



Badminton ve Yaşam Becerileri Üzerine Etkisi

“Badminton and Its Effect on Life Skills”

Bahar ZEZE¹ & Savaş EREL²

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 28 Şubat 2021
Kabul Tarihi: 1 Nisan 2021
Online Yayın Tarihi: 16 Nisan 2021

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliar.8>

Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Bayburt Üniversitesi,
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve
Spor Doktora Programı, Bayburt, TÜRKİYE
zezebahar28@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-3571-8317>

2- Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Bayburt,
TÜRKİYE
erelsavas@gmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-4419-7223>

Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve
tasarımına katkıda bulundu.

Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan
maddi destek almadı.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan
ediyorlar.

Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin
ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir
anlatım ile raporlaştırdığını ve herhangi bir
tutarlılık olmadığını beyan etmişlerdir.

Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine
uyulmuştur.

Referans Gösterimi

Zeze, B., Erel, S. (2021). Badminton ve Yaşam
Becerileri Üzerine Etkisi, Anatolia Sport
Research, 2(1): 16-29.

Copyright © 2020 by Anatolia Sport Research

ÖZET

Amaç: Bu araştırmanın amacı, badmintonu kapsamlı bir şekilde ele alırken, badmintonun sporcularda yaşam becerilerine etkisini araştırmaktır.

Materyal ve Metod: Araştırmaya 14- 18 yaş arası 88 badmintoncu gönüllü olarak katıldı. Araştırmada badminton sporu hakkında temel bilgilere yer verilirken, araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik özelliklere yönelik sorular ile Cronin ve Allen (2015-2017) tarafından geliştirilip Düz ve Açak (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanan “Yaşam Becerileri Ölçeği” kullanıldı. Elde edilen verilere SPSS 22.0 programında Independent Student T testi, Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile birlikte PostHoc TUKEY testleriyle analiz edildi.

Bulgular: Badmintoncuların tüm yaşam becerileri değerlerinin ortalamasının üzerinde olduğu, cinsiyet değişkenine göre kadınların duygusal beceri değerlerinin erkeklerden yüksek olduğu ($p<.05$), aile gelir durumunun ise zaman yönetimi ve sosyal beceriler faktörlerinde farklılıklar meydana getirdiği ($p<.05$), milli ya da amatör olma durumuna, ailede spor yapan başka birey olması değişkenlerinde ise yaşam becerileri faktörleri arasında anlamlı farklar olmadığı bulundu ($p>.05$).

Sonuç: Araştırmada cinsiyet ve aile gelirinin badmintoncularda yaşam becerilerini etkileyen durumlar olduğu sonucuna ulaşıldı.

Anahtar Kelimeler: Badminton, Spor, Yaşam Becerileri

ABSTRACT

Aim: The aim of this research is to investigate the impact of badminton on life skills of athletes by comprehensively discussing Badminton..

Materials and Methods: 88 badminton players between the ages of 14 and 18 participated as volunteers in the study. The study included basic information about the sport of badminton. On the other hand, the “Life Skills Scale”, developed by Cronin and Allen (2015) and adapted to Turkish by Düz and Açak (2018), was used together with questions about demographic characteristics created by the researchers. The findings were analyzed with the Independent Student t test, one-way variance analysis (Anova) and PostHoc TUKEY tests in the SPSS 22.0 program.

Results: All life skills rates of badminton players were above average, while emotional skills rates of women were higher than those of men according to the gender variable ($p<.05$). In addition, the family income status caused differences in time management and social skills factors ($p<.05$) and it was found that there were no significant differences between life skills factors in terms of the variables such as being a national or amateur, and having another person playing sports in the family ($p>.05$).

Conclusions: The study showed that gender and family income are conditions that affect badminton players' life skills.

Keywords: Badminton, Life Skills, Sport

GİRİŞ

Badminton, tüy top, sentetik top ve raket ile oynanan, temel amacı ortada bulunan file üzerinden topu rakip sahaya atarak sayı kazanmak olan bir spor dalıdır. Badminton oyunu, ani karar verebilme, hız ve dikkat gerektiren, el ve göz koordinasyonu, çeviklik, dayanıklılık, sürat, çabukluk ve reaksiyon zamanının ön planda olduğu bir spor dalı çeşididir.

Badminton, ilk defa 1972 tarihinde Münih ve 1988 Seul Oyunlarında olimpiyat sahnesinde gösteri sporu olarak ortaya çıkmıştır. 1988 yılında tekrardan gösteri sporu olarak yer alan badminton, 1992 tarihinde Barselona'da düzenlenen olimpiyatta madalya sporu olarak yerini almış ve modern olimpiyatlar arasına girmiştir. Asya ülkeleri ile birlikte Danimarka ve İngiltere'de Badminton sporunda en iyi olan ülkeler arasında yerini almıştır. Kadın ve erkeklerde tekler ve çiftler kategorisi olarak oynanan badminton sporunun gelişimi günümüzde önemli bir şekilde devam etmektedir (Turğut, 2020).

Yapılan araştırmanın amacına yönelik ele alınması gereken bir diğer konu ise yaşam becerileri ve bu becerilerin badmintoncular üzerindeki etkisidir. Günlük yaşantımızın bütün alanlarda ihtiyaç duyduğumuz, bireysel olarak veya bireyler arasında öğrenilen, geliştirilebilen ve düzeltilebilen fiziksel ve zihinsel yetkinlikler beceri olarak açıklanmaktadır (Cornin Allen, 2015). Bilhassa günlük hayatımızın istek ve güçlükleri ile başa çıkmak için yapılması gereken ve insanların okul, iş, ev ya da mahalle gibi yaşamlarını devam ettirdikleri ortamlarda başarılı olmalarını sağlayan beceriler genel olarak yaşam becerileri olarak ifade edilmektedir (Danish, Fomeris, Hodge ve Heke 2004). Başka bir ifadeyle yaşam becerileri; bireylerde özgüven, sosyalleşme gibi arzulanan nitelikleri geliştirmeye yönelik, fiziksel ve zihinsel yönlerden sağlıklı gelişimlerinin desteklenmesiyle birlikte sağlıklı bireyler olarak toplumda yer almalarını sağlayan ve psikososyal beceri ve yetenekler olarak ifade edilmektedir (WHO, 1997). Bundan dolayı gençler ergenlik dönemi sebebiyle fiziksel, psikolojik ve sosyolojik açıdan birçok yeni durum ve sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Bunlara sağlıklı bir şekilde uyum sağlama ve çözüm üretebilmeyi başarabilme noktasında; yaşama dair çeşitli konularda beceriler geliştirmeyi amaçlayan birden fazla farklı yaşam becerilerine sahip olmaları gerekmektedir (Gould ve Carson, 2010). Yaşam becerileri; akademik başarı, spor ve egzersiz performansı, ruhsal sağlık durumu gibi birçok durumla ilişki içerisinde olduğundan kişilerin hayatında önemli bir rol üstlenmektedir (Locke ve Latham, 1984; Rubin ve Morreale, 1996). Aynı zamanda ergenlik döneminde yaşanan zorluklarla iyi bir şekilde baş etme olanağı sağlayan yaşam becerileri, gençleri kötü alışkanlıklardan uzak tutarak hem sağlıklı gelişimlerine hem de başarılı olabilmelerine katkı sağlamaktadır (Botvin ve Griffin, 2004). Belirtilen olumlu etkiler göz önünde bulundurulduğunda Badminton Sporunun yaşam becerilerini geliştirmede ve sporcular üzerinde ideal bir şekilde katkı sağlayacağı düşünülmektedir (Hansen ve Larson, 2007).

