно было захватывать руки соперника двумя руками, с выкручиванием суставов, захватывать ноги, рёбра. Одним из эффективных приёмов был такой, когда борец, захватив руку соперника, прижимал её к луке седла и, пришпорив коня силой его движения, выдёргивал соперника из седла. Некоторые борцы выбивали стремяна из-под ног соперника. Запрещалось бить коня соперника, наносить удары. Нельзя было хвататься за волосы, уши, за сбрую, седло и шею коня как своего, так и соперника, дёргать нагайку, зажатую в зубах, менять коня, смазывать тело жиром. В борьбе больше использовалась сила рук и ног. За пассивное поведение засчитывалось поражение.

Особым позором считалось, когда соперник покидал поле схватки, его называли «*чок байтал*» (кобыла со стриженной холкой). Борьба на лошадях была одним из массовых видов спорта кыргызов, что, отчасти, было обусловлено его простотой и доступностью. Посмотреть *оодарыш* собиралось очень много народа. Образуя круг диаметром до 70 м, они располагались в 4 яруса: первые сидели на земле, вторые стояли, третьи сидели на своих лошадях и четвёртые вставали на спину своих лошадей. Схватки длились иногда до 2 часов. Тот, кто выигрывал, выкрикивая *Уран* – боевой клич своего рода объезжал зрителей, получал свой приз у *даекчи* и в сопровождении своего секунданта покидал арену схваток.

С 1952 года *оодарыш* включён в Программу национальных видов единоборств. Проводится на ровной местности или ипподроме. Диаметр круга составляет 30 м. Соревнования проводятся в 3 весовых категориях. Первая весовая категория до 70 кг. Вторая – до 90 кг и третья – свыше 90 кг. Схватка длится 8 минут. Разрешается хватать за руки, ноги с целью вытащить из стремени. Участниками соревнований могут быть мужчины старше 19 лет, в особых случаях по разрешению врача допускаются участники 18 лет. За чистую победу даются 3 очка, за проигрыш 1 очко. Разыгрываются личные, лично-командные и командные соревнования. (Тыныбеков А., 1946:10).

*Өпкө чабыш (таз чабыш)* – в древние времена это было ритуальное действие, когда вернувшему из боевого похода или дальней кочёвки мужчине женщины айла прикладывали к голове лёгкие зарезанного по этому случаю животного. Позже это превратилось в забаву. Эти состязания проводились во время больших тоев или поминок. Целью *өпкө чабыш* было сбить страсти, которые накалялись в состязаниях: *эр сайыш*, *аламан байге*, *күрөш* и др. Два всадника, в большинстве случаев плешивые, оседлав своих лошадей, подпоясав себя широким ремнём, взяв в руки лёгкие животных, в сопровождение секундантов-глашатаев выходили на состязание. Нужно было ударами лёгких по голове заставить сдаться своего соперника. Если соперник покидал арену схваток или спешивался, он считался проигравшим. (Тыныбеков А., 1946:18).

*Тыйын эңмей* – эта игра является разновидностью джигитовки. По условиям состязаний всадник на скаку, не ниже галопа, должен поднять лежащую в небольшом (2–3 см) углублении монету. В радиусе 1 м от лунки, где лежала монета, вычищалась ровная



площадка, и рядом садился один из судей. Лошадь имела двойную подпругу для прочности седла, на голову завязывался платок. В случае перехода на медленный аллюр или остановки лошади в момент доставания монеты, заезд не засчитывался. Фиксировалось время от старта и до финиша, а также расстояние, которое составляло 15 м. Если всадник упадёт с лошади, разрешалось снова сесть в седло и доскакать до финиша. Каждому участнику можно было сделать 3 заезда. Победитель определялся по количеству поднятых монет. В случае равенства монет, победа присуждалась участнику, затратившему наименьшее время. Существовала другая разновидность этой игры. На той же дистанции 100 м, на определённом расстоянии раскладываются монеты. Победителем считался тот, кто больше поднял монет, затратив меньше времени. В настоящее время тыйын эмей является национальным видом спорта. По Единой республиканской спортивной классификации 1971 года соревнования проходят на ровной местности или ипподроме. Длина дистанции равняется 150 м. (Тыныбеков А., 1946:15).

*Эр сайыш* поединок всадников на пиках, является одним из древнейших развлечений кыргызского народа. Исторические корни *эр сайыш* связывают с религиозными верованиями. Эти состязания проводились лишь на очень крупных торжествах или на поминках очень знатных и богатых людей и входили в число игр, которые составляли гвоздь программы. Поединок проходил на ровной местности размерами 100–1000 м, вокруг собирались зрители. Цель данных состязаний – выбить седока из седла. В древние времена это был обряд проливания крови на поминках. Участники поединка на пиках обладали огромным мужеством и отвагой.

В первоначальном варианте в поединках применялись железные наконечники копий, в XVII-XIX вв. вместо железных наконечников стали применять деревянные, в конце XIX в. применялись ломающиеся деревянные копыя, но, несмотря на это, в большинстве случаев поединки заканчивались смертельным исходом, не помогали всевозможные защитные доспехи – *зоот*. Из-за этого поединки на пиках были запрещены. Длина копья составляла 3,5 сажени (1 саржан – 2 м 13 см.), т.е. около 7 м, толщина была не менее оглобли, примерно 10-12 см. Особое внимание уделялось одежде и доспехам участников. Поверх нательного белья надевались две пары штанов *кандагай* или *жаргак шым*, сшитые из кожи горного козла архара, их туго завязывали на поясе кожаными, сыромятными ремнями. Надевалась жилетка – стёганная на вате куртка с рукавами, поверх этого одевался *зоот* – кожаные латы, сшитые из толстой коровьей кожи – *кызыл булгары*, которые закрывали грудь и спину. *Зоот* шнуровками завязывался на спине. Поверх *зоота* одевался *кементай* – войлочный стёганый халат с короткими рукавами на вате, к которому примешивался озёрный или речной песок. *Кементай* имел короткие полы, чуть выше колена, и стоячий воротник, достигавший нижних конечностей ушей, спереди он сшивался из трёх слоёв войлока. Поверх *кементая* одевался халат из ситца с разнообразными цветами, чтобы различать всадников.

На голову одевали *тебетей*, который имел тесёмки, завязывающиеся под подбородком. Во время поминок повязывали платок, завязав спереди на лбу. На ногах кожаные сапоги, поверх которых опускались штанины. Руки оставались открытыми. В некоторых случаях особо отчаянные *сайышисты* выходили на поединок по пояс оголённые. Очень тщательно подбирались лошадь для всадника. Каждый участник состязания выходил на своих испытанных лошадях, которые были тяжеловесными, быстроходными и выносливыми – *балбан ат* или *жоон ат*. Тщательно подгонялось снаряжение лошади. На спину клали большой потник из толстой выделанной кожи с тонким подпотником – *ичмеком*. На потник клали попону из тонкой материи – *шалча* или *ат жабуу*, затем одевали седло – *кушбаш ээр* или *калмак ээр*, которое закреплялось с помощью трёх подпруг – *басмайыл*. Две подпруги проходили под брюхом, ближе к передним ногам, третья – *өлөң* (задняя

подпруга) или *чан өлөң* – ближе к задним ногам, которую прикрепляли к задней части ленчика седла. Уздечка – *жүгөн*, подхвостник – *куюшкан* и нагрудник – *көмөлдүрүк* были повышенной прочности. Обязательным атрибутом снаряжения была притороченная поклажа – *бөктөргө*, чтобы всадник в случае необходимости мог опереться на нее, в критические моменты это делало посадку более прочной. Чёлку коня перевязывали шёлковыми нитями. Получался торчащий султанчик. Хвост в средней части завязывался толстым, плотным узлом. Лошадь подводили к участнику турнира и он без посторонней помощи садился сам в седло. Ему подавали три нагайки: одну он брал в руки, вторую вешал на переднюю луку седла, а третью зажимал в зубах за кожаную петельку-дрёму. В последнюю очередь подавали копьё.

Перед началом схватки на арену верхом на коне выезжал *жарчы* (глашатай). Аккомпанируя себе на *комузе* или *кыяке* (национальном музыкальном инструменте), он обращался к зрителям. После этого с противоположных сторон выезжали уже подготовленные *сайышисты* в сопровождении секундантов, лошадей под узды выводили почётные асакалы. Потом в такой же форме *жарчы* обращался к участникам поединка, напоминая правила состязания. По правилам состязаний запрещалось наносить удары в голову, в пах и живот. Можно было бить в грудь, в спину, руки, ноги и шею. Соперник считался побеждённым, если касался какой-нибудь частью тела земли. Первый же удар приводил к тяжёлым последствиям, кто-то оказывался вышибленным из седла. Чтобы избежать этого (что считалось большим позором), многие привязывали себя сыромятными ремнями за пояс и дрёму штанов к седлу. Проигравшего окружали его болельщики, а победитель, воздев руки к небесам, благодаря всевышние силы за подарок судьбы, галопом объезжал зрителей. Атмосфера соревнований доходила до апогея, шум радостной толпы победителя сливался с криками ярости и мщения проигравших. *Жарчы* выкрикивал имя победителя, из какого он аила, рода, имени знаменитых людей этого рода. Исполнялся гимн победителю: «*Баракелде баатырым!*». Судья – секундант, заправляющий призом, тут же его оглашал. Приз составлял несколько десятков лошадей, сотни голов крупного рогатого скота, дорогих подарков.

Поединки иногда затягивались, происходило до 20–30 *беттешүү*. После каждого из них соперники начинали с исходной позиции. Желание победить доходило до того, что, сломав копьё, сломав *камчы*, они уже на земле продолжали в ярости вести схватку. Иногда устраивались поединки, которые носили массовый характер, правила оставались как в единоборстве. На арену схваток выезжали до 10–20 *сайышистов*, которые команда на команду, чаще род на род вели борьбу не на жизнь, а на смерть. Поединки на пиках регулировались народным правом – *адат*. В случае применения запрещённых приёмов, налагались штрафы: за удар в лицо – 60 *кара мал* – крупного скота – верблюды, лошадь, корова; повреждение руки – 3 *кара мал*; за убийство запрещённым приёмом налагался *кун* (вира) – плата за кровь, от 100 лошадей и больше. На *эр сайыш* выходили храбрые и смелые люди. Их имена остались в истории народа. (Тыныбеков А., 1946:10).

*Кан таламай* (разграбление хана) – возможно, его истоки восходят к древним военным обычаям кочевников, которые подвергали разграблению побеждённого врага, и отбирали имущество умершего или одряхлевшего хана, если не было достойного преемника, который мог противостоять грабителям. Само название говорит об этом – разграбление хана. В игре также отражены элементы охоты на диких зверей. Альчики называются *ок* – пуля, *кийик* – архар. Используют большое количество альчиков. Определяют «хана», им может быть альчик с яркой расцветкой или большого размера. Первый игрок рассыпает все альчики на землю. Если при этом «хан» стал на таву, все игроки начинают грабить «хана» – захватывают как можно больше альчиков. Игра начинается вновь. Если «хан» встал на айкуру или упал на *бок*, *чик* или *оңко* (торцом, на «попа»), то игроки, по очереди,

бьют щелчком одноимённым альчиком по одноимённому. При этом хана можно бить только тогда, когда выиграны три альчика, если нет возможности произвести удар по «хану» – он оказался окружён другими альчиками – разрешается выбить ещё два альчика, чтобы открыть путь к «хану». Все выигранные альчики (3 или 5) собирают в той руке, которой наносится удар. Переключать в другую руку можно только после взятия «хана», выигранные альчики из бьющей руки передаются по 3 штуки. Альчик, которым бьют, называется *ок*, в который бьют *кийик*. Выигрывает тот, кто набрал больше всех альчиков. При равенстве, преимущество у того, кто выбил «хана». В начале новой игры побеждённый выставляет все выигранные альчики, победитель выставляет столько же, сколько побеждённый, остальные оставляет себе. С «ханом» ставится один лишний альчик – друг «хана». По характеру и правилу игры она напоминает игру в *ордо*. Известно, что *ордо* входила в серию *чоң оюн* (большие игры) и занимала особое положение в развлечениях кыргызов. К этому разряду относилась и игра *кан таламай*, которая была популярна среди высшего сословия. (Тыныбеков А., 1946:15).

*Каным дат* (хан и вазирь) – своеобразная импровизированная игра с применением альчиков. Усевшись в круг на лужайке, игроки по очереди метают свои альчики. Тот, у кого первым выпадает айкур, становится «ханом», у кого тава – «визирем». Остальные игроки продолжают метать альчики по очереди. У кого выпадает «бога», оказывается в роли вора. Визирь, схватив вора за руку, ведёт его к хану с жалобой «*Каным дат*» (хан выслушай меня). Возмущённый хан должен определить меру наказания. Это может быть от одного до нескольких *шаналаков*. (Тыныбеков А., 1946:109).

*Ордо* – древнейшая игра с применением альчиков. В эту игру играли на больших *той*, *аш*, могли устраивать состязания между аилами и родами. (Тыныбеков А., 1946:110).

*Упай* – старинная народная игра с применением альчиков. Для игры берут 16–20 *басымов* (комплектов) альчиков. Выбирается один альчик, отличающийся от других цветом или размерами, который выполняет роль «хана». Можно играть вдвоём или по две команды. Рассаживаются кругом на кошке или лужайке. Начинаящий игрок берёт все альчики в ладони, укладывает в центре «хана» и рассыпает их на ковёр. Первый удар производится по «хану». При попадании в цель, игрок продолжает игру, в случае неудачи – в игру вступает следующий. Удары производятся одинаковыми по положению альчиками, т.е. *айкуром* бьют *айкур*, *тавой* – *тава* и т.д. Игрок, нарушивший эти условия, лишается удара. Альчик, которым бьют, называется *ок*, а альчик по которому бьют – *кийик*. Удар наносится только одним, чаще указательным, пальцем. Начав игру и выбив «хана», игрок держит его в свободной руке или кладёт отдельно: смешивать «хана» с другими альчиками в одну кучу нельзя – игрок лишается удара. После этого он обязан выбить три альчика подряд. Альчики нужно выбивать правой рукой. Выбитые альчики игрок собирает в эту же руку, переключать их в другую руку он может, только выбив все три альчика. Таким образом, надо набрать половину всех альчиков, тогда «хан» считается выигранным. В противном случае – и «хан» и альчики возвращаются на кон. Бить два раза подряд одним *ок* не разрешается, но по нему бить не запрещается. Игрок теряет право удара, если: *ок* задел после удара ещё и другой альчик, после попадания забрал по ошибке не *кийик*, а *ок*; задел чем-либо другой альчик; удар нанесён по альчику, который лежит не плотно; после удара *ок* ляжет на *кийик*; кто-либо из партнёров дотронется до выигранных им альчиков. Советоваться с партнёрами запрещается. Если проигравшая команда наберёт хотя бы один *басым* альчиков, игра может быть продолжена. Тогда другая команда выкладывает столько же альчиков и игра продолжается вновь. Начинает игру команда, которая выбила «хана». (Тыныбеков А., 1946:117).

*Чүкө чертмей* – командная игра. Один из участников собирает в ладонь у всех играющих по одному альчику и бросает на землю. У кого выпал айкур – начинает игру первым, если



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

выпали два и более айкура – очередность разыгрывают между этими игроками выкидыванием по-новому. Тот, у кого тава, а у остальных чига или бого, начинает игру первым. На кон выставляются альчики, и начинающий игрок старается попасть своим альчиком в наиболее удобный. В случае удачи, он забирает альчик, а хозяин этого альчика выставляет новый. Если удар неудачный – ход переходит к другому игроку. (Тыныбеков А., 1946:89).

Подводя итог данной работе, следует сказать, изучение непроизводительной деятельности кыргызского народа, его традиционных игр, забав, развлечений осложняется тем, что кочевой образ жизни привёл к потере многих материальных и духовных достояний народа. Но всё же память народа, сохранившаяся в сказках, былинах, эпосах, санжыра (генеалогия) дают некоторый материал, по которым можно немного восстановить эту сторону жизни народа. Небольшие материалы сохранились в ЦГА Кыргызстана, но более менее можно отыскать материалы в Отделе рукописей и публикаций Национальной академии наук Кыргызской Республики. (Прежнее название Рукописный Фонд Отделения Общественных Наук).

В настоящее время изучены материалы под номерами 320 – 342 – 359 – 394 – 506 – 527 – 528. В данной статье приводятся материалы собранные манасчы и санжырачы А. Тыныбековым. Из 3-х пунктов, из-за ограниченности места, даны два пункта: конные ристалища и игры с применением альчиков. К описанным и приведённым материалам даны комментарии, сравнительная характеристика, и широко описаны правила проведения игры и состязаний, подготовка к ним, экипировка и используемые инструменты.

### Список использованной литературы.

1. Тыныбеков А., Отдел рукописей и публикаций НАН КР, 1946. - № 134 (342).
2. Касен А. Кыргызские игры и развлечения. – Бишкек: Илим, 2004. – 144 с.
3. Юдахин К.К., Киргизско-русский: В 2-х кн.– М.: Сов. энцикл., 1965.– 973 с.



## ТРАДИЦИОННЫЕ ИГРЫ ЮЖНЫХ КЫРГЫЗОВ

### Traditional Games of Southern Kyrgyz People

(Ахматова Айнура Найматовна)

**Аннотация.** В данной статье на основе полевых материалов рассматриваются традиционные игры кыргызов южного региона. По исследованиям прошлых лет, для северных регионов определено 200 видов традиционных игр, для южных регионов 80 видов. Данные полевых исследований показали ошибочность таких цифр. Прежде всего следует сказать, связывая северные регионы Кыргызстана с андроновской кочевой цивилизацией, а южные регионы с чустской земледельческой цивилизацией, и в связи с этим подразделяя на два различные формы традиционной культуры, делается большая ошибка. Традиционная культура южного региона также базировалась на кочевой форме хозяйства, что непременно влияла на духовную и материальную культуру, в том числе на разнообразные игры и забавы. Исследования показали даже в 50-60 гг. XX в., хозяйство южных кыргызов было связано со скотоводством, и до настоящего времени жайлоо – основа кочевого быта играет огромную роль, до сегодняшнего дня сохранились их исторические границы и названия. Соседствуя с традиционно земледельческими народами таджиками, узбеками традиционные игры и забавы пополнились новыми видами, связанными с земледельческой культурой. Также всевозможные игры и забавы северных кыргызов присущи и южным кыргызам, но имеются диалектические разнообразия в названиях игр. На основе методики «Oral History», в статье приводятся воспоминания респондентов южного региона о своих детских играх и развлечениях. Были записаны игры и забавы, которые раньше не встречались в источниках. Найдены правила игры чап улак (южный вариант названия шаа улак. Список традиционных игр кыргызов пополнился новыми видами игр. В научный оборот введены новые игры и правила их проведения.

**Abstract.** This article, based on field materials, examines the traditional games of the Kyrgyz people in the southern region. According to previous studies, 200 types of traditional games were identified for the northern regions and 80 types for the southern regions. However, data from field research have revealed the inaccuracy of these figures. First of all, linking the northern regions of Kyrgyzstan to the Andronovo nomadic civilization and the southern regions to the Chust agricultural civilization, and thereby dividing them into two distinct forms of traditional culture, is a significant mistake. The traditional culture of the southern region was also based on a nomadic economy, which undoubtedly influenced both its spiritual and material culture, including the variety of games and amusements. Research has shown that even in the 1950s–1960s, the economy of southern Kyrgyz people remained tied to livestock breeding, and to this day, the \*jailoo\*—the foundation of the nomadic lifestyle—plays a significant role, retaining its historical boundaries and names. Neighboring traditionally agricultural peoples, such as Tajiks and Uzbeks, enriched the repertoire of traditional Kyrgyz games with new types related to agricultural culture. Additionally, various games and amusements of northern Kyrgyz are also characteristic of southern Kyrgyz, although there are dialectical differences in the names of the games. Using the "Oral

*History" methodology, the article presents the recollections of respondents from the southern region about their childhood games and pastimes. Games and amusements that were previously unrecorded in sources were documented. Rules for the game \*chap ulak\* (a southern variant of \*shaa ulak\*) were discovered. The list of traditional Kyrgyz games has been expanded with new types of games. New games and their rules have been introduced into scientific circulation.*

Российский учёный, немецкого происхождения В.В. Бартольд, в I-й части, II тома своих сочинений писал: «Киргизы (*кыргыз*) принадлежат к числу древнейших народов Средней Азии. Из народов, живущих в Средней Азии в настоящее время, нет, по-видимому, ни одного, название которого так рано встречалось бы в истории». (Бартольд В.В. 1963:474). Следует уточнить, что уважаемый учёный приводя в тексте «Среднюю Азию», всё-таки подразумевал обширный регион Центральной Азии. Первые упоминания о племенах кыргыз встречаются у китайского летописца Сыма Цзяна, с которыми можно познакомиться в переводных работах Н.Я. Бичурина, где летописец описывая события 201 г. до н.э. связанные с завоеваниями хуннского предводителя Модэ, наряду с покорёнными племенами упоминаются «гегунь», что в переводе означают «кыргыз». И в географическом отношении это всё относится к районам южной Сибири, которая далеко отстоит от Средней Азии. (Бичурин Н.Я., Т.2:332).

По исследованиям И.В. Мушкетова под Средней Азией, в российской историографии называли регион, который начинался на севере с Арал-Иртышского водораздела, и доходил до Гиндукуша (Hindu) и Копетдага на юге. На востоке с гор Тянь-Шаня до побережья Каспийского моря на западе. (Мушкетов И.В. 1915:558).

В настоящее время с точки зрения политико-административного деления, здесь расположены: южная часть Казахстана, северная часть Афганистана, Узбекистан, Таджикистан, Туркменистан и Кыргызстан. История становления и развития кыргызского народа довольно сложная, и до настоящего времени, до конца не выяснена. В своих работах С.М. Абрамзон писал: «Этническая история киргизов представляла собой длительный многогранный процесс, тесно связанный с историей формирования многих других племён и народов как Средней и Центральной Азии, так и сопредельных областей». (Абрамзон С.М., 1990:31). Здесь следует привести выводы П.И. Кушнера, что: «Этническая граница представляет условную линию, что нанести её на карту в районах со смешанным национальным составом бывает даже невозможно». (Кушнер П.И., 1951:288). Абрамзон С.М. о границах кыргызских племён, писал: «Ареал распространения киргизов – от северных предгорий Тянь-Шаня и до отрогов Куэнь-Луня и Гиндукуша на юге, от оазиса Куча на востоке и до западных склонов Туркестанского хребта – весьма обширен». (Абрамзон С.М., 1990:36).

Непосредственно рассматривая традиционную игровую культуру южных кыргызов, следует сказать, что Кыргызстан с древних времён, а позже и с вхождением в состав Российской Империи делится на два больших региона:

- северный Кыргызстан: Иссык-Кульская котловина, Нарынская, Чуйская и Таласская долины.
- южный Кыргызстан: куда вошли предгорные регионы Ферганской долины.

Одним из серьёзных исследователей традиционных игр и развлечений кыргызов является Г.Н. Симаков, который в своих работах упоминает о 200 видах игр и развлечений характерных для северного региона, и 80 видов игр и развлечений характерных для южного региона. Многолетние полевые исследования, архивная работа, работа с специальной литературой помогли дополнить работы Г.Н. Симакова, и ввести в научный оборот новые виды игр и развлечений.

В процессе полевых работ в южных районах республики, были опрошены посредством аудио и видео интервью, более 400 респондентов. В настоящее время обработаны материалы 80 респондентов, которые по регионам попали в 2 тома издания. В 1-й том издания включены 40 респондентов: 30 мужчин и 10 женщин, которые представляют районы:

а) Кара-Кульджинский район, Ошской обл.: 4 респондента, из них 3-е мужчин и 1-а женщина;

б) Кара-Суйский район, Ошской обл.: 36 респондентов, из них мужчин 27, и женщин 9. В возрастном отношении почти 90 % респондентов старше 50 лет. (Элдүйнө-Этномир, Т. I., 2024:560).

Во 2-й том издания включены также 40 респондентов: 12 женщин, 28 мужчин, которые представляют районы:

а) Узгенский район, Ошской обл.: 1 респондент, женщина;

б) Араванский район, Ошской обл.: 1 респондент, мужчина;

в) Нокатский район, Ошской обл.: 13 респондентов, мужчин 12, женщин 1;

г) Кадамжайский район, Баткенской обл.: 8 респондентов, 7 мужчин, 1 женщина;

д) Баткенский район, Баткенской обл.: 2 респондента, мужчин 1, женщина 1;

е) г. Сулюкты, Баткенской обл.: 7 респондетов, 1 мужчина, 6 женщин;

ж) Ноокенский район, Жалал-Абадской обл.: женщины 2;

Так же во второй том издания включены 1 житель Талаской области, и 1 житель Чуйской области, которые имели родственные связи с южным регионом.

На основе методики «Oral Histori» (Мишель Ж., 1965:208), в данной статье приводятся игры и развлечения, записанные из уст самих респондентов. По словам А. Амановой жительницы Кара-Суйского района, в детстве играли: «топ таш, ак чөлмөк, когда мальчишки били в чикалдак, девочки тоже принимали участие в игре», далее она вспоминает в какое время проводились игры: «Когда моя бабушка и мать моей золовки готовили сүмөлөк, это был настоящий праздник, собиралось много народу. И мы до утра играли в жоолук таштамай, кур таштамай, ак чөлмөк, топ таш». (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:14).

Из уст жителя Кара-Кульджинского района, Ж. Байкожоева записано: «В детстве мы из шерсти коровы катали мяч, во внутрь клали камень, при ударе таким мячом удар был очень чувствительный, и вот таким мячом мы играли в качма топ. Повзрослев совместно с девочками в лунные ночи играли в ак чөлмөк, в бекинмечек. Аксакалы села играли в тогуз коргоол, мы не очень увлекались. Очень популярной была игра в ордо. Состязания устраивались между аилами. Для игры выбирались целые, не поцарапанные, не отбитые бараньи альчики, для удара выбирали томпой – альчик коровы. На кон каждый игрок выставлял по 5 альчиков. Если в команде было 6 участников, то общая сумма выставленных на кон альчиков доходила до 60 штук. Если выставлялся альчик-хан, он равнялся 3-м простым альчикам, тогда кон составлял 57 альчиков. Расстояние для удара замерялось тапан, т.е. длиной стопы, для взрослых 12 тапан, для подростков 8 тапан. В игре использовали альчики барана, козы и даже лошадей, которые называли абалак и использовали для

выбивания альчигов из круга. Для изготовления абалак, надкопытную кость коровы или лошади стачивали со всех сторон, и использовали для нанесения удара из-за круга, для выбивания альчигов из линии круга использовали томпой. Раньше в северных регионах для игры использовали абалак. В южном регионе применяли томпой. Если альчик падает на спину, это положение называется чик, если падает лицом вниз – пөк. Если встаёт на подошву, это положение называется – тава, обратной стороной, это положение алчы, а если он встал на заднюю часть, то это оңко. Если при ударе выбивается из круга – хан, то игроки начинают «грабить» кон». (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:39).

По словам жителя Кара-Суйского района, К. Досматова, записано: «В детстве совместно с девочками играли в топ таш. Девочки отдельно играли в обруч, прыгали на скакалках. Мы выросли играя в паңбы же шаңбы, ак терек көк терек, бекинбечек». (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:76).

Житель Кара-Суйского района К. Калбаев вспомнил свои детские игры: «Мы были детьми скотоводов, и только в вечернее время могли позволить себе игры. Мы играли в ортого турмай, чикалдак, топ чапмай. В топ чапмай могли принять участие все желающие. Позже появились мячи, иы играли в мяч. (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:134).

Жительница Кара-Суйского района М. Карачаева: «В детстве мы играли в бекинмечек, топ атмай, секирмечек, топ таш. Совместно с мальчиками на счёт выбивали мяч. По вечерам играли в ак чөлмөк». (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:146).

Житель Кара-Суйского района, У. Табалдыев: «В детстве совместно с девочками играли догонялки. Были игры ак чөлмөк, ак терек – көк терек, чикилдирик. Современные дети не знают этих игр». (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:297).

100-летний житель Кара-Суйского района, Т. Таиров вспоминает: «В давние времена было множество разнообразных игр, сейчас я их хорошо не помню. В памяти осталась игра ак чөлмөк, молодёжь, совместно девушки и парни, выйдя за село, проводили таким образом время. Слышал, но не видел развлечение төө чечмей, которую для потехи устраивали бай-манапы». (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:318).

Житель Кара-Суйского района Ж. Үтүрөв: «Мы играли в топурак, кылыч, чикалдек, ордо, алыш». (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:379).

Ч. Эргешова, жительница Кара-Суйского района: «Мы большинство своих игрушек делали из глины, в то время много играли в паңбы же шаңбы?, играли в палочки. Из початок кукурузы делали куклы, из лоскутков материи шили им платья, платки. В своих играх мы подражая взрослым играли в школу, больницу, магазин и др.». (Этномир-Элдүйнө, Т. 1., 2024:390).

Житель Ноокатского района, Т. Шамшиев: «В детстве видел, как взрослые играли в ордо, мы тоже играли, но мало. Во время той и майрам, устраивали борьбу, улак тартыш». (Этномир-Элдүйнө, Т. 2., 2024:137).

Житель Ноокатского района, О. Эгембердиев: «Моё детство прошло в играх, совместно с мальчишками играли пара, чикалак, казык урмай, ордо. Интересная игра был казык урмай. Каждый участник игры, из яблони или тополя вырезал себе кол, конец которого заострял. По жребию один из участников игры вбивал свой кол в землю. Очередной игрок, своим колом бил по вбитому колу, если при ударе кол вылетал из земли и переворачивался, то это считалось выигрышем, и его забирал выбивший игрок. Сильные и удачливые игроки набираои 20-30 колов, и уносили домой как дрова». (Этномир-Элдүйнө, Т. 2., 2024:145).

Жительница Ноокатского района, И. Эргешова: «В школьные годы мы играли топ чапмай, үчүнчү ашык, кур таштамай. Игру кур таштамай в Ноокатском регионе называют ток этмек. Платок для игры скручивали и им наносили удары». (Этномир-Элдүйнө, Т. 2., 2024:151).

Интересное сообщение 94-х летней жительница с. Көлдүк Узгенского района, А. Коноковой, которая популярную молодёжную игру предбрачного и брачного характера *ак чөлмөк*, назвала *ака чөл*. Такое название игры бытует у жителей Кызыл-Суйского района, Сянь-Цзянь уйгурской автономного района КНР. Учитывая то, что эти районы граничат между собой, можно предположить о прежних культурных связях. Здесь также следует сказать, что жители с. Көлдүк переселились из Иссык-Кульской котловины, о чём они помнят по рассказам предков и генеалогии своего рода, и местность где они проживают носит название Көлдүк. (Этномир-Элдүйнө, Т. 2., 2024:).

Рассматривая информацию полученные от представительниц женского пола, по распространённости на первое место можно выделить разнообразные игры в куклы. Которые присуще только этому полу и связаны с деторождением и воспитанием. По воспоминаниям респондентов, в большинстве случаев куклы изготавливались из прутиков, небольших лоскутков ткани оставшихся от рукоделия матерей или бабушек, а также разнообразных пуговиц. (Этномир-Элдүйнө, Т. 2., 2024:). Следует сказать, что игра в куклы, или другое название дочки-матери, широко популярно у девочек не только южного региона, она распространена по всему ареалу проживания кыргызского этноса.

Вторым видом развлечения можно считать игру *чакмак*, *чакмак таш*, *топ таш*, *кыз кирди*, *күйөө кирди*. В с. Борбаш Ноокатского района, впервые получена информация о полном варианте игры. Во всех данных полученных по всему Кыргызстану в игре имеется 5 этапов игры. По информации жительницы Борбаш приведены 10 этапов игры. (Этномир-Элдүйнө, Т. 2., 2024:140). По словам жительницы Ноокенского района, Джалал-Абадской обл., в детстве используя 5 камушков, играли в *топ таш*. 10 камушками играли в *келин кирди* (невеста зашла), или *күйөө кирди* (жених зашёл). (Этномир-Элдүйнө, Т. 2., 2024:322). По материалам эпоса «Манас» забава *чакмак таш* упоминается как мужская игра:

*«Чакмак топ таш алыптыр  
Курдап алып элүүсү  
Кумалагын алыптыр».*

*«Взяли камешки для игры  
В чакмак, топ таш  
Пятьдесят человек, собравшись в круг,  
Играют они в коргол».*

(Эпос «Манас», 1984:544).



Как известно, соратниками и воинами Манаса были одни мужчины, и здесь в игре упоминается участие только мужчин. Возможно, в более ранние времена это было мужское развлечение. В следующем сообщении об этой игре говорится: «...также совместно с девочками играли в игру *чакмак таш* (камушки). Для этого использовали пять или три камушка величиной с палец», здесь можно увидеть, что игре принимают участие и мальчики. Количество упомянутых камушек, возможно предполагает ещё об одной версии игры. Использование в игре 3-х камушек приведено впервые. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2., 2024:148).

Среди женских забав информаторы приводят развлечение *секирмечек* (прыжки). Среди традиционных игр кыргызского народа встречаются разнообразные прыжки, которые называются *оромпой теммей*. В данном случае респондент приводит прыжки на скакалках, которые, возможно, вошли в быт народа с проникновением европейской культуры на данную территорию. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2., 2024:178).

З. Бактыкан 1949 г.р. рассказала: «В большинстве случаев мы развлекались качелями. Дети, молодёжь иногда и взрослые любили покачаться на качелях». (Элдүйнө-Этномир, Т. 2., 2024:351). Как известно, качели распространённая забава по всему миру. Она присуща как для детских развлечений, так и для взрослых развлечений. В традиционной игровой культуре качели (*селькинчек*) входит в категорию *кыз оюн* (брачные игры).

Среди традиционных игр кыргызов были выявлены 7 видов сугубо женских игр и развлечений: *аял күрөш*, *кемпир күрөш*, *баш таң*, *баштан бай*, *кара келин* (*эчки-келин юж.*), *оймок бооч* (шипок с вывертом, делают молодухи для забавы), *төө чечмей* (*төө чечкен*, *төө чечтирмей*), *чакмак таш* (*чакмак*, *топ таш*, *таш*). (Касен А., 2004:144).

По материалам полевых исследований южного региона, в настоящее время, в список традиционных игр и развлечений кыргызов, можно добавить, в подгруппу *чакмак таш – келин кирди*, *күйөө кирди*. И обозначить, что впервые встречаются в данной игре 3 и 10 штук камушек. Когда по данным многолетних исследований, количество камушков для игры по всем регионам республики составляет 5 штук. Также сюда можно отнести ранее не встречавшееся название игры в *ак терек көк терек*, как *барды-келди*. По информации З. Абдиевой, которая своё детство провела в приграничных районах с Таджикистаном, так называется данная игра. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2., 2024:351).

Традиционные игры кыргызов подразделяются и по гендерным признакам, свыше приведено количество и название сугубо женских игр и развлечений, где принимают участие только представительницы «слабого пола». Игры и развлечения, где участвуют только мужчины составляет 36 видов. (Касен А., 2004:144). Исследования по южному региону Кыргызстана также дополнили список мужских игр, и помогли ввести в научный оборот названия ранее не встречающиеся развлечения. По словам К. Баатырова в детстве с мальчишками развлекались в игру *дал таш* (каменная спина). В северных районах республики данный вид забавы не встречается, как по названию, так и по правилам игры. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2. 2024:146-148). Следующую игру он назвал *соу-соу* (непереводимо). Данная игра широко встречается по всей республике. В северных регионах она называется *арпа бышты*, в южных регионах *коон бышты* и *коон үзмөй*. Далее называя игру *такыя киргиз* (одень тубетейку), информатор рассказывает: «...водящий игрок надевал на голову тубетейку, становился на колени, и в таком положении должен был коснуться лбом земли. В случае, когда тубетейка спадала с головы, в наказание его били щелчком по голове». (Элдүйнө-Этномир, Т. 2. 2024:146-148). Возможно, это искажённая версия другой молодёжной забавы *такыя саю* (сбей шапку), которая относится к брачным играм и происходит между женихом и



невестой. В версии респондента в игре принимают участие только мальчишки, и игра носит более спортивный характер.

Следующая информация об игре *эшек минди* (козёл сторожевой), эта забава также популярна по всей республике, и проходит по одинаковым правилам. Здесь интересно сообщение о том, что: «игроки могут запрыгивать друг на друга». Это дополнение, когда игроки запрыгивают на других игроков, показывает о творческом изменении игры. Все игры имеют импровизацию в своём воспроизведении, это зависит от участников развлечения. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2. 2024:146-148).

По словам жителя с. Кара-Гой Нокатского района, Ошской обл., Б. Имарбекова можно проследить корни традиционного, конно-спортивного состязания *көк бөрү*, которое имеет и другое название, более популярное в южных регионах – *улак тартыш*, или просто *улак*. Возвращаясь с охоты, ради забавы, каждый старался отнять подстреленную тушу, и первым доскакав в аил, бросал тушу у порога уважаемого человека. Это напоминает современные конно-спортивные ристалища, которое наводит на мысль о корнях традиционного состязания *көк бөрү*. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2. 2024: 234-236). В приводимой игре *көр шапалак* можно разглядеть популярный среди подростков и молодёжи забаву *кулака чапмай*, южный вариант отличается тем, что водящий игрок закрыв глаза выставляет ладонь за спину, один из участников игры, в отличие от игры кулака чапмай, где бьют ладошкой по ладошке, наносит удар шапалаком (бич) по его ладони. Водящий, повернувшись должен угадать ударившего участника игры. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2., 2024:234-236). Ещё одна разновидность забавы *кулак чозмой*, которая входит в категорию подростковых развлечений. Южный вариант забавы называется *кулак чоймой*, и отличается тем, что в платочек заворачиваются монеты, которую бросают в даль. Участник который первым подберёт узелок с монетами бежит от остальных, они догоняют и треплют его за уши, пока он не выбросит платочек. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2. 2024: 234-236).

Н. Максutow житель с. Ноогардан, помимо упомянутых игр, привёл игру *сызык таш*, по описанию правил игры, можно предположить, что это одна из разновидностей народной игры, название которой претерпела изменения. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2. 2024:458). Из-за неимением достоверных правил проведения игры, на сегодняшний день она включена в подгруппу малоизученных игр и развлечений народа. В настоящее время список малоизученных игр и развлечений составляет 160 наименований. (Касен А., 2004:144).

Так же в южных регионах по словам информаторов записана игра *тукум уруштурмай*, где на кон выставляются по 20 яиц с двух сторон, жеребьёвка определяется подбрасыванием монеты. Данная игра записана в с. Тамаша, Кадамжайского района.

К развлечениям южного региона относится забава *панбы же шанбы?*, игроки берут грязь, лепят сосуд в виде пиалы. Один из игроков берёт своё изделие о землю и спрашивает «панбы же шанбы?», смотрят на то, разобьётся или не разобьётся, и по нему определяют победителя. Данный вид игры, но уже под другим названием *пан-пан*, записана в с. Охна, Кадамжайского района. Одной из разновидностью игры является забава *коон бышты*, из грязи делают ком, и гладят по ней приговаривая: «Сен неге бышпайсын?». По словам информаторов это разные виды игр. Тщательный разбор правил проведения игры, приводит к мысли, что это одна и та же игра, но разные его фазы. “Топурак оюп ылайды айабай сылыктайбыз. Аркасынан из кылып, арыкча, ортосун чыбык менен тешип. Усту кичине ылай абдан жука. Тегеректе 4 адам, оз жагын тешип алып, отуруп устуно суу куюшат, кимисинин жанындагы тешиктен суу чыкса, ал оюнчу женилет. Ага тапшырма берилет. Чуркап келесин дейт, же ырда дейт. Же берки 3 адам, уч бармак менен шапалак алат”. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2., 2024:234-236).





Записанная в южном регионе игра *бекин тапалак*, можно считать одной из разновидностью популярного среди детей игру в прятки. Название развлечения отражает диалектическое региональное различие. Разновидностью игры в догонялки является игра *бет сыламай*, как известно догонялки одна из популярных игр детей и подростков. Отличие южного варианта догонялки, заключается в том, когда водящий догонит одного из игроков, то он должен погладить его по щеке. Это считается, что он догнал игрока. Так же в южном регионе записаны игры *он эки таяк*, *перо оюну*, которые из-за неопределённых правил, в настоящее время включены в список малоизученных игр. (Элдүйнө-Этномир, Т. 2., 2024:435).

Из списка малоизученных игр, в категорию молодёжных и подростковых забав переведена игра *чап улак*. Данная забава записана в с. Кызыл-Суу, Кадамжайского района. Развлечение напоминает конно-спортивное состязание *улак тартыш*, в отличие от которого проходит в пешем виде, и называется *шаа улак*. Игра проходит во время той, и устраивается родственниками со стороны жены, которые должны обеспечить тушой зарезанного козлёнка. По прибытию в дом замужней дочери, родственники выбрасывают в центр ожидающей толпы тушу козлёнка, которые стараются им овладеть.

К разновидностям игры южного региона можно отнести *эшек улак*, это тоже аналог конно-спортивного состязания *улак тартыш*, но в этом варианте проходит верхом на ослах. Здесь хочется привести поговорку представителей северных регионов, которые по жизненным обстоятельствам были вынуждены перекочевать в южные регионы, и тогда родилась поговорка: «*Намазын кантип окуйбуз, эшегин кантип токуйбуз*». В северных регионах *улак тартыш* или *көк бөрү* проходит только верхом на коне. В данном регионе записана ещё одна разновидность *улак тартыш*, которая носит название *катын улак*, проходит в пешем виде.

Подводя итог данной статьи, следует сказать что формирование кыргызского народа, его традиционной культуры, в том числе различных игр и развлечений, имеет более 2-х тысячелетнюю историю, и проходила на обширном Евразийском континенте, как в регионах Центральной Азии, так и в Средней Азии. В работе рассматриваются игры и развлечения кыргызов южного региона, на основе полевых исследований, по методике «Oral Histori». Методом ауди и видео интервью были опрошены более 400 респондентов. В настоящее время частично обработаны 80 интервью, которые собраны в 2- томное издание под названием «Этномир-Элдүйнө», изданное в г. Ош, в нынешнем году.

На основе данных материалов, список традиционных игр кыргызского народа пополнился новыми видами игр и развлечений. Из категории малоизученных игр, в список традиционных игр переведена забава *чап улак*, южное название *шаа улак*. Дальнейшее исследование и обработка собранных материалов поможет в исследовании традиционных игр и развлечений одного из «древнейших народов» евразийского континента.

Список использованной литературы.

Абрамзон С.М. Кыргызы и их этногенетические и историко-культурные связи. - Кыргызстан. - Фрунзе, 1990. - С. 480.

Бартольд В.В. Сочинения, Т. II, часть I. – М.,1963. – 1029 с.

Бичурин Н.Я. Собрание сведений о народах обитавших в Средней Азии в древние времена. Т. 1-2. – М.;Л.: Изд-во АН СССР, 1950.– Т.1.– 379 с.; Т.2.– 332 с.

Мушкетов И.В. Туркестан. Геологическое и орографическое описание по данным, собранным во время путешествий с 1874 г. по 1880 г. Т. 1, ч. 1. Пг.: Тип. М.М. Стасюлевича, 1915. – 558 с.



Касен А. Кыргызские игры и развлечения. – Бишкек: Илим, 2004. – 144 с.

Кушнер П.И. Этнические территории и этнические границы. М. 1951. - 288 с.

Манас: Киргизский героический эпос. Кн. 1.– М.: Наука, 1984. – 544 с.

Мишле Ж. Народ. – М., Наука, 1965. – 208 с.

Сабиров А.Т. Метод oral history в сохранении исторической памяти: Опыт Казахстана и Узбекистана // Материалы X Международного Форума в рамках проекта «Память во имя будущего», посвящённого Дню памяти жертв политических репрессий и голода. – НурСултан: «PrimaLux», 2019. – С. 152-157.

Этномир-Элдүйнө. Т. I-II, - Ош, 2024 – 980 с.



## KİMLİK SORUNU ÇERÇEVESİNDE İNSANIN OYUN ARACILIĞIYLA KÜLTÜRLEŞMESİ

Abdurasulova Aksana Ikramzhanovna

Aspirant of philosophy, «International relations and general theoretical disciplines»

International University named after K.Sh.Toktomamatov

Kyrgystan, Jalal-Abad sity

+996779 119-635

[aisani4ka.kg@mail.ru](mailto:aisani4ka.kg@mail.ru)

Aksana ABDURASULOVA İkramcanovna

Felsefe İlim Dalı Doktora öğrencisi

Felsefe tarihinde insan sorunu kapsamlı bir araştırma nesnesi - nesnel bir olgu olarak ele alınmıştır, çünkü bize verilen evren insan olmadan ilgisini kaybeder. Üstelik insan, yaşamın anlamını arayan tek canlı olgudur. evrensel varoluş. Büyük filozoflar: Eflatun, Aristoteles, F. Aquinas, R. Descartes, İ. Kant, M. Heidegger, F. Fukuyama, M. Sheler, L. Strauss'un eserlerinde insan sorunu daha derinde bulunur. İnsan hakkında bilim öğretmek (Yun. antropos - insan, logolar - çalışma) en karmaşık olağanüstü bilimlerden biridir. Kısa bir açıklama yapmak gerekirse, eski çağlarda Aristoteles insanı "sosyal bir varlık" olarak tanımlarken, modern zamanlarda R. "Homo Sapiens" kavramı Descartes tarafından ortaya atılmıştır. Bu konseptin ardından Kh. tarafından "Silah yapımcısı" (Homo Faber) kavramı oluşturuldu. Arendt ve M. Scheler tarafından kuruldu. Bundan sonra "Homo İnsipiens", "Homo Creator" vb. Bir kişiye verilen özel mülk kavramları da vardır.

Bu özel özellikler bazı kavramlarla tutarlıdır. Huizinga'ya atfedilen "Oyuncu Adam" (Homo Ludens) kavramı ortaya çıkıyor. Anlam açısından "Silah yapan adam" ya da "bir şeyle meşgul olan kişi" (Homo Faber) kavramlarının zıttı olan "Oyuncu" (Homo Ludens) kavramı da saflara eklendi. Önde gelen Hollandalı tarihçiler ve filozoflar Y. Huizinga'nın felsefe açısından zengin eserinin tarih açısından eski ama özü itibariyle güncelliğini yitirmemiş eserlerden biri olduğunu söylemek yanlış olmaz. "Oynayan adam" ismine dikkat edersek eserdeki asıl problemin insan olarak değerlendirildiğini anlarız. Şakacı bir insan, şakacı bir insan, şakacı bir insan vb. içgörüler sağlar. Y. Heuzinga, günümüz kültürünün temelinde değerlendirilen "oyun" kavramını çıkarımlayarak oyun kavramına açıklık getirmeye çalışmıştır. Hepimizin bildiği gibi tüm insanlığın oyun teorisine yabancı olduğunu söylemek mümkün değil. Oyunu kimin yarattığı sorulduğunda Y. Heizin, oyunun insan uygarlığının başlangıcından bu yana tüm canlılarda var olduğunu detaylandırıyor; Kendisinden alırsak ruhun hayvanlarda da yaşadığı fikrini açıklığa kavuşturmuştur.

Y. Huizinga, "Homo Ludens" adlı eserinin ilk bölümünde oyunla ilgili şu açıklamayı yaptı: "Oyun, kültürden önce ortaya çıktı ve kültürden çok daha eskidir. Ama oyunun bilincimizde doğduğunu söylersek abartmış oluruz. İnsan uygarlığının genel oyun konseptine hiçbir katkısı olmamıştır. Hayvanlar da insanlar gibi oyun oynarlar. Örneğin yavru köpeklerin sinirlendiğini, birbirlerine sokulduklarını, birbirlerini ısırduklarını fark ederiz. Sanki bir şey hakkında tartışıyorlar gibi topluyorlar. Ancak bu sahnede oynuyorlar. Onlar da kanunlara ve kurallara uyuyorlar. Yani birbirlerinin kulaklarını ısırmanın yasak olduğu kuralına uyuyorlar. Bu oyun onların tatillerinin en önemli ve en keyifli oyunlarından biridir. Tüm hayvanlar, oyunun ortaya çıkmasını insanlardan beklemedi, yani. İnsanlardan önce bile hayvanlarda oyun kavramı vardı. Her oyunun mutlaka bir konsepti vardır ve insanların, hayvanların hayatında fiziksel ve zihinsel olarak büyük bir öneme sahiptir. Oyun kavramı anlam bakımından zengindir. Ayrıca oyun soyut bir varlıktır.

Söylenildiği gibi Y. Huizinga'ya göre kültür kavramı oyuna, yani oyuna dayanmaktadır. Kültürün gelişimini doğrudan motive eden temel köksap oyundur. Başlangıçta kültür oyunun bir parçasıydı ama günümüzde oyun kültürün bir parçası haline geldi. Yazar, oyuna biyolojik bir form olarak bakmamakta, kültürel bir etkinlik olarak ele almakta ve kültürün morfolojisine karşılık gelen bilimsel bir araç temeline oturtmaktadır. Bununla birlikte oyunu hayatı ileriye taşıyan bir "dürtü"

olarak görüyor. "Yeni Kantizm" akımının temsilcisi, önde gelen Alman filozof E., toplumdaki spekülasyonun bir kişi tarafından yaratıldığını, kişinin "sembolik bir hayvan" olduğunu söylüyor. Kasiyerin tanımına göre Y. Huizinga'nın şu tezi görülmektedir: "Toplumsal yaşam oyunlarla yaratılır ve toplum, oyunlarda dünyanın yaşamını ve yorumunu temsil eder." Şimdi kültür kavramına kısaca değinelim.

Kültür kelimesi ilk olarak Latince "cultura" kelimesinden gelmektedir. Cultura, inşa etmek veya yapmak, çalışmak, dekore etmek, bakmak vb. anlamına gelir. Yunanlılar açısından kültürün ayrı bir kavramı olmayıp, kültürün toplumsal bir felsefe olarak ele alınması gerektiğine inanırken, Çinliler onu "paideia" kavramına dayalı bir ritüel sistemi olarak değerlendirmektedir. Onlara göre toplum insanlardan oluştuğundan sonra insanların da kültüre sahip olması gerekir. Kültür ritüellerle ifade edilir. Ritüeller - bunlar nedir? Ritüeller arasında gelenekler, gelenekler, gurur, dünya görüşü, ekonomi ve ekonominin yanı sıra yaşam koşulları, giyim, yemek ve sosyal değerler de yer alır. Alman klasiklerinden biri olan I. Kant'a göre insanın insan olabilmesi için özgür olması gerekir. Bir kişi doğal özgürlük temelinde oluşturulmuşsa, Y. Huizinga, kişinin küçük yaşlardan itibaren oyun oynayarak şekillendiğine inanıyor. Oyun sayesinde kişi sosyalleşir, dolayısıyla kültür kavramı zenginleşerek bir sistem haline gelir. Ona göre özgürlük tam olarak bu oyunun içindedir. Bu yüzden insanlar "Hadi oyun oynayalım mı?", "Gidip oyun oynayalım!" diyorlar. Emir sözünü duyduğunuzda oyunu bir görev olarak değil, bir özgürlük olarak kabul edeceğinizi söylüyor. Felsefe tarihine bakacak olursak, Antik Çağ'da Platon, fikir açısından zengin "Kanunlar" adlı eserinde oyun, şarkı söyleme ve dansa dayalı eğlencenin gerekliliğinden bahseder. Aynı zamanda insanların Allah'ın kuklası olduğu fikrini ve ona itaat edilmesi gerektiğini ifade etmiştir. Aristoteles'e göre; insanı mutluluğa ulaştırmanın tek yolunun eğitim olduğuna inanır. "Siyaset" adlı eserinde devletin geleceği olarak gördüğü çocukların eğitime büyük önem vermektedir. Devleti yönetecek olanların iyi yetişmesi için oyunu gelişen ve büyüyen bir enteleki olarak görüyor.

Alman filozof F. Eger Nietzsche oyunu dünya güçlerinin oluşumu olarak görüyorsa, Y. Huizinga bunu bir tür kültürel gelişme olarak görüyor. Oyuna sığ anlamda bir eğlence aracı olarak bakmamış, bir tür kutsallıkla bağlantılı olarak göstermeye çalışmıştır. Oyun kavramını özgür, kuralları olan, zaman ve mekanda gerçeğe dönüşen bir hedefi olan, üzüntü ve sevinç duygularını da içeren günlük yaşamdan farklı olmayı arzulayan bir etkinlik olarak anlıyor. Ona göre oyun kültürün bir parçası değil, aksine kültür, oyunun bir toplamıdır ve aynı zamanda insanı kültüre dönüştüren bir mayadır. Kültürden önce oyun vardı. İnsanların doğal olarak oyun oynama dürtüsü vardır. Oyun kişinin rasyonellik ve irrasyonellik süreçlerini artırır. Rasyonalite olarak ele alırsak, akıl oyunları ya da akıl oyunları, örneğin masada oynanan satranç, tavla, mankala ve milli oyunlarımızdan sayılan dokuz oyun vb. insan beynini eğitecek oyunlar, Hayatta siyah ile beyazı ayırt edebilmeyi, bir durumdan çıkabilmeyi, zeki, kararlı olmayı, halkını ve toprağını korumayı, beceriyi, doğru hesaplamayı, derin düşünmeyi engeller. Ve irrasyonel bir süreçte, yani zihinsel-psikolojik açıdan fiziksel oyunlar sağlığı iyileştirmenin yanı sıra kahramanlığı, cesareti, el becerisini, el becerisini, onuru ve liderliği teşvik eder. Ayrıca oyunlar kişinin bireyselliğini gösterir ve bunun sonucunda kişinin özgüvenini artırır. Aynı zamanda cesaret, yetenek, güç, zeka kategorilerini de içerir. Dahası, kendini inceleme ve zevkine düşkünlük kavramları, oyunun kişi üzerindeki etkisi olgusunu yansıtmaktadır.

Sadece Y. oyun teorisiyle. Tacizle meşgul olduğunu söylemek zor. Yukarıda bahsedildiği gibi Platon, Aristoteles, M. Sheler aynı zamanda oyun kavramını da az çok münzevi bir kavram olarak ele alıyor. Bu tür filozofların etkisi altında kalan Y. Huizinga'nın oyunu bir nevi kültürün gen havuzu olarak değerlendirerek felsefi açıdan gözlemlendiğini söylemek doğru olacaktır. Ona göre oyun kategorisi yaşamın ana maneviyatının kaynağıdır. Bu tür filozofların etkisi altında kalan Y. Huizinga'nın oyunu bir nevi kültürün gen havuzu olarak değerlendirerek felsefi açıdan gözlemlendiğini söylemek doğru olacaktır. Ona göre oyun kategorisi yaşamın ana maneviyatının kaynağıdır. Y. Heizinga eserinde Yunanlıların oyuna bakış açısını anlatmaktadır. Yunanlıların "hayat bir oyundur" düşüncesi yoksa oyunla da alakaları yoktur.

İnsan toplumun en yüksek etkinliğidir. İnsanın dili, ilişki kurmasında, öğrenmesinde, kişisel farkındalığında ve emir vermesinde onun için yaratılan ilk araçtır. Dil aracılığıyla nesnelere ayırt

edilmesinde kelimelerin anlamlarının yüksek ve işlevsel olduğu söylenebilir. Oyunun karakteristik özelliği olan Sanskritçe'de ortada dört taban bulunur. Oyun için en sık kullanılan terimler şunlardır:

1. Kridati kavramı çocukların, yetişkinlerin ve hayvanların oyunlarını açıklar.
2. Divyati her şeyden önce oyun kavramını verir. Ayrıca şaka yapmak, eğlenmek ve espriler yapmak vb. fiilleri ifade eder.
3. Lila - Oyunun üzüntü olmadan neşeli geçişi, zevk verme kavramını içerir.
4. Etwas tgaiben - Bunun anlamı ışık saçmak, parlamak, gelip gitmek ve meşgul olmak kavramlarını verir.

Y. Huizinga'ya göre oyunlar için kullanılan Sanskritçe kelimeler ırk veya rekabet olarak kullanılıyordu. Antik Hindistan'da pek çok farklı ırk ve yarışma olmasına rağmen oyunu tanımlayacak bir terim yoktu. Antik Çin'de oyun "wan" kavramıyla karakterize edilir. Çince'de bu kavram, zaman harcamak, alay etmek, meşgul olmak ve eğlenmek anlamına gelir. Ve Japonya'da yaşam fikri oyuna dayanıyor. Buradan alırsak Japon halkının kültür açısından ne kadar zengin olduğunu görüyoruz. Bunun bir nedeni de oyuna özel önem vermeleridir. Oyunu bir şeyi yansıtan bir ayna olarak görüyorlar.

Y. Huizinga'ya göre Yunanca ve Latince'de oyun kavramı Ludus ya da Ludere'dir. Onun ifadesine göre, bu terimler esas olarak gerçek, gerçek oyun kavramını takip ediyor. Ludus iki sınıfa ayrılır:

1. Yarış ve yarışma olarak;
2. Üreten, yaratan bir aygıt olarak her zaman eğitim halindedir.

Kültürün oyunbaz doğası gereği, eski uygarlıkların oyunları da aydınlatıcı bir maneviyata sahipti. Y. Heizin ibadeti bir oyun biçimi olarak görüyor. Şamanizm'e dayalı olarak Şamanizm dininin kahramanı "kam"dır, yani. bir şamanist aracılığıyla anlatıldı. Araştırmacı, bu dinin ciddi temelini başlı başına bir oyun olduğunu anlıyor. Bu törende şaman dans etmeden önce müzik aletleriyle müzik sesleri çıkarır. Şamanlar kaslarını sallayarak, davullarını çalarak ilahiler söylüyorlar. Böylece şamanın hareketlerinde tiyatro, dans ve büyü oyunları görülür. Dini ritüeller sırasında resmi olarak oyun etkinlikleri özel olarak düzenlenirdi. İbadet ciddiyetin en kutsal kısmıdır.

Y. Huizinga'ya göre oyun, kültürden önce insanın iç karakterini ve dış görünüşünü yansıtan bir olgu olarak şekillenmiş, daha sonra kültür içerisinde değerlendirilmeye başlanmıştır. Oyunun pozitifliğinin düzen yaratmasında yattığına inanıyor. Kesin sıranın kendisi oyundur. Oyun belli bir saatte başlıyor ve belli bir saatte bitiyor. Oyunun kendine has şartları ve kuralları bulunmaktadır. Oyunun kuralları düzeni korur. Oyuncu oyuna kendi güzel dünyası ile tanıtılmaktadır. Onun umursadığı tek şey oyunu oynamaktır. Ancak aynı zamanda oyuncunun oyunun kurallarına daha fazla dikkat etmesi gerekir. Bu, düzenin kurallarla sağlandığı, kurallara uyulmaması ve düzeni bozmanın ardından çatışma nedeniyle oyunun bozulması anlamına gelir.

Oyun bozulduğunda anlamı ve değeri kaybolur. Kurallara uymayan oyuncu oyuncu değildir. Bu nedenle itaatsiz bir oyuncunun derhal oyundan uzaklaştırılması gerekmektedir. Sonuçta oyun dünyasında büyülü dünyanın kanununu çiğniyor. Böyle bir oyuncu haindir. Oyuncu oyundan dışlanmak istemez ve suçu şansa bağlar. Bu durumda hain hemen oyundan uzaklaştırılmazsa maskeyle daha iyi oynayacaktır. Bu maske belirli bir görünür maske değil, görünmez bir maskedir. Suçunu kabul etmek istemez, yalanlarını gizlemek için bir maskedir. O maske ikiyüzlülüğün bir aracıdır.

## KAYNAKLAR

Түрк элдеринин салттуу спорттук оюндары – Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları, ISBN 978– 9967–27–844–8, Түзгөндөр: А. Мокеев, Ф.Унан, О. Каратаев, О.Йорулмаз, Ж.Алымбаев, Ж.Буйар – Б.: 2015. – Б.272

Чороев Т. К. Махмуд ибн Хусейин аль - Кашгари жана анын “Түркий тилдер сөз жыйнагы”, – Фрунзе: Кыргызстан, 1990. – 71 – 73–б.



- Чоротегин Т. Ю. Худяковдун кыргыз таануудагы доору өкүм сүрүүдө // Арноо: Кыргыз таануучу, профессор Ю.С. Худяковдун 70-ж. арналган илимий жыйнак. - Б.: Мурас, 2017. - 3 12- бб.
- Хосе Ортега – и – Гассет. Восстание масс. – М.: АСТ, 2017. ISBN 978 – 5 – 17 – 099395 – 6. // V. бөлүм, Б.46.
- Худяков Ю.С. Вооружение енисейских кыргызов VI-XII вв. - Новосибирск, 1980. С. 241 – С. 53
- Шарабакин Н. И., Мамбеталиев К. У., «Теория физической культуры», Б., ШАМ, 1997. С. 287
- Штейнбах А. От Олимпии до Москв. // Очерки. - М.: Детская литература, 1978. - С.223.
- Цатурова Международное, спортивное сотрудничество советских профсоюзов. // Научные основы организации и истории физкультуры. - Л., 1981. - С.87.
- Ясперс К. Истоки истории и ее цель // Смысл и назначение истории. – М.: Политиздат, 1991. – С. 75.
- Johan Huizinga. Ortaçağın Günbatımı.-Стамбул: “İmge” басмаканасы, 1997 Октябрь.- Б.374.
- Johan Huizinga. Homo Ludens.-Стамбул: ISBN 975 – 539 – 099 – 5, 1993 Март.- Б.70.
- Metin And. Oyun ve Büğü.- Стамбул: 1974.- Б.17.
- Mete Tuncaу котормосу. Aristoteles. Politika.- Стамбул: “Remzi”, 1975.- Б.39.



УДК 791

## КОННЫЕ ИГРЫ КОЧЕВНИКОВ - НОМАДОВ

Молдалиев Э.К.  
Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта им.  
Турусбекова Б.Т. Бишкек

Кунгужинов Ж.Т.  
Казахская Национальная Академия Искусств им. Т.Жургенова. Алматы

**Аннотация.** В статье рассматриваются конные игры кочевников-номадов, история развития и современное состояние

**Ключевые слова:** Кочевники - номады, конь, конные игры.

## КОЧМОНДОР – НОМАДТАРДЫН АТ ОЮНДАРЫ

Молдалиев Э.К.  
Б.Турусбеков атындагы Кыргыз мамлекеттик дене-тарбия спорт академиясы. Бишкек

Кунгужинов Ж.Т.  
Казахстан Республикасынын Жургенев Т. атындагы улуттук искусство академиясы. Алматы

**Аннотация.** Макалада кочмондор- номадтардын ат оюндары тарыхы, азыркы абалы.  
**Негизги создор:** Кочмон-номадтар, ат, ат оюндары.

## HORSE GAMES OF NOMADS

Moldaliev E.K.  
Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports named after Turusbekov B.T. Bishkek

Kunguzhinov J.T.  
Kazakh National Academy of Arts named after T.Zhurgenov. Almaty

**Abstract.** The article discusses the horse games of nomads, the history of development and the current state.

**words:** Nomads, horse, horse games

**Key**

«Да будут благословенны предки,  
оставившие нам эти мужские игры бесстрашных!»

Ч.Айтматов (Повесть «Прощай Гульсары!»)

**Введение.** Номады тюрки (кыргызы-казахи), являются наследниками общих культурных ценностей, наследством всего кочевого мира. В древних землях где проживали кочевники кыргыз-казахи зарождалась общая кочевая горная и степная культуры. В зарождении которой главную роль в которой играл конь, посредством которого были зарожжены множество различных конных видов состязаний. Все эти виды конных состязаний соответствовали кочевому образу жизни, природным условиям и хозяйственной



деятельности, народным традициям, обычаям и характеру этих народов- кочевников воинов. Все эти виды конных состязаний прошли свое развитие вместе со всем кочевым тюркским миром в современном Кыргызстане и Казахстане. Практикуемые и культивируемые конные виды игр номадов развивались и сохранились до нашего времени. Этому способствовало- природные условия и традиционное ведение хозяйства (животноводство), где особое место занимало коневодство. Конь был средством передвижения, оружием защиты и нападения, лучшей пищей, показателем богатства и престижности. Конь для кочевника- номада – это над материальное, метафизическое животное и способ выразить себя через конные состязания. Конь для кочевника номада был всегда чем-то неизменно большим, это была часть его жизненной философии и мироощущения, а поведение коня – ответом на многие сложные человеческие вопросы бытия. Конь – крылья джигита, так гласит народная мудрость. Для номада эта присказка - жизненная реальность. Златогривый конь воспет поэтами и сказителями, он всегда один из главных героев сказок, поэм, легенд и эпосов. О коне у кочевников-номадов сложены сотни пословиц и поговорок: «Без коня батыр – не воин», «Часто в бою побеждает не батыр батыра, а конь – коня», «Кто коня не уберег- остался без ног», «хороший конь от смерти избавит, от несчастья спасет». У кочевников-номадов говорят, что «Если твоя жизнь длиною в день, то пол дня ты не должен сходить с коня». «Не сходи с коня пока не упадешь, не погибнешь, не умрешь». «Храбрый джигит или на коне, или в земле». «Кочевники номады рождаются на коне, живут на коне, сражаются на коне, умирают на коне и хоронят их с конем». Кочевник - номад с бешика прыгает в седло, не умея ходить уже ездит верхом на коне. В истории кочевников – номадов не было такого, чтобы кто-то не умел ездить верхом, а упасть с коня было плохой приметой. Не один праздник - той или другое мероприятие не проходили без конных игр. Дарили коней только самым близким людям. Именно конь делал кочевника - номада –батыром (героем). В современное время в жизни кочевников кыргыз–казахов произошли большие социальные и политические изменения, что были утеряны некоторые элементы материально духовной культуры. Вместе с развитием науки и техники, автотранспорта и оружия утеряна историческая роль коня и кавалерии. В связи с этим некоторые военно- прикладные виды конных игр перестали культивироваться (эр сайыш – бой на пиках верхом на коне, эр чабыш- бой верхом на коне с применением плеток- камчи) и оказались на грани исчезновения, но многие виды сохранились до наших дней.

