

KONGRE BİLDİRİLERİ ÖZET VE TAM METİN KİTABI

Proceedings Book

(13–16 November 2025, Kemer, Antalya, Türkiye)





ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025



8. Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresi

KONGRE BİLDİRİLERİ ÖZET VE TAM METİN KİTABI

Proceedings Book 13-16 Kasım 2025

ISBN: 978-625-98107-3-7

Basım Tarihi / Published on

01.12.2025, Ankara

www.iecses.org www.iscs-conference.org www.iscs-a.org



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025



8th International Conference on Sport Education and Society

FULL TEXT

&

ABSTRACT

Proceedings Book 13-16 November 2025

ISBN: 978-625-98107-3-7

Basım Tarihi / Published on

01.12.2025 - Ankara

www.iecses.org www.iscs-conference.org www.iscs-a.org



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025



ULUSLARARASI BİLİM KÜLTÜR VE SPOR DERNEĞİ
INTERNATIONAL SCIENCE CULTURE AND SPORT ASSOCIATION



Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresi

International conference
on sport, education
and society

11.08.2025

Özet gönderimi başlangıcı

16.10.2025

Erken kayıt son tarih

03.11.2025

Özet gönderi son tarih

08.11.2025

Kongre programının açıklanması

Önemli
Tarihler



13-16 Kasım / November / 2025
Kemer - Antalya - TÜRKİYE



ISCSA.UBİKS



www.iecses.org





ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

8.Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresi

TAM METİN & ÖZET KİTABI

8th International Conference on Sport Education and Society

FULL TEXT & ABSTRACT

All the accepted abstracts listed in this book.

Bu kitapta kongrede sunulmuş/sergilenmiş tüm bildiri ve eserlere yer verilmiştir.

Editor

Dr. Caner CENGİZ

Dr. Zekai ÇAKIR

Assistant Editor / Yayına Hazırlık:

Sezai ÇAKIR

Betül AYHAN

Sema GÜZEL

Kader YEL

Design / Afiş Tasarım:

Güngör DOĞANAY

ISBN: 978-625-98107-3-7

Basım Tarihi / Published on

01.12.2025, Ankara

www.iecses.org www.iscs-conference.org www.iscs-a.org



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

ABOUT US

The International Association of Science, Culture, and Sports (UBİKS) was established in December 2010 and officially commenced in 2011. Headquartered in Ankara, UBİKS maintains a communication network comprising individuals from over 50 countries.

In June 2012, UBİKS organized its first international congress during the 5th International Great Ankara Festival with the support of Ankara Metropolitan Municipality. The second congress, held in Antalya in 2013, incorporated the Culture Workshop organized by the General Directorate of Education, Culture, and Research of the Ministry of Youth and Sports and the 2nd International Folk Dance Congress in collaboration with the Turkish Folk Dance Federation, making it a more vibrant and comprehensive event.

The 3rd ISCS Congress was held in Sarajevo in 2014, and numerous universities from Bosnia, Herzegovina, and Turkey supported it. UBİKS collaborated with the National Olympic Committee of Bosnia and Herzegovina and the International Sport for All Federation (TAFISA) to successfully conduct the congress.

In 2015, UBİKS organized the 4th ISCS Congress in Ohrid, Macedonia, under the auspices of TAFISA. This event was supported by the Turkish Cooperation and Coordination Agency (TİKA) and attended by civil society organizations such as the Union of Administrators and Bureaucrats (İBB) and the Muradiye Alumni Association (MMD).

The 5th ISCS Congress took place in April 2016 in collaboration with Ahmet Yesevi University. This congress was held in Türkistan, Kazakhstan, in honour of the UNESCO-declared Year of Ahmet Yesevi, commemorating the prominent Turkish and Islamic thought figure, Hoca

Ahmet Yesevi. Numerous national and international civil society organizations contributed to the congress.

The 6th ISCS Congress was held from April 25-27, 2018, at the Lviv State University of Physical Culture in Ukraine, with additional support from Ivan Franko National University.

Due to the pandemic, UBİKS conducted the 7th ISCS Congress virtually.

The 8th ISCS Congress was held under the auspices of the President of the Turkish Republic of Northern Cyprus (TRNC), Ersin TATAR.

Since 2016, UBİKS has initiated the International Eurasian Congress on Sports, Education, and Society (IECSES) in Türkiye alongside the International Juried Mixed Art Exhibition. These events were held in Antalya in 2016 and 2017, Mardin Artuklu University in 2018, and Pamukkale University in 2019. Sports and cultural festivals involving hundreds of young participants were also organized in conjunction with these events.

The 5th IECSES Congress was hosted by the Lviv State University of Physical Culture in Ukraine. At the same time, the 6th IECSES Congress took place at Dicle University in Diyarbakır from October 24-26, 2022, with your support and cooperation.

The 7th IECSES Congress was hosted by Kafkas University in Kars from November 11-13, 2024.

UBİKS hosted the 8th IECSES Congress at the Orange County Kemer Hotel in Antalya from November 13-16, 2025.

For archival records of past congresses, please refer to the "Previous Congresses" section in the adjacent menu.



HAKKIMIZDA

Uluslararası Bilim Kültür ve Spor Derneği (UBİKS), Aralık 2010'da kurulmuş, çalışmalarını ise fiili olarak 2011 yılında başlatmıştır. İletişim ağında 50'den farklı ülkeden kişi bulunan UBİKS' in merkezi Ankara'dadır.

UBİKS, 2012 Haziran'ında, Ankara Büyükşehir Belediyesi'nin katkılarıyla 5. Uluslararası Büyük Ankara Festivali kapsamında ilk uluslararası kongresini organize etmiştir. 2013 yılında Antalya'da ev sahipliği yaptığı ikinci kongresinde, Gençlik ve Spor Bakanlığı Eğitim Kültür ve Araştırma Genel Müdürlüğü'nce düzenlenen Kültür Çalıştayını ve Türkiye Halk Oyunları Federasyonu işbirliği ile 2. Uluslararası Halk Oyunları Kongresini içerisine alarak daha renkli ve geniş bir etkinliğe imza atmıştır.

UBİKS, 3. ISCS kongresini Bosna Hersek ve Türkiye'den çok sayıda üniversitenin desteğini alarak, ayrıca Bosna-Hersek Milli Olimpiyat Komitesi ve Uluslararası Herkes İçin Spor Federasyonu (TAFISA) işbirliğini sağlayarak, 2014 yılında Saraybosna'da gerçekleştirmiştir.

UBİKS, 4. ISCS kongresini ise 2015 yılında yine Uluslararası Herkes İçin Spor Federasyonu (TAFISA) çatısı altında, Türk İşbirliği Kalkınma Ajansı (TİKA)'nın destekleri ve İdareci Bürokratlar Birliği (İBB) ve Muradiye Mezunları Derneği (MMD) gibi sivil toplum kuruluşların katılımı ile Makedonya'nın Ohrid şehrinde gerçekleştirmiştir.

UBİKS, 5. ISCS Kongresini ise 2016 yılı Nisan ayında Ahmet Yesevi Üniversitesi işbirliği ile gerçekleştirmiştir. 2016 yılının UNESCO tarafından Ahmet Yesevi Yılı ilan edilmesi münasebetiyle, Türk ve İslam düşüncesinin önder ismi Hoca Ahmet Yesevi'nin anılması amacıyla, kongre Kazakistan'ın Türkistan şehrinde bulunan Ahmet Yesevi Üniversitesi'nde gerçekleştirilmiş, kongreye çok sayıda ulusal/uluslararası sivil toplum kuruluşu da destek sağlamıştır.

UBİKS, 6. ISCS Kongresini ise 25-27 Nisan 2018 tarihleri arasında Ukrayna Lviv Beden Kültürü Devlet Üniversitesi'nin ev sahipliğinde gerçekleştirilmiş olup, bu kongreye Ivan Franko Devlet Üniversitesi de destek vermiştir.

UBİKS, 7. ISCS Kongresini pandemi nedeniyle çevrimiçi olarak gerçekleştirmiştir.

UBİKS, 8. ISCS Kongresini Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'nde Cumhurbaşkanı, sayın Ersin TATAR'ın himayesinde gerçekleştirmiştir.

2016 yılından itibaren ülkemizde yapılmak üzere Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresi (IECSES) ve kongre ile eşzamanlı olarak Uluslararası Jürili Karma Sanat Sergisi düzenlemeye başlamıştır. Bu kongre ve sergi, 2016 ve 2017 yıllarında Antalya'da, 2018 yılında Mardin Artuklu Üniversitesi'nin ev sahipliğinde, 2019 yılında Pamukkale Üniversitesi'nin ev sahipliğinde düzenlenmiştir, bu etkinliklerle birlikte yüzlerce gencin katıldığı spor ve kültür festivalleri de düzenlenmiştir.

UBİKS, 5. IECSES kongresini Ukrayna Lviv Beden Kültürü Devlet Üniversitesi'nin ev sahipliğinde gerçekleştirmiştir.

UBİKS, 6. IECSES kongresini Diyarbakır/ Dicle Üniversitesi'nin ev sahipliğinde 24-26 Ekim 2022 Tarihleri arasında sizlerin desteği ve işbirliği ile gerçekleştirmiştir.

UBİKS, 7. IECSES kongresini Kars/ Kafkas Üniversitesi'nin ev sahipliğinde 11-13 Kasım 2024 Tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

UBİKS, 8. IECSES Kongresini Antalya, Orange County Kemer Hotel, ev sahipliğinde 13-16 Kasım 2025 Tarihleri arasında gerçekleştirilmiştir.

Kongrelerin arşiv sayfalarını görmek için yandaki **sitedeki arşivi inceleyebilirsiniz.**

DAVETLİ KONUŞMACILAR / Invited Speakers

		
Doç. Dr. Simona PAJAUJENE - LİTVANYA "Mindfulness in Physical Activity: Benefits For Health and Exercise"	Prof. Dr. Erdoğan KÖSE - TÜRKİYE "Eğitimde Doğru Bilinen Yanlışlar"	Prof. Dr. Nadhim El WATHER – IRAK "The Role of the Sports Psychologist in Esports"
		
Prof. Dr. Sebahattin DEVECİOĞLU - TÜRKİYE "Uzay Ekosisteminde Sporun Görünümü"	Prof. Dr. Abedalbasit ALSHORMAN – ÜRDÜN "Aainball sport....the sport of all"	Nagif HAMZATEV – AZERBAIJAN "Formula 1" and other international sporting events strengthen Azerbaijan's position on the global
 Dr. Antonio ROBUSTELLİ - İTALYA "Making sense of the data in sport: collection, analysis and application"		















TR - ENG



Hakkımızda

Önemli Tarihler

Kongre Ücretleri

Organizasyon Komitesi

Bilim Kurulu

Bildiri Konu Başlıkları

Davetli Konuşmacılar

Paneller

Bildiri Başvurusu

Pratik Bilgiler

Kongre Programı

Bildiri Özeti

Panel

Onaylanan Bildiriler

ÜYELİK İŞLEMLERİ

KONGREYE DAVET

Değerli Meslektaşlarımız,

2012 yılından bu yana yurt içi ve yurt dışındaki akademisyenlerin destekleri ve farklı üniversitelerin ev sahipliğinde gerek yurt içinde ve gerekse de yurt dışında organize ettiğimiz Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresi (www.iecses.org)'nin yedincisi **13-16 Kasım 2025** tarihleri arasında **Antalya Kemer**'de yüz yüze ve Online olacak şekilde siz değerli akademisyenlerin katılımlarıyla ve destekleriyle gerçekleştirilecektir. Sunum dili Türkçe ve İngilizce olacaktır.

Kongremiz, uluslararası alanda bilim insanlarını bir araya getirmeyi ve bilimde yapılan çalışmalara uluslararası düzeyde katkı sunmayı amaçlamaktadır. Ayrıca kongremizde lisans, lisansüstü öğrencilerini ve bilime katkı sağlayan değerli akademisyenleri bir araya getirmeyi ve yapılan çalışmalara eleştirel gözle bakılmasını sağlayan bilimsel ortamların oluşturulduğu akademik atmosfer eşliğinde sunumların gerçekleştirilmesi hedeflenmektedir. Ayrıca güncel konular ile davetli konuşmacılarımız siz değerli camiamızla buluşturarak bilgi paylaşımını üst seviyede tutmayı amaçlamaktayız.

Kongremizi zenginleştirerek her türlü bilimsel ve uygulamalı çalışmalara dair talep veya önerilerinizi bizimle paylaşmanızı bekliyoruz. İletişim: info@iecses-a.org

Bildiri özet gönderimleri **11 Ağustos 2025** tarihinde başlamış olup, **03 Kasım 2025** tarihinde sona erecektir.

Başvuru yapılan bildiriler hakem değerlendirilmesine tabi olup hakemlerin raporları doğrultusunda kabul veya red verilecektir.

Kongrede sunulan tüm bildirilerin özetleri ve talep edilmesi halinde tam metinleri ISBN numarası verilmiş Kongre Özet ve Tam Metinler Kitaplarında yayımlanacaktır. Ayrıca talep olmasa da dergi kurallarına uyumu olması ve hakem değerlendirmesinden olumu geçmesi neticesinde bildiriler **ntJSCS** ve **IntJCES'** de yayınlanacaktır. (Kongremiz Doçentlik kriterlerine uygundur.)

Kongremiz yüz yüze yapılacak şekilde planlanmakla birlikte çevrimiçi olarak ta katılım imkânı sağlamaktadır

Güncel Kongre programı

KATILIM BELGELERİ WP: 0506 7523491

Bilim Kurulu Tarafından Onaylanan Son 5 Bildiri





ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025





**Uluslararası
Avrasya
Spor, Eğitim ve
Toplum Kongresi**
International conference
on sport, education
and society

11.08.2025
Özet gönderimi başlangıcı
16.10.2025
Erken kayıt son tarih
03.11.2025
Özet gönderi son tarih
08.11.2025
Kongre programının açıklanması

Önemli
Tarihler



13-16 Kasım / November / 2025
Kemer - Antalya - TÜRKİYE



ISCSA.UBİKS  www.iecses.org





ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Düzenleme Kurulu/ Organizing Committee	Organizasyon Kurulu Organization Committee	Organizasyon Danışma Kurulu Scientific Advisory Committee
Dr. Andriy VOVKANYCH	Dr. Ali ÖZKAN	Dr. Bilal DEMİRHAN
Dr. Bülent AĞBUĞA	Dr. Aydın ŞENTÜRK	Dr. Çiğdem ÖNER
Dr. Dana BADAU	Dr. Ayşegül YAPICI	Dr. Ayşegül YAPICI ÖKSÜZOĞLU
Dr. Fatih YAŞARTÜRK	Dr. Fatih ÇATIKAŞ	Dr. Selehattin AKPINAR
Dr. Fatma TEZEL ŞAHİN	Dr. Gülten HERGÜNER	Dr. Oruç Ali ÖZ
Dr. Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ	Dr. Murat AKYÜZ	Dr. Hüseyin ÖZALTAŞ
Dr. İrfan KURUDİREK	Dr. Selehattin AKPINAR	
Dr. Metin YAMAN	Dr. Süleyman GÖNÜLATEŞ	Dr. Mehmet GÖKTEPE
Dr. Mustafa YILDIZ	Dr. Tuğba KANMAZ	Dr. Selehattin AKPINAR
Dr. Mustafa YILDIZ	Dr. Vedat ÇINAR	
Dr. Semiyha TUNCEL	Dr. Zekai ÇAKIR	
Dr. Şebnem ŞARVAN CENGİZ	Dr. Zeynep YILDIRIM	
Dr. Taner BOZKUS	Dr. Recep CENGİZ	
Dr. Tuna TURĞUT		

Kongre Sekreteryası Congress Secretariat	Uluslararası İlişkiler International Relations	BT Kurulu IT Committee
Dr. Caner CENGİZ / Genel Sekreter	Dr. Ömür DUGAN	Dr. Zekai ÇAKIR
Ecem TÜRKMEN	Tural VERDİYEY	Sezai ÇAKIR
Betül YAŞARTÜRK/ Genel Sekreter Yardımcısı	Tural VERDİYEY	Erol KILIÇ
Cansu SELECİLER	Zaid KAZI GASIM	Güngör DOĞANAY
Dr. Mert Mazhar ERDURAN		Kader YEL
Dr. Onur AKYÜZ		Sema GÜEL
Hazel ÖZSOY MURAT		Ali ALTUNAY
Selime Ela MEKEÇ		
Ülfet YAVUZ		
Ümit ÖZ		
Ümran SARIKAN		
Züleyha YILDIZ		



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Kongre Bilim ve Hakem Kurulu / Scientific Committee & Review Board		
Ad / Name	Kurum/ Institution	Bölüm / Department
Dr. Ahmet ALPTEKİN	Pamukkale Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Ahmet Haktan SİVRİKAYA	Balıkesir Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Akın ÇELİK	Trabzon Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Alper Cenk GÜRKAN	Gazi Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Alper KARADAĞ	Muş Alparslan Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. ARSLAN KALKAVAN	Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Atahan ALTINTAŞ	Ankara Başkent Üniversitesi	
Dr. Ayça GENÇ	Bartın Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Aydın ŞENTÜRK	Kütahya Dumlupınar Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Aygül Çağlayan TUNÇ	İstanbul Aydın Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ayşegül YAPICI	Pamukkale Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Baki YILMAZ	Yıldırım Beyazıt Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Baojun ZHANG	Xi'an Jiaotong University / TAYVAN	Jeodezi Mühendisliği
Dr. Bechir HOUSSAM	Université Oum El Bouaghi / CEZAYIR	Fiziksel ve Sportif Aktivite Bilimleri Ve Teknikleri
Dr. Beyza Merve AKGÜL	Gazi Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Bilal DEMİRHAN	Bartın Üniversitesi / TÜRKİYE	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Bilgehan BAYDİL	Kastamonu Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Bogdan VYNOGRADSKIY	Lviv State University of Physical Culture Named After Ivan Boberskyj / UKRAYNA	Spor Bilimleri
Dr. Bselat KZAZOVIC	MAKEDONYA	
Dr. Bülent AĞBUĞA	Pamukkale Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Bülent GÜRBÜZ	Ankara Üniversitesi / TÜRKİYE	Spor Yöneticiliği
Dr. Canan Gülbin ESKİYECEK	Mardin Artuklu Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Cansu TUTKUN	Bayburt Üniversitesi	Okul Öncesi Öğretmenliği
Dr. Cengiz ARSLAN	Fırat Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Çağrı ÇELENK	Erciyes Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Çetin YAMAN	Marmara Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Çiğdem ÖNER	İstanbul Rumeli Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Damir DJEDOVIĆ	Dzemat Bijedic University / BOSNA HERSEK	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Dana BADAU	Transilvania University of Brasov / ROMANYA	Beden Eğitimi ve Dağ Sporları
Dr. Demenescu VERONICA	West University of Timisoara / ROMANYA	Müzikoloji
Dr. Dragulin STELA	Transilvania University of Brasov / ROMANYA	Piyano
Dr. Dusan MITIC	University of Belgrade / BELGRAD	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Dusko Bjelica	University of Montenegro / MONTENEGRO	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ekrem Čolakhodžić	Dzemat Bijedic University of Mostar / BOSNA HERSEK	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ekrem Levent İLHAN	Gazi Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Engin GEZER	Kafkas Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Erdal ZORBA	Gazi Üniversitesi / TÜRKİYE	Rekreasyon



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Kongre Bilim ve Hakem Kurulu / Scientific Committee & Review Board		
Ad / Name	Kurum/ Institution	Bölüm / Department
Dr. Erdil DURUKAN	Balıkesir Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Eren ULUÖZ	Çukurova Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Erkal ARSLANOĞLU	Sinop Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Erkut KONTER	İstanbul Gelişim Üniversitesi / TÜRKİYE	Spor Yöneticiliği
Dr. Ersan TOLUKAN	Yıldırım Beyazıt Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Erzhan MAKHANBET	Yessenov University / KIRGIZİSTAN	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Fadil Mamuti	University of Tetova / MAKEDONYA	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Fatih BEKTAŞ	Karadeniz Teknik Üniversitesi / TÜRKİYE	Rekreasyon
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ	Celal Bayar Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Fatih YAŞARTÜRK	Bartın Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Fatma Tezel Şahin	Gazi Üniversitesi / TÜRKİYE	Okul Öncesi Eğitimi
Dr. Fatmir PİREVA	AAB College / KOSOVA	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ferhat ÇİFÇİ	Dicle Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ferhat GÜDER	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Feryal Beykal ORHUN	Pamukkale Üniversitesi / TÜRKİYE	Sanat Eğitimi, Resim
Dr. Fikret SOYER	Balıkesir Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gabriel TALAGHIR	Universitatea Dunărea de Jos din Galați Verified / ROMANYA	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ghaidaa Salim AZEEZ	Mosul University College of Physical / IRAK	Ölçme ve Değerlendirme, Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gökhan BAYRAKTAR	Ağrı İbrahim Çağan Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gözde ERSÖZ	Marmara Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gülsüm BAŞTUĞ	Selçuk Üniversitesi	
Dr. Gülten HERGÜNER	Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gürhan KAYIHAN	Littlemore Mental Health Centre, Sandford Road, Littlemore, Oxford / İNGİLTERE	Fizyoterapi
Dr. Hakan SUNAY	Ankara Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Hatice Gezer	Kafkas Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Hatice PAŞAOĞLU	Gazi Üniversitesi / TÜRKİYE	Sağlık Bilimleri
Dr. Hayati BEŞİRLİ	Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi / TÜRKİYE	Sosyal ve Beşeri Alanlar
Dr. Hayri AKYÜZ	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Rekreasyon
Dr. Levent Tanyeli	Kafkas Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Mehmet Hocaoglu	Kafkas Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Mehmet Şirin GÜLER	Kafkas Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Metin Özlü	Kafkas Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Mevlüt GÖNEN	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Rekreasyon
Dr. Mikail TEL	Fırat Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Murat KORUCUK	Kafkas Üniversitesi	Eğitim Bilimleri
Dr. Murat KUL	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Spor Yöneticiliği
Dr. Murat TAŞ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Kongre Bilim ve Hakem Kurulu / Scientific Committee & Review Board		
Ad / Name	Kurum/ Institution	Bölüm / Department
Dr. Erdil DURUKAN	Balıkesir Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Eren ULUÖZ	Çukurova Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Erkal ARSLANOĞLU	Sinop Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Erkut KONTER	İstanbul Gelişim Üniversitesi / TÜRKİYE	Spor Yöneticiliği
Dr. Ersan TOLUKAN	Yıldırım Beyazıt Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Erzhan MAKHANBET	Yessenov University / KIRGIZİSTAN	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Fadil Mamuti	University of Tetova / MAKEDONYA	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Fatih BEKTAŞ	Karadeniz Teknik Üniversitesi / TÜRKİYE	Rekreasyon
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ	Celal Bayar Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Fatih YAŞARTÜRK	Bartın Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Fatma Tezel Şahin	Gazi Üniversitesi / TÜRKİYE	Okul Öncesi Eğitimi
Dr. Fatmir PİREVA	AAB College / KOSOVA	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ferhat ÇİFÇİ	Dicle Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ferhat GÜDER	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Feryal Beykal ORHUN	Pamukkale Üniversitesi / TÜRKİYE	Sanat Eğitimi, Resim
Dr. Fikret SOYER	Balıkesir Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gabriel TALAGHIR	Universitatea Dunărea de Jos din Galați Verified / ROMANYA	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ghaidaa Salim AZEEZ	Mosul University College of Physical / IRAK	Ölçme ve Değerlendirme, Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gökhan BAYRAKTAR	Ağrı İbrahim Çaçan Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gözde ERSÖZ	Marmara Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gülsüm BAŞTUĞ	Selçuk Üniversitesi	
Dr. Gülten HERGÜNER	Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Gürhan KAYIHAN	Littlemore Mental Health Centre, Sandford Road, Littlemore, Oxford / İNGİLTERE	Fizyoterapi
Dr. Hakan SUNAY	Ankara Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Hatice Gezer	Kafkas Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Hatice PAŞAOĞLU	Gazi Üniversitesi / TÜRKİYE	Sağlık Bilimleri
Dr. Hayati BEŞİRLİ	Ankara Hacı Bayram Veli Üniversitesi / TÜRKİYE	Sosyal ve Beşeri Alanlar
Dr. Hayri AKYÜZ	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Rekreasyon
Dr. Levent Tanyeli	Kafkas Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Mehmet Hocaoglu	Kafkas Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Mehmet Şirin GÜLER	Kafkas Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Metin Özlü	Kafkas Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Mevlüt GÖNEN	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Rekreasyon
Dr. Mikail TEL	Fırat Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Murat KORUCUK	Kafkas Üniversitesi	Eğitim Bilimleri
Dr. Murat KUL	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Spor Yöneticiliği
Dr. Murat TAŞ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Kongre Bilim ve Hakem Kurulu / Scientific Committee & Review Board		
Ad / Name	Kurum/ Institution	Bölüm / Department
Dr. Murat TEKİN	Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği
Dr. Mustafa HİZMETLİ	Bartın Üniversitesi	Tarih
Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN	Gazi Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Muzaffer SÜMBÜL	Çukurova Üniversitesi	Radyo, Televizyon ve Sinema
Dr. Mümine SOYTÜRK	Celal Bayar Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Nazan KORUCUK	Kafkas Üniversitesi	İşletme
Dr. Necip Fazıl KİSHALI	Atatürk Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği
Dr. Nejla GÜNAY	Gazi Üniversitesi	Tarih
Dr. Nevin ERGUN	Hacettepe Üniversitesi	Fizyoterapi Rehabilitasyon
Dr. Nezahat GÜÇLÜ	Yozgat Bozok Üniversitesi	Eğitim Bilimleri
Dr. Numan Bahadır KAYIŞOĞLU	Karabük Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Osman İMAMOĞLU	Ondokuz Mayıs Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Ozan SEVER	Atatürk Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Ökkeş Alpaslan GENÇAY	Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ömer ŞENEL	Gazi Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Ömür DUGAN	Pamukkale Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Özcan SAYGIN	Muğla Sıktı Koçman Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi Bölümü
Dr. Özer YILDIZ	Necmettin Erbakan Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Özgür BOSTANCI	Ondokuz Mayıs Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Özkan IŞIK	Balıkesir Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Özlem ORHAN	Gazi Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Pınar GÜZEL	Manisa Celal Bayar Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Recep CENGİZ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Salih ÖNER	Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Sebahattin Devicioğlu	Fırat Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Selahattin AKPINAR	Düzce Üniversitesi	
Dr. Selami YÜKSEK	Trabzon Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Selçuk GENÇAY	Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Serdar ELER	Gazi Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Serdar GERİ	Yalova Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Serdar TOK	Manisa Celal Bayar Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Serdar USLU	Gazi Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği
Dr. Serkan HACICAFEROĞLU	Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Serkan HAZAR	Sivas Cumhuriyet Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Sibel ARSLAN	Kırıkkale Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Sinan AYAN	Kırıkkale Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Sinem TARHAN	Bartın Üniversitesi	Eğitim Bilimleri



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Kongre Bilim ve Hakem Kurulu		
Ad	Kurum	Bölüm
Dr. Suat KARAKÜÇÜK	Gazi Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Süleyman GÖNÜLATEŞ	Pamukkale Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Şebnem Şarvan CENGİZ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Tarkan Havadar	Kafkas Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Tebessüm AYYILDIZ DURHAN	Gazi Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Tevfik Cem AKALIN	Zonguldak Bülent Ecevit Üniversitesi	Beden Eğitim ve Spor
Dr. Tonguç Osman MUTLU	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Tuna TURĞUT	Bartın Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Tuncay ÖKTEM	Bayburt Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Uğur ABAKAY	Gaziantep Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ülfet ERBAŞ	Şırnak Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Ünal TÜRKÇAPAR	Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Vedat AYAN	Trabzon Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Vedat ÇINAR	Fırat Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Veli TOPTAŞ	Kırıkkale Üniversitesi	Eğitim Fakültesi
Dr. Veysel KÜÇÜK	Marmara Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Volkan SERT	Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Yağmur AKKOYUNLU	Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Yağmur AKKOYUNLU	Bandırma Onyedli Eylül Üniversitesi	Antrenörlük Eğitimi
Dr. Yeliz ILGAR	Pamukkale Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Yusuf CAN	Uşak Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Yücel OCAK	Afyon Kocatepe Üniversitesi	Rekreasyon
Dr. Zekai ÇAKIR	Bayburt Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Zeynep YILDIRIM	Bartın Üniversitesi	Spor Yöneticiliği
Dr. Zişan KAZAK	Ege Üniversitesi	Beden Eğitimi ve Spor
Dr. Simona PAJAUJENE	Lithuanian Sports University	Health and Fitness
Dr. Mehmet Ali CEYHAN	Bayburt Üniversitesi / TÜRKİYE	Beden Eğitimi ve Spor



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

İÇİNDEKİLER / Table of Contents

1	Eğitimde Dijitalleşmenin Sınırları: Bir Literatür Taraması ve Fiziksel Aktivitenin Entegrasyonu	29
	<i>Hilal Zeynep Altınışık</i>	
2	Okul Sporlarında Farklı Branşlarda Müsabakalara Katılan Sporcuların Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi	31
	<i>Dr. Savaş EREL</i>	
3	Mindfulness in Physical Activity: Benefits for Health, Body Image and Exercise Motivation	32
	<i>Simona PAJAUJENE</i>	
4	Covid-19 Pandemisi Sürecinde Spor Bilimleri Öğrencilerinin Uzaktan Eğitime Yönelik Strateji Ve Öğrenme Deneyimlerine İlişkin Algı Düzeylerinin İncelenmesi	34
	<i>Selime Ela Mekeç, Taner Bozkuş</i>	
5	Kick Boks Sporcularında Diz İzokinetik Kuvvetinin İncelenmesi: Dominant ve Non-Dominant Alt Ekstremiteler Karşılaştırması	35
	<i>Çağdaş Özgür Cengizel</i>	
6	Elit Atletlerde Yarışma Performans İle KCNJ11 Rs5219 Polimorfizmi Arasındaki İlişki	37
	<i>Onur Akman1, Celal Bulgay2, Hasan Hüseyin Kazan3</i>	
7	ELİT HENTBOL OYUNCULARINDA ANTROPOMETRİK ÖZELLİKLER İLE TAPİNG DİNAMİK KUVVET DENGESİ VE FORCE VELOCITY İLİŞKİSİ	39
	<i>Dr. Derya ÇETİN SARIŞIK</i>	
8	Sosyal Sorumluluk ve Gönüllülük Kavramlarının Dönüşümü: Sürdürülebilirliğin Yeni Mikro-Gönüllülük Modelleri	40
	<i>Savaş Keskin</i>	
9	Egzersiz Sonrası Toparlanma Yöntemlerinin Gecikmiş Başlangıçlı Kas Ağrısı (DOMS) ve Performans Üzerine Etkileri	42
	<i>Serhat NAS</i>	
10	Competitive Activities in Cyber Sportsmen of Various Gaming Roles in the CS2 Discipline	44
	<i>Ihor ZANEVSKYY, Volodymyr PASKIV, Mariana MOSTOVA</i>	
11	Farklı branşlardaki Spor Etkinliklerine Katılan Bireylerin Gönüllü Motivasyon Durumlarının İncelenmesi	45
	<i>Sema GÜZEL, Menzure Sibel YAMAN, Kader YEL, Mevlüt GÖNEN, Zekai ÇAKIR, Mehmet Ali Ceyhan, Burakhan AYDEMİR</i>	
12	Kahramanmaraş Depremlerine İlişkin İnsani Yardım Raporları Üzerinden “Direnci Toplum İçin Acil İhtiyaçları” Anlamak	47
	<i>Ümit ÖZ</i>	
13	Geleneksel Çocuk Oyunlarının Problem Çözme Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi	49
	<i>Havva ALTINIŞIK, Meryem GÜLAÇ</i>	
14	Bütünleşik Afet Yönetimi İçin Sivil Toplum Destekli Mobil Devlet Organizasyonları Geliştirmek: El Ele İyilik Mobil Uygulamasının Hikâyesi	51
	<i>SERPİL KIR ELİTAŞ</i>	



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

15	Afetlere İlişkin Akademik Çalışmalardaki İhtiyaç Haritalarına Bibliyometrik Yaklaşım	54
	Türker Elitaş	
16	Rekreasyonel Amaçlı Halk Oyunları Etkinliklerine Katılan Bireylerde Tutum ve Doyum İlişkisi	56
	Harun PEKER, Fatih YAŞARTÜRK	
17	TAKIM SPORU VE BİREYSEL SPORLARLA UĞRAŞAN LİSANSLI SPORCULARIN BESLENME BİLGİ DÜZEYİ	57
	Ünal Can GÖKMEN, Doç. Dr. Erdal DEMİR, Dr. Aydın ŞENTÜRK	
18	Okul Öncesi Öğretmenlerinin Uyguladıkları Fen Etkinliklerinin Çocukların Bilim Motivasyonlarına Etkilerine İlişkin Görüşleri	59
	Kübra Eşe Akyürek, Fatma Tezel Şahin	
19	Prof. Dr. Yûsuf el-Karadâvî'nin Tevhîd'in Hakîkatı Adlı Eserinin Kaynakları Üzerine Bir Değerlendirme	61
	Doç. Dr Erdoğan KÖYÇÜ	
20	Hasan el-Bennâ'nın Muhtasâr Hadîs Usûlü Adlı Eseri Bağlamında Tahammulu'l-Hadîs Üzerine Bir Değerlendirme	63
	Doç. Dr Erdoğan KÖYÇÜ	
21	Antioksidan Bir Peptit Olarak Karnozinin Spor Performansı ve Sağlık Üzerindeki Etkileri: Literatür Derlemesi	65
	Kenan BOZBAY, Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ	
22	Beş-Altı Yaş Grubu Çocukların Farklılıklara Saygı Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi	67
	Esmanur Seçgin, Fatma Tezel Şahin	
23	Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Özel Gereksinimli Çocuklara Yönelik Öz Yeterliklerinin İncelenmesi: Tanımlayıcı Bir Araştırma	69
	Ebru ÖZEN, Mehmet DİNÇ, Sibel NALBANT	
24	Spor ve Sporcularda Ruminatif Düşüncenin Yansımaları: Bir Bibliyometrik Haritalama	71
	Muhammet Talha HAN, Emirhan KAN	
25	Zihinsel Enerji ve Spor İlişkisinin Bibliyometrik Analizi: Web of Science (WoS) Örneği	73
	Muhammet TALHA HAN, Emirhan KAN	
26	Sporda Sportmenlik Dışı Tutumlar ve Ahlaki Erozyon Yaklaşımlarının İncelenmesi	75
	Rıdvan Özkan	
27	Sporcu Beslenme Davranışlarının Bilişsel, Psikolojik ve Sosyo-Kültürel Belirleyiciler Açısından İncelenmesi	77
	Rıdvan Özkan	
28	"Formula 1" ve Diğer Uluslararası Spor Etkinlikleri Azerbaycan'ın Küresel Spor Haritasındaki Konumunu Güçlendiriyor	79
	Nagif Hamzayev, Elnara Asgarova	



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

29	Sağlık Bilimleri Öğrencilerinin Yapay Zekâya İlişkin Algılanan Farkındalıklarının, Hazır Bulunusluklarının ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi <i>Onur Mutlu YAŞAR, Egemen MANCI, Hazal YAKUT ÖZDEMİR, Hilal BAHÇECİOĞLU, Gülseren YÜREKLİ</i>	81
30	Sporcuların Sporda Mükemmeliyetçilik Algısı ile Bilinçli Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi <i>Emre Boz</i>	83
31	Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Özerklik Desteğinin Ders Katılımına Etkisi: Temel Psikolojik İhtiyaç Tatmini ve Motivasyonun Seri Aracılık Rolü <i>Buğra AKAY, Rüstem ORHAN</i>	85
32	Spor Topluluklarına Katılımın Üniversite Öğrencilerinin Sportif Sermayelerine Olan Katkıları: Bir Karma Yöntem Araştırması <i>Bahar Nur KALKAN, Başak DİNÇER</i>	87
33	Performans ve Farkındalık İlişkisi: Spor Alanında Farkındalık Temelli Stres Azaltma Yaklaşımının Bibliyometrik Analizi <i>Zeynep Ayça TERZİOĞLU, Nazmi BAYKÖSE</i>	89
34	Genç Kadın Sporcularda İzokinetik Güç ve Sprint Performansı Dinamiklerine Yönelik Ağ Analizi <i>Zülha ARMUTCU, Abdulkadir BİROL</i>	91
35	Üniversite Öğrencilerinde Öz-Kontrol ve Egzersiz Erteleme Davranışı Arasında Ekran Bağımlılığının Aracı Rolü:Öz-Denetim Güç Modeli <i>Elif KÖSE</i>	93
36	Üniversite Öğrencilerinde Öz Kontrol ve Ekran Bağımlılığının Egzersiz Erteleme Davranışı Üzerindeki Yordayıcı Rolü <i>Fatma Nur DEMİR, Elif KÖSE</i>	95
37	Espor ve Psikolojik Süreçler: Bibliyometrik Bir Araştırma <i>Ender ÖZBEK, Mehmet AYDOĞAN, Hakkı KIRKBİR</i>	97
38	1976-2025 Yılları Arasında Egzersiz Erteleme Üzerine Yapılan Çalışmaların Bibliyometrik Analizi <i>Hamza Bugay YASAN, Elif KÖSE, Alp AKIŞ</i>	99
39	Egzersiz Erteleme Nedenleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Kanonik Korelasyon Analizi ile İncelenmesi <i>Elif KÖSE, Alp AKIŞ, Hamza Bugay YASAN</i>	101
40	Serbest Zamanın Sosyal Faydası ile Şiddet Eğilimi Arasında Sosyal Bağ ve Öz-Kontrolün Seri Aracılık Rolü: Sosyal Bağ Teorisi <i>Başak DİNÇER, Elif KÖSE</i>	103
41	4-6 YAŞ GRUBU OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARA SAHİP AİLELERİN ÇOCUKLARINI SPORA YÖNLENDİRME NEDENLERİNİN VE BEKLENTİLERİNİN İNCELENMESİ <i>Suat Arslanboğa, Prof.Dr. Çetin Özdilek, Prof.Dr. Mehmet Acet</i>	105
42	DİJİTAL REKREASYONUN SPOR YÖNETİMİNE ETKİSİ <i>Mert Mazhar ERDURAN, Cansu SELECİLER, Caner CENGİZ</i>	107



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

43	Sporcularda Sakatlık Sonrası Psikososyal Süreç ve Spora Dönüş: 2000–2025 Nitel Araştırma Sentezi	108
	<i>Metin ÖZLÜ, Tuğba DEMİR ONUR</i>	
44	Macera Rekreasyonuna Katılan Bireylerin Deneyimleri Üzerine Nitel Bir Yaklaşım	110
	<i>Duran İĞİL, Tuna TURĞUT, Ümrhan SARIKAN, Ömer ÜNAL</i>	
45	INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE SPORT OF THE FUTURE	111
	<i>Valeria TYSHCHENKO</i>	
46	Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spor İyi Oluş ve Motivasyonel Kararlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Kütahya İli Örneği	112
	<i>Sıtkı Can PEKİN, Erdal DEMİR, Oğuzhan YÜKSEL, Aydın ŞENTÜRK</i>	
47	Conceptual Foundations of the Kodokan Pedagogical System as an Innovative Model of Moral and Ethical Education	114
	<i>Vladyslav Zhuravko, Valeria Tyshchenko</i>	
48	Individualization Of Motor Learning And Feedback In Teaching Swimming To School-Age Children	115
	<i>Oleksandr Liashenko , Valeria Tyshchenko</i>	
49	THE INFLUENCE OF CHESS PROGRAMS AND COMPUTERS BASED ON ARTIFICIAL INTELLIGENCE ON THE COMPETITIVE PROPERTIES OF LEARNING THE GAME OF CHESS	117
	<i>Oleksandr Prokhorov, Lana Afandiyeva</i>	
50	Enhancing Athletic Preparation in Team Sports Through Digital Monitoring and Data Analytics	118
	<i>Hennadii Kotulai, Valeria Tyshchenko</i>	
51	Smart Control of Special Readiness in Elite Sports	119
	<i>Heorhii Shnits, Valeria Tyshchenko</i>	
52	Physical Preparation: The Engine of Adaptation	120
	<i>Oleksandr Veritov, VALERIA TYSHCHENKO</i>	
53	USE OF 1,2,4-TRIAZOLE DERIVATIVES FOR MEDICAL AND BIOLOGICAL SUPPORT OF ATHLETES	121
	<i>Krasko Mykola , Tyshchenko Valeria</i>	
54	Spor Bilimleri Öğrencilerinin Narsistik Kişilik Özellikleri ve Sportmenlik Yönelimi Düzeylerinin İncelenmesi	123
	<i>Onur AKYÜZ, Emine İLĞAR</i>	
55	Yedek Kulübesinde Kimlik ve Aidiyet: Takım Sporcularının Görünmeyen Deneyimleri Üzerine Yorumlayıcı Bir İnceleme	125
	<i>Tarkan Havadar</i>	
56	Zombie Scrolling” ve “Brain Rot” Kavramlarının Spor Bağlamındaki Yansımaları: Kavramsal Bir İnceleme	127
	<i>Berkay Karagöz, Fatih Harun Turhan, Mehmet Ali Öztürk</i>	



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

57	Sporda Phygital Deneyim: Fiziksel ve Dijitalin Kesişimi Üzerine Bir Derleme <i>Berkay Karagöz, Fatih Harun Turhan, Mehmet Özkeskin</i>	128
58	Teknoloji Destekli Hareket Eğitimi: Dijital ve Sanal Ortamlarda Katkılar ve Sınırlılıklar <i>Mehmet Ali Öztürk, Fatih Harun Turhan, Mehmet Özkeskin</i>	130
59	Sanal Gerçeklik Teknolojisinin Spor, Rehabilitasyon Ve Müzecilikteki Uygulamaları: Bir Derleme <i>Mehmet Ali Öztürk, Berkay Karagöz, Mehmet Özkeskin</i>	131
60	Halk Oyunları Eğitiminin Çocukların Sosyal Gelişimine Katkısı <i>Cansu SELEÇİLER</i>	132
61	Spor Yönetiminde Kadın Liderlerin Yükselişi: Türkiye Örneği ve Küresel Perspektif <i>Nurgül KAYA</i>	133
62	Biathlon Sporcularında Nabız Kontrolü ve Atış Performansı İlişkisi <i>Sefer KARABAĞ</i>	134
63	Voleybolcularda Kinezyo Bant Uygulamasının Dinamik Denge, Anaerobik Güç ve Kassal Endurans Üzerine Etkisi <i>Ayşegül Yapıcı, Süleyman Gönülateş, Engin Güneş Atabaş</i>	135
64	Sirkadyen Zamanlama ile Yo-Yo IR1 Sonrası İnflamasyon: Gün İçindeki Uygulama Saatinin Biyobelirteç Yanıtlarına Etkisi <i>Ayşegül Yapıcı, Süleyman Gönülateş, Engin Güneş Atabaş</i>	137
65	Özel Gereksinimli Sporcular ve Savant Özellikleri: Keşifsel Bir Derleme Çalışması <i>Şeval Buket BOZKUŞ, Zeynep YILDIRIM</i>	139
66	IMPROVEMENT OF THE STRUCTURE OF ANNUAL TRAINING FOR ATHLETES IN CLASSIC POWERLIFTING <i>Mariia Roztorhui, Andrii Harasym, Olexandr Tovstonoh, Viktor Hladkyi</i>	141
67	Dijital Çağda Sporu Pazarlamak: ZMOT'tan Metaverse'e Spor Endüstrisinde Dijital Dönüşümün Yeni Dinamikleri <i>Namık BEKAR</i>	142
68	Antioksidan Bir Peptit Olarak Karnozinin Spor Performansı ve Sağlık Üzerindeki Etkileri: Literatür Derlemesi <i>Kenan BOZBAY, Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ</i>	144
69	Rekreatif Amaçlı Su Sporları İle İlgilenen Yetişkin Bireylerin Öznel Zindelik ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi <i>Ersin BALLIKAYA, Abdurrahman DEMİR</i>	146
70	Atletik Zihinsel Enerjinin Üniversite Spor Müsabakalarına Katılan Atletlerin Karamsarlık ve Tükenmişlik İlişkisi Üzerindeki Düzenleyici Roller <i>Ferhat ÇİFÇİ, Ersin BALLIKAYA, Abdurrahman DEMİR</i>	148



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

71	Dislekside Fiziksel Aktivite ve Nöroplastisite İlişkisi: Güncel Bulguların Derlemesi <i>Sibelcan GERİM, Zeynep YILDIRIM</i>	150
72	Kadın Sporcuların Performans Algı Düzeyleri <i>Savaş AYHAN, Ercan TİZAR, Ramazan ERDOĞAN</i>	152
73	Onkoloji Hastalarında Kemoterapi Sürecinde Fizyoterapi Konsepti <i>Olha BAS, Andriy HRYNKIV</i>	153
74	Yapay Zekâ Destekli Kişiselleştirilmiş Beslenme Stratejileri: Sporcu Performansına Etkileri ve Uygulama Alanları <i>Ayça GENÇ, Gamze DERE, Zeynep YETGİL</i>	155
75	Spor Bilimleri Öğrencilerinin Yapay Zeka Kaygısı ve Gelecek Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi <i>Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ, Elif ÜSTÜNDAĞ</i>	157
76	Üniversiteli Sporcularda Öz Şefkat İle Tükenmişlik Arasındaki İlişkide Öz Eleştirinin Aracılık Rolü <i>Semra YATAK, Emre Ozan TİNGAZ</i>	159
77	Öz Düzenlemeli Öğrenme Aracı Olarak Kullanılan Web Tabanlı Yansıtıcı Günlüklerin Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Yansıtıcı Düşünme ve Öğrenme Motivasyonuna Etkisi <i>Ferhat ÇİFÇİ, Onur AKYÜZ</i>	161
78	ANTRENÖRLERİN MESLEKİ ETİK İLKELERE UYMA DÜZEYLERİ İLE İŞ İHTİYAÇLARI DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ <i>Duygu Doğan, Semiyha Tuncel</i>	163
79	NBZ Draft Adaylarının Fiziksel Verilerinden Kariyer Başarısının Tahmin Edilmesi: Bir Makine Öğrenmesi Yaklaşımı <i>İrem Türkmen, Turan Alptuğ Türkmen</i>	165
80	Montessori Sınıflarında Çocukların Akran İlişkileri: Öğretmen Perspektifinden Bir İnceleme <i>Dr. Öğr. üyesi Tuğba Kanmaz, Prof. Dr. Fatma Tezel Şahin</i>	167
81	İletişim Paradigmalarında Dijital Dönüşüm: Öğretmen Adaylarının Dijital Ortamlardaki Konuşma Eğilimleri <i>Emrullah BANAZ, Aslı MADEN</i>	169
82	Okul Temelli Ders Dışı Fiziksel Aktivite Programlarının Öğrenciler Üzerindeki Etkileri: Bir Metasentez Çalışması <i>Mehmet Akif YÜCEKAYA</i>	170
83	Dijital Oyun Bağımlılığının 10 -14 Yaş Arasındaki Çocukların Fiziksel Aktivite Tutumları Üzerindeki Etkisi: Kütahya İli Örneği <i>Ahmet TAKMAK, Oğuzhan YÜKSEL, Erhan DEVRİLMEZ, Ekrem Yasin TABAK</i>	172
84	Farklı Kategorilerdeki Kadın Sporcularda Düşük Kullanılabilir Enerji Durumunun Değerlendirilmesi <i>Canan Gülbin ESKİYECEK, Ozan ESMER</i>	174



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

85	Türk Sporcuların 2000 Yılı Sonrası Olimpiyat Oyunlarındaki Başarılarına Güncel Bir Bakış <i>Ozan ESMER, Canan Gülbin ESKİYECEK</i>	184
86	TÜRKİYE'DE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ YETİŞTİRME POLİTİKALARI: TARİHSEL VE GÜNCEL BİR DEĞERLENDİRME <i>Kürşat SENER</i>	192
87	Biathlon Sporcularında Nabız Kontrolü ve Atış Performansı İlişkisi <i>Sefer KARABAĞ</i>	204
89	Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Özel Gereksinimli Çocuklara Yönelik Öz Yeterliklerinin İncelenmesi: Tanımlayıcı Bir Araştırma <i>Sibel NALBANT, Mehmet DİNÇ, Ebru ÖZEN</i>	210
90	Spor Yönetiminde Kadın Liderlerin Yükselişi: Türkiye Örneği ve Küresel Perspektif <i>Nurgül KAYA</i>	217
91	Rekreatif ve Lisanslı Sporcuların Bilinçli Farkındalık Düzeylerinin Bayeşçi Yaklaşımla İncelenmesi <i>Yasin Altın</i>	226
92	Genç Kadın Sporcularda İzometrik Güç ve Sprint Performansı Dinamiklerine Yönelik Ağ Analizi <i>Zülha ARMUTCU1, Abdulkadir BİROL</i>	228
93	Amatör Futbolcularda Farklı Performans Düzeylerine Göre Kafein Alımının 30 Metre Sprint Performansına Akut Etkisi <i>Cihan Gürbüz, Refik ÇABUK</i>	239
94	Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spor İyi Oluş ve Motivasyonel Kararlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Kütahya İli Örneği <i>Sıtkı Can PEKİN, Erdal DEMİR, Oğuzhan YÜKSEL, Aydın ŞENTÜRK</i>	241
95	Dijital Oyun Bağımlılığının 10 -14 Yaş Arasındaki Çocukların Fiziksel Aktivite Tutumları Üzerindeki Etkisi: Kütahya İli Örneği <i>Ahmet TAKMAK, Oğuzhan YÜKSEL, Erhan DEVRİLMEZ, Ekrem Yasin TABAK</i>	264
96	TAKIM SPORU VE BİREYSEL SPORLARLA UĞRAŞAN LİSANSIZ SPORCULARIN BESLENME BİLGİ DÜZEYİ <i>Ünal Can GÖKMEN, Dr. Erdal DEMİR, Aydın ŞENTÜRK</i>	277
97		
98		



2025-1-IECSSES-8th-994-FC-TB-KY-SG

Eğitimde Dijitalleşmenin Sınırları: Bir Literatür Taraması ve Fiziksel Aktivitenin Entegrasyonu

Hilal Zeynep Altınışik

Bahçeşehir University

Öz

Bu çalışma, öğretme-öğrenme sürecinde dijital kaynakların aşırı kullanımından kaynaklanan sorunları incelemektedir. Günümüz eğitiminde tabletler, e-kitaplar, öğrenme yönetim sistemleri ve çevrim içi platformlar gibi dijital araçlar; öğrenci katılımını artırma, bilgiye erişimi kolaylaştırma ve öğretim stratejilerini çeşitlendirme açısından yaygın olarak kabul görmektedir. Ancak, bu teknolojiler pedagojide önemli yenilik fırsatları sunsa da, aşırı kullanımları sistematik olarak ele alınması gereken kritik kaygılar doğurmaktadır. Çalışma, literatür taraması şeklinde yürütülmüş olup, eğitim bağlamlarında dijital kaynakların aşırı kullanımının etkilerine ilişkin güncel ulusal ve uluslararası araştırmaları analiz etmektedir. Ampirik çalışmalar, kuramsal tartışmalar ve politika raporları incelenerek mevcut bilgi birikimi sentezlenmiş, ortak bulgular ve literatürdeki boşluklar ortaya konulmuştur. Önceki araştırmalar, dijital araçlara aşırı bağımlılığın bilişsel, duygusal ve sosyal düzeyde çeşitli sorunlara yol açabileceğini göstermektedir. Örneğin, öğrenciler dikkat ve konsantrasyonu sürdürmede güçlükler yaşamakta, bu da akademik motivasyonlarını azaltmaktadır. Özellikle küçük yaşlardaki öğrencilerde stres, hayal kırıklığı ve dijital yorgunluk gibi duygusal sonuçlar gözlenmektedir. Sosyal düzeyde ise, uzun süreli ekran maruziyeti yüz yüze etkileşim fırsatlarını sınırlandırarak, öğrencilerin güçlü kişilerarası ilişkiler ve işbirliği becerileri geliştirmelerini zorlaştırmaktadır. Çalışma ayrıca spor ve beden eğitimi ile paralellik kurarak, bilişsel ve fiziksel alanlarda dengenin önemini vurgulamaktadır. Spor alanında aşırı antrenman nasıl fiziksel yorgunluk, sakatlanma veya tükenmişliğe yol açabiliyorsa; dijital kaynakların aşırı kullanımı da benzer şekilde zihinsel yıpranma ve performans düşüşüne sebep olabilmektedir. Buna karşılık, düzenli fiziksel aktivite ve spora katılım; konsantrasyonu artırarak, stresi azaltarak ve takım çalışmasını geliştirerek dijital aşırı kullanımın olumsuz etkilerinden bazılarını hafifletebilir. Bu nedenle, dijital öğrenmenin yanı sıra günlük okul rutinlerine yapılandırılmış fiziksel aktivitelerin entegre edilmesi, öğrencilerin bütüncül gelişimini desteklemek için önerilmektedir. Sonuç olarak, bu çalışma; akademik başarı ve genel iyi oluşu teşvik etmek amacıyla dijital araçların dengeli bir şekilde kullanılması gerektiğini ve bu sürecin spor ile fiziksel aktivitelerle desteklenmesinin önemini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Dijital kaynaklar, öğrenme öğretme süreci, bilişsel etkiler, duygusal durum, sosyal iletişim, fiziksel aktiviteler



The Limits of Digitalization in Education: A Literature Review and the Integration of Physical Activity

ABSTRACT

This study investigates the challenges associated with the excessive use of digital resources in the teaching-learning process. In contemporary education, digital tools such as tablets, e-books, learning management systems, and online platforms are widely recognized for their ability to enhance student engagement, facilitate access to information, and diversify instructional strategies. However, while these technologies provide significant opportunities for innovation in pedagogy, their overuse has raised critical concerns that deserve systematic examination.

The study is conducted in the form of a literature review, analyzing current national and international research on the effects of digital resource overuse in educational contexts. By reviewing empirical studies, theoretical discussions, and policy reports, this research synthesizes existing knowledge to highlight common findings and gaps in the literature. Previous studies indicate that excessive reliance on digital tools may lead to several cognitive, emotional, and social problems. For instance, students often report difficulties in maintaining attention and concentration, which in turn reduces their academic motivation. Emotional consequences such as stress, frustration, and feelings of digital fatigue are also evident, particularly among younger learners. On the social level, prolonged screen exposure tends to limit opportunities for face-to-face interaction, diminishing students' ability to build strong interpersonal relationships and collaborative skills.

The study also draws parallels with sports and physical education, emphasizing the importance of balance in both cognitive and physical domains. Just as overtraining in sports can result in physical exhaustion, injury, or burnout, overuse of digital resources may similarly lead to mental strain and reduced performance. Conversely, regular participation in physical activities and sports can mitigate some of the negative effects of digital overuse by improving concentration, reducing stress, and fostering teamwork. Therefore, integrating structured physical activities into daily school routines alongside digital learning is recommended to ensure holistic student development. Overall, the study underscores the need for balanced integration of digital tools, complemented by sports and physical activities, to promote both academic success and overall well-being.

Keywords: Digital resources, teaching-learning process, cognitive effects, emotional well-being, social interaction, physical education.



Okul Sporlarında Farklı Branşlarda Müsabakalara Katılan Sporcuların Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi

Dr. Savaş EREL

Bayburt Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışma ortaöğretim öğrencilerinin spor branşlarına katılım güdülerini incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma grubunu 2025 yılında farklı spor dallarında müsabakalara katılan 305 öğrenci oluşturmuş olup cinsiyet, yaş spor dalı, ve ailede spor yapan birey değişkenlerine göre incelenmiştir. veriler kişisel bilgi formu ve spora katılım güdüsü ölçeği aracılığıyla toplanmış ve normal dağılım sağlanmadığından non-parametrik testler kullanılmıştır. Bulgulara göre kadın sporcular fiziksel uygunluk, hareket ve aktif olma boyutunda erkeklere göre daha yüksek güdülenme göstermektedir. Spor dalı ve ailede spor yapma durumu değişkenleri spora katılım güdüsü üzerinde anlamlı bir farklılık yaratmazken, yaş arttıkça başarı, yarışma, fiziksel uygunluk ve toplam puanlarda düşüş gözlemlenmiştir. Araştırma sonuçları spora katılım güdüsünün cinsiyet ve yaş değişkenlerine göre farklılaştığını; spor politikaları ve motivasyonel programların bu farklılıkları dikkate alacak şekilde planlanması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spora katılım güdüsü, genç sporcular, okul sporları, demografik faktörler, motivasyon

Examining the Motivations for Participation in Sports Among Athletes Competing in Different Disciplines in School Sports

ABSTRACT

This study aim to examine the motivations of secondary school students to participate in different sports. The research group consisted of 305 students who participated in school sports competitions in 2025, and variables such as gender, age, sport and the presence of individuals who play sports in the family were evaluated. Data were collected using a personal information form and the motivation for participation in sports scale and non-parametric tests were used since the data were not normally distributed. Findings indicate that female athletes show higher motivation than males in the dimensions of physical fitness and movement/being active. While the variables of sport discipline and family involvement in sports did not create a significant difference in motivation for sports participation a decrease was observed in success, competition, physical fitness and total scores as age increased. The research results reveal that motivation for sports participation differs according to gender age variables and that sports policies and motivational programs should be planned taking these difference into account.

Keywords: Sports participation motivation, young athletes, school sports, demographic factors, motivation



Mindfulness in Physical Activity: Benefits for Health, Body Image and Exercise Motivation

Simona PAJAUJIENE

Lithuanian Sports University

ABSTRACT

Despite continued public health campaigns to promote physical activity (PA), a majority of the population is inactive. In recent years, mindfulness-based approaches have been used in health and lifestyle interventions for PA promotion. Mindfulness training has been shown to improve psychological well-being and physical health. Mindfulness during PA lets exercisers develop higher self-control and self-confidence through the increased non-judgmental acceptance of negative physical feelings and the mental acceptance of negative thoughts related to body (shame, fatigue, pain, boredom, or social comparison in fitness settings) (1). There is evidence that mindfulness during PA is associated with higher body appreciation, internal exercise motivation, and greater involvement in PA for health reasons than for appearance reasons (2-3). Interventions combining PA with mindfulness are effective for improving mental health and wellbeing, possibly more effective so than either approach alone (4).

Examining the effect of different types of exercise on health (particularly body image) and exercise motivation might have important implications for practice. Thus, the present study aimed to examine the effects of mindfulness-based Nirvana Fitness (NF) and modern Functional Training (FT) on body and mind connection, body appreciation, body functionality, exercise motivation, and perceived physical fitness in young women. Directions for science and practice on mindfulness in PA and its benefits will be discussed in the presentation.

Methods. A sample of 206 female students under intervention conditions and 97 under assessment-only conditions from various universities was recruited. The mean age of the study participants was 22.79 ± 6.14 years. The FT and NF groups participated in sessions 2 days per week for 8 weeks, and the CN group did not participate in any sessions. All the participants were evaluated pre- and post-intervention, assessing body appreciation, body and mind connection, body functionality appreciation, intrinsic exercise motivation, and perceived physical fitness (PPF) through online questionnaire.

Results. Both types of mindful-based exercise are effective in young women. Significant improvements were found in terms of outcome measures in the FT and NF groups ($p < 0.05$), while no improvements were observed in the CN group.

Conclusions: These findings suggest that FT and NF could be effective for promoting health, intrinsic motivation, and positive body image in young women. Positive body image, satisfaction during exercise and internal motivation are important for the prolonged participation in PA. The present study adds important empirical knowledge, namely, that other-than-yoga types of exercise can also be effective to health, motivation and body image if professionally delivered.

• Schneider, J., Malinowski, P., Watson, P. M., & Lattimore, P. (2019). The role of mindfulness in physical activity: a systematic review. *Obesity reviews: an official journal of the International Association for the Study of Obesity*, 20(3), 448–463



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

- Cox, A. E., Ullrich-French, S., & Austin, B. (2020). Testing the role of state mindfulness in facilitating autonomous physical activity motivation. *Mindfulness*, 11(4), 1018–1027
- Ullrich-French, S., Cox, A. E., & Huong, C. (2021). The State Mindfulness Scale for Physical Activity 2: Expanding the Assessment of Monitoring and Acceptance. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 26(2), 116–129
- Remskar, M., Western, M. J., Osborne, E. L., Maynard, O. M., & Ainsworth, B. (2024). Effects of combining physical activity with mindfulness on mental health and wellbeing: Systematic review of complex interventions. *Mental Health and Physical Activity*, 26, 1–16.

Keywords: mindfulness, physical activity, motivation, women, body image



2025-4-IECSES-8th -996-FC-TB-KY-SG

Covid-19 Pandemisi Sürecinde Spor Bilimleri Öğrencilerinin Uzaktan Eğitime Yönelik Strateji Ve Öğrenme Deneyimlerine İlişkin Algı Düzeylerinin İncelenmesi
Selime Ela Mekeç, Taner Bozkuş

Gazi Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışmada Covid-19 pandemisi sürecinde yükseköğretim kurumlarında Spor Bilimleri öğrencilerinin uzaktan eğitim döneminde öğrenim deneyimlerine ilişkin algı düzeylerinin saptanması amaçlanmıştır. Niceliksel bir yöntem olan çevrimiçi anket kullanılarak 220 kişiye ulaşılmıştır. Ölçekte kullanılan sorular; Ng (2012) tarafından geliştirilen, Hamutoğlu vd. (2017) tarafından uyarlanan “Dijital Okuryazarlık Ölçeği: Türkçe’ye Uyarlama Çalışması” soruları ve öğrencilerin uzaktan eğitim deneyimleri hakkında daha fazla bilgi sahibi olmak için Teknoloji Kabul Modeli kuramından yararlanılarak ölçeğe ek sorular hazırlanmıştır. Verilerin analizi 2 kategorili değişkenler için bağımsız örneklem t testi, ikiden fazla kategorili değişkenler için varyans analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular; spor bilimleri öğrencilerinin uzaktan öğrenmeye yönelik algı düzeyleri cinsiyet, kişisel bilgisayara sahip olma ve kullanma süresi, internet erişimi ve ekipmanın yeterliliği, uzaktan eğitime katılım araçları ve uygulamaları, öğrenim görülen program ve bölüm değişkenlerine göre anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Bu açıdan teknik yeterliliklere, becerilere sahip olmanın uzaktan eğitim sürecine uyum sağlamayı kolaylaştırdığı ve çoğunluğun bunlara sahip oldukları ortaya konmuştur.

Anahtar Kelimeler:Covid-19, spor bilimleri öğrencileri, uzaktan eğitime yönelik strateji ve algı

INVESTIGATION OF THE PERCEPTION LEVELS OF SPORTS SCIENCES STUDENTS REGARDING THE STRATEGY AND LEARNING EXPERIENCES REGARDING DISTANCE EDUCATION DURING THE COVID-19 PANDEMIC PROCESS

ABSTRACT

In this study, it was aimed to determine the perception levels of Sports Science students in higher education institutions regarding their learning experiences during the distance education period during the Covid-19 pandemic process. 220 people were reached by using an online survey, which is a quantitative method. The questions used in the scale; Developed by Ng (2012), Hamutoğlu et al. (2017) and additional questions were prepared using the Technology Acceptance Model theory to have more information about the distance education experiences of students. Data analysis Independent sample t-test was used for 2-category variables, and variance analysis was used for variables with more than two categories. Obtained findings; There were significant differences in the perception levels of sports science students towards distance learning, according to gender, time of owning and using a personal computer, the adequacy of internet access and equipment, the tools and practices of participation in distance education, the program and department studied. In this respect, it has been revealed that having technical competencies and skills makes it easier to adapt to the distance education process and the majority of them have them.

Keywords:Covid-19, sports science students, strategy and perception towards distance education sports sciences.

Kick Boks Sporcularında Diz İzokinetik Kuvvetinin İncelenmesi: Dominant ve Non-Dominant Alt Ekstremiteler Karşılaştırması Çağdaş Özgür Cengizel

Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü

ÖZ

Amaç: Bu çalışmanın amacı, kick boks sporcularında diz fleksiyon ve ekstansiyon izokinetik kuvvetinin dominant ve non-dominant alt ekstremiteler arasında farklılık gösterip göstermediğini incelemektir.

Yöntem: Çalışmaya, en az üç yıllık düzenli antrenman deneyimine sahip 10 erkek kick boks sporcusu katıldı. Tüm sporcular test öncesinde standart bir ısınma protokolü uyguladı. Katılımcıların her iki alt ekstremitesinde diz fleksiyon ve ekstansiyon hareketlerinde konsantrik/konsantrik mod 60°/s açısal hızda izokinetik dinamometre (ISOMED 2000) kullanılarak zirve tork (Nm) ve vücut ağırlığına normalize edilmiş zirve tork (Nm/kg) değerleri kaydedildi. Elde edilen verilerin dağılımı Shapiro-Wilk testi ile değerlendirildi. Normal dağılım gösteren değişkenlerde paired t-testi, normal dağılım göstermeyenlerde ise Wilcoxon işaretli sıralar testi uygulandı.

Bulgular: Dominant ve non-dominant taraflar arasında diz ekstansiyonunda zirve tork ($p=.999$) ve zirve tork/vücut ağırlığı ($p=.426$) açısından, fleksiyonda ise zirve tork ($p=.329$) ve zirve tork/vücut ağırlığı ($p=.214$) açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmadı.

Sonuç: Bu çalışma, kick boks sporcularında diz fleksiyon ve ekstansiyon izokinetik kuvvetinin dominant ve non-dominant alt ekstremiteler arasında genel olarak simetrik olduğunu göstermektedir. Bu bulgu, antrenörler ve spor bilimciler için, bu sporcularda alt ekstremiteler kuvvet dengesinin belirgin bir taraf asimetrisi göstermediğini ve performans programlamasında tek taraflı kuvvet eksikliğine odaklanmanın öncelikli bir ihtiyaç olmayabileceğini düşündürmektedir. Ancak düşük örneklem büyüklüğü nedeniyle elde edilen sonuçlar dikkatle yorumlanmalı ve daha geniş katılımcı gruplarında doğrulanmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Kick boks, Diz eklemi, İzokinetik kuvvet, Maksimum tork, rölatif tork

Investigation of Knee Isokinetic Strength in Kickboxing Athletes: Comparison Between Dominant and Non-Dominant Lower Limbs

ABSTRACT

Aim: The aim of this study is to examine whether knee flexion and extension isokinetic strength differ between the dominant and non-dominant lower limbs in kickboxing athletes.

Methods: Ten male kickboxing athletes with at least three years of regular training experience participated in the study. All athletes completed a standardized warm-up protocol prior to testing. Peak torque (Nm) and peak torque normalized to body weight (Nm/kg) during knee flexion and extension at an angular velocity of 60°/s with concentric/concentric mode were measured in both lower limbs using an isokinetic dynamometer (ISOMED 2000). The normality of the data was



assessed with the Shapiro–Wilk test. Paired t-tests were applied to normally distributed variables, while the Wilcoxon signed-rank test was used for non-normally distributed variables.

Results: No statistically significant differences were found between the dominant and non-dominant sides in knee extension for peak torque ($p=.999$) and peak torque/body weight ($p=.426$), and in knee flexion for peak torque ($p=.329$) and peak torque/body weight ($p=.214$).

Conclusion: This study shows that isokinetic strength of knee flexion and extension is generally symmetrical between the dominant and non-dominant lower limbs in kickboxing athletes. This finding suggests that, in these athletes, lower-limb strength balance does not show a marked side asymmetry and that focusing on unilateral strength deficits may not be a primary need in performance programming. However, the results should be interpreted with caution due to the small sample size and should be confirmed in larger participant groups.

Keywords: Kickboxing, Knee joint, Isokinetic strength, Maximum torque, relative torque

2025-83-IECSES-8th-1068-FC-TB-KY-SG

Elit Atletlerde Yarışma Performans İle *KCNJ11* Rs5219 Polimorfizmi Arasındaki İlişki

Onur Akman¹, Celal Bulgay², Hasan Hüseyin Kazan³

¹Spor Bilimleri Fakültesi, Bayburt Üniversitesi, Bayburt 69000, Türkiye

²Spor Bilimleri Fakültesi, Bingöl Üniversitesi, Bingöl 12000, Türkiye

³Gülhane Tıp Fakültesi, Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Ankara 06010, Türkiye

Özet

Amaç: Atletik performans fiziksel, fizyolojik, mekanik, metabolik, psikolojik ve çevresel etmenlerin etkileşimiyle şekillenen çok boyutlu bir olgudur. Spor başarısı yalnızca antrenman, beslenme ve sakatlık önleme stratejilerine değil aynı zamanda antrenör niteliği ve aile desteği gibi çevresel faktörlere de bağlıdır. Son yıllarda genetik bileşenlerin performans üzerinde etkili olabileceği gösterilmiş ve bu bağlamda *KCNJ11* geni dikkat çekmiştir. Ancak, bu genin atletik performansla ilişkisi henüz netlik kazanmamıştır. Bu nedenle sunulan araştırma, *KCNJ11* rs5219 polimorfizminin Türk elit atletlerin yarışma performans düzeyleriyle olası ilişkisini incelemeyi amaçlamaktadır.

Yöntem: Sunulan araştırmaya, 18–35 yaş aralığında 60 elit atlet (31 sprinter/güç sporları ve 29 dayanıklılık sporları) ile 20 sedanter birey gönüllü olarak dahil edilmiştir. Atletlerin performans düzeyleri, kişisel en iyi derece (PB) verileri temel alınarak Dünya Atletizm Birliği (World Athletics; IAAF) puanlama sistemiyle değerlendirilmiştir. Katılımcılardan alınan kan örneklerinden genomik DNA izolasyonu yapılmış ve tüm ekzom dizileme (WES) yöntemi kullanılarak genotipleme gerçekleştirilmiştir. Spor branşı, cinsiyet ve PB değerlerinin grup içi ve gruplar arası ilişkileri lojistik regresyon modelleriyle analiz edilmiştir.

Bulgular: Elde edilen sonuçlara göre, C/C, T/C ve T/T genotip dağılımları açısından grup içi ve gruplar arası anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). C alelinin sıklığı T aleline göre daha yüksek olmasına rağmen alel dağılımlarında da grup içi veya gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. *KCNJ11* rs5219 polimorfizminin PB ile ilişkisi sprint/güç ve dayanıklılık sporcularında codominant, dominant, recessive and over-dominant modeller kapsamında analiz edilmiştir. Yapılan değerlendirmelerde, rs5219 polimorfizmi ile PB değerleri arasında hem sprint/güç ($p > 0.05$) hem de dayanıklılık sporcuları ($p > 0.05$) arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.

Sonuç: Sonuç olarak, *KCNJ11* rs5219 polimorfizminin hem sürat/güç hem de dayanıklılık sporcularının PB değerleri ile anlamlı bir ilişkisi olmadığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte, daha geniş örneklemle gerçekleştirilecek ileri araştırmaların, *KCNJ11* geninin atletik performans fenotiplerine olası katkısının daha kapsamlı biçimde ortaya konmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Keywords Atletizm; Güç; Kuvvet; Sürat; Dayanıklılık; Koşucular; *KCNJ11*; rs5219

Association between *KCNJ11* polymorphism (rs5219) and competitive performance in elite track and field athletes

ABSTRACT

Purpose: Athletic performance is a multifactorial phenomenon shaped by the interaction of physical, physiological, mechanical, metabolic, psychological, and environmental factors. Success in sports depends not only on training, nutrition and injury-prevention strategies but also on contextual influences such as coaching quality and family support. Recent research suggests that genetic factors may also contribute to athletic performance, drawing attention to the *KCNJ11* gene. However, the relationship between this gene and athletic performance remains unclear. Therefore, this study aims to investigate the potential association between the *KCNJ11* polymorphism, rs5219 and competitive performance levels in Turkish track and field athletes.

Methods: A total of 60 elite athletes (31 sprint/power and 29 endurance) and 20 sedentary controls aged 18–35 years voluntarily participated in this study. Performance levels were determined based on the International Association of Athletics Federations (IAAF) scoring scale derived from athletes' personal best (PB) records. Genomic DNA was isolated from participants' blood samples, and whole-exome sequencing (WES) was performed for genotyping. Sport type, sex, and PB were evaluated as parameters for comparison within and between groups using logistic regression models.

Results: According to the findings, no significant differences were observed in the distribution of the C/C, T/C and T/T genotypes either within or between groups ($p > 0.05$). Although the frequency of the allele C was higher than that of the allele T, allele distributions did not differ significantly within or between the groups. The association between the *KCNJ11* rs5219 polymorphism and PBs values was further examined in sprint/power and endurance athletes using codominant, dominant, recessive and over-dominant genetic models. The analyses revealed no significant associations between rs5219 and PB outcomes in either sprint/power ($p > 0.05$) or endurance athletes ($p > 0.05$).

Conclusion: In conclusion, the *KCNJ11* rs5219 polymorphism was not found to be significantly associated with PBs performance in either sprint/power or endurance athletes. Nevertheless, future studies with larger sample sizes are warranted to more clearly elucidate the potential contribution of the *KCNJ11* gene to athletic performance phenotypes.

Keywords Athletics; Athletes; Sprint; Power; Endurance; *KCNJ11*; rs5219

2024-6-IECSES-8th -998-FC-TB-KY-SG

ELİT HENTBOL OYUNCULARINDA ANTROPOMETRİK ÖZELLİKLER İLE TAPİNG DİNAMİK KUVVET DENGE VE FORCE VELOCITY İLİŞKİSİ

Dr. Derya ÇETİN SARIŞIK

Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, elit düzeyde hentbolcuların antropometrik özellikleri ile taping uygulaması sonrası dinamik kuvvet, denge ve force-velocity parametreleri arasındaki ilişkileri incelemektir. Çalışmaya Türkiye Erkek Hentbol Süper Ligi'nde yer alan 14 elit erkek sporcu katılmıştır (yaş: 22,85 $\pm$ 2,87 yıl; boy: 169,71 $\pm$ 5,22 cm; vücut ağırlığı: 65,78 $\pm$ 6,65 kg). Katılımcıların boy, kilo, vücut kitle indeksi ve bacak uzunluğu gibi antropometrik verileri standart yöntemlerle ölçülmüştür. Dinamik kuvvet, denge ve force-velocity testleri taping uygulaması öncesi ve sonrası gerçekleştirilmiştir. Verilerin analizinde Spearman korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Analizler sonucunda boy ile vücut ağırlığı ($r = ,742$, $p < ,01$), boy ile Vmax ($r = ,663$, $p < ,05$), boy ile Dinamik Yüksek Çıkış testi ($r = ,697$, $p < ,05$), bacak uzunluğu ile Dinamik Yüksek Çıkış testi ($r = ,797$, $p < ,01$) ve VKİ ile Pmax ($r = ,693$, $p < ,05$) arasında anlamlı pozitif ilişkiler saptanmıştır. Bulgular, antropometrik özelliklerin hentbolcularda kuvvet ve velocity parametreleri üzerinde belirleyici rol oynadığını göstermektedir. Özellikle boy, bacak uzunluğu ve VKİ'nin performans çıktılarıyla olan anlamlı ilişkisi, oyuncu seçimi ve antrenman planlamasında antropometrik verilerin dikkate alınmasının önemini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: hentbol, antropometrik özellikler, kuvvet, denge.

RELATIONSHIP BETWEEN ANTHROPOMETRIC CHARACTERISTICS AND TAPING DYNAMIC FORCE BALANCE AND FORCE VELOCITY IN ELITE HANDBALL PLAYERS

ABSTRACT

The aim of this study was to investigate the relationships between the anthropometric characteristics of elite handball players and their dynamic strength, balance, and force-velocity parameters after taping. Fourteen elite male athletes from the Turkish Men's Handball Super League participated in the study (age: 22.85 $\pm$ 2.87 years; height: 169.71 $\pm$ 5.22 cm; body weight: 65.78 $\pm$ 6.65 kg). Anthropometric data such as height, weight, body mass index, and leg length were measured using standard methods. Dynamic strength, balance, and force-velocity tests were performed before and after taping. Spearman correlation coefficient was used in data analysis. Analyses revealed significant positive correlations between height and body weight ($r = 0.742$, $p < 0.01$), height and Vmax ($r = 0.663$, $p < 0.05$), height and Dynamic High Start Test ($r = 0.697$, $p < 0.05$), leg length and Dynamic High Start Test ($r = 0.797$, $p < 0.01$), and BMI and Pmax ($r = 0.693$, $p < 0.05$). Findings indicate that anthropometric characteristics play a decisive role in strength and velocity parameters in handball players. In particular, the significant correlation between height, leg length, and BMI with performance outcomes highlights the importance of considering anthropometric data in player selection and training planning.

Keywords: handball, anthropometric characteristics, strength, balance



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-7-IECSSES-8th -999-FC-TB-KY-SG

Sosyal Sorumluluk ve Gönüllülük Kavramlarının Dönüşümü: Sürdürülebilirliğin Yeni Mikro-Gönüllülük Modelleri

Savaş Keskin

Bayburt University

ÖZ

Dünyaya ve küreselleştirilmiş ya da yerelleştirilmiş tüm yaşama biçimlerine ilişkin geleneksel algılarımız, yenileriyle yer değiştiriyor. Aslında dönüşmüyor, başkalaşmıyor ve kendi yerini boş bırakacak şekilde ortadan kalkmıyor. Yalnızca geleneksel dünyanın işleri, yerlerini yeni bir kavramsal düzenleme, algılayışlar ve esnetilmiş davranışlara bırakıyor. Sosyal sorumluluk ve gönüllülük kavramları da tam olarak bu bağlamda, geleneksel makro çerçevelerinden ayrıştırılıp mikro çerçevelerde tanımlanıyor ve uygulanıyor. Bir başka deyişle, meta-anlatıların, makro toplumsal sorunların ve aktivist protest bilincin yerini, bireyselleştirilmiş, basitleştirilmiş, kolaylaştırılmış ve sorumluluk algısı esnetilmiş deneyimler alıyor. Sürdürülebilir Kalkınma Hedeflerine yönelik 2030 gündemini belirleyen Birleşmiş Milletler de bu nedenle dünyayı kurtarma fikrini basitçe #kendinyap felsefesine kadar sadeleştiriyor ve sadece evdeki ışığı kapatmanın, suyu erken kısmanın, daha az televizyon seyretmenin ve bunları #herkesanlat'manın yer aldığı kişisel ve mikro-gönüllülük bağlamı kuruyor. Bir tür Multum in Parvo (Azdaki Çokluk) modeliyle kurulan bu yapısal yer değiştirme, kolektif hareketlerin, duyarlılığın ve birlikte hareket etmenin zorlaştığı bu çağda, tıpkı akıllı çetelerin aktivizm deneyimleri gibi kitlesellikten kitlesel-öz örgütlenmeye doğru bir akışkanlık gösteriyor. Bu sunum, protest ve aktivist makro-gönüllülük ağlarının mikro dönüşüm modellerini anlatarak afetlere dirençli ve sürdürülebilir toplumlar için kişilerarası eylem çerçevesini öneriyor. Hükümetlerarası küresel çözümlerin kişilerarası çözümlere indirgendiği bu çağda sivil toplumun yapısı da başka bir yapısal yaklaşımla yer değiştirip merkezlesizleşen dünya düzenine uygun hale geliyor. Doğal olarak değişen sivil topluma yönelik değişen algıları sistemli bir şekilde okumak ve çözümleri bu okumanın sonuçlarına göre tasarlamak da önem arz ediyor.

Anahtar Kelimeler:Sosyal Sorumluluk, Gönüllülük, Sürdürülebilirlik, Mikro-Gönüllülük

The Transformation of Social Responsibility and Volunteering: New Micro-Volunteering Models for Sustainability

ABSTRACT

Our traditional perceptions of the world and all forms of life, whether globalized or localized, are being replaced by new ones. In fact, they are not transforming, changing, or disappearing in a way that leaves their place empty. It is simply that the affairs of the traditional world are giving way to a new conceptual framework, perceptions, and flexible behaviors. The concepts of social responsibility and volunteerism are also being separated from their traditional macro frameworks and defined and applied within micro frameworks in this context. In other words, meta-narratives, macro social issues, and activist protest consciousness are being replaced by individualized, simplified, facilitated, and loosened experiences of responsibility. For this reason, the United Nations, which sets the 2030 agenda for the Sustainable Development Goals, simplifies the idea of saving the world down to the #doityourself philosophy and establishes a personal and micro-



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

volunteering context that involves only turning off the lights at home, conserving water, watching less television, and #telleveryone aboutit. This structural shift, built on a kind of Multum in Parvo (Much in Little) model, shows a fluidity from mass to mass-self-organization, much like the activism experiences of smart gangs, in this era where collective action, awareness, and acting together have become difficult. This presentation proposes an interpersonal action framework for disaster-resilient and sustainable societies by describing the micro-transformation models of protest and activist macro-volunteering networks. In this era where intergovernmental global solutions are being reduced to interpersonal solutions, the structure of civil society is also shifting to a different structural approach, adapting to the decentralized world order. It is also important to systematically interpret the changing perceptions of civil society and design solutions based on the results of this interpretation.

Keywords:Social Responsibility, Volunteering, Sustainability, Micro-Volunteering

Egzersiz Sonrası Toparlanma Yöntemlerinin Gecikmiş Başlangıçlı Kas Ağrısı (DOMS) ve Performans Üzerine Etkileri

Serhat NAS

Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

ÖZ

Giriş ve Amaç: Egzersiz sonrası toparlanma protokollerinin uygulanması, sporcuların bir sonraki antrenmana veya müsabakaya tam anlamıyla dinlenmiş olarak çıkmasına ve performanslarının artmasına imkan sağlamaktadır. Yüksek yoğunluklu egzersizlerin organizmada bir takım olumsuz etkilerinden (kaslarda yorgunluk, laktat birikimi ve buna bağlı olarak gecikmiş başlangıçlı kas ağrısı) kaçınmak ve maksimum performansı ortaya çıkarmak için fizyolojik ve psikolojik toparlanma stratejileri önemlidir. Ancak, hangi toparlanma yönteminin en etkili olduğuna ilişkin bulgular arasında bazı farklılıklar bulunmaktadır. Bu nedenle bu araştırmada, egzersiz sonrası toparlanma yöntemlerinin gecikmiş başlangıçlı kas ağrısı (DOMS) ve performans üzerindeki etkilerinin araştırılması amaçlanmıştır. **Materyal ve Yöntem:** Araştırmada PubMed, Web of Science, Scopus ve Google Scholar veri tabanları kullanılarak egzersiz ve toparlanma, kas ağrısı ve egzersiz, performans ve toparlanma üzerine anahtar kelimeler kullanılarak literatür taraması yapılmıştır. **Bulgular:** Tarama sonucunda genellikle hangi toparlanma yönteminin en etkili olduğu konusunda farklılıklar mevcuttur. Ancak toparlanma yöntemleri ile ilgili yapılan meta-analiz çalışmalarında genellikle uyku optimizasyonu, masaj, soğuk su uygulaması, kompresyon giysileri ve köpük silindirler gibi yaklaşımların sporcuların toparlanması için etkili yöntemler olduğu bildirilmektedir. **Sonuç:** Etkili bir toparlanma yöntemi, yaralanma oranlarını azaltabilir ve performansı iyileştirebilir. Sonuç olarak, daha etkili yöntemlerin belirlenmesi, ekipman ve zaman tasarrufuna destek sağlayacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz Sonrası Rejenerasyon, Kas Yorgunluğu, Sporcu Sağlığı

Effects of Post-Exercise Recovery Methods on Delayed Onset Muscle Soreness (DOMS) and Performance

ABSTRACT

Introduction and Purpose: The application of post-exercise recovery protocols plays a critical role in ensuring that athletes are adequately rested before subsequent training sessions or competitions, thereby facilitating enhanced performance outcomes. Physiological and psychological recovery strategies are essential to mitigate the adverse effects associated with high-intensity exercise—such as muscular fatigue, lactate accumulation, and delayed onset muscle soreness (DOMS)—and to optimize overall athletic performance. Despite the growing body of literature on recovery practices, there remains a lack of consensus regarding the most effective recovery modalities. Therefore, the primary objective of this study is to examine the impact of various post-exercise recovery methods on delayed onset muscle soreness (DOMS) and athletic performance. **Materials and Methods:** A comprehensive literature review was conducted utilizing academic databases including PubMed, Web of Science, Scopus, and Google Scholar. The search



was performed using a combination of relevant keywords such as *exercise and recovery*, *muscle soreness and exercise*, and *performance and recovery* to identify pertinent studies. Results: The review revealed considerable variability in findings regarding the relative effectiveness of different recovery strategies. However, existing meta-analyses suggest that certain interventions—including sleep optimization, massage therapy, cold water immersion, compression garments, and foam rolling—are among the most effective methods in promoting post-exercise recovery in athletes. Conclusion: Implementing effective recovery strategies has the potential to significantly reduce the risk of injury and enhance subsequent performance. In conclusion, identifying and employing the most efficient recovery modalities may contribute not only to athletic success but also to the optimal use of resources such as time and equipment.

Keywords: Post-Exercise Regeneration, Muscle Fatigue, Athlete Health



2025-9-IECSSES-8th-42-FC-TB-KY-SG

Competitive Activities in Cyber Sportsmen of Various Gaming Roles in the CS2 Discipline

Ihor ZANEVSKYY, Volodymyr PASKIV, Mariana MOSTOVA

Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskyj, Lviv, UKRAINE,

Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskyj, Lviv, UKRAINE,

Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Boberskyj, Lviv, UKRAINE

ABSTRACT

Competitive activity in modern e-sports is characterized by high intensity of cognitive load, speed of decision-making and complex structure of team interaction. In CS2 discipline, team efficiency largely depends on balanced distribution of functions between players of different roles entry-flagger, lurker, AWPPer, support, in-game leader. Despite the active development of e-sports science, the structure and content of competitive activity of players of these roles has not been studied enough.

Scientific hypothesis: the structure of competitive activity of cyber athletes depends on the role of the player, and taking this into account when forming the team will contribute to increasing its performance. Object of research: competitive activity of cyber athletes in the CS2 discipline. Subject of research: structure and content of competitive activity of players of different game roles and their psychophysiological features that affect the effectiveness of role performance in the team. Research methods: theoretical analysis and generalization of scientific literature data; empirical methods; psych - diagnostic methods; cognitive methods; physiological methods; methods of mathematical statistics.

Scientific novelty: the study will help clarify ideas about the structure and dynamics of competitive activity of cyber-sportsmen in different roles; the features of the functional participation of each role in the game and its connection with the psychophysiological characteristics of players will be systematized. The results will allow forming a generalized model of competitive activity in the CS2 discipline.

Implementation of the research results: the results can be used in the practice of training student and professional teams in cybersports, in training courses in cybersports training, as well as to improve the training process programs in the CS2 discipline. The research has been conducted with the involvement of student e-sportsmen specializing in various game roles in the CS2 team. As part of the work, a pedagogical experiment will be carried out, which involves the analysis of official and training matches of student teams, the study of professional players' performance for comparison, as well as the use of psychological, cognitive and physiological testing.

It is expected that the results of the experiment will allow us to describe the structure of competitive activity of representatives of different roles and identify key factors that affect the effectiveness of the game. The data obtained will serve as the basis for developing practical recommendations for optimizing the training process and forming team strategies in student e-sports.

Keywords: Esports, Competition, Sportsmen, Gaming, CS2

Farklı branşlardaki Spor Etkinliklerine Katılan Bireylerin Gönüllü Motivasyon Durumlarının İncelenmesi

Sema GÜZEL¹, Menzure Sibel YAMAN², Kader YEL¹, Mevlüt GÖNEN¹,
Zekai ÇAKIR¹, Mehmet Ali Ceyhan¹, Burakhan AYDEMİR³

¹Bayburt Üniversitesi, ¹İstanbul Rumeli Üniversitesi, ³Karadeniz Teknik Üniversitesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, spor etkinliklerinde görev alan gönüllülerin motivasyon düzeylerini belirlemek ve bu motivasyonun bazı demografik ve spora ilişkin değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığını incelemektir. Gönüllü motivasyonu; bireysel ilgi, amaç yönelimi ve sosyal dayanışma gibi çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır. İlişkisel tarama modeline dayalı betimsel nitelikteki bu çalışma, farklı bireysel ve takım sporlarında gönüllü olarak görev alan 399 katılımcı ile gerçekleştirilmiştir. Veriler, Spor Etkinlikleri Gönüllü Motivasyon Ölçeği (SEGMÖ) ve araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu aracılığıyla Google Forms üzerinden toplanmıştır. Ölçeğin bu örneklemden iç tutarlılık katsayısı .810 olarak hesaplanmıştır. Verilerin analizinde bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, gönüllü motivasyonunun çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir. Toplam motivasyon puanının özellikle amaçsal ve dayanışma boyutlarıyla yüksek düzeyde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet, aktif spor yapma durumu, spor türü, gelir düzeyi ve yaş değişkenlerine göre toplam motivasyon ve bazı alt boyutlarda anlamlı farklılıklar saptanmıştır. Aktif spor yapanların, takım sporlarında görev alanların, daha yüksek gelir grubunda bulunanların ve 27 yaş ve üzerindeki katılımcıların motivasyon düzeylerinin görece daha yüksek olduğu görülmüştür. Bununla birlikte, elde edilen etki büyüklüklerinin çoğunlukla küçük ile küçük-orta düzeyde olması, söz konusu değişkenlerin gönüllü motivasyonu üzerinde sınırlı bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak, spor gönüllülüğünün hem bireysel hem de sosyal-toplumsal bileşenler tarafından şekillenen çok boyutlu bir yapı olduğu söylenebilir. Bu bulgular, spor organizasyonlarında gönüllü yönetimi süreçlerinin farklı motivasyon profillerini dikkate alan esnek ve kapsayıcı yaklaşımlarla desteklenmesi gerektiğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Spor Gönüllülüğü, Gönüllü Motivasyonu, Spor Etkinlikleri, Motivasyon Boyutları, Aktif Spor Katılımı

An Examination of Volunteer Motivation Among Individuals Participating in Sports Events Across Different Disciplines

ABSTRACT

The purpose of this study is to determine the motivation levels of volunteers involved in sports events and to examine whether these levels differ according to selected demographic and sport-related variables. Volunteer motivation is addressed as a multidimensional construct encompassing individual interests, goal orientation, and social solidarity. Designed as a descriptive study based on the relational survey model, the research was conducted with 399 volunteers actively engaged in various individual and team sports. Data were collected using Google Forms,



which included the Sports Events Volunteer Motivation Scale (SEVMS) and a demographic information form developed by the researcher. The internal consistency coefficient of the scale for the present sample was calculated to be 0.810. Data analysis included independent samples t-tests, one-way analysis of variance (ANOVA), and Pearson correlation analysis.

The findings indicate that volunteer motivation exhibits a multidimensional structure. The total motivation score was found to be strongly associated with the purposive and solidarity dimensions of motivation. Statistically significant differences were identified in total motivation and several sub-dimensions according to gender, active participation in sports, type of sport, income level, and age. Higher motivation levels were observed among individuals who actively engage in sports, participate in team sports, belong to higher-income groups, and are aged 27 years or older. Nevertheless, the effect sizes were predominantly small to small-to-moderate, suggesting that these variables exert a statistically significant yet limited influence on volunteer motivation. In conclusion, sports volunteering appears to be shaped by both individual and social-communal components, underscoring its inherently multidimensional nature. Accordingly, volunteer management practices in sports organisations should be supported by flexible and inclusive programs that are responsive to diverse motivational profiles..

Keywords: Sports Volunteering, Volunteer Motivation, Sports Events, Motivation Dimensions, Active Sport Participation



Kahramanmaraş Depremlerine İlişkin İnsani Yardım Raporları Üzerinden “Direnci Toplum İçin Acil İhtiyaçları” Anlamak

Ümit ÖZ

Bayburt Üniversitesi

ÖZ

Sürdürülebilir şehirler ve topluluklar için önemli bir farkındalık ve önlem olarak değerlendirilmesi mümkün olan “afetlere dirençli toplum” önermesi, proaktif süreci destekleyecek bir altyapısal hazırlık gerektirir. Nitekim direnç, sürecin etkilerinden daha çok süreç öncesinin güçlendirilmesiyle ilgili bir kavramdır. Kahramanmaraş depremlerinden çıkarılacak farkındalık derslerinin yalnızca bir düzeyi olan insani ihtiyaçlar çerçevesi, Kızılay gibi devlet-sivil toplum iş birliğiyle kurulan gönüllülük organizasyonlarıyla birlikte İhtiyaç Haritası gibi tamamıyla sivil toplum organizasyonu kimliği taşıyan kolektiflerin resmî raporlarında, “yanıt verilen” boyutuyla temsil edilmiştir. Ancak yanıt verilemeyen ihtiyaç boyutu hem kestirilememekte hem de depremin asıl etkilerini tanımlamayı olanaksız bırakmaktadır. Yine de çıkarımsal olarak mevcut raporlara yansıyan insani ihtiyaçları incelemek, direnç noktalarından hangilerinin daha fazla güçlendirilmeye ihtiyacımız olduğu hususunda tespitler ve öngörüler yardımcı olacaktır. Bir tür yordama pratiği olarak ele alındığında, insani ihtiyaç raporlarının aslında dirençli toplumun kurucu ipuçları ve acil müdahale alanları olduğu fikri öne sürülebilir. Bu sunum, Kızılay ve İhtiyaç Haritası raporları üzerinden ilişkilendirdiği insani ihtiyaçların bir karşılaştırmalı analizini yapacak ve dirençli toplum için gereken ihtiyaç tabanlı çözüm modellemesi için bazı öneriler üretecektir. Asıl mesele ise, raporlarda görünmeyen, göstergesiz ihtiyaçları yorumsamak ve yanıt verilemeyen ihtiyaç boyutunu da denkleme dahil ederek gerçekçi ve çözüm odaklı bir dirençli toplum önermesinde bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler:Kahramanmaraş Depremleri, Dirençli Toplum, İnsani İhtiyaç Raporları, Kızılay, İhtiyaç Haritası.

Understanding “Urgent Needs for a Resilient Society” Through Humanitarian Aid Reports on the Kahramanmaraş Earthquakes

ABSTRACT

The concept of a “disaster-resilient society,” which can be considered an important awareness and precautionary measure for sustainable cities and communities, requires infrastructural preparation to support a proactive process. Indeed, resilience is a concept more related to strengthening the process beforehand than to its effects. The framework of humanitarian needs, which is only one level of the lessons learned from the Kahramanmaraş earthquakes, has been represented in the official reports of collectives such as İhtiyaç Haritası (Needs Map), which is entirely a civil society organization, along with volunteer organizations established through state-civil society cooperation such as the Red Crescent, in terms of the “response given.” However, the dimension of unmet needs is both unpredictable and makes it impossible to define the actual



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

effects of the earthquake. Nevertheless, examining the humanitarian needs reflected in the existing reports will help identify and predict which points of resilience need to be strengthened further. When approached as a kind of practice of interpretation, it can be argued that humanitarian needs reports are actually clues to building a resilient society and areas for urgent intervention. This presentation will conduct a comparative analysis of humanitarian needs identified through the Red Crescent and Needs Map reports and generate recommendations for a needs-based solution model required for a resilient society. The main issue, however, is to interpret the unseen, unindicated needs in the reports and to include the dimension of unmet needs in the equation in order to propose a realistic and solution-oriented resilient society.

Keywords: Kahramanmaraş Earthquakes, Resilient Society, Humanitarian Needs Reports, Red Crescent, İhtiyaç Haritası (Needs Map).

Geleneksel Çocuk Oyunlarının Problem Çözme Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Havva ALTINIŞIK, Meryem GÜLAÇ

Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kütahya

Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kütahya

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, geleneksel çocuk oyunlarının öğrencilerin problem çözme becerileri üzerindeki etkisini incelemektir. Araştırma, 2024-2025 eğitim-öğretim yılında Kütahya ili Gediz ilçesinde bulunan Zafer İlkokulu'nda öğrenim gören toplam 32 gönüllü öğrenci (14 erkek, 18 kız) ile yürütülmüştür. Çalışmada yarı deneysel desen kullanılmış; 16 öğrenci deney, 16 öğrenci ise kontrol grubunu oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak Serin, Bulut Serin ve Saygılı (2010) tarafından geliştirilen İlköğretim Düzeyindeki Çocuklar için Problem Çözme Envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizinde normallik varsayımını test etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov ve Shapiro-Wilk testleri uygulanmış; elde edilen sonuçlar verilerin normal dağılım gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu nedenle, ön test ve son test puanları arasındaki farkı belirlemek için Bağımlı Gruplar t-Testi yapılmıştır. Analiz bulgularına göre, deney grubundaki öğrencilerin problem çözme becerisine güven, özenetim ve genel problem çözme becerisi puanlarında son test lehine anlamlı artışlar; kaçınma davranışı puanlarında ise anlamlı azalmalar saptanmıştır ($p < 0,001$). Bu sonuçlar, geleneksel oyun temelli etkinliklerin öğrencilerin problem çözme becerilerini geliştirmede etkili olduğunu göstermektedir. Ayrıca, öğrencilerin problem çözme sürecinde daha planlı, bilinçli ve kendine güvenen bir yaklaşım sergiledikleri belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Geleneksel oyunlar, problem çözme becerileri, çocuk gelişimi, özenetim, özgüven

An Investigation of the Effects of Traditional Children's Games on Problem-Solving Skills

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the effect of traditional children's games on students' problem-solving skills. The research was conducted with a total of 32 voluntary students (14 boys and 18 girls) enrolled at Zafer Primary School in Gediz district of Kütahya province during the 2024–2025 academic year. A quasi-experimental design was employed, with 16 students assigned to the experimental group and 16 to the control group. Data were collected using the Problem Solving Inventory for Primary School Children developed by Serin, Bulut Serin, and Saygılı (2010). To test the normality assumption, Kolmogorov–Smirnov and Shapiro–Wilk tests were applied, and the results indicated that the data were normally distributed. Therefore, a Paired Samples t-Test was used to analyze the difference between pre-test and post-test scores. The analysis results revealed significant improvements in the experimental group's scores for confidence in problem-solving, self-control, and overall problem-solving ability, while avoidance behavior scores significantly decreased ($p < .001$). These findings indicate that traditional game-based activities were highly



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

effective in enhancing students' problem-solving skills. Moreover, it was observed that students became more confident, conscious, and systematic in managing the problem-solving process.