Badminton sporunun, yukarıda bahsedilen yaşam becerilerine olan etkisinin önemi ile gençlerin fiziksel, zihinsel, duyuşsal, sosyal ve psiko-motor gelişim alanlarına sağladığı faydaların önemli olduğu görülmektedir. Badminton malzeme bakımından ekonomik ve kolay ulaşılabilir olması avantajıyla birlikte popülerliği giderek artan bireysel bir spor branşıdır. Diğer spor türlerinde olduğu gibi badmintonun kişiler üzerinde farklı fizyolojik ve psikolojik etkileri de birçok araştırmaya konu olmaktadır. Bu araştırmada badminton kapsamlı bir şekilde açıklanırken aynı zamanda badmintonun sporcularda yaşam becerileri üzerine herhangi bir etkisi olup olmadığı konusu da incelenmiştir.

Badmintonun Tarihesi ve Gelişimi

Badminton sporu ilk defa 2000-3000 yıl önce Çin'de Ti-Jian-Zi ismi ile oynanmıştır. Hindistan'da inşa edilen arkeolojik kazılarda kayalara işlenmiş Badminton figürlerine rastlanmıştır ve figürlerden de ilk çağlarda Badminton oynandığı görülmektedir. Badmintonun dünyaya yayılması ve oyun olarak

oynanması 1122 yıl önce Çin İmparatorluğundaki Chu sülalesi devrine rastlanıldığı belirtilmektedir (Aracı, 2006). Çin’de İlk olarak tahtadan yapılan raketlerle ve etrafına tüyler eklenmiş küçük bir mantar küresinden ve vişne gibi meyvelere 5-6 adet kaz tüyü takılarak oyunu oynamak için tüy top elde edilmiştir. Bu oyunun 19. yüzyıl ortalarında Hindistan’da Poona ve Puune adıyla oynandığı ifade edilmektedir. Hindistan’da da bu oyun meyvelere takılan kaz tüyü top ve tahta raketler ile Poona adıyla oynanmıştır (Gülmez, 2007). Badminton oyununu Asya’dan Avrupa’ya ilk olarak Marko Polo (1254-1324) getirmiştir. Oyunun yayılmaya başlaması ile bu süreç de araç gereçleri ve oyunun kuralları da değişmeye başlamıştır. Bu dönemde Badminton Fransa’da ‘‘kokvanten’’ (Uçan Horoz), ‘‘Jevolon’’ (tüy top), Almanya, Avusturya, İsviçre gibi ülkelerde ‘‘federbal’’, Çarlık Rusya’sında ‘‘Laptu’’ adları ile oynanmıştır (Yumuk ve Salman, 2004).

Londra’ya 100 km. mesafede bulunan Badminton adlı kasabada asker kökenli, kasabanın dükü olan Beaufort uzun bir süre Hindistan’da bulunmuştur. İngiltere’ye tekrar geldiğinde yanında tüy top ile raket getirmiştir. Poona oyununu Badminton kasabasında yaygınlaştırmaya başlamıştır. Beaufort Dükü’nün kızları Badminton kasabasının da ilk önce bu oyunu Badminton evin de oynamışlardır. İsmi de buradan almaktadır. J.L. BALDWIN adındaki sporcu, en önce Badminton oyun kurallarını koyan kişi olarak spor tarihinde yerini almıştır. Böylelikle oyun bu şekilde başka ülkelere de hızla yayılmıştır (WEB-1,2019). Badminton oyun kuralları ilk olarak 1887’de Londra’da oluşturulmuş ve bir kurul tarafından onaylanmıştır. Bu kurallar da ufak değişiklikler yapılmış ve şu an halende bu kurallar çerçevesinde devam etmektedir. Badmintonun tarihsel olarak en önemli isimlerinden birisi İngiliz Ann JACKSON’ dır. Jakson 1898 yılında ilk nizami tüy top patentini alan kişi olarak kayıtlara geçmiştir. İngiliz Badminton sporcusu Sammuel MESSDYA ilk kez 1911 yılında Badminton oyun kurallarını ve teknik taktik becerileri anlatan kitap yayınlamıştır (Yorulmazlar ve Keopoğlu, 2005).

Badmintonun resmileştirilmesi ve devlet eliyle gruplara tanıtılması amacıyla 1934 yılında Londra’da Uluslararası Badminton Federasyonu (IBF) kurulmuştur. Federasyona; İngiltere, Hollanda, Danimarka, İrlanda, Yeni Zelanda, İskoçya, Fransa ve ABD olmak üzere toplam 8 ülke üye olmuştur. Bütün alanlarda yaşandığı gibi spor alanında da İkinci Dünya Savaşı yüzünden duraklamalar meydana gelmiştir ve Badmintonun gelişimi yavaşlamıştır. Böylelikle Badmintonun olimpiik spor branşı olarak gelişmesi ve yeni materyallerin üretimi ve yeni kuralların oluşturulması ikinci dünya savaşından sonra olmuştur (Yumuk ve Salman, 2004).

İkinci dünya savaşından dolayı duraklama sürecine giren Badminton oyunu 1945 tarihinden sonra ilerlemeler kaydetmiştir. Ayrıca savaştan dolayı Avrupa ülkelerinin karşısında doğu grubu ülkeler yer almıştır. Politik nedenlerden dolayı ise Çin Halk Cumhuriyeti ve doğu grubu ülkeleri IBF’ye alınmamıştır. Bu yüzden Çin önderliğinde doğu grubu ülkeleri aralarında Dünya Badminton Federasyonunu (WBF) kurmuşlardır. 1981 yılının Mayıs ayında bütün ülkeler IBF bayrağı altında toplanmıştır. Ayrıca 1985 yılında Uluslar Arası Badminton Olimpiyat Komitesi (IOK), Badmintonu 1992 Barselona Olimpiyatlarında madalyalı sporlar arasına almayı onaylamıştır. Bu günkü federasyona 140’den fazla ülke üyedir ve şuanda dünyada 6 milyondan fazla lisanslı sporcusu vardır (Poole, 1973).