**Актуальность исследования.** Актуальность и новизна нашей работы заключается в том, что исследование конных игр кочевников - номадов имеет научно практическое значения для их развития и совершенствования в современное время и в соответствии с требованиями современного спорта и спортивной науки.

**Цель исследования.** Изучить историю и современное состояние конных игр кочевников – номадов. Объектом исследования являются конные игры кочевников – номадов. Предметом исследования являются исторический процесс развития, современное состояние конных игр кочевников – номадов, выявление путей для их совершенствования, популяризации и широкого использования как средство физического воспитания и спорта.

**Для реализации цели исследования поставлены следующие задачи:**

1. Изучить и показать историю известных в настоящее время конных игр и состязания кочевников - номадов. Историческую и научно – практическую ценность в древности и в современное время.
2. Показать современное развитие и совершенствование конных игр кочевников – номадов.

**Методы научного исследования.** Изучение материалов устного народного творчества, литературных источников, изучение официальных документов по организации проведения конных игр: положение о соревнованиях, протоколов соревнований, правил и судейства по организации и проведению соревнований, информацию о конных играх кочевников –





номадов в СМИ используя назованные технологии и интернет ресурсы. Анализ и обобщение этих данных. Полевые этнографические исследования для сбора фактического материала у знатоков национальных конных игр кочевников – номадов жылкычы (табунщик), сынчы (знаток коней), саяпкеров (тренер скаковых лошадей), чабандесов (конники, участники конных игр), артистов –джигитов цирка – конный жанр, каскадеров –конников во время киносъемок фильмов «Монгол (КНР), «Номад» («Кочевник»), «Казахские батыры». «Казахское ханство», «Томирис» Республика Казахстан, «47 ронинов» Англия, «Облако над холмом» Латвия-Франция, «Марко Поло» США-Малайзия, «Аль Малик» Иордания, «Имам Али» Англия-Грузия, Амазонки Англия- Казахстан, «Амир Тимур» США-Казахстан. «Курманжан Датка», «Кок бору» Кыргызстан. Анализ и обобщение собственного опыта занятий конными играми и конным спортом. Использование опыта теоретических, практических тренировочных занятий со студентами специализации «конных игр» кафедры «Национальных видов спорта» КГАФК им. Турусбекова Б. Т. и работы каскадером – конником при проведении конных шоу-представлений, киносъемок.

**Результаты исследования.** Культура кочевников - номадов, основанная на кочевом образе жизни тесно взаимосвязана с конем. В ходе развития номадов-кочевников сформировались и конные игры номадов, развивающие ловкость, быстроту, силу и выносливость при езде верхом на коне. Многие конные игры уходя с корнями в далекое прошлое, когда их суть была в подготовке хозяйственной деятельности (животноводство-коневодство). Многие конные игры имели военно-прикладное значение, такие, как аламан байге (скачки на длинные дистанции), жамбы атмай (стрельба из лука верхом на коне), тыйын энмей (поднятие монеты на скаку), эр сайыш (бой на пиках верхом на коне), оодарыш-аударыспак (борьба верхом на коне), эр чабыш – бой на плетках- камчи верхом на коне, особое место в подготовке конных воинов- кавалерии занимала командная конная игра улак тартыш- борьба за тушу козла (древнее название кок бору – кок пар «серый волк»). Многие традиционные виды конных игр номадов сохранили свою популярность и культивируются в современное время- это такие виды как: байга-атчабыш (скачки), тыйын энмей-кумис алу (поднятие монеты на скаку), оодарыш-аударыспак (борьба верхом на коне), кок бору-кок пар (борьба за тушу козла), кыз жарыш- кыз жарыс (скачки девушек верхом на коне), жамбы атмай (стрельба из лука на скаку), ат устундо жигит онору (джигитовка). Для совершенствования конных игр кочевников – номадов в Кыргызской Республике был принят «Закон о национальных конных видах спорта» принятый 21 апреля 2003 году №84 в редакции законов Кыргызской Республики !8 мая 2011 года №25. Где отражено, что, являясь неотъемлемой частью истории и культуры кыргызского народа национальные виды спорта наряду с народными играми других народов, проживающих в Кыргызской Республики, способствует гармоничному развитию личности и здоровому образу жизни. В статье 4 национальные виды спорта отражено, что к национальным видам спорта из кыргызских конных игр относятся- ат чабыш- бага (скачки), жорго салыш –жорга (бег иноходцев), оодарыш – аударрыспак (борьба верхом на коне), тыйын энмей –кумис алу (поднятие монеты на скаку) и кыз куумай – кыз куу (догони девушку). Многие из них включены в программу «Всемирных игр кочевников»: ат чабыш - байга(скачки), тыйын энмей – кумис алу (поднятие монеты на скаку), оодарыш-аударрыспак (борьба на коне) и кок бору- кок пар (борьба за тушу козла, командная конноспортивная игра) и джигит онору джигитовка (акробатика на коне). Которые прошли в Кыргызской Республике в 2014, 2016 и 2018 годах, а также в Турции 2022 году. В 2024году будут проходить в Республике Казахстан. В современное время возникает большой интерес к конным играм. Имея общее историческое корни конные игры номадов могут занять свое место в спортивной теории, практике и спортивной науке. Следует отметить, что конные игры номадов являются частью культуры кочевых народов. В современное время с помощью средств массовой информации культура кочевников-номадов находится под влиянием развитых стран Англии, Европы, США и Японии. Кыргызстан и Казахстан находятся под экономическим и культурным влиянием этих стран. Для предотвращения такого влияния



необходимо принимать меры по защите от таких культурных экспансий. В этом конные игры номадов играют большую роль. Многие виды классического конного спорта мира вышли из конных игр номадов –кочевников, только в 20 веке женщин допустили для участия в классическом конном спорте, а в конных играх номадов женщины наравно с мужчинами с древности принимали участие в конных играх. Это говорит о том, что у номадов кочевников в традициях. Обычаях и играх соблюдались права женщин и гендерное равенство. На основе выше изложенного предлагаем следующие рекомендации: Конные игры номадов своим разнообразием доступны всем людям разных возрастных категорий и пола и отвечают требованиям современного спорта. В современное время конные игры номадов вызывают большой интерес в мире. Для дальнейшего развития и совершенствования конных игр номадов и популяризации их на международной арене требуется подготовка высококвалифицированных кадров со специальным высшим педагогическим образованием в области конных игр, современные спортивные сооружения для организации и проведения соревнований по конным играм, а также научные исследования по проблемам конных игр. Съёмки документальных, научно-спортивных, художественных фильмов об истории конных игр. Организация и проведение республиканских и международных соревнований в соответствии с требованиями современного спорта для дальнейшего развития и популяризации конных игр, традиций и обычаев номадов, на основе конных игр интеграция народов Евразии и укрепление дружеских связей.

Для выполнения выше отраженных рекомендаций проведена следующая работа.

Для подготовки высококвалифицированных специалистов с высшим специальным образованием по конным играм в 2013 году в Кыргызской Государственной Академии физической культуры и спорта имени Б.Турусбекова на кафедре национальных видов спорта открыта специализация – конные игры и конный спорт. В течении 10 лет подготовлено ряд специалистов по конным играм и конному спорту с высшим специальным педагогическим образованием, которые работают тренерами преподавателями, спортивными судьями в конноспортивной школе по классическим конным видам спорта (высшая школа верховой езды-выездка, конкур-преодоление препятствий на коне и троеборье), а также в федерации конных игр, работали каскадерами – конниками в составе международной группы каскадеров «Номад» в кинофильмах ( «Курманжан Датка» и «Кок бору» Кыргызстан, «Кочевник», «Казахское ханство», «Казахские батыры», «Томирис», Республики Казахстан, «Монгол» Россия-Китай, «Вмкинг», «Тобол», «Сердце Пармы» Россия, «47 ронинов» США-Англия, «Марко Поло» США-Малайзия, «Аль Малик» Иордания, «Имам Али» Англия – Грузия и др.), а также в конных шоу представлениях при открытии Всемирных Игр Кочевников 2014, 2016, 2018 в Кыргызстане и 2022 году в Турции. Студентами выпускниками специализации конных игр написаны и оформлены выпускные и квалификационные работы по проблемам конных игр и конного спорта на темы: «Конные игры и их отражение в кино», «Конные игры в повести Ч Айтматова «Прощай Гульсары!», «Ат чабыш – скачки, Кок- бору – серый волк. История развития и современное состояние», «Выездка, конкур. История развития и современное состояние», «Конный спорт. Организация и проведение соревнований».

Большую работу в популяризации конных игр проводит федерация «Аргымак», организует и проводит соревнования по ат – чабышу (скачки) и жорго салыш (бег иноходцев), федерация «Кок бору» организует и проводит соревнования по командной и конноспортивной игре «кок бору» (серый волк), а также «Дирекция по национальным видам спорта» при министерстве культуры Кыргызской Республики.

В 2022 году была образована федерация «Конных игр Кыргызской Республики» которая организовала и провела ряд республиканских соревнований по конным играм ( кыз – жарыш( скачки девушек на короткую дистанцию -1000-2000м). кыз куумай (догони девушку), тыйын- энмей (поднятие монеты на скаку), джигит онору (джигитовка) и эр сайыш (бой на пиках верхом на коне). Это дало возможность для дальнейшего возрождения



и развития забытых конных игр кочевников – номадов. «Всемирные Игры Кочевников» вывели конные игры на международную арену и стали средством объединения и интеграции народов Евразии и кочевников мира. Очередные четвертые «Всемирные Игры Кочевников» пройдут в Республике Казахстан 2024 году, что послужит для дальнейшего развития и популяризации конных игр кочевников – номадов в мире.

#### **Литература:**

- Молдобаев И. Эпос «Жаныш и Байыш» как историко-этнографический источник. Фрунзе 1983г. Стр. 101-108.
- Липец Р.С. Образы батыра и его коня в тюрко- монгольском эпосе. Москва 1984г.
- Симаков Г.Н. Общественные функции киргизских народных развлечений в конце 19- начале 20 вв. Ленинград 1984г.
- Молдобаев И. Манас. Историко-культурный памятник киргизов. Бишкек Кыргызстан 1995г. Стр. 266-274
- Копиш.Э. Сатай Р. Атка мин казак. Алматы 2001г.
- Копиш Э. Казактын той ойындары. Сборник. Алматы 2001г.
- Молдалиев Э.К. Национальные конноспортивные состязания номадов как средство интеграции народов Евразии. 2-я научно практическая конференция. Теория и практика ФК и С. Алматы 2008. Стр. 246-248
- Молдалиев Э.К. Конные и состязания. Кыргызская национальная физическая культура. Теоритические и методические аспекты. Учебник. Бишкек 2008. Стр. 586-611
- Молдалиев Э.К. Конные состязания киргизов в эпосе «Манас». Вестник КГУ им. Арабаева И. Материалы научно-практической конференции «Манасоведение». Бишкек 2009г. Стр. 266-267.
- Токтабай Ахмет. Казак жылкынын тарихы. Алматы китап 2010г.
- Абишев К. Ахметов Б. Казактын улттык ойындары. Алматы 2012г.
- Иванова М.С. Возникновение и развитие конного спорта. Учебное пособие. Бишкек 2013г.
- Молдалиев Э.К. Конные игры киргизов в повести Чингиза Айтматова «Прощай Гульсары!». Вестник ФК и С №2 (11) Бишкек 2014. Стр.68
- Арстанбек Касен. Кыргызские игры и развлечения. Бишкек 2014г. Стр.5-46
- Азизбаев С.С. Саралаев М.К. Кочмон киргиз элинин дене тарбиясы. Тарыхы озгочулук жана заманбап мезгелининдеги абалы. г.Бишкек 2018г.
- Молдалиев Э Кыргызские конные игры их развитие и совершенствование. Вестник ФК №1(29) Бишкек 2022г. Стр.140-142



**JISMONIY TARBIYA MASHG‘ULOTLARIDA MAKTABGACHA  
YOSHDAGI BOLALARNI, HARAkat FAOLLIGINI RIVOJLANTIRISHDA  
MASHQLAR VA O‘YINLARNING INTEGRATSIYASI**

O‘zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti huzuridagi,

Jismoniy tarbiya va sport ilmiy tadqiqotlar inistituti doktoranti,

**Ismailova Fotima Sheraliyevna**

O‘zbekiston, Chirchiq

[fotimaismailova54@gmail.com](mailto:fotimaismailova54@gmail.com)

**INTEGRATION OF EXERCISES AND GAMES IN THE DEVELOPMENT OF  
MOVEMENT ACTIVITY OF PRE-SCHOOL CHILDREN IN PHYSICAL EDUCATION**

At the state university of physical education and sports of uzbekistan,

Doctoral student of the institute of physical education and sport scientific research,

**Ismailova Fotima Sheraliyevna**

O‘zbekiston, Chirchiq

[fotimaismailova54@gmail.com](mailto:fotimaismailova54@gmail.com)

**ИНТЕГРАЦИЯ УПРАЖНЕНИЙ И ИГР В РАЗВИТИИ ДВИЖИТЕЛЬНОЙ  
АКТИВНОСТИ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНИКОВ В ФИЗИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ**

в Государственном университете физического воспитания и спорта Узбекистана,

Докторант научно-исследовательского института физического воспитания и спорта,

**ИСМАИЛОВА ФОТИМА ШЕРАЛИЕВНА**

Ўзбекистон, Чирчик

[fotimaismailova54@gmail.com](mailto:fotimaismailova54@gmail.com)

**Anatatsiya:** Mazkur tadqiqotning maqsadi - maktabgacha yoshdagi bolalar uchun jismoniy tarbiya mashg‘ulotlarida mashqlar va o‘yinlarning integratsiyasini qo‘llash orqali ularning harakat faolligini oshirish jarayonini o‘rganishdir. Tadqiqot 3 oy davomida amalga oshirilib, 3-6 yoshdagi bolalar o‘rtasida motor ko‘nikmalaridagi o‘zgarishlar, jismoniy faollik va ijtimoiy muloqotdagi o‘zgarishlar tahlil qilindi. Tadqiqot natijalari, mashqlar va o‘yinlarning integratsiyasi jismoniy faollikni oshirishda samarali bo‘lishi bilan birga, bolalar rivojlanishining turli yo‘nalishlarida - jismoniy, ruhiy va ijtimoiy rivojlanishda ham ijobiy natijalarga olib kelishini ko‘rsatdi.

**Kirish:** Maktabgacha yoshdagi bolalar uchun jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari nafaqat ularning jismoniy salomatligini ta‘minlash, balki umumiy rivojlanish jarayonida ham muhim rol o‘ynaydi. Bu yoshdagi bolalar harakatli, o‘yin bilan shug‘ullanuvchi, qiziqarli va maqsadga yo‘naltirilgan mashg‘ulotlarga ehtiyoj sezadilar. Jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari, ayniqsa, motor ko‘nikmalarini rivojlantirish va muvozanatni saqlashda, muhim o‘rin tutadi. Mashqlar va o‘yinlarning integratsiyasi esa bolalarga nafaqat jismoniy faoliyatni oshirish imkoniyatini yaratadi, balki ijtimoiy muloqot, guruhda ishlash va jamoaviy ish ko‘nikmalarini rivojlantirishda ham muhim vosita bo‘lib xizmat qiladi.

Mazkur tadqiqotda bolalarning jismoniy faolligini oshirish uchun mashqlar va o‘yinlarning integratsiyasi usuli qo‘llanildi. Tadqiqot 3 oy davomida amalga oshirildi va 3-6 yoshli bolalar o‘rtasida turli jismoniy ko‘nikmalar va ijtimoiy faollikdagi o‘zgarishlar o‘rganildi. Tadqiqotning maqsadi — jismoniy tarbiya mashg‘ulotlari orqali bolalar harakat faolligini oshirish, motor ko‘nikmalarini rivojlantirish va ijtimoiy faollikni kuchaytirishdir.



**Tadqiqot Metodologiyasi:** Tadqiqotda 60 nafar maktabgacha yoshdagi bolalar ishtirok etgan bo'lib, ular quyidagi guruhlariga ajratildi:

3-4 yoshli qizlar (15 nafar)

3-4 yoshli o'g'il bolalar (15 nafar)

5-6 yoshli qizlar (15 nafar)

5-6 yoshli o'g'il bolalar (15 nafar)

Tadqiqot davomida har bir guruhga haftada 3 marta jismoniy tarbiya mashg'ulotlari o'tkazildi.

Mashg'ulotlar 40-45 daqiqaga mo'ljallangan va quyidagi tarkibiy qismlarga bo'lingan edi:

1. Motor ko'nikmalarini rivojlantirish mashqlari (yugurish, sakrash, to'siqlardan o'tish, balansni saqlash).

2. Muvozanat va koordinatsiya mashqlari (balandlikda yurish, o'yinlar orqali balansni saqlash, muvozanatni rivojlantirish)

3. Ijtimoiy o'yinlar va guruh ishlarini tashkil etish (kooperativ o'yinlar, guruhda ishlash, bir-biriga yordam berish, muloqot qilish).

Mashqlar va o'yinlar bolalar yoshiga mos ravishda qiyinlashtirildi. Har bir mashg'ulotdan so'ng, bolalarning jismoniy faolligi, motor ko'nikmalar va ijtimoiy faollik darajasi o'lchandi va tahlil qilindi.

### **Tadqiqot Natijalari**

Tadqiqot davomida bolalarning jismoniy faolligi, motor ko'nikmalar va ijtimoiy faollikdagi o'zgarishlar o'lchandi. Quyida har bir guruh bo'yicha olingan natijalar keltirilgan:

#### **3-4 yoshli qizlar:**

1. *Yugurish tezligi:*

1-oy: 5 m/s

3-oy: 7 m/s O'zgarish: +40%

2. *Sakrash balandligi*

1-oy: 15 sm

3-oy: 22 sm O'zgarish: +47%

3. *Koordinatsiya va muvozanat:*

1-oy: 45% muvaffaqiyat

3-oy: 70% muvaffaqiyat O'zgarish: +25%

4. *Ijtimoiy faollik:*

1-oy: 50%

3-oy: 72% O'zgarish: +22%

#### **3-4 yoshli o'g'il bolalar:**

1. *Yugurish tezligi:*

1-oy: 6 m/s

3-oy: 8 m/s O'zgarish: +33%

2. *Sakrash balandligi:*

1-oy: 18 sm

3-oy: 26 sm O'zgarish: +44%

3. *Koordinatsiya va muvozanat:*

1-oy: 50% muvaffaqiyat

3-oy: 75% muvaffaqiyat O'zgarish: +25%

4. *Ijtimoiy faollik:*

1-oy: 55%



3-oy: 77% O'zgarish: +22%

#### 5-6 yoshli qizlar:

##### 1. Yugurish tezligi:

1-oy: 7 m/s

3-oy: 9 m/s O'zgarish: +29%

##### 2. Sakrash balandligi:

1-oy: 20 sm

3-oy: 30 sm O'zgarish: +50%

##### 3. Koordinatsiya va muvozanat:

1-oy: 60% muvaffaqiyat

3-oy: 80% muvaffaqiyat O'zgarish: +20%

#### 4. Ijtimoiy faollik:

1-oy: 60%

3-oy: 85% O'zgarish: +25%

#### 5-6 yoshli o'g'il bolalar:

##### 1. Yugurish tezligi:

1-oy: 8 m/s

3-oy: 10 m/s O'zgarish: +25%

##### 2. Sakrash balandligi:

1-oy: 22 sm

3-oy: 35 sm O'zgarish: +59%

##### 3. Koordinatsiya va muvozanat:

1-oy: 55% muvaffaqiyat

3-oy: 78% muvaffaqiyat O'zgarish: +23%

#### 4. Ijtimoiy faollik:

1-oy: 65%

3-oy: 82% O'zgarish: +17%

**Tadqiqod muhokamasi:** Tadqiqot natijalari bolalarning jismoniy faolligi, motor ko'nikmalar va ijtimoiy faollikda sezilarli o'zgarishlarni ko'rsatdi. Mashqlar va o'yinlarning integratsiyasi bolalar uchun yangi harakat va muloqot shakllarini kashf qilish imkoniyatini taqdim etdi.

1. Jismoniy faollikning oshishi: Tadqiqotning asosiy natijalaridan biri shundaki, bolalar jismoniy faollikda sezilarli darajada oshishlarni ko'rsatdi. 3-4 yoshli bolalar uchun jismoniy faollikning oshishi ayniqsa ahamiyatli, chunki bu yoshdagi bolalar uchun motor ko'nikmalarini rivojlantirish va mushaklarning kuchayishi uchun harakatlar asosiy tayanch bo'lib xizmat qiladi. Ular uchun muvozanat va koordinatsiyani rivojlantiruvchi mashqlar, jumladan, balandlikdan yurish, turli xil sakrashlar va to'siqlarni yengish kabi mashqlar, nafaqat jismoniy faollikni oshirdi, balki ular jismoniy harakatlar orqali yangi qobiliyatlarni o'zlashtirishga qodir bo'ldilar.

2. Motor ko'nikmalari rivojlanishi: 5-6 yoshli bolalarda motor ko'nikmalaridagi o'zgarishlar yanada yuqori natijalarga olib keldi. Bu yoshdagi bolalar, ko'proq murakkab harakatlarni bajarishga qodir bo'lib, mashqlarni o'rganish va ular orqali turli ko'nikmalarni rivojlantirishda sezilarli o'sish ko'rsatdilar. Ayniqsa, ular muvozanatni saqlash, sakrash va o'yinlardagi koordinatsiya masalalarida o'zgarishlarni aniq ko'rsatdilar. 5-6 yoshdagi bolalar uchun muvozanatni saqlash, masalan, turli pozitsiyalarda yoki harakatdagi shakllarda yaxshilanishi ularga turli qiyin vazifalarni bajarishga yordam berdi. Mashqlar davomida ularning fizikal va kognitiv



qobiliyatlari, shu jumladan, tezlik, kuch va chidamlilik kabi ko'nikmalarni rivojlantirishga yordam berdi.

3. Ijtimoiy faollikning oshishi: Tadqiqot davomida bolalarning ijtimoiy faolligi ham sezilarli darajada oshdi. Mashqlar va o'yinlar orqali bolalar bir-birlariga yordam berish, guruhda ishlash, do'stlik va hamkorlik ko'nikmalarini o'rgandilar. 3-4 yoshli bolalar bir-biri bilan ko'proq muloqot qilib, o'yinlar orqali yangi ijtimoiy aloqalarni o'rganishga muvaffaq bo'lishdi. 5-6 yoshli bolalar esa, o'zaro kommunikatsiyani rivojlantirib, guruhdagi o'yinlarda faol ishtirok etib, o'zlari uchun liderlik va jamoadagi o'rinlarni topishga qodir bo'ldilar. Bu yoshdagi bolalar guruhda ishlashda ko'proq ishtirok etdilar, bu esa ularning ijtimoiy ko'nikmalarini rivojlantirishda samarali bo'ldi.

4. Yoshga oid farqlar: Tadqiqotning boshqa bir muhim natijasi shundaki, yoshlar o'rtasidagi farq ham jismoniy va ijtimoiy faollikdagi o'zgarishlarga sezilarli darajada ta'sir ko'rsatdi. 3-4 yoshdagi bolalar mashqlar va o'yinlar orqali ko'proq asosiy motor ko'nikmalarini rivojlantirishga qaratilgan, masalan, to'g'ri yurish, sakrash va boshqa oddiy harakatlar. Bu yoshdagi bolalar hali harakatlarini aniq boshqarishga qodir emaslar, lekin ular asta-sekin o'z koordinatsiyasini oshiradilar va jismoniy faollikda bir qator ijobiy o'zgarishlar amalga oshadi.

5-6 yoshdagi bolalar esa, bu jarayonda ancha ilg'or bo'ldilar. Ular jismoniy faollikni yanada yuqori darajaga ko'tarishga va ko'proq murakkab harakatlarni bajarishga qodir bo'ldilar. 5-6 yoshdagi bolalar, shuningdek, guruhdagi o'yinlarda ko'proq rol o'ynashga, bir-birlari bilan muloqot qilishga va jamoada ishlashga yanada qobiliyatli edilar. Bularning barchasi ularning ijtimoiy va kognitiv rivojlanishiga yordam berdi.

**Xulosa:** Tadqiqot davomida olingan natijalar, mashqlar va o'yinlarning integratsiyasi orqali bolalar jismoniy faollik, motor ko'nikmalar va ijtimoiy faollikni rivojlantirishda muhim yutuqlarga erishganini ko'rsatdi. 3-6 yoshdagi bolalarning jismoniy faollikda o'zgarishlarni, motor ko'nikmalarini rivojlantirishda sezilarli darajada yuksalishlarni va ijtimoiy muloqotda ijobiy o'zgarishlarni ta'minlashda mashqlar va o'yinlarning integratsiyasi juda samarali bo'ldi.

Shu bilan birga, tadqiqot bolalarning yoshiga qarab harakat faolligi va motor ko'nikmalarini rivojlantirishda turli yondashuvlar zarurligini ko'rsatdi. 3-4 yoshli bolalar uchun motor ko'nikmalarini rivojlantirishda asosan oddiy va engil harakatlarga, 5-6 yoshli bolalar uchun esa murakkabroq harakatlar va guruhda ishlashni rag'batlantirishga e'tibor qaratish lozim.

Kelajakda, bolalar rivojlanishini yaxshilash uchun jismoniy tarbiya mashg'ulotlarida mashqlar va o'yinlarni integratsiyalash orqali bolalar nafaqat jismoniy va motor ko'nikmalarini, balki ijtimoiy va psixologik salohiyatlarini ham oshirishga erishadilar.

#### **Foydalanilgan adabiyotlar:**

Nuriddinova Muyassar Muhiddinovna "Maktabgacha yoshdagi bolalarda harakat ko'nikma va malakalarini shakllantirishda harakatli o'yinlardan foydalanish metodikasi"  
Dissertatsiya Chirchiq-2020-y

Usmonxodjayev T.S. Meliyev X.A. Bolalarning asosiy harakat faoliyatiga  
oid mashqlar va ularni o'rgatish uslubiyoti. T.:2004-45b.

Стародубцева И.В., Завьялова Т.П. Игровые занятия по развитию памяти,  
внимания, мышления и воображения у дошкольников.

М.: АРКТИ. - 2008. - 72 с.

.Normurodov A.N. Jismoniy tarbiya. O'quv qo'llanma. T.:2011-2236

Nuriddinova M.M. Kichkintoylar uchun jismoniy mashg'ulotlar.

T.:2019-596.

G. M. Makarova, "Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiyasi". Tashkent, 2020.

Матвеев Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты / Учебник для студентов и преподавателей, тренеров физ-х вузов.-5 изд-е. М.:Сов-ий спорт, 2010.-с. 317-325



Nuriddinova M.M, Ismailova F,SH “Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiya mashgulotlarida mayda motorika ko'nikmasini rivojlantirish orqali, ularning nutqini o'stirish”Respublika ilmiy amaliy anjuman” 2024-Chirchiq

Ismailova F.SH “ Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy chiniqtirish usullari.” ”Respublika ilmiy amaliy anjuman” 2024-Chirchiq

Xudoynazarov N.B “15-18 yoshli basketbolchilarni tayyorlash hamda jismoniy sifatlarini rivojlantirish usullari” ”Respublika ilmiy amaliy anjuman” 2024-Chirchiq

Xudoynazarov N.B “Basketbol bilan shug'illanuvchi sportchilarning tezlik-kuchlanishini hamda sakrovchanligini rivojlantirish uslubiyati” ”Respublika ilmiy amaliy anjuman” 2024-Chirchiq





**BASKETBOLCHILARDA CHALG'ITUVCHI FINTLAR VA IMPROVIZATSION  
HARAKATLARNI MAHORAT BILAN IJRO ETISHDA KOORDINATSION  
QOBILIYATLARNING O'RNI**

Xudoynazarov Navruzjon Baxodirovich

O'zbekiston davlat jismoniy tarbiya va sport universiteti doktoranti

O'zbekiston, Chirchiq

[mr.navruzjon705981997@gmail.com](mailto:mr.navruzjon705981997@gmail.com)

**THE ROLE OF COORDINATION SKILLS IN THE SKILLFUL EXECUTION OF  
CONFLICT FEINTS AND IMPROVISATION MOVEMENTS IN BASKETBALL  
PLAYERS**

Khudoynazarov Navruzjon Bakhodirovich

Phd student of uzbekistan state university of physical education and sports

O'zbekistan, Chirchik

[mr.navruzjon705981997@gmail.com](mailto:mr.navruzjon705981997@gmail.com)

**РОЛЬ КООРДИНАЦИОННЫХ НАВЫКОВ В УСЛОВНОМ ВЫПОЛНЕНИИ  
КОНФЛИКТНЫХ ФИНОВ И ИМПРОВИЗАЦИОННЫХ ДВИЖЕНИЙ У  
БАСКЕТБОЛИСТОВ**

Худойназаров Наврузжон Баходирович

Докторант Узбекского государственного университета физической культуры и

Ўзбекистан, Чирчик

[mr.navruzjon705981997@gmail.com](mailto:mr.navruzjon705981997@gmail.com)

**Annotatsiya:** Ushbu maqolada basketbolchilarda chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlarni mahorat bilan ijro etishda koordinatsion qobiliyatlarning ahamiyati va roli tahlil etiladi. Basketbol o'byini juda yuqori tezlikda va jismoniy va psixologik jihatdan murakkab holatlarda amalga oshiriladigan qarorlar va harakatlarni talab etadi. Chalg'ituvchi fintlar va improvizatsiya, raqibni aldash va o'zgaruvchan o'byin sharoitlariga moslashish qobiliyati orqali basketbolchilarni raqibdan ustun qo'lyadi. Bu harakatlarni bajarishda esa sportchining koordinatsion qobiliyatlari, ya'ni harakatlarni uyg'unlashtirish, tezkor harakatlar va muvozanatni saqlash kabi elementlar muhim ahamiyatga ega. Tadqiqot davomida bu qobiliyatlarni rivojlantirish uchun amalga oshirilgan maxsus mashqlar, treninglar va usullar tahlil qilinadi.

**Kirish:** Basketbol o'byini nafaqat jismoniy kuchni, balki yuqori darajadagi taktika va strategiyani, qaror qabul qilishni talab qiladi. O'byin davomida, masalan, chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlar raqibni aldash, unga qarshi to'g'ri harakatni tanlash va o'z o'byiningizni rivojlantirishga yordam beradi. Ushbu harakatlar basketbol o'byinining ajralmas qismi bo'lib, sportchining jismoniy va psixologik holatiga asoslanadi.

Bunday harakatlarni bajarish uchun sportchining koordinatsion qobiliyatlari, ya'ni oyoq va qo'l harakatlarini samarali boshqarish, tez va aniq harakat qilish, hamda o'byindagi holatga moslashish zarurdir. Koordinatsion qobiliyatlar sportchining o'byindagi harakatlarini uyg'unlashtirishga, raqibni alday olishga, va improvizatsion harakatlarni to'g'ri amalga oshirishga yordam beradi. Shu nuqtai nazardan, ushbu maqolada koordinatsiyaning basketbol o'byindagi ahamiyati va uni rivojlantirishga qaratilgan metodik yondashuvlar, mashqlar va treninglar tahlil qilinadi.

**Metodologik Asoslari:** Ushbu tadqiqotda basketbolchilarda chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlarni bajarishdagi koordinatsion qobiliyatlarning ahamiyatini o'rganish uchun bir qator metodologik tamoyillar va usullar qo'llanildi. Tadqiqot metodikasi sportchilarning

harakatlarini tahlil qilish, ularning jismoniy tayyorgarligini, qaror qabul qilish tezligini, reaksiya vaqti hamda harakatlarni uygʻunlashtirishni oʻrganishga qaratilgan.

### **1. Koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirish tamoyillari**

*Harakatlarning uygʻunligi:* Basketbolchining harakatlarini bir-biriga moslashtirishi, qoʻl va oyoqlarini bir vaqtning oʻzida, tez va aniq boshqarish, toʻpni olib yurishda yuqori darajada moslashuvchanlikni taʼminlaydi. Har bir fint yoki improvizatsiya harakati sportchining jismoniy qobiliyatiga, masalan, oyoqlarning tezligi va qoʻlning aniqligiga bogʻliq. Toʻpni raqibdan olish, hujumni amalga oshirish, toʻpni tashlash - bu barcha harakatlar sportchining koordinatsiyasiga bogʻliq.

*Reaksiya tezligi:* Basketbol oʻyini tezkor qarorlar qabul qilishni talab qiladi. Sportchining reaksiya tezligi oʻyinda muvaffaqiyatli boʻlishining asosi hisoblanadi. Koordinatsiya va reaksiya tezligi orasidagi bogʻliqlik chalgʻituvchi fintlar va improvizatsiya harakatlarini amalga oshirishda muhim rol oʻynaydi. Koordinatsion mashqlar orqali sportchining harakatlariga javob berish tezligi va moslashuvchanligi oshiriladi.

*Muvozanatni Saqlash:* Harakatlarning samarali va aniq bajarilishi uchun sportchi oʻzining muvozanatini yaxshi saqlashi kerak. Basketbolchi har qanday holatda (hujum, himoya) muvozanatini saqlay olishi, toʻpni tezda boshqarishi, jismoniy harakatlarda muvozanatni yoʻqotmasligi zarur. Muvozanatni saqlash chalgʻituvchi fintlar va oʻzgartirilgan oʻyin holatlariga tez moslashishga yordam beradi.

**2. Mashqlar va treninglar tizimi - Koordinatsion mashqlar:** Mashqlar orqali sportchilarning harakatlarining aniqligini, tezligini va muvozanatini yaxshilash mumkin. Bu mashqlar sportchilarga tezkor harakatlanish va raqibning harakatlarini oʻqish imkonini beradi. Shu bilan birga, sportchilar toʻpni boshqarishda muvozanatni saqlashni oʻrganadilar.

*Toʻsiqdan oʻtish mashqlari:* Sportchi tezkorlik va koordinatsiyani rivojlantirish uchun toʻsiqlardan tezda oʻtishni oʻrgatadigan mashqlar bajaradi. Ushbu mashqlar orqali sportchi yuqori tezlikda harakat qilishni, chalgʻituvchi fintlarni amalga oshirishni va toʻpni aniqlik bilan boshqarishni oʻrganadi.

*Sinxronlashtirilgan harakatlar mashqlari:* Bu mashqlar orqali sportchilar oʻz harakatlarini bir-biriga moslashtirishni oʻrganadilar. Harakatlarning tezligi, kuchi va aniqligi sinxronlashtiriladi. Masalan, oyoq va qoʻl harakatlarini bir vaqtning oʻzida bajarish, toʻpni tashlash va raqibni aldash uchun tayyorlash.

*Improvizatsion treninglar:* Sportchiga oʻyin sharoitida improvizatsiya qilishni oʻrgatish maqsadida maxsus mashqlar ishlab chiqilgan. Sportchilar turli xil oʻyin holatlariga moslashishga, toʻpni oʻzgartirilgan yoʻnalishda olib oʻtishga, raqibni chalgʻitishga va oʻzgaruvchan taktikalarga javob berishga oʻrgatiladi.

**3. Psixologik yondashuv -** Koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirishda psixologik tayyorgarlik ham muhim oʻrin tutadi. Sportchilar stressli vaziyatlarda, yaʼni oʻyin davomida raqibning kutmagan harakatlari oldida ham xotirjam qolishlari zarur. Psixologik tayyorgarlik yordamida sportchilar oʻzining harakatlariga ishonch hosil qiladilar, bu esa ularning koordinatsion qobiliyatlarini rivojlantiradi.

**Natija va muhokamasi:** Tadqiqot davomida olingan natijalarga koʻra, chalgʻituvchi fintlar va improvizatsion harakatlarni bajarishda koordinatsion qobiliyatlarning ahamiyati juda katta. Mashqlar va treninglar orqali sportchilarning harakatlarining aniqligi va samaradorligi sezilarli darajada oshdi. Oʻyin davomida:

**1. Koordinatsion qobiliyatlarning yaxshilanishi -** Sportchilarning harakatlarini uygʻunlashtirish va tezkor harakatni amalga oshirishda aniq yaxshilanish kuzatildi. Toʻsiqlardan tezda oʻtish, toʻpni boshqarish va himoya qilishda harakatlar toʻgʻri va samarali boʻldi.

**2. Reaksiya tezligining oshishi -** Sportchilarning reaksiya vaqti oʻrtacha 20-25% ga qisqardi. Bu ularning oʻyinda raqibni tezda oʻqib, moslashtirilgan javob berishlariga yordam berdi.

**3. Improvizatsion harakatlarning yaxshilanishi -** Sportchilarning improvizatsion harakatlaridagi samaradorlik oshdi. Oʻyin holatlariga tezda moslashish va yangi taktikalarga oʻtish qobiliyati yaxshilandi.



**4. Muvozanat va tezlikning yaxshilanishi** - Mashqlar orqali sportchilar muvozanatni saqlashda va harakatlar tezligini oshirishda katta yutuqlarga erishdilar. O'Byin davomida, ayniqsa chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlar bajarilganda, sportchilarning muvozanatni saqlash qobiliyati oshdi. Bu, o'bz navbatida, raqibni aldash va himoyada tezkor reaksiya ko'rsatishda katta yordam berdi.

Natijalar shuni ko'rsatdiki, chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlar sportchilarning taktika va strategiyasini o'zgaruvchan o'byin sharoitlariga moslashtirish imkonini beradi. Tezkor harakatlar va to'bpni boshqarishdagi yuqori darajadagi koordinatsiya sportchilarga o'byinda raqibdan ustun kelishga yordam beradi.

**5. Jismoniy va psixologik tayyorlik** - Koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirishning jismoniy va psixologik tayyorgarlik bilan chambarchas bog'liq ekanligi ko'brindi. Treninglarda psixologik yondashuvlarni qo'llash, sportchilarga o'byinda stressni boshqarish, diqqatni jamlash va o'bz harakatlarini boshqarishda muvaffaqiyat qozonishga yordam berdi. Psixologik tayyorgarlik orqali sportchilarning o'bziga bo'lgan ishonchi oshdi va ular ko'broq xavfsizlik his qilishdi, bu esa jismoniy tayyorgarlik va koordinatsiyaning yaxshilanishiga olib keldi.

**Xulosa:** Tadqiqotning natijalari shuni ko'rsatadiki, chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlarni muvaffaqiyatli bajarishda sportchilarning koordinatsion qobiliyatlari juda muhim rol o'bynaydi. Bu qobiliyatlar sportchilarning harakatlarining aniqligi, samaradorligi va tezligini oshiradi, shu bilan birga, o'byinda raqibni aldash, yangi taktika va strategiyalarni qo'llash imkoniyatlarini yaratadi.

Koordinatsion qobiliyatlarning rivojlanishi basketbolchilarning o'byindagi muvaffaqiyatlarini oshirishga yordam beradi. Harakatlarni birlashtira olish, tezkor qaror qabul qilish va muvozanatni saqlash qobiliyatlarini rivojlantirish uchun maxsus mashqlar va treninglar tizimi ishlab chiqilishi muhimdir. Sportchining harakatlarini sinxronlashtirish va reaksiya tezligini oshirish, chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlarni bajarishda ularning muvaffaqiyatini ta'minlaydi.

Shuningdek, psixologik tayyorgarlik ham koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirishda o'bta muhim omil ekanligini ko'rsatdi. Stress holatlarida ham yuqori darajada o'bzini tutish, harakatlarni aniq va samarali amalga oshirish sportchining o'byin sifatini yaxshilaydi.

Kelajakda, sportchilarni yanada samarali tayyorlash uchun koordinatsion qobiliyatlarni rivojlantirishga qaratilgan treninglar, mashqlar va psixologik tayyorgarliklar tizimini yanada mukammallashtirish zarur. Bu, nafaqat individual sportchilarning o'byini uchun, balki jamoaning umumiy muvaffaqiyatiga ham ijobiy ta'bsir ko'rsatadi.

Tavsiya etiladigan chora-tadbirlar

**1. Maxsus trening dasturlari:** Basketbolchilarni chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlarni bajarishda samarali tayyorlash uchun koordinatsiya va muvozanatni rivojlantiruvchi trening dasturlari ishlab chiqilishi kerak. Bunday dasturlar sportchilarning reaksiya tezligini oshirishga, harakatlarning aniq va muvozanatli bajarilishiga yordam beradi.

**2. Psixologik tayyorlov:** Sportchilarga o'byin davomida psixologik yordam ko'rsatish, stressni boshqarish, xotirjamlikni saqlash va o'zgaruvchan sharoitlarga moslashishga o'brgatish uchun maxsus psixologik treninglar qo'llanishi zarur.

**3. Interaktiv Mashqlar:** Sportchilarning kreativliklarini rivojlantirish uchun interaktiv mashqlar, ya'bni o'byinning aniq holatlarini simulyatsiya qilish va o'zgaruvchan sharoitlarda o'bz-o'bzini rivojlantirishga qaratilgan mashqlar tizimini joriy etish lozim. Bu, o'bz navbatida, sportchilarga o'byindagi improvizatsiya va chalg'ituvchi fintlarni samarali qo'llash imkoniyatini yaratadi.

**4. Jamoaviy Tayyorlov:** Jamoaviy o'byinda chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlarni muvaffaqiyatli amalga oshirish uchun jamoa o'brtasida sinxronlashtirilgan harakatlar va bir-biriga moslashuvchanlikni rivojlantirish kerak. Bunday tayyorgarlik jamoaning umumiy o'byin sifatini oshirishga yordam beradi.

Yuqoridagi tavsiyalarni qo'llash orqali, sportchilarning chalg'ituvchi fintlar va improvizatsion harakatlar sohasidagi ko'bnikmalarini rivojlantirish mumkin, bu esa o'byindagi umumiy



muvaffaqiyatni taʼminlaydi. Koordinatsion qobiliyatlarning yuqori darajada rivojlanishi, sportchilarga raqiblaridan bir qadam oldinda boʻlish imkoniyatini yaratadi.

### Foydalanilgan adabiyotlar:

- Nurmatova Shaxnoza Murodullayevna. “Boshlangʻich tayyorgarlik Bbosqichida yosh basketbolchilarning hTezkorligini rivojlantirish” dissertatsiya Chirchiq- 2022. 135-b
- Qasimov A.Sh., Rasulev O.T, Ismatullayev X.A. Basketbol. Oʻquv qoʻllanma. Toshkent, 1986-  
y
- Матвеев Л.П. Общая теория спорта и её прикладные аспекты / Учебник для студентов и преподавателей, тренеров физ-х вузов.-5 изд-е. М.:Сов-ий спорт, 2010.-с. 317-325.
- 4.Abdiyev A.N. Yakkakurash sport turlarida ixtisoslashuvchi talabalarda murabbiyning kasbiy kўnikmalarini shakllantirishning ilmiy-pedagogik asoslari. Ped. fan. dok. ... dis. -T.:ЎzDJTI nashriyoti, 2004. - 210 b.
- 5.Abdullayev A., Xonkeldiyev SH. Jismoniy tarbiya nazariyasi va usuliyati. Darslik T:ЎzDJTI nashriyot-matbaa bўlimi, 2005. - 269 b.
- 6.Avloniy A.Turkiy Guliston yoxud axloq. Toshkent. “Ўqituvchi”. 1967. -29 b.
- 7.Аль К.А.Начальное обучение юнмх баскетболисто на базе скоростно-силовой подготовки: Автореф. дисс. канд. пед. наук. В., 2000. - 24 с.
- 8.Аруцев А.А. Бьютрота игровмх перемеш,ений юнмх баскетболистов и индивидуализация ее совершенствования путем внесения коррекций на основе экспресс-информации. Дис ..канд. пед. наук: М, 2003. - 173 с.
- 9.Ахапкин В.Н. Начальная спортивная подготовка школьников 10-12 лет с целью отбора и ориентации в видь спорта скоростно-силовой направленноститема. автореф. дис. ... канд. пед. наук М: 2013.- 22 с.
- 10.Багмет К.В. Применение современных средств восстановления и повышения работоспособности баскетболистов в различных климатогеографических условиях. М., 2001. - 160 с.
- 11.Безруков М.П. Социальная защита социально-профессиональной группь спортсменов: оптимизация управления. дисс...док. соц. наук. - М. 2002. - 322 с.
- 12.Nuriddinova M.M, Ismailova F,SH “Maktabgacha yoshdagi bolalarning jismoniy tarbiya mashgulotlarida mayda motorika koʻnikmasini rivojlantirish orqali, ularning nutqini oʻbtirish”Respublika ilmiy amaliy anjuman” 2024-Chirchiq
13. Ismailova F.SH “ Maktabgacha yoshdagi bolalarni jismoniy chiniqtirish usullari.” ”Respublika ilmiy amaliy anjuman” 2024-Chirchiq
14. Xudoynazarov N.B “15-18 yoshli basketbolchilarni tayyorlash hamda jismoniy sifatlarini rivojlantirish usullari” ”Respublika ilmiy amaliy anjuman” 2024-Chirchiq



15. Xudoynazarov N.B “Basketbol bilan shugʻbillanuvchi sportchilarning tezlik-kuchlanishini hamda sakrovchanligini rivojlantirish uslubiyati” ”Respublika ilmiy amaliy anjuman” 2024- Chirchiq



**НАЦИОНАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА В ПОВЕСТИ Ч.АЙТМАТОВА «ПРОЩАЙ,  
ГУЛЬСАРЫ!»  
В ЛИНГВОМЕТОДИЧЕСКОМ АСПЕКТЕ**

**AYTMATOV'UN ULUSAL SPORLAR I KAPSAYAN "HOŞÇAKAL GÜLSARLAR!"  
DİLBİLİMSEL METODİK AÇIDAN**

Manlikova Minavar Halykovna

Pedagojik Bilimler Doktoru, Profesör,  
B.T.Turusbekov adındaki Kırgız Devlet Beden Eğitimi ve Spor Akademisi,  
Bişkek Şehri, Kırgızistan. Email: manlikova@bk.ru

**Özet**

Makalede, yazarın geliştirdiği «Spor – Barış Elçisi» eğitim kılavuzunun materyalleriyle çalışmak için dilbilimsel bir sistemin örneklerini veriyor - Cengiz Aytmatov'un «Hoşçakal Gülsarlar! Yazarın ulusal eski oyun Kök-Bpny'deki yarışmaları renkli bir şekilde anlattığı" B.T Turusbekova adındaki Kırgız Devlet Beden Eğitimi ve Spor Akademisi'nde öğrenci-sporcularla çalışma pratiği., beden eğitimi ve sporla ilgili özel konulardaki disiplinlerle, seçilen sporlarla, ulusal sporlarla ilgili disiplinlerle ve «Mesleki faaliyetlerde Rus Dili» disiplini dersinde Rusça dilini öğretme yöntemiyle konular arası ilişkilerin aktif olarak uygulanmasının gerekli olduğunu gösteriyor. Araştırmanın bilimsel yeniliği, bu eğitim kılavuzunun, öğrenci-sporcuları Rus dilini öğretirken ulusal sporların, halk oyunlarının ve farklı halkların ve etnik kökenlerin yarışmalarının ulusal-kültürel özelliklerine dahil etmek için Rus dili üzerine etnokültürel bir el kitabının içeriğini ve yapısını geliştirmeye yönelik ilk deneyimi sunmasıdır. Öğrencilerin sadece manevi, ahlaki ve sözlü gelişimine değil, aynı zamanda hem Kırgızistan'da hem de BDT'DE ve ötesinde kültürlerarası temasların optimizasyonuna da katkıda bulunmayı amaçlamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Kırgız ulusal oyunu kök Börü, Rusça öğretimi, Aytmatov'un yazısından "Hoşçakal Gülsarlar!"

**МАНЛИКОВА МИНАВАР ХАЛЫКОВНА**

\*доктор педагогических наук, профессор

Кыргызская государственная академия физической культуры и спорта  
им.Б.Т.Турусбекова,

г.Бишкек, Кыргызстан. Email: manlikova@bk.ru

**Аннотация**

В статье приведены образцы лингвометодической системы работы с материалами разработанного автором учебного пособия «Спорт – посол мира» - отрывком из повести Чингиза Айтматова «Прощай, Гульсары!», где писатель красочно описывает соревнования по национальной старинной игре *көк бөрү*. Практика работы со студентами-спортсменами в Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта им. Б.Т.Турусбекова показывает, что необходимо активно реализовывать межпредметные связи с дисциплинами по специальным предметам по физической культуре и спорту, по избранным видам спорта, по национальным видам спорта и методикой обучения русскому языку в курсе дисциплины «Русский язык в профессиональной деятельности». Научная новизна исследования заключается в том, что в данном учебном пособии представлен первый опыт разработки содержания и

структуры этнокультуроведческого пособия по русскому языку для приобщения студентов-спортсменов к национально-культурной специфике национальных видов спорта, народных игр и состязаний разных народов и этносов при обучении русскому языку. Оно призвано содействовать не только духовно-нравственному и речевому развитию обучаемых, но и оптимизации межкультурных контактов, как в Кыргызстане, так и в СНГ, и за их пределами. **Ключевые слова:** национальная кыргызская игра көк бөрү, обучение русскому языку, повесть Ч.Айтматова “Прощай, Гультары!”

## NATIONAL SPORTS IN THE STORY OF CH. AITMATOV "FAREWELL, GUL'SARY!" IN THE LINGUOMETHODOLOGICAL ASPECT

MANLIKOVA Minavar\*

\*Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

\*Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports named after B.T. Turusbekov,  
Bishkek, Kyrgyzstan. Email: manlikova@bk.ru

### ABSTRACT

The article presents examples of the linguo-methodical system of working with the materials of the textbook "Sport - Ambassador of Peace" developed by the author - an excerpt from the story of Chingiz Aitmatov "Farewell, Gulsary!", where the writer colorfully describes the competitions in the national ancient game kok boru. Practice of working with student-athletes at the Kyrgyz State Academy of Physical Culture and Sports named after B.T. Turusbekov shows that it is necessary to actively implement interdisciplinary links with disciplines in special subjects in physical education and sports, in selected sports, in national sports and methods of teaching the Russian language in the course of the discipline "Russian language in professional activity". The scientific novelty of the study lies in the fact that this textbook presents the first experience of developing the content and structure of an ethnocultural manual on the Russian language to introduce student athletes to the national and cultural specifics of national sports, folk games and competitions of different peoples and ethnic groups when teaching the Russian language. It is designed to promote not only the spiritual, moral and speech development of students, but also the optimization of intercultural contacts, both in Kyrgyzstan and in the CIS, and beyond. **Keywords:** national Kyrgyz game kok boru, teaching the Russian language, Ch. Aitmatov's story "Farewell, Gulsary!"

Игры являются сокровищницей человеческой культуры. Огромно их разнообразие. Они отражают все области материального и духовного творчества людей. Естественно, что изучением игр занимались и занимаются многие отрасли знаний: история, этнография, антропология, педагогика, теория и методика физического воспитания и др. Исследователь народных игр В.И.Элашвили отмечает, что национальная форма подвижных игр выражается в том, что она по своему происхождению и развитию является характерной для конкретной нации, определена общественно-историческим ее развитием, своеобразием быта, особенностью психического склада и т.д. В национальных играх и состязаниях проявляется конкретный для данного народа жизненный уклад, мировоззрение, степень культурного развития, межнациональные культурные связи и многое другое (Элашвили, 1985, 5-9).

Л.В. Былеева, В.М. Григорьев приводят сведения о том, что еще в период первобытнообщинного строя (VI-VIII вв.) у древних славян существовала целая система средств по развитию физических качеств и воинского искусства, в которую входили разнообразные игры и физические упражнения: «Стенка на стенку», «Палочные бои» (фехтование на палках), метание камня в цель и на дальность, метание копья, стрельба из лука, «конские ристания», бег, плавание, ходьба на лыжах, поднятие и переноска

тяжестей, игры «Буй», «Чур», «Бабки», «Городки», «Свайка», «Взятие городка», «Игра с домашним быком», «Горелки», хороводные игры и др. О высоком для своего времени уровне этой системы свидетельствуют отзывы современников-иностранцев, писавших о силе, выносливости, ловкости, боевой сноровке древнерусских воинов (Маврикий, VI в., Иоанн Эфесский, 583 г., Ибн-Фадлан Ахмед, 921 г.). Об этом же говорят древнерусские летописи («Поединок юного славянина с печенегом», «Поединок князя Мстислава с князем Редедю» - из Лаврентьевской летописи), «Слово о полку Игореве», былины об Илье Муромце и Добрыне Никитиче, о Микуле Селяниновиче и др., а также народные песни, сказки и другие произведения фольклора (Былеева, Григорьев, 10-43).

По свидетельству исследователей истории духовной культуры **калмыцкого народа** Митирова А. и Эрендженова К., в народном творчестве калмыков особое место занимает героический эпос «Джангар», вошедший в сокровищницу мировой литературы. В «Джангаре» наряду со сказочным миром героев эпоса описаны и основные виды национального калмыцкого спорта (стрельба из лука, борьба, конные скачки) и игры (в альчики и др.). Герои эпоса состязаются в силе и ловкости, в борьбе, меткости в стрельбе из лука, в остроте ума, в шахматах, а также в национальной игре в альчики (бабки) (Митирова, Эрендженова, 58-60).

Любовь **народа Карелии** к играм и танцам нашла отражение в карело-финском эпосе «Калевала». Как считают Кульгускин А.Н. и Мальми В.В., большое влияние на характер карельских игр оказала суровая природа этого края. Карелия - край озер, рек, каменистой или заболоченной почвы и бескрайних лесов. Поэтому не случайно игровой инвентарь здесь издавна был преимущественно древесного происхождения: палка (бита), деревянные шары, различные чурки («курий», «кюкки», «карела»)(, с. 61-64).

**Каракалпаки** еще в глубокой древности занимались физическими упражнениями, играми, участвовали в состязаниях. По исследованиям Есбергенова Х. и Елмуратова Ы., это нашло отражение в народном творчестве: эпосе, сказаниях, легендах, в *аракалтакском эпосе «Кырккыз»*. Каракалпакские сказки также дают представление о самобытных состязаниях, играх и физических упражнениях народа. Изображенные в них народные герои обладают богатырской силой, меткостью, отличаются сообразительностью, находчивостью и смелостью (Есбергенова, Елмуратова, 137-139).

По мнению исследователей грузинских народных игр Робакидзе А.И. и Элашвили В.И., описания подвижных игр занимают определенное место в самых ранних исторических и литературных произведениях. К примеру, в произведении Шота Руставели «Витязь в тигровой шкуре» (XII в.) представлена самобытная система физического воспитания, в которой немаловажное значение придавалось народным играм [2, с. 147-159].

Азербайджанские народные игры, как отмечает Агаев Г.Г., ярко отражены Низами Генджеви (XIII в.) в поэме «Хосров и Ширин». Низами прекрасно описывает сцены охоты, игры в мяч. Он подчеркивает, что, играя, народ стремится к дружбе. В поэме Физули «Лейли и Меджнун» (XVI в.) отмечается, что до 14-летнего возраста дети занимаются игрой в мяч на лужайке, а затем начинается период учебы, изучение наук (Агаев, 167-174).

В Нахичеванской республике, по мнению исследователей народных игр Гадирзаде Г.И., Григорьева С.В., Егорова С.И., распространенная игра с бараньими косточками (ашыг) была известна здесь уже во II тысячелетии до н. э. В эпосе «Китаби дада Горгуд» (XI-XII вв.) содержатся упоминания о традиционных играх азербайджанцев. Встречаются игры и в азербайджанских народных сказках и былинах, в других жанрах народного творчества. Сохранилось немало старинных детских считалок, стихотворного игрового фольклора (санамалар) (Гадирзаде, Григорьева, 175-179).





Народные игры **кыргызов** глубоко исследованы Саралаевым М.К., Омурзаковым Д.О., Калыбаевым Т.Ж., Симаковым Г.Н и др. В произведениях современных писателей и поэтов Чингиза Айтматова («Прощай, Гульсары!»), Алыкула Осмонова («Толубай сынчы»), Абдылда Белекова («Кожомкул») и др., в кинофильмах «Иноходец», «Бег иноходца», «Алые маки Иссык-Куля», «Каныбек» и др. также ярко показаны народные игры и состязания [2, с. 210-217]. Кыргызские национальные игры широко представлены в национальной литературе и фольклоре, прежде всего в кыргызском эпосе «Манас», где дается описание игр: «Эр сайыш», «Ат чабыш», «Жамбы атмай», «Куреш», «Ордо» и др. Эпос «Манас» содержит богатую информацию о народных играх и развлечениях, без которых не проходило ни одно торжество. Сведения эти касаются различных игр: взрослых, детских, молодежных, военизированных и т.д. Прежде всего, среди описанных в «Манасе» следует отметить бытовые игры, которые дошли до наших дней. Это игра в *альчики*, в частности, *ордо* и *упай*, а также своеобразные шахматы кочевников *тогуз коргоол*, или *тогуз кумалак*, *чатыраш*. *Ордо* - одна из самых распространенных игр кыргызов. Возникновение игры Ордо относится к тем временам, когда начал складываться сам эпос «Манас». Так еще в детстве Манас играет в ордо. Следующая игра, отраженная в эпизоде «Поминки по Көкөтөю» - *жамбы атмай* (стрельба по жамбы). В эпизоде «Поминки по Көкөтөю» упоминаются и такие состязания, как сайыш или *эр сайыш* (бой на пиках), *эр эңиш* (борьба всадников на конях), *күрөш* (пешая борьба), *улак тартыш* или *көк бөрү* (козлодранье). У многих народов мира и у кыргызов развит такой вид единоборства как борьба. В эпосе «Семетей» отражена борьба *күрөш* (Саралаев, Омурзаков, Калыбаев, Симаков, 28).

Национальные виды спорта - это не только часть физической культуры и спорта, но и национальной культуры, и ее, бесспорно, нужно изучать и, бережно сохранив, передать потомкам. Вряд ли можно найти в мире такую страну, в которой не было бы своего излюбленного национального вида спорта.

И если рассматривать национальные виды спорта и народные игры как неотъемлемую часть национальной культуры, то здесь все достойно внимания. Это и национальная форма одежды участников соревнований, и старинные песни, и музыка с участием певцов-сказителей, акынов, ритуальные танцы перед началом состязаний, призы и награды, и участие в состязаниях национальных видов транспорта, и место проведения и многое другое. Практика работы со студентами-спортсменами в Кыргызской государственной академии физической культуры и спорта им. Б.Т.Турусбекова показывает, что необходимо активно реализовывать межпредметные связи с дисциплинами по специальным предметам по физической культуре и спорту, по избранным видам спорта, по национальным видам спорта и методикой обучения русскому языку в курсе дисциплины «Русский язык в профессиональной деятельности». Но в настоящее время отсутствуют учебники и учебные пособия, направленные на формирование этнокультуроведческой и коммуникативной компетенций студентов-спортсменов, по развитию их русской профессиональной устной и письменной речи, разработанных в данном аспекте. В связи с этим нами были разработаны лингвометодические основы освоения профессиональной устной и письменной русской речи, реализованные в учебном пособии по русскому языку «Спорт – посол мира» (Манликова, 2018, 387), направленном на формирование этнокультуроведческой компетенции студентов и магистров по направлению «Физическая культура и спорт». Оно призвано содействовать не только духовно-нравственному и речевому развитию обучающихся, но и оптимизации межкультурных контактов, как в Кыргызстане, так и в СНГ, и за их пределами. В данном учебном пособии представлен первый опыт разработки содержания и структуры этнокультуроведческого пособия по русскому языку

для приобщения студентов-спортсменов к национально-культурной специфике национальных видов спорта, народных игр и состязаний разных народов и этносов при обучении русскому языку.

Комплексы-задания учебного пособия включают в себя тексты из научно-популярных, публицистических и художественных произведений, последовательно вводимых для расширения и углубления страноведческих знаний, умений и навыков по национальным видам спорта и народным играм. Из содержания текстов студенты узнают об истоках зарождения, развития и сохранения различных видов национальной борьбы; о таких видах состязаний, как: *метание топора, метание камней, метание гири, метание чаута; прыжки через нарты; стрельба из лука; гонки на собачьей упряжке; гонки на оленьих упряжках; конные скачки; стрельба по бутылке; стрельба из лука; беш таши, жамбы атмай, улак тартыш, ат чабыш* и др., культивируемых и по настоящее время на территориях Крайнего Севера, Северного Кавказа, Чукотского полуострова, Камчатского полуострова, России (Тува, Бурятия, Якутия), Казахстана, Кыргызстана и др.

Приведем образцы лингвометодической работы с комплексной системой заданий из учебного пособия «Спорт – посол мира» - отрывком из повести Чингиза Айтматова «Прощай, Гульсары!», где писатель красочно описывает соревнования по национальной старинной игре *көк бөрү*.

#### Комплекс-задание 1.

##### Предтекстовые задания:

**Задание 1.** Объясните значение слов: *джигит, көк бөрү, той, юрта, бий, байге, улак-тыртыш, батыр*. Обратитесь к помощи Кыргызско-русского словаря К.К.Юдахина и энциклопедии «Физическая культура и спорт» (Бишкек, 2002, 375). 2. Выпишите данные слова и их объяснение на русском языке.

**Задание 2.** 1. Прочитайте версии об истории происхождения национальной кыргызской игры *көк бөрү*.

#### ИСТОРИЯ ПРОИСХОЖДЕНИЯ ИГРЫ КӨК БӨРҮ

Борьба всадников за тушу козла - *улак-тыртыш* или *көк-бөрү* - распространенная конная игра различных народов Азии, включающих в себя кыргызский, узбекский, казахский, таджикский народы. В переводе с кыргызского на русский «көк-бөрү» - «серый волк». История этой игры тянется на протяжении многих веков. Очевидно, что она возникла в ту пору, когда летом, в бескрайних степях Кыргызстана, пасся скот, он находился под открытым небом и риск нападения волков был очень высок и нес серьезные потери. По причине отсутствия огнестрельного оружия пастухи и фермеры не могли должным образом оградить своих животных от опасности. Тогда, отважные батыры на несущихся скакунах начинали преследование, и оно продолжалось до тех пор, пока животное не загонялось до полусмерти, его били камчой и подхватывали с земли.

Есть еще одна интересная версия. По этой версии во время празднования тоя перед джигитами выпускали живого волка и предлагали отвезти его к юрте бия. И только самому смелому из них удавалось взять волка голыми руками и, прижав его ногой к коню, привезти к месту назначения. Джигиты начинали отбирать друг у друга живого волка голыми руками. И тот, кто смог довести волка или его тушу к юрте бия, получал благословение и байге.

Позже, когда образ жизни стал более оседлым, *көк бөрү* заменили на *улак тартыш*, который перерос в национальный вид конной игры - в борьбу всадников за тушу козла.



Этнографические исследования Реми Дора (видный французский тюрколог, профессор; изучал жизнь и быт киргизов) афганских киргизов показывают, что в старину в этой игре вместо животных использовали пленных.

В настоящее время эта игра одна из самых любимых в стране состязаний смелых, мужественных и сильных молодых людей на скакунах, требующая от участников отличного управления конем и большой физической силы. На юге Кыргызстана распространены не *улак тартыш*, а *торпок тартыш* (там берут не козла, а теленка весом 70 кг).

Основная цель игры – военно-прикладная подготовка. Косвенная цель – развлечение. Во время игры *көк-бөрү* воспитывалось бесстрашие не только джигитов, но и их лошадей. Игра прививала мужчине смелость, доблесть, отвагу и другие качества воина. К примеру, кони, которые не могли перепрыгнуть через упавшего всадника или коня во время игры, считались негодными для войн и отбраковывались.

#### Послетекстовые задания:

**Задание 1.** 1. Прочитайте вопросы. 2. Ответьте на вопросы. 3. Запишите вопросы и ответы в форме диалога. 4. Разыграйте диалог.

1. На каких территориях и у каких народов была распространена конная игра *көк-бөрү*? 2. Что означает в переводе с кыргызского на русский название игры «*көк-бөрү*»? 3. Каково происхождение игры «*көк-бөрү*» по первой версии? 4. Как вам нравится вторая версия происхождения игры «*көк-бөрү*»? 5. Согласны ли вы с данными версиями? Аргументируйте свое мнение. 6. Что означает в переводе с кыргызского на русский название игры «*улак тартыш*»? 7. В связи с чем *көк бөрү* заменили на национальный вид конной игры *улак тартыш* (борьба всадников за тушу козла)? 8. В чем состоит основная цель данной игры? 9. Какие физические качества развивались у молодежи в соревнованиях по *көк-бөрү*? 10. Какие нравственные качества развивались у молодежи в соревнованиях по *көк-бөрү*? 11. Какие кони считались подходящими для соревнований по *көк-бөрү*?