Keywords: Traditional games, problem-solving skills, child development, self-control, self-confidence

Bütünleşik Afet Yönetimi İçin Sivil Toplum Destekli Mobil Devlet Organizasyonları Geliştirmek: El Ele İyilik Mobil Uygulamasının Hikâyesi

SERPİL KIR ELİTAŞ

HATAY MUSTAFA KEMAL ÜNİVERSİTESİ

ÖZ

Bu bildiri, TÜBİTAK 1001 Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Projeleri kapsamında AFAD ile ortak desteklenen “Afet Yönetiminde Sosyal İhtiyaçlara Yönelik Yenilikçi Bir Sivil Toplum Destekli Devlet Organizasyonu Geliştirmek: El Ele İyilik Mobil Uygulaması” başlıklı projenin hikâyesini içermektedir. Bir afet ülkesi olan Türkiye’de, olası afetlerin sosyal etkilerini kontrol altına almak ve toplumsal direnç mekanizmalarını doğru çalıştırmak için “El Ele İyilik” isimli mobil uygulamayı geliştirmeyi amaçlayan bu proje, sahadaki sosyal ihtiyaçların “bire bir eşleşmeler” yoluyla kişiselleştirilmiş ve hızlandırılmış çözümlerini hedefler. Nitekim El Ele ifadesi, depremin bir diğer adı olan ZELZELE ifadesindeki “sonu” simgeleyen Z harflerinin silinmesiyle oluşur ve “Asrın Felaketine” karşılık “Asrın Birlikteliği” konseptini destekler.

El Ele İyilik mobil uygulaması, deprem başta olmak üzere tüm afet anlarında ve sonrasında, yardıma ihtiyaç duyan insanlarla yardım etmek insanları, tanımladıkları sosyal ihtiyaçların ortaklığı doğrultusunda eşleştiren ve etkileşim kurmalarını sağlayan “kişilerarası iyilik” odaklı bir mobil uygulamadır. Geniş alanlara yayılan afet durumlarında devlet organizasyonlarının tam kapsayıcılığa erişmesinin mümkün olmaması nedeniyle kişileri doğrudan bir araya getiren ve süreci hızlandıran bu mobil uygulama, bir yandan devlet merkezli kamu hizmetlerini desteklerken diğer yandan ihtiyaçların çözümünde sivil toplum ve bireysel sosyal sorumluluk gücünü daha verimli kullanmaya yardımcı olacaktır. İçişleri Bakanlığı ve AFAD enformasyon sistemine entegre edilerek yönetilmesi planlanan mobil uygulama, 12. Kalkınma Planında da belirtilen afet yönetimi hedeflerine yönelik devlet ve sivil toplum faaliyetlerini birbirlerine entegre etmesi ve tedarik edeceği büyük veri ağı ile hizmet geliştirmeye katkı sunması yönünden yaygın etkiye sahiptir. Bu yönüyle El Ele İyilik uygulaması, “Sivil Toplum-Destekli Devlet Organizasyonu” modeli olarak tanımlanabilecek bir yeni iyilik/dayanışma ilişkilerinin konsept ve uygulama tasarımıdır.

Proje kapsamında, “veren el” olarak tanımlanan sosyal destekçi ile “alan el” olarak tanımlanan afetzedeleri sosyal ihtiyaçlar temelinde eşleştirecek olan mobil uygulamanın sosyal ihtiyaç kategorilerini biçimlendirmek için açılımlayıcı sıralı karma desen çerçevesinde, Dünya Sağlık Örgütü’nün (WHO) geliştirdiği “İnsani Acil Durum Ortamlarında Algılanan İhtiyaçlar Ölçeği (İNADORALİ) tabanlı metodolojik dizayn geliştirilmiştir. Buna göre Türkiye’nin son 10 yılında geniş kesimleri ve alanları etkileyen deprem, yangın, sel ve Koronavirüs salgını olmak üzere dört doğal afet tipinden etkilenen 30 ildeki 2725 katılımcı ve 275 AFAD uzmanı ile yerel yönetim uzmanı olmak üzere toplamda 3000 kişi ile anket yapılacak, sonrasında bu anket verileri derinlemesine görüşmeler ile çerçevelenecektir. Yorumlayıcı Fenomenolojik Analiz uyarınca, ‘yaşanmış deneyimler’ olarak saptanan sosyal ihtiyaç kategorileri sahadan tedarik edilecek ve demografik, coğrafik ve psikografik farklılıklara göre mobil uygulamaya entegre edilecektir. Proje



kapsamında, çevresel uygunluğu test edilmiş bir mobil uygulama prototipi (Teknolojik Hazırlık Seviyesi 6) geliştirilerek tüm yasal haklarıyla birlikte AFAD'a devredilecektir.

Anahtar Kelimeler:Doğal Afet, Dirençli Toplum, Bütünleşik Afet Yönetimi, Kişilerarası İyilik, El Ele İyilik Mobil Uyguması

Developing Civil Society-Supported Mobile Government Organizations for Integrated Disaster Management: The Story of the El Ele İyilik (Hand in Hand for Good) Mobile Application

ABSTRACT

This paper presents the story of the project titled “Developing an Innovative Civil Society-Supported Government Organization for Social Needs in Disaster Management: El Ele İyilik Mobile Application,” jointly supported by AFAD under the TÜBİTAK 1001 Scientific and Technological Research Projects. This project, which aims to develop a mobile application named "Hand in Hand Goodness" in order to control the social impacts of possible disasters in Turkey, which is a disaster country, and to operate social resistance mechanisms correctly, aims to provide personalised and accelerated solutions to social needs in the field through "one-to-one matches". As a matter of fact, the expression Hand in Hand is formed by deleting the letters Z symbolising "end" in the expression ZELZELE, another name of the earthquake, and supports the concept of "Unity of the Century" in response to the "Disaster of the Century". The Hand in Hand Goodness mobile application is an "interpersonal goodness" oriented mobile application that matches people who need help with people who help them in line with the commonality of the social needs they define and enables them to interact during and after disasters, especially earthquakes. Since it is not possible for state organisations to reach full inclusiveness in disaster situations that spread over large areas, this mobile application, which directly brings people together and accelerates the process, will help to use the power of civil society and individual social responsibility more efficiently in solving the needs while supporting state-centred public services. The mobile application, which is planned to be managed by integrating into the information system of the Ministry of Interior and AFAD, has a widespread impact in terms of integrating state and civil society activities towards the disaster management targets stated in the 12th Development Plan and contributing to service development with the big data network it will provide. Moreover, the mobile application, which adapts "matching" oriented random interpersonal interactions to "modularised needs management" processes, has a unique value due to its speed, innovation of the relationship concept and solution foci. In this respect, the El Ele İyilik application is a concept and application design of a new kindness/solidarity relationship that can be defined as a "Civil Society-Supported State Organisation" model. Within the scope of the project, a methodological design based on the “The Humanitarian Emergency Settings Perceived Needs Scale (HESPER)” developed by the World Health Organization (WHO) was developed within the framework of an exploratory sequential mixed design to form the social need categories of the mobile application that will match the social supporter defined as the “giving hand” and the disaster victims defined as the “receiving hand” on the basis of social needs. Accordingly, a survey will be conducted with 2725 participants and 275 experts of AFAD and local governments (Total 3000) in 30 provinces affected by four types of natural disasters: earthquake, fire, flood and coronavirus outbreak, which affected large segments and areas in the last 10 years in Turkey, and then these survey data will



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

be framed with in-depth interviews. According to the Interpretative Phenomenological Analysis, categories of social needs identified as 'lived experiences' will be sourced from the field and integrated into the mobile application according to demographic, geographic and psychographic differences. Within the scope of the project, a mobile application prototype (Technological Readiness Level 6) with tested environmental suitability will be developed and transferred to AFAD with all legal rights.

Keywords: Natural Disaster, Resilient Community, Integrated Disaster Management, Interpersonal Kindness, El Ele İyilik Mobile Application



2025-14-IECSES-8th-1011-FC-TB-KY-SG

Afetlere İlişkin Akademik Çalışmalardaki İhtiyaç Haritalarına Bibliyometrik Yaklaşım

Türker Elitaş

Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi

ÖZ

Afet dönemlerinde afetin yönetimi, kriz planlaması ve insani yardım süreçlerinde oldukça hassas bir süreç olan ihtiyaç haritaları, afetin ortaya çıkardığı maddi ve manevi zararın asgari düzeye indirilmesi bağlamda önem arz etmektedir. Çalışma bibliyometrik göstergelere dayanarak, afet dönemlerinde oluşan kriz ortamlarında ortaya çıkan ihtiyaç haritalarının akademik düzeydeki yansımalarına, eğilimlerine ve kavramsal kümelenmelerini açığa çıkarmayı amaçlamaktadır. Bu bağlamda çalışma 1979 ila 2026 tarihleri arasında Scopus veritabanında yer alan 3326 bilimsel çalışma inceleme grubuna dâhil edilmiştir. Araştırma süreci PRISMA protokolüne uygun olarak yürütülmüş ve çalışma kapsamına makale, kitap, kitap bölümü, konferans metinleri ve yayın kabulü almış makaleler dahil edilmiştir. R Bibliometrix yazılımıyla gerçekleştirilen bibliyometrik analizde, yayınların yıllara göre dağılımı, atıf ağları, ortak yazar ilişkileri, anahtar kelime eş-oluşumları ve tematik haritalar arası gizil ilişki pratikleri açığa çıkarılmıştır. Çalışma neticesinde elde edilen bulgular ihtiyaç haritalarına ilişkin çalışmaların 2000’li yıllar dikkate değer bir şekilde artış gösterdiği ve afet yönetimi, coğrafi bilgi sistemleri, insani lojistik ve sürdürülebilir kalkınma temalarıyla yoğun bir biçimde ilişkilendiğini tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler:Afet Yönetimi, İhtiyaç Haritaları, Bibliyometrik Analiz, Bibliometrix, Scopus

A Bibliometric Analysis of Need Maps in Disaster-Related Academic Research

ABSTRACT

During disaster periods, *need maps*—which play a crucial role in disaster management, crisis planning, and humanitarian aid—are of great importance in minimizing both the material and moral damages caused by disasters. This study aims to reveal the academic reflections, trends, and conceptual clusters of need maps that emerge in crisis environments during disaster periods, based on bibliometric indicators. In this context, a total of 3,326 scientific studies indexed in the Scopus database between 1979 and 2026 were included in the analysis group. The research process was conducted in accordance with the PRISMA protocol, and the dataset included journal articles, books, book chapters, conference proceedings, and articles accepted for publication. Through bibliometric analysis performed using the *R Bibliometrix* package, the distribution of publications over the years, citation networks, co-authorship relationships, keyword co-occurrences, and latent relationship practices among thematic maps were examined. The findings indicate that studies related to need maps have significantly increased since the 2000s and are strongly associated with the themes of disaster management, geographic information systems, humanitarian logistics, and sustainable development.

Keywords: Disaster Management, Need Maps, Bibliometric Analysis, Bibliometrix, Scopus

2025-15-IECSES-8th-301-FC-TB-KY-SG

Rekreasyonel Amaçlı Halk Oyunları Etkinliklerine Katılan Bireylerde Tutum ve Doyum İlişkisi

Harun PEKER, Fatih YAŞARTÜRK

Kırıkkale Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışmanın amacı rekreasyonel amaçlı halk oyunları etkinliklerine katılan bireylerin halk oyunlarına yönelik tutum ve etkinlik doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubu ise İstanbul, Ankara ve İzmir illerinde rekreasyonel amaçlı halk oyunları etkinliklerine katılan 481 kişiden oluşmaktadır. Araştırma modeli olarak “ilişkisel tarama modeli” kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Katılımcıların halk oyunlarına yönelik tutum düzeylerinin belirlenmesi için Halk Oyunlarına Yönelik Tutum Ölçeği (HOYTÖ) kullanılmıştır. Halk Oyunlarına Yönelik Tutum Ölçeği 3 alt boyut (Bilişsel, Duyuşsal, Davranışsal) ve 23 maddeden oluşan 5’li likert tipi (1-Kesinlikle katılmıyorum ve 5-Kesinlikle katılıyorum) ölçeğidir. Katılımcıların etkinlik doyum düzeylerini belirlemek için Etkinlik Doyum Ölçeği (EDÖ) kullanılmıştır. Etkinlik doyum ölçeği tek alt boyut ve 3 maddeden oluşan 7’li likert tipi (1- Kesinlikle katılmıyorum ve 7- Kesinlikle katılıyorum) ölçeğidir. Verilerin analizinde yaygın kullanılan istatistiksel analiz yazılım programlarından biri olan IBM SPSS 26 paket programı kullanılmıştır. İlgili hipotezlere göre ölçümler arasında farklılıkların belirlenebilmesi için Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis testleri, değişkenler arası ilişkilerin ortaya konulması için ise Spearman korelasyon analizleri yapılmıştır. Ölçme araçlarının güvenilirliğini belirlemek için Cronbach Alpha güvenirlik katsayısı hesaplanmıştır. Bu araştırmada yapılan analizlerde anlamlılık düzeyi “.05” olarak alınmıştır. Araştırma bulgularında katılımcıların cinsiyet değişkenine göre Mann-Whitney U testi sonuçlarında EDÖ ile HOYTÖ alt boyutlarının bilişsel ve duyuşsal alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmezken davranışsal alt boyutta erkekler lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Diğer yandan katılımcıların çalışılan yer değişkenine göre Kruskal-Wallis testi sonuçlarında EDÖ ile HOYTÖ alt boyutlarının bilişsel ve davranışsal alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmezken, duyuşsal alt boyutta özel sektör lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların düzenli spor yapma durumu değişkenine göre Mann-Whitney U testi sonuçlarında EDÖ ile HOYTÖ alt boyutlarının bilişsel ve duyuşsal alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmezken, davranışsal alt boyutta düzenli spor yapanların lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Ayrıca katılımcıların halk oyunu oynama süresi değişkenine göre korelasyon testi sonuçlarında EDÖ ve HOYTÖ alt boyutları arasında düşük düzeyde anlamlı pozitif ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca, etkinlik doyumunu ile halk oyunlarına yönelik tutum alt boyutları arasında düşük düzeyde pozitif ilişki tespit edilmiştir. Sonuç olarak rekreatif amaçlı halk oyunları etkinliklerine katılan bireylerin tutum düzeyi arttıkça etkinliğe yönelik doyum düzeyinin de arttığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler:Rekreasyonel amaçlı halk oyunları, Tutum, Etkinlik doyum

The Relationship Between Attitude and Satisfaction Among Individuals Participating in Recreational Folk Dance Activities

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the relationship between individuals' attitudes towards folk dances and their event satisfaction levels among those participating in recreational folk-dance activities. The sample group of the research consists of 481 individuals participating in recreational folk-dance activities in the cities of Istanbul, Ankara, and Izmir. The research model used is the "relational screening model." The data collection tool used in the study includes a personal information form prepared by the researchers. To determine the participants' attitude levels towards folk dances, the Attitude Scale Towards Folk Dances (ASTFD) was used. The Attitude Scale Towards Folk Dances is a 5-point Likert-type scale (1-Strongly Disagree to 5-Strongly Agree) consisting of 23 items and 3 sub-dimensions (Cognitive, Affective, Behavioral). To determine participants' event satisfaction levels, the Event Satisfaction Scale (ESS) was used. The Event Satisfaction Scale is a 7-point Likert-type scale (1-Strongly Disagree to 7-Strongly Agree) consisting of 3 items and a single sub-dimension. IBM SPSS 26, one of the commonly used statistical analysis software programs, was used for data analysis. To identify differences between measurements according to the relevant hypotheses, Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis tests were conducted, and Spearman correlation analyses were performed to reveal relationships between variables. The Cronbach Alpha reliability coefficient was calculated to determine the reliability of the measurement tools. The significance level in the analyses conducted in this research was set at .05. According to the research findings, Mann-Whitney U test results for the gender variable showed no significant differences in ESS and the cognitive and affective sub-dimensions of ASTFD; however, a statistically significant difference in favor of males was found in the behavioral sub-dimension. On the other hand, Kruskal-Wallis's test results according to the workplace variable showed no significant differences in ESS and the cognitive and behavioral sub-dimensions of ASTFD; however, a statistically significant difference in favor of the private sector was found in the affective sub-dimension. Additionally, Mann-Whitney U test results for the variable of regular sports participation showed no significant differences in ESS and the cognitive and affective sub-dimensions of ASTFD; however, a statistically significant difference in favor of those who regularly do sports was found in the behavioral sub-dimension. Furthermore, correlation test results based on the duration of playing folk dance showed low-level significant positive relationships between ESS and ASTFD sub-dimensions. Moreover, a low-level positive relationship was found between event satisfaction and the sub-dimensions of attitudes towards folk dances. In conclusion, it can be stated that as individuals' attitude levels toward recreational folk-dance activities increase, their satisfaction with these activities also increases.

Keywords:Recreational folk dances, Attitude, Activity satisfaction



TAKIM SPORU VE BİREYSEL SPORLARLA UĞRAŞAN LİSANSLI SPORCULARIN BESLENME BİLGİ DÜZEYİ

Ünal Can GÖKMEN, Doç. Dr. Erdal DEMİR, Dr. Aydın ŞENTÜRK

İstanbul Gelişim Üniversitesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışma, bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan sporcuların beslenmeye ilişkin bilgi düzeylerini incelemeyi ve bu düzeylerin çeşitli sosyo-demografik değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini belirlemeyi amaçlamaktadır. Araştırma, nicel yaklaşıma dayalı genel tarama modeli kapsamında yürütülmüştür. Çalışma grubunu, Ankara ilinde yaşayan ve gönüllü olarak katılım sağlayan 250 sporcudan oluşan bir örneklem meydana getirmiştir. Veri toplamak amacıyla “Kişisel Bilgi Formu” ile “Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD)” kullanılmıştır.

Elde edilen veriler IBM SPSS 25 paket programı ile çözümlenmiş; betimsel istatistiklerin yanı sıra bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Bulgular, sporcuların genel beslenme bilgi düzeylerinin orta, besin tercihi düzeylerinin ise iyi seviyede olduğunu göstermiştir. Cinsiyet, yaş, beden kütle indeksi, spor türü, millî sporcu olma, gelir düzeyi, sigara ve alkol kullanımı, fiziksel aktivite süresi ve öğün sayısı gibi değişkenler açısından anlamlı farklılık saptanmamıştır.

Buna karşın, beslenme eğitimi almış sporcuların bilgi düzeylerinin istatistiksel olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, temel beslenme bilgisi ile besin tercihi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular, sporcularda beslenme eğitiminin bilgi düzeyini artırmada önemli bir etken olduğunu ortaya koymakta; bu doğrultuda sporcu gruplarına yönelik sistematik ve sürdürülebilir beslenme eğitim programlarının geliştirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler:Sporcu, Beslenme Bilgisi, Bireysel Spor, Takım Sportu, Beslenme Eğitimi

Nutritional Knowledge Levels of Licensed Athletes Engaged in Team and Individual Sports

ABSTRACT

This study aims to examine the nutritional knowledge levels of athletes engaged in individual and team sports and to determine whether these levels differ significantly according to various sociodemographic factors. The research was conducted using a quantitative approach within the framework of a general survey model. The study group consisted of 250 volunteer athletes residing in Ankara. Data were collected using a “Personal Information Form” and the “Nutrition Knowledge Level Scale for Adults (YETBID).”

The data were analyzed through the IBM SPSS 25 statistical package. Descriptive statistics, independent samples t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), and Pearson correlation analysis were applied. The findings revealed that the athletes’ general nutrition knowledge levels were moderate, while their food preference levels were good. No significant differences were



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

found based on gender, age, body mass index, type of sport, national athlete status, income level, smoking and alcohol use, duration of physical activity, or number of daily meals.

However, athletes who had received nutrition education scored significantly higher in nutritional knowledge. Furthermore, a positive and significant relationship was identified between basic nutritional knowledge and food preferences. These findings highlight the importance of nutrition education in improving athletes' nutritional knowledge levels. Therefore, it is recommended that systematic and sustainable nutrition education programs be developed and implemented for athletes.

Keywords: Athlete, Nutrition Knowledge, Individual Sports, Team Sports, Nutrition Education

Okul Öncesi Öğretmenlerinin Uyguladıkları Fen Etkinliklerinin Çocukların Bilim Motivasyonlarına Etkilerine İlişkin Görüşleri

Kübra Eşe Akyürek, Fatma Tezel Şahin

ÖZ

Fen eğitimi, çocukların merak etme, çevrelerini tanıma, gözlem yapma ve problem çözme becerilerini geliştiren temel öğrenme alanlarından biridir. Okul öncesi dönemde gerçekleştirilen fen etkinlikleri, çocukların bilimsel süreç becerilerini desteklediği kadar bilime karşı ilgi, tutum ve motivasyonlarını da şekillendirmede etkili olmaktadır. Okul öncesi öğretmenleri, çocukların öğrenme sürecinde rehberlik eden, bilime karşı olumlu tutum ve merak geliştirmelerini destekleyen, erken yaşta bilim motivasyonunun şekillenmesini sağlayan en önemli unsurdur. Okul öncesi öğretmenlerinin fen etkinliklerine ilişkin görüşlerin incelenmesi, erken çocukluk döneminde bilime yönelik ilgi ve motivasyonun temellerinin nasıl atıldığını anlamak ve gelecekteki bilim okur yazarlığını destekleyecek eğitim uygulamalarına yön vermek açısından büyük önem taşımaktadır. Bu doğrultuda araştırmanın amacı, okul öncesi öğretmenlerinin uyguladıkları fen etkinliklerinin çocukların bilim motivasyonuna etkilerine ilişkin görüşlerini ortaya koymaktır. Bu çalışmada, katılımcıların kendi ifadeleriyle ortaya koydukları anlamları ve deneyimleri doğal bağlamında inceleme olanağı sunduğu için nitel araştırma yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmanın örneklemini Ankara ilinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı, okul öncesi eğitim kurumunda görev yapan 15 okul öncesi öğretmeni oluşturmaktadır. Öğretmenlerin görüşlerini belirlemek amacıyla Öğretmen Görüşme Formu kullanılmıştır. Görüşme formu; öğretmenlere yönelik, fen eğitimi içerik ve yöntemlerine yönelik ve bilim motivasyonuna yönelik sorular olmak üzere 3 bölümden oluşmaktadır. Öğretmen görüşmeleri öğretmenlerle bireysel ve yüz yüze olarak gerçekleştirilmiştir. Öğretmenlerin izinleri alınarak görüşmeler ses kaydına alınmış ardından kayıtlar dinlenerek yazıya dökülmüştür. Nitel araştırmalarda sıkça kullanılan içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. Elde edilen verilerden anlamlı temalar ve kategoriler oluşturularak katılımcıların görüşleri sistematik biçimde yorumlanmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler alan yazın ışığında tartışılarak önerilere yer verilmiştir.

Anahtar Kelimeler:Okul Öncesi Eğitim, Öğretmen, Fen Etkinlikleri, Bilim Motivasyonu

Preschool Teachers' Views on the Effects of Science Activities on Children's Science Motivation

ABSTRACT

Science education is one of the fundamental learning areas that enhance children's curiosity, understanding of their environment, observation, and problem-solving skills. Science activities carried out in the preschool period not only support children's scientific process skills but also play an important role in shaping their interest, attitudes, and motivation toward science. Preschool teachers are key figures who guide the learning process, foster positive attitudes and curiosity toward science, and help form scientific motivation at an early age. Examining preschool teachers' views on science activities is highly important for understanding how the foundations of interest



and motivation toward science are laid during early childhood and for guiding educational practices that will support future scientific literacy.

Accordingly, the aim of this study is to reveal preschool teachers' views on the effects of the science activities they implement on children's science motivation. Since this study provides an opportunity to explore the meanings and experiences expressed by participants in their natural context, a qualitative research method was adopted. The study sample consisted of 15 preschool teachers working in preschools affiliated with the Ministry of National Education in Ankara. To identify teachers' opinions, a Teacher Interview Form was used. The form included three sections: questions about science education content, questions about teaching methods, and questions related to science motivation. The interviews were conducted individually and face-to-face with the teachers. With the teachers' permission, the interviews were audio-recorded and later transcribed verbatim. Using the content analysis method, which is frequently employed in qualitative research, meaningful themes and categories were generated from the data, and participants' views were systematically interpreted. The findings were discussed in light of the literature, and relevant recommendations were presented.

Keywords:Preschool Education, Teacher, Science Activities, Science Motivation

Prof. Dr. Yûsuf el-Karadâvî'nin Tevhîd'in Hakîkatı Adlı Eserinin Kaynakları Üzerine Bir Değerlendirme

Doç. Dr Erdoğan KÖYCÜ

Öz

Prof. Dr. Yûsuf el-Karadâvî'nin (ö. 1443/2022) telif ettiği *Tevhîd'in Hakîkatı* adlı eseri, İshak Turgut ve M. Recâî Gündüz'ün tercümesiyle Nida yayınları tarafından 6. Baskısı 2018 yılında İstanbul yayınlanmıştır. Tebliğimizde *Tevhîd'in Hakîkatı* adlı eserin tercümesinin 6. baskısını esas alarak el-Karadâvî'nin hadîs kullanımını ve eserin kaynaklarını ele alacağız.

Tevhîd'in Allah'a iman etmenin özü olduğunu vurgulayan el-Karadâvî, *Tevhîdin Hakikati* adlı eserinin telifinde ekseriyetle Kur'ân-ı Kerîm'den vermekle birlikte bazen "Ben ve benden önceki peygamberlerin söylediği en faziletli söz Lâ ilâhe illallah'dır." hadisini zikrettiği gibi hadîs metinlerine de yer vermiş ancak hadisin kaynaklarına yer vermemiştir. Bu açıdan İslâm'ın Tevhîde büyük bir özen gösterdiğini ve İslâm'ın sembolü olduğunu ele alırken onu putperestlik ve tahrîf edilen Yahûdîlik ve Hıristiyanlık yanında bütün dinlerden ayırıcı bir sembol yaptığını ele alacağız.

el-Karadâvî'nin tevhîdi ikrâr etmenin, malın ve kanın koruma altına alınması için yeterli görülmediğini bununla beraber Allah'ın dışında ibadet edilen tağutların da inkâr edilmesi gerektiğini vurgulamıştır. İmâm Malik'in (ö. 179/795) "Tâğûtun, Allah'ın dışında tapılan her şey olduğu" görüşüne ve İbn Kayyim el-Cevziyye'nin (ö. 751/1350) ise "Tâğûtun, kulun onunla haddi aşığı bütün ma'bûdlar, uyulan ve itaat edilen şeyler olduğunu" görüşünü zikretmesine rağmen bu görüşlerin kaynaklarını zikretmediğine yer vereceğiz.

Tevhîdin gerçekleşmesi için gerekli olan unsurlardan birinin de şirkten sakınmak olduğunu vurgulayan el-Karadâvî, şirkin bağışlayacak bir günah olduğuna işaret ettiğini ve iki tür şirk olduğunu vurguladığını zikredeceğiz. Büyük şirkin, Allah'ın affetmeyeceği dolayısıyla işleyenin asla cennete giremeyeceği şirk olduğunu, küçük şirkin ise işleyenin ve üzerinde ısrar eden kişinin tövbe etmesi için kendisine Allah'ın rahmeti ulaşmadığı takdirde kâfir olarak ölmesinden endişe edildiğine ve bu iki şirkin detaylarına kaynaklar muvâcehesince yer vereceğiz.

Anahtar Kelimeler:Hadîs, Kur'ân-ı Kerîm, Hadîs Kaynakları, Tevhîd, Yûsuf el-Karadâvî.

An Evaluation of the Sources of Prof. Dr. Yusuf al-Qaradawi's Work The Truth of Tawhid

ABSTRACT

The sixth edition of the work entitled The Truth of Tawhid, authored by Prof. Dr. Yusuf al-Qaradawi (d. 1443/2022), was published by Nida Publications in Istanbul in 2018, with the translation of İshak Turgut and M. Rajai Gündüz. In our paper, we will examine al-Qaradawi's use of hadith and the sources of the work, based on the sixth edition of the translation of the work entitled The Truth of Tawhid.



Al-Qaradawi, who emphasized that Tawhid is the essence of faith in God, primarily quoted the Quran in his work, The Truth of Tawhid. While he occasionally cited the hadith, "The most virtuous statement uttered by me and the prophets before me is La ilaha illallah," he also included hadith texts but did not include the hadith's sources. In this respect, we will examine how Islam paid great attention to Tawhid and how it became a symbol of Islam, distinguishing it from all religions, along with Judaism and Christianity which were corrupted by idolatry.

Al-Qaradawi emphasized that professing monotheism is not sufficient to protect property and blood, and that the taghut worshipped besides God must also be rejected. We will note that although he cites Imam Malik's (d. 179/795) view that "Taghut is everything worshipped besides God" and Ibn Qayyim al-Jawziyya's (d. 751/1350) view that "Taghut is all the deities with which the servant transgresses, and all that is obeyed and followed"" he does not cite the sources of these views.

We will mention that al-Qaradawi, who emphasized that one of the necessary elements for the realization of monotheism is avoiding polytheism, pointed out that polytheism is a forgivable sin and emphasized that there are two types of polytheism. Major polytheism is that which God will not forgive and therefore the perpetrator will never enter Paradise. Minor polytheism is that which the perpetrator and the perpetrator who persists in it fears they will die as unbelievers if God's mercy does not reach them so that they may repent. We will provide details of these two types of polytheism based on the sources.

Keywords: Hadith, Holy Quran, Hadith Sources, Tevhid, Yusuf al-Karadawi.

Hasan el-Bennâ'nın Muhtasâr Hadîs Usûlû Adlı Eseri Bağlamında Tahammulü'l-Hadîs Üzerine Bir Değerlendirme

Doç. Dr Erdoğan KÖYCÜ

ÖZ

Prof. Dr. Yûsuf el-Karadâvî'nin (ö. 1443/2022) telif ettiği *Tevhîd'in Hakîkatı* adlı eseri, İshak Turgut ve M. Recâî Gündüz'ün tercümesiyle Nida yayınları tarafından 6. Baskısı 2018 yılında İstanbul yayınlanmıştır. Tebliğimizde *Tevhîd'in Hakîkatı* adlı eserin tercümesinin 6. baskısını esas alarak el-Karadâvî'nin hadîs kullanımını ve eserin kaynaklarını ele alacağız.

Tevhîd'in Allah'a iman etmenin özü olduğunu vurgulayan el-Karadâvî, *Tevhîdin Hakikati* adlı eserinin telifinde ekseriyetle Kur'ân-ı Kerîm'den vermekle birlikte bazen "Ben ve benden önceki peygamberlerin söylediği en faziletli söz Lâ ilâhe illallah'dır." hadisini zikrettiği gibi hadîs metinlerine de yer vermiş ancak hadisin kaynaklarına yer vermemiştir. Bu açıdan İslâm'ın Tevhîde büyük bir özen gösterdiğini ve İslâm'ın sembolü olduğunu ele alırken onu putperestlik ve tahrîf edilen Yahûdîlik ve Hristiyanlık yanında bütün dinlerden ayıracı bir sembol yaptığını ele alacağız.

el-Karadâvî'nin tevhîdi ikrâr etmenin, malın ve kanın koruma altına alınması için yeterli görülmediğini bununla beraber Allah'ın dışında ibadet edilen tağutların da inkâr edilmesi gerektiğini vurgulamıştır. İmâm Malik'in (ö. 179/795) "Tâğûtun, Allah'ın dışında tapılan her şey olduğu" görüşüne ve İbn Kayyim el-Cevziyye'nin (ö. 751/1350) ise "Tâğûtun, kulun onunla haddi aşığı bütün ma'bûdlar, uyulan ve itaat edilen şeyler olduğunu" görüşünü zikretmesine rağmen bu görüşlerin kaynaklarını zikretmediğine yer vereceğiz.

Tevhîdin gerçekleşmesi için gerekli olan unsurlardan birinin de şirkten sakınmak olduğunu vurgulayan el-Karadâvî, şirkin bağışlayacak bir günah olduğuna işaret ettiğini ve iki tür şirk olduğunu vurguladığını zikredeceğiz. Büyük şirkin, Allah'ın affetmeyeceği dolayısıyla işleyenin asla cennete giremeyeceği şirk olduğunu, küçük şirkin ise işleyen ve üzerinde ısrar eden kişinin tövbe etmesi için kendisine Allah'ın rahmeti ulaşmadığı takdirde kâfir olarak ölmesinden endişe edildiğine ve bu iki şirkin detaylarına kaynaklar muvâcehesince yer vereceğiz.

Anahtar Kelimeler:Hadîs, Hadîs Usûlû, Tahammulü'l-Hadîs, Muhtasar Hadîs Usûlû, Hasan el-Bennâ.

An Evaluation of Prof. Dr. Yusuf al-Qaradawi's Use of Hadith and Its Sources in His Work The Truth of Tawhid

ABSTRACT

The sixth edition of the work entitled The Truth of Tawhid, authored by Prof. Dr. Yusuf al-Qaradawi (d. 1443/2022), was published by Nida Publications in Istanbul in 2018, with the translation of İshak Turgut and M. Rajai Gündüz. In our paper, we will examine al-Qaradawi's use of hadith and the sources of the work, based on the sixth edition of the translation of the work entitled The Truth of Tawhid.



Al-Qaradawi, who emphasized that Tawhid is the essence of faith in God, primarily quoted the Quran in his work, The Truth of Tawhid. While he occasionally cited the hadith, "The most virtuous statement uttered by me and the prophets before me is La ilaha illallah," he also included hadith texts but did not include the hadith's sources. In this respect, we will examine how Islam paid great attention to Tawhid and how it became a symbol of Islam, distinguishing it from all religions, along with Judaism and Christianity which were corrupted by idolatry.

Al-Qaradawi emphasized that professing monotheism is not sufficient to protect property and blood, and that the taghut worshipped besides God must also be rejected. We will note that although he cites Imam Malik's (d. 179/795) view that "Taghut is everything worshipped besides God" and Ibn Qayyim al-Jawziyya's (d. 751/1350) view that "Taghut is all the deities with which the servant transgresses, and all that is obeyed and followed"" he does not cite the sources of these views.

We will mention that al-Qaradawi, who emphasized that one of the necessary elements for the realization of monotheism is avoiding polytheism, pointed out that polytheism is a forgivable sin and emphasized that there are two types of polytheism. Major polytheism is that which God will not forgive and therefore the perpetrator will never enter Paradise. Minor polytheism is that which the perpetrator and the perpetrator who persists in it fears they will die as unbelievers if God's mercy does not reach them so that they may repent. We will provide details of these two types of polytheism based on the sources.

Keywords:Hadith, Holy Quran, Hadith Sources, Tevhid, Yusuf al-Karadawi.

2025-20-IECSSES-8th-942-FC-TB-KY-SG

Antioksidan Bir Peptit Olarak Karnozinin Spor Performansı ve Sağlık Üzerindeki Etkileri: Literatür Derlemesi

Kenan BOZBAY, Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ

Dicle Üniversitesi, Dicle Üniversitesi

ÖZ

Karnozin son yıllarda, çeşitli insan hastalıklarının başlangıcı ve progresyonuyla ilişkilendirilen reaktif karbonil türleriyle reaksiyona girebilen doğal bir dipeptit olarak dikkat çekmektedir. Bu özelliği, karnozini potansiyel bir anti-karbonilatif ajan ve dolayısıyla oksidatif stresle ilişkili patolojik süreçlerde koruyucu bir biyomolekül olarak ön plana çıkarmaktadır. Karnozinin, bazı hastalıklar (nörodejeneratif hastalıklar, diyabet ve kanser gibi) üzerindeki terapötik rolünün anlaşılması ve sportif performansı artırması ile ergojenik bir destek olarak giderek artan bir ilgi görmektedir. Dolayısıyla bu durum karnozinin anti-inflamatuar, antioksidan, anti-glikasyon ve anti-karbonilasyon gibi özelliklerinden kaynaklandığı belirtilmektedir. Karnozin, β -alanin ve L-histidinden oluşan bir dipeptittir ve iskelet kasında yüksek konsantrasyonlarda bulunmaktadır. Ancak yeni yapılan araştırmalarda farklı dokularda da (beyin, kalp kası, pankreas, böbrek, dalak ve serebral korteks) bulunduğu ve fizyolojik etkileri olduğu bildirilmiştir. Karnozin, egzersiz performansını artıran bir dipeptittir ve spor performansı üzerinde olumlu etkileri olduğu raporlanmaktadır. Bununla birlikte karnozinin egzersiz ile bağlantılı olarak kas kasılması, kas liflerindeki kalsiyum duyarlılığının iyileştirilmesi ve pH düzenleyicisi gibi görevlerle de ilişkilendirildiği belirtilmektedir. Literatürde yapılan çalışmalarda, yüksek yoğunluklu egzersiz esnasında hem antrenmanlı hem de antrenmansız bireylerde karnozin takviyesinin performans artışına yol açtığı belirtilmiştir. Karnozinin bu denli önemli etkileri göz önüne alındığında bu çalışmada karnozinin sağlık üzerindeki terapötik etkileri ile birlikte sportif performans üzerindeki potansiyel rolünün araştırılması amaçlanmıştır. Bu çalışmada literatür taraması yapılırken "karnozin", "karnozin ve sağlık" ve "karnozin ve egzersiz" gibi anahtar kelimeler kullanılarak yapılandırılmış bir arama stratejisi izlenmiş; PubMed, Web of Science, ProQuest, Taylor & Francis ve Google Scholar veri tabanlarında yer alan ilgili bilimsel makaleler incelenmiştir. Sonuç olarak, karnozin takviyesinin hem sedanter hem de amatör ve profesyonel sporcularda fiziksel performansı artırabileceği ve bu dipeptitin çeşitli hastalıklarda terapötik potansiyele sahip olabileceği gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler:Karnozin, Oksidatif Stres, Egzersiz, Antioksidan

Effects of Carnosine as an Antioxidant Peptide on Sports Performance and Health: A Literature Review

ABSTRACT

Carnosine has attracted attention in recent years as a natural dipeptide that can react with reactive carbonyl species that have been associated with the onset and progression of various human diseases. This feature highlights carnosine as a potential anti-carbonylative agent and therefore a protective biomolecule in pathological processes associated with oxidative stress. Carnosine is gaining increasing interest as an ergogenic supplement due to its therapeutic role in certain diseases (such as neurodegenerative diseases, diabetes, and cancer) and its ability to enhance



athletic performance. Therefore, it is stated that this situation is due to the anti-inflammatory, antioxidant, anti-glycation and anti-carbonylation properties of carnosine. Carnosine is a dipeptide composed of β -alanine and L-histidine and is found in high concentrations in skeletal muscle. However, recent studies have reported that it is found in different tissues (brain, heart muscle, pancreas, kidney, spleen and cerebral cortex) and has physiological effects. Carnosine is a dipeptide that enhances exercise performance and is reported to have positive effects on sports performance. However, it is stated that carnosine is also associated with tasks such as muscle contraction in connection with exercise, improvement of calcium sensitivity in muscle fibers and pH regulation. Studies in the literature have indicated that carnosine supplementation leads to increased performance in both trained and untrained individuals during high-intensity exercise. Considering such important effects of carnosine, this study aimed to investigate its potential role on sports performance along with its therapeutic effects on health. In this study, a structured search strategy was followed using keywords such as "carnosine", "carnosine and health" and "carnosine and exercise" while reviewing the literature; relevant scientific articles in PubMed, Web of Science, ProQuest, Taylor & Francis and Google Scholar databases were examined. In conclusion, it has been observed that carnosine supplementation can improve physical performance in both sedentary and amateur and professional athletes, and this dipeptide may have therapeutic potential in various diseases.

Keywords:Carnosine, Oxidative Stress, Exercise, Antioxidant



Beş-Altı Yaş Grubu Çocukların Farklılıklara Saygı Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi

Esmanur Seçgin, Fatma Tezel Şahin

Milli Eğitim Bakanlığı, Gazi Üniversitesi

ÖZ

Okul öncesi dönem, bireylerin sosyal ve duygusal gelişiminin temelini atıldığı, farklılıklara yönelik tutumlarının şekillenmeye başladığı kritik bir evredir. Bu dönemde kazanılan farklılıklara saygı değeri, çocukların toplumsal uyum, empati ve hoşgörü becerilerini doğrudan etkilemektedir. Bu çalışmanın amacı, 5-6 yaş grubu çocuklarının farklılıklara saygı düzeylerinin; yaş, cinsiyet, kardeş sayısı, doğum sırası, anne ve babanın öğrenim durumu gibi demografik özellikler açısından incelemektir. Tarama modelinin benimsendiği bu nicel çalışmanın örneklemini, Ankara ilinde okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 338 çocuk oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak, çocukların ve ailelerin demografik bilgilerini belirlemek için "Genel Bilgi Formu", çocukların farklılıklara saygı düzeylerini belirlemek amacıyla "Farklılıklara Saygı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde, demografik değişkenlere göre saygı düzeylerinin karşılaştırılması için t-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve non-parametrik karşılıkları olan testler uygulanmıştır. Analizler sonucunda, 5-6 yaş grubu çocuklarının farklılıklara saygı düzeylerinin; cinsiyet, yaş, kardeş sayısı, doğum sırası ve ebeveyn öğrenim durumu açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Bu bulgu, tüm demografik gruplardaki çocukların farklılıklara saygı konusunda benzer ortalama düzeylere sahip olduğunu ortaya koymuştur. Elde edilen sonuçlar, erken çocukluk döneminde çocukların farklılıklara yönelik tutumlarının demografik özelliklerden bağımsız olarak, benzer çevresel ve eğitimsel etkileşimlerle şekillendiğini düşündürmektedir. Bu durum, okul öncesi eğitim kurumlarında uygulanan eğitim programlarının ve sosyalizasyon süreçlerinin, farklılıklara saygı değerinin kazandırılmasında demografik yapıya bakılmaksızın etkili olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, kapsayıcı eğitim uygulamalarının ve erken müdahale programlarının önemine dikkat çekilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Okul Öncesi Dönem, Okul Öncesi Eğitim, Farklılıklara Saygı.

Investigation of Respect for Differences in 5-6-Year-Old Children Based on Demographic Characteristics

ABSTRACT

The preschool period is a critical phase where the foundation for individuals' social and emotional development is laid, and attitudes toward differences begin to take shape. The value of respect for differences acquired during this period directly influences children's skills in social adaptation, empathy, and tolerance. The purpose of this study is to examine the level of respect for differences among 5-6-year-old children in terms of demographic characteristics such as age, gender, number of siblings, birth order, and parents' educational status.

This quantitative study, which adopted a survey model, included a sample of 338 children attending preschool education institutions in Ankara province. The data collection instruments



used were a "General Information Form" to determine the demographic information of the children and their families, and the "Respect for Differences Scale" to assess children's level of respect for differences.

In the analysis of the data, the t-test, One-Way Analysis of Variance (ANOVA), and their non-parametric equivalents were employed to compare the levels of respect across demographic variables. The results revealed that the level of respect for differences among 5-6-year-old children did not show a statistically significant difference in terms of gender, age, number of siblings, birth order, and parental educational status.

This finding indicates that children across all demographic groups possess similar average levels of respect for differences. The results suggest that attitudes toward differences in early childhood are shaped by similar environmental and educational interactions, independent of demographic characteristics. This demonstrates that educational programs and socialization processes implemented in preschool education institutions are effective in instilling the value of respect for differences, regardless of the demographic structure. In this context, attention is drawn to the importance of inclusive education practices and early intervention programs.

Keywords: Preschool Period, Preschool Education, Respect for Differences.



Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Özel Gereksinimli Çocuklara Yönelik Öz Yeterliklerinin İncelenmesi: Tanımlayıcı Bir Araştırma

Ebru ÖZEN, Mehmet DİNÇ, Sibel NALBANT

Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, kapsayıcı beden eğitimi uygulamalarının etkinliğinde kritik bir rol üstlenen beden eğitimi öğretmeni adaylarının özel gereksinimli çocuklara yönelik öz yeterlik düzeylerini incelemektir. Araştırma, betimsel tarama modeli ile desenlenmiştir. Veriler, “Engelli Çocuklara Yönelik Beden Eğitimi Öğretmeni Eğitimi Anadalı İçin Öz Yeterlik Ölçeği” ile toplanmıştır. Çalışmaya 174 beden eğitimi öğretmeni adayı katılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı yüksek bulunmuş (Cronbach’s Alpha = .96) ve verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Yaş, sınıf düzeyi, özel gereksinimli bireylerle kişisel ve mesleki deneyim gibi değişkenlere göre anlamlı fark saptanmamıştır. Ancak, cinsiyet ve uyarlanmış beden eğitimi dersi alma durumu değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklar elde edilmiştir. Bulgular, erkek katılımcıların öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğunu, ayrıca uyarlanmış beden eğitimi dersi almanın ve önceki deneyimlerin öz yeterlik algısını artırdığını göstermektedir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda, öğretmen adaylarının hem mesleki hem de kişisel gelişimlerini destekleyecek deneyimlere yer verilmesinin lisans programlarında önemsenmesi gerektiği önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Öz yeterlik, kapsayıcı beden eğitimi, öğretmen adayı, özel gereksinimli çocuk, betimsel araştırma.

EXAMINING THE SELF-EFFICACY OF PRE-SERVICE PHYSICAL EDUCATION TEACHERS TOWARD CHILDREN WITH SPECIAL NEEDS: A DESCRIPTIVE STUDY

ABSTRACT

This study aims to investigate the self-efficacy levels of pre-service physical education teachers toward children with special needs, who are integral to the successful implementation of inclusive physical education practices. Employing a descriptive survey design, data were collected through the Self-Efficacy Scale for Physical Education Teacher Education Majors Toward Children with Disabilities. The study sample comprised 174 pre-service physical education teachers. The scale demonstrated high internal consistency (Cronbach’s Alpha = .96), and the data met the assumptions of normal distribution. No statistically significant differences were found based on age, academic year, or prior personal and professional experience with individuals with special needs. However, significant differences emerged in relation to gender and the completion of an adapted physical education course. The results revealed that male participants reported higher self-efficacy levels, and that both course participation and prior experience had a positive influence on self-efficacy perceptions. In light of these findings, it is recommended that undergraduate programs incorporate experiential learning opportunities designed to enhance both professional



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

competence and personal readiness, thereby better preparing pre-service teachers for inclusive educational environments.

Keywords:: Self-efficacy, inclusive physical education, pre-service teachers, children with special needs, descriptive study.



Spor ve Sporcularda Ruminatif Düşüncenin Yansımaları: Bir Bibliyometrik Haritalama

Muhammet Talha HAN, Emirhan KAN

Karabük Üniversitesi, Atatürk Üniversitesi

ÖZ

Giriş ve Amaç: Bu araştırma, ruminatif düşünce ile spor alanında gerçekleştirilen akademik yayınların yıllara göre dağılımını, atıf sayılarını, sorumlu yazarların ülkeler bazındaki dağılımını ve iş birliği profillerini incelemeyi amaçlamaktadır. Ruminasyon ve spor alanının disiplinlerarası yapısı dikkate alınarak hazırlanan bu araştırma, literatürün kapsamlı bir bibliyometrik analizini sunmakta ve gelecekteki çalışmalar için rehberlik edecek bulgular ortaya koymayı hedeflemektedir.

Yöntem: Araştırmada, Web of Science (WoS) veri tabanından elde edilen yayınlar bibliyometrik analiz yöntemleriyle incelenmiştir. Yıllara göre bilimsel üretim ve atıf eğilimleri, yazarların ülkelere göre dağılımı ve uluslararası iş birliği profilleri analiz edilmiştir. Başlık, özet ve anahtar kelimelere dayalı üç alanlı grafikler ile temel kavramlar görselleştirilmiş; ortak kelime ağları ve zaman içindeki frekans değişimleri incelenerek araştırma konularının evrimi ortaya konulmuştur. Tüm analizler VOSviewer ve Bibliometrix yazılımlarıyla gerçekleştirilmiştir.

Bulgular: Ruminatif düşünce ve spor temalı çalışmalar 1997’de başlamış, 2010 sonrasında yayın ve atıf sayılarında belirgin artış görülmüştür. ABD alana en fazla katkı sağlayan ülke olurken, Türkiye’deki çalışmalar sınırlı ve tek merkezlidir. Anahtar kelime analizleri ruminasyonun spor performansı, stres, anksiyete, depresyon, farkındalık ve öz-şefkatle ilişkisini ortaya koymaktadır. Son yıllarda farkındalık, duygusal düzenleme ve zihinsel dayanıklılık öne çıkarken, pandemi sonrası dönemde ruh sağlığı odaklı araştırmalar artmıştır.

Sonuçlar: Ruminasyon, spor psikolojisi alanında giderek daha fazla önem kazanan, çok boyutlu ve disiplinlerarası bir araştırma konusudur. Elde edilen bulgular, bu alanda yürütülecek çalışmaların yalnızca kuramsal düzeyde değil, aynı zamanda uygulamalı müdahalelerle de desteklenmesi gerektiğini göstermektedir. Gelecekte uluslararası iş birliklerinin güçlendirilmesi, disiplinlerarası yaklaşımların teşvik edilmesi ve zihinsel sağlık odaklı stratejilerin geliştirilmesi, alanın bilimsel derinliğini ve uygulama potansiyelini artıracaktır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Sporcu, Ruminasyon, Ruminatif Düşünce, Spor Psikolojisi

Reflections of Ruminative Thinking in Sports and Athletes: A Bibliometric Mapping

ABSTRACT

Introduction and Purpose: This study aims to examine the distribution of academic publications on ruminative thinking and sports by year, the number of citations, the distribution of corresponding authors by country, and their collaboration profiles. Considering the interdisciplinary nature of ruminative thinking and sports, this research presents a comprehensive bibliometric analysis of the literature and seeks to provide findings that can guide future studies.



Materials and Methods: “Publications retrieved from the Web of Science (WoS) database were analyzed using bibliometric methods. The study examined trends in scientific output and citations over time, the distribution of corresponding authors by country, and international collaboration profiles. Based on titles, abstracts, and keywords, three-field plots were generated to visualize core concepts, while co-word networks and temporal frequency changes revealed the evolution of research themes. All analyses were conducted using VOSviewer and Bibliometrix.

Findings: Studies on ruminative thinking in sports began in 1997, with a sharp increase in publications and citations after 2010. The United States has been the leading contributor, while research in Turkey remains limited and single-centered. Keyword analyses show strong links with sports performance, stress, anxiety, depression, mindfulness, and self-compassion, with recent focus shifting toward mindfulness, emotion regulation, and mental resilience, alongside a rise in mental health research after the pandemic.

Results: Rumination has emerged as an increasingly significant, multidimensional, and interdisciplinary research topic within the field of sport psychology. The findings indicate that future studies in this area should be supported not only at the theoretical level but also through applied interventions. Strengthening international collaborations, promoting interdisciplinary approaches, and developing mental health-oriented strategies are expected to enhance both the scientific depth and the practical potential of the field.

Keywords: Sport, Athlete, Rumination, Ruminative Thinking, Sport Psychology

Zihinsel Enerji ve Spor İlişkisinin Bibliyometrik Analizi: Web of Science (WoS) Örneği

Muhammet TALHA HAN, Emirhan KAN

Karabük Üniversitesi, Atatürk Üniversitesi

ÖZ

Giriş ve Amaç: Zihinsel enerji ile spor arasındaki ilişki, spor bilimleri ve psikoloji disiplinlerinin kesişiminde yükselen bir araştırma alanı olarak dikkat çekmektedir. Bu çalışmanın amacı, zihinsel enerji ve spor konusuna odaklanan yayınların gelişimini, eğilimlerini ve tematik yönelimlerini ortaya koymaktır. Alanyazında bu ilişkinin hem bireysel performans hem de zihinsel sağlık açısından taşıdığı önem giderek artmaktadır. Dolayısıyla konunun disiplinlerarası yapısı, alan yazına teorik ve metodolojik açıdan önemli katkılar sunmaktadır.

Yöntem: Çalışmada 1993–2025 yılları arasında yayımlanan 361 akademik belge analiz edilmiştir. Bibliyometrik analiz kapsamında yayın sayısı, atıf sayısı, faktöriyel analiz, üç alan grafiği, ortak yazarların ülke ağı, kelime bulutu, zaman içinde kelime frekansları, trend konular, ortak kelime ağı ve tematik evrim gibi parametreler incelenmiştir.

Bulgular: Elde edilen veriler, zihinsel enerji ve spor ilişkisinin son otuz yılda giderek artan bir akademik ilgiyle ele alındığını göstermektedir. Özellikle 2010 sonrası dönemde zihinsel sağlık, stres, tükenmişlik, egzersiz ve performans gibi kavramlar öne çıkmıştır. 2022–2025 döneminde enerji, sağlık, bozukluklar ve faaliyetler gibi temaların ön plana çıktığı, kadın sporcu üçlemesi ve göreceli enerji yetersizliği gibi konuların da klinik boyutlarıyla ele alındığı görülmüştür. Bu çalışma zihinsel enerji konusunun fizyolojik, psikolojik ve sosyal faktörlerle ele alındığını ortaya koymuştur.

Sonuçlar: Zihinsel enerji ve spor ilişkisine yönelik akademik literatür, zaman içinde kapsamlı ve çok disiplinli bir gelişim göstermiştir. Elde edilen bulgular, bu ilişkinin yalnızca bireysel spor performansını değil, aynı zamanda zihinsel sağlık, beslenme, uyku, stres ve genel yaşam kalitesi gibi birçok boyutu kapsadığını göstermektedir. Bu durum, spor bilimleri, sağlık ve psikoloji alanlarında yapılan çalışmalar için önemli bir yönlendirme ve katkı sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Spor, Sporcu, Enerji, Zihinsel Enerji, Spor Psikolojisi

Bibliometric Analysis of the Relationship between Mental Energy and Sports: Web of Science (WoS) Example

ABSTRACT

Introduction and Purpose: The relationship between mental energy and sport is attracting attention as a rising research area at the intersection of the disciplines of sport sciences and psychology. The purpose of this study is to reveal the development, trends, and thematic orientations of publications focusing on mental energy and sport. The importance of this relationship for both individual performance and mental health is increasingly evident in the literature. Therefore, the interdisciplinary nature of the topic offers significant theoretical and methodological contributions to the literature.

Materials and Methods: The study analyzed 361 academic documents published between 1993 and 2025. Within the scope of bibliometric analysis, parameters such as number of publications,



number of citations, factorial analysis, three-area plot, co-authors' country network, word cloud, word frequencies over time, trending topics, common word network, and thematic evolution were examined.

Findings: The data obtained indicate that the relationship between mental energy and sports has received increasing academic attention over the past three decades. Concepts such as mental health, stress, burnout, exercise, and performance have gained prominence, particularly in the period after 2010. The 2022–2025 period saw the rise of themes such as energy, health, disorders, and activities, while issues such as the female athlete triad and relative energy deficiency were addressed clinically. This study revealed that the issue of mental energy is being addressed through physiological, psychological, and social factors.

Results: The academic literature on the relationship between mental energy and sports has developed extensively and interdisciplinary over time. Findings demonstrate that this relationship encompasses not only individual sports performance but also multiple dimensions such as mental health, nutrition, sleep, stress, and overall quality of life. This provides significant direction and contribution to studies in sports sciences, health, and psychology.

Keywords: Sport, Athlete, Energy, Mental Energy, Sport Psychology



Sporda Sportmenlik Dışı Tutumlar ve Ahlaki Erozyon Yaklaşımlarının İncelenmesi

Rıdvan Özkan

Kastamonu Üniversitesi/Spor Bilimleri Fakültesi
Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, spor dalında ahlaki ilkelerle uyumsuz tutum ve davranışların kaynakları, türleri ve aralarındaki ilişkiyi araştırmak amacıyla, çok boyutlu bir açıdan analiz edilmesi hedeflenmiştir. Çalışmanın yöntemi, literatürün sistematik bir şekilde incelenmesidir. Ulusal ve uluslararası bilimsel makaleler, spor federasyonlarının raporları ve güncel akademik veri tabanları üzerinden derlenmiştir. Sportmenlik, dürüstlük, adalet, saygı, empati, hoşgörü ve fair play ilkelerini kapsarken, hile, doping, şike, şiddet, küfür ve rakibe saygısızlık gibi davranışlar bu çerçevenin dışında kalmaktadır. Bu etik dışı davranışların kökü genellikle amansız rekabet ve başarı ihtiyacı, parasal ve medya ile ilgili teşvikler, kötü rol modelleri, yetersiz etik öğrenimi ve sosyal ağlar üzerindeki etkilerle şekillenir. Başarıya ulaşmak için kuralları çiğneyen sporcular yalnızca adil oyun ruhuna ihanet etmekle kalmaz, aynı zamanda sporun barışçıl, kardeşlik erdemlerinden de dikkat çekerler. Psikolojik bir bakış açısıyla, ahlaki kimlik ve ahlaki kayıtsızlık mekanizmaları bu tür etik ihlallerin gerekçelendirilmesi için temeli oluşturur. İnsanlar, rakiplerini suçlayarak veya sonuçların ciddiyetini küçümseyerek ya da düşmanlarını insanlıktan çıkararak, bilişsel süreçlerle eylemlerini haklı çıkarmaya meyilli olabilirler. Bu süreçteki faktörler, etik eğitiminin başladığı yaş, sporculardan model alma, antrenörlerin farkındalığı ve medyanın dili gibi unsurları içerir. Kurumsal düzeydeki etik kodlar, fair play farkındalığını artırmak için eğitim programları ve sorumlu yayıncılık ilkeleri kötü sportmen davranışlarını azaltabilir. Sonuç olarak, sporda ahlaki değerlere saygı göstermek, sosyal dayanışma kültürü, etik bilinç gibi unsurlar açısından değerlendirilirse sadece bir erdem değil, aynı zamanda bir yükümlülük hâline gelir. Bu doğrultuda federasyonlar ve spor kulüpleri, şeffaf denetim mekanizmalarını benimsemeli, etik ihlallerin bildirilmesi için kanallar oluşturmali, yaptırım politikalarını segmente etmeli ve ödül-motivasyon sistemlerini yeniden formüle etmelidir. Ayrıca, bireysel vicdana dayalı ve ebeveynlerin dahil olduğu değer eğitimiyle kapsamlı model programlarının entegrasyonu önerilmektedir; genç sporcuların rollerini ve değerlerini keşfetmelerine yönelik psikolojik danışmanlık, medyada kullanılacak dilin ahlaki (veya etik) temellere dayalı olarak düzenlenmesi, haber raporlamasında ilke dengesi entegrasyonunu gerektirebilir.

Anahtar Kelimeler:Ahlak, Sportmenlik, Uyumsuz Tutum

An Examination of Unsportsmanlike Attitudes and Moral Erosion Approaches in Sports

ABSTRACT

The aim of this study is to analyze, from a multidimensional perspective, the sources, types, and interrelations of attitudes and behaviors in sports that conflict with moral principles. The research



employs a systematic literature review, drawing on national and international scientific articles, reports from sports federations, and current academic databases. Within this framework, sportsmanship encompasses principles such as honesty, justice, respect, empathy, tolerance, and fair play, while behaviors such as cheating, doping, match-fixing, violence, profanity, and disrespect toward opponents are excluded from its ethical boundaries. These unethical behaviors are often rooted in relentless competitiveness, the desire for success, financial and media incentives, poor role modeling, insufficient ethical education, and the influence of social networks.

From a psychological perspective, moral identity and moral disengagement mechanisms provide the cognitive foundation for justifying such ethical violations. Athletes may legitimize their actions by blaming opponents, downplaying the seriousness of outcomes, or dehumanizing rivals. The factors that reinforce this process include the age at which ethical education begins, the presence of ethical role models, coaches' moral awareness, and the media's narrative framing. At the institutional level, ethical codes, fair play education programs, and responsible media policies can significantly reduce unsportsmanlike behavior.

The study argues that respecting moral values in sports should be regarded not merely as a virtue but as a social obligation essential to fostering solidarity, ethical consciousness, and communal well-being. Accordingly, sports federations and clubs are encouraged to adopt transparent accountability mechanisms, establish channels for reporting ethical violations, differentiate sanctioning policies, and restructure reward and motivation systems. Moreover, value education programs that incorporate parental involvement and moral awareness training should be integrated into athlete development models. Finally, psychological counseling designed to help young athletes explore their roles and values, alongside media practices grounded in ethical reporting and balanced discourse, can contribute to the promotion of moral integrity and fairness in contemporary sport.

Keywords: Morality, Sportsmanship, Nonconforming attitude



Sporcu Beslenme Davranışlarının Bilişsel, Psikolojik ve Sosyo-Kültürel Belirleyiciler Açısından İncelenmesi

Rıdvan Özkan

Kastamonu Üniversitesi/Spor Bilimleri Fakültesi/Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü/Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı

ÖZ

Bu çalışma, sporcuların yeme alışkanlıkları ile ilgili bilişsel, psikolojik, çevresel ve sosyo-kültürel etmenlere dair kapsamlı bir bakış açısı açısıyla araştırılmasını amaçlamaktadır. Çalışmada literatür taraması olan nitel bir yöntem kullanılmış ve ulusal ve uluslararası veri tabanlarındaki güncel makaleler, bilimsel raporlar, sosyal medya platformlarındaki yazılar sistematik olarak analiz edilmiştir. Sporcu beslenmesi, sadece enerji ve makrobesin alımı değil; bilgi seviyesi, farkındalık, öz-yeterlik, motivasyon, gıda/beslenme tüketimi ile ilgili engeller/kolaylaştırıcılar algısı, alışkanlıklar ve kültürel etkiler tarafından belirlenen verileri içeren karmaşık bir yapıdır. Beslenme davranışlarının geliştirilmesinde bireysel bilginin aktarımı, bilginin farkındalığa dönüştürülerek uygulamadaki sürdürülebilirliğini sağlamak için kritiktir. Sporcuların genellikle karbonhidrat için tam önerileri karşılamadığını, sadece ara sıra protein için üst sınırları aştığını ve mikro besin tüketimi, hidrasyon ihtiyaçları ve öğün sıklığı konusunda söylemsel içeriklerle gerçek uygulamalar arasında sıkça bir tutarsızlık gösterdiğini söylenebilir. Beslenme alışkanlıklarını etkileyen faktörlerden bazıları yaş, cinsiyet, eğitim, spor disiplini ve seviyesi, antrenman hacmi/yoğunluğu, sosyo-ekonomik durum veya psikolojik değişkenlerdir. Aile, antrenörler, medya ve sosyal çevre bu davranışların diğer dış belirleyicilerindendir. Bu durum, sporcunun beslenmesinin sadece fizyolojik bir süreç değil, sosyal öğrenme ve kültürel etkileşimlerle şekillenen yaşam tarzı modelinin bir yansıması olduğunu göstermektedir. Antrenman, hazırlıklar ve yarışmalar, enerji dengesi ve iyileşme ile ilgili kişiselleştirme ve dönemleme, performansın sürdürülebilirliğinin temel yönleridir. Sonuç olarak, sporcu beslenme davranışlarının geliştirilmesinde bilgi aktarımının ötesine geçen farkındalık odaklı yaklaşımlar, kültürel bağlama uygun eğitim modelleri ve kişiselleştirilmiş beslenme stratejileri önerilmektedir. Bu bütüncül yaklaşım, hem performans hem de uzun vadeli sporcu sağlığı açısından sürdürülebilir bir beslenme kültürünün oluşumuna katkı sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Beslenme, Davranış, Sosyo-Kültür

An Analysis of Athletes' Nutritional Behaviors in Terms of Cognitive, Psychological, and Socio-Cultural Determinants

ABSTRACT

This study aims to provide a comprehensive examination of the cognitive, psychological, environmental, and socio-cultural determinants underlying athletes' eating habits. A qualitative research design based on systematic literature review was employed. Current articles, scientific reports, and relevant discussions from national and international databases as well as social media platforms were systematically analyzed. Athlete nutrition is not limited to energy or macronutrient



intake; rather, it represents a complex construct shaped by knowledge level, awareness, self-efficacy, motivation, perceived barriers and facilitators related to food consumption, habits, and cultural influences. Enhancing nutritional behaviors requires not only the transmission of knowledge but also its transformation into awareness and sustainable application in daily practice. It can be stated that athletes frequently fail to meet recommended carbohydrate intake, occasionally exceed protein thresholds, and exhibit notable discrepancies between declared knowledge and actual practices regarding micronutrient consumption, hydration needs, and meal frequency. Determinants influencing eating behavior include age, gender, education, sport discipline and level, training volume/intensity, socioeconomic conditions, and psychological factors. Family, coaches, media, and social context serve as external influences shaping these behaviors. This demonstrates that athletes' nutrition is not solely a physiological process but a lifestyle model molded through social learning and cultural interaction. Training, preparation, and competition phases require individualized and periodized nutritional strategies to ensure optimal energy balance and recovery. Accordingly, nutritional education should integrate awareness-based approaches that go beyond the mere transfer of information, incorporating cultural sensitivity and behavioral sustainability. Personalized nutrition strategies that align with individual needs and cultural contexts are also recommended. Ultimately, this holistic approach contributes not only to improved athletic performance but also to the long-term promotion of athlete health and well-being. Developing a sustainable nutritional culture rooted in awareness, balance, and behavioral consistency is essential for maintaining both physical efficiency and ethical responsibility within sports practice.

Keywords: Nutrition, Behavior, Socio-Culture



2025-27-IECSSES-8th-1026-FC-TB-KY-SG

“Formula 1” ve Diğer Uluslararası Spor Etkinlikleri Azerbaycan’ın Küresel Spor Haritasındaki Konumunu Güçlendiriyor

Nagif Hamzayev¹, Elnara Asgarova²

¹Milli Meclis Üyesi, Tarih Doktoru, Bakü Devlet Üniversitesi Tarih Fakültesi Öğretim Üyesi

²Siyaset Bilimci, Yüksek Lisans Mezunu

ÖZ

Küreselleşme çağında uluslararası spor etkinlikleri, ülkelerin küresel tanınırlığını artıran, ulusal imajlarını şekillendiren ve ekonomik potansiyellerini güçlendiren bir yumuşak güç unsuru olarak değerlendirilmektedir. Bu tür etkinlikler aracılığıyla devletler hem ekonomik altyapılarını dünyaya tanıtmakta, hem yabancı yatırımları teşvik etmekte, hem de ulusal markalarını küresel ölçekte tanıtmaya imkânı bulmaktadır.

Son yıllarda Azerbaycan, bu stratejiyi etkin biçimde uygulayarak Formula 1 Grand Prix, BDT (Bağımsız Devletler Topluluğu) Oyunları, daha önce ise Avrupa Oyunları ve İslami Dayanışma Oyunları gibi önemli uluslararası organizasyonlara ev sahipliği yapmıştır. Bu etkinlikler, ülkenin bölgesel ve küresel düzeyde tanınırlığına, spor altyapısının gelişimine ve gençlerin spora yönelmesine büyük katkı sağlamıştır. Ayrıca Azerbaycan’a uluslararası iş birliği, diplomatik temaslar ve bölgesel dayanışma açısından önemli fırsatlar sunmuştur.

Bu çalışmanın temel amacı, Formula 1, BDT Oyunları ve diğer büyük uluslararası spor etkinliklerinin Azerbaycan’ın küresel spor sahnesindeki konumuna etkilerini sistematik biçimde analiz etmektir. Çalışmada, bu etkinliklerin ülkenin uluslararası imajının şekillenmesindeki rolü, ekonomik ve turizm gelişimine katkısı, sosyal ve kültürel entegrasyona olan etkisi ile diplomatik ve bölgesel iş birliği için yarattığı olanaklar incelenmiştir. Bu çerçevede, Formula 1 Grand Prix, BDT Oyunları ve diğer uluslararası spor organizasyonlarının Azerbaycan açısından sosyal, ekonomik, kültürel ve diplomatik sonuçları değerlendirilmiştir.

Yapılan analizlere göre, 2017 yılından itibaren düzenlenen Bakü Formula 1 Grand Prix yarışları, Azerbaycan’ın uluslararası tanıtımına ve turizm sektörünün gelişmesine önemli katkılar sağlamıştır. Her yıl binlerce yabancı ziyaretçiyi ağırlayan bu etkinlik, otelcilik ve hizmet sektöründe gelir artışına yol açarak ülkenin ekonomik potansiyelini güçlendirmiştir. Ayrıca bu yarışlar, spor altyapısının modernleşmesine ve gençlerin spora olan ilgisinin artmasına vesile olmuştur.

2025 yılında gerçekleştirilen BDT Oyunları, sekiz ülkeden 1.846 sporcunun katılımıyla Azerbaycan’ın bölgesel iş birliği ve spor diplomasisindeki aktif rolünü ön plana çıkarmıştır. Bununla birlikte, 2015 Avrupa Oyunları ve 2017 İslami Dayanışma Oyunları Azerbaycan’ın küresel spor arenasındaki saygınlığını artırmış ve ülkenin uluslararası spor dünyasındaki konumunu daha da güçlendirmiştir. Bu etkinlikler sayesinde Azerbaycan, spor altyapısını küresel standartlara uygun hale getirmiş, gençleri spora teşvik etmiş ve ulusal spor politikalarının sürekli gelişimine katkıda bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Azerbaycan, Formula 1, Uluslararası Spor Etkinlikleri, Yumuşak Güç, Küresel Spor Diplomasisi

**“Formula 1” and Other International Sporting Events Strengthen
Azerbaijan’s Position on the Global Sports Map**



ABSTRACT

In the context of globalization, international sporting events are considered a form of soft power for countries, contributing to their global recognition, shaping their national image, and enhancing economic potential. Through such events, nations showcase their economic infrastructure, encourage foreign investment, and introduce their national brands to a worldwide audience.

In recent years, Azerbaijan has actively pursued this strategy by hosting major international events such as the Formula 1 Grand Prix, the CIS Games, and previously the European Games and the Islamic Solidarity Games. These sporting events have significantly contributed to the country's recognition at regional and global levels, the development of national sports infrastructure, and the promotion of youth engagement in sports. Moreover, they have provided substantial opportunities for international cooperation, diplomatic engagement, and regional collaboration.

The primary aim of this study is to systematically analyze the impact of Formula 1, the CIS Games, and other major international sporting events on Azerbaijan's position in the global sports arena. It also examines the role these events play in shaping the country's international image, fostering economic and tourism development, promoting social and cultural integration, and creating avenues for diplomatic and regional collaboration. Within this framework, the social, economic, cultural, and diplomatic effects of the Formula 1 Grand Prix, the CIS Games, and other international sporting events for Azerbaijan have been assessed.

According to the analyses, since 2017, the Baku Formula 1 Grand Prix has made a significant contribution to promoting Azerbaijan internationally and developing its tourism sector. Each year, the event attracts thousands of foreign visitors, boosting revenues in the local hotel and service sectors and strengthening the country's economic potential. These races have also facilitated the modernization of national sports infrastructure and heightened young people's interest in sports. The CIS Games, held in 2025, highlighted Azerbaijan's active role in regional cooperation and sports diplomacy, with 1,846 athletes participating from eight countries. Meanwhile, the 2015 European Games and the 2017 Islamic Solidarity Games have enhanced Azerbaijan's prestige in the global sports arena, reinforcing its position in the international sports landscape. Through these events, Azerbaijan has upgraded its sports infrastructure to meet global standards, promoted youth engagement in sports, and contributed to the continuous development of national sports policies.

¹Member of the National Assembly, PhD in History, Lecturer at the Faculty of History, Baku State University

² Political Scientist, holds a Master's Degree

Keywords: Azerbaijan, Formula 1, International Sporting Events, Soft Power, Global Sports Diplomacy

Sağlık Bilimleri Öğrencilerinin Yapay Zekâya İlişkin Algılanan Farkındalıklarının, Hazır Bulunuşluklarının ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

Onur Mutlu YAŞAR, Egemen MANCI, Hazal YAKUT ÖZDEMİR,
Hilal BAHÇECİOĞLU, Gülseren YÜREKLİ

İzmir Demokrasi Üniversitesi

ÖZ

Yapay zeka (YZ), sağlık hizmetlerini giderek daha fazla etkilemekte ve öğrencilerin hazırbulunuşluklarını, farkındalıklarını ve tutumlarını değerlendirmek hayati önem taşımaktadır. Bu çalışma, Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin yapay zeka farkındalıklarını, hazırbulunuşluklarını ve kaygılarını araştırmış ve cinsiyet, bölüm, yaş ve sınıf düzeyine göre farklılıkları incelemiştir. İzmir Demokrasi Üniversitesi'nden 328 lisans öğrencisiyle demografik sorular, Yapay Zeka Hazırlık Ölçeği ve Yapay Zeka Kaygı Ölçeği kullanılarak kesitsel bir anket yapılmıştır. Analizler, tanımlayıcı istatistikler, Pearson korelasyonu, bağımsız örneklem t-testleri ve tek yönlü ANOVA'yı içermektedir. Öğrencilerin yarısından fazlası (%54,9) AI uygulamaları hakkında sınırlı bilgiye sahip olduğunu belirtmiş ve sosyal medyayı ana bilgi kaynağı olarak göstermiştir. Öğrencilerin çoğu (%82,6) AI entegrasyonundan memnun olsa da, %57'si kaygı yaşamıştır. Kız öğrenciler erkeklerle göre önemli ölçüde daha fazla kaygı göstermiş, hem bölüm hem de sınıf seviyesi hazırlık ve kaygıyı etkilemiş, ancak hazırlık ve kaygı arasında önemli bir korelasyon bulunmamıştır. Yapay zekaya olan güçlü ilgiye rağmen, öğrencilerin hazırlığı yetersiz formal eğitim nedeniyle sınırlıdır. Yapay zeka okuryazarlığını artırmak ve özellikle kız öğrenciler ve daha fazla endişe duyan bölümlerdeki öğrencilerin kaygısını azaltmak için yapılandırılmış müfredat, disiplinler arası etkinlik çalışmaları ve hedefli müdahaleler önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler:Yapay zeka, sağlık bilimleri, farkındalık, hazırbulunuşluk, anksiyete

Examining Health Sciences Students' Perceived Awareness, Readiness and Anxiety Levels Regarding Artificial Intelligence

ABSTRACT

Artificial intelligence (AI) is increasingly impacting healthcare, making it essential to assess students' preparedness, awareness, and attitudes. This study investigated Faculty of Health Sciences students' AI awareness, readiness, and anxiety, examining variations by gender, department, age, and class level. A cross-sectional survey was conducted with 328 undergraduate students from İzmir Demokrasi University, using demographic questions, the Artificial Intelligence Readiness Scale, and the Artificial Intelligence Anxiety Scale. Analyses included descriptive statistics, Pearson correlation, independent samples t-tests, and one-way ANOVA. Over half of the students (54.9%) reported limited knowledge of AI applications, with social media as the main information source. Most students (82.6%) were satisfied with AI integration, yet 57% experienced



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

anxiety. Female students showed significantly higher anxiety than males, and both department and class level influenced readiness and anxiety, while no significant correlation was found between readiness and anxiety. Despite strong interest in AI, students' readiness is limited by insufficient formal education. Structured curricula, interdisciplinary workshops, and targeted interventions are recommended to enhance AI literacy and reduce anxiety, particularly among female students and those in departments with higher concern.

Keywords:Artificial intelligence, health sciences, awareness, readiness, anxiety

Sporcuların Sporda Mükemmeliyetçilik Algısı ile Bilinçli Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Emre Boz

Bayburt Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Öz

Araştırmanın temel amacı; Sporcuların sporda mükemmeliyetçilik algısı ile bilinçli farkındalık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırma ilişkisel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Bu bağlamda Bayburt Üniversitesi'nde 2024-2025 güz akademik yarıyılında öğrenim gören öğrenci sporcular (n=324) bu araştırmanın örneklem grubunu oluşturmaktadır. Katılımcıların konuyla ilgili görüşlerinin alınması adına 3 ayrı form kullanılmıştır. Bu formlar; Demografik Bilgi Formu, Sporda Mükemmel Performans Ölçeği ve Sporcu Bilinçli Farkındalık Ölçeği. Tüm veriler SPSS (26. sürüm) yazılımında bağımsız örneklem t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve pearson korelasyon analizinin kullanımıyla sınanmıştır. Verilerin analizinin neticesinde katılımcıların sporda mükemmellik puanlarına cinsiyet, yaş, spor yaşı, sportif başarı ve milli sporcu olma durumlarına bağlı istatistiki açıdan anlamlı bulgular tespit edilmiştir. Sporcu bilinçli farkındalık puanlarına ilişkin de cinsiyet, yaş, spor yaşı, sportif başarı ve milli sporcu olma durumlarına bağlı anlamlı bulgular tespit edilmiştir. Pearson korelasyon analizi neticesinde ise araştırma grubunun sporda mükemmeliyetçilik algısı ile bilinçli farkındalık toplam puanları ve alt boyutları arasında pozitif yönlü ilişkilerin olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle sporcuların sporda mükemmeliyetçilik algısı ile bilinçli farkındalık durumları arasında ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler:Spor, Mükemmeliyetçilik, Bilinçli Farkındalık

Examining the Relationship Between Athletes' Perception of Perfectionism in Sports and Their Levels of Conscious Awareness

ABSTRACT

The main purpose of the study is to examine the relationship between athletes' perception of perfectionism in sports and their levels of mindfulness. The research was conducted using a relational screening model. In this context, student athletes studying at Bayburt University in the 2024-2025 fall academic semester (n=324) constitute the sample group of this study. Three separate forms were used to obtain participants' opinions on the subject: the Demographic Information Form, the Excellence in Sports Scale, and Mindfulness Inventory for Sport. All data were analyzed using SPSS (26th version) software using independent samples t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), and Pearson correlation analysis. As a result of the data analysis, statistically significant findings were identified regarding participants' sports excellence scores based on gender, age, sports age, sporting success, and national athlete status. Significant findings were also identified regarding athletes' mindfulness scores based on gender, age, sports age, sporting success, and national athlete status. Pearson correlation analysis revealed positive



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

correlations between the research group's perception of perfectionism in sports and their mindfulness total scores and sub-dimensions. Therefore, it was concluded that there was a relationship between the athletes' perception of perfectionism in sports and their mindfulness states.

Keywords:Sports, Perfectionism, Conscious Awareness

2024-30-IECSES-8th-851-FC-TB-KY-SG

Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Özerklik Desteğinin Ders Katılımına Etkisi: Temel Psikolojik İhtiyaç Tatmini ve Motivasyonun Seri Aracılık Rolü

Buğra AKAY, Rüstem ORHAN

Kırıkkale Üniversitesi, Kırıkkale Üniversitesi

ÖZ

Öz belirleme teorisine dayanan bu çalışmanın amacı, beden eğitimi ve spor dersinde algılanan özerklik desteği ile ders katılımı arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaç tatmini ve motivasyonun seri aracılık rolünü incelemektir. Bu amaç doğrultusunda, çalışmada, egzersizde öğretmenlerden kaynaklanan algılanan özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaç tatmini, beden eğitimi ve spor dersinde çocuklarda algılanan nedensellik odağı ölçeği ve öğrenci katılım ölçeği kullanılmıştır. Temel psikolojik ihtiyaçların tatmini ve engellenmesi ölçeğinin ihtiyaç tatmini boyutu Türkçeye uyarlanmış ve ortaokul ($n=504$) ile lise ($n=555$) örneklemine adapte edilmiştir. Ayrıca araştırmada kullanılacak tüm ölçme araçlarının geçerlik ve güvenirlikleri, söz konusu örneklemde Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) ile test edilmiştir. DFA sonuçları, tüm ölçme araçlarının mevcut örneklem için uygunluğunu ortaya koymuştur. Özerklik desteği ile katılım arasındaki ilişkide temel psikolojik ihtiyaç tatmini ve motivasyonun seri aracılık rolünün incelendiği bu çalışma, ortaokul ($n=504$) ve lise ($n=555$) düzeyinde öğrenim gören toplam 1059 öğrenci (596 kız, 463 erkek) ile yürütülmüş ve analizlerde yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır. Araştırma bulgularına göre, beden eğitimi ve spor dersinde öğrencilerin özerklik desteği algılarının ders katılımı üzerinde toplam ($b=.759$, $SE=.014$, $p<.001$) ve doğrudan ($b=.239$, $SE=.018$, $p<.001$) etkileri anlamlı bulunmuştur. Öğrencilerin özerklik desteği algısı ile ders katılımı arasındaki ilişkide, temel psikolojik ihtiyaç tatmini ($b=.286$, $BootSE=.295$, 95% CI [.229, .345]) ve motivasyonun ($b=.077$, $BootSE=.170$, 95% CI [.046, .113]) aracılık etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Seri aracılık modeline göre, öğrencilerin özerklik desteği algısı ile ders katılımı arasındaki ilişkide, temel psikolojik ihtiyaç tatmini ve motivasyonun seri aracılık etkisi anlamlı bulunmuştur ($b=.156$, $BootSE=.016$, 95% CI [.125, .188]). Sonuç olarak, beden eğitimi ve spor dersinde öğrencilerin özerklik desteği algısının, temel psikolojik ihtiyaç tatmini ve motivasyonu artırdığı; bu iki faktörün de seri aracılık yoluyla ders katılımını olumlu yönde etkilediği belirlenmiştir. beden eğitimi ve spor dersinde öğrencilere özerklik destekleyici bir öğretim ortamı sunulması, psikolojik ihtiyaç tatminlerini ve motivasyonlarını artırarak ders katılımlarına olumlu yönde katkı sağlayacaktır.

Anahtar Kelimeler:Öğrenciler, Özerklik desteği, Temel psikolojik ihtiyaç tatmini, Motivasyon, Katılım.



The Effect of Autonomy Support on Class Engagement in Physical Education Class: The Serial Mediating Role of Basic Psychological Need Satisfaction And Motivation

ABSTRACT

Based on Self-Determination Theory, the present study aims to examine the serial mediating role of basic psychological need satisfaction and motivation in the relationship between perceived autonomy support and engagement in physical education. For this purpose, the study utilized the perceived autonomy support from the teacher in exercise scale, the basic psychological needs satisfaction scale, the perceived locus of causality scale for children in physical education and sports classes, and the student engagement scale. The need satisfaction subscale of the Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale (BPNSFS) was translated into Turkish and adapted for middle school ($n = 504$) and high school ($n = 555$) students. Additionally, the validity and reliability of all measurement tools used in the study were tested through Confirmatory Factor Analysis (CFA) for the current sample. CFA results confirmed the appropriateness of all measurement tools for the sample. The study, which examined the serial mediation role of basic psychological need satisfaction and motivation in the relationship between autonomy support and engagement, was conducted with a total of 1,059 students (596 girls, 463 boys) from middle ($n = 504$) and high schools ($n = 555$), using structural equation modeling (SEM). According to the findings, students' perceptions of autonomy support significantly predicted engagement in physical education both directly ($b = .239$, $SE = .018$, $p < .001$) and in total ($b = .759$, $SE = .014$, $p < .001$). Basic psychological need satisfaction ($b = .286$, $BootSE = .295$, 95% CI [.229, .345]) and motivation ($b = .077$, $BootSE = .170$, 95% CI [.046, .113]) were found to have significant mediating effects in the relationship between autonomy support and engagement. Furthermore, the serial mediating role of basic psychological need satisfaction and motivation in this relationship was also found to be significant ($b = .156$, $BootSE = .016$, 95% CI [.125, .188]). In conclusion, perceived autonomy support in physical education was found to enhance students' basic psychological need satisfaction and motivation, which in turn positively affected their engagement through a serial mediation pathway. Providing students with an autonomy support instructional environment in physical education may increase their psychological need satisfaction and motivation, thereby contributing positively to their engagement.

Keywords: Student, Autonomy support, Basic psychological need, Motivation, Engagement.



revealed that there is no study specifically investigating university students' participation in sports clubs within the framework of sports capital. The study adopted a mixed-method approach, combining both quantitative and qualitative research methods. Data were collected from a single group consisting of students who are members of Akdeniz University Sports Clubs. The research was designed using the convergent parallel design, in which qualitative and quantitative data are gathered simultaneously and analyzed together to provide a comprehensive understanding of the phenomenon. For the quantitative part, the Sports Capital Scale developed by Sivri and Özbek, consisting of 13 items, was applied. A total of 14 students (11 female and 3 male) participated in the study. Participants varied in gender, age, economic status, sports participation during adolescence, and club membership. Findings showed that the highest mean score in sports capital was observed in the psychological dimension (26.64), while the total mean score was 61.21. Additionally, qualitative analysis revealed 109 codes—48 psychological, 44 social, and 17 physical. The results suggest that sports clubs contribute not only to individual growth but also to the strengthening of social networks, emphasizing their vital role in university students' adaptation and personal development.

Keywords: Sports Capital, Recreation, Sports Student Club

2025-32-IECSES-5th-1034-FC-TB-KY-SG

Performans ve Farkındalık İlişkisi: Spor Alanında Farkındalık Temelli Stres Azaltma Yaklaşımının Bibliyometrik Analizi

Zeynep Ayça TERZİOĞLU, Nazmi BAYKÖSE

Antalya Bilim Üniversitesi, Akdeniz Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışma, performans, farkındalık ve sporcu bağlamında farkındalık temelli stres azaltma müdahalesi ile ilgili araştırmaların literatürdeki konumunu bibliyometrik yöntemle incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın verileri, 24 Ekim 2025 tarihinde Web of Science veri tabanında (SSCI, SCI-Expanded, ESCI) gerçekleştirilen sistematik bir tarama ile elde edilmiştir.

Veri taramasında "Sport*" OR "Athletic Performance" OR "Athlete*" AND "Meditation" OR "Mindfulness" AND "Mindfulness based stress reduction" OR "MBSR" anahtar kelimeleri kullanılmıştır. Bu tarama sonucunda İngilizce dilinde 52 dokümana (makale, derleme makalesi, erken erişim) ulaşılmış; elde edilen veriler R Studio ortamında Biblioshiny paketi aracılığıyla analiz edilmiştir. Bu alandaki çalışmaların 2007 yılı itibarıyla yapıldığı görülmektedir. Kelime bulutu analizinde en sık tekrarlanan artı anahtar kelimelerin meditasyon, performans, stres azaltma ve geçerlik olduğu belirlenmiştir. Bradford yasasına göre yapılan değerlendirme sonucunda, az sayıdaki çekirdek derginin makalelerin büyük bölümünü ürettiği, diğer makalelerin ise artan sayıda dergiye dağıldığı belirlenmiş ve bu durumun Bradford yasasıyla uyumlu olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularına göre, en fazla atıf alan ülke 603 atıfla Amerika Birleşik Devletleri, en fazla yayın üreten kurum ise Basel Üniversitesi olarak belirlenmiştir. Yazar analizleri incelendiğinde, en fazla makale sayısına sahip olan yazarın Minkler T.O. olduğu görülmektedir. Jones B.J., Kaur S, Miller M., Rebecca M.C. RMC, Spencer atıf sayısı bakımından öne çıkan isimlerdir.

Bulgular, farkındalık temelli stres azaltma müdahalesinin sporcu performansı ve iyi oluş üzerindeki etkilerini inceleyen çalışmaların son yıllarda artan bir ivme kazandığını ve bu yaklaşımın spor psikolojisi ile performans geliştirme süreçlerinde bilimsel olarak kabul görmeye başladığını göstermektedir. Çalışma, farkındalık temelli stres azaltma müdahalesi ve performans ilişkisine yönelik araştırma eğilimlerini bütüncül bir bakış açısıyla inceleyerek alan yazına kuramsal ve metodolojik düzeyde katkı sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler:Bibliyometri, Farkındalık Temelli Stres Azaltma, Performans, Spor

ABSTRACT

The Relationship Between Performance and Mindfulness: A Bibliometric Analysis of the Mindfulness-Based Stress Reduction Approach in the Field of Sports

This study aims to examine the position of research on mindfulness-based stress reduction interventions in the context of performance, mindfulness, and athletes within the literature using bibliometric methods. The data for the study were obtained through a systematic search conducted on 24 October 2025 in the Web of Science database (SSCI, SCI-Expanded, ESCI).

The search terms 'Sport*' OR 'Athletic Performance' OR 'Athlete*' AND 'Meditation' OR "Mindfulness" AND 'Mindfulness-based stress reduction' OR 'MBSR' were used in the data search.



This search yielded 52 documents (articles, review articles, early access) in English. The collected data were analyzed using the Biblioshiny package in R Studio. It was observed that studies in this field have been conducted since 2007. The word cloud analysis revealed that the most frequently keywords plus were meditation, performance, stress reduction, and validity. The evaluation based on Bradford's Law showed that a small number of core journals produced the majority of the articles, while the remaining articles were distributed across an increasing number of journals, which was found to be consistent with Bradford's Law. According to the research findings, the country with the most citations was the United States with 603 citations, and the institution that produced the most publications was the University of Basel. Author analysis indicated that Minkler T.O. had the highest number of publications, while Jones B.J., Kaur S., Miller M., Rebecca M.C.R., and Spencer were among the most frequently cited authors.

The findings indicate that studies examining the effects of mindfulness-based stress reduction interventions on athlete performance and well-being have gained momentum in recent years and that this approach has begun to gain scientific acceptance in sport psychology and performance enhancement processes. The study contributes to the literature at a theoretical and methodological level by examining research trends on the relationship between mindfulness-based stress reduction intervention and performance from a holistic perspective.

Keywords: Bibliometrics, Mindfulness-Based Stress Reduction, Performance, Sport



Genç Kadın Sporcularda İzokinetik Güç ve Sprint Performansı Dinamiklerine Yönelik Ağ Analizi

Zülha ARMUTCU, Abdulkadir BİROL

Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Bilimleri, Trabzon, Türkiye
Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Trabzon, Türkiye

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, genç kadın sporcularda diz fleksör ve ekstansör kaslarının farklı açısal hızlarda izokinetik güç profillerini belirlemek, sprint performansı ile ilişkilerini ağ analizi yöntemiyle değerlendirmektir. Çalışma kesitsel, tanımlayıcı araştırma tasarımıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan sezon hazırlık çalışmaları başladıktan 2 hafta sonra tek bir defa ölçüm alınmıştır. Bu çalışmaya, Trabzon ilinde yaşları 15-16 aralığında 10 futbolcu ve 11 sprint dalı atletleri olmak üzere toplam yirmibir ($n = 21$; boy: $157,3 \pm 3,93$ cm; VA: $49,5 \pm 5,1$ kg; yaş: $15,9 \pm 1,03$ yıl) genç kadın sporcu katılmıştır. Tüm katılımcılardan veli iznini de içeren gönüllü olur formu veli ve antrenör gözetiminde gerekli bilgilendirmeler yapılarak alınmıştır. Çalışma için Trabzon Üniversitesi Etik Kurulu izni alınmış ve çalışma boyunca Helsinki Bildirgesine riayet edilmiştir. Bir katılımcı testler sırasında quadriceps kasında yaşadığı zorlanma nedeniyle ölçümleri tamamlayamamış ve istatistiksel analizler 20 katılımcı için gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar fotosel sistemiyle 20 m sprint testine ve üç farklı açısal hızda ($60^\circ/s$, $180^\circ/s$ ve $300^\circ/s$) diz izokinetik testine tabi tutulmuştur. Elde edilen veriler JASP paket programı ile (Amsterdam, Netherlands) Genişletilmiş Bayesci Bilgi Kriteri (EBIC), En Küçük Mutlak Büzülme ve Seçim Operatörü (LASSO) analizleri yapılarak değerlendirilmiştir. Belirlenen 14 düğüm için; merkezilik, kümelenme ve kenar ağırlıkları skorları değerlendirilmiş ve ilişki ağı analizi yapılmıştır. Yapılan ağ analizine göre güçlülük ($Z = 1,910$) ve yakınlık ($Z = 1,654$) bakımından $60^\circ/s$ ekstansiyon zirve torku, aradalık ($Z = 1,924$) bakımından $180^\circ/s$ fleksiyon zirve torku istatistiksel olarak önemli bulunmuştur. Sprint 10 m için $60^\circ/s$ ekstansiyon zirve torku pozitif ilişkili bağlantı ($r = 0,31$) ile önemli bulunmuşken, 20 m için $300^\circ/s$ ekstansiyon bilateral güç farkı negatif ilişkili ($r = -0,34$) bağlantı ile saptanmıştır. Sonuç olarak, genç kadın sporcularda ivmelenmenin ilk bölümü için izokinetik düşük açısal hız ekstansiyon zirve torkunun, sprint mesafesi arttıkça yüksek açısal hızda ortaya çıkan güç asimetrisinin sprint performansı için değerlendirmede daha uygun olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: İzokinetik, sprint, güç, tork, ağ analizi.

Network Analysis of Isokinetic Strength and Sprint Performance Dynamics in Young Female Athletes

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the isokinetic strength profiles of knee flexor and extensor muscles at different angular velocities in young female athletes and to evaluate their relationship with sprint performance using network analysis. The study was conducted using a



cross-sectional, descriptive research design. Measurements were taken a single time, 2 weeks after the commencement of pre-season training. Twenty-one ($n = 21$; height: 157.3 ± 3.93 cm; BW: 49.5 ± 5.1 kg; age: 15.9 ± 1.03 years) young female athletes (10 football players and 11 sprinters, aged 15-16) from Trabzon participated in this study. Informed consent forms, including parental permission, were obtained from all participants following necessary explanations under parental and coach supervision. Ethics committee approval was obtained from Trabzon University, and the study adhered to the Declaration of Helsinki throughout. One participant was unable to complete the measurements due to a quadriceps strain sustained during testing, and thus statistical analyses were performed on 20 participants. Participants were subjected to a 20 m sprint test using a photocell system and knee isokinetic tests at three different angular velocities ($60^\circ/\text{s}$, $180^\circ/\text{s}$, and $300^\circ/\text{s}$). The obtained data were analyzed using the JASP software package (Amsterdam, Netherlands) employing Extended Bayesian Information Criterion (EBIC) and Least Absolute Shrinkage and Selection Operator (LASSO) analyses. For the 14 determined nodes, centrality, clustering, and edge weight scores were evaluated, and a relationship network analysis was conducted. According to the network analysis, $60^\circ/\text{s}$ extension peak torque was found to be statistically significant in terms of strength ($Z = 1.910$) and closeness ($Z = 1.654$), while $180^\circ/\text{s}$ flexion peak torque was statistically significant for betweenness ($Z = 1.924$). A significant positive correlation ($r = 0.31$) was found between the 10 m sprint and $60^\circ/\text{s}$ extension peak torque, whereas a significant negative correlation ($r = -0.34$) was detected between the 20 m sprint and the $300^\circ/\text{s}$ extension bilateral power difference. In conclusion, it was observed that the isokinetic low angular velocity extension peak torque is more suitable for evaluating the initial phase of acceleration in young female athletes. As the sprint distance increases, power asymmetry occurring at high angular velocity appears to be more appropriate for assessing sprint performance.

Keywords: Isokinetic, sprint, power, torque, network analysis.

2025-34-IECSSES-8th-1040-FC-TB-KY-SG

Üniversite Öğrencilerinde Öz-Kontrol ve Egzersiz Erteleme Davranışı Arasında Ekran Bağımlılığının Aracı Rolü:Öz-Denetim Güç Modeli

Elif KÖSE

Akdeniz Üniversitesi

ÖZ

Serbest zamanda yapılan fiziksel aktivitenin önemi bilinmesine rağmen gençlerin ve yetişkinlerin fiziksel aktivite düzeyinin düşük olduğu ve egzersiz yapmayı erteledikleri raporlanmaktadır. Bu çalışma bireylerin serbest zamanlarında egzersiz yapmayı neden ertelediklerini öz-denetim güç modeli perspektifinden anlamayı amaçlamaktadır. Çalışma nicel araştırma yöntemlerine dayalı olarak yürütülmektedir. Düzeyine göre ilişkisel bir çalışma olarak tasarlanmıştır. Çalışma evreni Akdeniz Üniversitesinde öğrenim gören 30.705 kişiden oluşurken araştırmanın örnekleme olasılığına dayalı örnekleme yöntemlerinden tabakalı örnekleme tekniği ile seçilen 489 kişiden oluşmaktadır. Veri toplama araçları olarak “Çok boyutlu kısa öz kontrol”, “çoklu ekran bağımlılığı” ve “egzersiz erteleme” ölçekleri kullanılmıştır. Katılımcıların %20’si yüksek düzeyde egzersizi ertelemektedir. Ölçme araçlarının geçerliği ve güvenirliği için AVE, CR, Cronbach alfa, doğrulayıcı faktör analizi ve Harman’ın tek faktörlü analizi yapılmış, elde edilen sonuçlar ölçme araçlarının geçerlik ve güvenirliğin sağlandığını göstermiştir. Bulgular, öz-kontrolün hem egzersiz ertelemeyi $\beta=-.260$, $p\beta=-.564$, $p\beta=.139$, p

Anahtar Kelimeler:Serbest zaman egzersiz erteleme, Öz-kontrol, Ekran bağımlılığı, Aracılık etkisi

The Mediating Role of Screen Addiction Between Self-Control and Exercise Procrastination Behavior in University Students: The Self-Control Strength Model

ABSTRACT

Although the importance of physical activity during leisure time is well known, it has been reported that both adolescents and adults have low levels of physical activity and tend to postpone exercising. This study aims to understand why individuals procrastinate exercising in their leisure time from the perspective of the self-control strength model. The study was conducted using quantitative research methods and was designed as a correlational study based on levels of variables. The study population consisted of 30.705 students enrolled at Akdeniz University, while the sample included 489 participants selected using stratified random sampling, one of the probability-based sampling techniques. The data collection instruments included the “Brief Self-Control Scale,” the “Multi-Screen Addiction Scale,” and the “Exercise Procrastination Scale.” 20% of participants procrastinate high-level exercise. For validity and reliability of the measurement tools, AVE, CR, Cronbach's alpha, confirmatory factor analysis (CFA), and Harman's single-factor test were conducted. The results indicated that the measurement tools were both valid and reliable. Findings showed that self-control negatively predicted both exercise procrastination $\beta=-.260$, $p<.001$ and screen addiction $\beta=-.564$, $p<.001$, while screen addiction positively predicted



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

exercise procrastination $\beta=.139$, $p<.01$. The significant indirect effect obtained in the mediation analysis $\beta=-.078$, %95GA [-.177, -.005] confirmed the mediating role of screen addiction. These findings not only shed light on the underlying reasons for exercise procrastination behaviour but also offer a significant theoretical contribution to the self-control strength model.