Türkiye’de Badminton sporu çok eski bir spor dalı değildir. Türkiye Badminton Federasyonunun (TBF) 31 Mayıs 1991 tarihinde kurulmasıyla birlikte, Badminton bir spor dalı olarak kurumsallaşmıştır. 3 Kasım 1991 tarihinde Türkiye Badminton Federasyonu 104.üye sıfatıyla Uluslararası Badminton Federasyonu (IBF) tarafından tam üyeliğini tamamlamıştır. Türkiye Badminton Federasyonunun ilk başkanı İrfan Yıldırım’dır. 5 Aralık 1993 yılında Türkiye’de yapılan federasyonlar başkanı seçiminde ise Akın Taşkent seçimle göreve gelen ilk federasyon başkanı unvanını almıştır. A. Faik İmamoğlu’nun 1997-2004 yılları arasında iki dönem başkanlığı sonrasında, 2004 yılı Aralık ayında yapılan seçimlerde Murat Özmekik federasyon başkanlığı görevine getirilmiştir. 2006 yılındaki özerklik sonrası 8 Eylül’de

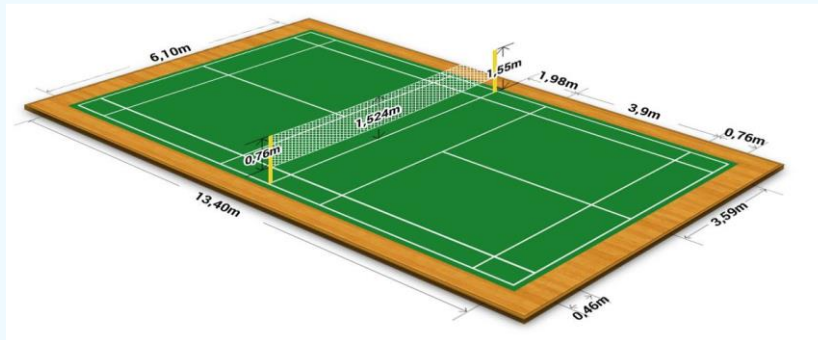
yapılan seçimlerde de Murat Özmekik ikinci defa Badminton Federasyonu Başkanlığına seçilmiş günümüzde halen görevini yapmaktadır (Gülmez, 2007).

Oyun Kuralları

Uluslararası Badminton Federasyonu her yıl düzenli olarak bir statü kitabı yayınlamaktadır. Bu kitap Badminton kurallarını, varsa yapılmış revizyonları ve yorumları içermektedir. Uluslar Arası ‘‘Badminton Federasyonu (IBF) 2006 yılında Tomasve Uber Cup’’ müsabakalarında 21 puan sistemini kullanmıştır. Oyun 3 set üzerinden oynanır ve bir set 21 sayıdır. Oyuna başlayan taraf kura atışı ile belirlenir. Müsabakalar kazanılmış 2 set üzerinden oynanmaktadır. Maç sonucunun 1-1 olması durumunda 3. Set oynanır ve bu sette 11.sayıya ulaşıldığında yarı alan değişimi yapılmaktadır. Eğer skor 20-20 olmuş ise set uzamaya gider ve 2 sayı uzatılır. Seti uzatıp uzatmama hakkı ilk 20 sayıya ulaşan oyuncuya aittir. Durum 20-20 iken uzatmaya gidildiğinde sete 2 sayı ilave edilir ve fark iki olunca maç biter. Badminton oyunu, çiftler kategorisinde her yarı yan alanında ikişer oyuncu ile tekler kategorisinde birer oyuncu ile oynanmaktadır. Badminton oyununda bulunan beş kategoride de aynı puanlama vardır. Badminton oyunundaki beş kategori; ‘‘tek erkekler, tek bayanlar, çift erkekler, çift bayanlar ve karışık çiftler’’ olarak oynanmaktadır (Lei, Deng ve Lu, 1993).

Oyun Alanı

Badminton, resmi turnuvalarda ve açık havanın olumsuz faktörlerinden dolayı kapalı alanlarda oynanmaktadır. Oyunun oynandığı kapalı salonun tavan yüksekliği 9 m’den az olmamalıdır. Tekler ve çiftler kategorisinde saha ölçüleri farklılık göstermektedir. Çiftler kategorisinde bir sahanın uzun kenarı 13.40 m, kısa kenarı 6.10 m’dir. Tekler kategorisinde ise bir sahanın uzun kenarı değişmezken, kısa kenarı her iki yandan eşit olarak daralarak 5.18 m olmaktadır. Badminton sahasının bütün çizgileri 4 cm. kalınlığında çizilmektedir. Çizgilerin sarı ve kırmızı renkte çizilmesi gerekir (Yumuk ve Salman, 2004). Sahayı iki eşit bölüme ayırıştıran file vardır. Filenin yüksekliği 1.55 dir. Bölünen sahanın her iki parçasına yarı alan adı verilmektedir. Fileden 1.98 m uzunluğunda sahayı enine kesen ve her iki bölüme çizilen çizgiye servis atış çizgisi denir. Bu çizginin tam ortasından yani 3.05 m’den geriye doğru sahayı boyuna doğru kesen çizgi, yarı alanı kendi arasında ikiye bölmektedir ve sahanın içinde iki adet kutular oluşmaktadır. Bölünen kutular ise, sağ servis atış bölgesi (kutusu), sol servis atış bölgesi (kutusu) dir (Group, 2003).

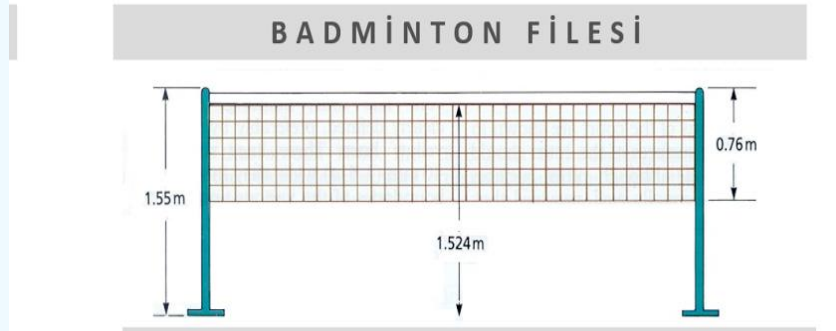


Figür 1: Badminton Sahası (Yüksel, 2015)

Badminton Filesi

Badminton sahasını ortadan iki eşit parçaya ayıran file koyu renkte kaliteli bir kordondan yapılıp, örgülerin sıklıkları, hepsi eşit olmak suretiyle 15-20 mm arasında ve ağ toplam 760 mm olmalıdır. Filenin gözenekleri kare biçiminde örülmüştür. Resmi müsabakalarda file boyu 1,55 cm orta kısımda ise 1,524 cm eni 76 cm eninde ve çiftler kenar çizgilerine kadar uzayacak şekilde çizilmelidir. Filenin

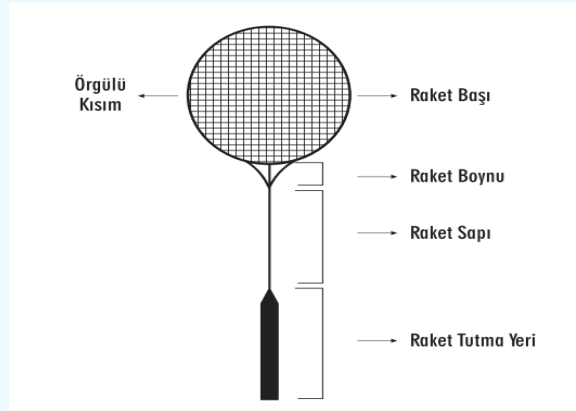
üst kısmında, fileyi uzunluğu boyunca kaplayan ve içinden ip veya tel geçirmek için yapılan 7.5 cm eninde beyaz renkli bir bant yer almaktadır. Ağ ve direk arasında hiçbir aralık olmamalı ve gerektiği takdirde ağın tüm yanları direğe bağlanmalıdır (Gülmez, 2007).