#### Комплекс-задание 3.

##### Предтекстовые задания:

**Задание 1.** 1. Объясните значение терминов национальных видов спорта: *көк бөрү*, *улак тартыш*, *торпок тартыш*, *аламан байга*, *джигит*, *батыр*, *орда*, *жорго*, *аил*. Обратитесь к «Кыргызско-русскому словарю» К.К. Юдахина и энциклопедии «Физическая культура и спорт» (Бишкек, 2002). 2. Выпишите толкование терминов на русском и кыргызском языках. 3. Составьте с данными словами предложения.

**Задание 2.** 1. Прочитайте отрывок «*Улак тартыш*» из повести [киргизского](#) (советского) [писателя Чингиза Айтматова](#) «Прощай, Гутьсары!» (1966 г) о нелёгкой судьбе киргизского крестьянина Танабая и истории жизни его коня, буланого иноходца Гутьсары.

#### УЛАК ТАРТЫШ

«... И лишь когда пробежали по степи длинные пестрые тени, старики разрешили, наконец, аламан-байгу. Козел был брошен в круг. «Аламан...». Со всех сторон кинулись к нему всадники, столпились, пытаясь подхватить тушу с земли. Но в давке сделать это было не так просто. Кони ошалело крутились, кусались, ощерив зубы.

... И вдруг раздался пронзительный голос: «Держи-и, казахи взяли!» Из конного круговорота вырвался молодой казах в разодранной гимнастерке на карем озверевшем жеребце. Он кинулся прочь, подтягивая под ногу, под стремя козла.

- Держи-и! Это карий! – закричали все, бросаясь в погоню. Скорей, Танабай! Только ты можешь догнать!

С болтающимся под стремением козленком казах на карем жеребце уходил прямо туда, где алело закатное солнце. Казалось, еще немного – и он влетит в это пламенеющее солнце и растает там красным дымом.

...Туша козла была теперь между ними, они держали на весу между скачущими конями. Приближалась развязка. Молча, сцепив зубы, напрягая все силы, перетягивая тушу, каждый старался зажать ее под ногу с тем, чтобы потом оторваться и уйти в сторону... Танабай неожиданно высвободил правую ногу из стремени и уперся ею в бок карего жеребца. Подтягивая козла к себе, он одновременно отталкивал ногой коня соперника, и пальцы казаха медленно разжались.

- Держись! – успел предупредить его побежденный. От резкого толчка Танабай едва не вылетел из седла. Но все же удержался. Ликующий вопль вырывался из его груди. И, круто разворачивая иноходца, он бросился вперед, зажимая под стремением добытый в честном поединке трофей. А навстречу уже летела орда орущих всадников:

- Гульсары! Гульсары взял!

Казахи большой группой бросились на перехват.

- Ой-бай, лови, держи Танабая!

Теперь главное было избежать перехвата, и чтобы свои айльчане поскорей окружили его заслоном.... Почти припадая к земле, иноходец вышел из трудного виража и пошел напрямую. Тут подскочили айльчане Танабая, пристроились по сторонам, закрыли его с тыла, и все вместе, плотной кучей, бросились наутек. Однако погоня снова вышла наперерез. Опять пришлось разворачиваться и опять уходить. Как стая быстрокрылых птиц, падающих на лету с крыла на крыло, носились по широкой степи, убегающие и догоняющие их, орды всадников. В воздухе клубилась пыль, звенели голоса, кто-то падал вместе с конем, кто-то летел через голову, кто-то прихрамывал, догоняя свою лошадь, но все до единого были схвачены восторгом и страстью состязания...

Уже приближались к реке... За рекой – игра конец, там аил... Он уже устал, очень устал – слишком трудный день выдался. Иноходец выбился из сил. Двое джигитов, скакавших по бокам, тянули его под уздцы, не давая упасть. Остальные прикрывали Танабая с тыла перед седлом. А он лежал грудью на туше козла, переброшенной перед седлом. Голова Танабая моталась, он едва держался в седле. Не будь сейчас всадников, ни он сам, ни его иноходец уже не в состоянии были бы двигаться. Так, наверное, убегали прежде с добычей, так, наверное, спасали от плена раненого батыра...» (Айтматов, 1966).

#### Послетекстовые задания:

**Задание 1.** 1. Прочитайте вопросы. 2. Ответьте на вопросы. 3. Запишите вопросы и ответы в форме диалога. 4. Разыграйте диалог.

1. Что нового вы узнали о национальной кыргызской игре *улак тартыш*? 2. Насколько точно удалось писателю передать те чувства, эмоции героев-участников состязания *улак тартыш*? 3. Приходилось ли вам бывать на таких соревнованиях? 4. Вспомните. кого в повести называли Гульсары, Танабай? 5. Что вы знаете о писателе Чынгызе Айтматове? 6. Какие произведения Ч.Айтматова вы читали? На каком языке? Назовите их.

**Задание 2.** 1. Прочитайте Правила игры в улак тартыш. 2. Сравните описание игры в повести Ч.Айтматова с данными правилами. 3. Дайте анализ: насколько соблюдались правила и какие нарушения были в игре. 4. Выпишите а) разрешенные правила, б) запрещенные правила.

#### Правила игры

В улак-тартыше принимают участие две команды с равным количеством всадников. Длина игровой площадки составляет 200-400 метров, а ширина 100-150 метров. Она

должна быть размещена на ровном месте. Стороны команд обозначаются флажками и имеют значение ворот, ширина которых составляет 10 метров. В центре игрового поля располагают круг, куда перед началом соревнования кладут тушу козла без головы и с обрезанными конечностями. Туша весит около 30-40 килограммов, но может и больше. По сигналу судьи капитаны выезжают к кругу, приветствуют друг друга, и начинается борьба за тушу козла. Как только туша поднята, в борьбу вступают все остальные члены команды. Победу в состязании одерживает та команда, которая забросила тушу в ворота соперника большее количество раз.

Есть определенные **запреты**, например, запрещается поднимать лошадь на дыбы, с разгона бить грудью своего коня лошадь соперника, хватать за руки или за пояс соперника, наносить удары рукой, ногой, другим наездникам и лошадям, кричать или вступать в разговоры, продолжать борьбу после того, как туша заброшена в ворота соперника.

**Задание 3.** 1. Объясните значение терминов: *иноходец, джигит* с помощью Словаря русского языка С.И. Ожегова и Русско-Кыргызского словаря К.К.Юдахина. 2. Замените данные предложения с деепричастными оборотами синонимичными сложноподчиненными предложениями с придаточными цели. **Образец:** *Со всех сторон кинулись к нему всадники, столпились, пытаясь подхватить тушу с земли.* - *Со всех сторон кинулись к нему всадники, столпились, пытались подхватить тушу с земли.* 3. Составьте к предложениям целевые вопросы и ответьте на них. **Образец:** *С какой целью со всех сторон кинулись к Танабаю всадники?* - *Чтобы подхватить тушу с земли.*

1. Со всех сторон кинулись к нему всадники, столпились, пытаясь подхватить тушу с земли. 2. Молча, сцепив зубы, каждый старался, напрягая все свои силы, перетянуть тушу, стараясь зажать ее под ногу. 3. Танабай, круто развернув иноходца, бросился вперед, унося под стремянем добытый в честном поединке трофей. 4. Двое джигитов, скакавших по бокам, тянули его под уздцы, не давая иноходцу упасть.

#### Комплекс-задание 4.

##### Предтекстовые задания:

**Задание 1.** 1. Объясните значение слов с помощью Словаря русского языка С.И.Ожегова: *иноходь, иноходец, аллюр, рысь, галоп.* 2. Объясните значение слов с помощью Русско-кыргызского словаря К.К.Юдахина: *жорго-салым, жорго, джайлоо, бай, манап.* 3. Составьте словосочетания с данными словами по типу сущ.+прил. **Образец:** *аллюр – ускоренный аллюр.*

**Задание 2.** 1. Прочитайте текст. 2. Озаглавьте текст.

Иноходец у киргизов - особо любимая лошадь. Каждому киргизу иноходец представляется красавцем. Поэтому в прошлом бай и манапы любым путем старались завладеть хорошим иноходцем. Поводом к вражде могла послужить лошадь из соседнего племени. Этого было достаточно, чтобы разгорелась длительная межплеменная война. *Иноходь* - ускоренный аллюр в два темпа, когда ноги животного поднимаются и опускаются на землю попарно. Лошадь как бы переваливается с одной стороны на другую, слышны лишь два удара копыт. Иноходь - плавный аллюр, очень удобен для езды на дальние расстояния. Здесь демонстрируются не только быстрота бега и выносливость, но и удивительно плавный, не тряский бег. Иноходь резвее рыси, а часто и полевого галопа.

У кыргызского народа бытует много поговорок и пословиц об иноходцах: «Не будь попутчиком тому, кто едет на иноходце», «Если у тебя есть день жизни - полдня поезди

на иноходце» и другие. Особая любовь киргизов к иноходцу выражена в сравнениях. Говорят «джорго мингендей» - *испытываю удовольствие, будто на иноходца сел.* «Джорго суйлөйт» - *говорит гладко и сладко, будто иноходец скачет.* «Кишинин джоргосу» - *человек-иноходец* – так образно называют комузчи, музыканта-виртуоза.

Соревнования по **бегу иноходцев - жорго-салыш** сейчас проводятся на высокогорных пастбищах (джайлоо) и на ипподромных дорожках. К ним допускаются взрослые всадники и подростки, имеющие достаточный навык управления скакунами.

#### Послетекстовые задания:

**Задание 1.** 1. Выпишите из текста пословицы, поговорки и сравнения, связанные с конем-иноходцем: «Не будь попутчиком тому, кто едет на иноходце», «Если у тебя есть день жизни - полдня поезди на иноходце». «Джорго мингендей» - *испытываю удовольствие, будто на иноходца сел.* «Джорго суйлөйт» - *говорит гладко и сладко, будто иноходец скачет.* «Кишинин джоргосу» - *человек-иноходец* – так образно называют комузчи, музыканта-виртуоза. 2. Выучите данные пословицы, поговорки и сравнения. 3. Составьте с данными выражениями предложения.

**Задание 2** 1. Составьте и запишите вопросный план к тексту, используя целевые вопросы: *зачем, для чего, с какой целью, ради чего, во имя чего.* 2. Перескажите, опираясь на вопросный план, содержание отрывка из повести Ч. Айтматова «Прощай, Гульсары!». Обратите внимание, в каком временном плане ведется повествование в повести.

#### Самостоятельная работа студентов:

**Задание 1.** 1. Найдите в интернете информацию об иноходцах, дополните материалами из прочитанных вами художественных произведений, кинофильмов или из личных наблюдений об иноходцах.

**Задание 2.** Перечитайте описание бега *иноходца* в повести Чингиза Айтматова «Прощай, Гульсары!».

**Задание 3.** 1. Посмотрите одноименный фильм по повести Ч.Айтматова «Прощай, Гульсары!». 2. Сравните с экранизацией повести. 3. Вспомните в каких произведениях кыргызской литературы фольклора отражены национальные игры.

**Задание 4.** Подготовьте компьютерную презентацию-сообщение о соревновании в көк бөрү в повести Ч.Айтматова «Прощай, Гульсары», используя полученную информацию, пословицы и поговорки, сравнения об иноходце.

#### Список литературы

Айтматов Ч. «Прощай, Гульсары!»// Айтматов Ч. «Новый мир». - М., 1966. - №3.

Игры народов СССР./Сост. Былеева Л.В., Григорьев В.М. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 269 с.

Манликова М.Х. Спорт – посол мира./Этнокультуроведческое учебное по русскому языку. – Бишкек: Дэми, 2018. – 398 с.

Симаков Г.Н. Общественные функции киргизских народных развлечений в к. XIX – нач. XX вв. – М.: Наука, 1984. – С. 28.



## МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПОРТСМЕНОВ В МАС-РЕСТЛИНГЕ

Кэмань Люй\*, Илья Черкашин\*\*, Елена Черкашина\*\*\*

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования, направленные на определение методических особенностей физической подготовке спортсменов в мас-рестлинге. Определен арсенал средств, применяемых для развития физической подготовленности квалифицированных спортсменов. Теоретический анализ показал, что в открытом доступе имеется достаточно научных данных относительно особенностей физической подготовки квалифицированных и высококвалифицированных спортсменов в мас-рестлинге. Широко применяются для развития физических качеств и способностей арсенал средств разной преимущественной направленности, в большей степени упражнения для развития силы различных мышечных групп, в частности кистей рук, спины и ног. Выявлен дефицит данных относительно построения тренировочного процесса спортсменов 16–17 лет.

**Ключевые слова:** мас-рестлинг, тренировочный процесс, физические качества, физические упражнения.

## METHODOLOGICAL FEATURES OF PHYSICAL TRAINING OF ATHLETES IN MAS-WRESTLING

Keman Lyu\*, Iliia Cherkashin\*\*, Elena Cherkashina\*\*\*

**Abstract.** The article presents the results of a study aimed at determining the methodological features of physical training of athletes in mas-wrestling. An arsenal of tools used to develop physical fitness of qualified athletes is defined. Theoretical analysis has shown that there is sufficient scientific data in the public domain regarding the features of physical training of qualified and highly qualified athletes in mas-wrestling. An arsenal of tools of different primary focus is widely used to develop physical qualities and abilities, to a greater extent exercises for developing the strength of various muscle groups, in particular the hands, back and legs. A deficit of data regarding the construction of the training process for athletes aged 16–17 years is revealed.

**Keywords:** mas-wrestling, training process, physical qualities, exercises.

**Введение.** Для эффективной соревновательной деятельности в мас-рестлинге, как скоростно-силовом единоборстве, предъявляются значительные требования к физической подготовленности спортсмена, от которой зависит реализация арсенала технико-тактических действий и исход схватки. Как отмечают специалисты, изучающие различные аспекты подготовки спортсменов в мас-рестлинге, состязания начинаются со стартового положения спортсмена, реакции на команду рефери о начале схватки, следовательно от уровня проявления быстроты, а в данном случае от времени простой, а в процессе поединка и сложной зрительно-моторной реакции, а также уровня развития силы, гибкости зависит результат соревнований мас-рестлеров [5, 6, 9, 10].

Как отмечает В.Н. Логинов, из всех побед в поединке по мас-рестлингу 38 % приходится на долю побед за счет выигрышного старта, соответственно проявлению высоких показателей быстроты и силы. Около 32 % побед у спортсменов, в соответствии с результатами ученого, за счет «прямой» атаки, которая отличается

проявлением взрывной силы для эффективных стартовых действий. На долю побед за счет эффективных технико-тактических действий в процессе схватки и проявления высокого уровня специальной выносливости приходится по 18 % и 12 % соответственно [11]. Другие исследования по определению наиболее значимых физических качеств и способностей у квалифицированных мас-рестлеров, проводимые А.А. Захаровым путем опроса тренеров, указывают на то, что исход схватки зависит от силовой выносливости спортсмена в целом, а также от высокого уровня проявления силы мышц спины и рук, в частности [13]. В соответствии со спецификой соревновательной схватки мас-рестлинг предъявляет высокие требования к такому физическому качеству как гибкость, так как эффективность выполнения технико-тактических действий коррелирует с подвижностью в суставах.

Интересные исследования проводимые А.Э. Болотиным, С.А. Варзиным, В.Н. Логиновым и др., показывают какие группы мышц являются ведущими при выполнении соревновательного упражнения в мас-рестлинге. Применяв метод электромиографии, авторы определили электрическую активность мышцы во время выполнения тяги на тренажере, изучив трехопорную тягу во время старта, в соответствии с определением авторов, это положение, когда спортсмен находится в положении сидя, и двухопорную тягу (когда спортсмен, при выполнении тяги, поднимается над опорой, упиравшись ногами о доску). При трехопорной тяге трапециевидная мышца являлась ведущей, показатели эклектической активности в которой были наивысшими. Относительно мышц ног, то среди них во время выполнения трехопорной тяги ведущей является двухглавые мышцы бедра. При двухопорной тяге ведущей мышцей, по мнению авторов, является лучевой сгибатель запястья, но также выявлено, что показатели электрической активности в трехглавой мышце плеча и двуглавая мышца бедра также являются высокими, хотя ниже, чем в ведущей мышце. Следовательно, данного исследование позволяет сделать вывод о том, какие группы мышц являются ведущими для мас-рестлеров для выполнения эффективного положения на старте и требуют целенаправленного воздействия на них в тренировочном процессе для развития и совершенствования [2]. Другие исследования указывают на то, что к вышеперечисленным ведущими мышцами, которые в большей степени участвуют во время выполнения тяги, относятся также – широчайшая мышца спины, прямая мышца бедра, ягодичная и икроножные мышцы [1].

Физическая подготовка, являясь фундаментом, занимает ключевую позицию в системе подготовки мас-рестлеров различного уровня [3, 9, 13]. Однако при анализе специальной научно-методической литературы сталкиваемся с дефицитом материала относительно распределения средств физической подготовки спортсменов в разных структурных образованиях тренировочного процесса на разных этапах многолетнего совершенствования.

В связи с этим **цель исследования** – определение методических особенностей физической подготовки спортсменов в мас-рестлинге.

**Методы и организация исследования:** анализ научно-методической литературы, нормативно-правовых документов, метод сравнения и сопоставления.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Как отмечают специалисты в теории и методике подготовки спортсменов в мас-рестлинге в подготовительном периоде годичного цикла, который разделяется на общеподготовительный и специально-подготовительный этапы, делается максимальный акцент на развитие и совершенствование физической подготовленности спортсменов [9]. На общеподготовительном этапе, который длится четыре – шесть недель, мас-рестлеры высокой квалификации делают акцент на развитии силы различных мышечных групп. В недельном микроцикле на развитие силы отводится два тренировочных занятия, во время





которых спортсмены обычно выполняют разнообразные упражнения с отягощениями в виде штанги. В другие дни микроцикла мас-рестлеры развивают физические качества параллельно с совершенствованием технико-тактического мастерства. Как отмечают специалисты, в первую – третью недели базового мезоцикла подготовительного периода спортсмены выполняют упражнения силовой направленности применяя круговой метод, каждое упражнение – до 15 повторений, а интервал отдыха – до полного восстановления. В последующем – четвертая неделя базового мезоцикла и далее, спортсмены применяя повторный методы развивают силу отдельных мышечных групп, выполняя по 3–5 подходов, по 10–14 повторений в каждом, отдых – до полного восстановления. Специально-подготовительный этап подготовительного периода отличается тем, что в тренировочный процесс спортсменов включаются упражнения специальной направленности, а именно – упражнения с применением тренажеров и тренажерных устройств, применяемые в мас-рестлинге, также в арсенале средств остаются упражнения со штангой, такие как тяга штанги с носка (стоя на плинте), жим штанги ногами, полуприседы со штангой. Количество подходов – 4–5, повторений в подходе до 8 раз. Наиболее распространёнными упражнениями в практике подготовки квалифицированных мас-рестлеров на данном этапе годичного цикла являются разнообразные упражнения динамического и статического характера, выполняемые на блочном тренажере. Для повышения показателей силовой выносливости кистей спортсмены выполняют висы на перекладине, как традиционной, так и крутящейся с применением дополнительных отягощений и без них, используя собственный вес. Также широко применяется упражнение сгибание и разгибание кистей с отягощениями, удержание отягощений в виде штанги, на тренажере, а также передвижения с отягощениями. Данные упражнения спортсмены традиционно выполняют максимально возможное количество повторений, до отказа [4, 5, 9, 11]. Анализ представленного в научной литературе тренировочного процесса квалифицированных спортсменов в мас-рестлинге показал, что спортсмены в подготовительном периоде в большей степени повышают показатели силы – максимальной, а также силовой выносливости отдельных групп мышц.

В практике подготовки мас-рестлеров высокой квалификации, выступающих в тяжелых весовых категориях, объем распределяемой физической нагрузки, выраженной в тоннах, на протяжении тренировочного макроцикла отличается своей волнообразностью [8]. Наивысшие показатели объема нагрузки (тоннаж) выявлены в сентябре – в начале подготовительного периода. Общий объем нагрузки составил около 150 т., где на мышцы ног приходился самый большой объем – около 98 т., на мышцы спины – в пределах 30 т., а на мышцы плечевого пояса – 22 т. Спортсмены выполняли упражнения для развития силы мышц спины – становая тяга, тяга на тренажере «Нижняя тяга», для мышц ног – приседания со штангой, жим ногами с применением тренажера, а мышцы верхнего плечевого пояса развивали посредством жима штанги лежа. В последующие месяцы данный объем снижался, так как возрастало время на совершенствование технико-тактической подготовленности, в свою очередь снижалось время на оптимизацию силовой подготовленности. В октябре и ноябре общий тоннаж снизился на 20 % и 32 % соответственно. В декабре (соревновательный период) отмечались самые низкие показатели – 20 т. По завершению соревновательного периода, начиная с января отмечался рост показателя объема нагрузки и уже в январе и феврале она была равна 85 т. и 110 т. соответственно. Данные исследования указывают на то, что высококвалифицированные спортсмены в мас-рестлинге в подготовительный период оптимизируют силовую подготовленность, делая акцент на развитие силы мышц спины, ног и плечевого пояса [8]



Несмотря на то, что в практике подготовки спортсменов в мас-рестлинге тренеры применяют широкий арсенал упражнений силового характера, все еще существует дефицит научных исследований по вопросам организации тренировочного процесса, направленного на повышение уровня силовой подготовленности мас-рестлеров. Как указывают специалисты, в данном виде спорта остаются нерешённые вопросы относительно выявления значимых средств силовой подготовки для спортсменов с учётом их уровня спортивной квалификации, физической подготовленности, а также этапа многолетнего совершенствования. В этой связи проведены исследования [13], в которых решался вопрос отбора эффективных упражнений силовой направленности, применяемых в подготовке мас-рестлеров, путём опроса тренеров и спортсменов различной квалификации обеих полов. Респондентам было предложено осуществить ранжирование наиболее часто применимых в учебно-тренировочном процессе упражнений для развития силы мышц рук, ног и спины. Определено, что мнения респондентов были согласованные относительно средств, применяемых для развития силы мышц рук и ног, были согласованы. Значимыми упражнениями по мнению экспертов являются жим штанги лежа, жим ногами лежа, подтягивание из виса на высокой перекладине. Однако относительно значимых упражнений для развития силы мышц спины такая согласованность отсутствовала, что указывает на перспективность исследований в данном направлении [13].

Имеются исследования, в которых представлены варианты построения тренировочного процесса в годичном цикле и особенностей распределения средств физической подготовки, среди которых наиболее распространёнными являются упражнения в большей степени для развития силы [8, 9]. Как отмечают авторы, исходя из опросов тренеров, анализа дневников спортсменов, документации планирования подготовки квалифицированных мас-рестлеров, широко применяется дво- и трехцикловая структура планирования годичного цикла. В подготовительном периоде спортсмены выполняют упражнения в большей степени для развития силы, применяя в виде отягощений гири, штангу, тренажеры, а также упражнения с собственным весом – упражнения на перекладине и пр. [8, 9]. По мнению специалистов, к наиболее эффективным упражнениям для мас-рестлеров на этапе совершенствования спортивного мастерства для развития силовых показателей относятся следующие: статодинамические упражнения, упражнения с отягощениями, на блочном тренажере, на брусках, на перекладине (рисунок 1).

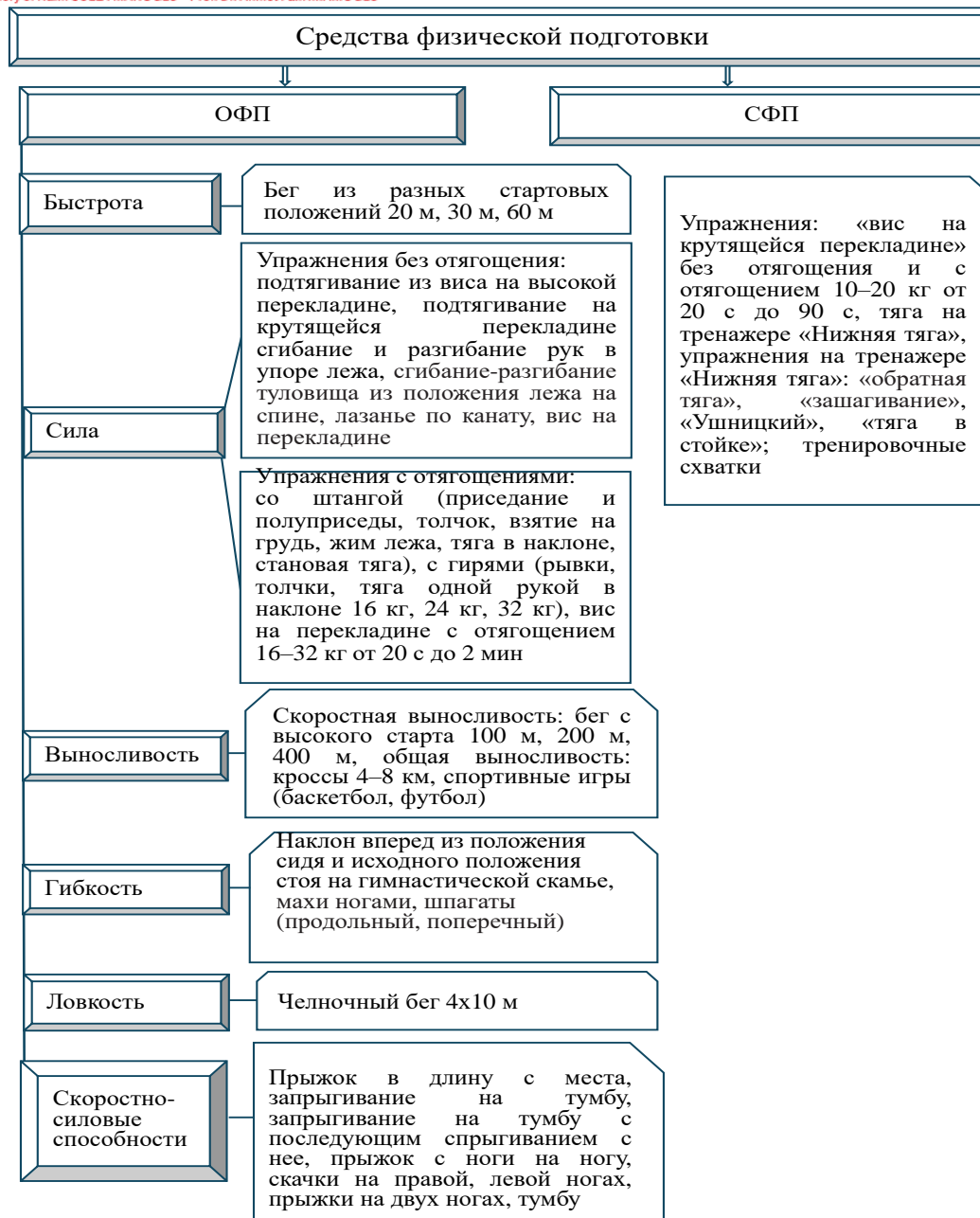


Рисунок 1 – Наиболее распространённые средства физической подготовки мастеров различной квалификации [3, 5, 9, 11]

Также применяются беговые упражнения для оптимизации быстроты, арсенал прыжковых упражнения как скачки, многоскоки, запрыгивание, запрыгивание с последующим спрыгивание на тумбу, прыжки в длину, вверх с места и пр. для оптимизации скоростно-силовой подготовленности [9, 11].

Для развития специальной силовой подготовленности мастеров специалисты предлагают в тренировочный процесс внедрять средства схожие по биомеханической структуре с соревновательным упражнением. К ним относятся упражнения на тренажере «нижняя тяга», тяга штанги с носка, при выполнении тяги, в независимости от используемого тренажерного средства, упражнение выполнять только до уровня колена [7]. Отобранный комплекс упражнений в тренировочном процессе спортсменов обеспечивает параллельное развитие физической подготовленности и



совершенствование технико-тактических действий, применяемых в процессе соревновательных схваток [7, 9, 11]. Также успешно апробированная в практике методика развития локальной силовой выносливости мышц, участвующих в выполнении хвата палки, включает комплекс упражнений с применением разработанных А.А. Захаровым двух специальных перекладин. Первая представляет собой перекладину из разных стержней. Выполнение различных упражнений на такой перекладине усложняется тем, что распределение нагрузки на руки неравномерное. Выполнять задания на ней могут одновременно несколько спортсменов, что позволяет увеличить плотность учебно-тренировочных занятий. Вторая перекладина, известная как «крутящаяся перекладина». Она состоит из статично установленной перекладины, прикрепленной к ней цилиндра – непосредственно трудящейся перекладины, диаметр которой равен 32 мм, что соответствует размерам палки, которую применяют во время соревнований [4].

В процессе оптимизации специальной физической подготовленности специалисты предлагают выполнять упражнения с применением блочного тренажера, модифицированного тренажера «Нижняя тяга», упражнения с партнерами, которые позволяют параллельно развивать быстроту (сокращение периодов простой и сложной зрительно-моторная реакции), скоростно-силовую, силовую подготовленности спортсменов и совершенствовать технико-тактические действия [4, 8, 9, 11].

Относительно методических аспектов физической подготовки спортсменов юношеского возраста, то исследования носят фрагментарный характер. Имеются научные данные, в которых содержится информация об определении наиболее значимых средств развития физических качеств юношей 12–13 лет, специализирующихся в мас-рестлинге. Исходя из того, что представители более старших возрастных категорий в тренировочном процессе для оптимизации силовой подготовленности применяют упражнения со штангой, то для юношей пубертатного возраста применение данных средств спортивной подготовки становится небезопасным. Следовательно, с целью определения значимых упражнений для развития физической подготовленности для юношей на начальном этапе спортивной подготовки проведены исследования, в которых путём применения корреляционного анализа показателей педагогического тестирования и тестирования с использованием тренажерного устройства при выполнении упражнения трехопорная тяга в мас-рестлинге [12]. Авторы выявили высокую корреляционную связь между показателями в упражнении трехопорная тяга и такими упражнениями, применяемыми для развития общей физической подготовленности, как становая тяга классическая, становая тяга на плинте, броски набивного мяча весом 1 кг, 2 кг, 3 кг двумя руками из-за головы вперёд, а также броски набивного мяча аналогичного веса назад. Коэффициенты корреляции находились в диапазоне от 0,79–0,94. Средняя связь выявлена между показателем в тройном прыжке и прыжке в длину с места. Однако такие общепринятые упражнения, широко применяемые в тренировочном процессе мас-рестлеров, как сгибание и разгибание рук в упоре лежа, отжимание на брусьях отличаются слабой корреляционной связью с трехопорной тягой. В тренировочный процесс студентов, которые занимаются мас-рестлингом, для развития общей физической подготовленности специалисты внедряли распространённые упражнения развития физических качеств, такие как: беговые упражнения для развития быстроты и скоростной выносливости – бег на отрезках от 30 м до 60 м, бег 100 м, 200 м; для выносливости – бег 1000 м, кросс (продолжительность от 1 до 1,5 часов), для силы – подтягивание на высокой перекладине из разных положений хвата; для гибкости – упражнение «вертушка» (упражнение из национального вида спорта народа саха «тутум эргиир»), для ловкости – спортивные игры, чаще баскетбол, футбол и подвижные игры на ловкость [3].



**Выводы.** Теоретический анализ показал, что в открытом доступе имеется достаточно научных данных относительно особенностей физической подготовки квалифицированных и высококвалифицированных спортсменов в мас-рестлинге. Широко применяются для развития физических качеств и способностей арсенал средств разной преимущественной направленности, в большей степени упражнения для развития силы различных мышечных групп, в частности кистей рук, спины и ног. Выявлен дефицит данных относительно построения тренировочного процесса спортсменов 16–17 лет.

### Список литературы

1. Алексеев, В.Н. Мышечная активность мас-рестлеров при выполнении приемов тяги в соревновательной деятельности / В.Н. Алексеев, И.И. Готовцев, Т.Г. Артёмов, В.Н. Логинов // Известия Тульского государственного университета. Физическая культура. Спорт. – 2018. – № 2. – С. 97–103.
2. Болотин, А.Э. Сравнительный электромиографический анализ активности скелетных мышц у масрестлеров при выполнении трехопорной и двухопорной тяги на старте поединка / А. Э. Болотин, С. А. Варзин, В.Н. Логинов, А.А. Бобрищев // Теория и практика физической культуры. – 2020. – № 12. –С. 95-97.
3. Борохин, М.И. Общая физическая подготовка мас-рестлеров / М.И. Борохин, Ц.Ли, А.Г. Дьячковский // Кочневские чтения – 2022 : Материалы VII Всероссийской научно-практической конференции, посвященной 20-летию кафедры "Мас-рестлинг и национальные виды спорта" Института физической культуры и спорта Северо-Восточного федерального университета имени М.К. Аммосова, Якутск, 04 октября 2022 года / Редколлегия: Н.Е. Гоголев [и др.]. – Якутск: Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, 2022. – С. 19-23
4. Захаров, А. А. Методика развития локальной силовой выносливости хвата в мас-рестлинге / А.А. Захаров, В.В. Федоров // Материалы конференции "Современные проблемы физической культуры и спорта" – Хабаровск, 2012. – С. 83-84.
5. Захаров, А.А. Пути совершенствования методики силовой подготовки спортсменов в мас-рестлинге / А.А. Захаров, Я.Ю. Захарова // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – №11 (69). – С. 39-42.
6. Кривошапкин П.И. Мас-рестлинг. Биомеханические основы техники, тактики и методики: монография [Электронное издание]. 2-е изд., перераб. и доп. Якутск: Издательский дом СВФУ, 2016. – 154 с.
7. Кривошапкин П.И. Подбор упражнений специально-силовой подготовки в мас-рестлинге / П.И. Кривошапкин, Е.П. Кудрин, В.Г. Старостин, Н.С. Филиппов // Теория и практика физической культуры. – 2015. – № 9. – С.78-90.
8. Кудрин, Е. П. Индивидуализация учебно-тренировочного процесса по мас-рестлингу на этапе высшего спортивного мастерства / Е. П. Кудрин, Д. Д. Попов // Олимпийский спорт: педагогическое наследие Д.П. Коркина и перспективы развития вольной борьбы на мировой арене : Материалы II Международной научно-практической конференции в рамках проведения международного турнира по вольной борьбе, посвященного памяти заслуженного тренера СССР Д.П. Коркина, Якутск, 05 сентября 2018 года / Под общ. ред. Махаровой Н.В. – Якутск: Издательский дом СВФУ, 2018. – С. 31-36.
9. Кудрин, Е. П. Мас-рестлинг: технико-тактические действия / Е. П. Кудрин, Е. В. Криворученко, И. А. Черкашин. – Якутск : Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, 2018. – 152 с.
10. Логинов В.Н. Роль изометрического метода тренировки в общей физической подготовке спортсменов по мас-рестлингу / В.Н. Логинов // Матер.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

вузовской науч.-практ. конф. (г. Челя-бинск, 16-17 июня 2016 г.) / под ред. д.м.н. проф. Е.В. Быко-ва. – Челябинск: Издательский центр «Уральская Академия», 2016. – 326 с.

11. Логинов, В. Н. Повышение уровня силовой подготовленности спортсменов в мас-рестлинге / В. Н. Логинов // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2017. – № 4. – С. 37-38.

12. Пугачев, Ф. Г. Определение корреляции между упражнениями трех опорной тяги и общей физической подготовки / Ф. Г. Пугачев, В. Н. Логинов, А. Ф. Сыроватская // Физическая культура, спорт, наука и образование : Материалы II всероссийской научной конференции, Якутск, 30 марта 2018 года / Под редакцией С.С. Гуляевой, А.Ф. Сыроватской. – Якутск: ФГБОУ ВО "Чурапчинский государственный институт физической культуры и спорта", 2018. – С. 434-437.

13. Эверстов Н. А., Акакиева А. В., Захаров А. А. Ранжирование упражнений силовой подготовки в мас-рестлинге // Ученые записки университета им. ПФ Лесгафта. – 2022. – №. 8 (210). – С. 430-433.



## ЭТНОПЕДАГОГИКА: СПОСОБ ПОСТРОИТЬ ЭФФЕКТИВНУЮ КОММУНИКАЦИЮ С ЛЮДЬМИ ДРУГИХ ЭТНОСОВ.

Борисовец Дильбар Рафкатовна  
Московский городской педагогический университет,  
Институт естествознания и спортивных технологий,  
старший преподаватель департамента организации физического воспитания  
и безопасности жизнедеятельности,  
<https://orcid.org/0000-0002-1107-6807>  
[borisovecdr@mgpu.ru](mailto:borisovecdr@mgpu.ru)

**Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы актуализации этнопедагогической составляющей, которая является драйвером дальнейшего развития не только педагогических знаний, но и послужит основой для более эффективной коллаборации молодежи в формировании оптимального поведения во время учебных занятий, занятий спортом и физической культурой. Актуальность поднятой проблемы затрагивает не только сферу образования, но и культуру, антропологию, этнографию. Целью данного исследования явилось желание авторов изучить одну сторону данного многоаспектного явления, связанного с построением коммуникации во время занятий физической культурой. В исследовании приняли участие 150 студентов, занимающихся на элективных занятиях по физической культуре. Проведенное исследование показала неоднозначные результаты. Так, те, кто вырос и поликультурном обществе воспринимает этнопедагогический компонент как важную часть, влияющую на отношение не только к представителям иных этносов, но и на восприятие и принятие народных игр.

**Ключевые слова:** этнопедагогика, спорт, народные традиции, безопасность, физическая культура.

### **Ethnopedagogy: a way to build effective communication with people of other ethnic groups.**

**Abstract.** The article discusses the issues of updating the ethnopedagogical component, which is a driver for the further development of not only pedagogical knowledge, but will also serve as the basis for a more effective collaboration of young people in the formation of optimal behavior during training, sports and physical education. The relevance of the raised problem affects not only the field of education, but also culture, anthropology, ethnography. The aim of this study was the desire of the authors to study one side of this multidimensional phenomenon associated with the construction of communication during physical education. The study involved 150 students engaged in elective physical education classes. The study showed mixed results. Thus, those who have grown up and a multicultural society perceive the ethnopedagogic component as an important part that affects the attitude not only to representatives of other ethnic groups, but also to the perception and adoption of folk games.

**Keywords:** ethnopedagogy, sports, folk traditions, safety, physical education.

**Введение.** Этнопедагогические знания в профессиональной подготовке педагогов на сегодняшний день, как утверждают многие ученые-исследователи, к сожалению, занимают второстепенное место. А между тем, они являются своего рода отражением педагогической системы в целом, так как касаются развития существенной части личности, ее идентификации в окружающей среде и осознания себя, как члена социального и этнического сообщества [etc, Николаева В.А., 2018:316]. Ведь народные

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



традиции и обычаи, принятые в культурах разных стран, позволяли структурировать не только внешние взаимоотношения, но и сделать более эффективными внутренние связи между членами этого сообщества. Народные традиции и обычаи культуры этноса, заложенные в раннем детстве, также тесно связаны с формированием навыков безопасности жизнедеятельности.

С древности обязательным компонентом было совершение определенных ритуалов и культовых действий. Игра применялась также как средство воспитания детей, обучения охотников, воинов и т. п. Например, соревнования в стрельбе из лука, прыжки через ремни, привязанные к деревьям, борьба. Они служили для поддержания физической подготовки и воинов, и охотников [Пономаренко Г.Д., 2021:63]. Со временем такие соревнования развивались в национальные виды спорта – охота с беркутами или конные игры, воспитание тайганов. Но сегодня хотелось бы коснуться и вопросов, связанных с безопасностью

Как же этнопедагогика может быть связана с безопасностью? На этот вопрос можно ответить, лишь рассмотрев несколько понятий, напрямую с ними связанных. Итак, безопасность жизнедеятельности – научная дисциплина, которая изучает всевозможные опасности и защиту от них. Безопасность человека – такое состояние человека, когда никакие внешние и внутренние факторы не приводят к смерти или нарушению комфортного существования, не ухудшают психическое и физическое здоровье человека, не создают преград для осуществления человеком его целей. Одним словом, безопасность человека – такое состояние, когда он может строить свою жизнь, не опасаясь угроз и опасностей. И здесь важно заметить, что все оказывает влияние на безопасность жизнедеятельности человека – здоровье, мироощущение, мировоззрение, любая деятельность, осуществляемая человеком. Одним из структурных частей и элементов безопасности является, в том числе, и поликультурная безопасность. Поликультурная безопасность как неотъемлемый элемент безопасности человека основан на восприятии культуры как этноконсолидирующем и этнодифференцирующем признаке, объединяющем разные этнические культуры [Борисовец Д.Р. 2016:39].

В числе вопросов, которые использовались в анкетировании, был и такой: «Как вы думаете, связана ли ваша безопасность с толерантностью к людям других этносов?». На этот вопрос 70% студентов ответили, что вряд ли их доброе отношение к людям других этносов поможет им в случае, если они окажутся в гуще межэтнического конфликта. 25% утверждали, что одно с другим не связано, а 5% вообще затруднились ответить на этот вопрос (рисунок 1).



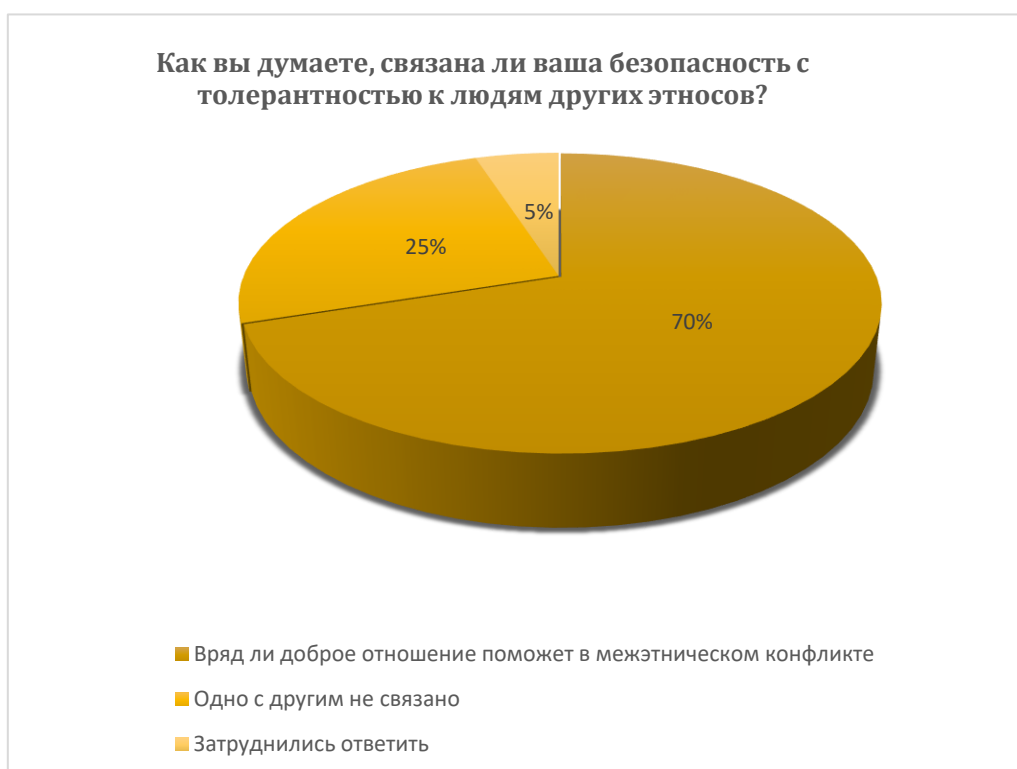


Рисунок 1. Связь безопасности и толерантности

Коснемся еще такого важного и бесспорно актуального аспекта, который напрямую связан с понятием этнокультурной безопасностью человека, общества и государства в целом.

Рассмотрим более подробно каждое из этих понятий, в частности, культуры и духовности. Как дает нам энциклопедический словарь, «культура – определенная совокупность социально приобретенных и транслируемых из поколения в поколение значимых идей, ценностей, обычаев, верований, традиций, норм и правил поведения, при помощи которых люди организуют свою жизнедеятельность» [БЭС. 2012: 536]. Здесь стоит отметить, что субъектом и в то же время объектом культуры является человек, который создает, творит, сохраняет и распространяет созданные им культурные ценности. Еще один объект культуры – природа. Духовность – это высшая степень развития личности, когда основными критериями мотивации и жизни становятся общечеловеческие ценности. Духовно-нравственное воспитание – процесс последовательного накопления качественных и количественных показателей изменений в системе его духовных ценностей, обеспечивающих вхождение личности в социокультурную среду.

Прежде чем говорить о духовно-нравственном здоровье, стоит вспомнить, что такое здоровье. В преамбуле Устава ВОЗ говорится, что здоровье является состоянием полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствием болезней или физических дефектов. Традиционно принято связывать душевное благополучие с душой, духовным состоянием и психикой человека. К факторам, оказывающим влияние на здоровье человека, относят несколько групп. И в том числе, духовно-нравственные факторы – духовность, веру, мораль; биологические факторы – пол, возраст, конституцию, генетику и наследственность; природные – качество окружающей среды, климатические, антропогенные загрязнения; социальные и информационные. Все это безусловно влияет и на духовное, нравственное здоровье человека. В современной науке

чаще всего говорят о социальном факторе, как решающим в оказании негативного влияния на здоровье человека. Однако еще Платон утверждал, что именно духовный фактор оказывает решающее воздействие на недомогания человека. И если вылечить душу - вылечишь тело. С этим невозможно поспорить. Восточная медицина, как и Платон, ко всем основным факторам, добавляет и образ мыслей и жизни, и питание. Поэтому духовно-нравственное здоровье является важным элементом здоровья человека. С этим понятием тесно связано и понятие духовно-нравственной культуры. Духовно-нравственная культура – это система ценностей человека, которая позволяет не только успешно взаимодействовать внутри своего этноса, а также строить эффективное межэтническое взаимодействие [Борисовец Д.Р. 2016:41].



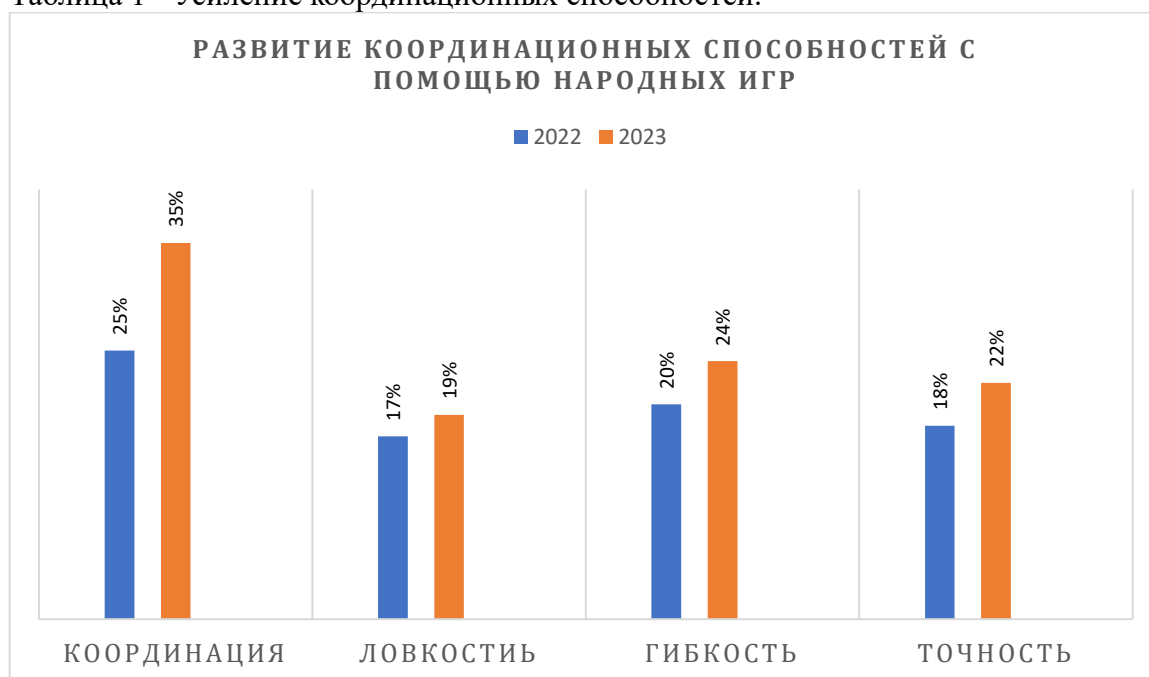
Рисунок 2. Помощь человеку другого этноса

Еще один вопрос, использованный в анкете для студентов, звучал так: «Представьте, что к вам подходит человек другого этноса и на ломаном русском языке просит вашей помощи. Как вы поступите?». 60% респондентов ответили, что остановятся, выслушают и помогут. «Все вокруг станет лучше, если мы будем по-человечески относиться друг к другу» - завершили они свой ответ. 10% - помогут, если есть возможность, 15% постараются узнать, говорит ли этот человек на каком-нибудь известном им языке и помогут, 15% четко разграничили, кому они помогут: помогут европейцу, если с просьбой обратится мусульманин, то сделают вид, как будто бы не к ним обращаются, а афроамериканцу посоветуют обратиться в полицию (рисунок 2). И связали они такое полярное отношение к тем, кто просит помощи, с соблюдением собственной безопасности. Вывод – безопасность для этой группы студентов напрямую связана с тем, к какому этносу относится человек, которому требуется помощь. Чем более этнически разнообразна образовательная среда, тем больше проявляется открытость, лояльность студентов и их желание помогать тому, кто в этом нуждается. В случае, если

среда более однообразна с точки зрения присутствия в ней представителей только одного этноса, тем более закрыты для межэтнической коммуникации будут студенты.

Говоря о безопасности и здоровье необходимо также остановиться на таком понятии, как культура безопасности, являющаяся совокупностью элементов культуры. Эти элементы способствуют совершенствованию и реализации всех потенциальных возможностей общества по защите от факторов риска. И если интересы общества состоят в создании, укреплении правового государства, то интересы личности заключаются в создании личной безопасности, комфортного, качественного уровня жизни, интеллектуального и духовного развития. Совокупностью всех интересов становятся национальные интересы, которые непосредственно связаны с национальной безопасностью. Одной из главных составляющих этой безопасности является духовно-нравственная безопасность, позволяющая обществу сохранить свои культурные, нравственные и интеллектуальные характеристики.

Таблица 1 - Усиление координационных способностей.



Возвращаясь к вопросу влияния этнопедагогика на развитие этнических видов спорта, стоит отметить такой момент – в последние десятилетия активно популяризируется внедрение элементов национальных игр в развитие различных двигательных способностей в те или иные традиционные виды спорта. Так, к примеру бакалавры выбирают в качестве своей выпускной квалификационной работы темы, связанные с народными играми. В качестве примера приведу лишь одну – «Внедрение народных игр в занятия по сквошу для развития двигательных-координационных способностей младших школьников», где автор использует на занятиях башкирскую, бурятскую, татарскую, дагестанскую игры, и игры народов Коми и др. При этом выбор стоит за играми, которые направлены на развитие именно двигательных-координационных способностей. Поэтому сравнивая данные влияния народных игр на развитие двигательных способностей (Таблица 1) можно увидеть, что в 2022 году показатели координации выросли с 25% до 35%, ловкость увеличилась лишь на 2% в 2023 году по



сравнению с предыдущим годом, гибкость и точность – на 4% соответственно. Что говорит об эффективности использования национальных игр в физической культуре.

Таким образом, формируется интерес к играм народов России у представителей других этносов, что, безусловно, обуславливает стремление активнее внедрять народные игры в траекторию образовательного процесса, что положительно скажется не только на развитие отдельных видов спорта, но и на здоровье населения в целом.

#### Список источников

1. Александрова Н.С. Этнопедагогический феномен народных игр и игрушек//Вестник Чувашского государственного педагогического университета им.И.Я.Яковлева. 2017. №2(94). С. 41-47
2. Бекирова Э.Ш. Роль этнопедагогики в решении актуальных проблем семейного воспитания //Проблемы современного педагогического образования. 2023. С 14-17
3. Богомоллова М.И. Народная педагогика в системе средств национального воспитания, гармонизации межнациональных отношений, приобщение к общечеловеческим ценностям //Ученые записки Орловского национального университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2016. №3 (72). С.257-261
4. Большой энциклопедический словарь: В 2 т./ Гл. ред. А.М.Прохоров. 2012. С.1456
5. Борисовец Д.Р. Этнопедагогика как форма интеграции педагогических работников: проблемы безопасности. Магистр.диссертация. 2016. С.82
6. Николаева В.А, Гринева Е.А., Олевская И.А., Усольцева Е.В. Использование этнопедагогики в подготовке будущих специалистов в условиях вуза //Ученые записки Орловского государственного университета. №3(80), 2018, С. 315-321
7. Пономаренко Г.Д. Народная игра как элемент нематериального культурного наследия //Культурный ландшафт регионов.2021. Т.3. .№1. С.61-70

#### References

1. Aleksandrova N.S. Ethnopedagogic phenomenon of folk games and toys//Bulletin of the Chuvash State Pedagogical University named after I.Ya. Yakovlev. 2017. №2(94). S. 41-47
2. Bekirova E.Sh. The role of ethnopedagogy in solving pressing problems of family education//Problems of modern pedagogical education. 2023. FROM 14-17
3. Bogomolova M.I. People's pedagogy in the system of means of national education, harmonization of interethnic relations, familiarization with universal values //Scientific notes of the Oryol National University. Series: Humanities and Social Sciences. 2016. №3 (72). Page 257-261
4. Large encyclopedic dictionary: In 2 volumes/Ch. ed. A.M. Prokhorov. 2012. Page 1456
5. Borisovets D.R. Ethnopedagogy as a form of integration of teachers: security problems. Master's thesis. 2016. Page 82
6. Nikolaeva V.A., Grineva E.A., Olevskaya I.A., Usoltseva E.V. The use of ethnopedagogy in the training of future specialists in the conditions of the university//Scientific notes of the Oryol State University. NO. 3 (80), 2018, PP. 315-321
7. Ponomarenko G.D. People's game as an element of intangible cultural heritage//Cultural landscape of regions .2021. T.3. No. 1. Page 61-70



## ОРГАНИЗАЦИЯ РАЦИОНАЛЬНОГО ПОДХОДА К ЗДОРОВЬЮ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ПРИМЕНЕНИЕМ ТУВИНСКИХ ПОДВИЖНЫХ ИГР

*Мендот И.Э.* кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спортивных дисциплин, e-mail: [inga.mendot@yandex.ru](mailto:inga.mendot@yandex.ru)

*Мендот Эмма.Э.* ст. преподаватель физической культуры

Кызылского техникума экономики и права, e-mail: [inga.mendot@yandex.ru](mailto:inga.mendot@yandex.ru)

*Мендот Эл.Э.*, кандидат педагогических наук, доцент кафедры физической культуры и спортивных дисциплин e-mail: [inga.mendot@yandex.ru](mailto:inga.mendot@yandex.ru)

### Аннотация.

Статья посвящена пониманию такого понятия, как «здоровый образ жизни» учащихся младшего школьного возраста с использованием тувинских подвижных игр. В статье внимание уделяется младшему школьному возрасту для формирования основных понятий здорового образа жизни в физической культуре. В статье актуализирована роль начальной школы в формировании и сохранении здоровья подрастающего поколения где подвижные игры являются основным средством. Основная цель статьи – представление материалов по изучению уровней сформированности здорового образа жизни у учащихся младшего школьного возраста с использованием тувинских подвижных игр.

**Ключевые слова:** здоровый образ жизни, младший школьник, формирование здорового образа жизни, уровень сформированности представлений о здоровом образе жизни, подвижные игры, игры, физические качества, личность, тувинские подвижные игры.

### Organising A Rational Approach to the Health of Junior Schoolchildren Using Tuvan Mobile Games

*Inga. E. Mendot*, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the chair of physical culture and sports disciplines. Kızıl / Tuva. e-posta: [inga.mendot@yandex.ru](mailto:inga.mendot@yandex.ru)

*Emma. E. Mendot*, senior lecturer of physical culture of Kyzyl Technical School of Economics and Law. Kızıl / Tuva. e-posta: [inga.mendot@yandex.ru](mailto:inga.mendot@yandex.ru)

*Ella. E. Mendot*, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports Disciplines. e-posta:

[inga.mendot@yandex.ru](mailto:inga.mendot@yandex.ru)

### Abstract

The article is dedicated to the understanding of the concept of "healthy lifestyle" in younger school-aged children using Tuvan physical games. The article focuses on the primary school age period as a critical time for forming basic concepts of a healthy lifestyle in physical education. It highlights the role of elementary schools in the formation and preservation of the health of the younger generation, where physical games serve as the main tool. The main goal of the article is to present materials on the study of the levels of development of a healthy lifestyle among younger school-aged children through Tuvan physical games.

**Keywords:** healthy lifestyle, younger schoolchildren, formation of a healthy lifestyle, level of development of the concept of a healthy lifestyle, physical games, games, physical qualities, personality, Tuvan physical games.



В процессе обучения и воспитания младших школьников в соответствии с требованиями ФГОС осуществляется становление личности ребенка, его миропонимания, духовно-нравственных основ. В Законе «Об образовании в РФ» отмечается, что нужно стремиться формировать у учащихся основы здорового образа жизни на всех возрастных этапах. Также в законе указывается на ответственность образовательной организации и учителей за охрану и укрепление здоровья учащихся [6, С. 78]. Современный человек рассматривает данное понятие с исторической, социокультурной, педагогической, медицинской, и др. точек зрения, акцентируя внимание на различных аспектах данной проблемы. На современном этапе развития общества термин «здоровый образ жизни» прочно вошел в обиход каждого человека.

В современной науке насчитывается огромное количество определений, отражающих в не полной мере сущность данного понятия. Многие ученые прошлого и современности занимались разработкой различных его аспектов, в частности: А.И. Антонов, И.В. Журавлева, В.П. Петленко, Е.Л. Семенова, Г.И. Царегородцев и др. Ученые отмечают, что понятие «здоровый образ жизни» появилось лишь в конце XX века, под которым понимали «режим ограничений и нагрузок – образ жизни, обеспечивающий здоровье» [1, С. 48]. Дудченко З.Ф. определяет «здоровый образ жизни личности как активность личности, которая использует предоставляемые ей возможности в интересах здоровья, гармоничного психического, физического и духовного развития» [2, С. 358]. Кулагина Л.И. отмечает, что «под формированием здорового образа жизни понимается создание и предоставление населению социальных, политических, экономических и индивидуальных технологий для преодоления жизненных трудностей на производстве и в быту без ущерба для здоровья, личного и общественного благополучия нынешнего и будущего поколения» [5, С. 54]. Следует отметить, что автор акцентирует внимание на внешних условиях, игнорируя ценностное отношение самого человека к здоровью. Анализ дефиниций показал, что существует множество подходов к пониманию понятия «здоровый образ жизни». Обобщая их, можно утверждать, что ЗОЖ – это активная деятельность каждой личности по улучшению своего здоровья. Наиболее значимый этап в развитии ЗОЖ – это младший школьный возраст, поскольку именно в это время происходит анатомо-физиологическое, социально-психологическое и личностное становление человека. Ученые отмечают, что этот период детства сензитивен для становления нравственного представления о здоровье личности.

По мнению В.И. Ляха подвижные игры в начальной школе являются незаменимым средством решения комплексных задач воспитания личности младшего школьника, развития его двигательных способностей и совершенствования умений. Подвижные игры направлены на развитие творчества, воображения, внимания, воспитания инициативности, самостоятельности действий, выработку умений выполнять правила общественного порядка.

Г.К. Зайцев пишет, что «именно в младшем школьном возрасте важно наполнять ценностное отношение к здоровью, так как известно, что это сензитивный период развития моральных установок и нравственного воспитания» [3, С. 62].

Подвижные игры в жизни учащихся младшего школьного возраста занимает важную роль, так как в процессе игр они понимают всю суть физической культуры и здорового образа жизни.

Физическая культура должна стать основной целью жизни для сохранения здорового образа жизни детей. Состояние здоровья учащихся, сохранение здоровья будущих матерей и отцов являются общегосударственной задачей, имеющей



межведомственный характер и требующей комплексного стратегического решения. Основная цель политики государства в области физической культуры и спорта-эффективное использование их возможностей в оздоровлении нации, воспитания молодежи, формирование здорового образа жизни населения. (Мендот Эл.Э., Мендот Эм.Э. Мендот И.Э. Юрточныи игры 2022г)

Физическая культура в школе имеет решающее значение для воспитания полноценной, целостной личности школьника. Состояние здоровья человека зависит от образа жизни, наследственности, окружающей среды, условий проживания, питания, режима, организации учебно-воспитательной деятельности, материально-технических средств. На занятиях физической культуры учащихся младшего школьного возраста можно применять подвижные игры и состязания, которые помогут подготовить их к самостоятельной жизни и производительному труду, и ведению здорового образа жизни.

Конкретными задачами физической культуры детей младшего школьного возраста являются:

- укрепление здоровья и закаливание организма, формирование правильной осанки;
- формирование и совершенствование двигательных умений и навыков прикладного характера;
- развитие двигательных качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, координации);
- воспитание гигиенических навыков при выполнении физических упражнений;
- поддержание устойчивой физической работоспособности на достигнутом уровне;
- формирование познавательных интересов;
- воспитание интереса к играм, подвижным играм и физическим упражнениям;
- воспитание нравственных, морально-волевых качеств, настойчивости, смелости, навыков культурного поведения.

Значение подвижных игр в формировании личности человека, остается важным во все времена, через них сохраняются корни народа и не разрывная связь времен и поколений. Игровая методика является эффективным средством повышения качества тактического мышления и активизации волевых качеств учащихся.

Используя тувинские подвижные игры, мы прививаем учащимся младшего школьного возраста способность и подготовку для ведения здорового образа жизни, сохранять правильную осанку, постоянно заниматься физическими упражнениями, соблюдать личную гигиену, режим дня, правильное питание. Об оздоровительном значении воздействия различных игр на организм ребенка, на становление его характера, личностных качеств тувинцы знали с давних времен. Считали, что в игре ребенок находит возможности реализовывать присущие ему двигательные действия, творческую энергию, физические и умственные силы, удовлетворить потребность в общении со сверстниками, познать окружающую природу. Привитие подрастающему поколению трудолюбия, физического совершенства и психической стойкости с помощью народных игр было обычной и повседневной заботой.

У каждого народа свои культурные традиции, которые чтятся и передаются из поколения в поколение. Именно такой подход, по нашему мнению, приобщит школьников к традициям, народной культуре, воспитывает поколение, осознающее себя в непрерывном контексте истории, людей, связанных с прошлым, настоящим и будущим своей культуры, в то же время, осознающее себя участниками мирового культурно-исторического процесса.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



Таким образом, формирование здорового образа жизни учащихся младшего школьного возраста с использованием тувинских подвижных игр выполняет важную роль в становлении личности ребенка, морально-волевых, духовных особенностей, развития физических качеств в плане обучения и воспитания подрастающего поколения.

### Список литературы:

1. Самбу И.У. Тыва оюннар. И.У. Самбу. – Кызыл: Тувкнигоиздательство, 1978. – 68с.
2. Мендот Эмма Э., Мендот Инга Э., Мендот Элла Э. Организация и использования игр и игрового фольклора в младших классах на уроках физической культуры // Научно-практический журнал. Современная наука: Актуальные проблемы теории и практики. Гуманитарные науки. №11-2. 2019. – С. 105-110.
3. Мендот Эмма Э., Мендот Инга Э., Мендот Элла Э. Организация и использования игр и игрового фольклора в младших классах на уроках физической культуры // Научно-практический журнал. Современная наука: Актуальные проблемы теории и практики. Гуманитарные науки. №11-2. 2019. – С. 105-110.
4. В.И. Лях. Мой друг физкультура // учебник для учащихся 1-4 классов начальной школы //В.И. Лях. 5-е издание.- Москва.: Просвещение, 2005.-190с.





УДК 378/018

## ОТРАЖЕНИЕ КЫРГЫЗСКИХ НАЦИОНАЛЬНЫХ И СПОРТИВНЫХ ИГР В БЫТУ КЫРГЫЗОВ

**\*Каиматова Жамиля Ашировна**

кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики, психологии и дошкольного образования, Баткенский государственный университет, Кызыл-Кийский гуманитарно-педагогический институт, Кыргызская Республика, г. Кызыл-Кия, ул. Дехканская 1, [koshmatova73@list.ru](mailto:koshmatova73@list.ru)

**\*\*Турсунбекова Саадат Микарамовна**

кандидат педагогических наук, доцент кафедры гуманитарно-педагогического образования, Баткенский государственный университет, Кызыл-Кийский институт технологии, экономики и права, Кыргызская Республика, г. Кызыл-Кия, ул. Нигматулина.

## REFLECTION OF KYRGYZ NATIONAL SPORTS GAMES IN EVERYDAY LIFE OF KYRGYZ PEOPLE

**\*Kashmatova Jamilya Ashirovna**

Candidate of pedagogical sciences, associate professor department of pedagogy, psychology and preschool education, Batken State University, Kyzyl - Kya humanitarian-pedagogical institute, Republic of Kyrgyzstan, Kyzyl – Kya, st. Dehkan 1, [koshmatova73@list.ru](mailto:koshmatova73@list.ru)

**\*\*Tursunbekova Saadat Mikaramovna**

Candidate of pedagogical sciences, associate professor department of humanitarian-pedagogy education, Batken State University, Kyzyl – Kya technologies of economics and law institute, Republic of Kyrgyzstan, Kyzyl – Kya, st. Nigmatulina.