Keywords:Leisure-exercise procrastination, Self-control, Screen addiction, Mediating effect

Üniversite Öğrencilerinde Öz Kontrol ve Ekran Bağımlılığının Egzersiz Erteleme Davranışı Üzerindeki Yordayıcı Rolü

Fatma Nur DEMİR, Elif KÖSE

Akdeniz Üniversitesi, Akdeniz Üniversitesi

ÖZ

Dünya sağlık örgütü verilerine göre bulaşıcı olmayan hastalıklarda artış gözlemlenmektedir. Fiziksel aktivite ve egzersizin bilinen yararlarına rağmen bireylerin egzersizi neden erteledikleri önemli bir araştırma boşluğudur. Bu çalışma egzersiz erteleme nedenleri arkasında yatan sebeplerin öz denetim güç modeli teorisi bağlamında incelenmesini amaçlamaktadır. Bu araştırma işlevselci paradigma kapsamında nicel bir araştırma olarak tasarlanmıştır. Araştırma düzeyine göre ilişkisel bir çalışmadır. Araştırmanın evreni Akdeniz üniversitesinde öğrenim gören öğrencilerden oluşurken örneklem merkez kampüste bulunan üniversite öğrencilerinden tabakalı örnekleme tekniğine göre seçilmiş 476 öğrenciden 291'i kadın 208'i erkek öğrencilerden oluşmaktadır. Bu çalışmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, çok boyutlu kısa öz-kontrol ölçeği, çoklu ekran bağımlılığı ve egzersiz erteleme ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde ise tanımlayıcı istatistik için yüzdeler ve frekanslar kullanılmıştır ayrıca regresyon analizi yapılmıştır. SPSS 26 kullanılmıştır. Araştırmanın pearson korelasyon sonuçları incelendiğinde ise Öz-denetim ile egzersiz erteleme arasında negatif, zayıf ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($r = -0.223$, $p < .01$). Özdenetim ile ekran bağımlılığı arasında ise negatif, orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($r = -0.468$, $p < .01$). Egzersiz erteleme ile ekran bağımlılığı arasında ise pozitif, zayıf ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = 0.281$, $p < .01$). Regresyon analizi sonuçlarında ise Çoklu ekran bağımlılığı ve öz-kontrol birlikte egzersiz erteleme davranışının %9'unu açıklamaktadır ($R = .299$; $R^2 = .089$; $p < .001$). Sonuç olarak ekran bağımlılığı ve öz-kontrol egzersiz erteleme davranışının yalnızca %9'unu açıklamaktadır. Egzersiz erteleme davranışını yordayan başka değişkenler olduğu ve sonraki çalışmaların bu değişkenlere odaklanması gerektiği ifade edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz Erteleme, Öz-Kontrol, Ekran Bağımlılığı, Fiziksel Aktivite, Üniversite Öğrencileri

114 / 5.000 The Predictive Role of Self-Control and Screen Addiction on Exercise Procrastination Behavior Among University Students

ABSTRACT

According to data from the World Health Organization, there has been an increase in non-communicable diseases. Despite the well-known benefits of physical activity and exercise, why individuals postpone exercise remains an important research gap. This study aims to examine the reasons behind exercise procrastination within the framework of the strength model of self-control. The research was designed as a quantitative study within the functionalist paradigm. Based on the level of investigation, it is a correlational study. The population of the research consists of students studying at Akdeniz University, while the sample includes 476 students (291



female and 208 male) selected through stratified sampling from those on the main campus. In this study, the data collection tools included a personal information form, the Brief Self-Control Scale (Multidimensional), the Multiple Screen Addiction Scale, and the Exercise Procrastination Scale. Descriptive statistics such as percentages and frequencies were used in the analysis, along with regression analysis. SPSS 26 was used for data analysis. The results of the Pearson correlation analysis showed a negative, weak, and significant relationship between self-control and exercise procrastination ($r = -0.223$, $p < .01$). There was a negative, moderate, and significant relationship between self-control and screen addiction ($r = -0.468$, $p < .01$). A positive, weak, and significant relationship was found between exercise procrastination and screen addiction ($r = 0.281$, $p < .01$). According to the regression analysis results, multiple screen addiction and self-control together explain 9% of the variance in exercise procrastination behavior ($R = .299$; $R^2 = .089$; $p < .001$). In conclusion, screen addiction and self-control account for only 9% of the exercise procrastination behavior. It can be stated that there are other variables predicting exercise procrastination, and future studies should focus on identifying these variables.

Keywords: Exercise Procrastination, Self-Control, Screen Addiction, Physical Activity, University Students

Espor ve Psikolojik Süreçler: Bibliyometrik Bir Araştırma

Ender ÖZBEK, Mehmet AYDOĞAN, Hakkı KIRKBİR

Dicle Üniversitesi, İstanbul Gelişim Üniversitesi, Karadeniz Teknik Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışma, e-spor ve video oyunları literatürünün entelektüel yapısını, tematik evrimini ve uluslararası işbirliği örüntülerini bilim haritalama yaklaşımıyla ortaya koymayı amaçlamıştır. Web of Science çekirdek koleksiyonundan elde edilen bibliyografik kayıtlar üzerinde tam sayım esaslı ortak yazarlık, kurum ve ülke işbirliği; anahtar kelime eş-örtüşme; atıf, ortak atıf ve ortak kaynak ağları hesaplanmış; normalizasyon için association strength kullanılmış ve görselleştirmeler VOSviewer ile üretilmiştir. Bulgular, literatürün üç çekirdekte yoğunlaştığını göstermektedir: psikolojik sağlık/iyi oluş; performans ve spor psikolojisi; yönetim ve sürdürülebilirlik. Bu çekirdekler sırasıyla oyun bağımlılığı, kumar çalışmaları ve dijital davranışları; zihinsel dayanıklılık, stres, dikkat ve antrenmanı; spor organizasyonu, endüstri dinamikleri ve sürdürülebilirlik tartışmalarını içermektedir. Entelektüel omurga, Pedraza-Ramirez, Poulus, Leis ve Lelonek-Kuleta gibi yüksek ortak atıf yoğunluğuna sahip çalışmalar tarafından taşınmaktadır; Computers in Human Behavior, Journal of Gambling Studies, Frontiers in Psychology, PLOS ONE, Sport Management Review ve Sustainability dergileri ağı merkezinde konumlanmaktadır. İşbirliği haritaları ABD–Kanada ve Avustralya–İngiltere–Almanya eksenlerinde yoğunlaşırken İspanya–Çin hattı bölgesel bir alt küme olarak öne çıkmaktadır; kurum düzeyinde Queensland University of Technology/Southern Cross University ile German Sport University Cologne/University of Leipzig bağlantıları belirgindir. Sonuç olarak literatür, psikolojik sağlık ve performans odaklı iki yoğun çekirdeğin etrafında örgütlenmekte; yönetim/sürdürülebilirlik teması yükselen üçüncü eksen oluşturmaktadır. Alanın ilerlemesi için kıtalar arası konsorsiyumlar, ölçme araçlarının standartlaştırılması ve deneysel ile uzunlamasına tasarımların yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler:e-spor; video oyunları; psikolojik süreçler; spor psikolojisi; bibliyometrik analiz

Esports and Psychological Processes: A Bibliometric Study

ABSTRACT

This study aimed to elucidate the intellectual structure, thematic evolution, and international collaboration patterns of the esports and video-game literature using a science-mapping approach. Bibliographic records retrieved from the Web of Science Core Collection were analyzed via full-count co-authorship (authors, institutions, countries), institutional and country collaboration, keyword co-occurrence, and citation, co-citation, and co-source networks; association-strength normalization was applied, and visualizations were produced in VOSviewer. The findings indicate that the literature concentrates around three cores: psychological health and well-being; performance and sport psychology; and management and sustainability. These cores respectively encompass gaming disorder, gambling studies, and digital behaviors; mental toughness, stress, attention, and training; and sport organization, industry dynamics, and sustainability debates. The intellectual backbone is carried by highly co-cited works such as those by Pedraza-Ramirez, Poulus,



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Leis, and Lelonek-Kuleta, while Computers in Human Behavior, Journal of Gambling Studies, Frontiers in Psychology, PLOS ONE, Sport Management Review, and Sustainability occupy central positions in the source network. Collaboration maps concentrate along the USA–Canada and Australia–UK–Germany axes, with a regional Spain–China linkage; at the institutional level, connections between Queensland University of Technology and Southern Cross University, and between German Sport University Cologne and the University of Leipzig, are salient. In conclusion, the literature is organized around two dense cores, psychological health and performance, with management and sustainability forming a rising third axis. To advance the field, cross-continental consortia, standardized measurement instruments, and broader use of experimental and longitudinal designs are recommended.

Keywords: esports; video games; psychological processes; sport psychology; bibliometric analysis.



1976-2025 Yılları Arasında Egzersiz Erteleme Üzerine Yapılan Çalışmaların Bibliometrik Analizi

Hamza Bugay YASAN, Elif KÖSE, Alp AKIŞ

Akdeniz Üniversitesi

ÖZ

İnaktiviteye dayalı olarak bulaşıcı olmayan hastalıkların artışı küresel düzeyde giderek artan bir problemdir. Bireyler fiziksel aktivite (FA) ve egzersizin bilinen yararlarına rağmen egzersiz yapmayı ertelemektedir. Bu nedenle egzersiz erteleme nedenleri ilgi gösterilen konulardan biri haline gelmiştir. Mevcut çalışma egzersiz erteleme üzerine yapılan çalışmaların güncel trendleri, egzersiz ertelemesini şekillendiren temel faktörleri ve alandaki boşluğu ortaya koyarak sunulmasını amaçlamaktadır. Analiz ve görselleştirme süreçlerinde ise Bibliometrix R paketi ve Biblioshiny web arayüzü kullanılmıştır. Veri kaynağı olarak Web of Science (WoS) veri tabanı kullanılmıştır. Taramalar ise WoS’ da “ALL = ((procrastinat OR delay OR postpon*) AND (physical activ* OR exercis*))” şeklinde yapılmıştır. Taramalar, 1976 yılından 2025 yılının Ekim ayı başına kadar yayımlanan çalışmaları kapsamaktadır ve toplam 1.985 çalışma analiz edilmiştir. Egzersiz erteleme üzerine yapılan çalışmaların yıllık ortalama büyüme oranı %9,67’dir. 1975 yılından itibaren bu alanda yapılan yayın sayılarının sistematik olarak arttığı tespit edilmiştir. Bu alanda en üretken yazarlar Nosaka K. ve Jamurtas A.Z. olup alanda en fazla atıf alan iki çalışmanın “Exercise interventions for cognitive function in adults older than 50: A systematic review with meta-analysis” ve “Delayed onset muscle soreness: treatment strategies and performance factors” olduğu belirlenmiştir. Alanda trend olan konular incelendiğinde ise amplitüde, exercise recovery ve Physical therapy kavramlarının ön plana çıktığı görülmektedir. Son olarak işbirliklikleri incelendiğinde ülke olarak USA’nın; kurum olarak Edith Cowan Üniversitesinin alanda önemli bir otorite olduğu ifade edilebilir. Sonuç olarak, egzersiz erteleme üzerine yapılan çalışmaların 1976 yılında başladığı ve son 15 yılda giderek ivme kazanan konulardan biri olduğu görülmektedir. Egzersiz erteleme üzerine yapılan çalışmalarda USA merkezi bir rol oynamaktadır. Egzersiz erteleme çalışmalarında ele alınan konular değerlendirildiğinde, spor bilimleri alanında yapılacak çalışmalara ciddi ihtiyaç duyulduğu tespit edilmiştir. Bu alanda çalışacak teori geliştirme, mevcut teorileri sınama ve alana özgü ölçme araçları geliştirmesinin önemli bir katkı olacağı tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler:Egzersiz erteleme, fiziksel aktivite, bibliometrik analiz

A Bibliometric Analysis of Studies on Exercise Procrastination Between 1976 and 2025

ABSTRACT

The increase in non-communicable diseases associated with inactivity has become a growing global problem. Despite the well-known benefits of physical activity (PA) and exercise, individuals tend to postpone exercising. Therefore, understanding the reasons behind exercise procrastination has become an increasingly popular topic of interest. The present study aims to reveal and present the current trends in studies on exercise procrastination, the key factors shaping this behavior, and the existing research gaps in the field.



For the analysis and visualization processes, the Bibliometrix R package and the Biblioshiny web interface were utilized. The Web of Science (WoS) database served as the data source. The search strategy applied in WoS was: “ALL = ((procrastinat OR delay OR postpon*) AND (physical activ* OR exercis*))”. The searches covered studies published from 1976 to early October 2025, resulting in a total of 1,985 studies included in the analysis.

The annual average growth rate of publications on exercise procrastination was found to be 9.67%. It was observed that the number of publications in this field has systematically increased since 1975. The most productive authors were identified as Nosaka K and Jamurtas A.Z., while the two most cited studies were “Exercise interventions for cognitive function in adults older than 50: a systematic review with meta-analysis” and “Delayed onset muscle soreness: treatment strategies and performance factors.” Among trending topics, the concepts of amplitude, exercise recovery, and physical therapy were found to be prominent. In terms of collaboration networks, the USA emerged as the leading country, and Edith Cowan University was identified as a key institutional authority in this field.

In conclusion, research on exercise procrastination began in 1976 and has gained remarkable momentum over the past 15 years. The USA plays a central role in studies on exercise procrastination. Considering the themes explored within this research area, there is a clear need for more studies in the field of sport sciences. The development of theories, testing of existing theoretical models, and creation of domain-specific measurement instruments would make a significant contribution to advancing knowledge in this area.

Keywords: Exercise procrastination, physical activity, bibliometric analysis

Egzersiz Erteleme Nedenleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Kanonik Korelasyon Analizi ile İncelenmesi

Elif KÖSE, Alp AKIŞ, Hamza Bugay YASAN

Akdeniz Üniversitesi

Öz

Üniversite öğrencilerinin önemli bir kısmı Dünya Sağlık Örgütü'nün önerdiği fiziksel aktivite düzeylerine ulaşamamaktadır. Fiziksel hareketsizlik, kronik hastalıklar ve erken ölüm riskini artırdığı için, düzenli fiziksel aktivitenin teşvik edilmesi toplum sağlığı açısından büyük önem taşımaktadır. Bu durum, egzersiz erteleme davranışının daha detaylı olarak ele alınmasını gerekli kılmaktadır. Bu bağlamda çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinin egzersiz erteleme nedenleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemektir.

Bu çalışma işlevselci paradigma bağlamında ele alınan Nicel bir çalışmadır. Çalışma düzeyine göre ilişkisel bir modeldir. Araştırmanın evreni, Akdeniz Üniversitesi merkez kampüsünde öğrenim gören öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmada örnekleme yöntemi olarak seçkisiz örnekleme yöntemlerinden tabakalı örnekleme tekniğiyle seçilen 502 öğrenci bulunmaktadır. Katılımcıların 293'ü kadın (Ort.yaş = 21,99 ± 4,54) ve 209'u erkek (Ort.yaş = 21,77 ± 3,19) öğrencidir. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, Egzersiz Erteleme Nedenleri Ölçeği ve On Maddeli Kişilik Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde kanonik korelasyon analizi uygulanmıştır.

Analiz sonucunda iki anlamlı kanonik fonksiyon elde edilmiştir. 1. Kanonik fonksiyona ilişkin iki değişken seti arasındaki korelasyon değerlerinin .373; 2. Kanonik korelasyona ilişkin iki değişken seti arasındaki korelasyon değerinin ise .207 olduğu görülmektedir. 1. Kanonik değişkende egzersiz erteleme nedenleri, kişilik özelliklerinin %8,5'ünü açıklarken; kişilik özellikleri, egzersiz erteleme nedenlerinin %3,5'ini açıklamaktadır. Çapraz yükler incelendiğinde ise egzersiz erteleme nedenleri veri setini en güçlü etkileyen Set- 2 içerisindeki değişken sorumluluk iken, kişilik özellikleri değişken setini en güçlü şekilde etkileyen Set-1 içerisindeki değişkenin ise gecikme hassasiyeti olduğu belirlenmiştir.

Sonuçlar, egzersiz erteleme davranışının bireylerin kişilik özellikleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Özellikle sorumluluk ve gecikme hassasiyeti boyutları, egzersiz davranışının motivasyonel ve öz-düzenleyici süreçlerle bağlantılı olduğunu desteklemektedir. Egzersiz ertelemesini azaltmaya yönelik müdahalelerde bireylerin sorumluluk ve zaman duyarlılığı gibi kişilik özellikleri dikkate alınmalıdır. Üniversite öğrencilerine yönelik programlarda öz-düzenleme becerilerini güçlendiren, zaman yönetimi ve hedef belirleme stratejilerini içeren uygulamalar etkili olabilir.

Anahtar Kelimeler:Egzersiz erteleme nedenleri, Kişilik, Kanonik korelasyon

The Relationship Between Exercise Procrastination Reasons and Personality Traits: A Canonical Correlation Analysis

Abstract

A significant proportion of university students do not reach the physical activity levels recommended by the World Health Organization. Since physical inactivity increases the risk of chronic diseases and premature death, promoting regular physical activity is of great importance for public health. This situation necessitates a more detailed examination of exercise procrastination behavior. In this context, the aim of the present study is to investigate the relationship between university students' reasons for exercise procrastination and their personality traits.

This study is a quantitative research designed within the framework of the functionalist paradigm and employs a correlational model. The research population consists of students studying at the central campus of Akdeniz University. The sample includes 502 students selected through stratified random sampling. Of the participants, 293 are female (M age = 21.99 ± 4.54) and 209 are male (M age = 21.77 ± 3.19). The data collection tools include a personal information form, the Exercise Procrastination Reasons Scale, and the Ten-Item Personality Inventory. Canonical correlation analysis was conducted to analyze the data.

The analysis yielded two significant canonical functions. The correlation between the two variable sets for the first canonical function was .373, and for the second canonical function was .207. In the first canonical variable, exercise procrastination reasons explained 8.5% of the variance in personality traits, while personality traits explained 3.5% of the variance in exercise procrastination reasons. Examination of the cross-loadings revealed that the variable most strongly influencing the exercise procrastination reasons set (Set-2) was *conscientiousness*, while the variable most strongly influencing the personality traits set (Set-1) was *delay sensitivity*.

The results indicate that exercise procrastination behavior is related to individuals' personality traits. In particular, conscientiousness and delay sensitivity dimensions support the notion that exercise behavior is linked to motivational and self-regulatory processes. Interventions aiming to reduce exercise procrastination should take into account personality traits such as conscientiousness and time sensitivity. Programs targeting university students that strengthen self-regulation skills and include strategies for time management and goal setting may be effective.

Keywords: Reasons of exercise procrastination, Personality, Canonical correlation

Serbest Zamanın Sosyal Faydası ile Şiddet Eğilimi Arasında Sosyal Bağ ve Öz-Kontrolün Seri Aracılık Rolü: Sosyal Bağ Teorisi

Başak DİNÇER ,Elif KÖSE

Akdeniz Üniversitesi,Akdeniz Üniversitesi

ÖZ

Şiddet, bireysel anlamda psikolojik sorunlara, öğrencilerin akademik başarısının düşmesine, bireyin sosyal çevresinden dışlanması vb. olumsuz sonuçlara yol açabilen bir halk sağlığı problemidir. Rekreatif aktiviteler bireylerin sosyalleşmesi ve sosyal bağlar kurarak şiddet içerikli davranışlardan uzak durmalarına katkı sağlamaktadır. Çalışma Hirshi'nin Sosyal Bağ Teorisinden hareketle serbest zamanın sosyal faydası ile şiddet eğilimi arasında sosyal bağ ve öz-kontrolün seri aracılık etkisini incelemeyi amaçlamaktadır. Bu çalışma işlevselci paradigma bağlamında nicel araştırma çalışması olarak yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini Akdeniz Üniversitesinde yer alan 30.605 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise seçkisiz örnekleme yönteminden tabakalı örnekleme tekniğine göre seçilen 485 katılımcıdan oluşmuştur. Araştırmada veri toplama araçları olarak Şiddet Eğilimi Ölçeği (1995), Sosyal Bağlılık Ölçeği (2007), Çok Boyutlu Kısa Öz-Kontrol Ölçeği (2023) ve Rekreatif Fayda Ölçeği (2018) kullanılmıştır. Verilerin analizi için SPSS 26 ve PROCESS MACRO 4.1 yazılımları kullanılmış ve Hayes Model 6 tercih edilmiştir. Yapılan analiz sonucunda serbest zaman sosyal faydası şiddet eğilimini manidar olarak yordamamaktadır (H1) ($b=-.025$, %95 GA $[-.178, .127]$). Serbest zaman sosyal faydası, öz-kontrol aracılığıyla şiddet eğilimini manidar olarak negatif yordamaktadır (H2) ($b=-.090$, %95 GA $[-.151, -.038]$). Sosyal fayda sosyal bağ aracılığıyla şiddet eğilimini manidar olarak yordamamaktadır (h3) ($b=.013$, %95 GA $[-.044, .006]$). Serbest zaman sosyal faydası şiddet eğilimini sosyal bağ ve öz-kontrol üzerinden manidar olarak yordamaktadır(H4) ($b=-.011$, %95 GA $[-.025, -.001]$). Bu bulgular, Hirshi'nin sosyal bağ teorisinde ele almış olduğu sosyal ilişkilerin suça olan etkisini, sosyal bağ ve öz- kontrol üzerinden açıklamaktadır. Çalışma sosyal bağın gelişmesinde rekreatif aktivitenin faydalarını ortaya koyarak, Hirshi'nin Sosyal Bağ Teorisine önemli bir katkı sağlamaktadır. Sonuç olarak çalışmanın alan uzmanlarına, politika yapıcılara serbest zaman aktivitelerinin şiddet eğilimini azaltmadaki rolüne ilişkin bir perspektif sunacağı düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler:Serbest zaman sosyal faydası, Sosyal bağ, Öz-kontrol, Şiddet eğilimi

The Serial Mediating Role of Social Bonding and Self-Control Between the Social Benefits of Leisure Time and Violence Tendency: Social Bond Theory

ABSTRACT

Violence is a public health problem that can lead to negative consequences such as psychological problems on an individual level, a decline in students' academic achievement, and exclusion from one's social environment. Recreational activities contribute to individuals socializing and forming



social bonds, thereby helping them stay away from violent behavior. Based on Hirschi's Social Bond Theory, this study aims to examine the serial mediating effect of social bonds and self-control between the social benefits of free time and the tendency toward violence. This study was conducted as a quantitative research study within the functionalist paradigm. The population of the study consists of 30,605 students at Akdeniz University. The sample of the study consists of 485 participants selected using stratified sampling according to the non-random sampling method. The Violence Propensity Scale (1995), Social Bonding Scale (2007), Multidimensional Short Self-Control Scale (2023), and Recreation Benefit Scale (2018) were used as data collection tools in the study. SPSS 26 and PROCESS MACRO 4.1 software were used for data analysis, and Hayes Model 6 was preferred. The analysis showed that the social benefit of free time does not significantly predict violence tendency (H1) ($b = -.025$, 95% CI $[-.178, .127]$). Leisure time social utility significantly negatively predicts violent tendencies through self-control (H2) ($b = -.090$, 95% CI $[-.151, -.038]$). Social benefit does not significantly predict violent tendencies through social bonding (H3) ($b = .013$, 95% CI $[-.044, .006]$). Leisure time social benefit significantly predicts violent tendencies through social bonding and self-control (H4) ($b = -.011$, 95% CI $[-.025, -.001]$). These findings explain the effect of social relationships on crime, as addressed in Hirschi's social bonding theory, through social bonding and self-control. By revealing the benefits of recreation in the development of social bonds, the study makes an important contribution to Hirschi's Social Bond Theory. Consequently, it is thought that the study will offer field experts and policymakers a perspective on the role of leisure activities in reducing violent tendencies.

Keywords:The social benefits o leisure, Social bonds, Self-control, Tendency toward violence



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-40-IECSES-8th-1000-FC-TB-KY-SG

4-6 YAŞ GRUBU OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARA SAHİP AİLELERİN ÇOCUKLARINI SPORA YÖNLENDİRME NEDENLERİNİN VE BEKLENTİLERİNİN İNCELENMESİ

Suat Arslanboğa, Prof.Dr. Çetin Özdilek, Prof.Dr. Mehmet Acet

Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Doktora Öğrencisi
Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Dumlupınar Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, 4-6 yaş grubu okul öncesi çocuklara sahip ailelerin çocuklarını spora yönlendirme nedenlerini ve bu yönlendirmelerden beklentilerini incelemektir. Araştırma sonucunda, erken çocukluk döneminde spor faaliyetlerine katılımın aileler açısından nasıl değerlendirildiği anlaşılmaya çalışılacaktır. Çalışma grubunu, Eskişehir ilinde yer alan okul öncesi eğitim kurumlarında 4-6 yaş çocuğu bulunan ebeveynler ile gerçekleştirilecektir. Eskişehir’de okul öncesi kurumlarda öğrenim gören öğrenci velilerinin 256’sı (%84,5) kadın, 47’si (%15,5) erkek toplam 303 öğrenci velisi oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, katılımcıların beklenti düzeylerini belirlemek için araştırmanın anket kısmı ile iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölüm demografik bilgiler, ikinci bölümde Keskin (2006) tarafından geliştirilen çocuklarını spora yönlendiren anne ve babaların beklentileri ölçeği kullanılmıştır. Toplanan veriler SPSS programı ile analiz edilecektir. Araştırmada verilerin istatistiksel analizinde bağımsız ikili değişkenler için t-Testi, üç ve üzeri bağımsız değişkenler için ise ANOVA testi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda; ölçek toplam puanı ile cinsiyet değişkeni arasında yapılan t-Testi sonucunda herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Meslek değişkenine anova testi sonucunda anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Diğer taraftan katıldığı ilçe değişkenine göre anova testi sonucunda da anlamlı farklılığa rastlanmıştır. Sonuç olarak; ebeveynlerin spor yoluyla çocuklarının çok yönlü gelişimini desteklemek istedikleri ve beklentilerinin bu doğrultuda olduğu ifade edilebilir.

Anahtar kelimeler: Okul Öncesi, Aileler, Beklenti

EXAMINATION OF THE REASONS AND EXPECTATIONS OF FAMILIES WITH 4-6 AGE GROUP PRESCHOOL CHILDREN FOR DIRECTING THEIR CHILDREN TO SPORTS

ABSTRACT

This learning objective is to determine the reasons why families with 4-6 year old preschool children direct their children to sports and the reasons for these directives. The research will attempt to understand how sports activities are evaluated in terms of their perspective in early childhood. The study will be conducted with parents of 4-6 year old children in a preschool education institution in Eskişehir. A total of 303 parents of students attending preschools in Eskişehir comprised 256 (84.5%) female and 47 (15.5%) male parents. The data collection tool, a personal information form developed by the researchers, consisted of two sections, including a



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

survey section to determine participants' expectation levels. The first section collected demographic information, and the second used the scale "Expectations of Parents Who Encourage Their Children to Participate in Sports," developed by Keskin (2006). Collected data will be analyzed using SPSS. Statistical analysis of data in the study used a t-test for independent binary variables and an ANOVA for three or more independent variables. As a result of the analysis, no significant difference was found between the total scale score and the gender variable in the t-test. A significant difference was found in the ANOVA test for the profession variable. Furthermore, a significant difference was also found in the ANOVA test for the district variable. In conclusion, it can be said that parents want to support their children's multifaceted development through sports and that their expectations are in line with this.

Key words: Preschool, Families, Expectations



2025-41-IECSES-8th-1044-FC-TB-KY-SG

DİJİTAL REKREASYONUN SPOR YÖNETİMİNE ETKİSİ

Mert Mazhar ERDURAN, Cansu SELECİLER, Caner CENGİZ

Kafkas Üniversitesi, Bayburt Üniversitesi, Ankara Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışma, dijital rekreasyonun spor yönetimi uygulamaları üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamaktadır. Teknolojik gelişmeler, bireylerin boş zamanlarını değerlendirme biçimlerini yeniden şekillendirmekte; sanal spor etkinlikleri, çevrim içi egzersiz platformları, mobil sağlık uygulamaları ve e-spor gibi dijital rekreasyon biçimleri hem bireysel katılım hem de yönetsel planlama açısından yeni fırsatlar doğurmaktadır. Bu dönüşüm, spor yöneticilerinin dijital ortamda rekreatif faaliyetleri organize etme, ölçme ve sürdürülebilir hale getirme becerilerini de ön plana çıkarmaktadır. Araştırma, Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencileri üzerinde yürütülmüş; nicel tarama modeliyle 176 katılımcıdan elde edilen veriler betimsel analiz yöntemiyle incelenmiştir. Bulgular, öğrencilerin dijital rekreasyon etkinliklerine yüksek düzeyde katılım gösterdiğini, ancak bu faaliyetlerin yönetsel süreçlerde henüz yeterince kurumsallaşmadığını ortaya koymuştur. Katılımcıların büyük çoğunluğu dijital egzersiz ve oyun tabanlı uygulamaları eğlenceli, erişilebilir ve motive edici bulmakla birlikte, üniversite spor politikalarında bu alanlara yönelik stratejik planlama eksikliği dikkat çekmektedir. Sonuç olarak, dijital rekreasyonun spor yönetimi disipliniinde yenilikçi bir alan olarak değerlendirilmesi, kurumların hem öğrencilerin katılımını artırmasına hem de dijital dönüşüme uyum sağlamasına önemli katkı sunacaktır.

Anahtar Kelimeler:Dijital Rekreasyon, Spor Yönetimi, Dijitalleşme, Rekreatif Katılım

THE EFFECT OF DIGITAL RECREATION ON SPORTS MANAGEMENT

ABSTRACT

This study aims to examine the effects of digital recreation on sports management practices. Technological advances have redefined how individuals spend their leisure time; digital sport events, online exercise platforms, mobile health applications, and e-sports have become new dimensions of recreation that bring both managerial opportunities and challenges. These developments highlight the need for sport managers to design, monitor, and sustain recreational activities within digital environments. The research was conducted among 176 students of Kafkas University Faculty of Sport Sciences using a quantitative survey model. Descriptive analysis results indicate that students have a high level of participation in digital recreation activities, yet institutional strategies in sports management remain limited in addressing this emerging field. Most participants described digital recreational activities as accessible, engaging, and motivating, but noted the lack of organizational integration in university sports policies. In conclusion, digital recreation should be recognized as an innovative domain within sports management, contributing to both active participation and the digital transformation of university sports systems.

Keywords: Digital Recreation, Sports Management, Digitalization, Recreational Participation

2025-42-IECSSES-8th-927-FC-TB-KY-SG

Sporcularda Sakatlık Sonrası Psikososyal Süreç ve Spora Dönüş: 2000–2025 Nitel Araştırma Sentezi

Metin ÖZLÜ, Tuğba DEMİR ONUR

Kafkas Üniversitesi, Gazi Üniversitesi

ÖZ

Amaç: Bu araştırmanın amacı, sakatlık sonrası spora dönüş (Return to Sport – RTS) sürecinde sporcuların yaşadıkları psikososyal deneyimleri, motivasyonel dinamikleri ve başa çıkma stratejilerini 2000–2025 yılları arasında yayımlanan nitel araştırmalar ile nitel bulgular içeren karma yöntem çalışmalarına dayanarak bütüncül biçimde sentezlemektir. **Yöntem:** Araştırmada PubMed, Web of Science, SPORTDiscus, Google Scholar ve TR Dizin/DergiPark veri tabanlarında “return to sport”, “injury rehabilitation”, “psychosocial recovery”, “athlete motivation” ve “rehabilitation coping” anahtar kelimeleri kullanılarak kapsamlı bir literatür taraması gerçekleştirilmiştir. Dahil edilme ölçütlerini karşılayan çalışmalar tematik meta-sentez yöntemiyle (Thomas & Harden, 2008) analiz edilmiştir. Ayrıca Türkiye kaynaklı lisansüstü tez ve hakemli makaleler de incelemeye dahil edilmiştir (Tranaeus vd., 2024).

Bulgular: Analiz sonucunda beş ana tema öne çıkmıştır: (a) Öz-yeterlik ve yeterlik tehdidi, öz-belirleme kuramı çerçevesinde sporcuların yeterlik, özerklik ve ilişkilene ihtiyaçlarına yönelik kaygılarını yansıtmaktadır (Podlog & Eklund, 2007); (b) Duygu düzenleme ve psikolojik dayanıklılık (hardiness), iyileşme sürecinde psikolojik esnekliğin önemini ortaya koymaktadır (Wadey vd., 2012); (c) Algılanan faydalar ve büyüme, yaralanma sonrası kazanımların kişisel gelişim üzerindeki etkilerini vurgulamaktadır (Wadey vd., 2011); (d) Antrenör ve sağlık ekibi iletişimi ile adil geri bildirim, rol netliği ve güven temelli etkileşimi ön plana çıkarmaktadır (Clement, Granquist & Arvinen-Barrow, 2015); (e) Kültürel ve kurumsal bağlam, yerel uygulamaların ve yeniden entegrasyon protokollerinin önemine işaret etmektedir (Aydoğan vd., 2022; Sabah, 2025).

Sonuç: Bulgular, sakatlık sonrası spora dönüş sürecinde özerklik destekleyici iletişim, açık rol tanımları ve kademeli rol geri dönüşü içeren yapılandırılmış bir “Sakatlık Sonrası Spora Dönüş İletişim planının gerekliliğini ortaya koymaktadır. Türkiye yazınında elde edilen sonuçlar, Psikososyal desteğin ve çok paydaşlı (koç-sağlık profesyoneli-sporcu) iş birliğinin sürecin etkinliğini artırdığını göstermektedir. Bu bağlamda, spor psikolojisi ve rehabilitasyon alanlarında psikososyal müdahale programlarının geliştirilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: spora dönüş; sakatlık; nitel meta-sentez; dayanıklılık; öz-yeterlik

Psychosocial Process and Return to Sport After Injury Among Athletes: A Qualitative Research Synthesis (2000–2025)

ABSTRACT

Purpose: The purpose of this study is to synthesize the psychosocial experiences, motivational dynamics, and coping strategies of athletes during the return-to-sport (RTS) process following injury, based on qualitative research and mixed-method studies containing qualitative findings published between 2000 and 2025.



Method: A comprehensive literature search was conducted in PubMed, Web of Science, SPORTDiscus, Google Scholar, and TR Dizin/DergiPark databases using the keywords “return to sport,” “injury rehabilitation,” “psychosocial recovery,” “athlete motivation,” and “rehabilitation coping.” Studies meeting the inclusion criteria were analyzed through the thematic meta-synthesis method (Thomas & Harden, 2008). In addition, Turkish postgraduate theses and peer-reviewed articles were also included in the analysis (Tranaeus et al., 2024).

Findings: Five main themes emerged from the analysis: (a) Self-efficacy and competence threat—reflecting athletes’ concerns about their needs for competence, autonomy, and relatedness within the framework of Self-Determination Theory (Podlog & Eklund, 2007); (b) Emotion regulation and psychological hardiness—highlighting the importance of psychological flexibility during the recovery process (Wadey et al., 2012); (c) Perceived benefits and growth—emphasizing the positive impact of post-injury gains on personal development (Wadey et al., 2011); (d) Coach and medical team communication—underscoring the significance of fair feedback, role clarity, and trust-based interaction (Clement, Granquist & Arvinen-Barrow, 2015); and (e) Cultural and institutional context—pointing to the importance of local practices and reintegration protocols (Aydoğan et al., 2022; Sabah, 2025).

Conclusion: The findings reveal the necessity of a structured “Post-Injury Return-to-Sport Communication Plan” that includes autonomy-supportive communication, clearly defined roles, and a gradual return to responsibilities. Results from the Turkish literature indicate that psychosocial support and multi-stakeholder collaboration (coach–health professional–athlete) enhance the effectiveness of the process. Therefore, it is recommended that psychosocial intervention programs be developed within the fields of sport psychology and rehabilitation.

Keywords: return to sport; injury; qualitative meta-synthesis; resilience; self-efficacy



Macera Rekreasyonuna Katılan Bireylerin Deneyimleri Üzerine Nitel Bir Yaklaşım

A Qualitative Approach to the Experiences of Individuals Participating in Adventure Recreation

Duran İĞİL, Tuna TURĞUT, Ümran SARIKAN, Ömer ÜNAL

Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Bartın,

Bartın Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bartın,

Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Ankara,

Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Ankara

ÖZ

Giriş ve Amaç: Günümüzde bireyler, yoğun çalışma temposu ve şehir yaşamının yarattığı stresle başa çıkmak için doğayla bütünleşen, fiziksel ve psikolojik açıdan yenileyici etkinliklere yönelmektedir. Bu bağlamda macera rekreasyonu, katılımcılara hem heyecan hem de kişisel gelişim fırsatı sunan bir alan olarak öne çıkmaktadır. Bu araştırmanın amacı, macera rekreasyonuna katılan bireylerin deneyimlerini derinlemesine inceleyerek, bu tür etkinliklerin bireyler üzerindeki fiziksel, duygusal ve sosyal etkilerini ortaya koymaktır.

Yöntem: Bu çalışmanın deseni, nitel araştırma yaklaşımlarından biri olan fenomenoloji olarak belirlenmiştir. Fenomenoloji, katılımcıların gündelik yaşamlarında deneyimledikleri, genel olarak farkında olunan ancak tam anlamıyla derinlemesine kavranılamayan olgulara odaklanmayı amaçlar (Tekindal ve Arsu, 2020; Sundler vd., 2019). Çalışmada fenomenolojik desenin tercih edilmesinin nedeni, macera rekreasyonuna katılan bireylerin öznel yaşantılarını, bu yaşantılara yükledikleri anlamları ve deneyimlerinin altında yatan ortak temaları derinlemesine ortaya koyma amacıdır.

Bulgular: Araştırma bulguları, macera rekreasyonuna katılan bireylerin deneyimlerinin üç ana tema altında toplandığını göstermiştir: kişisel gelişim, doğayla bütünleşme ve sosyal etkileşim. Katılımcılar, etkinlikler sırasında fiziksel sınırlarını keşfettiklerini, özgüvenlerinin arttığını ve stresle baş etme becerilerinin güçlendiğini ifade etmişlerdir. Doğayla iç içe olmanın zihinsel rahatlama ve farkındalık sağladığı, gündelik yaşamın rutininden uzaklaşma fırsatı sunduğu vurgulanmıştır. Ayrıca grup etkinliklerinin, katılımcılar arasında dayanışma, güven ve paylaşım duygularını güçlendirdiği belirlenmiştir. Bu bulgular, macera rekreasyonunun bireyler üzerinde hem kişisel hem de sosyal düzeyde dönüştürücü etkiler yarattığını ortaya koymaktadır.

Sonuç: Sonuç olarak, macera rekreasyonu bireylerin kişisel, sosyal ve psikolojik gelişimlerine katkı sağlayan önemli bir etkinlik alanıdır. Bu doğrultuda, benzer programların yaygınlaştırılması ve farklı yaş gruplarına yönelik uygulamaların artırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Macera Rekreasyonu, Deneyim, Doğa, Etkinlik, Nitel Yaklaşım



2024-44-IECSES-8th-1048-FC-TB-KY-SG

INNOVATIVE TECHNOLOGIES IN THE SPORT OF THE FUTURE

Valeria TYSHCHENKO

Zaporizhzhia national university, Ukraine

ABSTRACT

The current stage of sports development is characterized by active digitalization and the integration of high-tech solutions into the system of athlete training. The concept of Smart-Coaching (intelligent coaching) is viewed as a new paradigm of training process management that combines pedagogical, psychophysiological, biomechanical, and information-analytical components. Its essence lies in the use of innovative technologies to objectify control, individualize training loads, and increase the efficiency of interaction between coach and athlete.

Within the framework of Smart-Coaching, a synergy between human and technology occurs, where the coach assumes the roles of analyst, facilitator, and sports data manager. Digital sensor systems (Catapult, Polar Team System, WHOOP), analytical platforms (Smartabase, Kinduct, Kitman Labs), and machine-learning algorithms form an integrated information environment for real-time monitoring of athletes' functional states.

Of particular importance is the implementation of virtual and augmented reality (VR/AR) technologies, which provide the simulation of game and extreme situations without physical overload. Technological solutions such as Rezzil, Beyond Sports, and Beat Saber create conditions for cognitive training, developing choice reaction, spatial orientation, and decision-making speed. In this context, Smart-Coaching transcends the boundaries of traditional physical preparation, evolving into a cognitive-analytical learning system that reflects the transformation of sport in the era of digital intelligence.

An important component of Smart-Coaching is the gamification of the training process, which is based on the neuropsychological mechanisms of motivation. Interactive LED platforms (FitLight, BlazePod) help maintain a high level of athletes' emotional engagement by activating the dopaminergic pathways of the brain and reducing cortisol levels, thereby enhancing adaptive stability.

Smart-Coaching also involves controlled recovery through the use of cryotherapeutic and pneumatic compression systems, sleep monitoring technologies, floating capsules, and programmable massage devices. This establishes a new paradigm of rehabilitation and recovery support, where rest is regarded as an active and purposeful phase of the training cycle rather than a passive interruption of work.

From a scientific perspective, Smart-Coaching can be interpreted as a model of adaptive management of the sports process, grounded in the principles of evidence-based practice, bioinformatic integration, and personalized approach. Its implementation marks a shift from an empirical style of coaching to a systemic and analytical model, in which decisions are made based on multifactorial data.

Thus, the innovative technologies of future sport not only transform the role of the coach but also shape a new type of sporting culture – one that is intellectual, adaptive, and technologically enhanced, where efficiency is determined not by the number of repetitions but by the quality of decisions.

Keywords: Smart-Coaching, digital technologies in sport, gamification, adaptive training management, evidence-based coaching, bioinformatic integration, athlete monitoring, cognitive training, recovery technologies



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-46-IECSES-8th-401-FC-TB-KY-SG

Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spor İyi Oluş ve Motivasyonel Kararlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Kütahya İli Örneği

Sıtkı Can PEKİN¹, Erdal DEMİR², Oğuzhan YÜKSEL¹, Aydın ŞENTÜRK¹

¹Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitimi Enstitüsü, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya,

²Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale,

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, ortaöğretim öğrencilerinin rekreasyonel spor iyi oluşu ve motivasyonel kararlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Çalışmanın evrenini Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur. 2024–2025 öğretim yılında Kütahya ilindeki okullardan basit rastlantısal örnekleme ile seçilen 1.858 öğrenci (n=1.030 kız; n=828 erkek) araştırmaya dâhil edilmiştir. Rekreasyonel spor iyi oluş, Pi ve ark. (2022) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması/psikometrik doğrulaması Koç (2022) tarafından yapılan Rekreasyonel Spor İyi Oluş Ölçeği (RSİÖÖ) ile değerlendirilmiştir. Normallik varsayımı Kolmogorov–Smirnov testiyle doğrulandıktan sonra, karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılmış, anlamlılık düzeyi p. Bulgular; yaş, cinsiyet, spor yapma süresi (yıl), baba eğitim durumu, okul türü ve gelir düzeyi değişkenlerine göre RSİÖÖ'nün fiziksel ve zihinsel sağlık, yaşam doyumu, pozitif duygu ve toplam iyi oluş alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir. Motivasyonel kararlılık açısından ise yaş, baba eğitim durumu, gelir düzeyi ve spor yapma süresi değişkenlerine göre uzun vadeli hedefleri sürdürme, mevcut hedefleri izleme, ulaşılamayan hedefleri yeniden deneme ve toplam puan alt boyutlarında anlamlı farklılaşma saptanmıştır. Genel olarak, yaş, gelir düzeyi ve spor yapma süresi arttıkça rekreasyonel iyi oluş ve motivasyonel yeterlik düzeylerinin olumlu yönde yükseldiği belirlenmiştir. Bulgular, özellikle sosyoekonomik imkânları sınırlı öğrenciler için okul temelli, sürdürülebilir spor katılımını artıran programların hem iyi oluşu hem de uyumlu motivasyon süreçlerini desteklemede önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler:Motivasyon, Orta Öğretim Öğrencileri, Rekreasyonel Spor İyi Oluş

Examination of Sport Well-Being and Motivational Determination of Secondary Education Students According to Various Variables: The Case of Kütahya Province

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine secondary school students' recreational sports well-being and motivational persistence levels according to various variables. The study population consisted of students enrolled in secondary education institutions affiliated with the Ministry of National Education. A total of 1,858 students (n=1,030 female; n=828 male) selected from schools in



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Kütahya province through simple random sampling during the 2024–2025 academic year were included in the study. Recreational sports well-being was assessed using the Recreational Sports Well-Being Scale (RSWBS) developed by Pi et al. (2022) and adapted/psychometrically validated in Turkish by Koç (2022). After confirming the normality assumption with the Kolmogorov–Smirnov test, independent samples t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used for comparisons, with a significance level of $p < .05$.

Keywords: Motivation, Recreational Sports Well-Being, Secondary School Students



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-47-IECSES-8th-1051-FC-TB-KY-SG

Conceptual Foundations of the Kodokan Pedagogical System as an Innovative Model of Moral and Ethical Education

Vladyslav Zhuravko, Valeria Tyshchenko

Zaporizhzhia National University, Zaporizhzhia National University

ABSTRACT

This study explores the conceptual foundations of the Kodokan pedagogical system as an innovative model of moral and ethical education. Developed by Jigoro Kano in 1882, the Kodokan system transcends traditional sport training by integrating physical, intellectual, and moral development. Kano viewed judo not only as a martial art but also as a pedagogical method aimed at cultivating character, discipline, and respect through the principles of seiryoku zenyo (maximum efficient use of energy) and jita kyoei (mutual welfare and benefit). The study employs historical-genetic and comparative-historical methods to reveal the systemic structure and educational potential of Kodokan. The analysis demonstrates that Kano's approach represents an innovative synthesis of Eastern philosophy and modern educational thought, transforming sport into a means of moral formation and social harmony. The Kodokan model offers valuable insights for contemporary pedagogy, emphasizing the role of physical education in developing ethical values, emotional intelligence, and holistic personal growth.

Keywords: Kodokan, Jigoro Kano, judo, pedagogical system, humanistic pedagogy, physical education



Individualization Of Motor Learning And Feedback In Teaching Swimming To School-Age Children

Oleksandr Liashenko , Valeria Tyshchenko

Zaporizhzhia national university, Ukraine

Zaporizhzhia national university, Ukraine

ABSTRACT

Modern approaches to physical education increasingly emphasize the importance of individual differences in children's motor learning processes. In swimming, where the sensory environment is fundamentally different from land-based sports, understanding how children perceive, process, and respond to feedback becomes crucial. The water environment alters sensory input—vision and hearing are limited, proprioception is distorted—and therefore the success of teaching largely depends on how well the instructor can individualize learning and feedback.

The aim of this paper is to explore how personalized feedback and practice organization can enhance motor learning in school-age swimmers. The study draws upon the theoretical framework of Schmidt and Lee's (2019) schema theory, Magill's (2011) insights on motor control, and neurophysiological models by Wolpert and Kawato (1998). It also integrates pedagogical findings by Wulf and Lewthwaite (2016), Shea and Morgan (1979), and Salmoni, Schmidt, and Walter (1984).

According to schema theory, children do not simply imitate movement patterns; instead, they develop internal motor schemas—flexible models that help predict and adjust performance. Errors play an essential role in this process: they serve as information for future correction rather than as failures to be avoided. Therefore, the teacher's role shifts from preventing mistakes to helping children interpret and learn from them. This understanding supports a more exploratory and self-directed form of practice.

From a neurophysiological standpoint, learning is guided by internal "forward models" (Wolpert & Kawato, 1998) that predict the sensory outcomes of movement. When a teacher provides feedback at the right moment and in the right amount, these predictions are strengthened, enabling the learner to self-correct more effectively. However, excessive or overly detailed feedback can create dependency, leading children to rely on the teacher rather than on their internal cues. Studies by Salmoni et al. (1984) demonstrate that too frequent feedback may impair long-term retention. In swimming instruction, a practical solution is the use of bandwidth feedback, where the coach intervenes only when errors exceed a tolerable threshold. This approach nurtures self-awareness and independence—qualities essential for confident movement in water.

Another critical aspect of individualization is recognizing sensory and attentional differences among children. Wulf and Lewthwaite (2016) have shown that attentional focus significantly influences motor performance. Some learners respond better to external cues such as "push the water behind you," while others rely on internal sensations, like "feel the pressure on your hand." Adapting language and feedback style to each child's perceptual type accelerates progress and improves confidence.

Equally important is how practice itself is structured. Research by Shea and Morgan (1979) compared blocked and random practice and found that random practice enhances long-term



retention, though it may initially feel more difficult. For young swimmers, the optimal approach is a gradual transition: beginning with blocked practice to build confidence and then introducing variability to promote adaptability. Such progression develops both stability and flexibility in motor control.

Based on these principles, a practical four-step model for individualized instruction can be proposed: (1) assess each child's sensory and attentional profile; (2) adjust practice structure and verbal cues accordingly; (3) gradually reduce external feedback as autonomy grows; and (4) integrate reflection, encouraging children to verbalize what felt effective or not. This model bridges theory and practice, providing a flexible framework applicable to various school swimming programs.

In pedagogical terms, individualization represents more than a technique—it is a philosophy of teaching. It redefines the teacher not as a controller but as a designer of learning experiences. As Wulf (2016) emphasizes, supporting autonomy and intrinsic motivation enhances both performance and enjoyment. When children are guided rather than controlled, they develop curiosity, confidence, and long-term engagement with physical activity.

In conclusion, the individualization of motor learning and feedback transforms swimming lessons into a process of discovery rather than mere repetition. It cultivates technical proficiency alongside emotional resilience and self-awareness. When children understand not only how to perform a movement but why it matters, they become active participants in their own learning. Ultimately, the goal of swimming education extends beyond skill acquisition—it is about fostering confidence and independence, both in the water and in life.

Keywords: Individualization, School-age children, Neurophysiology, Motor learning



2025-49-IECSES-8th-1052-FC-TB-KY-SG

THE INFLUENCE OF CHESS PROGRAMS AND COMPUTERS BASED ON ARTIFICIAL INTELLIGENCE ON THE COMPETITIVE PROPERTIES OF LEARNING THE GAME OF CHESS

Oleksandr Prokhorov, Lana Afandiyeva

Ivan Bobersky Lviv State University of Physical Culture , Lviv, Ukraine, FIDE Chess Arbiter

ABSTRACT

With more unique games than atoms in the universe, chess has always been a hallmark of human intelligence. However, at a historic moment when world-renowned grandmaster Garry Kasparov was defeated by Deep Blue, chess engines demonstrated their power over human intelligence. This article examines the impact of computer engines such as Deep Blue, StockFish, and AlphaZero on the learning capabilities of chess, considering their advantages and disadvantages in shaping the playing landscape. The analysis shows that while chess engines have greatly improved the game of chess, they have also created challenges for human creativity and strategic thinking. By relying on engine-generated moves, players risk losing their individuality and turning chess into a memorization exercise. However, it is argued that strategic collaboration between human intelligence and computing power can yield optimal results in a technologically advanced chess era. The study's findings highlight the importance of integrating engine assistance with human cognition, emphasizing the need for players to use engines as tools, not as a replacement for critical thinking. By using engines to analyze, prepare, and test ideas, players can improve their understanding of the game and explore new possibilities. Moreover, engines have played a crucial role in bringing a wider audience to chess, leading to increased participation and an overall higher level of play.

Keywords: chess



2025-50-IECSES-8th-1054-FC-TB-KY-SG

Enhancing Athletic Preparation in Team Sports Through Digital Monitoring and Data Analytics

Hennadii Kotulai, Valeria Tyshchenko

Zaporizhzhia National University, Department of Theory and Methodology of Physical Culture and Sports,
Zaporizhzhia, UKRAINE

Zaporizhzhia National University, Department of Theory and Methodology of Physical Culture and Sports,
Zaporizhzhia, UKRAINE

ABSTRACT

Contemporary athletic competition demands highly coordinated and effective training regimens, particularly within dynamic team sports. This research explores an innovative method for training optimization by leveraging digital technologies for comprehensive athlete monitoring. These technological tools—including custom mobile and web software and will assist coaches and athletes with precise, immediate metrics on both physical and psychological readiness. The core objective is to design and validate a personalized, real-time data analytics framework to refine the preparation process for players. This framework should not only optimize the training process, but also reduce injury risk. This study is structured in three practical phases: 1. System Creation: Developing a platform to capture and secure daily input regarding key physiological data (e.g., body composition, recovery quality) and subjective psychological states. 2. Empirical Data Gathering and statistical modeling: Collecting substantial, longitudinal datasets through consistent athlete engagement with the monitoring system over a designated training cycle. Performing deep data analysis to uncover measurable correlations between collected metrics and on-field performance outcomes, identifying specific factors that predict success. The final phase involves establishing individualized analytical models based on unique player profiles, including physiological status and psychological readiness, which are specifically engineered to predict potential critical issues, such as acute fatigue, signs of over-training, and specific injury risk profiles. Analytical models will be verified using new, real-world data obtained during active training and competition. This crucial continuous assessment ensures the models accuracy and reliability, providing coaches with the capability to perform real-time, objective adjustments to training loads. That ensures that athletes are always training at their most beneficial intensity. This leads directly to increased training effectiveness and optimized skill acquisition. Since the predictive models actively forecast critical issues like acute fatigue and specific injury risk profiles, the real-time adjustments provide a critical safety net. The ultimate result is a significant mitigation of injury risk and overtraining in high-stakes team environments. In sum, this IT-based approach translates comprehensive monitoring into proactive, individualized strategy, leading directly to increased training effectiveness, optimized performance development, and a significant mitigation of injury risk in high-stakes team environments.

Keywords: Team sports, Training optimization, Digital monitoring, Athletic preparation, Data analytics



2025-51-IECSES-8th-1055-FC-TB-KY-SG

Smart Control of Special Readiness in Elite Sports

Heorhii Shnits, Valeria Tyshchenko

Zaporizhzhia National University, Zaporizhzhia National University

ABSTRACT

The dynamics of elite sport increasingly depend not on the quantity of training, but on the intelligence of control. Modern preparation systems must go beyond mechanical load management and evolve into smart ecosystems that integrate data, context, and human adaptability. Within this paradigm, special readiness becomes a multidimensional construct – a synthesis of technical precision, physiological stability, cognitive regulation, and emotional sustainability. The athlete is no longer just an executor of plans but a co-creator of his or her own adaptive profile.

The concept of Smart Control proposes a shift from traditional monitoring to interactive regulation, where technological feedback, pedagogical reasoning, and biological logic form a unified system of decision-making.

The methodological framework of smart control relies on the complex integration of monitoring tools – biomechanical, psychophysiological, and pedagogical – interpreted through an adaptive algorithm rather than linear assessment.

Key indicators of special readiness include: technical efficiency (movement accuracy, coordination economy, motor stability); functional reactivity (heart rate dynamics, oxygen utilization, recovery kinetics); cognitive control (decision-making speed, situational anticipation, self-regulation); psychophysiological balance (stress tolerance, emotional consistency, motivation). Data collection was carried out through digital analytics, field testing, and real-time feedback systems. The interpretive model emphasized interconnections over isolated results, transforming raw metrics into a holistic readiness profile.

The implementation of smart control technologies revealed several consistent effects. Athletes demonstrated improved efficiency-to-load ratio, meaning stable progress with lower physiological cost. Technical actions became more automated yet consciously regulated; the variability of performance decreased without suppressing creativity. Adaptive balance between intensity and recovery increased readiness consistency and reduced functional fatigue. Moreover, coaches reported qualitative changes in communication: feedback loops became shorter, understanding deeper, and motivation more intrinsic. The system shifted from “reactive correction” to predictive adaptation, where the athlete anticipates, rather than reacts to, performance demands.

Smart control transforms the training process into a self-organizing ecosystem of precision and awareness. It humanizes technology and technologizes pedagogy. Every action has a purpose, every metric – a meaning. The balance between scientific accuracy, biological logic, and pedagogical culture defines not only the athlete’s readiness, but also the maturity of the system itself. In elite sport, the highest form of control is not supervision – it is understanding. And true readiness begins where chaos ends – in the harmony of structured simplicity.

Keywords: performance monitoring; adaptive training; biomechanical analysis; psychophysiological balance; cognitive regulation



Physical Preparation: The Engine of Adaptation

Oleksandr Veritov, VALERIA TYSHCHENKO

Zaporizhzhia National University, Zaporizhzhia National University

ABSTRACT

Physical preparation in elite sport is not about lifting heavier – it's about building a body that thinks before it moves. Modern training refines neural accuracy, metabolic flexibility, controlled aggression. The athlete becomes a system of intelligent energy, each session a recalibration of rhythm, resilience, and reaction. The goal is not to survive the load, but to transform it into efficiency.

Adaptation is not chaos – it's an algorithm of balance. Every stimulus triggers a biological dialogue: load → fatigue → recovery → growth. Smart training doesn't chase exhaustion; it designs response. Sensors track reactions, coaches read the signals, and athletes learn to steer their own recovery curve. This is where data meets intuition » where control becomes creativity.

Smart Control integrates technology, biology, and coaching logic into one living ecosystem of precision. Data alone mean nothing – until interpreted by human insight. Analytics reveal patterns; intuition gives them direction. The future of elite sport lies in adaptive intelligence, where sensors, software, and psychology speak one language.

Behind every smart system stands a smarter human. The coach reads between the numbers – the athlete feels beyond the metrics. Pedagogical intelligence means guiding, not commanding; transforming data into dialogue, mistakes – into growth. True mastery is emotional literacy under pressure. It's the handshake between science and empathy – logic and trust.

Readiness is not a moment – it's a living ecosystem. Physiology, cognition, recovery, and emotion – all sync through feedback and purpose. Smart control transforms training into a self-organizing process, where chaos becomes rhythm and rhythm becomes performance. Every element – from data to mindset works toward one goal: sustainable excellence.

Smart Control is not a system – it's a philosophy. A way of aligning data with intuition, movement with meaning.

The future of elite sport belongs to those who understand that precision is power, and awareness is evolution. Every metric has a heartbeat. Every action – a purpose. Every pause – a plan.

Keywords: intelligent energy, neural accuracy, metabolic flexibility, adaptive intelligence, ECOSYSTEM OF READINESS



USE OF 1,2,4-TRIAZOLE DERIVATIVES FOR MEDICAL AND BIOLOGICAL SUPPORT OF ATHLETES

Krasko Mykola ,Tyshchenko Valeria

Zaporizhzhia State Medical and Pharmaceutical University, Zaporizhzhia National University

ABSTRACT

Modern professional and amateur sports require athletes to maintain quick reactions, endurance, and efficient recovery. Even with the active use of approved nutraceuticals and certain pharmacological agents, sports medicine continues to search for new bioactive compounds that can enhance recovery and protect the cardiovascular, nervous, and immune systems during extreme loads. Pharmacological support also helps prevent injuries and overtraining. However, all substances used in this context must comply with World Anti-Doping Agency (WADA) regulations. Despite growing interest in this topic, systematic research on the effectiveness of bioactive compounds in sports remains limited.

Our goal was to scientifically justify the use of 1,2,4-triazole derivatives in athletes' training programs to restore physiological functions, improve decision-making, emotional stability, and adaptability during rapidly changing game conditions.

The key mechanism of Thiotriazoline is its strong antioxidant effect.

It restores the activity of antioxidant enzymes such as glutathione peroxidase and superoxide dismutase, which neutralize reactive oxygen species and protect proteins from oxidative damage. Thiotriazoline also increases reduced glutathione levels, helping regulate redox-dependent gene expression and decrease the synthesis of pro-inflammatory mediators like lipoxygenase and cyclooxygenase. In this way, it maintains enzyme activity, supports transcriptional balance, and preserves cellular integrity under stress.

Thiotriazoline activates mitochondrial enzymes, enhances oxidative phosphorylation, and boosts ATP production. This reduces lactate accumulation in muscles during intense exercise, improving endurance and delaying fatigue.

The compound strengthens the body's antioxidant defenses and protects cells from free radicals that accumulate during intensive training and competitions. Such effects contribute to faster recovery and reduced oxidative stress in active athletes.

Thiotriazoline can be used:

- during pre-competition preparation,
- in periods of intense training, and
- in post-competition recovery.

It acts as a hepatoprotective, immunomodulatory, and endothelial-protective agent, helping restore physiological balance after heavy exertion.

Pharmacological support using 1,2,4-triazole derivatives should always be medically justified and prescribed by a sports medicine physician. We propose several practical schemes for Thiotriazoline use:

- Pre-competition course to prepare the body for stress,



- Post-competition recovery,
- Fatigue management, and
- Maintenance therapy during long training cycles.

Experimental and clinical evidence confirms the multifaceted mechanism of action of Thiotriazoline. It can be regarded as a promising pharmacological tool for:

- enhancing performance,
- accelerating recovery,
- preventing overtraining, and
- protecting the cardiovascular, nervous, and immune systems.

Therefore, its rational use may contribute to safer and more effective medical-biological support in team sports.

Keywords: bioactive compounds; thiotriazoline (1,2,4-triazole); x biomedical support; performance; recovery; team sports



Spor Bilimleri Öğrencilerinin Narsistik Kişilik Özellikleri ve Sportmenlik Yönelimi Düzeylerinin İncelenmesi

Onur AKYÜZ, Emine İLĞAR

Ankara Üniversitesi, Ankara Üniversitesi

Öz

Bu araştırmanın amacı spor bilimleri fakültesinde eğitim gören üniversite öğrencilerinin narsistik kişilik özellikleri ve sportmenlik yönelimi düzeylerinin incelenmesidir. Betimsel tarama modeline uygun olarak düzenlenecek bu çalışmanın örneklemini; 2025-2026 eğitim öğretim yılında, Ankara ilindeki Yüksek Öğretim Kurumu'na bağlı üniversitelerde öğrenim gören 123'ü kadın, 164'ü erkek olmak üzere toplam 287 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmaya ilişkin veriler; Ames ve ark (2006) tarafından geliştirilen ve Atay (2009) tarafından uyarlanan 16 madde ve 6 alt boyuttan oluşan Narsistik Kişilik Envanteri ve Vallerand ve ark (1997) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Balçıkınlı (2010) tarafından yapılan 20 madde 4 alt boyutlu Çok Boyutlu Sportmenlik Yönelimi Ölçeği ile araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu ile elde edilmiştir. Elde edilen veriler normal dağılım göstermesinden kaynaklı parametrik testler uygulanmıştır. Yapılan incelemeler sonucunda; erkek öğrencilerin narsistik kişilik özelliklerinin kadın öğrencilerden daha yüksek olduğu ve kadın öğrencilerin sportmenlik yönelimlerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Kulüp üyesi öğrencilerin NKE düzeyleri kulüp üyesi olmayan öğrencilerden daha yüksektir. Kulüp üyesi olmayan öğrencilerin sportmenlik yönelimleri kulüp üyesi olan öğrencilerden yüksektir. Spor yapan öğrencilerin NKE düzeyleri spor yapmayanlardan daha yüksektir. 4. Sınıf öğrencilerinin NKE düzeyleri diğer tüm sınıf öğrencilerinden daha yüksektir. Yöneticilik bölümü öğrencilerinin NKE düzeyleri öğretmenlik ve antrenörlük öğrencilerinden daha yüksektir. Araştırma sonucunda, öğrencilerin narsistik kişilik eğilimleri ve sportmenlik yönelimlerinin cinsiyet, spor yapma durumu, kulüp üyeliği, sınıf düzeyi ve bölüm değişkenlerine göre anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri Öğrencileri, Narsisizm, Sportmenlik Yönelimi

An Examination of Narcissistic Personality Traits and Sportsmanship Orientation Levels of Sports Sciences Students

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the narcissistic personality traits and sportsmanship orientation levels of university students studying at the Faculty of Sport Sciences. The sample of this study, which will be designed in accordance with the descriptive survey model, consists of 287 university students, 123 female and 164 male, studying at universities affiliated with the Council of Higher Education in Ankara during the 2025-2026 academic year. Data for the study were obtained using the Narcissistic Personality Inventory (16 items and 6 subdimensions), developed by Ames et al. (2006) and adapted by Atay (2009), the Multidimensional Sportsmanship



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Orientation Scale (20 items and 4 subdimensions), developed by Vallerand et al. (1997) and adapted into Turkish by Balçıklanlı (2010), and a demographic information form prepared by the researcher. Parametric tests were applied to the obtained data due to their normal distribution. As a result of the analyses; Male students were found to have higher narcissistic personality traits than female students, and female students had higher sportsmanship orientations than male students. Students who were club members had higher NCE levels than students who were not club members. Students who were not club members had higher sportsmanship orientations than students who were club members. Students who participated in sports had higher NCE levels than those who did not. 4th-grade students had higher NCE levels than students in all other grades. Management students had higher NCE levels than teaching and coaching students. The study found that students' narcissistic personality tendencies and sportsmanship orientations differed significantly based on gender, sports participation, club membership, grade level, and department variables.

Keywords: Sports Sciences Students, Narcissism, Sportsmanship Orientation



Yedek Kulübesinde Kimlik ve Aidiyet: Takım Sporcularının Görünmeyen Deneyimleri Üzerine Yorumlayıcı Bir İnceleme

Tarkan Havadar

Kafkas Üniversitesi

ÖZ

Amaç: Oynadıkları takımlarında Kadro dışı kalan ya da sınırlı süre alan takım sporcularının kimlik, sosyal bağlılık ve yalnızlık deneyimlerini, sebeplerinin belirlenmesi ve bu sebepleri ortaya koymak; bu deneyimlerin takım iklimi, antrenör iletişimi ve takım içindeki rol netliği üzerinden nasıl biçimlendiğini açıklamaktır.

Yöntem: Nitel desen olarak Yorumlayıcı Analiz kullanılacaktır. Futbol, voleybol ve basketboldan 16–20 sporcu (kadın/erkek, farklı rekabet düzeyi) amaçlı örneklemelerin seçilmesi planlanmıştır. **Veri toplama:** yarı yapılandırılmış derinlemesine görüşmeler (45–75 dk), maç/antrenman izleme, analiz, gözlemleri ve üç haftalık antreman çalışma izleme. Veriler, tematik analiz adımlarıyla çözümlenmesi; sporcu secimi kontrolü, araştırmada farklı veri kaynaklarının kullanılması ve araştırmacı günlüğüyle nitel sağlamlılığın daha güçlenmesi hedeflenmektedir.

Bulgular: Çalışmamızda Ön bulguları için verilen veya görülmeyen emek ve tanınma ihtiyacı, sporcuların aldıkları rol belirsizliği veya antrenör tarafından belirlen rol tasarlama, Antrenörün kurdugum iletişim dili, ve takım göstermiş olduğu adil davranış biçimi, Mikro-liderlik ve takım içinde akran dayanışması, Sporcuların sakatlık sonrası performans düşüşünde yalnızlık temalarında yoğunlaşması beklenmektedir. Çalışma, “yedeklik” deneyimini yalnızlık–aidiyet ekseninde nasıl üreten, azaltan mekanizmaları görünür kılarak literatürdeki boşluğu nitel anlatılarla doldurmayı hedeflemektedir.

Sonuç : Takımlara rol netleştirme protokolleri, tanınma ritüelleri (maç içi/dışı), takım içi akran mentörlüğü ve sakatlık/forma kaybı süreçleri için yeniden entegrasyon kılavuzu önerilmektedir. Bulgular, antrenör eğitiminde geri bildirim adaleti ve kapsayıcı takım iklimine yönelik modüllerin geliştirilmesine zemin sunar.

Anahtar Kelimeler: Takım Spor; Aidiyet; Yalnızlık; Antrenör, İletişimi

Bench Identity and Belonging: An Interpretative Study on the Invisible Experiences of Team Athletes

ABSTRACT

Purpose: The aim of this study is to identify and explain the experiences of identity, social belonging, and loneliness among team athletes who are benched or receive limited playing time. It seeks to determine the underlying reasons for these experiences and to examine how they are shaped by team climate, coach communication, and role clarity.

Method: Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) will be employed as the qualitative research design. A purposive sample of 16–20 athletes (male/female) from football, volleyball, and basketball at different competition levels will be selected. Data will be collected through semi-



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

structured, in-depth interviews (45–75 minutes), match/training shadowing observations, and three-week reflective journals. Data will be analyzed through thematic analysis steps. Triangulation through athlete selection control, the use of multiple data sources, and the researcher’s reflective diary will enhance the study’s qualitative trustworthiness.

Findings: Preliminary findings are expected to highlight themes such as the need for recognition and invisible labor, role ambiguity or coach-defined role construction, the communication language established by the coach, perceived fairness within the team, micro-leadership and peer solidarity, and feelings of loneliness following injury-related performance decline. The study aims to fill a gap in the literature by revealing how the “substitute experience” produces or mitigates loneliness and belonging mechanisms through rich qualitative narratives.

Conclusion: The study recommends developing role-clarification protocols, recognition rituals (in- and off-field), peer-mentoring structures, and reintegration guidelines for injury or loss-of-form processes. The findings will provide a basis for creating modules in coach education programs that focus on feedback fairness and inclusive team climates.

Keywords: Team Sports; Belonging; Loneliness; Coach; Communication



Zombie Scrolling” ve “Brain Rot” Kavramlarının Spor Bağlamındaki Yansımaları: Kavramsal Bir İnceleme

Berkay Karagöz, Fatih Harun Turhan, Mehmet Ali Öztürk

Karabük Üniversitesi, Karabük Üniversitesi, Karabük Üniversitesi,,,,,

ÖZ

Bu çalışma, dijital çağın dikkat çeken kavramlarından “zombie scrolling” (zombi kaydırma) ve “brain rot” (beyin çürümesi) olgularını spor bağlamında kavramsal olarak incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırmada herhangi bir birincil veri toplanmamış, mevcut literatürde son dönemde öne çıkan çalışmalar değerlendirilmiştir. Literatür taraması sonucunda, bu kavramların özellikle genç sporcular açısından dikkat dağınıklığı, zihinsel yorgunluk, yürütücü işlevlerde bozulma ve karar verme süreçlerinde zayıflama gibi risklerle ilişkili olabileceği görülmüştür. Bu bulgular, antrenman verimliliği, müsabaka sırasındaki karar kalitesi ve uzun vadeli zihinsel sağlık açısından kritik bir önem taşımaktadır. İncelenen çalışmalardan elde edilen sonuçlar, sporcular için dijital hijyenin yalnızca ekran süresinin sınırlandırılmasıyla sınırlı olmadığını; dikkat yönetimi, öz-düzenleme ve farkındalık becerileriyle desteklenmesi gerektiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca, kavramların sporcu performansına etkilerini ortaya koyan doğrudan araştırmaların sınırlı olduğu, bu nedenle deneysel çalışmalara ihtiyaç duyulduğu belirlenmiştir. Genel olarak, “zombie scrolling” ve “brain rot”un sporcular açısından potansiyel risk faktörleri olduğu; spor psikolojisi ve performans bilimlerinde disiplinlerarası araştırmalarla daha derinlemesine incelenmesi gerektiği vurgulanmaktadır.

Anahtar Kelimeler:Zombie scrolling, brain rot, dijital hijyen, spor psikolojisi, dikkat dağınıklığı

Reflections of the Concepts of “Zombie Scrolling” and “Brain Rot” in the Context of Sports: A Conceptual Review

ABSTRACT

This study aims to conceptually examine the phenomena of "zombie scrolling" and "brain rot," two prominent concepts of the digital age, within the context of sports. No primary data was collected for this study; instead, it evaluated recent prominent studies in the existing literature. The literature review revealed that these concepts may be associated with risks such as distraction, mental fatigue, impaired executive function, and impaired decision-making, particularly for young athletes. These findings are critical for training efficiency, decision quality during competition, and long-term mental health. The results of the reviewed studies suggest that digital hygiene for athletes is not limited to limiting screen time; it should be supported by attention management, self-regulation, and mindfulness skills. Furthermore, it was determined that direct research demonstrating the effects of these concepts on athlete performance is limited, thus necessitating further experimental studies. Overall, it is emphasized that "zombie scrolling" and "brain rot" are potential risk factors for athletes and should be examined more thoroughly through interdisciplinary research in sports psychology and performance sciences.

Keywords:Zombie scrolling, brain rot, digital hygiene, sports psychology, distraction



2025-58-IECSES-8th-1058-FC-TB-KY-SG

Sporda Phygital Deneyim: Fiziksel ve Dijitalin Kesişimi Üzerine Bir Derleme

Berkay Karagöz, Fatih Harun Turhan, Mehmet Özkeskin

Karabük Üniversitesi, Karabük Üniversitesi, Dumlupınar Üniversitesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, fiziksel ve dijital boyutların kesişiminde ortaya çıkan *phygital deneyim* kavramını farklı disiplinlerde ele almak ve kavramın çok boyutlu etkilerini bütüncül bir bakış açısıyla ortaya koymaktır. Çalışmada 2021–2025 yılları arasında yayımlanan literatür incelenmiş, spor, perakende, turizm, espor, kültürel girişimler ve çalışma ortamları gibi farklı bağlamlarda phygital uygulamaların etkileri değerlendirilmiştir. İnceleme sürecinde phygital deneyim kavramına doğrudan katkı sunan çalışmalar önceliklendirilmiştir. Literatür bulguları, phygital uygulamaların spor alanında gençlerin fiziksel aktiviteye katılımını ve uygunluğunu artırdığını; etkinlik pazarlamasında marka değeri ve hizmet kalitesini güçlendirdiğini göstermektedir. Perakende bağlamında fiziksel mağazalar ile dijital platformların entegrasyonu müşteri yolculuğunu yeniden tanımlarken, turizm ve kültürel girişimlerde sosyal etkileşim, mekânsal davranış ve değer yaratma süreçlerine katkı sunduğu görülmektedir. Ayrıca XR tabanlı phygital çalışma ortamlarının karbon ayak izi azaltımı ve sürdürülebilirlik hedefleriyle ilişkilendirildiği dikkat çekmektedir. Phygital deneyimlerin yalnızca ticari kazanç sağlayan araçlar olmaktan öte; erişilebilirlik, etik, veri güvenliği, toplumsal fayda ve sürdürülebilirlik bağlamında stratejik bir potansiyel sunduğu anlaşılmaktadır. Çalışma, literatürde kavramsal sınırların netleşmesi, uzun dönemli araştırmaların artırılması ve çok boyutlu ölçüm araçlarının geliştirilmesi gerekliliğini vurgulamaktadır. Bu yönüyle araştırma, hem akademik literatüre katkı sağlamak hem de uygulayıcılara farklı bağlamlarda yol gösterici öneriler sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler:Phygital deneyim, phygital entegrasyon, spor, perakende ve turizm, sürdürülebilirlik, dijital dönüşüm

Phygital Experience in Sports: A Review of the Intersection of the Physical and the Digital

ABSTRACT

The aim of this research is to address the concept of phygital experience, which emerges at the intersection of physical and digital dimensions, in different disciplines and to reveal the multidimensional effects of the concept from a holistic perspective. In this study, literature published between 2021 and 2025 was reviewed and the effects of phygital applications in different contexts such as sports, retail, tourism, esports, cultural initiatives and work environments were evaluated. In the review process, studies that directly contribute to the concept of phygital experience were prioritized. Literature findings show that phygital applications increase the participation and compliance with physical activity among young people in sports and strengthen brand value and service quality in event marketing. While the integration of physical stores and digital platforms redefines the customer journey in the retail context, it is seen that they contribute to social interaction, spatial behavior, and value creation processes in tourism and



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

cultural initiatives. It is also noteworthy that XR-based phygital work environments are associated with carbon footprint reduction and sustainability goals. Phygital experiences are more than just tools for commercial gain; It appears to offer strategic potential in terms of accessibility, ethics, data security, societal benefit, and sustainability. The study highlights the need to clarify conceptual boundaries in the literature, increase long-term research, and develop multidimensional measurement tools. In this respect, the research contributes both to the academic literature and offers guidance for practitioners in various contexts.

Keywords:Phygital experience, phygital integration, sports, retail and tourism, sustainability, digital transformation



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-59-IECSES-8th-1058-FC-TB-KY-SG

Teknoloji Destekli Hareket Eğitimi: Dijital ve Sanal Ortamlarda Katkılar ve Sınırlılıklar

Mehmet Ali Öztürk, Fatih Harun Turhan, Mehmet Özkeskin

Karabük Üniversitesi, Karabük Üniversitesi, Dumlupınar Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışma, teknoloji destekli hareket eğitiminin dijital ve sanal ortamlardaki rolünü inceleyen bir derleme niteliğindedir. Google Scholar, PubMed, Scopus ve Web of Science veri tabanlarında yapılan tarama sonucunda konuya ilişkin güncel araştırmalar değerlendirilmiştir. İncelenen araştırmaların bulguları, dijital teknolojilerin hareket eğitiminde öğrenci motivasyonunu, dikkatini ve öğrenme sürecine katılımını artırdığını; VR, AR ve giyilebilir cihazların performans gelişimi ve pedagojik refleksiyon becerileri üzerinde önemli katkılar sağladığını ortaya koymaktadır. Ayrıca özel gereksinimli bireylerin eğitiminde dijital araçların kapsayıcı bir yaklaşım sunduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte erişim, eşitlik, öğretmen yeterliliği ve veri gizliliği gibi sınırlılıklar, teknolojinin eğitimde tam kapasiteyle kullanılmasının önünde engel oluşturmaktadır. Sonuç olarak, gelecekte yapılacak çalışmaların daha kapsayıcı, sürdürülebilir ve pedagojik açıdan dengeli modeller geliştirmesi; uygulamada ise öğretmen eğitim programlarının güçlendirilmesi ve dijital altyapının iyileştirilmesi kritik öneme sahiptir.

Anahtar Kelimeler: Teknoloji destekli hareket eğitimi, dijital eğitim, sanal gerçeklik (VR), giyilebilir teknolojiler, beden eğitimi

Technology-Assisted Movement Education: Contributions and Limitations in Digital and Virtual Environments

ABSTRACT

This study is a compilation examining the role of technology-supported movement education in digital and virtual environments. A search of Google Scholar, PubMed, Scopus, and Web of Science databases evaluated current research on the topic. The findings of the reviewed studies reveal that digital technologies increase student motivation, attention, and engagement in the learning process in movement education, while VR, AR, and wearable devices significantly contribute to performance improvement and pedagogical reflection skills. Furthermore, it was determined that digital tools offer an inclusive approach in educating individuals with special needs. However, limitations such as access, equity, teacher competence, and data privacy prevent the full use of technology in education. Consequently, future studies should develop more inclusive, sustainable, and pedagogically balanced models, while strengthening teacher education programs and improving digital infrastructure are critical for implementation.

Keywords: Technology-supported movement education, digital education, virtual reality (VR), wearable technologies, physical education



Sanal Gerçeklik Teknolojisinin Spor, Rehabilitasyon Ve Müzecilikteki Uygulamaları: Bir Derleme

Mehmet Ali Öztürk, Berkay Karagöz, Mehmet Özkeskin

Karabük Üniversitesi, Karabük Üniversitesi, Dumlupınar Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışma, sanal gerçeklik (VR) teknolojisinin spor, rehabilitasyon ve müzecilik alanlarındaki uygulamalarını inceleyen bir derlemedir. VR, kullanıcılara üç boyutlu dijital ortamlarda etkileşim imkânı sağlayarak farklı alanlarda yenilikçi çözümler sunmaktadır. Spor alanında VR; motor becerilerin geliştirilmesi, stratejik karar alma süreçlerinin desteklenmesi ve antrenmanların risksiz biçimde simüle edilmesi gibi katkılar sağlamaktadır. Rehabilitasyonda ise hastaların motivasyonunu artırmakta, güvenli egzersiz imkânı sunarak tedavi süreçlerini hızlandırmaktadır. Müzecilikte VR, kültürel mirasın dijital ortamlarda geniş kitlelere ulaştırılmasına ve ziyaretçi deneyimlerinin zenginleşmesine olanak tanımaktadır. Bununla birlikte, özellikle sanal spor müzeleri konusunda literatürdeki araştırmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu durum, spor tarihinin dijitalleştirilmesi ve spor kültürünün aktarılması açısından önemli bir boşluğa işaret etmektedir. Çalışma, VR'nin söz konusu üç alandaki potansiyelini ortaya koymakta ve gelecekte yapılacak araştırmalara yönelik öneriler sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler:Sanal Gerçeklik (VR), Spor Rehabilitasyonu, Sanal Müzeler, Spor Performansı, Dijital Kültürel Miras

Applications of Virtual Reality Technology in Sports, Rehabilitation and Museology: A Review

ABSTRACT

This study is a review examining the applications of virtual reality (VR) technology in sports, rehabilitation, and museology. VR offers innovative solutions in various fields by enabling users to interact in 3D digital environments. In sports, VR contributes to the development of motor skills, support for strategic decision-making, and facilitates risk-free training simulation. In rehabilitation, it increases patient motivation and accelerates treatment processes by providing safe exercise opportunities. In museology, VR enables the digital delivery of cultural heritage to a wider audience and enriches visitor experiences. However, research in the literature, particularly on virtual sports museums, is limited. This points to a significant gap in the digitalization of sports history and the transmission of sports culture. The study demonstrates the potential of VR in these three areas and offers suggestions for future research.

Keywords:Virtual Reality (VR), Sports Rehabilitation, Virtual Museums, Sports Performance, Digital Cultural Heritage



2025-62-IECSES-8th-937-FC-TBKY-SG

Halk Oyunları Eğitiminin Çocukların Sosyal Gelişimine Katkısı

Cansu SELECİLER

Bayburt Üniversitesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, İstanbul ili Bağcılar ilçesinde Bilgi Evleri bünyesinde halk oyunları eğitimi alan 12–16 yaş arası öğrencilerin sosyal gelişimlerine bu eğitimin katkısını incelemektir. Halk oyunlarının çocukların sosyal beceri, iletişim, takım çalışması ve kültürel farkındalık düzeylerine etkisi değerlendirilmiştir. Araştırma nicel araştırma yöntemlerinden kesitsel tarama modeliyle yürütülmüştür. Çalışma grubunu 2024–2025 eğitim öğretim yılında Bağcılar Bilgi Evleri’nde düzenli olarak halk oyunları eğitimi alan 84 öğrenci (45 kız, 39 erkek) oluşturmuştur. Veri toplama aracı olarak “Sosyal Beceriler ve Rekreatif Katılım Ölçeği” kullanılmıştır. Elde edilen veriler betimsel istatistikler ve bağımsız örneklem t-testi ile analiz edilmiştir. Araştırma sonuçları, halk oyunları eğitimine düzenli katılım gösteren öğrencilerin sosyal beceri, grup içi iletişim ve özgüven puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğunu göstermiştir ($p<0.05$). Ayrıca kız öğrencilerin empatik iletişim becerilerinde, erkek öğrencilerin fiziksel özgüven puanlarında anlamlı farklılıklar gözlenmiştir. Elde edilen bulgular, halk oyunları eğitiminin çocukların sosyal gelişimini destekleyen önemli bir rekreasyon aracı olduğunu ortaya koymaktadır. Halk oyunları, kültürel değerlerin aktarımını sağlarken aynı zamanda çocukların toplumsal aidiyet ve özgüven düzeylerini artırmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Halk oyunları, çocuk gelişimi, sosyal beceri, rekreasyon yönetimi, kültürel sürdürülebilirlik

The Contribution of Folk Dance Education to the Social Development of Children

ABSTRACT

This study aims to examine the contribution of folk dance education to the social development of children aged 12–16 who receive training within the Knowledge Houses in Bağcılar, Istanbul. The effects of folk dance participation on children’s social skills, communication, teamwork, and cultural awareness were investigated. The research was conducted using a quantitative cross-sectional survey model. The study group consisted of 84 students (45 female, 39 male) who regularly attended folk dance classes during the 2024–2025 academic year at Bağcılar Knowledge Houses. Data were collected through the “Social Skills and Recreational Participation Scale.” Descriptive statistics and independent samples t-tests were applied in data analysis. Results revealed that students who regularly participated in folk dance education had significantly higher scores in social skills, group communication, and self-confidence ($p<0.05$). Moreover, female students showed higher empathic communication skills, while male students exhibited greater physical self-confidence. Folk dance education is an effective recreational tool that supports children’s social development. It not only promotes the transmission of cultural values but also enhances social belonging and self-confidence among participants.

Keywords: Folk dance, child development, social skills, recreation management, cultural sustainability



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-64-IECSES-8th-1061-FC-TB-KY-SG

Spor Yönetiminde Kadın Liderlerin Yükselişi: Türkiye Örneği ve Küresel Perspektif

Nurgül KAYA

Kafkas Üniversitesi

Öz

Bu çalışma, spor yönetiminde kadın liderlerin yükselişini Türkiye örneği üzerinden ele almakta ve küresel gelişmelerle karşılaştırmalı analiz sunmaktadır. Spor yönetimi uzun yıllar erkek egemen bir alan olarak kabul edilmiş, kadınların liderlik rolleri toplumsal cinsiyet kalıpları ve yapısal engeller nedeniyle sınırlı kalmıştır. Son yıllarda, toplumsal cinsiyet eşitliği politikaları, eğitim düzeyindeki artış ve kadınların sportif başarıları, kadın liderlerin görünürliğini artırmıştır. Türkiye’de kadın liderler federasyonlar, kulüpler, üniversiteler ve yerel yönetimlerde çeşitli stratejilerle liderlik rolünü üstlenmektedir. Araştırmada, karşılaşılan engeller, fırsatlar ve liderlik tarzları incelenmiş; bulgular, kadın liderliğin spor yönetiminde dönüştürücü rol oynadığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler:Kadın liderlik, spor yönetimi, cinsiyet eşitliği, , toplumsal cinsiyet

The Rise of Women Leaders in Sport Management: The Case of Türkiye and a Global Perspective

ABSTRACT

This study examines the rise of women leaders in sports management, focusing on Turkey, and provides a comparative analysis with global trends. Historically, sports management has been a male-dominated field, and women’s leadership roles were limited due to gender norms and structural barriers. Strengthened gender equality policies, increased education, and women’s athletic achievements have enhanced visibility. In Turkey, women leaders actively assume roles in federations, clubs, universities, and local government. The study analyzes challenges, opportunities, and leadership styles, revealing that women play a transformational role.

Keywords:Keywords: Women leadership, sports management, gender equality, gender roles

Biathlon Sporcularında Nabız Kontrolü ve Atış Performansı İlişkisi

Sefer KARABAĞ

MEB

ÖZ

Amaç: Bu araştırmanın amacı, Erzurum Biathlon Tesislerinde antrenman yapan biathlon sporcularının atış stratejilerini performans açısından incelemektir. Çalışma, Erzurum'da üniversite okuyan 11 biathlon sporcusunu (6 erkek, 5 kadın) kapsamaktadır. Katılımcılar farklı yaş ve deneyim düzeylerine sahiptir. Çalışmada nicel araştırma yöntemi benimsenmiştir; ölçümler Erzurum kandilde bulunan atış poligonunda uygulanmıştır. Atış öncesi ve sonrası kalp atım hızı, atış süresi ve isabet oranı verileri toplanmıştır. Veriler SPSS 26.0 programı kullanılarak tanımlayıcı istatistiklerle değerlendirilmiştir. Deneyimli sporcuların atış öncesi nabız değerlerini daha etkin şekilde kontrol ettikleri, daha kısa sürede ve yüksek isabet oranıyla atış gerçekleştirdikleri görülmüştür. Az deneyimli sporcularda ise nabız değişkenliğinin artmasıyla birlikte isabet oranında belirgin düşüş saptanmıştır. Erzurum koşullarında yapılan biathlon antrenmanlarında, nabız kontrolü ve ritmik nefes tekniklerinin atış başarısını doğrudan etkilediği belirlenmiştir. Bu bulgular, performans odaklı atış stratejilerinin bireyselleştirilmesi gerektiğini göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Biathlon, Atış Stratejisi, Performans, Nabız Kontrolü,

The Relationship Between Heart Rate Control and Shooting Performance in Biathlon

ABSTRACT

Purpose: The purpose of this study is to examine the shooting strategies of biathletes training at the Erzurum Biathlon Facilities in terms of performance. The study included 11 university-level biathletes (6 male, 5 female) studying in Erzurum, representing different age and experience levels. A quantitative research method was adopted in the study, and measurements were conducted at the shooting range located in Erzurum Kandil. Data on pre- and post-shooting heart rate, shooting duration, and shooting accuracy were collected. The data were analyzed using descriptive statistics with the SPSS 26.0 software. It was observed that experienced athletes were able to control their heart rate more effectively before shooting, performing faster and more accurate shots. In contrast, less experienced athletes showed greater heart rate variability accompanied by a significant decrease in accuracy. Under Erzurum's environmental conditions, it was determined that heart rate control and rhythmic breathing techniques directly affect shooting performance in biathlon training. These findings suggest that performance-oriented shooting strategies should be individualized according to the athletes' physiological and technical profiles.

Keywords: Biathlon, Shooting Strategy, Performance, Heart Rate Control

2025-66-IECSES-8th-120-FC-TB-KY-SG

Voleybolcularda Kinezyo Bant Uygulamasının Dinamik Denge, Anaerobik Güç ve Kassal Endurans Üzerine Etkisi

Ayşegül Yapıcı, Süleyman Gönülateş, Engin Güneş Atabaş

Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, 12–18 yaş aralığındaki kadın voleybolcularda kinezyo bant uygulamasının üst ekstremiteye yönelik akut etkilerini incelemektir. Araştırma, yarı deneysel desen kullanılarak, deney ve plasebo grubu arasında ön test ve son test karşılaştırmaları yapılarak gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya Denizli ilinde aktif olarak voleybol oynayan toplam 30 sporcu katılmış ve katılımcılar rastgele olarak iki gruba ayrılmıştır. Deney grubuna terapötik amaçlı kinezyo bant uygulaması yapılırken, plasebo grubuna gerilimsiz ve etkisiz bant uygulanmıştır. Performans değerlendirmeleri, oturarak sağlık topu atma (anaerobik güç), CKQUEST (kassal endurans) ve Y Balance Test – Üst Ekstremita (dinamik denge) testleri ile gerçekleştirilmiştir. Ön testler bantlama öncesinde, son testler ise uygulamadan 24 saat sonra yapılmıştır. Verilerin analizinde IBM SPSS 25.0 programı kullanılmış; gruplar arası ve içi karşılaştırmalarda bağımsız ve ilişkili örneklem t-testi uygulanmıştır. Verilerin normal dağılımı Shapiro-Wilk testi ile kontrol edilmiştir. Analizler sonucunda, deney grubunda CKQUEST ve YBT-UQ testlerinde anlamlı düzeyde performans artışı gözlemlenmiştir ($p < 0.05$). Oturarak sağlık topu atma testinde ise her iki grupta da istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). Elde edilen bulgular, kinezyo bant uygulamasının özellikle üst ekstremita dinamik denge ve kassal endurans üzerinde akut etkilere sahip olabileceğini göstermektedir. Ancak, anaerobik güç çıktıları üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır. Bu doğrultuda, antrenman veya rehabilitasyon süreçlerinde kinezyo bantlama tekniklerinin stratejik olarak kullanılmasının performans üzerinde olumlu katkılar sağlayabileceği önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dinamik Denge, Kassal Endurans, Kinezyo Bant, Üst Ekstremita, Voleybol

The Effects of Kinesio Taping on Dynamic Balance, Anaerobic Power, and Muscular Endurance in Volleyball Players

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the acute effects of kinesio taping on the upper extremity in female volleyball players aged between 12-18. The research was conducted using a quasi-experimental design, with pre-test and post-test comparisons between the experimental and placebo groups. A total of 30 athletes actively playing volleyball in Denizli participated in the study and were randomly assigned into two groups. While therapeutic kinesio taping was applied to the experimental group, tension-free and ineffective tape was applied to the placebo group.



Performance assessments included the Seated Medicine Ball Throw Test (anaerobic power), CKCUEST (muscular endurance), and Y Balance Test – Upper Quarter (dynamic balance). Pre-tests were conducted before taping, and post-tests were conducted 24 hours after the application. IBM SPSS 25.0 software was used to analyze the data; independent and paired sample t-tests were applied for between- and within-group comparisons. The normal distribution of the data was checked using the Shapiro-Wilk test. The results showed significant performance improvements in the CKCUEST and YBT-UQ tests in the experimental group ($p < 0.05$). However, no statistically significant difference was found in the Seated Medicine Ball (p>0.05). Throw Test in either group. These findings suggest that kinesio taping may have acute effects particularly on upper extremity dynamic balance and muscular endurance. However, it appears to have no significant effect on anaerobic power. Therefore, strategic use of kinesio taping techniques in training or rehabilitation processes may contribute positively to performance.

Keywords: Dynamic Balance, Kinesio Taping, Muscular Endurance, Upper Extremity, Volleyball

Sirkadyen Zamanlama ile Yo-Yo IR1 Sonrası İnflamasyon: Gün İçindeki Uygulama Saatinin Biyobelirteç Yanıtlarına Etkisi

Ayşegül Yapıcı, Süleyman Gönülateş, Engin Güneş Atabaş

Pamukkale Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

ÖZ

Bu çalışmanın amacı sabah ve akşam Yo-Yo aralıklı toparlanma testinin seviye 1 (YIRT1) inflamasyon parametreleri üzerindeki akut etkisini incelemektir. Denizli Basket Akademi takımında oynayan 12 erkek basketbol oyuncusu gönüllü olarak katıldı. Sporculara YIRT1 testi sabah ve akşam olmak üzere iki farklı günde uygulandı. Kan örnekleri testten önce, test sırasında ve testten 2 saat sonra toplandı. Test süresince kat edilen toplam mesafe kaydedildi. Test sonunda laktat değerleri ölçüldü. İrisin hormon ölçümü ve plazma TNF- α , IL-6, IL-1 β ölçümleri için; insan TNF- α , IL-6, IL- β ve FNDC5 ELISA kiti kullanıldı. İstatistiksel analizde verilerin normallik dağılımı Shapiro-Wilk testi ile incelenmiştir. Verilerin normal dağılım göstermesi nedeniyle bağımlı gruplar arasındaki farklılıkların karşılaştırılmasında bağımlı gruplar için t-testi ve tekrarlı ölçümler için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanıldı. Sabah ve akşam İrisin ve IL-6'nın grup içi karşılaştırmalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Sabah saatlerinde grup içi karşılaştırmalarda TNF- α değerinde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunurken ($p<0,05$), akşam saatlerinde grup içi karşılaştırmalarda istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Sabah ve akşam yapılan tüm ölçümler gruplar arasında karşılaştırıldığında İrisin, TNF- α , IL-6, IL- β parametrelerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0,05$). YIRT1 testi sonrası kan laktat düzeyi ve kat edilen mesafede sabah ve akşam ölçümleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulundu ($p<0,05$). Akşam yapılan egzersizin sabah yapılan egzersize göre sonuçları daha fazla etkilediği gözlemlenmiştir. Oyuncuların fiziksel kapasitelerini belirlemede kullanılan YIRT1 testinin inflamasyon değerlerini etkilediği bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler:Yo-Yo aralıklı toparlanma testinin seviye 1 (YIRT1), inflamasyon parametresi, futbol

Inflammation After Yo-Yo IR1 with Circadian Timing: Effect of Time of Day Administration on Biomarker Responses

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the acute effect of the morning and evening Yo-Yo intermittent recovery test on level 1 (YIRT1) inflammation parameters. Twelve male basketball players from the Denizli Basket Academy team participated voluntarily. YIRT1 was applied to the athletes on two different days, morning and evening. Blood samples were collected before, during and 2 hours after the test. During the test, the total distance was recorded. At the end of the test, lactate values were measured. For İrisin hormone measurement and plasma TNF- α , IL-6, IL-1 β measurements; human TNF- α , IL-6, IL- β and FNDC5 ELISA kit was used. In the statistical analysis, the normality distribution of the data was examined with Shapiro-Wilk test. Since the data showed a normal



distribution, t-test for dependent groups and one-way analysis of variance (ANOVA) for repeated measures were used to compare the differences between dependent groups. There is no statistically significant difference in intragroup comparisons of İrisin and IL-6 in the morning and evening ($p>0.05$). There is a statistically significant difference in TNF- α value in intra-group comparisons in the morning ($p<0.05$), and no statistically significant difference in evening intragroup comparisons ($p>0.05$). There is no significant difference in İrisin, TNF- α , IL-6, IL- β parameters when comparing all measurements made in the morning and evening between groups ($p>0.05$). There was a statistically significant difference between morning and evening measurements in blood lactate and distance traveled after the YIRT1 test ($p<0.05$). It has been observed that exercise in the evening affects the results more than exercise in the morning. YIRT1 test test, which is used to determine the physical capacity of the players, has been found to affect the inflammation values.

Keywords:Yo-Yo intermittent recovery test level 1 (YIRT1), Inflammation parameters, Soccer



Özel Gereksinimli Sporcular ve Savant Özellikleri: Keşifsel Bir Derleme Çalışması

Şeval Buket BOZKUŞ, Zeynep YILDIRIM

Bartın Üniversitesi ,Bartın Üniversitesi

Öz

Savant sendromu, genellikle otizm spektrum bozukluğu (OSB) veya diğer gelişimsel farklılıklarla birlikte görülen, ancak sınırlılıklara rağmen belirli alanlarda olağanüstü yetenekler sergileyen bireyleri tanımlayan nadir bir nöropsikolojik durumdur. Bu bireyler müzik, matematik, resim, hafıza, takvim hesaplama veya üç boyutlu modelleme gibi alanlarda olağanüstü performans gösterebilmektedir. Son yıllarda yapılan araştırmalar, savant bireylerin yalnızca güçlü bir belleğe sahip olmadıklarını; aynı zamanda özgünlük, esneklik ve detaylandırma açısından da yüksek düzeyde yaratıcılık sergilediklerini göstermektedir. Literatürdeki bulgular, savant bireylerin özellikle görsel bellek, işitsel algı ve desen tanıma gibi bilişsel süreçlerde dikkat çekici üstünlükler gösterdiğini vurgulamaktadır. Bu bilişsel beceriler, seçici dikkat ve yoğun odaklanma kapasitesiyle desteklenmektedir. Eğitimsel ortamda bu özelliklerin fark edilmesi ve desteklenmesi, bireylerin potansiyellerini ortaya koymalarında kritik bir rol oynamaktadır.