Figür 2: Badminton Filesi (WEB-2)

Badminton Raketi

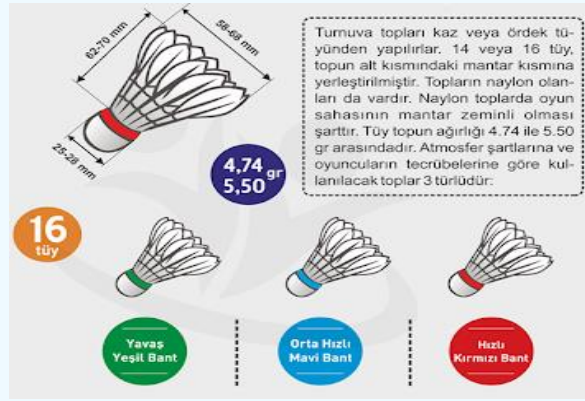
Badminton raketi, toplam uzunluğu 680 mm, genişliği 230 mm ölçülerinde, baş örümlü kısım (kordaj), boyun, gövde (şaft) ve sap bölümlerinden oluşmaktadır. Sap, raketin oyuncu tarafından tutulmak üzere tasarlanmış bölümdür. Örgümlü alan oyuncunun tüy topa vurduğu bölümdür. Baş, örgümlü alanı çevreler. Şaft, sapı baş kısmına bağlar. Boyun (eğer var ise), şaftı raketin baş kısmına bağlar. Baş, boyun, şaft ve sapa hep birlikte çerçeve adı verilir. Günümüzde kullanılan racketlerin ortalama ağırlığı 75 gram ile 96 gram arasında değişmektedir. Özel antrenmanlar için farklı ağırlıklarda racketlerde bulunmaktadır. (Demirci, 2007).



Figür 3: Badminton Raketi (WEB-3)

Badminton Topu

Badminton topu, ister doğal kaz tüyünden, isterse sentetik ya da plastikten imal edilmiş olsun, “tüytop” olarak adlandırılmaktadır. Tüy top hangi maddeden yapılmış olursa olsun, ince bir deri ile kaplanmış mantar tabanlı doğal kaz tüyünden yapılmış standart bir tüy topun genel özelliklerini yansıtmalıdır. 4,74 gram ile 5,50 gram ağırlığı ve 62 mm ile 70 mm yüksekliği olan Badminton topu, mantar kısmına takılan 16 tüyden ve uçları, yarıçapı 58 mm ila 68 mm bir daire şeklinde olmalıdır. Sentetik olarak üretilen topların uçuş hızları-yönleri süzülüşleri doğal tüylerden üretilen toplarla aynı olmalıdır (Acet, 2000).



Figür 4: Badminton Topu (WEB-4)

Temel Vuruş Teknikleri

1- Ön Kort Vuruş Teknikleri:

Net Drop (File Üstü Aşırtma) Vuruş Tekniği: Ön korttan ön korta yapılan vuruş tekniği ve file üzerindeki bir topun bilekten yapılan küçük bir itirme veya vuruşla yeniden file dibine bırakılmasıdır (Turğut 2020).



Figür 5: Net Drop Vuruş Tekniği (WEB-5)

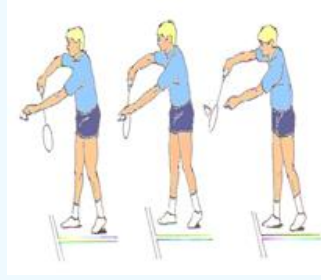
Lop (File Altından Yükseltme) Vuruş Tekniği: Ön korttan dip korta yapılan vuruş tekniğidir. File seviyesinden aşağı düşmüş topun yeniden yükseltilecek karşı sahanın dip kortuna gönderilmesidir. Raket tutuşu Forehand ve Backhand olabilir (Turğut 2020).



Figür 6: Lop Vuruş Tekniği (WEB-6)

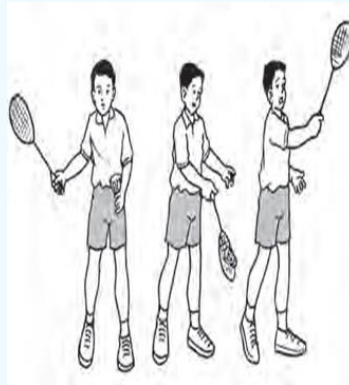
2- Orta Kort Vuruş Teknikleri:

Backhand (El Üstü) Kısa Servis: Orta korttan orta korta servis ön çizgisine yakın yapılan vuruş tekniğidir. Her iki ayak burnu ve gövde fileyi gösterecek şekilde pozisyon alınır. Raket başı dirsek hizasında ve top raket başı ortasında tutulur ve top bilekten vuruş ile rakip sahaya yumuşak bir şekilde gönderilir (Turğut 2020).



Figür 7: Backhand Kısa Servis (WEB-7)

Forehand (El İçi) Yüksek Servis: Orta korttan dip korta yapılan vuruş tekniğidir. Hazırlık sırasında, vücut ağırlığı iki ayağa eşit ve dengeli olacak şekilde bir ayak da önde olacak şekilde pozisyon alınır. Topu elden çıkarma esnasında, vücut ağırlığı ön bacağına doğru transfer edilmeli ve gözler top üzerinde olmalıdır. Vuruş sırasında, raket öne doğru sallanarak topun mantar kısmıyla buluşmalıdır. Raketin salınımının sonlanması yani raket başının sol omuz üzerine hareketinin devam ettirilmesidir (Turğut 2020).



Figür 8: Forehand Yüksek Servis (WEB-8)

Smash (Küt) Vuruş Tekniği: Orta korttan orta korta ve dip korta yapılan en temel hücum vuruşlarından birisidir. Smaç vuruşu esnasında, vücut ağırlığı iki ayakta dengeli bir şekilde olarak, raket baş üzerinden geriye alınmalı ve kol dirseği bükülü olmalıdır. Raket ve topun birleşme yeri baş üstü olmalıdır. Öne adım alınarak, olduğu yerde veya geriye makas hareketi ile yapılır (Turğut 2020).



Figür 9: Smash Vuruş (WEB-9)

Drive Vuruş Tekniği: “Orta korttan orta korta fileye yakın yere paralel gönderilen sert düz toplardır” (Turğut 2020).