**Аннотация.** В современных условиях постоянного ускорения научно-технического прогресса молодежи приходится перерабатывать огромный поток информации.

Определяя главное направление в развитии национальных спортивных игр в школах Кыргызстана на уроках по физической культуре, необходимо поставить физическое воспитание таким образом, чтобы каждый человек научился смолоду беречь свое здоровье, развивать физические возможности, вести здоровый образ жизни, усваивать национальные игры смолоду и воспитываться к таким чертам характера, как: выносливость, терпеливость и укреплять свою волю.

Ставится вопрос о более полном использовании в учебном процессе по физическому воспитанию национальных игр и видов спорта с учащимися молодежью кыргызской национальности. Годы обучения в школе являются важным этапом формирования личности. Большая роль в комплексной системе учебно-воспитательного процесса принадлежит физическому воспитанию.

Не вызывает сомнения то обстоятельство, что использование национальных видов спорта и игр в быту кыргызов физическому воспитанию обеспечит более высокую заинтересованность и активное отношение молодежи к укреплению здоровья, привитию

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



навыков здорового образа жизни, одним из компонентов которого являются физическая активность.

Использование народных игр и физических упражнений в целях воспитания и развития личности – явление исключительно древнее.

Национальные виды спорта и народные игры были предметом особого внимания современных деятелей кыргызской науки и культуры.

**Ключевые слова:** народные игры, спортивные игры, физическое воспитание, здоровье, здоровый образ жизни, учащиеся, молодежь, физическая культура и спорт.

**Abstract.** In modern conditions of constant acceleration of scientific and technological progress, students have to process a huge stream. Defining the main direction in development of the physical national sports games in schools of Kyrgyzstan in to organize physical education, it is necessary to supply a physical education this way so that every person learns from a young age to take care of his health and improve the physical ability to lead a healthy lifestyle. Learn national types of games from a young age and be brought up to have such character traits: endurance and patience, strengthen your will . The question is raised about a more complete use of national games and sports in the educational process of physical education with students and youth of Kyrgyz nationality. The years of schooling are an important stage in personality formation.

There is no doubt that circumstance, what's the use national sports and games in everyday life of Kyrgyz people physical education will ensure higher interest and active attitude of youth to improve health, instilling healthy lifestyle skills, one of the components of which is physical education .

A major role in the complex educational system process belongs to physical education. The use of folk games and physical exercises for the purpose of education and personal development is an extremely ancient phenomenon national sports and folk games were the subject of special attention of modern figures of Kyrgyz science and culture.

**Key words:** folk games, sport games, physical education, health, healthy lifestyle, life, students, youth, physical education and sports.

Спорт принято подразделять на спорт высших достижений и массовый спорт. Спорт высших достижений предполагает организацию систематических занятий, тренировок, соревнований в ходе которых становится и решается задача достижения максимально возможных результатов, превышающих уже достигнутые ранее в том или ином виде спорта.

Массовый спорт - занятия отдельными видами спорта, преимущественно – массовыми или физическому упражнениями в других разнообразных формах (атлетическая гимнастика, лыжный спорт, легкая атлетика, плавание, туризм и т.д.

В течение последних десятилетий повышенный интерес вызывают проблемы, связанные с взаимовлиянием образа жизни людей и их здоровья. На долю труда и учебы приходится примерно 1/3 общего времени активной жизни человека. Занятия физической культурой и спортом – важный аспект ЗОЖ (здорового образа жизни).

Профессор Н.М. Амосов пишет, что необходимая доза двигательной активности для девушек составляет 4-9 организованных занятий, в неделю для юношей 7-12 часов.

Кыргызские народные спортивные игры, виды спорта являются также важным средством физического воспитания, особенно для молодежи коренной национальности. К настоящему времени накоплен определенный опыт и необходимый научный материал, характеризующий положительное значение занятий национальными видами спорта. Они относятся к числу естественных и полезных видов физических упражнений и игр. Возможно это использования в любых условиях без дорогостоящих специальных сооружений и оборудования в любое время года делают эти виды спорта и игры

незаменимыми средствами оздоровления населения, особенно в условиях сельских районов республики.

Исследования проводимые многими учеными Кыргызстана в этой области убедительно подтверждают, что сочетание национального и интернационального, использование самобытных игр наций, народностей дают наибольший эффект в повышении эффективности уроков физической культуры. Так например:

Название игры: «Жоолук таштамай» - «Бросай жгут»

а) Описание. Получивший полотенце выходит навстречу команде противника и начинает двигаться вдоль ее шеренги. Идти можно в один и в другой конец не более трех раз. За этот период он должен бросить полотенце к ногам одного из игроков и быстро бежать к своей команде. Но игроки другой группы очень внимательно следят за его действиями и в тот момент когда полотенце оказывается у чьих-то ног, игрок быстро хватается его и старается догнать убежавшего. Если тот успел добраться до своей команды прежде чем его ударили полотенцем, то право хода передается игроку другой команды. Если убегающего ударили полотенцем, он становится пленником, а тот кто его догнал получает право очередного хода. Бывает, что полотенце лежит у ног, но никто не преследует убегающего, тогда зазевавшийся игрок становится пленником, а бросать полотенце выходит игрок из команды, начавший игру. Выигрывает тот, кто сумел в течении 10-15 минут захватить больше пленников.

б) Место проведения и необходимый инвентарь. Площадка, большой зал. Для игры требуется полотенце.

в) Организация игры и правила ее проведения.

Играющие делятся на две команды. Команды становятся друг против друга на расстоянии 25-30 метров. По жребию одна команда получает право начать игру. Капитану вручается полотенце, которое он передает игроку. Вдоль шеренги можно идти в один и другой конец не более трех раз.

Полотенце бросать в сторону нельзя: его можно бросать только у ног играющего. За ошибки засчитываются штрафные очки. Выигрывает команда, у которой меньше допущено ошибок и больше захвачено пленников.

г) Методическое указания.

Игра способствует приобретению навыков бега, требует от играющих большого внимания, хорошей координации и ловкости. Преимущественным видом движения является резкий бег на короткую дистанцию. Руководителю необходимо в этой игре правильно распределить играющих на команды, равные по количеству девочек и мальчиков. Руководителю полезно каждый раз записывать пленников и количество штрафных очков.

Название игры: «Көз таңмай» - «Сокур теке» - «Слепой козел»

а) Описание: Находящиеся в кругу игроки прикасаются к водящему, подходят к нему с разных сторон, должны бежать от него, чтобы их не поймал. Если водящий поймал одного из участников игры находящихся в кругу и отгадал, кого он поймал, то он снимает себе повязку и развязывает глаза пойманному.

б) Место проведения и правила ее проведения.

Площадка. Спортивный зал. Для игры требуется платок или косынка.

в) Организация игры и правила ее проведения.

Играющие, взявшись за руку, образуют круг. Три, четыре человека в кругу, причем одному из них завязывают глаза платком или косынкой, играющие не должны выходить из круга. Запрещается толкать водящего и ставить ему подножку.

г) Методическое указания.



Лучше всего проводить эту игру к концу занятия, когда сосредоточить внимание занимающихся и относительно успокоить. Она развивает самостоятельность, решительность и сообразительность.

К первому общеподготовительному этапу на наш взгляд относятся все игры, увеселения и забавы, содержащие в себе элементы духовного и физического тренинга.

Например, такие игры и забавы как «айлан-көчөк», «каркыра-турна учуп келе жатат» (в буквальном переводе «журавли прилетают»), забава «төө басты» (в буквальном переводе «верблюд навалился»), игра «ала күчүк» (в буквальном переводе «пегий щенок»). Через эти игры и забавы дети познавали окружающий мир, знакомились возможностями своего тела, закладывая такие важные качества, как физическая сила, подвижность, быстрая реакция, наблюдательность, умение действовать сообща с твердых нравственных позиций оценивать поступки своих товарищей. Второй период, который мы условно называем активным, содержит самые разнообразные игры и развлечения детей в возрасте от 5 до 13-14 лет. Чрезвычайно популярны у кыргызских детей были разнообразные игры и прятки. К примеру игра «тым-тым» («игра в молчанку»), «томук катмай» («прятание коленной косточки барана»). Игра требовала как от преследователя, так и от преследуемого силы и умения концентрировать свое внимание. Среди атлетических детских юношеских игр наибольшей популярностью пользовалась исключительно подвижная игра «ак чөлмөк», «коон үзмөй», «күрөш» [Материалы республиканской научной конференции «Педагогические и медико-биологические аспекты физического воспитания и спортивных тренировок в Кыргызстане, Фрунзе, 1986. 176 с.].

#### **«Күрөш» – национальная спортивная борьба.**

Значение «күрөш» велико не только как национального спорта. Он способствовал выходу на мировую арену многим кыргызским борцам. Не вызывает сомнения то обстоятельство, что использование национальных видов спорта и игр в уроках по физическому воспитанию обеспечит более высокую заинтересованность и активное отношение молодежи к укреплению здоровья, привитию навыков здорового образа жизни, одним из компонентов которого являются физическая активность. Особая необходимость в реализации национальных игр и наиболее доступных видов спорта ощущается при проведении уроков с учащимися коренной национальности.

Их планомерное использование на уроках, наряду с общепризнанными средствами физического воспитания, оказывает положительный эффект [Спорт-посол мира и феномен XXI века. Международный научный конгресс. Алматы, 1997. 164 с.].

Воспитание будущего поколения к физической культуре во временном и качественном плане распадалось на три основных этапа: общеподготовительный, который охватывал детство от 3-5 до 13-14 лет; этап профессиональной подготовки – от 14-15 лет и старше; и этап активных военных действий.

С давних пор в досуге кыргызов большое место отводилось народным играм и развлечениям, без которых не проходило ни одно народное мероприятие. При этом характер многих игр был связан с условиями кочевой жизни, требовавшей постоянной готовности к действиям, храбрости, силы и ловкости.

**Ат- чабыш** (гонка на длинные дистанции). Это древний и наиболее распространенный вид спорта. Для скачек отбирают резвых и выносливых лошадей, способных выдержать дальние расстояния. Раньше скачки «ат чабыш» устраивали по разным поводам, чаще всего на праздник. Победитель получал в награду драгоценности и скот. В качках участвовали лошади всех пород и возрастов. Каждый саяпкер (тренер) по-своему готовил скакуна к выступлениям. Существовали сынчы (эксперты), которые

по упитанности коня, по мускулатуре, кровеносным сосудам к состезаниям, по дыханию, по походке безошибочно определяли готовность скакуна к состязаниям.

**Улак тартыш или Кок – бору** ( борьба всадников за тушу козла).

Очень распространенная игра кыргызского, казахского, узбекского, таджикского и каракалпакского народов. Словосочетание «кок-бору» на русском языке означает «серый волк». История этой своеобразной игры уходит в глубину веков. По-видимому, она возникла в те далекие времена, когда безлюдных степях и горах Кыргызстана стада животных зимой и летом паслись под открытым небом, без помещений и подкормки, поэтому волки часто нападали на скот и приносили людям много бедствий. Из-за отсутствия оружия животноводы не могли расправиться с волками на месте. Мужественные джигиты на резных и выносливых конях устраивали преследование волка до тех пор, пока не загоняли их до полусмерти, били палками, камчой, подхватили с земли, отбивая друг у друга. Позже, при более оседлом образе жизни «кок бору» был заменен на «улак тартыш», который превратился в национальный вид конной игры – в борьбу всадников за тушу козла.

Основной задачей перечисленных игр и развлечений молодежи являлось укрепить мальчиков физически и духовно, воспитать их полноценными членами общества, которые смогли бы успешно проявлять себя на трудовом, а если будет необходимо, и на военном поприще.

Внедрение в учебный и внеучебный процесс по физическому воспитанию имеющегося арсенала кыргызских национальных игр - является важным фактором в активизации всестороннего гармонического развития личности молодого человека.

#### **Использованная литература:**

1. Материалы республиканской научной конференции «Педагогические и медико-биологические аспекты физвоспитания и спортивных тренировок в Кыргызстане». Фрунзе, 1986. 176 с.
2. «Спорт-посол мира и феномен XXI века». Международный научный конгресс. Алматы, 1997. 164 с.



## НАЦИОНАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА КАК СПОРТИВНО-ВОЕННАЯ ПОДГОТОВКА ТУВИНЦА КОЧЕВНИКА

**\*Мендот И.Э.** кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры физической культуры  
и спортивных дисциплин  
ФГБОУ ВО «Тувинский государственный университет»

**\*\*Мендот Элла.Э.** кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры физической культуры  
и спортивных дисциплин  
ФГБОУ ВО «Тувинский государственный университет»

**\*\*\*Мендот Эмма.Э.** ст. преподаватель  
Кызылский техникум экономики и  
права потребительских коопераций

## NATIONAL SPORTS AS SPORTS AND MILITARY TRAINING OF A TUVAN NOMAD

**\*Mendot I.E.** Candidate of Pedagogical Sciences,  
Associate Professor of the Department  
of Physical Culture and Sports Disciplines

**\*\*Mendot Ella. E.** Tuvan State University.E.  
Candidate of Pedagogical Sciences,  
Associate Professor of the Department  
of Physical Culture and Sports Disciplines Tuvan State University

**\*\*\*Mendot Emma.E.** art. teacher Kyzyl College  
of Economics and Law of Consumer Cooperatives

**Аннотация:** В данной статье раскрываются национальные виды спорта тувинцев борьба «Хуреш», стрельба из лука, конные скачки являющиеся основой спортивно-военной подготовки тувинца-кочевника.

Национальные виды спорта культивируются во многих регионах Российской Федерации. В их основе лежат традиционные народные физические упражнения и игры, исторически связанные с укладом жизни и особенностями труда людей в условиях данных регионов. Некоторые из этих видов спорта требуют незаурядной физической и специальной спортивно технической подготовленности и в основе этого конечно же находятся стрельба, борьба, конные скачки.

В такой многонациональной стране, как Россия, испокон веков формировались и развивались национальные виды спорта, которые на протяжении веков подвергались различным изменениям от условий, уклада жизни, а также под воздействием военных действий и различных идеологий. В настоящее время некоторые этнокультурные традиции национальных видов спорта почти забыты, а если сохранились, то в сильно измененном виде.

Важнейшим компонентом существования любого народа являлась физическая культура: состязания в силе, ловкости, удали. Борьба, стрельба из лука, конные скачки служили не только праздничными развлечениями, но и проверкой физической и морально-волевой подготовки тувинцев, утверждением их жизнестойкости,

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

непоколебимости духа, личности сочетающей в себе храбрость, мужество, выдержку, честность, уважение.

Национальные виды спорта – вид, имеющий прикладную направленность, исторически сложившийся в этнически однородной группе населения, компактно проживающий на территории республики (субъекта) Российской Федерации, где данный вид признан как национальный. В свою очередь национальные виды спорта, с одной стороны, являются частью всей народной культуры, а с другой - частью системы физической культуры. Существенным отличием национальных видов спорта от других форм физической культуры, является состязательная направленность, обязательное наличие соперничества, борьбы.

**Ключевые слова:** нация, народ, состязание, борьба, национальные виды спорта, физическая культура, стрельба из лука, конные скачки, кочевник, тувинец, система, традиция, культура.

**Abstract:** This article reveals the national sports of Tuvinians as "Khuresh" wrestling, archery, horse racing, which are the basis of the sports and military training of the Tuvinian nomad. National sports are cultivated in many regions of the Russian Federation. They are based on traditional folk physical exercises and games, historically associated with the way of life and the peculiarities of people's work in these regions. Some of these sports require outstanding physical and special sports and technical training.

In such a multinational country as Russia, from time immemorial, national sports have been formed and developed, which over the centuries have been subjected to various changes from conditions, lifestyle, as well as under the influence of military operations and various ideologies. Currently, some ethnocultural traditions of national sports are almost forgotten, and if they have been preserved, then in a greatly modified form.

The most important component of existence any nation had physical culture: competitions in strength, agility, and prowess. Wrestling, archery, horse racing served not only as festive entertainment, but also as a test of the physical and moral-volitional training of Tuvinians, affirmation of their resilience, steadfastness of spirit, personality combining bravery, courage, endurance, honesty, respect.

National sports are a sport with an applied orientation, historically formed in an ethnically homogeneous group of the population, compactly living on the territory of the republic (subject) of the Russian Federation, where this sport is recognized as national. In turn, national sports, on the one hand, are part of the entire national culture, and on the other - part of the system of physical culture. A significant difference between national sports from other forms of physical culture is the competitive orientation, the obligatory presence of rivalry, wrestling.

**Keywords:** nation, people, competition, wrestling, national sports, physical education, archery, horse racing, nomad, Tuvan, system, tradition, culture.



## ТРАДИЦИОННЫЕ ПРОДУКТЫ ПОТРЕБЛЕНИЯ В СИСТЕМЕ ПИТАНИЯ ТУВИНСКОГО НАРОДА

**Мендот Эреса. В.\***

\*Врач-кардиолог

ГБУЗ Московской области

«Реутовская клиническая больница»

## TRADITIONAL CONSUMER PRODUCTS IN THE FOOD SYSTEM OF THE TUVAN PEOPLE

**Mendot Eresa. V. \***

\*Cardiologist State Medical

Institution of the Moscow region

"Reutovskaya Clinical Hospital"

**Аннотация:** В статье раскрываются традиционные особенности продуктов питания кочевников Центра Азии, Республики Тыва. Республика Тыва представляет собой версию общей тюркской кочевнической системы питания, основывающейся хозяйственно-культурном типе - кочевом скотоводстве, охоте, собирательстве и рыболовстве. Зона распространения многих хозяйственно-культурных типов постепенно расширялась в связи с кочевым образом жизни и освоением новых областей.

Тувинцы –один из коренных народов Саяно-Алтайского нагорья на юге Сибири (бассейн Верхнего Енисея). Прежние названия тувинцев - урянхайцы, сойоты, сойоны, самоназвание их - тыва кижы. В целом, тувинцы относятся к древним народам Центральной Азии и Саяно-Алтая. Об этом свидетельствуют исследования ученых генетиков и исторические сведения. Наши предки, издревле населявшие 14 благодатные предгорья Саяно-Алтая, оставили зримые следы на этой огромной территории. Это и «открытые книги» на скалах - петроглифы писаницы, и соленые камни, и каменные изваяния, и остатки древних городищ и ирригационных систем, и большие и малые курганы-места захоронений царей, вождей и дружин саяно-алтайских племен.

О традиционной пище кочевников тувинцев написано немало, где будет представлена ритуальная технология приготовления и набор блюд исключительно походной пиши. Суровые условия зимой, жаркое лето спровоцировали к возникновению тувинской породы лошадей и крупного рогатого скота, мясо и молоко которых отличались высокими жировыми качествами. Кочевнику для эффективной деятельности нужна была особая, отвечающая целому ряду порой взаимоисключающих требований пища.

Пища должна быть транспортабельной, обладать возможностью длительного хранения, незначительным весом и габаритами при достаточной калорийности. Отдельные элементы из традиционного пищевого набора зафиксированы у скифов, можно предположить, что технология приготовления походной еды существовали и ранее. Прежде чем как описывать кухню и технологические приемы приготовления пищи, необходимо остановиться на традиционной модели питания кочевников. Он кардинально отличается от того, который мы наблюдаем у представителей оседлых культур. Каждый народ имеет не только личную кухню, но и закрепил в традициях и



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



обычаях особый ритм и тип питания. У кочевых народов он отличается радикально [Бартан, 1991;95].

Актуальными в текущих реалиях, являются дробное питание, Средиземноморская диета и DASH-диета (Dietary Approaches to Stop Hypertension). Эти системы питания, предполагающая увеличение частоты приемов пищи, применяется для профилактики и лечения заболеваний сердечно-сосудистой системы, диабета, нейродегенеративных заболеваний, жирового гепатоза и онкологических заболеваний. Названные рационы рекомендованы на весь мир. В отличие от современного человека, кочевники Центра Азии потребляли пищу два раза в сутки: рано утром и поздно вечером, до и после захода солнца. Традиционный завтрак кочевника состоял из горячего чая, к которому подавались блюда из так называемого «походного набора». Помимо особого суточного ритма приема пищи у кочевников существовал и особый годовой цикл питания. Вся кухня была гибко адаптирована к сезонному ритму, если быть абсолютно точным, - к температуре окружающей среды обитания.

### **Abstract:**

The article reveals the traditional features of food products of the nomads of Central Asia, the Republic of Tyva. The Republic of Tyva is a version of the common Turkic nomadic food system based on the economic and cultural type - nomadic cattle breeding, hunting, gathering and fishing. The area of distribution of many economic and cultural types gradually expanded due to the nomadic lifestyle and the development of new areas. Tuvans are one of the indigenous peoples of the Sayano-Altai Highlands in southern Siberia (Upper Yenisei basin). The former names of the Tuvans are Uriankhais, Soyots, Soyons, and their self-name is Tyva Kizhi. In general, Tuvans belong to the ancient peoples of Central Asia and the Sayano-Altai. This is evidenced by the research of geneticists and historical information. Our ancestors, who inhabited the 14 fertile foothills of the Sayano-Altai since ancient times, left visible traces on this vast territory. These are "open books" on the rocks - petroglyphs of scripture, and salty stones and stone sculptures, and the remains of ancient settlements and irrigation systems, and large and small mounds -burial sites of kings, leaders and squads of the Sayano-Altai tribes.

A lot has been written about the traditional food of the Tuvan nomads, where the ritual cooking technology and a set of dishes exclusively for camping food will be presented. Harsh conditions in winter and hot summers provoked the emergence of the Tuvan breed of horses and cattle, whose meat and milk were distinguished by high fat qualities. For a nomad to be effective, he needed a special food that met a number of sometimes mutually exclusive requirements.

Food should be transportable, have the possibility of long-term storage, low weight and dimensions with sufficient calories. Individual elements from the traditional food set were recorded among the Scythians, it can be assumed that the technology of cooking camping food existed earlier. Before describing the cuisine and technological methods of cooking, it is necessary to focus on the traditional food model of nomads. It is radically different from the one that we observe among representatives of sedentary cultures. Each nation has not only a personal kitchen, but also has fixed a special rhythm and type of food in traditions and customs. It differs radically among nomadic peoples.

Fractional nutrition, the Mediterranean diet and the DASH diet (Dietary Approaches to Stop Hypertension) are relevant in current realities. These nutrition systems, which involve an increase in the frequency of meals, are used for the prevention and treatment of diseases of the cardiovascular system, diabetes, neurodegenerative diseases, fatty hepatitis and oncological diseases. These diets are recommended for the whole world. Unlike modern humans, the nomads of Central Asia consumed food twice a day: early in the morning and late in the evening, before and after sunset. The nomad's traditional breakfast consisted of hot tea, which was

accompanied by dishes from the so-called "camping kit". In addition to the special daily rhythm of eating, the nomads also had a special annual nutrition cycle. The entire kitchen was flexibly adapted to the seasonal rhythm, to be absolutely precise, to the temperature of the environment.

**Ключевые слова:** кочевники, традиции, народ, история, технология, пища, тувинцы, этнос, обычай, питание, кухня, животновод, зима, продукты, условия, баранина, молоко, диета.

**Keywords:** nomads, traditions, people, history, technology, food, Tuvans, ethnos, custom, nutrition, cuisine, livestock breeder, winter, products, conditions, mutton, milk, diet.

**Актуальность исследования.**

Современный мир сегодня разнообразен и многолик благодаря различным культурам этносов, народов и национальностей, живущих совместно в локальных пространствах.

В нынешней реальности три основные составляющие пищевой культуры: 1) традиционная пищевая культура, которая наиболее консервативная и передает исключительный «дух» этноса или нации; 2) пища с элементами комбинирования, новаторства, сочинения, стилизации; 3) сеть высокотехнологических видов питания глобальной культуры и ресторанов фастфуда («Макдоналдс», KFC и т. д.) [Вигель, 2016; 42].

История определенного народа и ее традиционная культура, если понимать ее в широком смысле, представляет собой редкостную культурную ценность, освоение всех видов деятельности человека, такие как религия, философия, мораль, политика, экономика, общество, история, литература и искусство, т. е. то, что сохраняется и передается в данном сообществе или группе в течение длительного периода времени. Культура – это «сердце» нации, которая достойна бережного хранения.

Пища относится к числу важнейших элементов культуры этноса, играющих большую роль в обеспечении его жизнедеятельности. Продукты, которые использованы при приготовлении пищи, растут в непосредственном месте проживания народа или национальности, народные рецепты являются предметом гордости, они призваны сохранить дух самобытности, определяют в известной мере образ жизни и менталитет любого народа, в том числе и тувинцев.

Тыва или Тува, официально — Республика Тыва или Республика Тува — [регион Российской Федерации](#). Столица — город Кызыл является географическим центром Азии.

Традиционно Туву не принято причислять к Сибири, и географически она считается территорией Центральной Азии. Однако, недавно появившийся в сибирском экономическом пространстве бренд «Енисейская Сибирь», за счёт Тувы расширил понятие Южной Сибири дальше на юг. Так, в круг объектов проводимого мною исследования попал коренной малочисленный народ тувинцев-тоджинцев, компактно проживающих в Тоджинском районе на территории Республики Тыва [Огурцова, 2023; 59].

Климат — [резко континентальный](#). Лето умеренно тёплое в горах, и жаркое в котловинах. Среднегодовая температура воздуха  $-5,5\text{ }^{\circ}\text{C}$ ; абсолютный минимум/максимум  $-59/+38\text{ }^{\circ}\text{C}$  Среднегодовое количество осадков составляет от 200 мм в котловинах, и до 1000 мм в горах. Наиболее благоприятное время года — поздняя весна и ранняя осень [Вайнштейн, 1991; 273].

Традиционная культура [тувинцев](#), основного населения республики, это культура [кочевников](#). Благодаря своему относительно изолированному положению — отсутствию железных дорог, горам, окружающим территорию со всех сторон — в Туве

до настоящего времени сохранились самодостаточные кочевнические хозяйства [Айыжы, 2014; 45].

Традиционным для тувинцев является разведение овец, лошадей, в Тоджинском кожууне сохраняются оленоводство и охота как основные занятия населения

Суровые условия зимой, жаркое лето обусловили возникновение тувинской породы лошадей, крупного рогатого скота, легко переносящая условия круглогодичного табунного содержания, отличающаяся хорошими мясными качествами и молочной продуктивностью.

Традиционная пища кочевников Центра Азии (Республика Тыва) разнообразна, это мясо животного, растительного происхождения и молочнокислая продукция. Тувинцы из-за климатогеографических условий проживания, в основном употребляли много мяса и иной высококалорийной пищи. Очевидно, что одним из главных условий благополучного проживания человека в этой местности является рациональное питание, компенсирующее неблагоприятное воздействие холодного климата на организм.

Традиционное питание тувинского народа – это исторически сложившееся сезонное использование продуктов охоты, оленеводства, рыболовства и собирательства, в силу чего исследователи отнесли его к северному типу питания к белково-липидному, его основными биохимическими компонентами являются белки, углеводы и жиры [Даржа, 2009; 134].

При этом в зимнее время принято было употреблять мясо различных животных. Так, в начале и конце холодного времени года, с осени и к весне, питались говядиной, крупный рогатый скот считался с «холодным дыханием». Зимой в мороз если конину, считалось, что человек, употребляющий конину, не мерзнет на морозе. Недостаток солнца в зимний период восполняют жирная еда, сырая или свежемороженая рыба, жирное мясо, печень.

Мясо крупного рогатого скота и особенно конину по объективным причинам никогда не оставляли на весну. Весной с наступлением теплых дней питались бараниной, заготовленной с осени – *ууже*, или вяленой, копченой с зимы говядиной.

Летом практически не употребляли мясо. Если и употребляли, то очень редко, как правило, только баранину, - хранить мясо было негде. Употребляли сразу за один раз, варили много, и это в исключительных случаях, когда приезжали гости, друзья, родственники. Основным продуктом питания в теплое время года были молочнокислые продукты. Пока коровы, кобылицы, овцы и козы давали молоко, питались только молочными продуктами. Это был период очищения организма. *Хымыс, хойтпак, ааржы, тарак* и т.п. традиционные продукты заменяли не только питье, но и пищу. Начиная с дня летнего солнцестояния – 22 июня - и приблизительно от недели и до месяца после него у взрослых людей был период отдыха, сопровождаемый потреблением огромного количества молочных алкогольных напитков.

Летняя пища была в основном молочной, кисломолочной и растительной, что способствовало нормальному восстановлению организма после холодной зимы, получению и пополнению запасов необходимых витаминов, минералов и солей. Одним из лечебных продуктов, занимавших большое место в пище тувинцев, являются кисломолочные напитки (Хойтпак) – легкоусвояемый и питательный, с достаточным содержанием белка, усиливающий обмен веществ и повышающий секреторную деятельность желудочно-кишечного тракта. Его изготавливают с помощью закваски *хоренги*. [Забелина, 2009; 25-26].

Летне-осенний период был временем употребления растительной пищи (ягод, орехов, съедобных корней и т.д.), которая восполняла недостаток витаминов, возникающий при питании однообразной животной пищей.



Таким образом, своеобразный ритм окружающей среды сформировал цикличную / сезонную модель питания – от технологии консервации (заморозка, сушка, вяление) до технологии приготовления и употребления (вареное / сушеное).

Всю пищу условно можно разделить на походную, она же считалась повседневной, и торжественную. Все, что готовилось способом сушки, копчением, выпечкой на масле и огне считалось походной пищей, поскольку эти приемы готовки способствовали эффективному обезвоживанию, и, в конечном итоге, качественной консервации продуктов. К условно «торжественной» кухне относилась исключительно вареная пища. Например, традиционный тувинский этикет ограничивал угощение гостей кусками мяса, сваренными без косточки. Подать мясо без косточки считалось правилом дурного тона. Причина этого заключалась в том, что, с одной стороны, действительно, мясо у костей обладает лучшим вкусом и качеством, с другой, куски «мякоти», т.е. мяса без костей, изначально предназначались для приготовления сухого мясного порошка, служащего в качестве НЗ (неприкосновенного запаса), пищей для воинов и охотников.

Всю пищу для потребления в походных условиях обезвоживали. Для обезвоживания применяли несколько технологических приемов, главным из которых была сушка. Процесс сушки был не пассивным, а в расчете на естественную температуру и вентиляцию среды, а активным – обезвоживание производилось при высоких температурах, т.е., когда пищу сушили на кострах, в котлах. Подобным образом сушке подвергали практически все продукты питания: мясо, зерно, ягоду и т.д. Простые и вместе с тем эффективные технологии обезвоживания пищи присутствовали практически у всех кочевников Евразии.

Набор блюд традиционной кухни, в которой большое место уделено приготовлению компактных, длительно хранящихся и легких по весу продуктов, свидетельствуют о том, что кочевники были, прежде всего, воинами и охотниками.

Следует отметить, что повседневный рацион Тувинских кочевников отличался скромностью и мерой. Условно все блюда походной пищи можно разделить по срокам хранения на две группы – длительного и кратковременного хранения. Большая часть технологий была сориентирована на подготовку мясной, молочной и растительной пищи к длительному хранению и транспортировке. Существовали блюда, употреблять которые можно было в течении одного- трех месяцев.

Походный набор продуктов охотников. Стандартный комплект походной пищи кочевника-охотника на белку – *дишчи хунезини* в западной и центральной частях Тувы состоял из следующих продуктов.

- 1 ведро *далган* (перемолотый ячмень) смешанный с двумя (пиалами) *аяк*, *ааржы*, 8-10 кг;
- 1 ведро *тараа* (просо), 8-10 кг;
- 1 туша *хой* (барана). Тушу барана брали с собой обязательно, но не для питания охотников, а для жертвоприношения *Тайга ээзи* (Хозяевам тайги) на добычу. Тувинцы вообще считали невозможной и недопустимой охоту без нужды. По этой причине ради мяса охотились только тогда, когда возникла нужда в пище. Меха не являлись предметом первой необходимости, поэтому их выменивали на барана у тайги;
- 1 *шары сыныйы* (мочевой пузырь вола) *саржаг* – (топленое масло) – 3 кг;
- 1 *шары сыныйы чокпек* (кисломолочный продукт, получаемый при производстве топленого молока) – 3 кг *чокпек*;
- 15-30 шариков *курут* – из расчета 1 шарик *курут* на лень охоты;
- *дус* (соль).



У охотников восточной части Тувы походный паек во время охоты на белку отличался тем, что охотник со стоянки выходил только с оружием и солью, все остальное он находил в тайге.

Всю иную пищу, состоящую из *далгана, тараа, саржага* и пр. брали с собой в расчете на месяц потребления [Мендот, 2015; 28].

Питание – один из самых значимых факторов, оказывающих влияние на состояние здоровья, развитие заболеваний и продолжительность жизни человека в целом.

Среди рационов питания в современном мире можно выделить те, которые сложились естественным образом из сырьевых источников конкретной местности, и позже были оформлены в научные диетологические рекомендации, например, такие как средиземноморский тип питания, скандинавская диета, тибетский стиль питания и др., а также рационы, целенаправленно разработанные специалистами по питанию для конкретных условий или заболеваний.

#### Заключение

Тувинский народ проявлял особое уважение к пище как самому насущному продукту и воспринимали ее как дар природы.

Кочевническая система питания во многом зависело от географического региона проживания, климатических условий и значительно отличалось по нутриентному составу. Рацион включал мясо животных, рыбу, овощи, в том числе, корнеплоды, семена и орехи. Способами приготовления пищи были отваривание, запекание или жарка в условиях пламени. В современных условиях из технологий приготовления пищи используются отваривание, запекание, приготовление на пару и гриль.

Кочевые народы обладали уникальными знаниями о криогенных ресурсах, структуре пищевого режима холода и тепла, а также технологическими навыками хранения, обработки и приготовления продуктов питания с сохранением всех питательных и витаминных свойств. Тем самым пищевая культура тувинского народа предстает одним из адаптационных механизмов к суровыми природно-климатическим условиям территории проживания.

В настоящее время тувинцы питаются в основном по таким же параметрам, в зимнее время перед наступлением холодов, в начале и середине ноября, каждая семья забивают бычка (говядина) чтобы всю зиму было мясо, к весне это мясо кончается, и могут зарезать барана, а летом могут питаться по-разному. Особенность пищи тувинцев кочевников связана с образом жизни, религиозными соображениями, и климатогеографическими условиями проживания. Одновременно она является и физиологической потребностью, и частью духовной культуры тувинского народа.

#### Библиографический список:

1. Айыжы, Е.В. Традиционная система питания жителей Тоджинского района Республики Тыва. Вестник ЧГПУ им. Я. Яковлева. 2014, т.3, № 83, с.44-47.
2. Забелина, М.В. Козоводство – перспективная отрасль животноводства / М.В. Забелина, Е.Ю. Рейзбих, О.С. Хлопова // Овцы, козы, шерстяное дело. – 2009. – № 3. – С. 25-29
3. Барган, О.О. Тываларнын национал чеми, болгаш унуштери. – Кызыл, 1997. с. 142.
4. Вайнштейн, С.И. Мир кочевников Центра Азии. - Москва: Наука, 1991. - 294.
5. Даржа, В.К. Традиционные мужские занятия тувинцев. Тувинское книжное издательство: Том 1, 2009. с. 589.
6. Мендот, И.Э. История становления и развития национальных видов спорта тувинского народа: дисс.канд.пед.наук: 13.00.04: защищена 16.04.15: /Мендот Инга Эрес-ооловна-У-Удэ. 2015.-158с.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

7. Огурцова О. С. История и этнография тувинцев-тоджинцев, проживающих на территории республики Тыва – «Ермолаевские чтения» – 2023г- 167с
8. Вигель Н.Л , доктор философских наук. КУЛЬТУРА И ЦИВИЛИЗАЦИЯ, научный журнал «СЕРВИС PLUS» Том 10. 2016 / № 3- 62 с.



## KÜRESEL BARIŞ İÇİN KÜLTÜREL ÇEŞİTLİLİĞİN SPOR YOLUYLA KUTLANMASI

**Ilya A. CHERKASHIN**  
**Elena CHERKASHIN\***

\*PhD., North-Eastern Federal University in Yakutsk (NEFU), Yakutia-Sakha /Russia.

E-mail: [706037@mail.ru](mailto:706037@mail.ru)

### ÖZET

Spor, toplumumuzda ortak bir payda haline gelmiş bir etkinliktir. Bireyden uluslararası düzeye kadar her seviyede aktif veya pasif olarak oynanmakta ve katılım sağlanmaktadır. Sporun sınırları yoktur ve her türlü sınırı aşar. Bu nedenle, çeşitli kültürel farklılıkları bir araya getirir ve dolayısıyla spor, çokkültürlü, kültürlerarası, iç kültürel ve kültürler ötesi bir etkinliktir. İnsan toplumlarının her seviyesinde, bireyden ulusal ve uluslararası düzeye kadar, kültürel değerleri ve normları kutlamak, teşvik etmek ve yaymak için zengin bir kaynaktır. Ne yazık ki, spor camiasında bu kültürel unsurlar yeterince anlaşılammaktadır. Sporla ilgili çoğunlukla anlaşılan, onun rekabetçi, profesyonel ve elitist olduğu; insan yeteneklerini zorlayarak sınırlarına kadar ittiği ve bazı oyunculara şöhret ve servet getirdiğidir. Sporun bu dışsal unsurları, medya, hükümetler, oyuncular, taraftarlar, şirketler ve hatta hangi oyuncuların kazandığını, kimin kaybettiğini ve ne kadar kazandığını bilen sokaktaki sıradan insanlar tarafından yüceltilmektedir. Ancak, spor etkinlikleri sırasında dostlukları pekiştirebilecek ve farklı seviyelerde uzun vadeli işbirliklerine yol açabilecek olan sporun içindeki kültürel çeşitliliklerdir. Kültürel unsurlar ve boyutlar genellikle bilinse de kutlanmamaktadır. Çeşitli nedenlerle katı yönetimi olan birçok spor, kültürel etkilerini yansıtamazken, dövüş sanatları, performans sanatları, geleneksel sporlar ve oyunlar, eğlence oyunları ve masa oyunları gibi pek çok spor, bu kültürel çeşitliliği yansıtır. Kültürel çeşitlilik, spor etkinliklerine, yarışmalara ve festivallere ev sahipliği yapan ulusların açılış ve kapanış törenlerinde de sergilenmektedir; bu törenlerde benzersiz kültürel ifadeler, yaşam tarzı sembolleri ve ritüeller dünya çapındaki izleyicilere sunulmaktadır. Kültüre odaklanmak, bu nedenle, küresel farklılıkları doğrudan ve dolaylı olarak bir araya getirir ve küresel barışı ve anlayışı destekler. Bu bölüm, sporun, ulusları bir araya getirebilecek kültürel çeşitliliğin değerlerini tartışacak ve aynı zamanda spor katılımı, eğlence ve oyun hakkı, refah, kalkınma ve barışı teşvik etmedeki rolünü açıklayacaktır.

**Anahtar kelimeler:** Geleneksel ve modern spor, Kültürel ifade, Sosyal tabakalaşma ve bütünleşme.

## CELEBRATING CULTURAL DIVERSITY THROUGH SPORT FOR GLOBAL PEACE

**Ilya A. CHERKASHIN\* & Elena CHERKASHIN\***

\*PhD., North-Eastern Federal University in Yakutsk (NEFU), Yakutia-Sakha /Russia.

E-mail: [706037@mail.ru](mailto:706037@mail.ru)

### ABSTRACT

Sports is an activity that has become a common denominator in our society. It is played and participated actively or passively at all levels, from the individual up to the international level. Sports has no boundaries and transcends all boundaries. As such, it bridges various cultural diversities and is, therefore, a multicultural, intercultural, intracultural, and cross-cultural activity. It is a very rich source to celebrate, foster, and promote cultural values and norms at

all levels of human societies from the individual to the national and the international levels. Unfortunately, these cultural elements are not well understood in the sporting fraternity. What is mostly understood about sports is that it is competitive, professional, and elitist, that challenges human capabilities, stretching them to their limits, and bringing fame and wealth to some players. All these extrinsic elements of sports are glorified in the media, by governments, players, fans, corporations, and even the layman on the streets who knows exactly which players have won, who have lost, and how much they earn. However, it is the cultural diversities in sports that can forge friendships during sports events and can lead to long-term collaboration at different levels, for short term and long-term benefits. While the cultural elements and dimensions are generally known, they are not celebrated. There are many sports that do not project their cultural impact due to its rigid governance for various reasons, many others are, such as those in the categories of martial arts, performing arts, traditional sports and games, leisure games, and board games. Cultural diversity in sports is also projected by nations that host sports events, competitions, and festivals, during their opening and closing ceremonies, where unique cultural expressions, lifestyle symbols and rituals are showcased. Through these performances the living heritage and traditions of the host countries are communicated to the global audience. The focus on culture in sports, therefore, manifests itself directly and indirectly to bridge global diversities and support global peace and understanding. This chapter will discuss and illustrate the values of cultural diversity in sports that can bring nations together as well as promoting the right to sport participation, fun and play, well-being, development, and peace.

**Keywords:** Traditional and modern sport, cultural expression, social stratification and integration.

### ПРАЗДНОВАНИЕ КУЛЬТУРНОГО РАЗНООБРАЗИЯ ЧЕРЕЗ СПОРТ ВО ИМЯ МИРА ВО ВСЕМ МИРЕ

**Илья А. ЧЕРКАШИН\* & Елена ЧЕРКАШИНА\***

\*Доктор философии, Северо-Восточный федеральный университет в Якутске (СВФУ),  
Якутия-Саха /Россия. E-mail: [706037@mail.ru](mailto:706037@mail.ru)

**Аннотация.** Спорт - это вид деятельности, который стал общим знаменателем в нашем обществе. В него играют и принимают активное или пассивное участие на всех уровнях, от индивидуального до международного. Спорт не имеет границ и преодолевает все пределы. Как таковой, он соединяет различные культурные различия и, следовательно, является мультикультурным, межкультурным, внутрикультурным и межкультурным видом деятельности. Это очень богатый источник для празднования, укрепления и продвижения культурных ценностей и норм на всех уровнях человеческих обществ - от индивидуального до национального и международного. К сожалению, эти культурные элементы не очень хорошо понимаются спортивным братством. В основном о спорте говорят, что это соревновательный, профессиональный и элитарный вид спорта, который бросает вызов человеческим возможностям, растягивая их до предела, а также приносит славу и богатство некоторым игрокам. Все эти внешние элементы спорта прославляются в СМИ, правительствами, игроками, болельщиками, корпорациями и даже обывателями на улицах, которые точно знают, кто из игроков выиграл, кто проиграл и сколько они заработали. Однако именно культурное разнообразие в спорте может завязать дружеские отношения во время спортивных мероприятий и привести к долгосрочному сотрудничеству на разных уровнях, приносящему краткосрочную и долгосрочную пользу. Хотя культурные элементы и измерения в целом известны, они не прославляются.



## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Есть много видов спорта, которые не проецируют свое культурное влияние из-за жесткого управления по различным причинам, но есть и такие, как боевые искусства, исполнительские искусства, традиционные виды спорта и игры, игры для отдыха и настольные игры. Культурное разнообразие в спорте также проецируется странами, которые проводят спортивные мероприятия, соревнования и фестивали, во время церемоний открытия и закрытия, где демонстрируются уникальные культурные проявления, символы образа жизни и ритуалы. Благодаря этим представлениям живое наследие и традиции принимающих стран доносятся до мировой аудитории. Таким образом, акцент на культуре в спорте прямо или косвенно помогает преодолеть глобальные различия и поддержать мир и взаимопонимание во всем мире. В этой главе мы обсудим и проиллюстрируем ценности культурного разнообразия в спорте, которые могут сближать народы, а также способствовать реализации права на участие в спорте, развлечения и игры, благополучие, развитие и мир.

**Ключевые слова.** Традиционный и современный спорт, культурное самовыражение, социальная стратификация и интеграция.



## ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В ТРАДИЦИОННОМ ВИДЕ СПОРТА «БОРЬБА НА ПОЯСАХ»

**\*КУЗНЕЦОВА З.М.\***

*доктор педагогических наук, профессор*

*\*Набережночелнинский филиал УВО ВО «Университет управления «ТИСБИ»*

*г. Набережные Челны, Россия*

*kzm\_diss@mail.ru*

**\*КУЗНЕЦОВ А.С.**

*\*Набережночелнинский филиал УВО ВО «Университет управления «ТИСБИ»*

*г. Набережные Челны, Россия*

**\*\*\*ХАЛИКОВ Г.З**

*\*\*\*кандидат педагогических наук, доцент*

**\*\*\*\*МУТАЕВА И.Ш.**

*\*\*\*\*кандидат биологических наук, профессор*

*Елабужский институт (филиал) ФГАОУ ВО «Казанский (Приволжский) федеральный университет»*

*г. Елабуга, Россия*

**Аннотация.** В статье представлена краткая информация о результатах создания способа контроля и оценки функциональных и резервных возможностей борцов на поясах. Спортивный результат борцов, являясь моделью деятельности спортсмена на ковре, в условиях соревнований представляется интегральным показателем, констатирует только факт, но не открывает причины и факты успеха. Знание результатов соревновательной деятельности борцов еще не показывает общую картину подготовленности, далее требуется дополнительная информация, получаемая до и после поединка и в период восстановления организма. Разработка различных способов контроля и оценки физической, функциональной и психофизиологической подготовленности представляет в себе возможность объективной оценки структурных компонентов и условий подготовки. Также необходимо определить общую стратегию подготовки с учетом изменения правил соревнований, изменения отношения общества к виду спорта.

**Ключевые слова.** Борьба на поясах, борцы, способ, изобретения, функциональные показатели.

**Актуальность.** Борьба на поясах как традиционный вид спорта имеет свой древние корни, что требует уделить особое внимание к его развитию. В последние годы, с изменением отношения к традиционным видам этноспорта, появилась потребность поиска путей повышения эффективности спортивной подготовки борцов на поясах.



Рассматривая вид спорта «Борьба на поясах» как молодой вид в спортивной арене, можно отметить, что многие аспекты спортивной подготовки остаются не изученными.

Особая актуальность исследования подтверждается проведением крупных мероприятий, связанных со Всемирными играми Кочевников (Казахстан, Астана, 2024), целью которых является сохранение наследия, укрепление дружбы народов, развитие этноспортивного движения. Игры БРИКС также способствуют развитию этноспорта и дружественных связей между странами. Всемирные игры Кочевников являются мостиком налаживания национальных связей между странами и этносами. Их основу составляет встреча не только в политическом плане и развитие дружественных связей. В последних международных спортивных мероприятиях участвовало около 250 спортсменов. Сегодня уже требуется не только учет тенденции развития борьбы на поясах, но изменение правил соревнований, а также создание модельных характеристик, как эталонных показателей этого вида подготовки.

По инициативе Республики Турция и Кыргызской Республики президентом Всемирной Конфедерации Этноспорта стал Н.Б. Эрдоган – крупный турецкий бизнесмен и сын действующего Президента Турции. Конфедерация, поставившая главной целью своей деятельности популяризацию традиционных видов спорта среди населения всего мира и выведение его на профессиональный уровень вровень олимпийскому движению, уже внесла значительный вклад в ее реализацию, организовав Всемирные Игры кочевников в Кыргызстане (2016) и Этноспортивный фестиваль культуры в Стамбуле (2016, 2017).

Анализ научно-методической литературы показал, что развитие любого традиционного вида спорта, необходимо начинать с изучения культурной и национальной самобытности народов, только так можно противостоять процессам глобальности [1,4]. Известно, что процесс глобализации может стать угрозой для сохранения самобытности народов, даже в национальных видах спорта. Использование национального колорита в организации и проведении соревнований позволяет создать условия восхищения, передачи опыта, ознакомления с самобытностью каждого народа, гордостью за нации. Современный спорт и этноспорт при этом содействуют развитию мирового спорта и физического совершенствования человека на планете.

Согласно литературным данным специалистов, этноспорт развивается в двух направлениях [1].

Первое направление-это развитие традиционного вида спорта с использованием элементов народных забав и игр.

Второе направление связано с поиском новых направлений в культурном наследии и продвижении их в системе этноспорта. В качестве примера можно привести работу Международной организации «Спорт для всех».

Нами проведен анализ развития борьбы на поясах со сменой эпох и отмечена его трансформация в курэш у татар и башкир. Но от этого не уменьшается популярность вида спорта среди туркоязычных стран, а наоборот, развиваются и расширяются возможности. Поэтому развитие борьбы на поясах нужно рассматривать не только как вид этноспорта, но и как вид профессионального спорта. Постоянное совершенствование правил соревнований по борьбе на поясах привело его к росту как профессионального вида спорта.

Включение борьбы на поясах в программу Всемирной Универсиады (Казань) повысило возможности его дальнейшего развития. С учетом вышеизложенного наша

цель - расширить возможности развития борьбы на поясах с использованием информационных технологий.

**Организация и методы исследования.** Проведен анализ научно-методической литературы, связанной с историческими аспектами развития борьбы на поясах. Изучены возможности использования информационных технологий для моделирования видов подготовки и морфофункционального статуса борцов. Разработан ряд способов контроля и оценки физико-функциональной и технической подготовки борцов с целью создания модели будущего чемпиона в борьбе на поясах [2,3,4].

Условиями разработки и апробации способа стало проведение исследования физического развития, функционального состояния физиологических систем организма борцов на поясах. Участниками стали студенты-единоборцы (борьба на поясах) кафедры Теории и методики физической культуры и безопасности жизнедеятельности Казанского Федерального университета (КФУ), города Елабуга, Республика Татарстан, Россия. в период от 01.04.2023г. по 01.09.2024 г. Для исследования резервных возможностей организма использованы сертифицированное оборудование по методике С.А. Душанина и нейромиограф типа «CALLIBRI MUSCLE TRACKER», велоэргометрическая нагрузка задавалась на велоэргометре типа «Кетлер».

**Результат.** Теоретико-исторический анализ становления борьбы на поясах, как вида спорта показал, что данный вид является более молодым видом спорта в своем развитии. Отсутствуют данные о модельных характеристиках всех сторон спортивной подготовки борцов. Нет исследований по созданию базовых, перспективных, теоретических, математических моделей.

С учетом данного положения нами разработаны два изобретения (патенты), как способ контроля и оценки функциональной подготовленности борцов, что позволяет прогнозировать их спортивные достижения.

Оптимизация физической подготовки борцов на поясах требует контроля формирования их морфофункционального статуса под воздействием специфики вида спорта, на что было направлено первое изобретение (патент). Способ включал контроль и учет субъективных и объективных показателей для заполнения «дневника самоконтроля». Функциональные показатели определяли в лабораторных условиях со вводом данных в компьютерную автоматизированную систему.

Второй способ (патент) направлен на контроль и оценку функциональных резервов сердца и скелетных мышц. Основу данного способа составляет использование программных продуктов: нейромиограф типа «CALLIBRI MUSCLE TRACKER», программный комплекс экспресс-диагностики функционального состояния организма «D&K-TEST» С.А. Душанина. Резервные возможности сердечной мышцы, а также скелетных мышц снимаются в покое, в ортостатической пробе и в условиях ступенчато-возрастающих физических нагрузок.

Третий способ(патент) заявлен с целью соединения два изобретения в одно целое, чтобы оценить морфофункциональный статус борцов на поясах. Апробирование способа происходило в лабораторном эксперименте в течение одного спортивного сезона, где принимали участие студенты, занимающийся борьбой на поясах различной квалификации.

Четвертый способ(патент) запланирован для создания модели будущего чемпиона по борьбе на поясах с учетом весовых категорий и квалификации спортсменов.



Два патента, разработанные и зарегистрированные в системе изобретения являются условием повышения эффективности спортивной подготовки и толчком перехода борьбы на поясах на более высокий уровень своего развития. В этом направлении продолжается работа над проектированием технологии моделирования видов спортивной подготовки в борьбе на поясах.

**Заключение.** Таким образом, для дальнейшего развития и совершенствования спортивной подготовки в традиционном виде спорта «Борьба на поясах» необходимо использование средств информационных технологий. Разработка способов в виде изобретений (патентов) позволяет осуществлять быстрый контроль и оценку подготовленности борцов с учетом этапа, возраста, подготовленности и весовых категорий. Использование технологических средств позволяет тренерам и спортсменам диагностировать функциональное состояние борцов в динамике, быстро, информативно и получить визуализацию показателей.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Кузнецов, А. С. Происхождение вида спорта «Борьба на поясах» / А. С. Кузнецов, И. В. Мулюкова // Современные проблемы физического воспитания безопасности жизнедеятельности в системе образования : материалы Всероссийской научно-практической конференции, 07 декабря 2019 г. – Ульяновск, 2019. – С. 107-115
2. Пат. 2808374 Российская Федерация, МПК G16H 10/00. Способ систематизации и оценки функционального состояния организма для своевременной коррекции физических нагрузок занимающихся оздоровительной физической культурой и спортом и компьютерно- реализованная система для его реализации / Г.З. Халиков, И.Ш. Мутаева, Р.Е. Петров, И.Г. Герасимова, В.Ф. Данилов. - № 2023112049; заявл. 11.05.2023; опубл. 28.11.23, Бюл.№ 34.
3. Пат. № 2823469 Российская Федерация, МПК G16H 50/20. Способ контроля и оценки функциональных резервов сердечной и скелетных мышц и компьютерно-реализованная система для его реализации / Р.Е. Петров, Г.З. Халиков, И.Ш. Мутаева, В.Ф. Данилов. - № 2023133730; заявл. 23.07.2024; опубл. 23.07.24, Бюл.№ 21.
4. Халиков Г.З., Кузнецов А.С., Мутаева И.Ш., Герасимова И.Г. Структура и содержание Web-сайта «Мобильная лаборатория функциональных исследований» для внедрения в систему подготовки высококвалифицированных борцов на поясах. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2024; 19(1): 75-85.
5. Khalikov G.Z. Development and practical application of software product for determining the functional state of young skiers / G.Z. Khalikov, I.Sh. Mutaeva, R.E. Petrov, I.Yu. Solovyov // The XVII Annual International Conference for Students and Young Researchers “Modern University Sport Science”, RUS «GTSOLIFK». – М., 2023. – 453 page.



## ИССЛЕДОВАНИЕ ФАКТОРОВ И УСЛОВИЙ ВНЕДРЕНИЯ ТРАДИЦИОННЫХ ВИДОВ СПОРТА И НАРОДНЫХ ИГР В СИСТЕМУ СРЕДНЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

### STUDY OF FACTORS AND CONDITIONS FOR INTRODUCING TRADITIONAL SPORTS AND FOLK GAMES INTO THE SECONDARY EDUCATION SYSTEM

Kuznetsova Z. M. e-mail : [kzm\\_diss@mail.ru](mailto:kzm_diss@mail.ru)

Doctor of Pedagogical Sciences, Professor

Mutayeva I. SH. t-mail : [mutaeva-i@mail.ru](mailto:mutaeva-i@mail.ru)

PhD, professor

Khalikov G. Z. e-mail: [khalikov88th@gmail.com](mailto:khalikov88th@gmail.com)

PhD, Associate Professor

Ismagilova L. F. e-mail : [nastia2014@yandex.ru](mailto:nastia2014@yandex.ru)

Senior Lecturer

#### Аннотация

В работе представлены факторы и условия для реализации традиционных видов спорта и народных игр на уроках физической культуры и элективных занятиях в вузе. Данный вопрос волнует многих специалистов различных стран и в мире. Развитие видов спорта и народных игр является основой воспитания подрастающего поколения и будущих специалистов в духе дружбы народов, сохранения наследия, формирования физического здоровья и здорового образа жизни, что является основой крепости государства. Отмечена значимость видов спорта и различных игр для повышения физического потенциала, укрепления физического здоровья обучающихся различных возрастных групп. Выделены факторы, влияющие на использование традиционных видов спорта и народных игр в системе спортивной подготовки и физического воспитания. Первый фактор связан с расширением двигательной активности школьников за счет повышения эмоционального фона урока. Второй фактор связан с влиянием на уровень физической подготовленности обучающихся за счет повышения двигательных действий. Третий фактор связан с необходимостью проводить разъяснительную работу по вопросу обучения школьников играть в различные игры, изучая при этом значимость игр для народов, как культурное наследие. Четвертый фактор связан с тем, чтобы всегда учитывать особенности тренирующих, оздоровительно-тренирующих и воспитательных воздействий на обучающихся.

**Ключевые слова.** факторы, условия, традиционные виды спорта, игры, обучающиеся

### GELENEKSEL SPORLARIN VE HALK OYUNLARININ ORTAÖĞRETİM SİSTEMİNE KAZANDIRILMASINA YÖNELİK FAKTÖRLERİN VE KOŞULLARIN İNCELENMESİ

**Özet:** Çalışmada, üniversitelerde beden eğitimi derslerinde ve seçmeli etkinliklerde geleneksel spor türlerinin ve halk oyunlarının uygulanması için gerekli olan faktörler ve koşullar ele alınmıştır. Bu konu, dünyanın farklı ülkelerindeki

birçok uzman tarafından ilgiyle takip edilmektedir. Spor türlerinin ve halk oyunlarının geliştirilmesi, genç neslin ve geleceğin uzmanlarının halklar arasındaki dostluk ruhuyla yetiştirilmesi, mirasın korunması, fiziksel sağlık ve sağlıklı yaşam tarzının oluşturulması için bir temel teşkil etmektedir ki bu, devletin gücünün bir göstergesidir. Çalışmada, farklı yaş gruplarındaki öğrencilerin fiziksel potansiyelini artırmak ve fiziksel sağlıklarını güçlendirmek açısından spor türleri ve çeşitli oyunların önemi vurgulanmıştır. Spor eğitimi ve fiziksel eğitim sisteminde geleneksel spor türlerinin ve halk oyunlarının kullanımını etkileyen faktörler sıralanmıştır. Birinci faktör, derslerin duygusal ortamını artırarak öğrencilerin motor aktivitelerinin genişletilmesi ile ilgilidir. İkinci faktör, motor becerilerin artırılması yoluyla öğrencilerin fiziksel hazırlık düzeyini geliştirme etkisidir. Üçüncü faktör, öğrencilere çeşitli oyunları öğretme konusunda bilgilendirme çalışmaları yapılmasının gerekliliği ve bu oyunların halklar için bir kültürel miras olarak önemini öğrenmeleriyle ilgilidir. Dördüncü faktör ise, eğitim, sağlık ve antrenman etkilerinin öğrencilerin özellikleri dikkate alınarak her zaman göz önünde bulundurulması gerektiğini vurgulamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** faktörler, koşullar, geleneksel spor türleri, oyunlar, öğrenciler.

#### **Актуальность.**

Вопросы реализации традиционных видов спорта и народных игр в системе физического воспитания в образовательных учреждениях волнуют все больше специалистов [1,2,3,4]. При этом рассматриваются вопросы повышения эффективности физического здоровья и двигательного потенциала школьников, студенческой молодежи [1,2]. Необходимость написания данной статьи вызвана наличием ряда причин. Во-первых, это возросшая потребность общества о развитии традиционных видов спорта (например, борьба на поясах), как условие формирования потребности обучающихся к систематическим занятиям спортом. Во-вторых, процесс глобализации, который привел к исчезновению традиций использования народных подвижных игр на занятиях спортом и физической культурой. В-третьих, внедрение традиционных видов спорта и народных подвижных игр в процесс физического воспитания для различных возрастных групп населения, приведет к восстановлению утраченных связей с культурным наследием народов и народностей Российской Федерации и мира. Традиционные виды спорта, если будут реализоваться в различных образовательных учреждениях широким охватом обучающихся, поднимется их зрелищность и востребованность в обществе, в целом. Для этого важно проведение различных научных изысканий по изучению эффективности влияния традиционных видов спорта и народных подвижных игр на формирование физической, функциональной подготовленности и морфофункционального статуса школьников, студенческой молодежи.

Анализ публикаций ряда авторов показал, что для содействия развитию традиционных видов спорта и народных подвижных игр необходимо проведения различных исследований, а также включение информационных средств для получения новых знаний [6,7].

Регулярное проведение мероприятий, таких, как игры Кочевников, конгрессов и симпозиумов, позволяет не терять культурное наследие народов и укреплять дружбу среди представителей различных национальностей.

Учитывая тот факт, что в образовательных учреждениях Российской Федерации обучаются дети различных национальностей, воспитывающиеся в условиях культуры своего народа. Почему бы не использовать народные игры и традиционные виды спорта для формирования физического здоровья обучающихся?

В работах аспиранта Л.Ф. Исмагиловой хорошо освещена значимость реализации игр тюрк язычных стран, что подтверждается результатами опроса около 250 респондентов по вопросам включения игр в элективные дисциплины (модули) по физической культуре и спорту [1,2]. Получены убедительные результаты включения игр на занятия, характеризуемые показателями, такими как физическая, функциональная, психологическая подготовленность и повышение физической и умственной работоспособности.

Сегодня нами не выявлена реализация народных игр в полном объеме в школьном образовании, что наверняка повлияло бы на статус этих игр в системе физического воспитания школьников.

Целью данной работы явилось выявить факторы и условия реализации традиционных видов спорта и народных подвижных игр в системе физического воспитания школьников.

**Методы и организация исследования.** Исследование осуществлялось в условиях Елабужского института Казанского Федерального университета (КФУ) в рамках написания кандидатской диссертации на тему «Формирования двигательного потенциала студенческой молодежи средствами народных игр тюркоязычных стран» стипендиатки Всемирной конфедерации Этноспорта ЮНЕСКО. Научный руководитель, доктор педагогических наук, профессор З. М. Кузнецова. Анкетный опрос студентов вуза и школьников Республики Татарстан, Россия проводили в течение 2022,2023 и 2023,2024 учебные годы.

**Результаты исследования.** Опрос школьников по вопросам о необходимости включения народных игр на уроках физической культуры проведен в школах Елабуги, Набережные Челны, Альметьевск, Нижнекамск Республики Татарстан, Россия. Выбор данного вопроса связан с ответами студентов в работе аспиранта Л. Ф. Исмагиловой, где выявлена значимость их включения в элективные дисциплины по физической культуре и спорту и слабая осведомленность студентов о народных играх.

В опросе принимали участие 178 студентов с первого по 4 курс, обучающиеся иностранного факультета. Результаты опроса представлены в публикациях автора. Интересен факт о том, что студенты активно и с особой мотивацией включились в проект и принимали участие в создании картотеки народных игр тюркоязычных стран. Каждая игра из картотеки была изучена, апробирована на учебных занятиях и в условиях летнего оздоровительного лагеря студентов.

Активно проводятся игры Кочевников, где в программу включены несколько традиционных видов игр стран участников. Игры БРИКС, который проходил в Казани объединил нескольких стран общим количеством около 250 спортсменов в одном виде спорта (борьба на поясах). Подобные соревнования подтолкнуло о повышении востребованности не только традиционных видов спорта, но и значимость народных подвижных игр на уроках физической культуры и в спортивной подготовке.





Рассматривая факторы определяющие условия реализации традиционных ВС и народных подвижных игр необходимо отметить:

- необходимость сохранения и приумножения развития культурных и национальных самобытности народов РФ противопоставляя их процессу глобализации;
- предотвращения угрозы снижения значимости самобытных традиционных ВС и народных игр;
- способствование развитию культурного наследия стран;
- содействие развитию мирового спорта и повышения физического потенциала подрастающего поколения будущих членов спортивного резерва различных стран.

Выявлено нами два направления развития традиционных ВС и народных игр в системе физического воспитания школьников:

- включении традиционных видов спорта в систему соревнований, физического воспитания, спортивной подготовки;
- продвижение и создание этнокультурных спортивных центров и домов народной культуры.

Например, деятельность Международной организации «Спорт для всех», которая с 90-х гг. XX в. проводит одноименные Всемирные игры, которые также курируют ЮНЕСКО и Международный олимпийский комитет.

Практикуется в условиях моногородов и сельского поселения реализация программы традиционные виды спорта для всех. Включающий в себя создания спортивных школ для развития национальных видов спорта (например, кореш, борьба поясах).

Борьба на поясах расширил рамки национальных видов спорта и развивается как вид спорта, включая в себя разные народы и нации. В 2002 году состоялся первый Чемпионат мира в городе Ош (Кыргызстан). В России борьба на поясах как официальный вид спорта появилась в 2003 году по инициативе Рифа Фаткылбаяновича Гайнанова. Позднее в 2011 году - Международная федерация борьбы на поясах, штаб-квартира которой находится в городе Астана (Казахстан).

Включение борьбы на поясах в программу XXVII Всемирной Универсиады способствовало дальнейшему развитию этого вида спорта и проведению в 2019 году I Всемирных игр студентов. Сейчас борьба на поясах культивируется в 70 странах и на 4 континентах.

Анкетный опрос школьников среднего и старшего звена (n=78) показало, что традиционными видами спорта (в нашем примере борьба на поясах) занимаются около 27% школьников (Елабуга, Набережные Челны). Реализация народных игр на уроках физической культуры составляет 5,6 - 9,7%. Основными мероприятиями включения народных подвижных игр в двигательную активность школьников является проведение в мае мини сабантуя и различных народных праздников. На уроках физической культуры у школьников реализуется подвижные игры, направленные на развитии физических качеств, который за урок удельный вес составляет 7,8%, что требует расширения диапазона использования народных подвижных игр различного характера, направленности, содержания.