Özel gereksinimli sporcular açısından bakıldığında, fiziksel aktivite ve spor programlarının da savant özellikleri taşıyan bireylerin gelişiminde önemli katkılar sağladığı görülmektedir. Spor, yalnızca motor becerilerin değil; sosyal etkileşim, özgüven ve duygusal denge gibi alanların da gelişimini destekleyen bir araç olarak öne çıkmaktadır. Müzik, sanat terapisi ve grup temelli aktivitelerle birlikte uygulandığında, bu bireylerin yaratıcılık potansiyeli daha bütüncül biçimde desteklenebilmektedir. Sonuç olarak, özel gereksinimli bireylerde gözlenen savant özellikleri, hem bilişsel hem de sanatsal ve sportif alanlarda değerlendirildiğinde insan beyninin yaratıcı kapasitesine dair önemli ipuçları sunmaktadır. Gelecekte yapılacak çalışmaların, savant bireylerin spor ve sanat temelli etkinliklerdeki performanslarını disiplinler arası bir yaklaşımla incelemesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler:Savant Sendromu, Fiziksel Aktivite, Özel Gereksinimli Sporcular

Athletes with Special Needs and Savant Characteristics: An Exploratory Compilation Study

ABSTRACT

Savant syndrome is a rare neuropsychological condition that describes individuals who, despite certain limitations, display extraordinary abilities in specific domains, often in association with Autism Spectrum Disorder (ASD) or other developmental differences. These individuals may demonstrate exceptional performance in areas such as music, mathematics, art, memory, calendar calculation, or three-dimensional modeling. Recent studies have shown that savant individuals are



not only characterized by strong memory capacities but also exhibit high levels of creativity in terms of originality, flexibility, and elaboration.

Findings in the literature emphasize that savant individuals show remarkable superiority particularly in cognitive processes such as visual memory, auditory perception, and pattern recognition. These cognitive strengths are supported by selective attention and intense focus abilities. Recognizing and nurturing these features in educational settings play a crucial role in helping individuals reach their full potential.

From the perspective of athletes with special needs, physical activity and sports programs have been found to make significant contributions to the development of individuals with savant characteristics. Sports serve not only as a means to enhance motor skills but also to improve social interaction, self-confidence, and emotional balance. When combined with music, art therapy, and group-based activities, the creative potential of these individuals can be supported more holistically.

In conclusion, savant characteristics observed in individuals with special needs provide important insights into the creative capacity of the human brain when evaluated across cognitive, artistic, and athletic domains. Future research is recommended to examine the performance of savant individuals in sport- and art-based activities through an interdisciplinary approach.

Keywords:Savant Syndrome, Physical Activity, Athletes with Special Needs



IMPROVEMENT OF THE STRUCTURE OF ANNUAL TRAINING FOR ATHLETES IN CLASSIC POWERLIFTING

**Mariia Roztorhui, Andrii Harasym, Olexandr Tovstonoh, Viktor
Hladkyi**

LDU FK, LDU FK, LDU FK, LDU FK

ABSTRACT

Analyzing the statistics of athlete performances in powerlifting and the effectiveness of their competitive activity, it is worth noting that the number of powerlifters who have successfully realized their own sporting potential at international classic powerlifting competitions is not high. This emphasizes the need for additional research aimed at rationalizing the structure of annual training for athletes in classic powerlifting. The purpose – to scientifically substantiate the main ways to improve the structure of annual training for athletes in classic powerlifting. To solve this goal, we used the following research methods: analogy, analysis, synthesis, abstraction, induction, extrapolation, and generalization of practical experience. As a result of the research, it was established that due to the rapid development of the classic division and the low effectiveness of the competitive activity of Ukrainian powerlifters, the problem of structuring annual training for athletes in classic powerlifting is one of the most important, which justifies the need to find new effective ways to improve its structure and content. This process becomes particularly important at the stage of specialized basic training, which is characterized by the beginning of narrow specialization and the individualization of the athletes' training process. One of the ways to solve this problem may be to identify patterns in load planning in the annual training of athletes at various stages of long-term improvement in classic powerlifting and to substantiate the structure and content of the annual training program for athletes at the stage of specialized basic training in classic powerlifting. Determining the degree of the program's influence on the preparedness of athletes in classic powerlifting at the specialized basic training stage also remains relevant.

References:

1. Verbovy, V. P., Roztorguy, M. S. (2020). "The structure and content of the training program for athletes in classical powerlifting at the stage of preparation for higher achievements" *Naukovij chasopis Nacz. ped. un-tu i`meni` M. P. Dragomanova. Seri`ya 15, Naukovo-pedagogi`chni` problemi fi`zichnoyi kul`turi (fi`zichna kul`tura i` sport)*, 123, 24–29.
2. Roztorhui, M. (2019). "Athlete training in power types of adaptive sports". Lviv, LDU FK.

Keywords: athlete, powerlifting, training, macrocycle, stage of specialized basic training.



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-70-IECSES-8th-1057-FC-TB-KY-SG

Dijital Çağda Sporu Pazarlamak: ZMOT'tan Metaverse'e Spor Endüstrisinde Dijital Dönüşümün Yeni Dinamikleri

Namık BEKAR

Bayburt Üniversitesi

ÖZ

Dijitalleşme, günümüzde spor endüstrisinin iletişim, pazarlama ve yönetim süreçlerini köklü biçimde dönüştürmüştür. İnternetin yaygınlaşmasıyla temelleri atılan bu dönüşüm, sosyal medya, mobil uygulamalar, yapay zekâ, e-spor ve NFT gibi teknolojik yeniliklerle çok boyutlu bir hale gelmiştir. Spor kulüpleri, taraftar ilişkilerinden sponsorluk modellerine kadar her alanda dijital pazarlama stratejilerini yeniden tanımlayarak küresel ölçekte rekabet avantajı elde etmeye çalışmaktadır.

Çalışma, sporda dijital pazarlamanın tarihsel gelişimini ve dönüşümünü mikro ve makro çevre bağlamında incelemektedir. Özellikle ZMOT (Zero Moment of Truth) modeli çerçevesinde dijital tüketici davranışları analiz edilmekte; spor kulüplerinin dijital platformlarda nasıl konumlandığı, veri odaklı stratejilerle taraftar etkileşimini nasıl yönettiği değerlendirilmektedir.

Ayrıca, COVID-19 pandemisi ile hız kazanan dijital dönüşüm süreci, sanal etkinlikler, metaverse girişimleri ve sürdürülebilirlik temaları üzerinden tartışılmaktadır. Sonuç olarak, dijital pazarlama spor endüstrisinde yalnızca bir tanıtım aracı değil, aynı zamanda marka değeri, taraftar sadakati ve gelir yönetimi açısından stratejik bir unsur haline gelmiştir. Bu çalışma, sporda dijital pazarlamanın mevcut durumunu analiz ederek, dijital dönüşümün spor kulüplerine sunduğu fırsatları, karşılaşılan zorlukları ve geleceğe yönelik stratejik yönelimleri bahsetmektedir.

Anahtar Kelimeler:Dijital Pazarlama, Spor Endüstrisi, ZMOT, Metaverse, Dijital Dönüşüm

Marketing Sports in the Digital Age: New Dynamics of Digital Transformation in the Sports Industry from ZMOT to the Metaverse

ABSTRACT

Digitalization has profoundly transformed the communication, marketing, and management processes of today's sports industry. Initiated by the widespread adoption of the internet, this transformation has evolved into a multidimensional structure through technological innovations such as social media, mobile applications, artificial intelligence, e-sports, and NFTs. Sports clubs have redefined their digital marketing strategies in all areas—from fan engagement to sponsorship models—in order to achieve competitive advantages on a global scale. This study examines the historical development and transformation of digital marketing in sports within the context of micro and macro environmental factors. In particular, digital consumer behaviors are analyzed through the ZMOT (Zero Moment of Truth) model, and the ways in which sports clubs position themselves on digital platforms and manage fan engagement using data-driven strategies are evaluated.

Furthermore, the acceleration of digital transformation during the COVID-19 pandemic is discussed through the lens of virtual events, metaverse initiatives, and sustainability-oriented approaches. In conclusion, digital marketing has emerged not only as a promotional tool but also as a strategic



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

component in enhancing brand value, fan loyalty, and revenue management within the sports industry. This study focus on analyze the current state of digital marketing in sports and to highlight the opportunities, challenges, and strategic directions that digital transformation offers to sports organizations.

Keywords:Digital Marketing, Sports Industry, ZMOT, Metaverse, Digital Transformation

Antioksidan Bir Peptit Olarak Karnozinin Spor Performansı ve Sağlık Üzerindeki Etkileri: Literatür Derlemesi

Kenan BOZBAY, Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ

Dicle Üniversitesi, Dicle Üniversitesi

Öz

Karnozin son yıllarda, çeşitli insan hastalıklarının başlangıcı ve ilerlemesiyle ilişkilendirilen reaktif karbonil türleriyle reaksiyona girebilen doğal bir dipeptit olarak dikkat çekmektedir. Bu özelliği, karnozini potansiyel bir anti-karbonilatif ajan ve dolayısıyla oksidatif stresle ilişkili patolojik süreçlerde koruyucu bir biyomolekül olarak ön plana çıkarmaktadır. Karnozinin, bazı hastalıklar (diyabet, kanser ve nörodejeneratif hastalıklar gibi) üzerindeki terapötik rolünün anlaşılması ve sportif performansı artırıcı özellikleri, onu ergojenik bir destek olarak daha popüler hale getirmektedir. Dolayısıyla bu durum karnozinin anti-inflamatuar, antioksidan, anti-glikasyon ve anti-karbonilasyon gibi özelliklerinden kaynaklandığı belirtilmektedir. Karnozin, β -alanin ve L-histidinden oluşan bir dipeptittir ve iskelet kasında yüksek konsantrasyonlarda bulunmaktadır. Ancak yeni yapılan araştırmalarda karnozinin farklı dokularda da (beyin, kalp kası, pankreas, böbrek, dalak ve serebral korteks) bulunduğu ve fizyolojik etkileri olduğu bildirilmiştir. Karnozin, egzersiz performansını artıran bir dipeptittir ve spor performansı üzerinde olumlu etkileri olduğu raporlanmaktadır. Bununla birlikte karnozinin egzersiz ile bağlantılı olarak kas kasılması, kas liflerindeki kalsiyum duyarlılığının iyileştirilmesi ve pH düzenleyicisi gibi görevlerle de ilişkilendirildiği belirtilmektedir. Literatürde yapılan çalışmalarda, yüksek yoğunluklu egzersiz esnasında hem antrenmanlı hem de antrenmansız bireylerde karnozin takviyesinin performans artışına yol açtığı belirtilmiştir. Karnozinin bu denli önemli etkileri göz önüne alındığında bu çalışmada karnozinin sağlık üzerindeki terapötik etkileri ile birlikte sportif performans üzerindeki potansiyel rolünün araştırılması amaçlanmıştır. Bu çalışmada literatür taraması yapılırken "karnozin", "karnozin ve sağlık" ve "karnozin ve egzersiz" gibi anahtar kelimeler kullanılarak yapılandırılmış bir arama stratejisi izlenmiş; PubMed, Web of Science, ProQuest, Taylor & Francis ve Google Scholar veri tabanlarında yer alan ilgili bilimsel makaleler incelenmiştir. Sonuç olarak, karnozin takviyesinin hem sedanter hem de amatör ve profesyonel sporcularda fiziksel performansı artırabileceği ve bu dipeptitin çeşitli hastalıklarda terapötik potansiyele sahip olabileceği gözlenmiştir.

Anahtar Kelimeler:Karnozin, Oksidatif Stres, Egzersiz, Antioksidan

Effects of Carnosine as an Antioxidant Peptide on Sports Performance and Health: A Literature Review

ABSTRACT

Carnosine has attracted attention in recent years as a natural dipeptide capable of reacting with reactive carbonyl species that have been associated with the onset and progression of various human diseases. This feature highlights carnosine as a potential anti-carbonylative agent and



therefore a protective biomolecule in pathological processes associated with oxidative stress. The understanding of the therapeutic role of carnosine in certain diseases (such as diabetes, cancer, and neurodegenerative diseases) and its sports performance-enhancing properties are making it more popular as an ergogenic supplement. Therefore, it is stated that this situation is due to the anti-inflammatory, antioxidant, anti-glycation and anti-carbonylation properties of carnosine. Carnosine is a dipeptide composed of β -alanine and L-histidine and is found in high concentrations in skeletal muscle. However, recent studies have reported that it is found in different tissues (brain, heart muscle, pancreas, kidney, spleen and cerebral cortex) and has physiological effects. Carnosine is a dipeptide that enhances exercise performance and is reported to have positive effects on sports performance. However, it is stated that carnosine is also associated with tasks such as muscle contraction in connection with exercise, improvement of calcium sensitivity in muscle fibers and pH regulation. Studies in the literature have indicated that carnosine supplementation leads to increased performance in both trained and untrained individuals during high-intensity exercise. Considering such important effects of carnosine, this study aimed to investigate its potential role on sports performance along with its therapeutic effects on health. In this study, a structured search strategy was followed using keywords such as "carnosine", "carnosine and health" and "carnosine and exercise" while reviewing the literature; relevant scientific articles in PubMed, Web of Science, ProQuest, Taylor & Francis and Google Scholar databases were examined. In conclusion, it has been observed that carnosine supplementation can improve physical performance in both sedentary and amateur and professional athletes, and this dipeptide may have therapeutic potential in various diseases.

Keywords:Carnosine, Oxidative Stress, Exercise, Antioxidant

Rekreatif Amaçlı Su Sporları İle İlgilenen Yetişkin Bireylerin Öznel Zindelik ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi

Ersin BALLIKAYA, Abdurrahman DEMİR

Hüseyin Güvercin Ortaokulu, Mersin, Siirt Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Siirt

ÖZ

Araştırmanın amacı rekreatif amaçlı su sporları ile ilgilenen yetişkin bireylerin öznel zindelik ve yaşam doyumu düzeyini ortaya koymaktır. Araştırmaya 65 kadın ve 53 erkek olmak üzere 118 yetişkin birey katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalaması $36,90 \pm 10,11$ 'dir. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ile birlikte Türk kültürüne Uysal vd. (2014) tarafından uyarlanan Öznel Zindelik Ölçeği (ÖZÖ) ve Yetim (1993) tarafından Türk kültürüne uyarlanan Yaşam Doyumu Ölçeği (YDÖ) kullanılmıştır. Verilerin analizinde t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre katılımcıların öznel zindelik ve yaşam doyumu düzeyleri ile yaşları arasında ilişki bulunmamıştır ($p > .05$). Katılımcıların cinsiyet ve medeni durum değişkenlerine göre öznel zindelik ve yaşam doyumu puanlarının farklılaşıp farklılaşmadığını anlamak için bağımsız gruplar için t testi ile tek yönlü varyans analizi kullanılmış ve tüm gruplarda istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Katılımcıların öznel zindelik ve yaşam doyum puanları arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r = .32, p < .001$). Düzenli olarak su sporları (kürek, kano, SUP, yelken, sörf) ile ilgilenen yetişkin bireylerin öznel zindelik puan ortalamaları ($37,41 \pm 6,06$) ve yaşam doyumu puan ortalamalarının ($24,88 \pm 5,23$) yüksek olduğu belirlenmiştir ($p < .05$).

Elde edilen bu sonuçlar su sporları ile ilgilenen yetişkin bireylerde yaş, cinsiyet ve medeni durumu faktörlerinin öznel zindelik ve yaşam doyumu düzeyinde fark yaratan değişkenler olmadığını ortaya koymuştur. Su sporları ile ilgilenen yetişkin bireylerin öznel zindelik ve yaşam doyum düzeylerinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Rekreatif amaçlı su sporu aktivitelerine katılan bireylerin pozitif bir ruh hali içinde oldukları göz önüne alınarak farklı çalışmalar yapılabilir. Örnek olarak negatif duygulara sahip bireylerde su sporlarının ne kadar etkili olduğu deneysel bir çalışma ile ortaya konulabilir.

Anahtar Kelimeler: *rekreatif aktivite, öznel zindelik, yaşam doyumu, su sporu*

An Examination of Subjective Vitality and Life Satisfaction in Adults Engaged in Recreational Water Sports

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the subjective vitality and life satisfaction levels of adult individuals engaging in recreational water sports. A total of 118 adults, 65 females and 53 males, participated in the study. The mean age of the participants was 36.90 ± 10.11 years. Data collection tools were the Subjective Vitality Scale (SVS), adapted for Turkish culture by Uysal et al.



(2014), and the Satisfaction with Life Scale (SWLS), adapted for Turkish culture by Yetim (1993). Data were analyzed using t-tests, one-way analysis of variance (ANOVA), and Pearson correlation analysis. According to the findings, no relationship was found between the participants' subjective vitality and life satisfaction levels and their age ($p > .05$). In order to understand whether the participants' subjective vitality and life satisfaction scores differed according to gender and marital status variables, an independent samples t-test and one-way analysis of variance were used, and no statistically significant difference was found in all groups ($p > .05$). A positive and significant relationship was found between the participants' subjective vitality and life satisfaction scores ($r = .32$, $p < .001$). It was determined that adults who regularly engage in water sports (rowing, canoeing, stand-up paddle, sailing, surfing) had higher mean subjective vitality scores (37.41 ± 6.06) and mean life satisfaction scores (24.88 ± 5.23) ($p < .05$).

These results reveal that age, gender, and marital status are not variables that affect subjective vitality and life satisfaction in adults who engage in water sports. Adults who engage in water sports were determined to have higher levels of subjective vitality and life satisfaction. Given that individuals who participate in recreational water sports are generally in a positive mood, further research could be conducted. For example, an experimental study could demonstrate the effectiveness of water sports on individuals with negative emotions.

Keywords: *recreational activities, subjective vitality, life satisfaction, water sports*



Atletik Zihinsel Enerjinin Üniversite Spor Müsabakalarına Katılan Atletlerin Karamsarlık ve Tükenmişlik İlişkisi Üzerindeki Düzenleyici Roller

Ferhat ÇİFÇİ, Ersin BALLIKAYA, Abdurrahman DEMİR

Dicle Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Hüseyn Güvercin Ortaokulu, Mersin, Siirt
Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

ÖZ

Amaç: Bu araştırmanın amacı, atletik zihinsel enerjinin üniversite spor müsabakalarına katılan atletlerin karamsarlık ve tükenmişlik ilişkisi üzerindeki düzenleyici rollerini belirlemektir.

Yöntem: Bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu (TÜSF) tarafından gerçekleştirilen Türkiye Üniversiteler Atletizm Şampiyonasına 38 üniversiteden 85'i kadın, 150'si erkek olmak üzere 235 ($\bar{X}_{yaş}=20,96 \pm 2,11$) sporcu katılmıştır. Sporcular, kolayda örnekleme yöntemiyle çalışmaya dahil edilmiştir. Sporcuların, 153'ü koşular, 45'i atlamalar, 37'si ise atmalar disipliniinde müsabakalarda yarışmıştır. Araştırmada veriler 'Kişisel bilgi formu', 'Atletik Zihinsel Enerji Ölçeği', 'Sporcu Tükenmişlik Ölçeği' ve 'Sporcularda karamsarlık ölçeği' kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizinde çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. **Bulgular:** Bulgular, sporcu tükenmişliği üzerinde karamsarlığın pozitif ($\beta = .370, p < .01$) ve atletik zihinsel enerjinin negatif ($\beta = -.147, p < .01$) etkisi olduğu belirlenmiştir. Karamsarlık ile tükenmişlik ilişkisinde atletik zihinsel enerji toplam ölçek ($\beta = -.940, \Delta R^2 = .018, p < .05$) ve güven ($\beta = -1.002, \Delta R^2 = .029, p < .05$), yorulmama ($\beta = -.914, \Delta R^2 = .31, p < .01$) ve konsantrasyon ($\beta = -1.096, \Delta R^2 = .039, p < .01$) alt boyut puanlarının negatif düzenleyici etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Ancak, motivasyon ($\beta = -.239, \Delta R^2 = .001, p > .05$) ve sakinliğin ($\beta = -.050, \Delta R^2 = .000, p > .05$) modele düzenleyici etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Ayrıca, atletik zihinsel enerjinin düşük, orta ve yüksek olduğu üç durumda da düzenleyici etkinin anlamlı olduğu bulunmuştur.

Sonuç: Atletik zihinsel enerjinin karamsarlık ile sporcu tükenmişliği ilişkisinde düzenleyici olduğu belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: atletik zihinsel enerji, karamsarlık, tükenmişlik, atletizm

The Moderating Roles of Athletic Mental Energy on the Relationship Between Pessimism and Burnout in University Athletes Participating in Sports Competitions

ABSTRACT

Purpose: The purpose of this study is to determine the moderating roles of athletic mental energy on the relationship between pessimism and burnout in university athletes participating in sports competitions.

Method: This study employed a relational screening model. A total of 235 athletes (85 females and 150 males; $M_{age} = 20.96 \pm 2.11$) from 38 universities participated in the Turkish Universities



Athletics Championship organized by the Turkish University Sports Federation. Athletes were included in the study using a convenience sampling method. Of the participants, 153 competed in running events, 45 in jumping events, and 37 in throwing events. In this study, data were collected using the Personal Information Form, the Athletic Mental Energy Scale, the Athlete Burnout Scale, and the Athlete Pessimism Scale. Multiple linear regression analysis was used to analyze the data. Results: The findings indicated that pessimism had a positive effect on athlete burnout ($\beta = .370, p < .01$), while athletic mental energy had a negative effect ($\beta = -.147, p < .01$). In the relationship between pessimism and burnout, the total score of athletic mental energy ($\beta = -.940, \Delta R^2 = .018, p < .05$) and its sub-dimensions—confidence ($\beta = -.1002, \Delta R^2 = .029, p < .05$), vigor ($\beta = -.914, \Delta R^2 = .031, p < .01$), and concentration ($\beta = -1.096, \Delta R^2 = .039, p < .01$)—were found to have significant negative moderating effects. However, motivation ($\beta = -.239, \Delta R^2 = .001, p > .05$) and calmness ($\beta = -.050, \Delta R^2 = .000, p > .05$) were not found to exert moderating effects on the model. Additionally, the moderating effect was significant across low, medium, and high levels of athletic mental energy. It was determined that as athletic mental energy scores increased, the moderating effect of pessimism on athlete burnout also increased.

Conclusion: This study demonstrated that athletic mental energy serves as a significant moderating variable in athletes' levels of burnout.

Keyword: athletic mental energy, pessimism, burnout, athletics



Dislekside Fiziksel Aktivite ve Nöroplastisite İlişkisi: Güncel Bulguların Derlemesi

Sibelcan GERİM, Zeynep YILDIRIM

Bartın Üniversitesi, Bartın Üniversitesi,

ÖZ

Disleksi, bireyin okuma, yazma ve dil öğrenme süreçlerinde zorlanmasına neden olan bir öğrenme güçlüğüdür. Bu durum zekâ ile ilgili değildir. Disleksili bireyler genellikle normal veya yüksek zekâyâ sahiptir. Ancak beyin, dili, dikkati ve hareketi yöneten bölgeler arasında farklı bir şekilde çalışır. Bu farklılıklar, okuma sürecinde harfleri tanıma, sesleri ayırt etme ve bilgiyi işleme hızını etkileyebilir.

Son yıllarda yapılan araştırmalar, fiziksel aktivitenin disleksi üzerindeki olumlu etkilerini ortaya koymaktadır. Hareket etmek sadece kasları değil, beyni de çalıştırır. Düzenli egzersiz yapmak, beynin öğrenme ve kendini yenileme gücünü artırır. Bu sürece nöroplastisite denir. Nöroplastisite, beynin yeni bilgiler öğrenirken veya deneyimler yaşarken kendini değiştirme, yeni bağlantılar kurma ve gelişme yeteneğidir. Fiziksel aktivite, bu süreci destekleyerek beynin farklı bölgeleri arasındaki iletişimi güçlendirir.

Özellikle dikkat, denge ve ritim gerektiren egzersizlerin disleksili bireylerde öğrenmeyi kolaylaştırdığı gözlemlenmiştir. Quadrato Motor Training (QMT) gibi hareket temelli eğitim programları, beynin iki yarısı arasındaki dengeyi artırarak dikkat, koordinasyon ve okuma becerilerinde gelişme sağlamaktadır.

Sonuç olarak, fiziksel aktivite disleksili bireylerde yalnızca bedensel sağlığı değil, aynı zamanda beyin gelişimini ve öğrenme kapasitesini de destekleyen önemli bir araçtır. Nöroplastisiteyi güçlendiren hareket temelli eğitimlerin, disleksiye yönelik eğitim ve terapi programlarında yer alması, öğrenme sürecine kalıcı katkılar sağlayabilir.

Anahtar Kelimeler: Anahtar Kelimeler: Disleksi, nöroplastisite (beyin esnekliği), fiziksel aktivite, öğrenme, beyin gelişimi

The Relationship between Physical Activity and Neuroplasticity in Dyslexia: A Review of Current Findings

ABSTRACT

Dyslexia is a learning disability that causes difficulties in reading, writing, and language learning. This condition is not related to intelligence; individuals with dyslexia generally have normal or high intelligence. However, the brain functions differently in the areas that manage language, attention, and movement. These differences can affect the speed of letter recognition, sound discrimination, and information processing during reading. Recent research has revealed the positive effects of physical activity on dyslexia. Movement exercises not only the muscles but also the brain. Regular exercise increases the brain's ability to learn and regenerate. This process is called neuroplasticity.



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Neuroplasticity is the brain's ability to change itself, form new connections, and develop as it learns new information or experiences. Physical activity supports this process by strengthening communication between different regions of the brain. Exercises that require attention, balance, and rhythm have been shown to facilitate learning in individuals with dyslexia. Movement-based training programs such as Quadrato Motor Training (QMT) increase the balance between the two hemispheres of the brain, leading to improvements in attention, coordination, and reading skills. In conclusion, physical activity is an important tool for supporting not only physical health but also brain development and learning capacity in individuals with dyslexia. Incorporating movement-based training that strengthens neuroplasticity into education and therapy programs for dyslexia can make lasting contributions to the learning process.

Keywords:Keywords: Dyslexia, neuroplasticity (brain plasticity), physical activity, learning, brain development

2025-75-IECSES-8th-806-FC-TB-KY-SG

Kadın Sporcuların Performans Algı Düzeyleri

Savaş AYHAN, Ercan TİZAR, Ramazan ERDOĞAN

Dicle Üniversitesi, Dicle Üniversitesi, Munzur Üniversitesi

ÖZ

Bu çalışmanın amacı kadın sporcuların performans algı düzeylerinin incelenmesidir. Araştırma grubunu Dicle Üniversitesinde öğrenimine devam eden aktif olarak spor yapan toplam 80 gönüllü kadın sporcu oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında; "Kişisel Bilgi Formu", kadın sporcuların performans algı düzeylerini belirlemek için Ezgi Kurşun, Nezaket Bilge Uzun, Hüseyin Gümüş, geliştirdiği "Kadın Performans Sporcularına Yönelik Algı Ölçeği" kullanılmıştır. Tablo 3 incelendiğinde Sportif derece değişkeni ile beden algısı alt boyutu ve ölçek toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu ($p<0,05$), spor türü değişkeni ile beden algısı alt boyutu ve ölçek toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu ($p<0,05$), Milli sporcu musunuz değişkeni ile ölçek toplam puan ortalaması arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görüldü ($p<0,05$),

Sonuç olarak; elde edilen bulgular doğrultusunda, genel olarak kadın sporcuların algı düzeylerinin orta düzeyde ve olumluya yakın olduğu görüldü. kadın performans sporcularına yönelik algıların geliştirilmesinde bireyin spordaki konumu, deneyimi ve branş özelliklerinin belirleyici olduğu; buna karşın yaş, boy ve kilo gibi değişkenlerin bu algılar üzerinde sınırlı bir etkisinin bulunduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler:Kadın sporcu, performan, algı düzeyi

Performance Perception Levels of Female Athletes

ABSTRACT

The aim of this study is to examine the performance perception levels of female athletes. The research group consists of 80 volunteer female athletes actively participating in sports and continuing their education at Dicle University. A "Personal Information Form" was used to collect data, and the "Perception Scale for Female Performance Athletes," developed by Ezgi Kurşun, Nezaket Bilge Uzun, and Hüseyin Gümüş, was used to determine the performance perception levels of female athletes. An examination of Table 3 reveals a statistically significant difference between the athletic degree variable and the body image sub-dimension and the total mean score on the scale ($p<0.05$); a statistically significant difference between the type of sport variable and the body image sub-dimension and the total mean score on the scale ($p<0.05$); and a statistically significant difference between the "Are you a national athlete" variable and the total mean score on the scale ($p<0.05$).

Conclusion: Based on the findings, the perception levels of female athletes were generally moderate and close to positive. It can be said that the individual's position in sports, experience and branch characteristics are decisive in developing perceptions towards female performance athletes; however, variables such as age, height and weight have a limited effect on these perceptions.

Keywords:Female athlete, performance, perception level

Onkoloji Hastalarında Kemoterapi Sürecinde Fizyoterapi Konsepti

Olha BAS, Andriy HRYNKIV

Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Bobersky,

Lviv State University of Physical Culture named after Ivan Bobersky

ÖZ

Kemoterapi, sistemik kanser tedavisinin temel taşı oluşturmaya devam etmektedir; ancak yorgunluk, sarkopeni, kemoterapiye bağlı periferik nöropati, osteopeni, fiziksel aktivite azalması ve yaşam kalitesinde bozulma gibi çok sayıda olumsuz etkiyle ilişkilidir. Kemoterapötik ajanların hücresel düzeydeki sitotoksik etkileri, metabolik ve kas dokusu değişikliklerine yol açmakta, bu da fizik tedavi uzmanının erken dönemde sürece dahil olmasının gerekliliğini ortaya koymaktadır. Kemoterapi sürecinde fizik tedavi kavramı, fonksiyonel kapasitenin korunmasını, komplikasyonların önlenmesini ve tedavi süresince hastanın uyumunun kolaylaştırılmasını amaçlayan multidisipliner yaklaşımın vazgeçilmez bir bileşeni olarak değerlendirilmektedir.

Amaç

Kemoterapi gören hastalarda fizyopatolojik değişiklikler, fonksiyonel gereksinimler ve güvenlik ilkeleri dikkate alınarak fizik tedaviye ilişkin kavramsal bir modeli bilimsel temelde ortaya koymak.

Yöntemler

Güncel bilimsel literatür, kanıta dayalı rehabilitasyon verileri (PubMed, Scopus, PEDro) ve uluslararası klinik uygulama kılavuzları kapsamlı biçimde analiz edilmiştir. Müdahale bileşenleri, Uluslararası Fonksiyon, Yetiştirimi ve Sağlığın Sınıflandırması'na (ICF) göre sistematik hale getirilmiştir.

Bulgular

Kemoterapi sürecinde fizik tedaviye yönelik üç bileşenli bir model geliştirilmiştir:

- Değerlendirme: Kas kuvveti, dayanıklılık, denge, fonksiyonel performans ve yaşam kalitesinin doğrulanmış testler ve hasta tarafından bildirilen sonuç ölçütleri ile değerlendirilmesi.
- Müdahale: Bireyselleştirilmiş aerobik ve direnç egzersizleri (haftada 2–3 kez), nöromotor stimülasyon, denge ve solunum egzersizleri ile komplikasyonların önlenmesine ve kendi kendine yönetim becerilerine odaklanan hasta eğitimi.
- İzlem: Fonksiyonel durumun sürekli gözlemlenmesi, toleransa göre yük ayarlanması ve onkoloji ekibiyle koordinasyon.

Beklenen sonuçlar arasında kas atrofisi, nöromotor bozukluklar ve yorgunlukta azalma; dayanıklılık, yaşam kalitesi ve fonksiyonel bağımsızlıkta artış yer almaktadır.

Sonuçlar: Kemoterapi sürecinde fizik tedavi, çağdaş onkolojik rehabilitasyonun güvenli, kanıta dayalı ve klinik açıdan anlamlı bir yönünü temsil etmekte; tedavi sonuçlarının iyileştirilmesine ve hastaların yaşam enerjisinin artırılmasına katkıda bulunmaktadır.

Anahtar Kelimeler:kemoterapi, fizik tedavi, onkoloji hastaları, rehabilitasyon, yaşam kalitesi.

The concept of physical therapy during chemotherapy in oncology patients

ABSTRACT

Chemotherapy remains the cornerstone of systemic cancer treatment; however, it is associated with numerous adverse effects, including fatigue, sarcopenia, chemotherapy-induced peripheral neuropathy, osteopenia, reduced physical activity, and deterioration in quality of life. The cytotoxic effects of chemotherapeutic agents at the cellular level lead to metabolic and muscular alterations, highlighting the need for early physical therapist involvement. The concept of physical therapy during chemotherapy is viewed as an essential component of a multidisciplinary approach aimed at maintaining functional capacity, preventing complications, and facilitating patient adaptation throughout treatment.

Purpose.

To substantiate a conceptual model of physical therapy for patients undergoing chemotherapy, taking into account pathophysiological changes, functional needs, and safety considerations.

Methods.

A comprehensive analysis of current scientific literature, evidence-based rehabilitation data (PubMed, Scopus, PEDro), and international clinical practice guidelines was performed. Intervention components were systematized in accordance with the International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF).

Results.

A three-component model of physical therapy during chemotherapy was developed:

1. Assessment – evaluation of muscle strength, endurance, balance, functional performance, and quality of life using validated tests and patient-reported outcome measures.
2. Intervention – individualized aerobic and resistance exercise (2–3 times per week), neuromotor stimulation, balance and breathing exercises, and patient education focused on self-management and prevention of complications.
3. Monitoring – continuous observation of functional status, load adjustment based on tolerance, and coordination with the oncology care team.

Expected outcomes include a reduction in muscle atrophy, neuromotor impairments, and fatigue, along with improvements in endurance, quality of life, and functional independence.

Conclusions.

Physical therapy during chemotherapy represents a safe, evidence-based, and clinically relevant direction in contemporary oncological rehabilitation, contributing to improved treatment outcomes and enhanced patient vitality.

Keywords: chemotherapy, physical therapy, oncology patients, rehabilitation, quality of life



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-79-IECSSES-8th-1066-FC-TB-KY-SG

Yapay Zekâ Destekli Kişiselleştirilmiş Beslenme Stratejileri: Sporcu Performansına Etkileri ve Uygulama Alanları

Ayça GENÇ, Gamze DERE, Zeynep YETGİL

Bartın Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi
Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Bartın Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Öz

Amaç:Bu çalışmanın amacı yapay zekâ destekli kişiselleştirilmiş beslenme stratejilerinin sporcu performansını, toparlanma süreçlerini ve beslenme verimliliğini nasıl etkilediğini incelemek; aynı zamanda bu teknolojilerin spor bilimleri alanındaki olası uygulama alanlarını ve sınırlılıklarını değerlendirmektir.

Yöntem: Bu sistematik derlemede, 2020–2025 yılları arasında yapay zekâ destekli kişiselleştirilmiş beslenme stratejileri ve sporcu performansı arasındaki ilişkiyi inceleyen akademik yayınlar değerlendirilmiştir. Araştırmada yalnızca sporcu beslenmesine yönelik yapay zekâ, makine öğrenmesi veya dijital diyet planlama yaklaşımlarını ele alan çalışmalar dâhil edilmiştir. Veri toplama sürecinde Scopus, Web of Science, PubMed ve Google Scholar veri tabanları taranmış; “artificial intelligence”, “personalized nutrition”, “athlete performance”, “machine learning” anahtar kelimeleri kullanılmıştır. Elde edilen yayınlar başlık, özet ve yöntem bölümleri düzeyinde incelenmiş; konu dışı, klinik olmayan veya yalnızca genel beslenme alışkanlıklarına odaklanan çalışmalar kapsam dışı bırakılmıştır.

Bulgular: Literatürde, gelişmiş algoritmaların bireysel enerji dengesi ve beslenme alışkanlıklarını analiz ederek kişiye özel öneriler sunabildiği, ancak veri doğruluğu, maliyet ve manuel giriş gereksinimi gibi sınırlılıklar taşıdığı belirtilmektedir.

Sonuç olarak, yapay zekâ destekli kişiselleştirilmiş beslenme stratejileri, sporcu performansını artırma ve beslenme süreçlerini optimize etme potansiyeline sahip olmakla birlikte, veri doğruluğu ve uygulama sınırlılıklarının giderilmesiyle gelecekte spor bilimlerinde daha yaygın ve etkili biçimde kullanılabilecek yenilikçi bir yaklaşım olarak değerlendirilmektedir.

Anahtar Kelimeler:Yapay zekâ, kişiselleştirilmiş beslenme, sporcu performansı, makine öğrenimi,

AI-Assisted Personalized Nutrition Strategies: Effects on Athletic Performance and Areas of Application

ABSTRACT

Objective: The aim of this study is to examine how AI-assisted personalized nutrition strategies influence athletic performance, recovery processes, and nutritional efficiency, as well as to evaluate the potential applications and limitations of these technologies in the field of sports sciences.



Method: This systematic review evaluated academic publications published between 2020 and 2025 that investigated the relationship between AI-assisted personalized nutrition strategies and athletic performance. Only studies focusing on artificial intelligence, machine learning, or digital diet planning approaches specific to sports nutrition were included. During the data collection process, the Scopus, Web of Science, PubMed, and Google Scholar databases were searched using the keywords “artificial intelligence,” “personalized nutrition,” “athlete performance,” and “machine learning.” The selected publications were examined at the title, abstract, and methodology levels, and studies that were non-relevant, non-clinical, or focused solely on general nutrition habits were excluded.

Findings: The literature indicates that advanced algorithms can analyze individual energy balance and dietary habits to provide personalized recommendations; however, they are limited by factors such as data accuracy, cost, and the need for manual input.

Conclusion: AI-assisted personalized nutrition strategies hold significant potential for enhancing athletic performance and optimizing nutritional processes. Nonetheless, by addressing current challenges related to data accuracy and implementation, these strategies may become a more widespread and effective innovative approach in sports sciences in the future.

Keywords: Artificial intelligence, personalized nutrition, athletic performance, machine learning

Spor Bilimleri Öğrencilerinin Yapay Zeka Kaygısı ve Gelecek Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi

Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ, Elif ÜSTÜNDAĞ

Dicle Üniversitesi, Ankara Üniversitesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı spor bilimleri fakültesinde eğitim gören üniversite öğrencilerinin yapay zeka kaygılar ve gelecek kaygısı düzeylerinin incelenmesidir. Betimsel tarama modeline uygun olarak düzenlenecek bu çalışmanın örneklemini; 2025-2026 eğitim öğretim yılında, Ankara ilindeki Yüksek Öğretim Kurumu'na bağlı üniversitelerde öğrenim gören 153'ü kadın, 162'si erkek olmak üzere toplam 315 üniversite öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmaya ilişkin veriler; Wang & Wang (2019) tarafından geliştirilen ve Terzi (2020) tarafından uyarlanan 21 madde ve 4 alt boyuttan oluşan Yapay Zeka Kaygı Ölçeği ve Geylani ve Çiriş-Yıldız (2020) tarafından geliştirilen 19 madde ve 2 alt boyuttan oluşan Gelecek Kaygısı Ölçeği ile araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu ile elde edilmiştir. Elde edilen veriler normal dağılım göstermesinden kaynaklı parametrik testler uygulanmıştır. Yapılan incelemeler sonucunda; spor bilimleri öğrencilerinin yapay zekâ kaygısı ve gelecek kaygısı düzeyleri çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmiştir. Bulgular, yapay zekâ aracı kullanan öğrencilerin, kullanmayanlara kıyasla daha yüksek düzeyde yapay zekâ kaygısına sahip olduklarını göstermiştir. “Öğrenme”, “İş Değiştirme”, “Sosyoteknik Körlük” ve “Yapay Zekâ Yapılandırması” alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca, yapay zekâ kullanan öğrencilerin “Gelecekte Umutsuzluk” ve genel “Gelecek Kaygısı” puanlarının da anlamlı düzeyde yüksek olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet değişkenine göre erkek öğrencilerin “Öğrenme” alt boyutunda daha yüksek yapay zekâ kaygısı gösterdiği, buna karşın kadın öğrencilerin gelecek kaygısı ve umutsuzluk düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu saptanmıştır. Yaş değişkeni açısından 19–20 yaş grubu öğrencilerin hem yapay zekâ hem de gelecek kaygısı düzeyleri diğer yaş gruplarına göre anlamlı biçimde yüksektir. Bölüm değişkenine göre öğretmenlik bölümü öğrencilerinin gelecek kaygısı düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Sınıf değişkeni incelendiğinde ise 3. sınıf öğrencilerinin yapay zekâ ve gelecek kaygısı düzeylerinin diğer sınıflara göre anlamlı biçimde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor Bilimleri Öğrencileri, Yapay Zeka Kaygısı, Gelecek Kaygısı

An Examination of Artificial Intelligence Anxiety and Future Anxiety Levels of Sports Sciences Students

ABSTRACT

This study aimed to examine the levels of artificial intelligence anxiety and future anxiety among university students studying in the Faculty of Sport Sciences. Designed in accordance with the descriptive survey model, the study sample consisted of 315 university students (153 female and 162 male) studying at higher education institutions in Ankara during the 2025–2026 academic year. Data were collected using the Artificial Intelligence Anxiety Scale developed by Wang and Wang (2019) and adapted into Turkish by Terzi (2020), which includes 21 items and four subdimensions,



the Future Anxiety Scale developed by Geylani and Çirış-Yıldız (2020), consisting of 19 items and two subdimensions, and a demographic information form prepared by the researcher. Since the data showed a normal distribution, parametric tests were applied. The findings revealed that students who used artificial intelligence tools had significantly higher levels of artificial intelligence anxiety compared to those who did not. Significant differences were found in the subdimensions of learning, job replacement, sociotechnical blindness, and artificial intelligence structuring. Additionally, students who used artificial intelligence had significantly higher scores in hopelessness about the future and overall future anxiety. Male students demonstrated higher artificial intelligence anxiety in the learning subdimension, whereas female students reported higher levels of future anxiety and hopelessness. Age-based analyses showed that students aged 19–20 had higher levels of both artificial intelligence and future anxiety. Teacher education students exhibited higher levels of future anxiety compared to other departments, and third-year students reported higher levels of both artificial intelligence and future anxiety than other grade levels.

Keywords: Sport Sciences Students, Artificial Intelligence Anxiety, Future Anxiety



2025-81-IECSES-8th-1068-FC-TB-KY-SG

Üniversiteli Sporcularda Öz Şefkat İle Tükenmişlik Arasındaki İlişkide Öz Eleştirinin Aracılık Rolü

Semra YATAK, Emre Ozan TİNGAZ

Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara

ÖZ

Bu çalışmanın amacı üniversiteli sporcularda öz şefkat ile tükenmişlik arasındaki ilişkide öz eleştirinin aracılık rolünün incelenmesidir. Bununla birlikte, mevcut katılımcılarda öz şefkat, tükenmişlik ve öz eleştirinin cinsiyet ve bireysel ya da takım sporcusu olma durumlarına göre anlamlı şekilde değişip değişmediğini araştırmaktır. Araştırmaya Türkiye'nin çeşitli üniversitelerinde eğitim gören, takım ya da bireysel spor yapan 263 üniversiteli sporcu katılmıştır. 18 – 43 yaş aralığında üniversiteli sporcuların yaş ortalaması 22.30'dur ($SS=1.79$). Sporcuların 142'si kadın, 121'i ise erkektir. Çevrimiçi yürütülen bu araştırmada, kişisel bilgi formu ile birlikte öz şefkati ölçmek için "Sporcu Öz Şefkat Ölçeği-Kısa Formu", tükenmişliğini ölçmek için "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği", öz eleştiriyi ölçmek için "Sporcu Durumluk Öz Eleştiri Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 23.00 ile analiz edilmiştir. Sonuç olarak öz şefkat, tükenmişlik ve özeleştirinin cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmadığı görülmüştür. Ancak takım sporcuları özelinde cinsiyet incelendiğinde, kadın sporcuların erkek sporculara göre daha yüksek öz şefkat puan ortalamasına sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Öte yandan, takım sporcuları tükenmişlik ve öz eleştiri puanlarında cinsiyete dayalı belirgin bir fark saptanmamıştır. Bireysel sporculara bakıldığında ise öz şefkat, öz eleştiri ve tükenmişlik puanlarında cinsiyete dayalı belirgin bir fark bulunamamıştır. Hem takım hem de bireysel sporcular birlikte değerlendirildiğinde, öz şefkat ve öz eleştiri arasında negatif yönde bir ilişki olduğu ve öz şefkatin öz eleştiri için anlamlı bir yordayıcı olduğu sonucuna varılmıştır. Benzer şekilde, öz şefkat tükenmişliği negatif olarak yordarken, özeleştiri tükenmişliği pozitif olarak yordamıştır. Öz şefkat ve tükenmişlik arasındaki ilişkide öz eleştirinin kısmi aracılık rolü olduğu bulgulanmıştır. Her ne kadar kesitsel desende yapılmış bu araştırma sonucunda nedensel bir çıkarım yapmak zor olsa da, mevcut araştırma grubundaki sporcular için, öz şefkati daha yüksek olan sporcuların daha az öz eleştirel düşüncelere sahip olabileceği ve kısmi olarak bu yolla da daha az sporda tükenmişlik yaşayabileceği görülmüştür.

Anahtar Kelimeler:Sporcu öğrenciler, Tükenmişlik, Öz duyarlılık, Öz eleştiri

The Mediating Role Of Self-Criticism In The Relationship Between Self-Compassion And Burnout In Student Athletes

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the mediating role of self-criticism in the relationship between self-compassion and burnout in university athletes. Furthermore, it was to investigate whether self-compassion, burnout, and self-criticism in the current participants differed significantly according to gender and whether they were individual or team athletes. 263 university



athletes studying at various universities in Türkiye and participating in team or individual sports participated in the study. The mean age of the university athletes, ranging from 18 to 43, was 22.30 (SD=1.79). 142 of the athletes were female and 121 were male. In this online study, conducted along with a personal information form, the "Athlete Self-Compassion Scale-Short Form" was used to measure self-compassion, the "Athlete Burnout Scale" was used to measure burnout, and the "Athlete State Self-Criticism Scale" was used to measure self-criticism. The data obtained from the study were analyzed using SPSS 23.00. As a result, it was found that self-compassion, burnout, and self-criticism did not differ significantly by gender. However, when gender was examined specifically for team athletes, female athletes had higher mean self-compassion scores than male athletes. On the other hand, no significant gender-based difference was found in burnout and self-criticism scores for team athletes. When looking at individual athletes, no significant gender-based difference was found in self-compassion, self-criticism, or burnout scores. When both team and individual athletes were considered together, it was concluded that there was a negative relationship between self-compassion and self-criticism, and that self-compassion was a significant predictor of self-criticism. Similarly, self-compassion negatively predicted burnout, while self-criticism positively predicted burnout. Self-criticism was found to have a partial mediating role in the relationship between self-compassion and burnout. Although it is difficult to draw a causal inference from the results of this cross-sectional study, it was observed that athletes with higher self-compassion in the current research group may have less self-critical thoughts and, in part, experience less burnout in sports.

Keywords:Sportsmen students, Burnout, Self compassion, Self-criticism

2025-85-IECSES-8th-802-FC-TB-KY-SG

Öz Düzenlemeli Öğrenme Aracı Olarak Kullanılan Web Tabanlı Yansıtıcı Günlüklerin Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Yansıtıcı Düşünme ve Öğrenme Motivasyonuna Etkisi

Ferhat ÇİFÇİ, Onur AKYÜZ**ÖZ**

Amaç: Bu araştırmanın amacı, öz-düzenlemeli öğrenme aracı olarak kullanılan web tabanlı yansıtıcı günlüklerin beden eğitimi öğretmen adaylarının yansıtıcı düşünme ve öğrenme motivasyonuna etkisini belirlemektir. **Yöntem:** Araştırma, karşılaştırmalı eşitlenmemiş gruplar son-test deseninin kullanıldığı yarı deneysel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma grubunu Artvin Çoruh Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenimine devam eden 68 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada uygulama öncesinde Spor Yöneticiliği bölümünde Beden Eğitimi Bilimine Giriş dersini alan öğrenciler kontrol grubu (N=38), Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünde Beden Eğitimi ve Sporun Temelleri dersini alan öğrenciler ise deney grubu (web tabanlı yansıtıcı günlük grubu, N=30) olarak belirlenmiştir. Araştırmada her iki gruba da aynı ders planları ile 8 hafta boyunca dersler işlenmiştir. Kontrol grubu, bu dersler süresince herhangi bir ek etkinlik yapmazken deney grubu her hafta ders sonrası web tabanlı yansıtıcı günlüğü tamamlamıştır. Uygulama sonrası her iki çalışma grubuna da 'Yansıtıcı Düşünme Düzeyini Belirleme Ölçeği' ve 'Güdülenme Ölçeği' uygulanmıştır. Elde edilen verilerin analizinde t testi kullanılmıştır. **Bulgular:** Araştırma bulguları kontrol ve deney grubu öğrencilerinin yansıtıcı düşünme ölçeği toplam puanları ve alışkanlık, anlama, yansıtma, kritik yansıtma alt ölçek puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığını ortaya koymuştur. Ayrıca grupların, güdülenme ölçeği toplam puanları ve içsel hedef belirleme, dışsal hedef belirleme, görev değeri, öğrenmeye ilişkin kontrol inancı, öğrenme ve performans ile ilgili öz yeterlik alt ölçek puanlarının benzer olduğu bulunmuştur. Ancak, deney grubunun sınav kaygısı alt ölçeği puanlarının kontrol grubuna kıyasla anlamlı düzeyde düşük olduğu saptanmıştır.

Sonuç: Sonuç olarak, bu araştırma sonucunda web tabanlı yansıtıcı günlüklerin beden eğitimi öğretmen adaylarının yansıtıcı düşünme ve öğrenme motivasyonlarını artırmada etkili araç olmadığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Yansıtıcı günlük, öz-düzenlemeli öğrenme, yansıtıcı düşünme, motivasyon, beden eğitimi, öğretmen adayı

The Effect of Web Based Reflective Journals Used as a Self-Regulated Learning Tool on Physical Education Teacher Candidates' Reflective Thinking and Learning Motivation

ABSTRACT

Aim: This study aims to examine the effect of web-based reflective journals, employed as a self-regulated learning tool, on physical education teacher candidates' reflective thinking and learning motivation. **Method:** The research is an experimental study using a comparative unequal groups post-test design. The study group consists of 68 students studying at the Faculty of Sport Sciences



at Artvin Coruh University. Before the application of the research, the control group (N=38) consisted of students who took the Introduction to Physical Education Science course in the Sports Management department, while the experimental group (web-based reflective diary group, N=30) consisted of students who took the Fundamentals of Physical Education and Sports course in the Physical Education and Sports Teaching department. In the study, both groups received lessons with the same lesson plans for 8 weeks. The control group did not perform any additional activities during these lessons, while the experimental group completed a web-based reflective diary every week after class. After the application, both study groups were administered the 'Reflective Thinking Level Determination Scale' and the 'Motivation Scale'. T-test was used in the analysis of the obtained data.

Findings: The research findings revealed no statistically significant difference between the control and experimental group students in terms of total reflective thinking scale scores and subscale scores for habit, comprehension, reflection, and critical reflection. Furthermore, the groups were found to be similar in terms of total motivation scale scores and subscale scores for intrinsic goal setting, extrinsic goal setting, task value, belief in learning control, and self-efficacy for learning and performance. However, the experimental group's test anxiety subscale scores were significantly lower than the control group.

Conclusion: In conclusion, this study suggests that web-based reflective journals are not effective tools for increasing physical education teacher candidates' reflective thinking and learning motivation.

Keywords: Reflective journal, self-regulated learning, reflective thinking, motivation, physical education, teacher candidate

ANTRENÖRLERİN MESLEKİ ETİK İLKELERE UYMA DÜZEYLERİ İLE İŞ İHTİYAÇLARI DOYUMU ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Duygu Doğan, Semiyha Tuncel

Ankara Üniversitesi, Ankara Üniversitesi

ÖZ

Bu araştırmanın genel amacı, antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeyleri ile iş ihtiyaçları doyumları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın alt amaçları ise antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeyleri ve iş ihtiyaçları doyumlarının; cinsiyet, yaş, mesleki deneyim yılı, antrenörün çalıştığı branş türü ve profesyonel sporculuk geçmişi değişkenlerine göre nasıl farklılık gösterdiğini belirlemektir. Araştırmanın çalışma grubunu, Türkiye'nin farklı illerinde görev yapan, 18 yaş ve üzeri, en az iki yıl mesleki deneyime sahip ve hâlen aktif olarak antrenörlük yapmakta olan bireyler oluşturmaktadır. Araştırmada, nicel araştırma modeli kapsamında ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Verilerin toplanmasında "Kişisel Bilgi Formu", "Antrenörlerin Mesleki Etik İlkeleri Ölçeği" ve "İş İhtiyaçları Doymu Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS istatistiksel analiz paket programı kullanılmış; elde edilen veriler üzerinde tanımlayıcı istatistikler, Bağımsız Örneklem T-Testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (One-Way ANOVA) ve Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeyleri ve iş ihtiyaçları doymu düzeylerinin yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Mesleki etik ilkelere uyma düzeyleri, meslek deneyim yılı değişkeni için anlamlı farklılık göstermiş; sorumluluk düzeyi, 1–5 yıl deneyimli antrenörlerde daha düşük bulunmuştur. Ayrıca, iş ihtiyaçları doymu düzeyleri hem profesyonel sporculuk geçmişine hem de meslek deneyim yılına göre anlamlı farklılık göstermektedir. Sporculuk geçmişi olan antrenörlerin yeterlilik ve özerklik ihtiyaç doyumları daha yüksek bulunmuştur. Orta düzey deneyime (6–9 yıl) sahip antrenörler ise yeterlilik ihtiyaç doyumu açısından daha yüksek puanlar elde etmiştir. Antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeyleri ile iş ihtiyaçları doyumu arasında orta düzeyde, pozitif ve anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir ($r = .454, p < .001$). Bu sonuç, iş ihtiyaçları doyumu daha iyi düzeyde karşılanan antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeylerinin daha yüksek olabileceği sonucunu ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler:Antrenör, antrenör meslek etiği, iş ihtiyaçları doyumu

An Examination of the Relationship Between Coaches' Compliance with Professional Ethical Principles and Their Job Satisfaction

ABSTRACT

The general purpose of this research is to examine the relationship between coaches' compliance with professional ethical principles and their work satisfaction needs. The sub-purposes of the study are to determine how coaches' levels of compliance with professional ethical principles and their work satisfaction needs differ according to gender, age, years of professional experience, type of sport branch they work in, and their background as professional athletes.



The study group consists of individuals aged 18 and above, working as active coaches in different provinces of Turkey, who have at least two years of professional experience. In the research, a quantitative research model was employed using the relational survey method. For data collection, the “Personal Information Form,” “Coaches’ Professional Ethical Principles Scale,” and “Work Satisfaction Needs Scale” were used.

For data analysis, the SPSS statistical analysis package was utilized. Descriptive statistics, Independent Samples T-Test, One-Way Analysis of Variance (ANOVA), and Pearson Correlation Analysis were applied to the obtained data.

It was observed that coaches’ levels of compliance with professional ethical principles and their work satisfaction needs were high. The level of compliance with professional ethical principles showed a significant difference according to the variable of professional experience; the level of responsibility was found to be lower among coaches with 1–5 years of experience.

Furthermore, the levels of work satisfaction needs differed significantly according to both professional athletic background and years of experience. Coaches with a background in sports had higher satisfaction of competence and autonomy needs. Coaches with moderate experience (6–9 years) obtained higher scores in competence needs satisfaction.

A moderate, positive, and significant relationship was observed between coaches’ compliance with professional ethical principles and their work satisfaction needs ($r = .454$, $p < .001$). This result indicates that coaches whose work satisfaction needs are better fulfilled may exhibit higher levels of compliance with professional ethical principles.

Keywords: Coach, Professional ethics of coaches, work satisfaction needs

NBA Draft Adaylarının Fiziksel Verilerinden Kariyer Başarısının Tahmin Edilmesi: Bir Makine Öğrenmesi Yaklaşımı

İrem Türkmen, Turan Alptuğ Türkmen

Hitit Üniversitesi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi

Öz

Amerika'daki birçok profesyonel spor dalında, *draft* adı verilen sporcu seçim günleri yapılmaktadır. Draft seçimi, takımların yüksek yatırımlar yaptığı, ancak belirsizlik seviyesi yüksek bir dönemdir. Geleneksel gözlemcilik (scouting) yöntemleri, oyuncuların potansiyelini değerlendirmede temel araç olsa da öznel yargılara açık bir yapıdadır. Bu çalışmada, draft öncesi gerçekleştirilen standart fiziksel ve atletik ölçümlerin (NBA Draft Combine verileri) bir oyuncunun profesyonel kariyer başarısını ne ölçüde öngörebileceği araştırılmaktadır. Araştırmanın amacı, veri bilimi ve yapay zeka teknikleri aracılığıyla yetenek seçim süreçlerine nesnel, ölçülebilir ve veriye dayalı bir karar destek sistemi sunmaktır.

Çalışmada, oyuncuların draft öncesi ölçülen 14 farklı antropometrik ve atletik özelliği (vücut yağ oranı, el uzunluğu, el genişliği, ayakkabısız boy uzunluğu, ayakkabılı boy uzunluğu, ayakta uzanma yüksekliği, ağırlık, kulaç uzunluğu) ile kariyer performanslarını temsil eden ileri düzey metrikler — Win Shares (WS) – Galibiyet Katkısı, WS/48 – Dakika Başına Galibiyet Katkısı, Box Plus/Minus (BPM) – Saha Etki Katsayısı, Value Over Replacement Player (VORP) – Yedek Oyuncuya Göre Değer Farkı — arasında ilişki kuran tahmin modelleri geliştirilmiştir.

Verileri test etmek için üç farklı makine öğrenmesi modeli (AdaBoost, XGBoost, CatBoost) kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar, fiziksel ölçümlerin kariyer potansiyelini tahmin etmede anlamlı düzeyde açıklayıcı güce sahip olduğunu göstermektedir. CatBoost ve XGBoost modelleri, VORP metriğindeki varyansın %98'ini ($R^2 = 0.9814$) ve WS metriğindeki varyansın %96'sını ($R^2 = 0.9607$) açıklayarak yüksek bir tahmin başarısı göstermiştir. Bulgular, yapay zeka tabanlı tahmin modellerinin geleneksel gözlem ve değerlendirme yöntemlerini tamamlayıcı nitelikte yararlı bir analitik araç olabileceğini göstermektedir. Bu yaklaşım, kulüplerin draft sürecinde riskli ya da yüksek potansiyelli oyuncuları daha erken ve isabetli biçimde belirleyerek sporcu seçimi ve yatırım stratejilerini veriye dayalı bir temele oturtmalarına katkı sağlayabilecek niteliktedir.

Anahtar Kelimeler:Nba Draft, Kariyer Başarısı, Makine Öğrenmesi, Yapay Zeka

Predicting Career Success from the Physical Data of NBA Draft Prospects: A Machine Learning Approach

ABSTRACT

In many professional sports leagues in the United States, player selection events known as drafts are held. The draft process represents a period during which teams make substantial investments, yet it is marked by a high degree of uncertainty. While traditional scouting methods remain the primary means of assessing players' potential, they are inherently susceptible to subjective

judgment. This study examines the extent to which standard physical and athletic measurements conducted prior to the draft (NBA Draft Combine data) can predict a player's subsequent professional career success. The purpose of the research is to provide an objective, measurable, and data-driven decision support system for talent selection processes through the use of data science and artificial intelligence techniques.

The study developed predictive models that establish relationships between 14 different anthropometric and athletic characteristics measured before the draft (body fat %, hand length, hand width, height w/o shoes, height w/ shoes, standing reach, weight, wingspan) and advanced metrics representing career performance — Win Shares (WS), WS/48, Box Plus/Minus (BPM), and Value Over Replacement Player (VORP).

Three different machine learning models (AdaBoost, XGBoost, and CatBoost) were used to analyze the data. The results show that physical measurements possess significant explanatory power in predicting career potential. The CatBoost and XGBoost models achieved high predictive performance, explaining 98% of the variance in the VORP metric ($R^2 = 0.9814$) and 96% of the variance in the WS metric ($R^2 = 0.9607$). The findings suggest that AI-based prediction models can serve as valuable analytical tools complementing traditional scouting and evaluation methods. This approach may help teams identify risky or high-potential players earlier and more accurately during the draft process, thereby supporting data-driven decision-making in athlete selection and investment strategies.

Keywords: NBA Draft, Career Success, Machine Learning, Artificial Intelligence



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2025-88-IECS-8th-901-FC-TB-KY-SG

Montessori Sınıflarında Çocukların Akran İlişkileri: Öğretmen Perspektifinden Bir İnceleme

Dr. Öğr. üyesi Tuğba Kanmaz, Prof. Dr. Fatma Tezel Şahin

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi, Gazi Üniversitesi

Öz

Montessori yaklaşımının bireysel gelişimi merkeze alan yapısı, çocukların sosyal öğrenme süreçlerini ve akran etkileşimlerini doğrudan etkilemektedir. Montessori pedagojisinin iş birliği ve saygı temelli yapısına rağmen, bireysel öğrenme hızları ve paylaşım alışkanlıkları akran ilişkilerinde farklılıklara neden olabilmektedir. Bu bağlamda, araştırma Montessori sınıflarında çocukların akran ilişkilerini öğretmen perspektifinden inceleyerek, özgürlük, bireysellik ve sosyal etkileşim ilkelerinin çocukların sosyal ilişkileri üzerindeki yansımalarını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Araştırma, nitel araştırma desenlerinden olgubilim (fenomenoloji) yaklaşımıyla yürütülmüştür. Veriler, araştırmacılar tarafından hazırlanan yarı yapılandırılmış “Öğretmen Görüşme Formu” aracılığıyla, Türkiye’de Montessori yaklaşımını benimseyen okul öncesi eğitim kurumlarında görev yapan 19 öğretmenden toplanmıştır. Katılımcılar, Montessori sertifikasına sahip olma, en az bir yıllık deneyim ve Montessori modelini aktif olarak uyguluyor olma ölçütlerine göre amaçlı örnekleme yöntemiyle belirlenmiştir. Bulgular, öğretmenlerin Montessori sınıflarındaki akran etkileşimlerine ilişkin gözlemleri üzerinden tematik analiz yöntemiyle değerlendirilmiştir. Bulgular, Montessori sınıflarında çocuklar arası etkileşimlerin büyük ölçüde iş birliği, paylaşma, empati ve akran aracılı öğrenme üzerine kurulu olduğunu göstermektedir. Büyük yaş grubundaki çocukların rehberlik edici ve destekleyici roller üstlendiği, küçük yaştakilerin ise gözlem, sabır ve saygı temelli sosyal öğrenme davranışları sergilediği belirlenmiştir. Bununla birlikte, akran ilişkilerinde materyal paylaşmama, sırasını beklememe, oyuna almama veya fiziksel temas (saç çekme, itme vb.) gibi durumlarında ortaya çıkabildiği görülmüştür. Öğretmenler, bu tür çatışmalarda barış masası, empati kurma ve kuralları hatırlatma gibi rehberlik stratejileri uygulamaktadır. Sonuç olarak, Montessori pedagojisinin yapılandırılmış özgürlük anlayışının, olumlu akran ilişkilerinin gelişimini desteklediği ancak sosyal çatışmaların tamamen önlenmesi için öğretmen rehberliği ve duygusal farkındalık çalışmalarının önemini koruduğu söylenebilir. Montessori pedagojisinin sosyal-duygusal gelişimi destekleyen yapısının sürdürülebilmesi için sınıf içi yaş dengesinin dikkatle planlanması, grup etkileşimlerinin artırılması, öğretmenlerin rehberlik ve çatışma çözme becerilerinin güçlendirilmesi ve aile iş birliğine dayalı uygulamaların yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Montessori eğitimi, akran ilişkileri, okul öncesi dönem

Children's Peer Relationships in Montessori Classrooms: An Examination from the Teacher's Perspective

ABSTRACT

The individual-centered nature of the Montessori approach directly influences children’s social learning processes and peer interactions. Although Montessori pedagogy is based on cooperation and mutual respect, differences in individual learning pace and sharing habits may lead to



variations in peer relationships. In this context, the present study aims to examine children's peer relationships in Montessori classrooms from the perspective of teachers, revealing how the principles of freedom, individuality, and social interaction are reflected in children's social relationships. The research was conducted using a qualitative phenomenological design. Data were collected through a semi-structured "Teacher Interview Form" developed by the researchers and administered to 19 preschool teachers working in institutions in Turkey that implement the Montessori approach. Participants were selected through purposive sampling, based on the criteria of holding a Montessori teaching certificate, having at least one year of experience, and actively implementing the Montessori model in their classrooms. The data were analyzed through thematic analysis based on teachers' observations of peer interactions in Montessori classrooms. The findings indicate that peer interactions in these classrooms are largely grounded in cooperation, sharing, empathy, and peer-mediated learning. Older children were observed to take on guiding and supportive roles, while younger ones demonstrated social learning behaviors such as observing, waiting patiently, and communicating respectfully. However, peer conflicts occasionally emerged in situations involving difficulty in sharing materials, taking turns, exclusion from play, or physical contact (e.g., pulling hair, pushing). Teachers reported addressing such conflicts through guidance-based strategies, including the "peace table," encouraging empathy, and reminding classroom rules. In conclusion, the structured freedom embedded in Montessori pedagogy supports the development of positive peer relationships; however, effective teacher guidance and emotional awareness practices remain essential to fully prevent social conflicts. It is recommended that age balance within classrooms be carefully planned, group interactions be strengthened, teachers' guidance and conflict-resolution skills be enhanced, and family-based cooperation practices be further promoted to sustain the social-emotional benefits of Montessori education.

Keywords: Montessori education, peer relations, preschool period



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2024-89-IECSSES-8th-1071-FC-TB-KY-SG

İletişim Paradigmalarında Dijital Dönüşüm: Öğretmen Adaylarının Dijital Ortamlardaki Konuşma Eğilimleri

Emrullah BANAZ, Aslı MADEN

Bayburt Üniversitesi, Bayburt Üniversitesi

ABSTRACT

Bu çalışmada, Türkçe öğretmen adaylarının dijital konuşma eğilimlerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma, nicel yöntemlerden biri olan ilişkisel tarama modeline dayalı olarak yapılandırılmıştır. Çalışmada "Dijital Konuşma Eğilimi Ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmanın örneklem grubunu, 2022-2023 akademik yılında Bayburt Üniversitesi'nde öğrenim gören 213 Türkçe öğretmeni adayı oluşturmaktadır. Elde edilen veriler Google Formlar aracılığıyla toplanmış ve SPSS 23.00 programında analiz edilmiştir. Veri analiz sürecinde, cinsiyet ve bilgisayar kullanım değişkenleri için bağımsız örneklem t-testi; telefonda konuşma süresi ve sınıf düzeyleri için tek yönlü varyans analizi (One Way Anova) kullanılmıştır. Bulgulara göre, öğretmen adaylarının dijital konuşma eğilimi düzeyi 3.09 olarak bulunmuştur. Ölçek puan aralıklarına göre bu düzey "orta"ya karşılık gelmektedir. Öğretmen adaylarının dijital konuşma eğilimleri ile cinsiyet ve telefonda konuşma süresi değişkenleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak, sınıf düzeyleri ($p=0.042$) ve bilgisayar kullanımı ($p=0.040$) değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler:Dijital Konuşma, Türkçe Eğitimi, Öğretmen Adayları

Digital Transformation in Communication Paradigms: Pre-service Teachers' Speech Tendencies in Digital Environments

ABSTRACT

In this study, it is aimed to examine the digital speaking tendencies of prospective Turkish teachers in terms of different variables. The research is structured on the relational survey model, which is one of the quantitative methods. The "Digital Speaking Tendency Scale" was used in the study. The sample group of the study consists of 213 Turkish language teacher candidates studying at Bayburt University in the 2022-2023 academic year. The data obtained were collected through Google Forms and analyzed in SPSS 23.00 program. In the data analysis process, independent samples t-test was used for gender and computer use variables; one-way analysis of variance One Way Anova was used for the duration of talking on the phone and grade levels. Based on the findings, the digital speaking tendency level of pre-service teachers was found to be 3.09. According to the scale score ranges, this level corresponds to "medium". No significant difference was found between the digital speaking dispositions of pre-service teachers and the variables of gender and duration of talking on the phone. However, a significant difference was found in terms of class levels ($p=0.042$) and computer usage ($p=0.040$) variables.

Keywords:Digital Speech, Turkish Education, Pre-service Teachers, Tendency.



Okul Temelli Ders Dışı Fiziksel Aktivite Programlarının Öğrenciler Üzerindeki Etkileri: Bir Metasentez Çalışması

Mehmet Akif YÜCEKAYA

ÖZ

Bu çalışmanın amacı, okul bünyesinde ders saatleri dışında planlanan beden eğitimi ve spor (BES) temelli fiziksel aktivite (FA) programlarına ilişkin nitel araştırma bulgularını bir araya getirerek öğrencilerin katılım deneyimlerini ve bu programların etkilerini bütüncül biçimde incelemektir. Web of Science veri tabanında 2000–2025 yılları arasında yayımlanan çalışmalar taranmış; yalnızca nitel veya karma desenli ve bulgularında nitel veri içeren araştırmalar meta-senteze dâhil edilmiştir. Çalışmalar, Critical Appraisal Skills Programme (CASP) kontrol listesi kullanılarak yöntemsel yeterlik açısından değerlendirilmiş; yalnızca nitel kalite kriterlerini karşılayan araştırmalar analize alınmıştır. Bu kapsamda, 2000–2025 yılları arasında yayımlanmış toplam 23 çalışma metasenteze dâhil edilmiştir. Dahil etme kriterleri; okul temelli ve ders saati dışında yürütülen fiziksel aktivite programlarını inceleyen ve öğrencilerin katılım deneyimlerine odaklanan araştırmaları kapsamaktadır. Katılımcılar öğrenciler, öğretmenler, ebeveynler ve uygulayıcılardan oluşa da, analiz süreci yalnızca öğrencilerin deneyim ve algılarına odaklanmıştır. Yalnızca nicel veriye dayalı olan, ders içi etkinlikleri ele alan, okul dışında, bağımsız kulüpler veya ticari spor faaliyetlerine ilişkin araştırmalar ile yöntemi yeterince açık biçimde raporlanmamış çalışmalar dışlanmıştır. Braun ve Clarke'ın (2006) altı aşamalı tematik analiz süreci izlenerek yapılan sentez sonucunda dört ana tema ortaya çıkmıştır: (1) Psikososyal gelişim ve sosyal bağlılık, (2) Sağlık, zindelik ve fiziksel yeterlik, (3) Program ve çevresel faktörler, (4) Katılım motivasyonu ve sürdürülebilirlik. Bulgular, ders dışı FA programlarının öğrencilerin özgüven, aidiyet ve sosyal bağlarını güçlendirdiğini; fiziksel uygunluk ve sağlıklı yaşam farkındalığını artırdığını; okul altyapısı, öğretmen niteliği ve aile desteğinin katılımı belirleyici olduğunu göstermektedir. Ayrıca eğlence, özerklik ve kültürel kapsayıcılık katılımı desteklerken, lojistik yetersizlikler ve sürdürülebilirlik engelleri devamlılığı zorlaştırmaktadır. Bu sonuçlar, FA programlarının daha etkili planlanması ve uzun vadeli uygulanabilirliği için önemli ipuçları sunmaktadır.

Anahtar Kelimeler:Ders dışı fiziksel aktivite, beden eğitimi ve spor, nitel meta-sentez, tematik analiz

The Effects of School-Based Extracurricular Physical Activity Programs on Students: A Qualitative Metasynthesis

ABSTRACT

The aim of this study is to examine qualitative research findings on school-based extracurricular physical activity (PA) programs in order to provide a comprehensive understanding of students' participation experiences and the outcomes of these programs. Studies published between 2000 and 2025 were searched in Web of Science database; only qualitative and mixed-methods studies with qualitative components were included in the metasynthesis. The methodological rigor of the selected studies was evaluated using the Critical Appraisal Skills Programme (CASP) checklist, and



only studies that met the qualitative quality criteria were included in the analysis. In this context, a total of 23 studies published between 2000 and 2025 were included in the metasynthesis. Inclusion criteria included studies examining school-based, extracurricular physical activity programs and focusing on student participation experiences. Although participants included students, teachers, parents, and practitioners, the analysis focused solely on student experiences and perceptions. Studies based solely on quantitative data, studies addressing in-class activities, studies on extracurricular activities, independent clubs, or commercial sports activities, and studies whose methods were not sufficiently clearly reported were excluded. Following Braun and Clarke's (2006) six-step thematic analysis process, four main themes were identified: (1) Psychosocial development and social connectedness, (2) Health, fitness, and physical competence, (3) Program and environmental factors, and (4) Participation motivation and sustainability. Findings indicate that extracurricular PA programs strengthen students' self-confidence, sense of belonging, and peer relationships; enhance physical fitness and healthy lifestyle awareness; and are shaped significantly by school infrastructure, teacher competence, and parental support. Moreover, enjoyment, autonomy, and cultural inclusiveness facilitate participation, while logistical limitations and sustainability challenges hinder long-term engagement.. These results provide important clues for more effective planning and long-term viability of FA programs.

Keywords:extracurricular physical activity, physical education and sport, qualitative metasynthesis, thematic analysis

Dijital Oyun Bağımlılığının 10 -14 Yaş Arasındaki Çocukların Fiziksel Aktivite Tutumları Üzerindeki Etkisi: Kütahya İli Örneği

**Ahmet TAKMAK¹, Oğuzhan YÜKSEL¹,
Erhan DEVRİLMEZ², Ekrem Yasin TABAK²**

¹Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitimi Enstitüsü, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya,

²Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Spor Bilimleri Fakültesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Karaman

ÖZ

Bu çalışma, ortaokul çağındaki öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının fiziksel aktiviteye yönelik tutumlar üzerindeki etkisini araştırmaktadır. Nicel araştırma kapsamında ilişkisel tarama deseni benimsenmiştir. Örneklem; yaşları 10–14 arasında değişen, 571’i kız (%49,4) ve 584’ü erkek (%50,6) olmak üzere toplam 1155 öğrenciden oluşmaktadır; yaş ortalaması 11,59 (Ss = 1,34)’dur. Ölçümler için Simonton ve ark. (2021) tarafından geliştirilen ve Uyhan ve ark. (2023) tarafından Türkçeye uyarlanan “Çocuk ve Gençlerde Fiziksel Aktivite Tutum Ölçeği” ile Hazar ve Hazar’ın (2017) “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistiklerle özetlenmiş; ardından MANOVA ve kanonik korelasyon analizleri uygulanmıştır. Bulgular, cinsiyet, sınıf düzeyi ve spor yapma durumu arasında anlamlı bir etkileşim bulunmadığını göstermektedir ($p > .05$). Bu nedenle ana etkiler incelenmiş; fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutumun sınıf düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaştığı saptanmıştır ($p < .017$). Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı genel olarak yüksek düzeydedir ve bu düzey cinsiyete, sınıfa ve spor yapma durumuna göre değişmektedir. Öğrencilerin fiziksel aktivite tutumları da genel olarak yüksektir; ancak bu tutumların cinsiyete göre değişmediği, sınıf ve spor yapma durumuna göre ise farklılaştığı belirlenmiştir. Ayrıca dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutumu arasında orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, dijital oyun bağımlılığındaki artış, fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutumları azaltmakta ve olumsuz tutumları güçlendirmektedir.

Anahtar Kelimeler:Dijital oyun, Fiziksel Aktivite, Tutum, Bağımlılık

The Effect of Digital Game Addiction on Physical Activity Attitudes of Children Aged 10- 14 Years: The Case of Kütahya

ABSTRACT

This study investigates the effect of digital game addiction on attitudes towards physical activity among secondary school students. A correlational survey design was adopted within the scope of quantitative research. The sample consisted of a total of 1,155 students aged between 10 and 14, of whom 571 were female (49.4%) and 584 were male (50.6%); the mean age was 11.59 (SD = 1.34). The ‘Physical Activity Attitude Scale for Children and Adolescents’ developed by Simonton et al. (2021) and adapted into Turkish by Uyhan et al. (2023) and Hazar and Hazar’s (2017) ‘Digital Game Addiction Scale for Children’ were used for measurements. The data were summarised using descriptive statistics; subsequently, MANOVA and canonical correlation analyses were applied. The



findings indicate that there is no significant interaction between gender, grade level, and participation in sports ($p > .05$). Therefore, the main effects were examined; it was found that positive attitudes towards physical activity differed significantly according to grade level ($p < .017$). Students' digital game addiction is generally high, and this level varies according to gender, class, and whether they participate in sports. Students' attitudes towards physical activity are also generally high; however, it has been determined that these attitudes do not vary according to gender, but differ according to class and whether they participate in sports. Furthermore, a moderate and significant relationship was found between digital game addiction and attitudes towards physical activity. Consequently, an increase in digital game addiction reduces positive attitudes towards physical activity and strengthens negative attitudes.

Keywords: Digital gaming, Physical activity, Attitude, Addiction



Farklı Kategorilerdeki Kadın Sporcularda Düşük Kullanılabilir Enerji Durumunun Değerlendirilmesi

Canan Gülbin ESKİYECEK, Ozan ESMER

¹Doç. Dr., Spor Bilimleri Fakültesi, Mardin Artuklu Üniversitesi, Mardin, Türkiye,

E-mail: cgulbineskiyecek@gmail.com, Tel: 05053782532, <https://orcid.org/0000-0001-6987-3609>

²Doç. Dr., Spor Bilimleri Fakültesi, Mardin Artuklu Üniversitesi, Mardin, Türkiye,

E-mail: ozanesmer@gmail.com, Tel: 05323366442, <https://orcid.org/0000-0001-5602-4995>

ÖZ

Amaç: Bu araştırmanın amacı, farklı branş ve kategorilerdeki kadın sporcuların bazı demografik değişkenlerine (yaş, eğitim durumu, spor deneyimi, branşı, aktif spor yapma durumu, antrenörlük spor kategorisi ve antrenörlük kademesi) göre sporcunun sağlığı ve performansı açısından oldukça önemli olan düşük kullanılabilir enerji durumunun tespit edilmesidir. Araştırmada aynı zamanda kadın sporcuların “kadın sporcu triadı” ve “sporda rölatif enerji eksikliği” risk faktörlerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: Araştırmada, nicel araştırma türlerinden biri olan ve bir konudaki mevcut durumu araştırmayı amaçlayan araştırma modellerinden “betimsel tarama modeli” kullanılmıştır. Araştırma, 2024-2025 sezonunda Türkiye’deki çeşitli spor kulüplerinde bireysel ya da takım sporlarının farklı lig ve branşlarındaki 18 yaş üzeri toplam 106 lisanslı kadın sporcunun gönüllü olarak katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Melin ve arkadaşları tarafından 2014 yılında geliştirilen ve Durgut Çelenk ve arkadaşları tarafından 2024 yılında Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Kadın Sporcularda Düşük Kullanılabilir Enerji Anketi (LEAF-Q)” kullanılmıştır. Veriler Google Formlar aracılığıyla oluşturulan anket üzerinden katılımcılara gönderilerek toplanmıştır. Verilerin çözümlenmesinde SPSS 26.0 istatistik paket programı kullanılmış ve tüm istatistiksel işlemlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Ölçekte normal dağılım gösteren verilerde değişkenler arasında farkı belirlemede parametrik testlerden t testi kullanılmıştır.

Bulgular: Kadın Sporcularda Düşük Kullanılabilir Enerji Anketi’nin puan değerlendirmesinde; < 8 puan olan sporcuların oranı %66,0 ($n=70$) iken ≥ 8 puan olan sporcuların oranının ise %34,0 ($n=36$) olduğu tespit edilmiştir. Kadın sporcuların düşük kullanılabilir enerji (DKE)’nin yaralanmalar ve gastrointestinal fonksiyon alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > 0.05$). DKE’nin menstrual fonksiyon ve kontraseptif kullanımı ($p = .002$) alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p < 0.05$).

Sonuç: Araştırmanın literatür incelenmesi, kadın sporcularda yaygın olarak görülen DKE’nin, çok boyutlu sağlık ve performans sorunlarına yol açabilen ve tanı ile yönetiminin multidisipliner bir yaklaşım gerektirdiği önemli bir konu olduğunu göstermektedir. Sonuç olarak, araştırmaya katılan



kadın sporcuların hesaplanan DKE anketinin puanlarında sporcuların %66,0'nın (n=70) triad risk altında olmadığı %34,0'nın (n=36) ise triad risk altında olduğu belirlenmiştir. Buna ek olarak, kadın sporcuların spor türlerinin, menstrual fonksiyon ve doğum kontrol yöntemi kullanımı üzerinde etkisi olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlar doğrultusunda, DKE'nin bilimsel temelde ele alınması, kadın sporcuların sağlığının korunması ve sportif performanslarının uzun vadede sürdürülebilirliğinin sağlanması açısından vazgeçilmez bir gereklilik olarak ortaya çıkmaktadır.

Anahtar Kelimeler: Kadın sporcu tiradı, sporda rölatif enerji eksikliği, fiziksel aktivite.

Assessment of Low Available Energy Status in Female Athletes Across Different Categories

ABSTRACT

Objective: Purpose: The objective of this study is to identify low available energy status, which is quite important in terms of the athlete's health and performance, according to certain demographic variables (age, educational status, sports experience, branch, active sports participation status, coaching sports category and coaching level) of female athletes in different branches and categories.

Method : In this study, the 'descriptive survey model,' one of the quantitative research types aimed at investigating the current state of a subject, was used. The research was conducted with the voluntary participation of a total of 106 licensed female athletes aged 18 and over in various leagues and branches of individual or team sports in various sports clubs in Turkey during the 2024-2025 season. The data collection tool used in the research was the 'Low Available Energy Questionnaire for Female Athletes (LEAF-Q)' developed by Melin and colleagues in 2014 and validated and tested for reliability in Turkish by Durgut Çelenk and colleagues in 2024. Data were collected by sending the questionnaire to participants via Google Forms. SPSS 26.0 statistical package software was used to analyse the data, and a significance level of $p<0.05$ was accepted for all statistical procedures. For data showing a normal distribution on the scale, the t-test was used to determine the difference between variables.

Findings: In the LEAF-Q score assessment, it was determined that the percentage of athletes with a score <8 was 66.0% (n=70), while the percentage of athletes with a score ≥ 8 was 34.0% (n=36). No statistically significant differences were found in the low energy availability (LEA) sub-dimensions of injuries and gastrointestinal function among female athletes ($p>0.05$). However, a statistically significant difference was found in the LEA subdimension of menstrual function and contraceptive use ($p=.002$) ($p<0.05$).

Conclusion: The literature review of the study indicates that LEA, commonly observed in female athletes, is an important issue that can lead to multidimensional health and performance problems and requires a multidisciplinary approach for diagnosis and management. As a result, it was determined that 66.0% (n=70) of the female athletes participating in the study were not at risk for the triad, while 34.0% (n=36) were at risk for the triad based on their calculated LEAF-Q scores. Additionally, it was found that the type of sport practiced by female athletes had an effect on menstrual function and birth control method use. In light of these results, addressing LEA on a

scientific basis emerges as an indispensable requirement for protecting the health of female athletes and ensuring the long-term sustainability of their athletic performance.

GİRİŞ

Düşük kullanılabilir enerji (DKE), son yıllarda kadın sporcuların sağlığı ve performansı üzerinde önemli etkileri olan, multidisipliner yaklaşımla ele alınması gereken bir konu olarak öne çıkmaktadır. DKE, temel olarak enerji alımının, egzersizle harcanan enerji ve vücudun temel fizyolojik fonksiyonlarını karşılamada yetersiz kalması durumunu ifade eder. Bu durum, özellikle yoğun antrenman yapan kadın sporcularda, başta menstrual fonksiyon bozuklukları ve kemik mineral yoğunluğunda azalma olmak üzere çok sayıda sağlık sorununa yol açabilmektedir. DKE'nin kadın sporcu triadının etiyolojik bir faktörü olduğu ve enerji alımındaki azalma veya enerji harcamasındaki artıştan kaynaklanabileceği ve bu durumun, sporcuların normal vücut fonksiyonlarını sürdürecektenerjiden yoksun kalmasına neden olduğu belirtilmiştir (Çelenk Durgut ve Eskici, 2023). DKE'nin kadın sporcularda ortaya çıkmasının temel nedenleri arasında, yüksek antrenman hacmi, yetersiz enerji alımı, kilo kontrolü amacıyla yapılan kısıtlamalar ve bozulmuş yeme davranışları yer almaktadır (Jagim ve ark., 2022). Yeme bozukluğu (YB) olan veya olmayan kadın sporcularda düşük enerji kullanılabilirliği (EA), kadın sporcu üçlüsü (Triad) olarak adlandırılan bir sendrom olan oligomenore/fonksiyonel hipotalamik amenore (adet görmeme) ve bozulmuş kemik sağlığı riskini artırmaktadır (Melin ve ark., 2014). DKE'nin kadın sporcularda yol açtığı en önemli klinik tablolardan biri, "Kadın Sporcu Triadı" olarak adlandırılan sendromdur. Bu sendrom, düşük kullanılabilir enerji, düşük kemik mineral yoğunluğu ve menstrual fonksiyon bozuklukları olmak üzere üç temel bileşenden oluşmaktadır (Skarakis ve ark., 2021).

DKE'nin fizyolojik etkileri yalnızca kadın sporcu triadı ile sınırlı kalmamaktadır. Son yıllarda, Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) tarafından tanımlanan "Relative Energy Deficiency in Sport" (RED-S) kavramı, DKE'nin hem kadın hem de erkek sporcularda çok daha geniş bir sağlık ve performans yelpazesinde olumsuz sonuçlara yol açabileceğini göstermiştir (Heikura ve ark., 2021). DKE'nin tanınmasında ve riskin belirlenmesinde kullanılan araçlardan biri, "Low Energy Availability in Females Questionnaire" (LEAF-Q) gibi tarama ölçekleridir (Łuszczki ve ark., 2021). DKE'nin yaygınlığı ve risk faktörleri, farklı spor branşlarında ve farklı düzeylerdeki sporcularda değişiklik gösterebilmektedir. Özellikle estetik sporlar (örneğin; cimnastik, bale, buz pateni gibi) ve kilo duyarlı sporlar (örneğin; güreş, jokey gibi) DKE açısından yüksek riskli gruplar olarak tanımlanmaktadır (Meng ve ark., 2020).

Sportif düzey açısından DKE'nin kadın sporcularda görülme sıklığı, yalnızca elit düzeyde değil aynı zamanda rekreasyonel düzeyde de oldukça yüksek olduğu rapor edilmiştir (Jagim ve ark., 2022; Kuch, 2021). DKE'nin tanınması ve önlenmesi için multidisipliner bir yaklaşım gerekmektedir (Grabia ve ark., 2024). DKE'nin sağlık üzerindeki etkileri çok boyutludur. Uzun süreli DKE, menstrual fonksiyon bozuklukları, kemik mineral yoğunluğunda azalma, bağışıklık sisteminde zayıflama, kardiyovasküler ve gastrointestinal sistemlerde bozulma, protein sentezinde azalma ve psikolojik sorunlar gibi çok sayıda olumsuz sonuca yol açabilmektedir (Logue ve ark., 2020).

Amaç: Bu bağlamda araştırmanın amacı, Türkiye'deki çeşitli spor kulüplerinde bireysel ya da takım sporlarının farklı lig ve branşlarda aktif sporcu olan kadın sporcuların demografik değişkenlerini (yaş, eğitim durumu, spor deneyimi, branşı, aktif spor yapma durumu, antrenörlük spor kategorisi ve antrenörlük kademesi) belirlemek ve bazı değişkenlere göre düşük kullanılabilir enerji durumunu tespit etmektir. Araştırmada aynı zamanda kadın sporcuların "kadın sporcu triadı" ve "sporda rölatif enerji eksikliği" risk faktörlerinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır.

MATERYAL VE YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Araştırmada, nicel araştırma türlerinden biri olan ve bir konudaki mevcut durumu araştırmayı amaçlayan araştırma modellerinden “betimsel tarama modeli” kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırma, 2024-2025 sezonunda Türkiye’deki çeşitli spor kulüplerinde bireysel ya da takım sporlarının farklı lig ve branşlarında aktif sporculuk yapan 18 yaş üzeri toplam 106 lisanslı kadın sporcunun gönüllü olarak katılımıyla gerçekleştirilmiştir.

Tablo 1. Kadın Sporcuların Demografik Özelliklerine Ait Tanımlayıcı İstatiksel Dağılımlar

Değişkenler	X±SS	Ortanca	Minimum-Maksimum
Vücut Ağırlığı (kg)	59.18±59.00	59.00	42.00-90.00
Boy Uzunluğu (cm)	165.55±6.62	165.00	152.00-180.00
BKİ (kg/cm ²)	21.58±2.82	21.30	15.60-30.40
Şu anki boyunuzla şimdiye kadar ulaştığınız en yüksek vücut ağırlığınız (kg)	63.64±11.99	63.00	44.00-130.00
Şu anki boyunuzla şimdiye kadar ulaştığınız en düşük vücut ağırlığınız (kg)	53.23±7.97	52.00	38.00-83.00
Haftada ortalama kaç saat antrenman yaparsınız? (saat/hafta)	8.83±6.66	6.00	2.00-28.00
Haftada ortalama ne sıklıkla antrenman yaparsınız? (gün/hafta)	4,08±4,00	4,00	1,00-10,00
Günde ortalama kaç saat antrenman yaparsınız? (saat/gün)	2,18±1,04	2,00	1,00-6,00

Katılımcıların demografik özelliklerinden; boy uzunluğu ortalamalarının 165,55±6,62 cm, vücut ağırlığı ortalamalarının ise 59,18±9,23 kg olduğu tespit edilmiştir. Kadın sporcuların haftada ortalama 8,83±6,66 saat antrenman yaptığı; haftada ortalama 4,08±4,00 gün antrenman yaptığı; günlük ortalama antrenman sürelerinin ise 2,18±1,04 saat olduğu belirlenmiştir (Tablo 1).

Araştırma Dışlama Kriterleri:

- ✓ Rekreatif sporcular
- ✓ Hamile sporcular
- ✓ Emziren sporcular
- ✓ Kronik hastalığı olanlar
- ✓ Hormonal kontraseptif (son 6 haftadan önce oral kontraseptif) kullananlar
- ✓ Son 2 hafta veya daha uzun süreli antrenman yapmalarına engel olacak fiziksel bir yaralanması bulunanlar

Veri Toplama Aracı

Bu araştırmada elde edilen veriler, araştırmacı tarafından farklı kategorilerdeki kadın sporculara uygulanan bir anket aracılığıyla toplanmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Melin ve arkadaşları tarafından 2014 yılında geliştirilen, orijinal ismi “The Low Energy Availability in Females Questionnaire (LEAFQ)” olan 25 madde ile yaralanmalar, gastrointestinal fonksiyon, menstrual fonksiyon ve kontraseptif kullanımı olmak üzere 3 alt boyuttan oluşan ve Durgut Çelenk ve arkadaşları tarafından ise 2024 yılında Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılan “Kadın Sporcularda Düşük Kullanılabilir Enerji Anketi” kullanılmıştır. Anket, triad/RED-S riskinin değerlendirilmesi amacıyla yardımcı bir olarak kullanılmaktadır. Buna göre; “LEAF-Q $\geq$ 8 puan” olması “triad/RED-S ve DKE için yüksek risk”, “LEAF-Q $<$ 8 puan” olması ise “triad/RED-S ve DKE için düşük risk” göstergesi olarak kabul edilmektedir (Çelenk Durgut ve Eskici, 2023).

Güvenilirlik analizlerinde, Cronbach Alfa (Alfa Katsayısı) değeri 0-1 arasında değişmektedir. Bu değer ölçeğin güvenilirliğini değerlendirmekte olup; Cronbach alfa katsayısı $0,60 \leq \alpha < 0,80$ aralığında olması ölçeğin güvenilir olduğunu ifade etmektedir (Tavşancıl, 2014; Alp ve Kaymaz, 2024). “Kadın Sporcularda Düşük Kullanılabilir Enerji Anketi” genel iç tutarlılık yöntemi ile yapılan güvenilirlik analizi sonuçlarına göre “LEAF-Q” genel alfa değeri 0,628 olarak hesaplanmıştır. Dolayısıyla bu araştırmada kullanılan DKE anketinin güvenilir olduğu kabul edilebilir.

Araştırmanın örneklem büyüklüğünün istatistiksel olarak yeterli olup olmadığını belirlemek amacıyla G*Power 3.1.9.7 yazılımı kullanılarak a priori (önceden) güç analizi gerçekleştirilmiştir. Analizde, etki büyüklüğü orta düzeyde kabul edilerek Cohen’s $d = 0.5$, anlamlılık düzeyi $\alpha = 0.05$, istatistiksel güç ise $1-\beta = 0.80$ olarak belirlenmiştir. İki bağımsız grup (bireysel ve takım sporcuları) arasındaki ortalama farkın t-testi ile analiz edileceği varsayımıyla yapılan hesaplamada, her bir grup için minimum 51 katılımcı, toplamda ise en az 102 katılımcı gerekliliği ortaya konmuştur. Bu doğrultuda çalışmaya 106 kadın sporcu kişi dâhil edilmiştir.

Araştırmada katılımcı sayısına ulaşmak amacıyla anket, elektronik ortamda Google form şeklinde oluşturulmuş ve veriler çevrimiçi olarak toplanmıştır. Araştırmada, DKE anketi’nin Türkçeye uyarlamasını yapan araştırmacılar ile e-posta aracılığıyla iletişim kurulmuş ve gerekli izinler alınmıştır. Anketi doldurmadan önce sporcuların antrenörlerine araştırma konusu hakkında bilgiler içeren bir e-form gönderilerek onamları istenmiş ve formlar kayıt altına alınmıştır.

Verilerin İstatistiksel Analizi

Verilerin çözümlenmesinde ise SPSS 26.0 (IBM SPSS® software, US) istatistik paket programı kullanılmış ve tüm istatistiksel işlemlerde anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak kabul edilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde tanımlayıcı istatistiksel yöntemlerden (standart sapma, ortalama, yüzde, sayı) faydalanılmıştır. Veri setinin normalliğini test etmek amacıyla basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) katsayıları incelenmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Ölçekte normal dağılım gösteren verilerde değişkenler arasında farkı belirlemede parametrik testlerden t testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Araştırmada kadın sporculara uygulanan anketten elde edilen veriler, bu bölümde tablolar şeklinde sunulmuştur.

Tablo 2. Araştırmaya Katılan Kadın Sporcuların Demografik Bilgilerine Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Değişkenler	Alt Kategoriler	Frekans (f)	Yüzde (%)
Yaş	18-21	62	58,5
	22-25	21	19,8
	26-29	11	10,4
	30 yaş ve üzeri	12	11,3
	Toplam	106	100
Eğitim Düzeyi	Önlisans	24	22,6
	Lisans	74	69,8
	Lisansüstü	8	7,5
	Toplam	106	100
Sigara Kullanımı	Evet	18	17,0
	Hayır	88	83,0
	Toplam	106	100
İlaç Kullanımı	Evet	10	9,4
	Hayır	96	90,6
	Toplam	106	100
Spor Türü	Bireysel sporlar	50	47,2
	Takım sporları	56	52,8
	Toplam	106	100
Sporculuk Düzeyi	Amatör	60	56,6
	Profesyonel	46	43,4
	Toplam	106	100
Sporculuk Geçmişi	1-3 yıl	43	40,6
	4-7 yıl	36	34,0
	8-11 yıl	17	16,0
	12 yıl ve üzeri	10	9,4
	Toplam	106	100
Spor Branşı	Artistik Cimnastik	7	6,6
	Atletizm	7	6,6
	Basketbol	8	7,5
	Boks	6	5,7
	Fitness	5	4,7
	Futbol	13	12,3

Pickleball	2	1,9
Tenis	6	5,7
Voleybol	37	34,9
Yüzme	15	14,2
Toplam	106	58,5

Tablo 2'ye bakıldığında kadın sporcuların demografik özelliklerine ilişkin tanımlayıcı istatistiksel veriler görülmektedir.

Tablo 3. Kadın Sporcuların LEAF-Q Değerlerinin İstatistikleri

Değişkenler	Alt Kategoriler	Frekans (f)	Yüzde (%)
LEAF-Q	Risk altında değil	70	66.0
	Risk altında	36	34.0
	Toplam	106	100

Tablo 3'e bakıldığında ankete verilen yanıtlar neticesinde hesaplanan LEAF-Q puan değerlendirmesinde; <8 puan olan sporcuların oranı %66,0 (n=70) iken ≥8 puan olan sporcuların oranı %34,0 (n=36) olarak belirlenmiştir.

Tablo 4. Kadın Sporcuların Spor Türüne Göre t Testi Analiz Sonuçları

LEAF-Q Alt Boyutları	Spor Türleri (N=106)	t	p
Yaralanmalar	Takım Sporları (N=56)	1.682	p=.278
	Bireysel Sporları (N=50)		
<u>Gastrointestinal Fonksiyon</u>	Takım Sporları (N=56)	-.679	p=.494
	Bireysel Sporları (N=50)		
<u>Menstrual Fonksiyon ve Kontraseptif Kullanımı</u>	Takım Sporları (N=56)	-1.978	p=.002*
	Bireysel Sporları (N=50)		

*p<0.05

Tablo 4'e bakıldığında kadın sporcuların DKE'nin yaralanmalar ve gastrointestinal fonksiyon alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır (p>0.05). DKE'nin menstrual fonksiyon ve kontraseptif kullanımı (p=.002) alt boyutunda ise istatistiksel açıdan anlamlı farklılığa rastlanmıştır (p<0.05).

TARTIŞMA

Mevcut literatür, düşük kullanılabilir enerji (DKE) durumunun özellikle dayanıklılık ve estetik spor dallarında yaygın olduğunu ve kadın sporcularda ciddi fizyolojik sonuçlar doğurduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, Melin ve ark. (2014), elit dayanıklılık sporcularının önemli bir bölümünde düşük enerji kullanılabilirliği, menstrual disfonksiyon ve kemik sağlığında bozulma tespit etmiştir. Heikura ve ark. (2021) ise kısa süreli DKE'nin dahi birçok vücut sisteminde bozulmalara yol açtığı, menstrual disfonksiyon ve kemik sağlığında bozulmanın yanı sıra metabolik,

bağırsıklık ve kardiyovasküler sistemleri olumsuz etkilediğini ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, DKE'nin kadın sporcularda yaygın ve ciddi bir sorun olduğunu ortaya koymaktadır.