Kısa Savunma Tekniği: “Hücumdan sert bir şekilde gelen topu karşı sahanın ön kortuna kısa düşürülen toplardır.

Yüksek Savunma Tekniği: Orta korttan dip korta yapılan vuruştur. Hücumdan sert bir şekilde gelen topu yükselterek karşı sahanın dip kortuna gönderilmesidir.

3- Dip Kort Vuruş Teknikleri:

Clear: Dip korttan dip korta yüksek bir şekilde gönderilen toplardır.

Hücum Clear: Karşı sahaya hızlı ve yere paralel bir şekilde gönderilen sert toplardır.

Savunma Clear: Karşı sahaya avantaj sağlamak için yüksek gönderilen toplardır.

Drop: Arka veya orta korttan, baş üzerinden topun file önüne yumuşak bir şekilde bırakılmasıdır.

Yaşam Becerileri

Bireyin ilgisine ve öğrenimine bağlı olarak yaptığı iş de başarı göstermesi ve bir işlemi hedefine uygun bir şekilde yapabilme yeteneğine beceri denmektedir (TDK, 2017). Buna göre, günlük yaşamda beceri deneyimlerinin kazanılıp kazanılmadığı ya da gelişimi sorgulanabilir (Yuen vd., 2010). Dünya sağlık örgütü, kişinin sahip olması gereken birden fazla yaşam becerisi belirlemiştir. Bu becerilerden bazıları belirli durumlara ait iken, bazıları ise genel nitelikteki tanımlamalardır. Kişinin psikolojik sağlığını teşvik edecek ve temel oluşturacak beceriler; karar verme, problem çözme, empati kurma, öz farkındalık, iletişim, yaratıcı düşünme becerileridir (WHO, 1997). Bütün bu beceriler bireylerin günlük yaşamda, iş ve okul hayatlarında ve katıldıkları sosyal etkinlikler de karşılaştıkları problemlerin üstesinden gelmek için kazandıkları becerilerdir.

Tüm bu olumlu etkiler göz önünde bulundurulduğunda boş zaman faaliyeti olan sporun yaşam becerileri üzerinde olumlu etkileri olduğu düşünülmektedir. Ders dışı faaliyet olarak sporun, çocuk ve gençlerin yaşam becerilerine pozitif yönde katkı sağladığı özellikle de sosyal ve duygusal yönden gelişimleri açısından olumlu katkılarının olduğu söylenebilir (Marsh, 1992). Bundan dolayı çocukların ve gençlerin yaşamlarında olumlu tutum geliştirmeleri ve daha basit uyum sağlamaları bakımından yaşam becerilerinin bilinçli olarak kazandırılması önemlidir (Theokas, Danish, Hodge, Heke, Fomeris, 2008).

MATERYAL VE METOD

Araştırma Yöntemi

Araştırmanın amaçlarına yönelik ilgili konuların ele alınması ve incelenmesinde ilk önce kapsamlı bir literatür taraması yapılmıştır. Araştırmada veri toplama tekniği olarak anket uygulanmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırmaya 14- 18 yaş arası, 49 kadın (15.53 ±1.36 yıl) ve 39 erkek (15.67 ±1.58 yıl) olmak üzere toplam 88 amatör ve milli badmintoncu gönüllü olarak katıldı.

Veri Toplama Araçları

Araştırmacılar tarafından oluşturulan demografik özelliklere yönelik sorular ile Cronin ve Allen (2015-2017) tarafından geliştirilip Düz ve Açık (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Yaşam Becerileri Ölçeği" kullanıldı. Ölçek 5'li likert tipi olup 7 faktör ve toplam 31 sorudan oluşmaktadır. Badmintoncularda yaşam becerileri ölçeği güvenilirlik analizi sonuçlarına göre (Cronbach's Alfa); zaman

yönetimi faktöründe .894, iletişim faktöründe .757, liderlik faktöründe .836, takım çalışması faktöründe .875, sosyal beceriler faktöründe .829, duygusal beceriler faktöründe .845 ve amaç belirleme faktöründe .901 olarak oldukça yüksek düzeyde güvenilir olduğu bulundu.

Verilerin Analizi

Araştırmada elde edilen veriler SPSS 22.0 for Windows istatistik paket programında incelendi. Frekans/ yüzde ve tanımlayıcı istatistiklerin ardından yapılan normallik testleri sonucunda dağılımın normal ve homojen olduğu belirlendi. Bu nedenle ikili grup karşılaştırmalarında Independent Student T testi, çoklu grup karşılaştırmalarında Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ile birlikte PostHoc testlerinden TUKEY testi kullanıldı. Araştırmada anlamlılık düzeyi .05 olarak kabul edildi.

BULGULAR

Tablo 1. Badminton sporcularının demografik özellikleri

Değişken	Grup	f	%
Cinsiyet	Kadın	49	55.7
	Erkek	39	44.3
Badminton Seviyesi	Milli Sporcu	38	43.2
	Milli Olmayan	50	56.8
Ailede Spor Yapan	Var	42	47.7
	Yok	46	52.3
Aile Gelir Düzeyi	3000 TL'ye kadar	44	50
	3001-6000 TL	31	35.2
	6001 TL ve üzeri	13	14.8
Toplam		88	100

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan sporcuların %55.7'si kadın ve %44.3'ü erkek olduğu, %43.2'si milli ve %56.8'i amatör sporcu olduğu, %47.7'sinin ailesinde spor yapan başka bireyler varken %52.3'ünde ise olmadığı, aile gelir düzeylerinde göre %50'si 3000 TL'ye kadar, %35.2'si 3001-6000 TL arası ve %14.8'i 6001 TL ve üzeri olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Badminton sporcularının yaşam becerileri düzeyleri

Faktör	Madde Sayısı	N	Minimum	Maximum	X	Standart sapma	Cronbach's Alfa
Zaman Yönetimi	4	88	11	20	16.76	2.62	.894
İletişim	4	88	7	20	16.11	2.85	.757
Liderlik	5	88	12	25	20.95	3.14	.836
Takım Çalışması	6	88	15	30	25.92	3.40	.875
Sosyal Beceriler	4	88	8	20	16.57	2.83	.829
Duygusal Beceriler	4	88	9	20	16.54	2.88	.845
Amaç Belirleme	4	88	6	20	17.70	2.70	.901

Tablo 2 incelendiğinde, badminton oynayanların tüm yaşam becerileri değerlerinin ortalamının üzerinde olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Badminton sporcularının cinsiyetlerine göre yaşam becerilerinin karşılaştırılması

Faktör	Grup	N	Ortalama	ss	t	p
Zaman Yönetimi	Kadın	49	17.16	2.53	1.624	.108
	Erkek	39	16.25	2.68		
İletişim	Kadın	49	16.28	2.85	.631	.530
	Erkek	39	15.89	2.89		