Выделено нами несколько факторов влияющие на использование традиционных ВС и народных игр в системе спортивной подготовки и физического воспитания школьников различных возрастных групп.



Первый фактор связано с расширением двигательной активности школьников, за счет повышения эмоционального фона урока физической культуры. Включении народных игр не только в заключительную часть урока, но и в основную с использованием всех возможностей образовательного учреждения.

Второй факт связано с влиянием на уровень физической подготовленности обучающихся за счет повышения двигательных действий с помощью игр, повышая их удельный вес на одном уроке, в неделю и за четверть.

Третьей фактор, проводить разъяснительную работу по вопросу обучения школьников играть в различные народные игры изучая при этом история возникновения и правило игр для народов как культурное наследие.

Четвертый фактор всегда учитывать особенности тренирующих, оздоровительно-тренирующих и воспитательных воздействий на обучающихся.

За последние десятилетия развивается информационные технологии, облегчает условия создания картотеки и каталога игр. Карточки, созданные таким путем, позволяет быстро выбирать игры, изучить и их реализовать с учетом их воздействия на организм занимающихся, также учитывая их интересы.

В рамках совершенствования спортивной подготовки в традиционных ВС, особо необходимо отметить использования компьютерное автоматизированных систем для контроля и оценки физико-функциональной подготовленности и изменения морфофункционального статуса обучающихся.

В настоящее время жизнедеятельность человека обогащена большим количеством информации. В связи с этим создается необходимость автоматизированной обработки собранной информации, хранения и, как итог оптимизации специфической сферы деятельности человека. Современные телекоммуникационные и вычислительные техники позволяют сделать это.

С момента применения первых информационных технологий в соревновательной деятельности в Зимних Олимпийских играх 1960 года, они значительно расширили свои функции. На данный момент они применяются в спортивной подготовке. Мы прилагает расширить возможности их при мнении даже на уроках физической кулуары, так как все бы хотели получить быстр информацию об изменение своего тела под воздействием физкультурно-спортивной деятельности.

Хочется отметит значимость проведения симпозиума Международный традиционный спортивных и игр. Симпозиум позволяет анализировать результаты многих исследований в этом направлении, ознакамливает работами многих специалистов и молодых ученых, что становиться значимым для развития спорта и игр, с выводом на другой уровень своего развитии в условиях современных реалий.

Анализируя различные исследовательские работы, на данный момент недостаточно разработаны единые подходы для автоматизированного сбора, анализа, хранения, обработки данных, которые позволили ли бы своевременно внести новое для дальнейшего развитии традиционных видов спорта на профессиональном уровне. Не реализуя видов спорта и игр в условиях образовательных учреждений, мы не получит приток новых талантов, чемпионов.



### Выводы / Sonuçlar

Необходимо отметить, условия использования традиционных видов спорта и народных подвижных игр на уроках физической культуры:

- 1) Повысить интерес школьников к традиционным видам спорта как борьба на поясах;
- 2) Определить условия их использования для формирования двигательного потенциала школьников;
- 3) Определить условия их внедрения для конкретного образовательного учреждения;
- 4) Проводить открытие мероприятия в рамках пропаганды здорового образа жизни;
- 5) Проводить мероприятия с использованием традиционных видов спорта и народных подвижных игр для школьников и их членов семьи;
- 6) Определить условия получения контроля, оценки получения информации о своем физическом здоровье;
- 7) Проводить мероприятия, соревнования по выполнению нормативных требований общей физической подготовки и требований нового комплекса ГТО.

### Список литературы / Referans Listesi

1. Исмагилова, Л.Ф. и др. Правила и условия реализации игры «Народный мяч - «Халык шары» на занятиях по физической культуре. Актуальные проблемы физической культуры и спорта в современных социально-экономических условиях: материалы Международной научно-практической конференции, приуроченной Году российско-китайского сотрудничества в области физической культуры и спорта (Чебоксары, 26 января 2023 г.). ФГБОУ ВО Чувашский ГАУ, Чебоксары, 2023.
2. Исмагилова, Л.Ф. и др. Использование народных игр как средства стимуляции двигательной активности студенческой молодежи. Научно-методическое обеспечение физического воспитания и спортивной подготовки студентов: материалы II Международной научно-практической конференции, посвященной 75-летию кафедры физического воспитания и спорта БГУ, Республика Беларусь (Минск, 31 января 2023 г.). БГУ, Каф. физического воспитания и спорта, Минск: БГУ, 2023.
3. Калашникова, Л. Д. и др. Эффективность применения подвижных игр для повышения интереса студентов к занятиям физической культурой, улучшения психоэмоционального состояния и развития физических качеств. Наука и образование в современном обществе: материалы Международной научно-практической конференции (Смоленск, 31 мая 2015 г.). Смоленск, 2015.
4. Кузнецова, З. М. и др. Народные подвижные игры как средство реализации социальных функций физической культуры: учебное пособие для студентов высших учебных заведений физической культуры. Набережные Челны, 2006.
5. Мурзина, И. Я. Народные подвижные игры: педагогический потенциал. Образование: вызовы нового времени. 2018.
6. Халиков Г.З., и др. Структура и содержание Web-сайта «Мобильная лаборатория функциональных исследований» для внедрения в систему подготовки высококвалифицированных борцов на поясах. Педагогико-

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. 2024; 19(1): 75-85.

7. Халиков Г.З. Веб-приложение «мобильная лаборатория» в помощь спортивной подготовке студентов-спортсменов. Материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием: Состояние, проблемы и пути совершенствования спортивной и оздоровительной тренировки в водных видах спорта. Казань, 2024.



## КУЛЬТ КОНЯ КАК ФЕНОМЕН НАЦИОНАЛЬНЫХ ВИДОВ СПОРТА В ТРАДИЦИОННОЙ КУЛЬТУРЕ БУРЯТ

Лидия Дашиева\*

### Аннотация

Культ животных и птиц имеет многогранное значение в религии, мифологии и традиционной культуре тюркских и монгольских народов. В жизненном пространстве кочевников лошадь играла ключевую роль, сопровождая человека с раннего детства и до глубокой старости. Лошадь была лучшим другом и спутником всей жизни кочевника, незаменимой в военных походах, дальних перекочевках, спортивных играх, охотничьей и скотоводческой деятельности. В ритуально-обрядовом комплексе бурят культ коня имел сакральное значение, начиная с ритуалов посвящения трех- и семилетних мальчиков в наездники и охотники, и заканчивая похоронно-погребальными обрядами. Культ коня была пронизана вся сфера жизнеобеспечения скотоводов: материальная (пища, одежда, обувь, волосяные веревки, шкуры, музыкальные инструменты и др.) и нематериальная культура, отражающая многогранные стороны обрядовой и духовной жизни, в том числе и национальных спортивных игр у тюрко-монгольских народов.

Лошадь играла ключевую роль в спортивных состязаниях монгольских народов *Эрын гурбан наадан* («Три игры мужей»), состоящих из трех видов спорта стрельбы из лука, национальной борьбы и конных скачек. До сих пор в Бурятии они популярны и ежегодно проводятся на летних спортивных играх *Сурхарбане*.

В прошлом в финале конных спортивных состязаний монголы и буряты воспевали победившего в скачках скакуна и наездника в песнопении гимнического характера – *Мориной соло* (*морин* – «лошадь», *соло* – «восхваление, прославление»). В поэтическом тексте *мориной соло* прославляются лучшие качества скакуна-победителя: красота, быстрота, выносливость, масть и другие параметры лошади.

К сожалению, в современной бурятской культуре живая традиция *мориной соло* не сохранилась. Однако уникальные аудиообразцы *мориной соло*, записанные бурятскими учеными в 1960-е годы XX века, оцифрованы и хранятся в Центре восточных рукописей и ксилографов Института монголоведения, буддологии и тибетологии Сибирского отделения Российской академии наук (ЦВРК ИМБТ СО РАН).

**Ключевые слова:** культ коня, конные скачки, прославление лошади, традиционная культура, буряты.



## THE CULT OF THE HORSE AS A PHENOMENON OF NATIONAL SPORTS IN THE TRADITIONAL CULTURE OF THE BURYATS

Lydia Dashieva\*

### Abstract

The cult of animals and birds has a multifaceted significance in the religion, mythology and traditional culture of the Turkic and Mongolian peoples. In the nomads' living space, the horse played a key role, accompanying a person from early childhood to old age. The horse was the best friend and companion of a nomad's whole life, indispensable in military campaigns, long-distance migrations, sports, hunting and cattle breeding activities. In the ritual and ceremonial complex of the Buryats, the cult of the horse had a sacred significance, starting with the rituals of initiation of three- and seven-year-old boys into riders and hunters, and ending with funeral rites. The cult of the horse permeated the entire sphere of life support for cattle breeders: material (food, clothing, shoes, hair ropes, skins, musical instruments, etc.) and intangible culture, reflecting the multifaceted aspects of ritual and spiritual life, including national sports games among the Turkic-Mongolian peoples.

The horse played a key role in the sports competitions of the Mongolian peoples of the *Eryn gurban naadan* ("Three Games of Husbands"), consisting of three sports of archery, national wrestling and horse racing. They are still popular in Buryatia and are held annually at the *Surkharbane* Summer Sports Games.

In the past, at the finals of equestrian sports, the Mongols and Buryats sang the winning horse and rider in a hymnal chant – *Morin solo* (*morin* – "horse", *solo* – "praise, glorification"). In the poetic text of *Morin solo*, the best qualities of the winning horse are glorified: beauty, speed, endurance, color and other characteristic of the horse.

Unfortunately, the living tradition of *Morin solo* has not been preserved in modern Buryat culture. However, the unique audio samples of *Morin solo*, recorded by Buryat scientists in the 1960s of the XX century, have been digitized and stored in the Center for Oriental Manuscripts and Woodcuts of the Institute for Mongolian Studies, Buddhology and Tibetology of the Siberian Branch of the Russian Academy of Sciences (CVRK IMBT SB RAS).

**Keywords:** horse cult, horse racing, horse glorification, traditional culture, Buryats.



## FOLK DANCES OF DAGESTAN AS A MEANS OF PHYSICAL AND MORAL EDUCATION OF YOUNG PEOPLE

Adem KAYA\* & Şevki KOLUKISA\*\*

\*Assoc. Prof. Dr., Bowie State University, Maryland, USA. E-posta: [akaya@bowiestate.edu](mailto:akaya@bowiestate.edu)

\*\*Professor, Giresun University, Faculty of Sport Sciences,  
Turkey/Giresun, E-mail: [sevki.kolukisa@giresun.edu.tr](mailto:sevki.kolukisa@giresun.edu.tr)

### Abstract

The aim of the study is to emphasise the importance of the role of the organisation and implementation of folk dances as one of the means of moral, mental, aesthetic and business education in physical education classes in secondary schools in Dagestan. Methodology: Analysis of theoretical and pedagogical literature, observation and experimental methods. The study showed that the use of traditional games of the peoples of Dagestan contributes to the development of physical and moral qualities, increases the physical fitness and workability of adolescents, eliminates educational overload and strengthens their health. Conclusion: Folk games are rich in content and are designed for the physical development of all parts of the body in its entirety. It is also a means of moral, mental, aesthetic and labour education. Mobile games, which occupy a special place in children's physical education, are closely connected with the way of life, types of work and cultural folk traditions.

**Keywords:** Work training, game content, cultural codes, ethnic tradition.

## GENÇLERİN FİZİKSEL VE AHLAKİ EĞİTİMİNİN BİR ARACI OLARAK DAĞISTAN HALK OYUNLARI

### Özet

Çalışmanın amacı, Dağıstan'daki ortaokullarda beden eğitimi derslerinde ahlaki, zihinsel, estetik ve iş eğitimi araçlarından biri olan halk oyunlarının düzenlenmesi ve uygulanmasının rolünün önemini vurgulamaktır. Yöntemler: Teorik ve pedagojik literatürün analizi, gözlem ve deneysel yöntemler. Çalışma, Dağıstan halklarının geleneksel oyunlarının kullanımının fiziksel ve ahlaki niteliklerin gelişimine katkıda bulunduğunu, ergenlerin fiziksel uygunluğunu ve işlenebilirliğini artırdığını, aşırı eğitim yükünü ortadan kaldırdığını ve sağlıklarını güçlendirdiğini göstermiştir. Sonuç olarak: Halk oyunları içerik bakımından zengindir ve bütünüyle vücudun tüm bölümlerinin fiziksel gelişimi için tasarlanmıştır. Aynı zamanda ahlaki, zihinsel, estetik ve iş eğitiminin de bir aracıdır. Çocukların beden eğitiminde özel bir yere sahip olan mobil oyunlar, yaşam biçimi, çalışma türleri ve kültürel halk gelenekleriyle yakından bağlantılıdır.

**Anahtar kelimeler:** İş eğitimi, oyun içeriği, kültür kodları, etnik gelenek.

### Introduction

Folk games, fun games with folklore, various game tasks and movements have been used by the highlanders since ancient times both as a means of physical and moral education and as a method of active recreation and entertainment. In their research, the Dagestani pedagogues R. M. Abdulaeva, M. N. Aliyev, M. A. Dibirov, D. M. Mallaev and Sh. A. Mirzoev have found that the games of the peoples of Dagestan offer great potential for the physical and moral

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

education of adolescents. Analyses of ethnographic material and the history of the development and formation of the practice and theory of folk games also confirm this.

Traditional Dagestani children's movement games are a treasure trove of various motor qualities. They include running, jumping, bending the whole body, and straining almost all the muscle groups of the youth organism; in addition, they are an extremely effective means for the development of volitional qualities.

The extremely rare use of traditional game exercises and games of the peoples of Dagestan in school physical education classes can be explained, apparently, by the weak study and insufficient attention to the issue of the current state of the theory and practice of folk games, considering regional conditions and national traditions, culture and life of the Dagestan peoples.

### **Purpose**

Our aim is to analyse the peculiarities of Dagestani folk games to determine the expediency of their implementation in physical education lessons in secondary educational institutions of Dagestan. The following factors helped to determine the aim of the study: the absence of scientifically grounded pedagogical recommendations for secondary school teachers on the use of Dagestani folk games, teachers' underestimation of the educational and developmental potential of Dagestani folk mobile games and national sports for the physical and moral education of adolescents.

### **Methods**

In the process of working on this article, we used modern methods of analysing theoretical and pedagogical literature, the method of observation and the experimental method.

### **Results**

Our research has established that the use of traditional game exercises and games of the peoples of Dagestan is conducive to the development of physical and moral qualities, improving physical fitness and efficiency of schoolchildren, eliminating learning overload, strengthening their health, as well as folk mobile games and relay games have a positive impact on moral education and on the development of moral and volitional qualities of students.

### **Discussion**

The circumstance that prompted us to this topic is primarily an interest in the educational value of play. It is well known that by playing a game a child learns how to observe social rules of conduct, how to be guided by the opinion of the majority, how to learn to distinguish between good and evil, the permissible and the impermissible, since the strict rules of pair and group play prepare him well for this from childhood. Moreover, in the pedagogical arsenal of the peoples of Dagestan there are games in which the achievement of the goal is usually associated with obstacles. By taking these obstacles to achieve the game goal, the child gradually learns to take obstacles in his life, to achieve life goals, labour successes, to fight for his ideals, without fear and with the ability to navigate [4].

We conducted several experiments to study this problem. The study was conducted in two parallel sixth grades of the secondary general education school of Kullar village, Derbent district. One of the classes was chosen as a control group and the other as an experimental group. In the experimental group, we introduced folk games or their elements in every physical education lesson, while in the control group the lessons were conducted according to the traditional methodology.

In each physical education lesson in the experimental group, the teacher conducted a game or a game element from the arsenal of Dagestani folk pedagogy. The games could be played in pairs, groups or teams of students from the class. As a rule, mobile games began with a joust and ended with the punishment of the rule-breaker or loser and the encouragement of the winner. Fairness and order are established by the drawing of lots; moreover, the drawing of



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

lots prevents some players from acting unfairly. The draw can be conducted in various forms. Examples of such popular draws are counting and rhymes. Children stand in a circle, stretch out their fists, and the leader counts in a circle, including his fists too, hitting his fists lightly, saying words or syllables at the same time. In cases when there are few players, both fists are put out at once to prolong the counting [3].

The content of the text can be a set of words or a coherent sentence. The rhythm must be strictly observed.

Analysing the life of Dagestani people, one can understand why in the pedagogical collection of Dagestani peoples a significant place, and in extreme diversity, is occupied by games that included running for different distances at different speeds, long and high jumps, climbing or combining elements of various games simultaneously. Often jumping in height and length, climbing and jumping over were included in running with obstacles [6]. Dagestani folk pedagogy has always paid special attention to the practice of jumping, since bridges were few in the past and did not play a significant role in ensuring communication, so the highlanders often had to cross turbulent rivers by jumping over rocks, and any wrong move could turn into a disaster. That is why it was vital for the Dagestanis to acquire the skill of jumping from childhood.

In view of this fact, we considered it appropriate to recommend the most popular folk games to the physical education teacher of the experimental group to apply them in the lessons.

There was a simple game of jumping: the leader described a circle on the ground, quickly rotating a tree branch around him. The other children had to jump over the branch in time. Those who were not in time were hit on the legs by the branch. The leading player was allowed, without describing a circle, to simply race with his branch around a certain playground, knocking it under the feet of the children running away from him. This uncomplicated game was of great use and content, as it involved the muscles of different groups, such as the calf muscles, the back and lumbar muscles, and the arm muscles. The result of these efforts is the balance of the body in jumping and accurate timing [1].

The children placed a stone at a measured distance and competed to see who could jump the furthest from the stone. But sometimes, instead of a stone they chose a haystack or a stone fence of a certain height.

It is well known that climbing games and exercises build stamina. In the recent past, various rural objects were used for climbing, for example, the roof of a salki, a stone fence, a tree, and for the most dexterous and hardy - a rope greased with mutton fat, which you hung up on special festive days. Climbing was practised without aids. During the experiment, the teacher suggested climbing a rope, a pole, mountains, trees.

The favourite way for Dagestani children to maintain equality was to rotate on one leg. Of course, it is not so easy to rotate on one leg for a long time, even if the leader tries to make a mistake, because, besides stability, one also needs unwavering attention and correct reaction.

Students in the experimental class learnt to keep their balance while standing upside down on their hands, with the most trained children being able to take a few steps on their hands.

The children who participated in our experiment liked walking on gymnastic benches, logs, poles and ropes. This type of physical exercise is extremely effective because children develop not only the calf centres of the lower limb muscles, but also the functions of the balance organs.

Water games occupied a prominent place in the traditional physical education of the Dagestani people. Clean water, fresh air, and bright sunshine - three important components of the natural environment significantly strengthen children's health. Teenagers from our experimental group loved jumping in the water and in the water of the Samur-Derbent canal.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



In the recent past, swings were an obligatory attribute of special celebrations in Dagestani homes. In the recent past, swings were an obligatory attribute of special festivities celebrated in Dagestani homes. A trough was often attached to the seat, and the swing was made double, so that it embraced the trough on both sides. The pupils of the experimental group practised this form of swing, which under the guidance of the teacher was made in the following way: a rope was tied high to the trunk of a tree so that the lower end of the rope hung down to the ground. The boys, holding the lower end of the rope tightly with their hands, made rotational movements simultaneously around two axes: themselves and the pole, without touching the ground with their feet. A great power load falls on the hands during this game. Those who found it difficult to hold on to their hands sat on the rope with their legs around it. The bravest ones twisted upside down [5].

All the peoples of Dagestan had bows and arrows and wooden spears as part of their physical education system. Throwing javelins and arrows at a distance, at a target and in height was a favourite pastime of adolescents. The boys in the experimental class, together with the teacher, made pointed sticks, then drew a line on the ground before the game, from which they threw the 'spear'. The teacher allowed them to run once to the line from which they threw. The winner was the one whose stick flew further than the other sticks. There are also more complicated variants of this game that require a combination of marksmanship and distance. The sixth graders prepared their own sticks, which are also necessary for the game of throwing arrows from a bow: tight sticks were bent into an arc, notches were made on the ends of the sticks, and a thin strap was tied tightly to the notches. They competed to see who could throw their 'bow' or arrow farther. It was possible to compete who could send his arrow higher, and if several circles were drawn on the board with chalk, it was possible to take the most accurate one. The winner was the one who hit the target the most out of a set number of attempts [2].

The sixth graders prepared their own sticks, which are also necessary for the game of throwing arrows from a bow: tight sticks were bent into an arc, notches were made on the ends of the sticks, and a thin strap was tied tightly to the notches. They competed to see who could throw their 'bow' or arrow farther. It was possible to compete who could send his arrow higher, and if several circles were drawn on the board with chalk, it was possible to take the most accurate one. The winner was the one who hit the target the most out of a set number of attempts [2].

Ball games, of course, occupy the first place among young Dagestanis. 'Grass Ball' is a favourite game of Dagestani teenagers, the game of which develops moral and volitional qualities and responsibility. Before the game began, the boys of the experimental group chose a level lawn and at its two opposite ends, at about 100 metres from each other, placed two benches, which served as boundary signs. The centre of the pitch was also marked. The game was then divided into two teams, with each team defending its half of the pitch during the game. The PE teacher was the referee. The referee places the ball in the centre of the field, marked with a boundary marker. Players from both teams try to divert the ball into the opponent's field with their clubs, i.e. sticks with a hook on the end, beyond the boundary marker. In this game there are no goals or goalkeepers. All players are both defenders and forwards. The team that manages to kick the ball over the boundary marker at the edge of the opposing team's field wins. During the experiment we kept all the rules of this game.

Of course, a significant component of most movement games is rewards and punishments, which are mainly announced at the end of the game. The form of encouragement is the points awarded.

### **Conclusion**

Dagestani folk games are undoubtedly an essential component of the traditional system of physical education in Dagestan and part of the ethnoculture created by the people. The fact

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

that folk pedagogical experience of education is time-tested, healthy, rational and progressive, and the arsenal of folk means of upbringing is extremely rich, as the folk mind itself is infinitely rich, obliges us to use it as a sure means for the full-fledged upbringing of the younger generation.

In the course of the study, it was found that folk mobile games and relay races, conducted according to the methodology developed by us, had a positive impact on the education and development of physical and moral-volitional qualities of adolescents. Teenagers in the experimental group were 24 per cent ahead of those in the control group in the performance of sports standards. Parents and children of the experimental group, answering the questionnaire, highly appreciated the teacher's work on introducing folk Dagestan games into the practice of teaching physical culture in secondary general education schools.

### References

1. Abdulaeva R. M. (2002). *Vospitatel'nyy potentsial dagestanskikh narodnykh podvizhnykh igr* [Educational potential of Dagestan national outdoor games]. Abstract of diss. ... Ph. D. (Pedagogy). Makhachkala, 2002. 22 p.
2. Aliev M. N. (2009). *Vospitanie fizicheskikh i nrav stvennovoleyvykh kachestv u yunykh sportsmenov* [Education of physical and moral qualities of young sportsmen]. Makhachkala, 2009. 98 p.
3. Dibirov M. N. (1968). *Narodnye igry i sport v Dagestane* [Dagestan national games and sport]. Makhachkala, 1968. 46 p.
4. Mallaev D. M. (1984). *Rol' podvizhnykh igr narodov Dagestana v npravstvennom i fizicheskoy vospitanii detey* [The role of Dagestan national outdoor games in moral and physical education of children]. Makhachkala, 1984. 124 p.
5. Mirzoev Sh. A. (1986). *Narodnaya pedagogika Dagestana* [Dagestan national pedagogics]. Makhachkala, 1986. 82 p.
6. Gadzhiagayev S. M., Gadzhiagayev T. S., Ragimova N. Sh. (2016). Dagestanskaya narodnaya igra kak sredstvo fizicheskogo i npravstvennogo vospitaniya podrostkov [Dagestani folk games as a means of physical and moral education of adolescents].” // *Izvestiya Dagestanskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta. Psikhologo-pedagogicheskiye nauki*. 2016. T. 10. № 4. S. 38-43.



## THE ROLE OF GAME IN MORAL DEVELOPMENT

Adem KAYA \* & Hilal ŞÖHRET\*\*

\* Asst. Professor, Bowie State University, Maryland, USA; ORCID:

<https://orcid.org/0000-0003-3485-0540> , e-mail [akaya@bowiestate.edu](mailto:akaya@bowiestate.edu)

\*\*Phd Student Yıldırım Beyazıt University, Faculty of Sport Sciences, Ankara, Turkey

[hilal.tennis@gmail.com](mailto:hilal.tennis@gmail.com)

### Abstract

The play plays an important role in children's moral development. Through play, children learn social rules and norms, develop empathy and gain awareness of social roles. During play, children are introduced to and internalise values such as justice, honesty and cooperation. In addition, problem-solving skills develop through games, and it becomes easier for them to understand different perspectives. For example, games with rules teach children to obey rules and respect the rights of others. Group games, on the other hand, support the development of social skills such as co-operation, sharing and compromise. Play environments enable children to learn risk-taking, responsibility and consequences. In addition, disappointments and successes experienced through play increase children's emotional resilience. These processes have a critical importance in children's moral development and enable them to participate in society as healthy individuals in the future. In summary, play is an ideal tool for children to learn moral values and transfer these values to their daily lives.

**Keywords:** social rules and norms, empathy development, national-spiritual values.

### Introduction

Children's games are well-known among scientists for their numerous benefits in the physical, intellectual, mental, and social development of children. In this article, we will focus on the role of children's games in moral development. Moral concepts, apart from a global understanding, are rarely the same across all cultures. This variation is, of course, due to differences in religious beliefs and traditional cultural elements among societies. In our study, we will aim to exemplify traditional children's games rather than digital ones. Traditional children's games emerge according to the socio-economic structure and lifestyle of each tribe, region, people, or nation, and the children who play these games exhibit codes specific to their own society. Thus, these games are significant not only in physical development but also in intellectual and moral terms. Furthermore, traditional children's games can be seen as one of the most important tools for cultural transmission.

A well-known Russian pedagogue N.A. Menchinskaya describes the following behaviour of a child: He plays a lie - pretends to pick up something from the floor and puts it in his mouth. Father shouts at him, Sasha laughs loudly and repeats many times. He does some prank and now after that says: "Tepel kolesii" (now good). Takes a medicine from the table (he is forbidden to do so), puts it back: "Now kolesiy". Took his finger into his mouth, took it out: "Tepel kolesii." [Menchinskaya, 1948].

One of the most important psychic neo-formations that emerge by the end of preschool age is internal ethical instances. According to L.S. Vygotsky's definition, "internal ethical instances, - are a special kind of systemic neoplasms, which include social requirements (norms) accepted by the subject, directly merged with the corresponding emotional experiences" [Vygotskiy, 1983]. Several studies are devoted to the study of the influence of play

activity on moral development. Play activity provides the formation of collectivistic relations of a higher level than in labour or cognitive activity. It is in the game that skills of joint activity are formed, friendly relations are established.

One of the most significant psychological developments that emerge by the end of the preschool age is the formation of internal ethical instances. "Internal ethical instances," as defined by L.S. Vygotsky, "are a special kind of systemic formation that includes socially accepted demands (norms) adopted by the individual, directly intertwined with corresponding emotional experiences" [Vygotskiy, 1983]. Several studies have focused on the influence of play activities on moral development. Play activity fosters the formation of collectivist relationships at a higher level than in work or cognitive activities. It is in play that the skills of cooperative activity are developed, and friendly relationships are established.

The traditional approach to moral education linked the emergence of moral concepts with the demands of adults, and the process of adopting moral norms with role-playing games, where a child, by depicting moral relations between people in a scenario, assimilates them. The deliberate introduction of positive roles and heroic characters into the game should contribute to the awakening of moral feelings and the acquisition of experience in helping others, fair distribution, and honest behavior. However, observations of play show that, firstly, alongside positive roles, children often choose negative roles and enjoy portraying characters who are not particularly "moral." Secondly, the mere reproduction of games with "good moral content" does not by itself lead to the reinforcement of humane feelings and relationships [Abramenkova, 1998; Abramenkova, 2006].

### Discussion and Results

In game, actions and the moral content of these actions should be emphasized. The storyline must contain a meaning that is understandable to the child, as the realization of any role requires the child to recognize its content. Play cannot be a standardized procedure for training moral behavior. Unique mechanisms of moral development operate within role-playing games [Abdulova, 2004].

In Staub's research, the effectiveness of two methods for fostering prosocial behavior was compared: role-playing and induction, the latter being the suggestion of necessary behavioral rules by an adult to the child [Krayg and Bochum, 2019]. In the first case, children acted out roles to see the situation from another person's perspective (for example, someone in need of help), while in the second case, adults emotionally explained to children the importance of helping one another. Subsequent testing of prosocial behavior levels in the two groups of children revealed a higher willingness among children who played roles to help others, whereas the behavior of children in the second group did not change as a result of the conversation. Staub regards directed role play as an effective method for fostering prosocial behavior.

In the research conducted by S.N. Karpova and L.I. Lysyuk, it was experimentally proven that the moral understanding of children develops primarily within the context of plot-role relationships, and that interactions related to the game establish the actual level of adherence to moral norms. The identification of two layers in play—one of plot-role relationships and the other of game-related interactions—demonstrated that moral development primarily occurs within the latter, i.e., in the real relationships among preschool children. The situation of role-switching in a game with moral content is a condition for developing the ability to discern the moral aspect of the game and to build moral relationships with peers. Another significant factor is the child's adherence to norms as both a subject and an object. The formative experiment highlighted the possibility of advancing to a higher level of moral behavior through the reinforcement of existing moral motivation or through the restructuring of the cognitive component [Karpova and Lysyuk, 1986].

Necessary conditions for moral development include the development of voluntary control over mental processes and behavior, as well as the development of self-assessment. The preconditions for assimilating moral norms include cooperative relationships among children, which are formed during play, as well as orientation towards peers and the coordination of different viewpoints. It is also essential to teach the child to observe the behavioral expressions of other children, such as their facial expressions, gestures, posture, actions, and emotional states [Strelkova, 1987].

### **Theories on the moral development of children's games**

VV. Abramenkova, suggests that the broad implementation of interactive forms of activity among 6-7-year-old children influences the internalization of moral norms. This influence is reduced in coactive activities (where children work side by side, but not together), compared to cooperative activities. Experimentally, it was shown that the manifestations of mutual assistance increase when activities are organized around "combining results," as opposed to the sequential summation of each child's individual results. The external mediation of humane relationships through cooperative activities is replaced by the child's internal orientation towards joint activities [Abramenkova, 1998].

The active method of stimulating moral development through play has gained traction in both Russian and Western psychological and pedagogical practices. It is believed that conversations with children about honesty, justice, and compassion are not very effective. Instead, children need to be involved in situations where they can act out various social roles and learn to make morally correct decisions.

The development of activity filled with meaning that goes beyond mere imitation forms the need to use new abilities. Initially, this meaning is formed in the play-oriented imitation and the focus on emotional contact with an adult. As D.B. Elkonin [2007] points out, "The norms underlying human relationships become a source of moral development for the child through play. Play is a school of morality, but not morality in the abstract, rather morality in action."

V.V. Zenkovsky evaluates the role of play in moral development as follows:

"...games provide moral movements with the same space as real activities, perhaps even more—games contribute to a child's moral development no less than direct interaction with the social environment. A child brings the same moral mindset into games as into real activity—indeed, games may play a crucial role in the genesis of moral consciousness, in shaping everything that, as a sphere of what is subjectively dear, desirable, and valuable, develops independently of the sphere of the actual, the factual. It is in games that a child first discovers the realm of the possible as opposed to the real, the desired as opposed to the actual." [Zenkovsky, 1995].

In studies of role-playing games, particular attention has been given to analysing the conditions and patterns underlying the emergence of social emotions in children, such as empathy, compassion, and pity. Research by VV. Abramenkova [1998], has shown that the development of such emotions is internally driven by the emergence of simple prosocial behavioral motives in children. These motives, which form because of the child internalizing certain expectations from their environment, can, under certain conditions, become the child's own expectations of themselves, turning into internal motives for behavior.

The process of internalizing social expectations, moral norms, and rules of behavior is significantly more complex than the process of internalizing intellectual actions. The studies conducted by AV. Zaporozhets [1995] revealed the importance of adults in shaping prosocial motives through their affective reactions, the nature of their relationships with others, and their special interactions with the child during play, where there is no excessive regulation of

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

behavior or moralizing, which only reduces the child's emotional tone and interest in collaborative activities.

Unlike the perspective of foreign psychologists, who view interpersonal relationships as inherently predetermined by the subjective affective tendencies of group members, domestic researchers have highlighted forms of practical interaction with others that are not aimed at achieving practical goals, but rather at helping others, meeting their needs, and alleviating their suffering—an orientation that necessarily requires attentiveness to the state of the other person. Through joint activities with peers, children develop an internal emotional attitude towards people and empathetic experiences, which play a crucial role in the development of prosocial motives for behavior.

In the research of IN. Aleshina [2005], it was experimentally shown that certain forms of collaborative activities, where coordination of efforts and alignment of actions are required and one person's success depends on the achievements of another, contribute to the establishment of positive emotional relationships. However, it should be remembered that children's interpersonal relationships are not a direct function of business relationships, and social emotions may sometimes be underdeveloped.

*"Every deviation from the norm strengthens the child in the norm,"* wrote the wise KI. Chukovsky. By testing moral laws in play, the child observes the consequences they lead to and internalizes the meaning of the moral norm from within, through action rather than obedience. *"Aloof and unapproachable goodness is no longer goodness, for it creates a barrier of alienation; goodness must be accessible, that is its nature. Play helps to overcome the barrier separating us from knowledge, from the sources of all that is good,"* expressed [Chukovsky, 1990: 384].

Game traditions encompass moral norms and behavioral regulators. Rhymes, taunts, rules, and game chants are among the first genuinely child-centric laws of interaction—universal, flexible, and eagerly accepted by children. Through play, children are introduced to a socially developed language of feelings, names of emotions, their descriptions, and characteristics of expression.

Game folklore regulates disputes and quarrels, allowing for the establishment of order and the allocation of roles. It includes rituals for reconciliation and encouragement, as well as principles of cooperation and moral imperatives. Game chants teach children how to find a "peaceful" resolution to conflict-laden, emotionally charged situations: "Make up, make up, and never fight again...," "Pinecones, pinecones—I'm taking a break," "Greedy-gut, Turkish drum—whoever plays it... is a cockroach," "It's not a race for one—I'm not a five-ton truck," and many others. The rules of the game, therefore, become a kind of code of camaraderie, a real school of moral regulation of behavior [Mehigan, 2023].

J. Piaget, in his study of children's games with rules, concludes: "All morality consists of a system of rules, and the essence of any morality must be sought in the respect that an individual feels towards these rules" [Piaget, 1987]. In games, the natural morality of the children's community emerges, aimed at regulating relationships among children based on voluntarily accepted rules shared by all group members. Younger children, eager to play with older ones, adopt their respect for the rules as a law and aspire to the "virtue, which is highly characteristic of human dignity—strictly observing the customs of the game" [Piaget, 1987].

Piaget also notes that when children create their own new game rules, collaboration and interaction intensify during the discussion of these rules, with the focus being on establishing rules as norms mandatory for everyone. The significance of disagreements, and the period of divergent intentions among the participants in the game, was also emphasized by S.G. Jacobson in her work on developing cooperative activities [Jakobson, 1984].

Moral development in children within the context of play activities was studied by L.P. Strelkova [1987], who identified several psychological characteristics of empathy development in preschoolers influenced by dramatization games.

1. *Animation of Artistic Works*: the dramatization of literary works facilitates the closest identification of the child with the character, which naturally activates the processes of forming moral feelings and moral motives for behavior.
2. *Role Assumption*: the child engages with the inner world of the character, empathizing with their emotions. This engagement fosters the child's ability not only to evaluate the character's actions externally but also to understand the motivations behind these actions.
3. *Development of Imagination*: the child's imagination develops, teaching them to anticipate the outcomes of their actions and engage in moral self-regulation.
4. *Making Moral Choices*: the child learns to make moral choices independently, without external pressure, based on comparing the actions of different characters, analysing and contrasting their motivations, and correlating their external and internal qualities.

Thus, the most critical prerequisites for moral development include the emotional decentring of the child, the formation of an internal action plan, and the development of volitional control. A pivotal moment in moral development is the ability to reveal, through play, the moral significance of various actions for others. The meaning revealed must be emotionally reinforced. Emotions, intertwined with meaning, function as the psychological mechanism regulating actions. Their formation occurs in play, through the emphasis on the emotional aspects of the situation being dramatized. A unique psychological reality—emotional imagination—enables the child not only to envision (cognitive processes) but also to experience (emotional processes) the distant consequences of their actions for others.

### Conclusion

Children's games play a pivotal role in the moral development of young individuals, serving as more than just a means of entertainment. Through play, children engage in scenarios that mimic real-life situations, allowing them to explore and understand complex moral concepts such as fairness, justice, empathy, and cooperation. These games often require children to navigate rules, make decisions, and interact with others, all of which contribute to their developing sense of right and wrong.

One of the critical aspects of children's games is their ability to foster empathy. By taking on roles or engaging in group play, children learn to see the world from different perspectives, which is essential for understanding the feelings and needs of others. This experience lays the groundwork for moral reasoning, as children begin to comprehend the impact of their actions on others and the importance of considering others' well-being alongside their own.

Moreover, games often involve rules that children must follow, which helps them internalize the concept of justice. Understanding and adhering to rules, negotiating with peers, and resolving conflicts during play encourage children to appreciate fairness and equality. This understanding is crucial as it forms the basis for developing a sense of justice that will guide their interactions and decisions in more complex social settings as they grow older.

Additionally, cooperative games, where success depends on teamwork and collaboration, teach children the value of cooperation and shared responsibility. Such games emphasize the importance of working together towards a common goal, fostering a sense of community and mutual support. These experiences are instrumental in helping children develop a moral framework that values collective well-being and cooperation over individual gain.

In conclusion, children's games are not merely a source of joy and entertainment but a vital tool for moral education. By engaging in play, children learn essential moral values that



will guide their behavior and decision-making throughout their lives. The lessons of empathy, fairness, justice, and cooperation that are learned in the playground or during a game are foundational to the development of moral individuals who can contribute positively to society. Thus, nurturing and encouraging children's play is not just beneficial but necessary for their moral and overall development.

## References

- Abdulova TP. (2004). "Moral'noye razvitiye rebenka rannego i mladshogo doshkol'nogo vozrasta" [Moral development of a child of early and early preschool age] // *Prikladnaya psikhologiya*. 2004, № 1, 73-78 pp.
- Abramenkova VV. (2006). "Ostorozhno: antiigrushka! Roditelyam ob igrakh i igrushkakh" [Beware: anti-toy! Parents about games and toys] // *Sem'ya Rossii*, 2006, № 3: 66-73 pp.
- Abramenkova, VV. (1998). "Igra formiruyet dushu rebenka" [Game shapes the soul of a child]. // *Mir psikhologii: nauchno-metodicheskiy zhurnal* / Red. D.I. Fel'dshteyn, A.G. Asmolov. 1998, №4 oktyabr'-dekabr' 1998, 74-81pp.
- Aleshina IN. (2005). "10 Derzhavinskiye chteniya" [10 Derzhavin Reading] // *In-t psikhologii: materialy nauch. conf. prepodavateley i aspirantov, fevr.*, Tambov: Izd-vo Tambov. gos. un-ta G. R. Derzhavina
- Elkonin DB. (2007). *Detskaya psikhologiya [Child psychology]*. 4th edition, stereotypical, Moscow: Izdatel'skiy tsentr «Akademiya». URL: [https://psychlib.ru/mgppu/Edp-2007/Edp-001.htm#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/Edp-2007/Edp-001.htm#$p1)
- Karpova S. N., Lysyuk L. G. (1986). *Igra i nnavstvennoye razvitiye doshkol'nikov* [Game and moral development of preschool children]. Moscow: Izd-vo MGU. Source: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001281912>
- Mehigan, T. (2023). "Letters on the Aesthetic Education (1795)". In: Falduto, A., Mehigan, T. (eds) *The Palgrave Handbook on the Philosophy of Friedrich Schiller*. Palgrave Macmillan, Cham. 231–245 pp., [https://doi.org/10.1007/978-3-031-16798-0\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-031-16798-0_13) First Online: 01 January 2023. URL: [https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-16798-0\\_13#citeas](https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-031-16798-0_13#citeas)
- Menchinskaya NA. (1948). *Dnevnik o razvitiu rebenka* [Diary about child development]. Moskov & Leningrad: Nauk
- Piaget J. (2015). *Moral'noye suzhdeniye u rebenka* [Moral judgment in the child]. Moscow: Akademicheskiiy projekt. Source: <https://www.knidka.info/detskaya-psikhologiya/moralnoe-suzhdenie-u-rebenka/>
- Semenyuk LM. (1996). *Khrestomatiya po vozrastnoy psikhologii: uchebnoye posobiye dlya studentov* [Reader on developmental psychology: a textbook for students] / Pod red. D.I. Feldshteyna: izdaniye 2-ye, dopolnennoye. Moscow: Institut prakticheskoy psikhologii.
- Steinthal, H. (1864). *Philologie, Geschichte und Psychologie in ihren gegenseitigen Beziehungen: Ein Vortrag gehalten in der Versammlung der Philologen zu Meissen 1863*, Berlin: Dümmler.
- Strelkova LP. (1987). *Psikhologicheskiye osobennosti razvitiya empatii u doshkol'nikov* [Psychological features of the development of empathy in preschool children]. (Abstract of thesis...candidate of psychological sciences). Moskov: disserCat-elektronnaya biblioteka dissertatsiy. Access date: 16 June 2024
- Vygotskiy LS. (1983). *Sobraniye sochineniy v 6-ti tomakh* [Collected works in 6 volumes]. Psychology OnLine.Net 09/19/2012 (Edit). URL: <https://www.psychology-online.net/articles/doc-1865.html>

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Yakobson, SG. (1984). Psikhologicheskiye problemy eticheskogo razvitiya detey [Psychological Problems of Ethical Development of Children. Moscow: Pedagogy]. Moskva: Pedagogika. URL: <https://search.rsl.ru/ru/record/01001220133>

Zenkovskiy VV. (1995). Psikhologiya detstva [Psychology of childhood]. (Seriya "Filosofsko-psikhologicheskaya biblioteka/ Series "Philosophical and Psychological Library"). Yekaterinburg: Delovaya kn.URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij\\_Zenkovskij/psihologija-detstva/](https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Zenkovskij/psihologija-detstva/)



## THE ROLE OF GAME IN THE DEVELOPMENT OF THE EMOTIONAL SPHERE

Adem KAYA \* & Onur ÖZTÜRK\*\*

\* Asst. Professor, Bowie Staty University, Maryland, USA; ORCID:  
<https://orcid.org/0000-0003-3485-0540> , e-mail [akaya@bowiestate.edu](mailto:akaya@bowiestate.edu)

\*\*Dr, [haricionur@hotmail.com](mailto:haricionur@hotmail.com)[@gmail.com](mailto:haricionur@gmail.com)

### Abstract

Games play a pivotal role in the emotional development of individuals, particularly during childhood. Through play, children learn to express, understand, and manage their emotions, contributing significantly to their overall emotional intelligence. Games provide a safe environment for experimenting with various emotional responses, helping children develop empathy, patience, and resilience. For example, role-playing games allow children to step into different characters, fostering an understanding of diverse perspectives and emotions. Moreover, games often involve rules and challenges that teach children how to cope with frustration and disappointment, thereby enhancing their emotional regulation skills. The competitive and cooperative aspects of many games also help children navigate complex social emotions, such as pride, jealousy, and teamwork. Engaging in group play, whether through sports or board games, encourages the development of social bonds and helps children learn the importance of communication, collaboration, and conflict resolution. In addition to their social and emotional benefits, games can serve as a therapeutic tool. Therapists often use games to help children's express feelings that they might struggle to articulate otherwise. Through structured play, children can explore their emotions in a controlled, supportive environment, which can be particularly beneficial for those dealing with anxiety, trauma, or other emotional challenges. In conclusion, games are not merely a source of entertainment but a crucial tool for emotional growth. They provide opportunities for children to explore, express, and manage their emotions, laying the foundation for healthy emotional development throughout life.

**Keywords:** Emotional intelligence, social emotion, emotional response, expression.

### Introduction

Game not only supports the development of motivation, thinking, and willpower, but also plays a crucial role in children's emotional development. Five-year-old Nadya, after crying profusely during a doctor's visit where she received a vaccine, began to show a strong interest in the syringe from the "Doctor" play set. She sat all her dolls in front of her and, with great seriousness, addressed them: "This is a needle, you need to get vaccinated, it doesn't hurt at all." Nadya then proceeded to give each of her "patients" a shot, with each doll crying as she treated them. This play continued for several days until Nadya confidently declared, "I'm not afraid of needles anymore." After this, she no longer returned to playing doctor (Elkonin, 2007: 3).

Game is an intensely emotional activity. V.V. Zenkovsky expressed this by saying, "Games serve the purposes of the child's emotional life in their internal processes; this life seeks to express itself in play, to solve its problems and questions" (Zenkovsky, 1995: 123). Many authors who study play emphasize its emotional intensity and its significant impact on an individual's emotional sphere. L.S. Vygotsky (1983: 124) described play as "an idea that turns into emotion, a concept that turns into passion."

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

However, emotional intensity does not mean that the child is a slave to their emotions. On the contrary, play deepens the child's emotional life, directly supporting the formation of emotional behavior patterns and the development of higher social emotions. In play, the child's dominant emotional state, emotional tone, comfort level, and emotional responses can be easily diagnosed. This clearly shows that the behavior of a preschool child is largely influenced by emerging emotions and that the ability to give an emotional response to a particular situation is one of the fundamental mechanisms of personality development.

The development of the emotional sphere in childhood is associated with the processes of recognizing one's own emotions, understanding the causes of both personal experiences and the emotional states of those around them. Play offers a broad perspective on human relationships, understanding emotions, modeling situations that create various emotional experiences, and establishing logical connections between environmental events and attitudes toward these events.

### Discussion and Results

In the works of AV. Zaporozhets (1948; 1965), NYA. Mikhaylenko (2001; 2002), YEA. Kudryavtseva (1992), AP. Usova (1947), and other authors, the mechanisms by which storytelling and role-playing games affect the emotional state of preschool children are emphasized. Among the most important mechanisms are the imitation of meaningful and emotionally appealing behavior demonstrated by adults, and the emotional involvement in the interest of a partner during play. The satisfaction a child derives from role relationships with other children influences their overall emotional well-being. The emotions that support storytelling and role-playing games affect the success of the child's interactions with those around them.

When analysing the role of emotions in activities, Zaporozhets particularly emphasized the importance of the ability to anticipate the emotional outcome of the activity as a mechanism that regulates behavior. Control over activity is not direct but is achieved through the mechanism of "emotional correction of behavior" via motivations: Emotions assess the personal significance of events, and when this significance does not align with the motivation of the activity, it alters the overall direction of the person's activity. Emotions precede, motivate, and guide the activity aimed at satisfying needs, as they are a subjective form of needs (Zaporozhets, 1948: 134).

In role play, the nature and dynamics of situational emotions are determined not only by the content of the play but also by the child's feelings arising from the story (for example, empathy and affection towards a younger sibling may develop through the adoption of the mother role in a mother-daughter game). The fundamental characteristic of emotions is the reflection of one's attitude toward perceived phenomena. Therefore, the orientation of the game towards relationships between people forms the basis for the child to develop their multifaceted attitude toward the world.

Under the guidance of AV. Zaporozhets (1948; 1965) and SL. Novosolova (1976; 1995), research has been conducted on the role of social emotions in the regulation of children's activities and on the development of values and relationships as the initial aspects of personality. The findings identify emotional anticipation as a primary regulator of complex activities that begin to form in childhood and consider not only the satisfaction of the child's personal needs but also the desires of the people around them.

AV. Zaporozhets described how original emotional-cognitive complexes in children emerge through their ability to foresee the distant outcomes of their actions (1948: 153). This occurs through emotional images that enable the motivational-semantic regulation of children's behavior. Research has shown that changes in the emotional domains of preschool children are

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

based on the development of their ability to empathize with others, feel others' joys and sorrows as if they were their own, and adopt others' emotional perspectives during collective activities (Chebotava, 2016: 44).

Initially, as Zaporozhets demonstrated (1965: 75), emotions form and change during practical activities, within the process of real interactions with people around them and with the objective world. Later, "on the basis of external practical activity, a unique internal activity – emotional imagination – begins to develop; this is a combination of emotional and cognitive processes, characterized by Vygotsky as the integrity of emotion and intellect, typical of the higher emotions unique to humans" (1983: 21).

According to TP. Abdulova's research, during play, preschool children find it easier to establish positive relationships with those around them and to overcome negative emotional reactions, and sometimes even develop new positive emotions, more so than when engaging in other activities (Abdulova, 2004: 76-77). Additionally, calm and engaging games can reduce children's emotional arousal and neutralize the impact of negative emotional experiences by calming them, while rule-based games contribute to the development of emotional resilience, and the ability to win and lose.

The emotional development of preschool children is characterized by a series of achievements: The child's emotional life stabilizes and takes on a hierarchical structure; mechanisms for emotional regulation of behavior develop, such as emotionally predicting events and the outcomes of various actions, and the conscious regulation of emotional processes. In the ethnogenetic process, the development of emotions is associated with the differentiation of emotional qualities, the increasing complexity of objects that trigger emotional responses, and the development of the ability to regulate emotions and their expressions.

A child's emotional experience changes and enriches during the personality development process, influenced by empathy that arises from interactions with other children. Psychological and pedagogical research emphasizes that a preschool child's emotional state is largely dependent on the nature of relationships established with playmates. According to researchers, criteria established for the perception of outward behaviors are shaped during communicative interaction, in which play interaction plays a significant role. Play enhances preschool children's ability to verbally express various emotional states and to name emotions. The child's increasing verbal skills expand their emotional vocabulary, allowing for a deeper understanding of emotional experiences and contributing to the active use of the language of emotions in play.

In the preschool period, play, as a dominant form of interaction, is seen as setting a fundamental roadmap for emotional development within the general structure of the child's relationships with their environment. The child's emotional life is enriched with various feelings by adopting the role and experiences of the character they portray. According to D.B. Elkonin, "We can consider the ability to recognize one's emotions as a higher-level mental function that develops under the conditions of play and communication, and the tool for the development of this function is language." (Elkonin, 2007: 48, 70).

It is important to emphasize that play activity is not only a psychological mechanism for the development of the emotional domain, but also, by its very structure, a prerequisite for the child's emotional well-being and, consequently, the overall development of personality. Play not only fosters development but also alleviates emotional tension, helps balance negative emotional experiences, and enhances the general level of emotional well-being.

During the preschool period, the child's emotions gradually become free from impulsivity and transience. Individuality develops in the form of differentiation from others while simultaneously identifying with significant others. Emotions such as justice, responsibility, and

loyalty develop, and the ability to emotionally anticipate the consequences of both one's own and others' behaviors is established.

### Conclusion

The role of play in the development of the emotional area is both profound and indispensable. Play serves as a critical foundation for the emotional growth of individuals, especially in early childhood. Through play, children learn to express, understand, and manage their emotions, which are essential skills for healthy emotional development. It provides a safe space where they can explore a wide range of feelings, from joy and excitement to fear and frustration, without the pressures of real-world consequences. This emotional exploration allows children to develop empathy, self-regulation, and resilience—key components of emotional intelligence.

Moreover, play fosters social interaction, which is crucial for emotional development. As children engage in cooperative play, they learn to navigate complex social dynamics, such as sharing, taking turns, and resolving conflicts. These interactions help them to understand the emotions of others, leading to the development of empathy and the ability to form meaningful relationships. Through role-playing and imaginative scenarios, children can experiment with different emotional responses and perspectives, further enhancing their emotional awareness and adaptability.

In addition to social and emotional skills, play also supports cognitive and language development, which are closely linked to emotional growth. As children play, they often verbalize their thoughts and emotions, expanding their emotional vocabulary and enabling them to articulate their feelings more effectively. This ability to express emotions verbally is crucial for emotional regulation and for seeking support when needed.

In conclusion, play is not just a leisure activity; it is a vital aspect of emotional development. It equips children with the tools they need to understand and manage their emotions, build strong social connections, and develop the emotional resilience necessary to navigate the complexities of life. As such, it is imperative that parents, educators, and caregivers recognize and support the role of play in fostering emotional well-being, ensuring that children have ample opportunities to engage in playful activities that nurture their emotional growth.

### References

- Abdulova TP. (2004). “Moral'noye razvitiye rebenka rannego i mladshogo doshkol'nogo vozrasta” [Moral development of a child of early and early preschool age] // *Prikladnaya psikhologiya*. 2004, № 1, 73-78 pp.
- Chebotava A. S. (2016). Razvitiye sotsial'nykh emotsiy u detey doshkol'nogo vozrasta v usloviyakh igrovoy deyatelnosti [Development of social emotions in preschool children in the context of play activities]. *Studencheskiy elektronnyy zhurnal «StRIZH»*. Oktyabr' 2016, №7(11), 43-46 pp.
- Ekslayn V. (2002). *Igrovaya terapiya [Play therapy]*. Sixth edition, Moscow: Eksmo-Press. (First published January 1, 1947)
- Elkonin DB. (2007). *Detskaya psikhologiya [Child psychology]*. 4th edition, stereotypical, Moscow: Izdatel'skiy tsentr «Akademiya». URL: [https://psychlib.ru/mgppu/Edp-2007/Edp-001.htm#\\$p1](https://psychlib.ru/mgppu/Edp-2007/Edp-001.htm#$p1)
- Kudryavtseva Ye. A. (1992). *Pedagogicheskiye osobennosti npravstvennogo vospitaniya devochek starshego doshkol'nogo vozrasta* [Pedagogical features of moral education of girls of senior preschool age]. Moskva: avtoref. dis. kand. ped. nauk. URL: <https://nauka-pedagogika.com/viewer/386732/a#?page=1>

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Mikhailenko, NYA. (2002). *Igra s pravilami v doshkol'nom vozraste* [Playing with rules in preschool age]. Moscow: Academic project.
- Mikhaylenko NYA., (2001). *Korotkova N. A. Kak igrat' s det'mi* [How to play with children]. 3-ye izdaniye, Moskva: Linka Press. Source: [https://linka-press.ru/catalogue1\\_000107.php](https://linka-press.ru/catalogue1_000107.php)
- Novosolova S.L. (1976). Igrushka v kontekste razvitiya igrovoy deyatel'nosti rebenka [A toy in the context of the development of a child's play activity]. // *Tekhnicheskaya estetika*, 1976, № 7: 1-5 pp. Source: <https://igrashkolasnovoselovoy.narod.ru/index/0-2>
- Novosolova S.L. (1995). "Novaya klassifikatsiya detskikh igr [New classification of children's games]." // *V sb.: Igra i razvitiye rebenka v doshkol'nom vozraste. Materialy mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* (11-14 aprelya 1995 g.) Chast' 1. Moscow: Prometey, 12-13 pp. IRRDV-Nov.pdf. Source: <https://igrashkolasnovoselovoy.narod.ru/index/0-2>
- Vygotskiy LS. (1983). *Sobraniye sochineniy v 6-ti tomakh* [Collected works in 6 volumes]. Psychology OnLine. Net 09/19/2012 (Edit). URL: <https://www.psychology-online.net/articles/doc-1865.html>
- Zaporozhets AV. (1948). Izmeneniye motoriki rebenka-doshkol' nika v zavisimosti ot usloviy i motivov yego deyatel'nosti [Changes in the motor skills of a preschool child depending on the conditions and motives of his activity]. // *Izvestiya APN RSFSR*. 1948, Vyp, 14, 125-167 pp.
- Zaporozhets AV. (1965). Nekotoryye psikhologicheskiye momenty detskoy igry [Some psychological aspects of children's game]. // *Doshkol'noye vospitaniye*. 1965, №10, 72-79 pp.
- Zenkovskiy VV. (1995). *Psikhologiya detstva [Psychology of childhood]*. (Seriya "Filosofsko-psikhologicheskaya biblioteka/ Series "Philosophical and Psychological Library"). Yekaterinburg: Delovaya kn.URL: [https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij\\_Zenkovskij/psihologija-detstva/](https://azbyka.ru/otechnik/Vasilij_Zenkovskij/psihologija-detstva/)

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences

in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



### REFLECTION ON TRADITIONAL SPORTS AND GAMES AS TOOLS TO FOSTER BELONGING AND INCLUSIVITY

Jerono P. Rotich

, Ph.D. Professor of Kinesiology & Associate Dean for Organizational Climate, Inclusion,  
& Belonging (OCIB)  
School of Public Health-Bloomington, Indiana University, USA

#### Abstract

Traditional sports and games are deeply rooted in cultural heritage and traditions among many communities worldwide and continue to serve myriad important roles. In addition to the well-articulated benefits of physical activity, traditional sports and games play a critical role in preserving cultures, traditions, and identities, enhancing emotional and mental health, and promoting social and life skills, among others. This presentation will explore how traditional sports and games can promote social connection, belonging, and inclusivity in contemporary global society. This presentation will explore and discuss the following.

- The role of Traditional sports and games in transcending social barriers and cultural differences
- How individuals and community members were encouraged to participate in Traditional sports and games
- Share examples of traditional sports and games from Kenya
- How Traditional sports and games were used as a tool to foster Belonging and Inclusivity





## YAKUT (SAHA) GELENEKSEL SPOR OYUNLARININ ISIAH BAYRAMINDA YENİDEN CANLANDIRILMASI

Adem KAYA\* & Mehmet TÜRKMEN\*\*

\*Assoc. Prof. Dr., Bowie State University, Maryland, USA. [akaya@bowiestate.edu](mailto:akaya@bowiestate.edu)  
Prof. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Samsun/Türkiye;  
<https://orcid.org/0000-0002-5926-7522> ; [dr.turkmenmehmet@gmail.com](mailto:dr.turkmenmehmet@gmail.com)

**Özet:** Yakut bayramı Isiah'in modern rekabetçi programı, modern spor kurallarına göre gerçekleştirilen spor disiplinlerinden oluşsa da, gelecekte etnik kültürün bir parçası olarak kabul edilemez, çünkü arşiv belgelerinin incelenmesi, Yakut geleneksel oyunlarının tanımlarını içeren belgelerin, Yakut geleneksel rekabetçi oyunlarının anlarını yakalayan eski fotoğrafların incelenmesi, spor statüsünün uygulanmasının yarışma kurallarında önemli değişikliklere yol açtığını ve sonuç olarak, geleneksel oyunun orijinal versiyonuna kıyasla sporun doğasında köklü bir değişikliğe neden olduğunu ortaya çıkardı. Uluslararası arenada bir etnik spor türünün gelişmesi koşuluyla, bu türün etnik kimliğinin kademeli olarak kaybı gerçekleşir. Bu nedenle, Isiah etnik ritüel bayramının rekabetçi bölümünü, geleneksel Yakut yarışma türleriyle yapılan, eski kurallar ve kanunlar doğrultusunda yeniden inşa edilmiş bir şekilde yapmayı öneriyoruz. Böylelikle, bir yandan geleneksel rekabetçi oyunların otantikliğini korumaya katkıda bulunurken, diğer yandan otantik geleneksel oyunlar ile spor statüsü kazanmış yarışma türleri arasındaki bağı sağlamış oluruz.

**Anahtar kelimeler:** Sakha Isiah bayramı, milli sporlar, yarışma kuralları, orijinal unsurlar

## REVIVAL OF TRADITIONAL YAKUT (SAHA) SPORTS GAMES ON THE YSYAKH HOLIDAY

**Abstract:** While Yakut holiday Isyakh modern competitive program consists of sports disciplines conducted according to modern sports regulations, it cannot be considered as part of the ethnic culture in the future. Examination of archival documents, documents containing descriptions of Yakut traditional games, and old photographs capturing moments of Yakut traditional competitive games revealed that the implementation of sports status led to significant changes in competition rules, resulting in a profound change in the nature of the sport compared to its original version. With the condition of developing an ethnic sports genre on the international stage, gradual loss of the ethnic identity of such genre occurs. Therefore, Isiah suggests reconstructing the competitive section of the ethnic ritual festival in a manner that is conducted with traditional Yakut competition types, rebuilt according to old rules and laws. This way, while contributing to the preservation of the authenticity of traditional competitive games on one hand, we also establish a connection between authentic traditional games and competition types that have gained sports status on the other hand.

**Keywords:** Sakha Isyakh holiday, national sports, competition rules, original elements

### Giriş

Saha halkının etnik kimlik bilincinin bir göstergesi, kültürel kodların bir setinin toplandığı etnik-kültürel bayram olan Isiah'tır. Bugün bayram alanı, eskiden olduğu gibi, Tanrılar ve Doğa Ruhları adına kırmızı serpme töreni, daire içinde dans (*osuohay*), Yakut geleneksel oyunlarına yönelik yarışmalar, at yarışları gibi unsurları içermektedir.

Sibirya'nın önde gelen araştırmacılarından ve İkinci Kamçatka Seferi'nin katılımcılarından Gerhard Friedrich Miller ile seferin tercümanı İlya Petroviç Yahontov'a ait olan ilk açıklamalar, İsiyah tatili sırasında Yakut geleneksel fiziksel oyunlar ve eğlencelerin yapıldığına dairdir (Jelert, 2000: 252). Dolayısıyla, etnokültürel bir kutlama olan İsiyah'ın çerçevesinde geleneksel oyunlar ve fiziksel egzersizlere dayalı yarışmalar yapılmaktadır.

Aynı zamanda, etnografik eserlerde tasvir edilen eski bayram ritüelleri artık ciddi değişikliklere uğramış ya da tamamen ortadan kalkmıştır. Bu bağlamda, spor disiplinlerinden oluşan ve modern spor kurallarına göre yürütülen modern rekabetçi tatil programının, etnik yarışma türleri de dahil olmak üzere her türlü fiziksel aktivite nedeniyle, gelecekte artık etnosun kültürel kodu olarak kabul edilemeyeceğini de belirtmek isteriz, “spor” statüsündeki oyunlar, ilk olarak, ulusal ve etnik sınırların ötesine geçer ve ikinci olarak, “spor”, “popülerleştirme”, “yaralanma oranını azaltma” vb. çeşitli “iyi” amaçlara hizmet etmek için yarışma kurallarının sık sık değiştirilmesi ve güncellenmesi ile karakterize edilir (Türkmen and Useev, 2020: 106).

"Dolayısıyla, daha önceki yayınlarımızda belirtildiği gibi, halkın yarışma geleneğinin genetik bağlarını ve halkın tarihini ve kültürünü incelemenin ve açıklamanın gerekliliği ortaya çıkmaktadır (Zaharov, 2013: 68; Zaharov, 2014: 9)."

E. N. Romanova'nın tanımına göre: "*İsiyah, bir yandan halkın kültürel geleneklerinin yansıması olarak görülürken, diğer yandan insanların diline, adetlerine ve halkının ritüellerine ilgi göstermelerini teşvik ederek ve onları zenginleştirerek ulusal kültürün gelişimine katkı sağlar*" (Romanova and Ignatyeva, 2011: 33). Bu bağlamda, geleneksel yarışma kurallarının yeniden yapılandırılması ve eski kanunların gözetimi altında İsiyah bayramının rekabetçi bölümünün düzenlenmesi, geleneksel oyun ve egzersizlerin etnik özünün korunması konseptinin temel unsurları olarak görülmektedir. Bu unsurlar, halkın tarih ve kültürüyle kopmaz bir bağlantı kurmayı ve ulusal oyun kültürünün gelecek kuşaklara aktarılmasını sağlar.

### Tartışma ve Sonuç

Yakut geleneksel güreş olan (tustuu) ve büyük yarışmalarının (bia tardihuta) yeniden yapılandırılmasında temel olarak Platon Alekseyevich Oyunskiy'in "Yakut Masalı (Olonho), Onun Hikayesi ve İçeriği" adlı sosyo-felsefi eseri (Oyunskiy, 2013: 41), en eski (19. yüzyılın ortası) eserlerden biri; İsiyah bayramı sırasında yarışmaların anılarının kaydedildiği bir kompozisyon olan "İsiyah" (Figür 1) mamut kemiği eseri; *tustuu* ve *bia tardihuta* yarışmalarının anılarını kaydeden eski fotoğraflar (Figür 2, 3); 1926, 1932 ve 1945 yıllarında derlenen Yakut geleneksel spor türlerinin kurallarının tanımları gibi kaynaklar kullanılmıştır (Nacionalnyj arhiv RS (Ya). F. 50. Op. 1. Ed. Hr. 3909. Ll. 15-16; Nacionalnyj arhiv RS (Ya). F. 50. Op. 1. Ed. hr. 3980. L. 2).

Figür 1'de "İsiyah" (19. yüzyıl ortaları) adlı mamut dişi kompozisyonunun bir parçası görülmektedir. Bu kompozisyon 1867 yılında Paris'te düzenlenen Dünya Sergisi'nde British Museum tarafından satın alınmıştır. Eser, yaz tatili İsiyah'ın en erken tasvirlerinden biridir. Bu kompozisyon, güreşçilerin figürlerinin karşılıklı bir kavrama içinde sabitlendiği, güreşçilerin ellerinin rakibin pantolonunun *paçasının altını* (sialıya) kavradığı bir güreş (tustuu) müsabakası anını göstermektedir.