Meng ve ark.'nın (2020), Çinli elit ve rekreasyonel kadın estetik sporcular üzerinde yaptığı çalışmada, elit sporcularda DKE riskinin rekreasyonel sporculara göre anlamlı derecede yüksek olduğu, DKE riskinin artmasının amenore ve kemik mineral yoğunluğunda azalma ile ilişkili olduğu bildirilmiştir. Benzer şekilde, apranti jokeyler ve güreşçiler üzerinde yapılan bir çalışmada, kemik mineral yoğunluğunun, enerji ve besin alımı ile pozitif ilişkili olduğu, kilo kaybı uygulamalarının ve besin kısıtlamalarının kemik sağlığını olumsuz etkilediği ortaya konmuştur (Ayar ve Özbey, 2024).

Skarakis ve ark.'nın (2021) sistematik derlemesinde, kronik yoğun egzersizin profesyonel kadın sporcuların enerji durumunu olumsuz etkilediği, bunun da menstrual düzensizlikler ve kemik mineral yoğunluğunda azalma ile sonuçlandığı gösterilmiştir. Aynı çalışmada, kadın sporcu triadının, sedanter bireyler veya rekreasyonel sporcu kadınlara kıyasla profesyonel sporcularda daha yaygın olduğu vurgulanmıştır. Bu bulgu, DKE'nin özellikle yüksek performans gerektiren spor dallarında daha sık görüldüğünü ortaya koymaktadır. Bir başka çalışmada ise DKE'nin yalnızca profesyonel düzeyde değil, rekreasyonel sporcularda da yaygın olduğu, CrossFit sporcularında bildirilen yüksek risk oranları ile desteklenmektedir (Kuch, 2021).

DKE'nin yaygınlığına ek olarak, beslenme yetersizlikleri de önemli bir bulgu olarak göze çarpmaktadır. Araştırmalar, DKE'nin yalnızca enerji değil, mikro besin ögesi yetersizlikleriyle de ilişkili olduğu bildirilmektedir. Grabia ve ark. (2024) çalışmasında, DKE'nin kadın sporcularda yaygın olarak görüldüğü, enerji, protein ve karbonhidrat gereksinimlerinin karşılanmasında zorluklar yaşandığı, ayrıca D vitamini, kalsiyum, magnezyum, çinko ve demir gibi mikro besin öğelerinin yetersiz alındığı belirtilmiştir. Bu nedenle, DKE'nin ve buna bağlı ortaya çıkan sağlık sorunlarının önlenmesi ile yönetiminde, hekim, diyetisyen, fizyoterapist ve psikologdan oluşacak multidisipliner bir ekibin koordineli ve bütüncül bir yaklaşımla çalışmasının gerekliliği vurgulanmıştır (Grabia ve ark., 2024). Bazı çalışmalarda bu durumun çok yönlü fizyolojik etkilere ek olarak psikolojik ve davranışsal sonuçlar doğurabileceği de gösterilmiştir (Gowers ve ark., 2025). Benzer şekilde Jagim ve ark.'nın (2022) çalışmasında da, DKE'nin yüksek enerji harcaması, yetersiz enerji alımı veya her ikisinin kombinasyonu sonucu ortaya çıktığı, özellikle kadın sporcularda bu riskin daha yüksek olduğu rapor edilmiştir. Bu sonucun, sporcuların enerji dengesini sağlamakta zorlanmasına, dolayısıyla fizyolojik ve psikolojik sağlık üzerinde olumsuz etkiler yaratmasına yol açtığı ifade edilmiştir.

Logue ve ark.'nın (2020) çalışmasında, DKE'nin kadın ve erkek sporcularda triad ve RED-S'in temelinde yer aldığı, uzun süreli DKE'nin menstrual düzensizlikler, libido kaybı, gastrointestinal ve kardiyovasküler disfonksiyon ile kemik sağlığında bozulmaya neden olduğu bildirilmiştir. Ayrıca, DKE'nin spor performansını da olumsuz etkilediği dolayısıyla bu konu hakkında hem antrenörler hem de sporcular arasında bilgi düzeylerinin ve farkındalığın artırılmasına yönelik çalışmalar yapılması gerektiği vurgulanmıştır.

Łuszczki ve ark.'nın (2021) yaptıkları çalışmada, LEAF-Q'nun kadın sporcularda hem kadın sporcu triadı hem de RED-S riskinin belirlenmesinde etkili bir tarama aracı olduğu gösterilmiştir. Bu tür araçlar, kemik mineral yoğunluğu, dinlenik enerji harcaması, vücut kompozisyonu ve beslenme kayıtları gibi nicel ölçümlerle desteklenmektedir. Bunun yanı sıra enerji kullanılabilirliğinin saha koşullarında doğru ölçülmesinin güç olması, anketlerin biyobelirteçlerle birlikte kullanılmasını gerekli kılmaktadır (Heikura ve ark., 2021; Logue ve ark., 2020). Tüm bu bulgular, DKE'nin menstrual

fonksiyon, kemik sağlığı, metabolik süreçler ve performans üzerinde çok yönlü etkileri olduğunu; bu nedenle sporcular, antrenörler ve sağlık profesyonelleri arasında farkındalığın artırılması, eğitim çalışmalarının ve düzenli sağlık izleminin büyük önem taşıdığını ortaya koymaktadır.

SONUÇ

Spor alanında göreceli enerji eksikliği, son zamanlarda özellikle kadın sporcular arasında büyük bir popülerlik kazanmaktadır. Bu durum, yüksek enerji harcaması, yetersiz enerji alımı veya her ikisinin birleşimi sonucu ortaya çıkan düşük enerji mevcudiyeti ile desteklenmektedir. Bir sporcuyla düşük enerji mevcudiyetine yatkın hale getirebilecek birkaç faktör bulunmaktadır ve bu nedenle, temel nedenleri belirlemek için bütünsel ve kapsamlı bir değerlendirme gerekebilir. Mevcut literatür incelemesinin odak noktası, kadın sporcular arasında düşük enerji mevcudiyetine katkıda bulunan başlıca faktörlerin yanı sıra bilinen risk faktörlerini tartışmak ve uygulayıcıların bu konu hakkında farkındalığını artırmak ve gelecekte odaklanılması gereken alanları belirlemektir. DKE'nin tanı, tarama ve yönetiminde güncel bilimsel veriler ışığında, multidisipliner ekiplerin iş birliği ve eğitim faaliyetlerinin artırılması gerekmektedir. Bu minvalde, DKE'nin bilimsel olarak ele alınması, kadın sporcuların sağlığının korunması ve performanslarının sürdürülebilirliği açısından kritik öneme sahiptir. Sonuç olarak, araştırmaya katılan kadın sporcuların hesaplanan LEAF-Q puanlarında sporcuların %66,0'nın (n=70) triad risk altında olmadığı %34,0'nın (n=36) ise triad risk altında olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda kadın sporcuların spor türlerinin, menstrual fonksiyon ve doğum kontrol yöntemi kullanımı üzerinde etkisi olduğu ortaya çıkmıştır.

KAYNAKLAR

- Alp, S., & Kaymaz, Ö. (2024). Örgütsel erdemliliğin işe angaje olma üzerindeki etkisinde benlik saygısının aracı rolü: Sağlık çalışanlarına yönelik bir araştırma. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 24(1), 1-22.
- Ayar, M., & Özbey, F. (2024). Comparison of nutritional status, anthropometric features and bone mineral density measurements in adolescent wrestlers and apprentice jockeys. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 22(3), 46-57. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1413785>
- Çelenk Durgut, B., & Eskici, G. (2023). Kadın sporcu triadı: Düşük kullanılabilir enerji ve triad bileşenlerine güncel bakış. *Eurasian Journal of Sport Sciences and Education*, 5(2), 133-145. <https://doi.org/10.47778/ejsse.1271203>
- Çelenk Durgut, B., Eskici, G., & Koşar, Ş. N. (2024). Kadın sporcularda düşük kullanılabilir enerji anketinin Türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması: Metodolojik çalışma. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 16(3), 237-256.
- Gowers, C.R., McManus, C.J., Chung, H.C., Jones, B., Tallent, J., & Watt, S.P. (2025). Assessing the risk of low energy availability, bone mineral density and psychological strain in endurance athletes. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 22(1), 2496448. <https://doi.org/10.1080/15502783.2025.2496448>
- Grabia, M., Perkowski, J., Socha, K., & Markiewicz-Żukowska, R. (2024). Female athlete triad and relative energy deficiency in sport (REDs): Nutritional management. *Nutrients*, 16(3), 359. <https://doi.org/10.3390/nu16030359>
- Heikura, I.A., Stellingwerff, T. & Areta J.L. (2021). Low energy availability in female athletes: From the lab to the field. *European Journal of Sport Science*, 22(5), 709-719. <https://doi.org/10.1080/17461391.2021.1915391>
- Jagim, A.R., Fields, J., Magee, M.K., Kerksick, C.M., & Jones, M. T. (2022). *Contributing factors to low energy availability in female athletes: A narrative review of energy availability, training demands, nutrition barriers, body image, and disordered eating*. *Nutrients*, 14(5), 986. <https://doi.org/10.3390/nu14050986>



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

- Kuch, A. (2021). *Recreational female CrossFit athletes and low energy availability* [Master's thesis, South Dakota State University]. *Electronic Theses and Dissertations*. <https://openprairie.sdstate.edu/etd2/198>
- Logue, D.M., Madigan, S.M., Melin, A., Delahunt, E., Heinen, M., McDonnell, S.J., & Corish, C.A. (2020). Low energy availability in athletes 2020: An updated narrative review of prevalence, risk, within-day energy balance, knowledge, and impact on sports performance. *Nutrients*, 12(3), 835. <https://doi.org/10.3390/nu12030835>
- Łuszczki, E., Jagielski, P., Bartosiewicz, A., Kuchciak, M., Dereń, K., Stolarczyk, A., Pakosz, P., & Oleksy, L. (2021). The LEAF questionnaire is a good screening tool for the identification of the Female Athlete Triad/Relative Energy Deficiency in Sport among young football players. *PeerJ*, 9, e12118. <https://doi.org/10.7717/peerj.12118>
- Melin, A., Tornberg, Å. B., Skouby, S., Faber, J., Ritz, C., Sjödin, A., & Sundgot-Borgen, J. (2014). The LEAF questionnaire: A screening tool for the identification of female athletes at risk for the female athlete triad. *British Journal of Sports Medicine*, 48(7), 540–545. <https://doi.org/10.5336/sportsci.2024-103508>
- Meng, K., Qiu, J., Benardot, D., Carr, A., Yi, L., Wang, J., & Liang, Y. (2020). The risk of low energy availability in Chinese elite and recreational female aesthetic sports athletes. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 17(1), 13. <https://doi.org/10.1186/s12970-020-00344-x>
- Skarakis, N.S., Mastorakos, G., Georgopoulos, N., & Goulis, D.G. (2021). Energy deficiency, menstrual disorders, and low bone mineral density in female athletes: A systematic review. *Hormones*, 20(3), 439–448. <https://doi.org/10.1007/s42000-021-00288-0>
- Tavşancıl, E. (2014). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. 5.Baskı. Ankara: Nobel Basımevi.



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

2024-77-IECSES-8th-1060-FC-TB-KY-SG

Türk Sporcuların 2000 Yılı Sonrası Olimpiyat Oyunlarındaki Başarılarına Güncel Bir Bakış

Ozan ESMER¹, Canan Gülbin ESKİYECEK²

¹Doç. Dr., Spor Bilimleri Fakültesi, Mardin Artuklu Üniversitesi, Mardin, Türkiye,

E-mail: ozanesmer@gmail.com,

<https://orcid.org/0000-0001-5602-4995>

²Doç. Dr., Spor Bilimleri Fakültesi, Mardin Artuklu Üniversitesi, Mardin, Türkiye,

E-mail: cgulbineskiyecek@gmail.com

<https://orcid.org/0000-0001-6987-3609>

ÖZET

Bu çalışmanın odak noktası, Olimpiyat Oyunları'na katılan Türk atletlerin 2000 yılından itibaren göstermiş olduğu performansların incelenmesidir. Çalışmada, niteliksel araştırma metodolojisinin bir parçası olan doküman inceleme tekniği kullanılmıştır. Yapılan incelemelere göre; Türkiye, ilk defa 1908 yılında Londra'da düzenlenen Olimpiyat Oyunları'na katılmış, ancak madalya elde edememiştir. Ülkenin Olimpiyat tarihindeki ilk madalyaları 1936 yılında güreş dalında kazanılmıştır. Türkiye'nin en yüksek madalya sayısına ulaştığı yıl, 1948 Londra Olimpiyatları'nda toplam 12 madalya ile olurken, 2020 Tokyo Olimpiyatları'nda bu sayı 13'e yükselmiştir. Bugüne dek toplam 112 madalya kazanan Türkiye, bu madalyaların 68'ini güreşte, 11'ini halterde ve 10'unu Taekwondo'da elde etmiştir. Türkiye, 1920 Anvers, 1932 Los Angeles ve 1980 Moskova Olimpiyatları'na savaşlar nedeniyle iştirak edememiştir. Ayrıca, 1912 Stockholm, 1924 Paris, 1928 Amsterdam ve 1976 Montreal Olimpiyatları'nda önemli bir başarıya veya madalyaya ulaşamamıştır. 2000 yılından sonra gerçekleştirilen Olimpiyat Oyunları'nda ise; Sidney'de (2000) 5, Atina'da (2004) 11, Pekin'de (2008) 5, Londra'da (2012) 3, Rio de Janeiro'da (2016) 8, Tokyo'da (2020) 13 ve Paris'te (2024) 8 madalya olmak üzere toplamda 53 madalya kazanılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Olimpiyat, Atlet, Madalya.

A Contemporary Perspective on the Successes of Turkish Athletes in the Olympic Games After 2000

ABSTRACT

The focus of this study is to examine the performance of Turkish athletes participating in the Olympic Games since 2000. The document review technique, which is part of the qualitative research methodology, was used in the study. According to the reviews conducted, Turkey participated in the Olympic Games for the first time in London in 1908 but did not win any medals. The country's first medals in Olympic history were won in wrestling in 1936. The year Turkey achieved its highest number of medals was at the 1948 London Olympics with a total of 12 medals, while this number rose to 13 at the 2020 Tokyo Olympics. Turkey has won a total of 112 medals to date, 68 of which were in wrestling, 11 in weightlifting, and 10 in Taekwondo. Turkey was unable



to participate in the 1920 Antwerp, 1932 Los Angeles, and 1980 Moscow Olympics due to wars. Furthermore, it failed to achieve any significant success or medals at the 1912 Stockholm, 1924 Paris, 1928 Amsterdam, and 1976 Montreal Olympics. At the Olympic Games held after 2000, Turkey won 5 medals in Sydney (2000), 11 in Athens (2004) 11, Beijing (2008) 5, London (2012) 3, Rio de Janeiro (2016) 8, Tokyo (2020) 13, and Paris (2024) 8, for a total of 53 medals.

Keywords: Olympics, Athlete, Medal.

1. GİRİŞ

Olimpiyat Oyunları, küresel çapta birlikteliği, dostane ilişkileri ve evrensel barışı temsil eden, dünya genelinden elit atletleri bir araya getiren en prestijli ve kapsamlı spor etkinliğidir. Dört yılda bir düzenlenen, dünyanın en iyi sporcularını bir araya getiren ve Olimpizm kavramını yaratan Olimpiyat Oyunları ilk olarak M.Ö. 776 yılında Yunanistan'ın Olympia kentinde düzenlenmiştir (Görkemli, Matır, Çelik ve Seki, 2014). Modern anlamda olimpiyatlar 1892 yılında Pierre De Coubertin'in öncülüğünde gündeme gelmiş ve 1894 yılındaki kongrede olimpiyat oyunlarının yeniden başlatılmasına karar verilmiştir (Güçlü, 2001). Olimpiyat oyunları yaz ve kış olimpiyatları olarak ikiye ayrılmaktadır. Modern olimpiyatların yapılmasına karar verilmesiyle birlikte yaz olimpiyat oyunları 1896 yılında Yunanistan'ın başkenti Atina'da, kış olimpiyat oyunları ise 1924 yılında Fransa'nın Chamonix kentindeki kış sporları merkezlerinde düzenlenmiştir (TMOK, 2023).

Olimpiyat oyunlarının modern revizyonu, başarılarının dünya çapında izlenmesi ve kutlanması umuduyla çeşitli spor dallarında yarışan uluslararası sporcuları davet etmektedir. Oyunların amacı, küresel olarak spor uygulamalarını teşvik etmek ve olimpiyat oyunlarının mükemmellik, saygı ve dostluk değerlerini yaymaktır. Modern Olimpiyat oyunlarının geçmişin değerli unsurlarını taşıdığını belirtmek gerekmektedir. Antik Yunan ideolojisini izleyen Olimpiyat oyunları, daha barışçıl bir dünyaya yönelik çabaları amaçlayan rahatlatıcı bir yolu yansıtmaktadır. Antik kökenlerinin aksine, Olimpiyat oyunlarının güncel hali spor, sanat ve kültür için yenilikçi, laik ve uluslararası bir tanınmayı bünyesinde barındırmaktadır (IOC Museum, 2020).

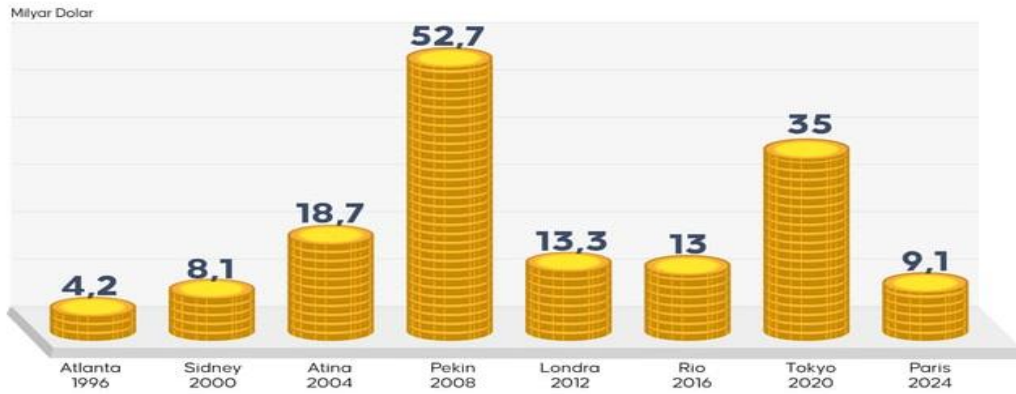
1.1. Modern Olimpiyat Hareketi

Modern Olimpiyatlar, açılış- kapanış törenleri ve sembolleri ile küresel boyutta sansasyonel organizasyonlar olarak göze çarpmaktadır. Olimpiyat ateşi ve meşalesi, birbirine kenetlenmiş beş halkalı Olimpiyat bayrağı, açılış ve kapanış törenleri için arenaya yürüyen sporcular köklü bir geleneği temsil etmektedir. Ev sahibi şehirler oyunları yıllar öncesinden planlamakta, dünyanın dört bir yanından seyircileri, sporcuları ağırlamak ve oyunları yürütmek için büyük miktarlarda paralar harcamaktadır. Her iki yılda bir dünya, binlerce sporcunun küresel şampiyon olmak ve yeni bir ev sahibi şehirde mükemmellik, saygı ve dostluktan oluşan Olimpiyat değerlerine örnek olmak için rekabet etmesini izlemektedir (IOC, 2022).

Modern olimpiyatlar ilk kez 1896 tarihinde Atina'da düzenlenmiştir. Maraton da dahil olmak üzere etkinliklerin yeri eski oyunlara bir saygı duruşu niteliğindedir. 1896 Atina Olimpiyatlarında 43 müsabakada toplam 241 sporcu mücadele etmiştir (IOC, 2022).

Yirminci yüzyılın ilk yarısında oyunların popülaritesi ivme kazanırken, katılan uluslar ve sporcuların sayısı büyük artış göstermiştir. Paris 1900, 26 ülkeden 1.226 sporcunun 96 etkinlikte yarışmasına ev sahipliği yapmıştır. Londra'daki 1948 Oyunlarına 33 ülkeden gelen sporcuların sayısı üç kattan fazla artmıştır. Radyo yayınları, gazete haberleri ve nihayetinde televizyon yayınları Olimpiyatları daha geniş bir kitleye ulaştırmış ve rekabetin uluslararası düzeyde yükselmesine yardımcı olmuştur (Görkemli, Matır, Çelik, & Seki, 2014).

Bugün Olimpiyatlar, IOC'nin yönettiği milyar dolarlık bir endüstriye dönüşmüştür. IOC, sorumlulukları arasında Oyunların yayın haklarına ilişkin sözleşmelere de yer vermektedir. Bu sözleşmeler IOC'nin birincil gelir kaynağıdır. Roma 1960, yayın hakları kâr amacıyla satılan ilk olimpiyattır ve IOC satıştan 1,2 milyon dolar kazanmıştır (Songün, 2013). Günümüzde, dünya çapında medya haklarının satışı, Olimpiyat Oyunları'nın geniş çapta televizyonda yayınlanmasını sağlayan büyük miktarda gelir kalemi yaratmaktadır. Bu gelirler, Olimpiyat Oyunları'nın düzenlenmesine çok güçlü bir ek destek sağlayan önemli kaynaklardan birini oluşturmakta ve IOC'nin toplam gelirinin %61 gibi çok büyük bir kısmını oluşturmaktadır. Tokyo 2020'nin yayın hakları 3,1 milyar ve Paris 2024'ün yayın hakları ise 1,64 milyar ABD doları gelir getirmiştir (www.highradius.com). Olimpiyatların, özellikle yaz olimpiyat oyunlarının, toplam maliyetleri önemli miktarlara ulaşmıştır.



Ortalama maliyetler 2021 sabit dolar kuruna göre hesaplanmıştır

Şekil 1. 1996'dan günümüze olimpiyat oyunları maliyetleri (Statista).

Modern olimpiyatlar tarihinin en yüksek maliyetli oyunları 2008 Pekin Olimpiyatları olarak göze çarpmaktadır. Söz konusu oyunlarda toplam 52,7 milyar dolar para harcanmış, olimpiyatlar tarihine geçen bir maliyet ortaya çıkmıştır.

2. Olimpiyatlar ve Türkiye

Türkiye'nin Olimpiyat tarihindeki ilk mücadelesi, 1908 yılında Londra'da Aleko MULOS' un Osmanlı İmparatorluğu'nu temsil etmesiyle başlamıştır. Bu tarihten sonra, 1936 Berlin Olimpiyatları'nda güreşçi Ahmet KİREÇÇİ tarafından kazanılan bronz madalya ile Türkiye ilk kez madalya kazanmıştır. Aynı olimpiyatlarda güreşçi Yaşar ERKAN, Türkiye'ye ilk altın madalyayı getirmiştir (TMOK, 2019; As, 2016). Türkiye, 1936'dan son olimpiyatı olan 2024'e kadar toplam 112 madalya kazanmıştır. Bu madalyaların dağılımı şu şekildedir: 41 altın, 29 gümüş ve 42 bronz. Türkiye, tüm bu madalyalarını Yaz Olimpiyat Oyunları'nda elde etmiştir. Ancak, Kış Olimpiyat Oyunları'nda henüz madalya kazanamamıştır (TMOK, 2023).

Olimpiyatlarda madalya kazanan ilk kadın sporcu Barcelona 1992'de bronz madalya alan judocu Hülya Şenyurt, ilk altın madalya kazanan kadın sporcu ise 2004 Atina Oyunları'ndaki başarısı ile halterci Nurcan Taylan'dır. Taekwondocu Nur Tatar iki farklı olimpiyatta madalya kazanan ilk kadın sporcudur. Olimpiyatlarda madalya kazanan en yaşlı sporcu 35 yaşında Londra 1948'de altın madalya kazanan güreşçi Yaşar Doğu ve 2024 Paris'te takım halinde gümüş madalya kazanan atıcılık takımının oyuncusu 51 yaşındaki Yusuf Dikeç; en genç sporcu ise 17 yaşında Atina 2004'te gümüş madalya kazanan boksör Atagün Yalçinkaya'dır (TMOK, 2023).



Tablo 1. Olimpiyatlara göre madalya sayısı

Olimpiyat	Altın	Gümüş	Bronz	Toplam
<u>1908 Londra</u>	0	0	0	0
<u>1912 Stockholm</u>	0	0	0	0
<u>1920 Antwerp</u>		Katılmadı		
<u>1924 Paris</u>	0	0	0	0
<u>1928 Amsterdam</u>	0	0	0	0
<u>1932 Los Angeles</u>		Katılmadı		
<u>1936 Berlin</u>	1	0	1	2
<u>1948 Londra</u>	6	4	2	12
<u>1952 Helsinki</u>	2	0	1	3
<u>1956 Melbourne</u>	3	2	2	7
<u>1960 Roma</u>	7	2	0	9
<u>1964 Tokyo</u>	2	3	1	6
<u>1968 Mexico City</u>	2	0	0	2
<u>1972 Münih</u>	0	1	0	1
<u>1976 Montreal</u>	0	0	0	0
<u>1980 Moskova</u>		Katılmadı		
<u>1984 Los Angeles</u>	0	0	3	3
<u>1988 Seul</u>	1	1	0	2
<u>1992 Barselona</u>	2	2	2	6
<u>1996 Atlanta</u>	4	1	1	6
<u>2000 Sidney</u>	3	0	2	5
<u>2004 Atina</u>	3	3	5	11
<u>2008 Pekin</u>	1	1	3	5
<u>2012 Londra</u>	1	1	1	3
<u>2016 Rio de Janeiro</u>	1	3	4	8
<u>2020 Tokyo</u>	2	2	9	13
<u>2024 Paris</u>	0	3	5	8
Toplam	41	29	42	112

İlk kez 1908 Londra Olimpiyatlarına katılım sağlayan Türkiye, 1920 Antwerp, yol uzaklığı ve masrafların çok olmasından dolayı 1932 Los Angeles ve SSCB'nin Afganistan'ı işgal etmesinden dolayı batılı ülkeler tarafından yapılan protestolara iştirak sonucu 1980 Moskova Olimpiyatları'na katılım sağlamamış, bunun dışında 1908'den günümüze kadar düzenlenen 24 olimpiyat oyunlarına da sporcu göndermiş ve bunların 19'unda madalya kazanmıştır. 1908 Londra, 1912 Stockholm, 1924 Paris, 1928 Amsterdam ve 1976 Montreal Olimpiyat oyunlarında toplamda 86 sporcu ile katılım sağlanmasına rağmen herhangi bir başarı elde edilememiştir (Şinoforoğlu, 2020).

Tablo 2. Branşlara göre madalya dağılımı

Spor	Altın	Gümüş	Bronz	Toplam
 Güreş	29	18	21	68
 Halter	8	1	2	11
 Taekwondo	1	3	6	10
 Boks	1	5	4	10
 Judo	1	0	1	2
 Okçuluk	1	0	1	2
 Karate	0	1	3	4
 Atletizm	0	0	3	3
 Jimnastik	0	0	1	1
 Atıcılık	0	0	1	1
Toplam	41	28	43	112

Türkiye adına Olimpiyat madalyası kazanmış 89 sporcu bulunmaktadır. Bu sporcuların 18'i birden fazla kez madalya kazanmıştır. Naim Süleymanoğlu ve Halil Mutlu 3 kez, Mithat Bayrak, Mustafa Dağıstanlı ve Hamza Yerlikaya 2 kez altın madalya; Hamit Kaplan 1 altın, 1 gümüş, 1 bronz ve Rıza Kayaalp 1 gümüş ve 2 bronz olmak üzere toplam 3 madalya almıştır (TMOKa, 2023).

2.1. Türkiye'nin 2000 Yılı Sonrası Olimpiyat Performansı

Türkiye, 1980 oyunlarında verilen aranın ardından, günümüze kadar devam eden tüm olimpiyatlara katılım sağlamıştır. Her olimpiyatta sporcu sayıları bir öncesine göre artış göstermiştir.

2000 Sidney Olimpiyatları ile birlikte oyunlara katılan sporcu sayıları artan bir ivmeyle devam etmiş, en yoğun katılım ise 2012 Rio de Janeiro Olimpiyatlarında sağlanmıştır. Oyunlara Türkiye adına 114 sporcu katılmış, 1 altın, 1 gümüş ve 1 bronz olmak üzere toplam 3 madalya ile olimpiyat macerası sonlandırılmıştır.

Tablo 3. 2000 yılı sonrası olimpiyat başarıları

Olimpiyat	Sporcu Adı Soyadı	Madalya	Branş	Stil/Grup
<u>2000 Sidney</u>	<u>Hüseyin Özkan</u>	 Altın	<u>Judo</u>	<u>Erkekler 66 kg</u>
<u>2000 Sidney</u>	<u>Halil Mutlu</u>	 Altın	<u>Halter</u>	<u>Erkekler 56 kg</u>
<u>2000 Sidney</u>	<u>Hamza Yerlikaya</u>	 Altın	<u>Güreş</u>	<u>Grekoromen 85 kg</u>
<u>2000 Sidney</u>	<u>Hamide Bıkcın Tosun</u>	 Bronz	<u>Taekwondo</u>	<u>Kadınlar 57 kg</u>
<u>2000 Sidney</u>	<u>Adem Bereket</u>	 Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Serbest 76 kg</u>



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

<u>2004 Atina</u>	<u>Halil Mutlu</u>	1	Altın	<u>Halter</u>	<u>Erkekler 56 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Taner Sağır</u>	1	Altın	<u>Halter</u>	<u>Erkekler 77 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Nurcan Taylan</u>	1	Altın	<u>Halter</u>	<u>Kadınlar 48 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Atagün Yalçınkaya</u>	2	Gümüş	<u>Boks</u>	<u>48 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Bahri Tanrikulu</u>	2	Gümüş	<u>Taekwondo</u>	<u>Erkekler 80 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Seref Eroğlu</u>	2	Gümüş	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler grekoromen 66 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Esref Apak</u>	3	Bronz	<u>Atletizm</u>	<u>Erkekler çekiç atma</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Sedat Artuç</u>	3	Bronz	<u>Halter</u>	<u>Erkekler 56 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Reyhan Arabacıoğlu</u>	3	Bronz	<u>Halter</u>	<u>Erkekler 77 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Mehmet Özal</u>	3	Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler grekoromen 96 kg</u>
<u>2004 Atina</u>	<u>Aydın Polatçı</u>	3	Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler serbest 120 kg</u>
<u>2008 Pekin</u>	<u>Ramazan Şahin</u>	1	Altın	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler serbest 66 kg</u>
<u>2008 Pekin</u>	<u>Azize Tanrikulu</u>	2	Gümüş	<u>Taekwondo</u>	<u>Kadınlar 57 kg</u>
<u>2008 Pekin</u>	<u>Yakup Kılıç</u>	3	Bronz	<u>Boks</u>	<u>57 kg</u>
<u>2008 Pekin</u>	<u>Servet Tazegül</u>	3	Bronz	<u>Taekwondo</u>	<u>Erkekler 68 kg</u>
<u>2008 Pekin</u>	<u>Nazmi Avluca</u>	3	Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler grekoromen 84 kg</u>
<u>2008 Pekin</u>	<u>Elvan Abeylegesse</u>	2	Gümüş	<u>Atletizm</u>	<u>Kadınlar 5000 m</u>
<u>2008 Pekin</u>	<u>Elvan Abeylegesse</u>	2	Gümüş	<u>Atletizm</u>	<u>Kadınlar 10000 m</u>
<u>2008 Pekin</u>	<u>Sibel Özkan</u>	2	Gümüş	<u>Halter</u>	<u>Kadınlar 48 kg</u>
<u>2012 Londra</u>	<u>Servet Tazegül</u>	1	Altın	<u>Taekwondo</u>	<u>Erkekler 68 kg</u>
<u>2012 Londra</u>	<u>Nur Tatar</u>	2	Gümüş	<u>Taekwondo</u>	<u>Kadınlar 67 kg</u>
<u>2012 Londra</u>	<u>Rıza Kayaalp</u>	3	Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler grekoromen 120 kg</u>
<u>2012 Londra</u>	<u>Aslı Çakır Alptekin</u>	1	Altın	<u>Atletizm</u>	<u>Kadınlar 1500 m</u>
<u>2012 Londra</u>	<u>Gamze Bulut</u>	2	Gümüş	<u>Atletizm</u>	<u>Kadınlar 1500 m</u>
<u>2016 Rio de Janeiro</u>	<u>Taha Akgül</u>	1	Altın	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler serbest 125 kg</u>
<u>2016 Rio de Janeiro</u>	<u>Daniyar İsmayilov</u>	2	Gümüş	<u>Halter</u>	<u>Erkekler 69 kg</u>
<u>2016 Rio de Janeiro</u>	<u>Rıza Kayaalp</u>	2	Gümüş	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler grekoromen 130 kg</u>
<u>2016 Rio de Janeiro</u>	<u>Selim Yaşar</u>	2	Gümüş	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler serbest 86 kg</u>
<u>2016 Rio de Janeiro</u>	<u>Cenk İldem</u>	3	Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler grekoromen 98 kg</u>
<u>2016 Rio de Janeiro</u>	<u>Soner Demirtaş</u>	3	Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler serbest 74 kg</u>
<u>2016 Rio de Janeiro</u>	<u>Yasmani Copello Escobar</u>	3	Bronz	<u>Atletizm</u>	<u>Erkekler 400 m engelli</u>

<u>2016 Rio de Janeiro</u>	<u>Nur Tatar</u>	3 Bronz	<u>Taekwondo</u>	<u>Kadınlar 67 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Mete Gazoz</u>	1 Altın	<u>Okçuluk</u>	<u>Erkekler bireysel</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Busenaz Sürmeneli</u>	1 Altın	<u>Boks</u>	<u>Kadınlar 69 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Eray Şamdan</u>	2 Gümüş	<u>Karate</u>	<u>Erkekler 67 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Buse Naz Çakıroğlu</u>	2 Gümüş	<u>Boks</u>	<u>Kadınlar 51 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Hakan Recber</u>	3 Bronz	<u>Taekwondo</u>	<u>Erkekler 68 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Hatice Kübra İlgin</u>	3 Bronz	<u>Taekwondo</u>	<u>Kadınlar 57 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Rıza Kayaalp</u>	3 Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler grekoromen 130 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Yasemin Adar</u>	3 Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Kadınlar serbest 76 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Ferhat Arıcan</u>	3 Bronz	<u>Cimnastik</u>	<u>Erkekler paralel bar</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Taha Akgül</u>	3 Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler serbest 125 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Ali Sofuoğlu</u>	3 Bronz	<u>Karate</u>	<u>Erkekler kata</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Merve Çoban</u>	3 Bronz	<u>Karate</u>	<u>Kadınlar 61 kg</u>
<u>2020 Tokyo</u>	<u>Uğur Aktaş</u>	3 Bronz	<u>Karate</u>	<u>Erkekler +75 kg</u>
	<u>Buse Tosun Çavuşoğlu</u>	3 Bronz	<u>Boks</u>	<u>Kadınlar 68 kg</u>
	<u>Esra Yıldız Kahraman</u>	3 Bronz	<u>Boks</u>	<u>Kadınlar 57 kg</u>
	<u>Nafia Kuş Aydın</u>	3 Bronz	<u>Taekwondo</u>	<u>Kadınlar 67 kg</u>
	<u>Taha Akgül</u>	3 Bronz	<u>Güreş</u>	<u>Erkekler Serbest 125 kg</u>
	<u>Klasik Yay</u>	3 Bronz	<u>Okçuluk</u>	<u>Erkekler Takım</u>
	<u>10 m Havalı Tabanca</u>	2 Gümüş	<u>Atıcılık</u>	<u>Karma Takım</u>
	<u>Hatice Akbaş</u>	2 Gümüş	<u>Boks</u>	<u>Kadınlar 54 kg</u>
	<u>Buse Naz Çakıroğlu</u>	2 Gümüş	<u>Boks</u>	<u>Kadınlar 50 kg</u>

Olimpiyatlarda madalya kazanan dört sporcunun madalyaları doping yaptıkları gerekçesiyle geri alınmıştır. Londra 2012'de Türkiye'ye atletizmdeki ilk altın madalyasını kazandıran Aslı Çakır Alptekin'in madalyası 2015 yılında CAS tarafından; Pekin 2008'de halterde gümüş madalya kazanan Sibel Özkan'ın madalyası 2016 yılında IOC tarafından; Pekin 2008'de 5000 m ve 10000 m'de iki gümüş madalya kazanan Elvan Abeylegesse ve Londra 2012'de 1500 m'de gümüş madalya kazanan Gamze Bulut'un madalyaları 2017 yılında IAAF tarafından geri alınmıştır (TMOK, 2023). Böylelikle 2000 sonrası kazanılan 57 madalyanın 4'ü geri alındığından dolayı 53 madalya kalmıştır.

3. SONUÇ

Türk Olimpiyat sporcuları, ilk katılım sağlanan 1908 Londra Olimpiyatlarından 2000 Sidney Olimpiyatlarına kadar toplamda 55 madalya kazanmıştır. 2000 Sidney Olimpiyatları da dahil olmak üzere sonraki olimpiyat



oyunlarında ise 57 madalya kazanılmış, bunların 4'ü doping gerekçesiyle geri alınmış ve madalya sayısı 53'e düşmüştür.

2000 yılı sonrası kazanılan madalyalara bakıldığında en yüksek sayı 16 madalya ile güreşte görülmekte, bunu 10 madalya ile Taekwondo ve 8'er madalya ile Boks branşları izlemektedir.

2000'li yıllar sonrası gelişen teknoloji, yenilenen antrenman metotları, sportif alanda yapılan yatırımların artması, tesis hamleleri ile devlet desteğinin üst seviyelere çıkarılması gibi pek çok nedenden dolayı Türk sporculardan daha büyük başarılar beklenmekteydi. Ancak; 2000 öncesi ve sonrası arasında sadece 2 madalya fark bulunmakta, hatta doping gerekçesiyle geri alınan madalyalar çıkarıldığında, 2000 öncesi olimpiyat oyunlarında daha başarılı olduğumuz görülmektedir.

Türkiye adına tarihin en yüksek sporcu katılımı sağlanan 2012 Rio Oyunlarında 114 sporcu yer almış, bu kadar yüksek sporcu sayısına göre sadece 3 madalya kazanılmıştır (1 altın, 1 gümüş, 1 bronz).

2016 ve 2020 olimpiyatlarında Taha Akgül, Mete Gazoz ve Busenaz Sürmeneli ile toplamda 3 altın madalya kazanılmış olmasına rağmen, aynı sporcular 2024 Paris oyunlarında altın madalyaya uzanamamıştır. 2024 Paris Olimpiyatları, 1984 oyunlarından beri Türkiye'nin altın madalya kazanamadığı tek olimpiyat olarak görülmektedir. Bu durum yeterince ve etraflıca irdelenmeli, gerekli önlemler alınmalı, olimpiyatlarda başarılı ile temsil edilebilmemiz için her türlü imkân seferber edilmelidir.

REFERANSLAR

- As, E. (2016). İmparatorluktan Cumhuriyete Geçiş Sürecinde Bir Uluslararası Entegrasyon Örneği Modern Olimpiyatlara Katılım. Ankara Üniversitesi Türk İnkılâp Tarihi Enstitüsü Atatürk Yolu Dergisi, 1-49.
- Görkemli, H. N., Matır, L., Çelik, C. & Seki, Ö. (2014). Kent imajı açısından olimpiyatlar: Selçuk Üniversitesi öğrencilerine yönelik bir uygulama. Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi, 178-196.
- Güçlü, M. (2001). Olimpiyat oyunları ve spor sponsorluğu. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 223-239.
- IOC. (2022). Rule 50 Guidelines Developed by the IOC Athletes' Commission. Athlete 36.
- IOC Museum. (2020). Olympism and Olympic Movement. <https://www.olympic.org/museum/visit/schools/teaching-resources/support-decours/olympism-and-the-olympic-movement>
- Songün, Y. (2013). Türkiye'nin Kış Olimpiyatlarına Muhtemel Adaylığının Değerlendirilmesi (Erzurum Örneği) Spor Yönetimi Ana Bilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Şinoğuroğlu, T. (2020). Türkiye'nin Erken Dönem Olimpik Serüveni Ve Ay-Yıldız'ın Olimpiyat Oyunları'nda İlk Resmi Temsili (1896-1921). Spormetre, 21-55.
- TMOK. (2019). Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. Olimpiyatlarda Türkler: <http://www.olimpiyatkomitesi.org.tr/Detay/Olimpiyatlar/Olimpiyatlarda-Turkler/45/1>.
- TMOK. (2023). Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. <https://www.olimpiyatkomitesi.org.tr/Olimpiyat-Oyunlari/3/1>
- TMOKa. (2023). Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi. <https://www.olimpiyatkomitesi.org.tr/> <https://www.highradius.com/finsider/olympics-financial-strategy/>

TÜRKİYE’DE BEDEN EĞİTİMİ ÖĞRETMENİ YETİŞTİRME POLİTİKALARI: TARİHSEL VE GÜNCEL BİR DEĞERLENDİRME Kürşat SENER

Özet

Bu çalışmanın amacı, Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarını tarihsel gelişim, yükseköğretim programlarının yapısı ve öğretmen istihdamı ekseninde inceleyerek güncel duruma ilişkin bütüncül bir değerlendirme sunmaktır. Çalışma, derleme türünde tasarlanmıştır; ilgili literatür, yasal düzenlemeler, Yükseköğretim Kurulu’nun (YÖK) öğretmen yetiştirme lisans programları ve Millî Eğitim Bakanlığı’nın (MEB) öğretmen istihdam stratejilerine ilişkin güncel rapor ve açıklamaları doküman incelemesi yoluyla analiz edilmiştir (Aydın, Temel ve Kangalgil, 2022; YÖK, 1998; YÖK, 2024; MEB, 2017).

Elde edilen bulgular, beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikasının; Osmanlı’nın son dönemindeki beden terbiyesi girişimlerinden, Cumhuriyet’in erken yıllarındaki kurs ve enstitülere; 1980 sonrası YÖK yapılanmasına, 1998 öğretmen yetiştirme reformuna ve günümüzde spor bilimleri fakülteleri ile eğitim fakülteleri arasındaki kurumsal iş bölümüne uzanan çok katmanlı bir süreç olduğunu göstermektedir (Arun, 1990; Güçlü, 2001). Son yıllarda spor bilimleri fakültelerinin ve benzeri birimlerin kontenjanlarında gözlenen artışa karşın, MEB’in yalnızca ihtiyaç duyduğu sayıda beden eğitimi öğretmeni ataması, arz–talep dengesizliğini belirgin bir politika sorunu hâline getirmektedir (Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumları Raporu, 2025; MEB, 2025).

Çalışmada, beden eğitimi öğretmeni yetiştirme sürecinde kontenjan planlamasının öğretmen ihtiyacı projeksiyonları ile uyumlu biçimde yapılması, program içeriklerinin güncel yeterlikler doğrultusunda düzenli olarak güncellenmesi, okul temelli uygulamaların güçlendirilmesi ve istihdam politikalarının veri temelli karar süreçlerine dayandırılması gerektiği vurgulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi öğretmeni, öğretmen yetiştirme politikaları, spor bilimleri, istihdam, Türkiye.

1. Giriş

Beden eğitimi dersi, okul çağındaki çocuk ve gençlerin yalnızca motor beceri gelişimine değil, aynı zamanda psiko-sosyal uyum, sağlıklı yaşam alışkanlıkları ve bilişsel süreçlerine de doğrudan katkı sağlayan temel derslerden biridir. Ancak Türkiye’de beden eğitimi ve spor dersi, tarihsel olarak çoğu zaman “ikincil” bir konumda değerlendirilmiş; ders saatleri, uygulama biçimleri ve programdaki yeri zaman zaman eğitim politikaları bağlamında tartışmaya açılmıştır (Kayapınar, 2024). Dersin eğitim sistemi içindeki bu konumlanışı, doğrudan beden eğitimi öğretmeni istihdamına ve öğretmen yetiştirme politikalarının şekillenmesine yansımaktadır.

Bu nedenle beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikaları, yalnızca spor bilimleri alanının teknik bir alt başlığı değil; okullardaki hareket kültürünün gelişimini, öğrencilerin fiziksel aktiviteye erişimini ve toplumun spor-okuryazarlığı düzeyini etkileyen stratejik bir politika alanıdır (Aydın, Temel ve Kangalgil, 2022; Güçlü, 2001). Öğretmen yetiştirme programlarının yapısı, kontenjan politikaları ve istihdam süreçleri, bir yandan öğretmen adaylarının mesleki geleceğini belirlerken, diğer yandan eğitimin niteliğini doğrudan etkilemektedir.

Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme süreci, Osmanlı Devleti’nin son döneminde jimnastik derslerinin Okul Programlarına girmesiyle başlayan ve Cumhuriyet döneminde kurumsallaşan köklü bir geçmişe sahiptir (Arun, 1990). “Terbiye-i Bedeniye Darümuallimini” girişimi modern anlamda beden eğitimi öğretmeni yetiştirmeye yönelik ilk adımlardan biri olarak kabul edilmekte; erken Cumhuriyet döneminde açılan beden eğitimi enstitüleri ise ortaöğretime öğretmen yetiştiren temel kurumsal yapıyı oluşturmuştur (Aslan, 2015; Güçlü, 2001).

1981’de YÖK’ün kurulmasıyla birlikte öğretmen yetiştirme programlarının tamamında olduğu gibi, beden eğitimi öğretmeni yetiştiren kurumlar da üniversite bünyesinde yeniden yapılandırılmıştır. Ardından 1998 öğretmen yetiştirme reformu ile beden eğitimi ve spor öğretmenliği programları, diğer branş öğretmenliklerinde olduğu gibi ortak bir kurumsal çerçeveye oturtulmuş; ders içerikleri, alan bilgisi ve meslek bilgisi dengesi yeniden düzenlenmiştir (YÖK, 1998). 2000’li yıllarda BESYO’ların spor bilimleri fakültelerine dönüştürülmesi, Bologna süreci, Türkiye Yükseköğretim Yeterlilikler Çerçevesi (TYYÇ) ve yeterlik temelli öğretmen yetiştirme anlayışı bu alanı doğrudan etkileyen uluslararası unsurlar hâline gelmiştir (YÖK, 2024; YÖK, 2025).

Güncel tartışmalar ise daha çok iki temel eksen etrafında şekillenmektedir. İlk olarak, spor bilimleri fakülteleri ve eğitim fakültelerinde açılan beden eğitimi ve spor öğretmenliği programlarının kontenjanları ile MEB’in gerçek öğretmen ihtiyacı arasındaki arz–talep dengesizliği dikkat çekmektedir (Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumları Raporu, 2025). İkinci olarak ise program içeriklerinin, dijital beden eğitimi uygulamaları, kapsayıcı eğitim anlayışı ve okul temelli sağlık–fiziksel aktivite programları gibi çağdaş öğretmen profiline yönelik yeni yeterliklerle ne ölçüde uyum sağladığı gündemdedir (YÖK, 2024; MEB, 2017).

Bu derleme çalışmasının temel amacı, Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarını tarihsel gelişim, yükseköğretim programlarının yapısı ve öğretmen istihdamı bağlamında incelemek; mevcut duruma ilişkin bütüncül bir değerlendirme yapmak ve politika yapıcılar, araştırmacılar ve uygulayıcılar için öneriler sunmaktır. Bu doğrultuda çalışma şu araştırma soruları etrafında yapılandırılmıştır:

- Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme süreci, Osmanlı’nın son döneminden günümüze kadar nasıl bir tarihsel dönüşüm geçirmiştir?
- Güncel beden eğitimi ve spor öğretmenliği lisans programlarının hukuki ve kurumsal çerçevesi ile yeterlik temelli yapısı hangi özellikleri taşımaktadır?
- MEB’in beden eğitimi öğretmeni istihdam politikaları, arz–talep dengesi ve bölgesel ihtiyaçlar açısından hangi fırsat ve sorunları barındırmaktadır?

Bu sorular çerçevesinde çalışmanın amacı, beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarının tarihsel süreklilik ve kırılmalarını ortaya koyarken, aynı zamanda güncel kurumsal ve istihdam odaklı dinamikleri birlikte değerlendirmektir.

2. Yöntem

Bu çalışma, Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarının tarihsel gelişimini, güncel yükseköğretim programlarının yapısını ve öğretmen istihdamına ilişkin yaklaşımları bütüncül bir çerçevede analiz etmek amacıyla derleme türünde tasarlanmıştır. Araştırmada nitel araştırma



desenlerinden doküman incelemesi kullanılmıştır. Doküman incelemesi, mevcut yazılı materyallerin sistematik ve içerik odaklı biçimde analiz edilmesine imkân tanıyan, eğitim politikası araştırmalarında yaygın olarak kullanılan bir yöntemdir (Bowen, 2009).

Veri toplama sürecinde dört temel kaynak türü incelenmiştir:

- Akademik Literatür: DergiPark, TRDizin, Google Scholar, ResearchGate gibi bilimsel veri tabanlarında yayımlanmış makaleler, tezler ve kongre bildirileri taranmıştır.
- Kurumsal ve Yasal Belgeler: Yükseköğretim Kurulu’nun (YÖK) öğretmen yetiştirme lisans programları, Türkiye Yeterlilikler Çerçevesi (TYYÇ) çıktı dokümanları, Millî Eğitim Bakanlığı’nın (MEB) strateji raporları, öğretmenlik mesleği yeterlikleri ve öğretmen istihdamına yönelik resmi açıklamalar incelenmiştir.
- Yükseköğretim Program Bilgileri: Spor bilimleri fakülteleri ve eğitim fakültelerinin ders planları, ders tanımları, program çıktıları, akreditasyon bilgilerinin yer aldığı resmi bilgi paketleri değerlendirilmiştir.
- Güncel Veri ve Haber İçerikleri: MEB’in öğretmen atamalarına ilişkin duyuruları, basın açıklamaları, istatistiksel raporlar ve güncel haber kaynakları taranmıştır.

Tarama sürecinde “beden eğitimi öğretmeni yetiştirme”, “spor eğitimi veren yükseköğretim kurumları”, “öğretmen istihdam politikaları”, “Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Lisans Programı”, “öğretmen kontenjan planlaması” ve “spor bilimleri fakülteleri” gibi anahtar kelimeler kullanılmıştır.

Toplanan belgeler tarihsel dönemler (Osmanlı’nın son dönemi, erken Cumhuriyet dönemi, 1980 sonrası YÖK yapılanması, 1998 reformu, 2000 sonrası dönem) ve tematik kategoriler (program yapısı, kontenjan politikaları, istihdam süreçleri, uluslararası eğilimler) üzerinden sınıflandırılarak analiz edilmiştir. Analiz sürecinde benzer bulgular ortak temalar altında birleştirilmiş, politika değişimlerinde süreklilik gösteren noktalar ve kritik kırılmalar belirlenmiştir.

Bu yöntemsel yaklaşım, Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarının tarihsel arka planını, kurumsal yapısını ve istihdam boyutunu kapsamlı bir perspektifle değerlendirme olanağı sağlamıştır.

3. Türkiye’de Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme Politikalarının Tarihsel Gelişimi

3.1. Osmanlı’nın Son Dönemi: Jimnastik Temelli İlk Uygulamalar

Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarının kökeni, Osmanlı Devleti’nin modernleşme sürecinin hız kazandığı 19. yüzyılın ikinci yarısına dayanmaktadır. Bu dönemde beden terbiyesi, Avrupa’daki pedagojik yaklaşımlardan etkilenecek eğitim programlarının bir parçası hâline getirilmiş ve jimnastik dersi erkek rüştiyelerinde zorunlu hâle gelmiştir (Aydın, Temel ve Kangalgil, 2022).

Öğretmen yetiştirmeye yönelik ilk sistematik girişimlerden biri olan Terbiye-i Bedeniye Darülmuallimini, modern anlamda beden eğitimi öğretmeni yetiştirmenin başlangıcı olarak kabul

Bu dönemde Bologna süreci, Avrupa Yeterlilikler Çerçevesi (EQF) ve Türkiye Yükseköğretim Yeterlilikler Çerçevesi (TYYÇ) doğrultusunda program çıktıları, öğrenme hedefleri ve yeterlik temelli öğretmen profili yeniden tanımlanmıştır. Programlarda dijital öğrenme, kapsayıcı beden eğitimi, özel gereksinimli bireylerle çalışma, ölçme–değerlendirme yeterlikleri ve okul temelli fiziksel aktivite uygulamaları gibi alanların güçlendirildiği görülmektedir (YÖK, 2025; MEB, 2017).

Ayrıca güncel araştırmalar, Türkiye’nin beden eğitimi öğretmeni yetiştirme modelinin kurumsal çeşitlilik ve mezun sayısı bakımından geniş bir yapıya sahip olduğunu; ancak kontenjan yönetimi, istihdam planlaması ve öğretmen arz–talep dengesi gibi alanlarda uluslararası örneklerle benzer sorunlar yaşadığını göstermektedir (Kangalgil, 2016).

4. Güncel Beden Eğitimi Öğretmeni Yetiştirme Programları

4.1. Programın Hukuki ve Kurumsal Çerçevesi

Günümüzde Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Lisans Programı, Yükseköğretim Kurulu (YÖK) tarafından belirlenen Öğretmen Yetiştirme Lisans Programları çerçevesine göre yürütülmektedir. Bu çerçeve, programın ders yapısı, içerik düzeni, kredi dağılımı, öğretmenlik uygulaması ve program çıktılarının ülke genelinde standartlaşmasına katkı sağlamaktadır (YÖK, 2024).

Programın temel amacı, öğretmen adaylarına motor beceri eğitimi, spor kültürü, beden okuryazarlığı, eğitim bilimleri bilgisi ve pedagojik formasyon kazandırarak örgün eğitim kurumlarında beden eğitimi ve spor derslerini etkili biçimde yürütebilecek yeterlikler kazandırmaktır. Programın hukuki dayanakları, YÖK’ün öğretmen yetiştirme çerçeve programları ile Millî Eğitim Bakanlığı’nın Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlikleri dokümanıdır (MEB, 2017).

Türkiye’deki üniversitelerin resmi bilgi paketleri incelendiğinde programın çoğunlukla 4 yıl – 8 dönem – 240 AKTS yapısında olduğu, derslerin alan eğitimi, meslek bilgisi ve genel kültür bileşenlerine göre dengeli biçimde dağıtıldığı görülmektedir (YÖK, 2024; YÖK, 2025).

4.2. Öğrenci Kabul Koşulları ve Özel Yetenek Sınavları

Türkiye’de Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği programına öğrenci kabulü, üniversiteler arasında değişiklik göstermekle birlikte genellikle iki temel ölçüte dayanmaktadır:

- Yükseköğretim Kurumları Sınavı (YKS) başarı sırası,
- Özel Yetenek Sınavı (ÖYS).

Birçok üniversite, adayların belirli bir başarı sırasının altında olmamasını (örneğin ilk 800.000 içerisinde yer alma) ve fiziksel performans, koordinasyon, spor geçmişi ve branş becerilerini ölçen özel yetenek sınavlarından yeterli puan almasını şart koşmaktadır (YÖK, 2024).

Bu sistem, sportif geçmişi güçlü olan öğrencilerin programa girişini kolaylaştırmakla birlikte, akademik yeterlik ve sportif yeterlik arasındaki ilişkinin program sürecinde dikkatle dengelenmesini gerektirmektedir. Bu nedenle, öğretmen adaylarının hem pedagojik hem de akademik açıdan desteklenmesi, programın niteliği açısından kritik görülmektedir.

4.3. Program İçeriği ve Öğretmen Yeterlikleri

YÖK ve üniversitelerin program dokümanları incelendiğinde, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği programlarının hem alan bilgisi hem de öğretmenlik meslek bilgisi açısından geniş kapsamlı yeterlikler kazandırmayı hedeflediği görülmektedir (YÖK, 2024; YÖK, 2025). Bu yeterlikler aşağıda kategorik olarak özetlenmiştir:

4.3.1. Alan Bilgisi Yeterlikleri

- Motor öğrenme, oyun ve spor öğretimi, hareket eğitimi, yaşam boyu spor.
- Antrenman bilgisi, performans geliştirme, fiziksel uygunluk.
- Sağlık bilgisi, fizyoloji, biyomekanik, spor anatomisi.

4.3.2. Öğretmenlik Meslek Bilgisi Yeterlikleri

- Öğretim ilke ve yöntemleri, ölçme-değerlendirme, sınıf yönetimi.
- Öğretim tasarımı, eğitim psikolojisi, öğrenme kuramları.

Okul deneyimi ve öğretmenlik uygulaması süreçleri.

4.3.3. Çağdaş ve Gelişen Yeterlik Alanları

- Kapsayıcı beden eğitimi: özel gereksinimli bireylerle çalışma, uyarlanmış fiziksel etkinlik.
- Dijital beden eğitimi: teknoloji entegrasyonu, dijital platformlarla ders yönetimi.
- Sağlık ve hareket okuryazarlığı: toplum temelli fiziksel aktivite programları.
- Etik ve profesyonel davranış: spor etiği, spor hukuku, güvenlik ilkeleri.

4.3.4. Araştırma ve Bilimsel Okuryazarlık

- Bilimsel araştırma yöntemleri, temel istatistik, veri analizi.
- Literatür tarama, raporlama, akademik yazma becerileri.
- Mezunların sürekli mesleki gelişime yönelik araştırma kültürü kazanmaları.

Bu yeterliklerin tamamı, MEB'in oluşturduğu Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlikleri ile tutarlı bir şekilde yapılandırılmıştır (MEB, 2017). Programların etkili yürütülebilmesi için, öğretim elemanı niteliği, uygulama alanlarının çeşitliliği, spor tesislerinin yeterliliği ve okul deneyimi süreçlerinin güçlü olması önem taşımaktadır.

5. Beden Eğitimi Öğretmeni İstihdamı ve Atama Politikaları

5.1. Öğretmen İstihdamında Genel Eğilimler

Türkiye'de öğretmen istihdamı, Millî Eğitim Bakanlığı (MEB) tarafından belirlenen norm kadro esasları, alan bazlı ihtiyaç analizleri ve yıllık atama planları doğrultusunda yürütülmektedir. Öğretmen sayısında genel bir artış yaşanmasına karşın, branşlara göre istihdam fırsatlarında belirgin farklılıklar görülmektedir. Beden eğitimi öğretmenliği, ders saatlerinin sınırlı olması, seçmeli ders yapısının değişkenliği ve müfredat düzenlemelerinin etkisiyle istihdam dalgalanmalarının en yoğun yaşandığı alanlardan biridir (MEB, 2025).

MEB'in son yıllarda yaptığı resmî açıklamalar incelendiğinde, öğretmen istihdam süreçlerinde veri temelli planlama, alan bazlı ihtiyaç analizi, şeffaflık ve bölgesel dengeleme ilkelerinin ön plana çıktığı görülmektedir. Norm kadroların hesaplanmasında öğrenci sayıları, okul türleri, ders saatleri, fiziki kapasite ve bölgesel öğretmen ihtiyacı gibi değişkenler dikkate alınmaktadır. Ayrıca beden eğitimi dersinin haftalık ders çizelgesindeki konumu, okul sporları ve kulüp etkinlikleri gibi uygulamalar da istihdamı doğrudan etkileyen unsurlar arasında yer almaktadır.

5.2. Beden Eğitimi Öğretmeni Arz–Talep Dengesi

Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni arz–talep dengesi, son yıllarda öğretmen istihdamı açısından en kritik politika konularından biri hâline gelmiştir. Spor bilimleri fakülteleri ve eğitim fakültelerinin kontenjanlarında yaşanan artış, her yıl daha fazla sayıda beden eğitimi öğretmeni adayının mezun olmasına yol açmaktadır. Buna karşın, MEB’in atama kapasitesi bütçe, norm kadro yapısı ve ders saatleri gibi nedenlerle sınırlı olduğundan, sadece ihtiyaç kadar öğretmen atanabilmektedir (Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumları Raporu, 2025).

Bu durum özellikle beden eğitimi alanında mezun sayısının öğretmen ihtiyacının üzerinde olması sonucunu doğurmakta; arz fazlası, işsizlik, KPSS’ye tekrar hazırlık ve farklı alanlara yönelim gibi sonuçlara yol açabilmektedir. Benzer arz–talep dengesizliği sorunlarının İran ve Azerbaycan gibi ülkelerde de yaşandığı; kontenjan planlamasının istihdam projeksiyonlarıyla uyumlu yapılmamasının bölgesel ve ulusal düzeyde yapısal sorunlar oluşturduğu belirtilmektedir (Kangalgil, 2016).

Araştırmalar, istihdam dengesinin sağlanması için YÖK–MEB eşgüdümlü planlama mekanizması, kontenjan güncellemeleri, veri temelli atama öngörüler ve mezun izleme sistemlerinin oluşturulması gerektiğini vurgulamaktadır.

5.3. Son Dönem Politika Gündemi

Son yıllarda beden eğitimi öğretmeni istihdamına ilişkin politika gündemi üç ana başlık etrafında yoğunlaşmaktadır:

a) Norm Kadro Hesaplamalarının Güncellenmesi

Norm kadroların belirlenmesinde beden eğitimi ders saatleri, seçmeli ders uygulamaları, okul türleri ve spor etkinlikleri dikkate alınmaktadır. Ancak müfredat değişiklikleri ve bölgesel ihtiyaçlar nedeniyle norm kadroların yeniden düzenlenmesine yönelik beklentiler artmaktadır (MEB, 2025).

b) Bölgesel Dağılımın Dengelenmesi

Türkiye’de branş öğretmenliği istihdamında görülen en önemli sorunlardan biri, büyükşehirlerde öğretmen fazlalığı, kırsal ve dezavantajlı bölgelerde ise öğretmen yetersizliğidir. Beden eğitimi öğretmenliği atamalarında bu bölgesel dengesizlikler daha belirgin şekilde görülmektedir.

c) Veri Temelli İhtiyaç Analizi ve Atama Planlaması

MEB, öğretmen atamalarının belirlenmesinde istatistiksel projeksiyonlar, öğrenci sayıları ve okul türü analizleri gibi veri temelli yöntemlere ağırlık vermektedir. Atama kontenjanlarının yıllık planlamasında branş bazlı veri analizlerinin daha sistematik biçimde kullanılmaya başlandığı ifade edilmektedir (MEB, 2025).

5.4. Beden Eğitimi Öğretmeni İstihdamını Etkileyen Faktörler

Beden eğitimi öğretmeni istihdamını etkileyen faktörler çok boyutludur ve eğitim sisteminin genel yapısından spor politikalarına kadar geniş bir alanla ilişkilidir:

- Ders saatleri ve müfredat yapısı: Ders saatlerinin azaltılması norm kadroyu daraltırken artırılması öğretmen ihtiyacını yükseltir.
- Üniversite kontenjanları: Spor bilimleri fakültelerinin kontenjanlarının artması mezun sayısını yükselterek arz baskısı yaratır.
- Okul sporları ve kulüp etkinlikleri: Aktif spor programları ve okul sporları projeleri öğretmen ihtiyacını artırıcı bir etki oluşturur.
- Hizmet içi eğitim ve alan değişikliği politikaları: Mevcut öğretmenlerin diğer alanlara geçiş yapması veya geri dönmesi istihdam dengesini etkiler.
- Demografik değişimler: Öğrenci sayısının arttığı bölgelerde norm kadro genişler, azaldığı bölgelerde ise daralır.

Bu nedenle bir branş olarak beden eğitimi öğretmenliği istihdamı, hem eğitim politikaları hem spor politikaları hem de toplumsal fiziksel aktivite eğilimleriyle doğrudan ilişkili karmaşık bir politika alanı olarak değerlendirilmektedir.

6. Tartışma

Bu derleme çalışmada Türkiye’de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarının tarihsel arka planı, güncel yükseköğretim programlarının yapısı ve istihdam süreçleri bütüncül bir çerçevede ele alınmıştır. Elde edilen bulgular, öğretmen yetiştirme politikalarının tarihsel olarak çok katmanlı, kurumsal olarak çeşitlenmiş ve siyasal–yönetimsel değişimlerden önemli ölçüde etkilenen bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir.

Osmanlı’nın son dönemindeki jimnastik temelli uygulamalar ile başlayan süreç, erken Cumhuriyet döneminde beden eğitiminin ulus inşası ve toplum sağlığı açısından stratejik bir alan olarak görülmesiyle kurumsallaşmıştır. Bu dönemde açılan kurslar ve enstitüler, beden eğitimi öğretmeni yetiştirme sürecinin yapı taşlarını oluşturmuş ve alanın sistematik bir kimlik kazanmasına katkı sağlamıştır (Arun, 1990; Güçlü, 2001).

1980 sonrası YÖK yapılanması, öğretmen yetiştirme sisteminin tamamında olduğu gibi beden eğitimi öğretmeni yetiştirme süreçlerinde de köklü bir dönüşüm yaratmış; 1998 öğretmen yetiştirme reformu ile programların akademik niteliği güçlendirilerek ortak bir öğretmenlik formasyonu çerçevesine oturtulmuştur (YÖK, 1998).

Güncel program incelemeleri, beden eğitimi öğretmenliği lisans programlarının alan bilgisi yanında pedagojik formasyon, ölçme–değerlendirme, dijital yeterlikler, okul deneyimi, araştırma kültürü ve



kapsayıcı beden eğitimi gibi geniş kapsamlı yeterlik alanlarına odaklandığını göstermektedir (YÖK, 2024; YÖK, 2025). Bu çok boyutlu yapı, uluslararası eğilimlerle uyumlu olup öğretmen adaylarının hem sınıf içi hem okul dışı uygulamalarda daha donanımlı bir profil geliştirmesini hedeflemektedir. Bununla birlikte, program çıktılarını sınıf içi ve saha uygulamalarına yansıtabilmek için öğretim elemanı niteliği, uygulama alanlarının çeşitliliği, fiziki imkânlar ve okul deneyimi süreçlerinin güçlendirilmesi gerekmektedir.

İstihdam politikaları açısından en belirgin bulgu, beden eğitimi öğretmenliği alanında ortaya çıkan arz-talep dengesizliğidir. Spor bilimleri fakültelerinin ve eğitim fakültelerinin kontenjanlarındaki artış, mezun sayısını yıllar içinde önemli ölçüde yükseltmiştir. Buna karşılık MEB'in öğretmen atama kapasitesi norm kadro durumu, ders saati yapısı ve bütçe gibi nedenlerle sınırlı kaldığından beden eğitimi alanında arz fazlası oluşmaktadır (Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumları Raporu, 2025). Bu sorun yalnızca Türkiye'ye özgü olmayıp, İran ve Azerbaycan gibi ülkelerde de kontenjan-istihdam uyumsuzluğuna bağlı benzer dengesizlikler yaşandığı görülmektedir (Kangalgil, 2016).

Öte yandan, MEB'in son yıllarda vurguladığı veri temelli ihtiyaç analizi, bölgesel dengelenme ve norm kadro hesaplamalarının güncellenmesi gibi yaklaşımlar, istihdam süreçlerinin daha rasyonel bir zemine taşınması açısından önemli avantajlar barındırmaktadır (MEB, 2025). Bu yaklaşım, öğretmen atamalarının yalnızca niceliksel boyutla değil, bölgesel öğretmen dağılımı ve niteliksel gereksinimler bağlamında da ele alınması gerektiğini göstermektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, Türkiye'de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarının güçlendirilmesi için üç kritik alan öne çıkmaktadır:

- Tarihsel birikim ve kurumsal hafıza doğrultusunda program geliştirme: Öğretmen yetiştirme programları, hem geçmiş deneyimlerden hem de uluslararası eğilimlerden beslenen dinamik bir yapıda güncellenmelidir.
- Kontenjan planlamasının istihdam projeksiyonlarıyla uyumlaştırılması: YÖK ve MEB arasında ortak veri paylaşımı, mezun izleme sistemleri ve uzun vadeli öğretmen ihtiyacı projeksiyonları kurumsallaştırılmalıdır.
- Uygulama temelli öğretmen yetiştirme yaklaşımının güçlendirilmesi: Okul deneyimi, öğretmenlik uygulaması, kapsayıcı eğitim ve toplum temelli fiziksel aktivite programları gibi sahaya yönelik uygulamalar çeşitlendirilmeli ve nitelikleri artırılmalıdır.

Sonuç olarak, beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarının geleceği, yükseköğretim kurumları, MEB ve spor politikaları arasında sağlanacak daha güçlü bir eşgüdüme bağlı görünmektedir. Bütüncül, veri temelli ve uzun vadeli politika yaklaşımları, hem öğretmen adaylarının mesleki gelişimi hem de toplumun fiziksel aktivite kültürünün desteklenmesi açısından kritik önem taşımaktadır.

7. Sonuç ve Öneriler

Bu derleme çalışmada Türkiye'de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikaları tarihsel gelişim, yükseköğretim programlarının yapısı ve istihdam süreçleri bağlamında bütüncül bir biçimde incelenmiştir. Bulgular, beden eğitimi öğretmeni yetiştirme sisteminin Osmanlı'nın son



dönemindeki jimnastik temelli uygulamalardan günümüzdeki yeterlik odaklı yükseköğretim yapılanmasına uzanan çok katmanlı bir dönüşüm süreci geçirdiğini göstermektedir.

Erken Cumhuriyet döneminde beden eğitiminin ulus inşası, toplum sağlığı ve modern yurttaşlık anlayışı açısından stratejik bir konuma sahip olması, öğretmen yetiştirme politikalarının hızla kurumsallaşmasını sağlamıştır (Arun, 1990; Güçlü, 2001). 1980 sonrası YÖK yapılanması ve 1998 öğretmen yetiştirme reformu ise programların içerik ve yapısında standartlaşma sağlayarak beden eğitimi öğretmenliğinin akademik niteliğini belirgin biçimde artırmıştır (YÖK, 1998).

Güncel program incelemeleri, beden eğitimi öğretmenliği lisans programlarının alan eğitimi, pedagojik formasyon, dijital yeterlikler, kapsayıcı beden eğitimi ve araştırma kültürü gibi çok yönlü yeterlik alanlarını kapsadığını göstermektedir (YÖK, 2024; YÖK, 2025). Bununla birlikte, bu yeterliklerin etkili biçimde kazanılabilmesi için öğretim elemanı niteliği, uygulama sahalarının erişilebilirliği, okul deneyimi süreçleri ve fiziki altyapının güçlendirilmesi gerekmektedir.

İstihdam politikaları açısından bakıldığında, beden eğitimi öğretmenliği alanında dikkat çeken temel sorun, yükseköğretim kurumlarının mezun sayısı ile MEB'in öğretmen atama kapasitesi arasındaki belirgin uyumsuzluktur. Spor bilimleri fakültelerinin kontenjanlarındaki artış mezun sayısını yükseltirken, MEB'in istihdam kapasitesinin sınırlı olması arz-talep dengesizliğini derinleştirmektedir (Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumları Raporu, 2025). Bu durum, mezunların iş bulma süreçlerinde belirsizlik yaratmakta ve alanın temel politika sorunlarından biri hâline gelmektedir. Benzer dengesizliklerin İran ve Azerbaycan gibi ülkelerde de görülmesi, bu sorunun uluslararası ölçekte ortak bir politika problemi olduğunu göstermektedir (Kangalgil, 2016).

Bu bulgular ışığında, Türkiye'de beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikasının daha etkili ve sürdürülebilir bir yapıya kavuşabilmesi için aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

1. Tarihsel Birikimi Gözetken Program Politikaları: Beden eğitimi öğretmeni yetiştirme sürecinin Osmanlı'dan Cumhuriyet'e ve günümüze uzanan tarihsel birikimi dikkate alınarak düzenli aralıklarla güncellenmesi gerekmektedir. Ulusal eğitim politikaları uluslararası eğilimlerle birlikte değerlendirilmelidir.

2. Kontenjan Planlamasının İstihdam Projeksiyonlarıyla Uyumlaştırılması: YÖK ve MEB arasında sürekli ve sistematik veri paylaşımı sağlanmalıdır. Mezun sayıları, öğretmen ihtiyacı, bölgesel dağılım ve uzun vadeli istihdam projeksiyonları dikkate alınarak kontenjanlar yeniden düzenlenmelidir. Mezun izleme sistemlerinden elde edilen veriler karar süreçlerine entegre edilmelidir.

3. Uygulama Temelli Eğitim Modellerinin Güçlendirilmesi: Okul deneyimi ve öğretmenlik uygulaması süreçleri daha nitelikli hâle getirilmeli; öğretmen adaylarına farklı sosyo-kültürel ortamlarda saha deneyimi kazandıracak çeşitlendirilmiş uygulama modelleri geliştirilmelidir. Özellikle:

- kapsayıcı beden eğitimi uygulamaları,
- okul temelli fiziksel aktivite projeleri,



- toplum sağlığı odaklı hareket programları

lisans programlarına daha bütüncül biçimde entegre edilmelidir.

4. Öğretmen Yeterliklerinin Güncellenmesi ve Hizmet İçi Eğitimlerin Artırılması: MEB'in öğretmenlik mesleği genel yeterliklerinin (MEB, 2017), beden eğitimi alanının güncel ihtiyaçlarına göre güncellenmesi ve görevdeki öğretmenler için sürekli mesleki gelişimi destekleyen hizmet içi eğitim programlarının güçlendirilmesi önerilmektedir.

5. Spor Bilimleri Fakülteleri ile MEB Arasında Yapısal İş Birliği Mekanizmalarının Oluşturulması: Yükseköğretim kurumları ile MEB arasında:

- Öğretmen ihtiyacı projeksiyonları,
- Okul-üniversite iş birlikleri,
- Saha uygulamaları,
- Ortak müfredat geliştirme çalışmaları

gibi alanlarda daha kurumsal ve sürdürülebilir iş birliği modelleri oluşturulmalıdır.

6. Veri Temelli ve Sürdürülebilir İstihdam Politikaları: Norm kadro hesaplamalarının güncellenmesi, bölgesel atama dengesizliklerinin giderilmesi ve istihdam süreçlerinde şeffaflığın güçlendirilmesi için veri temelli karar mekanizmalarının yaygınlaştırılması gerekmektedir (MEB, 2025).

Genel olarak değerlendirildiğinde, beden eğitimi öğretmeni yetiştirme politikalarının geleceği; spor bilimleri fakülteleri, eğitim fakülteleri, MEB ve diğer paydaşlar arasında kurulacak güçlü bir eşgüdümle daha sürdürülebilir bir yapıya kavuşacaktır. Bu doğrultuda geliştirilecek bütüncül ve veri temelli politikalar, hem öğretmen adaylarının mesleki gelişimine hem de toplumun fiziksel aktivite kültürünün güçlenmesine önemli katkılar sağlayacaktır.

Kaynakça

- Arun, A. C. (1990). Türkiye'de Cumhuriyet devrinde beden eğitimi öğretmeni yetiştirme çalışmaları ve aşamaları. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 9–13.
- Aslan, A. (2015). Türkiye'nin ilk beden eğitimi öğretmeni yetiştirme girişimi: Terbiye-i Bedeniye Darülmuaallimini. Çevrimiçi makale. <https://www.academia.edu>
- Aydın, E., Temel, A., & Kangalgil, M. (2022). Geçmişten günümüze ortaöğretim beden eğitimi ve spor dersi öğretim programlarının incelenmesi. *Journal of Global Sport and Education Research*, 5(1), 99–117.
- Güçlü, N. (2001). Cumhuriyetten günümüze Millî Eğitimde beden eğitimi ve spor politikaları. *Millî Eğitim Dergisi*, 150.
- Kangalgil, M. (2016). Türkiye, İran ve Azerbaycan'da beden eğitimi ve spor öğretmeni yetiştirme programlarının karşılaştırılması (Doktora tezi / araştırma raporu). <https://avesis.gazi.edu.tr>



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

Kayapınar, F. Ç. (2024). Cumhuriyetten günümüze Millî Eğitimde beden eğitimi ve sporun yeri. IDUHES Dergisi, X(X), xx–xx.

Millî Eğitim Bakanlığı [MEB]. (2017). Öğretmenlik Mesleği Genel Yeterlikleri. MEB Temel Eğitim Genel Müdürlüğü.

Millî Eğitim Bakanlığı [MEB]. (2025). Öğretmen istihdamı, norm kadro ve alan bazlı atama politikalarına ilişkin resmî açıklamalar ve istatistik raporları. <https://www.meb.gov.tr>

Spor Eğitimi Veren Yükseköğretim Kurumları Raporu. (2025). Spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarının yapısı ve istihdam sorunları. Journal of Zone Sport Sciences, X(X), xx–xx.

Yükseköğretim Kurulu [YÖK]. (1998). Eğitim Fakültesi Öğretmen Yetiştirme Lisans Programları. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı.

Yükseköğretim Kurulu [YÖK]. (2024). Öğretmen yetiştirme lisans programları ve beden eğitimi ve spor öğretmenliği lisans programı. Yükseköğretim Kurulu Başkanlığı.

Yükseköğretim Kurulu [YÖK]. (2025). Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Lisans Programı TYYÇ çıktı dokümanı. YÖK – TYYÇ Koordinasyon Birimi.

2025-183-IECSES-8th-105-FC-TB-KY-SG

Biathlon Sporcularında Nabız Kontrolü ve Atış Performansı İlişkisi

Sefer KARABAĞ

Sarıkamış Anatolian Imam Hatip High School, Sarıkamış, Turkey

Email: seferkarabag@gmail.com

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-3553-0282>

ÖZ

Bu çalışma, biathlon sporcularının atış öncesi fizyolojik regülasyon becerilerinin (nabız kontrolü ve solunum ritmi) atış performansına etkisini spor yaşı üzerinden incelemeyi amaçlamaktadır. Erzurum Biathlon Tesislerinde antrenman yapan 11 üniversite öğrencisi (6 erkek, 5 kadın) sporcu çalışmaya dahil edilmiştir. Katılımcıların spor yaşı, istirahat kalp atım hızı (İKAS), bazal atış isabeti, soluk sayısı ve nabız değişim oranı gibi parametreleri değerlendirilmiştir. Veriler SPSS 26.0 ile analiz edilmiş; korelasyon ve regresyon analizleri uygulanarak spor yaşı ile performans değişkenleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Spor yaşı ile atış isabeti arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki ($r = +0,58$; $p < .05$), nabız değişim oranı arasında ise negatif yönlü anlamlı ilişki ($r = -0,62$; $p < .05$) saptanmıştır. Bulgular, deneyim süresi arttıkça fizyolojik regülasyon becerilerinin geliştiğini ve bireyselleştirilmiş hazırlık stratejilerinin biathlon performansında belirleyici olduğunu göstermektedir.

Giriş

Biathlon, yüksek aerobik kapasite ile hassas motor kontrolün eş zamanlı yönetimini gerektiren kompleks bir spor dalıdır. Sporcuların kayakla yüksek tempoda ilerledikten sonra kısa sürede fizyolojik olarak sakinleşerek isabetli atış yapmaları beklenmektedir. Bu süreçte kalp atım hızı (HR) ve solunum ritminin kontrolü, atış performansını doğrudan etkilemektedir (Laaksonen, Kalliokoski, Kyröläinen, & Kemppainen, 2018).

Yüksek kalp atım hızı, motor koordinasyon ve dikkat süreçlerini olumsuz etkileyerek atış isabetini düşürebilir (Hoffman & Street, 1992). Bu nedenle, sporcuların atış öncesi nabızlarını düşürme ve nefeslerini ritmik şekilde düzenleme becerileri, başarı için kritik öneme sahiptir. Literatürde, deneyimli sporcuların bu fizyolojik regülasyonları daha etkin gerçekleştirdiği ve bu durumun performansa olumlu yansıdığı belirtilmektedir (Staunton, Jonsson Kårström, Björklund, & Laaksonen, 2023; Espinosa, Mears, Stamm, Ohgi, & Coniglio, 2025).

Yöntem

Katılımcılar

Araştırmaya Erzurum Biathlon Tesislerinde düzenli olarak antrenman yapan ve üniversite öğrenimi gören toplam 11 sporcu (6 erkek, 5 kadın) katılmıştır. Katılımcıların spor yaşı 4 ila 9 yıl arasında değişmektedir. Örneklem, deneyim düzeyine göre gruplandırılmamış; bunun yerine spor yaşı sürekli bir değişken olarak ele alınmıştır. Bu yaklaşım, bireysel farklılıkların daha hassas biçimde değerlendirilmesine olanak tanımış ve performans parametreleriyle olan ilişkilerin korelasyon ve regresyon analizleriyle incelenmesini sağlamıştır.

Ölçümler

Aşağıdaki parametreler değerlendirilmiştir:



Spor Yaşı (yıl)

Katılımcıların aktif olarak biathlon sporuyla ilgilendikleri toplam süre yıl cinsinden kaydedilmiştir.

Boy (cm), Ağırlık (kg)

Standart antropometrik ölçümler dijital stadiometer ve hassas tartı ile alınmıştır.

İstirahat Kalp Atım Sayısı (İKAS)

Katılımcılar sabah saatlerinde, dinlenmiş ve uyaransız bir ortamda 5 dakika oturur pozisyonda bekletildikten sonra ölçüm yapılmıştır.

Bazal Atış İsabeti

Her sporcu, Erzurum Biathlon Tesisleri'ndeki atış poligonunda, fiziksel efor öncesi bazal durumda 5 atış gerçekleştirmiştir. Atışlar bireysel olarak ve standart hedef mesafesi korunarak yapılmış; isabet sayısı manuel olarak kayıt altına alınmıştır.

Soluk Sayısı

Sporcular, atış pozisyonu öncesinde mat üzerine yerleştirilmiş ve son atışı tamamlayana kadar geçen sürede göğüs hareketleri gözlemsel olarak takip edilmiştir. Soluk sayısı, bu süre zarfında yapılan toplam solunum sayısı olarak kaydedilmiştir.

Nabız Değişim Oranı (%)

Nabız değişim oranı, atış öncesi ve sonrasındaki kalp atım sayısı farkının yüzdesel olarak hesaplanmasıyla elde edilmiştir. Ölçümler, sporcuların bileklerine takılan Polar marka saatler aracılığıyla gerçek zamanlı olarak kaydedilmiştir.

İstatistiksel Analiz

Araştırma verileri SPSS 26.0 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Tanımlayıcı istatistikler kapsamında ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler hesaplanmıştır. Spor yaşı ile performans parametreleri (atış isabeti, nabız değişim oranı ve soluk sayısı) arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Ayrıca, spor yaşının atış isabeti ve nabız değişim oranı üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek için basit doğrusal regresyon analizleri gerçekleştirilmiştir. Anlamlılık düzeyi tüm analizlerde $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.



Bulgular

Tablo 1. Katılımcıların Tanımlayıcı Özellikleri

Değişken	Spor Yaşı (yıl)	Boy (cm)	Ağırlık (kg)	İKAS (bpm)	Bazal Atış İsabeti	Soluk Sayısı	Nabız Değişim Oranı (%)
Ortalama	6,9	167,5	59,5	54,2	3,1	6,9	14,5
Standart Sapma	1,8	8,2	7,3	6,3	1,1	2,8	8,7
Minimum	4	158	48	44	1	5	1
Maksimum	9	182	74	64	5	17	27

Tablo 1’de katılımcıların antropometrik ve fizyolojik parametrelerine ait ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler sunulmuştur. Bu veriler, grup içi homojenliği ve ölçüm değişkenliğini göstermektedir.

Tablo 2. Deneyim Düzeyine Göre Performans Karşılaştırması

Değişken Çifti	Korelasyon Katsayısı (r)	Anlamlılık (p)
Spor Yaşı – Atış İsabeti Sayısı	+0,58	0,042
Spor Yaşı – Nabız Değişim Oranı	–0,62	0,031
Spor Yaşı – Soluk Sayısı	–0,29	0,38

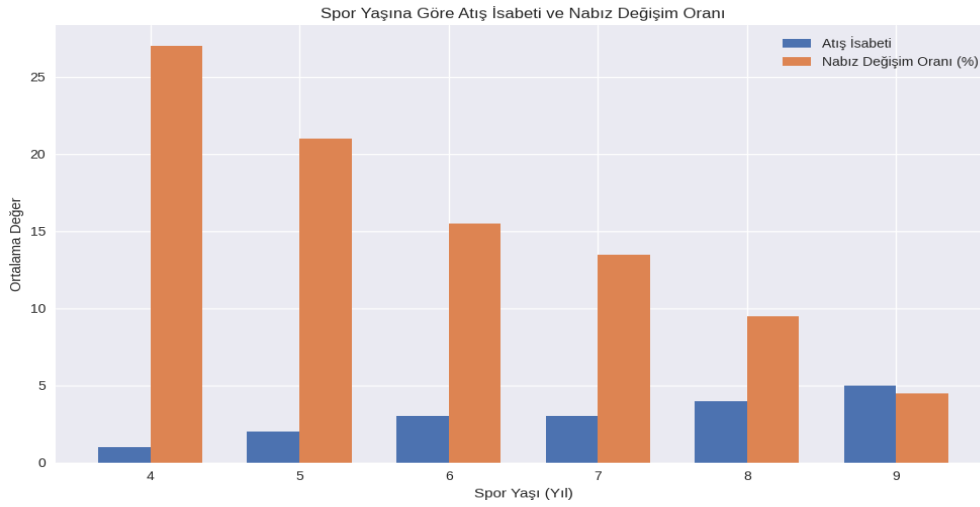
Tablo 2’de Spor yaşı ile atış isabeti arasında orta düzeyde pozitif ve anlamlı bir ilişki ($p < .05$); nabız değişim oranı arasında ise orta düzeyde negatif ve anlamlı bir ilişki ($p < .05$) saptanmıştır. Soluk sayısı ile spor yaşı arasında zayıf düzeyde negatif ancak anlamlı olmayan bir ilişki gözlenmiştir.

Tablo 3. Deneyim Düzeyine Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Bağımlı Değişken	Regresyon Modeli	R ²	F (p)
Atış İsabeti	$Y = 1,42 + 0,24 \cdot \text{Spor Yaşı}$	0,34	5,12 (0,042)
Nabız Değişim Oranı	$Y = 23,1 - 1,24 \cdot \text{Spor Yaşı}$	0,38	6,01 (0,031)

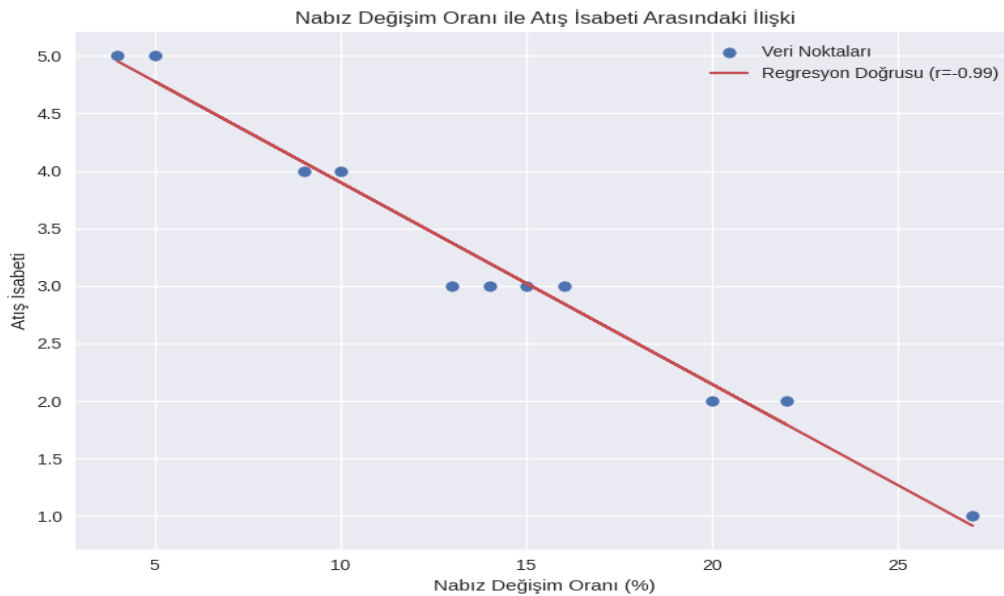
Regresyon modelleri, spor yaşı ile performans parametreleri arasında anlamlı doğrusal ilişkiler olduğunu göstermektedir ($p < .05$). Spor yaşı arttıkça atış isabeti artmakta, nabız değişim oranı ise azalmaktadır. Bu bulgular, deneyim düzeyini kategorik olarak ayırmadan da performans üzerindeki etkisini ortaya koymaktadır.

Grafik 1. Spor Yaşına Göre Atış İsabeti ve Nabız Değişim Oran



Grafik 1’de biathlon sporcularının spor yaşı arttıkça gösterdikleri atış isabeti ve nabız değişim oranı ortalamalarını karşılaştırmalı olarak sunmaktadır. Görselde, spor yaşı arttıkça atış isabetinin kademeli olarak yükseldiği, buna karşılık nabız değişim oranının belirgin şekilde azaldığı gözlemlenmektedir. Bu durum, deneyim süresinin fizyolojik regülasyon becerilerinin gelişimine ve dolayısıyla atış performansına olumlu katkı sağladığını göstermektedir. Grafik, korelasyon ve regresyon analizleriyle elde edilen bulguları destekler niteliktedir.

Grafik 2. Nabız Değişim Oranı ile Atış İsabeti Arasındaki İlişki



Grafik 2’de tüm katılımcılar üzerinden nabız değişim oranı ile atış isabeti arasındaki ilişkiyi görselleştirmektedir. Regresyon doğrusu, iki değişken arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymaktadır ($r = -0,62$; $p < .05$). Nabız değişim oranı arttıkça atış isabetinin azaldığı bu eğilim, yüksek fizyolojik dalgalanmaların motor kontrolü ve dikkat süreçlerini olumsuz

etkilediği yönündeki literatürle de örtüşmektedir. Grafik, bireysel fizyolojik regülasyonun atış performansı üzerindeki belirleyici rolünü açıkça ortaya koymaktadır.

Tartışma

Bu çalışmanın bulguları, biathlon sporcularının atış öncesi fizyolojik regülasyon becerilerinin (nabız kontrolü ve solunum ritmi) atış performansında belirleyici rol oynadığını göstermektedir. Deneyim düzeyini kategorik olarak ayırmak yerine spor yaşı üzerinden yapılan analizler, bu becerilerin zamanla geliştiğini ve performansa anlamlı katkı sunduğunu ortaya koymuştur.

Spor yaşı ile atış isabeti arasında orta düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki ($r = +0,58$; $p < .05$), spor yaşı ile nabız değişim oranı arasında ise orta düzeyde negatif yönlü anlamlı bir ilişki ($r = -0,62$; $p < .05$) saptanmıştır. Bu bulgular, Hoffman ve Street'in (1992) "yüksek nabız = düşük motor kontrol" hipotezini desteklemekte; deneyim arttıkça fizyolojik dalgalanmaların azaldığını ve motor performansın daha stabil hale geldiğini göstermektedir. Benzer şekilde Benum ve ark. (2021), kalp tepkilerinin önceden kontrol edilmesinin atış başarısını artırabileceğini vurgulamıştır.

Regresyon analizleri, spor yaşı arttıkça atış isabetinin yükseldiğini ve nabız değişim oranının azaldığını doğrulamaktadır. Bu durum, Laaksonen ve ark. (2018) tarafından vurgulanan kas ve beyin oksijenlenmesi ile kalp debisi değişimlerinin performansa etkisiyle uyumludur. Luchsinger ve ark. (2019) ise laboratuvar verileriyle destekledikleri analizlerinde, nabız kontrolünün sprint performansına doğrudan katkı sunduğunu göstermiştir.

Staunton ve ark. (2023), mikro-pacing stratejilerinin biathlon performansında kritik olduğunu belirtmişlerdir. Bu çalışmada spor yaşı ile nabız değişim oranı arasındaki negatif ilişki, bu stratejilerin deneyimle geliştiğini ve uygulandığını göstermektedir. Sandbakk ve Holmberg (2017) ise üst düzey dayanıklılık sporcularında mikro düzeyde hız ve nabız yönetiminin performansın sınırlarını belirlediğini ifade etmektedir.

Solunum stratejileri açısından, Röttger ve ark. (2021) tarafından önerilen taktiksel solunum tekniklerinin stres altında psikomotor performansı korumadaki etkisi, soluk sayısı ile spor yaşı arasındaki eğilimle örtüşmektedir. Lehrer ve Gevirtz (2014) ise kalp hızı değişkenliği temelli biofeedback uygulamalarının hem fizyolojik hem bilişsel dengeyi sağladığını göstermiştir.

Espinosa ve ark. (2025) tarafından vurgulanan giyilebilir sensör teknolojilerinin bireyselleştirilmiş antrenman planlamasına katkısı, bu çalışmada da karşılık bulmaktadır. Seshadri ve ark. (2020) ile Baca ve Kornfeind (2012), gerçek zamanlı veri takibinin sporcuların fizyolojik yanıtlarına göre antrenmanların optimize edilmesini sağladığını belirtmişlerdir. Atasever ve ark. (2021) ise Türkiye'de yapılan bir çalışmada nabız, isabet ve hız parametrelerinin birlikte değerlendirilmesinin performans analizinde kritik olduğunu ortaya koymuştur.

Bu çalışmada kullanılan korelasyon ve regresyon analizleri, Thomas ve ark. (2015) ile Field (2013) tarafından önerilen spor bilimleri araştırma yöntemleriyle uyumlu biçimde yürütülmüştür. Bu hem veri yorumlarının geçerliliğini hem de metodolojik bütünlüğü desteklemektedir.

Sonuç olarak, bu çalışma deneyim süresi ile fizyolojik regülasyon becerileri arasındaki ilişkiyi sürekli değişken temelli analizlerle ortaya koymakta; bireyselleştirilmiş antrenman stratejilerinin önemini vurgulamaktadır. Bulgular hem uygulayıcılar hem araştırmacılar için fizyolojik temelli performans optimizasyonu açısından yol gösterici niteliktedir.



Kaynakça

- Atasever, G., Kiyıcı, F., Bedir, D., & Ağduman, F. (2021). Biathlon performance: Heart rate, hit rate, speed and physiological variables. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences*, 15(10), 3245–3249. <https://pjmhsonline.com/2021/october/3245.pdf>
- Baca, A., & Kornfeind, P. (2012). Rapid feedback systems for elite sports training. *IEEE Pervasive Computing*, 11(3), 70–79. <https://doi.org/10.1109/MPRV.2012.41>
- Benum, S. D., van der Weel, F. R., & van der Meer, A. L. H. (2021). Prospective control of cardiac responses for upcoming action demands during biathlon. *Ecological Psychology*, 33(2), 90–105. <https://doi.org/10.1080/10407413.2021.1885979>
- Espinosa, H., Mears, A., Stamm, A., Ohgi, Y., & Coniglio, C. (2025). Wearable sensor technology in sports monitoring. *Sports Engineering*, 28(4). <https://doi.org/10.1007/s12283-025-00485-9>
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (4th ed.). Sage Publications.
- ▣ Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3–24). Guilford Press.
- Hoffman, M. D., & Street, G. M. (1992). Characterization of the heart rate response during biathlon. *International Journal of Sports Medicine*, 13(5), 390–394. <https://doi.org/10.1055/s-2007-1021293>
- Laaksonen, M. S., Kalliokoski, K. K., Kyröläinen, H., & Kemppainen, J. (2018). Effects of shooting on muscle and cerebral oxygenation and cardiac output in biathlon. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(5), 1706–1713. <https://doi.org/10.1111/sms.13077>
- Lehrer, P. M., & Gevirtz, R. (2014). Heart rate variability biofeedback: How and why does it work? *Frontiers in Psychology*, 5, 756. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2014.00756>
- Luchsinger, H., Talsnes, R. K., Kocbach, J., & Sandbakk, Ø. (2019). Analysis of a biathlon sprint competition and associated laboratory determinants of performance. *Frontiers in Sports and Active Living*, 1, 60. <https://doi.org/10.3389/fspor.2019.00060>
- Röttger, S., Theobald, D. A., Abendroth, J., & Jacobsen, T. (2021). The effectiveness of combat tactical breathing. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 46(1), 19–28. <https://doi.org/10.1007/s10484-020-09485-w>
- Sandbakk, Ø., & Holmberg, H. C. (2017). Physiological capacity and training routines of elite cross-country skiers: Approaching the upper limits of human endurance. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 12(8), 1003–1011. <https://doi.org/10.1123/ijspp.2016-0259>
- Seshadri, D. R., Li, R. T., Voos, J. E., Rowbottom, J. R., & Drummond, C. K. (2020). Wearable sensors for monitoring the physiological and biochemical profile of athletes. *npj Digital Medicine*, 3(1), 1–16. <https://doi.org/10.1038/s41746-020-0232-7>
- Staunton, C. A., Jonsson Kårström, M., Björklund, G., & Laaksonen, M. S. (2023). Performance and micro-pacing strategies in biathlon skiing. *Journal of Science in Sport and Exercise*, 6(3), 324–331. <https://doi.org/10.1007/s42978-023-00237-w>
- Thomas, J. R., Nelson, J. K., & Silverman, S. J. (2015). *Research methods in physical activity* (7th ed.). Human Kinetics.



2025-183-IECSES-8th-105-FC-TB-KY-SG

Beden Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Özel Gereksinimli Çocuklara Yönelik Öz Yeterliklerinin İncelenmesi: Tanımlayıcı Bir Araştırma

¹Sibel NALBANT

¹Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Bölümü, Antalya, Türkiye.

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-9930-376X>

¹E-posta: [sibel.nalbant@alanya.edu.tr], Tel: 05336595820

²Mehmet DİNÇ

²Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Ana Bilim Dalı, Antalya, Türkiye.

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6093-2155>

²E-posta: [dinc.alku@gmail.com], Tel: 05419559907

³Ebru ÖZEN

³Alaaddin Keykubat Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Antalya, Türkiye.

³ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4360-1378>

³E-posta: [ebruozen6273@gmail.com], Tel: 05510207384

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, kapsayıcı beden eğitimi uygulamalarının etkinliğinde kritik bir rol üstlenen beden eğitimi öğretmeni adaylarının özel gereksinimli çocuklara yönelik öz yeterlik düzeylerini incelemektir. Araştırma, betimsel tarama modeli ile desenlenmiştir. Veriler, “Engelli Çocuklara Yönelik Beden Eğitimi Öğretmeni Eğitimi Anadali İçin Öz Yeterlik Ölçeği” ile toplanmıştır. Çalışmaya 174 beden eğitimi öğretmeni adayı katılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılığı yüksek bulunmuş (Cronbach’s Alpha = .96) ve verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Yaş, sınıf düzeyi, özel gereksinimli bireylerle kişisel ve mesleki deneyim gibi değişkenlere göre anlamlı fark saptanmamıştır. Ancak, cinsiyet ve uyarlanmış beden eğitimi dersi alma durumu değişkenlerinde istatistiksel olarak anlamlı farklar elde edilmiştir. Bulgular, erkek katılımcıların öz yeterlik düzeylerinin daha yüksek olduğunu, ayrıca uyarlanmış beden eğitimi dersi almanın ve önceki deneyimlerin öz yeterlik algısını artırdığını göstermektedir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda, öğretmen adaylarının hem mesleki hem de kişisel gelişimlerini destekleyecek deneyimlere yer verilmesinin lisans programlarında önemsenmesi gerektiği önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Öz yeterlik, kapsayıcı beden eğitimi, öğretmen adayı, özel gereksinimli çocuk, betimsel araştırma.