Liderlik	Kadın	49	21.18	2.96	.764	.447
	Erkek	39	20.66	3.37		
Takım Çalışması	Kadın	49	25.91	3.65	-.006	.995
	Erkek	39	25.92	3.12		
Sosyal Beceriler	Kadın	49	16.59	2.65	.045	.964
	Erkek	39	16.56	3.07		
Duygusal Beceriler	Kadın	49	17.08	2.73	1.990	.050*
	Erkek	39	15.87	2.94		
Amaç Belirleme	Kadın	49	17.65	2.68	-.199	.842
	Erkek	39	17.76	2.74		

* p<.05

Tablo 3 incelendiğinde kadınların duygusal beceriler değerlerinin erkeklerden anlamlı derecede yüksek olduğu, diğer yaşam beceri faktörleri arasında ise fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 4. *Badminton sporcularının sporculuk seviyelerine göre yaşam becerilerinin karşılaştırılması*

Faktör	Grup	N	X	ss	t	p
Zaman Yönetimi	Milli Sporcu	38	17.10	2.56	1.072	.287
	Milli Olmayan	50	16.50	2.66		
İletişim	Milli Sporcu	38	16.02	3.03	-.248	.804
	Milli Olmayan	50	16.18	2.74		
Liderlik	Milli Sporcu	38	21.15	3.03	.526	.600
	Milli Olmayan	50	20.80	3.25		
Takım Çalışması	Milli Sporcu	38	26.47	2.76	1.333	.186
	Milli Olmayan	50	25.50	3.79		
Sosyal Beceriler	Milli Sporcu	38	16.36	3.04	-.608	.545
	Milli Olmayan	50	16.74	2.67		
Duygusal Beceriler	Milli Sporcu	38	16.84	2.23	.841	.403
	Milli Olmayan	50	16.32	3.29		
Amaç Belirleme	Milli Sporcu	38	18.21	2.02	1.545	.126
	Milli Olmayan	50	17.32	3.08		

* p<.05

Tablo 4 incelendiğinde milli ya da amatör badmintoncuların yaşam beceri faktörleri arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 5. *Badminton sporcularının ailelerinde başka sporcu olma durumlarına göre yaşam becerilerinin karşılaştırılması*

Faktör	Grup	N	X	ss	t	p
Zaman Yönetimi	Var	42	16.38	2.83	-1.304	.196
	Yok	46	17.10	2.39		
İletişim	Var	42	15.61	3.18	-1.564	.122
	Yok	46	16.56	2.47		
Liderlik	Var	42	20.85	3.15	-.276	.783
	Yok	46	21.04	3.16		
Takım Çalışması	Var	42	25.78	2.73	-.353	.725
	Yok	46	26.04	3.94		
Sosyal Beceriler	Var	42	16.42	3.02	-.476	.635
	Yok	46	16.71	2.66		
Duygusal Beceriler	Var	42	16.57	2.75	.080	.936
	Yok	46	16.52	3.01		
Amaç Belirleme	Var	42	17.73	2.96	.111	.912
	Yok	46	17.67	2.46		

* p<.05

Tablo 5 incelendiğinde ailede başka spor yapan badmintoncular ile diğerlerinin yaşam beceri faktörleri arasında anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

Tablo 6. *Badminton sporcularının aile gelir düzeylerine göre yaşam becerilerinin karşılaştırılması*

Faktör	Grup	N	X	ss	F	p	TUKEY
Zaman Yönetimi	3000 TL'ye kadar (a)	44	17.13	2.80	3.069	.052*	a>c* (.43)
	3001-6000 TL (b)	31	16.90	2.15			
	6001 TL ve üzeri (c)	13	15.15	2.60			
İletişim	3000 TL'ye kadar (a)	44	16.29	2.86	2.723	.071	-
	3001-6000 TL (b)	31	16.54	2.88			
	6001 TL ve üzeri (c)	13	14.46	2.33			
Liderlik	3000 TL'ye kadar (a)	44	20.90	3.33	.058	.944	-
	3001-6000 TL (b)	31	21.09	2.85			
	6001 TL ve üzeri (c)	13	20.76	3.37			
Takım Çalışması	3000 TL'ye kadar (a)	44	25.97	3.97	.325	.723	-
	3001-6000 TL (b)	31	26.12	2.77			
	6001 TL ve üzeri (c)	13	25.23	2.74			
Sosyal Beceriler	3000 TL'ye kadar (a)	44	16.61	3.02	3.878	.024*	b>c* (.18)
	3001-6000 TL (b)	31	17.29	2.22			
	6001 TL ve üzeri (c)	13	14.76	2.83			
Duygusal Beceriler	3000 TL'ye kadar (a)	44	16.47	3.00	.549	.579	-
	3001-6000 TL (b)	31	16.90	3.01			
	6001 TL ve üzeri (c)	13	15.92	2.06			
Amaç Belirleme	3000 TL'ye kadar (a)	44	17.52	2.59	.508	.604	-
	3001-6000 TL	31	17.67	3.17			
	6001 TL ve üzeri	13	18.38	1.70			

* p<.05

Tablo 6 incelendiğinde zaman yönetimi faktöründe aile gelir düzeyi 3000 TL'ye kadar olanların 6001 TL ve üzeri olanlardan, sosyal beceriler faktöründe 3001-6000 TL olanların 6001 TL ve üzeri olanlardan anlamlı derecede yüksek olduğu, diğer yaşam beceri faktörleri arasında ise anlamlı fark olmadığı görülmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

14- 18 yaş arası badmintoncuların yaşam becerilerini incelediğimiz bu araştırmada, tüm yaşam becerileri değerlerinin ortalamasının üzerinde olduğu tespit edildi (Tablo 2). Buna göre 14-18 yaş grubunda yer alan çocukların; iletişim, zaman yönetimi, liderlik, takım çalışması, amaç belirleme, sosyal ve duygusal beceriler, alt boyutlarında almış oldukları puan ortalamalarının daha yüksek seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Spor aracılığıyla çocuklarda yaşam becerilerinin kazanılması ve geliştirilmesinde yaş faktörünün önemli kriter olduğu ve erken yaşlarda spora başlamanın yaşam becerilerine olan faydasının çok önemli olduğu düşünülmektedir. Spor temelli yaşam becerileri, çocukların fiziksel ve zihinsel becerileri ve sosyal değerleri için de önem arz etmektedir. Türk'ün (2015) yılında yaptığı çalışmada 14-18 yaş grubu Basketbolcularında, sporun gençlerin yaşam becerilerine olan etkisi üzerine yaptığı çalışmanın sonuçlarına göre; yaşlar arasında farklılık görülmemiştir (Türk, 2015). Bu çalışma sonuçları ile bizim çalışmamız arasında benzer sonuçlar bulunmamaktadır. Her iki çalışmanın yaş grubu aynı olsa da bireysel ve takım sporu olması açısından farklı sonuçlar elde edilmiştir.