**Figür 1.** Mamut dişinden yapılmış "Isiah" bayramı kompozisyon parçası olan Sakha 'Tustuu' güreşi.

Büyük Petro Antropoloji ve Etnografya Müzesi (Rusya Bilimler Akademisi Kunstkamera) koleksiyonlarında. Rusya Bilimler Akademisi (MAE RAS) Büyük Petro Antropoloji ve Etnografya Müzesi (Kunstkamera) koleksiyonlarında, Yakut (Saka) geleneksel güreşi Tustuu'sunda güreş anını tasvir eden bir fotoğraf bulunmaktadır (Figür 2). Bu fotoğrafta güreşçiler de ayakta durmaktadır Karşılıklı olarak rakibin pantolonunun paçasını kavriyorlar.



**Figür 2.** Fotoğraf baskısı. Saha Güreşi. Yazar: İ.V. Popov. Yakutistan (Sakha)-1904. © MAE RAN (Sahalar Tustuu güreşinde 1990'a kadar elde keçi veya geyik tüylerinden dokunmuş şortlar ile güreşler yapılmıştır)

1926 yılında I. D. Balanov tarafından derlenen açıklamalarda, Yakut geleneksel güreş türü sadece "Yakut güreşi" olarak adlandırılırdı ve bu açıklamalarda "müsabaka sırasında tutma, ayak takılması ve bacaklardan kavrama gibi tekniklerin izin verildiği belirtilmiştir. Yere dokunan rakip, vücudunun veya elinin bir kısmıyla mağlup kabul edilir..." (Nacional'nyj arhiv RS (Ya). F. 50. Op. 1. Ed. hr. 3909. Ll. 15-16) şeklinde ifadeler bulunmaktadır. I.D. Balanov tarafından hazırlanan Yakut geleneksel oyun ve yarışmaların açıklamaları, Yakut geleneksel güreş rekabet türlerinin kurallarını birleştirme girişiminin ilk örneğidir.

1932'deki güreş kurallarına göre (Fedor Nikolaevich Nikiforov tarafından derlenmiştir) kıyafet kapma yasakları ve kemer için güreşirken kısıtlamalar getirilmiştir: “... 6. Kıyafetlerden tutmaya izin verilmez (güreş en iyi şekilde şortla çıplak yapılmalıdır). 7. Kemer tutuşlarına dönüşen güreşlerin 30 saniyeden uzun sürmesine izin verilmez. Rakipler ayrılmalı ve yeniden başlamalıdır” (*Nacional’nyj arhiv RS (Ya). F. 50. Op. 1. Ed. hr. 3980. L. 2*). E.K. Surovetsky ve G.R. Desyatkin tarafından derlenen 1945 tarihli kurallara göre, geleneksel Yakut güreşi zaten iki ayrı türe ayrılmıştı: ‘Kur-dahan tustuu’ ve ‘Hapsagay’.

Böylece, ulusal sporların ilk kurallarının, fotoğraf şeklindeki gerçek materyallerin, “İsiah” bayramı sahnesindeki mamut dışından kompozisyonun incelenmesi ve analizi, geçen yüzyılın 20-30 yılına kadar Yakut geleneksel güreşinin (tustuu), pantolon paçası (sıalya) ve kemer için tutuşlara izin veren güreş unsurlarını içerdiğini göstermiştir. Ancak günümüzde Saha ulusal güreşi “hapsagay”ın kuralları kıyafetlerin tutulmasına izin vermemekte ve güreşçilerin ekipmanlarında kemer bulunmamaktadır ve ‘*kurdahan tustuu*’ (kemer güreşi) pratikte kaybolmuştur. Dolayısıyla, geleneksel oyunların kurallarının standartlaştırılması ve sporlaştırılması, farklı bölgelerde ve farklı nüfus gruplarında şüphesiz kendi yazılı olmayan kurallarının olduğu yerel varyantların ve oyunlarının yönetim kurallarının ve/ya yarışmalarının kaybolmasına yol açabilir.” (*Zaharov & Jakovlev, 2022a: 151; 2022b:134*).

Ayrıca sportifleşme sürecinde geleneksel oyun ve yarışma türlerinin çeşitliliğini, kimliğini ve özgünlüğünün korunması hususlarına gereken özen gösterilmemektedir. Böylece, spor dünyasında “mas wrestling” (sopa güreşi) olarak bilinen geleneksel yarışma türü “*mas tardihuta*”nın (sopa çekişme) gelişimi örneğinde, halat çekme yarışmasında başka bir yarışma türünü –yani Yakut (Saha) etnik halkına özgü ‘*bia-tardihuta*’ (ip halkası çekme) mücadelesini neredeyse tamamen kaybettik (*Zakharov & Jakovlev, 2023: 46*).

I.D. Balanov'un açıklamaları şöyledir: “Mermilerle aracılığı ile çekme: İki katılımcı yere veya zemine oturur, bacaklarının arasına bir tahta veya kalas koyar, ellerine bir sopa alır ve birilerini kalasın üzerinden çekmeye çalışırlar. Bu tür egzersizler kadın ve erkek her iki cinsiyet arasında uygulanır. Tüzük: Katılımcılardan birinin sopayı bırakması halinde yenilmiş sayılır; b) sopanın çekilmesi veya bırakılması ortak yarışmacıların çizgisinin dışındadır; c) sopanın çekilmesi yandan gelen bir hakem işaretiyle aynı anda başlar, başka bir deyişle kurallara uyma inisiyatifini bir oyuncu hakemden alır.” (*Nacional’nyj arhiv RS (Ya). F. 50. Op. 1. Ed. hr. 3909. Ll. 15-16*). İvan Dmitriyevich'in açıklamasında belirtildiği üzere, çekişmenin mermileri kullanılarak yapıldığına dikkat çekmek önemlidir, bu esnada "mermi" terimi çoğul olarak kullanılmıştır. Ancak metnin ilerleyen kısımlarında, çekişme için kullanılan mermi yerine sadece bir sopa belirtilmektedir.

Halat çekme savaşında halat halkasının kullanımı, iki genç adamın bir halat halkası kullanarak birbirlerini çektikleri aşağıdaki fotoğrafta (*Figür 3*) gösterilmektedir. Bu fotoğraf 20. yüzyılın başlarında çekilmiştir ve Rusya Bilimler Akademisi'ne bağlı Büyük Petro Antropoloji ve Etnografya Müzesi (Kunstkamera) koleksiyonlarında muhafaza edilmektedir (MAE RAS).



**Figür 3.** Fotoğraf baskısı. Rekabetçi bir oyun. Yakutlar (Saha). Yazar: I.V. Popov.  
Yakutistan (Saha). 1904'ten daha geç değil. ©MAE RAS 2023.

1945 kurallarına göre (E.K. Surovetsky ve G.R. Desyatkin tarafından derlenmiştir), halat çekme yarışmaları iki farklı disiplinden oluşuyordu: 'mas-tardıhı' (sopalar üzerinde halat çekme) ve 'bia tardıhıta' (ip halkası için halat çekme). 'Mas-tardıhı' için 80 cm uzunluğunda ve 3 cm çapında bir sopa, *bia-tardıhı* için ise 30 cm çapında bir ipten örülmüş, ip-halat kalınlığı 1,5-2 cm olan bir halka kullanılmıştır. Yeni kurallarda ayrıca bölge, şehir ve ulusal yarışmalarda sadece bir sopanın kullanılabileceği belirtilmektedir.

Figür 4, Saka Isıah bayramı kutlamalarında '*bia tardıhı*' (ip halkası çekişmesi) yarışma anını göstermektedir. Bu nedenle, XX. yüzyılın ortalarına kadar ip çekme yarışmalarında aktif olarak ip kullanıldığına inanıyoruz ve görüşümüze göre, *ip halkası halatı* bölgesel, şehir ve cumhuriyet düzeyindeki yarışmalarda kullanımının yasaklanması, Isıah bayramı etkinliklerinde *iple halat çekişme* yarışmalarını bırakıp sadece *sopa çekme* (mas-tardıhı) yarışmalarıyla sınırlanmasına yol açmıştır.



**Figür 4.** Bıa tardıhıta (İp halatı güreşi). İsiyah bayramı sırasında rekabet anı (XX. yüzyılın 40'lı yılları). Foto: A.A. Zakharov

2022 yılının 28 Haziran'ında, Yakutistan Cumhuriyeti'nin Dağ ilçesinde bulunan Atamay köyünde, İsiyah festivali sırasında XXI. yüzyılda ilk kez, eski geleneksel kurallara göre yeniden yapılan geleneksel Yakut yarışmaları düzenlendi (Figür 5). Yarışmalar geleneksel güreş (tustuu) ve *bia-tardıhı* (ip halkasıyla çekme) gibi geleneksel sporların yapıldığı etkinliklerdi.

Bıa tardıhıta yarışmalarında deriden örülmüş bir ip halkası kullanılırken, destek için bir kütük kullanılırdı (Şekil 5). Yarışma İsiyah katılımcıları ve misafirleri arasında yapıldı, ancak *mas güreşinde* spor unvanlarına ve kategorilerine sahip sporcuların toplu güreşe girmesine izin verilmedi. Müsabakalar sırasında seyircilerle ve müsabakalara katılanlarla konuştuk ve müsabakaların yeniden yapılandırılmış eski kurallar ve kaidelere göre düzenlenmesi hakkındaki görüşlerini öğrendik. Atamay köyü sakinlerinden, tardıhı yarışmalarının hakemi ve organizatörü Vladimir Yakovlev şunları söyledi: “Babamın bir ren geyiği dizgini (obrot) alıp misafirlerle nasıl halat çekme yarışına girdiğini hatırlıyorum. Oturlar ve ayaklarını kapının eşiğine dayarlardı. O günlerde, 60'lı yıllarda, çok fazla ren geyiği vardı, ama çok fazla at yoktu.”

Festival organizatörlerinden davetiye alan güreşçiler geleneksel güreş müsabakalarına katıldılar (Figür 6). Müsabakalar başlamadan önce güreşçiler *festival alanı – meydanı* (tühülge) dışına ayrı ayrı yerleştirildi. İlk müsabaka için güreşçiler özel olarak dikilmiş battaniyelerle örtülmüş bir eskort eşliğinde dışarı çıktılar. Böylece ne seyirciler ne de katılımcılar kimin kiminle güreşeceğini bilmiyordu. Müsabakadan önce güreşçilerin vücutları sadeleştirilmiş tereyağı (kıymıt arı) ile ovulurdu. Özel dikilmiş bir kısa deri pantolonlar (sıalıya) içinde ve sırtlarını sımsıkı saran at kılından özel örülmüş bir kuşakla (kıl kur) sıkıca bağlanmış olup, o deri pantolonların paçaları birkaç defa yukarı katlanarak şort haline getirildi. Bu kıyafetle güreş meydanında (tühülge) mücadele başladı. Mücadele sırasında paçadan ve kemerden tutma teknikleri yapmak izinliydi. Müsabakayı ve güreşi yorumlayan kişi, aynı zamanda Yakut ulusal kıyafetlerine bürünmüş olan Serken Sehen isimli biriydi. Eski geleneklere göre, galibi at budu eti (stegno mühe) ve milli içki olan *çoronoh kımız* ile ödüllendirildi (Zakharov & Jakovlev, 2023: 48-49).



**Figür 5.** 28 Haziran 2022'de, Yakutistan Saha Özer Cumhuriyeti Atamay köyünde Isıah bayramı kutlamasında bulunduğum sırada artık unutulmaya yüz tutmuş geleneksel “bıa tardıhıta” (ip halka halat) yarışması 30 yıllık bir gecikmeyle de olsa yapıldı.

Yarışmanın ardından geleneksel güreşin (tustuu) kazananı Eduard Maksimov şunları kaydetti: “İlk kez bu kurallara göre dövüşüyorum, bu yüzden kapmak alışılmadık ve zor. Geleneksel Hapsagay güreşine kıyasla tamamen farklı bir müsabaka. Rakibinizi önceden tanımamanız da özel bir entrika yaratıyor.” Genel olarak katılımcılar ve izleyiciler, tatilin yarışma programının iyi organize edildiğini kaydederek, gelecekte yarışmaların eski kurallara göre yapılması dileklerini ilettiler.



**Figür 6.** Isıah bayramında geleneksel bir güreş müsabakasından bir an (28.06.2022, Atamay köyü)

### Sonuç

Dolayısıyla, Sakha Isıah etnik ritüel bayramının yarışma programının yeniden inşa edilen antik kural ve kanunlara göre düzenlenmesi ve yürütülmesinin, bir yandan geleneksel yarışma oyunlarının özgünlüğünün korunmasına katkıda bulunduğunu, diğer yandan da otantik geleneksel oyunlar ile sportif bir statü kazanmış yarışma türleri arasında bir bağlantı sağladığını belirtebiliriz.



### Kaynaklar

- Jelert, A. H. Jakutskij prazdnik Ysyah v opisanijah uchastnikov Vtoroj Kamchatskoj jekspedicii [Yakut holiday Ysyakh in the descriptions of the participants of the Second Kamchatka Expedition]. *Istochniki po ruskoj istorii i literature: Srednevekov'e i Novoe vremja. Novosibirsk: Izdatel'stvo Sibirskogo otdelenija RAN*, 2000, pp. 255–271.
- Nacionalnyj arhiv RS (Ya)*. F. 50. Op. 1. Ed. hr. 3909. Ll. 15-16 s obeih storon [National Archives of the Republic of Sakha (Yakutia). F. 50. Op. 1. Unit hr. 3909. Ll. 15-16 on both sides.].
- Nacionalnyj arhiv RS (Ya)*. F. 50. Op. 1. Ed. hr. 3980. L. 2 s obeih storon [National Archives of the Republic of Sakha (Yakutia). F. 50. Op. 1. Un. xp. 3980. L. 2 on both sides].
- Oyunskiy, P. A. *Yakutskaya skazka (Olonkho), yeye syuzhet i sodержaniye [Yakut fairy tale (Olonkho), its plot and content]*. Yakutsk: Saydam, 2013.
- Romanova, E.N. and İgnatyeva V.B. Jakutskij nacional'nyj prazdnik Ysyah v situacii perehoda: istoricheskij mif, jetnokul'turnyj obraz i sovremennyj prazdnichnyj narrativ [Yakut national holiday Isyakh in a situation of transition: historical myth, Ethnocultural image and modern holiday narrative]. *Jetnograficheskoe obozrenie*. 2011, № 4, pp. 29–40.
- Türkmen M., Useev N. (2020). “Yakut (Sakha) Traditional Wrestling with its Formation and Development: Khapsagay”, *European Journal of Physical Education and Sport Science*, ISSN: 2501-1235, 6-(8): 104-115, DOI: [10.46827/ejpe.v6i8.3412](https://doi.org/10.46827/ejpe.v6i8.3412)
- Zakharov, A. A. & Jakovlev Ya. I. Rekonstrukcija pravil tradicionnogo vida bor'by Saha [Reconstruction of the rules of traditional Sakha wrestling]. *Arktika XXI vek. Gumanitarnye nauki*. 2022b, № 3(29): pp. 129–137.
- Zakharov, A. A. & Jakovlev, Ya. I. K voprosu o tradicionnoj bor'be saha [To the question of the traditional Sakha struggle]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. 2022a. № 7(209): pp. 150–153.
- Zakharov, A. A. Nacional'nye vidy sporta kak forma tradicionnoj kul'tury naroda [National sports as a form of traditional culture of the people]. *Teorija i praktika fizicheskoy kultury*. 2014. № 6. p. 9.
- Zakharov, A.A. & Jakovlev, Ya. I. (2023). “Vozrozhdeniye kanonov Yakutskikh traditsionnykh sostyazaniy na prazdnike Ysyakh [Revival of the canons of Yakut traditional competitions at the Ysyakh festival].” *Seriya «Vestnika SVFU»* № 3 (31) 2023, 43-50 pp. 10.25587/SVFU.2023.81.54.005
- Zakharov, A.A. O putjah sohraneniya jetnicheskoj samobytnosti nacionalnyh vidov sporta na sovremennom jetape razvitija [On ways to preserve the ethnic identity of national sports at the present stage of development]. *Uchenye zapiski universiteta im. P. F. Lesgafta*. 2013, № 2(96): pp. 66-69.





## KUZEY'İN YERLİ HALKLARININ GELENEKSEL OYUN VE MÜSABAKALARIN KULLANIMINDA ETNOPEĞAGOJİK KOŞULLAR: HANTILAR<sup>209</sup> ÖRNEĞİ

Adem KAYA\* & Mehmet TÜRKMEN\*\*

\*Assoc. Prof. Dr., Bowie State University, Maryland, USA. [akaya@bowiestate.edu](mailto:akaya@bowiestate.edu)

\*\* Professor, Ondokuz Mayıs University, Samsun / Türkiye. [dr.turkmenmehmet@gmail.com](mailto:dr.turkmenmehmet@gmail.com)

**Özet:** Bu çalışmada, Sibirya'nın yerli halklarından Hantılar'ın geleneksel oyun ve müsabakalarının fiziksel eğitimdeki rolü inceleniyor. Araştırma, 2021 yılı haziran ayında Hantı-Mansi ve Yamalo-Nenets Özerk Bölgelerinde yapılan saha çalışmaları ve arşive dayanmaktadır. Hantıların geleneksel oyunları, yalnızca fiziksel gelişim aracı değil, aynı zamanda kültürel varlığın korunması ve nesiller arası aktarılıyor. Oyunlar, farklı yaş gruplarına göre sınıflandırılmıştır: 1, 5-6 yaş arası çocuklarda temel motor gelişimi ve psikolojik gelişiminin gelişimi, 6-10 yaş arası çocuklarda mesleki odaklı hazırlık, 10-14 yaş grubundaki avcılık ve ekonomik yapıya yönelik beceri gelişimi ve 14 yaş sonrasında ise fiziksel dayanıklılık ve mesleki ustalık kabiliyetinin ön planıdır. Halk oyunlarının çoğu, açık hava ve doğal olarak gerçekleştirilmiş; avcılık, balıkçılık ve renklendirme faaliyetleri gibi faaliyetlere hazırlık sağlanmıştır. Etnopedagojik yaklaşımlar, geleneksel bilgi paketi, oyun rehberi, doğal olarak bölünmüş ve ritüellerle desteklenmiştir. Bu oyunların, cesaretin, kolektivizmin ve değerlerin kazandırılmasında önemli bir araç olmuştur. Çalışma, geleneksel oyunların, modern pedagojide, fiziksel eğitimin ve kültürel değerlerin aktarımında kullanılabileceğini vurgulamaktadır. Hantıların oyunları, yalnızca fiziksel özelliklerin ayrıntılarıyla gösterilip, bireyleri Kuzey'in zorlu doğa koşullarına, uyumlu ve dayanıklı bireyler olarak yetiştirilmiştir. Bu bulguların, yerel ülkelerin eğitim parçaları için çok önemi olduğu sonucuna varılmıştır.

**Anahtar kelimeler:** Ekonomik yapı, Kültürel varlık, gelenek, Fiziksel eğitim.

## ETHNOPEĞAGOGICAL CONDITIONS IN THE USE OF TRADITIONAL GAMES AND COMPETITIONS OF NORTHERN INDIGENOUS PEOPLES: THE EXAMPLE OF THE KHANTY

**Abstract:** This study examines the role of traditional games and competitions of the Khanty people, one of the indigenous communities of Siberia, in physical education. The research is based on fieldwork and archive research conducted in June 2021 in the Khanty-Mansi and Yamalo-Nenets Autonomous Regions. The traditional games of the Khanty serve not only as a tool for physical development but also as a means of preserving cultural heritage and facilitating intergenerational transmission. These games are categorized by age groups: for children aged 1-5, they focus on basic motor skills and psychological development; for ages 6-10, they prepare participants for vocational activities; for ages 10-14, they develop skills related to hunting and economic activities; and after age 14, they emphasize physical endurance and

<sup>209</sup> **Kantı** veya **Hantı** (eski literatürde: **Ostyaklar**) kendilerince *Kantı*, *Kande*, *Kantek* (Kantı), tarihte *Yugra* olarak bilinen *Rusya*'ya bağlı *Kantı-Mansi Otonom Okrug* içinde yaşayan yerli halk. *Mansiler* ile yaşarlar. *Hantıca* ve *Mansice* Rusça ile resmi bir durum elde etmiştir. 2010 yılı Rusya nüfus sayımında, 30,943 kişi kendilerini Hantı (Kantı) olarak belirtmişlerdir. Hantı (Rusça'nın eski "Ostyaklar") Batı Sibirya'nın kuzeyinde, çoğunlukla Hantı-Mansi Özerk Okrugu-Ugra'da yaşayan küçük bir yerli Finno-Ugric halkıdır. Geleneksel endüstriler balıkçılık, avcılık ve ren geyiği yetiştiriciliğidir. Geleneksel din, Şamanizm. Ural ırkına mensupturlar. Vasilyeva Ye. N. (2012). Khantyskiye uzory: zhivaya traditsiya [Hantı desenleri: yaşayan bir gelenek] // *Problemy sovremennogo servisa i turizma*. 2012. Net. 4. ss. 9-15; Novitskiy G. I. (1884). *Kratkoye opisaniye o narode ostyatskom [Ostyak halkı hakkında kısa açıklama]*. Sent Petersburg: Tip. V. S. Balasheva, 1884, VI, 116 s.

professional mastery. Most traditional games were conducted outdoors and often served as preparation for activities such as hunting, fishing, and reindeer herding. Ethnopedagogical approaches were supported by traditional knowledge systems, game guides, naturally segmented activities, and rituals. These games played a significant role in fostering courage, collectivism, and cultural values. The study highlights that traditional games can be effectively integrated into modern pedagogy as tools for both physical education and the transmission of cultural values. The Khanty's traditional games not only reflect detailed physical characteristics but also prepare individuals to adapt and thrive in the harsh natural conditions of the North, fostering resilient and resourceful individuals. The findings underscore the importance of integrating such practices into local educational frameworks.

**Keywords:** Economic structure, Cultural heritage, Tradition, Physical education.

## Giriş

Halk oyunları ve müsabakalar, Kuzey'in yerli azınlık halklarının geleneksel fiziksel eğitiminde her zaman özel bir yer tutmuştur. Bu konuda, bu etnosların manevi ve maddi kültürlerini inceleyen tanınmış araştırmacılar tarafından kapsamlı çalışmalar yapılmıştır: Y.A. Absalimov, A.G. Bazanov, V.G. Bogoraz, G.A. Vasileviç, V.F. Zuev, V.V. Leontyev, G.M. Menovşçikov, L.İ. Pevgova, A. Reynsan-Pravdin, G.A. Startsev, G.Ş. Şrenk [1 - 4, 7, 16, 17, 22, 23, 26] ve diğerleri. Şunu belirtmek gerekir ki, Kuzey'in farklı halklarının oyunları içerik, kurallar gibi bazı yönlerden dışarıdan benzer görünmekle birlikte, doğal ve iklimsel koşullar ile ulusal fiziksel kültürden kaynaklanan kendine özgü farklılıklar barındırır.

Bu makale, Sibirya'nın kadim halklarından biri olan Hantılar'ın yoğun olarak yaşadığı bölgelerde (Hantı-Mansi ve Yamalo-Nenets Özerk Bölgeleri) 1-30 Haziran 2021 tarihlerinde bir proje kapsamında gerçekleştirilen saha araştırmaları ile edebiyat ve arşiv belgelerinden elde edilen materyaller temel alınarak hazırlanmıştır. Efsaneler, destanlar, kahramanlık şarkıları ve masallar, Hantılar'ın geçmişte "Yahta-har" adı verilen özel oyun ve müsabaka alanlarına sahip olduğunu günümüze aktarmıştır. Bu alanlarda ünlü Hantı kahramanları güçlerini denemek üzere bir araya gelirlerdi. Çoğu zaman bu müsabakalara diğer halklardan "yabancı" güçlü kişiler de katılırdı. Kahramanlar koşu, okçuluk, çeşitli hayvan kemiklerini elleriyle kırma gibi yarışmalarda birbirleriyle rekabet ederlerdi [19]. Örneğin, S.K. Patkanov'un "*Emder Şehri Kahramanları Hakkında Hantı Destanı*" [20] adlı eserinde, Hantılar'ın kurutulmuş bir at uyluk kemiğini elleriyle kırma üzerine özgün bir yarışmaya katıldığı anlatılmaktadır.

Oyunlar ve yarışmalarda yalnızca erkeklerin değil, aynı zamanda kadınların da yer aldığını gösteren bir kanıt, "Moytning" adlı masalın bir bölümüdür [25]. Bu masalın kahramanı, ren geyiği boynuzu, ip, çubuk çekme yarışmalarına katılarak, güç, çeviklik ve yüksek ahlaki değerlerle kötü ruhun sahibi olan kişiyi yener. Halk oyunları ve yarışmaları hakkında bazı bilgiler "Hantı ve Mansi Mitleri, Efsaneleri, Masalları" adlı derlemede yer almaktadır [18]. Örneğin, "Bir Kadının Dizinden Doğan Mos Adam" adlı mitolojik masalda, Hantı dövüşünün bazı unsurları anlatılmaktadır. "Orman Ruhü" adlı efsanede ise yarışma öncesi yapılan ritüel bir ayın ve rakibi sırtüstü yere sermek için kullanılan bazı temel teknikler açıklanmaktadır.

"Kamen Sempir" adlı kahramanlık destanında, eski bir oyun olan taş top (sempir) oldukça iyi bir şekilde tasvir edilmiştir. Bu oyunun amacı, havada atılan topu elle yakalayıp diğer takım oyuncularından birine fırlatmaktır. Benzer bir top oyunundan, "Kavak Yaprağı Gibi Çevik Adam" adlı kahramanlık şarkısında bahsedilmektedir. Oyuncular, karşılıklı iki sıra halinde dizilerek taş topları burunlarıyla ya da topuklarıyla yakalar ve fırlatırlar. Oyun, gümüş veya bakırla kaplı bir alanda oynanmaktadır. Hantı halkının oyunlarının ve yarışmalarının içeriği ile kuralları hakkında bazı bilgiler, Kuzey araştırmacıları B. Gorodkov, G. Dmitriyev-Sadovnikov, V.F. Zuev, O. Finsch, A. Braem ve İ.N. Şukhov'un eserlerinde yer almaktadır [5-7, 24, 28].

### Tartışma

Belirtilen çalışmaların analizi, aşırı iklim koşullarında yaşayan Hantların geleneksel oyun ve yarışmalarının özelliklerine dair anlayışımızı genişletmemizi sağladı ve aynı zamanda, fiziksel kültür, pedagoji, etnopedagoji, psikoloji, etnografya alanlarındaki araştırmaların, Hantların halk oyunlarının, yarışmalarının geleneksel fiziksel eğitim sistemindeki içeriğini, yerini ve rolünü tam anlamıyla ortaya koymadığı sonucuna varmamıza neden oldu. Ayrıca bu oyunların etnopedagojik koşullarda uygulanma şekillerine dair bilgiler de eksiktir. Saha etnopedagojik araştırmalarının sonucunda, yaş grupları, avcılık faaliyetleri ve geleneksel yaşam tarzı dikkate alınarak sınıflandırdığımız yüzün üzerinde halk oyunu, yarışma ve özgün fiziksel egzersiz tespit ettik. Sınıflandırmamız dört ana bloktan oluşmaktadır: birinci blok, 1,5 ila 6 yaş arası çocuk oyunları; ikinci blok, 6 ila 10 yaş arası çocuk oyunları; üçüncü blok, 10 ila 14 yaş arası çocuk oyunları; dördüncü blok ise gençler ve yetişkinlere yönelik oyunlar, yarışmalar ve özgün fiziksel egzersizlerden oluşmaktadır.

Elde ettiğimiz verilere göre, Hantların halk oyunları, çocukların avcılık, balıkçılık, ren geyiği yetiştiriciliği, toplayıcılık ve ev işleri gibi işlere alıştırılmasında temel araç olmuştur [8, 12]. 1,5 ila 6 yaş arası çocuklara yönelik oyunlar, Hant çocuklarının fiziksel ve zihinsel gelişimini desteklemiş, temel yaşamsal motor becerileri öğrenmelerine ve psikolojik dayanıklılık kazanmalarına yardımcı olmuştur. A.G. Bazanov'un [2] belirttiği gibi, bu yaş grubundaki çocukların oynadığı oyunların çoğu taklit niteliği taşımakta olup kurallara sahip değildir. Bu dönemdeki oyunlar, tırmanma, yürüme, koşma ve diğer hareket becerilerinin geliştirilmesine katkı sağlamıştır. Geleneksel oyuncaklarla oynanan oyunlar sayesinde çocuklar yalnızca fiziksel olarak gelişmekle kalmamış, aynı zamanda aile yaşamını da öğrenmişlerdir.

Daha büyük yaştaki çocuklar (3 ila 6 yaş arası), halk pedagojisi geleneğine uygun olarak yetişkinlerin üretim faaliyetlerine hazırlanmıştır. Bu dönemde oyunlar ve oyuncaklar, çocukların geleneksel kültürel bağlarını anlamalarına daha fazla katkıda bulunmuş, cinsiyetlerinin farkına varmalarına yardımcı olmuştur. Kız çocuklar için bu dönemde kadınların – evin hanımı ve geleceğin annesi – işlerine alıştıran oyunlar ve oyuncaklar ortaya çıkmıştır. Bu oyuncaklar arasında tahta bebekler (akan), sincap kuyruğundan yapılmış lanka akan, ördek gagasından yapılmış vaz akan, küçük beşikler, küçük çadırlar (ay-hot), giysi parçaları, tabaklar, kaşıklar, sepetler, dikiş kutuları ve dikiş malzemeleri yer almaktadır. Surgut Hantlarının kız çocukları arasında ev işleri becerilerini kazandırmaya yönelik "Ocak (Rat Har)" ve "Bebeklerle Oynama (Pakileli Anki-Ati)" gibi oyunlar oldukça yaygındı.

Erkek çocuklar ise yay ve oklarla, küçük teknelerle, kızaklarla, tuzak ve kapan modelleriyle, balık ağlarının parçalarıyla, deri, kumaş veya bezden yapılmış ren geyiği ve köpek koşum takımlarıyla oynuyordu. Oyun sırasında çocuklar, yetişkinlerin yakaladığı balıkların işleme süreçlerini canlandırıyor, balıkları ağaç dallarıyla değiştirerek onları "tutuyor," demetler halinde bağlıyor ve kurutmak üzere asıyorlardı. Kuzey'in zorlu yaşam koşulları ve Hantlar'ın geçim faaliyetleri, çocukların 6-7 yaşlarından itibaren önemli fiziksel özelliklerin gelişimini ve belirli hareket becerilerinin kazandırılmasını gerektiriyordu. Bu yaştan itibaren çocuklar, ciddi bir şekilde ekonomik faaliyetlere dahil ediliyorlardı. Avcılık gibi mesleklerin öğrenilmesi için özel, hedefe yönelik bir eğitim verilirdi ve bu sürecin temel araçları çeşitli oyunlardı.

1,5-5 yaş grubundaki çocukların oyunlarından farklı olarak, 6-7 yaşındaki çocukların oyunları daha yüksek bir oyun etkinliği düzeyine ulaşıyordu. Bu dönem, çocukların kurallara göre oynamaya başladığı bir dönemdi. Oyunları içerik ve davranış organizasyonu açısından daha çeşitli hale geliyordu. Tüm bunlar, bu yaşlardaki çocukların hızlı fiziksel ve zihinsel gelişimiyle bağlantılıydı. 10-14 yaşları arasında Hant çocukları, su kuşları avlamaya başlamış, tuzak yapımı ve diğer avcılık ekipmanlarının hazırlanmasında büyüklere yardım etmeye başlamışlardı. Bu nedenle, oyunları giderek daha fazla meslek odaklı hale geliyor, göçebe veya yarı göçebe yaşamın zorlu koşullarına hazırlık niteliği taşıyordu. Bu oyunlar, gelecekte bağımsız olarak

avcılık yapabilmek için gerekli fiziksel özelliklerin ve özel hareket becerilerinin geliştirilmesine katkıda bulunuyordu.

Araştırmalar, bu yaştaki Hant çocuklarının koşma, zıplama ve atış içeren oyunları çok sevdiğini göstermiştir: "Kim daha hızlı?", "Ren geyiği kızağı", "Tahta bacak", "Kızak üzerinden atlama", "Tavşan izleri", "Tahtayı vur", "Halka oyunu" gibi oyunlar bunlardan bazılarıdır. 14-15 yaşlarına gelindiğinde, Hant ergenler neredeyse tam anlamıyla birer avcı haline geliyordu. Bu durum, halk oyunlarının ve yarışmalarının rolünü önemli ölçüde değiştiriyordu: Artık sadece fiziksel özellikleri geliştirmek ve avcılık becerilerini öğretmek değil, bu becerilerde daha fazla ustalaşmak gerekiyordu.

Bu yaşlardaki halk oyunları ve yarışmalar, bir tür av sezonuna hazırlık, ormanda ya da nehirde yapılan yorucu çalışmalardan sonra rahatlama aracı olarak hizmet ediyordu. Örneğin: "Ahşap kızaklarda koşu", "Kayık üzerinden atlama", "Silindirle zıplama", "Kementi direğe atma", "Kütük fırlatma" gibi oyunlar. Bu dönemde mesleki yönelimli oyunlar, büyük fiziksel çaba gerektiriyor, karmaşık kurallara sahip oluyor ve oyuncuların avcılık, balıkçılık ve ren geyiği yetiştiriciliği konusunda belirli bilgi ve becerilere sahip olmasını gerektiriyordu. Hantlar arasında çocukların ya da yetişkinlerin zekâ, güç, çeviklik, cesaret ve rakiple mücadelede dayanıklılık göstermesi gereken pek çok yarışma bulunmaktaydı. Fiziksel oyunların ardından gelen bu yarışmalar, geleceğin avcılarının fiziksel ve zihinsel becerilerini geliştirme ve mükemmelleştirme sürecinin adeta ikinci aşamasıydı. Hantlar arasında en yaygın ve sevilen yarışma türleri arasında şu oyunlar yer alıyordu: "Kayık (oblas) yarışı", "Güreş – Hon", "Sopa çekme", "Halka çekme", "Ayak güreşi", "Okçuluk" ve diğerleri.

### Bulgular ve Sonuçlar

Araştırmalar, Hant halk pedagojisinin yalnızca yetişen neslin eğitim araçlarını geliştirmekle kalmadığını, aynı zamanda halk oyunlarının bu amaçlarla etkili bir şekilde kullanılmasını sağlayan bir etnopedagojik koşullar sistemi oluşturduğunu ortaya koymuştur. Modern pedagoji bağlamında, pedagojik koşullar, eğitimciler tarafından oluşturulan, belirli bir pedagojik olgunun meydana geldiği ve geliştiği özel bir ortam olarak tanımlanır. Etnopedagojik koşullar ise, belirli bir etnik gruba özgü olarak oluşturulan ve çocukların ve gençlerin halk oyunları aracılığıyla eğitildiği ortamı ifade eder. Teorik analizlerin ve saha araştırmalarının sonuçları, halk oyunlarının Hantların geleneksel fiziksel eğitiminde etkili bir şekilde kullanılabilmesi için gerekli ve yeterli olan bir dizi etnopedagojik koşulun belirlenmesine ve gerekçelendirilmesine olanak tanımıştır.

**Birinci Koşul:** Halk oyunlarının etkili bir şekilde kullanılabilmesi için birinci koşul, geleneksel bilgi birikiminin içeriği ve kurallarıyla ilgili manevi potansiyelin pedagojik süreçte hayata geçirilmesidir. Bilgilendiricilere göre, her Hant köyünde çeşitli oyun ve yarışmaların gönüllü rehberleri ve hakemleri bulunmaktaydı. Bunlar genellikle yaşlı nesilden (yaşlılar, ebeveynler) kişilerdi; ancak oyun tutkunu gençlere de sıkça rastlanmaktaydı. Araştırmalarımız, bu kişilerin oyunlara olan sevgilerini hayatlarının sonuna kadar koruduklarını göstermiştir.

**İkinci Koşul:** Halk oyunlarının Hantların yaşamının çeşitli alanlarını (avcılık, okul, ev işleri, günlük yaşam, bayramlar vb.) sistematik olarak kapsamasıdır. Örneğin, avcılar kuğu ya da ayı avından sonra veya av sezonunun açılışı öncesinde sopa ve ip çekme, yüksek ve uzun atlama yarışmaları düzenlerdi. Balıkçılar, buzların erimesi (Mayıs), balık avı için tuzaklar örme sırasında ya da su barajı inşasının ardından çeşitli oyunlar oynarlardı. Ren geyiği yetiştiricileri, yay atma (tynzyan) yarışmaları, nartların üzerinden atlama, ip çekme gibi oyunlarda yarıştı; bu etkinlikler genellikle bahar rotalarına ren geyikleriyle çıkmadan önce (Mart) ve sonbaharda ren geyiği sürülerini dağlardan indirirken yapılırdı. Ayrıca Hantlar, ormanda çalışma, odun toplama, kozalak toplama, akşam eğlenceleri ve kutsal bayramlar gibi farklı sebeplerle de

oyunlar ve yarışmalar düzenlerdi. Bu tür etkinliklerin organizatörleri ve girişimcileri genellikle güç, hız, çeviklik ve dayanıklılıkta rekabet etmeyi seven kişilerdi.

**Üçüncü Koşul:** Oyun faaliyetlerinin organizasyonunda geleneksel teknolojilerin kullanılmasıdır (oyunların büyükler tarafından organize edilmesi ve yönetilmesi; oyun kurallarının, içeriklerinin kademeli olarak zorlaştırılması ve çocukların ve ergenlerin organizmalarına yönelik yükün artırılması; oyunların doğaya ve avcılık faaliyetlerine yakın koşullarda gerçekleştirilmesi). Hantılar, oyunlar ve egzersizler yoluyla çocukların eğitimi ve yetiştirilmesi için kendilerine özgü bir yöntem sistemine sahipti. Örneğin, Şırışkar Hantıları, çocuklara önce *tuncanı* (iple yapılan bir tür halka) kazıklara, kızak uçlarına, kısaltılmış uzun sopalara atmayı öğretirdi. Ancak güç ve çeviklik gelişimine paralel olarak ebeveynler, çocukları gerçek uzun sopalara kement atmaya dâhil eder, hedefe olan mesafeyi kademeli olarak artırırlardı. Kazım Hantıları ise çocuklara kayık kullanmayı, öncelikle özel olarak yapılmış oyma kayık modelleri üzerinde öğretir, beceriler gelişmeye başladığında ise erkek ve kız çocuklara gerçek kayıkların kontrolünü giderek daha fazla emanet ederlerdi. Dikkat edilmesi gereken bir diğer nokta, Hantı çocuklarının neredeyse tüm oyunlarının açık havada, ormanda veya nehir kenarında gerçekleştirilmiş olmasıdır. Bu durum, hiç kuşkusuz, çocukların dayanıklılık kazanmasına ve bedenlerinin güçlenmesine önemli katkı sağlamıştır.

**Dördüncü Koşul:** Oyunların gerçekleştirilmesini ve geleneksel ritüellerin uygulanmasını destekleyen uygun geleneksel semboller, aksesuarlar (oyuncaklar, oyun ve yarışma ekipmanları, spor malzemeleri) kullanımınıdır. Hantılar, oyun ve yarışma ekipmanlarını doğal malzemelerden (ağaç, taş, deri, yün, kemik vb.) üretirlerdi. Bu durum, hem pratik ve ekonomik bir çözüm sunar hem de malzemelerin her zaman el altında bulunmasını sağlardı. Hantılar, bu ekipmanları özenle korur; taşlar veya küçük kemikler gibi nesnelere özel torbalarda, oyun çubuklarını ise küçük kutularda saklardı. Çoğu zaman, bu ekipmanlar çalışma sırasında üretilirdi. Örneğin, Kazım Hantıları, "Kusı" oyunu için halkaları balık avı için tuzak yaparken hazırlar, Surgut Hantıları ise "Korki Menru Sanram" oyunu için diskleri ormanda odun toplama sırasında yapardı. Bazen oyun ekipmanları, balıkçılık ya da günlük faaliyetler için kullanılan aletlerin belirli parçalarından elde edilirdi. Örneğin, Şırışkar Hantıları, "Kusı" oyunu için balık ağlarından alınan metal ağırlıkları ve kurutma direklerini kullanır, Vah Hantıları ise kızaklarla geyik sürme sırasında kullanılan uzun direklerden (horay) faydalanarak yüksek atlama oyunları oynardı.

Hantılar genellikle evlerin yakınlarındaki düz ve temizlenmiş alanlarda oyun oynarlardı. Burada "*Söl* (Şehircikler)", "*Kovalamaca* (Penkinat)" gibi oyunlar oynanırdı. Nehirlerin kumlu kıyılarında veya büyük orman açıklıklarında ise top atma, okla uzak mesafe atışı, çam kozalağı, küçük oklar ve benzeri nesnelere fırlatılması gibi yarışmalar yapılırdı. Kış mevsiminde avcı kayaklarıyla yapılan yarışlar için köylerin kenarları kullanılır, yarışlar derin karda gerçekleştirilirdi. Hantılar sıklıkla nehir buzunda, karı temizledikten sonra oyun oynar, bazen yol kenarlarında, ren geyiği ağıllarında veya bazı oyunlarda kapalı mekanlarda da bulunabilirdi (örneğin, "Nörem İmi (Batağın Kadını)" oyunu).

Bilgi sağlayıcıların ifadelerine göre, bazen Hantıların oyunları ve yarışmaları geleneksel ritüellerle başlar veya sona ererdi. Örneğin, Sürgüt Hantıları, Ayı Bayramı'ndaki güreş müsabakalarından önce en güçlü güreşçiyi, yani "Lekel Anki"yi seçerdi. Yarışmalara katılan herkesin bu güreşçiyi yenmesi zorunluydu. Ayrıca güreşe katılan tüm erkekler başlarına kadın şalları takar ve gözlerini bu şallarla kapatırdı. Bir başka kutsal ritüel ise Vanzevat köyünde düzenlenen çok kürekli kayık yarışmalarının ardından gerçekleştirilirdi. Yarışmanın sonunda, kazananların kayığında bir kurban sunma ritüeli düzenlenirdi.

Bu bilgiler, Hantıların fiziksel eğitiminin temel araçlarının tarihsel olarak şekillenmiş oyunlar ve yarışmalar olduğunu göstermektedir. Hantılar arasında geniş bir popüleriteye sahip olan aktiviteler şunlardır: güreş, okçuluk, taş ve diğer nesnelere fırlatılması ve itilmesi, avcı

kayakları ve kayıklarla yapılan yarışlar, ağırlık kaldırma ve taşıma, sopa çekme yarışı, kement atma, oblas üzerinden atlama ve benzeri diğer fiziksel faaliyetler. Halk oyunları ve yarışmalar, Hantı gelişiminin her yaş döneminde psikolojik ve pedagojik yönelim ve öneme sahipti. Bunlar sadece hayati fiziksel niteliklerin ve motor becerilerin geliştirilmesine yönelik değildi, aynı zamanda kararlılık, cesaret, beceriklilik, kolektivizm, yüksek ahlak eğitimi teşvik etti ve aynı zamanda çocukları Kuzey'in zorlu doğa ve iklim koşullarında ticaret, ekonomik faaliyet için mükemmel bir şekilde hazırladı.

Hantı halk pedagojisi araçlar geliştirmiş ve buna paralel olarak genç neslin yetiştirilmesi amacıyla halk oyunlarının etkin kullanımına yönelik etno-pedagojik koşullar sistemi oluşturmuştur. Yukarıda anlatılanlar, özel olarak oluşturulmuş etnopedagojik koşullar altında halk oyunlarının, yarışmaların kullanılmasının sadece Hantıların değil, aynı zamanda Kuzey'deki diğer halkların ve bir bütün olarak Rusya'nın manevi yaşamını önemli ölçüde zenginleştireceğine inanmamızı sağlamaktadır. Bu makale, Sibiry'a'nın kadim halklarından Hantıların geleneksel fiziksel eğitiminde oyun ve müsabakaların rolünü incelemektedir. Çalışma, 2021 Haziran ayında Hantı-Mansi ve Yamalo-Nenets Özerk Bölgelerinde yapılan saha araştırmaları ile arşiv belgelerinden elde edilen verilere dayanmaktadır.

### **Ana Bulgular:**

#### **1. Tarihsel ve Kültürel Rol:**

- Hantı halk oyunları ve yarışmaları, avcılık, balıkçılık ve ren geyiği yetiştiriciliği gibi temel geçim faaliyetlerini öğrenmenin yanı sıra, bireylerin fiziksel ve zihinsel gelişiminde önemli bir yer tutmuştur.
- Oyunlar, mitolojik hikâyeler, masallar ve destanlar gibi sözlü geleneklerde sıkça yer almıştır. Örneğin, "Kamen Sempır" destanı taş top oyununu, "Orman Ruhı" efsanesi ise güreş ritüellerini ve tekniklerini anlatmaktadır.

#### **2. Yaş Gruplarına Göre Oyunlar:**

- **1,5-6 yaş:** Fiziksel ve zihinsel gelişimi destekleyen basit, kuralsız taklit oyunları.
- **6-10 yaş:** Geleneksel mesleklerle bağlantılı oyunlar; fiziksel dayanıklılığı ve cinsiyet rollerine uyumu teşvik eden aktiviteler.
- **10-14 yaş:** Avcılık ve ekonomik faaliyetlere hazırlık niteliğinde, meslek odaklı oyunlar.
- **14-15 yaş:** Yetişkinlikteki bağımsız hayata geçişi destekleyen, daha karmaşık ve fiziksel çaba gerektiren yarışmalar.

#### **3. Etnopedagojik Koşullar:**

- **Manevi Potansiyelin Kullanımı:** Yaşlı nesillerin oyun rehberliği yapması ve kuralların aktarımı.
- **Geleneksel Yaşam Alanlarına Entegrasyon:** Oyunların avcılık, balıkçılık, bayramlar gibi çeşitli bağlamlarda düzenlenmesi.
- **Doğal Koşullara Uyum:** Açık hava ve doğal çevreye uygun oyun mekanları; oyunların fiziksel zorlukları kademeli artırılarak düzenlenmesi.
- **Geleneksel Ekipman Kullanımı:** Ahşap, taş, deri gibi doğal malzemelerden yapılmış oyuncak ve araçlar.

#### **4. Modern Pedagojik Yönelimler:**

- Hantılar, oyunları sadece fiziksel eğitim aracı olarak değil, aynı zamanda yüksek ahlak, kolektivizm, cesaret ve dayanıklılık gibi değerleri öğretmek için kullanmıştır.
- Bu oyunlar, çocukları Kuzey'in zorlu doğa ve iklim koşullarında hayatta kalmaya hazırlamıştır.

### **Sonuç**

Hantılar'ın halk oyunları, fiziksel eğitimin sadece bir aracı değil, aynı zamanda kültürel kimliği korumanın ve nesiller arası aktarımın önemli bir unsuru olarak değerlendirilmiştir. Geleneksel etnopedagojik koşullar altında bu oyunların kullanımı, sadece Hantılar'ın değil, Kuzey halklarının tümünün kültürel zenginliğine katkıda bulunmuştur. Bu bulgular, modern pedagojide geleneksel bilgi ve uygulamaların eğitim süreçlerine entegre edilmesinin önemini vurgulamaktadır. Bu çalışmanın sonuçları, Rusya'daki diğer yerli halklar ve genel olarak fiziksel eğitimde etnopedagojik yaklaşımların uygulanabilirliğine ışık tutmaktadır.

Hantı halkının geleneksel fiziksel eğitiminde oyun ve müsabakalar, çocukların ve gençlerin fiziksel, zihinsel ve ahlaki gelişimini destekleyen temel araçlar olarak öne çıkmıştır. Çalışma, Hantı-Mansi ve Yamalo-Nenets Özerk Bölgelerinde gerçekleştirilen saha araştırmaları ve arşiv belgelerinin analiziyle, bu oyunların ve müsabakaların içeriklerini, kurallarını ve etnopedagojik koşullarını detaylı bir şekilde incelemiştir. Araştırma, Hantı halk oyunlarının farklı yaş gruplarına göre sınıflandırıldığını ve avcılık, balıkçılık, ren geyiği yetiştiriciliği gibi geçim faaliyetlerine hazırlık sürecinde önemli bir rol oynadığını ortaya koymuştur. Özellikle çocukların fiziksel dayanıklılığını, motor becerilerini ve psikolojik esnekliklerini geliştirmek için kullanılan bu oyunlar, aynı zamanda kültürel değerlerin aktarımında etkili bir araç olmuştur. Ayrıca, oyunların organizasyonunda doğal malzemelerden yapılan ekipmanlar ve geleneksel ritüellerin kullanılması, Hantı kültürünün manevi zenginliğini yansıtmaktadır.

Halk oyunlarının sadece fiziksel özelliklerin gelişimine katkı sağlamakla kalmayıp, aynı zamanda cesaret, kolektivizm ve yüksek ahlak gibi erdemleri teşvik ettiği görülmüştür. Geleneksel bilgilerin aktarımı, oyun kurallarının aşamalı olarak zorlaştırılması ve açık havada gerçekleştirilen aktiviteler gibi etnopedagojik koşullar, Hantıların zorlu doğa koşullarına uyum sağlayabilen bireyler yetiştirmesinde önemli bir rol oynamıştır. Bu araştırma, Hantı halk oyunlarının sadece bölgesel değil, aynı zamanda evrensel eğitim ve kültür bağlamında dikkate değer bir model sunduğunu göstermektedir. Geleneksel oyunların, sadece Hantıların değil, Kuzey'in diğer yerli halklarının ve Rusya'nın manevi zenginliğini artıracak açıktır.

### Referanslar

1. Absalyamov G.SH. *Natsional'nyye vidy sporta nenetskogo naroda*: Kand. dis. M., 1962. - 210 s.
2. Bazanov A.G., Pevgova L.V. *Igry malykh narodnostey Severa // Sbornik muzeya antropologii i etnografii AN SSSR*. - M.L.: Izd-vo AN SSSR, 1949, t. II, s. 237-254.
3. Bogoraz V.G. *Igry malykh narodnostey Severa // Sb. muzeya antropologii i etnografii AN SSSR*. M., 1949, t. 11, 43 s.
4. Vasilevich G. *Igry Tungusov // Etnograf-issledovatel'*. 1927, № 1, s. 31-34.
5. Gorodkov B. *Poyezdka v Salymskiy kray. Yezhegodnik Tobol'skogo gubernskogo muzeya*. 1913, vyp. 21, s. 39.
6. Dmitriyev-Sadovnikov G. *Luk Vakhovskikh ostyakov i okhota s nim // Yezhegodnik Tobol'skogo gub. Muzeya*. Tobol'sk, 1914, vyp. 2, s. 13-14.
7. Zuyev V.F. *Opisaniye zhivushchikh Sibirskoy gubernii v Berezovskom uyezde inovercheskikh narodov Ostyakov i Samoyedov (1771-1772)*. - M.-L.: Izd-vo Akad. Nauk SSSR, 1947, s. 53.
8. Krasilnikov V.P. *Igry i sostyazaniya v traditsionnom fizicheskom vospitanii kantov*. Yekaterinburg, 2002, 120s.
9. Krasilnikov V.P. *Narodnyye podvizhnyye igry i sostyazaniya kak sredstvo sotsializatsii detey korennykh narodov Sibiri // Materialy Vtoroy nauchno-prakt. Konf. 28 maya 2002 g. SoIn RGPPU*. Yekaterinburg, 2002, s. 103-106.
10. Krasilnikov V.P. *Problemy podgotovki spetsialistov v oblasti fizicheskoy kul'tury i sporta dlya Uralo-Sibirskogo regiona // Sovershenstvovaniye podgotovki kadrov v oblasti*



- fizicheskoy kul'tury i sporta v usloviyakh modernizatsii professional'nogo obrazovaniya v Rossii: Tez. dokl. konf.*, Moskva 13-14 marta 2003 g. M., 2003. - 234 s.
11. Krasilnikov V.P. Rol' traditsionnykh igr v fizicheskom vospitanii podrastayushchego pokoleniya khantov // *Problemy fizicheskogo vospitaniya shkol'nikov Sakhalinskoy obl.: Tez. dokl. nauchno-prakt. konf.* Khabarovsk 18-20 aprelya 1993 g. Khabarovsk, 1993, s. 17-19.
  12. Krasilnikov V.P. Traditsionnyye sredstva fizicheskogo vospitaniya khantov // *Sed'myye Vinogradovskiye chteniya: Tez. Dokl. Nauchno-prakt. Konf.* 14-17 iyunya 1993 g. Yekaterinburg, 1993, s. 257-259.
  13. Krasilnikov V.P. Fol'klor i natsional'nyye traditsii fizicheskogo vospitaniya detey u narodov Sibiri // *Mesto i znachenije fol'klora i fol'klorizma v natsional'nykh kul'turakh: istoriya i sovremennost'*. Chelyabinsk, 1998, s. 160-161.
  14. Krasilnikov V.P. *Teoriya i istoriya traditsionnykh igr korenykh narodov Severnogo Urala i Sibiri. Mezhevuz. Sb. nauch. Tr.: Sotsial'naya rabota na Urale.* Yekaterinburg: Izd-vo RGPPU, 2002, vyp. 2, s. 100-112.
  15. Krasilnikov V.P. *Etnopedagogicheskiye usloviya effektivnogo ispol'zovaniya narodnykh igr traditsionnogo fizicheskogo vospitaniya khantov: Avto-ref. Kand. Dis.* / Ural. Gos. ped. un-t. Yekaterinburg, 1994.- 18 s.
  16. Leont'yev V.V. Natsional'nyye igry chukchey // *Na Severe Dal'nem (literaturno-khudozhestvennyy al'manakh)*. - Magadan: Magadanskoye kn. Izd-vo, 1960, s. 123-127.
  17. Menovshchikov G.A. Eskimosy: nauchno-popul. *İstoriko-etnograficheskiy ocherk ob aziatskikh eskimosakh.* Magadan, 1959, s. 103-107.
  18. Mify, predaniya, Skazki Khantov i Mansi. M., 1990. - 470 s.
  19. Patkanov S.K. Starodavnnyaya zhizn' ostyakov i ikh bogatyrey po bylinam i skazaniyam // *Zhivaya starina.* SPb., 1891, vyp. 3, 4, s. 78.
  20. Patkanov S.K. Ostyatskaya bylina pro bogatyrey goroda Emdera. *Zhivaya starina.* SPb., 1899, vyp. 2: 92-97.
  21. Pokrovskiy Ye.A. *Detskiye igry, preimushchestvenno russkiye.* M., 1895, s. 19.
  22. Reynson-Pravdin A. *Igra i igrushka detey narodov Obskogo Severa: Kand. Dis.* M.- L., 1944-1945. - 156 s.
  23. Startsev G. *Ostyaki.* - Leningrad: Priboy, 1928. - 56 s.
  24. Finsh O., Brem A. *Puteshestviye v Zapadnuyu Sibir'.* - M.: Tip. Lavrova i K°, 1882. - 484 s.
  25. Chuchelina T. *Zolotoy gorod (khantyyskiye skazki).* Sverdlovsk: Sred.-Ural. Kn. Izd-vo, 1969. - 24 s.
  26. Shrenk L.I. *Ob inorodtsakh Amurskogo kraya.* SPb., 1903, t. 3. 392 s.
  27. Shults L. *Kratkoye soobshcheniye ob ekskursii na reku Salym Surgutskogo uyezda // Yezhegodnik Tob. gub. Muzeya.* Tobol'sk. 1913, vyp. 21, s. 14.
  28. Shukhov I.N. *Reka Kazym i yeye obitateli // Yezhegodnik Tob. Gub. Muzeya.* 1915, vyp. 26, s. 37-56.
  29. Vasilyeva Ye. N. (2012). *Khantyskiye uzory: zhivaya traditsiya [Hantı desenleri: yaşayan bir gelenek] // Problemy sovremennogo servisa i turizma.* 2012. Net. 4. ss. 9-15
  30. Novitskiy G. I. (1884). *Kratkoye opisaniye o narode ostyatskom [Ostyak halkı hakkında kısa açıklama].* Sent Petersburg: Tip. V. S. Balasheva, 1884, VI, 116 s.





## TRADIÇÃO E MODERNIDADE NA LUTA MARAJOARA TRADITION AND MODERNITY IN MARAJOARA

Carlos Afonso Ferreira dos Santosa\*

Renan Santos Furtado (Universidade Federal do Pará, Brazil)

Welison Alan Gonçalves Andrade (Universidade do Estado do Pará, Brazil)

Rogério Gonçalves de Freitas\*\* (Centre de Services Scolaire de Montréal, Canada)

Fábio José Cardias Gomes (Universidade Federal do Maranhão, Brazil)

### ABSTRACT

This is a theoretical search of reflective orientation aimed at discussing the aspects and characteristics that constitute the traditional and modern dimensions of Marajoara Wrestling. The results indicate that tradition and modernity are integral to the history of Marajoara Wrestling as a cultural manifestation of the people of Marajó Island, and that there is a set of characterizations related to these types of experiences present in this Brazilian fight. In tradition, the traditional contexts of practicing Marajoara Wrestling and its ritualistic nature are highlighted. Connected with the modern expression, challenges, tensions, and trends towards its sportification and formalization in schools are observed.

\*Author correspondence: Carlos Afonso Ferreira dos Santos

E-mail: [afonso.fersantos@gmail.com](mailto:afonso.fersantos@gmail.com)

\*\*Speaker

### TOPICS OF THE SYMPOSIUM

• Implementation of traditional sports and games in school settings and physical education



## PARADOXICAL TRADITIONAL SPORTING GAMES: A TREASURE FOR 21ST CENTURY PHYSICAL EDUCATION

**Pere Lavega-Burgués**

Full Professor at National Institute of Physical Education of Catalonia (INEFC), Campus  
University of Lleida, Spain

President of the European Association of Traditional Sport and Games (AEJeST)

### **Traditional Games as Laboratories for Interpersonal Relationships**

One of the principal challenges in promoting physical education and sports in contemporary society is to foster peaceful and respectful interpersonal relationships. In the educational context, physical education teachers can utilize various physical activities and sports (Lavega-Burgués et al., 2023).

Traditional sports games (TSG) hold a unique position among potential educational resources. These are games with local traditions, whose rules are the cultural legacy of the customs and practices of societies worldwide.

The uniqueness of TSG lies in its diverse rules and conditions of play, reflecting the characteristics promoted by the communities that practice it. Unlike sports, TSGs are not just games, but social and cultural manifestations where the rules are decided by local players and organizations.

The relationship of these ethno-games (Parlebas, 2001) with local culture has generated a wide range of different ways of relating. In some cases, competition is sought, with results compared between two players or teams, as in sports governed by international federations. In other cases, individuals aim to share a pleasant moment, attracted by the ludomotor dynamics of a game with no end, involving role changes (e.g., from live player to prisoner).

Thus, TSGs play a significant role in socializing, introducing players into a laboratory of interpersonal relationships. It's an experience where pleasure is found in sharing a ludomotor adventure with others, fostering a sense of community and understanding.

This text highlights the originality of so-called paradoxical JDT, true unknown treasures for physical activity and sports professionals. Before revealing the characteristics of these games, we will uncover the types of motor relationships promoted by federated sports and some JDT.

### **With Me or Against Me: Transparent and Unequivocal Motor Relationships in Sports**

In the realm of physical activity, the most widespread and recognized practices worldwide are sports. According to motor action theory, sports correspond to any motor situation with rules involving motor confrontation and institutionalization (Parlebas, 2001). Sport integrates a subset of games where players participate in an exclusive network of motor communication, as each player can be a teammate or an opponent simultaneously (Parlebas, 1986). This condition is reflected in the use of different coloured jerseys. This network of motor communication is also stable, as cooperation or opposition relationships do not change during the game (Parlebas, 1986). In team games, players start and finish the game in the same team.

The model that best represents the relational structure of the sport is the duel, present in opposition sports where two people face each other, such as combat sports (e.g., judo, boxing) or divided field sports (e.g., tennis, badminton). The duel is also present in cooperative opposition sports, characterized by symmetrical confrontation between two teams (e.g., football, basketball, volleyball). This type of game leaves no room for doubt, as any pass, ball

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

strike, shot at the basket, or smash in tennis projects an exchange of motor interactions, transparent for players and spectators. The rules of sports and many traditional games clearly establish who will be a teammate and an opponent throughout the game. The duel (between two individuals or teams) epitomizes the sports spectacle, reaching its peak in the Olympic Games, world championships, or continental sports events.

### **Relational Ambivalence in Traditional Games: The Case of Paradoxical Games**

Relational ambivalence is noted by Parlebas (1987, 2010) in his empirical studies of traditional game situations. He observed incoherence in the relationships between players in some games. Let us describe an example of a paradoxical or ambivalent game: La sitting ball.

The rules of this traditional French game (Guillemard et al., 1984) establish that any player can pass the ball to others in two ways: an aerial pass or a bounce pass. If the aerial ball touches another player, it makes them a prisoner, and they must sit on the ground. However, if a player receives a bounce pass, they can continue playing as a live player. Prisoners can return to the game by catching the ball (through a pass or a fortuitous play).

In the game of the sitting ball, Parlebas' fieldwork (1987, 2010) noted that sometimes a player would make a friendly pass (cooperative action) to another player who responded with a hostile action, converting them into prisoners. Socio-affectively, it was also observed that players sometimes captured their best friends or made a pass to a less-liked participant. This generated a set of puzzling exchanges, creating an atmosphere of humour and concern that highlighted the paradox.

A paradoxical game's internal logic or identity card "contains motor interactions marked by ambiguity and relational ambivalence, eliciting contradictory and incoherent collective effects" (Parlebas, 2020, p. 23).

In these games, as in the sitting ball, players convey bewildering communications linked to the notion of double bind or double constraint, as exposed by Gregory Bateson of the Palo Alto School in California, in developing communicative dilemmas arising from contradictions between two or more messages.

Players in these games engage in second-degree communications or metacommunication in Bateson's terms. Motor communication transcends direct motor interaction between players. In the sitting ball, metacommunication is accompanied by relational ambivalence. Passing the ball communicates the immediate objective of the action and socio-affective intentions and strategies. In this game, one can delicately send an aerial pass to another person, allowing them to catch it without fear. The apparent message of this action is, "I permit you to play by sending you the ball." However, this pass is a poisoned action, a contradiction revealing the meta-message, "If the ball touches you, you become a prisoner and are temporarily excluded from the game" (Parlebas, 2001).

Observing motor actions in this game shows that this contradictory message sets players to activate their fantasy and creativity in an exchange network where each action poses a relational and affective hypothesis for other players to interpret (Oboeuf et al., 2008).

Sports, through its official bodies, reject any ambivalent relationship between players or teams. Most examples of sports result from the transformation of traditional games, participating in the process of sportification (Parlebas, 1986). However, the conversion of games into sports has only occurred in those games whose internal logic comprises an unequivocal network of motor communication. The sports spectacle is incompatible with relational paradox, so official bodies that dictate how to organize sports competitions at the state or international level exclude ambivalent or paradoxical games.

### **Paradoxical Traditional Sports Games Promote Original Socio-Affective Experiences**

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Paradoxical games are magnificent educational resources for fostering interpersonal relationships, as their internal logic triggers original action sequences associated with coexistence and empathy (Thomas-Venner, 2016).

The ambivalence in the game of the sitting ball introduces players to a double bind or relational paradox, leading them to decide whether to cooperate with others or prefer opposition. Each ball passed to another person is a decision functioning as a bet, where the individual assesses their intentions and the potential future decisions of other players (Parlebas, 2016). Furthermore, the game's rules do not establish a score that records who wins or loses, often causing bewilderment among players, who must navigate the game's sequences in an uncertain exchange process between live player and prisoner roles.

In this ambivalent network of motor communications, each action acquires a unique meaning for each player involved. The concept of motor conduct surpasses the notion of movement, integrating the players' unified, systemic, and contextualized intervention. The notion of motor conduct posits that any player participating in a game, through their motor conduct, mobilizes their entire personality, activating their organic (physical effort level associated with the action), cognitive (decision-making), relational (choice of person and interaction mode, whether cooperating or opposing), and emotional (unique emotional state associated with the action) dimensions. Thus, a ball thrown at another person's body must be contextualized within a multidimensional chain, such as throwing at an opponent = after performing a swift action (organic dimension), to try to capture (cognitive dimension) Carlos (relational dimension) shouting angrily upon failing (emotional dimension).

Simultaneously, the multidimensional chains integrating motor conduct must be contextualized in relation to their motivation and interest in game development (Von Sheve & Von Lueve, 2005). According to Kemper (1981), in social scenarios, individuals can direct the intent of their relationships to demonstrate dominance over others (power relationships) or satisfy their own and others' needs (status relationships). Participating in a traditional sports game context allows players to evaluate the relevance of that experience by observing how they and other participants have intervened within the game's rules' limits (Harelli & Parkinson, 2008).

To illustrate these aspects more concretely, I refer to a study conducted on this game (Lavega et al., 2018), which observed various multidimensional meanings.