Examining the Self-Efficacy of Pre-Service Physical Education Teachers Toward Children with Special Needs: A Descriptive Study

ABSTRACT

This study aims to investigate the self-efficacy levels of pre-service physical education teachers toward children with special needs, who are integral to the successful implementation of inclusive

physical education practices. Employing a descriptive survey design, data were collected through the Self-Efficacy Scale for Physical Education Teacher Education Majors Toward Children with Disabilities. The study sample comprised 174 pre-service physical education teachers. The scale demonstrated high internal consistency (Cronbach's Alpha = .96), and the data met the assumptions of normal distribution. No statistically significant differences were found based on age, academic year, or prior personal and professional experience with individuals with special needs. However, significant differences emerged in relation to gender and the completion of an adapted physical education course. The results revealed that male participants reported higher self-efficacy levels, and that both course participation and prior experience had a positive influence on self-efficacy perceptions. In light of these findings, it is recommended that undergraduate programs incorporate experiential learning opportunities designed to enhance both professional competence and personal readiness, thereby better preparing pre-service teachers for inclusive educational environments.

Keywords: Self-efficacy, inclusive physical education, pre-service teachers, children with special needs, descriptive study.

GİRİŞ

Güncel eğitim yaklaşımlarında kapsayıcı eğitim anlayışı, tüm öğrencilerin öğrenme ortamına eşit koşullarda katılımını temel alan önemli bir paradigma olarak öne çıkmaktadır. Bu çerçevede kapsayıcı beden eğitimi, öğrencilerin bireysel özelliklerini ve farklılıklarını dikkate alarak herkesin derse tam ve etkin şekilde katılmasını amaçlayan çağdaş bir uygulama alanıdır. Kapsayıcı eğitimin beden eğitimi derslerinde etkili biçimde uygulanabilmesi, öğretmenin öğretim yöntemlerini uyarlayabilmesi, sınıf içi etkileşimi düzenleyebilmesi ve öğrenme ortamını öğrencilerin gereksinimlerine göre yapılandırabilmesi ile yakından ilişkilidir.

Öğretmenin bu süreci yönetebilmesinde belirleyici rol üstlenen değişkenlerden biri öz-yeterlik algısıdır. Öz-yeterlik, bireyin belirli bir görevi başarılı biçimde yerine getirebileceğine yönelik inancı olarak tanımlanmakta ve öğretmenin kapsayıcı ortamlarda sergilediği davranışları, karar verme süreçlerini ve uygulama becerilerini doğrudan etkilemektedir (Bandura, 1997). Bu doğrultuda beden eğitimi öğretmeni adaylarının özel gereksinimli öğrencilerle çalışma konusundaki öz-yeterlik düzeyleri, kapsayıcı uygulamaların niteliği açısından kritik bir belirleyici olarak değerlendirilmektedir (Kartal, Onbaşı & İlhan, 2024). Yüksek öz-yeterliğe sahip öğretmen adaylarının kapsayıcı uygulamalara yönelik daha olumlu tutum geliştirdikleri, etkili öğretim yöntemleri benimsedikleri ve uyarlama gerektiren durumlarda daha başarılı oldukları bilinmektedir (Tschannen-Moran & Woolfolk Hoy, 2001). Bu nedenle öğretmen adaylarının öz-yeterlik düzeylerinin incelenmesi, kapsayıcı beden eğitimi uygulamalarının geliştirilmesi açısından temel bir gereksinimdir (Lee & Park, 2024).

Bu çalışma, kapsayıcı beden eğitimi uygulamalarının etkililiğinde temel rol üstlenen beden eğitimi öğretmeni adaylarının özel gereksinimli çocuklara yönelik öz-yeterlik düzeylerini belirlemeyi amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli:

Bu araştırma, mevcut durumu betimlemeyi amaçlayan betimsel tarama modeli kullanılarak yürütülmüştür. Betimsel tarama çalışmaları, ele alınan olgunun olduğu şekliyle ortaya konmasını hedefler ve bu süreçte ölçek, anket ya da test gibi veri toplama araçları kullanılarak mevcut durum nesnel biçimde analiz edilir (Karasar, 2020).

Katılımcılar:

Araştırmanın çalışma grubunu, beden eğitimi ve spor öğretmenliği programında öğrenim gören ve araştırmacı tarafından erişilebilen toplam 174 öğrenci oluşturmuştur. Örneklem seçiminde ulaşılabilirliği esas alan kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir (Büyüköztürk, 2021).

Veri Toplama Araçları:

Öğretmen adaylarının özel gereksinimli çocuklara yönelik öz-yeterlik düzeylerini belirlemek amacıyla, Block ve arkadaşları (2013) tarafından geliştirilen “Engelli Çocuklara Yönelik Beden Eğitimi Öğretmeni Eğitimi Anadali İçin Öz-Yeterlik Skalası” kullanılmıştır. Üç alt boyuttan ve toplam 32 maddeden oluşan ölçek 5’li Likert tipindedir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması ve geçerlik-güvenirlik çalışması Şahin (2022) tarafından yapılmış olup, bu çalışmada ölçeğin iç tutarlılık katsayısı oldukça yüksek bulunmuştur (Cronbach’s Alpha = .96).

İstatistiksel Analiz:

Verilerin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık (skewness) ve basıklık (kurtosis) değerleri incelenerek değerlendirilmiştir. Skewness değerlerinin-,286 ile ,185; kurtosis değerlerinin ise-,431 ile ,367 arasında olduğu belirlenmiş ve bu değerlerin ± 1 aralığında olması nedeniyle dağılımın normal kabul edildiği yorumlanmıştır (George & Mallery, 2010).

İki gruplu değişkenlerde bağımsız örneklem t-testi, ikiden fazla gruptan oluşan değişkenlerde ise tek yönlü ANOVA kullanılmıştır. Gruplar arasında anlamlı fark tespit edilen durumlarda uygun Post-Hoc testleri uygulanmıştır. Tüm analizlerde anlamlılık düzeyi $p < .05$ olarak kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Tanımlayıcı İstatistikler

Değişken	Kategori	N	%	Ortalama $\pm$ SS	Min – Maks
Cinsiyet	Kadın	47	27,2	–	–
	Erkek	126	72,8	–	–
Sınıf Düzeyi	1	10	5,8	3,65 $\pm$ 0,45	2,84–4,56
	2	96	55,5	3,37 $\pm$ 0,74	1,97–4,66
	3	11	6,4	3,49 $\pm$ 0,74	2,06–4,66
	4	56	32,4	3,64 $\pm$ 0,62	2,06–4,69
Uyarlanmış Beden Eğitimi ve Spor Dersi	Almadı	40	23,1	3,77 $\pm$ 0,65	2,06–4,66
	Aldı	133	76,9	3,36 $\pm$ 0,66	1,97–4,69
Yaş Grubu	19–22	129	74,6	3,46 $\pm$ 0,73	1,97–4,69
	23–26	37	21,4	3,54 $\pm$ 0,63	2,06–4,66
	27–30	4	2,3	3,49 $\pm$ 0,50	2,84–4,06
	31–34	3	1,7	3,42 $\pm$ 0,55	2,91–4,00
Mesleki Çalışma	Var	84	48,6	3,51 $\pm$ 0,67	1,97–4,66
	Yok	89	51,4	3,45 $\pm$ 0,73	1,97–4,69
Bireysel Tecrübe	Var	63	36,4	3,54 $\pm$ 0,66	1,97–4,69
	Yok	110	63,6	3,44 $\pm$ 0,72	1,97–4,69

Tanımlayıcı istatistikler incelendiğinde, araştırma grubunun 47’sinin kadın, 126’sının ise erkek katılımcılardan oluştuğu görülmektedir. Sınıf düzeyine göre dağılım incelendiğinde, katılımcıların 10’u birinci sınıf, 96’sı ikinci sınıf, 11’i üçüncü sınıf ve 56’sı dördüncü sınıf öğrencisidir. UBES (Uyarlanmış Beden Eğitimi ve Spor) dersine ilişkin deneyim durumlarına bakıldığında, 40 katılımcının bu dersi daha önce almadığı, 133 katılımcının ise UBES dersi eğitimi aldığı belirlenmiştir. Katılımcıların büyük bölümünün (n = 129) 19–22 yaş aralığında olduğu görülmektedir.

Mesleki deneyim açısından değerlendirildiğinde, 84 katılımcının alanda mesleki deneyime sahip olduğu, 89'unun ise böyle bir deneyime sahip olmadığı anlaşılmaktadır. Özel gereksinimli bireylerle çalışma deneyimi açısından ise 63 katılımcının daha önce tecrübe sahibi olduğu, 110 katılımcının ise bu tür bir deneyime sahip olmadığı kaydedilmiştir. Katılımcıların farklı değişkenlere göre ölçek puanlarına ilişkin bulgular Tablo 2'de sunulmuştur

Tablo 2. Öz-Yeterlik Puanları ve Değişkenler Arası Farklılıklar

Değişken	Grup	N	Ortalama $\pm$ SS	Gruplar Arası Fark (p)	Yorum
Cinsiyet	Kadın	47	3,26 $\pm$ 0,79	0,013*	Erkek > Kadın
	Erkek	126	3,56 $\pm$ 0,65		
Sınıf Düzeyi	1	10	3,65 $\pm$ 0,45	0,114	Fark yok
	2	96	3,37 $\pm$ 0,74		
	3	11	3,49 $\pm$ 0,74		
	4	56	3,64 $\pm$ 0,62		
UBES Dersi	Almadı	40	3,77 $\pm$ 0,65	<0,001*	UBES alan > UBES almayan
	Aldı	133	3,36 $\pm$ 0,66		
Yaş Grubu	19–22	129	3,46 $\pm$ 0,73	0,933	Fark yok
	23–26	37	3,54 $\pm$ 0,63		
	27–30	4	3,49 $\pm$ 0,50		
	31–34	3	3,42 $\pm$ 0,55		
Mesleki Çalışma	Var	84	3,51 $\pm$ 0,67	0,544	Fark yok
	Yok	89	3,45 $\pm$ 0,73		
Bireysel Tecrübe	Var	63	3,54 $\pm$ 0,66	0,386	Fark yok
	Yok	110	3,44 $\pm$ 0,72		

Gruplar arası karşılaştırmalara ilişkin bulgular incelendiğinde, cinsiyet değişkeninde erkek katılımcıların lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunduğu belirlenmiştir ($p = 0,013$). Benzer biçimde, UBES dersini alma durumuna göre yapılan karşılaştırmada, dersi alan katılımcıların öz yeterlik puanlarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptanmıştır ($p = 0,001$). Buna karşın,

sınıf düzeyi, yaş grubu, mesleki deneyim ve bireysel deneyim değişkenlerine ilişkin analizlerde anlamlı bir fark tespit edilmemiştir ($p > 0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Kapsayıcı beden eğitimi uygulamalarının etkililiğinde kritik bir rol üstlenen beden eğitimi öğretmeni adaylarının özel gereksinimli çocuklara yönelik öz yeterlik düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, katılımcıların öz yeterlik düzeylerinin cinsiyet ve UBES dersi alma durumuna göre anlamlı biçimde farklılaştığı belirlenmiştir. Bulgular, erkek katılımcıların öz yeterlik düzeylerinin kadın katılımcılara kıyasla daha yüksek olduğunu göstermektedir. Ancak literatürde cinsiyet temelli farklılıkları inceleyen araştırmalarda sonuçların tutarlı olmadığı, birçok çalışmada kadınların erkeklerden daha yüksek öz yeterlik puanları aldığının bildirildiği görülmektedir (Özer & Demirel, 2017; Lesha, 2017). Bu nedenle mevcut bulgunun örneklem özellikleri ve araştırmanın bağlamıyla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Ayrıca, literatürle uyumlu olarak UBES dersini alan katılımcıların öz yeterlik algılarının dersi almayanlara göre daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu sonuç, uyarlanmış beden eğitimi ve spor derslerinin öğretmen adaylarının öz güvenini ve kendi yeterliklerine ilişkin algılarını olumlu yönde destekleyebileceğini göstermektedir (Bandura, 1997; Moritz et al., 2000).

Yaş, sınıf düzeyi, mesleki deneyim ve özel gereksinimli bireylerle bireysel deneyim gibi değişkenlerde anlamlı bir farklılık görülmemesi, bu faktörlerin öz yeterlik algısı üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Ancak özellikle mesleki ve bireysel tecrübe değişkenlerine yönelik bu bulgu, literatürde sıklıkla rapor edilen sonuçlarla uyumlu değildir. Önceki çalışmalar, öğretmen adaylarının özel gereksinimli bireylerle deneyim kazandıkça öz yeterlik düzeylerinin arttığını ortaya koymaktadır (Yada & Savolainen, 2017; Sharma & Loreman, 2014). Bu araştırmada anlamlı bir farklılık elde edilmemesi; örneklemde deneyim düzeylerinin düşük olması, deneyim sürelerinin sınırlı ya da yüzeysel kalması, deneyimin niteliğinin katılımcılar arasında homojen olmaması veya deneyimlerin kapsayıcı eğitim bağlamında yeterince derinleşmemesi gibi etkenlerle açıklanabilir. Bu durum, deneyimin yalnızca varlığından ziyade deneyimin niteliği, süresi, sıklığı ve kapsayıcılık boyutunun öz yeterlik üzerinde daha belirleyici olduğunu göstermektedir.

Genel olarak değerlendirildiğinde, uyarlanmış beden eğitimi ve spor derslerinin öğretmen adaylarının öz yeterlik algılarını güçlendiren önemli bir unsur olduğu söylenebilir. Cinsiyete ilişkin bulguların ise örneklem ve bağlamsal etkenler ışığında dikkatle yorumlanması gerekmektedir. Bu doğrultuda, öğretmen adaylarının mesleki ve kişisel gelişimlerini destekleyen uygulama temelli deneyimlere, kapsayıcı eğitim ortamlarında aktif görev almaya ve özel gereksinimli bireylerle etkileşimi artıran öğretim fırsatlarına lisans programlarında daha fazla yer verilmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W.H. Freeman.
- Block, M. E., Hutzler, Y., Barak, S., & Klavina, A. (2013). Creation and validation of the self-efficacy instrument for physical education teacher education majors toward inclusion. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 30(2), 184–205. <https://doi.org/10.1123/apaq.30.2.184>
- George, D., & Mallery, P. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference* (10th ed.). Pearson.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler ve teknikler*. Nobel Yayıncılık.



ISBN: 978-625-98107-3-7

8th International Conference on Sport, Education and Society - Kemer Antalya, 2025

- Lesha, E. (2017). Gender differences in primary school teachers' self-efficacy beliefs. *European Journal of Social Sciences Education and Research*, 4(1), 45–57.
- Lesha, J. (2017). Self-efficacy and teacher effectiveness: A review of literature. *Academic Journal of Interdisciplinary Studies*, 6(1), 315–319.
- Moritz, S. E., Feltz, D. L., Fahrback, K. R., & Mack, D. E. (2000). The relation of self-efficacy measures to sport performance: A meta-analytic review. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 71(3), 280–294.
- Özer, B., & Demirel, M. (2017). An analysis of self-efficacy perceptions of physical education and sport teacher candidates and other teacher candidates on teaching profession. *European Journal of Educational Research*.
- Özer, B., & Demirel, M. (2017). Öğretmen adaylarının öz yeterlik inançlarının incelenmesi. *Eğitimde Kuram ve Uygulama*, 13(2), 1–15.
- Sharma, U., & Loreman, T. (2014). Teacher educator perspectives on systemic barriers to inclusive education. *International Journal of Inclusive Education*, 18(1), 72–87.
- Tschannen-Moran, M., & Woolfolk Hoy, A. (2001). Teacher efficacy: Capturing an elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17(7), 783–805. [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(01\)00036-1](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(01)00036-1)
- Yada, A., & Savolainen, H. (2017). Japanese in-service teachers' attitudes toward inclusive education and self-efficacy for inclusive practices. *Teaching and Teacher Education*, 64, 222–229.



Spor Yönetiminde Kadın Liderlerin Yükselişi: Türkiye Örneği ve Küresel Perspektif

Nurgül KAYA¹

Kafkas Üniversitesi, Sarıkamış Spor Bilimleri Fakültesi

ORCID: orcid.org/0009-0004-8918-8667

nurgulkaya0623@gmail.com

Özet

Bu çalışma, spor yönetiminde kadın liderlerin yükselişini Türkiye örneği üzerinden ele almakta ve küresel gelişmelerle karşılaştırmalı analiz sunmaktadır. Spor yönetimi uzun yıllar erkek egemen bir alan olarak kabul edilmiş, kadınların liderlik rolleri toplumsal cinsiyet kalıpları ve yapısal engeller nedeniyle sınırlı kalmıştır. Son yıllarda, toplumsal cinsiyet eşitliği politikaları, eğitim düzeyindeki artış ve kadınların sportif başarıları, kadın liderlerin görünürlüğünü artırmıştır. Türkiye’de kadın liderler federasyonlar, kulüpler, üniversiteler ve yerel yönetimlerde çeşitli stratejilerle liderlik rolünü üstlenmektedir. Araştırmada, karşılaşılan engeller, fırsatlar ve liderlik tarzları incelenmiş; bulgular, kadın liderliğin spor yönetiminde dönüştürücü rol oynadığını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Kadın liderlik, spor yönetimi, cinsiyet eşitliği, toplumsal cinsiyet

Abstract

This study examines the rise of women leaders in sports management, focusing on Turkey, and provides a comparative analysis with global trends. Historically, sports management has been a male-dominated field, and women’s leadership roles were limited due to gender norms and structural barriers. Strengthened gender equality policies, increased education, and women’s athletic achievements have enhanced visibility. In Turkey, women leaders actively assume roles in federations, clubs, universities, and local government. The study analyzes challenges, opportunities, and leadership styles, revealing that women play a transformational role.

Keywords: Women leadership, sports management, gender equality, gender roles

Giriş

Spor yönetimi, tarihsel süreç içerisinde erkek egemen bir alan olarak yapılandırılmıştır. Yönetim kademelerinde kadınların temsili, uzun yıllar boyunca toplumsal cinsiyet normları, kültürel önyargılar ve kurumsal engellerin etkisiyle sınırlı kalmıştır. Bu durum, kadınların karar alma mekanizmalarına erişimini zorlaştırmış ve liderlik pozisyonlarında yeterince yer bulamamalarına neden olmuştur (Koca, 2016). Ancak son yıllarda toplumsal cinsiyet eşitliğine yönelik farkındalığın artması, kadınların eğitim düzeyindeki yükseliş ve sportif alandaki başarıları, spor yönetiminde kadın liderlerin görünürlüğünü ve etkinliğini önemli ölçüde artırmıştır. Bu gelişmeler, kadınların yönetim kademelerinde daha fazla yer almasını teşvik etmiş ve geleneksel cinsiyet rollerine dayalı engellerin aşılmasında dönüştürücü bir rol oynamıştır.



Türkiye bağlamında, son on yılda kadın liderlerin spor federasyonları, spor kulüpleri, üniversiteler ve yerel yönetimlerde çeşitli stratejiler geliştirerek yönetim kademelerinde daha görünür hale geldikleri gözlemlenmektedir. Bu yükseliş, yalnızca bireysel başarılarla sınırlı kalmayıp aynı zamanda kurumsal dönüşüm süreçlerine katkı sunan bir liderlik anlayışını da beraberinde getirmiştir. Kadın liderler, toplumsal cinsiyet eşitliğini önceleyen politikalar, ağ kurma pratikleri, mentorluk mekanizmaları ve kapsayıcı yönetim modelleri aracılığıyla spor yönetiminde etkin roller üstlenmektedir. (GSB, 2023). Kadın liderler, empati temelli iletişim, katılımcı karar alma süreçleri ve iş birliğine dayalı yönetim anlayışlarıyla spor kurumlarının demokratikleşmesine ve kurumsal verimliliğin artmasına önemli katkılar sunmaktadır. Bu liderlik yaklaşımları, sadece yönetsel etkinliği artırmakla kalmayıp aynı zamanda kapsayıcı ve eşitlikçi bir örgüt kültürünün oluşmasına da zemin hazırlamaktadır. Kadınların benimsediği bu dönüşümcü liderlik tarzı, spor yönetiminde geleneksel hiyerarşik yapıları sorgulayan ve paydaşların aktif katılımını teşvik eden bir paradigma değişimini temsil etmektedir. (Northouse, 2021). Kadın liderlerin artan görünürlüğü, yalnızca mevcut yönetim yapılarında çeşitliliği artırmakla kalmayıp aynı zamanda genç kadın sporcular ve yönetici adayları için ilham verici bir rol model işlevi görmektedir. Bu temsil, genç kuşakların spor yönetimi alanında kariyer hedeflemelerini teşvik etmekte; toplumsal cinsiyet eşitliğine dayalı bir liderlik kültürünün gelişmesine katkı sunmaktadır. Kadın liderlerin başarıları hem bireysel hem de kurumsal düzeyde dönüşümün mümkün olduğunu göstermekte ve sporun kapsayıcı yapısını güçlendirmektedir. (Yıldız ve Aşçı, 2020).

Bu çalışmanın temel amacı, Türkiye’de spor yönetimi alanında kadın liderlerin yükseliş sürecini kapsamlı biçimde incelemektir. Bu doğrultuda, kadın liderlerin karşılaştıkları yapısal ve kültürel engeller ile sahip oldukları fırsatlar analiz edilmekte; liderlik tarzları, örgütsel etkileri ve dönüşüm kapasiteleri değerlendirilmektedir. Ayrıca, küresel örnekler ışığında Türkiye’de kadın liderliğini güçlendirmeye yönelik politika önerileri geliştirilerek, spor yönetiminde toplumsal cinsiyet eşitliğini destekleyen stratejik yaklaşımlar ortaya konulmaktadır.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, Türkiye’de spor yönetimi alanında kadın liderlerin yükseliş sürecini incelemek, karşılaştıkları engelleri ve sahip oldukları fırsatları analiz etmektir. Ayrıca kadın liderlerin benimsedikleri liderlik tarzları ve örgütsel etkileri değerlendirilerek, spor yönetiminde toplumsal cinsiyet eşitliğini destekleyen stratejiler ortaya konulmaktadır.

Araştırmanın Yöntemi

Türkiye’deki spor kurumlarındaki kadın liderlerle ilgili veriler incelenmiş ve liderlik gelişimleri, engelleri ve tarzları değerlendirilmiştir. Çalışma, betimsel nitel araştırma yöntemi ile yürütülmüştür. Literatür, raporlar ve politika belgeleri içerik analizi yöntemiyle sistematik olarak incelenmiş ve tematik olarak sınıflandırılmıştır.

2. Kuramsal Çerçeve ve Literatür Taraması

Liderlik, bir hedefe ulaşmak için insanların veya grupların gerekli olanı yapmasını sağlama sürecidir (Yıldız, 2015). Belirli hedefler etrafında bir grup insanı bir araya getirmek ve bu hedeflere ulaşmak için harekete geçirmek için gereken beceri ve bilginin toplamıdır (Eren, 2012). Liderliği oluşturan özellikler incelendiğinde, cinsiyet algısı bağlamında liderliğin erkeklikle aynı özelliklerle tanımlandığı görülmektedir. Güç, zekâ, karizma, öz güven, liderlik nitelikleri, inisiyatif, kararlılık, öngörü vb. özellikler, cinsiyet rolüne dayalı erkek imajını çağrıştırmaktadır.

2.1 Dönüşümcü Liderlik

Dönüşüm, kelimenin tam anlamıyla biçim değiştirmek, yeni bir biçime bürünmek anlamına gelir. Mevcut yapının özelliklerinde köklü bir değişiklik ve bir durumdan diğerine ani bir geçişle geleceğe adım atmak olarak tanımlanır. Dönüşümcü bir lider, çalışanlarının değerlerini, inançlarını ve ihtiyaçlarını değiştirerek bir "değişim aracı" haline gelir ve böylece yenilenme ve değişimin önünü açar (Can, 2005).

Dönüştürücü liderlik, grup üyelerinin geleceğe dönük hedeflerinin olması avantajını elde ettiren, hedeflere yaklaşma üzerine bireylere hem kişisel hem de şirket değeri bakımında değerler yüklenmesini sağlayarak, onların yapabileceklerinden daha iyisini yapmaları konusunda teşvik eden liderlik tarzıdır (Eren 2009). Bu liderlik tarzı, özellikle toplumsal cinsiyet eşitliğini önceleyen kapsayıcı yönetim modelleriyle örtüşmekte ve kadın liderlerin spor yönetiminde benimsediği etkili stratejiler arasında öne çıkmaktadır (Bass ve Avolio, 1994). Araştırmalar, kadın liderlerin bu özellikleri erkeklerden daha yoğun sergilediğini göstermektedir (Eagly ve Carli, 2007). Bu liderlik teorisinin temel amacı, genel nüfusta değişim yaratmak ve ilgili grup veya kuruluş içinde dönüşümü sağlamaktır. Bu yaklaşım, değişim ve insan odaklıdır ve çevresel koşullara uyum sağlamayı ve kuruluşun varlığını sürdürmesini temel alır. (Celep, 2004). En yaygın kullanılan liderlik teorilerinden biri olan dönüşümsel liderlik, çalışanları kapsamlı bir şekilde anlamaya ve onlara beceri ve yeteneklerine göre görevler atayarak motivasyonlarını artırmaya dayanır. Rekabetçi bir ortamda, dönüşümsel liderler işverenler arasında özellikle popülerdir (Yammarino ve Dionne, 2014).

2.2 Feminist Liderlik

Feminizm, 18. yüzyılda ortaya çıkan ve kadınlar ve erkekler için eşit haklar talebine dayanan toplumsal cinsiyete dayalı bir söylemdir. En geniş anlamıyla feminizm, kadınlar ve erkekler arasında ekonomik, politik ve sosyo-kültürel alanlarda eşitsizlik olduğunu savunur ve bu eşitsizliğin nedenlerini belirleyerek ortadan kaldırmayı amaçlar. (Erçen, 2008). Feminizm, cinsiyetçiliği, cinsiyetçi sömürüyü ve baskıyı sona erdirmeyi amaçlayan bir harekettir (Hooks, 2012). Feminizm, kadınların var olma hakkı arayışı olarak da tanımlanabilir. Zamanla, çeşitli düşünce ekollerinden etkilenen kadınlar, özel ve kamusal yaşamda varlıklarını göstermek ve eşit hak ve özgürlüklere ulaşmak için kadın hareketleri kurmuşlardır (Kara, 2006). Feminist liderlik, liderliği yalnızca karar alma süreçlerini yöneten bir pozisyon olarak değil, aynı zamanda örgüt kültürünü dönüştürmeye yönelik stratejik bir araç olarak ele alır. Bu yaklaşım, hiyerarşik ve otoriter yönetim biçimlerine karşı durarak eşitlikçi, katılımcı ve kapsayıcı bir örgütsel yapı inşa etmeyi hedefler. Feminist liderler, güç ilişkilerini sorgulayan, toplumsal cinsiyet eşitliğini önceleyen ve farklılıkları değerli kılan bir yönetim anlayışı benimser. Bu bağlamda, feminist liderlik spor yönetiminde hem yapısal dönüşümün hem de kültürel değişimin öncüsü olarak önemli bir rol üstlenmektedir. (Lummis ve Morris, 2014). Türkiye’de kadın liderler, genç kadın sporcular ve yönetici adayları için rol model işlevi görmektedir; bu süreçte feminist liderlik yaklaşımını benimseyerek örgütsel ve kültürel dönüşüme öncülük etmektedirler. Feminist liderlik, eşitlikçi, katılımcı ve kapsayıcı bir yönetim anlayışını temel alarak, genç kadınların spor yönetimi alanında kendilerini ifade etmelerine ve liderlik potansiyellerini geliştirmelerine olanak tanımaktadır. Bu yaklaşım, yalnızca bireysel başarıları teşvik etmekle kalmayıp aynı zamanda toplumsal cinsiyet temelli engellerin aşılmasına yönelik kolektif bir bilinç oluşturulmasına katkı sunmaktadır. (Yıldız ve Aşçı, 2020).

2.3 Toplumsal Cinsiyet Roller

Liderlik nitelikleri açısından erkekler ve kadınlar arasında bir fark olmasa da, toplumsal kadın algıları, onların profesyonel yaşamlarında olağanüstü sonuçlar elde etmelerini engelliyor. Liderlik niteliklerine sahip olsalar bile, genellikle öne çıkmakta veya fark edilmekte zorlanıyorlar. İş dünyasında kadınlar ve erkekler için eşit fırsatlar yaratmak ve kadınların kariyer gelişimi önündeki engelleri kaldırmak için toplumsal algıların değişmesi ve farkındalığın artırılması gerekiyor. (Özsoy, 2014). Toplumsal cinsiyet kalıpları, kadınların spor yönetiminde karşılaştıkları engellerin temelini oluşturmaktadır. Geleneksel olarak erkeklerle özdeşleştirilen liderlik nitelikleri, kadınların yönetim pozisyonlarına erişimini sınırlamakta; kadınların spor alanındaki varlığı sıklıkla destekleyici ya da ikincil rollerle sınırlandırılmaktadır. Bu kalıplar, hem bireysel düzeyde özgüven ve motivasyonu etkilemekte hem de kurumsal düzeyde ayrımcı uygulamaların sürdürülmesine zemin hazırlamaktadır. Dolayısıyla, spor yönetiminde toplumsal cinsiyet eşitliğinin sağlanması, bu kalıpların sorgulanması ve dönüştürülmesiyle doğrudan ilişkilidir. (Morrison, 1987; Ryan ve Haslam, 2005). Türkiye’de erkek egemen örgüt kültürü, kadın liderlerin karar alma süreçlerinde etkisini sınırlamaktadır (Sunay, 2019). Cinsiyet kotası spor kurumlarında toplumsal cinsiyet eşitliğini teşvik etmenin en etkili araçları arasında tanımlanmaktadır (Hovden ve ark., 2018; Sisjord ve ark., 2017).

3. Türkiye’de Spor Yönetiminde Kadın Liderlik

Kadınların spor yönetimindeki durumu federasyonlar, kulüpler, üniversiteler ve yerel yönetimler üzerinden incelenebilir.

- Federasyon ve Kulüpler: Voleybol, Cimnastik ve Kayak gibi branşlara ait federasyonlarda kadın liderler üst düzey yönetim pozisyonlarında aktif olarak görev almaktadır. Buna karşın, futbol ve basketbol gibi erkek egemen spor dallarında kadınların yönetim kademelerindeki temsili görece düşük düzeyde kalmaktadır. Bu durum, spor branşlarının kültürel kodları ve toplumsal cinsiyet algılarıyla yakından ilişkilidir. (Koca, 2016; Küçük ve Yıldırım, 2018).
- Üniversiteler: Kadın akademisyenler, liderlik ve mentorluk mekanizmaları aracılığıyla spor yönetiminde kadınların güçlenmesine önemli katkılar sunmaktadır. Akademik bilgi birikimi ve deneyimlerini paylaşarak genç kadın sporcuların ve yönetici adaylarının kariyer gelişimlerini desteklemekte; aynı zamanda toplumsal cinsiyet eşitliğini önceleyen bir yönetim kültürünün oluşmasına öncülük etmektedirler. Bu süreç, kadınların spor yönetiminde daha aktif ve etkili roller üstlenmelerini teşvik eden sürdürülebilir bir destek ağı yaratmaktadır (Aşçı ve Yıldız, 2020).
- Yerel Yönetimler: Büyükşehir belediyelerinde görev yapan kadın yöneticiler, spor tesislerinin yönetimi ve sportif projelerin geliştirilmesinde aktif roller üstlenmektedir. Bu yönetsel katkılar, özellikle genç kadınların spor faaliyetlerine katılımını teşvik etmekte ve yerel düzeyde toplumsal cinsiyet eşitliğini destekleyen uygulamaların yaygınlaşmasına olanak sağlamaktadır (Sunay, 2019).

3.1 Kadınların Karşılaştıkları Engeller ve Fırsatlar

Engeller: Erkek egemen toplum içinde kadın olmak birçok dezavantajlı durumla yaşamın her alanında karşı karşıya kalmak demektir (Aktaş, 2013). Toplamlar, erkeklerin ve kadınların nasıl davranması, hangi rolleri üstlenmesi ve hangi kişisel özelliklere sahip olması gerektiğini belirleyen resmi ve gayriresmi kuralları koyar. Bu kuralları, kadınların belirli kalıp yargılara ve önyargılara göre algılanıp yargılanmasına yol açar (Barutçugil, 2002). Spor yönetiminde kadın liderlerin karşılaştığı temel engeller arasında toplumsal cinsiyet kalıpları, kurumsal ağ eksikliği, iş-aile dengesi sorunları

ve kültürel önyargılar öne çıkmaktadır. Geleneksel cinsiyet rolleri, kadınların liderlik potansiyelini sınırlarken; kurumsal yapılarda kadınların yeterince temsil edilmemesi, etkili ağ kurma ve mentorluk olanaklarını kısıtlamaktadır. Ayrıca, iş yaşamı ile aile sorumlulukları arasındaki dengeyi sağlama çabası, kadınların yönetsel pozisyonlara erişimini zorlaştırmakta; kültürel önyargılar ise kadınların liderlik yetkinliklerinin sorgulanmasına neden olmaktadır (Claringbould ve Knoppers, 2012; Yıldız ve Aşçı, 2020) Ruble ve arkadaşları (1984), araştırmalarında kadınlar için şu engelleri tespit ettiler: Toplumsal cinsiyet kalıpları ve cinsiyete özgü meslekler, iş yerinde kadınlar için engeller yaratıyor ve sürdürüyor. Kadınlar eşit istihdam fırsatları elde etmek için bu engelleri aşmalıdır. Bu engellerden ilki, tarihsel istihdam kalıpları nedeniyle en saygın pozisyonların erkekler tarafından doldurulmasıdır. İkinci engel ise, toplumsal cinsiyet kalıpları ve cinsiyete özgü meslekler nedeniyle birçok kadının yalnızca erkeklere özgü kabul edilen meslekleri tercih etmekten caydırılmasıdır.

Kadınların liderlik pozisyonlarına ulaşma yolunda karşılaştıkları engeller;

- Liderlik rolünü üstlenmelerinin aile yaşamına zarar vereceği düşüncesi ve dolayısıyla kadının ya aile ya da kariyer arasında kalması
- Cam tavan sendromu dolayısıyla kişinin kariyerinde özgüven eksikliği nedeniyle ilerleyemeyeceğine inanması.
- İş yaşamında kadının rakip olarak kendi cinsini görmesi, erkeklere rekabete girmemesi,
- Kadınların aile yaşamını iş yaşamından daha öncelikli tuttuğu algısı gibi nedenlerle bilinçli olarak kadınların iş yaşamının erkekler tarafından sınırlandırılması,
- Cinsiyete yüklenen önyargılar sebebiyle kadının erkeklerden daha az becerikli, başarma ihtimali düşük, indirek iletişim kurmaları ve duygusal tepkiler vermeleri gibi konular nedeniyle liderlik davranışı göstermeleri sınırlandırılmaktadır. (Erçetin, 1998). Kadın çalışanların iş hayatında karşılaştığı en büyük sorun, dünyanın her yerinde olduğu gibi Türkiye'de de cinsiyet ayrımcılığıdır(Yılmaz,2008).

Fırsatlar: Kadın liderliğinin spor yönetiminde güçlenmesinde bir dizi destekleyici unsur öne çıkmaktadır. Örgütsel çeşitliliğin artırılması, farklı bakış açılarını yönetime dahil ederek kapsayıcı ve eşitlikçi bir yapı oluşturulmasına katkı sunmaktadır. Dönüşümcü liderlik anlayışı, vizyoner ve ilham verici yaklaşımlarla kurumsal değişimi teşvik ederken; kadın liderlerin rol model olarak görünürlük kazanması, genç kadınların spor yönetimine katılımını cesaretlendirmektedir. Ayrıca, ulusal strateji belgeleri ve uluslararası politika çerçeveleri, toplumsal cinsiyet eşitliğini önceleyen uygulamalarla kadınların spor yönetiminde etkin roller üstlenmesini desteklemektedir (EIGE, 2022; Pfister, 2020).

4. Küresel Perspektif: Avrupa ve IOC Politikaları

Avrupa'da kadın liderlerin temsili ortalama %33 civarındadır (EIGE, 2022). Norveç ve İsveç'te spor yönetimi alanında kadın liderliğini desteklemek amacıyla cinsiyet kotası uygulamaları ve mentorluk programları hayata geçirilmiştir. Bu politikalar, kadınların karar alma mekanizmalarına katılımını artırmayı ve liderlik pozisyonlarına erişimlerini kolaylaştırmayı hedeflemektedir (Teigen, 2018; Fahlén, 2019). Tarihsel olarak kadınlar işgücü piyasasına erkeklerden daha geç ve daha zor koşullar altında girmişler, liderlik pozisyonlarını üstlenmeleri ise çok daha uzun ve zorlu bir süreç olmuştur. Boel Berner'e göre; kadınların çoğunlukta olduğu mesleklerde bile, her yerde kadınlar erkekler tarafından yönetiliyor. Berner, 1988 verilerini inceleyerek, iş gücünün %70'inin (%44,4) kadınlardan oluştuğu İsveç gibi gelişmiş ülkelerde, diğer ülkelere kıyasla kadın oranının daha yüksek olduğunu,

ancak bu yüksek kadın oranının liderlik pozisyonlarına yansımadığını sonucuna varıyor (Katkat, 2000). Kadın yönetici oranı, kadınların iş dünyasındaki prestijinin ve etkisinin bir göstergesidir. 1998 verilerine göre, tüm liderlik pozisyonlarındaki kadın yönetici oranı İzlanda'da %31, Norveç'te %26, Türkiye'de %8 ve Nijer'de %8,3'tür. (Özbey, 2004).

Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC), 2020 sonrası stratejik planında spor yönetiminde toplumsal cinsiyet eşitliğini öncelikli bir hedef olarak belirlemiş ve kadın temsiliyetini artırmaya yönelik kapsamlı adımlar atmıştır. Bu doğrultuda, kadınların liderlik pozisyonlarına erişimini kolaylaştırmak amacıyla çeşitli eğitim programları, mentorluk mekanizmaları ve kapasite geliştirme faaliyetleri hayata geçirilmiştir. IOC'nin bu yaklaşımı, küresel düzeyde spor yönetiminde kadınların güçlenmesini destekleyen kurumsal bir dönüşüm sürecini temsil etmektedir (IOC, 2021).

5. Dönüşümcü Kadın Liderlik Modelleri

Dönüşümcü liderlik, kadın liderlerin spor yönetiminde etkili olmalarını sağlayan temel yaklaşımlardan biridir. Bu liderlik modeli, bireylerin potansiyelini açığa çıkararak örgütsel değişimi teşvik eder. Kadın liderler dönüşümcü liderlik çerçevesinde:

- Vizyon geliştirerek uzun vadeli hedefler belirler,
- İlham verici ve motive edici tutumlarıyla ekiplerini harekete geçirir,
- Bireysel farklılıklara saygı göstererek kapsayıcı bir yönetim anlayışı benimser,
- Örgüt kültürünü dönüştürerek eşitlikçi ve yenilikçi bir yapı inşa ederler.

Bu özellikler, kadın liderlerin sadece yönetsel başarılarını değil, aynı zamanda toplumsal cinsiyet eşitliğine dayalı bir dönüşüm sürecine öncülük etmelerini mümkün kılmaktadır (Eagly ve Carli, 2007; Küçük ve Yıldırım, 2018).

Türkiye'de kadın liderler, dönüşümcü liderlik yaklaşımını benimseyerek spor yönetiminde katılımcı, demokratik ve yenilikçi bir yönetim kültürünün oluşmasına öncülük etmişlerdir. Bu liderlik anlayışı, farklı görüşlerin karar alma süreçlerine dahil edilmesini teşvik etmekte; örgüt içinde eşitlikçi ilişkilerin kurulmasına ve yenilikçi projelerin geliştirilmesine zemin hazırlamaktadır. Kadın liderlerin bu tutumu hem kurumsal yapının dönüşümünü desteklemekte hem de genç kadınların yönetime katılımını cesaretlendirmektedir.

6. Tartışma

Türkiye'de kadın liderlerin spor yönetimindeki temsili son yıllarda belirgin bir artış göstermektedir. Kadınlar, federasyonlar, yerel yönetimler ve akademik kurumlar gibi çeşitli alanlarda yönetim pozisyonlarında daha görünür hale gelmişlerdir. Ancak bu artış, hâlen Avrupa ve küresel ortalamaların gerisinde seyretmektedir. Özellikle futbol ve basketbol gibi erkek egemen branşlarda kadın temsili oldukça sınırlıdır. Kadın liderlerin karşılaştığı başlıca engeller arasında toplumsal cinsiyet kalıpları ve erkek egemen örgüt kültürü yer almaktadır. Geleneksel liderlik algıları, kadınların yönetim becerilerinin sorgulanmasına neden olmakta; örgütsel yapılar ise kadınların karar alma süreçlerine katılımını kısıtlayan normlar üretmektedir. Bu durum, kadınların spor yönetiminde kalıcı ve etkili roller üstlenmelerini zorlaştırmakta; eşitlikçi bir yönetim kültürünün oluşumunu engellemektedir (Koca, 2016; Sunay, 2019). Liderlik pozisyonlarında kadınların düşük temsil oranı, yalnızca bireysel çabalarla aşılabilecek bir sorun olmaktan uzaktır. Bu yapısal eşitsizliklerin giderilmesi, kurumsal politikaların toplumsal cinsiyet eşitliğini önceleyen biçimde tasarlanması ve kültürel dönüşüm süreçlerinin eş zamanlı olarak hayata geçirilmesiyle mümkündür.



Kurumların kapsayıcı liderlik modellerini benimsemesi, cinsiyet temelli ayrımcılığı ortadan kaldıracak stratejiler geliştirmesi ve örgüt kültürünü dönüştürmeye yönelik somut adımlar atması, kadınların spor yönetiminde daha etkin roller üstlenmelerini sağlayacaktır.

Araştırmalar, kadın liderlerin çoğunlukla dönüşümcü ve katılımcı liderlik tarzlarını benimsediğini; bu yaklaşımların ise örgütsel performans, çalışan memnuniyeti ve yenilikçilik üzerinde olumlu etkiler yarattığını ortaya koymaktadır. Bu liderlik biçimleri, kapsayıcı ve motive edici bir yönetim anlayışıyla kurumsal gelişimi desteklemektedir. (Eagly ve Carli, 2007; Küçük ve Yıldırım, 2018). Türkiye özelinde kadın liderler, federasyon ve kulüp yönetimlerinde stratejik karar alma süreçlerinde iş birliğine dayalı yöntemleri benimsemektedir. Bu yaklaşım, çalışan bağlılığını güçlendirmekte ve takım verimliliğini artırarak örgütsel başarıya katkı sunmaktadır. Katılımcı yönetim anlayışı, farklı görüşlerin değerlendirilmesini sağlayarak daha kapsayıcı ve etkili kararların alınmasına olanak tanımaktadır.

Kadın liderlerin görünürlüğü, genç kadın sporcular ve yönetici adayları için güçlü bir rol model işlevi görmektedir; bu sayede spor sektöründe uzun vadeli toplumsal cinsiyet eşitliği algısı pekişmektedir. Görünür kadın liderlik hem bireysel motivasyonu artırmakta hem de kurumsal düzeyde kapsayıcı politikaların benimsenmesini teşvik etmektedir. (Yıldız ve Aşçı, 2020). Küresel örneklerle karşılaştırıldığında, Norveç ve İsveç gibi ülkelerde uygulanan cinsiyet kotası ve liderlik gelişim programları, Türkiye’de kadınların spor yönetimindeki temsiliyetini artırmak için uygulanabilecek başarılı modeller arasında yer almaktadır. Bu stratejiler, kurumsal kapasiteyi güçlendirirken toplumsal cinsiyet eşitliğini destekleyen sürdürülebilir bir yönetim anlayışı sunmaktadır (Teigen, 2018; Fahlén, 2019).

Branşlar arası temsil farklılıkları da dikkat çekici bir unsur olarak öne çıkmaktadır. Kadınların yoğun olarak yer aldığı voleybol, cimnastik ve kayak gibi branşlarda üst düzey yönetim pozisyonlarında kadın temsili daha yüksektir. Buna karşılık, futbol ve basketbol gibi erkek egemen spor dallarında kadın liderlerin oranı hâlen oldukça düşüktür. Bu durum, sporun farklı alanlarında toplumsal cinsiyet eşitliğine yönelik politikaların ve kültürel algıların çeşitlilik gösterdiğini ortaya koymaktadır (Koca, 2016; Küçük ve Yıldırım, 2018). Bu durum, sporun toplumsal algısı ve yerleşik kültürel normların, kadın liderlerin yönetim kademelerinde yükselmesini sınırlayan yapısal engeller oluşturduğunu ortaya koymaktadır. Geleneksel cinsiyet rolleri ve erkek egemen liderlik anlayışı, kadınların liderlik potansiyelini görünmez kılmakta; bu da eşitlikçi bir yönetim kültürünün gelişimini zorlaştırmaktadır.

7. Sonuç ve Öneriler

7.1 Sonuçlar

- Kadın liderlerin yükselişi, toplumsal cinsiyet eşitliği ve örgütsel verimlilik açısından stratejik bir öneme sahiptir.
- Dönüşümcü liderlik yaklaşımı, kadınların spor yönetiminde etkin roller üstlenmesini sağlayan temel bir faktördür.
- Karşılaşılan engeller, toplumsal normlar ve kurumsal yapılarla ilişkilidir; bu nedenle yalnızca bireysel çabalarla aşılması mümkün değildir.
- Türkiye’de kadın liderlik temsili, küresel ve Avrupa ortalamalarının altında seyretmektedir; ancak son yıllarda artış eğilimi göstermektedir.

7.2 Öneriler

1. Cinsiyet kotası uygulamaları: Federasyon ve kulüp yönetim kurullarında kadın temsiliyi artırmak amacıyla yasal ve kurumsal düzeyde cinsiyet kotası mekanizmalarının hayata geçirilmesi.
 2. Liderlik gelişim programları: Kadınların spor yönetiminde yükselmesini destekleyecek mentorluk, liderlik eğitimi ve kariyer gelişim programlarının yaygınlaştırılması.
 3. Toplumsal cinsiyet farkındalığı eğitimleri: Spor kurumlarında eşitlikçi bir kültürün yerleşmesi için düzenli olarak toplumsal cinsiyet farkındalığına yönelik eğitimlerin verilmesi.
 4. Medya görünürlüğü ve rol model etkisi: Kadın liderlerin başarılarının medyada daha fazla yer bulması ve genç kadınlar için ilham verici rol modellerin öne çıkarılması.
 5. Branş bazlı teşvik programları: Futbol ve basketbol gibi erkek egemen spor branşlarında kadın temsiliyi artırmak için özel teşvikler ve destekleyici programların uygulanması.
 6. Kurumsal ağlar ve destek mekanizmaları: Kadın liderlerin kariyer gelişimini destekleyecek profesyonel ağlar, danışma platformları ve kurumsal destek sistemlerinin oluşturulması.
- Bu öneriler, Türkiye’de spor yönetiminde kadın liderliğinin güçlendirilmesine ve toplumsal cinsiyet eşitliği bilincinin yaygınlaşmasına önemli katkılar sunacaktır.

KAYNAKÇA

- Aktaş, G. (2013). Feminist söylemler bağlamında kadın kimliği: Erkek egemen bir toplumda kadın olmak. *Edebiyat Fakültesi Dergisi*, 30(1), 53–72.
- Aşçı, F. H., & Yıldız, N. (2020). Kadın spor yöneticilerinin liderlik stillerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 31(4), 255–270.
- Ayca, Z., Kanungo, R. N., & Mendonça, M. (2016). *Kültürler arası bağlamda örgütler ve yönetim* (Çev. A. Kayapalı). Koç Üniversitesi Yayınları.
- Barutçugil, İ. (2002). *İş hayatında kadın yönetici*. Kariyer Yayıncılık.
- Bass, B. M., & Avolio, B. J. (1994). *Improving organizational effectiveness through transformational leadership*. Sage Publications.
- Can, H. (2005). *Organizasyon ve yönetim*. Siyasal Yayınevi.
- Celep, C. (2004). *Dönüşümsel liderlik*. Anı Yayıncılık.
- Claringbould, I., & Knoppers, A. (2012). Paradoxical practices of gender in sport-related organizations. *Journal of Sport Management*, 26(5), 404–416.
- Dionne, D. S., & Yammarino, J. F. (2004). Transformational leadership and team performance. *Journal of Organizational Change Management*, 17(2), 177–193.
- Eagly, A. H., & Carli, L. L. (2007). *Through the labyrinth: The truth about how women become leaders*. Harvard Business Press.
- Erçen, A. E. Y. (2008). *Kadınların cam tavanı aşma stratejileri: Büyük ölçekli Türk işletmelerinde bir inceleme* (Yayınlanmamış doktora tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Erçetin, Ş. Ş. (1998). *Lider sarmalında vizyon*. Önder Matbaacılık.
- Eren, E. (2012). *Örgütsel davranış ve yönetim psikolojisi*. Beta Yayınları.

- European Institute for Gender Equality. (2022). *Gender equality in sports: Data and policy review*. Brussels.
- Fahlén, J. (2019). Gender equality strategies in Swedish sport organizations. *European Journal for Sport and Society*, 16(3), 205–222.
- Gençlik ve Spor Bakanlığı. (2023). *Spor yönetiminde kadın temsili raporu*. Ankara.
- Hooks, B. (2012). *Feminizm herkes içindir: Tutkulu politika*. Bgst Yayınları.
- International Olympic Committee. (2021). *IOC gender equality review project report*. Lausanne.
- Kara, N. (2006). Feminizm(ler)in toplumsal hareket olarak medyada yansıma(ma)sı. *Küresel İletişim Dergisi*, 1(1), 2.
- Koca, C. (2016). Spor yönetiminde kadınların temsili ve toplumsal cinsiyet rolleri. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 27(3), 145–160.
- Küçük, V., & Yıldırım, İ. (2018). Spor örgütlerinde kadın yöneticilerin liderlik davranışları. *Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 90–103.
- Özsoy, C. (2014). İş dünyasında kadın liderliği. <http://geturkiyeblog.com>
- Pfister, G. (2020). Women in leadership positions in sport: A global perspective. *Sport in Society*, 23(1), 1–17.
- Sancar, S. (2023). Kadın hakları siyaseti: Siyasetin eril karakterini değiştirmek. *Mülkiye Dergisi*, 47(1), 447–466.
- Shaw, S., & Slack, T. (2020). Gender and sport leadership: International perspectives. In *Routledge handbook of sport leadership* (pp. 45–60). Routledge.
- Sunay, H. (2019). Türkiye’de spor yönetimi ve cinsiyet eşitliği: Kurumsal engellerin analizi. *Gazi BESBD*, 24(1), 1–15.
- Teigen, M. (2018). Gender quotas on corporate boards: Current knowledge and policy implications. *International Journal of Gender, Science and Technology*, 10(1), 1–20.
- Women in Sport. (2021). *Global best practices for women in sport leadership*. London.
- Yıldız, M. L. (2015). *Liderlik çalışmaları*. Beta Basım Yayım.
- Yıldız, N., & Aşçı, F. H. (2020). Spor yönetiminde kadın liderliğin gelişimi ve toplumsal cinsiyet algısı. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18(2), 85–98.



Rekreatif ve Lisanslı Sporcuların Bilinçli Farkındalık Düzeylerinin Bayesçi Yaklaşımla İncelenmesi Yasin Altın^{1,2}

¹Sivas Cumhuriyet Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Sivas, Türkiye

²Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, Türkiye

ÖZET

Bu çalışma, rekreatif ve lisanslı olarak spor yapan bireylerin bilinçli farkındalık düzeylerini Bayesçi istatistiksel yaklaşım ile karşılaştırma amacıyla yürütülmüştür. Çalışma grubunu Sivas Cumhuriyet Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 157 öğrenci-sporcu (65 kadın, %41.40; 92 erkek %56.60; yaş ortalaması = 21.93 ± 3.82) oluşturmuştur. Katılımcıların 67'si (%42.67) rekreatif, 90'ı (%57.33) lisanslı sporcular olup, ortalama spor yaşları 6.96 ± 4.49 yıldır. Veri toplama aracı olarak kişisel ve spor bilgi formu, sporda bilinçli farkındalık ölçeği kullanılmıştır. Ölçek; farkındalık, yargılamama ve yeniden odaklanma olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Verilerin analizi R (4.5.1) programında yer alan *BayesFactor* ve *psych* paketleri ve R'in temel fonksiyonları ile gerçekleştirilmiştir. Veriler betimsel istatistiklerle değerlendirilmiş; hipotezler bayesçi yaklaşıma dayalı bağımsız örneklem t testi ile test edilmiştir. Ön analizlerde uç değer incelemesi ve normallik varsayımı kontrol edilmiş ve 5 gözlem uç değer olarak tespit edilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre yapılan Bayesçi bağımsız örneklem t testine göre, farkındalık boyutu için ($BF_{10} = 1.29$) kadınlar ve erkekler arasında fark olduğu yönündeki alternatif hipotezi destekleyen zayıf kanıt elde edilmiştir. Yargılamama ($BF_{10} = 0.22$) ve yeniden odaklanma ($BF_{10} = 0.21$) boyutlarında ise, kadın ve erkek grupları arasında fark olmadığı yönündeki sıfır hipotezini orta düzeyde destekleyen bulgular elde edilmiştir. Spor düzeyine (rekreatif/lisanslı) göre farkındalık ($BF_{10} = 0.33$), yargılamama ($BF_{10} = 0.34$) ve yeniden odaklanma ($BF_{10} = 0.25$) boyutlarında, rekreatif ve lisanslı sporcu grupları arasında fark olmadığı yönündeki sıfır hipotezini orta düzeyde destekleyen bulgulara ulaşılmıştır. Bayesçi t-test sonuçları, cinsiyet ve spor yapma düzeyine göre bilinçli farkındalık boyutlarında genel olarak gruplar arasında anlamlı fark olmadığını göstermekte; bilinçli farkındalık düzeyinin kadın ve erkeklerde veya rekreatif ve lisanslı sporcu gruplarına bağlı olarak önemli ölçüde değişmediğini göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Bilinçli farkındalık, Bayes analizi, Cinsiyet, Spor

A Bayesian Analysis of Mindfulness Levels Among Recreational and Licensed Athletes

ABSTRACT

This study was conducted to compare levels of mindfulness among individuals who engage in recreational and licensed sports using a Bayesian statistical approach. The sample consisted of 157 student-athletes (65 women [41.4%], 92 men [56.6%]; *Mean* = 21.93, *SD* = 3.82) enrolled in the Faculty of Sports Sciences at Sivas Cumhuriyet University. Sixty-seven participants (42.67%) were



recreational athletes, and 90 (57.33%) were licensed athletes, with an average sports experience of 6.96 years ($SD = 4.49$). Data were collected using a personal and sports information form and the Mindfulness in Sport Scale, which comprises three subscales: awareness, non-judging, and refocusing. Analyses were performed using the *BayesFactor* and *psych* packages in R (4.5.1) and R's basic functions. Data were analysed using descriptive statistics, and hypotheses were tested via Bayesian independent samples t-tests. Preliminary analyses included checks for outliers and normality, with five observations identified as outliers. According to the Bayesian independent samples t-tests based on gender, weak evidence was found supporting the alternative hypothesis of a difference between women and men in the awareness subscale ($BF_{10} = 1.29$). For the non-judging ($BF_{10} = 0.22$) and refocusing ($BF_{10} = 0.21$) subscales, moderate evidence supported the null hypothesis of no difference between female and male participants. Regarding sports participation level, findings moderately supported the null hypothesis of no difference between recreational and licensed athlete groups across the awareness ($BF_{10} = 0.33$), non-judging ($BF_{10} = 0.34$), and refocusing ($BF_{10} = 0.25$) subscales. Overall, Bayesian t-test results indicate that mindfulness levels do not significantly differ by gender or by sports participation level.

Keywords: Mindfulness, Bayesian analyses, Gender, Sports



Genç Kadın Sporcularda İzokinetik Güç ve Sprint Performansı Dinamiklerine Yönelik Ağ Analizi

Zülha ARMUTCU¹, Abdulkadir BİROL²

¹Trabzon Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Hareket ve Antrenman Bilimleri, Trabzon, Türkiye

ORCID Code: 0009-0000-6798-2086

E-Posta: zulhaarmutcu16011@gmail.com

²Trabzon Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Antrenörlük Eğitimi Bölümü, Trabzon, Türkiye

ORCID Code: 0000-0002-3312-9746

E-mail: kbirol@trabzon.edu.tr

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, genç kadın sporcularda diz fleksör ve ekstansör kaslarının farklı açısız hızlarda izokinetik güç profillerini belirlemek, sprint performansı ile ilişkilerini ağ analizi yöntemiyle değerlendirmektir. Çalışma kesitsel, tanımlayıcı araştırma tasarımıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan sezon hazırlık çalışmaları başladıktan 2 hafta sonra tek bir defa ölçüm alınmıştır. Bu çalışmaya, Trabzon ilinde yaşları 15-16 aralığında 10 futbolcu ve 11 sprint dalı atletleri olmak üzere toplam yirmibir ($n = 21$; boy: $157,3 \pm 3,93$ cm; VA: $49,5 \pm 5,1$ kg; yaş: $15,9 \pm 1,03$ yıl) genç kadın sporcu katılmıştır. Tüm katılımcılardan veli iznini de içeren gönüllü olur formu veli ve antrenör gözetiminde gerekli bilgilendirmeler yapılarak alınmıştır. Çalışma için Trabzon Üniversitesi Etik Kurulu izni alınmış ve çalışma boyunca Helsinki Bildirgesine riayet edilmiştir. Bir katılımcı testler sırasında quadriceps kasında yaşadığı zorlanma nedeniyle ölçümleri tamamlayamamış ve istatistiksel analizler 20 katılımcı için gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar fotosel sistemiyle 20 m sprint testine ve üç farklı açısız hızda ($60^\circ/s$, $180^\circ/s$ ve $300^\circ/s$) diz izokinetik testine tabi tutulmuştur. Elde edilen veriler JASP paket programı ile (Amsterdam, Netherlands) Genişletilmiş Bayesci Bilgi Kriteri (EBIC), En Küçük Mutlak Büzölme ve Seçim Operatörü (LASSO) analizleri yapılarak değerlendirilmiştir. Belirlenen 14 düğüm için; merkezilik, kümelenme ve kenar ağırlıkları skorları değerlendirilmiş ve ilişki ağı analizi yapılmıştır. Yapılan ağ analizine göre güçlülük ($Z = 1,910$) ve yakınlık ($Z = 1,654$) bakımından $60^\circ/s$ ekstansiyon zirve torku, aradalık ($Z = 1,924$) bakımından $180^\circ/s$ fleksiyon zirve torku istatistiksel olarak önemli bulunmuştur. Sprint 10 m için $60^\circ/s$ ekstansiyon zirve torku pozitif ilişkili bağlantı ($r = 0,31$) ile önemli bulunmuşken, 20 m için $300^\circ/s$ ekstansiyon bilateral güç farkı negatif ilişkili ($r = -0,34$) bağlantı ile saptanmıştır. Sonuç olarak, genç kadın sporcularda ivmelenmenin ilk bölümü için izokinetik düşük açısız hız ekstansiyon zirve torkunun, sprint mesafesi arttıkça yüksek açısız hızda ortaya çıkan güç asimetrisinin sprint performansı için değerlendirmede daha uygun olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: İzokinetik, sprint, güç, tork, ağ analizi.

Network Analysis of Isokinetic Strength and Sprint Performance Dynamics in Young Female Athletes

ABSTRACT

The objective of this study was to determine the isokinetic strength profiles of knee flexor and extensor muscles at different angular velocities in young female athletes and to evaluate their relationship with sprint performance using network analysis. The study was conducted using a cross-sectional, descriptive research design. Measurements were taken a single time, 2 weeks after the commencement of pre-season training. Twenty-one ($n = 21$; height: 157.3 ± 3.93 cm; BW: 49.5 ± 5.1 kg; age: 15.9 ± 1.03 years) young female athletes (10 football players and 11 sprinters, aged 15-16) from Trabzon participated in this study. Informed consent forms, including parental permission, were obtained from all participants following necessary explanations under parental and coach supervision. Ethics committee approval was obtained from Trabzon University, and the study adhered to the Declaration of Helsinki throughout. One participant was unable to complete the measurements due to a quadriceps strain sustained during testing, and thus statistical analyses were performed on 20 participants. Participants were subjected to a 20 m sprint test using a photocell system and knee isokinetic tests at three different angular velocities ($60^\circ/s$, $180^\circ/s$, and $300^\circ/s$). The obtained data were analyzed using the JASP software package (Amsterdam, Netherlands) employing Extended Bayesian Information Criterion (EBIC) and Least Absolute Shrinkage and Selection Operator (LASSO) analyses. For the 14 determined nodes, centrality, clustering, and edge weight scores were evaluated, and a relationship network analysis was conducted. According to the network analysis, $60^\circ/s$ extension peak torque was found to be statistically significant in terms of strength ($Z = 1.910$) and closeness ($Z = 1.654$), while $180^\circ/s$ flexion peak torque was statistically significant for betweenness ($Z = 1.924$). A significant positive correlation ($r = 0.31$) was found between the 10 m sprint and $60^\circ/s$ extension peak torque, whereas a significant negative correlation ($r = -0.34$) was detected between the 20 m sprint and the $300^\circ/s$ extension bilateral power difference. In conclusion, it was observed that the isokinetic low angular velocity extension peak torque is more suitable for evaluating the initial phase of acceleration in young female athletes. As the sprint distance increases, power asymmetry occurring at high angular velocity appears to be more appropriate for assessing sprint performance.

Keywords: Isokinetic, sprint, power, torque, network analysis.

GİRİŞ

İnsan hareketin devirli bir formu olan sprint, maksimum hızla gerçekleştirilen bir egzersiz türüdür. Yüz metrelik bir sprint ivmelenme, maksimal hız ve yavaşlama evreleri olmak üzere üç ana evreye ayrılır. İvmelenme evresi ise kendi içinde başlangıç (blok çıkışı ve reaksiyon), orta ve son alt bölümlere ayrılabilir (Dowson et al., 1998; Mero et al., 1981). Etkili bir sprint performansı, kuvvetin kısa sürede üretilmesi, kasların hızlı gevşeyebilme kapasitesi ve yüksek elastikiyet özelliklerine bağlıdır. Sprint hareketine katılan kas grupları içinde diz fleksörleri ve ekstansörleri, hareketin etkinliğini belirleyen temel kas grupları arasında yer almaktadır (Volkov ve ark., 1979; Mero ve ark. 1992). Biyomekanik açıdan bakıldığında, sporcunun adım frekansı (AF), adım uzunluğu (AU), ayağın yerle temas süresi ve havada kalma süresi sprint performansını etkileyen en önemli parametrelerdir kinematik parametreler olarak gösterilmektedir (Brüggemann and Glad, 1988; Babić et al., 2011).

Güç, hız ve anaerobik kapasite, özellikle alt ekstremitelerde motor performansı önemli ölçüde etkiler ve kas gücünü değerlendirmede en güvenilir yöntem izokinetik dinamometreler kabul edilmektedir (Bimson et al., 2017; Juneja et al., 2010). İzokinetik test, uzun açısal hızı sabit tutulurken, hareket aralığı boyunca diz fleksör (hamstring) ve ekstansör (kuadriseps) kas gruplarının tork, yapılan iş ve gücünü ölçen dinamik bir kas performansı testidir (Dvir,2025). İzokinetik testlerde maksimum güç genellikle düşük açısal hızlarda, dayanıklılık ise yüksek açısal hızlarda ölçülür (Anderson et al., 1991). İzokinetik dinamometreler, sabit açısal hızda eklem hareketleri sırasında zirve tork (ZT), toplam iş (kas dayanıklılığı/kapasitesinin bir göstergesi), hamstring/kuadriseps oranı (H/Q) ve bilateral farkları ölçme imkanı sunar (Dvir,2025). Açısal hızı kontrol eden ve tork dönüştürücülerle donatılan bu cihazlar, kasın kuvvet, güç, dayanıklılık ve maksimum kuvvet açısı gibi parametrelerini analiz ederek kuvvet eğrileri oluşturarak bireyin güç ve kuvvet profiliyle ilgili bilgi verir (Baltzopoulos, 2017; Li et al., 2006). Alan yazında hem performans değerlendirme hem de rehabilitasyon programları kapsamında genel olarak yapılan sınıflama; güç/kuvvet için 45°/s, güç/fonksiyonel güç için 60°/s, dayanıklılık/kas dayanıklılığı için 180°/s, sprint için 300°/s şeklindedir (Dvir,2025). Açısal hız arttıkça kas liflerinin devreye girme sırası değişmektedir. Düşük açısal hızlarda (örneğin 60°/s) tip I, tip IIa ve tip IIb kas liflerinin tümü kuvvet üretimine katkıda bulunurken, hız yükseldikçe tip I ve tip IIa liflerin aktivasyonu azalmakta; buna karşın tip IIb lifler yüksek açısal hızlarda dahi aktif kalarak zirve kuvvetin büyük bölümünü oluşturmaktadır (Impellizzeri et al., 2008).

Bu çalışmanın amacı, genç kadın sporcularda diz ve alt ekstremit kaslarının izokinetik güç profillerini belirlemek, sprint performansı ile ilişkilerini incelemek ve bu ilişkileri ağ analizi yöntemiyle değerlendirilerek merkezi ve köprü kas gruplarının performanstaki rollerini ortaya koymaktır. Çalışma, bireyselleştirilmiş güç/kuvvet profili değerlendirmeleri yoluyla antrenman stratejilerinin geliştirilmesine katkı sağlamayı hedeflemektedir.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Çalışma kesitsel, tanımlayıcı araştırma tasarımıyla gerçekleştirilmiştir. Katılımcılardan sezon hazırlık çalışmaları başladıktan 2 hafta sonra tek bir defa ölçüm alınmıştır.

Araştırma Grubu

Bu çalışmaya, Trabzon'da yaşları 15-16 aralığında 10 futbolcu ve 11 sprint dalı atletleri olmak üzere toplam yirmi bir (n = 21; boy: 157,3 ± 3,93 cm; VA: 49,5 ± 5,1 kg; yaş: 15,9 ± 1,03 yıl) genç kadın sporcu katılmıştır. Bir katılımcı testler sırasında quadriceps kasında yaşadığı zorlanma nedeniyle ölçümleri tamamlayamamış ve istatistiksel analizler 20 katılımcı için gerçekleştirilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Katılımcılar Katılımcıların boy uzunlukları Holtain marka stadiometre ile ölçülmüştür. Vücut ağırlıkları Tanita marka hassas tartı ile ölçülmüştür. Ölçümler katılımcıların üzerinde hafif ve en az kıyafet olacak şekilde gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar laboratuvarı toplam iki kez ziyaret etmişlerdir. İlk ziyaret kapsamında katılımcıların; boy uzunlukları ve vücut ağırlıkları ölçülmüş ve antropometrik ölçümleri tamamlandıktan sonra izokinetik diz testi için dinamometre (IsoMed 2000) arayüzünde katılımcı profilleri oluşturulmuştur. Her bir katılımcı için bireysel donanımsal ayarların kaydı yapılmış ve belirlenen açısal hızlarda alıştırma yaptırılarak izokinetik test tanıtılmıştır. Ölçümler katılımcıların üzerinde hafif ve en az kıyafet olacak şekilde sabah 08:00-10:00

saatleri arasında gerçekleştirilmiştir. İlk ziyaret kapsamında katılımcılar 10 dk standardize edilmiş ısınma ardından iki kez 20 m sprint koşusunu gerçekleştirmişler ve WittyGate fotosel sistemi (Bolzano, Italy) kullanılarak belirlenen 20 m'lik mesafede (10 m ve 20 m zaman kapısı) sprint süreleri kaydedilmiştir. İlk ziyaretten 72 saat sonra ikinci ziyaret kapsamında katılımcıların izokinetik testleri yerine getirilmiştir.

20 m Sprint Testi

Sprint testleri için 10 ve 20 m için koşu süreleri ölçülmüştür. Katılımcılar başlangıç çizgisinden 100 cm geriye işaretlenen noktada dominant ayakları önde olacak şekilde hazır bulunmuş ve sesli komutla birlikte koşuya başlamışlardır. Koşu boyunca en iyi performanslarını yerine getirmeleri için sözlü olarak teşvik edilmişlerdir. Her bir katılımcı 5 dk ara ile 2 deneme yerine getirmiş ve daha iyi dereceye sahip olan değer istatistiğe dahil edilmiştir. Elde edilen süreler analizde kullanılmak üzere Watt cinsinden ortalama güce dönüştürülmüştür. Kullanılan formül aşağıdaki gibidir:

$$P = (1/2 \cdot m \cdot v^2) / t$$

$$v = \text{mesafe} / t$$

$$P = (0.5 \cdot m \cdot [(d/t)]^2) / t = (0.5 \cdot m \cdot d^2) / t^3$$

İzokinetik Kuvvet Testi

İzokinetik güç ölçümleri için IsoMed 2000 bilgisayarlı dinamometre sistemi ((D&R Ferstl GmbH, Hemau, Germany) kullanılmıştır. Katılımcılar ikinci ziyaretlerinde 60, 180 ve 300°/s açısal hızlarda diz izokinetik testine tabi tutulmuşlardır. Katılımcılar için cihaz bireysel ayarları her katılımcı için kullanma talimatlarına uygun şekilde gerçekleştirilmiştir. Her açısal hızdan önce submaksimal 3 deneme yaptırılmış ve dikkat edilmesi gerekli tüm hususlar katılımcılara anlatılmıştır. 30 s dinlenme verildikten sonra testler; 60°/s için 5 tekrar, 180°/s için 10 tekrar ve 300°/s için 15 tekrar olarak her iki bacak için yerine getirilmiştir. Açısal hız denemeleri arasında 1 dk dinlenme verilmiştir. Testler boyunca katılımcılar en iyi eforlarını yerine getirmeleri için sözlü olarak teşvik edilmiştir.

Verilerin Analizi

Elde edilen veriler JASP (Amsterdam, The Netherlands) ile analiz edilmiştir. Elde edilen verilerin normallik dağılımları Shapiro-Wilk ile test edilmiştir. Ağ analizi ilişki ağı zinciri görselleştirmesi ve ilişki yönü ile düzeylerin belirlenmesi için Extended Bayesian Information Criterion (Genişletilmiş Bayesci Bilgi Kriteri, EBIC) ve Least Absolute Shrinkage and Selection Operator (En Küçük Mutlak Büzülme ve Seçim Operatörü, LASSO) grafiksel kement kombinasyonu olan EBICglasso tahmin edici yöntem kullanılmıştır. Seyreltem için korelasyon katsayısı alan yazında önerildiği üzere 0,3 eşik olarak belirlenmiştir (Epskamp et al., 2018). Kararlılık 5000 bootstrap ile değerlendirilmiştir. İlişki ağı için merkezilik (güçlülük, aradalık, yakınlık) ve kümelenme (Barrat, Omnela, WS, Zhang) analizleri değerlendirilmiştir. Ağdaki düğümlerin merkezilik ve kümelenme açısından göreceli yorumlanmasında, değişkenin ağ ortalamasından saptığı düzeyi gösteren Z skorları için; 1,0'den büyük değerler “yüksek”, -1,0 ile 1,0 arası değerler “ortalama” ve -1,0'dan küçük değerler “düşük” olarak belirtilmiştir (Epskamp et al., 2018). Ağ zincirindeki düğümler (14 düğüm) dört renk grubuna ayrılarak görselleştirilmiştir. Ağdaki düğümler arasındaki kenar ağırlıklarının niteliksel yorumlaması için ağırlıkların mutlak değerleri; 0,10'dan küçük değerler “zayıf”, 0,10-0,29 arası “orta düzeyde”,

0,30-0,50 arası “güçlü” ve 0,50'den büyük değerler “çok güçlü” kenar ağırlığı/ilişki olarak sınıflandırılmıştır (Cohen, 1988).

Etik Beyan: Çalışma için Trabzon Üniversitesi Etik Kurulu 13.06.2025 tarihli E-81614018-050.04-2500031037 sayılı kararına göre etik kurul onayı alınmıştır.

BULGULAR

Ağ analizi ve yapılan ağ analizine yönelik değerler istatistiksel yorumlarıyla birlikte bu bölümde sunulmuştur. Yapılan izokinetik ölçümler ve 20 m sprint testi bulgular ortalama ve standart sapma olarak Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların ölçümlerine ilişkin ortalama ve standart sapma değerler ile ilişki ağ analizinde kullanılan parametre kısaltmaları.

Değişken	Ort ± SS	Kısaltmalar
60°/s Fleksiyon PT	72,27 ± 9,38	60Flex_PT
60°/s Ekstansiyon PT	137,61 ± 24,38	60Ext_PT
60°/s Q/H %	58,16 ± 9,53	60_Q/H
Bilateral % Fark 60 °/s	12,08 ± 7,08	Bil_60Ext%
180°/s Fleksiyon PT	70,71 ± 11,12	180Flex_PT
180°/s Ekstansiyon PT	116,67 ± 17,39	180Ext_PT
180°/s Q/H %	72,25 ± 14,68	180_H/Q
Bilateral % Fark 180 °/s	16,11 ± 7,49	Bil_180Ext%
300°/s Fleksiyon PT	70,28 ± 11,54	300Flex_PT
300°/s Ekstansiyon PT	114,16 ± 16,63	300Ext_PT
300°/s Q/H %	71,39 ± 15,6	300_H/Q
Bilateral % Fark 300 °/s	14,8 ± 7,85	Bil_300Ext%

Zirve Güç 10 m (W)	182,8 ± 33,14	P_10m(W)
Zirve Güç 20 m (W)	73,95 ± 11,98	P_20m(W)

Merkezlilik

Düğümün birbiri göreli ağ ortalamasından saptığı düzey için yapılan merkezlilik analizine göre değişkenlerin ağdaki aradalık, yakınlık ve güçlülük düzeyleri Tablo 2’de sunulmuştur.

Güçlülük bakımında, 60Ext_PT (z-skoru: 1,910), ağda en güçlü bağlantılı değişkendir. P_20m(W) (z-skoru: -1,927), ağın en zayıf bağlantılı, ağda en kenarda kalan değişkendir.

Aradalık bakımından, 180Flex_PT (z-skoru: 1,924), ağın farklı bölgelerinde bulunan düğümlerle en kritik köprüdür. Bu değişkenden sonra sırasıyla; Bil_60Ext% ve 60Ext_PT köprü görevi en yüksek değişkenlerdir. P_10m(W) ve P_20m(W) en küçük düzeye sahip diğer düğümlere bağlantısı zayıf olan değişkenlerdir.

Yakınlık bakımından, 60Ext_PT (z-skoru: 1,654), ağdaki diğer tüm düğümlere en merkezi konumda olan değişkendir. Bu değişkenden sonra en yüksek düzeye sahip olan parametre Bil60Ext%’dir. P_20m(W) ve 60Flex_PT en küçük düzeye sahip diğer düğümlere konum olarak en uzak değişkenlerdir.

Tablo 2. Düğümlerin merkezlilik değerlendirmelerine ait Z skorları.

Değişken	Aradalık	Yakınlık	Güçlülük
60Flex_PT	-1.272	-1.404	-1.611
60Ext_PT	1.011	1.654	1.910
60_Q/H	-0.815	0.444	0.042
Bil_60Ext%	1.468	1.146	0.433
180Flex_PT	1.924	0.607	0.919
180Ext_PT	-0.130	-0.191	-0.486
180_H/Q	0.098	1.184	0.021
Bil_180Ext%	0.098	-0.360	0.637
300Flex_PT	0.554	-0.260	-0.569
300Ext_PT	0.326	-0.037	0.897
300_H/Q	-0.815	-0.399	-0.406
Bil_300Ext%	-0.130	0.067	0.249
P_10m(W)	-1.044	-0.329	-0.110
P_20m(W)	-1.272	-2.122	-1.927

Kümelenme

Yüksek Kümelenme: Bil_60Ext%, Onnela (2.239) ve Barrat (1.221) katsayılarında en yüksek değerlere sahiptir. Bu, 60 derece/s hızdaki bilateral ekstansiyon farkının ağdaki komşularının kendi aralarında çok güçlü bir klik oluşturduğunu göstermiştir.

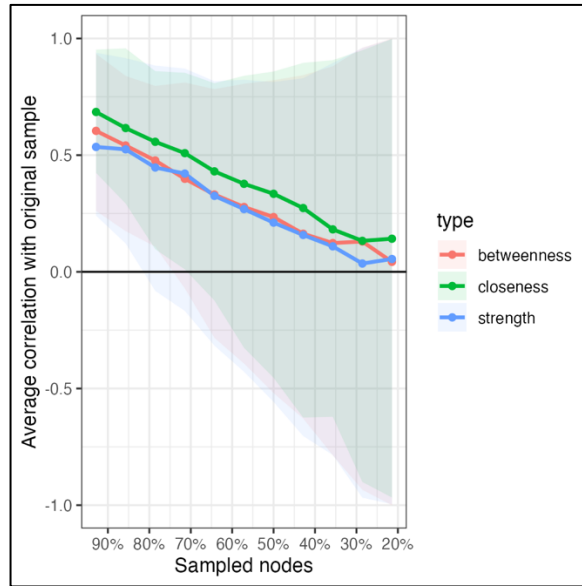
Düşük Kümelenme: P_20m(W), ağırlıksız model olan WS (1.031) ve Zhang (2.296) katsayılarında yüksek değerler görülmüştür. Bu, 20m sprint gücü ile ilişkili değişkenlerin kendi aralarında yapısal olarak güçlü bağları olduğuna işaret etmektedir.

Tablo 3. Döğümlerin kümelenme değerdendirmeleri.

Değişkenler	Barrat	Onnela	WS	Zhang
180Flex_PT	-1.243	-0.198	0.021	-1.092
180Ext_PT	-0.360	-1.100	-0.653	-0.600
180_H/Q	-1.622	-0.453	-2.337	-1.345
Bil_180Ext%	0.425	-0.240	0.919	0.073
300Flex_PT	-2.017	-1.688	-1.439	-1.023
300Ext_PT	-0.079	0.187	1.076	-0.415
300_H/Q	0.771	0.753	1.031	-0.561
Bil_300Ext%	1.087	-0.452	0.021	-0.527
P_10m(W)	0.354	-0.459	-0.181	0.997
P_20m(W)	0.358	-0.210	1.031	2.296
60Flex_PT	-0.190	-0.136	0.358	1.021
60Ext_PT	0.796	1.586	0.447	0.412
60_Q/H	0.500	0.172	-0.653	0.546
Bil_60Ext%	1.221	2.239	0.358	0.218

Ağ Seyrekliği, Kenar Stabilitesi, Merkezilik Stabilitesi

Ağ seyreklik (sparsity) değeri 0,341 olarak bulunmuştur. Bu analiz sonucu ortaya çıkan 91 adet bağlantının yaklaşık %34'ünün mevcut olduğu geri kalan %66 olasılığın ise sıfır bağlantıya sahip olduğunu göstermektedir. Bu seyreklik değeri, ağın ne çok yoğun ne de çok seyrek olduğunu, orta düzeyde bir bağlantıya sahip olduğu ve anlamlı bir ağ yapısına sahip olduğunu göstermektedir. Merkezilik stabilitesi incelendiğinde, yakınlık en yüksek stabiliteye sahiptir. Güçlülük ve aradalık için de kabul edilebilir düzeyde bir stabilite olduğu görülmüştür. Örneklemde oluşabilecek %20'lik kayba kadar 0,5 üzerinde bir korelasyon ortalaması olduğu tespit edilmiştir. Kenar stabilitesi değerlendirildiğinde, 20 katılımcı ve 14 düğümden oluşan bu ağ analizinde örneklem %50'sine kadar ortalama korelasyonun 0,75'in üzerinde kaldığı görülmektedir. Bu, ağdaki kenar ağırlıklarının oldukça stabil ve güvenilir olduğunu, elde edilen bağlantıların tesadüfi olma ihtimalinin düşük olduğunu göstermiştir.



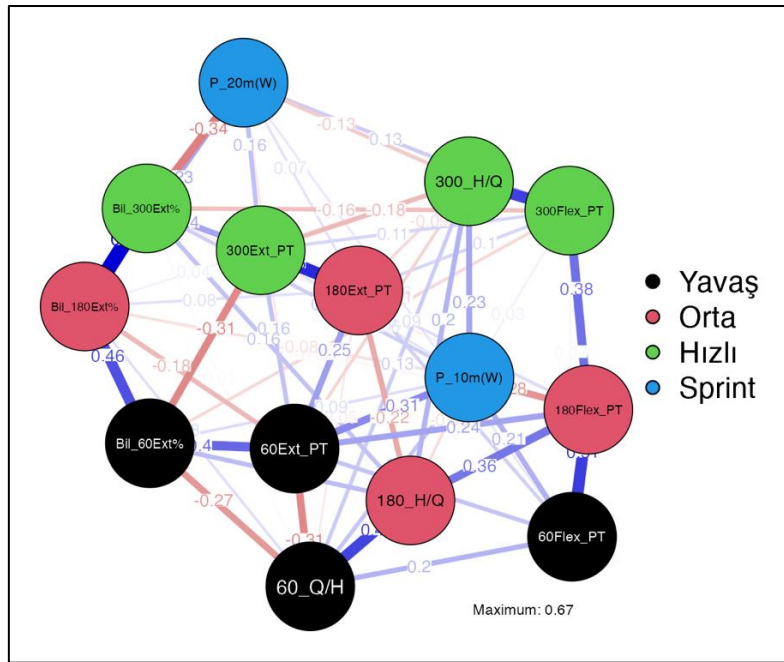
Şekil 1. Düğümlerin merkezilik değerlendirmeleri.

Ağ Grafiği

Ağ grafiği ve ağırlık matrisinde düğümler arasındaki mavi çizgiler pozitif, kırmızı çizgiler negatif ilişkileri; çizgi kalınlığı ise ilişkinin gücünü temsil etmektedir.

Yavaş açısız hız grubu (Siyah Düğümler) için yapılan incelemede, bu kategorideki parametrelerin ağın merkezinde yer aldığı görülmüştür ve özellikle 60Ext_PT'nin diğer tüm gruplardaki düğümlerle güçlü pozitif bağlantılar kurarak tüm parametreleri etkileme potansiyeli en yüksek düğüm olduğu görülmüştür. P_10m(W) ile arasında güçlü pozitif bağ (0,309) saptanmıştır. Bu da sprint performansının ilk hızlanma evresinde en etkili parametre olduğuna dikkat çekmektedir. Orta açısız hız grubu (Kırmızı Düğümler) parametreleri değerlendirildiğinde, "Yavaş" ve "Hızlı" grup düğümleri arasında bir köprü görevi gördüğü saptanmıştır. Grubun en önemli parametresi 180Flex_PT, hem yavaş açısız hız fleksiyonu (60Flex_PT ile 0,512'lik çok güçlü pozitif bağ) hem de hızlı açısız hız fleksiyonu (300Flex_PT ile 0,376'lık güçlü pozitif bağ) arasında önemli bir rol oynadığı görülmüştür. Hızlı açısız hız grubu (Yeşil Düğümler) parametreleri incelendiğinde ise, bu gruptaki Bil_300Ext% ile Bil_180Ext% (orta açısız hız) arasındaki bağlantı ağın en güçlü pozitif bağlantısına sahip olduğu

saptanmıştır (0,670). Bu, orta ve hızlı açılal hızlardaki bilateral kuvvet dengesizliklerinin sprint performansı ile ilişkilendirilmesi bakımından çok yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Sprint grubu (Mavi Düğümler) düğümleri, ağır genelinde ve düğüm kümelenmeleri değerlendirildiğinde, sprint değişkenleri ağır merkezinde değil, kenarlara yakın olmasıyla daha çok bir sonuç konumunda görülmüştür. P_10m(W) (10m sprint ortalama gücü), yavaş hız grubundaki temel kuvvet değişkenleriyle (60Ext_PT ile 0,309) pozitif ilişkilere sahiptir. Bu durum, erken ivmelenme fazının maksimal kuvvet temeline dayandığını doğrular niteliktedir. P_20m(W) (20m sprint gücü) ile Bil_300Ext% (-0,336) arasında en güçlü negatif bağlantı saptanmıştır. Bu, yüksek açılal hızdaki hareketlerde bacaklar arasındaki kuvvet dengesizliği arttıkça, 20 metre sprint performansının düştüğünü gösteren önemli bir bulgudur.



Şekil 2. EBICglasso ağ grafiği.

TARTIŞMA

Bu çalışmanın ağ analizi bulguları, 60°/s diz ekstansiyon gücünü ağdaki en merkezi ve etkili değişken olarak ortaya koymuştur. Bu durum, düşük açılal hızlarda kas kuvvetinin sprint performansındaki belirleyici rolüne işaret etmektedir. Özçakar ve ark. (2003), 60°/s'deki ekstansör zirve torku ile sprint performansı arasında anlamlı ilişkiler bildirirken, fleksör kaslarda benzer bir ilişki gözlenmediğini rapor etmişlerdir. Ancak Williams et al. (2022) ile Lockie et al. (2012) çalışmalarında bu düşük açılal hızlarda anlamlı korelasyonlar elde etmemişlerdir. Bu farklılıklar, spor branşı, cinsiyet ve performans düzeyine bağlı olarak düşük hızlardaki kuvvet üretiminin sprint performansına etkisinin değişkenlik gösterebileceğini düşündürmektedir. Öte yandan, mevcut çalışmada 180°/s fleksör zirve torkunun ağ yapısında kritik bir köprü değişkeni olarak konumlandığı belirlenmiştir. Benzer biçimde Williams et al. (2022) de 180°/s'de fleksör gücüyle sprint performansı arasında güçlü, ancak istatistiksel olarak anlamlı olmayan bir ilişki bildirmiştir. Bu bulgu, orta açılal hızlardaki diz fleksör kuvvetinin fonksiyonel güç üretimi ve sprint ivmelenmesinde önemli bir rol oynayabileceğini göstermektedir. Literatürdeki diğer çalışmalar da yüksek açılal hızların sprint ve şut hızı performanslarıyla daha güçlü ilişkiler gösterdiğini desteklemektedir.



Ölmez ve ark. (2023), elit kadın futbolcularda 60°, 180° ve 300°/s açısal hızlarda ölçülen mutlak tepe ve ortalama tork değerlerinin top hızıyla anlamlı ilişkiler gösterdiğini ($r = 0,559-0,664$; $p < 0,05$), özellikle baskın olmayan bacak ekstansör torkunun yüksek açısal hızda (300°/s) en güçlü ilişkiyi sergilediğini bildirmiştir. Benzer şekilde Lockie et al. (2012), 240°/s'de diz ekstansör bilateral tork farkı ile sprint süreleri arasında güçlü negatif korelasyonlar ($r = -0,902$ ila $-0,772$) saptamıştır. Brígido-Fernández et al. (2022) ise profesyonel kadın sporcularda yüksek hızlardaki (180°/s ve üzeri) zirve tork ve maksimum iş değerlerinin anlamlı biçimde farklılaştığını göstermiştir. Bununla birlikte, mevcut çalışmada gözlenen bilateral farkların yüksek kümelenme eğilimi, Lockie et al. (2012)'nin yüksek açısal hızlardaki (180°/s ve 240°/s) asimetrielerin sprint süreleriyle olan güçlü negatif ilişkisine ve Ölmez ve ark. (2023)'ün yüksek açısal hızlarda saptadığı güçlü bağlantılara paralellik göstermektedir. Tüm bu bulgular birlikte değerlendirildiğinde, sprint performansının erken ivmelenme evresinde (örneğin 0–10 m) düşük açısal hızlarda üretilen kuvvetin daha belirleyici olduğu; mesafe arttıkça (örneğin 20–40 m) ise yüksek açısal hızlardaki tork üretiminin performansla daha güçlü ilişki gösterdiği söylenebilir. Bu durum, kas kuvvetinin açısal hızına bağlı olarak sprintin farklı evrelerinde farklı biçimlerde katkı sağladığını ve performans analizlerinde bu ayrımın dikkate alınması gerektiğini ortaya koymaktadır.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Tüm bu bulgular ışığında sonuç olarak, genç kadın sporcularda sprint performansının değerlendirilmesi konusunda aşağıdakiler söylenebilir; 60Ext_PT'nin ağıdaki merkezi rolü, maksimal kuvvet antrenmanlarının sprint ivmelenmesini artırmak için önemli olduğunu göstermiştir. Sprint performansının önemli olduğu sporlarda ivmelenme gelişim kapasitesinin ve bu esnada ortaya çıkabilecek yaralanma riskleri için en uygun açısal hızın 60°/s açısal diz izokinetik testi olduğu söylenebilir. 180Flex_PT'nin köprü rolü ve 60Flex_PT'nin yüksek etki potansiyeli, hamstring kaslarının sprint performansında önemli bir rol oynadığı görülmektedir. Bil_180Ext% ve Bil_300Ext% arasındaki çok güçlü pozitif ilişki ve bu değişkenlerin sprint performansı ile olan negatif bağlantısı, bacaklar arasındaki kuvvet dengesizliklerinin tüm performans ağını olumsuz etkilediğini gösteriyor. Bu nedenle sprint performansına dayalı olarak güç asimetrisi değerlendirmesinde 300°/s açısal hızın diğer açısal hızlardan daha uygun olduğu görülmüştür. Ağ analizi, kuvvet-hız ilişkisini değerlendirmek ve anlamak konusunda bütüncül bir yaklaşımın (ağır ve yavaş, hafif ve patlayıcı hıza yönelik çalışmalar) benimsenmesi gerektiğini göstermektedir. Özet olarak, yüksek kuadriseps gücü, güçlü ve hızlı tepki veren hamstring kasları ve bacaklar arasında simetriğe yakın güç dengesi, çok hızlı sprint performansının anahtarı olarak görünmektedir.

KAYNAKÇA

- Anderson, M.A.; Gieck, J.H.; Perrin, D.; Weltman, A.; Rutt, A.R.; Denegar, C.R. (1991) The relationships among isometric, isotonic, and isokinetic concentric and eccentric quadriceps and hamstring force and three components of athletic performance. *J. Orthop. Sports Phys. Ther.*, 14, 114–120.
- Bimson, L.; Langdown, L.; Fisher, J.P.; Steele, J. (2017) Six weeks of knee extensor isometric training improves soccer related skills in female soccer players. *J. Tribol.*, 6, 52–56.
- Brígido-Fernández, I., García-Muro San José, F., Charneco-Salguero, G., Cárdenas-Rebollo, J. M., Ortega-Latorre, Y., Carrión-Otero, O., & Fernández-Rosa, L. (2022). Knee isokinetic profiles and reference values of professional female soccer players. *Sports*, 10(12), 204.
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.



- Dowson, M. N., Nevill, M. E., Lakomy, H. K. A., Nevill, A. M., & Hazeldine, R. J. (1998). Modelling the relationship between isokinetic muscle strength and sprint running performance. *Journal of sports sciences*, 16(3), 257-265.
- Dvir, Z. (Ed.). (2025). *Isokinetics: muscle testing, interpretation and clinical applications*. Taylor & Francis.
- Epskamp, S., Borsboom, D., & Fried, E. I. (2018). Estimating psychological networks and their accuracy: A tutorial paper. *Behavior research methods*, 50(1), 195-212.
- Impellizzeri FM, Bizzini M, Rampinini E, et al. (2008) Reliability of isokinetic strength imbalance ratios measured using the Cybex NORM dynamometer. *Clin Physiol Funct Imaging*.;28:113-9.
- Juneja, H.; Verma, S.K.; Khanna, G.L. (2010) Isometric strength and its relationship to dynamic performance: A systematic review. *J. Exerc. Sci. Physiother.*, 6, 60–69.
- Mero, A. (1981). Relationships between the maximal running velocity, muscle fiber characteristics, force production and force relaxation of sprinters. *Scand J Sports Sci*, 3, 16-22.
- Lockie, R. G., Schultz, A. B., Jeffriess, M. D., & Callaghan, S. J. (2012). The relationship between bilateral differences of knee flexor and extensor isokinetic strength and multi-directional speed. *Isokinetics and exercise science*, 20(3), 211-219.
- Ölmez, C., Hammami, N., Yücelsoy, B., Hattabi, S., Forte, P., Sortwell, A., ... & Ince, A. (2023). Examining the link between isokinetic strength metrics and ball speed in women's soccer. *Applied Sciences*, 13(22), 12217.
- Özçakar, L., Kunduracıoğlu, B., Cetin, A., Ülkar, B. Ü. L. E. N. T., Guner, R. Ü. Ş. T. Ü., & Hascelik, Z. (2003). Comprehensive isokinetic knee measurements and quadriceps tendon evaluations in footballers for assessing functional performance. *British journal of sports medicine*, 37(6), 507-510.
- Williams, M., Wagner, M., Davis, P., Anderson, D., & Rankin, K. (2022). The Relationship of Isokinetic and Field Test Measures in Collegiate Sprinters: An Exploratory Study. *Journal of Sport and Human Performance*, 10(1), 1-13.



Amatör Futbolcularda Farklı Performans Düzeylerine Göre Kafein Alımının 30 Metre Sprint Performansına Akut Etkisi

Cihan GÜRBÜZ¹, Refik ÇABUK², Onur Demirarar³

¹Bayburt University, Faculty of Sport Sciences, Department of Coaching Education,
e-mail: cihangurbuz@bayburt.edu.tr, ORCID: 0000-0003-4131-3698

²Ondokuz Mayıs University, Yaşar Doğu Faculty of Sport Sciences,
Department of Coaching Education, e-mail: refik.cabuk@omu.edu.tr, ORCID: 0000-0002-3682-3135

³Jandarma ve Sahil Güvenlik Akademisi, Beden Eğitimi ve Spor Bölüm Başkanlığı, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı.
onurdemirarar@gmail.com Orcid: 0000-0002-2421-0067

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, amatör futbol oyuncularında sprint performansına göre yüksek ve düşük performans gösterenlerin 30 metre sprint testinde kafeinin ergojenik etkisinin ne düzeyde farklılaşacağını incelemektir. Çalışmaya toplam 16 erkek amatör futbolcu (yaş: $22,2 \pm 2,4$ yıl; boy: $179 \pm 4,6$ cm; vücut ağırlığı: $70,7 \pm 9,7$ kg) çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılar ilk 30 metre testinden sonra bitirme zamanları en düşükten en kötüye doğru sıralandı ve ilk 8 katılımcı yüksek performans ($4,18 \pm 0,07$ s) diğer 8 katılımcı düşük performans ($4,53 \pm 0,08$ s) grubuna alındı. Katılımcılar hem kontrol koşulu hem de kafein koşulunda; beş dakika hafif koşu yapmıştır. Isınma tamamlandıktan 2 dakika sonra katılımcılar 30 metre sprint testine alındılar. Katılımcılar, kafein koşulundaki performans testinden 60 dakika önce 300 mL su içinde $6 \text{ mg} \cdot \text{kg}^{-1}$ kafeini tükettiler. ANOVA sonuçları, koşul ana etkisinin ($F(1,14) = 19.971, p = .001, \eta^2_p = .588$) ve koşul $\times$ grup etkileşiminin anlamlı bulunduğunu ($F(1,14) = 6.549, p = .023, \eta^2_p = .319$) ortaya koymuştur. 30 metre sprint süresi sonuçlarına göre, yüksek performans grubunda kafein alımı sonrasında değişim istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır (değişim = $-\%0,76; p = 0.27$; Cohen's $d = 0,42$), ancak küçük-orta düzeyde bir iyileşme eğilimi gözlenmiştir. Buna karşın, düşük performans grubunda kafein alımı sprint süresinde anlamlı bir azalma sağlamıştır (değişim = $-\%2,56; p < 0.001$; Cohen's $d = 2,08$), bu da kafeinin bu grupta büyük bir etki yarattığını göstermektedir. Bu çalışmanın sonuçları, amatör futbolcularda düşük ve yüksek performans düzeyine bağlı olarak akut kafein alımının 30 metre sprint performansı üzerinde farklı ergojenik etkiler gösterebileceğini ve kafein alımının sprint performansı iyileştirmede yüksek performans düzeyine sahip futbolculara kıyasla düşük performanslı sporcular için daha etkili bir ergojenik strateji olabileceğini ortaya koymaktadır.

Anahtar Kelimeler: anaerobik güç, ergojenik yanıt, kafein, sprint,

The Acute Effect of Caffeine Intake on 30-Meter Sprint Performance in Amateur Football Players with Different Performance Levels

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine how the ergogenic effect of caffeine on 30-meter sprint performance differs between high- and low-performing amateur football players. Sixteen male amateur football players (age: 22.2 ± 2.4 years; height: 179 ± 4.6 cm; body mass: 70.7 ± 9.7 kg)



voluntarily participated in the study. After the initial 30-meter sprint test, participants were ranked from the fastest to the slowest finishing time, with the first eight participants assigned to the high-performance group (4.18 ± 0.07 s) and the remaining eight to the low-performance group (4.53 ± 0.08 s). In both the control and caffeine conditions, participants performed five minutes of light jogging as part of a standardized warm-up. Two minutes after completing the warm-up, they performed the 30-meter sprint test. In the caffeine condition, participants ingested caffeine at a dose of $6 \text{ mg} \cdot \text{kg}^{-1}$ dissolved in 300 mL of water, 60 minutes before the performance test. ANOVA results showed that the main effect of condition ($F(1,14) = 19.971$, $p = .001$, $\eta^2_p = .588$) and the condition $\times$ group interaction ($F(1,14) = 6.549$, $p = .023$, $\eta^2_p = .319$) were significant. Regarding 30-meter sprint times, no statistically significant change was observed in the high-performance group following caffeine ingestion (change = -0.76% ; $p = 0.27$; Cohen's $d = 0.42$), although a small-to-moderate improvement trend was noted. In contrast, the low-performance group showed a significant reduction in sprint time (change = -2.56% ; $p < 0.001$; Cohen's $d = 2.08$), indicating a large effect of caffeine in this group. The results of this study suggest that acute caffeine intake may produce different ergogenic effects on 30-meter sprint performance depending on the performance level of amateur football players, and that caffeine intake may be a more effective ergogenic strategy for improving sprint performance in low-performing athletes compared to those with higher performance levels.