Araştırmada kadınların duygusal beceriler değerlerinin erkeklerden anlamlı derecede yüksek olduğu, diğer yaşam beceri faktörleri arasında ise fark olmadığı görüldü (Tablo 3). Bu sonuca göre, spor faaliyeti esnasında karşılaşılabileceği olaylar, arkadaş ilişkileri, takım birlikteliği gibi faktörlerin spor

yapan kadınlar üzerinde etkisinin daha fazla olduğu ve bu yüzden duygusal beceriler değerlerinin yüksek olduğu düşünülmektedir. Kadınların duyuşsal duyarlılık, duyuşsal anlatımcılık ve sosyal kontrol boyut düzeylerinin erkeklere göre daha iyi olduğu sonucuna varılmıştır (Deniz, 2002).

Milli ya da amatör seviyede badminton sporu yapmanın yaşam beceri faktörlerinde bir fark ortaya koymadığı bulundu (Tablo 4). Milli sporcuların zaman yönetimi, liderlik, takım birlikteliği, duygusal ve amaç belirleme gibi becerilerini amatör sporculardan daha fazla kazandıkları, amatör sporcuların ise iletişim ve sosyal becerileri daha fazla kazandıkları görülmüştür.

Yıldırım ve Özcan, (2011) çalışmasında lisanslı olarak bireysel spor ve takım sporu yapan ile spor yapmayan ortaöğretim öğrencileri üzerinde sosyal beceri düzeyleri karşılaştırılmıştır. Çalışmanın sonucunda, lisanslı olarak bireysel spor ve takım sporu yapan ile spor yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin, sosyal beceri düzeylerinin anlamlı düzeyde fark olduğu görülmüştür. Başka bir ifadeyle öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri duyuşsal duyarlılık boyutu, lisanslı olarak yapılan spor durumuna göre anlamlı bir şekilde farklılık gösterdiği bulunmuştur. Spor durumları arasındaki farka bakıldığında ise lisanslı olarak takım sporu ve bireysel spor yapan öğrenciler lehine fark olduğu görülmüş ve bizim çalışmamız ile benzerlik göstermemektedir. Çalışmamızın sonucuna göre ise, spor seviyesine göre yaşam becerilerinde farklılık görülmemiştir (Yılmaz ve Özcan, 2011).

Ailede başka spor yapan badmintoncular ile diğerlerinin yaşam beceri faktörleri arasında anlamlı fark olmaması, bu değişkenin yaşam becerileri üzerinde bir etkisi olmadığını göstermektedir (Tablo 5). Literatürü incelediğimizde çalışmamız ile benzerlik göstermeyen çalışma mevcuttur. Örneğin; Kırıcıgil 1998 yılında Ankara’da “Sosyal Çevre-Spor İlişkisi” isimli araştırmasında, aile üyelerinin ya da çevresindeki insanların sporla ilgileniyor olması, çocuğunda spora yönelmesinde teşvik edici unsur olduğunu ve yeni bir sosyal çevre edinebileceğini, birliktelik, iletişim ve takım birlikteliği gibi becerilerin kazandırılması ve geliştirilmesinde etkili olduğu belirtilmiştir. “Spora yönlendirilen çocuklarda aile faktörünün spor branşını belirlenmesindeki etkisi incelendiğinde erkeklerin %54,1, bayanların ise %61,1 oranında çocuklarının görüşlerini destekledikleri sonucuna ulaşılmıştır” (Kırıcıgil 1998). Bu sonuç göstermektedir ki erkekler çocukların spora yönlendirilmesinde daha etkin bir rol oynamaktadır. Aynı zamanda spor yapan aile ve çevresinde spor yapan insanların olması çocukların yaşam becerilerinde etkilidir ve bu bizim çalışmamızın sonucu ile benzerlik göstermemektedir.

Araştırmada incelediğimiz son değişken ise aile gelir düzeylerinin yaşam becerisine etkisi olup olmadığıydı. Zaman yönetimi faktöründe aile gelir düzeyi 3000 TL’ye kadar olanların 6001 TL ve üzeri olanlardan, sosyal beceriler faktöründe 3001-6000 TL olanların 6001 TL ve üzeri olanlardan anlamlı derecede yüksek olduğu, diğer yaşam beceri faktörleri arasında ise anlamlı fark olmadığı tespit edildi (Tablo 6). Bu sonucun sporda, aile gelir düzeyine bakılmaksızın bütün bireylere eşit oranda spor yapma imkânı sunulabilmesinden kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Spor yapmakta istemek ve yetenek önemlidir. Bu yüzden gelir düzeyinin farklı olması yaşam becerilerinin geliştirilmesi ve kazandırılmasına engel olmayacağı düşünülmektedir. Ülkemizde spora yeterince ekonomik destek verilmektedir. Bu yüzden spor, faaliyetlere katılan tüm çocukların yaşam becerilerine olumlu ve pozitif yönde katkı sağlamaktadır. Literatür bilgileri çalışmamızı desteklemektedir.

Mayer’in yaptığı çalışmada ‘’ailenin sahip olduğu ekonomik gelirin çocuklarına ilişkin çıktılara çok fazla etki etmediğini, ebeveynlerin sahip olduğu güvenirlilik ve dürüstlük gibi özelliklerinin, anne ve babanın sağlıklı olmasının ve becerilerinin çocuğun gelişiminde etkili olduğu’’ sonucuna varmıştır. Bu sonuçlar mevcut çalışmamız ile paralellik göstermektedir (Mayer,1997).

Araştırmada ergenlik döneminde olan badmintoncuların yaşam becerilerinin ortalamasının üstünde olduğunu, cinsiyetin yaşam becerilerinden duygusallık faktöründe, aile gelir durumunun ise zaman yönetimi ve sosyal beceriler faktörlerinde etkili değişkenler olduğu, sporculuk seviyesi ile ailede spor yapan başka birey olması durumlarının yaşam becerilerini etkilemediği sonuçlarına ulaşıldı. Yaşam becerilerinin küçük yaşta kazanılması gereken davranışlar olduğu düşünüldüğünde badmintonun olumlu etkileri de dikkate alınarak, küçük yaşlarda badminton veya farklı branşlarda spor eğitiminin önemi bu araştırmayla bir kez daha gözler önüne serilmiştir ve araştırma sonucunda şu önerilerde bulunulmuştur;