### The Dual-Meaning Alliances in Traditional Games

#### *Option 1: Win-Win Model. Status Relationships*

**Objective:** To confirm the alliance between two or more players.

- **Action offered 1:** Cooperate repetitively.
- **Expected reaction:** Cooperate.
- **Action offered subsequently:** Cooperate.

**Example:** Marta passes the ball to Carlos with a dribble on the ground (friendly pass); Carlos returns the ball with a lob pass (friendly pass). Marta and Carlos continue playing the entire match as allies.

#### *Option 2: Win-Lose Model. Power Relationships*

**Objective:** Seeking an alliance to betray.

- **Action offered 1:** Cooperate repetitively.
- **Expected reaction:** Cooperate.
- **Action offered subsequently:** Oppose to turn the other player into a prisoner.

**Example:** Marta passes the ball to Miguel with a dribble on the ground (friendly pass); Miguel returns the ball with a lob pass (friendly pass). Marta and Miguel continue playing the entire match as allies. Unexpectedly, Marta sends a high ball to Miguel (enemy pass), and Miguel, not expecting this decision, becomes a prisoner.

Upon delving deeper into the significance of this second decision, it was observed that this strategy stemmed from the satisfaction derived from engaging in paradoxical relationships, showcasing bewildering actions at the least expected moments. At times, individuals sought to capture those who predominantly engaged in oppositional actions. In this case, the alliance aimed for "revenge" against the "more selfish" individuals who pursued power relations over others.

### Emotional Content Analysis

The analysis of emotional experiences evoked by strategic relationships in this seated ball game revealed various meanings:

1. **Cooperation:** The players often triggered positive emotions. Solidarity, companionship, and shared empathy fostered happiness, satisfaction from trusting another person, and a sense of gratitude and reciprocity.
2. **Opposition:** Players frequently laughed and created comedic situations due to the confusion caused by unexpected actions. These emotional well-being reactions intensified when actions involved group friends.
3. **Relational Ambivalence (Betrayal):** Betraying someone previously cooperated with demonstrates emotional ambivalence. Some players expressed simultaneous feelings of well-being and discomfort, experiencing unease, restlessness, anxiety, and even guilt while also expressing amusement, joy, or humour.

These findings, akin to discoveries in research on other paradoxical games such as "elbow tag" (Muñoz-Aroyave et al., 2021) or "four corners" (Moya-Higueras et al., 2023), along with other games featuring original relationships like "Bear, Guardian and "hunters" (Lavega-Burgués et al., 2023), affirm that relationships, decisions, emotions, and associated physical efforts represent diverse facets of a multifaceted phenomenon.

Here lies the exceptional educational and formative contribution of this minority group of traditional sports games, enhancing interpersonal relationships and well-being.

### Referencias bibliográficas

- Guillemard G., Marchal J. C., Parent M., Parlebas P., & Schmitt A. (1984). *Aux quatre coins des jeux*. Paris, Scarabée.
- Harelli, S., & B. Parkinson (2008). What is social about social emotions? *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 38(2), 131-156.
- Kemper, T.D. (1981). Social constructionist and positivist approaches to the sociology of emotions. *American Journal of Sociology*, 87(2), 336-362.
- Lavega, P., Prat, Q., Sáez de Ocariz, U., Serna, J., & Muñoz-Aroyave, V. (2018). Reflection-on-action learning through traditional games. The case of la pelota sentada (sitting ball) <https://doi.org/10.1080/11356405.2017.1421302>
- Lavega-Burgués, P., Alcaraz-Muñoz, V., Mallén-Lacambra, C., & Pic, M. (2023). Roles, relationships, and motor aggressions: Keys to unveiling the emotions of a traditional sporting game. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1127602. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1127602>
- Moya-Higueras J, March-Llanes J, Prat Q, Muñoz-Aroyave V. & Lavega-Burgués P. (2023). Traditional Sporting Games as an emotional induction procedure. *Frontiers in Psychology*. 13:1082646. doi:10.3389/fpsyg.2022.1082646
- Muñoz-Aroyave, V., Pic, M., Luchoro-Parrilla, R., Serna, J., Salas-Santandreu, C., Damian-Silva, S., Machado, L., Rodríguez-Arregi, R., Prat, Q., Duran-Delgado, C., et al. (2021). Promoting interpersonal relationships through elbow tag, a traditional sporting game: A

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU



multidimensional approach.

*Sustainability*,

13(14),

7887.

<https://doi.org/10.3390/su13147887>

Oboeuf, A., Collard, L. & Gérard, B. (2008). Le jeu de la “balle assise”: un substitut au questionnaire sociométrique ? [The sitting ball game: a substitute for a sociometric survey?] *Les Cahiers Internationaux de Psychologie Sociale*, 77, 87-100.

Parlebas P. (1986): *Éléments de sociologie du sport*. Paris : Presses Universitaires de France.

Parlebas, P. (1987). Recherche expérimentale sur le jeu sportif: autour de la balle assise. *Revue EPS*, 34, 3-7.

Parlebas, P. (2001). *Juegos, deportes y sociedades: Léxico de praxiología motriz*. [Contribution to an annotated vocabulary on the science of motor action]. Barcelona: Paidotribo.

Parlebas, P. (2010). Les jeux paradoxaux. *Revue EPS*, 343, 23-25.

Parlebas, P. (2016). Jeu est un autre. *Vers l'Education Nouvelle*, 561, 20-25.

Parlebas P (2020). The Universals of games and sports. *Frontiers in Psychology* 11:593877. doi: 10.3389/fpsyg.2020.593877

Thomas-Venner, A.M. (2016). Les jeux paradoxaux sont-ils socialisants ? *Vers l'Education Nouvelle*, 561, 26-32.

Von Sheve, C., & Von Lueve, R. (2005). Emotion and social structures: Towards an Interdisciplinary approach. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 35(3), 303-328.



**SUPPORTING THE SAFEGUARDING OF TRADITIONAL WRESTLING AS AN  
INTANGIBLE CULTURAL HERITAGE OF THE UNIVERSITY: THE EMILIO  
RIVERO UNIVERSITY CHAIR OF CANARIAN WRESTLING AT THE  
UNIVERSITY OF LAS PALMAS DE GRAN CANARIA**

**PhD. Víctor Lorenzo Alonso Delgado.** *University of Las Palmas de Gran Canaria (Spain)*

**PhD. Augusto Rembrandt Rodríguez Sánchez.** *University of Seville (Spain)*

**PhD. George Jennings.** *Cardiff Metropolitan University (United Kingdom)*

**Abstract**

In the Spanish university system, universities' research centres play a crucial role in promoting the exchange and transfer of knowledge between academia and society. It is a widespread figure in the Spanish University System, which in 2019 had 1169 chairs distributed among 73 of the 84 existing universities in Spain (University of Valencia, 2018).

In this context, the University of Las Palmas de Gran Canaria has taken the initiative to establish a university chair focused on Lucha Canaria. This traditional wrestling modality, deeply rooted in the Canary Islands and recognised as part of the cultural heritage of the islands, enjoys wide social recognition and significant cultural appreciation. Lucha Canaria has its own regional sports federation, along with six other island federations. Its nearly 2,200 federative licences (of which an overwhelming majority, 87%, are male) are distributed among some 65 clubs and different federative bodies.

The Emilio Rivero University Chair of Lucha Canaria of the University of Las Palmas de Gran Canaria (hereinafter, Chair) represents an innovation for several reasons. Firstly, because it is the first chair created in Spain whose object is traditional wrestling (we believe, in this respect, that it is a novel figure in the international university context). Secondly, because of its commitment to a traditional sport, with a strong presence, highly popularised, and intense sportsmanship. Finally, because it links its programme objectives with the Sustainable Development Goals (SDGs) of the United Nations, specifically SDG 3 (health and well-being), 5 (gender equality), 11 (sustainable cities and communities), 16 (peace, justice and strong institutions) and 17 (partnerships to achieve the goals). Encompassing a wide range of disciplines such as sociology, sport sciences, anthropology, sport psychology, education sciences, and health sciences, this chair is dedicated to the safeguarding of heritage, the governance of Lucha Canaria, and the promotion of interdisciplinary research.

Through its 'Observatory of Lucha Canaria and Other Traditional Wrestling' and a 'University School of Lucha Canaria', the chair implements various lines of action. These include the recognition and support of academic works and school initiatives, the design and execution of training programmes, the promotion of scientific research, and the provision of scholarships to students linked to Lucha Canaria.

This multifaceted approach not only strengthens the relationship between university and society, but also provides a platform for the development of strategies and actions around traditional wrestling and combat sports. It constitutes an unprecedented opportunity for the exchange of experiences and collaborations in the field of university and sport, both locally and

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

in the Iberian context, thus promoting an intercultural dialogue and the evaluation of traditional practices in higher education.

In this communication, we will highlight the main characteristics of the Chair, its lines of work, and the impact it has on the promotion of Lucha Canaria as an element of cultural heritage, its contribution to gender equality, health, wellbeing and sustainable development.

**Keywords: Lucha Canaria, knowledge transfer, Sustainable Development Goals, cultural heritage, interdisciplinarity.**





## ZOORKHANEH AND LEGACY OF PAHLAVANI: A SYMBOL OF CIVILIZATION, HISTORY AND RICH CULTURE OF IRAN

Sajjad PASHAIE<sup>1</sup>, Bitā JABBARI<sup>2</sup>, Mehmet GÜL<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Department of Sport Management, Faculty of Physical Education & Sport Sciences,  
University of Tabriz, Tabriz, Iran

ORCID Code: 0000-0002-3933-146X

E-mail: [sajjad.pashaie@yahoo.com](mailto:sajjad.pashaie@yahoo.com)

<sup>2</sup>Department of Sport Management, Faculty of Physical Education & Sport Sciences,  
University of Tabriz, Tabriz, Iran

ORCID Code: 0009-0007-1515-487X

E-mail: [beetajabbari@gmail.com](mailto:beetajabbari@gmail.com)

<sup>3</sup>Department of Sport Management, Faculty of Physical Education & Sports, Sivas  
Cumhuriyet University, Sivas, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-3080-5155

E-mail: [mgulsivas@gmail.com](mailto:mgulsivas@gmail.com)

### ABSTRACT

Pahlavani and Zoorkhaneh rituals, also known as ancient sport, represent a traditional athletic system and martial art rooted in Iran's history, where the superiority of morality and spirituality is emphasized above all else. This sport was designed to train warriors and instill a sense of national pride among men, practiced in a structure called Zoorkhaneh, meaning "house of strength." Zoorkhanehs feature unique architecture, including a sunken pit at the center, along with areas for spectators, musicians, and athletes. The Pahlevan Mahmoud, known in Iran as Pouryā-ye Vali (died 1322 CE), is one of the most famous and popular Pahlevan in the history of Iran, who is also referred to as the founder of this sport. The ancient sport combines martial arts, strength training, and music, incorporating traditional gymnastic movements and local wrestling known as Koshti Pahlavani. Influenced by pre-Islamic and post-Islamic cultures in Iran, particularly Zoroastrianism and Sufism, the sport gained popularity during the 19th century under the Qajar king Naser al-Din Shah, with competitions held in the royal court. Zoorkhaneh rituals include weight training and calisthenics using tools such as wooden clubs (mil) and shields (sang). The ethical principles of Pahlavani emphasize honesty, kindness, and humility. To attain the rank of Pahlevan (hero), individuals must master physical skills while adhering to religious and moral principles. The International Zoorkhaneh Sport Federation (IZSF) was established in 2004 to promote Pahlavani globally and organize international competitions. The file of the global registration of Pahlavani and Zoorkhaneh rituals was prepared by the efforts of the Federation of Pahlavani and Zoorkhaneh Sports of Iran in cooperation with the Cultural Heritage, Handicrafts and Tourism Organization. Finally, in 2010, it was included in the list of UNESCO's spiritual heritage by Iran as a human heritage and a part of Iran's history. Today, the ancient sport of Zoorkhaneh is experiencing a revival in neighboring countries, including Iraq and Afghanistan.

**Keywords:** Iran, Pahlavani, Zoorkhaneh, Martial Arts, Cultural Heritage.

### Introduction

Zurkhaneh has played an important role in teaching heroic temperament and human character during the ups and downs of Iran's history in leading liberation movements and promoting the ritual of beauty and chivalry (Moutab et al., 2021). Martial and defensive preparedness for the protection of family life and the independence of the country against enemies has held significant importance in the land of Iran since ancient times. Therefore, from antiquity, physical and spiritual training, along with sports such as wrestling and the teachings of Pahlavani, have had a special place in the ethical and religious education of the Iranian people. Characteristics such as honesty, integrity, self-sacrifice, courage, valor, humility, and the struggle against oppression and evil forces have been prominent traits of the ancient Iranian champions. Heroes like Rostam and Arash the Archer symbolize the fight against evil forces and darkness, and they represent resistance to foreign invaders, remaining immortal in history and becoming a social asset for the Iranian nation.



**Figure 1.** Zurkhaneh in Iran

The Zoorkhaneh, as one of the sports centers, serves as a place for training champions with these aforementioned qualities. Athletes in this space not only strengthen their bodies but also nurture their faith. Thus, individuals who are faithful, selfless, noble, and ethical are cultivated in the Zoorkhaneh. By adhering to divine commandments and taking the religious leaders and national heroes as their role models, they transform the sport of Zoorkhaneh into a culture that is both elevated and religious (Montazerolgaem, Haggi., 2017).

### The Connection Between National and Religious Beliefs in Zoorkhaneh

Zoorkhaneh serves as a social institution that encompasses national, religious, historical, epic, political, military, literary, and artistic dimensions, rich in cultural, ethical, and spiritual teachings. This school clearly illustrates the deep connection between chivalry, nationality, and religion, positioning sports as an integral part of the culture of a religious community. Analyzing sports within this context requires an understanding of the cultural roots of that society (Javid., 1970).

The sport of Zoorkhaneh, due to its ties to national and religious elements, is considered a part of Iranian culture and identity, with its recognition dependent on our national and religious awareness. The symbols and concepts prevailing in this sport have transformed Zoorkhaneh into a representation of Iran's rich culture, linking its roots to the history of the emergence of Islam and the blending of Iranian culture with Islamic teachings. Furthermore, Zoorkhaneh has evolved in connection with Shia beliefs and Islamic mysticism, becoming one of the significant religious symbols. Today, Zoorkhaneh is an integral part of our national identity and culture, recognized as a cornerstone of Iranian identity due to its incorporation of national and religious elements. The social ideals of the Iranian people are intertwined with religious and spiritual concepts within this space (Bastanirad & Hosseini., 2008).

Thus, this sport can be regarded as a shaper and enhancer of religious values. Additionally, considering the special place of Islamic culture among religions and cultures, sports also attain a distinguished status within the divine faith. Zoorkhaneh serves as a venue for honoring Imam Ali (PBUH) and his family, as well as a space for celebrating national symbols and Iranian identity, ultimately becoming a site for the fusion of the rich Iranian culture with Islamic teachings. This amalgamation includes poetry, praises, and cultural movements that symbolize the Islamic-Iranian culture within the context of Zoorkhaneh (Hosseini., 2008).

### The Educational Philosophy of Zoorkhaneh

The ethical teachings of Zoorkhaneh are evident in all its aspects, including the structure of the space, the athletic activities, and the poetry and concepts that prevail within it. These teachings significantly influence athletes, transforming Zoorkhaneh from merely a sports venue into an educational institution that imparts high moral, religious, and philosophical values. Some of the key educational principles of Zoorkhaneh include:

**1. Humility and Modesty:** The first manifestation of this profound ethical teaching can be observed at the entrance of the Zoorkhaneh. The entryway is designed to be low and narrow, requiring everyone to enter with a bowed posture, symbolizing humility and respect. This act serves as a reminder of the humility exemplified by Imam Ali (PBUH). It is the initial lesson of this educational system, emphasizing the characteristics valued by the Ahl al-Bayt (the family of the Prophet Muhammad) for the champions and noble individuals who enter the Zoorkhaneh. This signifies that upon entering, one must set aside arrogance and pride, showing respect for the sacred space associated with the divine and the Imams. The entrance is adorned with symbols of reverence for Allah, the Prophet Muhammad (PBUH), and Imam Ali (PBUH), inspiring a sense of humility and respect. Another element that teaches humility and modesty is the pit of the Zoorkhaneh, which is positioned lower than other areas, ensuring that athletes, while showcasing their strength, do not feel prideful or arrogant (Montazerolgaem, Haggi., 2017).

**2. Training in Virtue and Good Ethics:** The Zoorkhaneh holds a special reverence and sanctity, akin to mosques and Shiite pilgrimage sites. Athletes are required to enter the pit and for the master (Morshed) to take his place on the platform while being in a state of ritual purity (Wudu). This respect and sanctity stem from the traditions that govern the atmosphere of the Zoorkhaneh, compelling its members to behave in accordance with the teachings of Islam and the Ahl al-Bayt (the family of the Prophet Muhammad, PBUH). During their training, athletes are expected to honor this sacred space and avoid any unethical behavior. In essence, the remembrance of Allah and His saints purifies the spirits of the athletes, shielding them from impurities and negative influences. Consequently, the use of foul language, engaging in unethical actions, drunkenness, lying, and swearing are strictly prohibited in the Zoorkhaneh (Beyzaei., 2008).

**3. Training in the Lifestyle and Conduct of the Ahl al-Bayt (PBUH):** The master of the Zoorkhaneh serves as a teacher, imparting the lessons of the Imams and the principles of Islam to the members of the Zoorkhaneh. During athletic activities, the master recites poetry in praise of Amir al-Mu'minin (PBUH) and the Imams, conveying a religious and educational message to the followers of Zoorkhaneh. The athletic exercises serve as a reminder of the valor of Imam Ali (PBUH) in the battles of Islam, inspiring athletes to connect their spirits to his strength and power. Through these activities, athletes not

only enhance their physical abilities but also learn the noble ethical qualities of aiding the oppressed and defending justice from their leader, Imam Ali (PBUH). Consequently, the Zoorkhaneh plays a significant role in the cultural and spiritual education of its members, guiding them toward recognizing and adhering to ethical and religious standards. Additionally, the practice of “Golrizan,” which involves collecting donations for those in need, is a cherished tradition in the Zoorkhaneh culture, reflecting the teachings of religious leaders and their emphasis on helping others. However, historical accounts indicate that during the Qajar and Pahlavi dynasties, this noble tradition was sometimes exploited for personal gain, diminishing its value during those periods (Shari., 1990).

4.

5. **Chivalry and Nobility:** One of the fundamental educational principles emphasized in the Zoorkhaneh is the lesson of chivalry and nobility. The social followers of this institution, including its champions and athletes, have always exemplified these values. Friendship, loyalty, chivalry, humility, and forgiveness are among the key concepts that are highly valued within the Zoorkhaneh tradition. These ideals have particularly thrived among the “Ayaran” (noble men) and champions throughout history, especially during periods of oppressive governance. They recognized chivalry as a duty to the oppressed and marginalized.

Individuals who embody these virtues are regarded as champions in the realm of sports and the culture of heroism, drawing inspiration from figures like Imam Ali (PBUH). They adhere to ethical principles such as kindness, chivalry, generosity, and support for the oppressed while standing against tyrants and aggressors. Therefore, the Zoorkhaneh serves as a space for teaching and reinforcing these values, where individuals gather to cultivate these traits and remind themselves of their higher ideals, both human and divine. Possessing physical strength and endurance is essential for champions to confront the powerful of their time and assist the oppressed, making it a critical aspect of training in the Zoorkhaneh (Moutab et al., 2021).

### Conclusion

The Zoorkhaneh stands as a profound symbol of Iran’s cultural heritage, intertwining the principles of Pahlavani with national identity and ethical values. This ancient sport not only serves as a venue for physical training but also as a vital educational institution that fosters virtues such as humility, chivalry, and compassion among its practitioners. By embodying the teachings of the Ahl al-Bayt (PBUH) and drawing inspiration from historical Iranian heroes, the Zoorkhaneh cultivates a sense of moral responsibility and national pride. Its recognition by international bodies and the revival of its practices in neighboring countries highlight its significance as a cultural asset, ensuring that the legacy of Pahlavani and the rich traditions of the Zoorkhaneh continue to thrive and inspire future generations.

### References

- Bastanirad, H., & Hosseini, A. (2008). *Tarikhnameh Varzesh Iran Zamin: Majmooh Maqaleha, Sokhanraniha va Gozarshhaye Naqsh-e Hamandishi Beynal-Melali Tarikh Varzesh Iran*. Tehran: National Committee of Sports Publications of the Islamic Republic of Iran.
- Beyzaei, H. (2008). *Tarikh Varzesh-e Bastani-ye Iran va Zoorkhaneh*. Tehran: Heydari Printing House.
- Hosseini, A. (2008). *Varzesh Zoorkhaneh: Barresi Naqsh-e An dar Parametreha-ye Ejtemai va Jahani Sazi-e An*. Tehran: Bamdad Ketab.
- Javid, S. (1970). *Zamineh Varzesh Shenasi*. Tehran: Chapkhaneh Pirouz.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Montazerolgaem, A., Haggi, P. (2017). National and Religious Concepts Shaping the Educational School of Zoorkhaneh. *Iranian People's Culture Quarterly*, 52, 71-97.
- Moutab, A., Javani, V., & Vedadhir, A. (2021). From School to Culture: Explaining process of being chivalrous man and formation of the Zurkhaneh in Iran. *Sociology of Culture and Art*, 3(4), 60-41. doi: <https://doi.org/10.34785/J016.2022.003>.
- Shahri, J. (1990). *Tarikh Ejtemai-ye Tehran dar Qarn-e Sizdahom (Vol. 2)*. Tehran: Rasa Cultural Services Institute.



**THE ROLE OF A PHYSICAL EDUCATION LECTURER AS  
PERCEIVED BY STUDENTS AT COLLEGE LEVEL IN  
TEHSIL KHUDOKHEL BUNER**

**Muhammad Zaib<sup>1</sup>, Adnan ul Haq<sup>1</sup>, Muhammad Safwan<sup>1</sup>**

1.Sarhad University of Science Information Technology, Peshawar

Corresponding author's email: muhammadzaib0306@gmail.com

**Abstract**

The study explores the perceptions of college-level students in Tehsil Khudokhel Buner about their physical education lecturer. It uses a mixed-methods approach, including surveys and interviews, to investigate the lecturer's impact on students' physical well-being, academic engagement, and overall educational experience. The study sample was taken from three different colleges in Buner. Preliminary findings suggest that students view their lecturer as a facilitator of fitness and sports knowledge, as well as a mentor influencing personal growth. This research contributes to understanding the dynamic relationship between students and physical education lecturers in Tehsil Khudokhel Buner.

**Key words:** Physical education, fitness and sports knowledge, physical well-being



## IMPACT OF CULTURAL AND SOCIAL INFLUENCES ON FEMALE SPORTS PARTICIPATION IN PUBLIC AND PRIVATE UNIVERSITIES: A COMPARATIVE ANALYSIS IN LAHORE DISTRICT

**Aqsa Shamim Ahmed**

Assistant Professor, Department of Sports Sciences & Physical Education

The University of Lahore

[aqsa.shamim@sps.uol.edu.pk](mailto:aqsa.shamim@sps.uol.edu.pk)

### Abstract

**Background:** Sports activities are extremely beneficial to the entire development of its participants and are free of injustice. Females have the same right as men to participate in sports, yet they face a variety of inequalities across the world. The challenges with sports participation are more acute in Islamic nations across the world, notably in Pakistan. This condition might be the result of a variety of issues.

**Objectives:** To study the impact of cultural restrictions on female sports participation. And to evaluate the impact of societal restrictions on female sports participation.

**Methodology:** A representative sample of 200 female athletes from the five government and private sector universities of Lahore was selected. Responses were quantified with 1) Strongly agree 2) Agree 3) Neutral 4) Disagree 5) Strongly disagree. The respondents were given a twenty-item questionnaire focused on socio-cultural factors affecting female engagement in sports.

**Results:** For data analysis, descriptive statistics, correlation analysis, and regression approaches were used. The study discovered that societal constraints and cultural norms severely inhibit female engagement in sports activities. The study offered insights to address and then implement strategies to the primary reasons that impede female sports participation in Pakistan. The purpose of this study was to look at the socio-cultural elements that influence women's engagement in sports as seen by females in Pakistani universities. In the investigation, the random sampling approach was applied.

**Conclusion:** According to the study's findings, culture, family history, religion, social grouping, and gender all impact female sports involvement. In light of this, it was suggested that the government and university administration encourage participation in sports by providing scholarships and other incentives to female athletes who excel in any sport competition, and that the mass media organize enlightenment programs to address the socio-cultural factors that prevent women from participating in sports.

**Keywords:** Sports Participation, cultural constraints, societal constraints, university students



## DHANURVEDA INFLUENCE IN JAVANESE CLASSICAL PERIOD ARCHERY

Irvan Setiawan<sup>1</sup>, Dhanisa Restya Agung<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Indonesian Horseback & Traditional Archery Association

[irvansm@yahoo.co.uk](mailto:irvansm@yahoo.co.uk)

<sup>2</sup>University of Indonesia

[dhanisa.restya@gmail.com](mailto:dhanisa.restya@gmail.com)

### Abstract

Located in Indonesian Archipelago, the island of Java was part of the famous maritime trade route between India and China. Hence, cultural influence from India had its share in cultural development of the island, including art of archery. *Pustaka Rajya-Rajya i Bhumi Nusantara* (Ayatrohaedi & Atja, 1991, p. 54), 18th century manuscript, mentioned a Manikmaya Prabhuguru, who was an ancestor of Javanese kings in most of classical period (5th – 15th century). He was a warrior sage from Salankayana Dynasty in Andhra Pradesh. This historical junction is used in the study as hypothesis of Hindu's art of archery or Dhanurveda influence on Javanese archery. Dhanurveda is a Sanskrit treatise on archery from 1100-800 BCE (Flood, 1996, p. 37-39). The research is conducted by comparing archery's technical and equipment information from Dhanurveda with artifacts and temple's relief depicting archery scenes. The temples being investigated are Prambanan (9th century) and Borobudur (8th century), built by descendants of Manikmaya. The result shows that are a clear connection between Dhanurveda and Javanese archery. Technique such as *Alidham*, *Pratyalidham*, *Vrajamusti*, etc, mentioned in Dhanurveda are clearly depicted in the reliefs and artifacts. This discovery strengthens historical findings about the influence of Hindu culture on Javanese culture, in addition to what is already generally known.





## TÜRK GÜREŞ HAKEMLERİNİN ÖZ YETERLİK ALGILARININ İNCELENMESİ

Tamer KARADEMİR<sup>1</sup>, Cengizhan PAKYARDIM<sup>2</sup>, Suat Mehmet PAKSOY<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Prof. Dr., Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, K. Maraş,  
TÜRKİYE

ORCID: [0000-0003-3244-0767](https://orcid.org/0000-0003-3244-0767)

[tamer.karademir@hotmail.com](mailto:tamer.karademir@hotmail.com)

<sup>2</sup>Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor  
Anabilim Dalı, K. Maraş, TÜRKİYE

ORCID: [0000-0001-6126-8164](https://orcid.org/0000-0001-6126-8164)

[cengizhanpakyardim@hotmail.com](mailto:cengizhanpakyardim@hotmail.com)

<sup>3</sup>Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim  
Dalı, Kırşehir, Türkiye

ORCID: [0000-0002-6281-5438](https://orcid.org/0000-0002-6281-5438)

[suatmehmetpaksoy@gmail.com](mailto:suatmehmetpaksoy@gmail.com)

### Özet

Bu araştırma Türk güreş hakemlerinin öz yeterlik algılarının bazı değişkenlere göre nasıl şekillendiğini belirlemek amacı ile yapılmıştır. Araştırma tarama yöntemiyle gerçekleştirilmiş betimsel bir araştırmadır. Örneklem grubunu 2023-2024 yılında yaşları 25 ile 52 arasında değişen 95'i erkek 57'si kadın olmak üzere toplam 152 güreş hakemi oluşturmaktadır. Araştırmada veriler Myers ve ark., (2012) tarafından geliştirilmiş olup Türkçe Geçerlik ve Güvenirlik çalışması Karaçam ve Pulur (2017) tarafından yapılmış olan Hakem öz yeterlik algısı ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Verilerin analizinde normallik sınaması yapılmış ve dağılımın normal olduğu görüldüğünden parametrik testler (t-test ve ANOVA) kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre örneklem grubunun spor geçmişi ve hakemlik kategorisi değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklar oluşturduğu bulunmuştur ( $p < 0.05$ ). Araştırma grubunun öz yeterlik algılarının ulusal (milli) kategoride yer alan ve güreş spor geçmişi 5-7 yıl olan hakemlerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, Güreş hakemlerinde sporculuk geçmişi ve hakemlik klasmanının öz yeterlik algısı üzerinde etkili olduğu belirlenmiştir. Sonuçlar, hakemlik deneyiminin ve geçmişteki güreş sporculuğu deneyimlerinin hakem öz yeterlik algısı üzerinde olumlu bir etki yarattığını göstermektedir. Öz yeterlik algısının yüksek olması, hakemlerin karar verme süreçlerinde daha güvenli ve etkili olmalarına katkı sağlayabilir. Spor geçmişi, hakemlerin sporun dinamiklerini, kurallarını ve rekabet ortamını daha iyi anlamalarına yardımcı olabilir. Bu da, hakemlikte daha iyi performans sergilemelerine olanak tanır. Hakem adaylarının ilgili branşta yeterli spor geçmişine sahip olmaları, onların daha başarılı ve etkili hakemler olmalarına yardımcı olabilir.

**Anahtar Kelimeler:** Güreş, Hakem, Öz Yeterlik

## EXAMINATION OF SELF-EFFICACY PERCEPTIONS OF TURKISH WRESTLING REFEREES

### Abstract

This research was conducted to determine how the self-efficacy perceptions of Turkish wrestling referees are shaped according to some variables. The research is a descriptive research carried out with the survey method. The sample group consists of a total of 152 wrestling referees, 95 of whom are male and 57 of whom are female, aged between 25 and 52 in 2023-

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

2024. The data in the study were obtained using the Referee self-efficacy perception scale developed by Myers et al. (2012) and the Turkish validity and reliability study was conducted by Karaçam and Pular (2017). In the analysis of the data, normality test was performed and parametric tests (t-test and ANOVA) were used since the distribution was found to be normal. According to the research findings, it was found that the sample group formed statistically significant differences according to the variables of sports history and refereeing category ( $p < 0.05$ ). It was seen that the self-efficacy perceptions of the research group were higher in referees who were in the national (national) category and whose wrestling sports history was 5-7 years. As a result, it was determined that sports history and refereeing class were effective on self-efficacy perception in wrestling referees. The results show that refereeing experience and past wrestling athlete experiences have a positive effect on referee self-efficacy perception. A high self-efficacy perception may contribute to referees to be more confident and effective in decision-making processes. Sport background may help referees to better understand the dynamics, rules and competitive environment of sport. This, in turn, allows them to perform better in refereeing. The fact that referee candidates have sufficient sports background in the relevant branch can help them become more successful and effective referees.

**Keywords:** Wrestling, Referee, Self-efficacy



## KANSER VE EGZERSİZ

**Cengizhan PAKYARDIM<sup>1</sup>, Teoman ŞAKALAR<sup>2</sup>, Tamer KARADEMİR<sup>3</sup>, Hüseyin EROĞLU<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, K. Maraş, TÜRKİYE

ORCID: [0000-0001-6126-8164](https://orcid.org/0000-0001-6126-8164)

[cengizhanpakyardim@hotmail.com](mailto:cengizhanpakyardim@hotmail.com)

<sup>2</sup>Dr. Öğr. Üyesi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Sağlık Uygulama ve Araştırma Hastanesi, Tıbbi Onkoloji Bölümü, K. Maraş, TÜRKİYE

ORCID: [0000-0003-2749-9414](https://orcid.org/0000-0003-2749-9414)

[drteomansakalar@gmail.com](mailto:drteomansakalar@gmail.com)

<sup>3</sup>Prof. Dr., Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, K. Maraş, TÜRKİYE

ORCID: [0000-0003-3244-0767](https://orcid.org/0000-0003-3244-0767)

[tamer.karademir@hotmail.com](mailto:tamer.karademir@hotmail.com)

<sup>4</sup>Prof. Dr., Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, K. Maraş, TÜRKİYE

ORCID: [0000-0002-6124-8187](https://orcid.org/0000-0002-6124-8187)

[erogluh@ksu.edu.tr](mailto:erogluh@ksu.edu.tr)

### Özet

Kanser, dünya genelinde gelişen teknolojiler ve tanı yöntemleri sayesinde daha kolay bir şekilde teşhis edilebilmekte ve olumsuz yaşam tarzı değişiklikleri nedeniyle hızla artış göstermektedir. Kanser tedavisinde kullanılan yöntemlerin ilerlemesi, sağkalım sürelerini uzatmış ve mortalite oranlarını düşürmüştür. Ancak, kanser ve tedavisinde kullanılan ilaçlar nedeniyle hastalarda sıkça yorgunluk, ağrı ve hareket kabiliyetinde azalma gibi etkiler ortaya çıkmakta, bu durum bireylerin yaşam kalitesinde bir düşüşe yol açmaktadır. Düzenli fiziksel aktivite ve egzersiz, çeşitli mekanizmalar aracılığıyla kansere karşı koruyucu bir rol oynamakta ve farklı kanser türlerinin insidansını önemli ölçüde azaltmaktadır. Ayrıca, kanser sonrası artan semptom yükü ve fiziksel uygunluktaki azalmaya yönelik fiziksel aktivite ve egzersiz uygulamaları, rehabilitasyon sürecinin önemli bir bileşenini teşkil etmektedir. Düzenli fiziksel aktivite, sağlıklı bireylerde kanser hastalığına yakalanma riskini azaltma amacı taşıırken, son yıllarda kanser tedavisi gören bireylerde de tedaviye bağlı yan etkilerin şiddetini azaltmak ve yaşam kalitesini artırmak için önerilen bir alternatif yöntem haline gelmiştir. Kanser tanısı aldıktan sonra düzenli egzersiz yapmak, hastaların hissettiği yakınmalarda azalma, tedaviye bağlı yan etkilerin iyileşmesi, psikolojik iyilik halinin artması ve çeşitli mekanizmalar aracılığıyla yaşam süresinin uzaması gibi faydalar sağlamaktadır. Bu nedenle, düzenli egzersiz, kanser riski yüksek olan bireyler de dahil olmak üzere tüm toplumda teşvik edilmelidir.

**Anahtar Kelimeler:** Egzersiz, Kanser, Yaşam Kalitesi

## CANCER AND EXERCISE

### Abstract

Cancer can be diagnosed more easily thanks to developing technologies and diagnostic methods worldwide and is increasing rapidly due to unfavourable lifestyle changes. The advancement of methods used in cancer treatment has prolonged survival times and reduced mortality rates.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

However, due to cancer and the drugs used in its treatment, patients frequently experience effects such as fatigue, pain and decreased mobility, leading to a decrease in the quality of life of individuals. Regular physical activity and exercise play a protective role against cancer through various mechanisms and significantly reduce the incidence of different types of cancer. In addition, physical activity and exercise practices for increased symptom burden and decreased physical fitness after cancer constitute an important component of the rehabilitation process. While regular physical activity aims to reduce the risk of developing cancer in healthy individuals, it has become an alternative method recommended in recent years to reduce the severity of treatment-related side effects and improve quality of life in individuals undergoing cancer treatment. Regular exercise after a diagnosis of cancer provides benefits such as a decrease in the complaints felt by patients, improvement of treatment-related side effects, increase in psychological well-being and prolongation of life span through various mechanisms. Therefore, regular exercise should be encouraged in the whole population, including individuals at high risk of cancer.

**Keywords:** Exercise, cancer, quality of life



## EDUCATION IN PEACE THROUGH MOTOR GAMES TO PROMOTE SOCIOEMOTIONAL WELL-BEING IN PHYSICAL EDUCATION

Paula Pla<sup>1</sup>, Unai Sáez de Ocáriz<sup>1</sup> and Pere Lavega-Burgués<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Motor Action Research Group (GIAM), INDEST, National Institute of Physical Education of Catalonia (INEFC), University of Barcelona (UB), 08038 Barcelona

<sup>2</sup>Motor Action Research Group (GIAM), INDEST, National Institute of Physical Education of Catalonia (INEFC), University of Lleida (UdL), 25192 Lleida, Spain

The study examines the impact of motor behavior education on socio-emotional well-being and conflict management in physical education (PE). Using a quasi-experimental design, 66 students from a secondary school in Spain participated in an intervention combining motor games and basketball. The experimental group, which received motor conduct education, showed increased positive emotions and improved conflict responses compared to the control group, which underwent sports education. Results indicate that motor conduct education is effective in enhancing emotional stability and managing conflicts, with positive effects observed in both genders. These findings suggest motor conduct education as a valuable tool in PE to foster socio-emotional skills and a well-being classroom environment.

**Keywords:** Well-being; motor conflict; emotional dimension; relational dimension; Physical Education.

### 1. INTRODUCTION

Human beings stand out for their ability to relate to society and have feelings (Di Fabio & Saklofske, 2019: 332). Community life is essential to form personal identity and social commitment (Hernández Romero & Galindo Sosa, 2007: 230).

Social interactions can generate socio-emotional well-being or interpersonal conflicts (Rillo-Albert et al., 2021: 14). Learning to live together must be a fundamental pillar of the education system, as underlined by European and Spanish education policies (European Commission 2020, 2010:2). The promotion of school coexistence and well-being are priorities in modern physical education (UNESCO, 2017: 11).

Schools offer an ideal environment for students to interact and develop identities during adolescence (Carrillo-Sierra et al., 2018: 568). Physical Education (PE) is a key area for exploring and developing interpersonal and emotional dynamics. In the context of sports, students have the opportunity to interact, allowing diverse interpersonal dynamics to flourish. Through sport, students not only collaborate and communicate, but also face and resolve conflicts, which fosters important skills such as teamwork, empathy, and emotion management (Rillo-Albert et al., 2021: 14; Sáez de Ocáriz & Lavega, 2014: 45).

Basketball is an excellent sport to teach coexistence due to its collaborative and regulated nature. It requires teamwork, constant communication and respect for the rules and referees, thus promoting discipline and respect for authority. In addition, by inevitably facing conflicts, players learn to handle them constructively, fostering sportsmanship. Managing time and space in the game translates into organizational skills, and the intense emotionality of the sport helps players manage their emotions and stay calm under pressure. Finally, participating in competitions teaches how to compete in a healthy way, focusing on effort and continuous improvement, developing a positive attitude towards competition and personal effort. These sports can be developed through motor games for the teaching and understanding of a sport during the school stage. Motor games, by agreeing on rules and roles, create a social microcosm

that teaches coexistence and gender dynamics (Parlebas, 2001: 56). In which the games of the cooperation-opposition domain have a higher rate of disagreements (Sáez de Ocáriz, 2011: 65).

The literature indicates that socio-emotional skills can be improved by making use of different pedagogies such as sports education and motor behaviour education, although sports education does not directly affect conflict education, it does have a direct impact on motor behaviour education (Hovdal et al., 2021: 457; Li et al., 2022: 3; Rillo-Albert et al., 2021: 14).

This research seeks to study and evaluate, from the context of formal education, the effect of the different learning pedagogies (motor behavior education and sports education) on the socio-affective behavior and coexistence of the participants.

## 2. METHOD

In the present study, a quasi-experimental design was carried out with the purpose of evaluating the impact of the pedagogical intervention (Sampieri, 2018: 105). To this end, a pre-and post-test design was used, collecting quantitative data before and after the implementation of the intervention. The sample was selected by four pre-existing natural groups (two experimental and two control). The experimental group received the didactic sequence through the education of motor behaviors, since it has an impact on the education of motor conflict; while in the control group, sports education was used, a methodology that does not affect coexistence.

### 2.1. Sample

The study involved a public Compulsory Secondary Education (ESO) centre of the territorial service of Lleida, located in an urban environment with a medium socioeconomic level. The experiment was carried out on four groups of 4th year ESO students (N=66 students; Nchicos=40; Nchicas=27; GC=26 students; GE=41 students; SD=0.71; Medad=15.76). The study has the authorization of the Territorial Education Service of Lleida, together with the Generalitat de Catalunya, and the participants also signed an informed consent for their participation.

### 2.2. Instrument

Within the framework of the quantitative evaluation, various tools were used to measure relevant aspects in the field of education and psychology. For the exploration of emotions, the Games and Emotions Scale (GES-II) was applied (Lavega-Burgués, March-Llanes, & Moya-Higueras, 2017: 119). Regarding the perception of conflicts in physical education, CONFLICT 1 was used, a questionnaire developed and validated (Sáez de Ocáriz & Lavega-Burgués, 2020: 6245).

### 2.3. Procedure

The two interventions have eight sessions, which developed motor games of cooperation-opposition with transfer in basketball. To enhance the competitive aspect, a competition system was incorporated in league format and final four. At the end of the first and last day of competition, the students answered the questionnaires.

In all groups, both controls and experimental, partial masking of the intervention and assessment was performed. The first sessions were directed by the researcher with the help of the teacher, in this way the teacher was able to train on the different methodologies used; on the contrary, the masking in the data processing was total.

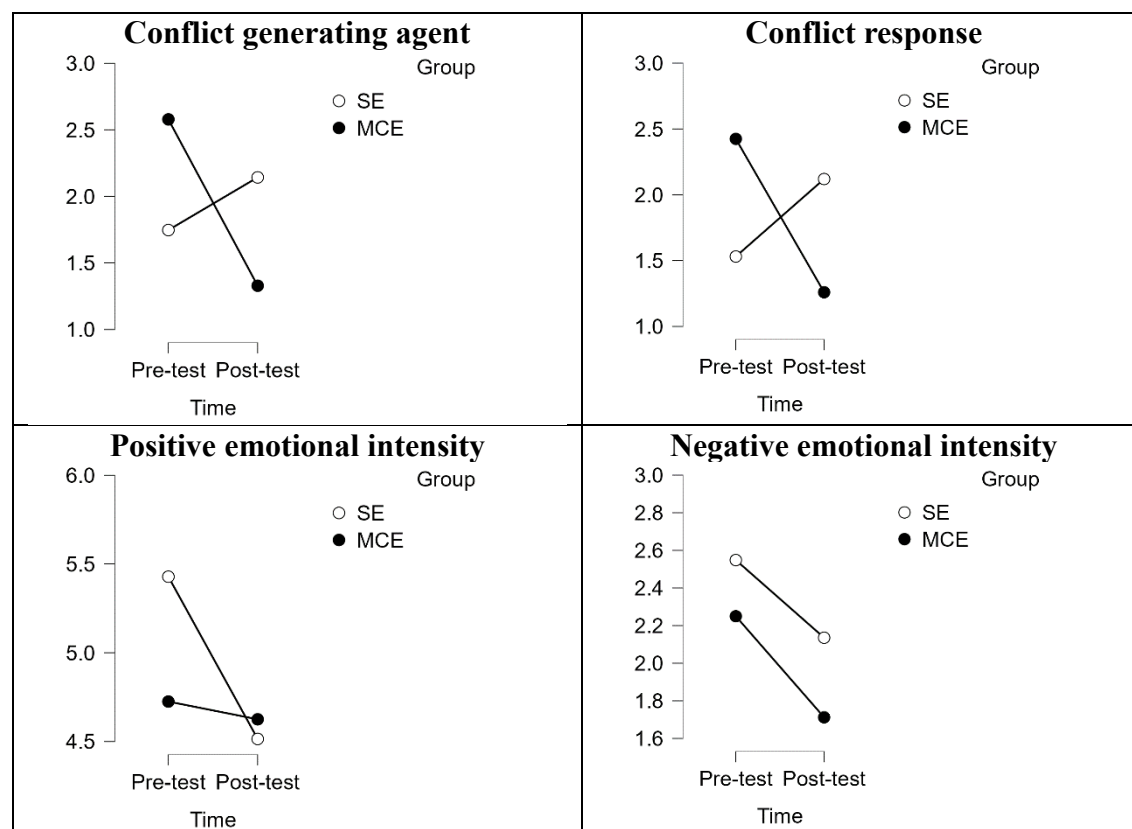
### 2.4. Data analysis

The quantitative data were treated through different techniques corresponding to descriptive and inferential statistics, such as chi-square tests to analyze the significant association between two categorical variables; t-Student to see if there were significant differences between groups when comparing the means of a numerical variable between two groups defined by a categorical variable; analysis of variance (ANOVA) to compare means of a numerical variable between three or more groups defined by a categorical variable; and linear

regression tests to analyze the relationship between a dependent numerical variable and one or more independent numerical variables.

### 3. RESULTS

In the analysis of the data obtained, differences were observed between the control and experimental groups in terms of emotional intensity and response to conflict, both in the pre-test and post-test measures.



**Figure 1**  
*Graphs of the results according to the intervention group*

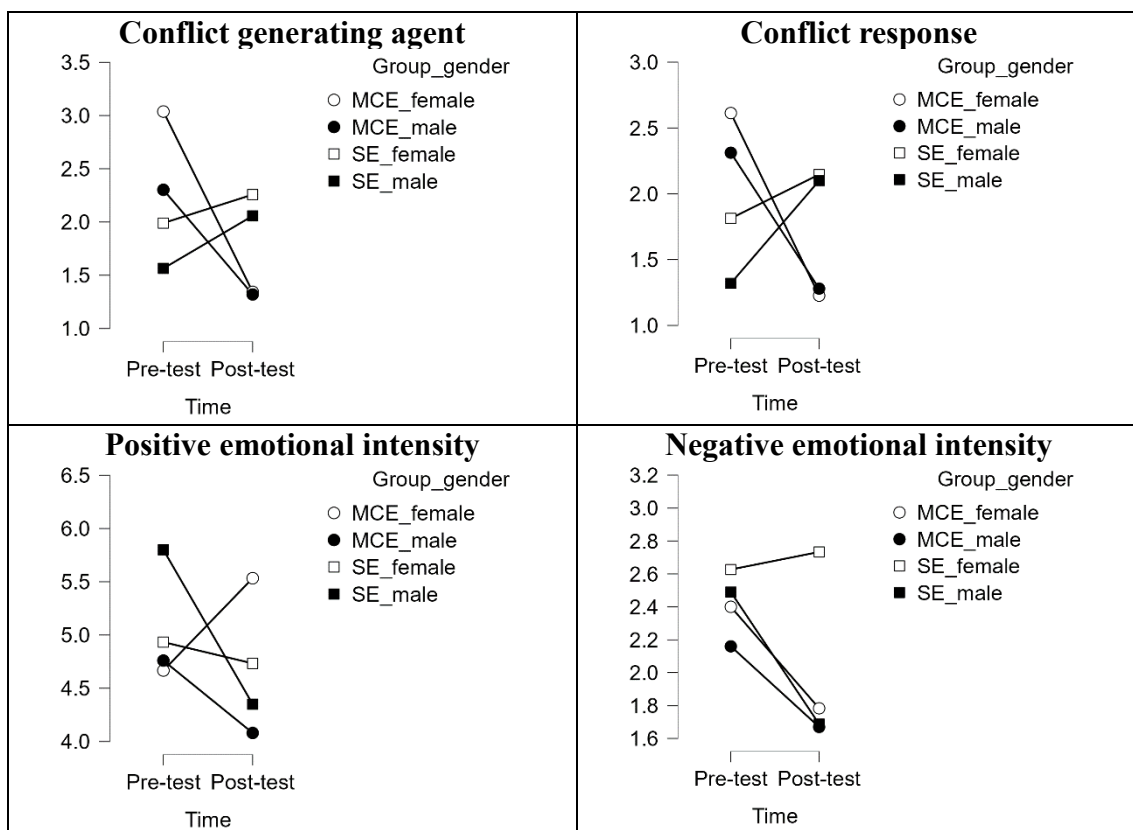
In the pretest, the experimental group presented a higher positive emotional intensity ( $M = 5.024$ ,  $SD = 2.127$ ) compared to the control group ( $M = 4.500$ ,  $SD = 2.045$ ), as well as a lower negative emotional intensity ( $M = 2.171$ ,  $SD = 0.771$ ) compared to the control group ( $M = 2.038$ ,  $SD = 0.871$ ). In terms of response to conflict, both groups showed similar values, with means of 1.146 ( $SD = 0.422$ ) for the experimental group and 1.154 ( $SD = 0.368$ ) for the control group.

In the post-test, the trend observed in the pre-test was maintained. The experimental group continued to show a higher positive emotional intensity ( $M = 4.707$ ,  $SD = 2.502$ ) than the control group ( $M = 4.308$ ,  $SD = 2.379$ ) and a lower negative emotional intensity ( $M = 2.244$ ,  $SD = 0.980$ ) compared to the control group ( $M = 2.485$ ,  $SD = 1.518$ ). In addition, the response to conflict in the post-test was lower in the experimental group ( $M = 1.390$ ,  $SD = 0.791$ ) compared to the control group ( $M = 1.877$ ,  $SD = 1.404$ ).

These results suggest that the intervention applied to the experimental group was effective in increasing positive emotional intensity and decreasing negative emotional intensity and conflict response, compared to the control group. The data demonstrate the relevance of the intervention to manage emotions and conflicts, highlighting its potential application in similar contexts.

### 3.1. Results by gender

In the analysis of gender differences, it was observed that in the pre-test, women in the control group had lower positive emotional intensity and higher negative emotional intensity compared to men in the same group. In the experimental group, gender differences were smaller, although men showed a slight advantage in positive emotional intensity. In the post-test, both genders in the control group experienced a decrease in positive emotional intensity and an increase in negative emotional intensity, being more pronounced in women. On the other hand, the experimental group maintained greater emotional stability, with women showing a slight improvement in positive emotional intensity and stability in negative emotional intensity. Regarding the conflict-generating agent and the conflict response, improvements were observed in both genders of the experimental group, especially in men, while the control group showed increases in the response to conflict, more marked in women. These results suggest that the intervention was effective in the experimental group in maintaining greater emotional stability and improving conflict management, with beneficial effects in both genders, but particularly notable in women for positive emotional intensity and in men for conflict response.



**Figure 2**

*Graphs of the results according to gender*

### 4. DISCUSSION AND CONCLUSIONS

The results of this study show that the intervention based on motor behavior education applied to the experimental group had a significant positive effect compared to the sports education methodology used in the control group. From the pre-test to the post-test, the experimental group showed a higher positive emotional intensity and a lower negative emotional intensity, as well as a better response to conflict. These differences suggest that motor intervention not only contributed to maintaining high levels of positive emotions, but was also effective in reducing negative emotions and improving conflict responsiveness.





Analyses of gender differences revealed that while women in the control group experienced a more pronounced decrease in positive emotional intensity and an increase in negative emotional intensity, women in the experimental group showed slight improvements in positive emotional intensity and stability in negative emotional intensity. In men, an advantage in positive emotional intensity was seen in both groups, but it was more noticeable in the experimental group. These results indicate that the intervention was particularly beneficial for women in terms of positive emotions and for men in conflict management.

The motor behaviour education intervention was shown to be effective in improving emotional well-being and conflict management compared to the sports education methodology. Participants in the experimental group maintained greater emotional stability, with higher levels of positive emotions and lower levels of negative emotions, as well as a better response to conflict. These improvements were consistent in both men and women, although with gender-specific differences.

These findings have important practical implications. Motor behaviour education can be a valuable tool in educational and sports contexts to promote emotional well-being and reduce conflict. Schools and sports organizations could consider implementing motor behavior-based programs to enhance the emotional experiences of students and athletes. In addition, tailoring these interventions according to gender could maximize benefits, addressing the specific needs of men and women.

The study has some limitations that should be considered. First, the sample was relatively small, which may limit the generalizability of the results. Second, the duration of the intervention was short, so long-term effects cannot be determined. In addition, the study was based on self-reported measures, which can introduce biases into the reported data.

Future research could expand this study with larger, more diverse samples to validate and generalize the findings. In addition, it would be useful to investigate the long-term effects of motor behaviour education on emotional well-being and conflict management. Also, qualitative studies could provide a deeper understanding of participants' experiences and the reasons behind observed differences between genders. Finally, exploring the integration of other methodologies and their combination with motor behavior education could offer more holistic and effective approaches in emotional education and conflict management.

## 5. BIBLIOGRAPHY

Carrillo-Sierra, S.-M., Rivera-Porras, D., Forgiony-Santos, J., Nuván-Hurtado, I.-L., Bonilla-Cruz, N.-J., & Arenas-Villamizar, V.-V. (2018). Skills for life as elements in the promotion and education for health in adolescents and young people. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(5), 567–572. [www.revistaavft.com](http://www.revistaavft.com)

Di Fabio, A., & Saklofske, D. H. (2019). Positive Relational Management for Sustainable Development: Beyond Personality Traits—The Contribution of Emotional Intelligence. *Sustainability*, 11(2), 330. <https://doi.org/10.3390/SU11020330>

Europe 2020 - *A Strategy for Smart, Sustainable and Inclusive Growth* (2010).

Hernández Romero, Y., & Galindo Sosa, R. V. (2007). El concepto de intersubjetividad en Alfred Schutz. *Espacios Públicos*, 10(20), 228–240. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67602012>

Hovdal, D. O. G., Larsen, I. B., Haugen, T., & Johansen, B. T. (2021). Understanding disruptive situations in physical education: Teaching style and didactic implications. *European Physical Education Review*, 27(3), 455–472. <https://doi.org/10.1177/1356336X20960498>

Lavega-Burgués, P., March-Llanes, J., & Moya-Higueras, J. (2017). Validation of games and emotions scale (GES-II) to study emotional motor experiences. *Revista de Psicología Del Deporte*, 27(2), 117–124.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

Li, J., Huang, Z., Si, W., & Shao, T. (2022). The Effects of Physical Activity on Positive Emotions in Children and Adolescents: A Systematic Review and Meta-Analysis. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 19, Issue 21). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ijerph192114185>

Parlebas, P. (2001). *Juegos, deporte y sociedad. Léxico de praxiología motriz*. Editorial Paidotribo.

Rillo-Albert, A., Sáez de Ocáriz, U., Costes, A., & Lavega-Burgués, P. (2021). From conflict to socio-emotional well-being. Application of the GIAM model through traditional sporting games. *Sustainability* (Switzerland), 13(13). <https://doi.org/10.3390/SU13137263>

Sáez de Ocáriz, U. (2011). *Conflictos y educación física a la luz de la praxiología motriz. Estudio de caso de un centro educativo de primaria*. Universitat de Lleida.

Sáez de Ocáriz, U., & Lavega, P. (2014). Towards a motor conflicts transformation in Physical Education. *Cultura ciencia deporte*, 9(25), 43–55. <https://doi.org/10.12800/ccd.v9i25.388>

Sáez De Ocáriz, U., & Lavega-Burgués, P. (2020). Development and Validation of Two Questionnaires to Study the Perception of Conflict in Physical Education. *Int J Environ Res Public Health*, 17(17.6241). <https://doi.org/10.3390/ijerph17176241>

Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta*. McGraw Hill México.

United Nations Educational Scientific and Cultural Organization. (2017). *Estrategia de la UNESCO sobre la educación para la salud y el bienestar: Contribución a los objetivos de desarrollo sostenible*. [www.unesco.org/open-access/terms-use-ccbysa-sp](http://www.unesco.org/open-access/terms-use-ccbysa-sp)



## FİLİSTİN'DE BATI ŞERİA'DA İSRAİL İŞGALİ UYGULAMALARI ALTINDA BEDEN EĞİTİMİ EĞİTİMİ ALAN KIZ ÖĞRENCİLER ARASINDA EVDE EĞLENCE ETKİNLİKLERİ UYGULAMA GERÇEĞİ

**Ali Şeyh İbrahim**

aliibrahimshalabi@gmail.com

0009-0009-4932-2565

An-Najah Ulusal Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültesi, Spor  
Eğitimi Bölümü, Nablus, Filistin

**Özet:** Araştırmanın amacı, "Filistin'de Batı Şeria'da İsrail işgali altında beden eğitimi bölümünde okuyan kız öğrenciler arasında evde rekreasyonel aktiviteler yapma gerçeğini" bilmektir ve bunu başarmak için araştırmacı, uzmanların geçerliliğine göre evde rekreasyonel aktiviteler ölçeğini kullanarak, beden eğitimi ve spor bilimleri konusunda uzmanlaşmış (3) uzmanı numaralandırarak tanımlayıcı metodolojiyi izledi. Bu bağlamda, ölçek, (200) kız öğrenciden oluşan çalışma topluluğunun (30,0%)'ını temsil eden Filistin üniversitelerindeki (60) kız öğrenciden oluşan araştırma örneğine son haliyle uygulandı. Ölçek verileri, Cronbach Alpha denklemini kullanarak iç tutarlılığın kararlılığını çıkarmak için istatistiksel olarak boşaltıldı, böylece genel kararlılık derecesi (0,923%)'e ulaştı. Çalışmanın sonuçları, Filistin'de beden eğitimi bölümünde okuyan kız öğrenciler arasında evde rekreasyonel aktiviteler yapma gerçekliğinin (1.96) genel derecesine göre ortalama bir seviyede olduğunu gösterdi. Bu bağlamda araştırmacı, İsrail işgali uygulamalarını azaltmak için beden eğitimi bölümünde okuyan öğrenciler arasında evde ve kamusal rekreasyonel aktiviteler yapma uygulamasının artırılmasına yönelik çalışmalar ve araştırmalar yapılmasını önerdi.

**Anahtar kelimeler:** Evde rekreasyonel aktiviteler, beden eğitimi, kız öğrenciler, İsrail işgali.

## THE REALITY OF PRACTICING RECREATIONAL ACTIVITIES AT HOME AMONG FEMALE STUDENTS STUDYING PHYSICAL EDUCATION UNDER ISRAELI OCCUPATION PRACTICES IN THE WEST BANK OF PALESTINE

**Ali Sheikh Ibrahim**

aliibrahimshalabi@gmail.com

0009-0009-4932-2565

Department of Sports Education, Faculty of Physical Education and Sports Sciences,  
An-Najah National University, Nablus, Palestine

**Abstract:** The aim of the study was to know "the reality of practicing recreational activities at home among female students studying physical education under Israeli occupation in the West Bank of Palestine" and to achieve this, the researcher followed the descriptive methodology by enumerating (3) experts specialized in physical education and sports sciences using the scale of recreational activities at home according to the validity of the experts. In this context, the scale was applied in its final form to the research sample consisting of (60) female students in Palestinian universities, representing (30.0%) of the study population consisting of (200) female

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

students. The scale data was statistically emptied to extract the stability of internal consistency using the Cronbach Alpha equation, so the overall stability degree reached (0.923%). The results of the study showed that the reality of doing recreational activities at home among female students studying in the physical education department in Palestine was at an average level according to the overall degree (1.96). In this context, the researcher suggested that studies and researches should be conducted to increase the practice of doing recreational activities at home and in public among students studying in the physical education department in order to reduce the practices of Israeli occupation.

**Keywords: Recreational activities at home, physical education, female students, Israeli occupation.**



## TÜRKİYE'DE SPOR POLİTİKALARININ GELİŞİMİ VE ETKİLERİ

Tuğçe AKKUŞ<sup>1</sup>, Faik ÖZ<sup>2</sup>, Soner ÇANKAYA<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup>Yüksek Lisans Öğrencisi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye  
E-posta: tugceyim55@gmail.com

<sup>2</sup>Doktora Öğrencisi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye  
E-posta: dr.ozfaik@gmail.com

<sup>3</sup>Prof.Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye  
E-posta: scankaya@gmail.com

### ÖZET

Bu araştırma, Türkiye'deki spor politikalarını analiz ederek devlet desteklerinin spor kültürüne, sporcuların gelişimine ve uluslararası sportif başarılarla olan etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Çalışmada, Türkiye'deki spor politikalarının yasal ve kurumsal çerçevesi ele alınmış; Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın rolü ve spor federasyonlarının yönetim süreçleri detaylandırılmıştır. Ayrıca, devlet desteklerinin kapsamı, özellikle profesyonel ve amatör sporcular için sağlanan maddi ve manevi imkanlar ile altyapı yatırımları açısından değerlendirilmiştir. Türkiye'nin spor politikalarının uluslararası açıdan Avrupa ülkeleriyle karşılaştırılması ve devlet desteklerinin uluslararası başarıya katkıları da çalışmanın önemli bir boyutunu oluşturmuştur. Araştırma, devlet desteklerinin sporculara sağladığı fırsatların yanı sıra bu desteklerin yaratabileceği potansiyel riskleri de tartışmaktadır. Şeffaflık, adil kaynak dağılımı ve sürdürülebilirlik ilkelerinin, spor politikalarının başarısındaki kritik önemi vurgulanmıştır. Türkiye'nin spor politikasında özellikle tesisleşme, altyapı yatırımları ve genç sporcuların yetiştirilmesine yönelik politikaların uzun vadeli başarı için önemli olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak, Türkiye'nin spor politikalarında yerel ve ulusal düzeyde geniş katılımlı bir spor kültürü oluşturulması, uluslararası alandaki rekabet gücünün artırılması ve özel sektör iş birliklerinin geliştirilmesi gibi stratejik hedeflerin önemine dikkat çekilmiştir. Araştırma, spor politikalarının daha etkili ve sürdürülebilir bir yapıya kavuşabilmesi için politika yapıcılara öneriler sunmakta ve bu alanda literatüre katkı sağlamaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Spor Politikaları, Devlet Destekleri, Spor Kültürü, Türkiye



## THE DEVELOPMENT AND IMPACTS OF SPORTS POLICIES IN TURKEY

Tuğçe AKKUŞ<sup>1</sup>, Faik ÖZ<sup>2</sup>, Soner ÇANKAYA<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Samsun, Türkiye  
E-mail: [dr.ozfaik@gmail.com](mailto:dr.ozfaik@gmail.com)

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Samsun, Türkiye  
E-mail: [dr.ozfaik@gmail.com](mailto:dr.ozfaik@gmail.com)

<sup>3</sup>Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences, Department of Sports Management, Samsun, Türkiye  
E-mail: [scankaya@gmail.com](mailto:scankaya@gmail.com)

### ABSTRACT

This study aims to analyze Turkey's sports policies and examine the impact of government support on sports culture, athlete development, and international sporting achievements. It addresses the legal and institutional framework of sports policies in Turkey, elaborates on the role of the Ministry of Youth and Sports, and details the governance processes of sports federations. Additionally, the scope of government support is evaluated, focusing on financial and moral assistance for professional and amateur athletes, as well as infrastructure investments. A comparative perspective is adopted to contrast Turkey's sports policies with those of European countries and assess the contribution of government support to international success. The study discusses not only the opportunities provided by government support but also the potential risks it might entail. The importance of transparency, equitable resource allocation, and sustainability is emphasized as critical factors for the success of sports policies. Findings indicate that policies focusing on infrastructure development, investment in facilities, and nurturing young athletes are key to long-term success. In conclusion, the study highlights strategic goals for Turkey's sports policies, such as fostering a participatory sports culture at local and national levels, enhancing competitiveness on the international stage, and promoting partnerships with the private sector. It offers recommendations for policymakers to achieve more effective and sustainable sports policies, contributing to the literature in this field.

**Keywords:** Sports Policies, Government Support, Sports Culture, Turkey

### GİRİŞ

Gençlik çalışmaları sağlık, psikoloji, spor, sosyoloji, ekonomi, gibi pek çok bilim dalının ortak çalışma konusunu oluşturmaktadır (Yaman, 2021). Türkiye'de spor politikalarının temelleri, Cumhuriyet'in ilanı sonrasında şekillenmeye başlamış ve bu politikalar bireysel ve de toplumsal gelişimi destekleme amacı taşımıştır. Spor politikası denildiğinde, sporun nasıl ele alındığı, belirlenen ilke ve hedefler, bu hedeflere ulaşmak için kullanılan yöntemler, altyapı ve tesis çalışmaları, spor malzemeleri, eğitim anlayışı, ulusal ve uluslararası düzeyde spora bakış açısı, sporun örgütlenmesi ve uygulanması gibi unsurlar akla gelir (Ekici, 2002). Türkiye'deki spor faaliyetlerine baktığımızda, üç temel yapı dikkat çeker: Türkiye Millî Olimpiyat Komitesi, özerk statüye sahip Türkiye Futbol Federasyonu ve Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü (Erten, 2006). 1920'li yıllardan itibaren spor, toplumun fiziksel sağlığını güçlendiren bir araç olmanın ötesinde, ulusal kimlik ve modernleşme çabalarının bir unsuru olarak görülmüştür. Bu süreç, devlet eliyle sporun düzenlenmesi, teşvik edilmesi ve yaygınlaştırılması ile dikkat çekmiştir. Türkiye'de sporun örgütlenmesi yolunda ilk adım, Yusuf Ziya Öniş'in İsviçre'deki eğitiminden dönerken, beraberinde getirdiği İsviçre Spor Teşkilatı Tüzüğü'nün Ali Sami Yen, Burhan Felek

## II. International Congress on Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

ve Nasuhi Esat Baydar ile birlikte tercüme, edilmesiyle atılmıştır. Nitekim Mustafa Kemal Atatürk'ün "Türk gençliği, sağlıklı yetişip spor yaparsa ulusumuzun geleceği güvence altına alınır" ifadeleri, sporun bireysel ve ulusal açıdan taşıdığı kritik önemi ortaya koymaktadır. Cumhuriyetin erken dönemlerinde oluşturulan spor politikaları, ulusal bir spor kültürü inşa etmeye yönelik girişimlerle başlamıştır. Bu kapsamda, 1936 yılında kurulan Türk Spor Kurumu, sporun devlet politikaları çerçevesinde örgütlenmesini sağlayan ilk büyük adımlardan biri olmuştur. Kurum, sporun geniş kitlelere ulaşmasını amaçlayan politikalar geliştirmiş ve özellikle kırsal kesimdeki gençlerin spora erişimini artırmayı hedeflemiştir. Bu dönemde yapılan yasal düzenlemelerle yerel yönetimlere de önemli sorumluluklar verilmiştir. Genç Cumhuriyet, bu konuda da Batı Avrupa'dan, özellikle de Almanya ve İtalya'dan ilham almıştır (Yarar, 2014). Spor politikalarının ekonomik bir boyut kazanması ise, 1980 sonrası dönemde liberal ekonomik politikaların etkisiyle hızlanmıştır. Bu dönemde spor, ekonomik kalkınma ve turizm politikalarının bir aracı olarak değerlendirilmiş; spor tesislerinin yaygınlaştırılması, uluslararası organizasyonların düzenlenmesi ve profesyonel sporcuların desteklenmesi gibi konular öncelik kazanmıştır. Türkiye'deki spor politikalarının 2000'li yıllardan itibaren yeni bir boyut kazandığı görülmektedir. 2010 yılında açıklanan Ulusal Spor Stratejisi ve Politika Belgesi, sporun yalnızca elit düzeyde değil, aynı zamanda halk düzeyinde yaygınlaştırılmasını hedeflemiştir. Devlet desteklerinin sporcular üzerindeki etkisi bireysel performans ve de toplumsal katılım açısından değerlendirilmelidir. Özellikle 2010 sonrası dönemde uygulanan politikalar, genç yeteneklerin keşfedilmesi, sporcu burslarının sağlanması ve altyapının güçlendirilmesi gibi somut uygulamalar içermektedir. Bununla birlikte, devlet desteklerinin sporcular üzerindeki motivasyon artırıcı etkisi, Türkiye'nin uluslararası spor arenasındaki başarısını da olumlu yönde etkilemiştir.