Keywords: anaerobic power, caffeine, ergogenic response, sprint,

Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spor İyi Oluş ve Motivasyonel Kararlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Kütahya İli Örneği

Sıtkı Can PEKİN¹, Erdal DEMİR², Oğuzhan YÜKSEL³, Aydın ŞENTÜRK³

¹Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitimi Enstitüsü, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

²Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale

³Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Spor Bilimleri Fakültesi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

ÖZET

Bu araştırmanın amacı, ortaöğretim öğrencilerinin rekreasyonel spor iyi oluşu ve motivasyonel kararlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelemektir. Çalışmanın evrenini Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler oluşturmuştur. 2024–2025 öğretim yılında Kütahya ilindeki okullardan basit rastlantısal örnekleme ile seçilen 1.858 öğrenci (n=1.030 kız; n=828 erkek) araştırmaya dâhil edilmiştir. Rekreasyonel spor iyi oluş, Pi ve ark. (2022) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması/psikometrik doğrulaması Koç (2022) tarafından yapılan Rekreasyonel Spor İyi Oluş Ölçeği (RSİÖÖ) ile değerlendirilmiştir. Normallik varsayımı Kolmogorov–Smirnov testiyle doğrulandıktan sonra, karşılaştırmalarda bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) kullanılmış, anlamlılık düzeyi p<.05 olarak alınmıştır.

Bulgular; yaş, cinsiyet, spor yapma süresi (yıl), baba eğitim durumu, okul türü ve gelir düzeyi değişkenlerine göre RSİÖÖ'nün fiziksel ve zihinsel sağlık, yaşam doyumu, pozitif duygu ve toplam iyi oluş alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğunu göstermiştir. Motivasyonel kararlılık açısından ise yaş, baba eğitim durumu, gelir düzeyi ve spor yapma süresi değişkenlerine göre uzun vadeli hedefleri sürdürme, mevcut hedefleri izleme, ulaşılamayan hedefleri yeniden deneme ve toplam puan alt boyutlarında anlamlı farklılaşma saptanmıştır. Genel olarak, yaş, gelir düzeyi ve spor yapma süresi arttıkça rekreasyonel iyi oluş ve motivasyonel yeterlik düzeylerinin olumlu yönde yükseldiği belirlenmiştir. Bulgular, özellikle sosyoekonomik imkânları sınırlı öğrenciler için okul temelli, sürdürülebilir spor katılımını artıran programların hem iyi oluşu hem de uyumlu motivasyon süreçlerini desteklemede önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Motivasyon, Orta Öğretim Öğrencileri, Rekreasyonel Spor İyi Oluş

Sorumlu yazar: Prof.Dr.Oğuzhan YÜKSEL, **E-posta:**oguzhan.yuksel@dpu.edu.tr

*Bu çalışma 2025 yılında yayımlanan 939718 numaralı tezden üretilmiştir.

Examination of Sport Well-Being and Motivational Determination of Secondary Education Students According to Various Variables: The Case of Kütahya Province

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine secondary school students' recreational sports well-being and motivational persistence levels according to various variables. The study population consisted of students enrolled in secondary education institutions affiliated with the Ministry of National Education. A total of 1,858 students (n=1,030 female; n=828 male) selected from schools in Kütahya province through simple random

sampling during the 2024–2025 academic year were included in the study. Recreational sports well-being was assessed using the Recreational Sports Well-Being Scale (RSWBS) developed by Pi et al. (2022) and adapted/psychometrically validated in Turkish by Koç (2022). After confirming the normality assumption with the Kolmogorov–Smirnov test, independent samples t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were used for comparisons, with a significance level of $p < .05$.

Keywords: Motivation, Recreational Sports Well-Being, Secondary School Students

Corresponding author: Prof.Dr. Oğuzhan YÜKSEL, E-mail:oguzhan.yuksel@dpu.edu.tr

* This work is derived from thesis number 939718, published in 2025.

Giriş

Dünya Sağlık Örgütü’nün klasik tanımı, “Sağlık, sadece hastalık ve sakatlık halinin olmayışı değil, bedensel, ruhsal ve sosyal yönden tam iyilik halidir” şeklinde yapmıştır (Maville & Huerta, 2002). Bu yaklaşım, “iyi oluş” kavramını gündelik işlevsellikten çok, bireyin yaşamını çok boyutlu olarak değerlendirdiği bir çerçeveye taşır. Felsefe, psikoloji ve sosyal bilimlerdeki uzun tartışma geleneği, iyi oluşu bazen “yaşamın kişi için iyi gitmesi” (Tiberius, 2006) bazen de yarar, çıkar, mutluluk ve eudaimonia gibi yakın kavram kümeleri üzerinden kavramsallaştırır (Moore & Crisp, 1996; Scanlon, 1998). Bu çok sesli literatür, tek bir tanımdan ziyade, iyi oluşu açıklayan tamamlayıcı açıklama hatlarına işaret eder.

Pozitif psikoloji geleneğinde öznel iyi oluş (ÖİO), bireyin yaşamını bilişsel (yaşam doyumunu) ve duyuşsal (olumlu–olumsuz duygu dengesi) bileşenler üzerinden değerlendirmesini içerir (Diener, 1984; Diener, Sandvik & Pavot, 1991; Diener, Oishi & Tay, 2018). Yüksek öznel iyi oluş düzeyi, yalnızca daha sık olumlu duygu ve daha seyrek olumsuz duyguyla değil, aynı zamanda daha yüksek yaşam doyumuyla da karakterize edilir. Nitekim okul bağlamında yüksek ÖİO; daha iyi akademik işlevsellik, uyumlu okul davranışları ve genel yaşam memnuniyetiyle ilişkilidir (Gilman, Huebner & Laughlin, 2000; Suldo, Riley & Shaffer, 2006; Tian, Zhang & Huebner, 2015). Bu bulgular, ergenlik döneminde iyi oluşun yalnızca psikolojik değil, eğitsel çıktılarla da bağlantılı olduğunu göstermektedir.

İyi oluşun belirleyicileri çok katmanlıdır. Kişilik özellikleri ve değer yönelimleri, yaşam doyumunu ve duygu dengesinin tutarlı yordayıcıları arasında yer alır (Lucas & Diener, 2008; Oishi vd., 1999). Sosyal katılım ve ilişkilerin niteliği de öznel mutlulukla güçlü biçimde bağlantılıdır; akran ve aile ilişkilerinin kalitesi ergenlerin iyi oluşunda temel bir rol oynar (Cooper, Okamura & Gurka, 1992; Ryff vd., 2001; Rees, Pople & Goswami, 2011). Öte yandan iyi oluşun sağlıkla çift yönlü bir ilişkisi vardır: daha olumlu duygulanım, daha düşük hastalık riski ve daha hızlı iyileşme süreçleriyle ilişkilidir (Tugade, Fredrickson & Barrett, 2004; De Neve vd., 2013).

Fiziksel aktivite ve egzersiz, iyi oluşun hem doğrudan hem de dolaylı belirleyicileri arasında öne çıkar. Düzenli hareket, nörofizyolojik düzeyde olumlu duygulanımı destekleyen süreçleri tetikler; depresif duygu durumunun azalması, enerji ve canlılık hissinin artması bu etkiler arasındadır (Schnohr vd., 2005; Iwon vd., 2021). Egzersiz sırasında deneyimlenen “akış” gibi öznel deneyimler, mutluluk ve yaşam doyumunu besleyen özgül kanallara işaret eder (Csikszentmihalyi, 1990; Chen vd., 2013). Ayrıca egzersiz hacmi ve süresindeki artışın iyi oluşla doğrusal ilişki verdiğine dair kanıtlar mevcuttur (Li & Liu, 2014; Loprinzi & Davis, 2016). Bu nedenle okul çağındaki gençlerde fiziksel aktivitenin

desteklenmesi, yalnızca fiziksel uygunluk için değil, psikososyal iyilik hâli için de stratejik bir önceliktir.

Kuramsal çerçevede hedonik (olumlu duygu–yaşam doyumunu) ve eudaimonik (anlam, amaç, kişisel gelişim) yaklaşımlar iyi oluşu tamamlayıcı biçimde açıklar (Ryff, 1989; Deci & Ryan, 2008). Seligman’ın PERMA modeli (olumlu duygular, katılım, ilişkiler, anlam, başarı) ile ergen nüfusa uyarlanmış EPOCH ölçeğinin (bağlılık, azim, iyimserlik, bağlantılılık, mutluluk) boyutları, okul yaşamında iyi oluşun ölçülebilir bileşenlerine dair pratik bir harita sunar (Seligman, 2011; Kern vd., 2016).

İyi oluşun sürdürülebilirliği motivasyonel süreçlerle yakından ilişkilidir. Öz-belirleme kuramı (ÖBK), yeterlik, özerklik ve ilişkisellik ihtiyaçlarının karşılanmasının içsel motivasyonu ve psikolojik iyi oluşu yükselttiğini savunur (Deci & Ryan, 2000). Okul ve spor bağlamında akış, anlamlı ve zorlu hedefler, özerk katılım ve destekleyici sosyal iklim, içsel motivasyonun taşıyıcılarıdır (Vallerand, 1997; Csikszentmihalyi, 1990). Bununla bağlantılı olarak “motivasyonel kararlılık” (azim), uzun erimli hedeflerin izlenmesi, engeller karşısında sebat ve erişilemeyen hedeflere yeniden yönelme kapasitesiyle tanımlanır; bu kapasite, ergenlerde hem başarı hem de iyi oluş için önemli bir öz-düzenleme kaynağıdır (Duckworth vd., 2007; Constantin, Holman & Hojbotă, 2011; Sarıçam vd., 2014).

Rekreasyonel Spora özgü iyi oluş literatürü, olumlu duygulanım, katılım ve başarı deneyimlerinin desteklendiği iklimlerde sporcuların psikolojik işlevselliklerinin güçlendiğini; buna karşılık aşırı stres ve damgalanmanın zihinsel sağlık risklerini artırabildiğini göstermektedir (Lundqvist, 2011; Rice vd., 2016, 2021).

Çalışma, ergenlik dönemindeki öğrencilerde sporla ilişkili iyi oluş (ör. fiziksel–zihinsel sağlık algısı, yaşam doyumunu, pozitif duygu) ile motivasyonel kararlılığın (uzun vadeli hedef takibi, mevcut hedeflerin sürdürülmesi, ulaşılamayan hedeflere yeniden yönelme) yaş, cinsiyet, sosyoekonomik göstergeler ve spor yapma süresi gibi temel değişkenlere göre nasıl farklılaştığını incelemeyi amaçlamaktadır. Kütahya ili örnekleminde elde edilecek bulguların, okul politikaları, beden eğitimi programları ve rehberlik hizmetleri için kanıt temelli öneriler geliştirilmesine zemin oluşturması beklenmektedir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada, nicel araştırma paradigması içerisinde konumlanan tarama deseni tercih edilmiştir. Söz konusu desen, olguyu müdahalesiz ve doğal bağlamı içinde betimlemeyi hedefler; bir başka deyişle, incelenen birey ya da nesneler mevcut (ya da geçmişte var olmuş) durumlarıyla, kendi içsel koşulları doğrultusunda, araştırmacı etkisine maruz bırakılmaksızın çözümlenir ve modellenir (Karasar, 2013).

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini, Türkiye genelinde Millî Eğitim Bakanlığı’na bağlı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Örnekleme ise 2024–2025 eğitim-öğretim yılında Kütahya İl Millî Eğitim Müdürlüğü’ne bağlı ortaöğretim

okullarındaki toplam 1858 öğrenci (n=1030 kız; n=828 erkek) meydana getirmektedir. Örneklem, popülasyondaki her birimin seçilme olasılığının eşit olduğu ve birimler arası homojenliğin varsayıldığı basit rastgele örnekleme tekniğiyle belirlenmiştir (Büyüköztürk vd., 2018).

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Birinci bölümde katılımcıların demografik bilgileri hakkında tespit yapmak amacıyla 10 adet soru yöneltilmiştir. Bu sorular katılımcıların yaş, cinsiyet, okul türü, sınıf, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, aile gelir durumu, hissedilen gelir durumu, spor yapma, spor yapma branşı ile ilişkilidir.

Rekreasyonel Spor İyi Oluş Ölçeği

Çalışmanın ikinci bölümünde katılımcılara Rekreasyonel Spor İyi Oluş Ölçeği (RSİÖÖ) uygulanmıştır. Ölçek, toplam 14 maddeden oluşmakta ve dört alt boyutu kapsamaktadır: Fiziksel ve Mental Sağlık (SS), Yaşam Doyumu (YD), Aile İlişkisi Geliştirme (AİG) ve Pozitif Duygu (PD). Rekreasyonel spora bağlı iyi oluş düzeylerini betimlemeye yönelik olarak yapılandırılan bu araçta alt boyutlar belirli madde kümeleriyle temsil edilmektedir. Ölçeğin özgün formu Pi ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş (Pi vd., 2022), Türkçe geçerlik-güvenirlik çalışması ise Koç (2022) tarafından gerçekleştirilmiştir. Orijinal yapılandırmada maddeler alt boyutlara şu şekilde dağılmaktadır: FMS (1–4. maddeler), YD (5–8. maddeler), AİG (9–11. maddeler) ve PD (12–14. maddeler). Beşli Likert tipi yanıt formatına sahip olan RSİÖÖ, katılımcıların ifadeleri “1 = Kesinlikle Katılmıyorum” ile “5 = Kesinlikle Katılıyorum” arasında derecelendirmesine olanak tanır (Koç, 2022; Pi, Chang ve Lin, 2022).

Motivasyonel Kararlılık Ölçeği: Üçüncü bölümde ise motivasyon ve kararlılık düzeylerini ölçmek üzere Motivasyonel Kararlılık Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, Constantin, Holman ve Hojbotă (2011) tarafından geliştirilmiş; Türkçe uyarlama ile geçerlik-güvenirlik çalışmaları Sarıçam ve arkadaşları (2014) tarafından yürütülmüştür. Beşli Likert tipinde yapılandırılan araç, toplam 13 maddeden oluşmakta ve puanlar 13 ile 65 arasında değişmektedir. Yapısal olarak üç alt boyut öngörülmüştür: uzun vadeli hedefleri izleme (2., 5., 8. ve 11. maddeler), mevcut hedefleri sürdürme (3., 6., 9. ve 12. maddeler) ve ulaşılamayan hedeflere yeniden yönelme (1., 4., 7., 10. ve 13. maddeler). Ölçeğin iç tutarlılık güvenirlik katsayısı (Cronbach’s α) orijinal çalışmada .69 olarak rapor edilmiştir (Constantin, Holman ve Hojbotă, 2011; Sarıçam vd., 2014).

Verilerin Toplanması

Araştırma, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’nun 23.10.2023 tarihli ve 245950 sayılı onayı doğrultusunda yürütülmüştür. Veri toplama sürecinden önce, spor bilimleri alan uzmanı tarafından



katılımcılara araştırmanın amacı, kapsamı ve katılım koşulları hem yazılı hem de sözlü biçimde açıklanmıştır. Ebeveynlerden yazılı onam alınmış; öğrencilerden ise “Gönüllü Onam Formu” doldurtularak bilgilendirilmiş onamları temin edilmiştir. Ölçekler, veri toplama aşamasında yüz yüze görüşme yöntemiyle uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Katılımcılardan toplanan veriler önce Excel ortamında düzenlenmiş; eksik ya da hatalı bilgi içeren kayıtlar analiz dışı bırakılmıştır. Ardından veri seti SPSS yazılımına aktarılmış ve dağılım varsayımı Kolmogorov–Smirnov testiyle sınanmıştır. K–S sonuçları normal dağılımdan sapma göstermekle birlikte, çarpıklık ve basıklık değerlerinin –2 ile +2 aralığında yer alması nedeniyle verilerin normalliği kabul edilmiştir (George & Mallery, 2010). Bu çerçevede, korelasyon analizi, bağımsız örneklem için t-testi ve tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) uygulanmıştır. Varyans homojenliği varsayımının sağlanmadığı durumlarda Welch istatistikleri raporlanmış; çoklu karşılaştırmalar için Post Hoc aşamasında koşullara göre Tukey veya Tamhane’s T2 testleri tercih edilmiştir (Tukey, 1949; Hochberg & Tamhane, 1987).

BULGULAR

Araştırmamız kapsamında elde edilen veri analizleri aşağıda sunulmuştur.

Tablo 1. Cinsiyet Değişkenine Göre Rekreatif İyi Oluş Ölçeği Alt Boyutları t-Testi Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	p
Fiziksel ve Mental Sağlık	Kadın	1030	15.25	2.520	4.300	.000**
	Erkek	828	14.67	3.169		
Yaşam Doyumu	Kadın	1030	15.95	2.780	3.702	.000**
	Erkek	828	15.42	3.293		
Aile İlişkisi Geliştirme	Kadın	1030	9.965	2.774	-.561	.575
	Erkek	828	10.03	2.854		
Pozitif Duygu	Kadın	1030	11.87	2.385	1.251	.211
	Erkek	828	11.72	2.623		

p<.05*, p<.01**

Tablo 1 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre fiziksel ve mental sağlık alt boyutu, yaşam doyumu alt boyutu istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 2. Yaş Değişkenine Göre Rekreatif İyi Oluş Ölçeği Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Yaş	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Fiziksel ve Mental Sağlık	14	271	14.71	2.568	3.736	.005*	1-5
	15	475	14.84	2.626			
	16	433	14.95	2.796			
	17	471	15.08	3.078			
	18	208	15.62	3.105			
Yaşam Doyumu	14	271	15.32	3.008	3.107	.015*	1-5
	15	475	15.62	2.919			
	16	433	15.75	2.903			
	17	471	15.75	3.205			
	18	208	16.27	3.098			
Aile İlişkisi Geliştirme	14	271	9.512	2.811	13.783	.000**	1-5
	15	475	9.568	2.665			
	16	433	9.817	2.644			
	17	471	10.54	2.867			
	18	208	10.75	2.994			
Pozitif Duygu	14	271	11.66	2.399	.670	.613	
	15	475	11.76	2.653			
	16	433	11.79	2.297			
	17	471	11.84	2.521			
	18	208	12.02	2.586			

p<.05*, p<.01**. 14 (1). 15 (2). 16 (3). 17 (4). 18 (5)

Tablo 2 incelendiğinde yaş değişkenine göre fiziksel ve mental ve yaşam, aile ilişkisi geliştirme alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tamhane's T2) incelendiğinde; fiziksel ve mental sağlık, yaşam doyumu, aile ilişkisi geliştirme alt boyutları yaşı 14 olan katılımcılar ile yaşı 18 olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Okul Türü Değişkenine Göre Rekreatif İyi Oluş Ölçeği Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Okul Türü	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Fiziksel ve Mental Sağlık	Anadolu	893	15.08	2.749	35.096	.000**	1-2
	Meslek	511	14.22	3.220			
	Diğer	454	15.71	2.310			1-3
Yaşam Doyumu	Anadolu	893	15.85	2.948	23.713	.000**	1-2
	Meslek	511	14.99	3.316			
	Diğer	454	16.27	2.685			1-3
Aile İlişkisi Geliştirme	Anadolu	893	10.11	2.776	1.688	.185	
	Meslek	511	9.829	2.968			
	Diğer	454	9.962	2.686			
Pozitif Duygu	Anadolu	893	11.96	2.403	12.880	.000**	1-2
	Meslek	511	11.33	2.738			
	Diğer	454	12.03	2.312			

p<.01**. Anadolu (1). Meslek (2). Diğer (3).

Tablo 3. incelendiğinde okul türü değişkenine göre fiziksel ve mental sağlık, yaşam doyumu ve pozitif duygu alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tamhane's T2) incelendiğinde; fiziksel ve mental sağlık ile yaşam doyumu alt boyutlarında okul türü Anadolu olan katılımcılar ile diğer katılımcıların arasında farklılık olduğu, pozitif duygu alt boyutunda okul türü Anadolu olan katılımcılar ile meslek olan katılımcılarına arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Sınıf Değişkenine Göre Rekreatyonel İyi Oluş Ölçeği Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Sınıf	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Fiziksel ve Mental Sağlık	9. sınıf	566	14.76	2.541	1.976	.116	
	10. sınıf	393	15.08	2.726			
	11. sınıf	434	15.06	3.022			
	12. sınıf	465	15.15	3.090			
Yaşam Doyumu	9. sınıf	566	15.43	2.981	2.440	.063	
	10. sınıf	393	15.88	2.728			
	11. sınıf	434	15.85	3.126			
	12. sınıf	465	15.80	3.221			
Aile İlişkisi Geliştirme	9. sınıf	566	9.632	2.706	14.910	.002*	1-4
	10. sınıf	393	9.709	2.734			
	11. sınıf	434	9.970	2.732			
	12. sınıf	465	10.71	2.942			
Pozitif Duygu	9. sınıf	566	11.67	2.483	2.059	.104	
	10. sınıf	393	12.06	2.356			
	11. sınıf	434	11.74	2.592			
	12. sınıf	465	11.80	2.521			

p<.05*, 9. sınıf (1). 10. sınıf (2). 11. sınıf (3). 12. sınıf (4)

Tablo 4 incelendiğinde sınıf değişkenine göre aile ilişkisi geliştirme alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tamhane's T2) incelendiğinde; aile ilişkisi geliştirme alt boyutunda 9. Sınıf olan katılımcılar ile 12. Sınıf olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 5. Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Rekreatyonel İyi Oluş Ölçeği Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Anne Eğitim Durumu	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Fiziksel ve Mental Sağlık	İlkokul	584	14.69	2.817	6.686	.000**	1-3
	Ortaokul	403	14.82	2.767			
	Lise	586	15.16	2.845			
	Üniversite	285	15.52	2.903			
Yaşam Doyumu	İlkokul	584	15.43	2.899	5.114	.002*	1-4
	Ortaokul	403	15.58	2.950			
	Lise	586	15.83	3.183			
	Üniversite	285	16.24	3.018			
Aile İlişkisi Geliştirme	İlkokul	584	9.863	2.803	.714	.544	
	Ortaokul	403	10.09	2.710			
	Lise	586	10.02	2.834			
	Üniversite	285	10.08	2.916			
Pozitif Duygu	İlkokul	584	11.66	2.367	1.167	.321	
	Ortaokul	403	11.80	2.538			
	Lise	586	11.85	2.582			
	Üniversite	285	11.98	2.502			

p<.05*, p<.01**. İlkokul (1). Ortaokul (2). Lise (3). Üniversite (4)

Tablo 5 incelendiğinde anne eğitim durumu değişkenine göre fiziksel ve mental sağlık yaşam doyumu alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci

seviye testi (Tukey) incelendiğinde yaşam doyumu alt boyutunda eğitim durumu ilkokul olan katılımcılar ile eğitim durumu üniversite olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Fiziksel ve mental sağlık alt boyutunda ise eğitim durumu ilkokul olan katılımcılar ile eğitim durumu lise ve üniversite olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Rekreatif İyi Oluş Ölçeği Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Baba Eğitim	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Fiziksel ve Mental Sağlık	İlkokul	273	14.39	2.957	10.540	.000**	1-3
	Ortaokul	344	14.63	2.854			1-4
	Lise	758	15.09	2.752			2-4
	Üniversite	483	15.44	2.823			
Yaşam Doyumu	İlkokul	273	15.23	2.981	9.238	.000**	1-3
	Ortaokul	344	15.17	3.034			1-4
	Lise	758	15.96	3.010			
	Üniversite	483	15.98	3.009			
Aile İlişkisi Geliştirme	İlkokul	273	9.908	2.870	.286	.836	
	Ortaokul	344	9.982	2.728			
	Lise	758	9.977	2.885			
	Üniversite	483	10.09	2.717			
Pozitif Duygu	İlkokul	273	11.58	2.634	3.123	.025*	1-3
	Ortaokul	344	11.53	2.525			
	Lise	758	11.94	2.436			
	Üniversite	483	11.90	2.466			

p<.05*, p<.01**. İlkokul (1). Ortaokul (2). Lise (3). Üniversite (4)

Tablo 6 incelendiğinde baba eğitim durumu değişkenine göre fiziksel ve mental sağlık yaşam doyumu ve pozitif duygu alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; fiziksel ve mental sağlık alt boyutunda eğitim durumu ilkokul olan katılımcılar ile eğitim durumu lise ve üniversite olan katılımcılar, eğitim durumu lise olan katılımcılar ile eğitim durumu üniversite olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Yaşam doyumu alt boyutunda eğitim durumu ilkokul olan katılımcılar ile eğitim durumu lise ve üniversite olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Pozitif duygu alt boyutunda eğitim durumu ilkokul olan katılımcılar ile eğitim durumu lise olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 7. Gelir Durumu Değişkenine Göre Rekreatif İyili Ölçeği Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Gelir (TL)	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Fiziksel ve Mental Sağlık	9999 ve altı	50	13.50	2.915	8.972	.000**	1-3
	10.000-15.000	217	14.41	3.028			
	15001-25.000	565	14.87	2.956			
	25.001-49.999	754	15.18	2.670			
	50.000 ve üzeri	272	15.47	2.727			
Yaşam Doyumu	9999 ve altı	50	14.44	3.296	8.267	.000**	1-4
	10.000-15.000	217	15.15	3.015			
	15001-25.000	565	15.47	3.136			
	25.001-49.999	754	15.96	2.866			
	50.000 ve üzeri	272	16.22	3.051			
Aile İlişkisi Geliştirme	9999 ve altı	50	9.440	2.704	2.498	.041*	1-5
	10.000-15.000	217	9.815	2.720			
	15001-25.000	565	9.828	2.805			
	25.001-49.999	754	10.08	2.811			
	50.000 ve üzeri	272	10.34	2.876			
Pozitif Duygu	9999 ve altı	50	11.08	2.798	2.917	.020*	1-5
	10.000-15.000	217	11.54	2.477			
	15001-25.000	565	11.71	2.540			
	25.001-49.999	754	11.89	2.376			
	50.000 ve üzeri	272	12.08	2.638			

p<.05*, p<.01**. 9999 ve altı (1). 10.000-15.000 (2). 15001-25.000 (3). 25.001-49.999 (4). 50.000 ve üzeri (5)

Tablo 7 incelendiğinde gelir durumu değişkenine göre fiziksel ve mental sağlık, yaşam doyumu, aile ilişkisi geliştirme, pozitif duygu alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; aile ilişkisi geliştirme ve pozitif duygu alt boyutlarında ekonomik geliri 9999 TL ve altı olan katılımcılar ile ekonomik geliri 50.000 TL ve üzeri olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Yaşam doyumu alt boyutunda ekonomik geliri 9999 TL ve altı olan katılımcılar ile ekonomik durumu 25.001-49.999 ve 50.000 TL ve üzeri olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Fiziksel ve mental sağlık alt boyutunda ise ekonomik geliri 9999 ve altı olan katılımcılar ile ekonomik geliri 25.001-49.999 TL ve 50.000 TL ve üzeri olan katılımcıların, ekonomik geliri 9999 ve altı olan katılımcılar ile ekonomik geliri 25.001-49.999 TL olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 8. Hissedilen Gelir Durumu Değişkenine Göre Rekreatyone İy Oluş Ölçeği Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Hissedilen Gelir	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Fiziksel ve Mental Sağlık	Çok Kötü	35	13.85	3.482	4.969	.001*	1-5
	Kötü	94	14.65	2.985			
	Orta	892	14.88	2.928			
	İyi	762	15.12	2.661			
	Çok iyi	75	16.02	2.765			
Yaşam Doyumu	Çok Kötü	35	14.62	3.662	3.324	.010*	1-4
	Kötü	94	15.43	3.071			
	Orta	892	15.57	3.086			1-5
	İyi	762	15.91	2.885			
	Çok iyi	75	16.29	3.237			
Aile İlişkisi Geliştirme	Çok Kötü	35	9.285	2.346	5.041	.000**	1-5
	Kötü	94	9.914	2.765			
	Orta	892	9.831	2.887			
	İyi	762	10.11	2.724			
	Çok iyi	75	11.17	2.678			
Pozitif Duygu	Çok Kötü	35	11.28	2.444	2.167	.070	
	Kötü	94	11.61	2.527			
	Orta	892	11.69	2.521			
	İyi	762	11.94	2.441			
	Çok iyi	75	12.24	2.624			

p<.05*, p<.01**. Çok Kötü (1). Kötü (2). Orta (3). İyi (4). Çok İyi (5)

Tablo 8 incelendiğinde hissedilen gelir durumu değişkenine göre fiziksel ve mental sağlık, yaşam doyumu ve aile ilişkisi geliştirme alt istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; fiziksel ve mental sağlık ile aile ilişkisi geliştirme alt boyutlarında hissedilen gelir durumu çok kötü olan katılımcılar ile hissedilen gelir durumu çok iyi olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Yaşam doyumu alt boyutunda hissedilen gelir durumu çok kötü olan katılımcılar ile hissedilen gelir durumu iyi ve çok iyi olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 9. Spor Branşı Durumu Değişkenine Göre Rekreatyone İy Oluş Ölçeği Alt Boyutları t-Testi Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Spor Branşı	N	Ort.	SS	t	p
Fiziksel ve Mental Sağlık	Takım Sporları	930	14.89	2.909	-1.650	.099
	Bireysel Sporlar	928	15.10	2.770		
Yaşam Doyumu	Takım Sporları	930	15.71	3.004	-.095	.924
	Bireysel Sporlar	928	15.72	3.057		
Aile İlişkisi Geliştirme	Takım Sporları	930	10.08	2.777	1.404	.161
	Bireysel Sporlar	928	9.906	2.841		
Pozitif Duygu	Takım Sporları	930	11.80	2.496	-.015	.988
	Bireysel Sporlar	928	11.80	2.494		

p<.05*, p<.01**

Tablo 9 incelendiğinde spor branşı değişkenine göre fiziksel ve mental sağlık alt boyutu, yaşam doyumu, aile ilişkisi geliştirme ve pozitif duygu alt boyutları istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 10. Spor Yapma (Yıl) Değişkenine Göre Rekreatif İy Oluş Ölçeği Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Spor Yapma (Yıl)	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Fiziksel ve Mental Sağlık	1 yıldan az	1035	14.73	2.761	6.219	.000**	1-3 1-4
	1-2 yıl	411	15.05	2.789			
	3-4 yıl	179	15.60	2.791			
	5-6 yıl	90	15.91	2.533			
	7-8 yıl	62	15.45	3.022			
	9 yıl ve üzeri	81	15.48	3.804			
Yaşam Doyumu	1 yıldan az	1035	15.43	3.029	7.295	.000**	1-3 1-4 1-6
	1-2 yıl	411	15.72	2.967			
	3-4 yıl	179	16.39	2.803			
	5-6 yıl	90	16.83	2.496			
	7-8 yıl	62	15.91	3.265			
	9 yıl ve üzeri	81	16.48	3.571			
Aile İlişkisi Geliştirme	1 yıldan az	1035	9.846	2.838	2.677	.020*	1-4
	1-2 yıl	411	9.953	2.739			
	3-4 yıl	179	10.30	2.749			
	5-6 yıl	90	10.60	2.529			
	7-8 yıl	62	10.35	2.686			
	9 yıl ve üzeri	81	10.53	3.154			
Pozitif Duygu	1 yıldan az	1035	11.55	2.515	6.923	.000**	1-4
	1-2 yıl	411	11.94	2.415			
	3-4 yıl	179	12.01	2.378			
	5-6 yıl	90	12.72	2.172			
	7-8 yıl	62	12.51	2.352			
	9 yıl ve üzeri	81	12.32	2.845			

p<.05*, p<.01**. Çok Kötü (1). Kötü (2). Orta (3). İyi (4). Çok İyi (5)

Tablo 10 incelendiğinde spor yapma (yıl) değişkenine göre fiziksel ve mental sağlık, yaşam doyumu, aile ilişkisi geliştirme ve pozitif duygu alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; aile ilişkisi geliştirme ve pozitif duygu alt boyutlarında spor yapma (yıl) 1 yıldan az olan katılımcılar ile 5-6 yıl olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Yaşam doyumu alt boyutunda spor yapma (yıl) 1 yıldan az olan katılımcılar ile 3-4 yıl, 5-6 yıl ve 9 yıl ve üzeri olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Fiziksel ve mental sağlık alt boyutunda ise spor yapma (yıl) 1 yıldan az olan katılımcılar ile 3-4 yıl ve 5-6 yıl olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 11. Cinsiyet Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları t-Testi Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Cinsiyet	N	Ort.	SS	t	p
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	Kadın	1030	13.84	2.911	-1.111	.267
	Erkek	828	14.00	3.182		
Mevcut Hedefleri Takip	Kadın	1030	14.08	3.063	-1.081	.283
	Erkek	827	14.24	3.269		
Ulaşılamayan Hedefleri Yineleme	Kadın	1030	17.49	3.310	.600	.544
	Erkek	828	17.39	3.663		
Motivasyonel Kararlılık Toplam	Kadın	1030	45.43	7.957	-.576	.564

Erkek 827 45.65 8.845

$p < .05^*$, $p < .01^{**}$.

Tablo 11 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre uzun vadeli hedefleri takip, mevcut hedefleri takip ulaşılamayan hedefleri yineleme alt boyutları ve motivasyonel kararlılık toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 12. Yaş Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Yaş	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	14	271	13.8856	2.97860	1.112	.349	
	15	475	13.7726	2.86159			
	16	433	13.8614	2.90501			
	17	471	14.1614	3.19299			
	18	208	13.8365	3.37255			
Mevcut Hedefleri Takip	14	271	13.8007	2.93714	4.117	.003*	1-4 2-4 3-4
	15	475	14.0168	3.10025			
	16	433	14.0577	3.13786			
	17	470	14.6468	3.17082			
	18	208	14.0529	3.46021			
Ulaşılamayan Hedefleri Yineleme	14	271	17.1402	3.35475	3.347	.010*	1-4 2-4
	15	475	17.2147	3.26731			
	16	433	17.4134	3.40785			
	17	471	17.9278	3.57638			
	18	208	17.4231	3.86535			
Motivasyonel Kararlılık Toplam	14	271	44.8266	7.74378	3.569	.007*	1-4 2-4
	15	475	45.0042	7.76827			
	16	433	45.3326	8.09408			
	17	470	46.7511	8.80636			
	18	208	45.3125	9.66809			

$p < .05^*$. 14 (1). 15 (2). 16 (3). 17 (4). 18 (5)

Tablo 12. incelendiğinde yaş değişkenine göre uzun vadeli hedefleri takip alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, mevcut hedefleri takip ulaşılamayan hedefleri yineleme alt boyutları ve motivasyonel kararlılık toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; mevcut hedefleri takip alt boyutunda yaşı 17 olan katılımcılar ile yaşı 14, 15 ve 16 olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Ulaşılamayan hedefleri yineleme ve motivasyonel kararlılık toplam puanında yaşı 18 olan katılımcılar ile yaşı 14 ve 15 olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 13. Okul Türü Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Okul Türü	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	Anadolu	893	14.01	2.900	2.669	.070	
	Meslek	511	13.65	3.340			
	Diğer	454	14.02	2.921			
Mevcut Hedefleri Takip	Anadolu	893	14.25	3.060	.908	.404	
	Meslek	511	14.09	3.450			
	Diğer	453	14.03	2.994			
	Anadolu	893	17.66	3.413	4.335	.013*	1-2

Ulaşılamayan Hedefleri	Meslek	511	17.09	3.760		
Yineleme	Diğer	454	17.44	3.210		
	Anadolu	893	45.93	8.139		
Motivasyonel Kararlılık Toplam	Meslek	511	44.83	9.240	2.783	.062
	Diğer	453	45.52	7.696		

$p < .05^*$. Anadolu (1). Meslek (2). Diğer (3).

Tablo 13 incelendiğinde okul türü değişkenine göre uzun vadeli hedefleri takip, mevcut hedefleri takip alt boyutları ve motivasyonel kararlılık toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık söz konusu değilken, ulaşılmaayan hedefleri yineleme alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık söz konusudur. İkinci seviye testi (Tamhane's T2) incelendiğinde; ulaşılmaayan hedefleri yineleme alt boyutunda okul türü Anadolu olan katılımcılar ile okul türü meslek olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 14. Sınıf Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Sınıf	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	9. sınıf	566	13.78	2.864	.608	.610	
	10. sınıf	393	13.94	2.980			
	11. sınıf	434	13.94	3.098			
	12. sınıf	465	14.02	3.221			
Mevcut Hedefleri Takip	9. sınıf	566	13.91	2.998	2.541	.055	
	10. sınıf	393	14.06	3.201			
	11. sınıf	433	14.30	3.167			
	12. sınıf	465	14.40	3.278			
Ulaşılamayan Hedefleri Yineleme	9. sınıf	566	17.05	3.217	4.033	.007*	1-3
	10. sınıf	393	17.46	3.374			
	11. sınıf	434	17.65	3.492			1-4
	12. sınıf	465	17.73	3.782			
Motivasyonel Kararlılık Toplam	9. sınıf	566	44.74	7.442	2.890	.034*	1-4
	10. sınıf	393	45.47	8.279			
	11. sınıf	433	45.92	8.503			
	12. sınıf	465	46.17	9.261			

$p < .05^*$. 9. sınıf (1). 10. sınıf (2). 11. sınıf (3). 12. sınıf (4)

Tablo 14. incelendiğinde sınıf değişkenine göre uzun vadeli hedefleri takip ve mevcut hedefleri takip alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmazken, ulaşılmaayan hedefleri yineleme ve motivasyonel kararlılık toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. İkinci seviye testi (Tamhane's T2) incelendiğinde; ulaşılmaayan hedefleri yineleme alt boyutunda 9. Sınıf olan katılımcılar ile 10 ve 12. Sınıf olan katılımcıların arasında, motivasyonel kararlılık toplam puanına bakıldığında 9. Sınıf olan katılımcılar ile 12 sınıf olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 15. Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Anne Eğitim Durumu	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	İlkokul	584	13.53	3.115	4.596	.003*	1-3
	Ortaokul	403	14.03	2.781			1-4
	Lise	586	14.08	3.060			

	Üniversite	285	14.17	3.103		
Mevcut Hedefleri Takip	İlkokul	584	14.02	3.139	1.564	.196
	Ortaokul	403	14.32	3.068		
	Lise	586	14.28	3.132		
	Üniversite	285	13.92	3.348		
Ulaşılamayan Hedefleri Yineleme	İlkokul	584	17.21	3.286	1.638	.179
	Ortaokul	403	17.43	3.561		
	Lise	586	17.61	3.479		
	Üniversite	285	17.63	3.678		
Motivasyonel Kararlılık Toplam	İlkokul	584	44.77	8.257	2.404	.066
	Ortaokul	403	45.81	8.013		
	Lise	586	45.99	8.472		
	Üniversite	285	45.74	8.764		

p<.05*. İlkokul (1). Ortaokul (2). Lise (3). Üniversite (4)

Tablo 15 incelendiğinde anne eğitim durumu değişkenine göre mevcut hedefleri takip, ulaşılmaayan hedefleri yineleme alt boyutları ve motivasyonel kararlılık toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, uzun vadeli hedefleri takip alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; uzun vadeli hedefleri takip alt boyutunda anne eğitim durumu ilkokul olan katılımcılar ile anne eğitim durumu lise ve üniversite olan katılımcıların arasında farklılığın oluştuğu görülmektedir.

Tablo 16. Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Baba Eğitim Durumu	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	İlkokul	584	13.30	3.116	5.307	.001*	1-2 1-3
	Ortaokul	403	13.97	2.746			
	Lise	586	14.14	3.059			
	Üniversite	285	13.85	3.105			
Mevcut Hedefleri Takip	İlkokul	584	13.68	3.050	8.291	.000**	1-3 2-4
	Ortaokul	403	14.31	3.095			
	Lise	586	14.51	3.078			
	Üniversite	285	13.75	3.306			
Ulaşılamayan Hedefleri Yineleme	İlkokul	584	17.10	3.496	1.803	.145	
	Ortaokul	403	17.44	3.358			
	Lise	586	17.64	3.434			
	Üniversite	285	17.36	3.583			
Motivasyonel Kararlılık Toplam	İlkokul	584	44.09	8.224	5.650	.001*	1-2 2-4
	Ortaokul	403	45.73	7.708			
	Lise	586	46.30	8.354			
	Üniversite	285	44.98	8.772			

p<.05*. p<.01**. İlkokul (1). Ortaokul (2). Lise (3). Üniversite (4)

Tablo 16 incelendiğinde baba eğitim durumu değişkenine göre ulaşılmaayan hedefleri yineleme alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmezken, uzun vadeli hedefleri takip, mevcut hedefleri takip alt boyutları ve motivasyonel kararlılık toplam puanında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık söz konusudur. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; uzun vadeli hedefleri takip alt boyutunda baba eğitim durumu

ilkokul olan katılımcılar ile baba eğitim durumu ortaokul ve lise olan katılımcıların arasında, mevcut hedefleri takip alt boyutunda baba eğitim durumu ilkokul olan katılımcılar ile baba eğitim durumu lise olan katılımcılar yine baba eğitim durumu ortaokul olan katılımcılar ile baba eğitim durumu üniversite olan katılımcıların arasında, motivasyonel kararlılık toplam puanda baba eğitim durumu ortaokul olan katılımcılar ile baba eğitim durumu ilkokul ve üniversite olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 17. Gelir Durumu Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Gelir	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	9999 ve altı	50	13.14	3.226	4.790	.001*	2-4 2-5
	10.000-15.000	217	13.37	3.157			
	15.001-25.000	565	13.80	2.868			
	25.001-49.999	754	14.03	2.998			
	50.000 ve üzeri	272	14.40	3.248			
Mevcut Hedefleri Takip	9999 ve altı	50	13.50	3.512	2.545	.038*	1-3
	10.000-15.000	217	13.83	3.203			
	15.001-25.000	565	13.98	3.094			
	25.001-49.999	754	14.37	3.005			
	50.000 ve üzeri	272	14.27	3.530			
Ulaşılamayan Hedefleri Yineleme	9999 ve altı	50	17.08	3.702	3.241	.012*	1-3 2-4
	10.000-15.000	217	16.88	3.611			
	15.001-25.000	565	17.30	3.434			
	25.001-49.999	754	17.61	3.372			
	50.000 ve üzeri	272	17.86	3.604			
Motivasyonel Kararlılık Toplam	9999 ve altı	50	43.72	9.300	4.278	.002*	2-5 2-4
	10.000-15.000	217	44.09	8.647			
	15.001-25.000	565	45.09	8.052			
	25.001-49.999	754	46.02	8.140			
	50.000 ve üzeri	272	46.54	8.974			

p<.05*. 9999 ve altı (1). 10.000-15.000 (2). 15.001-25.000 (3). 25.001-49.999 (4). 50.000 ve üzeri (5)

Tablo 17 incelendiğinde gelir durumu değişkenine göre uzun vadeli hedefleri takip, mevcut hedefleri takip, ulaşılabilen hedefleri yineleme alt boyutları ve motivasyonel kararlılık toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; uzun vadeli hedefleri takip alt boyutunda ekonomik geliri 10.000-15.000 olan katılımcılar ile ekonomik geliri 25.001-49.999 ve 50.000 ve üzeri olan katılımcıların arasında, mevcut hedefleri takip alt boyutunda ekonomik geliri 9999 ve altı olan katılımcılar ile ekonomik geliri 15.001-25.000 olan katılımcıların arasında, ulaşılabilen hedefleri yineleme alt boyutunda ekonomik geliri 9999 ve altı olan katılımcılar ile ekonomik geliri 15.001-25.000 olan katılımcıların arasında yine ekonomik geliri 10.000-15.000 olan katılımcılar ile ekonomik geliri 25.001-49.999 olan katılımcılarına arasında, motivasyonel kararlılık toplam puanında ekonomik geliri 10.000-15.000 olan katılımcılar ile ekonomik geliri 25.001-49.999 ve 50.000 ve üzeri olan katılımcılarına arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 18. Hissedilen Gelir Durumu Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Hissedilen Gelir	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	Çok Kötü	35	13.94	3.244	5.828	.000**	1-4
	Kötü	94	13.07	3.389			
	Orta	892	13.73	2.998			2-5
	İyi	762	14.12	2.922			
	Çok iyi	75	14.96	3.599			
Mevcut Hedefleri Takip	Çok Kötü	35	14.05	3.811	4.633	.001*	2-5
	Kötü	94	13.56	3.316			
	Orta	892	13.99	3.158			3-5
	İyi	762	14.31	3.022			
	Çok iyi	75	15.34	3.607			
Ulaşılamayan Hedefleri Yineleme	Çok Kötü	35	16.42	4.103	3.303	.010*	1-5
	Kötü	94	17.13	3.892			
	Orta	892	17.38	3.459			3-5
	İyi	762	17.50	3.285			
	Çok iyi	75	18.64	4.289			
Motivasyonel Kararlılık Toplam	Çok Kötü	35	44.42	10.26	5.442	.000**	2-4
	Kötü	94	43.77	9.272			
	Orta	892	45.10	8.319			4-5
	İyi	762	45.96	7.836			
	Çok iyi	75	48.94	10.64			

p<.05*. p<.01**. Çok Kötü (1). Kötü (2). Orta (3). İyi (4). Çok İyi (5)

Tablo 18 incelendiğinde hissedilen gelir durumu değişkenine göre uzun vadeli hedefleri takip, mevcut hedefleri takip, ulaşılmaayan hedefleri yineleme alt boyutları ve motivasyonel kararlılık toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; uzun vadeli hedefleri takip alt boyutunda hissedilen gelir durumu çok kötü olan katılımcılar ile hissedilen gelir durumu iyi olan katılımcıların arasında, hissedilen gelir durumu çok iyi olan katılımcılar ile hissedilen geliri kötü ve orta olan katılımcıların arasında, mevcut hedefleri takip alt boyutunda hissedilen gelir çok iyi olan katılımcılar ile hissedilen geliri kötü ve orta olan katılımcıların arasında, ulaşılmaayan hedefleri yineleme alt boyutunda hissedilen geliri çok iyi olan katılımcılar ile hissedilen geliri çok kötü ve orta olan katılımcıların arasında, motivasyonel kararlılık toplam puanda hissedilen geliri iyi olan katılımcılar ile hissedilen geliri kötü ve çok iyi olan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

Tablo 19. Spor Branşı Durumu Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları t-Testi Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Spor Branşı	N	Ort.	SS	t	p
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	Takım Sporları	930	13.98	2.945	1.003	.316
	Bireysel Sporlar	928	13.84	3.123		
Mevcut Hedefleri Takip	Takım Sporları	930	14.24	3.008	1.175	.240
	Bireysel Sporlar	928	14.07	3.297		
Ulaşılamayan Hedefleri Yineleme	Takım Sporları	930	17.50	3.464	.622	.534
	Bireysel Sporlar	928	17.40	3.480		
Motivasyonel Kararlılık Toplam	Takım Sporları	930	45.74	8.171	1.084	.279
	Bireysel Sporlar	928	45.32	8.550		

*p<0.05

Tablo 19 incelendiğinde spor branşı değişkenine göre uzun vadeli hedefleri takip etme ($t(1856) = 1.003$; $p < 0.05$), mevcut hedefleri takip etme ulaşılamayan hedefleri yenileme ($t(1856) = .622$; $p < 0.05$) ve motivasyonel kararlılık toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Tablo 20. Spor Yapma (Yıl Değişkenine Göre Motivasyonel Kararlılık Ölçeği Toplam ve Alt Boyutları One-Way Anova Analizi Sonuçları

Alt Boyut	Spor Yapma (Yıl)	N	Ort.	SS	F	p	Fark
Uzun Vadeli Hedefleri Takip	1 yıldan az	1035	13.48	2.982	11.606	.000**	1-4
	1-2 yıl	411	14.24	3.052			
	3-4 yıl	179	14.47	2.880			
	5-6 yıl	90	15.25	2.344			
	7-8 yıl	62	14.41	3.190			
	9 yıl ve üzeri	81	14.66	3.503			
Mevcut Hedefleri Takip	1 yıldan az	1035	13.69	3.153	11.873	.000**	1-4 1-6
	1-2 yıl	411	14.52	3.050			
	3-4 yıl	179	14.75	2.926			
	5-6 yıl	90	15.52	2.703			
	7-8 yıl	62	14.66	3.328			
	9 yıl ve üzeri	81	14.96	3.508			
Ulaşılamayan Hedefleri Yenileme	1 yıldan az	1035	17.16	3.390	3.991	.001*	1-3 1-4
	1-2 yıl	411	17.66	3.608			
	3-4 yıl	179	18.01	3.385			
	5-6 yıl	90	18.25	3.150			
	7-8 yıl	62	17.61	3.432			
	9 yıl ve üzeri	81	17.90	3.995			
Motivasyonel Kararlılık Toplam	1 yıldan az	1035	44.34	8.184	11.256	.000**	1-2 1-3 1-4 1-5 1-6
	1-2 yıl	411	46.43	8.285			
	3-4 yıl	179	47.24	8.019			
	5-6 yıl	90	49.03	6.827			
	7-8 yıl	62	46.69	8.974			
	9 yıl ve üzeri	81	47.53	10.07			

$p < .05^*$, $p < .01^{**}$, 1 yıldan az (1), 1-2 yıl (2), 3-4 yıl (3), 5-6 yıl (4), 7-8 yıl (5), 9 yıl ve üzeri (6)

Tablo 20 incelendiğinde spor yapma (yıl) değişkenine göre uzun vadeli hedefleri takip, mevcut hedefleri takip, ulaşılamayan hedefleri yenileme boyutlarında ve motivasyonel kararlılık toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. İkinci seviye testi (Tukey) incelendiğinde; uzun vadeli hedefleri takip alt boyutunda 1 yıldan az bir süre ile spor yapan katılımcılar ile 5-6 yıl süre ile spor yapan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Mevcut hedefleri takip alt boyutunda 1 yıldan az bir süre ile spor yapan katılımcılar ile 5-6 yıl ve 9 yıl üzeri süre ile spor yapan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Ulaşılamayan hedefleri yenileme alt boyutunda 1 yıldan az bir süre ile spor yapan katılımcılar ile 3-4 yıl ve 5-6 yıl süre ile spor yapan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir. Motivasyonel kararlılık toplam puanında ise 1 yıldan az bir süre ile spor yapan katılımcılar diğer gruplarda yer alan katılımcıların arasında farklılığın olduğu görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma, Kütahya ili örnekleminde ortaöğretim öğrencilerinin rekreasyonel spor iyi oluşu ile motivasyonel kararlılık göstergelerinin; cinsiyet, yaş, okul türü ve sınıf düzeyi gibi okul temelli değişkenler ile ebeveyn eğitimi, (nesnel ve algılanan) gelir ve spor yapma süresi gibi aile/sosyoekonomik etmenlere duyarlı olduğunu ortaya koymuştur. Bulgular, hem iyi oluşun çok boyutlu doğasına hem de hedef yönetimi süreçlerinin gelişimsel ve bağlamsal belirleyicilerine işaret etmektedir.

Cinsiyete göre fiziksel–mental sağlık, yaşam doyumu ve rekreasyonel spor iyi oluş alanlarında anlamlı farklar saptanırken, aile ilişkisi geliştirme ve pozitif duygu boyutlarında farklılık görülmemiştir. Bu örüntü, cinsiyet rollerinin günlük yaşam tarzı, boş zaman örüntüsü ve hizmetlere erişim gibi kanallar üzerinden sağlık ve doyumu etkileyebildiğini; öte yandan aile bağları ve olumlu duygulanımın daha çok kişisel-sosyal niteliklerce belirlendiğini düşündürmektedir. Nitekim aile ilişkisi ve pozitif duyguda cinsiyet farkı bildirmeyen çalışmalarla (Gümüşay, Koç ve Turhan, 2023) uyumlu; öte yandan psikolojik iyi oluşta kadın lehine bulgular (Topuz, 2013; Ryff, 1989) örneklem, ölçüm ve bağlam farklılıklarıyla açıklanabilir.

Yaş değişkenine göre; 4 ile 18 yaş grupları arasında fiziksel–mental sağlık, yaşam doyumu, aile ilişkisi ve rekreasyonel spor iyi oluşta anlamlı ayrışmalar bulunmuştur; pozitif duygu yaşa duyarsız görünmüştür. Erken ergenlik dönemindeki destek gereksinimi ile geç ergenlikte artan bağımsızlık ve sorumluluklar, bu farklılaşmayı açıklayabilir. Pozitif duygunun yaşa göre değişmemesi, mizaç ve duygusal düzenleme becerilerine göre yönlenebilir. Bulgular, pozitif duyguda yaş farkı bulmayan (Çerit, 2023) ve aile ilişkisi geliştirmede yaşa duyarlılık bildiren (Yıldız, 2025) ve ayrıca spor katılımının aile içi iletişimi güçlendirdiğini belirten (Liu ve Zhong, 2023; Zhou, Cui ve Yin, 2023) çalışmalarla tutarlıdır.

Okul türü ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre; okul türüne göre fiziksel–mental sağlık, yaşam doyumu, pozitif duygu ve rekreasyonel spor iyi oluş değişirken, aile ilişkisi boyutu sabit kalmıştır. Anadolu lisesi öğrencilerinde sağlık ve doyum göstergelerinin; meslek lisesinde ise pozitif duygunun ayrışması, akademik talep, pratik eğitim ve sosyal deneyimlerin farklı profilleriyle ilişkili olabilir. Rekreasyonel spor iyi oluşta meslek lisesinin öne çıkması, uygulamalı dersler ve sosyal beceri fırsatlarıyla açıklanabilir. Sınıf düzeyinde, 9. ve 12. sınıflar arasında aile ilişkisi ve rekreasyonel iyi oluş farkları dikkat çekmiştir; lise başlangıcındaki uyum gereksinimi ve son sınıftaki yoğun sınav/kariyer baskısı bu örüntüyü açıklamaktadır. Buna karşılık fiziksel–mental sağlık, yaşam doyumu ve pozitif duygu sınıf düzeyinden bağımsızdır. Bu sonuçlar, sınıf/öğrenim düzeyine göre iyi oluşun değişebildiğini bildiren çalışmalarla uyumludur (Ünalı, 2023; Kırdemir ve Karahüseyinoğlu, 2022; Guo, Hopson ve Yang, 2018).

Ebeveyn eğitimi değişkenine göre; anne eğitimi yükseldikçe fiziksel–mental sağlık, yaşam doyumu ve rekreasyonel spor iyi oluş artarken; aile ilişkisi ve pozitif duygu değişmemiştir. Bu durum, annelerin eğitim düzeyiyle artan kaynak ve farkındalığın sağlık ve yaşam kalitesine yansıdığını; duygulanım ve ilişki örüntülerinin ise daha mikro düzey belirleyicilere bağlı olduğunu düşündürür. Baba eğitimi de benzer şekilde sağlık, doyum, pozitif duygu ve rekreasyonel iyi oluşu ayırt etmiş; aile ilişkisi boyutu yine değişmemiştir.

Eğitilmiş babaların sunduğu modelleme/rehberlik ve yaşam standartları, çocukların sağlık/doyum göstergelerini destekleyebilir; aile bağları ise aile içi etkileşim dinamiklerine daha çok bağlı görünmektedir.

Gelir ve algılanan gelir değişkenine göre; Hem nesnel gelir hem hissedilen gelir düzeyleri, iyi oluşun çoğu boyutunda anlamlı farklılıklar doğurmuştur. Daha yüksek gelir, sağlık hizmetlerine erişim, sağlıklı yaşam pratikleri ve sosyal-kültürel faaliyetlere katılım olanakları üzerinden fiziksel-mental sağlık, yaşam doyumu ve rekreasyonel spor iyi oluşu güçlendirebilir; aile ilişkisi ve pozitif duygu üzerindeki etkiler, aile içi stres ve fırsat yapılarıyla ilişkilendirilebilir. Bulgular, ekonomik durumun iyi oluş için güçlü bir belirleyici olduğunu raporlayan çalışmalarla örtüşmektedir (Kırdemir ve Karahüseyinoğlu, 2022; Aksu vd., 2023; Yıldız, 2025; ayrıca Petersen, Bekker-Jeppesen ve Aadahl, 2021; Kim, Park ve Park, 2024).

Spor branşı ve spor yapma süresi değişkenlerine göre; spor branşı değişkenine göre iyi oluş boyutlarında fark saptanmamıştır; bu da branştan çok düzenli katılım, amaç yönelimi ve sosyal destek gibi unsurların belirleyici olabileceğini düşündürür (Demir ve Kara, 2025; Chatzisarantis ve Hagger, 2007; İrhan, 2022). Buna karşılık spor yapma süresi arttıkça aile ilişkisi, pozitif duygu, yaşam doyumu ve fiziksel-mental sağlık göstergeleri yükselmektedir. Uzun süreli katılımın sağladığı fizyolojik kazanımlar ve psikososyal faydalar (aidiyet, öz yeterlik, stresle başa çıkma) bu örüntüyü açıklamaktadır. Literatürde, sürekliliğin motivasyonel bağlılık ve dayanıklılığı güçlendirdiğine dair bulgularla paralellik vardır (Çerit, 2023; Yıldız, 2025; Kelly, 2022).

Motivasyonel kararlılık ve hedef yönetiminde; cinsiyete göre uzun/ kısa vadeli hedef takibi ve toplam motivasyonel kararlılıkta fark bulunmamıştır. Bu, söz konusu süreçlerin cinsiyetten ziyade öz düzenleme, öz disiplin, yaşam deneyimi ve sosyal destekle belirlendiğini düşündürür (Aydoğan ve Çutuk-Akkuş, 2024; Cenberci ve Beyhan, 2016; Demir ve Yıldırım-Doner, 2019; Bayar ve Yıldırım, 2022). Yaş açısından, 17-18 yaş lehine ortaya çıkan farklılıklar, artan öz farkındalık ve hedef stratejilerinin olgunlaşmasıyla uyumludur (Cenberci ve Beyhan, 2016; Norwani vd., 2022). Okul türünde, “ulaşılamayan hedefleri yeniden değerlendirme” boyutunda görülen fark, akademik geri bildirim ve hedef revizyonu kültürleriyle ilişkili olabilir (Polat, 2022; Özbey, 2018; Schunk ve DiBenedetto, 2021; Howard vd., 2021; Mulang, 2021). Gelir ve hissedilen gelir değişkenlerinde tespit edilen farklılıklar, planlama ufku, kaynak mobilizasyonu ve stres azaltımı gibi mekanizmalar yoluyla hedef bağlılığını etkileyebilir (Uçar-Yalın ve Aktaş, 2020; Yazıcı, 2009; ayrıışan bulgular için Korkmazer, 2020; Saraç ve Kırtepe, 2023). Spor yapma süresinin hedef takibi ve kararlılığı desteklemesi, alışkanlık oluşumu ve psikolojik dayanıklılık kazanımlarıyla tutarlıdır (Baltzell vd., 2014; Amado vd., 2019; Aoyagi vd., 2020).

Sonuç olarak; Bu çalışmanın bulguları, ortaöğretim öğrencilerinde hedef belirleme ve motivasyonel kararlılık süreçlerinin güçlü biçimde sosyal ve bağlamsal etmenler tarafından şekillendiğini göstermektedir. Özellikle fiziksel-mental sağlık, yaşam doyumu, aile ilişkileri, pozitif duygu ve rekreasyonel iyi oluş bileşenlerinin, hedeflerin belirlenmesi,



sürdürülmesi ve gerektiğinde yeniden değerlendirilmesi üzerinde olumlu ve belirgin etkileri vardır. Buna paralel olarak, cinsiyet, yaş, okul türü, sınıf düzeyi, ebeveyn eğitim durumu, gelir düzeyi ve spor yapma süresi gibi demografik/sosyoekonomik değişkenlerin etkisi, alt boyutlar bazında heterojen bir görünüm sergilemektedir. Öte yandan, bazı değişkenlerde pozitif duygu ve aile ilişkisi geliştirme boyutlarında anlamlı farkların ortaya çıkmaması, motivasyonel süreçlerin yalnızca demografik göstergelerle açıklanamayacağını; bireyin içsel özellikleri (öz düzenleme, öz yeterlik, mizaç) ve yakın sosyal çevre dinamiklerinin belirleyici rol oynadığını düşündürmektedir. Bulgular, özellikle fiziksel-mental sağlığın, yaşam doyumunun ve rekreasyonel iyi oluşun uzun vadeli hedefleri izleme, mevcut hedeflere bağlılık ve başarısızlık durumunda uyumlayıcı hedef revizyonu için kritik bir zemin sağladığını ortaya koymaktadır.

Okullarda öğrencilerin rekreasyonel spor iyi oluşu ve motivasyonel kararlılığını artırmak için bütüncül, kanıta dayalı bir çerçeve önerilmektedir. Fiziksel aktivite, ruh sağlığı ve sosyal bağları entegre eden çok bileşenli programlar; spor dersleri ve kulüplerin stres yönetimi, uyku-beslenme eğitimi ve akran desteğiyle yapılandırılmasını içerir. Aile-öğrenci-okul iş birliği düzenli geri bildirim mekanizmalarıyla güçlendirilmelidir. Okul içi psikolojik danışmanlık, farkındalık ve duygusal düzenleme odaklı grup çalışmaları rutin hâle getirilerek olumlu duygulanım ve aidiyet desteklenmelidir. Gelir ve ebeveyn eğitimine bağlı eşitsizlikler burs, ulaşım/malzeme desteği ve çok disiplinli vaka yönetimiyle azaltılmalıdır. Rekreasyona erişim yerel iş birlikleriyle genişletilmelidir.

KAYNAKLAR

- Aksu, H. S., Kaya, A., Bayrak, A., Tükel, Y., et al. (2023). Investigation of the relationship between recreational sport well-being and leisure satisfaction of university community members. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 25(3), 399-413.
- Amado, D., Maestre, M., Montero-Carretero, C., Sánchez-Miguel, P. A., & Cervelló, E. (2019). Associations between self-determined motivation, team potency, and selftalk in team sports. *Journal of Human Kinetics*, 70(1), 245-259
- Aoyagi, K., Ishii, K., Shibata, A., Arai, H., Fukamachi, H., & Oka, K. (2020). A qualitative investigation of the factors perceived to influence student motivation for school-based extracurricular sports participation in Japan. *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), 624-637.
- Aydoğan, R., & Çutuk-Akkuş, Z. (2024, 27 September). *Examining the relationship between motivational determination and self-confidence in university students*. Retrieved from: https://www.academia.edu/127229107/Examining_the_relationship_between_self_esteem_and_interaction_anxiety_of_university_students_in_sport_sciences.
- Baltzell, A., Akhtar, V. L., McCarthy, J., Hurley, D., & Martin, I. (2014). Happiness and well-being models: Empirical support from high school coaching study. *Athletic Insight*, 6(2), 125-135.
- Bayar, Y. ve Yıldırım, B. (2022). Okul yöneticilerinin demokratik tutumları ile öğretmenlerin motivasyonel kararlılıkları arasındaki ilişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(47), 1-20.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (14. Basım). Ankara: Pegem Akademi.
- Cenberci, S., & Beyhan, A. (2016). Research for motivational persistence levels of prospective teachers in terms of age, gender and teaching branch variables. *Journal of Education and Training Studies*, 4(12), 21-26.
- Chatzisarantis, N. & Hagger, M. (2007). The moral worth of sport reconsidered: contributions of recreational sport and competitive sport to life aspirations and psychological wellbeing. *Journal of Sports Sciences*, 25(9), 1047-1056.



- Chen, K. M., Yang, J., Dong, L., and Xia, Q. B. (2013). Research on the effect of physical exercise on adolescents' psychological stress, coping style and subjective well-being. *J. Chengdu Inst. Phys. Educ.* 39, 75–79.
- Constantin, T., Holman, A., & Hojbotă, M. A. (2011). Development and validation of a motivational persistence scale. *Psihologija*, 45(2), 99-120.
- Constantin, T., Holman, A., & Hojbotă, M. A. (2011). Development and validation of a motivational persistence scale. *Psihologija*, 45(2), 99-120.
- Cooper, H., Okamura, L., & Gurka, V. (1992). Social activity and subjective well-being. *Personality and Individual Differences*, 13(5), 573-583.
- Csikszentmihalyi, M., & Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The psychology of optimal experience* (1st ed.). New York: Harper & Row.
- Çerit, G. (2023). Fonksiyonel antrenman yapan bireylerde rekreasyonel spor iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Holistik Sağlık, Spor ve Rekreasyon Dergisi*, 2(2), 47-58.
- De Neve, J. E., Diener, E., Tay, L., & Xuereb, C. (2013, 8 June). *The objective benefits of subjective well-being*. Retrieve from: https://www.researchgate.net/publication/255483372_The_Objective_Benefits_of_Subjective_Well-Being.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9, 1-11.
- Demir, B. ve Kara, N. Ş. (2025). Savunma sporlarında rakibi affetme ve psikolojik iyi oluş: Karate-do ve kick Boks. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 14(1), 32-38.
- Demir, S., & Yıldırım Doner, S. (2019). The relationship between motivational persistence and achievement goals of Turkish teacher candidates. *International Online Journal of Educational Sciences*, 11(2), 67-80.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542-547.
- Diener, E., Oishi, S., & Tay, L. (2018). Advances in subjective well-being research. *Nature Human Behaviour*, 2(4), 253-260.
- Diener, E., Sandvik, E., & Pavot, W. (1991). Happiness is the frequency, not the intensity, of positive versus negative affect. In F. Strack, M. Argyle, & N. Schwarz (Eds.), *Subjective well-being: An interdisciplinary perspective*. New York: Pergamon.
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 4-27.
- Gilman, R., Huebner, E. S., & Laughlin, J. E. (2000). A first study of the multidimensional students' life satisfaction scale with adolescents. *Social Indicators Research*, 52, 135-160.
- Guo, Y., Hopson, L. M., & Yang, F. (2018). Socio-ecological factors associated with adolescents' psychological well-being: A multilevel analysis. *International Journal of School Social Work*, 3(1), 3-14.
- Gümüşay, M., Koç, M. C. ve Turhan, M. (2023). Kick Boks sporcularının rekreasyonel spor iyi oluş düzeylerinin incelenmesi. *International Sport Science Student Studies Journal*, 5(1), 46-59.
- Hochberg Y., & Tamhane, A.C. (1987). *Multiple comparison procedures* (1st ed.). New York: John Wiley & Sons press.
- Howard, J. L., Bureau, J. S., Guay, F., Chong, J. X., & Ryan, R. M. (2021). Student motivation and associated outcomes: A meta-analysis from self-determination theory. *Perspectives on Psychological Science*, 16(6), 1300-1323.
- Iwon, K., Skibinska, J., Jasielska, D., & Kalwarczyk, S. (2021). Elevating subjective well-being through physical exercises: An intervention study. *Frontiers in Psychology*, 12, 1-10.
- İrhan, G. (2022). *Beden eğitimi ve spor öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluşları ile sosyal görünüş kaygılarının iletişim becerilerine etkisi: Muğla örneği* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi* (28. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kelly, S. (2022). *The association between group/team sport and perceived life satisfaction, psychological well-being and self-esteem in an adult population* (Unpublished Doctoral Thesis). National College of Ireland Research Repository, Dublin.
- Kern, M. L., Benson, L., Steinberg, E. A., & Steinberg, L. (2016). The EPOCH measure of adolescent well-being. *Psychological Assessment*, 28(5), 586-597.
- Kırdemir, A. ve Karahüseyinoğlu, F. A (2022). *Spor bilimleri öğrencilerinin uzaktan eğitim sürecinde akış deneyimleri ve psikolojik iyi oluşları* (1. Basım). Ankara: İksad Yayınevi.
- Kim, D., Park, J., & Park, B. J. (2024). How do leisure activities impact leisure domain and life domain satisfaction and subjective well-being? *International Journal of Tourism Research*, 26(1), 18-26.



- Koç, M. C. (2022). Rekreasyonel spor iyi oluş ölçeği (RSİÖÖ) Türkçe versiyonu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Recreation and Tourism Research*, 9(4), 86-97.
- Korkmaz, F. (2020). Üniversite öğrencilerinin akademik motivasyon algılarının incelenmesi üzerine bir alan çalışması. *Dicle Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(20), 502-515.
- Li, J., & Liu, W. (2014). Research on dual effects of physical exercise on subjective and psychological happiness. *Theory Pract. Educ*, 34, 37-39.
- Liu, N., & Zhong, Q. (2023). The impact of sports participation on individuals' subjective well-being: the mediating role of class identity and health. *Humanities and Social Sciences Communications*, 10(1), 1-9.
- Loprinzi, P. D., & Davis, R. E. (2016). Bouted and non-bouted moderate-to-vigorous physical activity with health-related quality of life. *Preventive Medicine Reports*, 3, 46-48.
- Lucas, R. E., & Diener, E. (2008). Subjective well-being. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jones, & L. F. Barrett (Eds.), *Handbook of emotions* (pp. 471-484). London: The Guilford Press.
- Lundqvist, C. (2011). Well-being in competitive sports—The feel-good factor? A review of conceptual considerations of well-being. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 109-127.
- Maville, J.A., Huerta, C.G (2002). Health Promotion in Nursing, USA. Delmar.1-17.
- Moore, A., & Crisp, R. (1996). Welfarism in moral theory. *Australasian Journal of Philosophy*, 74(4), 598-613.
- Mulang, H. (2021). The effect of competences, work motivation, learning environment on human resource performance. *Golden Ratio of Human Resource Management*, 1(2), 84-93.
- Norwani, N. M., Ismail, Z., Nasir, N. N. A., Yusof, R., & Jamaluddin, N. S. (2022). The influence of gender, age, academic level and motivation on satisfaction toward benefits received by gig economy workers in Malaysia. *Archives of Business Research*, 10(12), 89-105.
- Oishi, S., Diener, E., Suh, E., & Lucas, R. E. (1999). Value as a moderator in subjective well-being. *Journal of Personality*, 67(1), 157-184.
- Özbey, S. (2024). Okul öncesi dönem çocuklarında motivasyon ve öz düzenleme becerileri üzerine bir inceleme. *The Journal of Academic Social Science*, 65(65), 26-47.
- Petersen, C. B., Bekker-Jepesen, M., Aadahl, M., & Lau, C. J. (2021). Participation in recreational activities varies with socioeconomic position and is associated with self-rated health and well-being. *Preventive Medicine Reports*, 24, 101-110.
- Pi, L. L., Chang, C. M., & Lin, H. H. (2022). Development and validation of recreational sport well-being scale. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14), 64-87.
- Polat, M. A. (2022). *Lise öğrencilerinin umut düzeylerinin çocukluk deneyimleri ve başarı motivasyonu ile ilişkisi: Bir karma yöntemler araştırması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Gaziantep.
- Rees, G., Pople, L., & Goswami, H. (2011). *Understanding children's well-being: links between family economic factors and children's subjective well-being: initial findings from wave 2 and wave 3 quarterly surveys* (1st ed.). London: The Children's Society.
- Rice S., Walton, C. C., Gwyther, K., Purcell, R. (2021). Mental health. In: Arnold, R. & Fletcher, D. (Eds.). *Stress, well-being and performance in sport* (pp. 167-187). London: Routledge.
- Rice, S. M., Purcell, R., De Silva, S., Mawren, D., McGorry, P. D., & Parker, A. G. (2016). The mental health of elite athletes: A narrative systematic review. *Sports Medicine*, 46, 1333-1353.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., Singer, B. H., Wing, E., & Love, G. D. (2001, 7 January). *Elective affinities and uninvited agonies: Mapping emotion with significant others onto health*. Retrieved from: <https://midus.wisc.edu/findings/pdfs/235.pdf>.
- Saraç, S. ve Kırtepe, A. (2023). Spor lisesi öğrencilerinin değişiklik arayışları ve rekreasyonel egzersiz motivasyon düzeylerinin incelenmesi. *Gazi Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 28(4), 291-299.
- Saricam, H., Akın, A., Akın, Ü. ve İlbaş, A. B. (2014). Motivasyonel kararlılık ölçeğinin Türkçe formu: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Turkish Journal of Education*, 3(1), 60-69.
- Scanlon, T.M. (1998). ScanlonThe status of well-being. In G.B. Peterson (Ed.), *The tanner lectures on human values* (pp. 91-143). London: The University of Utah Press.



- Schnohr, P., Kristensen, T. S., Prescott, E., & Scharling, H. (2005). Stress and life dissatisfaction are inversely associated with jogging and other types of physical activity in leisure time - the copenhagen city heart study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 15(2), 107-112.
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2021). Self-efficacy and human motivation. In A. J. Elliot (Ed.), *Advances in motivation science* (pp. 153–179). London: Elsevier Academic Press.
- Seligman, M. E. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being* (1st ed.). London: Simon and Schuster.
- Suldo, S. M., Riley, K. N., & Shaffer, E. J. (2006). Academic correlates of children and adolescents' life satisfaction. *School Psychology International*, 27(5), 567-582.
- Tian, L., Zhang, J., & Huebner, E. S. (2015). Preliminary validation of the brief multidimensional students' life satisfaction scale (BMSLSS) among Chinese elementary school students. *Child Indicators Research*, 8, 907-923.
- Tiberius, V. (2006). Well-being: Psychological research for philosophers. *Philosophy Compass*, 1(5), 493-505.
- Topuz, C. (2013). *Üniversite öğrencilerinde özgeciliğin öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş ile ilişkisinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Üniversitesi Sosyal Bilimler Üniversitesi, İstanbul.
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., & Feldman Barrett, L. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of Personality*, 72(6), 1161-1190.
- Tukey, J. W. (1949). Comparing individual means in the analysis of variance. *Biometrics*, 1(1), 99-114.
- Ünalı, G. (2023). Üniversite öğrencilerinin depresyon sonrası eğlence amaçlı spor kaynaklı iyilik hallerinin belirli değişkenler doğrultusunda belirlenmesi. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 107-117.
- Vallerand, R. J. (1997). *Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation* (1st ed.). London: Academic Press.
- Yalın Uçar, M., & Aktaş, N. Z. (2020). Motivation resources and decision making strategies of high school students. *Sakarya University Journal of Education*, 10(2), 372-397.
- Yazıcı, H. (2009). Öğretmenlik mesleği, motivasyon kaynakları ve temel tutumlar: Kuramsal bir bakış. *Kastamonu Education Journal*, 17(1), 33-46.
- Yıldız, A. (2025). *Rekreasyonel spor yapan bireylerin iyi oluş ve etkinlik doyum düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Yıldız, A. (2025). *Rekreasyonel spor yapan bireylerin iyi oluş ve etkinlik doyum düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Zhou, R., Cui, J., & Yin, X. (2023). Perceived family relationships and social participation through sports of urban older adults living alone: An analysis of the mediating effect of self-respect levels. *Frontiers in Public Health*, 11, 1-11.



Dijital Oyun Bağımlılığının 10 -14 Yaş Arasındaki Çocukların Fiziksel Aktivite Tutumları Üzerindeki Etkisi: Kütahya İli Örneği

Ahmet TAKMAK¹, Oğuzhan YÜKSEL², Erhan DEVRİLMEZ³,
Ekrem Yasin TABAK⁴

¹Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitimi Enstitüsü, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

²Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Spor Bilimleri Fakültesi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya

³Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Spor Bilimleri Fakültesi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi,
Karaman

ÖZET

Bu çalışma, ortaokul çağındaki öğrencilerde dijital oyun bağımlılığının fiziksel aktiviteye yönelik tutumlar üzerindeki etkisini araştırmaktadır. Nicel araştırma kapsamında ilişkisel tarama deseni benimsenmiştir. Örneklem; yaşları 10–14 arasında değişen, 571'i kız (%49,4) ve 586'sı erkek (%50,6) olmak üzere toplam 1157 öğrenciden oluşmaktadır; yaş ortalaması 11,59 (Ss = 1,34)'dur. Ölçümler için Simonton ve ark. (2021) tarafından geliştirilen ve Uyhan ve ark. (2023) tarafından Türkçeye uyarlanan "Çocuk ve Gençlerde Fiziksel Aktivite Tutum Ölçeği" ile Hazar ve Hazar'ın (2017) "Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler tanımlayıcı istatistiklerle özetlenmiş; ardından MANOVA ve kanonik korelasyon analizleri uygulanmıştır. Bulgular, cinsiyet, sınıf düzeyi ve spor yapma durumu arasında anlamlı bir etkileşim bulunmadığını göstermektedir ($p > .05$). Bu nedenle ana etkiler incelenmiş; fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutumun sınıf düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaştığı saptanmıştır ($p < .017$). Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı genel olarak yüksek düzeydedir ve bu düzey cinsiyete, sınıfa ve spor yapma durumuna göre değişmektedir. Öğrencilerin fiziksel aktivite tutumları da genel olarak yüksektir; ancak bu tutumların cinsiyete göre değişmediği, sınıf ve spor yapma durumuna göre ise farklılaştığı belirlenmiştir. Ayrıca dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutumu arasında orta düzeyde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak, dijital oyun bağımlılığındaki artış, fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutumları azaltmakta ve olumsuz tutumları güçlendirmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital oyun, Fiziksel Aktivite, Tutum, Bağımlılık

Sorumlu yazar: Prof.Dr.Oğuzhan YÜKSEL, **E-posta:**oguzhan.yuksel@dpu.edu.tr

*Bu çalışma 2025 yılında yayımlanan 927536 numaralı tezden üretilmiştir.

The Effect of Digital Game Addiction on Physical Activity Attitudes of Children Aged 10- 14 Years: The Case of Kütahya

ABSTRACT

This study investigates the effect of digital game addiction on attitudes towards physical activity among secondary school students. A correlational survey design was adopted within the scope of quantitative research. The sample consisted of a total of 1,157 students aged between 10 and 14, of whom 571 were female (49.4%) and 586 were male (50.6%); the mean age was 11.59 (SD = 1.34). The 'Physical Activity Attitude Scale for Children and Adolescents' developed by Simonton et al. (2021) and adapted into Turkish by Uyhan et al. (2023) and Hazar and Hazar's (2017) 'Digital Game Addiction Scale for Children' were used for measurements. The data were summarised using descriptive statistics; subsequently, MANOVA and canonical correlation analyses were applied. The findings indicate that there is no significant interaction between

gender, grade level, and participation in sports ($p > .05$). Therefore, the main effects were examined; it was found that positive attitudes towards physical activity differed significantly according to grade level ($p < .017$). Students' digital game addiction is generally high, and this level varies according to gender, class, and whether they participate in sports. Students' attitudes towards physical activity are also generally high; however, it has been determined that these attitudes do not vary according to gender, but differ according to class and whether they participate in sports. Furthermore, a moderate and significant relationship was found between digital game addiction and attitudes towards physical activity. Consequently, an increase in digital game addiction reduces positive attitudes towards physical activity and strengthens negative attitudes.

Keywords: Digital gaming, Physical activity, Attitude, Addiction

Corresponding author: Prof.Dr. Oğuzhan YÜKSEL, E-mail:oguzhan.yuksel@dpu.edu.tr

* This work is derived from thesis number 927536, published in 2025.

Giriş

Günümüzde teknoloji; eğitim, sağlık, ulaşım ve eğlence gibi alanlarda gündelik yaşamı kökten dönüştürmektedir. Bu dönüşümün belirgin yansımalarından biri oyun olgusundadır: Doğa olaylarının taklidine dayanan geleneksel oyun biçimleri, yazılım ve dijital aygıtların aracılığıyla “dijital/varsayımsal oyunlar”a evrilmiş, oyun davranışı yeni bir çerçeve kazanmıştır (Hazar ve Hazar, 2017). Bununla birlikte, teknolojik olanakların genişlemesi kadar, beraberinde getirdiği riskler de tartışma konusudur; teknoloji bağımlılığı, onun alt türleri olan bilgisayar ve dijital oyun bağımlılığı bu tartışmanın odak başlıklarını oluşturmaktadır (Ögel, 2012; Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016; Yiğit Açıkgöz ve Yalman, 2018). Bilgi teknolojilerinin hızlı yayılımı kullanıcı sayısında keskin artışa yol açmış; özellikle ergen ve genç nüfus boş zamanlarının önemli bölümünü ekran karşısında geçirmeye başlamıştır (Yengin, 2012). Literatür, dijital oyunların tüm yaş gruplarını, özellikle oyun çağındaki çocukları etkileyerek gündelik pratiklerde belirgin değişimler yarattığını göstermektedir (Wallenius ve Punamäki, 2008; Erboy, 2010). Bugün elektronik oyunlar, çocuklar ve ergenler için yaygın bir serbest zaman etkinliği niteliğindedir (Paspastergiou, 2009). Dijital oyunların etkilerine ilişkin tartışmalar iki eksende kümelenmektedir. Bir görüş, stratejik düşünme, problem çözme, hızlı/doğru karar verme ve el-göz koordinasyonu gibi bilişsel-psikomotor kazanımların yanı sıra çevrim içi sosyalleşme ve teknoloji yeterliklerine katkı sunduğunu savunur. Diğer görüş ise uzun süreli ve kontrolsüz oyun oynamanın sedanter yaşamı pekiştirdiğini, sosyal ilişkiler ile aile içi iletişimi zayıflattığını; saatlerce oturmaya bağlı olarak dayanıklılık, dolaşım, solunum ve kas-iskelet sistemi üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabildiğini, içerik temelli olarak saldırganlık eğilimlerini artırabildiğini ve en kritik olarak “oyun bağımlılığı”na zemin hazırladığını rapor etmektedir (Smith, 2004; Gentile ve Anderson, 2006; Lieberman vd., 2009; Kars, 2010; Şahin ve Tuğrul, 2012). Kavramsal olarak oyun bağımlılığı, video oyunlarına ilişkin ısrarcı ve uyumsuz davranış örüntüsü şeklinde tanımlanır ve teknoloji/internet bağımlılığının bir alt türü olarak ele alınır (Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014). Aşırı bilgisayar ve oyun kullanımı davranışsal bağımlılık kategorisine yerleştirilmekte; zihinsel meşguliyet, tolerans, yoksunluk, duygudurum düzenleme amacıyla kullanım, çatışma ve nüks gibi temel bileşenleri içerdiği vurgulanmaktadır

(Lemmens vd., 2012; Arısoy, 2009; Tarhan ve Nurmedov, 2011). Nitekim Lemmens ve arkadaşları (2012), DSM-IV ölçütlerinden hareketle oyun bağımlılığını önemlilik, tolerans, duygu değişimi, yoksunluk, tekrarlama, çatışma ve sorunlar boyutlarında sistematikleştirmiştir (Lemmens vd., 2012). Çocukluk ve ergenlik döneminde dijital oyun bağımlılığı, bireysel ve sosyal işleyişi olumsuz etkileyen güncel bir halk sağlığı sorunu olarak öne çıkmaktadır. Bu gelişim evresinde fiziksel aktivite; bilişsel, sosyal ve duygusal iyilik hâli için temel gereksinimdir. Ancak hızlı/plansız kentleşme, açık oyun alanlarının azalması ve çocukların kapalı, dar mekânlara yönelmesi, pasif nitelikli dijital etkinliklere kayışı kolaylaştırmaktadır. Oysa insan organizması doğası gereği harekete ihtiyaç duyar; düzenli hareket çocukların fiziksel gelişiminde belirleyicidir (Zorba, 2000; Çakır, 2013; Yüksel ve Çakto, 2023).). Bulgular, çocuklukta yüksek aktivite düzeyinin ilerleyen yaşlarda hipertansiyon, diyabet, kanser, obezite ve kardiyovasküler hastalıklara karşı koruyucu olabildiğini göstermektedir (Gül, 2011). Öte yandan gençlerde obezite sıklığının sağlıksız beslenme ve yetersiz fiziksel aktiviteyle ilişkili biçimde arttığı bildirilmektedir (Baranovski vd., 2009). Değişen yaşam koşulları, sosyal/çevresel etmenler ve teknolojik araçların yaygınlığı, okul çağındaki bireylerin fiziksel aktivite düzeylerini aşağı çekmektedir (Cengiz ve İnce, 2013). Dünya Sağlık Örgütü, obezitenin küresel ölçekte ve çocuk-ergen popülasyonda hızla yükseldiğine dikkat çekmekte; televizyon izleme ve dijital oyun oynama gibi hareketsiz davranış örüntülerini fiziksel aktivitedeki azalmayı açıklayan başlıca çevresel faktörler arasında sıralamaktadır (Kudas ve diğerleri, 2005). Bu doğrultuda Kudas ve diğerleri (2005) aşırı televizyon izlemenin sedanter yaşamla bağlantısını, Loprinzi ve Cardinal (2011) ise uzun süreli bilgisayar ve video oyunu kullanımını belirgin bir hareketsiz davranış göstergesi olarak tartışmaktadır. Paspastergiou (2009), kontrolsüz ve uzun süreli dijital oyun oynamanın zihinsel ve fiziksel dezavantajlarını; saldırganlık eğilimleri, fazla kilo ve obezite risklerindeki artışla birlikte ele almaktadır. Çakto ve ark. (2025) teknolojik dijital araçlara bağımlılık üzerine yapmış olduğu çalışmada fiziksel aktiviteye katılmayan kadın bireyler ve öğrencilerin daha yüksek nomofobi düzeyine sahip olduğunu bildirmektedir.

Bu çerçevede, 10–14 yaş grubunda dijital oyun bağımlılığının fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarla nasıl ilişkilendiğinin incelenmesi hem kuramsal hem de uygulamalı açıdan anlamlıdır. Elde edilecek kanıtların, araştırmacılar, eğitimciler ve ebeveynler için önleyici-iyileştirici programların tasarımına bilgi sağlaması beklenmektedir. Bu çalışma, söz konusu yaş aralığında dijital oyun bağımlılığı düzeyi ile fiziksel aktiviteye yönelik tutumlar arasındaki ilişkinin niteliğini ve olası belirleyicilerini ortaya koymayı amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, 10–14 yaş grubundaki çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktiviteye ilişkin tutumlar arasındaki bağlantıları incelemeyi amaçlamaktadır. Bu amaç doğrultusunda, nicel yöntemler arasında yer alan ilişkisel tarama deseni tercih edilmiştir. İlişkisel tarama, değişkenler arasındaki ilişkinin varlığını, yönünü ve görece gücünü

belirlemeye imkân tanıyan, alanyazında yaygın biçimde başvurulmuş bir yaklaşımdır (Karasar, 2015). Söz konusu yöntemsel konumlanış, iki olgunun eşzamanlı değişim örüntülerinin betimsel düzeyde sağlam biçimde çözümlenmesine olanak sunmaktadır.

Araştırma Grubu

Bu çalışma kapsamında veri toplama süreci 1.190 öğrenciye ulaşacak şekilde yürütülmüş; ön değerlendirme neticesinde eksik ya da hatalı doldurulduğu saptanan 35 form değerlendirme dışı tutulmuştur. Analizler, bu nedenle, 1.157 geçerli katılımcı üzerinden gerçekleştirilmiştir.

Örnekleme 10–14 yaş aralığındaki öğrencilerden oluşmaktadır. Katılımcıların 571'i kız (%49,4), 586'ü erkek (%50,6) olup, yaş ortalaması 11,59 ($S_s = 1,34$) olarak hesaplanmıştır. Yaşa göre dağılım incelendiğinde; 10 yaşında 327 öğrenci (%28,3), 11 yaşında 269 öğrenci (%23,3), 12 yaşında 226 öğrenci (%19,6), 13 yaşında 216 öğrenci (%18,7) ve 14 yaşında 117 öğrenci (%10,1) yer almaktadır. Düzenli fiziksel/sportif katılıma ilişkin olarak katılımcıların 721'i (%62,4) aktif biçimde spor yaptığını, 434'ü (%37,6) ise düzenli spor yapmadığını beyan etmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu

Birinci bölümde katılımcıların demografik bilgileri hakkında tespit yapmak amacıyla 5 adet soru yöneltilmiştir. Bu sorular katılımcıların yaş, cinsiyet, sınıf, okul takımı ve spor kulübü deneyimi ile ilişkilidir.

Çocuk ve Gençlerde Fiziksel Aktivite Tutum Ölçeği:

İkinci bölümde 10–14 yaş grubundaki çocuk ve ergenlerin fiziksel aktiviteye ilişkin tutumlarını değerlendirmek için Simonton ve ark. (2021) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Uyhan ve ark. (2023) tarafından gerçekleştirilen “Çocuk ve Gençlerde Fiziksel Aktivite Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Katılımcıların kendilerine en uygun seçeneği işaretledikleri bu ölçme aracı, 12 maddeden ve iki alt boyuttan oluşmakta; alt boyutlar olumlu ve olumsuz tutum boyutlarını temsil etmektedir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik göstergeleri literatürde yüksek düzeyde rapor edilmiştir. Beşli Likert tipinde yapılandırılan yanıt kategorileri sırasıyla “(5) Kesinlikle Evet, (4) Çoğunlukla Evet, (3) Bazen, (2) Çoğunlukla Hayır, (1) Kesinlikle Hayır” biçimindedir.

Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği:

Üçüncü bölümde ise “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” değerlendirilmek için Hazar ve Hazar (2017) tarafından geliştirilen ölçek kullanılmıştır. Ölçek, 24 maddeden ve dört alt boyuttan oluşan bir yapıya sahiptir. Alt boyutlar; (i) dijital oyun oynama davranışına aşırı odaklanma ve buna eşlik eden çatışmalar, (ii) oyun sürecinde tolerans gelişimi ve oyuna atfedilen değer, (iii) bireysel ve sosyal sorumlulukların/ödevlerin ertelenmesi, (iv)

yoksunluğun psikolojik-fizyolojik yansımaları ile oyuna dalma biçiminde kavramsallaştırılmıştır. Maddeler, beşli Likert tipi bir ölçekle puanlanmaktadır: 1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Kararsızım, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum. Ölçekten elde edilebilecek toplam puan 24 ile 120 arasında değişmektedir. Puanların yorumlanmasına ilişkin kesme noktaları şu şekildedir: 1–24 = Normal, 25–48 = Az riskli, 49–72 = Riskli, 73–96 = Bağımlı, 97–120 = Yüksek düzeyde bağımlı (Hazar ve Hazar, 2017).

Verilerin Toplanması

Çalışma, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi Sosyal ve Beşerî Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’nun 04.11.2024 tarihli ve 336616 sayılı onayı ile yürütülmüştür. Veri toplama sürecinden önce katılımcılara, spor bilimleri alan uzmanı tarafından araştırmanın amacı, kapsamı ve katılım koşulları yazılı ve sözlü olarak açıklanmış; “Gönüllü Onam Formu” doldurtularak bilgilendirilmiş onamları alınmıştır. Ölçek uygulamaları, veri toplama aşamasında yüz yüze görüşmeler yoluyla gerçekleştirilmiştir.

Verilerin Analizi

Bu araştırmada veriler; tanımlayıcı istatistikler, çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) ve kanonik korelasyon analizleri ile çözümlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Kanonik korelasyon, çoklu alt boyut ya da faktör içeren bir değişken seti ile benzer biçimde çoklu boyutlardan oluşan diğer bir değişken seti arasındaki ilişkiler örüntüsünü incelemeye yönelik bir korelasyon tekniğidir (Manly, 2005). Bu çalışmada, ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutumları arasındaki ilişkiler bu çerçevede değerlendirilmiştir. Öte yandan MANOVA, çok boyutlu bir bağımlı değişken kümesi üzerinde birden fazla bağımsız değişkenin eşzamanlı etkilerini sınamak amacıyla tercih edilen bir yöntemdir (Tabachnick ve Fidell, 2013).

BULGULAR

Araştırmamız kapsamında elde edilen veri analizleri aşağıda sunulmuştur.

Tablo 3.1. Katılımcıların Yaş Dağılımı Tablosu

Yaş	N	%
10	327	28.3
11	271	23.4
12	226	19.5
13	216	18.7
14	117	10.1
Toplam	1157	100.0

Katılımcıların yaş dağılımları incelendiğinde en fazla katılımcının 10 yaş (N=327, %=28.3) ve en az katılımcının 14 yaş (N=117, %=10.1) olduğu belirlenmiştir.

Tablo 3.2. Katılımcıların Cinsiyet Dağılımı Tablosu

	N	%
Erkek	586	50.6
Kadın	571	49.4
Toplam	1157	100.0

Araştırmamızda yer alan katılımcıların 586'sı (% 50.6) erkek ve 571'i kadın (% 49.4) olarak belirlenmiştir.

Tablo 3.3. Katılımcıların Sınıf Dağılımı Tablosu

	N	%
5. sınıf	473	40.9
6. sınıf	193	16.7
7. sınıf	212	18.3
8. sınıf	279	24.1
Toplam	1157	100.0

Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin sınıf dağılımı incelendiğinde en çok katılım 5. sınıf (N=473, %=40.9) ve en az katılımın 6. sınıfta (N=193, %=16.7) yer aldığı tespit edilmiştir.

Tablo 3.4. Katılımcıların Spor Yapma Durumu Dağılımı Tablosu

	N	%
Evet	723	62.5
Hayır	434	37.5
Toplam	1157	100.0

Katılımcıların spor yapma durumları incelendiğinde 723 ortaokul öğrencisi (% 62.5) düzenli spor yaptığını belirtirken, 434 öğrenci (% 37.5) düzenli olarak spor yapmadığını belirtmiştir.

Tablo 3.5. Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumun Spor Yapma Durumu, Cinsiyet ve Sınıf Değişkenlerine Göre MANOVA Tablosu

		F	Hipotez sd	Hata sd	p
Cinsiyet	Pillai's Trace	1.85	4.00	2276.00	.12
	Wilks' Lambda	1.85	4.00	2274.00	.12
	Hotelling's Trace	1.85	4.00	2272.00	.12
	Roy's Largest Root	3.634	2.00	1138.00	.03
Sınıf	Pillai's Trace	5.65	6.00	2276.00	.00
	Wilks' Lambda	5.68	6.00	2274.00	.00
	Hotelling's Trace	5.71	6.00	2272.00	.00
	Roy's Largest Root	11.05	3.00	1138.00	.00
Spor yapma durumu	Pillai's Trace	65.92	2.00	1137.00	.00
	Wilks' Lambda	65.92	2.00	1137.00	.00
	Hotelling's Trace	65.92	2.00	1137.00	.00
	Roy's Largest Root	65.92	2.00	1137.00	.00
Cinsiyet * sınıf * spor yapma durumu	Pillai's Trace	.14	6.00	2276.00	.99
	Wilks' Lambda	.13	6.00	2274.00	.99
	Hotelling's Trace	.13	6.00	2272.00	.99
	Roy's Largest Root	.27	3.00	1138.00	.85

Katılımcıların fiziksel aktiviteye yönelik tutumun cinsiyet, sınıf ve spor yapma durumu değişkenleri açısından MANOVA bulguları tablo 3.5 de sunulmaktadır. Bulgulara göre

bağımsız değişkenler olan cinsiyet, sınıf ve spor yapma durumu değişkenleri arasında anlamlı etkileşim belirlenmemiştir ($F(6, 2274) = .13, p > .05$). Etkileşim olmaması sonucunda ana etkiler bulguları incelenmiştir. Ana etkiler tablosu incelenmesinde p anlamlılık düzeyi bağımsız değişken sayısına bölünmüştür ($p = .05/3 = .017$).

Tablo 3.6. Fiziksel Aktiviteye Yönelik Tutumun Spor Yapma Durumu, Cinsiyet ve Sınıf Değişkenlerine Göre Ana Etkiler Tablosu

	Bağımlı Değişken	sd	$\bar{X}_2$	F	p
Cinsiyet	Olumlu Tutum	2	.12	.38	.69
	Olumsuz Tutum	2	1.55	2.12	.12
Sınıf	Olumlu Tutum	3	3.18	10.32	.00
	Olumsuz Tutum	3	.45	.62	.60
Spor yapma durumu	Olumlu Tutum	1	36.70	119.21	.00
	Olumsuz Tutum	1	42.81	58.35	.00
Hata	Olumlu Tutum	1138	.31		
	Olumsuz Tutum	1138	.73		
Toplam	Olumlu Tutum	1155			
	Olumsuz Tutum	1155			

$$p = .05/3 = .017$$

Ana etkiler tablosu incelendiğinde fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutum ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir ($F(3, 1138) = 10.32, p < .017$). Bonferonni takip testine göre 7. sınıf öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik tutumları 5. sınıf öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Sınıf değişkeni ile fiziksel aktiviteye yönelik tutumun olumsuz alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenmemiştir ($F(3, 1138) = .62, p > .017$).

Katılımcıların spor yapma değişkenine göre fiziksel aktiviteye yönelik tutumlarının her iki alt boyutunda da anlamlı farklılık belirlenmiştir ($p < .017$). Bulgulara göre spor yapan ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutumları spor yapmayan ortaokul öğrencilerine göre daha yüksek iken, spor yapmayan öğrencilerin olumsuz tutumları spor yapanlardan istatistiksel olarak daha yüksek bulunmuştur.

Cinsiyet değişkeni açısından ise fiziksel aktiviteye yönelik tutumun her iki alt boyutu açısından anlamlı farklılık belirlenmemiştir ($p > .017$).