- ✓ Araştırma 14-18 yaş Badmintoncular ile sınırlandırılmıştır. Farklı spor branşı ve farklı yaş kategorilerinde yapılabilir,
- ✓ Araştırmayı Doğu Karadeniz illeri genel olarak kapsamaktadır ve bu alanda genişletilerek farklı bir çalışma yapılabilir,
- ✓ Gençlerin spor faaliyetleri aracılığıyla, ruhsal ve fiziksel yönden sağlıklı nesil olarak gelişiminin desteklenmesi ve toplumda yer almaları için Badminton branşının tanıtımı için projelerin teşviki ile sporun tanıtılması ve daha fazla çocuğun bu alana kazandırılması,
- ✓ Ülkemizde, yaşam becerileri ve spor alanında yapılacak çalışmalar konunun anlaşılmasında daha faydalı olacaktır.
- ✓ Çocuk ve gençlere yaşam becerilerinin kazandırılıp ve geliştirilmesi için okullarda sosyal aktivitelere katılım sağlanması ve öğrencilerin sorumluluk alması önerilebilir.
- ✓ Tüm bu bilgiler ışığında çalışmada elde dilecek bilimsel bulguların ileride yapılacak çalışmalara katkı sağlayacağı da düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Acet, M. (2000). ulu, *Badminton Teknik Taktik Öğretimi*. Ders Notu. Dumlupınar Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kütahya.
- Aracı, H. (2006). *Okullarda Beden Eğitimi*. 6. Baskı. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Botvin, G. J. & Griffin, K.W. (2004). Life Skills Training: Empirical Findings and Future Directions. *The Journal of Primary Prevention*, 25(2), 211-232. doi: 10.1023/B:JOPP.0000042391.58573.5b.
- Cashmore, E. (2008). *Sport and Exercise Psychology: The Key Concepts*. (2. baskı). London, UK: Routledge.
- Cronin, L. D. & Allen, J. (2015). Developmental Experiences and Well-Being in Sport: The Importance of The Coaching Climate. *The Sport Psychologist*, 29, 62-71. doi: 10.1123/tsp.2014-0045.
- Danish, S.J., Forneris, T. & Wallace, I. (2005). Sport-Based Life Skills Programming in The Schools. *Journal of Applied School Psychology*, 21(2), 41-62.
- Danish, S. J., Forneris, T., Hodge, K. & Heke, I. (2004). Enhancing Youth Development Through Sport. *World Leisure*, 46(3), 38-49.
- Demirci, A. & Demirci, N. (2007). *Adım Adım Badminton*. Spor yayınevi, Ankara.
- Deniz, M. E. (2002). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Verme Stratejileri ve Sosyal Beceri Düzeylerinin TA Baskın Ben Durumları ve Bazı Özlük Niteliklerine Göre Karşılaştırılmalı Olarak İncelenmesi*. Doktora tezi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Konya.
- Düz, S. & Açak, M. (2018). Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeğinin Türk Kültürüne Uyarlanması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(9), 74-86.
- Gould, D. & Carson, S. (2008). Life Skills Development Through Sport: Current Status and Future Directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58-78.
- Group, D. (2003). *Step By Step Tennis & Other Raeket Sports*. Diagrow Visual Information Limited, London.
- Gülmez, İ. (2007). *Her Yönüyle Badminton*. Nüve Yayıncılık, Yayın No:4, Spor Dizisi:11-19, Ankara.

- Hansen, D. M. & Larson, R. W. (2007). Amplifiers of Developmental and Negative Experiences in Organized Activities: Dosage, Motivation, Lead Roles and Adult Youth Ratios. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 28, 360-374.
- Kılıçgil, E. (1998). *Sosyal Çevre-Spor İlişkileri*. Kültür Ofset, Bağırhan Yayınları, Ankara, 27-95.
- Lei, R. R., Deng, S. X. & Lu, L. F. (1993). Study On The Physiological Function, Physical And Mental Characteristics Of The Chinese Badminton Players. *Chin Sport Sci Technol*.
- Locke, E. A. & Latham, G. P. (1984). *Goal Setting: A Motivational Technique That Works*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Marsh, H. W. (1992). Extracurricular Activities: Beneficial Extension of The Traditional Curriculum or Subversion of Academic Goals. *Journal of Educational Psychology*, 84(4), 553-62.
- Mayer, S. E. (1997). *What Money Can't Buy: Family Income and Children's Life Changes*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Özcan, G. & Yıldırım, S. (2011). Lisanslı Olarak Takım Sporü ve Bireysel Spor Yapan İle Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(2): 111-35.
- Poole, J. (1973). *Badminton*. Goodyear Pub. Co. 2. Baskı.
- Yumuk, S. & Salman, M. (1994). *Badminton Temel Teknikleri ve Öğretimi*. Onay Ajans, Ankara.
- The World Health Organization [WHO]. (1997). Life Skills Education in Schools. Programme on Mental Health. Division Of Mental Health and Prevention of Substance Abuse. World Health Organization.
- Theokas, C., Danish, S., Hodge, K., Heke, I. & Forneris, T. (2008). *Enhancing Life Skills Through Sport for Children and Youth*. N. L. Holt (Ed.) İçinde, Positive Youth Development Through Sport. pp. 71-81.
- Turğut, M. (2020). *Badminton El Kitabı*. Spor Yayınevi ve Kitabevi, Ankara.
- Türk, A. (2015). *Sporun Gençlerin Yaşam Becerileri Kazanmasına Ve Geliştirmesine Yönelik Etkisi: 3 X 3 Basketbol Turnuvası Örneği*. Yüksek Lisans Tezi. Bahçeşehir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Anabilim Dalı, İstanbul
- Türk Dil Kurumu (TDK) Türkçe Sözlük İçinde (2017). Erişim adresi: http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5a5e7de5705702.04492068.
- WEB-1 <http://tr.wikipedia.org/wiki/Badminton>, Erişim Tarihi: (22.01.2021).
- WEB-2 <https://sporpanosu.blogspot.com/2013/12/badminton-saha-ve-file-olculeri.html>. Erişim Tarihi: (27.01.2021).
- WEB-3 <https://www.cerezforum.com/konu/badminton-raketi.58040/>. Erişim Tarihi: (27.01.2021).
- WEB-4 <http://forum.bedenegitimi.gen.tr/badmintonda-topun-ozellikleri-t15369.html?s=3f4b1b45b881d5467ff4f51031034e7f&>. Erişim Tarihi: (17.02.2021).
- WEB-5 <https://hakansevli.tr.gg/Badminton.htm>. Erişim Tarihi: (29.01.2021).
- WEB-6 <https://www.adrenalinburada.com/badminton-nedir-ve-kurallari-nelerdir>. Erişim Tarihi: (08.02.2021).
- WEB-7 <https://badmintonisgreat.com/badminton-service/>. Erişim Tarihi: 10.02.2021.
- WEB-8 <https://badmintonlivescore.blogspot.com/2020/10/badminton-forehand.html>. Erişim Tarihi: (10.02.2021).
- WEB-9 <https://www.haberturk.com/spor/futbol/haber/1235206-badmintonda-turkiyeyi-ozge-bayrak-temsiledecek>. Erişim Tarihi: (14.02.2021).
- Yorulmazlar, M. M. & Kopoğlu, A. (2005). *Badminton Teknik Öğretimi, Taktik ve Kuralları*. Morpa Kültür Yayınları, 7-24, İstanbul.
- Yuen, M., Chan, R. M., Gysbers, N. C., Lau, P. S., Lee, Q., Shea, P. M. & Chung, Y. B. (2010). Enhancing Life Skills Development: Chinese Adolescents' Perceptions. *Pastoral Care in Education*, 28(4), 295-310.
- Yumuk, S. & Salman M. (2004). *Badminton*. (1. Baskı). Lale Matbaası: Eskişehir.