Bu araştırma, Türkiye'deki spor politikalarının yasal, kurumsal ve uygulama boyutlarını analiz ederek devlet desteklerinin spor kültürü, sporcuların gelişimi ve uluslararası başarı üzerindeki etkilerini ortaya koymayı amaçlamakta ve bu alanlarda politika yapıcılar ile araştırmacılar için yol gösterici bir kaynak sunmayı hedeflemektedir.

### **Türkiye'deki Spor Politikalarının Mevcut Durumu**

Halklar ve onların yönetimini üstlenen devletler; sosyal, kültürel, ekonomik ve politik açılardan küreselleşmenin etkisi altında kalmakta ve bir bütünün parçası olmak veya olmamak ayrımında bulunmaktadır (Aykın ve Bilir, (2013). Türkiye Büyük Millet Meclisi tarafından 18 Temmuz 2019 tarihinde kabul edilen ve 2019-2023 dönemini kapsayan On Birinci Beş Yıllık Kalkınma Planı, spor alanında belirli hedefler ortaya koymuştur. Plan, bireysel düzeyde sporun bir yaşam biçimi haline gelmesini ve herkesin spor faaliyetlerine kolayca erişebilmesini amaçlarken, daha geniş ölçekte ise uluslararası şampiyonalarda başarı elde eden, prestijli spor etkinliklerine ev sahipliği yapan ve küresel düzeyde rekabet edebilen bir spor ülkesi olmayı hedeflemektedir (Saydam, 2022). Türkiye'deki spor politikaları yasal ve kurumsal düzenlemelerle belirgin bir çerçeveye oturtulmuştur. Bu politikalar, ulusal kalkınma hedeflerine uygun olarak sporu geniş kitlelere yaymayı, altyapıyı güçlendirmeyi ve uluslararası arenada sportif başarı elde etmeyi hedeflemektedir. Spor yönetimi, spor faaliyetlerinin yürütülmesinde bilimsel ilkelerden yararlanmak ve hedeflerin uygulanmasına yönelik planlar, etkinlikleri düzenlemektedir (Sunay, 2016). Özellikle 2011 yılında kurulan Gençlik ve Spor Bakanlığı, spor politikalarının oluşturulması, uygulanması ve denetlenmesinde merkezi bir rol oynamaktadır. Türkiye'deki spor politikalarının yasal ve kurumsal çerçevesi, bu politikaların ana aktörleri ve federasyonların yönetim süreçleri, spor politikalarının mevcut durumunu anlamada önem arz etmektedir.

Türkiye'de spor politikalarının yasal temelleri, Anayasa'nın 59. maddesiyle garanti altına alınmıştır. Bu madde, "Devlet, her yaşta Türk vatandaşının beden ve ruh sağlığını geliştirmek için spor faaliyetlerini teşvik eder ve sporun kitlelere yayılmasını sağlar" şeklinde bir hüküm

içermektedir. Bu anayasal düzenleme, sporun toplumsal bir hak olarak kabul edilmesini sağlamış ve devletin spora ilişkin sorumluluklarını açık bir şekilde tanımlamıştır. Sporun kurumsal çerçevesi ise 3289 sayılı Gençlik ve Spor Hizmetleri Kanunu ile oluşturulmuştur. Bu kanun, sporun finansmanı, organizasyonu ve tesisleşme süreçlerini düzenleyen temel metinlerden biridir. Ayrıca, federasyonların işleyişi ve Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın yetki alanlarını da bu yasa belirlemektedir. Bu düzenlemeler, spor politikalarının yürütülmesinde kurumsal bir devamlılık ve koordinasyon sağlamaktadır.

### **Gençlik ve Spor Bakanlığı ve Federasyonların Spor Politikasındaki Rolü**

Gençlik ve Spor Bakanlığı, Türkiye'deki spor politikalarının planlanması ve uygulanmasında merkezi bir otorite olarak işlev görmektedir. Bakanlık, spor tesislerinin inşasından ulusal ve uluslararası spor organizasyonlarının düzenlenmesine kadar geniş bir sorumluluk yelpazesi üstlenmektedir. Gençlik politikalarının sosyal gelişim açısından önemi, gençleri yetişkinlik dönemindeki sorumluluk ve rollere hazırlamakla birlikte, onlara üretken ve güvenli bir yaşam için gereken koşulları sağlamaktır (Balcı ve ark., 2018). Ayrıca, Gençlik ve Spor Bakanlığı, sporculara verilen mali destekler, burslar ve performans ödülleri gibi teşvik politikalarını koordine etmektedir. Bu tür teşviklerin, sporcuların motivasyonunu artırdığı ve Türkiye'nin olimpiyatlar gibi uluslararası platformlarda rekabet gücünü yükselttiği görülmektedir. Spor politikasının temelini spor tesisi yapımı, sporcu eğitimi, amatör spor, profesyonel spor ya da sporda altyapıya öncelik veren bir yaklaşım oluşturabilir (Güler ve Yaman 2023). Ayrıca, Sporcu eğitim merkezlerinin açılması ve yetenekli gençlerin tespit edilip desteklenmesi, Gençlik ve Spor Bakanlığı'nın uzun vadeli planlarının önemli bir parçasını oluşturmaktadır.

Spor federasyonları, Türkiye'deki spor politikalarının uygulanmasında kritik bir rol üstlenmektedir. Bağımsız spor federasyonları, Merkez Danışma Kurulu'nun uygun görüşü, Gençlik ve Spor Bakanı'nın teklifi ve Başbakan'ın onayıyla kurulur. Karar, Resmî Gazete'de yayımlandığında ise federasyon tüzel kişilik kazanmış olur (Asker, 2017). Her bir spor branşı için bağımsız olarak faaliyet gösteren bu federasyonlar, Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı olmakla birlikte, özerk yapıları sayesinde belirli bir bağımsızlık da taşımaktadır. Federasyonlar, sporcuların lisanslama süreçlerini yönetmekte, antrenör eğitim programları düzenlemekte ve ulusal lig organizasyonlarını gerçekleştirmektedir. Özerklik, federasyonların uluslararası spor organizasyonlarıyla uyum içinde çalışmasını kolaylaştırmakta ve yönetim süreçlerinde esneklik sağlamaktadır. Ancak, bazı federasyonların yönetim sorunları ve finansal kısıtlamalar nedeniyle hedeflenen verimliliğe ulaşamadığına dair eleştiriler bulunmaktadır. Spor federasyonları, ilgili spor dallarının yönetimi ve geliştirilmesinden sorumlu özerk yapılar olarak faaliyet gösterir. Yönetim süreçleri, ulusal ve uluslararası standartlara uygunluk gözetirken; uygulama süreçlerinde antrenörlük eğitimleri, müsabakaların düzenlenmesi ve sporcuların lisanslanması gibi temel işlevler üstlenir.

### **Olimpiyat ve Dünya Şampiyonaları Gibi Etkinliklerde Türkiye'nin Performansı**

Türkiye'nin olimpiyat ve dünya şampiyonaları gibi büyük organizasyonlardaki performansı, spor politikalarının etkinliğini değerlendirmek açısından kritik öneme sahiptir. Uluslararası spor organizasyonları ve müsabakaları zamanla propaganda aracı haline gelmiş, hem kendi genç nüfusunun gücünü hem de stadyum, spor alanları gibi fiziki koşulların gelişmişliğini göstermek için bir araç olmuştur (Tokatlıoğlu, 2021). TİCİ'nin kurulması itibari ile spor teşkilatlanmasının devlet desteğini alması neticesinde 1924 Paris Olimpiyat Oyunlarına ülke olarak Türkiye ilk kez olimpiyatlara davet edilmiştir (Gökdoğan ve Demir, 2019). TİCİ dönemi ile başlayan bu destek politikası her geçen yıl artarak devam etmiştir. Özellikle 2000'li yıllarda devlet desteklerinin artması, Türkiye'nin bu organizasyonlardaki başarı grafiğini olumlu yönde etkilemiştir. 2004 Atina Olimpiyatları'nda Türkiye'nin kazandığı madalya sayısı sınırlı olmasına rağmen, sonraki yıllarda sporculara sağlanan teşviklerin artmasıyla bu başarı düzeyinin yükseldiği gözlenmiştir. Avrupa ülkeleriyle karşılaştırıldığında, Türkiye'nin bu tür



mega etkinliklerdeki performansı hâlâ istenen seviyeye ulaşmamış olsa da özellikle bireysel spor dallarında gözle görülür bir gelişim kaydedilmiştir. Buna karşın takım sporlarında Avrupa ülkeleriyle rekabet edebilmek için altyapının güçlendirilmesi ve genç sporcuların uzun vadeli programlarla desteklenmesi gerekmektedir. Türkiye, Olimpiyat Oyunları ve Dünya Şampiyonaları gibi spor etkinliklerinde, son yıllarda spor politikasında yapılan yatırımların etkisiyle daha fazla temsil edilme fırsatı yakalamış ve çeşitli branşlarda başarılar elde etmiştir. Özellikle güreş, halter ve tekvando gibi geleneksel spor dallarında uzun süredir devam eden güçlü performans, bu etkinliklerde madalya kazanan sporcuların sayısını artırmıştır. Bununla birlikte, atletizm ve yüzme gibi daha az gelişmiş branşlarda da önemli ilerlemeler kaydedildiği gözlemlenmektedir. Türkiye'nin uluslararası spor sahnesindeki başarısı, devlet desteklerinin etkinliği ile doğrudan ilişkilidir. Sporcular için sağlanan finansal kaynakların ve tesisleşme politikalarının, sporcuların performansını artırmada büyük rol oynadığı ifade edilmektedir. İstatistiklere bakılınca, Türkiye'nin diğer ülkelere göre başarılı kabul edilmesi için en az yaklaşık 60 civarı madalya alması gerekir. Yani aldığı toplam madalyanın 7-8 katı daha madalya almalıdır (İmamoğlu, 2016). Ancak, Türkiye'nin bu etkinliklerdeki performansını daha üst düzeye taşıyabilmesi için bilimsel antrenman yöntemlerinin yaygınlaştırılması ve spor bilimleri ile teknolojinin daha etkin kullanılması gerektiği belirtilmektedir. (Zıyagıl, 2021)' e göre, spor sisteminin daha bütüncül bir yapıya kavuşması ve sporcuların uzun vadeli gelişimlerinin planlanması gereklidir. Bu süreçte temel hedef, geçmiş deneyimlerden ders çıkararak ve mevcut durumu doğru bir şekilde değerlendirerek, Türk sporunu uluslararası büyük organizasyonlarda en üst seviyeye taşımak için uzun vadeli kalkınma stratejileri oluşturmaktır. Ayrıca, Türkiye'nin bu tür uluslararası etkinliklerde gösterdiği başarıların, ulusal düzeyde spor bilincinin artırılmasına ve ülkenin uluslararası imajına olumlu katkılar sağladığı vurgulanmaktadır. Büyük şampiyonalarda kazanılan madalyalar, genç sporcular için rol model oluştururken, ulusal spor kültürünün yaygınlaşmasını da teşvik etmektedir. Ancak, rekabetin yoğun olduğu uluslararası spor arenasında daha sürdürülebilir bir başarı sağlanabilmesi için altyapının güçlendirilmesi, sporcu yetiştirme sisteminin geliştirilmesi ve yerel spor politikalarının daha stratejik hale getirilmesi gerekmektedir.

### SONUÇ VE ÖNERİLER

Türkiye'nin spor politikaları, tarihsel gelişimi ve güncel uygulamaları ile değerlendirilmiş, devlet desteklerinin spor kültürüne olan katkıları ve sporculara sağladığı imkanlar detaylandırılmıştır. Bunun yanı sıra, uluslararası kıyaslamalar çerçevesinde Türkiye'nin spor politikalarındaki mevcut durumu ve gelecekteki hedefleri ele alınmıştır. Türkiye'deki spor politikaları, toplumsal spor kültürünün oluşumunda ve yaygınlaşmasında önemli bir rol oynamaktadır. Özellikle son yıllarda yapılan yatırımlar, sporun sadece bireysel bir faaliyet değil, toplumsal refahın bir unsuru olarak kabul edilmesini sağlamıştır. Ancak spor kültürünün tam anlamıyla yaygınlaşması için okullardaki beden eğitimi derslerinin içeriğinin zenginleştirilmesi ve gençlerin daha küçük yaşlardan itibaren spora yönlendirilmesi gereklidir. Bununla birlikte, geleneksel sporlarla modern sporların entegrasyonu konusunda daha kapsamlı çalışmalar yapılması gerekmektedir. Türkiye'de yaygınlaşan futbol odaklı spor kültürü, diğer spor dallarının gelişimini gölgede bırakma riski taşımaktadır. Devlet destekleri, sporcular için hem büyük fırsatlar hem de bazı riskler barındırmaktadır. Maddi destekler ve burs olanakları, sporcuların eğitim ve spor yaşamlarını dengelemesine olanak tanımaktadır. Ancak bu tür desteklerin dağıtımında şeffaflık ve liyakat esaslarının gözetilmesi, sporcular arasında haksız rekabeti önlemek açısından kritik önemdedir. Sporculara sağlanan tesis imkanları ve uluslararası müsabakalara katılım desteği, Türkiye'nin sportif başarı grafiğini yükseltirken, bu süreçte yüksek başarı beklentilerinin sporcular üzerinde psikolojik baskıya yol açabileceği de göz önünde bulundurulmalıdır. Türkiye, spor politikalarının geleceğinde birkaç stratejik hedefe odaklanmalıdır. Öncelikle, sporun tabana yayılması için bölgesel ve yerel düzeyde daha fazla

yatırım yapılmalıdır. Özellikle dezavantajlı bölgelerde tesisleşme faaliyetlerinin artırılması ve spor eğitimcilerinin bu bölgelere yönlendirilmesi gerekmektedir. Uluslararası başarı hedefi doğrultusunda, sadece elit sporculara değil, altyapıda yetişen genç sporculara yönelik uzun vadeli planlar yapılmalıdır. Ayrıca, Avrupa ülkelerinde yaygın olan özel sektör desteği ile kamu yatırımlarının harmanlandığı modellerin benimsenmesi, sporun sürdürülebilirliğini artırabilir. Türkiye'nin spor politikalarında geleneksel ve modern sporlar arasında bir denge oluşturması, kültürel kimliğini spor yoluyla uluslararası alanda daha iyi ifade etmesini sağlayabilir. Bunun yanı sıra, sporcuların haklarının korunması ve desteklerin sürdürülebilir olması, spor politikalarının başarısını doğrudan etkileyecektir.

### KAYNAKÇA

- Asker, S. (2017). 1982 Anayasasının 59. Maddesi Bağlamında Spor Tahkim Kurulu Kararlarının Denetimi (Master's Thesis, Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Aykın, A. G., & Bilir, F. P. (2013). Hükümet Programları ve Spor Politikaları. Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 22(2), 239-254.
- Balcı, V., Gök, Y., & Akoğlu, H. E. (2018). Türkiye'nin Ulusal Gençlik ve Spor Politikalarının, Sürdürülebilirliğin Sosyal Boyutuyla İncelenmesi. Journal Of Sport Sciences Research, 3(1), 9-22. <https://doi.org/10.25307/Jssr.399823>
- Ekici, S., (2002), Türkiye'de Spor Federasyonlarını Oluşturan Fahri(Gönüllü) Çalışanların Spor Politikalarının Oluşumu Ve Uygulamalarına Yaklaşımları, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Erten, R. (2006). Türk Sporunun Yapısal Düzeni. Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi, 10(1), 117-136.
- Gökdoğan, Ç., & Demir, F. (2019). Gençlik Ve Spor Bakanlığı'nın Tarihsel Süreç İçerisindeki Değişim Evreleri: İnceleme. Iğdır Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 2(1), 27-35.
- Güler, E., & Yaman, M. (2023). Siyasal Partiler ve Spor Politikaları, Bartın Üniversitesi Kurumsal Akademik Arşivi.
- İmamoğlu, O. (2016). Rio Olimpiyat oyunlarında Türkiye'nin derecesinin değerlendirilmesi. International Journal of Science Culture and Sport, 4(3), 774-778.
- Saydam, Ç. (2022). Türkiye'de Spor Politikaları Ve İstanbul Planlarında Spor1. Journal Of Social, Humanities And Administrative Sciences (Joshas), 7(46), 2352-2363.
- Sunay, H. (2016). Spor Yönetimi. Ankara: Gazi Kitabevi. 2. Baskı.
- Tokatlıoğlu, A. E. (2021). Cumhuriyet Modernleşmesinde Devletin Spor Üzerinden Bedene Bakışı ve Spor Politikaları. Journal Of Applied And Theoretical Social Sciences, 3(2), 125-143.
- Yaman, A. (2021). Kamu Politikası Analizi Bağlamında Türkiye'nin Gençlik Politikası. IBAD Sosyal Bilimler Dergisi(10), 45-71. <https://doi.org/10.21733/ibad.854915>
- Yarar, B. (2014). Osmanlı'dan Cumhuriyete Geçiş Süreci ve Erken Cumhuriyet Dönemi Türkiye'sinde Modern Sporun Kuruluşu. Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları (Hütad), 21(21), 301-317.
- Zıyagıl, M. (2021). Geçmişten Günümüze; Türkiye Cumhuriyetinin Yaz Olimpiyat Oyunlarındaki Başarısı. Spor Eğitim Dergisi, 5(3), 36-52.



## ÖĞRENCİLERİNİN SPORTMENLİK VE SPORA BAĞLILIKLARININ İNCELENMESİ: SPOR YÖNETİCİLİĞİ BÖLÜMÜ ÖĞRENCİLERİ ÜZERİNE BİR ARAŞTIRMA

İsmail A. İbrahim<sup>1</sup>, Ali KAYA<sup>2</sup>, Görkem AÇAR<sup>3</sup>, Okan KILIÇKAYA<sup>4</sup>.

<sup>1</sup>Łomża Devlet Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizyoterapi ve Rehabilitasyon Bölümü, Łomża, Polonya

ORCID Code: 0000-0002-0805-8181

E-posta: [ismailaiaibrahim@gmail.com](mailto:ismailaiaibrahim@gmail.com)

<sup>2</sup>İstanbul Gelişim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, İstanbul, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-6417-4523

E-posta: [alikaya@gelisim.edu.tr](mailto:alikaya@gelisim.edu.tr)

<sup>3</sup>Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Spor Bilimleri, Manisa, Türkiye

ORCID Code: [0000-0002-0970-8625](https://orcid.org/0000-0002-0970-8625)

E-posta: [gorkemacar2@gmail.com](mailto:gorkemacar2@gmail.com)

<sup>4</sup>İstanbul Gelişim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Egzersiz ve Spor Bilimleri Bölümü, İstanbul, Türkiye,

ORCID Code: 0000-0003-2248-7078

E-posta: [okilickaya@gelisim.edu.tr](mailto:okilickaya@gelisim.edu.tr)

### ÖZET

Bu çalışma spor yöneticiliği öğrencilerinin sportmenlik ve spora bağlılıklarının incelenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Çalışmanın diğer bir amacı ise sportmenlik ve spora bağlılığın cinsiyet, yaş, medeni durum, profesyonel olma durumu ve bir spor branşına sahip olup olmama değişkenlerine göre değişiklik gösterip göstermediğinin incelenmesidir. Çalışmada, ilişkisel tarama ve nedensel karşılaştırma modeli uygulanmıştır. Araştırmamızda veri toplama aracı olarak sportmenlik ölçeği ve spora bağlılık ölçeği yüz yüze uygulanmıştır. Çalışmanın evrenini İstanbul Gelişim Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Örneklemi ise bu evren içinden rastgele örnekleme yöntemi ile seçilen Spor yöneticiliği öğrencileri oluşturmuştur. Araştırmanın analizlerinde Kruskal Wallis testinden sonrasında Mann-Whitney U testi ve sonrasında Kolmogorov Smirnov testi dizilimine bakılmış ve Spearman korelasyon testi uygulanmıştır. Sonuç olarak spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin sportmenlik ve spora bağlılıklarında cinsiyet değişkeninde bir fark olmadığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). Araştırma bulgularına göre sportmenlik ile spora bağlılık arasında güçlü düzeyde pozitif yönde bir ilişkinin varlığı tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). Bu durum, spor yönetimi alanında cinsiyetten bağımsız olarak benzer değerlerin benimsendiğini düşündürmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Sportmenlik, spor bağımlılığı, spor yöneticiliği.



## INVESTIGATION OF SPORTSMANSHIP AND SPORTS COMMITMENT OF STUDENTS: A RESEARCH ON SPORTS MANAGEMENT DEPARTMENT STUDENTS

İsmail A. İbrahim<sup>1</sup>, Ali KAYA<sup>2</sup>, Görkem AÇAR<sup>3</sup>, Okan KILIÇKAYA<sup>4</sup>.

<sup>1</sup>Łomża State University of Applied Sciences, Faculty of Health Sciences, Department of Physiotherapy and Rehabilitation, Łomża, Poland

ORCID Code: 0000-0002-0805-8181

E-posta: [ismailaiaibrahim@gmail.com](mailto:ismailaiaibrahim@gmail.com)

<sup>\*2</sup>Istanbul Gelisim University, Faculty of Sport Sciences, Department of Sport Management, Istanbul, Turkey

ORCID Code: 0000-0002-6417-4523

E-mail: [alikaya@gelisim.edu.tr](mailto:alikaya@gelisim.edu.tr)

<sup>3</sup>Manisa Celal Bayar University, Graduate School of Education, Department of Sport Sciences, Manisa, Turkey

ORCID Code: [0000-0002-0970-8625](https://orcid.org/0000-0002-0970-8625)

E-mail: [gorkemacar2@gmail.com](mailto:gorkemacar2@gmail.com)

<sup>4</sup>Istanbul Gelisim University, Faculty of Sport Sciences, Department of Exercise and Sport Sciences, Istanbul, Turkey,

ORCID Code: 0000-0003-2248-7078

E-mail: [okilickaya@gelisim.edu.tr](mailto:okilickaya@gelisim.edu.tr)

### ABSTRACT

The objective of this study was to examine the sportsmanship and sports commitment of students enrolled in sports management programs. Another objective of this study is to ascertain whether there are variations in sportsmanship and sports commitment according to the variables of gender, age, marital status, professional status and the presence of a sports branch. In this study, the relational screening and causal comparison model was employed. In the course of this research, the sportsmanship scale and the sports commitment scale were employed as data collection tools in face-to-face interviews. The study population comprised students from the Faculty of Sport Sciences at Istanbul Gelisim University. The sample was constituted by sports management students selected through random sampling from the population under study. In the course of the research, the Kruskal-Wallis test, the Mann-Whitney U test and subsequently the Kolmogorov-Smirnov test were employed, with the addition of the Spearman correlation test. The results demonstrated that no statistically significant differences were observed in the sportsmanship and sports commitment of sports management students based on gender ( $p > 0.05$ ). The findings of the research indicate that there is a robust positive correlation between sportsmanship and sports commitment ( $p > 0.05$ ). This suggests that similar values are adopted in the field of sport management, irrespective of gender.

**Keywords:** Sportsmanship, sports addiction, sports management



## OLİMPİYAT OYUNLARINDA GELENEKSEL SPORLARIN ROLÜ VE KÜLTÜREL ÇEŞİTLİLİK

Salih Çağrı TAŞMEKTEPLİĞİL<sup>1</sup>, Soner ÇANKAYA<sup>2</sup>, Faik ÖZ<sup>3</sup>

\*<sup>1</sup>Yüksek Lisans, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi,  
Spor Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye

E-posta: c.tasmektep@gmail.com

<sup>2</sup>Prof. Dr. Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor  
Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye

E-posta: scankaya@omu.edu.tr

<sup>3</sup>Dr. Öğrencisi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Spor  
Yöneticiliği Bölümü, Samsun, Türkiye

E-posta: dr.ozfaik@gmail.com

### ÖZET

Bu çalışma, geleneksel sporların Olimpiyat Oyunları'na dahil edilmesinin önemini ve bu sürecin kültürel çeşitliliği artırmaya yönelik etkilerini incelemektedir. Geleneksel sporların, kültürel mirasın korunması ve uluslararası düzeyde tanıtımı açısından kritik bir rol oynadığı vurgulanmaktadır. Çalışma, modern Olimpiyat Oyunları'nda hâkim olan Batı merkezli spor anlayışının, küreselleşmeyle birlikte daha kapsayıcı bir yapıya dönüşmesi gerektiğini savunmaktadır. Geleneksel sporların Olimpiyat programına dahil edilmesinin, sporun evrensel bir dil olarak farklı kültürleri bir araya getirme potansiyelini güçlendireceği ifade edilmektedir. Bulgular, bu tür sporların yalnızca fiziksel aktivite değil, aynı zamanda bir toplumun değerlerini ve kimliğini yansıtan bir araç olduğunu göstermektedir. Ayrıca, bu sporların Olimpiyatlara entegre edilmesinin, uluslararası kültürel etkileşim ve hoşgörüyü artırabileceği belirtilmiştir. Çalışma, geleneksel sporların tanıtımında federasyonların, UNESCO gibi kuruluşların ve yerel organizasyonların işbirliği içinde çalışmasının önemine dikkat çekmektedir. Böylece geleneksel sporlar, bir yandan kültürel köklerini korurken diğer yandan küresel bir platformda görünürlük kazanabilir. Sonuç olarak, Olimpiyat Oyunları'nın kültürel çeşitliliği destekleyerek evrensel bir miras oluşturma misyonunun, geleneksel sporların dâhil edilmesiyle daha da güçleneceği öne sürülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Geleneksel Sporlar, Olimpiyat Oyunları, Kültürel Çeşitlilik, Küreselleşme

### THE ROLE OF TRADITIONAL SPORTS IN THE OLYMPIC GAMES AND CULTURAL DIVERSITY

#### ABSTRACT

This study explores the significance of incorporating traditional sports into the Olympic Games and its impact on enhancing cultural diversity. Traditional sports are highlighted as critical tools for preserving cultural heritage and promoting it on an international scale. The study argues that the predominantly Western-centric sports structure in the modern Olympic Games should

evolve into a more inclusive framework with globalization. Integrating traditional sports into the Olympic program strengthens the potential of sports as a universal language that unites diverse cultures. Findings reveal that these sports are not merely physical activities but also reflect a society's values and identity. The study emphasizes that the inclusion of traditional sports in the Olympics can foster international cultural exchange and mutual understanding. Furthermore, the role of federations, UNESCO, and local organizations in promoting traditional sports is underlined, showcasing how collaborative efforts can ensure their preservation and global recognition. By balancing cultural authenticity with global appeal, traditional sports can gain visibility while maintaining their roots. Ultimately, the study concludes that the mission of the Olympic Games to foster cultural diversity and universal legacy can be further strengthened by incorporating traditional sports into its program.

**Keywords:** Traditional Sports, Olympic Games, Cultural Diversity, Globalization

## GİRİŞ

Olimpiyat Oyunları, M.Ö. 776 yılında Eski Yunanistan'da başlamış ve uzun bir süre yalnızca Yunan kent devletleri arasında bir rekabet zemini oluşturmuştur. Ancak modern Olimpiyat Oyunları, 1896 yılında Pierre de Coubertin tarafından yeniden hayata geçirilmesiyle birlikte uluslararası bir nitelik kazanmıştır (Young, 2014). Bu oyunların tarihi, küresel bir spor etkinliği olarak siyasi ve de kültürel birçok dönüşüm geçirmiştir. Bugün, Olimpiyat Oyunları farklı kıtalardan milyonlarca izleyiciye ulaşan, çeşitli spor dallarında en üst düzeyde rekabetin yaşandığı bir platformdur (Gold ve Gold., 2011). Olimpiyatlar, yalnızca bir spor müsabakası olmanın ötesine geçerek, uluslararası işbirliği, kültürler arası etkileşim ve barış gibi değerlerin yansıtıldığı bir vitrin haline gelmiştir. Küreselleşme olgusunun hız kazanmasıyla birlikte, Olimpiyat Oyunları kapsamı ve yapısı itibarıyla değişime uğramıştır. Görkemli'ye göre; Olimpiyatların ülkenin tanınırlığına, spor bilinci oluşmasına, yeni istihdam olanakları yaratılmasına, kentsel altyapı gelişiminin sağlanmasına ve turizmin gelişmesine kadar bir dizi yararlarını sıralamak mümkündür Görkemli ve ark., (2014). Küreselleşme, iletişim ve ulaşım teknolojilerinin gelişmesiyle birlikte dünyadaki toplumların ekonomik, kültürel ve sosyal yönlerden birbirine daha da entegre olmasına zemin hazırlamış; bu durum spor dünyasında da geniş çapta etkiler yaratmıştır. Olimpiyat Oyunları da küreselleşme sürecinden etkilenerek sporun evrensel bir dille tüm dünyaya hitap edebilmesi için farklı kültürlerle ait sporların tanıtımını daha fazla önemser hale gelmiştir (Tomlinson ve Young, 2006). Bunun sonucunda, dünya genelinde daha fazla kültür, Olimpiyatlar aracılığıyla kendini ifade etme fırsatı bulmaktadır. Geleneksel sporların Olimpiyatlarda yer bulması, yerel kültürlerin evrensel bir platformda tanıtılmasını sağlayabilir. Modern Olimpiyat Oyunları'nda yer alan spor dallarının çoğu Batı kökenli olup, Avrupa ve Kuzey Amerika kültürlerine ait disiplinlerin öne çıktığı görülmektedir. Ancak, küreselleşmeyle birlikte ortaya çıkan kültürel çeşitlilik talepleri, olimpiyat programının giderek daha kapsayıcı bir yapıya dönüşmesini gerektirmektedir (Bairner, 2001). Geleneksel sporlar, belirli coğrafyalarda yüzyıllardır oynanan, halkın kültürel ve sosyal dokusunun bir parçası olarak varlığını sürdüren etkinliklerdir. Bu sporların Olimpiyat Oyunları'na dahil edilmesi, modern dünyanın tek tip spor algısının ötesine geçerek farklı kültürlerin spor anlayışını da tanıtmaya imkanı sunacaktır. Geleneksel sporların Olimpiyat sahnesinde yer alması, küresel spor kültürüne büyük katkı sağlayacak bir adım olarak değerlendirilmektedir. Farklı kültürel sporların Olimpiyat oyunlarında yer bulması, yalnızca seyir zevkini artırmakla kalmayacak; aynı zamanda spor yoluyla kültürel etkileşim ve anlayışı da güçlendirecektir (Giulianotti ve Robertson, 2007). Geleneksel sporların, evrensel bir platformda kendini gösterebilmesi, bu sporların unutulmasını önleyebilir ve yeni nesillerin

kendi kültürel miraslarına olan ilgisini yeniden canlandırabilir. Dolayısıyla, Olimpiyat Oyunları gibi büyük çaplı bir etkinlik, geleneksel sporların dünya çapında tanıtılması için bir fırsat sunmaktadır.

### **Geleneksel Sporların Tanımı ve Önemi**

Geleneksel kavramını, hareketlerin ya da davranışların toplum tarafından kabul görülüp sürekli uygulanması şeklinde açıklamak mümkündür. Kabul şartına bağlı olarak toplum, yaşadığı dönem içerisinde tüm hareketleri kabul edip yeni nesillere aktarmaz. Bu aşamada önemli olan toplumun sahip olduğu norm ve değerlerdir (Karahüseyinoğlu, 2008). Geleneksel oyunlar fiziksel aktivitenin ön planda olduğu, oyuncuların oyunun kurallarına, alanına, süresine, oyuncu sayısına ve en önemlisi oyun araçlarına müdahale ederek, oyunu özgürce kendilerine göre uyarladıkları oyunlardır. Burada en önemli nokta ise, yaratıcılığın, bireyler arası iletişimin ve oyun kurmanın ön planda olmasıdır. Bu yönleri ile geleneksel oyunlar özellikle çocukların fiziksel, zihinsel, sosyal ve duyuşsal gelişimlerine önemli katkılar sunmaktadır. Geleneksel sporlar, belirli bir kültür veya toplumun uzun yıllardır uyguladığı, çoğunlukla yerel özellikler taşıyan ve bu toplumun yaşam biçimini, değerlerini, inançlarını yansıtan fiziksel faaliyetlerdir. Bu sporlar, yerel bir kimlik inşa etmede ve sosyal dayanışmayı güçlendirmede önemli bir rol oynar. Geleneksel sporların tanımına örnek olarak Japonya'daki sumo güreşi, Türkiye'deki yağlı güreş ve Kore'deki taekkyeon gibi sporlar verilebilir; bu sporlar, toplumların kültürel kimliklerinin bir parçası olarak nesilden nesile aktarılır ve günlük yaşamın ayrılmaz bir parçası haline gelir. Geleneksel sporlar, ulusların ya da milletlerin sahip oldukları kültürel mirasların korunmasında, gelecek nesillerin bu mirastan etkin ve verimli bir şekilde aktarılmasında kritik bir öneme sahiptir. Milli ve manevi unsurların temelinde olan, aynı zamanda gelecek nesiller ile kültür aktarılmasında bir köprü görevi görmektedir. Bu sporlar, sadece fiziksel etkinlikler olmanın ötesinde, o toplumun tarihine, geleneklerine ve inançlarına dair güçlü sembolik anlamlar taşır. Örneğin, Orta Asya'da yaygın olan ve binlerce yıldır oynanan kokpar, bir spor etkinliği ile tarihsel olarak toplumun savaş becerilerini sergileme amacı güder. Geleneksel sporların sosyal ve kültürel önemi, bu sporların bireyler ve toplumlar arasında bağ kurma, ortak değerleri paylaşma ve toplumsal bütünlüğü pekiştirme kapasitesinden kaynaklanır. Bu sporlar, katılımcılara ve izleyicilere bir aidiyet duygusu sunarak toplum içindeki birlik ve dayanışmayı artırır. Ayrıca, geleneksel sporların uluslararası düzeyde tanıtılması, kültürel alışverişi teşvik etmekte ve farklı kültürlerin spor aracılığıyla birbirini anlamasını sağlamaktadır. Bu kapsamda Türkiye'de geleneksel spor denilince ilk akla gelen spor branşı olan güreş sporunda alınan olimpiik başarılar ülke tanıtımı açısından önem arz etmektedir. Bayraktar'a göre, Güreşçilerimiz Olimpiyat, Dünya ve Avrupa şampiyonalarında şampiyonluklar kazanarak Türk sporunun tanıtılmasında ve gelişmesinde önemli katkılar sağlamışlardır (Bayraktar ve Tozoğlu, 2015).

### **Olimpiyat Oyunlarında Kültürel Çeşitliliğin Artırılması Gerekliği**

Olimpiyat Oyunları veya kısaca Olimpiyatlar, Yaz ve Kış Olimpiyat Oyunları olmak üzere iki ayrı kategoride, dört yılda bir düzenlenen uluslararası çok sporlu etkinliktir. 200'ün üzerinde ülkeyi temsil eden sporcuların katıldığı etkinliklere ev sahipliği yapan olimpiyatlar, dünyanın en kapsamlı spor etkinliği olarak bilinmektedir (Yüksel ve Dağlı, 2024). Olimpiyat Oyunları, dünyanın dört bir yanından gelen sporcuları ve izleyicileri bir araya getiren küresel bir etkinlik olarak, kültürel çeşitliliği temsil etme kapasitesine sahiptir. Olimpiyatlar, kurulduğu ilk yıllardan bu yana bir evrensellik ideali çerçevesinde organize edilmiş olsa da, spor dallarının dağılımında ve kültürel mirasların temsiliyeti açısından belirli kısıtlamalar bulunmaktadır. Bu sınırlamaların bir sonucu olarak, birçok geleneksel spor, evrensel bir platform olan Olimpiyat Oyunları'nda henüz yer bulamamıştır. Mevcut Olimpiyat programında yer alan judo ve güreş gibi bazı spor dalları, Japonya ve Orta Doğu gibi bölgesel kökenlere sahip olup, geleneksel sporların uluslararası arenada tanıtılmasının önünü açan örneklerdir (Maguire, 2015). Türk kültüründe izlerine rastlanan temel sporlar incelendiğinde; Uzak Doğu'dan Mezopotamya'ya,

oradan da Anadolu'ya uzanan kuşakta yapılmış arkeolojik kazılara göre; güreş ,kılıç, okçuluk, atçılık, at sırtında top ve sopayla oynanan çöğen/polo, cirit, mızrak, at sırtında oğlak kapılan gökbörü, at sırtında ip üstünden sopa sıçratan cop, Kralı karşılama koşusu seyirtme, avcılık, puçila/boks, silahlı donanımlı yüzme, kılıç dansı matrak, saplı araçla rakip sırtına vurma tomak, taş atma, ağırlık kaldırma ve silahlı donanımlı kayak- gibi temel savaş eğitimi veren sporlar yapıldığı tespit edilmiştir (Fişek, 1985). Olimpiyat Oyunları'nın kültürel çeşitliliği desteklemesi, farklı bölgelerden spor dallarının temsil edilmesiyle sağlanabilir ve bu çeşitlilik, Olimpiyatların evrensel bir etkinlik olarak kalıcı bir miras bırakmasına katkıda bulunabilir. Olimpiyat Oyunları'nda geleneksel spor dallarına yer verilmesi, kültürel etkileşimi teşvik etmekte ve de uluslararası spor sahnesinde çeşitliliği ve kapsayıcılığı artırmaktadır. Olimpiyat Oyunları'nın kültürel çeşitlilik misyonu, yalnızca uluslararası bir etkinlik olmaktan öte, küresel barış ve işbirliğine katkı sağlayan bir köprü görevi üstlenmektedir. Farklı kültürlerden sporların tanıtımı, kültürel mirasların korunmasına ve bu mirasların dünya çapında görünürlük kazanmasına yardımcı olur (Hayhurst ve Giles, 2013). Böylece Olimpiyatlar, geleneksel sporların da dâhil edildiği bir programla, evrensel değerlerin yansıtıldığı bir platform olarak daha fazla kültüre hitap edebilir.

### **Geleneksel Sporların Olimpiyatlara Eklenmesinin Potansiyel Avantajları**

Olimpiyat Oyunları, küresel bir ilgi odağı olduğundan, geleneksel sporların bu organizasyona dahil edilmesi, yabancı izleyicilerin ilgisini çekerek kültürel turizme katkı sağlayabilir. Özellikle kültürel ve otantik deneyim arayışında olan turistler için geleneksel spor etkinlikleri cazip bir unsur olabilir. Bu sporların olimpiyatlarda tanıtımı, ev sahibi ülkenin kültürel değerlerini yansıtmaya ve turistlerin ilgisini çekme potansiyelini artırır (Guttman, 2018). Örneğin, Güney Kore'de geleneksel taekkyeon veya Türkiye'de yağlı güreş gibi sporlar, Olimpiyat sahnesinde tanıtıldığında yabancı izleyicilerin ilgisini çekebilir, bu sporları yerinde izlemek isteyen turistler için yeni bir deneyim sunar (Riordan, 2011). Olimpiyat Oyunları'na geleneksel sporların eklenmesi, farklı kültürlerden sporcuların bir araya gelmesiyle kültürel diplomasi açısından da bir katkı sağlar. Farklı kültürlerin temsili, toplumlar arası hoşgörü ve anlayışın güçlenmesine katkıda bulunur ve sporun diplomatik bir araç olarak kullanılmasına olanak tanır.

### **Uluslararası Federasyonlar ve Geleneksel Sporların Tanıtımı**

Geleneksel sporların uluslararası arenada tanıtılmasında federasyonlar kadar yerel kuruluşlar da önemli bir rol oynamaktadır. Yerel kuruluşlar, bu sporların köklü bir geçmişe ve özgün bir kültüre dayandığını vurgulamak amacıyla çeşitli etkinlikler düzenler ve böylece sporların tanıtımı yapılır. Bu etkinlikler, sadece sporun icra edilmesi değil, aynı zamanda ilgili kültürün ritüellerini, kostümlerini ve törenlerini de içerebilir (Guttman, 2018). Özellikle UNESCO tarafından desteklenen kültürel miras projeleri kapsamında, geleneksel sporların korunmasına yönelik programlar oluşturulmakta ve ulusal düzeyde farkındalık artırılmaktadır. Bu tür projeler, yerel halkın geleneksel sporlarına sahip çıkmasını sağlamakta ve onları küresel düzeyde tanıtarak sürdürülebilir bir kültürel miras politikası geliştirmektedir. Ayrıca, bazı federasyonlar, geleneksel sporların UNESCO tarafından "Somut Olmayan Kültürel Miras" olarak tanınması için başvurularında bulunarak bu sporların küresel değer kazanmasını sağlamaktadır (Hayhurst ve Giles, 2013). Bu girişimler, geleneksel sporların modern dünyada sürdürülebilirliğini sağlamak için önemli bir araçtır. Bu süreçte federasyonlar, bir yandan geleneksel sporların kendi kimliğini korurken, diğer yandan sporun uluslararası izleyici kitlesi tarafından kabul görebilecek bir forma dönüşmesini sağlamaya çalışmaktadır. Ancak, bu girişimler, kültürel özgünlüğün korunması ile küresel kabul arasında hassas bir denge gerektirmektedir (Donnelly, 2016). Federasyonlar ve yerel kuruluşlar, geleneksel sporların kültürel köklerini koruyarak bu sporların uluslararası düzeyde tanınmasını sağlamak amacıyla



## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

çalışmaya devam etmekte ve bu sporların tanıtımı için giderek daha geniş bir çerçevede işbirliği yapmaktadır.

### TARTIŞMA SONUÇ

Olimpiyat Oyunları, tarih boyunca kültürler arası etkileşim ve barışın teşvik edilmesinde önemli bir rol üstlenmiştir. Ancak oyunlar, Batı merkezli spor dallarının ağırlıklı olduğu bir yapı ile sınırlı kalmıştır. Bu durum, geleneksel sporların küresel düzeyde yeterince temsil edilmediği bir tabloyu ortaya koymaktadır. Geleneksel sporların Olimpiyat programına dahil edilmesi, bu eksikliğin giderilmesi ve Olimpiyat Oyunları'nın daha kapsayıcı bir platform haline gelmesi için önemli bir fırsat sunmaktadır. Kültürel çeşitliliği artırmanın yanı sıra, geleneksel sporların Olimpiyat sahnesinde yer alması, yerel mirasların korunması ve dünya çapında tanıtılmasını da sağlamaktadır. Bu sporlar, yerel topluluklar için güçlü bir aidiyet duygusu yaratırken, uluslararası arenada farklı kültürlerin spor anlayışını sergilemek için bir araç olabilir. Bu bağlamda, geleneksel sporların tanıtımı, sadece sporun ötesine geçerek kültürel bir diplomasiye de aracı haline gelmektedir. Federasyonlar ve yerel kuruluşların çabaları, geleneksel sporların uluslararası alanda kabul görmesi için büyük önem taşımaktadır. UNESCO gibi uluslararası kuruluşların bu sporları "Somut Olmayan Kültürel Miras" olarak tanıması, bu çabaları destekleyen önemli bir adım olarak değerlendirilmektedir. Geleneksel sporların Olimpiyat programına dahil edilmesi, hem bu sporların küresel farkındalığını artıracak hem de sporun birleştirici gücünü daha geniş bir kültürel zemin üzerinde pekiştirecektir. Sonuç olarak, Olimpiyat Oyunları'nın geleneksel sporları kapsayacak şekilde genişletilmesi, oyunların evrensellik misyonunu güçlendirecek, farklı kültürlerle ait değerlerin tanıtılmasına ve paylaşılmasına olanak tanıyacaktır. Bu adım, yalnızca Olimpiyatların kültürel çeşitliliğini artırmakla kalmayacak, aynı zamanda geleneksel sporların unutulmaktan kurtarılmasına ve yeni nesillere aktarılmasına katkıda bulunacaktır. Bu bağlamda, Olimpiyat Oyunları'nın gelecekte kültürel çeşitliliği daha fazla desteklemesi ve geleneksel sporların temsilini genişletmesi gereklidir.

### KAYNAKÇA

- Bairner, A. (2001). Sport, nationalism, and globalization: European and North American perspectives. SUNY Press.
- Bayraktar, G., & Tozoğlu, E. (2015). GÜREŞ SPORUNA KÜRESELLEŞME SÜRECİNİN ETKİLERİ. *Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(2), 71-92.
- Donnelly, P. (2016). Taking sport seriously: Social issues in Canadian sport. McGraw-Hill Ryerson.
- Fişek K., (1985). 100 Soruda Türkiye Spor Tarihi, Gerçek Yayınevi, İstanbul.
- Giulianotti, R., & Robertson, R. (2007). Globalization and sport. Blackwell.
- Gold, J., & Gold, M. (2011). Olympic cities: City agendas, planning, and the world's games, 1896–2020. Routledge.
- Görkemli, H., Matır, L., Çelik, C., Seki, Ö. (2014). Kent İmajı Açısından Olimpiyatlar: Selçuk Üniversitesi Öğrencilerine Yönelik Bir Uygulama. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 2(3), 178-196. <https://doi.org/10.19145/guifd.35563>
- Guttmann, A. (2018). Games and empires: Modern sports and cultural imperialism. Columbia University Press.
- Hayhurst, L. M. C., & Giles, A. R. (2013). Beyond sport for development and peace: Transnational perspectives on theory, policy and practice. Routledge.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Karahüseyinoğlu, M. F. (2008). Geleneksel Türk sporlarındaki modern spor yansımaları. *Sport Sciences*, 3(3), 130-137.
- Maguire, J. (2015). *Power and global sport: Zones of prestige, emulation and resistance*. Routledge.
- Riordan, J. (2011). *Sport in Soviet society: Development of sport and physical education in Russia and the USSR*. Cambridge University Press.
- Tomlinson, A., & Young, C. (2006). *National identity and global sports events: Culture, politics, and spectacle in the Olympics and the Football World Cup*. SUNY Press.
- Young, D. C. (2014). *A brief history of the Olympic Games*. John Wiley & Sons.
- Yüksel, A. U., & Dağlı Ekmekçi, Y. A. (2024). Olimpiyatlarda Yer Alan Mücadele Sporları ile İlgili Türkiye’de Yapılmış Bilimsel Çalışmaların Analizi: Bir Sistemik Derleme. *Burdur Mehmet Akif Ersoy University Journal of Sports Sciences*, 2(1), 69-84. <https://doi.org/10.5281/zenodo.11520831>



## PİLATES VE POSTÜR: DENGE, STABİLİTE VE POSTÜREL KONTROLE KATKILAR

Halime KARA<sup>1</sup>, Bade YAMAK<sup>2</sup>, Hamza KÜÇÜK<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor  
Anabilim Dalı, Samsun, Türkiye

ORCID Code: 0009-0005-7300-7750

E-posta: [halimekaraa@outlook.com](mailto:halimekaraa@outlook.com)

<sup>2</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon  
Bölümü

Samsun, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-7129-0346

E-posta: [bade.tekbas@omu.edu.tr](mailto:bade.tekbas@omu.edu.tr)

<sup>3</sup>Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve  
Spor Öğretmenliği Bölümü, Samsun, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-9912-9909

E-posta: [hamza.kucuk@omu.edu.tr](mailto:hamza.kucuk@omu.edu.tr)

### ÖZET

Bu çalışmanın amacı, Pilates egzersizlerinin denge, stabilite ve postür üzerindeki etkilerini incelemektir. Postür bozuklukları, doğuştan olabileceği gibi omurganın hatalı hizalanması, kas dengesizlikleri ve modern yaşamın getirdiği hareketsizlik, uzun süreli telefon, tablet ve bilgisayar kullanımı gibi etkenlerden kaynaklanmaktadır. Pilates, karın, sırt ve pelvik bölgelerdeki derin kasları hedef alarak postürü etkileyen önemli kas gruplarını çalıştırırken, aynı zamanda vücudun merkez bölgesini güçlendirmeye, esnekliği artırmaya ve vücut farkındalığını geliştirmeye yönelik bir sistemdir. Her bir postür bozukluğuna özel pilates egzersizleri önerilmektedir. Pilates metodu, fiziksel egzersiz ve iyileşme süreçlerinde yaygın şekilde tercih edilmektedir. Yetişkinler için egzersiz programlarına katılım, genellikle tavsiye edilen bir uygulamadır. Bu programlar, kas kütlesi ve duruşun korunmasını destekleyecek güç artırıcı hareketlerin yanı sıra denge ve esneklik çalışmalarını da içermelidir. Pilates metodu, bu hedeflere ulaşmak için bir alternatif olarak değerlendirilebilir, çünkü bu yaklaşım, merkezi bölge stabilitesini, kas kuvvetini ve esnekliği geliştiren, kas kontrolü, duruş ve nefes alma üzerinde yoğunlaşan bir egzersiz yöntemidir. Son yıllarda Pilates, özellikle duruş bozukluklarından kaynaklanan sorunları iyileştirmek için yaygın olarak tercih edilen bir yöntem haline gelmiştir. Bu yöntem, vücuda denge ve stabilite sağlayan kasları hedef alarak, postürel düzeltmeler yapmayı amaçlar. Bu sayede, düzgün bir postür için gerekli kasları güçlendirir, vücut dengesini sağlar ve postür bozukluklarının etkilerini azaltır. Yapılan literatür taramalarında, Pilates'in düzenli uygulandığında postür bozukluklarını düzelttiğini ve sırt ile bel ağrılarını azalttığını göstermektedir. Pilates egzersizlerinin, kas gücü, esneklik ve dengeyi artırarak sağlıklı bir postürün korunmasına yardımcı olduğu saptanmıştır. Sonuç olarak, bu egzersiz yöntemi, duruş bozukluklarını düzeltmek ve ulaşılan doğru duruşu uzun vadede sürdürülebilir bir becerisini kazandırmak için etkili bir araçtır.

**Anahtar Kelimeler:** Egzersiz, Pilates, Postürel Kontrol,



## PILATES AND POSTURE: CONTRIBUTIONS TO BALANCE, STABILITY, AND POSTURAL CONTROL

### ABSTRACT

This study aims to examine the effects of Pilates exercises on balance, stability, and posture. Postural disorders can stem from various factors, including congenital issues, spinal misalignment, muscle imbalances, and the sedentary nature of modern life, such as prolonged use of phones, tablets, and computers. Pilates targets the deep muscles in the abdominal, back, and pelvic regions, focusing on key muscle groups that influence posture. At the same time, it strengthens the body's core, enhances flexibility, and improves body awareness. Specific Pilates exercises are recommended for each type of postural disorder. Pilates is widely used in both physical exercise and rehabilitation processes. Participation in exercise programs for adults is generally recommended. These programs should include strength-enhancing movements that support muscle mass and posture, alongside exercises to improve balance and flexibility. The Pilates method can be considered an alternative to achieve these goals, as it emphasizes exercises that improve core stability, muscle strength, and flexibility, while focusing on muscle control, posture, and breathing. In recent years, Pilates has become a popular method for addressing issues related to postural disorders. By targeting muscles that promote balance and stability, Pilates aims to correct posture. As a result, it strengthens the muscles necessary for proper posture, helps maintain body balance, and alleviates the effects of postural disorders. Literature reviews have shown that regular practice of Pilates can correct postural disorders and reduce back and lumbar pain. Pilates exercises have been found to help preserve healthy posture by enhancing muscle strength, flexibility, and balance. In conclusion, this exercise method is an effective tool for correcting postural disorders and for maintaining proper posture in the long term.

**Keywords:** Exercise, Pilates, Postural Control,

### GİRİŞ

Pilates egzersizi 1920'lerde Joseph Pilates tarafından sistematize edilmiştir (*Friedman ve Eisen, 2005; Latey, 2001*). Orijinal adı olan "Contrology" den de anlaşılacağı üzere, vücut pozisyonu ve hareketinin kontrolüne vurgu yapılmaktadır (*Latey, 2001*). Pilates, Doğu ve Batı felsefesini içinde barındırmakta, yoganın zihinsel odaklanma ve özel nefes alma tekniğiyle, cimmastik ve diğer sporların fizikselliğini birleştirmektedir (*Muscolino ve Cipriani, 2004; Kloubec ve Banks, 2004*).

Egzersizler yerde yapılır veya ayarlanabilir yay direnci sağlayan özel ekipmanların kullanımını gerektirir. Pilates egzersizinin geleneksel prensipleri arasında merkezleme, konsantrasyon, kontrol, hassasiyet, akış ve nefes alma yer alır (*Anderson ve Spector, 2000*). Son yıllarda pilates dansçılardan rehabilitasyona kadar çok farklı alanlarda uygulanmaya başladı (*Bryan ve Hawson, 2003*).

Pilates, gövde ve belin stabilize edici kaslarını aktive etmeye odaklanması nedeniyle bel ağrısı olan kişilere sıklıkla reçete edilmektedir (*La Touche ve ark., 2008*). Bu kasların bel ağrısı olan kişilerde inhibe olduğu gösterilmiştir (*Wallwork ve ark., 2009*). Bu nedenle Pilates egzersizinin bu kasların yeniden aktive edilmesine yardımcı olduğu ve böylece belin desteğini artırarak ağrı ve sakatlığı azalttığı teorik olarak kabul edilmektedir (*La Touche ve ark., 2008*).

### **Pilatesin etkileri**

Pilates, koordinasyon, denge, esneklik ve kassal dayanıklılığı geliştiren ve bu özellikleri geliştirmeyi bünyesinde barındıran egzersizlerden biridir (Cozen, 2000). Kas esnekliğini arttırmakta (Rogers ve Gibson, 2006), omurga stabilitesi ve postür bozukluklarını iyileştirilmesinde etlidir.

Yakut ve ark. (2006), 67 osteoartritli hasta ile yaptıkları çalışmada pilates egzersizlerinin güvenilir bir yöntem olduğunu ifade etmiştir. Özellikle evde uygulanabilmesi bakımından pilatesin etkili bir uygulama olabileceğini belirtmişlerdir. Dickey (2005), haftada sadece 1 gün yapılan Pilates çalışmasının, esneklik gelişiminde etkili olduğunu tespit etmiştir. Otto ve ark. (2004) da çalışmalarında Pilates reformer egzersizlerinin esneklik değerleri üzerinde olumlu etkileri olduğunu ifade etmiştir. Shahidi ve ark. (2023), pilates egzersizlerinin daha önce spor tecrübesi olmayan kişilerde üst vücut, üst gövde bölgesinde, alt vücut ve alt gövde bölgesinde kuvveti ve dayanıklılığında artışa etki ettiğini belirtmişlerdir. Pilates egzersizleri gebelerde de kullanılabilir bir egzersiz yöntemidir. Sönmezer ve ark. (2021), klinik pilates egzersizlerinin bel ağrısı olan gebelerde lumbopelvik stabilizasyon gücünü arttırmada, ağrı ve sakatlığı azaltmada, fiziksel hareketliliği iyileştirmede ve uyku problemlerini çözmede etkili olduğunu bildirmiştir.

### **Pilatesin temel prensipleri**

Bireyin zihnini, psikolojik ve fiziki koordinasyonunu geliştirmek için tasarlanan ve bu egzersiz türünü tanımlamak için kullanılan kavrama "kontrolöji" adı verilmektedir (Atalay, 2020). Kontrolöji; beden, zihin ve ruhun tam koordinasyonudur. Bireylerin fiziksel uygunluğunu geliştirir, postürü düzenler ve konsantrasyonu artırır. Bu program altı temel prensibe dayanmaktadır. Bunlardan birincisi konsantrasyon, ikincisi merkezleme, üçüncüsü nefes (solunum), dördüncüsü kontrol, beşincisi ritm ve akıcılık altıncısı da kesinlik ve doğruluktur (Latey, 2001). Bu prensipler Pilates'in birçok yaklaşımının temeli olarak kabul edilir ve tüm dikkatin yapılan hareketlerde toplanmasını sağlar (Srivastava, 2016).

### **Konsantrasyon**

Farkındalık ve hareket arasındaki ilişkiyi konsantrasyon sağlar. Her hareketin başlangıcında hangi kasların çalışacağı, nefes paterni kontrol edilmelidir. Hareket serilerine odaklanmak vücudun hareket ritmini düzenlemeyi ve sakatlıklardan korunmayı sağlar (Isacowitz, 2022).

### **Merkezleme**

Ağırlık merkezinin konumu bulmayı ifade eden bir süreçtir. Vücudun kas merkezinin veya "güç merkezinin" egzersizler sırasında pelvik taban ile göğüs kafesi arasında sıkılaştırılmasıdır (Wells ve ark., 2012).

### **Nefes (solunum)**

İçgüdüsel olarak gerçekleştirdiğimiz bedensel bir işlev olan nefes, tüm hareketleri sağlayan yakıttır ve Pilates yönteminin kaynağında yer alır. Nefes almak birçok kas ve eklemün gönüllü veya gönülsüz katıldığı karmaşık bir olaydır. Yaşam ve hareket ile eş anlamlıdır. Nefes almak son derece önemlidir fakat ihmal edilir. Nefes alma sırasında diyafram düzleşir ve toraksın vertikal boyutu artar. Nefes verme sırasında diyafram gevşer ve tekrar kubbe görünümünü alır (Isacowitz, 2022).

### **Kontrol**

Kontrol, bir şeyi kontrol etme (sınırlama, yönetme veya emretme) eylemi veya bunu yapma gücü olarak tanımlanabilir. Pilateste ustalaşmak için vücudun her bölgesi her zaman kontrol altında olmalıdır. Detaylara dikkat, mükemmel kontrol elde etmede çok önemlidir. Kontrol, vücudu eşit oranda geliştirir, duruş bozukluklarını düzeltir, fiziksel canlılığı geri kazandırır, zihni canlandırır ve ruhu yükseltir (Gallagher ve Kryzanowska, 2000).

### Ritm ve akıcılık

Akış, sorunsuz ve kolayca ilerlemek veya düzgün bir sürekliliğe sahip olmak olarak tanımlanır. Pilates yönteminin holistik yaklaşımı bağlantılı, zarif ve doğal hareketi teşvik eder. Her egzersizde, dolayısıyla çalışmanın tümünde doğal bir ritim ve akıcılık vardır. Egzersizlerin uygun konsantrasyonda yapılmasını ve pozisyonlar arası geçişlerin akıcı olarak yapılmasını ifade eder. Bu durum sakatlık hikayesi olan kişiler için bile egzersiz sırasında güvenlik sağlar (Shah, 2013).

### Kesinlik ve doğruluk

Düzensizlik, tam, doğru ve kesin olmanın kalitesi olarak tanımlanır. Uygulamadaki düzensizlik, Pilates egzersizlerinin ayırt edici özelliğidir. Bu prensip, isteğe bağlı bir ekstra değil, tüm sürecin etkinliğinin merkezinde yer alır. Pilates egzersizleri çok küçük ve göze çarpmayan hareketlerle yapılmalıdır. Doğruluk/ kesinlik, tekrar sayısından daha önemlidir (Pearce ve Sessa, 2022). Hareketin kalitesini arttırmak için doğruluk ilkesi kullanılır, çünkü doğruluk vücudun postüral hizalamasını yeniden eğitmek için hayati öneme sahiptir. Spesifik kas kontrolü ve çok daha yakın zihinsel nöromüsküler patern için doğruluk ile geliştirilir.

### KAYNAKLAR

- Anderson, B. D., & Spector, A. (2000). *Introduction to Pilates-based rehabilitation. Orthopaedic Physical Therapy Clinics of North America*, 9(3), 395-410.
- Atalay, S. (2020). Pilates egzersizlerinin kadın beyaz yakalılarda esneklik, core kuvveti ve kas iskelet sistemi hastalıkları üzerine etkilerinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Bryan, M., & Hawson, S. (2003). The benefits of Pilates exercise in orthopaedic rehabilitation. *Techniques in Orthopaedics*, 18(1), 126-129.
- Cozen, D.M. (2000). Use of Pilates in foot and ankle rehabilitation. *Sports Medicine And Arthroscopy Review* 8 (4): 395-403 Oct-Dec
- Dickey, C., Henkel, D. (2000). Pilates Research Offers New Information On Popular Technique, Exercise Beneficial For Flexibility, Muscular Fitness, *American College of Sports Medicine*, 30, March
- Friedman P, Eisen G. *The Pilates method of physical and mental conditioning. 10th edn. London: Penguin Books; 2005.*
- Gallagher , S. And Kryzanowska , R. , Eds. (2000). *The complete writings of Joseph H. Pilates: Your health and return to life through Contrology*, Philadelphia : Bainbridge Books
- Isacowitz, R. (2022). Pilates. *Human Kinetics*.
- Kloubec, J. ve Banks, A. (2004). Pilates ve Physical. *JOPERD*, Apr, 75(4): 34
- La Touche R, Escalante K, Linares MT. Treating non-specific chronic low back pain through the Pilates method. *J Bodyw Mov Ther* 2008;12:364—70
- La Touche, R., Escalante, K., & Linares, M. T. (2008). Treating non-specific chronic low back pain through the Pilates Method. *Journal of bodywork and movement therapies*, 12(4), 364-370.
- Latey, P. (2001). The Pilates method: history and philosophy. *Journal of bodywork and movement therapies*, 5(4), 275-282.

## II. International Congresson Exercise and Sports Sciences



in memory of Naim SÜLEYMANOĞLU - Prof. Dr. Ahmet Faik İMAMOĞLU

- Muscolino, J. ve Cipriani, S. (2004). Pilates and the “Powerhouse”-I. *J Bodywork Mov Ther.*, 8(1): 15-24
- Otto, R., ve diğ. (2004). The Effect of 12 Weeks of Pilates vs. Resistance Training on Trained Females. *Med Sci Sports Exerc.* May, (36:5):S 356-357.
- Pearce, K., Sessa, S. (2022). *Rehabilitation Through Pilates: A Guide to Recovery from Common Musculo-Skeletal Conditions.* Birleşik Krallık: Aeon Books
- Shah, S. (2013). “Pilates exercises”, *International Journal of Physiotherapy and Research*, cilt 1, sayı 4, ss. 196-203.
- Shahidi, S. H., Çeçen, E., & Taşkırın, M. (2023). Orta Yaşlı Popülasyonlarda Kas Kuvveti ve Dayanıklılığının İyileştirilmesi İçin Kinesis ve Pilates: Randomize Kontrollü Bir Çalışma. *Sağlık ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 21-28.
- Sonmezer, E., Özköslü, M. A., & Yosmaoğlu, H. B. (2021). The effects of clinical pilates exercises on functional disability, pain, quality of life and lumbopelvic stabilization in pregnant women with low back pain: A randomized controlled study. *Journal of back and musculoskeletal rehabilitation*, 34(1), 69-76.
- Srivastava R. Effect of pilates, calisthenics and combined exercises on selected physical motor fitness. *Isara Publications*, 2016; 114
- Wallwork, T. L., Stanton, W. R., Freke, M., & Hides, J. A. (2009). The effect of chronic low back pain on size and contraction of the lumbar multifidus muscle. *Manual therapy*, 14(5), 496-500.
- Wells, C., Kolt, G. S., & Białocerkowski, A. (2012). “Defining Pilates exercise: a systematic review”, *Complementary therapies in medicine*, cilt 20, 4, 253-262
- Yakut, E., Yağlı, V. N., Akdoğan, A., & Kiraz, S. (2006). *Diz osteoartriti olan hastalarda Pilates egzersizlerinin rolü: bir pilot çalışma. Fizyoterapi Rehabilitasyon*, 17(2), 51-60.