Tablo 3.7: Dijital Oyun Bağımlılığının Spor Yapma Durumu, Cinsiyet ve Sınıf Değişkenlerine Göre MANOVA Tablosu

		F	Hipotez sd	Hata sd	p
Cinsiyet	Pillai's Trace	10.25	8.00	2264.00	.00
	Wilks' Lambda	10.43	8.00	2262.00	.00
	Hotelling's Trace	10.61	8.00	2260.00	.00
	Roy's Largest Root	21.15	4.00	1132.00	.00
Sınıf	Pillai's Trace	4.28	12.00	3399.00	.00
	Wilks' Lambda	4.29	12.00	2992.64	.00
	Hotelling's Trace	4.29	12.00	3389.00	.00
	Roy's Largest Root	7.55	4.00	1133.00	.00
Spor yapma durumu	Pillai's Trace	3.96	4.00	1131.00	.00
	Wilks' Lambda	3.96	4.00	1131.00	.00
	Hotelling's Trace	3.96	4.00	1131.00	.00
	Roy's Largest Root	3.96	4.00	1131.00	.00
Cinsiyet * sınıf * spor yapma durumu	Pillai's Trace	.97	12.00	3399.00	.47
	Wilks' Lambda	.97	12.00	2992.64	.47
	Hotelling's Trace	.97	12.00	3389.00	.48
	Roy's Largest Root	1.63	4.00	1133.00	.16

Araştırmamızda dijital oyun bağımlılığının cinsiyet, sınıf ve spor yapma durumu değişkenleri açısından MANOVA bulguları tablo 3.7 de sunulmaktadır. Bulgulara göre bağımsız değişkenler olan cinsiyet, sınıf ve spor yapma durumu değişkenleri arasında anlamlı etkileşim belirlenmemiştir ($F(12, 2992.64) = .97, p > .05$). Etkileşim olmaması sonrasında ana etkiler tablosu incelenmiştir. Ana etkiler tablosu incelenmesinde p anlamlılık değeri bağımsız değişken sayısı olan üçe bölünmüştür ($p = .05/3 = .017$).

Tablo 3.8. Dijital Oyun Bağımlılığının Spor Yapma Durumu, Cinsiyet ve Sınıf Değişkenlerine Göre Ana Etkiler Tablosu

	Bağımlı Değişken	sd	$\bar{X}^2$	F	p
Cinsiyet	Aşırı Odaklanma Çatışma	2	16.17	30.40	.00
	Tolerans Gelişimi Oyuna Yüklene Değer	2	23.07	33.36	.00
	Bireysel ve Sosyal Görevler	2	15.24	25.30	.00
	Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması	2	15.11	27.25	.00
Sınıf	Aşırı Odaklanma Çatışma	3	1.84	3.45	.02
	Tolerans Gelişimi Oyuna Yüklene Değer	3	3.35	4.84	.00
	Bireysel ve Sosyal Görevler	3	1.52	2.52	.06
	Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması	3	.25	.46	.71
Spor yapma durumu	Aşırı Odaklanma Çatışma	1	.28	.52	.47
	Tolerans Gelişimi Oyuna Yüklene Değer	1	4.79	6.92	.01
	Bireysel ve Sosyal Görevler	1	3.50	5.81	.02
	Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması	1	2.62	4.73	.03
Hata	Aşırı Odaklanma Çatışma	1134	.53		
	Tolerans Gelişimi Oyuna Yüklene Değer	1134	.69		
	Bireysel ve Sosyal Görevler	1134	.60		
	Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması	1134	.55		
Toplam	Aşırı Odaklanma Çatışma	1151			
	Tolerans Gelişimi Oyuna Yüklene Değer	1151			
	Bireysel ve Sosyal Görevler	1151			
	Yoksunluğun Psikolojik-Fizyolojik Yansıması	1151			

$p = .05/3 = .017$

Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığının ana etkiler açısından incelendiği bulgular tablo 3.8'de sunulmaktadır. Bulgulara göre cinsiyet değişkeni ile dijital oyun

bağımlılığının tüm alt boyutları arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir ($p<.017$). Takip testi bulgularına göre erkek ortaokul öğrencileri dijital oyun bağımlılığının tüm alt boyutlarında kız öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur.

Öğrencilerin sınıf değişkeni açısından dijital oyun bağımlılığının tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer alt boyutunda anlamlı farklılık belirlenmiştir ($F(3, 1134)= 4.84$, $p<.017$). Takip testi bulgularına göre 7. sınıf öğrencilerinin tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer bulguları 5. sınıf öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Sınıf değişkeninin dijital oyun bağımlılığının diğer alt boyutları açısından anlamlı farklılık belirlenmemiştir ($p>.017$).

Spor yapma durumu değişkenine göre dijital oyun bağımlılığının alt boyutlarından olan tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer alt boyutu arasında anlamlı farklılık belirlenmiştir $F(1, 1134)= 6.92$, $p<.017$). Bonferonni takip testine göre spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığının alt boyutu olan tolerans gelişimi ve oyuna yüklenen değer alt boyutunda spor yapan ortaokul öğrencilerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu göstermiştir. Diğer alt boyutlar ile spor yapma durumu değişkeni arasında anlamlı farklılık belirlenmemiştir.

Tablo 3.9. Kanonik Korelasyon Bulguları

	İlk Kanonik Değişken	
	Korelasyon değeri	Katsayı (Coefficient)
Dijital oyun bağımlılığı		
Aşırı odaklanma ve çatışma	.67	.62
Tolerans gelişimi ve değer	.51	.48
Görevlerin/ödevlerin ertelenmesi	.58	.51
Psikolojik ve fizyolojik yansımalar	.45	.39
Varyans yüzdesi	.48	
Artık değer	.26	
Fiziksel aktiviteye yönelik tutum		
Olumlu	.53	.50
Olumsuz	.62	.52
Varyans yüzdesi	.42	
Artık değer	.14	
Kanonik Korelasyon değeri	.46	

Çalışmamızda dijital oyun bağımlılığı alt boyutları (dijital oyun oynama konusunda aşırı odaklanma ve çatışma, oyun süresi boyunca tolerans gelişimi ve oyuna atfedilen değer, bireysel ve sosyal görevlerin/ödevlerin ertelenmesi ve yoksunluğun psikolojik ve fizyolojik yansımaları ile oyuna dalma) ile fiziksel aktiviteye yönelik tutum (olumlu ve olumsuz) alt boyutları arasında ilişki incelenmiştir. İlk kanonik korelasyon değişkeni .48 olarak belirlenmiştir. İkinci kanonik korelasyon değişkeni .42 olarak tespit edilmiştir. Bulgulara göre ilk kanonik değişken olan dijital oyun bağımlılığı tek başına korelasyonun %48'ini, ikinci kanonik değişken olan fiziksel aktiviteye yönelik tutum tek başına korelasyonun %42'sini açıklamaktadır. Dijital oyun bağımlılığı alt boyutları fiziksel aktiviteye yönelik

tutum alt boyutlarının % 26'sını, fiziksel aktiviteye yönelik tutum alt boyutları dijital oyun bağımlılığı alt boyutlarının %14'ünü açıklamıştır.

İlk kanonik değişkene göre dijital oyun bağımlılığı değişkenleri ile fiziksel aktiviteye yönelik tutum değişkenleri arasında istatistiksel olarak orta düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($X^2(1147)=46.91$, $p=.01$). Kanonik korelasyonda yer alan tüm alt boyutların yüklerinin kritik değer olan .30 ve üzeri olduğu belirlenmiştir (Tabachnick ve Fidell, 2012).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma, 10–14 yaş grubunda dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutumları arasındaki ilişkileri incelemiş ve iki temel sonuca ulaşmıştır: (i) ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyleri genel olarak düşük-orta bantta seyretmekle birlikte cinsiyete göre anlamlı biçimde farklılaşmakta; erkek öğrenciler daha yüksek bağımlılık puanları sergilemektedir. (ii) Fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutum yüksek, olumsuz tutum ise görece düşüktür; sınıf düzeyi ve spor yapma durumuna göre anlamlı farklılıklar gözlenmiş, cinsiyete bağlı bir farklılık ise saptanmamıştır. Ayrıca, kanonik korelasyon analizi iki değişken seti arasında orta büyüklükte ve anlamlı bir ilişkiye işaret etmektedir. Bu örüntü, dijital oyun bağımlılığı arttıkça fiziksel aktiviteye ilişkin olumlu tutumun zayıfladığı, olumsuz tutumun ise güçlendiği yönündedir.

Araştırmada öğrencilerin önemli bir bölümünde bağımlılık puanlarının düşük-orta düzeyde yoğunlaştığını göstermektedir. Bu durum, çocuk ve gençlerin ekran başında “gerekenden fazla” zaman geçirdiğine dair yakın dönem gözlemleri (İlgaz, 2015) ve ailelerin profesyonel destek arayışına işaret eden raporlarla (Griffiths ve Meredith, 2009) uyumludur. Büyük örneklemle yürütülen çalışmalarda da benzer dağılımlar rapor edilmiştir: Altun ve Atasoy (2018) çoğunluğun orta/düşük düzeyde bağımlılık gösterdiğini bildirirken; Güllü ve ark. (2012) bazı örneklemelerde görece yüksek düzeylere işaret etmiştir. Bu çeşitlilik, örneklem demografileri, veri toplama dönemi ve bağlamsal faktörlere duyarlılığı düşündürmektedir.

Çalışmamızda erkek öğrencilerin bağımlılık puanlarının anlamlı biçimde daha yüksek olması, farklı eğitim kademelerinde tekrarlanan bulgularla tutarlıdır (Altun ve Atasoy, 2018; Barut, 2019; İnal ve Çağıltay, 2005; Horzum, 2011; Güllü ve ark., 2012; Şahin ve Tuğrul, 2012; Gökçearslan ve Durakoğlu, 2014). Bununla birlikte, bazı çalışmalarda cinsiyet etkisi saptanmamıştır (Taş ve ark., 2014). Ayrışmanın, kullanılan ölçeklerin duyarlılığı, oyun türü tercihlerindeki kültürel örüntüler ve ölçüm zamanlaması gibi değişkenlerden kaynaklanması olasıdır.

Sınıf değişkeni açısından yalnızca “tolerans/oyuna atfedilen değer” alt boyutunda 7. sınıf lehine anlamlı fark bulunması, alanyazındaki karma tabloyla örtüşmektedir. Bazı araştırmalar sınıf etkisi saptamazken (Barut, 2019; Şahin ve Tuğrul, 2012; Taş ve ark., 2014), diğerleri belirli sınıf düzeylerinde artışa işaret etmektedir (Horzum, 2011; Güllü ve ark., 2012). Bu durum, ergenliğe geçişe özgü gelişimsel süreçlerin (kimlik arayışı, akran etkisi, rekabet/başarı güdüsü) ve okul çevresinin oyun davranışına etkisinin dönemsel olarak farklılaşabileceğine işaret eder.

Spor yapmayan öğrencilerin daha yüksek dijital oyun bağımlılığına sahip olması, fiziksel aktivitenin “davranışsal ikame” ve öz-düzenleme mekanizmaları yoluyla sedanter ekran sürelerini sınırlayabileceği varsayımıyla uyumludur. Bu başlıkta literatür görece sınırlıdır; mevcut bulgu, ekran-zamanı ve bağımlılık düzeylerini azaltmaya yönelik okul temelli hareket programlarının potansiyel önemini destekler.

Fiziksel aktiviteye yönelik olumlu tutumun yüksek, olumsuz tutumun düşük bulunması, farklı örneklemelerden benzer yönde raporlarla örtüşmektedir (Birgün ve ark., 2020; Eren, 2024; Özer ve ark., 2024). Cinsiyet açısından fark saptanmaması da bazı çalışmaları destekler (Eren, 2024); ancak başka çalışmalarda erkek öğrencilerin olumlu tutumlarının daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Birgün ve ark., 2020; Özer ve ark., 2024). Sınıf değişkenine ilişkin olarak, çalışmamız 7. sınıfta olumlu tutumun daha yüksek olduğunu gösterirken, etkisizliğe işaret eden bulgular da mevcuttur (Birgün ve ark., 2020; Eren, 2024). Bu farklılıklar, ölçek biçimleri, uygulama bağlamı, beden eğitimi dersi deneyimi ve okulların fiziksel imkânlarındaki çeşitlilikle açıklanabilir.

Kanonik korelasyon sonuçları, dijital oyun bağımlılığı alt boyutları ile fiziksel aktivite tutumu alt boyutları arasında orta düzeyde anlamlı bir ilişkiye işaret etmektedir. Bu örüntü, bağımlılıkla ilişkili bilişsel-duygusal süreçlerin (ör., zihinsel meşguliyet, tolerans, yoksunluk) fiziksel aktiviteye yönelik değer atfını ve duyuşsal eğilimleri olumsuz etkileyebileceğini ima eder. Eren’in (2024) benzer yaş grubunda anlamlı ilişki bulmaması ise, ölçekteki boyut farklılıkları, kesitsel tasarımların bağlama duyarlılığı ve örneklemeler arası heterojenlikle açıklanabilir. Bu nedenle, boylamsal ve deneysel tasarımlarla nedensel yönlülüğün sınanması gereklidir.

Sonuç olarak; ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktiviteye yönelik tutumların birbiriyle ilişkili ve çok boyutlu bir yapı sergilediğini göstermektedir. Öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu; bu düzeylerin cinsiyet, sınıf düzeyi ve düzenli spor yapma durumuna göre anlamlı biçimde farklılaştığı belirlenmiştir. Diğer yandan, fiziksel aktiviteye yönelik tutumlar genel olarak yüksektir; bu tutumun sınıf düzeyi ve spor yapma durumuna bağlı olarak değiştiği, ancak cinsiyetin belirleyici bir etkisinin bulunmadığı saptanmıştır. Kanonik korelasyon analizinden elde edilen sonuçlar, dijital oyun bağımlılığı ile fiziksel aktivite tutumları arasında orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunduğuna işaret etmektedir. Bu örüntü, okul çağında ekran temelli davranışların ve fiziksel etkinlik yönelimlerinin birlikte ele alınması gerektiğini düşündürmektedir.

Öneri olarak ise uygulama ve politika boyutunda, okul temelli çok bileşenli programların geliştirilmesi önceliklidir. Özellikle spor yapmayan ve risk grubunda yer alan öğrenciler için fiziksel aktivite fırsatlarının artırılması; ekran zamanı yönetimi, hedef belirleme, zaman planlaması ve öz-düzenleme gibi becerileri destekleyen rehberlik etkinliklerinin yaygınlaştırılması önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Altun, M., & Atasoy, M. (2018). Investigation of digital game addiction of children between 9–11 age groups: Kırşehir sample. *International Journal of Eurasia Social Sciences*, 9(33) , 1740–1757.
- Arisoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry*, 1(3), 55-67.
- Baranovski, T., vd. (2011). Video game play, child diet, and physical activity behavior change: A randomized trial. *American Journal of Preventive Medicine*, 40(1), 33-38.
- Barut, B. (2019). *Ergenlerde dijital oyun bağımlılık düzeyi ile algılanan sosyal destek ve duygu düzenleme arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gaziantep.
- Birgün, A., Özen, E., Uğraş, B. S. ve Pehlivan, B. S. (2020). Ortaokul öğrencilerinin fiziksel aktiviteye tutum düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 3(2), 64-75.
- Cengiz, C. ve İnce, M. L. (2013). Okul ortamlarındaki çocukların okul sonrası aktivitelerde algıladıkları öz yeterlikleri. *Yönetim Bilimleri Dergisi*, 11(21), 135-147.
- Çakır, H. (2013). Bilgisayar oyunlarına ilişkin ailelerin görüşleri ve öğrenci üzerindeki etkilerin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2), 138-150.
- Çakto, P., Görgüt, İ., Tannoubi, A., Agyei, M., Srem-Sai, M., Hagan, J. E., Yüksel, O., & Demir, O. (2025). Nomophobia Levels in Turkish High School Students: Variations by Gender, Physical Activity, Grade Level and Smartphone Use. *Youth*, 5(3), 78.
- Erboy, E. (2010). *İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Eren, M. Ö. (2024). Çocuklarda fiziksel aktiviteye karşı tutumun dijital bağımlılık ve obezite ile ilişkisi. *International Journal of Eurasia Social Sciences (IJOESS)*, 15(55), 157-173
- Gentile, D. A. & Anderson, C. A. (2006). Video games. *Encyclopedia of Human Development*, 3(8), 1303-1307.
- Gökçearslan, Ş. ve Durakoğlu, A. (2014). Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23(14), 419-435.
- Griffiths, M., & Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 247–253.
- Gül, G. K. (2011). *Çocuklar ve spor* (1. Basım). Ankara: Spor Yayınevi ve Kitabevi.
- Güllü, M., Arslan, C., Dünder, A. ve Murathan, F. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılıklarının incelenmesi. *Adıyaman Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5(9), 89-100.
- Hazar, Z. ve Hazar, M. (2017). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 203-216.
- Horzum, M. B., Ayas, T. ve Çakırbalta, Ö. (2008). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.
- Ilgaz, H. (2015). Ergenler için oyun bağımlılığı ölçeğinin Türkçeye uyarlama çalışması. *İlköğretim Online*, 14(3).
- İnal, Y. ve Çağıltay, K. (2005, 20 Mart). *İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihlerini etkileyen faktörler*. Erişim Adresi: https://www.researchgate.net/publication/269574497_Ilkogretim_ogrencilerinin_bilgisayar_oyunu_oynama_aliskanliklari_ve_oyun_tercihlerini_etkileyen_faktorler
- Karasar, N. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemi* (28. Basım). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kars, G. B. (2010). *Şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının çocuklarda saldırganlığa etkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kudaş, S., Ülkar, B., & Erdogan, A. (2005). ANKARA İLİ 11-12 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARIN FİZİKSEL AKTİVİTE VE BAZI BESLENME ALIŞKANLIKLARI. *Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1), 19-29.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2012). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95.
- Lieberman, D. A., Fisk, M. C., & Biely, E. (2009). Digital games for young children ages three to six: From research to design. *Computers in the Schools*, 26(3), 299–313.
- Loprinzi, D. P., & Cardinal, B. J. (2011). Measuring children's physical activity and sedentary behaviors. *Journal of Exercise Science & Fitness*, 9(1), 15-23.
- Manly, B. F. J. (2005): *Multivariate statistical methods: A primer* (3rd ed.). London: Chapman & Hall/CRC Press.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı* (1. Basım). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özer, Ö., Köksal, B. ve Altınok, A. (2024). İnternet tabanlı müdahalelere yönelik tutum ölçeği Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Klinik Psikoloji Dergisi*, 8(2), 224-239.
- Papastergiou, M. (2009). Exploring the potential of computer and video games for health and physical activity education: A literature review. *Computers & Education*, 53, 603-622.



- Simonton, K., Mercier, K., Centeio, E., Barcelona, J., Phillips, S., & Garn, A. C. (2021). Development of Youth Physical Activity Attitude Scale (YPAAS) for elementary and middle school students. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 25(2), 110-126.
- Smith, G. (2004). How do computer games affect your children?. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, 17(9), 72-80.
- Şahin, C. ve Tuğrul, M. (2012). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Zeitschrift für die Welt der Türken - Journal of World of Turks*, 4(3), 15-30.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2012). *Using multivariate statistics* (5th ed.). London: Pearson.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). London: Pearson.
- Tarhan, N. ve Nurmedov, S. (2011). *Bağımlılık - sanal veya gerçek* (1. Basım). İstanbul: Timaş Yayıncılık.
- Taş, İ., Eker, H. ve Anlı, G. (2014). Orta öğretim öğrencilerinin internet ve oyun bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction & Cyberbullying*, 1(2), 37-57.
- Uyhan, O., Tabak, E. Y., Devrilmez, M., Devrilmez, E. ve Özer, Ö. (2023). Çocuk ve gençlerde fiziksel aktivite tutum ölçeğinin Türkçe geçerlik ve güvenilirliği. *Beden Eğitimi ve Spor Araştırmaları Dergisi*, 15(1), 19-34.
- Wallenius, M. & Punamäki, R. L. (2008). Finnish longitudinal study on parent-child communication, sex, age and direct aggression. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 29(4), 286-294.
- Yalçın Irmak, A. ve Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- Yengin, D. (2012). *Dijital oyunlarda şiddet* (1. Basım). İstanbul: Beta Basım.
- Yiğit Açıkgöz, F. ve Yalman, A. (2018). Dijital oyunların çocukların kişilik ve davranışları üzerindeki etkisi: GTA 5 oyunu örneği. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 29, 163-180.
- Yüksel, O., & Çakto, P. (2023). İlkokul dönemi çocuklarda fiziksel aktivitenin önemi. İçinde S. Karakuş (Ed.), *Egzersiz ve Toplum Sağlığı – 1* (syf. 18–33). Duvar Yayınevi.
- Zorba, E. (2000). *Fiziksel uygunluk* (1. Basım). Ankara: Neyir Yayıncılık.

TAKIM SPORU VE BİREYSEL SPORLARLA UĞRAŞAN LİSANSLI SPORCULARIN BESLENME BİLGİ DÜZEYİ

Arş. Gör. Ünal Can GÖKMEN¹, Dr. Erdal DEMİR², Dr. Aydın ŞENTÜRK³

¹İstanbul Gelişim Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0002-9258-4458, E-posta: ucgokmen@gelisim.edu.tr

²Çanakkale 18 Mart Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0001-9478-5045, E-posta: erdaldemir@comu.edu.tr

³Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ORCID: 0000-0003-4581-3702, E-posta: aydin.senturk@dpu.edu.tr

*Bu makale yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Özet

Bu araştırmanın amacı, bireysel ve takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların beslenme bilgi düzeylerini incelemek ve bu düzeylerin çeşitli demografik değişkenler doğrultusunda anlamlı farklılık gösterip göstermediğini değerlendirmektir. Çalışma, genel tarama ve ilişkisel tarama modelleri temelinde yürütülmüştür. Araştırmanın örneklemini, Ankara ilinde ikamet eden ve gönüllü olarak araştırmaya katılan 250 sporcu oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ile Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD) kullanılmıştır. Verilerin analizinde IBM SPSS 25 paket programı aracılığıyla betimsel istatistiklerin yanı sıra bağımsız örneklemler t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır.

Araştırma bulguları, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin genel olarak "orta", besin tercih düzeylerinin ise "iyi" düzeyde olduğunu ortaya koymuştur. Cinsiyet, yaş, beden kütle indeksi, spor türü, millî sporcu olma durumu, gelir düzeyi, sigara ve alkol kullanımı, boş zaman süresi, fiziksel aktivite süresi ve öğün sayısı gibi demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık gözlenmemiştir. Bununla birlikte, beslenme eğitimi almış sporcuların bilgi düzeylerinin, bu eğitimi almamış olanlara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı biçimde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca temel beslenme düzeyi ile besin tercihi arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir.

Elde edilen sonuçlar, sporcularda beslenme eğitiminin bilgi düzeyinin artırılmasında etkili olduğunu göstermektedir. Bu doğrultuda, sporculara yönelik sistematik ve kapsamlı beslenme eğitimi programlarının oluşturulması ve yaygınlaştırılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Sporcu beslenmesi; bilgi düzeyi; bireysel sporlar; takım sporları; beslenme eğitimi

Abstract

The aim of this study is to examine the nutritional knowledge levels of athletes interested in individual and team sports and to evaluate whether these levels differ significantly in line with various demographic variables. The study was conducted on the basis of general survey and relational survey models. The sample of the study consisted of 250 athletes residing in Ankara and participating in the study voluntarily. Personal Information Form and Nutrition Knowledge Level Scale for Adults (NNSAS) were used as data collection tools. In the analysis of the data, descriptive statistics, independent samples t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and Pearson correlation analysis were used through IBM SPSS 25 package program.

The findings of the study revealed that the basic nutrition knowledge level of the athletes was generally "moderate" and their food preference level was "good". No significant differences were observed according to demographic variables such as gender, age, body mass index, sport type, national athlete status, income level, smoking and alcohol use, leisure time, physical activity duration and number of meals. However, it was determined that the knowledge level of athletes who had received nutrition education was statistically

significantly higher than those who had not received this education. In addition, a positive and significant relationship was found between basic nutrition level and food preference. The results obtained indicate that nutrition education in athletes

Keywords: Sports nutrition; nutritional knowledge; individual sports; team sports; nutrition education

Giriş

Spor beslenmesi ve bilgi seviyeleri üzerine yapılan araştırmalar, sporcular ve spora dahil olan personelin beslenme ilkelerini anlama ve etkili bir şekilde uygulama konusundaki eğilimlerinin endişe verici olduğunu göstermektedir. Çeşitli çalışmalarda, sporcuların spor beslenmesi konusundaki bilgilerinin değişkenlik gösterdiği ancak genel olarak yetersiz olduğu belirlenmiştir. Oysa bu konu, hem performansın hem de sağlığın optimize edilmesi açısından kritik bir öneme sahiptir.

Heaney ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilen sistematik bir derleme, sporcuların beslenme bilgisine dair eksikliklerini ortaya koymuş ve bu bilginin spor dallarına göre farklılık gösterdiğini vurgulamıştır. Özellikle görsel estetik bileşeni içeren spor dallarında (örneğin jimnastik) yer alan sporcuların, diğer spor dallarına kıyasla daha iyi bir beslenme bilgisine sahip oldukları belirlenmiştir. Bu durum, spor dalına özgü bağlamların beslenme eğitimi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu göstermektedir (1). Beslenme bilgisi eksikliği, kötü beslenme alışkanlıklarıyla doğrudan ilişkilendirilmiş olup spor beslenmesi konusunda eğitimin geliştirilmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır (2). Örneğin, Staśkiewicz ve arkadaşları tarafından yapılan bir çalışmada, profesyonel futbolcuların beslenme bilgisi anketinden ortalama %51,49 puan aldığı belirlenmiş, bu da onların bilgi düzeyinin "orta" olarak değerlendirilmesine yol açmış ve beslenme eğitiminin hedeflenmesi gereken önemli bir alan olduğunu ortaya koymuştur (3). Ayrıca, birçok çalışma antrenörlerin ve eğitimcilerin bu eğitim sürecindeki rolüne vurgu yapmaktadır. Farklı bir araştırmaya göre antrenörler genellikle sporculara beslenme konusunda rehberlik edecek yeterli bilgiye sahip değildir. Bu durum, beslenme uzmanlarına önemli bir sorumluluk yüklemektedir (4). Jacob ve arkadaşları ise antrenörlerin beslenme konusunda önerilerde bulunma niyetlerinin büyük ölçüde kendi bilgi seviyelerine bağlı olduğunu ve antrenörlerin beslenme eğitiminin geliştirilmesinin, sporcuların beslenme stratejilerine önemli katkılar sağlayabileceğini ifade etmektedir (5). Sporcuların beslenme bilgisi ve beslenme alışkanlıkları üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların önemli bir bölümü, beslenme eğitimi müdahalelerinin etkisine odaklanmaktadır. Sánchez-Díaz ve arkadaşları tarafından yapılan sistematik bir derleme, çoğu beslenme eğitimi girişiminin takım sporları genelinde beslenme alışkanlıklarını olumlu yönde etkilediğini göstermiştir (6). Benzer şekilde, Trakman ve arkadaşlarının bulguları, gelişmiş beslenme bilgisinin daha iyi beslenme alışkanlıkları ile ilişkili olduğunu ve aynı zamanda sporcuların performansı üzerinde de kritik bir rol oynadığını ortaya koymuştur (7). Sporcu beslenmesinin temel amacı, sporcuların yaptığı sporun türüne ve müsabaka dönemlerine uygun olarak besin alımını düzenlemektir. Bu bağlamda, bireyin yaşı, cinsiyeti ve günlük fiziksel aktivite düzeyi gibi faktörler göz önünde bulundurularak beslenme planlaması yapılmalıdır.



Bu çerçevede, çalışmanın amacı bireysel ve takım sporlarıyla uğraşan sporcuların beslenme bilgi düzeylerini incelemek ve bu alandaki farkındalık seviyelerini değerlendirmektir.

YÖNTEM

ARAŞTIRMANIN MODELİ

Araştırmanın modeli genel tarama modeli ve ilişkisel tarama modeli olarak belirlenmiştir. Genel tarama modeli, geniş bir evrende yer alan çok sayıda birey üzerinde gerçekleştirilen ve evren hakkında genel bir yargıya ulaşmayı amaçlayan araştırma modelidir. Bu modelde, tüm evren veya evrenden belirlenen bir örneklem üzerinde veri toplama ve analiz çalışmaları yürütülmektedir. İlişkisel tarama modeli ise iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkiyi inceleyen ve bu değişkenlerde meydana gelen değişim düzeyini belirlemeye yönelik araştırma yaklaşımıdır (8).

Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini, Ankara ilinde yaşayan ve bireysel veya takım sporlarıyla ilgilenen bireyler oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklemi ise seçkisiz örnekleme yöntemi ile belirlenmiş olup, gönüllülük esasına dayalı olarak araştırmaya katılan 250 sporcudan oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama sürecinde Kişisel Bilgi Formu ve Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD) kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formu, katılımcıların demografik özelliklerini ve yaşam tarzlarına ilişkin değişkenleri tespit etmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulmuştur. Formda; cinsiyet, yaş, boy, kilo, spor branşı, lisanslı spor yapma süresi, aktif olarak müsabakalara katılım süresi, millî sporcu olma durumu, en uzun süre yaşanan şehir, algılanan gelir düzeyi, sigara ve alkol kullanımı, günlük boş zaman süresi, günlük fiziksel aktivite süresi, günlük öğün sayısı ve beslenme eğitimi alıp almadıkları gibi değişkenlere yönelik sorular yer almaktadır.

Araştırmada kullanılan YETBİD ölçeği, Batmaz (2018) tarafından geliştirilmiş ve geçerlik ile güvenilirlik analizleri tamamlanmıştır. Ölçek, iki ayrı bölümden oluşmaktadır. "Temel Beslenme" alt ölçeği 20 maddeden meydana gelmiş olup iç güvenilirlik katsayısı Cronbach's Alpha değeri 0,72 olarak belirlenmiştir. Diğer yandan, "Beslenme Tercihi" alt ölçeği 12 maddeden oluşmakta ve iç güvenilirlik katsayısı Cronbach's Alpha değeri 0,74 olarak hesaplanmıştır.

Bu ölçek, katılımcıların beslenme bilgi düzeylerini ölçmek amacıyla 5'li Likert tipi bir derecelendirme sistemi kullanılmaktadır. Katılımcılar, sunulan ifadeler hakkındaki düşüncelerini belirterek yanıtlarını iletmıştır. Değerlendirme sistemi çerçevesinde; doğru önermelerde, "Kesinlikle Katılıyorum" yanıtı 4 puan, "Katılıyorum" yanıtı 3 puan, "Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum" yanıtı 2 puan, "Katılmıyorum" yanıtı 1 puan ve "Kesinlikle

Katılmıyorum” yanıtı 0 puan olarak puanlanmıştır. Yanlış önermelerde ise bu puanlama tersine çevrilerek; “Kesinlikle Katılıyorum” 0 puan, “Katılıyorum” 1 puan, “Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum” 2 puan, “Katılmıyorum” 3 puan ve “Kesinlikle Katılmıyorum” 4 puan olarak değerlendirilmiştir. Katılımcıların YETBİD’den aldıkları toplam puanlar, iki farklı bilgi alanında belirli aralıklarla sınıflandırılmıştır: “Temel Beslenme Bilgisi” için her 10 puanlık dilim ve “Besin Tercihi Bilgisi” için her 6 puanlık dilim esas alınmıştır. Bu puanlara göre bireylerin beslenme bilgi düzeyleri, “kötü, orta, iyi ve çok iyi” olmak üzere dört ana kategoriye ayrılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen tüm verilerin istatistiksel analizi IBM SPSS Statistics 25 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların demografik ve beslenme özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmış; sayısal değişkenler ortalama, standart sapma, ortanca, minimum ve maksimum değerleri ile; nitel veriler ise frekans (n) ve yüzde (%) olarak sunulmuştur.

Veri analizinde kullanılacak testlerin belirlenmesi amacıyla normallik testleri uygulanmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu doğrultuda, gruplar arası karşılaştırmalar için Independent Samples T Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) gibi parametrik testler kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ise Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Tüm istatistiksel analizlerde %95 güven aralığı temel alınmış ve anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Tablo 1. Katılımcılara Demografik Bilgileri

		Frekans (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	115	46
	Erkek	135	54
Yaş	15-18	53	21,2
	19-22	145	58,0
	23-26	36	14,4
	27-30	11	4,4
	31-34	1	,4
	35-38	4	1,6
	39 ve üzeri	0	0
BKİ	18,50 altı	24	9,6
	18,5 ile 24,99 arası	180	72,0
	25 ile 29,99 arası	42	16,8
	30 ve üzeri	4	1,6
Spor Türü	Bireysel	117	46,8
	Takım	107	42,8
	Belirtilmemiş	26	10,4
Algıladığı Gelir	Çok kötü	9	3,6

Düzeıı	Kötü	34	13,6
	Orta	160	64,0
	İyi	44	17,6
	Çok iyi	3	1,2
Sigara Kullanma Durumu	Evet	59	23,6
	Hayır	191	76,4
Alkol Kullanma Durumu	Evet	37	14,8
	Hayır	213	85,2

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD) kullanılmıştır. Kişisel Bilgi Formu, katılımcıların demografik özellikleri ile yaşam tarzı değişkenlerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Formda; cinsiyet, yaş, boy, kilo, spor branşı, lisanslı spor yapma süresi, aktif olarak müsabakalara katılım süresi, millî sporcu olma durumu, en uzun süre yaşanan şehir, algılanan gelir düzeyi, sigara ve alkol kullanımı, günlük boş zaman süresi, günlük fiziksel aktivite süresi, günlük öğün sayısı ve beslenme eğitimi alıp almadıkları gibi değişkenlere yönelik sorular yer almaktadır.

Çalışmada kullanılan YETBİD ölçeği, Batmaz (2018) tarafından geliştirilmiş ve geçerlik-güvenirlik çalışmaları tamamlanmıştır. Ölçek iki bölümden oluşmaktadır. "Temel Beslenme" alt ölçeği 20 madde içermekte olup iç güvenirlik katsayısı Cronbach's Alpha = 0,72, "Beslenme Tercihi" alt ölçeği ise 12 maddeden oluşmakta ve iç güvenirlik katsayısı Cronbach's Alpha = 0,74 olarak hesaplanmıştır.

Ölçek, katılımcıların beslenme bilgi düzeylerini değerlendirmek amacıyla 5'li Likert tipi bir derecelendirme sistemine sahiptir. Katılımcılar, her bir ifadeye yönelik görüşlerini belirterek yanıt vermiştir. Puanlama sistemi doğrultusunda, doğru önermelerde "Kesinlikle Katılıyorum" yanıtı 4 puan, "Katılıyorum" yanıtı 3 puan, "Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum" yanıtı 2 puan, "Katılmıyorum" yanıtı 1 puan, "Kesinlikle Katılmıyorum" yanıtı ise 0 puan olarak değerlendirilmiştir. Yanlış önermelerde ise bu puanlama tersine çevrilmiştir; "Kesinlikle Katılıyorum" 0 puan, "Katılıyorum" 1 puan, "Ne Katılıyorum Ne Katılmıyorum" 2 puan, "Katılmıyorum" 3 puan ve "Kesinlikle Katılmıyorum" 4 puan olarak hesaplanmıştır.

Katılımcıların YETBİD'den aldığı toplam puanlar, "Temel Beslenme Bilgisi" alanında 10'ar puanlık, "Besin Tercihi Bilgisi" alanında ise 6'şar puanlık aralıklarla sınıflandırılmıştır. Bu doğrultuda, bireylerin beslenme bilgi düzeyleri "kötü, orta, iyi ve çok iyi" olmak üzere dört farklı kategoriye ayrılmıştır. Ölçeğin değerlendirme aralıkları Tablo 2'de detaylandırılmıştır.

Tablo 2. YETBİD Puanlarına Göre Değerlendirme Aralıkları

	Puan Aralığı	Sınıflandırma
	<45	Kötü
Temel Beslenme (Alınabilecek)	45-55	Orta

En yüksek Puan 80)	56-65	İyi
	>65	Çok İyi
Besin Tercihi (Alınabilecek En Yüksek Puan 48)	<30	Kötü
	30-36	Orta
	37-42	İyi
	>42	Çok İyi

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen tüm verilerin istatistiksel analizi IBM SPSS Statistics 25 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların demografik ve beslenme özelliklerine ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmış; sayısal değişkenler ortalama, standart sapma, ortanca, minimum ve maksimum değerleri ile; nitel veriler ise frekans (n) ve yüzde (%) olarak sunulmuştur.

Veri analizinde kullanılacak testlerin belirlenmesi amacıyla normallik testleri uygulanmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu doğrultuda, gruplar arası karşılaştırmalar için Independent Samples T Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) gibi parametrik testler kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla ise Pearson Korelasyon Analizi uygulanmıştır. Tüm istatistiksel analizlerde %95 güven aralığı esas alınarak anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Tablo 3. Temel Beslenme Ölçeği Maddeleri Betimleyici İstatistik Sonuçları

Temel Beslenme Ölçeği Maddeleri		Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Hiç Katılmıyorum
Doğal, taze sıkılmış meyve suları şeker içermez.	f	56	105	16	55	18
	%	7,2	22	6,4	42	22,4
Havuç iyi bir A vitamini kaynağıdır.	f	72	103	46	18	11
	%	28,8	41,2	18,4	7,2	4,4
Vitamin ve mineraller enerji verir.	f	41	42	23	102	42
	%	16,4	16,8	9,2	40,8	16,8
Karbonhidratlar temel enerji kaynağıdır.	f	100	89	27	25	9
	%	40	35,6	10,8	10	3,6
Dondurulmuş ürünlerin besin değeri taze besinlerden daha düşüktür.	f	80	96	43	18	13
	%	32	38,4	17,2	7,2	5,2
Meyvelerin protein içeriği yüksektir.	f	41	75	42	68	24
	%	16,4	30	16,8	27,2	9,6
Yumurta ile kırmızı et, içerdikleri protein miktarı açısından benzerdir.	f	40	108	44	43	15
	%	16	43,2	17,6	17,2	6

Zeytinyağı tüketmek kolesterolü yükseltir.	f	43	82	78	35	12
	%	17,2	32,8	31,2	14	4,8
Kuru fasulye piyazının lif içeriği yüksektir.	f	40	106	86	15	3
	%	16	42,4	34,4	6	1,2
Salam ve sosis gibi işlenmiş et ürünlerinin içerisinde bulunan yağlar sağlık için zararlıdır.	f	159	75	13	2	1
	%	63,6	30	5,2	0,8	0,4
Süt ve ürünlerinde bulunan kalsiyum minerali kemik ve diş sağlığı için önemlidir.	f	153	83	7	6	1
	%	61,2	33,2	2,8	2,4	0,4
Kemik erimesinden korunmada gerekli olan D vitaminin en iyi kaynağı güneştir.	f	127	87	25	10	1
	%	50,8	34,8	10	4	0,4
E vitamini görme duyusu için oldukça etkili bir vitamindir.	f	138	80	19	5	8
	%	55,2	32	7,6	2	3,2
Portakalda bulunan C vitamini bağışıklığı güçlendirerek soğuk algınlığı ve gribal enfeksiyonlara karşı korur.	f	156	86	6	1	1
	%	62,4	34,4	2,4	0,4	0,4
İçerdiği vitaminlerden dolayı tam tahıllı(esmer) ekmek tüketmek sinir sistemi için faydalıdır.	f	43	79	95	22	11
	%	17,2	31,6	38	8,8	4,4
Tuzun fazla tüketilmesi tansiyonu etkilemez.	f	138	80	19	5	8
	%	55,2	32	7,6	2	3,2
Kırmızı et B12 vitamini içerdiği için unutkanlığı önlemede etkilidir.	f	69	96	56	18	11
	%	27,6	38,4	22,4	7,2	4,4
Kırmızı ve mor renkli sebze ve meyveler kanserden koruyucudur.	f	55	93	88	12	2
	%	22	37,2	35,2	4,8	0,8
Balığın doymuş yağ içeriği kırmızı etten daha yüksektir.	f	15	23	113	62	37
	%	6	9,2	45,2	24,8	14,8
Yağlar, protein ve karbonhidratlara göre daha az enerji içerirler.	f	31	83	47	40	49
	%	12,4	33,2	18,8	16	19,6

Bu araştırmada, takım sporları ve bireysel sporlarla ilgilenen sporcuların beslenme bilgi düzeyleri incelenmiştir. Çalışma kapsamında uygulanan Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği'nin (YETBİD) Temel Beslenme alt boyutuna ilişkin betimleyici istatistikler Tablo 3'de sunulmaktadır. Bu tabloda, katılımcıların temel beslenme bilgi düzeylerini değerlendirmek amacıyla elde edilen ortalama, standart sapma ve diğer istatistiksel ölçütler yer almaktadır.

Tablo 4. Katılımcıların “Beslenme ve Sağlık Arasındaki İlişkinin Derecesi Nasıldır? Değerlendiriniz.” Sorusuna Verdikleri Cevaplar

Hiç İlişki Olmaması										Yüksek İlişki Olması	
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
0	1	6	4	4	11	15	25	37	25	122	

Tablo 4'te Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği kapsamında, sporculardan beslenme ve sağlık arasındaki ilişkiyi değerlendirmeleri ve bu ilişkiyi 0'dan 10'a kadar bir puan vererek derecelendirmeleri istenmiştir. Elde edilen yanıtlar analiz edildiğinde, sporcuların büyük çoğunluğunun beslenme ve sağlık arasındaki ilişkinin yüksek düzeyde olduğunu düşündükleri görülmüştür. Bu bulgular, sporcuların beslenmenin sağlık üzerindeki etkisine dair güçlü bir farkındalığa sahip olduklarını göstermektedir.

Tablo 5. Besin Tercihi Ölçeği Maddeleri Betimleyici İstatistik Sonuçları

Beslenme Tercihi Ölçeği Maddeleri		Tamamen Katılıyorum	Katılıyorum	Kararsızım	Katılmıyorum	Hiç Katılmıyorum
Şeker hastalarının meyve suyu yerine meyvenin kendisini (mümkünse kabuğunu soymadan) tüketmeleri daha sağlıklıdır.	f	95	108	30	13	4
	%	38	43,2	12	5,2	1,6
Şekerli besinler yerine lifli besinler tüketmek kabızlığı önler.	f	58	103	70	10	9
	%	23,2	41,2	28	4	3,6
Gıdalarla aldığı yağ miktarını azaltmak isteyen bir birey tavuk kızartma yerine tavuk ızgara tercih etmelidir.	f	94	103	30	17	6
	%	37,6	41,2	12	6,8	2,4
Bir öğündeki aldığı proteini artırmak isteyen kişi, bulgurlu ıspanak yemeği yerine yumurtalı ıspanak yemeğini tercih etmelidir.	f	85	110	37	15	3
	%	34	44	14,8	6	1,2
Ara öğünde tatlı bisküvi yerine kepekli galeta tüketmek daha doğru bir seçimdir.	f	90	123	25	9	3
	%	36	49,2	10	3,6	1,2
Çocukların beslenme çantasına gofret yerine 3-4 adet kuru kayısı koymak daha faydalıdır.	f	179	62	7	0	2
	%	71,6	24,8	2,8	0	0,8
Bir yetişkinin sıvı ihtiyacını çay ve kahve gibi içecekler yerine su tüketerek karşılaması daha doğrudur.	f	170	59	11	5	5
	%	68	23,6	4,4	2	2
Vitamin ve mineralleri doğrudan besinlerden almak yerine ilaç şeklindeki vitaminlerden almak daha faydalıdır.	f	130	72	17	18	13
	%	52	28,8	6,8	7,2	5,2
Hayvansal kaynaklı besinlerin (et, balık, süt, yumurta gibi) içerisindeki proteinler vücut sağlığı için çok önemlidir.	f	171	63	11	5	0
	%	68,4	25,2	4,4	2	0
Beyaz ekmek, tam tahıllı (esmer) ekmeğe göre daha sağlıklıdır.	f	124	72	34	13	7
	%	49,6	28,8	13,6	5,2	2,8
Alınan tuzu azaltmak için lahana turşusu yerine lahana salatası tercih edilmelidir.	f	73	88	77	6	6
	%	29,2	35,2	30,8	2,4	2,4
Gıdalardan aldığı yağ miktarını azaltmak isteyen biri light süt tercih edebilir.	f	50	100	75	16	9
	%	20	40	30	6,4	3,6

Araştırma kapsamında kullanılan Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi

Ölçeği'nin Beslenme Tercihi alt boyutuna ilişkin betimleyici istatistikler tablo 5'de sunulmaktadır.

Tablo 6. Katılımcıların “Günlük Hayatınızda Uyguladığınız Besin Tercihlerinizi Ne Kadar Doğru Buluyorsunuz? Değerlendiriniz?” Sorusuna Verdikleri Cevaplar

Hiç İlişki Olmaması						Yüksek İlişki Olması				
0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
0	7	11	15	28	50	33	44	29	13	20

Tablo 6'da, Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği kapsamında sporculardan, günlük hayatta uyguladıkları besin tercihlerini doğru bulup bulmadıklarını değerlendirmeleri ve bu durumu 0'dan 10'a kadar bir puan vererek derecelendirmeleri istenmiştir. Elde edilen yanıtların analizi sonucunda, sporcuların beslenme tercihlerini genel olarak orta düzeyde doğru buldukları tespit edilmiştir. Bu bulgu, sporcuların beslenme alışkanlıkları konusunda belirli bir farkındalığa sahip olduklarını ancak bu farkındalığın tam anlamıyla optimal düzeye ulaşmadığını göstermektedir.

Tablo 7. Cinsiyete Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

	Cinsiyet	N	Ort.	ss	df	t	P
Temel Beslenme	Kadın	115	55,8087	5,79609	248	1,883	0,061
	Erkek	135	54,3037	6,69403			
Beslenme Tercihi	Kadın	115	38,3304	5,13967	248	1,556	0,121
	Erkek	135	37,2741	5,52394			

Tablo 7'de, sporcuların cinsiyete göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta düzeyde, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ancak, cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiş; kadın ve erkek sporcuların temel beslenme bilgisi ve beslenme tercihleri açısından benzer düzeyde oldukları görülmüştür. Bu bulgu, beslenme bilgi düzeyinin cinsiyete bağlı olarak farklılaşmadığını, dolayısıyla her iki cinsiyetin de benzer beslenme farkındalığına sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 8. Yaşa Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

	Yaş	N	Ort.	ss	df	F	p	Fark
Temel Beslenme	15-18 yaş ¹	53	53,9811	6,47032				
	19-22 yaş ²	145	55,7379	6,05532				
	23-26 yaş ³	36	53,8611	7,07976				
	27-30 yaş ⁴	11	53,3636	6,39176	5	1,178	0,320	-
	31-34 yaş ⁵	1	52,0000	.				
	35-38 yaş ⁶	4	57,0000	6,32456				
	39 ve üzeri ⁷	0	0	0				

Beslenme	15-18 yaş ¹	53	37,9623	5,60550				
Tercihi	19-22 yaş ²	145	38,0483	5,26563				
	23-26 yaş ³	36	36,7500	5,28813				
	27-30 yaş ⁴	11	36,5455	6,42439	5	0,673	0,644	-
	31-34 yaş ⁵	1	42,0000	.				
	35-38 yaş ⁶	4	36,0000	4,24264				
	39 ve üzeri ⁷	0	0	0				

Tablo 8’de, sporcuların yaşa göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta düzeyde, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ancak, yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu durum, farklı yaş gruplarındaki sporcuların temel beslenme bilgisi ve beslenme tercihleri açısından benzer düzeyde olduklarını göstermektedir.

Tablo 9. BKİ’ne Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

	BKİ	N	Ort.	ss	df	F	p	Fark
Temel	18,5 altı ¹	24	55,6667	5,41067				
Beslenme	18,5–24,99 ²	180	55,1111	6,40172	3	0,370	0,775	-
	25-29,99 ³	42	54,2619	6,72113				
	30 ve üzeri ⁴	4	53,5000	4,79583				
Beslenme	18,5 altı ¹	24	35,7917	4,52028				
Tercihi	18,5–24,99 ²	180	37,8722	5,53004	3	1,300	0,275	-
	25-29,99 ³	42	38,3095	5,00482				
	30 ve üzeri ⁴	4	38,7500	5,37742				

Tablo 9’da, sporcuların Beden Kütle İndeksi (BKİ)'ne göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçları, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğunu göstermektedir. Ancak, BKİ grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamış, farklı BKİ kategorilerindeki sporcuların temel beslenme bilgisi ve beslenme tercihleri açısından benzer düzeyde oldukları tespit edilmiştir. Bu bulgu, sporcuların vücut kütle indekslerinden bağımsız olarak benzer beslenme farkındalığına sahip olduklarını ortaya koymaktadır.

Tablo 10. Spor Türüne Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

		N	Ort.	ss	df	t	p
Temel	Bireysel	117	55,9231	6,34518	222	1,666	0,097
Beslenme	Takım	107	54,4953	6,47400			
Beslenme	Bireysel	117	38,4872	4,75724	201,653	1,655	0,099
Tercihi	Takım	107	37,2804	6,01538			

Tablo 10'da, sporcuların spor türüne göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ancak, spor türüne göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu durum, bireysel sporlarla uğraşan sporcular ile takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinin benzer olduğunu göstermektedir.

Tablo 11. Milli Sporcu Olma Durumuna Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

		N	Ort.	ss	df	t	p
Temel Beslenme	Evet	26	54,3077	5,37973	248	-0,585	0,559
	Hayır	224	55,0759	6,43620			
Beslenme Tercihi	Evet	26	38,1538	4,16358	248	0,395	0,693
	Hayır	224	37,7143	5,49428			

Tablo 11'de, sporcuların millî sporcu olma durumuna göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ancak, millî sporcu olma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgu, millî sporcu olan ve olmayan sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeyleri açısından benzer bir bilgi seviyesine sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 12. Algılanan Gelir Durumuna Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

		N	Ort.	ss	df	F	p	Fark
Temel Beslenme	Çok kötü ¹	9	56,7778	5,11805				
	Kötü ²	34	55,1471	6,88491				
	Orta ³	160	54,8313	6,25478	4	0,252	0,908	-
	İyi ⁴	44	55,2045	6,71541				
	Çok iyi ⁵	3	53,6667	,57735				
Beslenme Tercihi	Çok kötü ¹	9	39,0000	5,89491				
	Kötü ²	34	37,5588	5,37779				
	Orta ³	160	37,8750	5,29477	4	0,865	0,486	-
	İyi ⁴	44	36,9545	5,61540				
	Çok iyi ⁵	3	42,0000	3,46410				

Tablo 12'de, sporcuların algılanan gelir durumuna göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ancak, algılanan gelir durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgu, farklı gelir seviyelerine sahip sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinde benzer bir bilgi seviyesine sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 13. Sigara Kullanma Durumuna Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

		N	Ort.	ss	df	t	P
Temel	Evet	59	54,5424	6,70646	248	-0,629	0,530
Beslenme	Hayır	191	55,1361	6,21986			
Beslenme	Evet	59	38,0339	5,42334	248	0,448	0,655
Tercihi	Hayır	191	37,6754	5,35963			

Tablo 13'te, sporcuların sigara kullanma durumuna göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ancak, sigara kullanma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgu, sigara kullanan ve kullanmayan sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinde benzer bilgi seviyesine sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 14. Alkol Kullanma Durumuna Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

		N	Ort.	ss	df	t	p
Temel	Evet	37	56,8378	6,25617	248	1,928	0,055
Beslenme	Hayır	213	54,6761	6,30163			
Beslenme	Evet	37	38,4595	5,03650	248	0,859	0,391
Tercihi	Hayır	213	37,6385	5,42320			

Tablo 14'te, sporcuların alkol kullanma durumuna göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ancak, alkol kullanma durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgu, alkol kullanan ve kullanmayan sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinde benzer bilgi seviyesine sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 15. Günlük Boş Zaman Süresine Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

		N	Ort.	ss	df	F	p	Fark
Temel	1 saatten az ¹	13	51,2308	6,94207				
Beslenme	1-2 saat ²	48	55,2292	6,99617				
	3-4 saat ³	96	55,4375	5,56268	4	1,473	0,211	-
	5-6 saat ⁴	71	55,2535	6,18689				
	7 saat ve fazlası ⁵	22	53,9545	7,69339				
Beslenme	1 saatten az ¹	13	36,6923	4,17102				
Tercihi	1-2 saat ²	48	38,6250	6,40686				
	3-4 saat ³	96	37,7708	4,80017	4	0,664	0,617	-
	5-6 saat ⁴	71	37,2113	5,48743				
	7 saat ve fazlası ⁵	22	38,2273	5,59704				

Tablo 15'te, sporcuların günlük boş zaman süresine göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu

belirlenmiştir. Ancak, günlük boş zaman süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgu, farklı boş zaman sürelerine sahip sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinde benzer bilgi seviyesine sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 16. Günlük Fiziksel Aktivite Süresine Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

		N	Ort.	ss	df	F	p	Fark
Temel Beslenme	1 saatten az ¹	38	54,8158	6,99365	4	0,773	0,544	-
	1-2 saat ²	108	54,7593	6,54084				
	3-4 saat ³	66	55,6212	5,77998				
	5-6 saat ⁴	27	55,7407	5,77523				
	7 saat ve fazlası ⁵	11	52,3636	6,51572				
Beslenme Tercihi	1 saatten az ¹	38	37,2632	5,89404	4	0,446	0,775	-
	1-2 saat ²	108	37,7500	4,87627				
	3-4 saat ³	66	37,9091	5,99160				
	5-6 saat ⁴	27	38,6667	5,06876				
	7 saat ve fazlası ⁵	11	36,4545	5,35469				

Tablo 16’da, sporcuların günlük fiziksel aktivite süresine göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Ancak, günlük fiziksel aktivite süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgu, farklı fiziksel aktivite sürelerine sahip sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinde benzer bilgi seviyesine sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 17. Öğün Sayısına Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

	Yaş	N	Ort.	ss	df	F	p	Fark
Temel Beslenme	1 öğün ¹	3	52,0000	3,46410	5	0,208	0,959	-
	2 öğün ²	64	55,3281	6,63099				
	3 öğün ³	125	55,0080	6,29579				
	4 öğün ⁴	40	54,5750	6,06329				
	5 öğün ⁵	11	55,0000	4,83735				
	6 öğün ⁶	7	55,4286	9,62388				
Beslenme Tercihi	1 öğün ¹	3	41,3333	4,61880	5	0,681	0,638	-
	2 öğün ²	64	37,1563	5,33101				
	3 öğün ³	125	38,1840	5,53199				
	4 öğün ⁴	40	37,4750	4,67940				
	5 öğün ⁵	11	36,8182	6,58511				
	6 öğün ⁶	7	37,2857	5,08967				

Tablo 17’de, sporcuların günlük öğün sayısına göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu

belirlenmiştir. Ancak, günlük öğün sayısına göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu bulgu, farklı öğün sayısına sahip sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinde benzer bilgi seviyesine sahip olduğunu göstermektedir.

Tablo 18. Beslenme Eğitimi Alma Durumuna Göre Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Sonuçları

		N	Ort.	ss	df	t	P
Temel Beslenme	Evet	44	57,6818	5,27730	248	3,156	0,002*
	Hayır	206	54,4223	6,39827			
Beslenme Tercihi	Evet	44	39,2727	5,49572	248	2,074	0,039*
	Hayır	206	37,4369	5,29550			

Tablo 18’de, sporcuların beslenme eğitimi alma durumuna göre Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi ölçeğine verdikleri yanıtlar incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi bilgi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, beslenme eğitimi almış olan sporcuların istatistiksel olarak anlamlı düzeyde daha yüksek temel beslenme ve besin tercihi bilgi seviyesine sahip oldukları tespit edilmiştir. Bu bulgu, beslenme eğitiminin sporcuların beslenme bilgi düzeylerini artırmada önemli bir faktör olduğunu göstermektedir.

Tablo 19. Temel Beslenme ve Besin Tercihi Ölçeği Arasındaki İlişki

	Beslenme Tercihi	
Temel Beslenme	r	0,524*
	p	0,000

Tablo 19’da, Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği (YETBİD) kapsamında yer alan Temel Beslenme ve Beslenme Tercihi bölümleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre, bu iki değişken arasında istatistiksel açıdan anlamlı ve orta düzeyde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, temel beslenme bilgi düzeyi arttıkça, beslenme tercihi düzeyinin de arttığını göstermektedir. Dolayısıyla, bireylerin temel beslenme konusunda daha bilinçli olmalarının, beslenme tercihlerini daha sağlıklı yönde şekillendirdiği sonucuna ulaşılmıştır.

Tartışma ve Sonuç

Bu araştırmada, bireysel ve takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların beslenme bilgi düzeyleri incelenmiştir. Çalışma kapsamında uygulanan Yetişkinler İçin Beslenme Bilgi Düzeyi Ölçeği aracılığıyla, sporcuların beslenme ve sağlık arasındaki ilişkiyi değerlendirmeleri ve bu ilişkiyi 0 ile 10 arasında puanlandırmaları istenmiştir. Elde edilen bulgular, sporcuların beslenme ile sağlık arasındaki ilişkinin yüksek düzeyde olduğunu düşündüklerini ortaya koymuştur. Ayrıca sporcuların günlük hayatta uyguladıkları besin tercihlerini doğru bulup bulmadıklarını değerlendirmeleri ve benzer şekilde 0 ile 10 arasında bir puan vermeleri talep edilmiştir. Sonuçlar, sporcuların beslenme tercihlerini orta düzeyde doğru bulduklarını göstermektedir. Cinsiyet, yaş, beden kütle indeksi (BKİ),



spor türü, millî sporcu olma durumu, algılanan gelir düzeyi, sigara ve alkol kullanımı, günlük boş zaman süresi, günlük fiziksel aktivite süresi ve öğün sayısına göre sporcuların temel beslenme bilgi düzeylerinin orta, beslenme tercihi düzeylerinin ise iyi düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Ancak, yapılan analizlerde bu değişkenlere göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamış, sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinin bu faktörlerden bağımsız olarak benzer olduğu belirlenmiştir. Bununla birlikte, beslenme eğitimi alma durumu dikkate alındığında, istatistiksel açıdan anlamlı bir fark tespit edilmiş, beslenme eğitimi alan sporcuların temel beslenme ve besin tercihi düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bu bulgu, sporcuların beslenme eğitimi almalarının bilgi düzeylerini artırmada önemli bir faktör olduğunu ortaya koymaktadır. Sporcular arasındaki beslenme bilgisi düzeyi, eğitim, spor dalı ve coğrafi konum gibi faktörlerden etkilenen önemli farklılıkları ortaya koyan kapsamlı araştırmalara konu olmuştur. Çeşitli çalışmaların sistematik bir incelemesi, sporcuların genellikle yetersiz beslenme bilgisine sahip olduğunu ve bunun performanslarıyla doğrudan ilişkili olduğunu göstermektedir. Örneğin, Jagim ve arkadaşları, daha yüksek düzeyde spor beslenmesi bilgisine sahip üniversite sporcularının daha iyi vücut kompozisyonu parametrelerine sahip olduğunu belirlemiş ve beslenme bilgisi ile vücut yağ yüzdesi arasında bir ilişki olduğunu öne sürmüştür (10). Bu bulgu, beslenme ihtiyaçlarını anlayan sporcuların daha sağlıklı vücut kompozisyonunu koruma eğiliminde olduklarını ve bunun atletik performans açısından kritik bir faktör olduğunu göstermektedir. Benzer şekilde, Hasanpouri ve arkadaşları, İran'daki profesyonel sporcular arasında beslenme bilgisi ile performans arasında anlamlı bir ilişki olduğunu rapor etmiş ve artan bilgi düzeyinin daha iyi beslenme alışkanlıklarına yol açtığını doğrulamıştır (11). Ayrıca, Alahmadi ve Albassam tarafından yürütülen araştırma, sporcular arasındaki beslenme bilgisi eksikliklerinin, diyet uygulamalarını olumsuz etkileyerek performanslarını ve iyileşme kapasitelerini sınırlayabileceğini ortaya koymuştur. Çalışmaları, sporcuların doğru beslenme davranışlarına ilişkin bilgi eksikliklerini gidermek için özel olarak hazırlanmış beslenme danışmanlığının gerekliliğini vurgulamaktadır (12). Musau ve arkadaşları ise, Ugandalı dayanıklılık sporcularının iyileşme stratejileri konusunda yüksek düzeyde beslenme bilgisine sahip olduğunu belirlemiş ve belirli alanlarda verilen eğitimin, optimum performansı teşvik etmede önemli olduğunu ortaya koymuştur (13). Bunun aksine, Jusoh ve arkadaşları tarafından yapılan çalışmalar, farklı spor branşları arasında temel beslenme bileşenleri, özellikle karbonhidrat ve proteinlerin toparlanmadaki rolü hakkında yetersiz bilgiye sahip olan sporcuların oranının yüksek olduğunu göstermektedir. Genç hentbol sporcuları üzerinde yapılan değerlendirmede, ortalama beslenme bilgi puanının %59,6 olduğu bulunmuş ve özellikle atletik performans açısından kritik beslenme alanlarında önemli bir iyileştirme ihtiyacı olduğu sonucuna varılmıştır (14). Beslenme bilgisi düzeylerindeki farklılıklar, eğitim geçmişine göre karşılaştırıldığında da belirgin hale gelmektedir. Tam ve arkadaşları, üniversite eğitimi almış sporcuların beslenme bilgisi değerlendirmelerinde, eğitim almayanlara kıyasla anlamlı derecede daha yüksek puanlar elde ettiğini belirlemiş ve akademik eğitimin beslenme bilgisi üzerindeki rolünü vurgulamıştır (15). Bu bulgular, NCAA Division III sporcularını değerlendiren Klein ve



arkadaşlarının araştırmalarıyla da doğrulanmış ve eğitim ile beslenme bilgisi seviyeleri arasındaki bağlantı bir kez daha gösterilmiştir (16). Genel olarak, literatür, sporcular arasında beslenme bilgisi açısından önemli bir eksiklik olduğunu ve bunun doğrudan performans ve sağlık üzerinde etkileri bulunduğunu tutarlı bir şekilde ortaya koymaktadır. Bu durum, yalnızca sporcuları değil, aynı zamanda beslenme bilgilerini aktarmada kritik bir rol oynayan antrenörleri de hedef alan sistematik eğitim programlarına duyulan ihtiyacı vurgulamaktadır (17). Beslenme bilgisi ile atletik başarı arasındaki güçlü ilişkiye dair mevcut bulgular göz önüne alındığında, etkili eğitim stratejilerine yatırım yapmak, daha iyi beslenme alışkanlıklarının geliştirilmesi açısından büyük önem taşımaktadır.

Sonuç olarak, cinsiyet, yaş, BKİ, spor türü, millî sporcu olma durumu, gelir düzeyi, sigara ve alkol kullanımı, boş zaman süresi, fiziksel aktivite süresi ve öğün sayısının sporcuların temel beslenme bilgisi ve besin tercihleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Buna karşın, beslenme eğitimi alan sporcuların bilgi düzeylerinin daha yüksek olması, bu alandaki eğitim programlarının gerekliliğini ve önemini vurgulamaktadır.

Kaynakça

1. Heaney, S., O'Connor, H., Michael, S., Gifford, J., & Naughton, G. (2011). Nutrition knowledge in athletes: a systematic review. *International journal of sport nutrition and exercise metabolism*, 21(3), 248-261.
2. Hitendre, S., Jordan, R., Theodorakopoulos, C., & White, L. (2022). Dietary intakes, knowledge, and perceptions of semi-professional rugby athletes in Scotland. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 19(1), 49-69.
3. Staśkiewicz, W., Grochowska-Niedworok, E., Zydek, G., Białek-Dratwa, A., Grajek, M., Jaruga-Sękowska, S., ... & Kardas, M. (2022). Changes in body composition during the macrocycle of professional football players in relation to sports nutrition knowledge. *Frontiers in Nutrition*, 9, 981894.
4. Andrews, A., Wojcik, J. R., Boyd, J. M., & Bowers, C. J. (2016). Sports Nutrition Knowledge among Mid-Major Division I University Student-Athletes. *Journal of nutrition and metabolism*, 2016(1), 3172460.
5. Jacob, R., Couture, S., Lamarche, B., Provencher, V., Morissette, É., Valois, P., ... & Drapeau, V. (2019). Determinants of coaches' intentions to provide different recommendations on sports nutrition to their athletes. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 16(1), 57.
6. Sánchez-Díaz, S., Yanci, J., Castillo, D., Scanlan, A. T., & Raya-González, J. (2020). Effects of nutrition education interventions in team sport players. A systematic review. *Nutrients*, 12(12), 3664.
7. Trakman, G. L., Forsyth, A., Hoye, R., & Belski, R. (2018). Development and validation of a brief general and sports nutrition knowledge questionnaire and assessment of athletes' nutrition knowledge. *Journal of the International Society of Sports Nutrition*, 15, 1-8.
8. Karasar, N. (2011). **Bilimsel araştırma yöntemleri* (22. basım). Nobel Yayınları.



9. Batmaz, H. (2018). Yetişkinler için beslenme bilgi düzeyi ölçeği geliştirilmesi ve geçerlik-güvenirlilik çalışması (Master's thesis, Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
10. Jagim, A. R., Fields, J. B., Magee, M., Kersick, C., Luedke, J., Erickson, J., & Jones, M. T. (2021). The Influence of Sport Nutrition Knowledge on Body Composition and Perceptions of Dietary Requirements in Collegiate Athletes. *Nutrients*, 13(7), 2239.
11. Hasanpouri, A., Rahmani, B., Gharakhanlou, B. J., Solaimanian, S., Shahsavari, S., Rasouli, A., ... & Shiri-Shahsavari, M. R. (2023). Nutritional knowledge, attitude, and practice of professional athletes in an Iranian population (a cross-sectional study). *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 15(1), 164.
12. Alahmadi, A. K., & Albassam, R. S. (2023). Assessment of general and sports nutrition knowledge, dietary habits, and nutrient intake of physical activity practitioners and athletes in Riyadh, Saudi Arabia. *Nutrients*, 15(20), 4353.
13. Musau, J., Folasire, O. F., & Mkumbuzi, N. S. (2024). Sports Nutrition Knowledge, Source of Nutrition Information and Dietary Consumption Pattern of Ugandan Endurance Athletes: A cross-sectional study of the Sebei Sub-Region.,
14. Jusoh, N., Low Fook Lee, J., Tengah, R. Y., Azmi, S. H., & Suherman, A. (2021). Association between nutrition knowledge and nutrition practice among Malaysian adolescent handball athletes. *Malaysian Journal of Nutrition*, 27(2).
15. Tam, R., Flood, V. M., Beck, K. L., O'Connor, H. T., & Gifford, J. A. (2021). Measuring the sports nutrition knowledge of elite Australian athletes using the Platform to Evaluate Athlete Knowledge of Sports Nutrition Questionnaire. *Nutrition & Dietetics*, 78(5), 535-543.
16. Klein, D. J., Eck, K. M., Walker, A. J., Pellegrino, J. K., & Freidenreich, D. J. (2021). Assessment of sport nutrition knowledge, dietary practices, and sources of nutrition information in NCAA division III collegiate athletes. *Nutrients*, 13(9), 2962.
17. Sunuwar, D. R., Singh, D. R., Bohara, M. P., Shrestha, V., Karki, K., & Pradhan, P. M. S. (2022). Association of nutrition knowledge, practice, supplement use, and nutrient intake with strength performance among Taekwondo players in Nepal. *Frontiers in Nutrition*, 9, 1004288.



KONGRE PROGRAMI CONGRESS PROGRAM



ULUSLARARASI
BİLİM KÜLTÜR VE
SPOR DERNEĞİ

INTERNATIONAL
SCIENCE CULTURE AND
SPORT ASSOCIATION



Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresi

International conference
on sport, education
and society

Spor Bilimleri
Sağlık Bilimleri
Beşeri ve İdari Bilimler
Güzel Sanatlar ve Tasarım
Eğitim Bilimleri
Sosyal Bilimleri
Fen ve Matematik Bilimleri

*Çalışma
Alanları*



13-16 Kasım / November / 2025
Kemer - Antalya - TÜRKİYE



ISCESA.UBİKS



www.iecses.org



13 KASIM 2025 PERŞEMBE
SAAT 14:00 >> OTELE GİRİŞ VE KAYIT İŞLEMLERİ



SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

BİLİMSEL PROGRAM: "8. Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresi"
SCIENTIFIC PROGRAM: "8th International Eurasia Sports, Education and Society Congress"

www.iecses.org

13.11.2025 - Perşembe OTEL GİRİŞ VE KAYIT İŞLEMLERİ

Saat/Time: 14:00-20:00

Saat/Time	PROGRAM DETAYI/PROGRAM DETAILS
14:00-20:00	Konukların Otel Giriş Kongre Kayıt İşlemleri



<http://www.iecses.org/>



SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

BİLİMSEL PROGRAM: "8. Uluslararası Avrasya Spor, Eğitim ve Toplum Kongresi"
SCIENTIFIC PROGRAM: "8th International Eurasia Sports, Education and Society Congress"

www.iecses.org

14.11.2025 - Cuma

Açılış Programı/Opening Program

Saat/Time: 14:00-15:15

Saat/Time	PROGRAM DETAYI/PROGRAM DETAILS
14:00-14:05	Açılış (Saygı Duruşu ve İstiklal Marşı)
14:05-14:10	UBİKS Başkanı Sayın Prof. Dr. Taner BOZKUŞ'un konuşması
14:10-14:15	Kongre Başkanı Sayın Prof. Dr. Tennur YERLİSU LAPA'nın konuşması
14:15-14:30	Protokol Konuşmaları
14:30-14:50	Prof. Dr. Simona PAJAUJIENE "Mindfulness in Physical Activity: Benefits for Health, Body Image and Exercise Motivation"
14:50-15:10	Prof. Dr. Sebehattin DEVECİOĞLU "Uzay Ekosisteminde Sporun Görünümü"
15:10-15:30	Prod.Dr. Erdoğan KÖSE "Eğitimde Doğru Bilinen Yanlışlar"
15:30-15:45	Plaket Takdimi



<http://www.iecses.org/>



SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

14.11.2025 - Cuma

Saat/Time: 16:00-16:30

Salon 1/Hall 1

DAVETLİ KONUŞMACILAR

Saat/Time:	Başlık/Title	DAVETLİ KONUŞMACILAR
16:00-16:15	'Formula 1' and other International Sporting events strengthen Azerbaijan's position on the global sports map'	Doç. Dr. Nagif HAMZAYEV
16:15-16:30	Making Sense of the Data in Sport: Collection, Analysis and Application	<u>Antonio RABUSTELLI</u>



<https://www.iecses.org/>



SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

14.11.2025 - Cuma

Saat/Time: 16:00-17:30

Salon 1/Hall 1

Oturum Başkanı/Session Chair: Prof. Dr. Ayşegül YAPICI

Saat/Time:	Başlık/Title	Yazarlar/Authors
16:30-16:45	‘Tilting at the Windmills’ of Sustainability Econometrics with Empirically Maximally Diverse Arts-based Intangible Cultural Heritage (ICH)	<u>Cecilia W.Yu</u>
16:45-17:00		<u>Elena TIMASHEVA</u>



<https://www.iecses.org/>

<https://www.iecses.org/>

DYM-FC-SG-MT-MK-KY2025



SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

14.11.2025 - Cuma

Saat/Time: 17:00-18:30

Salon 1/Hall 1

Oturum Başkanı/Session Chair: Prof. Dr. Fatma TEZEL ŞAHİN

Saat/Time:	Başlık/Title	Yazarlar/Authors
17:00-17:15	İletişim Paradigmalarında Dijital Dönüşüm: Öğretmen Adaylarının Dijital Ortamlardaki Konuşma Eğilimleri	<u>Emrullah BANAZ</u>
17:15-17:30	Montessori Sınıflarında Çocukların Akran İlişkileri: Öğretmen Perspektifinden Bir İnceleme	<u>Tuğba KANMAZ</u> , Fatma TEZEL ŞAHİN
17:30-17:45	Beş-Altı Yaş Grubu Çocukların Farklılıklara Saygı Düzeylerinin Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi	<u>Esmenur Seçgin</u> , Fatma Tezel ŞAHİN
17:45-18:00	Eğitimde Dijitalleşmenin Sınırları: Bir Literatür Taraması ve Fiziksel Aktivitenin Entegrasyonu	<u>Hilal Zeynep ALTINIŞIK</u>
18:00-18:15	Spor Bilimleri Öğrencilerinin Narsistik Kişilik Özellikleri ve Sportmenlik Yönelimi Düzeylerinin İncelenmesi	<u>Onur AKYÜZ</u> , Emine İLGAR
18:15-18:30	Spor Bilimleri Öğrencilerinin Yapay Zeka Kaygısı ve Gelecek Kaygısı Düzeylerinin İncelenmesi	Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ, <u>Elif ÜSTÜNDAĞ</u>



<https://www.iecses.org/>



SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

14.11.2025 - Cuma

Saat/Time: 18:30-20:00

Salon 1/Hall 1

Oturum Başkanı/Session Chair: Prof. Dr. Mustafa YILDIZ

Saat/Time:	Başlık/Title	Yazarlar/Authors
18:30-18:45	Espor ve Psikolojik Süreçler: Bibliyometrik Bir Araştırma	<u>Ender ÖZBEK</u> , Mehmet AYDOĞAN, Hakkı KIRKBİR, Muhsin DURAN
18:45-19:00	Dijital Çağda Spor Pazarlamak: ZMOT'tan Metaverse'e Spor Endüstrisinde Dijital Dönüşümün Yeni Dinamikleri	<u>Namik BEKAR</u>
19:00-19:15	Egzersiz Erteleme Nedenleri ile Kişilik Özellikleri Arasındaki İlişkinin Kanonik Korelasyon Analizi ile İncelenmesi	Elif KÖSE, <u>Alp AKIŞ</u> , Hamza Bugay YASAN
19:15-19:30	Serbest Zamanın Sosyal Faydası ile Şiddet Eğilimi Arasında Sosyal Bağ ve Öz-Kontrolün Seri Aracılık Rolü: Sosyal Bağ Teorisi	<u>Başak DINÇER</u> , Elif KÖSE
19:30-19:45	Üniversite Öğrencilerinde Öz-Kontrol ve Egzersiz Erteleme Davranışı Arasında Ekran Bağımlılığının Aracı Rolü:Öz-Denetim Güç Modeli	<u>Elif KÖSE</u>
19:45-20:00	1976-2025 Yılları Arasında Egzersiz Erteleme Üzerine Yapılan Çalışmaların Bibliyometrik Analizi	<u>Hamza Bugay YASAN</u> , Elif KÖSE, Alp AKIŞ



<https://www.iecses.org/>

https://www.iecses.org

DYM-FC-SG-MT-MK-KY2025



SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

15.11.2025 - Cumartesi

Saat/Time: 10:00-11:30

Salon 1/Hall 1

Oturum Başkanı/Session Chair: Doç. Dr. Hidayet Suha YUKSEL

Saat/Time:	Başlık/Title	Yazarlar/Authors
10:00-10:15	Hasan el-Bennâ'nın Muhtasâr Hadîs Usûlü Adlı Eseri Bağlamında Tahammulu'l-Hadîs Üzerine Bir Değerlendirme	<u>Erdoğan KÖYCÜ</u>
10:15-10:30	Prof. Dr. Yûsuf el-Karadâvî'nin Tevhîd'in Hakîkati Adlı Eserinin Kaynakları Üzerine Bir Değerlendirme	<u>Erdoğan KÖYCÜ</u>
10:30-10:45	Antrenörlerin Mesleki Etik İlkelere Uyma Düzeyleri İle İş İhtiyaçları Doyumu Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	<u>Duygu DOĞAN</u> , Semiyha TUNCCEL
10:45-11:00	Beden Eğitimi ve Spor Dersinde Özerklik Desteğinin Ders Katılımına Etkisi: Temel Psikolojik İhtiyaç Tatmini ve Motivasyonun Seri Aracılık Rolü.	<u>Buğra AKAY</u> , Rüstem ORHAN
11:00-11:15	NBA Draft Adaylarının Fiziksel Verilerinden Kariyer Başarısının Tahmin Edilmesi: Bir Makine Öğrenmesi Yaklaşımı	<u>İrem TÜRKMEN</u> , Turan Alptuğ TÜRKMEN
11:15-11:30	Okul Temelli Ders Dışı Fiziksel Aktivite Programlarının Öğrenciler Üzerindeki Etkileri: Bir Metasentez Çalışması	<u>Mehmet Akif YÜCEKAYA</u>





SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

15.11.2025 - Cumartesi

Saat/Time: 11:30-13:00

Salon 1/Hall 1

Oturum Başkanı/Session Chair: Prof. Dr. Aydın ŞENTÜRK

Saat/Time:	Başlık/Title	Yazarlar/Authors
11:30-11:45	Öz Düzenlemeli Öğrenme Aracı Olarak Kullanılan Web Tabanlı Yansıtıcı Günlüklerin Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının Yansıtıcı Düşünme ve Öğrenme Motivasyonuna Etkisi	<u>Ferhat ÇİFÇİ</u>
11:45-12:00	Sosyal Sorumluluk ve Gönüllülük Kavramlarının Dönüşümü: Sürdürülebilirliğin Yeni Mikro-Gönüllülük Modelleri	<u>Savaş KESKİN</u>
12:00-12:15	Kadın Sporcuların Performans Algı Düzeyleri	<u>Savaş AYHAN</u> , Ercan TİZAR, Ramazan ERDOĞAN
12:15-12:30	Üniversiteli Sporcularda Öz Şefkat İle Tükenmişlik Arasındaki İlişkide Öz Eleştirinin Aracılık Rolü	<u>Semra YATAK</u> , Emre Ozan TİNGAZ
12:30-12:45	Farklı Profesyonellik Düzeyine Sahip Karate Sporcularının Beslenme Farkındalıklarının İncelenmesi	<u>Semra YATAK</u> , Dicle ARAS
12:45-13:00	Yedek Kulübesinde Kimlik ve Aidiyet: Takım Sporcularının Görünmeyen Deneyimleri Üzerine Yorumlayıcı Bir İnceleme	<u>Tarkan HAVADAR</u>



<https://www.iecses.org/>



SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

15.11.2025 - Cumartesi

Saat/Time: 13:00-14:30

Salon 1/Hall 1

Oturum Başkanı/Session Chair: Prof. Dr. Ali ÖZKAN

Saat/Time:	Başlık/Title	Yazarlar/Authors
13:00-13:15	Sporcularda Sakatlık Sonrası Psikososyal Süreç ve Spora Dönüş: 2000–2025 Nitel Araştırma Sentezi	Metin ÖZLÜ, Tuğba DEMİR ONUR
13:15-13:30	Yıldızlar ve Gençler Tekvando Sporcularının Yeme Tutumlarının İncelenmesi	Hazel Özsoy MURAT, Nevin GÜNDÜZ, Hidayet Suha YÜKSEL, Semiyha TUNCEL
13:30-13:45	Voleybolcularda Kinezyo Bant Uygulamasının Dinamik Denge, Anaerobik Güç ve Kassal Endurans Üzerine Etkisi	Aysegül YAPICI, Süleyman GÖNÜLATEŞ, Engin Güneş ATABAŞ
13:45-14:00	Sirkadyen Zamanlama ile Yo-Yo IR1 Sonrası İnflamasyon: Gün İçindeki Uygulama Saatinin Biyobelirteç Yanıtlarına Etkisi	Aysegül YAPICI, Süleyman GÖNÜLATEŞ, Engin Güneş ATABAŞ
14:00-14:15	Performans ve Farkındalık İlişkisi: Spor Alanında Farkındalık Temelli Stres Azaltma Yaklaşımının Bibliyometrik Analizi	Zeynep Ayça TERZİOĞLU, Nazmi BAYKÖSE
14:15-14:30	Kadın sporcularda performans algısı ile demografik değişenler arasındaki ilişkinin incelenmesiA	Muhsin DURAN



<https://www.iecses.org/>

<https://www.iecses.org>

DYM-FC-SG-MT-MK-KY2025

SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

15.11.2025 - Cumartesi

Saat/Time: 14:30-15:30

Salon 1/Hall 1

Moderatör/Moderator: Doç. Dr. Serpil KIR ELİTAŞ

PANEL

AFETLERE DİRENÇLİ TOPLUM İÇİN MİKRO-GÖNÜLLÜLÜK BAĞLAMI: İHTİYAÇ EŞLEŞMELERİ MODELİ

Saat/Time:

Konuşmacılar

14:30-14:45

Doç. Dr. Türker ELİTAŞ
Afetlere İlişkin Akademik Çalışmalarda İhtiyaç Haritalarına Bibliyometrik Yaklaşım

14:45-15:00

Öğr. Gör. Ümit ÖZ
Kahramanmaraş Depremlerine İlişkin İnsani İhtiyaç Raporları Üzerinden “Dirençli Toplum İçin Acil İhtiyaçları” Anlamak

15:00-15:15

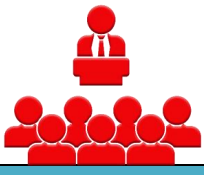
Doç. Dr. Savaş KESKİN
Sosyal Sorumluluk ve Gönüllülük Kavramlarının Dönüşümü: Sürdürülebilirliğin Yeni Mikro-Gönüllülük Modelleri

15:15-15:30

Doç. Dr. Serpil KIR ELİTAŞ
Bütünleşik Afet Yönetimi İçin Sivil Toplum Destekli Mobil Devlet Organizasyonları Geliştirmek: El Ele İyilik Mobil Uygulamasının Hikâyesi

Bu Panel, 224K138 kodlu Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Projesi kapsamında TÜBİTAK ve AFAD tarafından desteklenmektedir.





SÖZEL SUNUMLAR/ORAL PRESENTATIONS

15.11.2025 - Cumartesi

Saat/Time: 15:30-17:15

Salon 1/Hall 1

Oturum Başkanı/Session Chair: Doç. Dr. Tuna TURĞUT

Saat/Time:	Başlık/Title	Yazarlar/Authors
15:30-15:45	Covid-19 Pandemisi Sürecinde Spor Bilimleri Öğrencilerinin Uzaktan Eğitime Yönelik Strateji ve Öğrenme Deneyimlerine İlişkin Algi Düzeylerinin İncelenmesi	Selime Ela MEKEÇ, <u>Taner BOZKUŞ</u>
15:45-16:00	Dijital Rekreasyonun Spor Yönetimine Etkisi	<u>Mert Mazhar ERDURAN</u> , Cansu SELECİLER, Caner CENGİZ
16:00-16:15	Rekreasyonel Amaçlı Halk Oyunları Etkinliklerine Katılan Bireylerde Tutum ve Doyum İlişkisi	<u>Fatih YAŞARTÜRK</u> , Harun PEKER
16:15-16:30	Macera Rekreasyonuna Katılan Bireylerin Deneyimleri Üzerine Nitel Bir Yaklaşım	<u>Duran İĞİL</u> , Tuna TURĞUT, Ümran SARIKAN, Ömer ÜNAL
16:30-16:45	Halk Oyunları Eğitiminin Çocukların Sosyal Gelişimine Katkısı	<u>Cansu SELECİLER</u>
16:45-17:00	Beden Eğitimi ve Spor Öğretiminde Yapay Zekâ Kullanımı İle İlgili Çalışmaların Sistemantik İncelenmesi	Betül YAŞARTÜRK, Buğra AKAY, <u>Şemsi YARALI</u>
17:00-17:15	Futbol Antrenör Kararlarında Yük Yönetim Modellerinin Teorik Geçerliliğinin İncelenmesi	<u>Esin Çağla ÇAĞLAR</u>

DYM-FC-SG-MT-MK-KY2025





ÇEVİRİMİÇİ SUNUMLAR/ONLINE PRESENTATIONS

14.11.2025 – Cuma

Saat/Time: 13:00-14:30

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

Oturum Başkanı/Session Chair: Doç.Dr. Ülfet ERBAŞ

Katılım Linki/Participation Link:

<https://us05web.zoom.us/j/5475300005?pwd=I6RL9cS96T8QRpQdzxRgmW6cN5CXCL.1&omn=89361166749>

Meeting ID:

547 530 0005

Passcode:

1071

Saat/Time:

Başlık/Title

Yazarlar/Authors

13:00-13:15

Yapay Zekâ Destekli Kişiselleştirilmiş Beslenme Stratejileri: Sporcu Performansına Etkileri ve Uygulama Alanları

Ayça GENÇ, Gamze DERE, Zeynep YETGİL

13:15-13:30

Spor Topluluklarına Katılımın Üniversite Öğrencilerinin Sportif Sermayelerine Olan Katkıları: Bir Karma Yöntem Araştırması

Bahar Nur KALKAN, Başak DINÇER

13:30-13:45

Farklı Kategorilerdeki Kadın Sporcularda Düşük Kullanılabilir Enerji Durumunun Değerlendirilmesi

Canan Gülbin ESKİYECEK, Ozan ESMER

13:45-14:00

Türk Sporcuların 2000 Yılı Sonrası Olimpiyat Oyunlarındaki Başarılarına Güncel Bir Bakış

Ozan ESMER, Canan Gülbin ESKİYECEK

14:00-14:15

Elit Hentbol Oyuncularında Antropometrik Özellikler İle Taping Dinamik Kuvvet Denge Ve Force Velocity İlişkisi

Derya ÇETİN SARIŞIK

14:15-14:30

Bedensel Eğitimi Öğretmeni Adaylarının Özel Gereksinimli Çocuklara Yönelik Öz Yeterliklerinin İncelenmesi: Tanımlayıcı Bir Araştırma

Ebru ÖZEN, Mehmet DİNÇ, Sibel NALBANT



<https://www.iecses.org/>

<https://www.iecses.org>

DYM-FC-SG-MT-MK-KY2025



ÇEVİRİMİÇİ SUNUMLAR/ONLINE PRESENTATIONS

14.11.2025 – Cuma

Saat/Time: 14:30-15:45

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

Oturum Başkanı/Session Chair: Doç.Dr. Mevlüt GÖNEN

Katılım Linki/Participation Link:

<https://us05web.zoom.us/j/5475300005?pwd=l6RL9cS96T8QRpQdZxRgmW6cN5CXCL.1&omn=89361166749>

Meeting ID:

547 530 0005

Passcode:

1071

Saat/Time:

Başlık/Title

Yazarlar/Authors

14:30-14:45

Üniversite Öğrencilerinde Öz Kontrol ve Ekran Bağımlılığının Egzersiz Erteleme Davranışı Üzerindeki Yordayıcı Rolü

Fatma Nur DEMİR, Elif KÖSE

14:45-15:00

Rekreatif Amaçlı Su Sporları İle İlgilenen Yetişkin Bireylerin Öznel Zindelik ve Yaşam Doyumlarının İncelenmesi

Ersin BALLIKAYA, Abdurrahman DEMİR

15:00-15:15

Atletik Zihinsel Enerjinin Üniversite Spor Müsabakalarına Katılan Atletlerin Karamsarlık ve Tükenmişlik İlişkisi Üzerindeki Düzenleyici Roller

Ferhat ÇİFÇİ, Ersin BALLIKAYA, Abdurrahman DEMİR

15:15-15:30

“Zombie Scrolling” ve “Brain Rot” Kavramlarının Spor Bağlamındaki Yansımaları: Kavramsal Bir İnceleme

Berkay KARAGÖZ, Fatih Harun TURHAN, Mehmet Ali ÖZTÜRK

15:30-15:45

Sporda Phygital Deneyim: Fiziksel ve Dijitalin Kesişimi Üzerine Bir Derleme

Berkay KARAGÖZ, Fatih Harun TURHAN, Mehmet ÖZKESKİN

15:45-16:00

Teknoloji Destekli Hareket Eğitimi: Dijital ve Sanal Ortamlarda Katkılar ve Sınırlılıklar

Mehmet Ali ÖZTÜRK, Fatih Harun TURHAN, Mehmet ÖZKESKİN





ÇEVİRİMİÇİ SUNUMLAR/ONLINE PRESENTATIONS

14.11.2025 – Cuma

Saat/Time: 16:00-17:15

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

Oturum Başkanı/Session Chair: Dr.Öğretim Üyesi Mehmet Ali CEYHAN

Katılım Linki/Participation Link:

<https://us05web.zoom.us/j/5475300005?pwd=l6RL9cS96T8QRpQdzxRgmW6cN5CXCL.1&omn=89361166749>

Meeting ID:

547 530 0005

Passcode:

1071

Saat/Time:

Başlık/Title

Yazarlar/Authors

16:00-16:15

Sanal Gerçeklik Teknolojisinin Spor, Rehabilitasyon ve Müzecilikteki Uygulamaları: Bir Derleme

Mehmet Ali ÖZTÜRK, Berkay KARAGÖZ, Mehmet ÖZKESKİN

16:15-16:30

Geleneksel Çocuk Oyunlarının Problem Çözme Becerileri Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi

Havva ALTINIŞIK, Meryem GÜLAÇ

16:30-16:45

Sağlık Bilimleri Öğrencilerinin Yapay Zekâya İlişkin Algılanan Farkındalıklarının, Hazır Bulunuşluklarının ve Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi

Onur Mutlu YAŞAR, Egemen MANCI, Hazal YAKUT ÖZDEMİR, Hilal BAHÇECİOĞLU, Gülseren YÜREKLİ

16:45-17:00

Antioksidan Bir Peptit Olarak Karnozinin Spor Performansı ve Sağlık Üzerindeki Etkileri: Literatür Derlemesi

Kenan BOZBAY, Hüseyin Nasip ÖZALTAŞ

17:00-17:15

Okul Öncesi Öğretmenlerinin Uyguladıkları Fen Etkinliklerinin Çocukların Bilim Motivasyonlarına Etkilerine İlişkin Görüşleri

Kübra Eşe AKYÜREK, Fatma TEZEL ŞAHİN



<https://www.iecses.org/>



ÇEVİRİMİÇİ SUNUMLAR/ONLINE PRESENTATIONS

14.11.2025 – Cuma

Saat/Time: 17:15-19:15

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

Oturum Başkanı/Session Chair: Doç.Dr. Tuncay ÖKTEM

Katılım Linki/Participation Link:

<https://us05web.zoom.us/j/5475300005?pwd=l6RL9cS96T8QRpQdzxRgmW6cN5CXCL.1&omn=89361166749>

Meeting ID:

547 530 0005

Passcode:

1071

Saat/Time:

Başlık/Title

Yazarlar/Authors

17:30-17:45

Spor ve Sporcularda Ruminatif Düşüncenin Yansımaları:
Bir Bibliyometrik Haritalama

Muhammet Talha HAN, Emirhan KAN

17:45-18:00

Zihinsel Enerji ve Spor İlişkisinin Bibliyometrik Analizi:
Web of Science (WoS) Örneği

Muhammet Talha HAN, Emirhan KAN

18:00-18:15

Spor Yönetiminde Kadın Liderlerin Yükselişi: Türkiye
Örneği ve Küresel Perspektif

Nurgül KAYA

18:15-18:30

Dijital Oyun Bağımlılığının 10 -14 Yaş Arasındaki
Çocukların Fiziksel Aktivite Tutumları Üzerindeki Etkisi:
Kütahya İli Örneği

Ahmet TAKMAK, Oğuzhan YÜKSEL, Erhan DEVRİLMEZ, Ekrem Yasin TABAK

18:30-18:45

Ortaöğretimde Öğrenim Gören Öğrencilerin Spor İyi Oluş
ve Motivasyonel Kararlılıklarının Çeşitli Değişkenlere
Göre İncelenmesi: Kütahya İli Örneği

Sıtkı Can PEKİN, Erdal DEMİR, Oğuzhan YÜKSEL, Aydın ŞENTÜRK

18:45-19:00

Dislekside Fiziksel Aktivite ve Nöroplastisite İlişkisi:
Güncel Bulguların Derlemesi

Sibelcan GERİM, Zeynep YILDIRIM

19:00-19:15

Amatör Futbolcularda Farklı Performans Düzeylerine
Göre Kafein Alımının 30 Metre Sprint Performansına
Akut Etkisi

Cihan GÜRBÜZ, Refik ÇABUK, Onur DEMİRARAR





ÇEVİRİMİÇİ SUNUMLAR/ONLINE PRESENTATIONS

15.11.2025 – Cumartesi

Saat/Time: 09:00-10:30

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

Oturum Başkanı/Session Chair: Doç.Dr. Tuncay ÖKTEM

Katılım Linki/Participation Link:

<https://us05web.zoom.us/j/5475300005?pwd=I6RL9cS96T8QRpQdzxRgmW6cN5CXCL.1&omn=89361166749>

Meeting ID:

547 530 0005

Passcode:

1071

Saat/Time:

Başlık/Title

Yazarlar/Authors

09:00-09:15

Sporda Sportmenlik Dışı Tutumlar ve Ahlaki Erozyon Yaklaşımlarının İncelenmesi

Rıdvan ÖZKAN

09:15-09:30

Sporcu Beslenme Davranışlarının Bilişsel, Psikolojik ve Sosyo-Kültürel Belirleyiciler Açısından İncelenmesi

Rıdvan ÖZKAN

09:30-09:45

Okul Sporlarında Farklı Branşlarda Müsabakalara Katılan Sporcuların Spora Katılım Güdülerinin İncelenmesi

Savaş EREL

09:45-10:00

Biathlon Sporcularında Nabız Kontrolü ve Atış Performansı İlişkisi

Sefer KARABAĞ

10:00-10:15

Egzersiz Sonrası Toparlanma Yöntemlerinin Gecikmiş Başlangıçlı Kas Ağrısı (DOMS) ve Performans Üzerine Etkileri

Serhat NAS

10:15-10:30

Sporcuların Sporda Mükemmeliyetçilik Algısı ile Bilinçli Farkındalık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Emre BOZ





ÇEVİRİMİÇİ SUNUMLAR/ONLINE PRESENTATIONS

15.11.2025 – Cumartesi

Saat/Time: 10:45-12:45

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

Oturum Başkanı/Session Chair: Dr.Öğr. Üyesi Zekai ÇAKIR

Katılım Linki/Participation Link:

<https://us05web.zoom.us/j/5475300005?pwd=I6RL9cS96T8QRpQdzxRgmW6cN5CXCL.1&omn=89361166749>

Meeting ID:

547 530 0005

Passcode:

1071

Saat/Time:

Başlık/Title

Yazarlar/Authors

10:45-11:00

4-6 Yaş Grubu Okul Öncesi Çocuklara Sahip Ailelerin Çocuklarını Spora Yönlendirme Nedenlerinin ve Beklentilerinin İncelenmesi

Suat ARSLANBOĞA Çetin ÖZDİLEK, Mehmet ACET

11:00-11:15

Rekreatif ve Lisanslı Sporcuların Bilinçli Farkındalık Düzeylerinin Bayeşçi Yaklaşımla İncelenmesi

Yasın ALTIN

11:15-11:30

Genç Kadın Sporcularda İzokinetik Güç ve Sprint Performansı Dinamiklerine Yönelik Ağ Analizi

Zülha ARMUTCU, Abdulkadir BİROL

11:30-11:45

Kick Boks Sporcularında Diz İzokinetik Kuvvetinin İncelenmesi: Dominant ve Non-Dominant Alt Ekstremiteler Karşılaştırması

Çağdaş ÖZGÜR CENGİZEL

11:45-12:00

Özel Gereksinimli Sporcular ve Savant Özellikleri: Keşifsel Bir Derleme Çalışması

Seval Buket BOZKUŞ Zeynep YILDIRIM

12:00-12:15

Farklı branşlardaki Spor Etkinliklerine Katılan Bireylerin Gönüllü Motivasyon Durumlarının İncelenmesi

Sema GÜZEL, Menzure Sibel YAMAN, Kader YEL, Zekai ÇAKIR, Mevlüt GÖNEN, Mehmet Ali CEYHAN, Burakhan AYDEMİR

12:15*12:30

Takım Spor ve Bireysel Sporlarla Uğraşan Lisanslı Sporcuların Beslenme Bilgi Düzeyi

Ünal Can GÖKMEN, Erdal DEMİR, Aydın ŞENTÜRK





ÇEVİRİMİÇİ SUNUMLAR/ONLINE PRESENTATIONS

15.11.2025 – Cumartesi

Saat/Time: 13:15-14:30

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

Oturum Başkanı/Session Chair: Doç.Dr. Mevlüt GÖNEN

Katılım Linki/Participation Link:

<https://us05web.zoom.us/j/5475300005?pwd=I6RL9cS96T8QRpQdzxRgmW6cN5CXCL.1&omn=89361166749>

Meeting ID:

547 530 0005

Passcode:

1071

Saat/Time:

Başlık/Title

Yazarlar/Authors

13:15-13:30

Innovative Technologies in the Sport of the Future

Valeria TYSHCHENKO

13:30-13:45

Physical preparation: the engine of adaptation

Oleksandr VERİTOV, Valeria TYSHCHENKO

13:45-14:00

Conceptual Foundations of the Kodokan Pedagogical System as an Innovative Model of Moral and Ethical Education

Vladyslav ZHURAVKO, Valeria TYSHCHENKO

14:00-14:15

Individualization of Motor Learning and Feedback in Teaching Swimming to School-Age Children

Oleksandr LIASHENKO, Valeria TYSHCHENKO

14:15-14:30

The Influence of Chess Programs And Computers Based on Artificial Intelligence on the Competitive Properties of Learning the Game of Chess

Oleksandr PROKHOROV, Lana AFANDIYEVA





ÇEVİRİMİÇİ SUNUMLAR/ONLINE PRESENTATIONS

15.11.2025 – Cumartesi

Saat/Time: 14:30-16:00

ÇEVİRİMİÇİ/ONLINE

Oturum Başkanı/Session Chair: Doç.Dr. Mevlüt GÖNEN

Katılım Linki/Participation Link: <https://us05web.zoom.us/j/5475300005?pwd=l6RL9cS96T8QRpQdzzRgmW6cN5CXCL.1&omn=89361166749>

Meeting ID: 547 530 0005

Passcode: 1071

Saat/Time:	Başlık/Title	Yazarlar/Authors
14:30-14:45	Onkoloji hastalarında kemoterapi sürecinde fizyoterapi konsepti	Olha BAS, Andriy HRYNKIV
14:45-15:00	Use Of 1,2,4-Triazole Derivatives For Medical and Biological Support of Athletes	Mykola KRASKO, Tyshchenko VALERİA
15:00-15:15	Enhancing Athletic Preparation in Team Sports Through Digital Monitoring and Data Analytics	Hennadı KOTULAI, Valeria TYSHCHENKO
15:15-15:30	Smart Control of Special Readiness in Elite Sports	Heorhiı SHNITS, Valeria TYSHCHENKO
15:30-15:45	Improvement of the Structure of Annual Training for Athletes in Classic Powerlifting	Mariia ROZTORHUI, Andriı HARASYM, Olexandr TOVSTONOH, Viktor HLADKYI
15:45-16:00	Competitive Activities in Cyber Sportsmen of Various Gaming Roles in the CS2 Discipline	Ihor ZANEVSKYY, Volodymyr PASKIV, Mariana MOSTOVA



<https://www.iecses.org/>

<https://www.iecses.org>

DYM-FC-SG-MT-MK-KY2025